

**أثر استخدام المجموعات المتجانسة في المستوى على اكتساب مهارة التنطيط  
وسرعة التنقل عند ناشئي كرة اليد صنف أقل من 13 سنة (10-12) سنة  
دراسة تجريبية على عينة ناشئي صنف أقل من 13 سنة فريق كرة اليد تلمسان من مجتمع الرابطة الولائية  
لولاية تلمسان.**

**أ. فوقية إبراهيم؛ د. مهور باشا صبيحة؛ د. مهور باشا مراد؛ د بخالد الحاج**

**معهد التربية البدنية والرياضية جامعة الجزائر3**

**masterepp2014@gmail.com**

**الملخص:**

تهدف الدراسة إلى من خلال بحثنا التجريبي إلى التعرف على أثر استخدام المجموعات المتجانسة في المستوى على اكتساب مهارة التنطيط وسرعة التنقل عند ناشئي كرة اليد صنف أقل من 13 سنة (10-12) سنة في ظل مبدأ الفروق في المستوى بين اللاعبين، فافتراضنا أن يكون لاستخدام المجموعات المتجانسة في المستوى أثناء تطبيق البرنامج التدريبي أثر على مستوى الناشئين، حيث سيصنع الفارق في نتائج العينتين لفائدة العينة التجريبية، وقد طبق بحثنا التجريبي هذا على عينة من مجتمع ولاية تلمسان لفريق كرة اليد تلمسان، فضمت 44 ناشئا جنس ذكور من صنف أقل من 13 سنة تتراوح أعمارهم بين (10-12) سنة موزعين بشكل معتدل بين عينتي البحث فضمت كل عينة 22 لاعبا، وقد استخدمنا في بحثنا التجريبي هذا اختبارين لاختبار سرعة التنقل جريا وبتنطيط كرة اليد لمسافة 20م في خط مستقيم، واقترحنا برنامجا تدريبيا يضم 18 حصة تدريبية ليطبق على كلا العينتين، كما ارتكزنا على نتائج الاستبيان المقدم للمدرسين في تمييز مشكلة بحثنا الميدانية؛ ومن خلال عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية لكلا العينتين في كلا المتغيرين التابعين، توصلنا لأهم استنتاج حيث لعب التدريب باستخدام المجموعات المتجانسة دورا كبيرا في إحراز الفارق في المستوى النهائي للعينتين لفائدة العينة التجريبية، ومنه نوصي بتطبيق دراستنا هذه على عينات أخرى وعلى متغيرات مختلفة من أجل إبراز فعالية هذا الطرح في كل الظروف وكل المتغيرات، إضافة لتوصية المدرسين بالتطبيق الفعلي الميداني للتدريب بالمجموعات المتجانسة ما يساعد على التحكم الجيد في فروق المستوى بين الناشئين.

**2- الكلمات المفتاحية:**

كرة اليد، المجموعات المتجانسة، مهارة التنطيط، سرعة التنقل.

### Le résumé de l'étude

Le titre: L'impact de utilisation des groupes homogènes afin d'acquérir l'habilité du dribble et la vitesse de déplacement chez les débutants du handball, catégorie les moins de 13 ans entre 10 et 12 ans.

Etude expérimentale sur un échantillon de débutants, catégorie moins de 13 ans de l'équipe de Handball club Tlemcen

Notre étude vise à connaître l'impact du programme proposé en utilisant les groupes homogènes pour l'acquisition de l'habilité du dribble et la vitesse du déplacement chez les débutants du Handball, catégorie les moins de 13 ans (10\_12 ans) par principe des différences de niveau entre les joueurs.

On a supposé que l'utilisation des groupes homogènes pendant l'application du programme proposé aura un impact sur le niveau des débutants ; ou il créera la différence aux résultats des deux échantillons au profit de l'échantillon d'essai.

Notre étude a été appliquée sur une échantillon de la wilaya de Tlemcen de l'équipe de Handball club Tlemcen(HBCT), elle comptait 44 joueurs débutants de sexe masculin, catégorie les moins de 13 ans, leur âge varie entre 10 et 12 ans, répartis de manière modérée entre les deux échantillons de l'étude.

Chaque échantillon comptait 22 joueurs, on a utilisé deux tests pour savoir les résultats et le niveau des joueurs au vitesse de déplacement avec et son ballon sur 20 mètres dans une ligne droite.

On a proposé un programme d'entraînement contient 18 séances d'entraînements, appliquer sur les deux échantillons pour préciser l'impact de l'utilisation des groupes homogène sur les résultats de l'échantillon expérimentale.

Aussi on s'est basés sur les résultats du questionnaire donné aux entraîneurs pour effectuer et enrichir notre problématique sur le terrain.

A partir de l'exposition et l'analyse des résultats des tests des deux échantillons, on est arrivé à une importante conclusion.

Donc l'utilisation des groupes homogènes a joué un grand rôle dans l'obtention de la différence du niveau final entre les deux échantillons au profit de l'échantillon d'essai.

Pour cela, on demande d'appliquer notre étude sur d'autres échantillons et sur d'autres notifications variées afin de montrer et faire apparaitre son efficacité dans toutes les circonstances et tous variables ; En plus on conseille les entraîneurs d'appliquer sur le terrain l'entraînement en groupes homogènes car cela facilitera la bonne maitrise des différences de niveau entre les débutants.

#### les mots clés de l'étude:

\* handball ; les groupes homogènes au Handball; les débutants; la compétence du dribble; la vitesse du déplacement.

Abstract:

1. Title of research:

The impact of a proposed training groups using heterogeneous dribbling to acquire the skill and the speed of movement when junior handball program category less than 13 years (10-12 years)

A study of the experimental sample junior class less than 13 years old handball team Tlemcen Wilaya of Tlemcen Association of the state society.

The study aims through the demo we checked to identify the impact of a proposed training groups using heterogeneous dribbling to acquire the skill and the speed of movement when junior handball program category less than 13 years (10-12 years) in the light of the principle of individual differences in level between the players, we proposed to use the training groups heterogeneous in level during the application of the proposed program impact on the youth level, where he will be the difference in the results of the two samples for the benefit of the experimental sample, has been applied to our research pilot this on a sample of Tlemcen province society for team handball Tlemcen 'group included 44 emerging sex male class of less than 13 years aged (10-12 years) distributors moderately between binocular search was undertaken by each sample of 22 players, we have used in the demo we checked this two tests to test the mobility capacity of conformity and dribbling for a distance of 20 m in a straight line, and we proposed to physically program includes 18 training session, as we rely on the results of the questionnaire given to coaches in the valuation problem of our research field; and through the presentation and analysis of the results of the post tests for both samples in both variables followers, we came to the most important finding in terms of training groups played a major role in making a difference in the final level of the two samples for the benefit of the experimental sample, and from it we recommend applying Our study of these other samples and on different variables in order to highlight the effectiveness of this approach in all circumstances and all the variables, in addition to the recommendation of coaches actual implementation of field training groups heterogeneous helps to good control in the level difference between the rookies.

