

## علاقة بعض القدرات الحركية بسرعة الاستجابة الحركية لدى حراس مرمى كرة اليد

أ.د. هدى شهاب جاري رعدة عبد علي جبير

2017م

1438 هـ

### مستخلص البحث باللغة العربية.

- هدف البحث (التعرف على قيم بعض القدرات الحركية وسرعة الاستجابة لدى حراس المرمى بكرة اليد.
- التعرف على العلاقة بين بعض القدرات الحركية وسرعة الاستجابة الحركية لدى حراس المرمى بكرة اليد).
- فروض البحث (لا توجد علاقة معنوية بين بعض القدرات الحركية وسرعة الاستجابة الحركية)
- مجتمع البحث (حراس مرمى كرة اليد 15 — 17 سنة)
- عينة البحث وطريقة اختيارها (تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية حراس مرمى كرة اليد المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية ا بغداد).
- المنهج العلمي (المنهج الوصفي)
- ادوات القياس (اختبار سرعة الاستجابة الحركية لأتجاهات متعددة (للرجلين)، اختبار الركض بين الشواخص لمسافة (20m)، اختبار ثني الجذع للامام من وضع جلوس الموانع، اختبار الدوائر المرقمة) :: جمع نتائج الاختبارات ومعالجتها احصائياً
- المعالجات الاحصائية (تم استخدام الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط البسيط (r)
- نتائج البحث (ان سرعة الاستجابة الحركية لحراس المرمى بكرة اليد تتأثر ببعض القدرات الحركية (الرشاقة، التوافق، المرونة).
- تتناسب كل من المتغيرات الحركية (الرشاقة، التوافق، المرونة) طردياً مع سرعة الاستجابة لدى حراس المرمى بكرة اليد.

## Abstract.

### The Relationship Between Some Physical Abilities and Handball Goalkeepers Speed of Motor Response

The aim of the research is to identify the values of some motor abilities and response speed in handball goalkeepers as well as identifying the relationship between some motor abilities and response speed in handball goalkeepers. The researchers hypothesized no significant relationship between some motor abilities and speed of motor response. The researcher used the descriptive method. The subjects were handball goalkeepers aged 15 – 17 years old. The researcher applied many tests to measure motor response speed in goalkeepers, the data was collected and treated using proper statistical operations. The researcher concluded that handball goalkeeper's motor response speed is positively affected by some motor abilities like agility, coordination and flexibility.

**Key words:** Physical Abilities, Motor Response, Handball Goalkeepers

#### 1- المبحث الأول: التعريف بالمبحث.

##### 1-1 مشكلة البحث:

مشكلة البحث هنا تتلخص في ان حراس مرمى كرة اليد تكون اهم القدرات لهم هي سرعة الاستجابة الحركية لتمكنهم من زمن التوقع وزمن رد الفعل حتى انتهاء الحركة وان اي تلكأ في سرعة الاستجابة لحراس المرمى قد يخسر الفريق نقطة وان بطيء سرعة الاستجابة الحركية قد يكون احد اسبابها تباين بعض القدرات الحركية لديهم. هذا ما دعى الباحثان للخوض في دراسة هذه المشكلة.

##### 2-1 هدفا البحث.

1. التعرف على قيم بعض القدرات الحركية وسرعة الاستجابة لدى حراس المرمى بكرة اليد، المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية | بغداد.
2. التعرف على العلاقة بين بعض القدرات الحركية وسرعة الاستجابة الحركية لدى حراس المرمى بكرة اليد للمركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية | بغداد.

### 3-1 فرض البحث:

لا توجد علاقة معنوية بين بعض القدرات الحركية وسرعة الاستجابة الحركية لدى حراس المرمى لكرة اليد للمركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية ا بغداد.

### 4-1 مجالات البحث:

1-4-1 المجال البشري: مجموعة من حراس مرمى المركز الوطني لرعاية الموهوبين بكرة اليد ا بغداد للموسم الرياضي 2017 وعددهم (5) حراس مرمى.

2-4-1 المجال الزمني: للمدة من 5 / 4 / 2017 – 10 / 4 / 2017

3-4-1 المجال المكاني: القاعات الرياضية المغلقة للمركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية ا بغداد.

