

جامعة ألكلي محمد أولجام - البويرة-

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات
البدنية والرياضية.

التخصص: تدريب رياضي نخبوي.

الموضوع:

علاقة بعض القدرات العقلية بالأداء المهاري لأصاغر كرة اليد "U17"

-دراسة ميدانية على بعض أندية ولاية البويرة-

- إشراف الدكتور:

*ساسي عبد العزيز.

- إعداد الطالبة:

*جيلالي لبنى.

السنة الجامعية: 2016/2015

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

نَرْفَعُ دَرَجَاتٍ مِّنْ نَّشَأٍ
وَفَوْقَ كُلِّ ذِي عِلْمٍ

عَلِيمٍ

صدق الله العظيم

﴿سورة يوسف من الآية (76)﴾

شكر وتقدير

بعد الحمد والشكر لله سبحانه وتعالى على توفيقه وما أمده من نعمة الصبر لإتمام هذه
المذكرة، أتقدم بجزيل الشكر والتقدير إلى أستاذي الفاضل الدكتور "ساسي عبد العزيز"
والذي كان خير مشرف على هذه المذكرة، والذي كان عوناً لي وسنداً دون كلل أو ملل طوال مدة
إشرافه على البحث، وتوجيهاته البناءة وآراءه السديدة، فلولاه ما تعلم المرء من أخطاءه وما استرشد
من عثراته، فله عظيم امتناني.

كما أقدم شكري وإعترازي إلى كل من: الدكتور منصور نبيل، مستشار الرياضة طوطاوي
عبد الله، الدكتور فرنان عبد المجيد، الدكتور زاوي عبد السلام، الدكتور لونس عبد الله، الدكتور
معين الشمري، الدكتور عبد الودود الزبيدي، لتوجيهاتهم القيمة ومتابعتهم المتواصلة لخطوات هذا
البحث ودعمهم ونصائحهم القيمة.

كما أود أن أعرب عن مدى إمتناني وشكري إلى كل الأساتذة ودكاترة المعهد وإدارييه
ومسؤولي مكتبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة البويرة.
وفي الأخير أحمد الله عز وجل على إكمال هذا العمل على خير عسى أن ينتفع به مستقبلاً إن
شاء الله.

لسبني جميل

أهدى

أهدي ثمرة هذا العمل :

إلى من قال الله عز وجل فيهما -وقل ربي ارحمهما كما ربياني صغيرا -
إلى من أوجب الله طاعتها وأحبها القلب ، إلى منبع الحنان وبر الأمان إلى التي اسمها
غالي وشأنها عالي إلى التي وضعت الجنة تحت قدميها، إلى من كانت الملاذ والمأوى
سر السعادة والنجوى ، إلى التي بدعواتها وفقني الله

إليك أُمي

إلى تاج رأسي و قدوتي في الحياة، الذي أفنى عمره من أجلي، والتي بدعواته وفقني
الله عز وجل

إليك أبي

إلى أخواتي وأزواجهن: منال، نسرين، مصطفى، أمين

إلى أخي المدلل: زين الدين

إلى فراشاتي الثلاث: ماريا، ميرنا، لينا

إلى إبنة العم : لطيفة

إلى كل من يحمل قلب جيلالي وشوانية

إلى رفقاء الدرب وزميلات وزملاء الدراسة:

نسرينة، فريولة، فاطمة، وردة، امال، فيروز، مريم، سيدو، عميروش، سعيد، عنتر

وآخرون..

إلى كل من هم في قلبي و لم يذكرهم قلبي

إلى من حمل لهن قلبي أجمل الذكريات ، وإلى كل من يتمنى لي الخير .

إلى كل من وسعتهم ذاكرتي و لم تسعهم مذكرتي.

لبني

محتوى البحث

الصفحة	الموضوع
-أ-	- شكر وتقدير.
-ب-	- إهداء.
-د-	- محتوى البحث.
-ي-	- قائمة الجداول.
-ل-	- قائمة الأشكال.
-ن-	- ملخص البحث.
-ع-	- مقدمة.
مدخل عام: التعريف بالبحث.	
2	1- الإشكالية.
3	1- الفرضيات.
3	2- أسباب اختيار الموضوع.
4	3- أهمية البحث.
4	4- أهداف البحث.
5	5- تحديد المفاهيم والمصطلحات.
الجانب النظري: الخلفية النظرية للدراسة والدراسات المرتبطة بالبحث.	
الفصل الأول: الخلفية النظرية للدراسة.	
9	- تمهيد.
10	1-1- المحور الأول: القدرات العقلية.
10	1-1-1- مفهوم القدرات العقلية.
11	2-1-1- خصائص القدرات العقلية في المجال الرياضي.
11	3-1-1- اتجاهات القدرات العقلية.
12	4-1-1- آليات القدرات العقلية.
13	5-1-1- أنواع القدرات العقلية.
13	6-1-1- العمليات العقلية.
14	7-1-1- تنمية القدرات العقلية.
15	2-1- المحور الثاني: تركيز الانتباه، التصور العقلي، الإدراك الحس-حركي.
15	1-2-1- تركيز الانتباه.
15	- أولاً/ مفهوم الانتباه.

15	- ثانيا/ أنواع الانتباه.
16	- ثالثا/ أهمية الانتباه في كرة اليد.
16	1-2-2- التصور العقلي.
16	- أولا/ مفهوم التصور العقلي.
17	- ثانيا/ أنواع التصور العقلي.
17	- ثالثا/ مبادئ التصور العقلي.
18	- رابعا/ أهمية التصور العقلي.
19	1-2-3- الإدراك الحس-حركي.
19	- أولا/ مفهوم الإدراك.
19	- ثانيا/ مفهوم الادراك الحس-حركي.
20	- ثالثا/ أهمية الادراك الحس-حركي في المجال الرياضي.
21	1-3-3- المحور الثالث: الأداء المهاري في كرة اليد.
21	1-3-1- الأداء المهاري.
21	- أولا/ مفهوم الأداء.
21	- ثانيا/ أنواع الأداء.
21	- ثالثا/ مفهوم المهارة.
22	- رابعا/ مفهوم الأداء المهاري.
23	- خامسا/ مراحل الأداء المهاري.
23	- سادسا/ أهمية الأداء المهاري.
24	1-3-2- الأداء المهاري في كرة اليد.
24	- أولا/ الاستقبال والتمرير.
25	- ثانيا/ التصويب.
26	- ثالثا/ تنطيط الكرة.
26	- رابعا/ مهارة الخداع.
27	1-4-4- المحور الرابع: الفئة العمرية (أقل من 17 سنة).
27	1-4-1- تعريف المرافقة.
27	1-4-2- مراحل المرافقة.
28	1-4-3- التعريف بفئة الاصاغر (15-16-17) سنة.
28	1-4-4- خصائص فئة الاصاغر (15-16-17) سنة.



28	- أولاً/ النمو الجسمي.
29	- ثانياً/ النمو الانفعالي.
29	- ثالثاً/ النمو الاجتماعي.
29	- رابعاً/ النمو العقلي.
30	1-4-5- مشكلات المراقبة.
31	1-4-6- أهمية الرياضة بالنسبة للمراهق.
32	- خلاصة
الفصل الثاني: الدراسات المرتبطة بالبحث.	
34	- تمهيد
35	2-1- الدراسات التي تناولت القدرات العقلية.
35	أ- الدراسات العربية.
35	- أولاً/ دراسة هشام هندأوي هويدي 2002.
36	- ثانياً/ دراسة عدنان بولص 2004.
38	ب- الدراسات الأجنبية.
38	- دراسة كوليان 2000.
39	2-2- الدراسات التي تناولت الأداء المهاري في كرة اليد.
39	أ- الدراسات العربية.
39	- أولاً/ دراسة محمد ثابت 2008.
41	- ثانياً/ دراسة بوحاج مزيان 2011.
43	2-3- التعليق على الدراسات.
44	- خلاصة.
الجانب التطبيقي: الدراسة الميدانية للبحث.	
الفصل الثالث: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية.	
47	- تمهيد.
48	3-1- الدراسة الاستطلاعية.
48	3-1-1- الخطوة الاستطلاعية الأولى.
48	3-1-2- الخطوة الاستطلاعية الثانية.
49	3-1-3- الخطوة الاستطلاعية الثالثة.
49	3-1-4- الخطوة الاستطلاعية الرابعة.
50	3-2- الدراسة الأساسية.

50	3-2-1- منهج البحث.
50	3-2-2- متغيرات البحث.
51	3-2-3- مجتمع وعينة البحث.
52	3-2-4- مجالات البحث.
53	3-2-5- أدوات البحث.
53	أولاً/ الأدوات الأساسية.
53	*الاختبارات والمقاييس العقلية.
55	*سيكومترية الاختبارات والمقاييس العقلية.
56	*اختبارات الأداء المهاري في كرة اليد.
57	*سيكومترية الاختبارات المهارية للاعبين لكرة اليد.
57	ثانياً/ الأدوات المساعدة.
58	3-2-6- الوسائل الإحصائية.
58	أ/ النسبة المئوية.
58	ب/ معامل الارتباط البسيط بيرسون.
59	ج/ معامل صدق الاختبار.
59	د/ برمجية اكسل والحقيبة الإحصائية و spss لحساب معامل سبيرمان .
60	- خلاصة.
الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.	
63	- تمهيد.
64	4-1- عرض وتحليل النتائج.
64	*عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى.
65	*عرض وتحليل الفرضية الثانية.
66	*عرض وتحليل الفرضية الثالثة.
67	4-2- مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات.
67	4-2-1- مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضية الأولى.
68	4-2-2- مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضية الثانية.
69	4-2-3- مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضية الثالثة.
70	4-3- مناقشة ومقابلة الفرضيات الجزئية بالفرضية العامة.
71	- خلاصة.
73	- الاستنتاج العام.

75	- خاتمة.
77	- اقتراحات وفروض مستقبلية.
79	- الببليوغرافيا.
85	- الملاحق.



قائمة الجداول

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	الرقم
الباب الثاني: الجانب التطبيقي.		
الفصل الثالث: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية.		
51	يبين توزيع أفراد العينة على الفرق المختارة.	01
51	يبين العمر الزمني لأفراد العينة المدروسة.	02
52	يبين توزيع أفراد عينة الدراسة حسب المستوى الدراسي.	03
54	يبين ميزان تقدير لوحدات مقياس التصور العقلي الرياضي.	04
56	يمثل معاملات الصدق والثبات الخاصة بالاختبارات والمقاييس العقلية.	05
57	يمثل معاملات الصدق والثبات لاختبارات الأداء المهاري في كرة اليد.	06
الفصل الرابع: عرض و تحليل ومناقشة النتائج.		
64	يوضح معاملات الارتباط بين تركيز الانتباه والأداء المهاري في كرة اليد.	07
65	يوضح معاملات الارتباط بين التصور العقلي والأداء المهاري في كرة اليد.	08
66	يوضح معاملات الارتباط بين الإدراك الحس-حركي والأداء المهاري في كرة اليد.	09



قائمة الأشكال

قائمة الاسئلة

الصفحة	العنوان	الرقم
	الباب الأول: الجانب النظري.	
	الفصل الأول: الخلفية النظرية للدراسة.	
	المحور الأول: القدرات العقلية.	
14	يوضح مخطط العمليات العقلية.	01
	الباب الثاني: الجانب التطبيقي.	
	الفصل الرابع: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية.	
52	يمثل دائرة نسبية لتوزيع أفراد عينة الدراسة حسب المستوى الدراسي.	02

ملخص البحث

علاقة بعض القدرات العقلية بالأداء المهاري لأصغار كرة اليد (U17)

-دراسة ميدانية أجريت على بعض أندية البويرة -

إشراف الدكتور: ساسي عبد العزيز

إعداد: جيلالي لبني

الملخص:

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على العلاقة بين القدرات العقلية والأداء المهاري لأصغار كرة اليد (أقل من 17 سنة) لبعض أندية ولاية البويرة للموسم (2016/2015)، حيث اختيرت (3) فرق من أصل (10) فرق بطريقة قصدية (عمدية) من أجل الخوض في أهمية القدرات العقلية والتعرف عليها عن كثب، وشملت الدراسة ثلاثة قدرات عقلية هي تركيز الانتباه، التصور العقلي والإدراك الحس-حركي، كما تم التعرف أيضا على الأداء المهاري للاعبين من خلال اختبارات الأداء المهاري، وتم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب الارتباطي لمناسبته لطبيعة الدراسة، أما الأدوات المستخدمة في الدراسة من أجل استخراج المعطيات الإحصائية فتمثلت في كل من اختبار "بوردون-انفيموف" لقياس مظاهر الانتباه، مقياس "رينر مارتينز" للتصور العقلي الرياضي و اختبارات الإدراك الحس-حركي بالمسافة، اختبار الإحساس بتقدير الزمن، واختبارات الأداء المهاري في كرة اليد، ثم تحليلها ومناقشتها ثم إعطاء التفسير المناسب لكل تحليل، من أجل الإجابة على التساؤلات الجزئية، حيث استخدمت الوسائل الإحصائية التالية: معامل بيرسون للارتباط، ومعامل سبيرمان من أجل تحديد ودراسة العلاقة بين المتغيرات، النسب المئوية (%)، معامل الصدق الذاتي للاختبار.

بعد معالجة البيانات الإحصائية، تطابقت نتائج هذه الدراسة مع الفرضيات المقترحة، أي وجود علاقة طردية موجبة بين بعض القدرات العقلية (كل من تركيز الانتباه، التصور العقلي، والإدراك الحس-حركي) بالأداء المهاري لأصغار كرة اليد (U17)، وعليه إقترحت الباحثة إدراج برامج تدريبية عقلية لفائدة الأصغار من أجل التطوير من الجانب المهاري خاصة في الوحدات التي سجلت نتائج ضعيفة، وكذا توعية المدربين بشأن إدراج اختبارات القدرات العقلية كل موسم، ومحاولة السعي نحو تطويرها وجعلها بروتوكولا بجانب كل من اختبارات وبرامج القدرات البدنية والمهارية والخططية خاصة لدى الفئات الناشئة التي تعتبر فئة تملك خاصية التعلم لإكتساب خبرة من مختلف المواقع.

*الكلمات الدالة: بعض القدرات العقلية (تركيز الانتباه، التصور العقلي، الإدراك الحس-حركي)، الأداء المهاري، كرة اليد، الأصغار (U17).

مقدمة



لقد أصبحت الرياضة في وقتنا الحالي ذات خصوصية بالغة، وذلك نظراً لعدة تأثيرات داخلية وخارجية يتعرض لها الرياضي، خاصة الرياضات الجماعية والتي تزخر بالمواقف والأداء الحركي المتغير وتتطلب القدرة على التجاوب السريع مع الظروف المتغيرة في المباراة.

تعتبر رياضة كرة اليد من الأنشطة الرياضية الجماعية الأكثر شعبية وممارسة بين الرياضيين في مختلف الأعمار، وكما هو معروف فإنها تعتمد على فاعلية الحركة والتحمل العالي والأداء البدني والمهاري والخططي والعقلي، ومن هنا يظهر أن لكن نشاط بدني ورياضي متطلباته ومواصفاته التي يجب أن تتوفر في هذا اللاعب المقبل على مزاوله هذا النشاط والمواظبة عليه، ويتوجب على المدرب عدم تجاهل هذا الجانب.

ويعد الأداء المهاري العامل المحوري والمحرك الأساسي في مباراة كرة اليد، فبدون مهارة أو فنية من لاعب ما، قد لا يتحصل الفريق على نتائج قد تجعله في مصاف الأوائل، ولن يحقق المدرب شيئاً من أهدافه لذا فإن تحقيق المستويات العليا يبدأ من الأداء المهاري والبدني والتكتيكي، ومن هذه الجوانب التي ينبغي على المدرب الرياضي أن يبحث فيها ويسعى إلى تطويرها هو "الجانب العقلي"، وهذا ما أوضحه "الحريري" في أن التدريب العقلي أحد الوسائل العلمية الحديثة المستخدمة في إكتساب المهارات الحركية وتطويرها إلى جانب الاعداد للمنافسات، وفي ذلك يشير إلى الإنجازات الرياضية العالمية والتي تتطلب قدراً كبيراً من الإستخدامات العقلية وإصدار القرارات وهو ما يجب التركيز عليه خلال التدريب قبل الوصول إلى المنافسات، خاصة فيما يتعلق بالمهارات الأساسية في كرة اليد، فهي القاعدة الهامة التي تجعل معظم القائمين على هذه الرياضة يقضون معظم الوقت في تعلمها بالشكل الصحيح والتدريب على أداء هذه المهارات وإعطاء حصة أكبر لها (بشير و ثابت ، 2014، الصفحات 22-27)، حيث أن الفئات التي تكون عادة أصغر يعتمد المدرب فيها التعليم وتلقين المهارات الأساسية في كرة اليد منذ الصغر، ويحرص المدرب على التعليم الصحيح لكل فرد مع التكرار الذي يجعل من هذه المهارة كمهارة التمرير مثلاً فعلاً متقناً ومطبّقاً بسهولة ويسر ودون أن يخطئ.

إن دراسة موضوع القدرات العقلية يعد من أهم الإتجاهات الحديثة في عملية تطوير التدريب الرياضي، حيث تعد أحد المكونات الأساسية المهمة التي يحتاجها مدربو كرة اليد، إذ أنها تعمل وتساعد على تنمية القدرات الحركية وتطوير المهارات الخططية وتساهم في ربط تسلسل الحركة من خلال تطوير المهارات الحركية والتصور العقلي وتركيز الإنتباه والإدراك الحس-حركي عند اللاعبين وهذا ما أثار إهتمام المدربين والرياضيين كما أشار إلى ذلك كل من (شمعون والجمال، 1996) أن العلاقة بين الجانب العقلي والأداء البدني أصبحت مثار إهتمام المدربين والرياضيين (شمعون و الجمال ، 1996، صفحة 27).

إن التقدم بمستوى الأداء المهاري لدى الناشئين يكون من خلال التعليم والتدريب حيث إن هذا التطور السريع والتقدم الهائل يعتمد على القدرات العقلية كما أشارت إليه دراسات كل من **عفاف توفيق (1980)** و**حمدي عبد المنعم (1981)** أن "أجهزة الجسم تعمل في ترابط تام وصولاً إلى أفضل أداء مهاري ويجب أن يدرك كل من يعمل في المجال الرياضي أن القدرات سواء كانت حركية أو عقلية وغيرها تعمل جميعها بصورة متناسقة لإظهار الحركة في صورتها المثالية" (محمد، 1988، صفحة 196)، والتحسن في مستوى المهارات يعزى إلى أن حاجة كرة اليد إلى التدريب المستمر وفق مختلف الطرق والأساليب، لاسيما خلال المنافسات المصيرية مما يتطلب القيام بالمهارات الهجومية والدفاعية والسعي نحو التسجيل، مع ضرورة الإدراك وتركيز الانتباه نحو مراكز اللعب والقوانين الخاصة بكرة اليد.

فالموضوع قيد الدراسة تكمن أهميته في كونه يبرز طبيعة العلاقة بين القدرات العقلية والأداء المهاري في كرة اليد، ومن هنا يتضح جلياً أن أهمية القدرات العقلية لا تقل عن باقي القدرات الرياضية ولكن بنسب متفاوتة وأن العناصر التي سوف يتم دراستها في هذا البحث تعتبر مثيرة للاهتمام خاصة بالنسبة للمدربين ذوي الخبرة المحدودة، والذين تتلخص آرائهم حول التدريب الرياضي في الجانب البدني والأساليب التدريبية التقليدية والتي تخضع لمبدأ العمومية دون أن تتلمس النقائص، خاصة في الجانب المهاري والتطبيق الميداني في الملعب.

من هنا كانت الإنطلاقة نحو تحديد المشكلة والفرضيات، وتحديد أهداف البحث وكذا التطرق إلى الخلفية النظرية للدراسة، والتي إشتملت على أربعة محاور، فالمحور الأول تطرق إلى القدرات العقلية، والمحور الثاني إلى كل من تركيز الانتباه، التصور العقلي، والإدراك الحس-حركي، كما تطرقنا في المحور الثالث إلى الأداء المهاري في كرة اليد، ثم المحور الرابع إلى الفئة العمرية (أقل من 17 سنة)، كما سوف نتطرق إلى فصل حول الدراسات المرتبطة بالبحث، والتي شملت دراسات أجنبية وأخرى عربية، أما الخلفية التطبيقية فقد إشتملت على فصل حول منهجية البحث وإجراءاته الميدانية والتي احتوت على منهج البحث ومواصفات العينة ومجتمع البحث وعرض لأهم الأدوات في الدراسة وكذا سيكومترية هذه الأدوات، ثم الفصل الرابع ويختص في عرض وتحليل ومناقشة النتائج الخاصة بالإختبارات والمقاييس العقلية وإختبار الأداء المهاري في كرة اليد والمطبق على الأصغر الأقل من 17 سنة، ومقارنتها بالفرضيات الجزئية والفرضية العامة التي تأكدت في النهاية، ثم الإستنتاج العام والخاتمة والإقتراحات والتوصيات.

مدخل عام: التعريف بالبحث

1- الإشكالية:

مما لا شك فيه أن هنالك عوامل جمة تؤثر في الأداء الرياضي للفرد، كالحالة البدنية والمهارية والنفسية والفيزيولوجية، وتعد القدرات العقلية بما تشمله هذه الكلمات من معنى واسع عامل مهم وفعال في تحديد المستوى الرياضي في كثير من الفعاليات الرياضية.

كما تعد كرة اليد من أكثر الرياضات انتشاراً، بحيث أنها تتمتع بالسهولة والتقبل من المجتمع، خاصة وأنها تحوي عدداً كبيراً من الرياضيين الذين يمارسونها، أو حتى يدربونها لمن هم أصغر سناً فيمنحونها كل تقانيمهم من أجل الوصول بالناشئين إلى المستوى الفعلي والعالي والمثالي للعبة، ولعل سهولة الإلمام بقواعدها وأسلوبها السلس دور في ميول أولياء الأمور إلى هذه اللعبة.

ولعل مجال التدريب الرياضي لم يبخل بموسوعاته وأبحاثه عن كرة اليد، التي ماتزال أبحاث طرق التدريب فيها على قدم وساق، لتقديم كل ما قد يفيد تطور هذه اللعبة، قانونياً، خططياً، وبدنياً و مهارياً خاصة وأن اعتماد المدرب كلية على الجانب البدني والمهاري للاعب زاد في الآونة الأخيرة، دون إغفال أن بعض المدربين ينتهجون سياسة نفسية لرفع الروح المعنوية والدفع باللاعب إلى أقصى درجات العطاء، إما أثناء المنافسة أو حتى خلال حصصه التدريبية، إذ يحرص المدرب على الجانب العقلي ومدى اكتساب اللاعب لبعض المفاهيم الخاصة باللعبة على أساس أن هذه المفاهيم سوف تجري في الجانب التطبيقي والتي سوف يطبقها فوق الميدان، مثل بعض الضوابط وعامل الوقت والتخطيط من أجل الهجوم أو الدفاع، وردود الفعل المختلفة والتحكم في الأعصاب خاصة في المنافسات ذات المراحل المتقدمة والنهائية.

وكما هي الحال بالنسبة لجل الرياضات، تعتمد كرة اليد على المهارة والتي تحتاج إلى تعليم، الأمر الذي يقودنا إلى ما يسمى بالقدرات العقلية، التي تشمل مجموعة من المفاهيم من خلالها تتلخص سيرورة الحركة والتعلم لدى الإنسان، كالذكاء والتصور والانتباه والإدراك، وهي من المحددات الأساسية في عملية التعلم والتي هي أساس كل عملية تدريب، وأن كل مهارة يقابلها من القدرات العقلية ما يتكفل بتطويرها والارتقاء بها ثم إن لهذه المهارات ما يسمى بالمجموعة من المقاييس والاختبارات، أكدها العلماء وعملوا بها، خاصة وأنهم أدركوا أهمية الجانب العقلي في المجال الحركي والنفس-حركي، والعلاقة ما بين الجسد والعقل ومدى التناسق بينهما، أن نجاح هذه العلاقة يدفع بالأمام إلى السيرورة في المجال الحركي والرياضي وحتى إعادة التأهيل الحركي.

لم يختلف العلماء في إدخال هذه القدرات العقلية أو ما يسمونها المهارات العقلية في الجانب الرياضي خاصة أنها تنحو منحى إيجابي يعد بالكثير، لذا دأبوا على إستنباط بعد الإختبارات والمقاييس في محاولة للخروج بإستنتاجات مهمة وفعالة ومفيدة في مناهج التربية البدنية والتدريبية على وجه الخصوص.

لكن هذه القدرات العقلية لم تلق ذلك الرواج المعهود خلال مقارنة نتائج فريق ما مثلاً بآخر، أو رياضي بآخر، بل إرتكزت كل التحليلات والتأويلات على جانب الأداء المهاري البحث للاعب المقاس عليه، وخاصة في الرياضات الجماعية، لذلك عمدنا من خلال هذا البحث إلى الحديث عن فحوى العلاقة بين بعض هذه القدرات العقلية والأداء المهاري، في أحد أقوى الألعاب الجماعية "كرة اليد" واعتمدنا مبدئياً على نتائج الدراسة الاستطلاعية التي من خلالها طرحنا الإشكالية التالية :

هل هنالك علاقة بين بعض القدرات العقلية والأداء المهاري للاعبي كرة اليد صنف أصغر (U17)؟
يندرج تحت هذا التساؤل التساؤلات الفرعية التالية :

- 1- هل توجد علاقة بين تركيز الانتباه والأداء المهاري للاعبي كرة اليد صنف أصغر (U17)؟.
- 2- هل توجد علاقة بين التصور العقلي والأداء المهاري للاعبي كرة اليد صنف أصغر (U17)؟.
- 3- هل توجد علاقة بين الإدراك الحس-حركي والأداء المهاري للاعبي كرة اليد صنف أصغر (U17)؟.

2- الفرضيات:

2-1- الفرضية العامة:

- توجد علاقة إرتباطية بين بعض القدرات العقلية والأداء المهاري للاعبي كرة اليد صنف أصغر (U17).
2-2- الفرضيات الجزئية:

- 1- توجد علاقة إرتباطية بين تركيز الانتباه والأداء المهاري للاعبي كرة اليد صنف أصغر (U17).
- 2- توجد علاقة إرتباطية بين التصور العقلي والأداء المهاري للاعبي كرة اليد صنف أصغر (U17).
- 3- توجد علاقة إرتباطية بين الإدراك الحس-حركي والأداء المهاري للاعبي كرة اليد صنف أصغر (U17).

3- أسباب اختيار الموضوع:

3-1- أسباب ذاتية:

تتمثل في رغبتنا في إثبات العلاقة الإرتباطية بين بعض القدرات العقلية المتمثلة في قدرة تركيز الإنتباه قدرة التصور العقلي، وقدرة الإدراك الحس-حركي، بالأداء المهاري للاعبي كرة اليد صنف أصغر (U17) وتبيان أهميتها في التدريب الرياضي وتنمية القدرات المهارية للفرد، رغبة منا في كشف هذه العلاقة لإستفادة منها مستقبلاً في مختلف الفعاليات الرياضية.

3-2- أسباب موضوعية:

- نقص البحوث وطنيا حول هذا المجال، كذلك عدم منحه الإهتمام الكافي للتوسع فيه كفاية بهدف الإستفادة منه وإثراء مكتبة الجامعة بمثل هذه البحوث.
- تجاهل المدربين لمثل هذه القدرات وجهل البعض منهم لطرق قياسها وتمييزها.
- محاولة توجيه المدربين والخبراء الرياضيين نحو استعمال الإختبارات العقلية وإثراءها باستعمال برامج تدريبية عقلية من أجل تنمية هذا الجانب الذي يكون عاملا فعالا من الناحية الخطئية.
- محاولة توجيه اللاعبين إلى طرق فعالة من أجل معرفة نواحي الضعف والقوة لديهم خلال الأداء المهاري أو حتى الخطئي.

4- أهمية البحث:

* الجانب العلمي:

- تزويد مكتبة الجامعة بالمراجع فيما يخص اختبارات القدرات العقلية.
- إبراز القيمة العلمية للقدرات العقلية في الوسط الرياضي.
- إثراء الأساتذة والطلبة بهذه المعلومات.
- الإستفادة من اختبارات الأداء المهاري في كرة اليد.
- تشجيع الطلبة على التطرق لهذه المواضيع مستقبلا.
- الإستفادة من التوصيات من أجل الأخذ منها في الميدان التربوي والرياضي مستقبلا.
- إبراز أهمية القياسات العقلية في الجانب الرياضي.
- تزويد المدربين والعاملين في المجال الرياضي عامة بالاختبارات والمقاييس العقلية من أجل الاستفادة منها.

* الجانب العملي:

- تحسس مواطن الضعف والقوة لدى العينة المدروسة ووضع خطط مستقبلية من أجل رفع المستوى.
- تطبيق الاختبارات العقلية كل فترة من أجل معاينة تطور هذه القدرات لدى الاصاغر.
- توجيه المدرب نحو برنامج عقلي مناسب.
- التعرف على إمكانيات الاصاغر المهارية .

أهداف البحث:

إن الهدف الأساسي من هذا البحث هو تسليط الضوء على العلاقة بين القدرات العقلية والأداء المهاري في كرة اليد لدى الأَصَاغَر الأقل من 17 سنة، والتعرف على بعض القدرات العقلية المميزة للنشاط البدني الرياضي المختلفة، أيضا دفع الخبراء في المجال الرياضي إلى الإستفادة من هذه الدراسة والاختبارات والمقاييس الموجودة بها عن طريق وضع برامج تدريبية عقلية، للحرص عليها من أجل تحقيق الإنجاز الرياضي.

5- تحديد المفاهيم والمصطلحات:

1-6- القدرات العقلية:

* التعريف النظري (الاصطلاحي): يشير "الطيريري" أنها مجموعات من النشاط العقلي التي تتمركز وتتمحور حول فعاليات وأنشطة معينة ومحددة مما يكسبها صفة التمييز والوضوح والقوة عند بعض الأفراد والعكس من ذلك تكون عند البعض الآخر" (الطيريري، 1995، صفحة 481)، وعرفها الدكتور احمد زكي بدوي بأنها "مقدرة الفرد العقلية على انجاز عمل ما والتكيف في العمل بنجاح...وهي تتحقق بأفعال حسية أو ذهنية وقد تكون فطرية أو مكتسبة (عن طريق التعلم)". (زكار، 2003).

* التعريف الاجرائي: وهي الدرجة التي يتحصل عليها لاعب كرة اليد نتيجة قيامه بتنفيذ اختبارات الانتباه والتصور العقلي والادراك الحس-حركي.

1-1-6- الانتباه:

* التعريف الاصطلاحي: عرفه "همام" بأنه "حالة تركيز العقل أو الشعور حول موضوع معين" (همام، 1984، صفحة 80)، ويعرفه "محبوب" بأنه "تجميع كافة الأفكار والعمليات الفكرية بنقطة واحدة لخدمة العمل المهاري المراد تحقيقه" (محبوب وجيه، 1989، صفحة 27).

* التعريف الاجرائي: هي الدرجة التي تحصل عليها لاعب كرة اليد في اختبار (بوردون-انفيوموف) لقياس تركيز الانتباه.

2-1-6- التصور العقلي:

* التعريف الاصطلاحي: عرفه (محمود، 1987) بأنه "وسيلة لاستخدام الحواس كافة لإعادة خلق خبرة معينة في العقل" (محمود، 1987، صفحة 13)، وعرفه "شمعون" نقلا عن (روبرت، Robert) بأنه "إعادة تكوين أو استرجاع في العقل" (شمعون، التدريب العقلي في المجال الرياضي، 1996، صفحة 220).