## 2- Key words:

Training heterogeneous groups; Dribbling skill; Movement speed; Individual differences.

## مقدمة:

تعتبر كرة اليد واحدة من الرياضات التي لاقت استحسانا وإقبالا شديدين من كلا الجنسين لما تتضمنه من مهارات حركية متنوعة تتطلب من ممارسيها امتلاك العديد من القدرات الحركية و البدنية، إضافة إلى القدرات العقلية والنفسية المضافة لمهارات وفنون اللعبة الفردية والجماعية؛ فرغم عمرها القصير نسبيا - إذا ما قورنت ببعض الألعاب الأخرى - إلا أنها استطاعت أن تقفز إلى مكانة عالمية حيث استقطبت العديد من العشاق والمتابعين؛ وحسب (كمال عبد الحميد، 1997) تعتبر سنة 1963 تاريخ ميلاد كرة اليد بالجزائر المستقلة، حيث أنشأت أول فدرالية جزائرية لكرة اليد برئاسة حماد عبد الرحمان ، لتنخرط في نفس السنة بثلاثة رابطات (الجزائر ، وهران ، قسنطينة ) في الفدرالية، ومن حينها وفرت الجزائر أحسن الظروف وأسست المدارس والفرق ودعمتها، فتميزت البطولة الوطنية بالقوة والتنافس الناتج عن القاعدة الكبيرة للمواهب التي وفرتها الفرق آنذاك نتيجة لاهتمامها بالناشئين على غرار صنف أقل من 13 سنة الذي يعتبر أول مرحلة في التخطيط معتمدة على انتقاء وتوجيه اللاعبين للاختصاص، فهو أنسب مرحلة للتعليم الحركي واكتساب القدرات التوافقية، لتبني ركيزة عريضة نتيجة

الإعداد الشامل والمتزن تمهيدا لانتظامهم التخصص وصولا للقمّة في منافسات كرة اليد، فكللت تلك الجهود بجبل ذهبي في فترة التسعينيات على المستوى القاري (06 كؤوس إفريقية) وحتى العالمي، حيث صار يضرب للجزائر ألف حساب، خاصة بعد خطة (دفاع 3/3 متقدم) والتي أبحر بها المدرب الجزائري درواز المنتخب الروسي والعالم.

و على غرار مهارة التنظيط، للمهارات الحركية مكانة كبيرة في كرة اليد لتنوعها وكثرتها نظرا لضيق مساحات اللعب وسرعة الأداء والتنقل وتنوع الخطط؛ ما يفرض اكتساب المهارات الرياضية الخاصة لاستخدامها بفعالية أثناء المنافسات، فمهما بلغ مستوى الصفات البدنية للرياضي، ومهما اتصف به من سمات نفسية، فلن يفيد ذلك ما لم يرتبط بالإتقان والإنسيابية في الأداء المهاري أثناء المواقف المواجهة في المنافسة، فاللاعب الماهر يصنع الفارق خاصة أثناء فشل الأداء الجماعي في اختراق الدفاع المنظم، ما يتطلب امتلاك كل لاعبي الفريق مهارات عالية لإضعاف دفاع الخصم وإرباكه، ليس هذا فقط بل المدافع الذي لا يمتلك مهارات دفاعية، لن يستطيع تحمل ضغط الأداء حتى لو كان يملك لياقة بدنية عالية، فإتقان المهارات لا يقتصر فقط على الأداء بل يساهم في حفاظ اللاعب على لياقته في كل أطوار المباراة، إضافة إلى مساهمته في إتقان خطط اللعب المختلفة.

وتعد الفروق الفردية بين الناشئين من أهم المبادئ التي يواجهها مدرب صنف أقل من 13 سنة خاصة في التعلم الحركي، فمن الطبيعي عدم تشابهم في القدرات والمستوى حتى في نفس المرحلة السنية، نظرا لاختلافهم في المعارف والقدرة على الاكتساب، إضافة للاختلافات الجسمية والعمر التدريبي، و بالتالي فإن استجابتهم وتقبلهم للتمرين الواحد تكون مختلفة، ما يفرض على المدربين البحث عن حلول للتحكم في هذه الفروق بين اللاعبين في البرنامج التدريبي الواحد وخلال وحدة التدريب نفسها، خاصة في الألعاب الجماعية لاختلاف المستوى بين لاعبي نفس الفريق.

## 1- منهجية البحث:

### 1-1 التعريف بالبحث:

#### 1-1-1 إشكالية البحث:

- ومن هنا يمكن حصر مشكلة بحثنا في السؤال الرئيسي التالي:
- هل لاستخدام المجموعات المتجانسة في المستوى أثناء تطبيق البرنامج المقترح أثر إيجابي في اكتساب مهارة التنظيط وسرعة التنقل، وهل هي حل مناسب للتحكم في الفروق الموجودة بين اللاعبين؟
- و للإجابة على السؤال العام لا بد من الإجابة على الأسئلة الفرعية التالية:
- هل للبرنامج المقترح أثر على اكتساب مهارة التنظيط وسرعة التنقل عند ناشئي العينة الضابطة؟

- هل للبرنامج المقترح باستخدام المجموعات المتجانسة في المستوى أثر على اكتساب مهارة التنطيط وسرعة التنقل عند ناشئي العينة التجريبية؟.
- هل للبرنامج المقترح باستخدام المجموعات المتجانسة في المستوى أثر على مختلف مستويات العينة التجريبية في اكتساب مهارة التنطيط وسرعة التنقل؟
- هل هناك فروق دالة إحصائية لصالح العينة التجريبية في نتائج الاختبارات البعدية؟.

### 2-1-1 فرضيات البحث:

انطلاقا من الخلفية النظرية ونواتج معظم الدراسات السابقة في هذا المجال، وخبرتنا المتواضعة في مجال تدريب الفئات الصغرى لكرة اليد تم افتراض ما يلي:

أ- الفرضية العامة:

- لاستخدام المجموعات المتجانسة في المستوى أثناء تطبيق البرنامج المقترح أثر إيجابي في اكتساب مهارة التنطيط وسرعة التنقل، وهل هي حل مناسب للتحكم في الفروق الموجودة بين اللاعبين.
- ب- الفرضيات الجزئية:

للتحقق من الفرضية العامة لا بد من التحقق من الفرضيات الفرعية التالية:

- للبرنامج المقترح أثر على اكتساب مهارة التنطيط وسرعة التنقل عند ناشئي العينة الضابطة.
- للبرنامج المقترح باستخدام المجموعات المتجانسة في المستوى أثر على اكتساب مهارة التنطيط وسرعة التنقل عند ناشئي العينة التجريبية.
- للبرنامج المقترح باستخدام المجموعات المتجانسة في المستوى أثر على مختلف مستويات العينة التجريبية في اكتساب مهارة التنطيط وسرعة التنقل.
- هناك فروق دالة إحصائية لصالح العينة التجريبية في نتائج الاختبارات البعدية.