## 2- المبحث الثاني: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

### 1-2 منهج البحث:

أستخدمت الباحثان في بحثها المنهج الوصفي بأسلوب مسحي العلاقات الارتباطية بين المتغيرات المبحوثة لملاءمته طبيعة مشكلة البحث.

### 2-2 مجتمع وعينة البحث:

ان اختيار عينة البحث يأتي ضمن النقاط الاساسية والمهمة التي اعتمدها الباحثان في الوصول الى نتائج ذات مصداقية لتنفيذ خطوات البحث، لان عملية اختيار العينة من الخطوات الرئيسية لجمع البيانات والمعلومات وكثيرا مايلجأ الباحثون الى تحديد مجتمع بحثهم بناء على الظاهرة او المشكلة التي يختارها أي "ان يختار الباحث عينة يرى فيها انها تمثل المجتمع الاصلي الذي يقوم بدراسته تمثيلا هادفا." (5: 222).

وايضا "ان الاهداف التي يضعها الباحث للبحث والاجراءات التي يستخدمها ستحدد طبيعة العينة التي يختارها" (1: 41).

لذا قامت الباحثتان بأختيار مجتمع عينة البحث بالطريقة العمدية، إذ يتكون مجتمع الأصل والمتمثل بالمركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية لكرة اليد في بغداد والبالغ عددهم الكلي (7) حراس مرمى والذين يمثلون مجتمع البحث 100%، إذ قامت الباحثة بأختيار عينة مكونة من (5) حراس مرمى من الفئة العمرية (15 – 17) سنة أما الـ (2) المتبقين استبعدوا من العينة لعدم التزامهم بالمواعيد.

## 3-2 الوسائل والادوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

### 1-3-2 وسائل جمع المعلومات:

- المصادر العربية والاجنبية.
- الاختبار والقياس والتجريب.
- أستمارة جمع وتفرغ البيانات.
- الوسائل الإحصائية.
- شبكة المعلومات الدولية (Internet).
- فريق العمل المساعد.

### 2-3-2 الادوات المستخدمة في البحث:

- ملعب يد قانوني
- شواخص عدد (10)
- صافرة عدد (1)
- ساعة إيقاف عدد (1)
- أعمدة
- شريط قياس طول 10 أمتار
- مسطرة مقسمة
- طباشير

## 4-2 اختبارات المستخدمة في البحث:

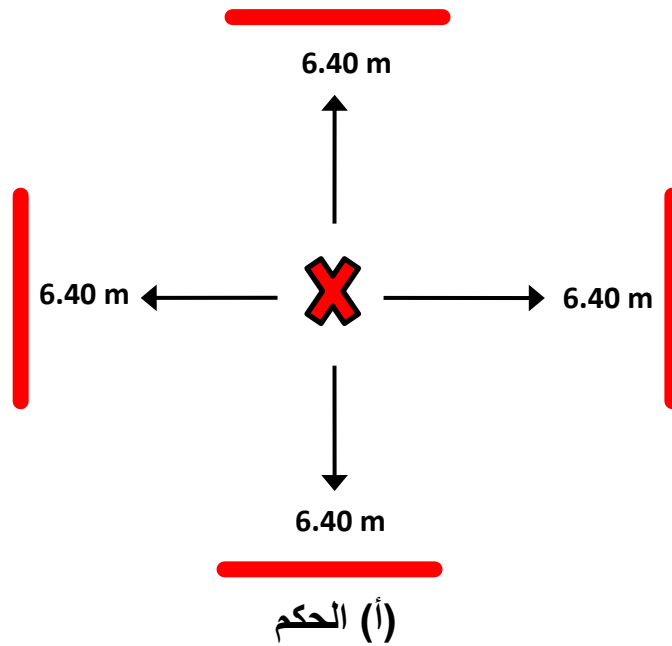
### 1. اختبار سرعة الاستجابة الحركية لأتجاهات متعددة (للرجلين): (4: 198)

- الغرض من الاختبار: قياس زمن الاستجابة الحركية وفقاً لاختيار المثير لأربعة اتجاهات.
- الأدوات المستخدمة: منطقة فضاء مستوية خالية من العوائق، ساعة توقيت، شريط قياس، شريط لاصق ملون.
- الإجراءات: تخطط منطقة الاختبار كما في الشكل (1) والمسافة بين النقطة (x) والخطوط الأربعة هي (6.40 m).
- طريقة الأداء:
- ✓ يقف المختبر على النقطة (x) ويركز نظره على اليد المرفوعة للحكم الذي يقف في النقطة (أ).
- ✓ يعطي الحكم إشارة (أستعد) للمختبر.