* التعريف الاجرائي: هو الدرجة التي تحصل عليها لاعب كرة اليد في مقياس التصور العقلي والذي يتضمن الأبعاد التالية (البصري، السمعي، الحس-حركي، الانفعالي).

3-1-6- الإدراك الحس-حركي:

* التعريف الاصطلاحي: عرفه (فارفيل، Farvel) بأنه "عبارة عن إثارة الأعضاء الحسية في الأعصاب والعضلات والمفاصل على الإدراك الحركي وبهذا تزود العقل بالمعلومات التي يجب ان تفعله أجزاء الجسم عند القيام بتنفيذ أي مهارة ما (Farvel, 1975, p. 872)، ويعرفه (الضمد، 2000) "أنه العملية العقلية أو ذلك النشاط العقلي الذي عن طريقه نستطيع أن نتعرف على موضوعات العالم الخارجي" (الضمد، 2000، صفحة 109).

* التعريف الاجرائي: يعرف بأنه الدرجة التي يتم إحتسابها من خلال اختبار رمي الكرة والاحساس بالزمن والتي تعكس الإدراك الحس-حركي.

2-6- الأداء المهاري:

*التعريف الاصطلاحي: ويعرفه (محبوب، 1989) بأنه "الشكل الفني المتسلسل والتفصيلي من بداية المباراة إلى نهايتها" (محبوب وجيه، 1989، صفحة 101).

*التعريف الإجرائي: هو الدرجة التي يتحصل عليها لاعب كرة اليد في وحدات إختبار الأداء المهاري في كرة اليد (مهارات سرعة التميرير، التميرير من الجري، التميرير من الثبات، التصويب من الثبات، التصويب من الوثب عاليا، التنطيط).

3-6- كرة اليد:

*التعريف الإصطلاحي: من الألعاب الجماعية التي يتميز السلوك الحركي فيها بالتنوع والتعدد نظرا لوجود لاعب وخصم وأداة تفاعل مستمر وغير منقطع، لذلك يتميز الأداء المهاري هنا بأنه مجموعة من الحركات المرتبطة والمندمجة والتي يؤديها اللاعب حسب متطلبات الموقف الذي يمر به اللاعب لتحقيق الهدف، معتمدا على قدراته وصلاحياته البدنية وكذلك مهارته وحالته النفسية والعقلية، وتفاعلهم جميعا لتوجيه الأداء إلى درجة عالية من الإنجاز والفعالية (بيور، 1996، صفحة 19).

*التعريف الإجرائي: رياضة جماعية تجمع لاعب وآخر وأداة تساهم في الاحتكاك والتنافس بين فريق وآخر من أجل تحقيق أفضل النتائج.

4-6- المراهقة:

*التعريف الاصطلاحي: يعرفها "إبراهيم العظماوي" أنها "نقطة انعطاف حاسمة في حياة الانسان إذ أن ما يبلغه من تقدم ويحققه من مزايا في النمو البدني والعاطفي يرفعه من مستوى الطفولة الوسطى إلى مرحلة الأحداث" (العظماوي، 1997، صفحة 93).

*فئة الأصاغر (15-17) سنة: أي المراهقة الوسطى، وتسمى كذلك بالمرحلة الثانوية وما يميز هذه المرحلة سرعة النمو الجسمي نسبيا وتزداد التغيرات الجسمية الفيزيولوجية وإهتمام المراهق بمظهره وقوة جسمه وحب ذاته (صالح محمد علي ابو جادو، 2007، صفحة 405).

*التعريف الإجرائي لفئة الأصاغر (15-17) سنة: هي من أهم الفئات التي يمر عليها اللاعب خلال تدرجه في رياضة كرة اليد، وتتميز بحدوث تغيرات فيسيولوجية وعقلية ونفسية نتيجة ضغوط اجتماعية ..الخ وهو التقسيم المعتمد لدى الفدرالية الجزائرية لكرة اليد.

الجانب النظري: الخلفية
النظرية للدراسة والدراسات
المرتبطة بالبحث

الفصل الأول: الخلفية

النظرية للدراسة

- تمهيد:

سوف نتطرق في هذا الفصل إلى أربعة محاور أساسية شاملة لهذه الدراسة، حيث سوف يشمل المحور الأول القدرات العقلية، بما تشمله من مفهوم مناسب وفق أغلب العلماء وأيضا خصائصها في المجال الرياضي، كما سوف نأتي على ذكر اتجاهات القدرات العقلية ومخطط حول آليات العمليات العقلية، أما فيما يخص المحور الثاني الذي يختص في كل من تركيز الانتباه، مفهومه وأنواعه وأهميته في كرة اليد، والتصور العقلي، مفهومه وأنواعه مبادئه وأهميته في المجال الرياضي، والإدراك الحس-حركي، تعريف الإدراك وتعريف الإدراك الحس-حركي وأهميته في المجال الرياضي.

ثم ننتقل إلى المحور الثالث الخاص بالأداء المهاري، حيث سوف نتطرق فيه إلى مفهوم الأداء وأهميته، وكذا مفهوم المهارة والأداء المهاري، كما سوف نتطرق إلى مراحل الأداء المهاري وأهميته، ثم سوف نتكلم عن الأداء المهاري في كرة اليد، وكل ما يتعلق بمهارات الإستقبال والتمرير، التصويب، تنطيط الكرة، مهارة الخداع، ثم سوف ننتقل من المحور الثالث إلى المحور الرابع الذي سوف ندرج فيه الفئة العمرية الأقل من 17 سنة و نتكلم حول تفاصيلها، بداية بتعريف للمراهقة من مختلف العلماء والأخصائيين النفسانيين، ثم مراحلها والتعريف بفئة الأصغر (15-16-17 سنة) وخصائص النمو الجسمي، الإنفعالي، الإجتماعي والعقلي، كما سوف نتطرق إلى مشكلات المراهق وما يؤثر فيه بالإضافة إلى أهمية الرياضة بالنسبة له.

1-1- المحور الأول: القدرات العقلية.

1-1-1- مفهوم القدرات العقلية:

إن مفهوم القدرات العقلية نشأ في ميدان علم النفس التطبيقي وكان في نهاية القرن التاسع عشر متصلاً بالدراسات التجريبية، وفي بداية القرن العشرين ظهر في فرنسا مرتبطاً بقياس الذكاء في أبحاث العالم "ألفريد بينيه" ثم تطور على يد العالم الإنجليزي "شارلز سبيرمان" الذي رفض مصطلح الذكاء لأنه يحمل الكثير من المعاني، وقام باستبداله بمصطلح "العامل العام" الذي يعبر عن الطاقة العقلية التي تهمين على جميع النشاطات العقلية الأخرى، وذلك حسب مقتضيات نظريته المعروفة بـ "نظرية العاملين" وفحواها أن "جميع أساليب الأداء العقلي، من اختبارات عقلية، واختبارات أداء أقصى، تشترك في وظيفة واحدة هي -العامل العام- ولكل أسلوب من هذه الأساليب عامله النوعي أو الخاص".

ويتفق معظم علماء النفس على تعريف القدرات العقلية بإعتبارها ما ينتج عن الأداء العقلي كالقدرية العددية والقدرية الإبتكارية، أما العالم "ثرسون" فيرى أن القدرة العقلية هي صفة يحددها سلوك الفرد أي بمعنى أنها صفة تتجدد بما يمكن أن يؤديه الفرد أو ما يقوم به، وهي صفة تظهر نتيجة لأداء معين وبهذا فإنها تمثل سلوكاً ظاهراً يمكن ملاحظته وبالتالي قياسه (زكار، 2003).

ويشير (هرمز وإبراهيم، 1988) إلى القدرة العقلية بأنها تتصل بما يحدث للعقل وهو يستجيب للمثيرات المختلفة أي أن القدرة العقلية تشمل العملية، ونوع مثيرها، والأشكال المختلفة لإستجابتها، ولذلك فقد تؤكد القدرة الناحية العقلية البحتة (كالقدرة الاستقرائية) أو نوع المثير ومادته (كالقدرة العددية) أو شكل الإستجابة، كالقدرة التي تدل على السرعة، أو تدل على الصبر ومدى إحتمال الفرد للأعمال العقلية الطويلة (هرمز وإبراهيم، 1988، صفحة 814).

ومن خلال الآراء السابقة للقدرة العقلية أن هناك اختلافاً بين الباحثين في تحديدهم لهذا المصطلح فبعضهم لا يفرق بينه وبين الإستعداد والبعض يربطه بالتصنيف وتتلاقى هذه الآراء على أن القدرة العقلية ترتبط بالأداء، غير أن البعض منهم وقع في الخلط بين الإستعداد والقدرة، وهو ما يعني أنه لا فرق بين الإستعداد والقدرة إذا كان المقصود بالتدريب هو عملية "التعليم" بمعناها الواسع، وبالتالي تفاعل الفرد مع بيئته، أما قبل التدريب، فإن القدرة العقلية تبقى مجرد إستعداد يميل إلى الجانب الفطري، وبهذا يظهر الفرق بين القدرة والإستعداد (زكار، 2003).

إجمالاً، تشير القدرة أياً كان نوعها ودرجتها إلى "المقدرة على أداء عمل عقلي أو حركي قبل التدريب عليه أو بعده" (الشيباني، 1973، صفحة 71)، أي أنها الإستطاعة الخالصة على الأداء دون فكرة مسبقة أو تمرين أو تطبيق مسبق لهذا العمل أو لهذه الحركة، سواء كانت عقلية أم حركية.

وصنف الكيلاني القدرات العقلية فوضعها في عدة صور منها قدرة العقل وقدرة التأويل ويرى أن تنمية القدرات العقلية في حاجة إلى مراعاة عدد من الأمور منها أن القدرات العقلية تولد كامنة في الإنسان وتتمو وتشتد بالرعاية والتدريب وتضعف وتموت بالإهمال وسوء الاستعمال أو سوء التربية (الكيلاني، 2003).

وعرف الطرييري القدرات العقلية بأنها "مجموعة النشاط العقلي التي تتمركز وتتمحور حول فعاليات وأنشطة معينة ومحددة مما يكسبها صفة التمييز والوضوح والقوة عند بعض الأفراد والعكس من ذلك تكون عند البعض الآخر" (الطرييري، 1995، صفحة 481)، وعرفها زكار نقلا عن (فيري وارن) و(بينجهام) "إن القدرة العقلية هي القوة على أداء الإستجابة، وتشمل على المهارات الحركية، وكذلك تشمل على حل المشاكل العقلية"، أما الدكتور أحمد زكي بدوي فقدم مفهومها على أنها "مقدرة الفرد العقلية على إنجاز عمل ما والتكيف في العمل بنجاح، وهي تتحقق بأفعال حسية أو ذهنية وقد تكون فطرية أو مكتسبة (عن طريق التعلم)" (زكار، 2003)، ويرى الباحث أن القدرات العقلية هي من أهم المواضيع التي لها علاقة مباشرة بالأداء المهاري، إذ إن إعداد اللاعب الجيد في أي نشاط رياضي كان، يستلزم إيفاء متطلبات هذا النشاط من حيث الكفاءة البدنية والعقلية والنفسية والفسولوجية والتشريحية وغيرها، والتي لا بد أن تتوفر في اللاعب حتى يستطيع القيام بالجهد المطلوب على أكمل وجه، إذ هي أحد أهم العوامل الحاسمة في وصول الرياضي إلى أعلى مستويات الأداء المهاري.

2-1-1- خصائص القدرات العقلية في المجال الرياضي

أظهرت نتائج الدراسات على جميع الأنشطة الرياضية على إختلاف أنواعها أن القدرات العقلية لها خصائص هامة ومفيدة نذكر منها:

1. أن هذه القدرات تظهر بوضوح وبشكل جلي وخاصة عند الصراع الحاد، ويرتبط مستوى ظهورها بدرجة الإستنفار للقوى النفسية لدى الرياضي.
 2. في ظروف الإستنفار الأقصى للاعب تصل القدرات العقلية إلى أقصى تقتها وتحسنها في أداء الوظيفة.
 3. سهولة إرتفاع ترددها، وربما تتغير بشكل حاد عند ظهور بعض العوامل الإنفعالية المؤثرة على اللاعب.
 4. إن حدة استمرار نشاطها يتوقف على نوع النشاط الممارس.
- وتتطور وتتحسن هذه القدرات خلال الإعداد التكنيكي والتكتيكي، وذلك باستخدام طرق ووسائل خاصة وتكمن الصعوبة في كيفية ربطها بالقدرات الأخرى مع مراعاة الفروق الفردية.

3-1-1- اتجاهات القدرات العقلية

ويمكن تحديد اتجاهات القدرات العقلية كما يأتي:

أ.الاتجاه النظري: ويتضمن إلمام اللاعبين بالقدرات العقلية ووظيفة كل منها وديناميكيته وعلاقتها بالنشاط الحركي بشكل عام.

ب.الاتجاه العملي: وتنقسم إلى ثلاثة أقسام:

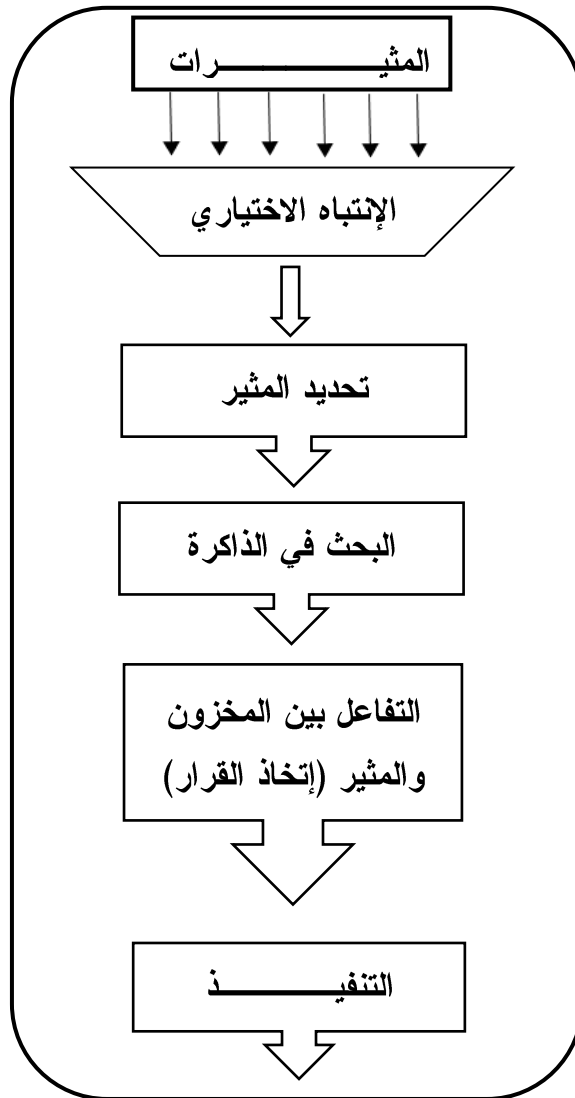
- القسم الأول: ويشتمل على التدريب العقلي لمختلف المهارات باستخدام القدرات العقلية الموجهة لسير الحركة.
- القسم الثاني: ويشتمل على التدريب العملي باستخدام الأجهزة وكذلك الاختبارات الورقية.

القسم الثالث: ويتضمن التدريب على القدرات العقلية المرتبطة بالمهارات على أرض الملعب الخاص لكل لعبة (الضمد، 2000، صفحة 20).

4-1-1 آليات القدرات العقلية

هناك مراحل تمر بها المعلومات ابتداءً من دخولها إلى الجهاز العصبي المركزي يتم تحديدها ومن ثم البحث في الذاكرة عن معلومات لها علاقة بها، ثم التفاعل بين ما هو موجود في الذاكرة وبين المثير الجديد، ويكون نتيجة هذا التفاعل إتخاذ قرار وتنفيذ هذا القرار عن طريق إشارات حسية من الجهاز العصبي المركزي إلى الجهاز العصبي المحيطي ومن ثم إلى العضلات المطلوب عملها وهي:

1. المرحلة الأولى: مثيرات المحيط (المدخلات).
2. المرحلة الثانية: تحديد المثيرات.
3. المرحلة الثالثة: البحث في الذاكرة.
4. المرحلة الرابعة: التفاعل بين المخزون وبين المثير (اتخاذ القرار).
5. المرحلة الخامسة: تنفيذ القرار، وفيما يلي مخطط للعمليات العقلية. (خيون، 2002، الصفحات 48-57)



الشكل الرقم (1) : يوضح مخطط العمليات العقلية.

1-1-5- أنواع القدرات العقلية

تختلف أنواع القدرات العقلية وعلاقتها بعضها ببعض حسب إختلاف النظرة إلى التكوين أو البناء العقلي، وهناك عددٌ كبيرٌ من القدرات العقلية الخاصة والمرتبطة بعضها ببعض كالإستيعاب اللفظي والطلاقة اللغوية والطلاقة العددية وسرعة الإدراك والقدرة الميكانيكية والمكانية. إن إحدى التصورات التي قدمها علماء النفس في تحديد أنواع القدرات العقلية والفروق الفردية بين الأفراد هي النظر إليها كما لو كانت شجرة متفرعة، يمثل الجذع فيها القدرة العقلية العامة، الذي يتفرع عنه فرعان رئيسيان يمثل أحدهما القدرة الأكاديمية المرتبطة بالمدرسة، والآخر يمثل القدرة العملية، ثم يتفرع عن هذين الفرعين فروع صغيرة تمثل القدرات العقلية الأكثر تخصصاً كالقدرة اللفظية والعددية والاستدلالية والإدراكية وقدرات أخرى كالابتكار والتذكر والتفكير والذكاء وغيرها كثيرة.

وهناك شكل آخر منتظم لتحليل القدرات العقلية أعطاها أبعاداً أخرى، بحيث تحلل القدرة العقلية بدلالة بنية ثلاثية البعد تعتمد على نوع المادة التي يدور حولها نشاط القدرة، وعلى نوع العملية التي تقوم بها القدرة، وعلى نتيجة هذا النشاط، مما أدى إلى تحديد أكثر من 120 قدرة عقلية، كما أن هناك أشكالاً أخرى من التحليلات للبنية العقلية تقدم أنواعاً أخرى من القدرات العقلية كتحليل جاردر في الذكاء المتعدد (فؤاد البيهي السيد، 1996).

1-1-6- العمليات العقلية:

يحاول الفرد سواء أكان الانسان العادي أم الرياضي عن طريق العمليات العقلية إرضاء دوافعه وإدراك المحيط، وتعلم الطرق للتعامل مع هذا المحيط، والتفكير في حل ما يعرض على البيئة من مشكلات، وتذكر الماضي لحل مشكلات الحاضر، وإبتكار وسائل ناجعة على عقبات البيئة.

وتتكون العمليات العقلية من (الإحساس والإدراك والتصور والتذكر والتفكير والإنتباه)، وتتضمن سرعة إكتساب المهارات والخطط ودقة التطبيق لها في المواقف المختلفة من المباريات، وتحت ظروف التحميل العالي أثناء التدريب، والعمليات العقلية العليا تلعب دوراً مهماً في إمتلاك الكفاءة الرياضية كأحد أسس الإنجاز الرياضي وذلك عن طريق:

أ. التنمية الجيدة لعمليات الإدراك الحسي-العقلي الحركي بوجود تحكم في مختلف المتغيرات الداخلية في الحركة مثل الشعور بالزمن، والتوقيت السليم والإيقاع المنسجم والإحساس بالمسافة والقدرة على توجيه حركة الجسم في الفراغ.

ب. القدرة على تركيز الإنتباه وتوزيعه وتحويله بشدة متغيرة تحت مختلف الظروف المحيطة بالحركة والداخلية

فيها من حيث المسافات الزمنية الصغيرة. (علاوي و عبد الرحمن، 2003، صفحة 101).

وعلى وفق خصوصية الأداء في النشاط الرياضي فإن الإنتباه والإدراك الحسي هما الأساس الذي تقوم عليه سائر العمليات العقلية الأخرى فلولاهما ما إستطاع الفرد أن يعي شيئاً، أو أن يتذكر أو أن يتخيل شيئاً، أو أن يتعلم شيئاً، أو أن نفكر فيه يجب أن ننتبه إليه وأن ندرکه (راجح، 1979، صفحة 189).

1-1-7- تنمية القدرات العقلية:

استخدم مصطلح التدريب العقلي لوصف الطرق النفسية التي تهدف إلى التحكم والتغيير في سلوك الفرد سواء العقلي أو البدني إلى جانب الإهتمام بالخبرات السابقة، والتدريب المنتظم للمهارات العقلية، والإتجاهات والإستراتيجيات التي تبنى على أساس أن الحالة العقلية يمكن التحكم فيها بنفس الطريقة التي تستخدم في الحالة البدنية (بلعيد، 2008، صفحة 85)، حيث عرفه (روشال، Roshall) أنه "إحدى الطرق الرئيسية للحصول على التحكم وتركيز الإنتباه"، وعرفه (مورجان، Morgan) أنه "إحدى طرق التدريب الخاصة المؤثرة على تغيير السلوك وتعزيز التعلم" (Duff, 2002, p. 152).

ويمثل التدريب العقلي الجزء الأساسي من إعداد اللاعب للدخول في المنافسات فهو يضمن تصور الحركة، وتسلسل المهارات والمواقف والأهداف وجميع أبعاد المنافسة من حكام وملعب وأدوات وأجهزة، ويجب أن يمتلك اللاعب القدرة على تطبيق الخطط الموضوعية وتحليل أداء المنافس حيث أن الإنجازات الرياضية تتطلب قدراً من الإستخدامات العقلية وإصدار القرارات وحتى يكون اللاعب قادراً على القيام بذلك فالواجب تطوير إمكانياته العقلية ولهذا فإن التدريب العقلي يعد جزءاً مهماً من التدريب الرياضي، وترجع أهمية التدريب العقلي إلى أنه لا يقتصر استخدامه على الإشتراك في المنافسة الرياضية، ولكن يستخدم في مجال الحركة بشكل عام وفي مراحل اكتساب المهارات الحركية، وقد بدأ تطبيقه كأحد الأبعاد الرئيسية في المنهاج المدرسي في كل من السويد وأستراليا وإحتل خمسة عشرة دقيقة من درس التربية البدنية (robert & alen, 1997, p. 236).

وزيادة على ذلك فإن التدريب العقلي له أهمية أخرى، كونه عند وصول اللاعب إلى درجة من التمكن يعمل على زيادة قدرته على التنبؤ، وقد تعدى هذا النوع من التدريب حدود المجال الرياضي إلى أبعاد أخرى من مجالات الحياة العادية كالعامل، الصحة، الطب، الفنون وغيرها، ويرجع ذلك أهميته في المساعدة على تعلم المهارات والتحكم في الضغط العصبي وتقدير الذات والإتجاه الإيجابي نحو الحياة (شمعون و الجمال ، التدريب العقلي في التنس، 1996، صفحة 15).

1-2- المحور الثاني: تركيز الانتباه - التصور العقلي - الإدراك الحسو حركي

1-2-1- تركيز الانتباه

أولاً/ مفهوم الانتباه

يُفهم من الانتباه بأنه استعداد إدراكي عام يقوم بتوجيه شعور الفرد نحو موقف معين ككل أو كجزء وفي المجال الحركي هو عندما يجتذب الفرد لشيء ما كتعبير عن حالته، أما في المجال الرياضي فهو الاستعداد لتهيئة الذهن لفترة من الزمن (محمود اكرم و شلش نجاح، 2000، صفحة 181).

ويعد الانتباه من العوامل المهمة للأداء الناجح للمهارات الرياضية، فالرياضي لا يستطيع الوصول إلى مستويات الأداء العالية إلا عندما يوجه كامل انتباهه إلى عملية أدائه للمهارات دون الأشياء الأخرى، وأن الأداء المتميز لا يحدث إلا عندما يركز الرياضي انتباهه على العوامل المرتبطة بالمهارة، فتشتت الانتباه له تأثيرات سلبية على الأداء فعندما يقصد الرياضي انتباهه على المهارة ويكون في حالة نفسية-انفعالية إيجابية سيتمكن من أداء أفضل المستويات التي تسمح بها قدراته البدنية (القيب، 1990، صفحة 281)، وإن من أهم أنواع الانتباه التي ثبت تأثيرها على مستوى الأداء في النشاط الرياضي عملية تركيز الانتباه، فتركيز الانتباه يؤثر على دقة ووضوح وإتقان النواحي الفنية لأجزاء المهارة الحركية، كما له أهمية في تجنب حدوث الإصابات (المركز القومي للبحوث الرياضية، 1992، الصفحات 30-31).

ثانياً/ أنواع الانتباه

أ. **سعة الانتباه:** تعني سعة الانتباه كم أو مقدار المثيرات التي يجب أن يتعامل اللاعب معها في وقت معين وهي تتضمن نوعين هما تركيز الانتباه الواسع، وتركيز الانتباه الضيق.

ب. **اتجاه الانتباه:** يصنف اتجاه الانتباه الى نوعين على أساس المنبه، هل من داخل اللاعب نفسه أي الأحاسيس والمشاعر والأفكار، أم من خارج اللاعب أي البيئة المحيطة به، أي تركيز الانتباه الداخلي والخارجي.

ج. **ثبات الانتباه:** ويقصد بثبات الانتباه قدرة اللاعب على الحفاظ بانتباهه على مثير أو مثيرات معينة لفترة طويلة نسبياً (الضمد، 2000، صفحة 67)

د. **تحويل الانتباه:** ويقصد بتحويل الانتباه "القدرة على سرعة تحويل الانتباه من نشاط معين الى نشاط اخر بالمدة نفسها" (الدريبي، 1985، صفحة 335).

هـ. **توزيع الانتباه:** ويقصد بتوزيع الانتباه بأنه "القدرة على توجيه الانتباه لعدة موضوعات في وقت واحد" (الزهيري، 1996، صفحة 19).

و. **حجم الانتباه:** ويقصد بحجم الانتباه "عدد المعلومات أو المثيرات التي يمكن للاعب الانتباه إليها من بين المعلومات أو المثيرات المدركة في لحظة معينة من الزمن" (الضمد، 2000، صفحة 65).

ي. **تركيز الانتباه:** وتعد هذه الصفة من أهم مظاهر الانتباه وتلعب دوراً هاماً في الوصول إلى المستويات العليا، لما لها من تأثير على دقة ووضوح وإتقان النواحي الفنية لأجزاء المهارة الحركية، ومن المعروف أن درجة

الاتقان للمهارات الحركية لا ترتبط فقط بمؤهلات التدريب بل ترتبط أيضا بقدرة الفرد على تركيز الانتباه لغرض التحكم في مهاراته الحركية (علاوي، علم التدريب الرياضي، 1977، صفحة 290).

ثالثا/ أهمية الانتباه في كرة اليد

تسهم الأنشطة الحركية في كرة اليد بشكل ملموس في النمو الإيجابي للشخصية الفردية والجماعية للفريق أو صورتها التي يبديها من خلال نطاق اللعب والتزامن الشديد بين الإدراك والتفكير الخططي، والنشاط الحركي يصبح جزءاً من طبيعة اللاعب ويتطلب منه التحول السريع والمستمر ما بين الانتباه الواسع والضيق وخاصة أثناء المباريات التي تتطلب سرعة الحركة والتصرف الخططي، ويرتبط هذا التزامن في تأثيراته بصورة كبيرة بالدقة والقدرة على تحويل الانتباه من المجال الواسع الى المجال الضيق العكسي وتبدو أهمية ذلك بوجه خاص أثناء محاولات المناولة أو التصويب على المرمى (علاوي و عبد الرحمن، الاعداد النفسي في كرة اليد (نظريات وتطبيقات)، 2003، صفحة 54).

1-2-2- التصور العقلي

أولاً/ مفهوم التصور العقلي

هناك العديد من المصطلحات التي تصف الاعداد العقلي للمنافسة، ومن ذلك على سبيل المثال نذكر الاسترجاع العقلي، التصور العقلي، الممارسة العقلية، أنواع التدريب العقلي، الرؤية، وبصرف النظر عن تعدد المصطلحات المستخدمة فإن التصور العقلي " هو وسيلة عقلية يمكن من خلالها تكوين تصورات الخبرات السابقة أو تصورات جديدة لم تحدث من قبل بغرض الإعداد العقلي للأداء...، ويطلق على هذا النوع من التصورات العقلية "الخريطة العقلية"، فكلما كانت هذه الخريطة واضحة لأجزاء الجسم تحدد ما هو مطلوب منه" (راتب، 2000، صفحة 117). والتصور العقلي أكثر من مجرد رؤية فهو خبرة في عيون العقل، ومن الأخطاء الشائعة أن التصور العقلي يرجع فقط إلى حاسة البصر وعلى الرغم من أن ذلك يعد صحيحاً جزئياً، وأن حاسة البصر تشكل جانبا أساسياً من عملية التصور، إلا أنه " يمكن أن يتضمن أحداً أو مجموعة من الحواس الأخرى مثل اللمس أو السمع أو تركيبات منها ويفضل استخدام جميع الحواس كلما أمكن ذلك (الضمد، 2000، صفحة 197).

وتعليل أهمية التصور العقلي يكمن فيما شرحه الخبراء عن هذه العملية العقلية المهمة، فقد توصل **مارتينز (Martenz)** إلى أن "التصور الصحيح للمهارة الحركية ينتج عنه استجابات عصبية عضلية مماثلة للاستجابات الفعلية، إذ تؤدي عملية التصور هذه إلى إرسال إشارات عصبية من الجهاز العصبي إلى العضلات لتنفيذ المهارة المطلوبة" (Martenz, 1987, p. 1).

وبالرغم من ظهور تعريفات متعددة ومختلفة لكثير من الخبراء والعلماء إلا أن تعريف **ريتشاردسون (Richardson)** مازال شائع الاستعمال في مختلف الدراسات، حيث أنه يعرفه على أنه "جميع أنواع الخبرات شبه الحسية التي نشعر بها في العقل الواعي في حالة غياب المثيرات الشرطية التي تستدعي ظهور مظاهرها الحسية والإدراكية الحقيقية" (شمعون، 1996، صفحة 316).