### 3-1-1 أهداف البحث:

يهدف بحثنا إلى تحقيق الهدف العام المتمثل في:

البحث عن حل مناسب للتحكم الجيد في الفروق الموجودة بين الناشئين في المستوى وخاصة صنف أقل من 13 سنة عند اكتساب المهارات الرياضية الخاصة على غرار اكتساب مهارة التنطيط وسرعة التنقل، والكشف عن أحسن سبيل لتحقيق ذلك مبرزين أثر المجموعات المتجانسة في المستوى أثناء تطبيق البرنامج التدريبي المقترح.

### 4-1-1 أهمية البحث:

إن مشكلة بحثنا مستقاة من الواقع الميداني والخبرة في التعامل مع الناشئين، وهنا تكمن الحاجة الملحة لمثل هذه الدراسات لإيجاد الحلول والتكيف مع كل ظروف ومتطلبات الميادين على غرار مشكل التحكم في الفروق في

المستوى بين اللاعبين عامة والناشئين خاصة، وهنا تظهر أهمية بحثنا البالغة والتي تحددها النتائج المتوصل لها لإثراء الجانب العلمي والعملية الميداني:

- **الأهمية العلمية:** لهذا البحث أهمية بالغة من خلال الخلفية النظرية المترتبة عن النتائج التي توصل لها البحث، خاصة في غياب بحوث مشابهة تدرس فئة الناشئين من هذا الجانب، لدرجة أن العديد ممن تعرفوا على طرحنا المبني على التدريب بالمجموعات استغربوا لعدم التعرف عليه من قبل، ومنه إثراء مجال البحث العلمي بنتائج جديدة تعتبر كركيزة للبحوث والدراسات المقبلة، فجاء لإثراء البحوث العلمية السابقة والدراسات المشابهة لدراستنا من خلال البحث في باب جديد سيكون مكملا ومثمنا لنتائج البحوث السابقة التي لطالما سعت للوصول بالمدرّب واللاعب إلى أحسن الظروف و أنسب السبل.

- **الأهمية العملية:** يكتسي بحثنا أهمية كبيرة في مجال التدريب الرياضي، من خلال اعتماد إحدى الطرق العلمية المبرهن عليها ميدانيا وتجريبيا، وبالتالي الاعتماد على نتائجه في رسم مسارات للتعامل مع اللاعبين والناشئين خاصة للتحكم في أحد أهم المتغيرات التي من الممكن أن تؤثر على تطور مستوى اللاعبين خاصة في الرياضات الجماعية على غرار كرة اليد أين تظهر الفروق الفردية بشكل واضح في نفس الفريق، وهذا سيدفع بالمدرّبين للارتكاز على دراستنا كخلفية نظرية يرونها الحل المناسب للتحكم الجيد في مجموعتهم بتقسيمها إلى مجموعات متجانسة في المستوى أثناء تطبيق برامجهم التدريبية المقترحة.

### 1-1-5 مصطلحات البحث:

#### التدريب بالمجموعات المتجانسة:

**التعريف النظري:** هي مجموعات من أفراد المجتمع الواحد تستخدم غالبا في مجال التعلم والتدريس، حيث تضم كل مجموعة عددا من الأفراد المتجانسين في المستوى.

**التعريف الإجرائي:** هي إحدى أنواع التدريب مراعاة للفروق الفردية بين اللاعبين، حيث يتم تصنيف اللاعبين إلى مستويات في شكل مجموعات متجانسة عند تطبيق التدريبات المهارية والفنية (إبراهيم شعلان، 2009، صفحة 26)، ففي هذا النوع من التدريب يتم تقسيم الفريق إلى مجاميع مؤلفة من بعض اللاعبين في المجموعات حسب تقاربهم بالمستوى كيلا يكون هناك تباين كبير من الناحية الفنية، أو قد تتشكل المجموعة على أساس المراكز فمثلاً مجموعة اللاعبين في مركز الزاوية مثلاً أو مركز حارس المرمى وهكذا (فالح علي، 2014).

**الناشئين:** تعريف مفتي إبراهيم حماد: هم الصغار من الجنسين، البنين والبنات الذين تتراوح أعمارهم ما بين (6 إلى 14 عاماً) وتندرج هذه السنوات تحت كل من مراحل الطفولة المتوسطة (7 إلى 10 سنوات تقريباً)، مرحلة الطفولة المتأخرة (11-13 سنة تقريباً)، ومرحلة المراهقة حتى سن 14 سنة: (د/ عامر فاخر شغاتي، 2014) **مهارة التنطيط:**

**التعريف النظري:** التنطيط هو طبطبة الكرة أي ضربها على الأرض بدون توقف.

**التعريف الإجرائي:** التنطيط هو دفع الكرة بأصابع اليد المفتوحة إلى الأرض لترتد إليها مرة ثانية، حيث تؤدي حركة الرسغ دورا أساسيا في دفع الكرة للأرض وتوجيهها، وتدفع الكرة للأمام وخارج القدم المماثلة لليد الدافعة على أن تكون الكرة دائمة الحركة بين الأرض ويد اللاعب والنظر للأمام (عبد الوهاب غازي حمود، 2008، صفحة 41)

**سرعة التنقل:**

**نظريا:** هي التحرك من مكان لآخر بأقصى سرعة ممكنة، أي التغلب على مسافة معينة في أقصر وقت ممكن (محمد حسن علاوى، 1994، صفحة 152).

**التعريف الإجرائي:** هي أحد أنواع صفة السرعة، ويرتبط اسمها بالقدرات الحركية التوافقية في مجال التدريب الرياضي حيث تلعب دورا مهما في كل التخصصات من خلال ارتباطها الوطيد مع الأداء المهاري الحركي الخاص بالنشاط الممارس، من خلال التنقل بأقصى سرعة بأداة ومن دونها في أقصر وقت ممكن، مثلا التنقل بتنطيط الكرة بأقصى سرعة نحو مرمى الخصم للتسجيل في الهجمات المعاكسة.

## 2-1 منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

**1-2-1 الدراسة الاستطلاعية:** تم النزول إلى الميدان للاستطلاع على مدى صدق مشكلة بحثنا وتوافقها مع الواقع الميداني في مجتمع البحث، فكانت إلى مرحلتين:

- المرحلة الأولى: تتميز مشكلة البحث.

- المرحلة الثانية: التحقق من الأسس العلمية للاختبارات والتدريب على تطبيقها ميدانيا.

1- المرحلة الأولى: تميز مشكلة البحث: قمنا باقتراح استمارة استبيان موجهة لعينة من مدربي مجتمع البحث والمشرفين على صنف أقل من 13 سنة المقدر عددهم ب10 مدربين، ثم عرضناها على أساتذة معهد التربية البدنية والرياضية بجامعة مستغانم من أجل التحكيم في الفترة الممتدة بين 2015/10/25-2015/10/30 ومن تم عرضها على المدربين في الفترة الممتدة بين 2015/11/02-2015/11/30 بعد التعديلات المقترحة من السادة المحكمين.