- ✓ يمسك الحكم الساعة بإحدى يديه ويرفعها عالياً ثم يقوم بسرعة بتحريك ذراعه إما إلى اليمين أو اليسار أو الأمام أو الخلف وبنفس اللحظة يقوم بتشغيلها.
- ✓ يستجيب المختبر لإشاره الحكم ويحاول قطع المسافة بأسرع ما يمكن في الاتجاه المحدد وعندما يصل إلى خط النهاية يقوم الحكم بأيقاف ساعة التوقيت.
- ✓ يعطى للمختبر (8) محاولات مقسمة على اربعة اتجاهات بين محاولة وأخرى (20 ثا) راحة.
- ✓ تحدد المحاولات بصورة عشوائية.

• شروط الاختبار:

- ✓ عدم معرفة المختبر ان المطلوب منه ثماني محاولات موزعة على الاتجاهات الأربعة بالتساوي.
- ✓ ان يتدرب الحكم على إشارة البدء وإعطاء الإشارة بالذراع وتشغيل الساعة بنفس الوقت.
- ✓ يبدأ الاختبار بإعطاء إشارة (أستعد ... أبدأ) والمدة الزمنية بين الكلمتين تتراوح بين (1.5-2) ثانية.
- التسجيل: يحسب الزمن الخاص بكل محاولة، أما درجة المختبر هي متوسط المحاولات الثمانية.

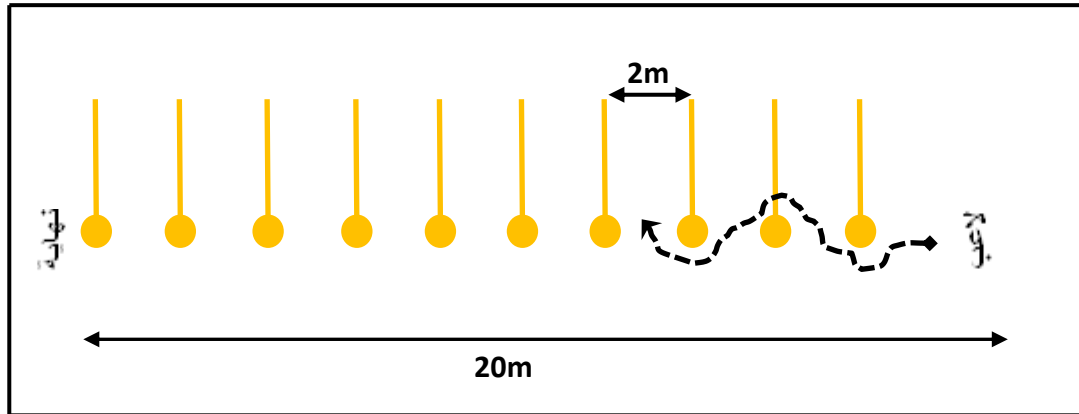


الشكل (1)

اختبار الاستجابة الحركية لاتجاهات متعددة للرجلين

## 2. اختبار الركض بين الشواخص لمسافة (20m): (2: 155)

- هدف الاختبار: قياس الرشاقة.
- الأدوات: شريط قياس، شواخص أو أعمدة عدد (10)، ساعة توقيت، صافرة.
- طريقة الأداء: يقوم اللاعب بالوقوف على خط البداية الذي يبعد (2m) من الشاخص الأول، ينطلق اللاعب بعد سماع الصافرة بالركض ذهاباً قاطعاً (10) شواخص لمسافة (20m) إذ يبعد كل شاخص عن الآخر مسافة (2m)، ويقوم اللاعب أثناء الركض بأداء حركة (الزكزاك) بين الشواخص، الشكل (4).
- طريقة التسجيل: يقوم المؤقت باحتساب الوقت لحظة انطلاق اللاعب إلى حد اجتياز اللاعب الشاخص الأخير.
- يقرب الوقت إلى أقرب 1/100 ثانية. إذ تعطى محاولة واحدة لكل لاعب.