عموماً فإن التصور العقلي عملية فردية، وهو لب عملية التفكير الناجحة، ويلعب التصور دوراً هاماً في عملية التعلم الحركي، ففي عملية تعلم الحركات الجديدة يعطي المعلم أو المدرب صورة عامة على الحركة، فالتصور عملية موجودة أساساً و جوهرية يدركها كل الرياضيين على أنها شرط أساسي للإنجاز الرياضي الجيد وفق التخطيط المسبق للرياضي في تنفيذ مهارة حركية معينة، "وتؤكد نتائج البحوث أنه عندما يمارس الرياضي تصوراً لمهارة معينة فإن عقله يستقبل هذه الصورة كما لو كانت للممارسة البدنية الفعلية للمهارة وهذا ما يزيد من قوة التصور العقلي لأنه يسمح للرياضي بأن يمارس المهارة الرياضية دون أن يكون متواجداً في بيئة التمرين".
(محمود، 1987، الصفحات 13-14)

ثانياً/ أنواع التصور العقلي

أ.التصور الإيجابي لتعزيز مفهوم الذات:

إن هذا النوع من التصور يشبه نوعاً ما حالة (التنويم المغناطيسي)، إذ يستطيع الرياضي أن يستقبل أفكار ووجهات نظر جديدة تساعده في تعزيز مفهومه الذاتي عن طريق تصور نفسه وهو ينفذ واجبات معينة وبنجاح.
ب.التصور الإيجابي في البيئة:

يستعمل هذا النوع من التصور في العلاج السلوكي إذ يستطيع الرياضي عن طريقه ان يخلق البيئة الإيجابية اللازمة لتطوير المهارة وأداء الفعالية باسترخاء ونجاح دائم ومن ثم يؤدي الى إزالة مخاوفه والتغلب على حالات الإحباط او الشعور بالفشل وعن طريق التكرار سيتمكن الرياضي من ربط النجاح بالبيئة التي يتصورها في ذهنه.
ج.التصور الإيجابي في فعالية:

يستعمل هذا النوع من التصور عندما لا يتمكن الرياضي من أداء بعض الفعاليات بشكل جيد لأنها تثير نوعاً من التردد والتخوف فعلى سبيل المثال يتخيل الرياضي نفسه وهو يؤدي الفعالية حسب التسلسل والمواصفات الفنية و البدنية المطلوبة لنجاح الأداء مع التركيز على الفعاليات الإيجابية الخاصة بهذه المهارة الى ان يربط بين أداء المهارة و الإحساس الإيجابي الممتع الذي يرافق النجاح في الأداء وبهذه الطريقة يستطيع الرياضي ان يحول اية خبرة سلبية الى حالة نجاح نسبي ويزيد من ذاكرته ما يحس به من خيبة امل وشعور بالنقص بسبب الفشل.
(أنويا، 2002، الصفحات 96-99)

ثالثاً/ مبادئ التصور العقلي:

يتوقف الاستخدام الجيد للتصور العقلي على مجموعة من المبادئ:

1-التصور العقلي للأداء ونتائجه:

يجب أن يتصور اللاعب كلا من أداء المهارة الى جانب نتائج هذا الأداء.

2-الانتباه الى التفاصيل:

كلما زاد التركيز على التفاصيل للمهارة كان استخدام التصور العقلي أكثر فاعلية في التأثير على مستوى الأداء، حيث أن لاعب كرة اليد يضع في الاعتبار سطح الملعب...الخ.

3- التركيز على الإجابات:

يجب أن يكون تركيز التصور العقلي على الأداء الناجح لأن ذلك يدعم العلاقة بين المثير والاستجابة ويعمل على الارتقاء بمستوى الأداء.

4- التصور العقلي للمهارة ككل:

يكون التصور العقلي للمهارة في إطارها الكلي، وليس التركيز على جزء من أجزاء المهارة لأن المهارة يتم التحكم فيها بواسطة البرنامج الحركي ولذلك من الأهمية ممارسة البرنامج كاملاً.

5- التصور العقلي قبل الأداء مباشرة:

يجب على اللاعب استخدام المهارات التصورية لإسترجاع المهارة على الأقل مرة واحدة قبل الأداء مباشرة ويعتمد على طريقة اللاعب الخاصة وطبيعة النشاط الممارس.

6- التصور العقلي في نفس سرعة الأداء:

عادة ما يميل اللاعب إلى أداء التصور العقلي في صورة أسرع من الأداء المهاري، حيث أن ممارسة الأداء المهاري في سرعته المثالية يساعد اللاعب على تعلم التوقيت السليم للمهارة وكذلك على التصور العقلي.

7- التصور العقلي لمدة قصيرة من الوقت:

يحقق التصور العقلي لفترة من الزمن نتائج إيجابية ويجنب اللاعب الصعوبات التي يواجهها عند محاولة الاحتفاظ بالتركيز لمدة من الوقت (الضمد، 2000، الصفحات 200-202).

رابعاً/ أهمية التصور العقلي

- يساعد في وصول اللاعب الى أفضل ما لديه في التدريب او المنافسات وذلك من خلال الاستخدام اليومي للتصور العقلي في توجيه ما يحدث لاكتساب وممارسة وتطوير المهارات الحركية باستعادة الخبرات السابقة واسترجاع الاستراتيجيات الواجب اتباعها في المنافسات.
- من خلال الممارسة والاستمرار في التدريب على التصور العقلي يتم التطوير الى الدرجة التي يمكن فيها الحصول على الإحساس المصاحب واسترجاع الخبرات السابقة لتحقيق الأهداف والتعامل مع الاستراتيجيات الموضوعية.
- يساعد اللاعب على تصور الأداء الجيد مباشرة قبل الدخول في منافسات.
- يساهم في استدعاء الإحساس بالأداء الأمثل وتركيز الانتباه على المهارة قبل الدقيقة الباقية على الانطلاق لتحقيق الأهداف.
- يصبح التصور ذا نفع كبير بعد الأداء الناجح وخاصة عندما تسمح طبيعة التنافس بذلك إذ يعمل على تأكيد الخبرة ومتابعة الأبعاد الناجحة للأداء.
- استبعاد التفكير السلبي وإعطاء المزيد من الدعم في الثقة بالنفس وزيادة الدافعية وبناء أنماط الأداء الإيجابي وتحقيق الأهداف (عدنان ، 2004 ، صفحة 30).

1-2-3- الإدراك الحسو حركي

أولاً/ مفهوم الادراك

يعد الإدراك من أبرز العوامل التي تشكل السلوك الإنساني، حيث أن سلوك الفرد يمثل إنعكاساً لإدراكه، إذ يرى الخولي وآخرون بأن "الإدراك هو قدرة الفرد في إدارة المعلومات التي تأتي له من خلال الحواس، وعملية تشغيل المعلومات وردة الفعل في ضوء السلوك الحركي الظاهري" (الخولي و آخرون، 1994، صفحة 199).

وذكر (حسان، 1989) نقلاً عن ديرفر (Drever) أن الإدراك هو "عملية تؤدي إلى أن يصبح الفرد واعياً لشيء ما في محيطه، وتحدث هذه العملية بشكل فوري ومفاجئ" (حسان، 1989، صفحة 137)، ويرى (محبوب، 2001) نقلاً عن سينجر (Singer) أن "الإدراك هو تفاعل عدة إحساسات في وقت واحد، وأن التمييز أو التفريق بين الإحساس والإدراك يمكن أن يساعدنا على فهم هذه الإصطلاحات بصورة أفضل، فالإحساس معناه إستلام المثير بينما الإدراك معناه تفسير المثير" (محبوب، نظريات التعلم والتطور الحركي، 2001، صفحة 41).

مما تقدم، يمكن أن نستنتج أن عملية الإدراك هي ليست عملية إنطباع صورة في الدماغ فحسب، ولكنها إستجابات أو تفسيرات لهذه الصورة.

ثانياً/ مفهوم الادراك الحسو حركي

يحتل الإدراك الحسو حركي مكانة وأهمية كبيرة في مجالات الحياة المختلفة، ولذلك لإعتباره مهماً في جميع حركات التوافق، وهذا الحس يسمى بالحس-حركي أو بالإثارة الإستقبالية الذاتية، إذ يعني الإحساس الذي يعطينا قدرة فائقة على إدراك وضع الجسم وأعضائه في الفراغ، إلى درجة تمكننا من معرفة مسببات الحركة بدون إستعمال حواسنا الخمس، فهو راجع أحياناً إلى الإحساس العضلي، أو ما يسمى بالحاسة السادسة (السكري، 1990، صفحة 19).

كما يرى سايج (Sage, 1981) بأنه "عبارة عن ادراك الفرد بين أوضاع وحركات أجزاء الجسم على أساس المعلومات غير البصرية والسمعية واللفظية" (Sage, 1981, p. 299)، ويرى كرايتي (Cratty, 1975) بأنه "هو العملية الحركية التي تربط المعاني بالأشياء والحوادث والحالات التي تظهر في الحيز الزمني أو المكاني القريب من الفرد" (Cratty, 1975, p. 69).

ويذكر محبب أن "الإدراك الحسي يسبق متطلبات الموقف" فهو إذن عملية مفسرة وبعد التفسير يتطلب من الموقف الحركي أن يتطور بالتكرار والتجربة وكفاءة الفرد (محبوب، علم الحركة والتعلم الحركي، 1989، صفحة 33).

ويشير (حسين، 1990) إلى أنه الدعامة الأولى للمعرفة الإنسانية ويعطي معنى للمحسوسات أو الحوافز المختلفة وأن الأجهزة المخصصة في هذه العملية هي الجهاز الحسي والعصبي وأن سلامة الأجهزة ودرجة نموها تؤثر في عملية الإدراك (حسين و محمود، 1989، صفحة 92).

ومما تقدم يمكننا القول بأن الإدراك الحسو حركي هو إدراك الإحساس الذي يعطينا معلومات عن أوضاع الجسم وقوة إنقباض عضلاته وإتجاهها أثناء الحركات الإرادية، كذلك هو عملية توضيح وتفسير المثيرات الحسية التي تتم بها معرفتنا للأشياء من حولنا عن طريق الحواس، كأن ندرك أن اللاعب الكائن في ساحة الملعب هو زميل في الفريق، وذلك اللاعب الآخر خصم منافس وأن هذا الصوت هو صوت صافرة الحكم تتطلب تفسيراً

وهكذا وكما تبين لنا أن الإدراك يختلف من شخص لآخر، وهو يعتمد على خلفيته وخبرته وتعلمه وحدة إبصاره وإنتباهه وكذلك توقعه لجميع الحالات الموجودة في المحيط كما يفسرها في عقله.

ثالثاً/ أهمية الإدراك الحسو حركي في المجال الرياضي

يمثل الإدراك الحسو حركي وظيفه من الوظائف النفسية والحركية والعقلية المهمة التي تسهم في استيعاب الفرد واكتسابه العادات والقدرات الحركية في كثير من الأنشطة التي تحتاج إلى دقة العلاقات المكانية والزمانية والحركية إذ أن مستقبلات الإدراك هي المسؤولة عن تغيير وضع الجسم وتشكيله وتكيفه واتجاهه وعلاقة أجزائه بعضها ببعض الآخر (الراوي، 1998، صفحة 15).

ويذكر (الجبيلي، 1990) نقلاً عن علاوي وعبد الفتاح "أن المستقبلات الحسية الموجودة في العضلات والأوتار والمفاصل تقوم بإرسال إشارات عصبية حسية تحمل معلومات عن مدى تقصير العضلة أو تطويلها وعن مدى توترها وارتخائها وعن سرعة الانقباض العضلي وقوته وعن أوضاع أجزاء الجسم المختلفة وأوضاع الجسم ككل وعن تغييرات هذه المعلومات على دقة تقدير اللاعب للأداء الحركي من خلال التحكم بالجهاز العصبي في أداء الحركات المكتسبة وإتقانها أثناء عمليات التعلم الحركي والتدريب الرياضي (الجبيلي، 1990، صفحة 199).

ويمكن الإدراك الحسو حركي الفرد الرياضي من التمييز بين الأدوات التي تتناسبه والتي لا تتناسبه وتبرز أهمية الإدراك الحسو حركي في مجال النشاط الرياضي بالتنفيذ الناجح للمهارات الحركية المعقدة والتي تحتاج إلى مقدار معين من القوة (النعيمات، 1995، صفحة 17).

فضلاً عن ذلك فإن تحديد العلاقات الزمانية في العمل الحركي وتناسق الحركات المختلفة يعد من عمليات الإدراك المعقدة، وهذا يعتمد على التنسيق الدقيق في تقلص العضلات وارتخائها، ومثال ذلك في حركة الخطوات وتكرارها، كذلك الإدراك المكاني فهو الآخر يمثل أهمية كبيرة في العمل الحركي، إذ أن إدراك المكان يمكن أن يكون بتنسيق الأحاسيس والحس للحركات ومما له أهمية في إدراك الصفات المكانية للمادة (الشكل، الحجم، التركيب، المسافات بين المواد، الوضع، البعد) حيث تلعب حاسة البصر دوراً مهماً في هذا المجال.

(رشيد فاضل، 2000، الصفحات 24-25)

ومما تقدم نستطيع أن نؤكد أن الإدراك الحسو حركي في النشاط الرياضي عملية مهمة في تأدية الواجب الحركي، إذ يتم من خلالها تبادل الإشارات العصبية الحسية والحركية بين الجهاز الحركي (عضلات وأوتار ومفاصل) والجهاز العصبي بما يحقق الأداء الجيد للمهارة.

1-3- المحور الثالث: الأداء المهاري في كرة اليد.

1-3-1- الأداء المهاري

أولاً/ مفهوم الأداء

هو كفاءة العامل لعمله ومسلكه فيه، ومدى صلاحيته في النهوض بأعباء عمله وتحمل المسؤولية في فترة زمنية محددة، وبناءً على هذا المعنى فإن كفاءة الفرد تركز على إثنين هما:

- أولاً: مدى كفاءة الفرد في القيام بعمله: أي واجباته ومسؤولياته.
- ثانياً: يتمثل في صفات الفرد الشخصية، ومدى ارتباطها وأثارها على مستوى أدائه لعمله، ويذكر أحد الخبراء مستنتجا (Thomas، 1989) أن علماء النفس العاملين في الحقل الرياضي، وجدوا ارتباطات بين مفاهيم عديدة ومتشعبة كالقدرة، الاستعداد، الدافعية، وأغلبها تشكل مفهوم الأداء، مضيفاً أن الأداء هو الاستعداد بالإضافة إلى المهارات المكتسبة (عروسي و معمر، 2004، صفحة 40).

ويستخدم مصطلح الأداء بنفس المعنى والمفهوم حيث يطلق عليه مصطلح الأداء الأقصى ويستعمل بشكل واسع للتعبير عن المهارات التي يمكن رؤيتها وملاحظتها في جميع المجالات منها المجال النفسي الحركي والتي تتطلب تذكر المعلومات وإظهار القدرات والمهارات (رضوان، 1992، صفحة 168).

ثانياً/ أنواع الأداء:

أ/ الأداء والواجهة:

أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين لنوع الأداء نفسه في وقت واحد.

ب/ الأداء الدائري:

طريقة هادفة للتدريب تؤدي إلى تنمية الصفات البدنية وخاصة القوة العضلية والمطاولة.

ج/ الأداء في المحطات:

أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين مع التغيير في المحطات أو أداء الصف كله في محطات مختلفة.

(حسين، 1998، الصفحات 41-42)

ثالثاً/ مفهوم المهارة

لغة: أخذت هذه الكلمة من فعل مهر أي حذق وأتقن، والماهر هو الحاذق والسابح الجيد.

(المنجد في اللغة العربية والأعلام، 1987، صفحة 177)

أما اصطلاحاً فالمهارة هي الأداء المتقن والتميز في إنجاز أي عمل لضمان النجاح والتفوق، وتشمل جميع مجالات الحياة، فالرسم المبدع هو الذي يجيد مهارات الفنون التشكيلية، والعامل المتميز هو الذي يتقن مهارات عمله، والموسيقي الماهر هو الذي يجيد العزف على الآلات الموسيقية، والكاتب المتفوق هو الذي يتحكم في مهارات الكتابة، فالمهارة مصطلح يصعب تحديد أو إيجاد تعريف مطلق له، ويرجع ذلك كل من (محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان)، إلى كونها تشير إلى مستويات نسبية من الأداء، أي إلى درجة من الجودة منسوبة إلى مستوى الفرد ومستويات الجماعة، ويستدلان بذلك برأي (Singer)، الذي يرى أنه يمكن التعبير عن مصطلح المهارة وفقاً لنوعين من المستويات هما، المستوى النسبي والمستوى المطلق، فالمستوى النسبي حسب

هذا العالم هو مدى تحصيل الفرد في نشاط ما بالمقارنة مع مستوى زملاءه في نفس النشاط، أما المطلق فهو مقارنة المستوى المهاري للفرد بمحكات تقويم توضع في شكل هرمي، تصنف فيه المستويات المطلقة للمهارة في الأنشطة الخاصة بها، وتحدد هذه المستويات مسبقا كمتطلبات رئيسية للأعمال المختلفة حيث يطلق عليها اسم مستويات المهارة القياسية، وتستخدم كمحكات لتحديد المستوى المهاري المطلق للفرد مثل محكات القبول بالكليات والمعاهد ونظام التنقيط في الجمناز والغطس وغيرهما (علاوي و رضوان، 1987، صفحة 20).

ويرى **كتاب (Knappe)**، أن المهارة هي استجابات حركية لتوجيهات تصدر من المخ.

(علاوي و رضوان، 1987، صفحة 20)

وتشمل المهارة كافة الاداءات الناجحة للتوصل إلى أهداف سبق تحديدها، شريطة أن يتميز هذا الأداء بالإتقان والثقة (حماد، 2002، صفحة 13)، وتدل المهارة على مقدرة الفرد على التوصل إلى نتيجة من خلال القيام بأداء واجب حركي بأقصى درجة من الإتقان مع بذل أقل قدر من الطاقة في أقل وقت ممكن (حماد، التدريب الرياضي الحديث، 2001، صفحة 2).

أما **هيل توماس (Thomas Hil)**، فيقول "هي سلوك معين لفرد يحددها عامل السرعة والدقة والأداء ويحكمها عامل النجاح، والغرض الموجود، وهي تعتمد على نوع من الرقابة الذاتية التي تفسر مميزات الاقتصاد الثابت.

(hil, 1987, p. 30)

أما **فاينيك (Weinek)**، فيعرفها بأنها حل لمشكل حركي معين بطريقة عقلانية واقتصادية.

(weineck, 1990, p. 223)

ويشاطره الرأي **وجيه محجوب**، في اعتبار المهارة حلاً لمشكل حركي أو مسار حركي بجميع اجزائه.

(محجوب، 1987، صفحة 56)

وكخلاصة لجميع هذه التعريفات يمكن القول بأن المهارة هي قدرة الفرد على أداء أو إنجاز عمل أو واجب محدد، ينتج عن عملية التوافق بين العوامل الوجدانية والبنائية، بحيث تضمن الإتقان، والاقتصاد في الجهد والوقت.

رابعاً/ مفهوم الأداء المهاري

هو نظام خاص لحركات تؤدي في نفس الوقت وحركات تؤدي بالتوالي، ويقوم هذا النظام بالتنظيم الفعلي للتأثرات المتبادلة للقوة الداخلية والخارجية والمؤثرة في الفرد الرياضي بهدف إستغلالها بالكامل وبفعالية لتحقيق أحسن النتائج الرياضية، وهو مستوى اللاعبين ومدى إتقانهم للمهارات التي تتضمنها اللعبة (الفتاح و السيد، 2002، صفحة 374)، كما أنه يشير إلى الصورة المثالية للأداء الفني والطريقة الفعالة لتنفيذ مهمة حركية معينة (الفتاح و السيد، 2002، صفحة 194).

خامسا/ مراحل الأداء المهاري

و هناك أربعة مراحل وهي:

أ/ مرحلة التوافق الاولي للمهارة

تهدف هذه المرحلة إلى تكوين التشكيل الأساسي الاولي لتعلم المهارة الحركية وإتقانها، وتبدأ بإدراك اللاعب للمهمة الحركية ثم تاديتها بشكل مقبول من حيث مكوناتها الأساسية دون وضع أية إعتبارات بالنسبة لجودة ومستوى أداء المهارة الأساسية، وتتميز هذه المرحلة بالزيادة المفرطة في بذل الجهد مع إرتباط بقلّة وكفاءة الأداء المهاري.

ب/ مرحلة اكتساب التوافق الجيد للمهارة

تدفع هذه المرحلة إلى تطوير الشكل البدائي للمهارة الأساسية والتي سبق للاعب ان اكتسبها من خلال الأداء في مرحلة اكتساب التوافق الاولي للمهارة الأساسية مع التخلص من أداء الزوائد الغير اللازمة لأداء الحركة، ومع البعد عن وجود فوائض أثناء سير الحركة مع تجنب التصلب العضلي وقلة حدوث الأخطاء.

(البساطي، 1998، الصفحات 26-27)

ج/ مرحلة إتقان وتثبيت أداء المهارة

إن الهدف الأساسي لهذه المرحلة هو الوصول باللاعب إلى أداء المهارة الأساسية بصورة آلية، وخلال هذه المرحلة يمكن تثبيت أداء الحركة وتصبح المهارة الأساسية أكثر دقة وإنسيابية وإستقرار من حيث شكل الأداء وذلك من خلال تطوير التوافق الجيد لأداء المهارة الأساسية وهذا يؤدي إلى إتقان الأداء الحركي للمهارة بصورة ناجحة وثابتة حتى لو تم أداء الحركة في ظل ظروف تتميز بالصعوبة كوجود منافس أو أكثر أثناء الأداء المهاري أو من خلال أداء المباريات التجريبية (البساطي، 1998، الصفحات 28-29).

سادسا/ أهمية الأداء المهاري

إن كمالية المهارات الحركية من حيث أنه الهدف المرجو من عملية الأداء المهاري، وهو أساس الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية فمهما بلغ مستوى الصفات البدنية للفرد الرياضي، ومهما اتصف به من سمات وقدرات، فانه لن يحقق النتائج المرجوة إلا إذا أتقن وإكتمل أدائه الحركي الرياضي في نوع النشاط الذي يتخصص فيه.

فبدون التطبيق الجيد للمهارات الأساسية لا تنفذ الخطط والتكتيكات في الملعب أو في المنافسة الرياضية فالمهارات الأساسية هي وسائل تحقيق هذه التكتيكات والخطط، بسيطة كانت أو معقدة، وهي في كل الأحوال تمثل نقطة تحول بالغة، وبدونها يصعب بالتأكيد تحقيق الأهداف والنتائج المرجوة، كما أن تطوير الصفات البدنية العامة والخاصة وما يربطها مع المهارات الحركية والقدرات الخططية هو من أبرز الاتجاهات الحديثة في التدريب الرياضي، وذلك بتكرار المهارة من خلال تمرينات تطبيقية وأخرى نظرية، وتمرينات المنافسة مما يؤدي إلى اكساب الفرد الرياضي صفة الآلية وسرعة رد الفعل عند الأداء المهاري في مواقف المنافسة المختلفة.

ولما كانت المهارات هي القاعدة الأساسية لأي نشاط رياضي سواء كانت مهارات بأداة أو بدونها إذاً وجب

الإهتمام بالمهارات الأساسية للفرد الرياضي، فالمهارة هي وسيلة تنفيذ الخطة (ابو عبدو ، 2002، الصفحات 33-37)

1-3-2- الأداء المهاري في كرة اليد

يشمل الأداء المهاري في كرة اليد المهارات الحركية الهجومية والدفاعية، وتعتبر هذه المهارات التطبيقية أساسية في اللعبة، و تشكل مع الجانب البدني والخططي والناحية النفسية والعقلية روح الأداء المتكامل والناجح من كل الجوانب، كما تعتبر المهارات الحركية الموضع الأكثر حساسية فهو غالباً ما يأخذ الوقت الأطول خلال فترات التدريب، فهي الأساس بالنسبة للاعب المبتدئ، وكذلك الأمر بالنسبة للاعب المتقدم أو المحترف فهو يطمح ان يرفع منها إلى درجة الإتقان والكمال، مما يؤدي إلى إحرازه أو إحراز فريقه الهدف، كما ينال المدرب في هذا الجهد البالغ والتفكير المضمني من أجل بحث سبل ترقية هذه المهارات.

أولاً/ الاستقبال والتمرير

الاستقبال والتمرير مهارتان متلازمتان ولا يمكن الفصل بينهما إلا لتوضيح الناحية التعليمية لكل منهما فكلتاهما تؤثر على الأخرى وتتأثر بها، وتعتبر هاتان المهارتان القاعدة الأساسية التي تبنى عليها باقي المهارات الأخرى، فليس هناك تنطيط للكرة أو خداع أو تصويب إلا إذا سبقه تمرير وإستقبال، كما أن الخطأ خلال إبعائهما معناه فقط حيازة الكرة وإنتقال الفريق من مهاجم إلى مدافع (ابراهيم، 2004، الصفحات 93-94).

أ/ إستقبال الكرة

يجب على اللاعب إتقان إستقبال الكرة حتى يمكنه بالتالي سرعة التصرف بها، وما هو بديهي ان يستقبل اللاعب الكرة باليدين في كل فرصة، بالإضافة إلى مهارة استقبال الكرة بيد واحدة في بعض الحالات التي يضطر إليها، كما يجب على اللاعب الذي يقوم بلقف الكرة أن يتخذ مكانه بصورة تسمح بسرعة تأمين الكرة وتمنع المنافس من الإشتراك فيها أو تشتيت مسارها، وتنقسم مهارة استقبال الكرة إلى ما يلي:

*لقف الكرة *إيقاف الكرة *إلتقاط الكرة

- **لقف الكرة** : ويتكون من : اللقف باليدين - اللقف بيد واحدة.
- اللقف باليدين : لقف الكرات العالية، الكرات المنخفضة، الكرات العالية باليدين.
- اللقف بيد واحدة : تتطلب بعض مواقف اللعب لقف الكرة بيد واحدة نظراً لإستحالة التحكم فيها باليدين وهذه الحالة تتطلب قدرة خاصة وهي الإحساس بالكرة بالإضافة إلى ضرورة تقدير قوة وصحة توقع خط طيرانها.

- **إيقاف الكرة** : تستخدم مهارة إيقاف الكرة لمحاولة اللاعب فرض سيطرته على الكرة في حالة سوء التمريرة أو عند استحالة اللقف الصحيح للكرة (ابراهيم، 2004، الصفحات 96-97).

- **إلتقاط الكرة** : يحدث في بعض حالات اللعب سقوط الكرة ودحرجتها على الأرض عند إرتدادها من الهدف أو منطقة المرمى، وكذا على إثر تمريرة خاطئة أو بسبب فاعلية المنافس ويتطلب الأمر من أقرب لاعب محاولة إلتقاطها حتى يستطيع معاودة اللعب، وقد يظهر للبعض أن إلتقاط الكرة من الأمور السهلة ولكن الواقع يثبت ان كثيراً من اللاعبين يصعب عليهم السيطرة على الكرة وخاصة أثناء الجري.

(ابراهيم، 2004، صفحة 98)

ب/ التمرير

هو نقل الكرة من حيازة اللاعب المستحوذ عليها طبقاً لطبيعة اللعب، والظروف التي يفرضها الموقف المتشكّل، مستخدماً في ذلك أي نوع من أنواع التمرير التي تحقق الهدف من استخدام التمريرة خلال استمرار سير اللعب، ودون مخالفة لقواعد اللعب ذاتها (عبد الحميد و فهمي، 1987، صفحة 143)، وينقسم التمرير إلى :

- **التمريرة الكرابجية** : تعتبر هذه التمريرة من أهم التمريرات في كرة اليد وتستخدم سواء في التمرير أو التصويب على الهدف، وهناك نوعان لهذه التمريرة طبقاً لطريقة الأداء هما :

- التمرير من الارتكاز: ويستخدم غالباً عند التمرير لمسافات طويلة أو عند التصويب على الهدف نظراً لما تتميز به من وحدة كبيرة.

- التمرير من الجري : يستخدم هذا التمرير في جميع مواقف اللعب وعند التصويب، ويتميز بالسرعة بمقارنته مع التمرير من الارتكاز (ابراهيم، 2004، الصفحات 101-103).

- **التمرير البندولية (المرجحة)** : يمكن تحقيق الأداء المؤكد للتمريرات وخاصة عند الحجز وتغيير الأماكن عن طريق إرسال الكرة باستخدام التمريرات البندولية على مستوى الحوض وذلك لان جسم اللاعب المستحوذ على الكرة يكون في هذه الحالة بين لاعب المنافس والكرة نفسها ويمكن تقسيمها إلى :
التمريرة البندولية إلى الامام – التمريرة البندولية إلى الخلف – التمريرة البندولية إلى الجانب (عبد الحميد و فهمي، 1987، صفحة 153)

- **التمريرة الصدرية** : أثبتت التمريرة الصدرية ملائمتها بصورة متزايدة كصورة من صور التمرير وهناك طريقتين لصور التمريرة الصدرية هما:

- **باليدين** : تستخدم هذه التمريرة للمسافات القصيرة بسرعة توجيهها بدقة، وتؤدي عند استقبال الكرة ي مستوى الصدر، ويحتم الموقف سرعة التمرير إلى الزميل في مكان خال مناسب، وتخرج الكرة بمجرد استقبالها بإمتداد مفصلي المرفقين ودفع الرسغين، بعد التمرير تشير أصابع اليدين للخارج.

- **بيد واحدة** : تستخدم بسرعة التمرير بمجرد الاستقبال باليدين إلى زميل ناحية الجانب ويكون الممرر في حالة حركة في الأمام (ابراهيم، 2004، صفحة 107).

ثانياً/ التصويب

إن هدف مباراة كرة اليد هو إصابة الهدف والفريق الفائز هو الذي ينجح في إصابة مرمى الفريق الخصم بعدد أكبر من الأهداف، ولذا تعتبر مهارة التصويب الحد الفاصل بين الفوز والخسارة، فالتصويب الناجح على الهدف هو الجزء الأهم من الخطوات الأولية كالمهارات الأساسية والخطط الهجومية بطرقها المتنوعة، وبالفشل في تحقيق هذه المهارة تلغى جميع الخطوات السابقة وتصبح عديمة الفائدة، بالإضافة إلى أن هذه المهارة يعشقها اللاعبون وال جماهير على حد سواء وتجذبهم أكثر من المهارات الأخرى، وفي كرة اليد يمكن التمييز بين التصويبات كالتالي : بعيدة المدى، التصويبات القريبة، رمية الجزاء، الرمية الحرة المباشرة.

***التصويب البعيد:** ويقصد به التصويب أمام مدافع أو في حدود خط الـ9 متر أو خارجه في حالة وجود ثغرة في دفاع المنافس ويجب أن يتميز هذا النوع بالقوة مع دقة التوجيه للتمكن من التغلب على المدافع وحارس المرمى، كما يجب مراعاة عامل التغيير بالنسبة لإختيار مكان توجيه التصويبة مما يسهم في مفاجأة حارس المرمى، وتعتبر التصويبات العالية وخاصة في الزوايا العليا للمرمى من أفضل أماكن التوجيه بالنسبة لهذا النوع من التصويب. (ابراهيم، 2004، الصفحات 106-107)

***التصويب القريب:** وهو الذي يؤدي بالقرب من دائرة الهدف، كما في حالة حيازة مهاجم الدائرة على الكرة، أو في حالة الهجوم الخاطف أو قطع مهاجم في إتجاه الدائرة وتحرير الكرة إليه للتصويب، ومن المستحسن في هذه الحالة قيامه بالوثب أو السقوط لإمكان التخلص من المدافع، وأهم ما يتميز به هذا النوع هو حسن توجيهه وليس قوة التصويب، ولذا يجب مراعاة موقف حارس المرمى عند توجيه التصويبة، وتتداخل مع التصويب رميات نذكر منها :

رمية الجزاء : وهي عبارة عن كفاح بين الرامي وحارس المرمى والتي يلعب فيها عامل القدرة على التركيز وقوة الاعصاب بالنسبة للرامي دوراً هاماً، ويتحدد اختيار الزاوية التي يجب التصويب إليها، وكذا ارتفاع التصويبة طبقاً لخبرة الرامي وسلوك حارس المرمى.

الرمية الحرة المباشرة: نادراً ما تتجح هذه الرمية في إصابة الهدف وخاصة في حالة حسن قيام المدافعين بعمل حائط دفاعي إلا عقب بعض حركات الخداع أو بعض الحالات المفاجئة، وعلى سبيل المثال قبل انتظام حارس المرمى أو حائط الصد، ومما يساعد على ذلك إن الرمية الحرة يسمح بأدائها حالياً دون إشارة من الحكم، ويمكن تلخيص أهمها في: التصويبة الكرابجية (تصويبة الكتف)/ التصويبة بالوثب/التصويب بالسقوط/التصويب بالطيران/التصويب الخلفي/التصويبة الحرة المباشرة (ابراهيم، 2004، الصفحات 109-108).