2- المرحلة الثانية: التحقق من الأسس العلمية للاختبارات والتدريب على تطبيقها ميدانيا: تم ترجيح الاختبارين الثاني والثالث (اختبار التنقل بدون كرة 20م، اختبار التنقل بتنطيط الكرة 20م)، ثم قمنا بتطبيق الاختبارين القبليين يوم السبت 2015/12/06 عند الساعة 09:00 صباحا بقاعة بن منصور تلمسان على 15 لاعبا من ناشئي صنف أقل من 13 سنة لنادي هواة الشرطة بتلمسان، وبعد أسبوع من ذلك، أي يوم

2015/12/19 تم تطبيق الاختبارين البعدين في نفس التوقيت، وفي نفس القاعة، وبعدها تم التحليل الإحصائي باستعمال معامل الارتباط سبيرمان.

### 1-2-2 منهج البحث:

اعتمدنا في بحثنا هذا على المنهج التجريبي، بتصميم مجموعتين (ضابطة وتجريبية) للقياس القبلي والبعدي لأنه الأنسب لمعالجة مشكلتنا.

### 1-2-3 مجتمع وعينة البحث:

تم تطبيق بحثنا على عينة من مجتمع ناشئي صنف أقل من 13 سنة بفرق كرة اليد لولاية تلمسان، فتكونت من 44 لاعب من صنف أقل من 13 سنة لفريق نادي كرة اليد تلمسان تم اختيارهم بصفة مقصودة تتراوح أعمارهم بين (10-12) سنة (44 لاعب من 170 لاعب بالمجتمع).

انقسمت هذه العينة إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية، تكونت كل مجموعة من (22) لاعب، وقد قسمت العينة التجريبية لثلاثة مجموعات متجانسة في المستوى من خلال تحليل نتائج الاختبارين القبليين وتم توزيعها كالتالي:

- المستوى الأول: 05 لاعبين متجانسين في المستوى.
- المستوى الثاني: 07 لاعبين متجانسين في المستوى.
- المستوى الأول: 10 لاعبين متجانسين في المستوى.

### 1-2-4 مجالات البحث:

4-1-1 المجال البشري: لقد تم تطبيق بحثنا التجريبي ميدانيا على عينة من مجتمع ولاية تلمسان، تضم 44 لاعبا من فريق كرة اليد تلمسان (عيني البحث).

4-2-2 المجال المكاني: لقد تم تطبيق البحث ميدانيا بولاية تلمسان، بقاعة المركب الرياضي العقيد لطفي.

4-3-3 المجال الزمني: تم إجراء البحث بمراحله في الفترة الممتدة بين 2015/01/15 – 2016/05/19 .  
متغيرات البحث:

المتغير المستقل: استخدام المجموعات المتجانسة من حيث المستوى في تطبيق البرنامج التدريبي.  
المتغيرين التابعين: اكتساب مهارة التنطيط، سرعة التنقل بالكرة وبدونها.

المتغيرات المشوشة: هي كالتالي:

أ- متغيرات مرتبطة بمجتمع البحث: وقد تم ضبطها من خلال الاختيار المقصود والمنظم لعينة البحث؛ فبعد تحديد السن بين 10 و12 سنة والجنس باختيار الذكور، قمنا بمجموعة من القياسات الأنتروبومترية للاعبين على

غرار الطول، الوزن، عرض الكتفين، عرض الجسم بذراعين ممدودتين، طول الذراع إضافة إلى الاختبارين القبليين وقد تم البحث عن الارتباط بين العينتين.

ب- متغيرات مرتبطة بالتطبيق: من أجل إبراز نجاعة استخدام التدريب بالمجموعات المتجانسة، قمنا بتطبيق نفس البرنامج المقترح على كلتا العينتين - مع استخدام التدريب بالمجموعات المتجانسة مع العينة التجريبية - ليكون له الفضل في أفضلية نتائج العينة التجريبية على العينة الضابطة.

ج - قصد التحكم في متغير تأثير شخصية المدرب وأسلوب تعامله مع البرنامج المقترح على النتائج النهائية، قمنا بضبط هذا المتغير بالإشراف شخصيا على تطبيق البرنامج الحركي مع كلتا العينتين.

د - قصد التحكم في الحجم الساعي قمنا ببرمجة نفس عدد الحصص التدريبية على كلتا العينتين.

ذ - قصد التحكم في توقيت التدريب، قمنا ببرمجة الحصص التدريبية في نفس اليوم متتالية.

هـ - قصد احترام مبدأ الاستمرارية في التدريب تم التخلي عن نتائج اللاعبين كثيري الغياب.

### 1-2-6 الوسائل الإحصائية: قصد الابتعاد قدر الإمكان عن درجة الخطأ في المعالجة الإحصائية، استخدمنا

التطبيق Excel، فاعتمدنا على الوسائل التالية: جدول التكرارات، النسب المئوية، معامل الارتباط سيرمان، (مروان عبد المجيد إبراهيم، 1998، صفحة 98)، اختبار "ت" ستودنت لعينتين متساويتي وغير متساويتي العدد ومتجانستين وغير متجانستين، اختبار ستودنت لعينة واحدة باختبارين، اختبار تحليل التباين "ف" فيشر.

### 2- عرض تحليل ومناقشة النتائج:

#### 1-2 عرض، تحليل ومناقشة الفرق بين النتائج القبلية والبعدي للعبة الضابطة:

#### 1-1-2 عرض، تحليل ومناقشة الفرق بين النتائج القبلية والبعدي للعبة الضابطة في اختبار سرعة التنقل 20م جريا :

- الفرضية الجزئية الأولى: للبرنامج المقترح أثر ايجابي على اكتساب مهارة التنظيط وسرعة التنقل لمسافة 20 م عند ناشئي العينة الضابطة، فجاءت النتائج كالتالي:

العينة الضابطة		العدد
الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	
0.38	4.37	22
0.27	3.94	22
6.10		
0.05/21		
2.07		
توجد فروق دالة إحصائية		

الجدول 01: يوضح نتائج الفروق بين متوسطي الاختبارين القبلي والبعدي للعبة الضابطة في سرعة التنقل جريا لمسافة 20م.

• **تحليل النتائج:** من خلال النتائج تبين لنا أن متوسطي الاختبار القبلي والبعدي في سرعة التنقل حريا لمسافة 20م بين لاعبي العينة الضابطة متباعدين (القبلي 4.37 ثانية والبعدي 3.94 ثانية)، حيث نلاحظ تحسنا في المستوى عند العينة في سرعة التنقل بعد تطبيق البرنامج التدريبي، وقد أكدت ذلك نتيجة اختبار "ت" ستودنت حيث أظهرت النتائج فروق دالة إحصائية بين متوسطي نتائج الاختبارين لصالح الاختبار البعدي فكانت "ت" المحسوبة (6.10) أكبر من "ت" الجدولية (2.07) عند درجة حرية تساوي 21 و مستوى الدلالة (0.05)، وبملاحظة المتوسطات نجد أن هذا الفرق هو لصالح الاختبار البعدي (3.94 ثانية) على حساب الاختبار القبلي (4.37 ثانية).