الشكل (4)

اختبار الركض بين الشواخص مسافة (20m)

## 3. اختبار ثني الجذع للامام من وضع جلوس الموانع (3: 219)

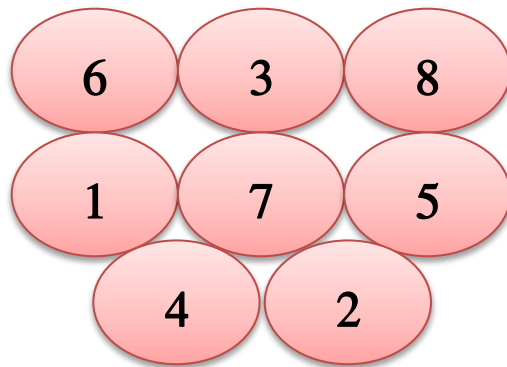
- الغرض من الاختبار: قياس مرونة العمود الفقري
- الأدوات: مسطرة مقسمة
- التخطيط وتوزيع الأدوات: ان يكون التدرج صفر عند المشط قدم الحارس
- طريقة الاداء: يتخذ الحارس وضع جلوس الموانع (الحواجز) ثم يقوم بثني الجذع للامام من جهة الجانب الايمن ومد الذراع اليمنى لاقصى مسافة ممكنة على المسطرة المدرجة.
- شروط الاداء:
- ✓ عدم ثني الركبة اثناء ثني الجذع للامام
- ✓ الثبات عند اقصى مسافة يصل اليها الحارس لمدة ثنيتين

✓ لكل حارس محاولتين تسجل له افضلهما

- التسجيل: وحدة قياس (سم)، يسجل للحارس المسافة التي استطاع الوصول اليه

#### 4. اختبار الدوائر المرقمة (6: 410)

- الهدف منه: قياس التوافق بين العين والرجلين
- الأدوات: ساعة توقيت، طباشير، يرسم على الأرض ثمان دوائر على أن يكون كل منها (60سم)، ترسم الدوائر كما موضح في الشكل.
- طريقة الأداء: يقف المختبر داخل الدائرة رقم (1) عند سماع إشارة البدء، يقوم بالوثب بالقدمين معاً الى الدائرة رقم (2) ثم الى الدائرة رقم (3) وهكذا حتى الدائرة رقم (8) ويتم ذلك بأقصى سرعة.
- وحدة القياس: الثواني (الزمن).



#### 5-2 التجربة الاستطلاعية:

ان التجربة الاستطلاعية هي جزء مصغر من التجربة الرئيسية وهي من الامور الاساسية والمهمة لأجراء أي بحث، اذ نستطيع من خلالها توضيح عدد من العوامل التي تتحكم بزمن البحث وحقيقة النتائج، وهي استطلاع للظروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب الباحثان بدراستها والكشف عن الحلقات الغامضة.

#### 1-5-2 التجربة الاستطلاعية الخاصة بالأختبارات:

اجرت الباحثتان هذه التجربة في يوم الاربعاء الموافق 2017/4/5 في تمام الساعة الثالثة ظهراً على حراس مرمى كرة اليد للمركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية ا بغداد وذلك للتعرف على:

1. مدى صلاحية الاجهزة والادوات المستخدمة بالاختبارات.
2. مدى ملائمة الاختبارات لعينة البحث.
3. الوقت المستغرق لأجراء الاختبارات.
4. كفاءة فريق العمل المساعد.
5. وغيرها من المعوقات التي تواجه الباحثتان.

## 2-6 التجربة الرئيسة:

بعد التأكد من الأدوات والارضية والاطلاع على الظروف المحيطة بالاختبار وبعد الاخذ بنتائج التجربة الاستطلاعية التي قامت بها الباحثتان تم تنفيذ التجربة الرئيسة على عينة البحث في يوم الجمعة الموافق 2017/4/7 في تمام الساعة العاشرة صباحاً، وقد تم اجراء الاختبارات البدنية واختبار سرعة الاستجابة الحركية في هذا اليوم، وراعت الباحثتان الشروط الاساسية لتنفيذ الأختبارات التي تخدم الهدف الذي وضعت من اجله (اختبار سرعة الاستجابة الحركية لأتجاهات متعددة (للرجلين)، اختبار الركض بين الشواخص لمسافة (20م)، اختبار ثني الجذع للامام من وضع جلوس المانع، اختبار الدوائر المرقمة).

