

تأثير التدريبات التنافسية المكثفة على دافعية الإجاز والسلوك الخطي الهجومي للاعبي كرة اليد

*د/ محمود إبراهيم محمود غريب

المقدمة ومشكلة البحث:

تعد المنافسات الرياضية عاملاً هاماً، وضرورياً لكل منشط رياضي، وينبغي ألا ننظر إلى المنافسات الرياضية على أنها نوع من أنواع الإختبار فحسب، ولكن أيضاً على أنها نوع هام من العمل التربوي إذ تسهم بنصيب وافر في تطوير مهارات، وقدرات الرياضي البدنية، والفنية، وتشكل أيضاً سماته الخلقية، والإرادية.

ويشير **علاوي (٢٠٠٢م)** أنه لضمان إتقان المهارات الحركية، والعمل على تثبيتها، يجب أن يقوم الفرد الرياضي بأداء المهارات، والتدريب عليها تحت مختلف الظروف بشكل يتناسب مع مواقف اللعب التنافسية، والتي تتميز بصعوبة بالغة خلال المباراة. (١٧: ٦٠) وتهدف التدريبات التنافسية إلى صقل المهارات الأساسية، والخطط لكثير من الرياضات الفردية، والجماعية من خلال مواقف اللعب الحقيقية التي قد تكون في صورة مباريات في أغلب الأحيان، أو تدريبات جماعية في أحيان أخرى. (٣٤: ١٣٩)

ويذكر **كارلوس Carlos (٢٠١٢م)** يجب اختيار التدريبات التنافسية التي تحقق الأهداف التدريبية بكل وحدة تدريبية بعناية بحيث تكون شدتها مرتفعة، وحجمها متوسط، ويكون تطبيقها في إطار برنامج تدريبي يشمل جميع المهارات الهجومية، والدفاعية كونها تخلق قاعدة عريضة من مفردات التنفيذ، والتطبيق للواجبات المهارية لأنها تزيد من دافعية اللاعبين، وتشويقهم للأداء كون أدائها يتم وفقاً لقوانين محددة تتناسب، ونوع النشاط الممارس، وتتميز بتزويدها لعملية التدريب الرياضي بالكثير من الوسائل الناجحة التي تثير في النفس الدافعية نحو المثابرة، وبذل الجهد، والتي تتميز بالتغيير والتشويق. (٣٠: ١٣٤)

ويضيف **محمد رضا إبراهيم (٢٠١٦م)** أن أسلوب التدريبات التنافسية المكثفة يؤدي عن طريق رفع الحمل المستمر، وبدون فترة راحة، خلال فترة زمنية محددة تمتد من (٩٠) ث إلى (١٨٠) ث، والمدرّب هو الذي يحدد شدة حمل التدريب عن طريق تغيير إتجاه التمرين باستمرار، وتغيير المسافة بين اللاعب والكرة، وتغيير المسافة بين اللاعب والكرة، وتغيير المسافة التي يجريها اللاعب، وتغيير عدد التمريرات، وإضافة بعض المهارات على المهارة الأساسية كالخدع، والتصويب أو التمرير. (١٩: ١١٤)

* مدرس بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات الجماعية والعب المضرب-كلية التربية الرياضية-جامعة المنوفية.

ويذكر علاوى (٢٠٠٢م) أن الأبعاد النفسية هي أحد المتطلبات الهامة للوصول إلى المستويات العالية فى الأنشطة المختلفة، حيث أن كثير من الرياضيين على المستوى المتقدم يتقاربون لدرجة كبيرة من حيث المستوى البدنى، والفنى، ولذلك فإن هناك عاملاً هاماً يحدد كفاحهم أثناء المنافسة الرياضية فى سبيل الفوز ألا وهو العامل النفسى. (١٦: ١٣٥)

ويرى العديد من علماء النفس الرياضى أن وصول اللاعب إلى المستويات الرياضية العالية يتأسس على دافعية الانجاز الرياضى، والتي يقصد بها إستعداد اللاعب لمواجهة مواقف المنافسة الرياضية ومحاولة التفوق، والامتياز عن طريق إظهار أكبر قدر ممكن من النشاط والفاعلية، والمثابرة كتعبير عن الرغبة فى الكفاح، والنضال من أجل التفوق فى مواقف المنافسة الرياضية. (١٧: ١٤٢)