**2-1-2 عرض، تحليل ومناقشة الفرق بين النتائج القبلية والبعدي للعينة الضابطة في اختبار سرعة التنقل بالتنطيط لمسافة 20م :**

- **الفرضية الجزئية الأولى:** للبرنامج المقترح أثر إيجابي على اكتساب مهارة التنطيط وسرعة التنقل لمسافة 20 م عند ناشئي العينة الضابطة. فجاءت النتائج كالتالي:

اختبار سرعة التنقل 20م بالتنطيط		العدد	العينة الضابطة
الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
0.73	5.25	22	الاختبار القبلي
0.52	4.57	22	الاختبار البعدي
5.11			المحسوبة
0.05/21			اختبار درجة الحرية و الدلالة
2.07			ت الجدولية
توجد فروق دالة إحصائية			الدلالة الإحصائية

الجدول 02: يوضح نتائج الفرق بين متوسطي الاختبارين القبلي والبعدي للعينة الضابطة في سرعة التنقل بالتنطيط في خط مستقيم لمسافة 20م.

**تحليل النتائج:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الدراسة الإحصائية تبين لنا أن متوسطي الاختبار القبلي والبعدي في سرعة التنقل بالتنطيط لمسافة 20م بين لاعبي العينة الضابطة متباعدين (القبلي 5.25 ثانية والبعدي 4.57 ثانية)، حيث نلاحظ تحسنا واضحا للمستوى في سرعة التنقل بتنطيط الكرة بعد تطبيق البرنامج التدريبي، وقد أكدت ذلك نتيجة اختبار "ت" ستودنت حيث أظهرت النتائج فروقا دالة إحصائية بين متوسطي نتائج الاختبارين لصالح الاختبار البعدي فكانت "ت" المحسوبة (5.11) أكبر بكثير من "ت" الجدولية (2.07) عند درجة حرية تساوي 21 و مستوى الدلالة (0.05)، وبملاحظة المتوسطات نجد أن هذا الفرق هو لصالح الاختبار البعدي (4.57 ثانية) على حساب الاختبار القبلي (5.25 ثانية).

- إذا للبرنامج المقترح أثر إيجابي على اكتساب مهارة التنطيط وسرعة التنقل لمسافة 20 م عند ناشئي العينة الضابطة.

2-2 عرض، تحليل ومناقشة الفرق بين النتائج القبلية والبعديّة للعينة التجريبية و مستوياتها:  
 2-2-1 عرض، تحليل ومناقشة الفرق بين النتائج القبلية والبعديّة للعينة التجريبية في اختبار سرعة التنقل  
 20م جريا :

- الفرضية الجزئية الثانية: للبرنامج المقترح باستخدام المجموعات المتجانسة في المستوى أثر على اكتساب مهارة التنطيط وسرعة التنقل عند ناشئي العينة التجريبية، فجاءت النتائج كالتالي:

العينة التجريبية		العدد
الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	
0.32	4.25	22
0.20	3.70	22
7.60		
0.05/21		
2.07		
توجد فروق دالة إحصائية		

الجدول 03: يوضح نتائج الفروق بين متوسطي الاختبارين القبلي والبعدي للعينة التجريبية في سرعة التنقل جريا لمسافة 20م.

من خلال النتائج المتحصل عليها في الدراسة الإحصائية تبين لنا أن متوسطي الاختبار القبلي والبعدي في سرعة التنقل جريا لمسافة 20م بين لاعبي العينة التجريبية متباعين (القبلي 4.25 ثانية والبعدي 3.70 ثانية)، حيث نلاحظ تحسنا واضحا في المستوى عند العينة في سرعة التنقل بعد تطبيق البرنامج التدريبي باستخدام التدريب بالمجموعات المتجانسة، وقد أكدت ذلك نتيجة اختبار "ت" ستودنت حيث أظهرت النتائج فروق دالة إحصائية بين متوسطي نتائج الاختبارين لصالح الاختبار البعدي فكانت "ت" المحسوبة (7.60) أكبر بكثير من "ت" الجدولية (2.01) عند درجة حرية تساوي 21 و مستوى الدلالة (0.07)، وبملاحظة المتوسطات نجد أن هذا الفرق هو لصالح الاختبار البعدي (3.70 ثانية) على حساب الاختبار القبلي (4.25 ثانية)، وهذا ما أثبت صحة افتراضنا بوجود أثر إيجابي للبرنامج المقترح باستخدام المجموعات المتجانسة في اكتساب سرعة التنقل عند العينة التجريبية.

2-2-2 عرض، تحليل ومناقشة الفرق بين النتائج القبلية والبعديّة للعينة التجريبية في اختبار سرعة التنقل بالتنطيط في خط مستقيم 20م:

- الفرضية الجزئية الثانية: للبرنامج المقترح باستخدام المجموعات المتجانسة في المستوى أثر على اكتساب مهارة التنطيط وسرعة التنقل عند ناشئي العينة التجريبية، فجاءت النتائج كالتالي:

العينة التجريبية		العدد	اختبار سرعة التنقل 20م جريا بدون كرة
			المتوسط الحسابي
الاختبار القبلي		22	5.14
الاختبار البعدي		22	4.11
المحسوبة			7.45
اختبار 'ت'			0.05/21
درجة الحرية و الدلالة			2.07
ت الجدولية			توجد فروق دالة إحصائية
الدلالة الإحصائية			

الجدول 04: يوضح نتائج الفروق بين متوسطي الاختبارين القبلي والبعدي للعينة التجريبية في سرعة التنقل بالتنطيط في خط مستقيم لمسافة 20م.

من خلال النتائج المتحصل عليها في الدراسة الإحصائية تبين لنا أن متوسطي الاختبار القبلي والبعدي في سرعة التنقل بالتنطيط لمسافة 20م بين لاعبي العينة التجريبية متباعين (القبلي 5.14 ثانية والبعدي 4.11 ثانية)، حيث نلاحظ تحسنا واضحا للمستوى في سرعة التنقل بعد تطبيق البرنامج التدريبي باستخدام التدريب بالمجموعات المتجانسة، وقد أكدت ذلك نتيجة اختبار "ت" ستودنت حيث أظهرت النتائج فروقا دالة إحصائية بين متوسطي نتائج الاختبارين لصالح الاختبار البعدي فكانت "ت" المحسوبة (7.45) أكبر بكثير من "ت" الجدولية (2.07) عند درجة حرية تساوي 21 و مستوى الدلالة (0.05)، وملاحظة المتوسطات نجد أن هذا الفرق هو لصالح الاختبار البعدي (4.11 ثانية) على حساب الاختبار القبلي (5.14 ثانية)، وهذا ما أثبت صحة افتراضنا بوجود أثر إيجابي للبرنامج المقترح باستخدام المجموعات المتجانسة في اكتساب مهارة التنطيط عند ناشئي العينة التجريبية.