ثالثاً/ تنطيط الكرة :

يتم استخدام مهارة التنطيط من أجل اكتساب مسافة في حالة انفراد المهاجم بحارس المرمى حيث يجب ان يستعمل اللاعب السرعة القصوى في تنطيط الكرة للوصول إلى دائرة الهدف للتصويب، ولأداء هذه المهارة يراعى ان تتم حركة تنطيط الكرة بيد واحدة وأساساً من رسغ اليد مع مراعاة إرتخاءه ومرونته، تدفع الكرة باليد المفتوحة لتنطيطها بعد إرتدادها من الأرض (السامرائي، 1987، صفحة 63).

رابعاً/ مهارة الخداع

يستخدم المهاجم الخداع كوسيلة للتخلص من إعاقه منافسه ويعتبر من المهارات الحركية الهامة والتي يعتمد نجاحه فيها على مدى إتقان اللاعب للمهارات السابقة والخداع نوعان كالخداع بدون كرة والذي يشتمل على :

- الخداع البسيط بالجسم/الخداع المركب بالجسم
- والخداع بالكرة ويشتمل على: الخداع بالتمرير ثم التمرير/ الخداع بالتصويب ثم التمرير/ الخداع بالجسم ثم التمرير/ الخداع بالتمرير ثم التصويب/ الخداع بالوثب ثم التصويب.

(ابراهيم، 2004، صفحة 132)

1-4-4- المحور الرابع: المرحلة العمرية (U17).

1-4-1- تعريف المراهقة:

* لغة: هي مصدر من رَهَقَ رَهَقًا، مراهقة، وهي تفيد الاقتراب والدنو من الحلم.

* اصطلاحاً: مشتقة من الفعل اللاتيني "Adolere" ومعناها التدرج نحو النضج البدني والنفسي والجنسي والعقلي والانفعالي.

* المراهق: هو الفتى الذي يدنو من الحلم والمراهق أيضاً هو الطيعان والزيادة في ذلك يمثل الحياة الانفعالية للمراهق (فؤاد البهي السيد، 2000، صفحة 270).

* تعريف الدكتور فؤاد البهي السيد:

- المراهقة: بمعناها الدقيق هي المرحلة التي تسبق اكتمال النضج بهذا تمتد عند البنات والبنين حتى تصل عمر الفتى الى 21 سنة وهي تمتد من البلوغ إلى الرشد والمراهقة بمفهومها العام هي المرحلة التي تبدأ من البلوغ وتنتهي إلى الرشد فهي عملية بيولوجية حيوية عضوية في بدنها وظاهرة اجتماعية في نهايتها (فؤاد البهي السيد، 2000، صفحة 275).

وقد ورد على لسان العرب معان كثيرة لجملة المراهقين، فمنها كلمة "رهق" وراهق الغلام أي قارب البلوغ وترجع كلمة المراهقة الى الفعل "راهق" الذي يعني الاقتراب من الشيء، فراهق الغلام فهو مراهق أي قارب الإحتلام، وراهق الشيء رهقا أي قريب منه، والمعنى هنا يشير إلى الإقتراب من النضج والرشد (العيسوي، 2005، صفحة 15).

وهناك بعض العلماء الذين يشيرون إلى المراهقة على أنها تبدأ مع نهاية النضج الجنسي وليس مع بدايته وتحدد هذه المرحلة في ضوء العديد من الجوانب الإنمائية والوظيفية، تلك التي يصل إليها الانسان في أوقات مختلفة من العمر وليست كلها في وقت واحد، وعلى ذلك لا يمكن تحديدها إلا بطريقة تقريبية، كأن تكون في الفترة من سن 12-21 عاما عند الاناث وسن 13-22 عاما عند الذكور (العيسوي، 2005، صفحة 15).

1-4-2- مراحل المراهقة:

عامة لم نشهد اتفاق الباحثين والعلماء المختصين بدراسة التطور الإنساني على فترة زمنية محددة لفترة المراهقة كما انهم لم يتفقوا أيضاً على المراحل الفرعية التي تتضمنها هذه المرحلة.

أولاً/ مرحلة ما قبل المراهقة:

قال "ويليام وتنبوغ" ان نهاية مرحلة الطفولة تحدد غالباً بفترة من النمو المتسارع في الجسم والتصرفات الغريبة الأطوار، والرغبة في البقاء مع المجموعة من نفس الجنس، وأول علامة نفسية تظهر في سن التاسعة إلى عشر سنوات وتنتهي المرحلة عندما يصل الذكر أو الأنثى الى مرحلة النمو الجسدي مهتماً فيها بالبقاء مع الجنس الآخر.

ثانياً/ المراهقة المبكرة:

ويصل فيها المراهق لاستقرار نوعي من التغيرات البيولوجية وكذلك يستقل متخلصاً من القيود المحيطة بذاته.

ثالثا/ المرحلة المتأخرة:

وتذكر (لوزا بيرك، 1999) أن مرحلة المراهقة طويلة جدا وقد جاءت العادة بين الباحثين على تقسيمها الى ثلاث مراحل فرعية هي:

- المراهقة المبكرة من (12/11 إلى 14 سنة): وهي فترة من التغيرات السريعة نحو البلوغ.
- المراهقة المتوسطة من 14 إلى 18 سنة: حيث تكون التغيرات ذات العلاقة بالبلوغ قد اكتملت تقريبا.
- المراهقة المتأخرة من 18 إلى 20 سنة: و عوما فان هذا التقسيم ينسج مع تسلسل المراحل في الكثير من دول العالم حيث يأتي بعد المدرسة الابتدائية التي فيها يتم تكوين فئة الطفولة المتوسطة والمتأخرة ثم مرحلة المدرسة الثانوية، وأخيرا ينتقل الفرد الى الدراسة في الكليات والجامعات (عباري و أبو شعيرة، 2009، صفحة 225).

1-4-3- التعريف بفئة الأصاغر (15-16-17) سنة:

يشكل الانتقال من المدرسة الإعدادية الى المدرسة الثانوية فترة حرجة يكن استغلالها من قبل المربين لتطبيع المراهقين اجتماعيا، كما تعتبر هذه المرحلة همزة وصل بين المراهقة المبكرة والمتأخرة (الهنداوي، 2003، صفحة 325) وإذا تكلمنا عن سن الاصاغر او المرحلة الممتدة ما بين (15-17) سنة فإننا نسلط الضوء على مرحلة جد هامة ومصيرية وحاسمة في حياة الفرد، الذي يكون محاولا تحقيق تكيف مع نفسه مع المجتمع الذي يعيش فيه، ويحاول ملائمة المشاعر الجديدة مع الظروف البيئية المحيطة به من أجل أن يحقق موقعه من هؤلاء الناضجين، محاولا التعود على ضبط النفس والابتعاد عن العزلة والانطواء تحت لواء الجماعة، فيدرس المراهق كيفية الدخول في الحياة المهنية، وتتوسع علاقته مع تحديد اتجاهاته إزاء الشؤون السياسية والاجتماعية وإزاء العمل الذي يسعى إليه.

1-4-4- خصائص فئة الاصاغر (15-17) سنة:

أولا/ النمو الجسمي:

تبدأ المراهقة بعملية البلوغ التي هي نتيجة لتغيرات هرمونية حيث تقل حساسية المحور المكون من الهيبوثلاموس والغدة النخامية للتغذية المرتجة المثبطة بواسطة الأسترويدات الجنسية، بواسطة زيادة إنتاج العوامل المفرزة للهرمونات الجنسية وما يتبعها من إفراز الهرمونات الجنسية، ثم يتبع ذلك كبر حجم الأعضاء التناسلية الخارجية ونزول دم الحيض لدى الإناث ويصاحبه كبر حجم الثديين وظهور شعر في منطقة العانة، وتحت الإبطين وتستدير الأرداف ويصبح الجسم أنثوي التكوين، ولدى الذكر يكبر حجم الأعضاء التناسلية والخصيتين وكيس الصفن، مع ظهور الشعر في العانة وتحت الإبطين ومنطقة الشارب واللحية وعلى الجسم في مناطق متفرقة مع غلظ الصوت وتضخم العضلات وكبر الجسم نحو الطابق الذكري (محمود حمودة، 1999).

ان هذه التغيرات الفيزيولوجية والجسمية على المراهق ان يتقبلها، وعلى المدرس أو المربي أن يراعي هذه التغيرات، ويفهم سلوك المراهق إذا ما نتجت عنه سلوكيات وتصرفات في بداية مرحلة المراهقة.

ثانيا/ النمو الانفعالي:

يشكل النمو الانفعالي جانبا أساسيا في علمية النمو الشامل، ويتضمن العلاقات الاجتماعية والنواحي الانفعالية ومن بين خصائصه العنف وعدم الاستقرار.

فالمراهق قد يثور لأنفه الأسباب، شأنه شأن الأطفال الصغار فهو لا يستطيع التحكم في نفسه، ويبدو عدم الاستقرار في التغلب الذي يقع فيه المراهق من حين إلى آخر، فمن اليأس والقنوط إلى أمل واسع واهداف عريضة ومن الثقة بالنفس إلى فقدان الثقة الكلية، ومن التدين الشديد إلى الصراع الديني، ويرجع ذلك إلى حالة عدم التوافق العامة التي يعانها المراهق (زيدان، 1990، صفحة 171).

ان المغيرات الجسمية والدوافع المتعددة والصراع المتلاحق بين المراهق وبين الكبار المحيطين به، كل ذلك قد يقف المراهق امامه عديم الحيلة، فهو لا يفرق كيف يتصرف إزاء هذه المشكلات، فالمراهق إذا مر بظروف سعيدة يرى الدنيا امامه بكل ما فيها يشع بالبهجة والسرور، وإذا مر بظروف تعيسة فقد ينقلب العالم أمامه مكانا لليأس والاكتئاب (محمود حمودة، 1999، الصفحات 47-48).

ثالثا/ النمو الاجتماعي:

تزداد أهمية العلاقات الاجتماعية للناسىء بتقدمه في الطفولة ودخوله إلى المراهقة، وذلك بتشعب تلك العلاقات من جهة وازدياد تأثيرها في مجمل حياته وسلوكه، مما يبرز أهمية النمو الاجتماعي السليم من حيث انه أساس بناء لشخصيته، حيث استطاع الباحثون استخلاص العديد من الخصائص وتتلخص في:

- يميل المراهق الى مسايرة المجموعة التي ينتمي إليها فيحاول أن يظهر بمظهرهم، ويتصرف كما يتصرفون لتجنب كل ما يؤدي إلى إثارة النزاع بين افراد المجموعة، ويجعل من احترامه واخلاصه لهم وخضوعه لأفكارهم نوعا ما، مثل تخفيف الشعور بالاثم الناجم عن عدم طاعته لوالديه ومدرسيه.
- يبدأ المراهق يشعر ان عليه مسؤوليات نحو الجماعة التي ينتمي اليها فيحاول ان يقوم ببعض الإصلاحات في تلك الجماعة بغية النهوض بها، وهذه الصدمات والاحباطات تجعله لا يرغب في القيام بأية محاولة أخرى، ويزداد هذا الشعور حتى ينتقل من المجتمعات الصغيرة إلى المجتمعات الكبيرة.
- يقوم المراهق باختيار أصدقائه حيث كل ما يطلبه المراهق من صديقه هو ان يكون قادرا على فهمه ويظهر له الود والحنان مما يساعده على التغلب على حالات الضيق، وفي بعض الأحيان يكون الصديق أكبر منه سنا ويشترط عدم السلطة المباشرة فتكون العلاقة قائمة على الود والاحترام(ديدي، 1995، صفحة 73).

رابعا/ النمو العقلي:

تصبح القدرات العقلية اكثر تعبيراً ودقة من ذي قبل، وتبدأ قدرات المراهق بالتمايز حيث تزداد القدرة على التحصيل واكتساب المهارات والمعلومات وما يميز التعليم بهذه الفترة بأنه يبني على أساس منطقي على عكس المرحلة السابقة التي كان التعليم فيها يتم بشكل آلي، وكذلك تتضح قدرة المراهق على نقد ما يقرأ، وتزداد قدرته على الادراك والانتباه لفترات أطول مما يمكنه من استيعاب مشكلات كبيرة وهو كذلك يصبح قادرا على التعامل مع مفاهيم مجردة اجتماعية مثل الخير والفضيلة والعدالة والديموقراطية والحرية... الخ، وتظهر ما يسمى بالقدرات

الخاصة، ويظهر الذكاء ويبلغ ذروته عند نهاية فترة المراهقة، كما يصبح قادرا على فهم الرموز والاشياء المعقدة (خوري، 2000، صفحة 111).

1-4-5- مشكلات المراهقة:

يعاني المراهق الكثير من المشاكل والتي تنتج عن خصائص ومميزات مختلفة، وفيما يلي سرد لأهم المشكلات:
أ/مشكلات خاصة بالشخصية:

أبرزها الشعور بمركب النقص وعدم القدرة على تحمل المسؤولية وكذا نقص الثقة بالنفس والشعور بالكرهية للآخرين له، واحلام اليقظة وكثرة المحاولة.

ب/ مشكلات تتصل بالصحة والنمو:

أبرزها الأرق، الشعور بالتعب وعدم الاستقرار النفسي وعدم تناسق أعضاء الجسم وقبح المظهر.

ج/ مشكلات تتصل بالمكانة الاجتماعية:

القلق الخاص بالمظهر الخارجي والشعور بعدم محبة الآخرين له والخوف من الانطلاق في الحياة الاجتماعية خشية الوقوع في الأخطاء، وكذا صعوبة تكوين أصدقاء.

د/ مشكلات جنسية:

النشاط الجنسي الذاتي المفرط ومن اهم تصرفات المراهق التسكع في الطرقات والتلفظ بالعبارات الساقطة والاستسلام بسهولة للإغراءات.

ه/ مشكلات المراهق داخل أسرته:

كعدم توفر مكان خاص به في المنزل ووجود حواجز بينه وبين والديه مما يجعله منغلقا، خلافات الوالدين و كذا تدخلهما في اختيار أصدقائه، الشعور بالحرمان من أشياء كثيرة.

و/ مشكلات تعود وترجع الى المدرسة:

كضعف التركيز عند التفكير وعدم القدرة على إدارة الوقت، نقص الرغبة في ممارسة الرياضة سواء داخل او خارج المدرسة بسبب الخجل، وشكه في قدراته وهذا راجع لضعف التشجيع والنصائح والتوجيهات لاحسن الأساليب

الدراسية (زهران، 2008، صفحة 263).

ز/ مشكلات تمس المعايير الأخلاقية:

حاجته الى الارشاد بشأن العادات والتقاليد التي ينبغي عليه المحافظة عليها، واضطرابه من عدم تمييزه بين الخير والشر، وخلطه بين الحق والباطل، والقلق بشأن مسائل التسامح والإصلاح.

1-4-6- أهمية الرياضة بالنسبة للمراهق:

إن الرياضة عملية تسلية وترويح لكلا الجنسين، هذا حيث أنها تضر المراهق فكريا وبدنيا، كما تزوده من المهارات والخبرات الحركية من أجل التعبير عن الأحاسيس والمشاعر النفسية المكتظة التي تؤدي الى اضطرابات نفسية وعصبية عند انفجاره فيتحصل المراهق من خلالها على جملة من القيم المقيدة التي لا يستطيع تحصيلها في الحياة الاسرية، كما تعمل الحصص التدريبية على صقل مواهب الرياضي وقدراته النفسية والبدنية وفق متطلبات العصر وأنجح منهج لذلك هو تكيف الحصص الرياضية من أجل شغل وقت الفراغ الذي يحس فيه الرياضي بالقلق والملل وبعد الرياضة يتعب المراهق عضليا وفكريا فيستسلم حتما للراحة والنمو بدلا من ان يستسلم للكسل والخمول ويضيع وقته هباء، وعند مشاركة المراهق في التجمعات الرياضية والنوادي الثقافية من اجل ممارسة مختلف أنواع النشاطات الرياضية، فإن هذا يتوقف على ما يحس به عن طريق التغيرات النفسية والجسمية والنفسية والعقلية التي مر بها.

- إعطاء المراهق نوعا من الحرية وتحمله للمسؤوليات التي تتناسب مع قدراته واستعداداته كحرية اختيار أماكن اللعب مثلا.
- التقليل من الأوامر والنواهي.
- مساعدة المراهق على اكتساب المهارات والخبرات المتلفة في الميادين الثقافية والرياضية لتوفير الوسائل والامكانيات والجو الذي يلائم ميول المراهق فهو دائما في حاجة ماسة الى النصح والإرشاد والثقة والتشجيع، فعلى المدرب أداء دوره في ارشاد وتوجيه وبتث الثقة في حياة المراهقين طوال مشوارهم الرياضي (رزيق، 1986، صفحة 15).

- خلاصة:

لقد تمكنا من خلال هذا الفصل من عرض كل من القدرات العقلية، باختلاف تعاريف العلماء نحوها و باختلاف أنواعها، كما ذكرنا أهم خصائصها وساهم مخطط العمليات العقلية في ترجمة أفكار المحور الى شكل مبسط استعرضنا فيه أيضا شرح لاهم العمليات العقلية وكيفية تأثيرها في اللاعب الرياضي، كما تطرقنا من خلال المحور الثاني الى تركيز الانتباه، بتعريفاته وانواعه الشاملة والمتعددة، والتي من بينها كل من حدة و تركيز الانتباه، كما شرحنا أهمية الانتباه في المجال الرياضي، ثم التصور العقلي بأبعاده الأربعة ومفهومه ثم أهميته البالغة في المجال الرياضي، كما تطرقنا الى الادراك الحس-حركي و قدمنا مفهوما للإدراك والادراك الحس-حركي، وتطرقنا الى أهميته في الرياضة.

اما بخصوص المحور الثالث فقد اختص في الأداء المهاري في كرة اليد، و قدمنا مفهوما للأداء ومراحله والمهارة و تعريفات للأداء المهاري، ثم اساسيات الأداء المهاري في كرة اليد، ثم المحور الرابع الذي تحدث عن الفئة العمرية الأقل من 17 سنة أي فئة الاصاغر ما بين (15-17) سنة، و قدمنا مفهوما للمراقبة بالإضافة الى مراحلها الثلاث، ثم قدمنا تعريفا للمرحلة الحساسة وهي المراقبة المتوسطة، كما ذكرنا أهم خصائصها المتعلقة بالنمو الجسمي، والنمو الانفعالي والمشاعر والاحاسيس والنمو العقلي وما يشمله من تطور في القدرات العقلية، بالإضافة الى تطرقنا الى المشكلات في المراقبة و كيفية تأثيرها على المراقب، ثم الأهمية البالغة للرياضة لدى المراقب.

الفصل الثاني:

الدراسات المرتبطة بالبحث

تمهيد:

تعتبر الدراسات السابقة والمشابهة المرتبطة بالبحث إلزاماً لكل باحث يجب التطرق إليها قبل إجراء أي دراسة حيث لها أهمية بالغة في تحضير الباحث وإطلاعه على كل تفاصيل بحثه ومجالاته وميادينه، وكذا لإطلاع الباحث على كل التطورات التي تخص موضوعه، ولتجنب الباحث التكرار والوقوع في فخ إعادة المواضيع.

وسوف نسعى من خلال هذا الفصل في وضع مجموعة من الدراسات وعرض تفاصيلها، من مذكرات واطروحات دكتوراه وماجستير وبحوث منشورة في مجالات محكمة في المجال الرياضي، اما عربية ام اجنبية كما خصصنا بالذكر عرض تفاصيلها من مشكلة ونظريات وفرضيات واهداف ونتائج وتوصيات ومقترحات، كما قمنا بالمقارنة فيما بينها والتعليق عليها من ناحية أوجه الاختلاف والتشابه، وذلك بغرض عرض الجديد الذي جاءت به دراستنا.

1-2- الدراسات التي تناولت القدرات العقلية (تركيز الانتباه - التصور العقلي - الادراك الحسو حركي)

أ/الدراسات العربية:

أولاً/ دراسة ماجيستير لـ هشام هنداي هويدي، سنة 2002، الموسومة بعنوان:

"بعض القدرات العقلية وأثرها على مستوى الأداء في الهجوم البسيط بسلاح الشيش"

دراسة وصفية على طلاب المرحلة الثالثة لكلية التربية الرياضية، جامعة القادسية، العراق.

مشكلة البحث: تتلخص في ملاحظة الباحث للضعف الملحوظ بين القدرات في مستوى أداء مهارة الهجوم البسيط بأنواعه المختلفة وهذا ناتج عن الجهل في تكثيف وتكرار عملية التعلم والتدريب بإتجاه معين، ويرى الباحث ان هذه المشكلة جديرة بالاهتمام لذا فإن معرفة مدى العلاقة بين كل نوع من أنواع مهارة الهجوم البسيط وكل قدرة عقلية من جهة أخرى ونسبة مساهمتها يؤدي بالتأكيد إلى تطوير أداء هذا الهجوم.

هدف البحث: يهدف الى التعرف على بعض القدرات العقلية لدى عينة البحث، وكذا معرفة العلاقة بين كل قدرة عقلية وكل نوع من أنواع مهارة الهجوم البسيط بسلاح الشيش، والمقارنة بينها وكذا نسبة مساهمتها في تحديد مستوى الأداء.

فرضيات البحث:

- هناك بعض القدرات العقلية المختلفة بإختلاف أفراد عينة البحث.
 - هناك علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين بعض القدرات العقلية ومستوى الأداء في أنواع الهجوم البسيط بسلاح الشيش.
 - يختلف مدى ظهور العلاقة بين القدرات العقلية وكل نوع من الأنواع الثلاثة للهجوم البسيط.
 - تتفاوت نسبة مساهمة بعض القدرات العقلية فيما بينها في التأثير على مستوى أداء الهجوم البسيط بسلاح الشيش.
- منهج البحث وعينته:** استعمل الباحث المنهج الوصفي، وتمثل مجتمع البحث في طلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية في جامعة القادسية، والذين يدرسون مادة المبارزة، وقد اختير بطريقة عشوائية مقصودة، وبلغ عدد الطلبة (120) طالبا مقسمين إلى (5) شعب دراسية، وتم اختيار هذه الشعب بطريقة عشوائية غير مقصودة وباستعمال أسلوب القرعة اذ وقع الاختيار على شعبة (ج) وعددهم (26) طالبا وبعض استبعاد الطلبة الراسبين والذين يزاولون نفس الرياضة خارج الكلية، ثم تحديد العدد النهائي بـ(20) طالبا وهم يمثلون العينة النهائية للبحث.

الأدوات المستخدمة:

اختبارات ومقاييس القدرات العقلية-استمارات استطلاع أداء الخبراء والمختصين-استمارات تقويم الأداء المهاري.

الاستنتاجات:

- ان القدرات العقلية التي لها تأثير في مستوى الأداء في الهجوم البسيط بسلاح الشيش هي (رد الفعل الحركي، الادراك بمسافة الوثب، الذكاء، حدة الانتباه، تركيز الانتباه).

- أن القدرة العقلية (رد الفعل الحركي) هي القدرة ذات العلاقة الأقوى بمستوى أداء الهجوم البسيط بسلاح الشيش.

- يساهم (رد الفعل الحركي) مساهمة فعالة في نتائج الاختبارات لجميع أنواع الهجوم البسيط بسلاح الشيش فيما تساهم (حد الانتباه) في نتائج الهجوم البسيط بتغيير الاتجاه فقط.

التوصيات: ركز الباحث على ضرورة الاهتمام بالقدرة العقلية (رد الفعل الحركي) من قبل المدرسين والمدربين لغرض تطوير مستوى الأداء في الهجوم البسيط بسلاح الشيش، كما ركز على ضرورة البحث في القدرات الأخرى (الفسولوجية والنفسية والبدنية...)، ومعرفة علاقتها بمستوى أداء هذه الفعالية.

ثانيا/ دراسة اكااديمية تحضيراً للدكتوراة لـ عدنان هادي موسى بولص حنوناً، 2004، الموسومة بعنوان:

" علاقة بعض القدرات العقلية بفن الأداء المهاري ومستوى الإنجاز لبعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى لاعبات أندية القطر للدرجة الأولى"، بجامعة الموصل، العراق.

مشكلة البحث: عمد الباحث الى طرح موضوع القدرات العقلية لأنها من الأكثر الموضوعات التي لا تحظى بالاهتمام الكافي في جل الدراسات، وتطرق إلى الرياضة التي تنال درجة كبيرة من الاهتمام وهي الكرة الطائرة وحاول الباحث من خلال هذا البحث ربطها بجوانب القدرات العقلية، خاصة وأنه لا توجد دراسة علمية تطرقت الى لاعبات اندية القطر للدرجة الأولى بالكرة الطائرة من ناحية القدرات العقلية وعلاقتها بفن الأداء المهاري ومستوى الإنجاز، لذا فان مشكلة البحث خلصت إلى الإجابة على السؤال التالي:

هل توجد علاقة بين بعض القدرات العقلية وفن الأداء المهاري ومستوى الإنجاز لبعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى لاعبات أندية القطر للدرجة الأولى؟

هدف البحث: التعرف على العلاقة بين بعض القدرات العقلية وكل من فن الأداء المهاري من جهة، ومستوى الإنجاز من جهة أخرى لبعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى لاعبات اندية القطر للدرجة الأولى.

فروض البحث:

- توجد علاقة معنوية بين بعض القدرات العقلية وفن الأداء المهاري لبعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى لاعبات القطر للدرجة الأولى.

- توجد علاقة معنوية بين بعض القدرات العقلية ومستوى الإنجاز لبعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى لاعبات القطر للدرجة الأولى.

منهج البحث وعينته: استعمل الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب الارتباطي، وتكون مجتمع البحث من لاعبات أندية القطر للدرجة الأولى بالكرة الطائرة للموسم الرياضي (2003-2004) والبالغ عددهن (122) طالبة من مجموع (12) نادي، وقد تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية، أما عينة البحث فاشتملت على لاعبات تسعة أندية، وبلغ العدد النهائي لها (82) لاعبة ويمثلون نسبة (67.213%) من مجتمع البحث.

أدوات البحث: استمارات الاستبيان، الاختبارات والمقاييس، الملاحظة العلمية.

الاستنتاجات:

- ان تحقيق لاعبات الأندية للمستوى الجيد بالقدرات العقلية (الانتباه والتصور العقلي والادراك الحسو حركي) فضلا عن فن الأداء المهاري ومستوى الإنجاز الجيدين لهن في مهارات (مهارات الارسال المتموج الامامي، التميرير من امام الراس الى الامام، الاستقبال من الأسفل، الضرب الساحق الموجه) أدى الى وجود علاقة معنوية بينها.

- مع ظهور المستوى الجيد للاعبات الأندية في مهارة الارسال المتموج الامامي، إلا ان المستوى الغير الجيد الذي ظهرت عليه اللاعبات في بعد التصور الانفعالي أدى الى وجود علاقة غير معنوية بينهما.

- مع ظهور المستوى الجيد للاعبات الأندية في مهارتي التميرير اما الراس الى الامام والاستقبال من الأسفل، الا ان المستوى الغير الجيد الذي ظهرت عليه اللاعبات في الادراك الحسو حركي (قوة القبضة) أدى الى وجود علاقة غير معنوية بينهما.

التوصيات:

- الاهتمام بتطوير القدرات العقلية (الانتباه، التصور العقلي، الإدراك الحسو حركي) التي أظهرت علاقة معنوية بفن الأداء المهاري ومستوى الإنجاز في الكرة الطائرة للاعبات اندية القطر للدرجة الأولى.
- التأكيد على تطوير بعد التصور الانفعالي لدى لاعبات اندية القطر للدرجة الأولى وذلك لتأثيره في تطوير فن الأداء المهاري ومستوى الإنجاز بالكرة الطائرة.
- التأكيد على تطوير الإدراك الحسو حركي (قوة القبضة) لدة لاعبات اندية القطر للدرجة الأولى وذلك لتأثيره في تطوير فن الأداء المهاري من جهة، ومستوى الإنجاز من جهة أخرى وبالأخص في مهارتي التمير من اما الراس الى الامام والاستقبال من الأسفل بالكرة الطائرة.
- اجراء بحوث مشابهة للتعرف على نسبة مساهمة كل قدرة عقلية بفن الأداء المهاري ومستوى الإنجاز.
- اجراء اختبارات دورية لقياس القدرات العقلية وفن الأداء المهاري ومستوى الإنجاز خلال الموسم التدريبي.

ب/الدراسات الأجنبية:

- أولاً/ دراسة اكاديمية تحضيراً للدكتوراة لـ كوليان، ريتاسهاك كاركين، 2000، بعنوان: "مقارنة بعض القدرات العقلية والبدنية بين لاعبي الكرة الطائرة على وفق تخصصاتهم".

هدف الدراسة:

- التعرف على الفروق ببعض القدرات العقلية والبدنية بين لاعبي الكرة الطائرة على وفق تخصصاتهم (اللاعب المعد واللاعب الحر والضارب العالي، والضارب السريع).
- منهج البحث وعينته:** المنهج الوصفي، وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية الطبقية من لاعبي اندية الدرجة الممتازة التي رشحت الى الأدوار النهائية للدوري الممتاز، وشملت (40) من أصل (80) لاعبا بحيث يمثل هذا العدد ما نسبته (50%) من مجتمع البحث الأصلي.
- أدوات البحث:** استخدمت الباحثة الاختبارات العقلية والبدنية التي يمتاز بها لاعبا الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة.

نتائج البحث:

- عدم وجود فروق معنوية بين لاعبي التخصصات الأربعة (اللاعب المعد واللاعب الحر والضارب العالي والسريع) في القدرات العقلية (سرعة رد الفعل وحدة الانتباه وتركيز الانتباه والادراك بمسافة الوثب).
- وجود فروق معنوية بين اللاعب المعد والضارب العالي في القدرة العقلية (توزيع الانتباه) ولصالح اللاعب المعد.
- وجود فروق معنوية بين الضارب العالي والضارب السريع في القدرة العقلية (توزيع الانتباه) ولصالح الضارب السريع. (عدنان، 2004، صفحة 50).

2-2- الدراسات التي تناولت الأداء المهاري في كرة اليد.

أ/الدراسات العربية:

أولاً/ دراسة ماجيستير في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية، لـ محمد ثابت، 2008، الموسومة بعنوان:

"التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بمستوى الأداء المهاري في كرة اليد"،

دراسة ميدانية حول فرق القسم الأول (ب) لولاية تيبازة، دراسة بمعهد التربية البدنية والرياضية بسيدي عبد الله جامعة الجزائر.

مشكلة البحث: عمد الباحث الى طرح الإشكالية التالية : هل للتوافق النفسي والاجتماعي أثر على مستوى الأداء المهاري للاعب كرة اليد أشبال؟ وهل للتوافق النفسي علاقة بالأداء المهاري لأشبال كرة اليد؟ وهل للتوافق الاجتماعي علاقة بالأداء المهاري للاعب كرة اليد أشبال؟

هدف البحث: هدف الباحث من خلال هذه الدراسة الى دراسة الحالة النفسية لأشبال كرة اليد في جوانب متعددة منها: الاعتماد على النفس، الإحساس بقيمة الذاتية، الشعور بالحرية، التحرر من الميل الى الانفراد والخلو من الامراض العصبية، وعلاقتها الأداء المهاري المثالي لتحقيق أفضل النتائج، بالإضافة الى دراسة الحالة الاجتماعية من حيث: اعتراف اللاعب بالمستويات الاجتماعية، واكتساب المهارات الاجتماعية، التحرر من الميول المضادة للمجتمع، وعلاقة اللاعب بأسرته، النادي الرياضي، والبيئة المحلية، وعلاقتها بمرود الأداء المهاري، بالإضافة الى ابراز أهمية التوافق بالنسبة للاعب والفريق.