ويشير كل من "علاوى (٢٠٠٢م)، أسامة راتب" (٢٠٠٤م) أن هدف الانجاز يتحدد على أنه إما التنافس مع معيار، أو مستوى معين للامتياز، أو التنافس مع آخرين، أو تنافس الفرد مع أدائه السابق، ومحاولة السعى والكفاح نحو انجاز متفرد، والمثابرة على ذلك الجهد طويل المدى نحو التمكن، والسيطرة، والقدرة على أداء ما يتميز بالصعوبة. (١٦: ٢٥١)، (٢: ١٩٣)

ويضيف "مصطفى باهى، أمينة شلبى" (١٩٩٩م) أن دافعية الانجاز هى المحصلة النهائية للعلاقة بين دافع النجاح، ودافع تجنب الفشل، والتفاعل بينهما حيث أن دوافع النجاح هى تلك الدوافع التى توجه سلوك الفرد لتوظيف إمكانياته فى التعامل بكفاءة، وإيجابية لتحقيق النجاح وتبدو فى المغامرة، ومواجهة الصعاب، تنوع الاهتمامات، الثقة بالنفس، الإحساس بالمقدرة، والمنافسة، والاستقلال، حيث تمثل هذه الدوافع دوافع إقدام لدى الرياضى. (٢٤: ٢٢)

ومن خلال التدريب على العمل الخطى الجماعى، يتوصل اللاعب إلى إنهاء الموقف الخطى بطريقة ناجحة مهما كانت المتغيرات المؤثرة التى يحويها الموقف، ويتم ذلك من خلال إدراك اللاعب للمثير سواء كان مادياً، أو اجتماعياً، ويقضى المدرب وقتاً طويلاً لتثبيت خطط اللعب إلا أن هناك أعمال تلقائية تظهر خلال اللعب، وتكون لها نتائج عالية جداً وتنفذ بدرجة عالية من الفعالية بالرغم من أنها لم يتم التدريب عليها أو الاهتمام بتدريبها، وتتوقف هذه الأعمال بدرجة كبيرة على خبرة اللاعب، وابتكاره وسواء كانت الخطة إلزامية أو تلقائية فهى عبارة عن منهج ينتهجه اللاعبون كل لاعب له دوراً، وواجب يتم من خلال مركز يمثله، ومن خلال تكامل هذه المراكز يظهر تشكيل اللعب بطريقة صحيحة بغرض بناء اللعب على أساس متطلباته المتعددة للوصول إلى أحسن النتائج التى لا تتحقق إلا من خلال مجموعة من

التفاعلات الجماعية المقننة زمنياً ومكانياً تظهر في تحركات اللاعبين، وتحريك الكرة أو كليهما معاً بهدف فتح ثغرة في دفاع الفريق المنافس لإحراز هدف في مرماه. (١٣: ١٩٢)

ويتفق كل من "فتحى صادق" (١٩٩٧م) (١١)، عبد الرحمن عندور (٢٠٠٨م) (٦)، محمود إبراهيم إبراهيم" (٢٠١٢م) (٢١) على أنه في حالة تساوى الفريقين في جميع الجوانب البدنية، والمهارية، وال نفسية فإن الذى يسهم في فوز فريق على الآخر هو التفوق في الجانب الخطى، من حيث التصرف فى المواقف التى يتعرض لها اللاعبون أثناء المباريات، وكرة اليد من الألعاب التى تتميز بالعديد من خطط اللعب، سواء كانت فردية، أو جماعية مما يتطلب دراسة مواقف اللعب المختلفة دراسة وافية لفهم خطط اللعب الهجومية، والدفاعية للتدريب على احتمالاتها المختلفة حتى يستطيع اللاعبون التصرف فى المواقف التى قد تواجههم أثناء المباريات.

ومن خلال خبرة الباحث كلاعب، ومدرّب لكرة اليد، ومن خلال متابعته لتدريبات بعض الفرق بقطاع الناشئين فى الأندية الرياضية بمنطقة المنوفية لاحظ إغفال مدربي القطاع بشكل عام التدريبات التنافسية المكثفة، والتركيز بشكل واضح على استخدام التدريب البدنى التقليدى، والفنى الهجومى دون استخدام التدريبات التنافسية المكثفة رغم أهميتها، وهو ما قد يكون له التأثير السلبى على دافعية الإنجاز، والسلوك الخطى الهجومى للاعبى كرة اليد تحت (١٨) سنة.