## 2-2-3 عرض، تحليل ومناقشة الفرق بين النتائج القبلي والبعدي لمجموعة المستوى الأول للعينة

التجريبية في اختبائي مهارة التنطيط وسرعة التنقل جريا في خط مستقيم لمسافة 20م:

– الفرضية الجزئية الثالثة: للبرنامج المقترح باستخدام المجموعات المتجانسة في المستوى أثر على مختلف

مستويات العينة التجريبية في اكتساب مهارة التنطيط وسرعة التنقل، فجاءت النتائج كالتالي:

المستوى الأول العينة التجريبية		العدد	اختبار سرعة التنقل 20م جريا بالتنطيط
			المتوسط الحسابي
الاختبار القبلي		05	4.19
الاختبار البعدي		05	4.01
المحسوبة			4.81
اختبار 'ت'			0.05/4
درجة الحرية و الدلالة			2.77
ت الجدولية			توجد فروق دالة إحصائية
الدلالة الإحصائية			

الجدول 06: يوضح نتائج الفروق بين متوسطي الاختبارين القبلي والبعدي للمستوى الأول للعينة التجريبية في سرعة التنقل بالتنطيط لمسافة 20م.

المستوى الأول العينة التجريبية		العدد	اختبار سرعة التنقل 20م جريا بدون كرة
			المتوسط الحسابي
الاختبار القبلي		05	4.02
الاختبار البعدي		05	3.65
المحسوبة			6.38
اختبار 'ت'			0.05/4
درجة الحرية و الدلالة			2.77
ت الجدولية			توجد فروق دالة إحصائية
الدلالة الإحصائية			

الجدول 05: يوضح نتائج الفروق بين متوسطي الاختبارين القبلي والبعدي للمستوى الأول للعينة التجريبية في سرعة التنقل جريا لمسافة 20م.

**الجدول 05:** من خلال النتائج تبين لنا أن متوسطي الاختبار القبلي والبعدي في سرعة التنقل جريا لمسافة 20م بين لاعبي المستوى متباعدين (القبلي 4.02 ثانية والبعدي 3.65 ثانية)، حيث نلاحظ تحسنا واضحا في المستوى عند العينة في سرعة التنقل، وقد أكدت ذلك نتيجة اختبار "ت" ستودنت حيث أظهرت النتائج فروق دالة إحصائية بين متوسطي نتائج الاختبارين لصالح الاختبار البعدي (3.56 ثانية) فكانت "ت" المحسوبة (6.38) أكبر بكثير من "ت" الجدولية (2.77) عند درجة حرية تساوي 4 و مستوى الدلالة (0.05)، وهذا ما أثبت صحة افتراضنا بوجود أثر إيجابي لاستخدام المجموعات المتجانسة مع المستوى الأول في اكتساب سرعة التنقل لمسافة 20م.

**الجدول 06:** تبين لنا أن متوسطي الاختبار القبلي والبعدي في سرعة التنقل بالتنطيط لمسافة 20م بين لاعبي المستوى الأول متباعدين (القبلي 4.19 ثانية والبعدي 4.01 ثانية)، وقد أكدت ذلك نتيجة اختبار "ت" ستودنت حيث أظهرت النتائج فروق دالة إحصائية بين متوسطي نتائج الاختبارين لصالح الاختبار البعدي (4.01 ثانية)، فكانت "ت" المحسوبة (4.81) أكبر من "ت" الجدولية (2.77) عند درجة حرية تساوي 4 و مستوى الدلالة (0.05)، وهذا ما أثبت صحة افتراضنا بوجود أثر إيجابي لاستخدام المجموعات المتجانسة مع المستوى الأول في اكتساب مهارة التنطيط وسرعة التنقل.

**2-2-4 عرض، تحليل ومناقشة الفرق بين النتائج القبلية والبعدي لمجموعة المستوى الثاني للعينة التجريبية في اختبائي مهارة التنطيط وسرعة التنقل جريا في خط مستقيم لمسافة 20م:**  
**- الفرضية الجزئية الثالثة:** للبرنامج المقترح باستخدام المجموعات المتجانسة في المستوى أثر على مختلف مستويات العينة التجريبية في اكتساب مهارة التنطيط وسرعة التنقل، فجاءت النتائج كالتالي:

المستوى الثاني العينة التجريبية		العدد	اختبار سرعة التنقل 20م جريا بدون كرة	المستوى الأول العينة التجريبية		العدد	اختبار سرعة التنقل 20م جريا بالتنطيط
			المتوسط الحسابي				المتوسط الحسابي
الاختبار القبلي		07	4.39	الاختبار القبلي		07	4.83
الاختبار البعدي		07	3.66	الاختبار البعدي		07	4.03
المحصوية			4.78	المحصوية			8.96
اختبار "ت"			0.05/6	اختبار "ت"			0.05/6
درجة الحرية و الدلالة			2.44	درجة الحرية و الدلالة			2.44
ت الجدولية			توجد فروق دالة إحصائية	ت الجدولية			توجد فروق دالة إحصائية
الدلالة الإحصائية			الجدول رقم 07 : يوضح نتائج الفروق بين متوسطي الاختبارين القبلي والبعدي المستوى الثاني للعينة التجريبية في سرعة التنقل جريا لمسافة 20م.	الجدول رقم 08 : يوضح نتائج الفروق بين متوسطي الاختبارين القبلي والبعدي المستوى الثاني للعينة التجريبية في سرعة التنقل بالتنطيط لمسافة 20م.			

**الجدول 07:** من خلال النتائج تبين لنا أن متوسطي الاختبار القبلي والبعدي في سرعة التنقل جريا لمسافة 20م بين لاعبي المستوى متباعدين (القبلي 4.39 ثانية والبعدي 3.66 ثانية)، حيث نلاحظ تحسنا واضحا في المستوى ، وقد أكدت ذلك نتيجة اختبار "ت" ستودنت حيث أظهرت النتائج فروق دالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي (3.66 ثانية)، فكانت "ت" المحسوبة (4.78) أكبر من "ت" الجدولية (2.44) عند درجة

حرية تساوي 6 و مستوى الدلالة (0.05) وهذا ما أثبت صحة افتراضنا بوجود أثر إيجابي لاستخدام المجموعات المتجانسة مع المستوى الثاني في اكتساب سرعة التنقل لمسافة 20م، بل وأصبح قريبا جدا من متوسط الاختبار البعدي للمستوى الأول (3.65 ثانية).

**الجدول 08:** تبين لنا أن متوسطي الاختبار القبلي والبعدي بين لاعبي المستوى متباعدين (القبلي 4.83 ثانية والبعدي 4.03 ثانية)، حيث نلاحظ تحسنا في المستوى في سرعة التنقل بالتنطيط، وقد أكدت ذلك نتيجة اختبار "ت" ستودنت ذلك، حيث أظهرت النتائج فروق دالة إحصائية لفائدة الاختبار البعدي (4.03 ثانية) فكانت "ت" المحسوبة (8.96) أكبر من "ت" الجدولية (2.44) عند درجة حرية تساوي 4 و مستوى الدلالة (0.05)، وهذا ما أثبت صحة افتراضنا بوجود أثر إيجابي لاستخدام المجموعات المتجانسة مع المستوى الثاني في اكتساب سرعة التنقل لمسافة 20م، بل وأصبح قريبا جدا من متوسط الاختبار البعدي للمستوى الأول (4.01 ثانية).