الفرضيات: تتمثل الفرضية العامة في ان "هناك علاقة بين التوافق النفسي والاجتماعي والأداء المهاري للاعب كرة اليد"، اما الفرضيات الجزئية فهي كالتالي:

- توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين التوافق النفسي والأداء المهاري للاعب كرة اليد.
- توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين التوافق الاجتماعي والأداء المهاري للاعب كرة اليد.
- توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين أبعاد المقياس والأداء المهاري للاعب كرة اليد.
- هناك فروق دالة احصائيا في الأداء المهاري بين ذوي التوافق النفسي الاجتماعي (التوافق العام) الموجب وذوي التوافق النفسي الاجتماعي (التوافق العام) السالب.

منهج البحث وعينته: استعمل الباحث المنهج الوصفي، كما شمل مجتمع البحث على لاعبي كرة اليد صنف اشبال لاندية القسم الوطني الأول (ب) التي تشمل ولايتي تيبازة والبلدية، للموسم الدراسي 2006/2005، تم اختيار العينة بطريقة عشوائية منتظمة ، أي لاعبي القسم الوطني الأول *ب* لولاية تيبازة المقدر ب70 لاعب في 1 نوادي.

أدوات البحث:

- اختبار التوافق النفسي الاجتماعي.
- اختبار الأداء المهاري في كرة اليد.

نتائج البحث: توصل الباحث اهم النتائج التالية:

- يوجد ارتباط دال احصائيا بين التوافق النفسي والاجتماعي والأداء المهاري.
- يوجد ارتباط دال احصائيا بين التوافق النفسي وأداء التصويب من الوثب عاليا.
- يوجد ارتباط دال احصائيا بين التحرر من الميل الى الانفراد وأداء التصويب من الثبات.
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الأداء المهاري بين المتوافقين نفسيا واجتماعيا وغير المتوافقين نفسيا واجتماعيا.
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في أداء التصويب من الوثب عاليا بين المتوافقين نفسيا واجتماعيا وغير المتوافقين نفسيا واجتماعيا.
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الأداء المهاري المركب بين المتوافقين نفسيا واجتماعيا وغير المتوافقين نفسيا واجتماعيا.

التوصيات والاقتراحات: يمكن الاستفادة من هذه الدراسة ضمن الدراسات التي تساعد الاخصائي النفسي الرياضي في الاعداد النفسي للاعبين، كما تمكنه من تطبيق برامج الاعداد النفسي للاعبين كرة اليد.

تمكن من مساعدة الرياضي في التوافق النفسي حتى يتمكن من تأدية المباراة او المنافسة خالية من الازمات والصراعات النفسية، كما تمكن من مساعدة اللاعب على التوافق الاجتماعي حتى يتمكن من بناء علاقات تبادلية

مع الزملاء داخل الفريق، وتساهم في رعاية اللاعبين، و تربية العمليات التوافقية السليمة لتحقيق أفضل النتائج في المنافسات و الاهتمام بالشؤون الاسرية للاعب حتى لا تؤثر في مستوى اداءه المهاري.

ثانيا/ دراسة ماجستير لـ **بوحاج مزيان**، 2011، جامعة الجزائر، الموسومة بعنوان:

" علاقة بعض القياسات الانثروبومترية والصفات المورفولوجية علاقة بالأداء المهاري في لعبة كرة اليد "

مشكلة البحث: عرض الباحث تساؤلات أساسية من اجل التوصل الى مشكلة بحثه، حيث تسأل عن لعبة كرة اليد و طبيعتها التي جعلت ممارستها ذوي بنية مورفولوجية عالية في الغالب، ام ان بنية اللاعبين هي التي جعلت نشاط كرة اليد يمتاز بالصفة المميزة له عن باقي النشاطات الأخرى؟، ومن هنا جاء البناء للمشكلة وطرحها حول طبيعة العلاقة بين ممارسة كرة اليد ونشاط كرة اليد بحد ذاته، من حيث تأثير الجانب المورفولوجي على الأداء المهاري الخاص بمزاولة هذا النشاط ويخص بالذكر التلميذ وما يتطلبه الأداء المهاري واستحضار جميع الإمكانيات من اجل تحقيق الإنجاز العالي، لذلك يطرح الباحث التساؤل التالي:

- هل لبعض القياسات الانثروبيومترية او الصفات المورفولوجية علاقة بالأداء المهاري في لعبة كرة اليد؟ أم ان الأداء المهاري يتأثر بالجانب المورفولوجي؟.

هدف البحث: هدف الباحث الى معرفة العلاقة بين بعض القياسات الانثروبومترية للتلميذ والأداء المهاري الخاص بلعبة كرة اليد، كما عمد الى الكشف بالقياسات الانثروبومترية الخاصة بعينة البحث، كما سعى الى معرفة مدى الدور الذي يلعبه الجانب المورفولوجي في أداء المهارات الأساسية الخاصة بنشاط اللعبة.

فرضيات البحث: - هناك علاقة ارتباطية معنوية بين الطول والوزن و البعض من المهارات الأساسية لكرة اليد.

- هناك علاقة ارتباطية بين الأغلبية من القياسات الانثروبومترية المختارة -المحيطات- وأداء بعض المهارات الأساسية لنشاط كرة اليد.

- لا توجد علاقة ارتباطية بين الأغلبية من القياسات الانثروبومترية -الاطوال- التي هي قيد

الدراسة وأداء بعض المهارات الأساسية للعبة كرة اليد.

منهج البحث وعينته: استعمل الباحث المنهج الوصفي، شمل مجتمع البحث على تلاميذ الطور الثانوي، و تم اختيار العينة من تلامذة الطور الثانوي لثانوية الدكتور يوسف الدمرجي -سيدي بوبكر- سعيدة-، تم اختيارهم غير منتمين الى النوادي او فرق كرة اليد، وتم اختيار عينة مقصودة بطريقة عشوائية، وبلغ عددهم 100 عينة.

أدوات البحث: استعمل الباحث المصادر والمراجع، الإجراءات والأجهزة الخاصة بإجراء القياسات الانتروبيومترية (المؤشرات المورفولوجية، الطول والوزن، الاطوال والمحيطات)، وبطارية الاختبارات المهارية الخاصة بنشاط كرة اليد.

نتائج البحث: من خلال هذه الدراسة يظهر انه وبالرغم من ان المؤشرات المورفولوجية التي هي قيد الدراسة وان كانت قد أظهرت النتائج ان البعض منها يرتبط ارتباطا مع الاختبارات المهارية الخاصة بالاداء المهاري، الا انه كان من الممكن ان تكون الارتباطات اكثر من المتحصل عليه.

ويكون العامل المورفولوجي عامة المؤشرات المورفولوجية التي هي قيد الدراسة خاصة اكثر فعالية اذا كان هذا العامل قد خضع وتأثر بفعل عمر تدريبي أطول، نستنتج من الدراسة ان العامل المورفولوجي وخاصة القياسات الانتروبيومترية اكثر ما تكون مؤثرة اذا كانت المهارة الرياضية تؤدي على هذه المقاطع التشريحية نفسها.

التوصيات والاقتراحات: يوصي الباحث باعطاء الأهمية والقدر الكافي للعوامل المورفولوجية وخاصة القياسات المورفولوجية في عملية تعليم وممارسة لعبة كرة اليد، كما يوصي بالاعتماد على المؤشرات المورفولوجية المعتمدة في الدراسة من اجل ربطها بمستوى الأداء المهاري ومحاولة الاعتماد عليها في عملية الانتقاء، كما يدعو الى الاستفادة من البطاريات الخاصة بالاداء المهاري، مع مراعاة الأسس التركيبية والقياسات الجسمية الانتروبيومترية عند اختيار وتحديد المراكز الخاصة بممارسي هذا النشاط.

2-3- التعليق على الدراسات:

من خلال استعراض الدراسات المشابهة ظهرت أهمية كل من القدرات العقلية المدروسة واثرها في الأداء المهاري على تنوع الفعاليات المختارة، كما ابرزت اهمية العلاقات الارتباطية بينها وهو ما يظهر بشكل واضح توافق نتائج دراستنا مع الدراسات المشابهة، وفي ضوء ذلك تم استنتاج ما يلي:

- اعتمدت جل الدراسات على المنهج الوصفي كمنهج متبع من اجل الحرص على تحليل ومعالجة النتائج بطريقة مناسبة مع خلفيات البحث المتعددة وهذا ما تم استعماله في الدراسة الحالية مع إضافة عامل الارتباط على الدراسة من أجل اثبات العلاقة بين المتغيرات او نفيها.

- تنوعت الدراسات من حيث المتغيرات التي شملت دراستنا فأغلبية الدراسات شملت القدرات العقلية المدروسة في بحثنا (الانتباه، الادراك الحس-حركي، التصور العقلي)، وهذا ما اعتمد عليه عند اختبار القدرات العقلية المعنية بالدراسة حيث واعتمادا على الدراسات السابقة حددت هذه المتغيرات.

- تنوعت الأدوات المستعملة خلال الدراسات السابقة من اختبارات الأداء المهاري واختبارات القدرات العقلية و تم الاطلاع عليها والاستفادة منها ومن نتائجها في الدراسة الحالية والتعرف على طرق استخراج المعلومات وتفريغها، وكيفية حساب المعاملات.

- تم اختيار العينة المدروسة بناء على ان معظم الدراسات السابقة قد اعتمدت على منهج اختيار قصدي وهذا ما استنباطه منها و استعماله في الدراسة الحالية بالنظر الى ان العينة القصدية هي اختيار مجموعة من عينة البحث تتناسب اهداف الباحث المراد تحقيقها.

خلاصة:

تعتبر الدراسات والبحوث العلمية والأكاديمية الخلفية للعديد من الدراسات السابقة والمشابهة ذات الصلة المباشرة بالمواضيع المراد دراستها، ولأهمية هذه الدراسات فإننا حاولنا استعراض جملة من هذه الدراسات التي تناولت من قريب أو من بعيد موضوع دراستنا ، بغرض تحديد وضبط المتغيرات الرئيسية في ميدان بحثنا. وظهرت هذه الدراسات كاملة اهم النقاط المشتركة التي تخدم بحثنا، للوصول الى تحقيق النتائج التي نصبو اليها، ومن اجل الحرص على مصداقية النتائج والحرص على إعطائها القيمة العلمية والعملية المناسبة لها، مع ابراز الاختلافات الواضحة بينها.

الجانب التطبيقي:

الدراسة الميدانية للبحث

الفصل الثالث: منهجية

البحث وإجراءاته الميدانية

- تمهيد:

تحتاج البحوث العلمية مهما كانت أنواعها وخصائصها واتجاهاتها الى منهجية علمية للوصول الى نتائج ذات مصداقية في بحوثها، وبالتالي تحقيق ما يلزم من معرفة علمية واهداف سطرت من قبل الباحث قبل الخوض في بحثه هذا، وما تعتريه المشكلة هو ما يوجهنا نحو منهجية علمية تساعدنا على الخوض فيها ومعالجتها.

وبعد الخوض في الجانب النظري بمختلف تفاصيله، ننتقل الى الجانب التطبيقي وعنصر الدراسة الميدانية الذي ساعد على رؤية البحث من عدة جوانب والاحاطة به، من اجل التحقق من صحة الفرضيات، وسوف يتم التطرق الى أهم الإجراءات الميدانية التي تم العمل بها، بالإضافة الى الوسائل الإحصائية والأدوات البحثية والمنهج العلمي المتبع، وكذا التطرق الى مواصفات العينة المدروسة وتحديد مجتمع البحث، وكل هذا من اجل الوصول الى نتائج موضوعية قابل للدراسة وسليمة وذات معايير دقيقة.

- يحمل هذا الفصل النقاط التالية:

3-1- الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولى من الخطوات المهمة والاساسية في البحث العلمي، بغية الخوض العميق والتعرف أكثر فأكثر على جميع جوانب الظاهرة المدروسة، خاصة في البحوث التي تتناول مواضيع لم يتم التطرق إليها من قبل و يجهل الباحث بعض جوانبها وأبعادها لضمان الانطلاقة الجيدة لمنحى الدراسة و يمنحها المزيد من الموضوعية والمصداقية المهمة لكل بحث، قام الباحث بدراسة استطلاعية، تختص بضبط كل من أدوات البحث كالاختبارات المهارية لكرة اليد والمقاييس العقلية المستعملة، ومجتمع وعينة الدراسة، وسوف نعرض بالتفصيل كل خطوة ثم الخروج بنتائجها.

3-1-1- الخطوة الاستطلاعية الأولى:

– المجال الزمني: من 2016/02/10 إلى 2016/02/20.

– المجال المكاني: ولاية البويرة.

– تفاصيلها: بعد الإحساس بالمشكلة، قامت الباحثة بمعاينة مكان الدراسة والحصول على تفاصيل حول مجتمع البحث المتمثل في نوادي كرة اليد أصغر صنف (U17)، ولذلك عن طريق الاتصال بالرابطة الجهوية لكرة اليد كما قامت الباحثة بزيارة بعض نوادي كرة اليد في أماكن تدريبها، بغرض الإطلاع على عينة الدراسة، ومعرفة الزمن الملائم للقيام بالجزء التطبيقي للدراسة، كما قامت الباحثة من التأكد من صلاحية الأدوات المستخدمة لجمع المعلومات.

* نتائجها: خلصت الدراسة الاستطلاعية الأولى إلى التالي:

– تم توجيه الفرضيات المقترحة والتحقق من صلاحية استعمال أدوات جمع المعلومات الخاصة بإختبار الأداء المهاري في كرة اليد.

– تحديد مجتمع وعينة الدراسة.

– الإطلاع على الفئة العمرية المقصودة بالدراسة (أصغر (U17)).

3-1-2- الخطوة الاستطلاعية الثانية:

– المجال الزمني: من 2016/03/03 إلى 2016/03/10.

– المجال المكاني: ولاية البويرة.

– **تفاصيلها:** قامت الباحثة بالإجراءات الإدارية الخاصة بموافقة الأندية، حيث تم سحب تسهيل المهمة من طرف إدارة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية (I.STAPS)، ثم القيام بالإتصال بالفرق التي تشملها الدراسة والتشاور مع المدربين حول الوقت الأمثل للقيام بإجراءات الدراسة الميدانية وتطبيق الاختبارات والمقاييس، وكذلك قامت الباحثة بالتشاور مع المشرف بعد مسحها لمختلف المراجع العلمية والدراسات والبحوث السابقة والمشابهة لاستخلاص أهم المقاييس التي تعنى بدراسة متغيرات البحث وكذا أهم الاختبارات العقلية والمهارية الخاصة بكرة اليد، وسوف يتم في وقت لاحق تحكيمها من طرف خبراء ومختصين.

***نتائجها:**

- موافقة مدربي ورؤساء الفرق المعنية بالدراسة حول تطبيق المقاييس والاختبارات، وكذا أوقاتها.
- استخلاص أهم المقاييس والاختبارات العقلية المقترحة.
- التوصل الى أهم الاختبارات المهارية الخاصة بكرة اليد.

3-1-3- الخطوة الاستطلاعية الثالثة:

– **المجال الزمني:** 2016/04.

– **المجال المكاني:** جامعة البويرة.

– **تفاصيلها:** قامت الباحثة بتحكيم كل من مقاييس التصور العقلي وحدة وتركيز الانتباه واختبارات الإدراك الحس-حركي وكذا اختبار الاداء المهاري في كرة اليد من طرف خبراء ومحكمين من أجل القيام بالدراسة الاستطلاعية الخاصة بالبحث، وبالتعاون مع "الدكتور المشرف" تم عرض استمارات المقاييس والاختبارات على مجموعة من المحكمين.

***نتائجها:**

- تم تعديل الملاحظات التي أعطتها الدكاترة المحكمين التالية أسمائهم (الملحق رقم 3).

3-1-4- الخطوة الاستطلاعية الرابعة:

– **المجال الزمني:** 2016/04/08 الى 2016/04/15.

– **المجال المكاني:** القاعة الرياضية الخاصة بثانوية عبد الرحمن ميرة، ولاية البويرة.

– **عينة التجربة الاستطلاعية:** تم تطبيق المقاييس والاختبارات على عينة عددها (8) لاعبين من مجتمع البحث تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وتم فيما بعد عزل هذه العينة عن عينة الدراسة الأساسية، وقد ساعد ذلك الباحثة في تعلم كيفية القيام بالمقاييس والاختبارات وكيفية تفريغ النتائج، والتدرب على ذلك كما ساعد الباحثة على معرفة

الصعوبات التي قد تواجه الناشئ خلال قراءته لهذه المقاييس أو خلال تطبيقه للاختبارات في التجربة الأساسية اما بالنسبة للمقاييس والاختبارات فقد تعرفت الباحثة على الوقت المستغرق خلال الإجابة على المقاييس وكذا القيام بالاختبارات، وإعادتها كما هو معمول به في أنظمة الدراسات الاستطلاعية من تجارب قبلية وبعديّة، كما قامت الباحثة بالاعتماد على نتائج هذه الدراسة من أجل حساب المعاملات العلمية للمقاييس والاختبارات وهي (الصدق الذاتي والثبات)، (أنظر الملحق رقم 4).

*نتائج الدراسة:

- التعرف على كيفية سير المقاييس والاختبارات ومدى استيعاب الفريق المساعد لها.
- التعرف على الوقت اللازم لكل مقياس ولكل اختبار.
- التعرف على العقبات والصعوبات التي قد تواجه الناشئ خلال اجابته مثلا على المقاييس او قيامه بالاختبارات ومحاولة تصحيحها وتكييفها حسب خصوصية عينة الدراسة.
- حساب المعاملات العلمية للمقاييس والاختبارات "الصدق الذاتي والثبات".

2-3- الدراسة الأساسية: والمتكونة مما يلي:

3-1-2- منهج البحث:

يعرف المنهج بأنه "عبارة عن مجموعة العمليات والخطوات التي يتبعها الباحث بغية تحقيق بحثه" (زرواتي، 2002، صفحة 119)، يندرج نوع البحث ضمن البحوث الوصفية الارتباطية، وهو كما عرفه أسامة راتب كامل "ذلك البحث الذي يسعى إلى محاولة تحديد العلاقة بين متغيرين أو أكثر قابلين للقياس ودرجة هذه العلاقة"، فكأن البحث الارتباطي هو محاولة التحقق من وجود أو عدم وجود علاقة بين متغيرين أو أكثر قابلين للقياس، وأشار العديد من الباحثين إلى أن المنهج الوصفي بالاسلوب الارتباطي هو أكثر المناهج البحثية انتشارا في مجال دراسة الشخصية والسلوك الرياضي.

3-2-2- متغيرات البحث:

بناء على الفرضيات السابقة وبعض الدراسات المشابهة، تم تعيين المتغيرات التالية:

- المتغير التابع:** الأداء المهاري في كرة اليد (مهارة التصويب من الثبات ومن الجري، التمرير من الثبات ومن الوثب عاليا، التنظيم، مهارات الصد والدفاع والهجوم مجتمعة في تمرين مهاري مركب)
- المتغير المستقل:** بعض القدرات العقلية (التصور العقلي، الإدراك الحس-حركي، تركيز الانتباه).

3-2-3- المجتمع وعينة البحث:

1- **مجتمع البحث:** يتكون مجتمع الدراسة من لاعبي كرة اليد الذين ينشطون في دوري الاصاغر لكرة اليد لولاية البويرة والذين تتراوح أعمارهم ما بين 15-17 سنة، أي (أقل من 17 سنة) والبالغ عددهم 168 لاعباً، والناشطين خلال الموسم الدراسي 2015/2016 وهم يتوزعون على 10 فرق، وقد تم اختيار عينة البحث بطريقة عمدية نظراً للخصائص التي تتمتع بها هذه الفئة العمرية وتجانسها مع أهداف الدراسة "إذ أن الباحث يختار العينة التي تتلائم مع بحثه وهذا هو الذي يقدر حاجته إلى المعلومات التي تحقق غرضه" (عدس و آخرون، 1988) ، لمزيد من تفاصيل المجتمع (انظر الملحق رقم (1)).

2- **العينة:** اشتملت عينة البحث على لاعبي 3 أندية هي (نادي عين بسام، نادي مولودية البويرة، النادي الرياضي للقادرية)، أي 59 لاعب ومع تسجيل استبعاد 10 لاعبين، أي بواقع 49 لاعب موزعين على هذه الأندية، ويمثلون نسبة (29.16%) من مجتمع البحث الأصلي، والجدول رقم 1 يمثل توزيع اللاعبين على أندية الولاية.

الجدول رقم (1): يبين توزيع أفراد العينة على الفرق المختارة

عدد اللاعبين	اسم النادي
18	نادي مولودية البويرة (MHB)
17	النادي الرياضي للقادرية (DRBK)
14	نادي عين بسام (AAB)
49	المجموع

• **خصائص ومواصفات عينة الدراسة ومعايير الاستبعاد:** وتشمل العمر الزمني والمستوى الدراسي وقد اختيرت العينة بحيث يشمل معدل التدريب سنتين على الأقل، وتم استبعاد اللاعبين الذين تشمل خبرتهم أقل من سنتين، كما تم استبعاد الذين لا يملكون مستوى دراسي يخول لهم الإجابة على المقاييس المطروحة من خلال هذه الدراسة، بالإضافة إلى العوامل الخارجة عن النطاق على غرار الغيابات.

أ/ معدل العمر الزمني للاعبين:

الجدول رقم (2): يبين معدل العمر الزمني لأفراد العينة المدروسة.

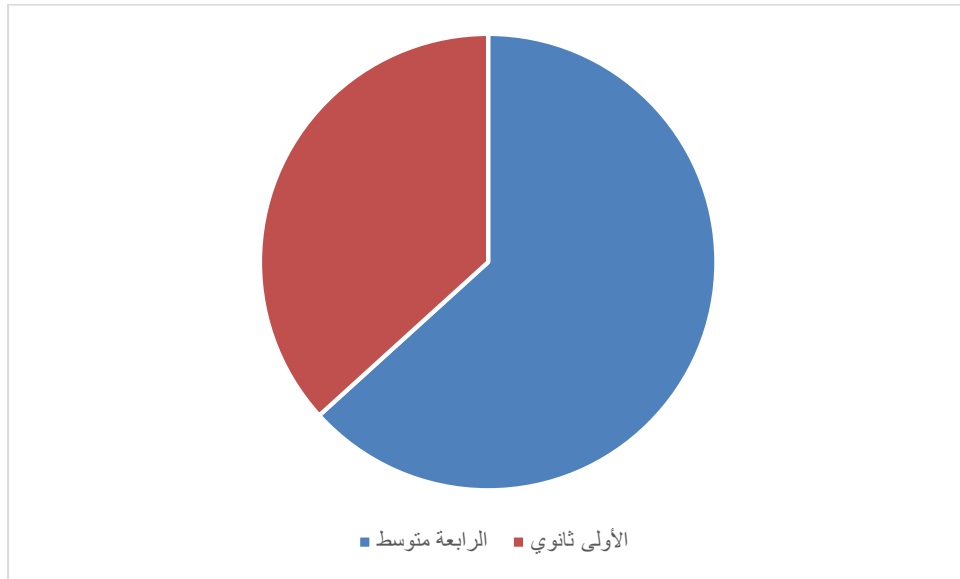
معدل العمر الزمني	الفرق المدروسة
15.56	نادي مولودية البويرة (MHB)
16.33	النادي الرياضي للقادرية (DRBK)
16.13	نادي عين بسام (AAB)
16.003	معدل العمر في العينة

ب/ المستوى الدراسي لأفراد العينة:

الجدول رقم (3): يبين توزيع أفراد عينة الدراسة حسب المستوى الدراسي

النسبة المئوية	التكرار	المستوى الدراسي
63.27%	31	الرابعة متوسط
36.73%	18	الأولى ثانوي
100%	49	المجموع

الشكل رقم (2): دائرة نسبية تمثل توزيع أفراد عينة الدراسة حسب المستوى الدراسي



وما يمكن أن نلاحظه من خلال الشكل رقم (2) الخاص بتوزيع أفراد العينة حسب المستوى الدراسي هو أن نسبة كل من طلبة السنة الرابعة متوسط والأولى ثانوي متقاربة، حيث تمثل الفئة الأكبر السنة الرابعة متوسط، والتي تمثل حسب التكرار نسبة (63.27%) من أفراد عينة الدراسة أي تساوي بالتحديد (31 لاعب)، بينما ما تبقى من أفراد العينة والتي تبلغ نسبتهم (36.73%) ويبلغ عددهم (18 لاعب) يمثلون طلبة الأولى ثانوي، أي أن اللاعبين قادرين على القراءة والكتابة وفهم الاختبارات والمقاييس العقلية.

3-2-4- مجالات البحث: وهي ثلاثة:

- 1- المجال البشري: يمثل المجال البشري عدد الأفراد الذين تم من خلالها إنجاز هذه الدراسة، وقد شملت على (49) لاعباً يمثلون 3 فرق، و8 لاعبين من مجتمع البحث تم الاستعانة بهم في الدراسة الاستطلاعية.
- 2- المجال المكاني: ويمثل الحدود الجغرافية للبحث، وهي مقسمة إلى التالي:

*نطاق الجانب النظري: والمتمثل في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية (I.STAPS).

*نطاق الجانب التطبيقي: ويتلخص -حسب الدراسة الاستطلاعية-، في كل فريق وملعبه الذي يجري فيه التدريبات عادة (فرق ولاية البويرة المعنية بالدراسة)، وكانت المقاييس والاختبارات العقلية تجرى قبل الأداء المهاري، لما للترتيب من أولوية في الحفاظ على مصداقية وموضوعية النتائج.

3-3- المجال الزمني: ويحمل الحدود الزمنية للبحث من بدايته الى نهايته، أي منذ طرح الموضوع على اللجنة المتخصصة على مستوى معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية (I.STAPS)، والموافقة عليه من طرفها، شرعت الباحثة في القيام بمسح شامل ودقيق حول موضوع الدراسة والشروع في الجانب النظري والتطبيقي حسب ما جرى ذكره في الدراسة الاستطلاعية.

3-2-5- أدوات البحث: من أجل التحقق من صحة الفرضيات والوصول بالتالي إلى حل للإشكالية المطروحة يجب إتباع الطرق والأدوات البحثية المتوفرة، وهي كالتالي:

أولا/ الأدوات الأساسية:

*التحليل البيبليوغرافي: وشمل الجوانب النظرية، وهو متمثل في المصادر والمراجع العربية والأجنبية، والكتب والمذكرات والمجلات والقواميس والانترنت... إلخ، وهدفه الأساسي هو سعي الباحث من خلال تدعيم الجوانب النظرية إلى بلورة دراسة ميدانية سليمة.

*المقاييس والاختبارات العقلية:

1/ مقياس التصور العقلي:

قام رينر مارتنز (Reiner Martens) بإعداد هذا المقياس، وأعد صورته العربية "أسامة كامل راتب"، ويتضمن هذا المقياس أربعة أبعاد وهي (البعد البصري، البعد السمعي، البعد الحس حركي، البعد الانفعالي أي المزاجي)، والتي تتراوح الدرجة لكل بعد بين (4) كحد أدنى و(20) درجة كحد أعلى، وكلما إقتربت الدرجة من (20) دل ذلك على مهارة اللاعب في هذا البعد أو الدرجة المنخفضة تعني أنه يحتاج إلى تطوير ذلك البعد من التصور، ويتضمن هذا المقياس أربعة مواقف رياضية هي: الممارسة بمفردك/ الممارسة مع آخرين/ مشاهدة الزميل/ الأداء في المنافسة، ويتوجب على اللاعب ان يستجيب لكل موقف وفقا لميزان تقدير من 5 تدرجات كالتالي:

الجدول رقم (4): يمثل ميزان تقدير لوحدات مقياس التصور العقلي الرياضي.

الدرجة	التعبير
1	عدم وجود صورة للموقف
2	وجود صورة لكن غير واضحة
3	صورة واضحة بدرجة متوسطة
4	صورة واضحة بدرجة كبيرة
5	صورة واضحة بدرجة كبيرة جداً

- المقياس كاملاً في الملحق رقم (3).

*الاختبارات العقلية:

1. اختبار تركيز الانتباه المعدل :

استخدم الباحث اختبار (بوردون-انفيموف) المعدل للانتباه من قبل عبد الجواد طه عام (1971) ويعد هذا الاختبار أحد الاختبارات الخاصة بالرياضيين والحكام، والمستخدم لقياس خمسة مظاهر من مظاهر الانتباه وهي (الحدة، التركيز، الثبات، التوزيع، التحويل) (خاطر و البيك، 1978، صفحة 492).

وقد استخدمت الباحثة الاختبارات التالية في الدراسة:

أ/ اختبار حدة الانتباه.

ب/ اختبار تركيز الانتباه (حسين و محمود، 1989، الصفحات 197-200).

ولتوضيح مواصفات اختبار (بوردون -انفيموف) لقياس مظاهر حدة وتركيز الانتباه انظر الملحق رقم (3).

2. اختبارات الادراك الحسو-حركي:

أ/ اختبار الادراك الحسو-حركي بالمسافة عن طريق رمي الكرة نحو المرمى.

(سعيد، 2012، الصفحات 177-209)

ب/ اختبار الإحساس بتقدير الزمن: ويقوم على قياس الإحساس بالزمن لدى اللاعب وقدرته على تقديره.

(ابو الكشك و حتاملة، 1996، صفحة 26)

***سيكومترية المقاييس والاختبارات العقلية:**

على الرغم من تمتع أغلب الاختبارات والمقاييس العقلية التي اعتمدت عليها الباحثة (اختبار بوردون-انفيوموف ومقياس التصور العقلي) بمعاملات صدق و ثبات عاليتين، إلا ان الباحثة عمدت الى التأكد من مدى صدق وثبات القياس في هذه الاختبارات، وقد أشار (السويفي، 1999) نقلا عن محمد حسن علاوي حيث "يطلب ويشجع الباحثين إلى بذل المزيد من الجهد لإيجاد المعاملات العلمية للاختبارات التي يرغبون في استخدامها على الصيغات التي يتم تطبيق الاختبارات عليها وعدم الاعتماد على نتائج المعاملات العلمية السابقة للاختبارات لضمان التحديث الدائم والمستمر للاختبارات وبيان مدى قدرته التفسيرية والتنبؤية في الاستخدامات التطبيقية المختلفة" (السويفي ، 1999، صفحة 10).

أولا/ صدق الاختبارات والمقاييس:

كما هو الحال في كل الدراسات العلمية الخاضعة للجودة، تخضع كل أداة الى تفحص، "إذ إن نوعية الأداة التي يستخدمها الباحث هي الأساس التي يقيم بها البحث العلمي، إذا لا تكون نتائجه مقبولة او صحيحة إلا اذا كانت الأداة المهيأة ملائمة (موريس انجرس، 2006، صفحة 286)، ويستخدم من أجل هذا الصدق ما يعرف بمحاكاة الجودة لهذه الاختبارات والمقاييس، وهذه المحكات هي الصدق والثبات (علاوي و رضوان، 2008، صفحة 253).

يعد الصدق الظاهري من الوسائل المهمة المستخدمة للدلالة على صدق المقياس ويهدف هذا النوع الى معرفة مدى تمثيل الاختبار للظاهرة التي يهدف الى قياسها ويعد هذا النوع من الصدق من أهم الأنواع المستخدمة في الإختبارات المقننة (الزويبي و آخرون، 1981، صفحة 39)، إذ تم عرض المقاييس والاختبارات العقلية على عدد من السادة الخبراء والدكاترة المختصين في التربية البدنية وعلم النفس الرياضي في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية (I.STAPS) كما ورد في الخطوة الاستطلاعية الثالثة، وتم تقديم ملاحظاتهم و الموافقة على المقاييس والاختبارات حسب الملحق رقم (3)، كما تم احتساب الصدق الذاتي حسب ما يوضحه الجدول رقم (5).