## 2-7 الوسائل الإحصائية:

استخدمت الباحثتان الحقيبة الاحصائية SPSS لاستخراج نتائج البحث وباستخدام القوانين الاحصائية

المناسبة للبحث.

1. الوسط الحسابي

2. الانحراف المعياري

3. معامل الالتواء

## 3- المبحث الثالث: عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها.

### جدول (1)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث

تسلسل	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	سرعة الاستجابة	الزمن	4.597	0.677
2	الرشاقة	الزمن	8.458	0.90
3	المرونة	مسافة	109.00	1.81
4	التوافق	الزمن	9.33	1.900

### جدول (2)

يبين قيمة (r) المحسوبة ونسبة الخطأ واعتدالية التوزيع لمتغيرات البحث

تسلسل	المتغيرات	سرعة الاستجابة قيمة r	نسبة الخطأ	اعتدالية التوزيع
1	رشاقة	0.925	0.02	معنوي
2	مرونة	0.882	0.04	معنوي
3	توافق	0.894	0.04	معنوي



يبين الجدول (1) ان قيمة الارتباط بلغت 0.925 بين سرعة الاستجابة والرشاقة وهي قيمة قريبة من الواحد الصحيح وطرديّة. معنى ذلك انه توجد علاقة معنوية بين سرعة الاستجابة والرشاقة لدى حراس مرمى كرة اليد اي انه كلما كان حارس المرمى يمتلك رشاقة تكون له القدرة على سرعة الاستجابة الحركية.

كذلك بلغت قيمة الارتباط 0.882 بين سرعة الاستجابة والمرونة وهي قيمة قريبة من الواحد الصحيح وطرديّة. معنى ذلك انه توجد علاقة معنوية بين سرعة الاستجابة والمرونة لدى حراس مرمى كرة اليد اي انه كلما كان حارس المرمى يمتلك مرونة تكون له القدرة على سرعة الاستجابة الحركية.

كذلك بلغت قيمة الارتباط 0.894 بين سرعة الاستجابة والتوافق وهي قيمة قريبة من الواحد الصحيح وطرديّة. معنى ذلك انه توجد علاقة معنوية بين سرعة الاستجابة والتوافق لدى حراس مرمى كرة اليد اي انه كلما كان حارس المرمى يمتلك توافق تكون له القدرة على سرعة الاستجابة الحركية.

#### 4- المبحث الرابع: الاستنتاجات والتوصيات.

##### 1-4 الاستنتاجات:

في ضوء ما تقدم من نتائج توصلت الباحثان إلى الاستنتاجات التالية:

1. ان سرعة الاستجابة الحركية لحراس المرمى بكرة اليد تتأثر ببعض القدرات الحركية (الرشاقة، التوافق، المرونة).
2. تتناسب كل من المتغيرات الحركية (الرشاقة، التوافق، المرونة) طردياً مع سرعة الاستجابة لدى حراس المرمى بكرة اليد.

##### 2-4 التوصيات:

في ضوء ما توصلت إليه الباحثان من استنتاجات توصيان بما يأتي:

1. الاهتمام بالقدرات الحركية لحراس المرمى بكرة اليد.
2. تخصيص جزء من الوحدة التدريبية لحراس المرمى بكرة اليد لتطوير سرعة الاستجابة الحركية لهم
3. اجراء بحوث اخرى بالأسلوب التجريبي لتحسين مثل هذه المتغيرات

## المصادر.

1. جابر عبد الحميد واحمد خيرى، مناهج البحث في التربية وعلم النفس: (القاهرة، دار النهضة العربية، 1996).
2. ريسان خريبط مجيد؛ موسوعة الاختبارات في التربية البدنية والرياضية: (بغداد، مطابع التعليم العالي، 1989).
3. كمال الدين عبدالرحمن درويش (وأخرون)؛ القياس والتقويم وتحليل المباراة في كرة اليد: (مركز الكتاب للنشر؛ مصر الجديدة؛ ط1؛ 2002).
4. محمد ابراهيم ومحمد جابر بريقع؛ دليل القياسات الجسمية واختبارات الأداء الحركي: (الاسكندرية، منشأة المعارف، 1995).
5. محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان. القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي: (القاهرة: دار الفكر العربي، 2000).
6. محمد صبحي حسنين: التقويم والقياس في التربية البدنية؛ ج1: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1987).