**2-2-5 عرض، تحليل ومناقشة الفرق بين النتائج القبلي والبعدي لمجموعة المستوى الثالث للعبة التجريبية في اختبائي مهارة التنطيط وسرعة التنقل جريا في خط مستقيم لمسافة 20م:**

**- الفرضية الجزئية الثالثة:** للبرنامج المقترح باستخدام المجموعات المتجانسة في المستوى أثر على مختلف مستويات اللعبة التجريبية في اكتساب مهارة التنطيط وسرعة التنقل، فجاءت النتائج كالتالي:

المستوى الثالث للعبة التجريبية		العدد	اختبار سرعة التنقل 20م جريا بدون كرة
			المتوسط الحسابي
الاختبار القبلي		10	4.26
الاختبار البعدي		10	3.77
المحسوبة			4.99
اختبار "ت"			0.05/9
ت الجدولية			2.26
الدلالة الإحصائية			توجد فروق دالة إحصائية
الجدول 09: يوضح نتائج الفروق بين متوسطي الاختبارين القبلي والبعدي للمستوى الثالث للعبة التجريبية في سرعة التنقل جريا لمسافة 20م.			

المستوى الأول للعبة التجريبية		العدد	اختبار سرعة التنقل 20م جريا بالتنطيط
			المتوسط الحسابي
الاختبار القبلي		10	5.83
الاختبار البعدي		10	4.22
المحسوبة			14.95
اختبار "ت"			0.05/9
ت الجدولية			2.26
الدلالة الإحصائية			توجد فروق دالة إحصائية
الجدول 10: يوضح نتائج الفروق بين متوسطي الاختبارين القبلي والبعدي للمستوى الثاني للعبة التجريبية في سرعة التنقل بالتنطيط لمسافة 20م.			

**الجدول 09:** من خلال النتائج تبين لنا أن متوسطي الاختبار القبلي والبعدي في سرعة التنقل جريا لمسافة 20م بين لاعبي المستوى متباعدين (القبلي 4.26 ثانية والبعدي 3.77 ثانية)، حيث نلاحظ تحسنا واضحا في المستوى، وقد أكدت ذلك نتيجة اختبار "ت" ستودنت حيث أظهرت النتائج فروق دالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي (3.77 ثانية) فكانت "ت" المحسوبة (4.99) أكبر من "ت" الجدولية (2.26) عند درجة حرية تساوي 9 و مستوى الدلالة (0.05)، وهذا ما أثبت صحة افتراضنا بوجود أثر إيجابي لاستخدام

المجموعات المتجانسة مع المستوى الثالث، بل وأصبح قريبا جدا من متوسطي الاختبار البعدي للمستوى الأول (3.65 ثانية) والثاني (3.66 ثانية).

**الجدول 10:** تبين لنا أن متوسطي الاختبار القبلي والبعدي بين لاعبي المستوى الثالث متباعدين جدا (القبلي 4.22 ثانية والبعدي 5.83 ثانية)، وقد أكدت ذلك نتيجة اختبار "ت" ستودنت، حيث أظهرت النتائج فروق دالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي (4.22 ثانية) فكانت "ت" المحسوبة (14.95) أكبر من "ت" الجدولية (2.26) عند درجة حرية تساوي 9 و مستوى الدلالة (0.05)، وهذا ما أثبت صحة افتراضنا بوجود فروق بين متوسطي الاختبارين لصالح الاختبار البعدي للمستوى الثاني، بل وأصبح قريبا جدا من متوسط الاختبار البعدي للمستوى الأول (4.01 ثانية) والثاني (4.03 ثانية)، وهذا ما أثبت صحة افتراضنا بوجود أثر إيجابي لاستخدام المجموعات المتجانسة مع المستوى الثالث.

### 2-3 عرض، تحليل ومناقشة نتائج الاختبارات البعدية:

### 2-3-1 عرض، تحليل ومناقشة نتائج الاختبارات البعدية للعينتين في سرعة التنقل جريا لمسافة 20م:

- الفرضية الجزئية الرابعة: هناك فروق دالة إحصائية لصالح العينة التجريبية في نتائج الاختبارات البعدية،

فجاءت النتائج كالتالي:

الاختبار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العدد	الاختبار	
				ت	ت'
العينة التجريبية	3.70	0.20	22	ف المحسوبة	0.55
العينة الضابطة	3.94	0.27	22	ف الجدولية	0.47
				الدالة	توجد فروق أي ليس هناك تجانس
				المحسوبة	3.21
				درجة الحرية و الدلالة	0.05/39
				ت الجدولية	2.02
				الدالة الإحصائية	توجد دلالة إحصائية

الجدول 11: يوضح نتائج الفروق في مستوى الاختبار البعدي في سرعة التنقل جريا لمسافة 20م بين العينتين.

### • تحليل النتائج:

لقد أظهرت الدراسة الإحصائية أن متوسطي نتائج الاختبار البعدي في سرعة التنقل جريا لمسافة 20م للاعبي العينتين قد نزل لأقل من 04 ثوان (التجريبية 3.70 والضابطة 3.94)، كدليل على التطور الحاصل نتيجة البرنامج التدريبي المطبق، إلا أنه كان لاستخدام المجموعات المتجانسة دور كبير في ترجيح التطور الحاصل عند العينة التجريبية، وذلك ما أكدته نتيجة اختبار "ت" ستودنت حيث وجدنا فروقا دالة إحصائية بين متوسطي العينتين لصالح لاعبي العينة التجريبية (3.70 ثانية)، فكانت "ت" المحسوبة (3.21) أكبر من "ت" الجدولية (2.02) عند درجة حرية تساوي 39، ومستوى الدلالة (0.05)، وهذا ما أثبت صحة افتراضنا بوجود فروق دالة إحصائية لصالح العينة التجريبية في نتائج الاختبارات البعدية مخا يدل على فعالية استخدام المجموعات في

تحقيق أحسن النتائج في اكتساب سرعة التنقل بدون كرة عند الناشئين، موافقين في ذلك الخلفية النظرية التي دلت على أهمية هذا النوع من التقنيات في التحكم الجيد بالفروق الفردية بين الناشئين وتنوع قدراتهم.

**2-3-2 عرض، تحليل ومناقشة نتائج الاختبار البعدي في سرعة التنقل 20م بالتنطيط للعينتين: - الفرضية الجزئية الرابعة:** هناك فروق دالة إحصائية لصالح العينة التجريبية في نتائج الاختبارات البعديّة، فجاءت

النتائج كالتالي:

الاختبار البعدي في سرعة التنقل 20م بالتنطيط		العدد	
الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
0.22	4.11	22	العينة التجريبية
0.52	4.57	22	العينة الضابطة
0.18		/	فأ المحسوبة
0.47		/	فأ الجدولية
لا توجد فروق أي هناك تجانس		/	الدالة
3.76			المحسوبة
0.05/42			اختبار درجة الحرية و الدالة
2.01			ت الجدولية
لا توجد دالة إحصائية			الدالة الإحصائية
الجدول 12: يوضح نتائج الفروق في مستوى الاختبار البعدي في سرعة التنقل بالتنطيط لمسافة 20م بين العينتين.			