ثانيا/ ثبات الاختبارات والمقاييس:

وتعني اتساق النتائج، "بمعنى أن الفرد يحصل على نفس الدرجة مهما اختلف الباحث الذي يطبق الاختبار أو الذي يصححه، وفي هذه الحالة يكون الاختبار الثابت اختبار يقدر الفرد تقديرا لا يختلف في حسابه اثنان" (محمد عبد الحفيظ و حسين باهي، 2000، صفحة 178)، وهذا يعني أن يعطي الإختبار نفس النتائج إذا ما أعيد تطبيقه على نفس العينة، أي نفسها خلال التطبيق الأول وخلال إعادته.

ثم قامت الباحثة باستخدام معامل الارتباط البسيط بين نتائج التطبيق الأول للاختبارات والمقاييس والتطبيق الثاني لها، والنتائج كما هو مبين في الجدول رقم (5).

الجدول رقم (5): يمثل معاملات الصدق والثبات الخاصة بالاختبارات والمقاييس العقلية.

الصدق الذاتي	معامل الثبات	الاختبارات	القدرات العقلية
0.918	0.843	حدة الانتباه	تركيز الانتباه
0.924	0.854	تركيز الانتباه	
0.909	0.828	التصور العقلي الكلي	التصور العقلي
0.983	0.968	البعد البصري	
0.983	0.968	البعد السمعي	
0.971	0.944	البعد الحس-حركي	
0.983	0.968	البعد المزاجي	
0.871	0.759	رمي الكرة	الادراك الحس-حركي
0.872	0.761	الإحساس بالزمن	

وبعد استخدام معامل الارتباط البسيط بين نتائج تطبيق اختبارات ومقاييس التطبيق الأول والثاني، كانت قيم معامل الارتباط عالية إذ تراوحت ما بين (0.759 - 0.968)، وهذا يعني أن الاختبارات والمقاييس جميعها تتمتع بدرجة عالية من الثبات والصدق الذاتي، كما هو مبين في الجدول رقم (5).

*اختبارات الأداء المهاري للاعبين كرة اليد:

من خلال مسح شامل للمراجع والبحوث والدراسات المتخصصة التي أجراها هشام أنور سنة 1998، تم حصر أهم المهارات الأساسية اللازمة للاعبين كرة اليد كمدافع ومهاجم فردي، وقد تضمن المسح أفضل الاختبارات التي يمكن استخدامها لقياس الأداء المهاري للاعبين كرة اليد (عبد الحميد اسماعيل و صبحي حسنين، 2002، الصفحات 116-127) وهي:

- الاختبار الأول: اختبار سرعة تمرير الكرة.
- الاختبار الثاني: اختبار التمرير من الجري.
- الاختبار الثالث: اختبار التنطيط المستمر لمسافة 30م في خط متعرج.
- الاختبار الرابع: اختبار التصويب من الثبات من 8 كرات من خط ال 9 أمتار.
- الاختبار الخامس: اختبار التصويب من الوثب عاليا.
- الاختبار السادس: اختبار مهاري مركب، وللإطلاع على الاختبارات كاملة أنظر الملحق رقم (3).

*سيكومترية الاختبارات المهارية للاعبين كرة اليد:

أولاً/ صدق الاختبارات المهارية:

من أجل ان تتأكد الباحثة من الصدق الظاهري للاختبارات المهارية للاعبين كرة اليد، تم عرض الاختبارات على دكاترة و أساتذة و مدربي كرة اليد من أجل تحكيمها و تقديم ملاحظات، وتم أخذ موافقتهم كما هو موضح في الملحق رقم(3)، فضلا عن استخدام الصدق الذاتي كما هو موضح في الجدول رقم (6).

ثانياً/ ثبات الاختبارات المهارية:

تم حساب معامل الثبات عن طريق تطبيق الاختبارات على (8) لاعبين وإعادته كما هو مذكور في الدراسة الاستطلاعية الرابعة، وتم حساب الارتباط البسيط بين النتائج كما هو موضح في الجدول رقم (6).

الجدول رقم (6) يبين معاملات الصدق والثبات لإختبارات الأداء المهاري في كرة اليد.

الصدق الذاتي	معامل الثبات	وحدات الاختبارات	اختبارات الأداء المهاري للاعبين كرة اليد
0.925	0.857	اختبار سرعة تمرير الكرة	
0.989	0.980	اختبار التمرير من الجري	
0.826	0.683	اختبار التنطيط المستمر	
0.822	0.677	اختبار التصويب من الثبات	
0.852	0.726	اختبار التصويب من الوثب عاليا	
0.954	0.911	اختبار مهاري مركب	

نلاحظ أن قيم معامل الارتباط البسيط عالية في أغلب وحدات الاختبار إذ تراوحت ما بين (0.677-0.989)، وهذا يعني أن جميع اختبارات الأداء المهاري في كرة اليد تتمتع بقدر عالي من الثبات.

ثانياً/الأدوات المساعدة: والمتمثلة في:

1. تطبيق المشتت الضوئي (مترو نوم فلاشر) لقياس تركيز الانتباه.
2. ساعة إيقاف الكترونية لقياس الزمن بالدقائق والثواني.
3. شريط القياس لقياس المسافات.
4. شريط لاصق بعرض (5 سم) +صافرة.
5. ملعب كرة يد + مرمى كرة يد + كرات يد عددها (12) + مربعات + شواخص عددها (10).
6. عصابة عين من القماش الناعم داكنة اللون.
7. استمارات تسجيل النتائج (انظر الملحق رقم 3).

3-2-6- الوسائل الإحصائية:

يتمثل الهدف الأساسي للوسائل الإحصائية في إثبات أو نفي الفرضيات الموضوعية من طرف الباحث، الذي يعتبرها أساسية في كل بحث علمي، واستعملت الباحثة الوسائل الإحصائية التالية:

أ/ النسبة المئوية: وفق الطريقة الإحصائية التالية:

$$\% \text{س} = \frac{100 \times \text{ت}}{\text{ع}}$$

ع: تمثل عدد أفراد العينة.

ت: يمثل عدد التكرارات.

س: تمثل النسبة المئوية.

ب/ معامل الارتباط البسيط بيرسون لثبات الاختبار: (محمد نصر الدين رضوان، 2006، صفحة 112).

$$r = \frac{\text{ن} \times \text{مج س ص} - \text{مج س} \times \text{مج ص}}{\sqrt{[\text{ن}^2 (\text{مج ص})^2 - (\text{مج س} \times \text{مج ص})^2] [\text{مج س}^2 - (\text{ن} \times \text{مج س})^2]}}$$

- ن: عدد العينة.

- مج س ص: يمثل حاصل ضرب درجات التطبيق الأول في درجات التطبيق الثاني.

- مج س × مج ص: يمثل حاصل ضرب مجموع درجات التطبيق الأول س في مجموع درجات التطبيق الثاني ص.

- مج س²: مربعات درجات التطبيق الأول.

- مج ص²: مربعات درجات التطبيق الثاني.

ج/ معامل صدق الاختبار: ويحسب كالتالي:

$$\text{معامل الصدق الذاتي للاختبار} = \sqrt{\text{ثبات الاختبار}}$$

د/ الوسط الحسابي: وتكتب معادلته كالتالي:

$$\text{مجموع القيم على عدد القيم} = \text{الوسط الحسابي}$$

هـ/ بالإضافة الى حساب النتائج عن طريق استعمال كل من :

*برمجية Microsoft office Exel والحقيبة الإحصائية spss من اجل حساب معامل سبيرمان.

خلاصة:

تعتبر منهجية البحث الأساس الذي يسير عليه الباحث، لذا اعتمدنا على تحديد المناهج المستعملة في هذا الفصل، والسعي نحو بلورة هذا المنهج باستعمال الأدوات الإحصائية المناسبة، بالإضافة الى ملخص بحوثنا واطلاعنا على المصادر والدراسات السابقة وتحكيم المقاييس، وكله تم تلخيصه خطوة بخطوة في مراحل الدراسة الاستطلاعية.

ومن اجل تحقيق اهدافنا اعتمدنا على جملة من الاختبارات والمقاييس التي نسعى من خلالها الى تحقيق فرضياتنا، ودعمناها بالتحقيق من صدق وثبات هذه الاختبارات والمقاييس، والتي سوف تطبق على عينة فحواها مجتمع بحث حدد من خلال خطوات هذا الفصل تحديدا دقيقا، و مناسبا من اجل البدء في تحليل النتائج.

الفصل الرابع: عرض وتحليل

ومناقشة النتائج

تمهيد:

يتطلب البحث العلمي عرض و تحليل ومناقشة النتائج التي تم التوصل اليها من خلال الدراسة الميدانية والعلاقة المستقاة من خلال عرض الجانب النظري، ولذلك عند الاخذ بالبروتوكولات المنهجية و من خلال فرضياتنا على ان هناك علاقة بين بعض القدرات العقلية والأداء المهاري في كرة اليد سوف نعرض في هذا الفصل تفسير وتحليل النتائج والبيانات التي كشفت عنها الدراسة الميدانية من خلال تطبيق الاختبارات والمقاييس العقلية وكذا اختبارات الأداء المهاري في كرة اليد، وتفسيرها ومقابلتها بالفرضيات الجزئية كلا على حدى.

4-1- عرض وتحليل النتائج:

سيتم عرض النتائج ومناقشتها في ضوء البيانات الإحصائية التي قمنا بالحصول عليها من خلال عينة البحث وفق المتغيرات الأساسية المعتمدة ومن أجل التحقق من صحة الفروض التي وضعت والتي تم قياسها على النحو التالي:

أولاً/ فيما يخص "الفرضية الأولى":

والتي تنص على "وجود علاقة ارتباطية بين متغير تركيز الانتباه والأداء المهاري للاعبين كرة اليد"، ولأجل التحقق من هذه الفرضية تم حساب معامل الارتباط سبيرمان بين وحدات اختبار تركيز الانتباه ووحدات اختبار الأداء المهاري في كرة اليد والمطبقة على العينة المدروسة على النحو التالي:

الجدول رقم (7) يوضح معاملات الارتباط بين تركيز الانتباه والأداء المهاري في كرة اليد.

الأداء المهاري في كرة اليد						الانتباه
الوحدة 6	الوحدة 5	الوحدة 4	الوحدة 3	الوحدة 2	الوحدة 1	
-0.374	0.458	0.515	-0.572	-0.459	0.579	حدة الانتباه
0.356	-0.211	-0.256	0.36	0.308	-0.304	تركيز الانتباه

* عرض وتحليل النتائج:

نلاحظ من خلال النتائج المتحصل عليها من خلال الجدول رقم (7) أنه توجد علاقة ارتباطية طردية متوسطة بين حدة الانتباه والوحدات الأولى والرابعة والخامسة، بينما توجد علاقة ارتباطية عكسية متوسطة بين حدة الانتباه والوحدات الثانية والثالثة و**ضعيفة** بين الحدة الانتباه والوحدة السادسة لمتغير الأداء المهاري في كرة اليد.

ونلاحظ أيضاً من خلال نفس الجدول انه توجد علاقة ارتباطية طردية **ضعيفة** بين تركيز الانتباه والوحدات الثانية والثالثة والسادسة للأداء المهاري، بينما توجد علاقة ارتباطية **عكسية ضعيفة** بين تركيز الانتباه والوحدات الأولى والرابعة والخامسة لمتغير الأداء المهاري في كرة اليد.

ثانيا/ فيما يخص "الفرضية الثانية":

والتي تنص على "وجود علاقة إرتباطية بين متغير التصور العقلي والأداء المهاري للاعبين كرة اليد"، ولأجل التحقق من هذه الفرضية تم حساب معامل الإرتباط سبيرمان بين وحدات مقياس التصور العقلي ووحدات اختبار الأداء المهاري في كرة اليد، والمطبقة على العينة المدروسة على النحو التالي:

الجدول رقم (8) يوضح معاملات الارتباط بين التصور العقلي والأداء المهاري في كرة اليد

الأداء المهاري في كرة اليد						أبعاد التصور العقلي
الوحدة 6	الوحدة 5	الوحدة 4	الوحدة 3	الوحدة 2	الوحدة 1	
0.124	0.055	0.386	-0.17	-0.411	0.298	التصور الكلي
0.165	-0.006	0.345	0.018	-0.29	0.162	التصور البصري
0.138	0.069	0.333	-0.08	0.384	0.346	التصور السمعي
0.026	0.061	0.234	-0.04	0.042	0.224	التصور الحس- حركي
0.221	0.101	0.183	-0.28	-0.423	0.146	التصور الانفعالي

*عرض وتحليل النتائج:

نلاحظ من خلال النتائج المتحصل عليها من خلال الجدول رقم (8) كالتالي:

- توجد علاقة إرتباطية طردية ضعيفة بين بُعد التصور الكلي وكل من الوحدات (الأولى والرابعة والخامسة والسادسة) للأداء المهاري في كرة اليد، بينما توجد علاقة إرتباطية عكسية متوسطة بين التصور الكلي والوحدة الثانية للأداء المهاري في كرة اليد، و علاقة إرتباطية عكسية ضعيفة بين التصور الكلي والوحدة الثالثة.
- توجد علاقة إرتباطية طردية ضعيفة بين بعد التصور البصري وكل من الوحدات (الأولى والثالثة والرابعة والسادسة) للأداء المهاري في كرة اليد، بينما توجد علاقة إرتباطية عكسية ضعيفة بين بعد التصور البصري و الوحدة الثانية والخامسة للأداء المهاري في كرة اليد.
- توجد علاقة إرتباطية طردية ضعيفة بين بعد التصور السمعي وكل من الوحدات (الأولى والثانية والرابعة والخامسة والسادسة) للأداء المهاري في كرة اليد، بينما توجد علاقة إرتباطية عكسية ضعيفة بين بعد التصور السمعي الوحدة الثالثة الخاصة بمتغير الأداء المهاري في كرة اليد.
- توجد علاقة إرتباطية طردية ضعيفة بين التصور الحس-حركي وكل من الوحدات (الأولى والثانية والرابعة والخامسة والسادسة) للأداء المهاري لكرة اليد، بينما توجد علاقة إرتباطية عكسية ضعيفة بين التصور الحس-حركي والوحدة الثالثة الخاصة بمتغير الأداء المهاري في كرة اليد.

- توجد علاقة ارتباطية طردية ضعيفة بين التصور الانفعالي وكل من الوحدات (الأولى والرابعة والخامسة والسادسة) للأداء المهاري في كرة اليد، بينما توجد علاقة ارتباطية عكسية متوسطة بين التصور الانفعالي الوحدة الثانية وعلاقة ارتباطية عكسية ضعيفة بين التصور الانفعالي والوحدة الثالثة للأداء المهاري في كرة اليد.
- ثالثاً/ فيما يخص "الفرضية الثالثة":

والتي تنص على "وجود علاقة ارتباطية بين متغير الإدراك الحس-حركي والأداء المهاري في كرة اليد" ولأجل التحقق من هذه الفرضية تم حساب معامل الارتباط سبيرمان بين وحدتي الإدراك الحس-حركي ووحدات اختبار الأداء المهاري في كرة اليد، والمطبقة على العينة المدروسة على النحو التالي:

الجدول رقم (9) يوضح معاملات الارتباط بين الإدراك الحس-حركي والأداء المهاري في كرة اليد.

الأداء المهاري في كرة اليد						اختبار الإدراك الحس-حركي
الوحدة 6	الوحدة 5	الوحدة 4	الوحدة 3	الوحدة 2	الوحدة 1	
-0.012	-0.299	-0.09	0.099	0.418	-0.268	اختبار الإدراك الحس-حركي بالمسافة
-0.068	0.034	-0.08	0.119	0.396	-0.05	اختبار الإحساس بالزمن

*عرض وتحليل النتائج:

- نلاحظ من خلال النتائج المحصل عليها من خلال الجدول رقم (9) ما يلي:
- توجد علاقة ارتباطية عكسية ضعيفة بين اختبار الإدراك الحس-حركي بالمسافة و كل من الوحدات (الأولى والرابعة والخامسة والسادسة) للأداء المهاري في كرة اليد، بينما توجد علاقة ارتباطية طردية متوسطة بين اختبار الإدراك الحس-حركي بالمسافة والوحدة الثانية وعلاقة ارتباطية طردية ضعيفة بين اختبار الإدراك الحس-حركي والوحدة الثالثة للأداء المهاري في كرة اليد.
 - توجد علاقة ارتباطية عكسية ضعيفة بين اختبار الإحساس بالزمن وكل من الوحدات (الأولى والرابعة والسادسة) للأداء المهاري في كرة اليد، بينما توجد علاقة ارتباطية طردية ضعيفة بين اختبار الإحساس بالزمن وكل من الوحدة الثانية والثالثة والخامسة لاختبار الاداء المهاري في كرة اليد.

4-2- مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات:

4-2-1- مناقشة الفرضية الأولى: التي تنص على "وجود علاقة ارتباطية بين متغير تركيز الانتباه والأداء المهاري في كرة اليد".

حيث نلاحظ من خلال الجدول رقم (7) أنه توجد علاقة ارتباطية طردية متوسطة بين حدة الانتباه والأداء المهاري في كرة اليد في الوحدات الخاصة بالتصويب والتمرير ووجود علاقة ارتباطية عكسية ضعيفة بين حدة الانتباه والأداء المهاري في كرة اليد في الوحدات الخاصة بالتنطيط والتمرير من الجري والاختبار المهاري المركب ونبرر العلاقة بين حدة الانتباه والأداء المهاري في كرة اليد الى درجة العلاقة القائمة بين هذه القدرة العقلية ووحدات الأداء المهاري، إذ لا يمكن للاعب ان يحقق مستوى جيد في أداء مهارة معينة دون امتلاكه لدرجة عالية من حدة الانتباه، إذ ان هذه المهارة هي سبب لتحقيق نتائج جيدة للاعب خاصة في مهارتي التمرير والتصويب، والتي تتطلب درجة عالية من حدة الانتباه مع غيرها من المهارات الأخرى، مع وجود وتعدد المثيرات التي تواجه اللاعب في الملعب أثناء تأديته لها.

كما ان خصوصية كرة اليد تتطلب اثاره هذه القدرة والمنبهات الحسية المرتبطة معها عند أداء أي مهارة على الرغم من اختلاف قوتها وشدتها بما يتناسب وخصوصية كل مهارة، ويتفق ذلك مع رأي (الضمد، 2000) في تحديده لمفهوم الحدة في المجال الرياضي أنه "يمثل درجة القوة أو الصعوبة التي يمكن أن يبذلها اللاعب تجاه مثير او مثيرات معينة وبالتالي كلما زادت حدة الانتباه نحو مثيرات معينة كلما تطلب الامر بذل مزيد من الطاقة العصبية أو العقلية في عملية الانتباه" (الضمد، 2000، صفحة 66).

وذلك ما يفسر صحة النتائج المتوصل اليها عند معالجة النتائج الإحصائية للعلاقة بين حدة الانتباه والأداء المهاري في كرة اليد، وذلك يتفق أيضا مع رأي (الكردي والبطيخي، 1996) في أن "أهمية حدة الانتباه تكمن في تأثيرها على قدرة الفرد في تحقيق الإنجاز العالي" (الكردي و البطيخي، 1996، صفحة 61).

وفيما يتعلق بالعلاقة بين درجة تركيز الانتباه والأداء المهاري في كرة اليد فإن النتائج الإحصائية تبين وجود علاقة ارتباطية طردية متوسطة بين هذه المتغيرات خلال الوحدات الخاصة بالتمرير من الجري والتنطيط والاختبار المهاري المركب و علاقة عكسية ضعيفة بين باقي الوحدات، ونفسر هذه العلاقة في حاجة الرياضيين الى التركيز بحيث يقول (أمين وعلي، 1995) في أن "تركيز الانتباه هو من الوسائل المهمة لرفع مستوى الرياضيين وقدراتهم على ملاحظة الأشياء بدقة ووضوح" (امين و علي، 1995، صفحة 259)، حيث تشير هذه القدرة الى مستوى التطور العقلي الذي لدى لاعب كرة اليد الناشئ في تصرفه أثناء تنفيذه للمهارات الرياضية، وزيادة تركيزه عند الأداء مع الدقة العالية يؤكد تمتع اللاعب بمستوى جيد في هذه القدرة والتي تشير الى وجود توافق بدني و عقلي جيد كما تؤكد (Dorothy، 1984) أن "الرياضي اذا لم يكن قادرا على التركيز لما يجري امامه فان الفعالية لا تحقق بشكلها الأمثل" (Dorothy، 1984، p. 82)، وبذلك تتفق مع (John، 1983) في أن "الرياضي الجدي هو الذي يملك توافقاً بدنياً

جيداً مع سيطرة تامة على المثيرات والانفعالات التي تؤثر في كيانه عند التركيز في هذه الحالة يكون مسيطراً على الواجب الحركي السليم" (John, 1983, p. 40).

ومن هنا نستنتج ان الفرضية الأولى التي تقضي أن "هنالك علاقة ارتباطية بين تركيز الانتباه والأداء المهاري في كرة اليد" قد تحققت.

4-2-2-2- مناقشة النظرية الثانية: التي تنص على "وجود علاقة ارتباطية بين التصور العقلي والأداء المهاري في كرة اليد".

حيث نلاحظ من خلال الجدول رقم (8) وجود علاقة ارتباطية طردية ضعيفة بين بعد التصور البصري والوحدات الخاصة بالتمرير من الثبات والتخطيط والتصويب والاختبار المهاري المركب للأداء المهاري في كرة اليد، وتفسر علاقة بين التصور البصري ومهارة التمرير الى تطور القدرة العقلية والتي ساهمت في نتائج جيدة فيما يخص هذه المهارة، والتي تتطلب المتابعة البصرية مع الدقة المطلوبة، وطبقاً لرأي براون فان التصور كقوة او كمنشأ حيوي مهم للإنسان واننا نملك هذه القدرة في خلق وإعادة خلق الصور والأشياء والأحداث في عقولنا وبشكل مستمر وحتى في حالة اعتقادنا انها حدثت في أوقات أخرى وأماكن أخرى، لذلك يجب أن نوجه الرياضيين الى الانتباه الشديد الى الملعب وبيئة المنافسة من خلال التركيز البصري والسمعي وجعلهم أكثر شعوراً بأنهم جزء من الحالة المطلوبة وكأنهم قد لعبوا بالفعل و من قبل في الملعب نفسه والظروف نفسها. (الوتار، 2004، صفحة 236)، وفي ضوء ذلك يمكن تحقيق مستوى عالي في الأداء المهاري اذا تمكننا من تطوير درجة التصور البصري خلال اعداد اللاعبين الناشئين للمسابقات الرياضية، بالنظر الى النتائج المستخلصة من هذا البعد، والتي لم تكن كلها ايجابية بل شملت وحدة واحدة لا اكثر مما ينبئ بحجم الجهد الذي سوف يبذل من اجل السعي نحو تطوير هذه القدرة والأداء على نحو منظم.

وفيما يخص العلاقة الارتباطية الطردية الضعيفة بين بعد التصور السمعي وكل من الوحدات الخاصة بالتمرير والتصويب والاختبار المهاري المركب تفسر هذه العلاقة إلى حاجة اللاعب الى تطوير وسائل الاتصال السمعي عند تنفيذ المهارات من خلال الاستخدام الأمثل لمعنى التصور العقلي من خلال التمييز السمعي للأحداث والحركات في الملعب كسماع صوت الصافرة او تنطيط الكرة، ومنه تصور الحركة لكي يتم الوصول الى الهدف بشكل صحيح حتى مرحلة النهاية، ثم تكرار التدريب في ظروف يكون فيها التدريب البدني والمهاري والخططي موازياً مع تطوير حاسة السمع عبر ترجمة الرسائل السمعية والصوتية التي يؤدي فهمها الى ترجمتها وتحويلها الى حركات انسيابية تقود الى تحقيق إنجاز افضل للمهارة المطلوبة، وفي هذا الصدد أشار كل من (شمعون والجمال، 1996) الى ان هناك اوقاتاً خلال التدريب يتحدث فيها اللاعب الى نفسه ويسمع فيها أصوات الآخرين داخل عقله تميزه بما يجب عليه ان يفعله، ما لا يجب القيام به، وفي ضوء ذلك يمكن اللاعب من التحكم فيها او تجنبها عندما لا يتمكن من ذلك وبنفس الطريقة فان الأصوات الخارجية يمكن ان تعمل على تشتيت الانتباه عند القيام بتمريرة مثلاً، ألا في حالة معرفة اللاعب كيفية خفض هذه الأصوات واستخدامها بطريقة بناءة، (شمعون و

الجمال ، 1996، الصفحات 90-91)، وهذا ما ظهر خلال النتائج الإحصائية لكل من الوحدة الثالثة (اختبار التنطيط المستمر) والوحدة الخامسة (اختبار التصويب من الوثب عالياً) والوحدة السادسة (اختبار مهاري مركب).

وأيضاً فيما يخص وجود علاقة ارتباطية طردية ضعيفة بين بعد التصور الحس-حركي وتقريباً كل وحدات اختبار الأداء المهاري في كرة اليد، فيفسر ذلك إلى أن هذا النوع من التصور مرتبط بمستوى الإنجاز المهاري إيجاباً ام سلباً، لأنه يمثل العلاقة بين الإحساس النفسي والحركي معاً، من خلال النقل الصحيح للإيعازات العصبية عبر العضلات المشتركة في الأداء من خلال الحس المشترك بين الإحساسات الحركية والانقباضات العضلية للعضلات والاورتار وان ادراك الحركة وتنفيذها مهارياً وادائها يرتبط بالإحساس بها وتفسيرها لكي يتم تنفيذها بشكل صحيح، وهذا الرأي يتفق مع ما ذهب إليه (راتب، 1995)، في ان التصور العقلي يتضمن قيام الرياضي بتصور الحركة، وتسلسل المهارات والمواقف والاحداث وجميع مظاهر المنافسة وتبدو أهمية ممارسة التصور العقلي بأنه عند تصور الحركة واسترجاعها عقلياً تنتج الانقباضات التي تنتقل عبر الممرات العصبية او مرتبط بهذه الحركات وتكمن الفائدة في ان المثيرات الناتجة عن التصور الحركي تعمق الممرات العصبية وبذلك تسهم في الارتقاء بالمستوى المهاري ومستوى الإنجاز، (راتب ، 1995، صفحة 19)، و يبرر هذا الرأي النتائج الإحصائية المحصل عليها، اذ يدل عدم كفاية التصور الحركي الممارس على نقص المثيرات عبر الممرات العصبية مما انقص -نسبياً- نتائج اختبار الأداء المهاري، وهذا يتوجب على اللاعب اخذه بعين الاعتبار.

وفيما يتعلق بالعلاقة الارتباطية الطردية الضعيفة بين بعد التصور الانفعالي وتقريباً كل وحدات الأداء المهاري، ونبرر ذلك الى ان التصور العقلي هو أداء ذات تأثير تستخدم للحصول على قدرات أفضل في الانفعالات النفسية والحصول على السيطرة اللازمة على الجسم، واستخدام هذا النوع من التصور يمكن ان يعمل على حشد واستحضار قدرات اللاعب وتكاملها في أسلوب يحقق اهداف اللاعب، واستخدام هذا النوع من التصور له أهمية خاصة في مجال الرياضة عموماً وكرة اليد خصوصاً فهو يدعم خصوصية اللعبة من خلال ما يوفره من تهيئة نفسية وانفعالية متوازنة لأداء افضل، وهو يعد من الاستراتيجيات المهمة في المجال التدريبي والرياضي، ويتفق ذلك مع رأي (الوتار، 2004) إذ قال أن "هذا النوع من التصور العقلي يساعد في تحقيق الاضطراب النفسي والقلق والتوتر عند الرياضي ويعمل على زيادة مشاعر السعادة والاستمتاع بالأداء الرياضي"، (الوتار، علم النفس الرياضي، 2004، صفحة 234).

ومن فان الفرضية التي تنص على أن "هناك علاقة ارتباطية بين التصور العقلي والأداء المهاري في كرة اليد" قد تحققت.

4-2-3- مناقشة النظرية الثالثة: التي تنص على "وجود علاقة ارتباطية بين الادراك الحس-حركي والأداء المهاري في كرة اليد".

حيث نلاحظ من خلال الجدول رقم (9) وجود علاقة ارتباطية طردية عكسية ضعيفة بين وحدتي الادراك الحس-حركي (اختبار ادراك مسافة رمي الكرة - اختبار الإحساس بالزمن) وأغلب وحدات الأداء المهاري في

كرة اليد، إذ إن حاجة لعبة كرة اليد إلى القدرات العقلية في تنفيذها للمهارات الأساسية ومنها الإدراك الحس-حركي، حيث إن مهارات كرة اليد يتم تنفيذها غالباً اعتماداً على هذه القدرات العقلية المهمة وخصوصاً في أثناء المنافسات الرياضية أهمها الإدراك بالمسافة كالحاجة إلى عدم تجاوز الخطوط الفاصلة والتصويب من بعيد وإدراك الحركة والاحساس بها والاحساس بالوقت وتغيير المواقف ينجر عنه أداء مهاري ممتاز وتحقيق إنجاز مهم، ويتفق ذلك مع ما قاله (القيسي، 2002) "إن اللاعب يشعر ويدرك ويفكر ويوفق بين جهازه العصبي والعضلي بصورة أشمل وتؤدي القدرات العقلية دوراً مميزاً في استيعاب الفرد واكتسابه المعلومات ومن ضمن هذه القدرات الإدراك الحس-حركي الذي يعد مسؤولاً عن الأفعال الحركية وتفسيرها وتنفيذها من خلال التعرف على المحيط والبيئة المراد عمل الحركة من خلالها" (القيسي، 2002، صفحة 2)، وتأتي هذه النتائج منسجمة مع ما أتى به (الضمد، 2000) في أنه لما كانت الكرة هي الأداء التي يتحكم بها لاعب كرة اليد في تنمية الإحساس، وتطوير التحكم بالكرة تعد من بين أهم المهارات في هذه اللعبة ويتضمن ذلك الدقة في الإدراك الحسي الخاص بالكرة سواء كانت متحركة أو ساكنة وهذه المجموعة من الإدراكات الحسية تتدرج نحو ما يسمى بالإحساس بالكرة وبفضل هذه العملية فإن اللاعب يستوعب حركات الكرة بكل وضوح من حيث وزنها وشكلها" (الضمد، فيسيولوجيا العمليات العقلية، 2000، صفحة 36)، أي أنه من خلال التدريب المتكرر يأتي ما يسمى بالإدراك التلقائي المبرمج في عقل اللاعب عند انتباهه للوقت خلال المباراة مثلاً أو الاستسلام لحدود الملعب، وهذا ما يؤكد العلاقة التي بينهما.

ومن هنا فإن الفرضية التي تنص على أن " هنالك علاقة ارتباطية بين الإدراك الحس-حركي والأداء المهاري في كرة اليد" قد تحققت.

4-3- مناقشة ومقابلة الفرضيات الجزئية بالفرضية العامة:

تنص الفرضية الجزئية الأولى على "وجود علاقة بين تركيز الانتباه والأداء المهاري في كرة اليد صنف أصغر (U17)"، وهي حسب التحليل والمناقشة ومقابلتها بالنتائج قد "تحققت".

وتنص الفرضية الجزئية الثانية على "وجود علاقة بين التصور العقلي والأداء المهاري في كرة اليد صنف أصغر (U17)"، وهي حسب التحليل والمناقشة ومقابلتها بالنتائج قد "تحققت".