ونظراً لفاعلية استخدام أسلوب التدريبات التنافسية المكثفة فى الرياضات الفردية والجماعية فقد تناول بعض الباحثين هذا الأسلوب بالدراسة مثل كل من "كارلوس Carlos" (٢٠١٢م) (٣٠)، حكمت عادل عزيز (٢٠١٣م) (٥)، موريس Morrise (٢٠١٣م) (٣٢)، أحمد نصر الدين محمد (٢٠١٥م) (١)، هانى ممدوح عبد المنعم (٢٠١٥م) (٢٦)، ديفيد ميشيل David Michel (٢٠١٦م) (٣١)، عماد رفعت محمد (٢٠١٧م) (٨)، حسين عبد الكريم جعفر (٢٠١٨م) (٤)، فالح فيصل عبد الله" (٢٠٢٠م) (١٠) وقد أشارت نتائج الدراسات العلمية إلى أهمية استخدام التدريبات التنافسية المكثفة فى تطوير الجوانب البدنية، والمهارية فى الرياضات الفردية، والجماعية، كما لاحظ الباحث عدم وجود دراسة علمية واحدة- فى حدود علم الباحث - تناولت إعداد وحدات تدريبية مقترحة باستخدام التدريبات التنافسية المكثفة ومعرفة تأثيرها على دافعية الإنجاز، والسلوك الخطى الهجومى للاعبى كرة اليد تحت (١٨) سنة.

ومما سبق دفع الباحث إلى تناول المشكلة من خلال إعداد وحدات تدريبية مقترحة باستخدام التدريبات التنافسية المكثفة ومعرفة تأثيرها على دافعية الإنجاز والسلوك الخطى الهجومى للاعبى كرة اليد تحت (١٨) سنة.

أهداف البحث :

يهدف هذا البحث إلى إعداد وحدات تدريبية مقترحة باستخدام التدريبات التنافسية المكثفة ومعرفة تأثيرها على :

- ١- دافعية الإنجاز للاعبى كرة اليد تحت (١٨) سنة.
- ٢- السلوك الخططى الهجومى للاعبى كرة اليد تحت (١٨) سنة.

فروض البحث :

- ١- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى دافعية الإنجاز والسلوك الخططى الهجومى فى كرة اليد لصالح القياس البعدى.
- ٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى دافعية الإنجاز والسلوك الخططى الهجومى فى كرة اليد لصالح القياس البعدى.
- ٣- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة فى دافعية الإنجاز والسلوك الخططى الهجومى فى كرة اليد لصالح المجموعة التجريبية.

مصطلحات البحث:**- التدريبات التنافسية المكثفة Intense competitive practices:**

هو "تمرين ذو مجهود شديد أشبه بما يحدث بالمنافسة الرياضية من تحركات وواجبات كل لاعب فى مناطق لعب مختلفة لمجموعة من اللاعبين". (١٩:١١٥)

- دافعية الانجاز:

هى "استعداد اللاعب للتنافس فى موقف ما من مواقف الانجاز فى ضوء معيار أو مستوى معين من معايير، أو مستويات الامتياز وكذلك الرغبة فى الكفاح، والنضال للتفوق فى مواقف الانجاز، والتي ينتج عنها نوع معين من النشاط، والفاعلية، والمثابرة". (١٦: ٢٥١)

- السلوك الخططى :

هو "العملية التي تشمل كل من العمليات العقلية والتفكير، والسلوك المرتبط بالتصرف الخططى للاعب أثناء المنافسات الرياضية". (١١: ٩)

- السلوك الخططى الهجومى :

هو " قدرة اللاعب على استغلال مهاراته الهجومية بالكرة أو بدونها بغرض فتح ثغرة أو إتاحة فرصة له أو لزميل للتسجيل". (٢١: ٦)

الدراسات المرجعية :