لقد أظهرت نتائج الدراسة الإحصائية أن متوسطي نتائج الاختبار البعدي في سرعة التنقل بتنطيط الكرة لمسافة 20م للاعبين العينتين قد نزل لأقل من 05 ثوان (التجريبية 4.11 والضابطة 4.57)، كدليل على التطور الحاصل نتيجة البرنامج التدريبي المطبق، إلا أنه كان لاستخدام المجموعات المتجانسة دور كبير في ترجيح التطور الحاصل عند العينة التجريبية، وذلك ما أكدته نتيجة اختبار "ت" ستودنت حيث وجدنا فروقا دالة إحصائية لصالح متوسط لاعبي العينة التجريبية (4.11 ثانية)، فكانت "ت" المحسوبة (3.76) أكبر من "ت" الجدولية (2.01) عند درجة حرية تساوي 42، ومستوى الدلالة (0.05)، وهذا ما أثبت صحة افتراضنا بوجود فروق دالة إحصائية لصالح العينة التجريبية في نتائج الاختبارات البعديّة، لتدل على أهمية المجموعات في تحقيق أحسن النتائج في اكتساب مهارة التنطيط وربطها بسرعة التنقل بالكرة عند الناشئين، موافقين في ذلك الخلفية النظرية التي دلت على أهمية هذا النوع من التقنيات في التحكم الجيد بالفروق الفردية بين الناشئين وتنوع قدراتهم من أجل إعطاء أكثر نجاعة في التدريب.

## 2-11 مناقشة النتائج مع الفرضية الرئيسية:

من خلال تحليل ومناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة لكلا العينتين، توصلنا لتصديق الفرضية الرئيسية وإثباتها، فلاستخدام المجموعات المتجانسة في المستوى أثناء تطبيق البرنامج المقترح أثر إيجابي في اكتساب مهارة التنطيط وسرعة التنقل، وهل هي حل مناسب للتحكم في الفروق الموجودة بين اللاعبين.

## 12-2 الاستنتاجات العامة:

- مما سبق نستنتج أن استخدام المجموعات المتجانسة ساهم بشكل واضح في إبراز الفروق بين العينتين في المستوى النهائي وبالتالي يمكن اعتباره من أنسب الحلول للتعامل مع مبدأ الفروق الفردية الموجودة بين الناشئين، سواء الفروق في المستوى، أو الفروق المتعلقة بالقدرة على التعلم والتطور.
  - إن التدريب باستخدام المجموعات المتجانسة له ارتباط كبير مع البرنامج التدريبي المقترح والمطبق على كلا العينتين، فبدون برنامج مبني على أسس علمية، مراعاة لمتطلبات المرحلة العمرية في تحديد الأهداف العريضة والتمارين المقترحة والمناسبة للاعب هذه المرحلة على غرار الألعاب... لن يكون هناك دور واضح للمجموعات في ظل عمل عشوائي قد يؤدي لهبوط أو تدبب مستوى اللاعبين، وبالتالي دفعهم للعزوف عن الممارسة.
- **الخلاصة:**

يعد التدريب الرياضي للناشئين المحطة الأولى لبلوغ أهداف التدريب الرياضي من خلال خلق قاعدة عريضة للمقدرة الرياضية ابتداء من السن الذي يسمح بالتنمية القصبى لقدراتهم، حيث يهدف في المقام الأول إلى تهيئتهم وإعدادهم للتقدم بمستواهم وفقاً لخصائص المرحلة السنية التي ينتمون إليها بما يتناسب مع العمر الأنسب لتنمية وتطوير قدراتهم البدنية والبيولوجية والحركية والمهارية، حيث تعد مرحلة تدريب الناشئين، قائمة بذاتها يتداخل فيها تدريب المبتدئين مع المتقدمين.

وعلى غرار التخصصات الرياضية الأخرى، تكتسي المهارات الرياضية الأساسية والقدرات الحركية أهمية كبيرة في رياضة كرة اليد لارتباطها فيما بينها، فمهما بلغ اللاعب من قدرات بدنية، ومهما اتصف به من اتزان نفسي لن يغني عنه ذلك شيئاً ما لم يرتبط ذلك بالإتقان التام للمهارات الخاصة وتكييفها مع كل مواقف اللعب في المنافسات انطلاقاً من اكتسابها في العمر الأنسب لذلك، حيث تعتبر المرحلة العمرية (10-12) سنة الأنسب للتعلم الحركي وتنمية القدرات الحركية.

### التوصيات:

- الاعتماد على الصنف الأقل من 11 سنة وعزله عن الأقل من 13 سنة لما له من أهمية في بناء الرياضيين في كرة اليد.
- نرجو تطبيق المجموعات في تدريب الناشئين خاصة.
- اعتماد التخطيط الطويل المدى، من خلال برامج تدريبية مبنية على أسس علمية ومراعية لمتطلبات كل مرحلة عمرية.
- نوصي الباحثين بالبحث أكثر في هذا الصنف، لما له من أهمية في التدريب الرياضي، مع تطبيق طرحنا مع عينات مختلفة و متغيرات أخرى لإثباته أكثر من خلال التحريب المبني على أسس علمية.

• المصادر والمراجع:

• المراجع العربية:

- 1- إبراهيم شعلان. (2009). كرة القدم للبراعم والأشبال (9-12) سنة ط 1 . . القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- 2 - عامر فاخر شغاتي. (2014). علم التدريب الرياضي (نظم تدريب الناشئين للمستويات العليا). عمان: مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.
- 3- عبد الوهاب غازي حمود. (2008). كرة اليد ما له وما عليها -المبادئ التعليمية والتربوية-. بغداد: دار الكتب والوثائق.
- 4- كمال عبد الحميد. (1997). الممارسة التطبيقية لكرة اليد. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 5- محمد حسن علاوى. (1994). علم التدريب الرياضي - الطبعة الثالثة عشر. القاهرة: دار المعارف.
- 6- مروان عبد المجيد إبراهيم. (1998). الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياس في التربية البدنية والرياضية. مصر: دار الفكر العربي.

المواقع:

- 1- فالخ علي. (12, 04, 2014). تدريب المجموعات في كرة اليد - محاضرات نظرية-. تاريخ الاسترداد 12, 12, 2015، من المركز الدولي لكرة اليد:  
<http://internationalhandballcenter.com/%D8%AA%D8%AF%D8%B1%D9%8A%D8%A8-%D8%A7%D9%84%D9%85%D8%AC%D9%85%D9%88%D8%B9%D8%A7%D8%AA-%D9%81%D9%8A-%D9%83%D8%B1%D8%A9-%D8%A7%D9%84%D9%8A%D8%AF>