وتنص الفرضية الجزئية الثالثة على "وجود علاقة بين الإدراك الحس-حركي والأداء المهاري في كرة اليد صنف أصغر (U17)"، وهي حسب التحليل والمناقشة ومقابلتها بالنتائج قد "تحققت".

ومن هنا وحسب الفرضية العامة والتي تنص على "وجود علاقة بين بعض القدرات العقلية والأداء المهاري في كرة اليد صنف أصغر (U17)"، وفي حدود ما توصلنا إليه في النتائج ومطابقتها للفرضيات وكذا توافقها مع ما تم الحصول عليه من الملاحظة والتفسير، نستنتج أن الفرضية العامة قد تحققت بتحقيق الفرضيات الجزئية الثلاث ويمكننا القول إن الفرضيات المقترحة جاءت في سياق النتائج المتحصل عليها.

- خلاصة:

من خلال هذا الفصل تمكنا من دراسة نتائج كل من القدرات العقلية والأداء المهاري لدى أصغر كرة اليد (15-17) سنة كما تمكنا من مطابقة نتائج هذه الدراسة مع الفرضيات المستسقة من الفرضية العامة والتي تحققت بناء على تحقق الفرضيات الجزئية، والتي أردفت أن لتركيز وحدة الإنتباه علاقة إيجابا مع كل من وحدات الأداء المهاري لكرة اليد، والمتمثلة لكل مهارة من المهارات الأساسية في كرة اليد.

كما حللنا نتائج وحدات التصور العقلي والتي أسفرت عن وجود علاقة طردية مع أغلبية وحدات الأداء المهاري في كرة اليد، كما أسفرت نتائج الإدراك الحسو-حركي لكل من اختبار رمي الكرة واختبار الإحساس بالزمن إلى وجود علاقة عكسية بينها وبين بعض وحدات الأداء المهاري لكرة اليد، وهذا يدل على السير الصحيح لإتجاه بحثنا وموضوعيته.

الاستنتاج العام

الاستنتاج العام:

نستنتج من هذه الدراسة ما يلي:

- لقد تحققت العلاقة بين بعض القدرات العقلية والمتمثلة في تركيز الانتباه والتصور العقلي والإدراك الحس-حركي والأداء المهاري لكرة اليد عند فئة الاصاغر صنف (15-17) سنة، وهذا ما أظهرته نتائج تطبيق كل هذه القدرات وارتباطها مع النتائج الخاصة لوحدة الإختبار المهاري في كرة اليد.
- حيث أن الإرتباط بين النتائج الخاصة بتركيز وحدة الإنتباه ووحدة الأداء المهاري في كرة اليد، أدى إلى وجود علاقة ارتباطية اما طردية في اغلب الأحيان او عكسية بينهما، أي أن تحقيق نتائج جيدة في الأداء المهاري يتعلق بالتركيز والحدة في الإنتباه.
- كما أن الإرتباط بين نتائج التصور العقلي بوحداته (البصري،السمعي، الحس-حركي،الإنفعالي والكلي)، مع كل من وحدات الأداء المهاري أدى إلى وجود علاقة طردية وهذا ما يدل على وجود تصور عقلي عالي في المهارات المذكورة.
- كما أن الإرتباط بين نتائج الإدراك الحس-الحركي بوحدتيه (الإحساس بالمسافة عن طريق رمي الكرة، الإحساس بالزمن) مع كل من وحدات (التمرير من الثبات والجري، التصويب من الثبات والجري) يعود إلى إدراك اللاعب التسديد خلال الملعب عن طريق ادراكه للمسافة، كما يظهر أن اللاعب أكثر إدراكا للزمن وإحساسا به خاصة عند سماع صافرة التصويب، ومنه نستنتج أن هناك علاقة عكسية بين الإدراك الحس-حركي والأداء المهاري في كرة اليد صنف أصاغر.
- ومنه يمكننا أن نقول أن الإختبارات العقلية تعتبر أداة لما يمكن للمدرب أن يكشفه عن اللاعب خاصة أسباب فشله في الأداء المهاري خلال المباراة أو خلال التدريبات، كما يظهر أن للاعبين الاصاغر مستوى لا بأس به خلال هذه الدراسة وأن النتائج الإيجابية المحققة قد تتنبأ لهم بتطور ملحوظ مستقبلا خلال الأداء المهاري نظرا أن العلاقة بين هذه القدرات العقلية والأداء المهاري لكرة اليد قد تحققت.

خاتمة

- خاتمة:

لقد حاولنا من خلال هذه الدراسة، التطرق الى العلاقة الموجودة بين بعض القدرات العقلية والأداء المهاري للاعبين كرة اليد صنف أصاغر (15-17) سنة، وكانت البداية بهذا العمل المتواضع والذي يمثل ثمرة جهد عام كامل من العمل والتنقيح، حيث تم طرح الفرضيات والتساؤلات الجزئية والتساؤل العام، وفي محاولة للإجابة عنها مما سهل علينا رسم خطوات هذا البحث، ثم عرض مفصل للجانب النظري الخاص بالبحث والذي قسم الى محاور تتناول تفصيل كل متغير على حدى، حيث تناولنا محور حول القدرات العقلية، محور تركيز الانتباه والتصور العقلي والادراك الحس-حركي، ومحور حول الأداء المهاري في كرة اليد، ثم محور الفئة العمرية التي تناولت المراقبة ومراحلها وخصائص الفئة العمرية المدروسة (15-17 سنة)، وساهمنا في إثراء بحثنا عن طريق عرض مصغر لمختلف الدراسات التي تناولت موضوع بحثنا من قريب او من بعيد مع التعليق عليها، كما تناولنا فصلا آخر تطبيقيا يخص منهجية البحث واجراءاته الميدانية والتي شملت على عدة تفاصيل خاصة بالبحث مع ذكر مجتمع البحث وعينته وخصائص العينة ومواصفاتها، بالإضافة الى نوع المنهج المستعمل، كما عرضنا الأدوات والاختبارات والمقاييس العقلية والمهارية لكرة اليد والمطبقة على عينة الدراسة.

كما القينا الضوء على سيكومترية الأدوات المستخدمة، ثم تطرقنا الى الفصل الرابع الذي يهتم بعرض النتائج وتحليلها ومحاولة تفسيرها على ضوء الفرضيات الموضوعية، حيث أكدت العلاقة بين كل هذه المتغيرات، وأظهرت علاقة ارتباطية اما طردية او عكسية بين القدرات العقلية المتمثلة في تركيز الانتباه، الادراك الحس حركي والأداء المهاري في كرة اليد، أثبتنا الارتباط الكبير بين نتائج الاختبارات والمقاييس العقلية ووحدات اختبار الأداء المهاري في كرة اليد صنف أصاغر (15-17) سنة، وهذا يساعد المدرب على الاستدلال بهذه الاختبارات لاكتشاف النقص وتطوير قدرات الرياضي الناشئ، ووضعها في مكانته الأساسية التي يستحقها وتوجيهه نحو تطويرها، كما يساعد على اقتراح برامج عقلية مناسبة له.

اقتراحات وفروض مستقبلية

- اقتراحات وفروض مستقبلية:

- الحرص على تنمية الاداء المهاري للأصغر خاصة الوحدات التي سجلت فيها نتائج غير دالة.
- الاهتمام بتطوير وترقية القدرات العقلية (تركيز الانتباه، التصور العقلي، الادراك الحس-حركي) لدى الاصغر عن طريق تطبيق برامج عقلية تدريبية.
- التأكيد على تطوير التصور الحس-حركي لدى الاصغر وذلك لتأثيره في تطوير الاداء المهاري للأصغر.
- التأكيد على تطوير الادراك الحس-حركي بوحديته لتأثيره على الاداء المهاري في كرة اليد وبالأخص مهارتي التنطيط والاختبار المركب والتصويب من الثبات والوثب لهذه العينة.
- الاعتماد على نتائج الصدق والثبات للاختبارات العقلية لأغراض بحثية أخرى مستقبلا.
- مراعاة نتائج البحث الحالي عند إجراء بحوث مماثلة، والاعتماد عليها كدراسة سابقة أو مشابهة ومع فعاليات رياضية متعددة.
- إجراء بحوث معتمدة لمعرفة نسبة مساهمة كل قدرة عقلية في كل مهارة من المهارات الاساسية في كرة اليد.
- إجراء إختبارات دورية لقياس القدرات العقلية والاداء المهاري في كرة اليد على لاعبي الاصغر خلال الموسم التدريبي والاستفادة من هذا البحث في تطبيق فرضياته على فعاليات رياضية أخرى.

البيبايوغرافيا



البيبلوغرافيا

• المراجع:

- 1- ابراهيم كاظم العظماوي (1997) ، معالم من سيكولوجية الطفولة والفترة والشباب، بغداد: دار الشؤون الثقافية العامة.
- 2- ابراهيم مفتي حماد (2001)، التدريب الرياضي الحديث، مصر: دار الفكر العربي.
- 3- ابراهيم مفتي حماد (2002)، المهارات الرياضية اسس التعلم والتدريب والدليل المصور، مصر: مركز الكتاب للنشر.
- 4- احمد امر الله البساطي (1998)، اسس وقواعد التدريب الرياضي، الاسكندرية، مصر: منشأة المعارف.
- 5- احمد عزت راجح (1979)، اصول علم النفس، (الطبعة 2)، دار المعارف.
- 6- احمد محمد خاطر، و علي فهمي البيك (1978)، القياس في المجال الرياضي. مصر: دار المعارف.
- 7- اسامة كامل راتب (1995)، علم النفس الرياضي - المفاهيم والتطبيقات، القاهرة: دار الفكر العربي.
- 8- اسامة كامل راتب (2000)، تدريب المهارات النفسية. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
- 10- الشيباني (1973)، الاسس النفسية والتربوية لرعاية الشباب، ليبيا: الدار العربية للكتاب.
- 11- المنجد في اللغة العربية والأعلام (1987)، لبنان: دار المشرق.
- 12- توماجور خوري (2000)، سيكولوجية النمو عند الطفل والمراهق (الطبعة 1)، بيروت: المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع.
- 13- ثائر احمد غباري، و خالد احمد أبو شعيرة (2009)، سيكولوجية النمو بين الطفولة والمراهقة (الطبعة 1)، عمان: مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.
- 14- حامد عبد السلام زهران (2008)، علم النفس النمو (الطفولة والمراهق) (الطبعة 1)، القاهرة: عالم المكتبات.
- 15- حسن السيد ابو عبدو (2002)، الاعداد المهاري للاعبين كرة القدم (الطبعة 1)، الاسكندرية، مصر: دار الاشعاع الفنية.
- 16- رشيد زرواتي (2002)، تدريبات على منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، (ط1).

- 17- صالح محمد علي ابو جادو (2007)، علم النفس التطوري الطفولة والمراهقة، مصر: دار المسيرة والتوزيع.
- 18- طلعت همام (1984)، سين وجيم عن علم النفس التربوي، (الطبعة 1). دار عمار.
- 19- عبد الجليل ابراهيم الزوبعي ، و آخرون (1981)، الاختبارات والمقاييس النفسية، الموصل: مطبعة جامعة الموصل.
- 20- عبد الحميد اسماعيل، و صبحي حسنين (2002)، رياعيات كرة اليد الحديثة (الجزء الثاني)، (الطبعة 1) القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- 21- عبد الرحمن سليمان الطيريري (1995)، اختبار القدرات العقلية (دراسة في الصدق والثبات).
- 22- عبد الرحمن عدس، و آخرون (1988)، دليل المعلم في بناء الاختبارات التحصيلية ، تونس: المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم .
- 23- عبد الرحمن محمد العيساوي (2005)، المراهق والمراهقة (الطبعة 1)، بيروت: دار النهضة العربية.
- 24- عبد الستار الضمد (2000)، فسيولوجيا العمليات العقلية (الطبعة الاولى)، عمان، الاردن: دار الفكر للطباعة والنشر.
- 25- عبد الغني ديدي (1995)، التحليل النفسي للمراهقة (الطبعة 1)، بيروت: دار الفكر اللبناني.
- 26- علي فالح الهنداوي (2003)، علم النفس النمو الطفولة والمراهقة (الطبعة 2)، القاهرة: دار الكتاب الجامعي.
- 27- فؤاد البهي السيد (1996)، القدرات العقلية الاولية والذكاء والقدرة العددية، القاهرة: دار الفكر العربي.
- 28- فؤاد البهي السيد (2000)، الاسس النفسية للنمو من الطفولة الى الشيخوخة (الطبعة 4)، القاهرة: دار الفكر العربي.
- 29- فؤاد توفيق السامرائي (1987)، المبادئ الأساسية لكرة اليد، بغداد، جامعة بغداد، العراق: دار الكتب للطباعة والنشر.
- 30- قاسم حسن حسين (1998)، الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة (الطبعة 1)، الاردن: دار الفكر للنشر والتوزيع.
- 31- كمال عبد الحميد، و زينب فهمي (1987)، كرة اليد للناشئين (الطبعة 1)، القاهرة: دار الفكر العربي.
- 32- محبوب وجيه (1989)، علم الحركة والتعلم الحركي، جامعة الموصل: دار الكتب للطباعة.

- 33- محمد العربي شمعون ، و عبد النبي الجمال(1996)، التدريب العقلي في التنس (الطبعة 1)، القاهرة: مصر.
- 34- محمد العربي شمعون (1996)، التدريب العقلي في المجال الرياضي (الطبعة 1)، القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
- 35- محمد حسن علاوي (1990)، علم التدريب الرياضي (الطبعة 12)، القاهرة، مصر: دار المعارف.
- 36- محمد حسن علاوي، و كمال الدين عبد الرحمن (2003)، الاعداد النفسي في كرة اليد (نظريات وتطبيقات) (الطبعة1)، القاهرة، مصر: مركز الكتاب للنشر.
- 37- محمد حسن علاوي، و محمد نصر الدين رضوان (1987)، الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي. مصر: دار الفكر العربي.
- 38- محمد حسن علاوي، و محمد نصر الدين رضوان (2008)، القياس في التربية الرياضية و علم النفس الرياضي، القاهرة : دار الفكر العربي.
- 39- محمد عبد الحفيظ، و حسين باهي (2000)، طرق البحث العلمي والتحليل الاحصائي. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- 40- محمد مصطفى زيدان (1990)، النمو النفسي للطفل والمراهق (الطبعة 3). بيروت، لبنان: دار الشروق للنشر.
- 41- محمد نصر الدين رضوان(1992)، مقدمة في التقويم والتربية البدنية (الطبعة 3). القاهرة، جامعة القاهرة: دار الفكر العربي.
- 42- محمد نصر الدين رضوان (2006)، المدخل الى القياس في التربية البدنية والرياضية (الطبعة 1). القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- 43- محمود اكرم، و شلش نجاح (2000)، التعلم الحركي (لطبعة 2)، الموصل، جامعة الموصل: دار الكتب للطباعة والنشر.
- 44- محمود حمودة (1999)، الطفولة والمراهقة، القاهرة: عالم الكتب.
- 45- معروف رزيق (1986)، خطايا المراهقة (الطبعة 2)، دمشق: دار الفكر.
- 46- منير جرجس ابراهيم (2004)، كرة اليد للجميع، القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.

47- موريس انجرس ،ترجمة بوزيد صحراوي وآخرون (2006)، منهجية البحث العلمي في العلوم الانسانية (الطبعة 2). الجزائر: القصبه للنشر.

48- ناظم شاكر الوتار (2004)، علم النفس الرياضي. عمان، الاردن: دار وائل للنشر.

49- وجدي مصطفى الفاتح، و محمد لطفي السيد (2002)، الاسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب والمدرّب (الطبعة1). القاهرة.

50- وجيه محجوب (1987)، التحليل الحركي. جامعة بغداد، العراق.

51- ياسر محمد حسن دبور (1996)، كرة اليد الحديثة، الاسكندرية، مصر: منشأة المعارف.

• الدوريات والمنشورات العلمية:

52- احمد مصطفى السويفي (1999)، الفروق بين لاعبي كرة الماء العرب في قلق المنافسة الرياضية. وقائع المؤتمر العلمي وواقع الرياضة العربية وطموحاتها المستقبلية، الامارات العربية المتحدة: كلية التربية الرياضية.

53- الهام عبد الرحمن محمد (1988)، اثر ممارسة الكرة الطائرة على القدرات الحركية والعقلية للناشئات (تحت 16 سنة)، مجلة نظريات وتطبيقات، العدد(4).

54- حسام بشير، و محمد ثابت (2014)، تأثير التدريب الذهني في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة اليد.

55- سعيد نزار سعيد (2012)، اثر التمرينات لتطوير الادراك الحسي الحركي في اداء بعض المهارات الاساسية لدى لاعبي كرة اليد (الطبعة 1)، عمان، الاردن: دار غيداء للنشر والتوزيع.

56- طارق حمودي امين، و وليد وعد الله علي، (1995)، علاقة تركيز الانتباه بدقة بعض المهارات الاساسية بكرة التنس. مجلة التربية والعلم، العدد(18).

57- عبد الغفار عروسي، و دحمان معمر (2004)، دور قلق المنافسة في التأثير على مردودية اللاعبين. الجزائر العاصمة، معهد التربية البدنية والرياضية سيدي عبد الله، الجزائر: جامعة الجزائر.

58- عصمت درويش الكردي، و نهاد منير البطيخي (1996)، دراسة مقارنة لبعض مظاهر الانتباه لدى لاعبي المضرب في الأردن، عمان، عمادة البحث العلمي، الجامعة الاردنية، مجلد دراسات: الجامعة الأردنية.

59- عقيل عبد القادر بلعيد (2008)، مدى تأثير التدريب العقلي على تطوير المهارات الحركية المفتوحة (الهجوم المعاكس) لرياضي الكراتيه دو، الجزائر، معهد التربية البدنية والرياضية سيدي عبد الله.

60- محمد علي ابو الكشك، و مازن رؤوف حاملة (1996). اثر التدريب العقلي المصاحب للتدريب المهاري على تطوير بعض متغيرات الادراك الحس-حركي على بساط الحركات الارضية لطلبة التربية الرياضية. البصرة، كلية التربية الرياضية، جامعة البصرة، العراق: مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية، العدد السادس.

61 - مصطفى حسين ، و صديقة احمد محمود (1989)، مظاهر الانتباه لدى لاعبي بعض الانشطة (دراسة مقارنة). كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعة حلوان: المجلة العلمية الرياضية ، العدد الاول.

62- هادي موسى عدنان (2004)، علاقة بعض القدرات العقلية بالاداء المهاري و مستوى الانجاز في الكرة الطائرة. الموصل.

63- هناء صالح محمود (1987)، مقارنة تأثير التدريب الذهني والبدني في تعلم المهارات الحركية. بحث منشور في وقائع المؤتمر العلمي الرابع لكليات التربية الرياضية في جامعات العراق، ج2. بغداد.

64- وسن جاسم محمد القيسي (2002)، الادراك الحس-حركي وعلاقته بدقة اداء بعض المهارات الاساسية في الكرة الطائرة. كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.

• الانترنت:

65- زاهر زكار. (2003). القدرات العقلية وعلاقتها الجدلية بالتحصيل العلمي.

<http://t1t.net/of6.htm>.

66- Dorothy, V., Harris and Bettel, Harris (1984): "The Athletes Guide to Sport Psychology Mental Skills for Physical", People Leisure Press, New York.

67- Far Fel, V.C. (1975): "Pravlemia Drijeniamy. V. Sport", M, FIC.

68- Robert, G.C. (1992): "Motivation in Sport and Exercise Champaign", Human Kinetics, USA.

69- John, Syer (1983): "Sporting Body – Sporting Mind", United Kingdom, Cambridge Univ. Press.

70- Hervé le Duff. (2002). Entrainement mental du sportif. Paris : Surphare.

71- Robert, et Alen. (1997). psychologie du sport et de l'activité physique. Paris : Vigot.

72- Thomas hil. (1987). manual de l'education sportive. paris: vigot.

73- weineck. (1990). manuel d'entrainement. paris : Vigot.

الملاحق

الملحق رقم (03)

بيانات اللاعب

الإسم :

اللقب :

السن :

المستوى الدراسي :

تعليمات مقياس حدة وتركيز الانتباه

- أنظر إلى الورقة التي بين يديك بحيث تلاحظ الأرقام والتراكيب الموجودة بصورة جيدة وحاول ان تبحث عن الأرقام المطلوب منك شطبها وذلك بوضع خط مائل عليها بالقلم، وعليك أن تراعي الدقة والسرعة قدر المستطاع لأن مدة الاختبار هي دقيقة واحدة.
- تقوم خلال دقيقة واحدة فقط بشطب مجموعة تنتهي بالرقم (97) وتبدأ بالأسطر الواحد بعد الآخر من اليسار إلى اليمين.
- يبدأ الإختبار بكلمة (إستعد) وعند سماعها تأخذ الورقة الموضوعه أمامك بصورة مقلوبة .
- وعندما نقول كلمة (إبدأ) فنقوم بتشطيب الأرقام المطلوبة حتى وقت انتهاء الاختبار.
- يتوقف الإختبار عند سماع كلمة (قف)، وتقوم بوضع خط تحت المجموعة التي وصلت إليها.
- يعاد الإختبار مرة أخرى بوجود مشتت ضوئي وصوتي، ويعاد بتغيير الأرقام.



2497 6942 583 64279 2749 2496 385 62479 6492 2947
92476 538 2496 2947 583 6492 2946 2974 2497 67429
385 2497 6492 67249 2496 2947 385 2749 2497 29476
2492 2496 583 2497 67429 2947 2492 2947 2946 2497
6497 67249 2497 2749 2947 64279 6492 385 2496 385
62497 2947 6492 583 2497 92476 385 2496 583 67429
583 2496 67249 3492 2946 583 64279 385 2497 92476
6492 2947 6742 67429 583 2497 358 2974 67249 2946
385 2496 583 64279 385 67249 92476 62479 385 2492
67429 583 6492 583 62479 2947 385 62479 64279 385
6942 385 64279 2947 6492 583 2497 2492 2947 62479
67429 2974 538 92476 5496 2946 2947 583 2497 6429
385 2749 2947 2492 67249 583 2496 2492 92476 2947
2946 2629 385 2496 2497 6492 2497 67429 2947 2496
7496 67249 2497 2947 2749 64279 385 6492 385 2497
92476 2496 6492 583 2947 67429 385 2496 62479 583
538 67249 2496 6492 583 2497 64279 2947 385 92476
67429 6492 2947 2942 2946 67249 2974 385 2497 583
2416 385 62479 62479 385 2497 583 92476 67249 385
2947 62479 6492 358 67429 385 683 62479 583 64239
6492 2947 26479 385 2496 2749 64279 853 6429 2497
67429 2497 2974 2946 6492 583 2947 2496 538 92476
385 2947 2496 67249 6492 2497 385 92476 2947 2749
2496 2946 2497 2492 2947 67429 2497 583 2496 6492
385 2496 385 6492 64279 2947 2749 2496 67249 2497
67429 583 2496 385 62476 2497 853 6492 2947 62479
92476 2497 385 62479 538 2947 6492 67249 2496 583
2946 67249 2974 358 2497 583 67429 6942 2947 6492
2497 385 62479 92476 67249 385 64279 583 2469 385
583 64279 62479 358 2947 62479 583 6492 385 67429
62476 2947 2496 2497 583 6492 2947 64279 385 6942

- شرح الاختبار:

اختبار (بوردن - انغيموف) لقياس تركيز الانتباه .

اولا/ حساب حدة الانتباه:

الغرض من الاختبار :

قياس حدة انتباه اللاعب

الأدوات:

ورقة مقياس الانتباه ، ساعة توقيت ، قلم.

مواصفات الأداء:

عند سماع كلمة (ا ستعد) يم سك المختبر (اللاعب) بيده القلم وعند الإ إشارة (أبدا) يقوم اللاعب بقلب نموذج المقياس في لحظة تشغيل الساعة ويبدأ اللاعب بشطب الرقم (97) بالأسطر واحدا تلو الآخر من اليسار والى اليمين ، وينتهي الاختبار عند سماع كلمة (قف) ، يضع اللاعب علامة را سية عند آخر رقم شطب أو وصل إليه.

الشروط:

زمن الاختبار دقيقة واحدة.

- عندما تعلن الباحثة كلمة (ابدا) يقوم باللحظة نفسها بتشغيل ساعة التوقيت.

طريقة التصحيح واحتساب النتائج:

1. إحصاء العدد الكلي للأرقام التي وصل إليها المختبر خلال الدقيقة الواحدة ، للاختبار أي الحجم الكلي للجزء المنظور ويرمز له بالرمز (A) .
2. إحصاء عدد الأرقام (97) التي قام المختبر بشطبها في الجزء المنظور ويرمز لها بالرمز (C) . وتم استخراجها بواسطة مفتاح الاختبار.
3. إحصاء عدد الأرقام المنسية التي لم تشطبها المختبر (أي الساقطة من معدل الشطب في الجزء المنظور) ويرمز لها بالرمز (O).
4. إحصاء عدد الأرقام التي قام المختبر بشطبها عن طريق الخطأ في الجزء المنظور ويرمز لها بالرمز (W)
5. يتم استخراج مستوى حدة الانتباه لدى المختبر عن طريق المعادلة الآتية :

$$\rightarrow U1 = \frac{C - W}{C + O} . A$$

عدد الأرقام المشطوبة صحيحا - عدد الأرقام المشطوبة خطأ

حده الانتباه = $\frac{\text{عدد الأرقام المشطوبة صحيحا} - \text{عدد الأرقام المشطوبة خطأ}}{\text{عدد الأرقام المشطوبة صحيحا} + \text{عدد الأرقام المنسية}}$ × عدد الأرقام المنظورة

عدد الأرقام المشطوبة صحيحا + عدد الأرقام المنسية

ملاحظة : كلما ارتفع ناتج الحدة ارتفع مستوى الحدة لدى اللاعب .

ثانيا/ حساب تركيز الانتباه:

الغرض من الاختبار :

قياس تركيز انتباه اللاعب.

الأدوات :

تطبيق المشتت الضوئي والصوتي ، ورقة قياس الانتباه ، ساعة توقيت ، قلم

مواصفات الأداء :

1. نظام الأداء هو الأسلوب نفسه المتبع في قياس حدة الانتباه ، ولكن بوجود تطبيق جهاز (مترونوم-فلا شر) الذي يعطي (60) دقة صوت و (12) ومضة مصباح في الدقيقة ، أي بمعدل دقة صوت كل ثانية مع ومضة مصباح كل (5) ثوان ، على ان يوضع الجهاز على بعد متر واحد عن المختبر وبمستوى نظره وعند سماع كلمة (قف) يضع اللاعب علامة راسية عند آخر رقم شطبه أو وصل إليه.

2. الرقم المختار لهذا الاختبار (49).

3. زمن الاختبار دقيقة واحدة.

طريقة التصحيح واحتساب النتائج:

1. المعادلة نفسها التي استخدمت في حدة الانتباه تستخدم في التركيز .

2. صافي إنتاجية العمل في حدة الانتباه يرمز لها بالرمز (U_1) أي بدون مثير.

3. أما صافي الإنتاجية في التركيز (أي الحدة مع المثير) يرمز لها بالرمز (U_2).

4. تركيز الانتباه يستخرج في النتيجة النهائية عن طريق المعادلة الآتية:

$$\rightarrow K = U_1 - U_2$$

تركيز الانتباه = الاختبار بدون مثير - الاختبار مع المثير

وبهذه الحالة يكون زمن الاختبار دقيقتين (دقيقة بدون مثير ودقيقة بمثير)

ملاحظة : كلما انخفضت الدلالة (الناتج) ارتفع مستوى تركيز الانتباه ، أي انه كلما كانت القيمة النهائية لتركيز

الانتباه صغيرة كان التركيز عاليا والعكس صحيح ، أي انه كلما اقتربت (U_1) من (U_2) كان التركيز افضل.



2497 6942 583 64279 2749 2496 385 62479 6492 2947
92476 538 2496 2947 583 6492 2946 2974 2497 67429
385 2497 6492 67249 2496 2947 385 2749 2497 29476
2492 2496 583 2497 67429 2947 2492 2947 2946 2497
6497 67249 2497 2749 2947 64279 6492 385 2496 385
62497 2947 6492 583 2497 92476 385 2496 583 67429
583 2496 67249 3492 2946 583 64279 385 2497 92476
6492 2947 6742 67429 583 2497 358 2974 67249 2946
385 2496 583 64279 385 67249 92476 62479 385 2492
67429 583 6492 583 62479 2947 385 62479 64279 385
6942 385 64279 2947 6492 583 2497 2492 2947 62479
67429 2974 538 92476 5496 2946 2947 583 2497 6429
385 2749 2947 2492 67249 583 2496 2492 92476 2947
2946 2629 385 2496 2497 6492 2497 67429 2947 2496
7496 67249 2497 2947 2749 64279 385 6492 385 2497
92476 2496 6492 583 2947 67429 385 2496 62479 583
538 67249 2496 6492 583 2497 64279 2947 385 92476
67429 6492 2947 2942 2946 67249 2974 385 2497 583
2416 385 62479 62479 385 2497 583 92476 67249 385
2947 62479 6492 358 67429 385 683 62479 583 64239
6492 2947 26479 385 2496 2749 64279 853 6429 2497
67429 2497 2974 2946 6492 583 2947 2496 538 92476
385 2947 2496 67249 6492 2497 385 92476 2947 2749
2496 2946 2497 2492 2947 67429 2497 583 2496 6492
385 2496 385 6492 64279 2947 2749 2496 67249 2497
67429 583 2496 385 62476 2497 853 6492 2947 62479
92476 2497 385 62479 538 2947 6492 67249 2496 583
2946 67249 2974 358 2497 583 67429 6942 2947 6492
2497 385 62479 92476 67249 385 64279 583 2469 385
583 64279 62479 358 2947 62479 583 6492 385 67429
62476 2947 2496 2497 583 6492 2947 64279 385 6942

تعليمات مقياس التصور العقلي الرياضي

- يتضمن هذا المقياس أربعة مواقف رياضية، و عليك أن تستخدم حواسك الأربعة خلال هذه المواقف الأربعة (السمع، اللمس، الشم، التذوق) وأيضاً الحالة الإنفعالية المصاحبة لكل موقف (الغضب، الضحك، الاستياء، التوتر..)، و هذه المواقف هي:
(الممارسة بمفردك، الممارسة مع الآخرين، مشاهدة الزميل، الأداء في المنافسة).
- المطلوب منك في هذا المقياس أن تتصور الموقف الموضح لك، وتستجيب لكل موقف وفقاً لميزان تقدير من خمسة أبعاد، حيث كل نقطة تمثل بعداً معيناً كالتالي:

الدرجة	الأبعاد
1	عدم وجود صورة للموقف
2	وجود صورة ولكن غير واضحة
3	صورة واضحة بدرجة متوسطة
4	صورة واضحة بدرجة كبيرة
5	صورة واضحة بدرجة كبيرة جداً

- وفيما يلي المواقف الرياضية المطلوب أن تجيب عليها، ويتوجب عليك ان تضع دائرة على الرقم الذي يمثل درجة الوصول إلى الصورة العقلية التي خطرت في بالك.

الموقف الأول: الممارسة بمفردك

- إختبر مهارة من مهارات كرة اليد.
- الآن تصور ذاتك وأنت تؤدي هذه المهارة في المكان الذي عادة ما تتدرب عليه (ملعب كرة اليد)، دون وجود أي شخص آخر.
- أغلق عينيك لدقيقة واحدة وحاول أن ترى ذاتك في المكان، إسمع الأصوات وأشعر بجسمك يؤدي النشاط، واعياً لحالتك الذهنية أو المزاجية.

5	4	3	2	1	كيف تجيد رؤية نفسك وأنت تؤدي المهارة؟
5	4	3	2	1	كيف تجيد الاستماع للأصوات المصاحبة للأداء؟
5	4	3	2	1	كيف تشعر بجسمك يؤدي المهارة؟
5	4	3	2	1	كيف تجيد الشعور بحالتك الانفعالية المصاحبة؟

الموقف الثاني: الممارسة مع الآخرين

- قم نفس التصور العقلي لنفس المهارة السابقة، لكن في حضور مدربك وزملائك في الفريق.
- وفي هذه اللحظة إرتكبت خطأ واضحاً، أغلق العينين حوالي دقيقة واستحضر الصورة العقلية لهذا الخطأ والمواقف التي تحدث بعده مباشرة.

5	4	3	2	1	كيف تجيد رؤية نفسك؟
5	4	3	2	1	كيف تجيد الاستماع للأصوات؟
5	4	3	2	1	كيف تجيد الإحساس الحركي؟
5	4	3	2	1	كيف تجيد الشعور بحالتك الإنفعالية؟

الموقف الثالث: مشاهدة الزميل

- في هذه المرحلة، فكر في زميل لك يفشل في أداء مهارة سهلة.
- أغلق العينين حوالي دقيقة واستحضر الصورة العقلية بنشاط وواقعية لأداء زميلك وهو يفشل في أداء هذه المهارة في إحدى المسابقات أو المنافسات الرياضية.

5	4	3	2	1	كيف تجيد رؤية زميلك؟
5	4	3	2	1	كيف تجيد الاستماع للأصوات؟
5	4	3	2	1	كيف تشعر بجسمك؟
5	4	3	2	1	كيف تجيد الشعور بالإنفعالات؟

الموقف الرابع: الأداء في المسابقة

- تصور في عقلك أنك ستقوم بالأداء في إحدى المباريات.
- تصور أنك تلعب في المباراة بمهارة فائقة، ويوجد جمهور وزملاء يعبرون عن تقديرهم لك، الآن أغلق العينين حوالي دقيقة، وتصور هذا الموقف بواقعية ونشاط كلما أمكنك ذلك.

5	4	3	2	1	كيف تجيد رؤية نفسك؟
5	4	3	2	1	كيف تجيد الاستماع للأصوات؟
5	4	3	2	1	كيف تجيد الإحساس بالأداء الحركي؟
5	4	3	2	1	كيف تجيد الشعور بالإنفعالات؟

تصحيح مقياس التصور العقلي الرياضي

تقدير الدرجات للتصور العقلي:

- التصور البصري = جمع الدرجات في العبارة (1) للمواقف الأربعة =
- التصور السمعي = جمع الدرجات في العبارة (2) للمواقف الأربعة =
- الإحساس الحركي = جمع الدرجات في العبارة (3) للمواقف الأربعة =
- الحالة الانفعالية المصاحبة = جمع الدرجات في العبارة (4) للمواقف الأربعة =

تتراوح الدرجات لكل (بعد) بين 4 درجات كحد أدنى و 20 درجة كحد أقصى وكلما زادت الدرجة يبين ذلك كفاءة اللاعب في القدرة على التصور العقلي والدرجة المنخفضة تعني انه يحتاج الى التدريب لتطوير هذا البعد للتصور العقلي.

استمارة تفرغ بيانات التصور العقلي الرياضي

رقم اللاعب	التصور البصري	التصور السمعي	التصور الحس-حركي	التصور الانفعالي	التصور الرياضي الكلي
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					

اختبارات الإدراك الحس-حركي

الاختبار الأول: اختبار الإدراك الحس حركي بالمسافة عن طريق رمي الكرة نحو المرمى

الغرض من الاختبار: قياس القدرة على الإدراك الحس حركي لمسافة رمي الكرة نحو المرمى (التصويب).

الأدوات: ملعب كرة اليد، كرة يد، عصا للعينين، منديل.

مواصفات الأداء: يقف المختبر على الخط الفاصل للملعب مواجه للمرمى، ويترك المختبر لتقدير المسافة لتصويب الكرة نحو المرمى والنظر إليها، ثم تعصب عيناه بقطعة من القماش أو أي مادة أخرى غير نافذة للرؤية، ويترك في هذا الوضع مدة (10) ثا بعدها يعطى الأمر بتسديد الكرة نحو المرمى بحيث يسجل الهدف نحو الزاوية المحددة بمنديل.

الشروط: لكل مختبر ثلاث محاولات.

التسجيل:

1. يعطي درجة (صفر) للمختبر عند تصويب الكرة في المنطقة المحددة في المرمى.
 2. زيادة درجة واحدة لكل خطأ، إذا اخطأ المختبر ولم يصب المرمى، أو أصاب المرمى لكن لم يصيب جهة المنديل، فكلما اقترب من الهدف تقل نقاطه.
 3. درجة المختبر النهائية تمثل مجموع درجات المحاولات الثلاث.
- ملاحظة: كلما قلت الدرجات الموضوعه للمختبر كان دليل على جودة الادراك.

الاختبار الثاني: اختبار الإحساس بتقدير الزمن

الغرض من الاختبار: قياس الإحساس بتقدير الزمن.

الأدوات: ساعة إيقاف الكترونية.

وصف الأداء:

المرحلة الأولى: يطلب من المختبر أداء الاختبار من دون النظر إلى ساعة الإيقاف ويقوم بتشغيلها (لغرض تفحص الساعة والتحسس بها) ثم يطلب منه تشغيلها وإيقافها عند الأزمنة (5ثا، 7ثا، 15ثا) على أن يكرر ذلك ثلاث مرات في كل زمن من هذه الأزمنة.

المرحلة الثانية: يطلب من المختبر أداء الاختبار من دون النظر إلى ساعة الإيقاف على أن يؤدي الاختبار من الوقوف ويكون النظر الى الامام، واليد على كامل امتدادها مع طول الجسم ويقوم المختبر بتشغيل الساعة وإيقافها عند زمن (7ثا) على ان يكرر هذا القياس ثلاث مرات متتالية.

التسجيل:

يسجل للمختبر نتائج المحاولات الثلاث الأخيرة عند زمن (7ثا)، ولكل محاولة على حدة على ان يتم حساب مقدار الخطأ في كل محاولة بتسجيل الزمن الذي يزيد على (7ثا) او ينقص، يتم إيجاد المتوسط الحسابي للمحاولات الثلاثة.

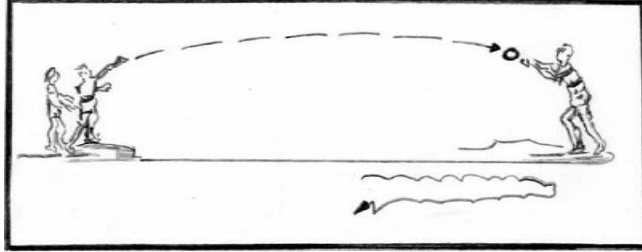
اختبار الأداء المهاري في كرة اليد

الاختبار الأول: سرعة تمرير الكرة

الغرض من الاختبار: اختبار سرعة تمرير الكرة بين اللاعبين.

الأدوات المستخدمة: كرات يد قانونية، ساعة إيقاف.

طريقة الأداء: يتم تمرير الكرة بين لاعبين اثنين المسافة بينها 7 متر والتمرير بأي أسلوب أو مهارة تمرير.



التسجيل: تحسب عدد التمريرات في 30 ثانية لكل محاولة.

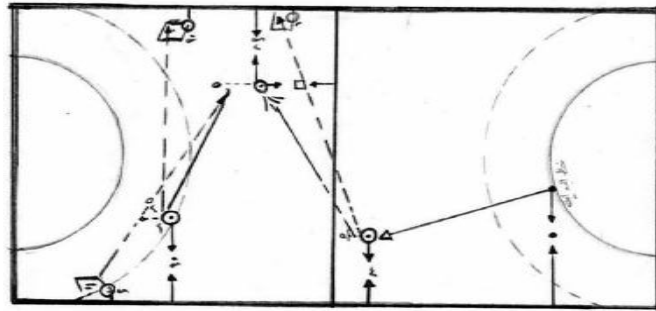
عدد المحاولات: محاولتان ثم نجمع المحاولات الأولى مع المحاولات الثانية، ونقسم على اثنتان.

الاختبار الثاني: اختبار التمرير من الجري

الغرض من الاختبار: قياس دقة التمرير من الجري، سرعة العدو، توافق ودقة.

الأدوات المستخدمة: 3 كرات قانونية، 3 شواخص (اللافتات) للتمرير، ساعة إيقاف.

طريقة الأداء: يقف اللاعب عند خط البداية، وعند سماع إشارة البدء يجري اللاعب بسرعة في اتجاه المساعد (أ) ليلتقط الكرة من يده، ويقوم بتمريرها إلى الشاخص (رقم 1) ثم يجري باتجاه المساعد (ب) ليلتقط الكرة ويقوم بتمريرها إلى الشاخص (رقم 2) ثم يجري باتجاه المساعد (ج) ويلتقط الكرة ويقوم بتمريرها إلى الشاخص (رقم 3) ويستمر في الجري حتى يتخطى خط النهاية.



القواعد:

- عدم تنطيط الكرة.
- يكون التقاط الكرة وتمريرها من الجري.
- المساعد الموجود داخل الدائرة يمنع من التحرك من مكانه وعدم إجراء محاولة لإستلام كرة بعيدة عنه.

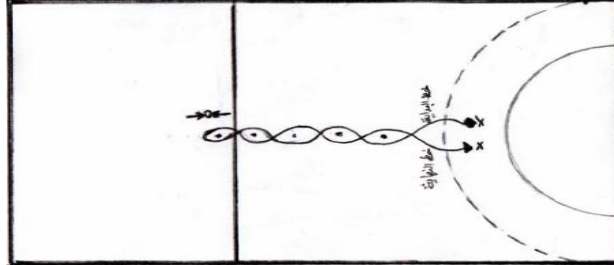
التسجيل: يسجل الزمن لاقرب 10/1 ثا

الاختبار الثالث: اختبار التنطيط المستمر لمسافة 30 متر في خط متعرج

الغرض من الاختبار: قياس سرعة تنطيط الكرة، الرشاقة، توافق.

الأدوات المستخدمة: عدد 06 أقماع او ارماع، كرة يد، ساعة إيقاف.

طريقة الأداء: يقف اللاعب ممسكا بالكرة عند خط 9 أمتار وعند إعطاء إشارة البدء، يقوم اللاعب بالتنطيط الزجراجي أو المتعرج حول الأقماع ذهاباً وإياباً.



القواعد: - تبدل اليد اليمنى باليسرى عند العودة.

- تعطى محاولة واحدة صحيحة.

- يعاد الاختبار عند أي خطأ قانوني.

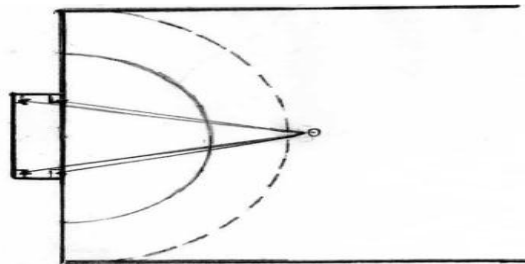
التسجيل: يسجل الزمن لأقرب 10/1 ثا.

الاختبار الرابع: التصويب من الثبات (08 كرات) من خط الـ 9 متر

الغرض من الاختبار: اختبار دقة التصويب من الثبات لزوايا المرمى الأربعة.

الأدوات المستخدمة: عدد 3 كرة يد قانونية، عدد 3 شواخص للتمرير، ساعة إيقاف، ومرمى مقسم في كل زاوية من زواياه الأربعة (50سم×50سم) وعدد 8 كرات يد قانونية.

طريقة الأداء: يقوم كل لاعب بتصويب ثماني كرات يد أي كرتين في كل مربع، ومن على خط الـ 9 أمتار كما يجب أن يكون التصويب بقوة.



القواعد:

- تحسب عدد الكرات التي مرت خلال المربعات المقسمة في المرمى.

- يصوب اللاعب خلال 3 ثوان من الصفارة.

- يعطى نقطة لكل تصويبة صحيحة داخل المربع المحدد.

- تلغى التمريرة اذا تحركت القدم ملامسة للأرض.

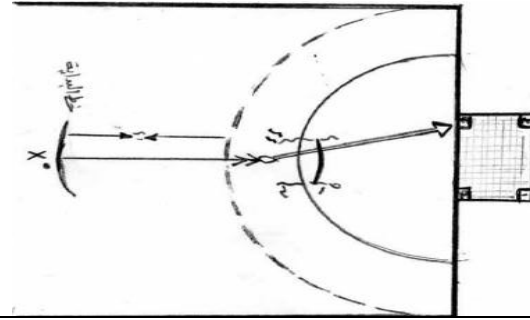
الاختبار الخامس: التصويب من الوثب عاليا

الغرض من الاختبار: دقة التصويب من الوثب عاليا.

الأدوات المستخدمة: عدد 12 كرة قانونية وعدد 4 مربعات دقة تصويب (60سم×60سم).

طريقة الأداء: يتم التصويب من نقطة تقع على زاوية قائمة من منتصف خط المرمى، تبعد عنه بمقدار عشرة أمتار، على أن يسبق التصويب إعداد بالجري.

يبدأ اللاعب في أخذ من (2 إلى 3) خطوات ثم يؤدي التصويب من الوثب عالياً إلى المربع (رقم 1) ثم (رقم 2) ثم (رقم 3) ثم المربع (رقم 4)، ويكرر الأداء مرات أي يصبوب عدد 12 كرة كل ثلاث منها إلى مربع من المربعات الأربع.



القواعد: عدم أخذ أكثر من ثلاث خطوات.

التسجيل:

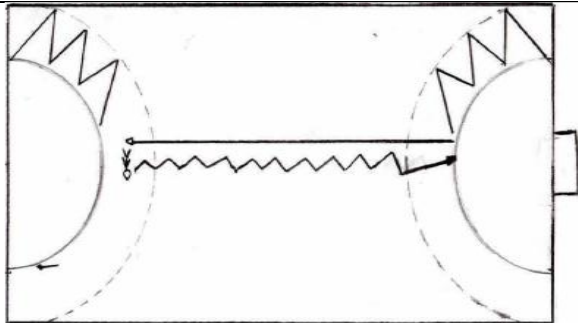
- تحسب نقطة عند دخول الكرة المربع المخصص للتصويبية.
- تحتسب صفرا للتصويبية خارج المربع.
- لا تحسب نتيجة التصويبية التي يتحرك فيها اللاعب أكثر من ثلاث خطوات.

الاختبار السادس: مهاري مركب

الغرض من الاختبار: اختبار قدرة اللاعب على التغيير من الدفاع إلى الهجوم.

الأدوات المستخدمة: كرة يد، ملعب كرة يد قانوني، ساعة إيقاف.

طريقة الأداء: يقف اللاعب على خط الـ 6 أمتار مع الإشارة يتحرك اللاعب تحركات دفاعية (المهاجمة الدفاعية) حتى خط الـ 9 أمتار، والعودة إلى خط الـ 6 أمتار ثلاث مرات ثم ينطلق لأداء هجوم خاطف إلى المنطقة المقابلة في نصف الملعب الاخر وتكرار نفس الأداء، ثم يلتقط كرة يد عادية موضوعة على خط الـ 6 أمتار لأداء تنطيط الكرة، وتحركات سريعة حتى خط الـ 9 أمتار في الدائرة الأخرى للتصويب من خارج الـ 9 أمتار على مرمى خالي من حارس المرمى.



القواعد: ضرورة إتباع التحركات.

التسجيل: يسجل الزمن لأقرب 1/10ثا.

الملحق رقم (04)

نتائج العينة الاستطلاعية لإختبار تركيز الانتباه

العينة الإستطلاعية (التجربة الأولى)			
رقم اللاعب	حدة الانتباه بدون مثير U1	حدة الانتباه بمثير U2	تركيز الانتباه U1-U2
1	417,5	388,63	28,87
2	491,5	450,23	41,27
3	481,5	423,65	57,85
4	336,66	301,22	35,44
5	320,3	286,3	34
6	323,58	276,45	47,13
7	360	325,96	34,04
8	433,84	402,33	31,51
العينة الاستطلاعية (التجربة الثانية)			
رقم اللاعب	حدة الانتباه بدون مثير U1	حدة الانتباه بمثير U2	تركيز الانتباه U1-U2
1	543,33	520,32	23,01
2	549,64	523,69	25,95
3	584,88	516,23	68,65
4	315	289,3	25,7
5	450,93	415,36	35,57
6	360	304,12	55,88
7	343	312	31
8	495	456	39
	ثبات الاختبار (حدة الانتباه)	0.843	
	ثبات الاختبار (تركيز الانتباه)	0.854	
	صدق الاختبار (حدة الانتباه)	0.918	
	صدق الاختبار (تركيز الانتباه)	0.924	

نتائج العينة الاستطلاعية لمقياس التصور العقلي

التجربة الاولى					
رقم اللاعب	التصور البصري	التصور السمعي	التصور الحس-حركي	التصور الانفعالي	التصور الكلي
1	16	15	15	18	64
2	17	14	19	14	64
3	16	17	15	14	62
4	16	16	14	14	60
5	16	15	16	14	61
6	16	15	14	16	61
7	14	19	14	14	61
8	13	16	14	19	62
التجربة الثانية					
رقم اللاعب	التصور البصري	التصور السمعي	التصور الحس-حركي	التصور الانفعالي	التصور الكلي
1	17	14	14	18	63
2	17	13	19	13	62
3	16	17	15	14	62
4	16	15	13	14	58
5	16	15	16	14	61
6	16	15	14	16	61
7	14	19	12	15	60
8	13	16	14	19	62
الثبات	0.968	0.968	0.944	0.968	0.828
الصدق	0.983	0.983	0.971	0.983	0.909

نتائج العينة الإستطلاعية لإختبارات الإدراك الحس-حركي

التجربة الإستطلاعية الأولى

الإحساس بالزمن				الإدراك الحس-حركي بالمسافة				رقم اللاعب
مح للزمن	المحاولة 3	المحاولة 2	المحاولة 1	المجموع	المحاولة 3	المحاولة 2	المحاولة 1	
2	1	3	2	4	1	2	1	1
0,66	1	2	-1	2	1	0	1	2
1	2	2	-1	4	1	1	2	3
0,33	0	1	0	5	1	2	2	4
2,66	2	2	3	4	1	1	2	5
0,66	0	1	1	1	0	1	0	6
1,33	-1	2	3	4	1	1	2	7
0,66	0	-1	3	5	2	2	1	8

التجربة الإستطلاعية الثانية

الإحساس بالزمن				الإدراك الحس-حركي بالمسافة				رقم اللاعب
مح للزمن	المحاولة 3	المحاولة 2	المحاولة 1	المجموع	المحاولة 3	المحاولة 2	المحاولة 1	
1,33	1	1	2	4	2	1	1	1
0,66	1	-2	-1	1	0	0	1	2
0,66	1	2	-1	4	1	1	2	3
0	0	0	0	4	1	1	2	4
2	2	1	3	3	0	1	2	5
1,33	1	1	2	2	1	1	0	6
0,33	-1	1	1	3	0	1	2	7
0,66	0	0	2	3	1	1	1	8

0.761

ثبات الإحساس بالزمن

0.759

ثبات الإدراك الحس-حركي بالمسافة

0.872

صدق الإحساس بالزمن

0.871

صدق الإدراك الحس-حركي بالمسافة

نتائج العينة الاستطلاعية للأداء المهاري في كرة اليد

التجربة الاستطلاعية الاولى

الوحدة 6	الوحدة 5	الوحدة 4	الوحدة 3	الوحدة 2	الوحدة 1			رقم اللاعب
					م	مح 2	مح 1	
44,3	5	4	9,6	40,2	15,5	16	15	1
42,6	5	5	8,9	36,4	11,5	12	11	2
44,5	4	4	10,2	45,6	12,5	13	12	3
45	4	2	10,1	48,3	12	13	11	4
46,2	5	3	8,8	48,1	14,5	14	15	5
47,3	5	3	9,8	46,3	15	15	15	6
46,1	4	4	9,7	50,6	13	14	12	7
45,6	5	4	10,9	50,8	14	14	14	8

التجربة الاستطلاعية الثانية

الوحدة 6	الوحدة 5	الوحدة 4	الوحدة 3	الوحدة 2	الوحدة 1			رقم اللاعب
					م	مح 2	مح 1	
42,6	6	5	9,2	41,3	14,5	15	14	1
43	6	4	8,3	37,5	12	12	12	2
44,9	5	5	10,3	45,3	12,5	13	12	3
45,6	5	3	10,3	50,2	12,5	14	11	4
47,3	6	3	9,3	49,3	15	15	15	5
48	5	3	8,5	46,1	15	14	16	6
46,8	3	4	8,6	49,6	12,5	13	12	7
46,7	7	4	10,3	50,3	12,5	12	13	8
0.911	0.726	0.677	0.683	0.980	0.857			الثبات
0.954	0.852	0.822	0.826	0.989	0.925			الصدق

الملحق رقم (05)

نتائج الدراسة الأساسية لتركيز الانتباه

تركيز الانتباه	حدة الانتباه	رقم اللاعب	تركيز الانتباه	حدة الانتباه	رقم اللاعب
13,23	643,33	26	19,17	517,5	1
16,53	540,16	27	10,3	491,5	2
37,875	415	28	29,64	550,3	3
17,55	482,33	29	10,05	363,33	4
55,58	380,72	30	10,6	420,6	5
18,95	484,44	31	10	620	6
12,27	550,93	32	35	568,88	7
49,24	649,64	33	26,1	656	8
3,28	520	34	31	443	9
58	594	35	20,85	569,3	10
16,22	482,58	36	17	445	11
19,65	465,55	37	11,63	525,63	12
36,33	541,3	38	7,36	485,36	13
29,7	515	39	15,86	462,66	14
21,8	447	40	18,7	469,3	15
38,86	508,66	41	10,08	423,58	16
28,6	320,83	42	20	390,23	17
57,02	576,22	43	18,34	533,48	18
40,52	675,61	44	10,82	447,69	19
16,13	422	45	15,03	473,6	20
12,08	348,63	46	90,75	590,41	21
39,43	568,23	47	17,71	445,71	22
64,53	582,88	48	13,31	564,69	23
60,9	669,7	49	52,3	681	24
			17,56	472,63	25

نتائج الدراسة الأساسية للتصور العقلي الرياضي

رقم اللاعب	التصور البصري	التصور السمعي	التصور الحس-حركي	التصور الانفعالي	التصور الكلي
1	15	15	18	17	65
2	12	12	16	16	56
3	15	17	14	14	60
4	12	12	15	13	52
5	14	13	11	14	52
6	17	16	19	17	69
7	19	16	15	18	68
8	13	18	13	17	61
9	12	16	10	18	56
10	19	15	13	19	66
11	13	13	13	13	52
12	17	14	15	19	65
13	13	15	12	17	57
14	14	15	16	19	64
15	13	16	14	17	60
16	14	15	16	16	61
17	14	15	13	17	59
18	13	13	10	16	52
19	16	17	12	19	64
20	15	11	13	18	57
21	16	15	17	15	63
22	18	18	14	16	66
23	10	14	15	15	54
24	13	18	15	19	65
25	12	15	14	15	56
26	15	16	15	18	64
27	16	17	17	17	67
28	10	10	15	16	51
29	11	15	17	17	60
30	15	15	16	17	63
31	16	15	15	17	63
32	11	13	13	15	52
33	13	15	16	15	59
34	13	13	15	15	56

56	15	15	13	13	35
63	17	15	15	16	36
57	14	15	13	15	37
60	17	16	13	14	38
57	17	12	14	14	39
54	15	10	14	15	40
67	19	16	15	17	41
45	14	9	10	12	42
53	15	12	13	13	43
57	17	15	12	13	44
55	15	15	12	13	45
47	15	11	10	11	46
63	19	16	15	13	47
65	19	14	17	15	48
56	16	14	15	11	49

نتائج الدراسة الأساسية للإدراك الحس-حركي

الإحساس بالزمن	الإدراك الحس-حركي بالمسافة	رقم اللاعب	الإحساس بالزمن	الإدراك الحس-حركي بالمسافة	رقم اللاعب
2,33	3	27	0,33	5	1
1	4	28	0,66	2	2
1	3	29	1	3	3
1	4	30	0,33	4	4
2	1	31	0,66	3	5
0	3	32	0,66	6	6
1,33	4	33	1,33	2	7
2	4	34	0,66	5	8
1	3	35	2	6	9
2	4	36	1	4	10
0	0	37	0,66	2	11
5	4	38	1	1	12
0,66	3	39	2,33	3	13
1,33	4	40	2,33	4	14
0,66	4	41	2,33	5	15
1	4	42	1	4	16
0	3	43	2,33	5	17
2,66	6	44	0	6	18
1,33	1	45	0	1	19
2,33	4	46	1,33	6	20
0	6	47	1,33	5	21
1,33	5	48	1,66	4	22
4	6	49	1	4	23
			2,66	6	24
			1	1	25
			2,33	5	26

نتائج الدراسة الأساسية للأداء المهاري في كرة اليد

الوحدة6	الوحدة5	الوحدة4	الوحدة3	الوحدة2	الوحدة1	رقم اللاعب
45	6	5	10,1	40,2	16,5	1
43,6	5	4	9	36,4	15,5	2
45,3	6	6	10,2	45,6	15,5	3
45,1	3	3	8,9	38,8	14	4
45	5	4	9,6	38,1	15	5
44,3	7	6	9	46,3	17	6
43,3	6	5	10,1	40,6	16,5	7
44,5	7	6	9,6	50,8	15	8
43	5	4	9,9	39,3	15	9
45,2	3	5	10	47,5	16	10
45,2	4	4	7	37,9	15,5	11
46,1	4	5	10,8	49,6	14	12
41,6	4	4	9,8	39,3	14	13
41,3	5	5	9,7	46,1	15	14
44,6	4	3	9,9	49,6	15,5	15
41,3	4	3	8,2	40,2	15,5	16
42,6	2	4	8,3	42,6	18	17
44,7	5	5	8,6	45,6	16,5	18
41,2	2	4	9,3	47,2	15,5	19
40	5	4	9,3	43,5	15	20
47	6	5	8,5	48,5	16	21
40	3	6	8,6	49,4	17	22
47,6	4	5	8	40,9	16,5	23
48,6	4	7	12,6	52	17	24
45,3	3	4	10	39,3	15,5	25
41,3	4	5	11,1	52,9	17	26
43,2	3	4	8,1	41,3	16	27
40,8	3	3	9,6	39,6	15,5	28
41,2	3	4	9,1	41	15	29
42,3	3	7	8,9	44,3	14,5	30
46,2	4	4	9,2	47,6	15	31
45	3	4	10,6	42,5	16,5	32
45,2	3	5	12,5	41,3	17	33
43,3	4	3	10,2	41,6	16	34
43	5	4	10	46	16,5	35

42,6	3	5	9,1	45,3	15	36
45,6	2	5	9,9	37,9	15	37
45,7	6	7	10,6	47,5	16,5	38
46,6	5	4	10,6	48	15,5	39
40	3	4	9	49,5	15,5	40
42	3	4	10,3	45,3	16	41
49,6	5	4	8,9	40,6	14,5	42
46,3	6	5	10,2	40,9	16,5	43
45,6	5	7	11,5	51,2	15,5	44
46,6	3	4	9,6	43,6	15,5	45
42,3	5	3	8,5	47,6	14,5	46
45,5	6	3	10,4	46,6	16	47
47,5	5	3	10	50	17	48
46,3	6	6	11,3	49	16,5	49

La relation entre certaines capacités mentales et la Performance d'habileté chez les minimes handballeurs (de moins de 17 ans)

(clubs de bouira)

Résumé :

L'étude actuelle a pour but de connaître la relation entre les capacités mentales et la performance d'habileté chez les minimes (de moins de 17 ans) dans différents clubs à la Wilaya de bouira pendant la saison 2015/2016, où nous avons choisi trois (03) clubs sur dix (10), dans l'objectif de bien approfondir et connaître les capacités mentales, et l'étude a inclus trois capacités mentales qui sont, la concentration attentive, la perception mentale, et la perception sensorielle, et nous avons reconnu sur la performance d'habileté des joueurs d'après des examens de la performance d'habileté, et nous avons utilisé l'approche descriptive et corrélative pour sa convenabilité à la nature de l'étude, comme nous avons aussi choisi avec attention l'échantillon, et nous avons utilisé l'examen de Bordon-Enfinoph pour mesurer les signes d'attention et le calibre de Martinz de la perception mentale sportive. Et comme nous avons mis les examens de la perception sensorielle à distance et le test sensible de l'estimation de temps, ainsi que les tests de la performance d'habileté chez les handballeurs pour obtenir les données (résultats) statistiques celles que nous avons analysé, interprété et donné la bonne explication à chaque analyse afin de répondre à toutes questions partielles, où nous avons utilisé les moyennes statistiques suivantes : le coefficient de Person de la corrélation linéaire pour distinguer et étudier la relation, les pourcentages variables (%), la moyenne arithmétique, la déviation standard, le coefficient de l'auto-honnêteté de l'examen.

Après l'interprétation des données statistiques, nous avons eu des résultats d'étude proche des hypothèses proposées, or y a une relation de corrélation positive entre la concentration attentive, la perception mentale et la perception sensorielle par la performance d'habileté chez les minimes handballeurs (U17), et en conséquence nous avons proposé de mettre des programmes d'entraînement pour les minimes handballeurs afin de développer leurs performances surtout dans les équipes où nous avons constaté des faibles résultats, et sensibiliser les entraîneurs de mettre des tests des capacités mentales chaque année, et d'essayer de les développer et de rendre un protocole complémentaire à tous les examens et les programmes de la capacités physiques et tactiques et la performance d'habileté surtout dans les catégories émergentes.

Mots-clés :

Les capacités mentales. La concentration attentive. La perception mentale. La perception sensorielle. La performance d'habileté. Handball. Minimes U17.

Abstract

The Relationship of some mental abilities to the skilful performance of the minimal handball players of Bouira (Less than 17 years)

By

Djilali Loubna

supervised by

Sasi abdelazziz

This study are identifying the relationship between some mental abilities and the skilful performance of the minimal handball players (less than 17 years) of some Bouira's clubs for the season of 2015/2016, we selected in this study (3) clubs from (10) in order to show the aim of some mental abilities.

This study are including three mental abilities : focus of attention, mental imagery and motor perceptual) , and we are also identifying the player's skilful performance with skilful performance's tests, and we used the descriptive approach correlative because it's appropriated to the nature of this study, and also we tried to choose the study's sample with a deliberate way.

To achieve the aims of the study we also uses tests of mental and skilful performance (test of Bordon-Enfimoph of the focus attention, test of Riner Martinz of mental imagery test of motor perceptual, test of skilful performance of handball), than for evaluating the results, the researcher has made use of the following statistical means : arithmetic means standard deviation, simple correlation skewness, percentage.

After that, we concluded that our study has been confirmed and we find that there is a real relationship centrifugal and positive between some mental abilities (focus attention mental imagery, motor perceptual) to the skilful performance of the minimal handball players (less than 17 years), and we suggest to insert some training mental programs for those players in order to break up the skilful abilities, especially in units that we registered a weak results, and realizing coaches to use this mental abilities tests in every season and trying to developed him and make him a protocol, next to every physical and skilful and tactically tests and programs especially in young categorises in order to gain an experience in various positions.

Keywords: mental abilities, focus attention, mental imagery, motor perceptual, skilful performance, handball, minimal (u17).