- ١- دراسة "كارلوس Carlos" (٢٠١٢م) (٣٠) أستهذفت التعرف على تأثير التدريب المكثف (التدريبات التنافسية المكثفة) على بعض النواحي البدنية، والفنية لبراعم كرة القدم، وأستخدم الباحث المنهج التجريبي، وأشتملت العينة علي عدد (٢٨) برعم كرة القدم، ومن أهم النتائج : يؤثر التدريب المكثف (التدريبات التنافسية المكثفة) تأثيراً إيجابياً على بعض القدرات البدنية (سرعة الأداء- القدرة العضلية- السرعة الإنتقالية) والفنية (السيطرة على الكرة- سرعة ودقة التمير) لبراعم كرة القدم.
- ٢- دراسة "حكمت عادل عزيز" (٢٠١٣م) (٥) أستهذفت التعرف على تأثير التدريبات التنافسية المكثفة في تطوير تحمل الأداء لدى لاعبي نادى الشامية بكرة اليد، وأستخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وتكونت عينة البحث من عدد (١٢) لاعب كرة اليد، ومن أهم النتائج : يؤثر إستخدام التدريبات التنافسية المكثفة تأثيراً إيجابياً في تحسين تحمل الأداء ودقة التهذيف لدى لاعبي كرة اليد.
- ٣- دراسة "موريس Morris" (٢٠١٣م) (٣٢) أستهذفت التعرف على فاعلية التدريبات التنافسية على مستوى الأداء الخططى للاعبى كرة الطائرة، وأستخدم الباحث المنهج التجريبي، وأشتملت العينة علي عدد (٣٠) لاعب كرة طائرة، ومن أهم النتائج : فاعلية التدريبات التنافسية في تطوير مستوى الأداء الخططى للاعبى كرة الطائرة مقارنة بالبرنامج التدريبي المعتاد.
- ٤- دراسة "أحمد نصر الدين محمد" (٢٠١٥م) (١) أستهذفت التعرف على تأثير التدريبات التنافسية المكثفة على بعض جوانب الأداء الفني لناشئ كرة القدم، وأستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها (٣٠) ناشئ كرة قدم تحت (١٦) سنة، ومن أهم النتائج : يؤثر التدريبات التنافسية المكثفة تأثيراً إيجابياً دال إحصائياً في تطوير جوانب الأداء الفني لناشئ كرة القدم.
- ٥- دراسة "هانى ممدوح عبد المنعم" (٢٠١٥م) (٢٦) أستهذفت التعرف على تأثير تدريبات المواقف التنافسية على بعض الأداءات الخططية للاعبى الأسكواش، وأستخدم الباحث المنهج التجريبي، وأشتملت العينة علي عدد (٢٠) لاعب إسكواش تحت ١٩ سنة، ومن أهم النتائج : فاعلية تدريبات المواقف التنافسية في تحسين مستوى الأداءات الخططية للاعبى الأسكواش مقارنة بالتدريب المعتاد.

٦- دراسة "ديفيد ميشيل David Michel" (٢٠١٦م) (٣١) أستهذفت التعرف على فاعلية المواقف التنافسية على مستوى الأداء المهارى، والخططى للاعبى كرة السلة، وأستخدم الباحث المنهج التجريبي، وتكونت عينة البحث من عدد (٣٠) لاعب كرة السلة، ومن أهم النتائج : فاعلية المواقف التنافسية فى تحسين مستوى الأداء المهارى والخططى للاعبى كرة السلة مقارنة بالتدريب التقليدى.

٧- دراسة "عماد رفعت محمد" (٢٠١٧م) (٨) أستهذفت التعرف على تأثير التمرينات التنافسية على مستوى الأداء الفنى لناشئ المصارعة خلال الموسم التدريبي، وأستخدم الباحث المنهج التجريبي، وتكونت عينة البحث من عدد (٢٠) ناشئ مصارعة تحت (١٩) سنة، ومن أهم النتائج: توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة فى مستوى الأداء الفنى فى المصارعة لصالح المجموعة التجريبية.

٨- دراسة "حسين عبد الكريم جعفر" (٢٠١٨م) (٤) أستهذفت التعرف على تأثير التدريبات التنافسية على الإرتقاء بالأداء المهارى الهجومى لمراكز اللعب فى كرة اليد، وأستخدم الباحث المنهج التجريبي، وأشتملت العينة على عدد (١٥) ناشئ كرة يد تحت (١٦) سنة، ومن أهم النتائج : تؤثر التدريبات التنافسية تأثيراً إيجابياً على مستوى الأداء المهارى الهجومى لمراكز اللعب فى كرة اليد.

٩- دراسة "فالح فيصل عبد الله" (٢٠٢٠م) (١٠) أستهذفت التعرف على فاعلية استخدام التدريبات التنافسية على مستوى أداء بعض الأداءات المهارية لناشئ الكرة الطائرة بدولة الكويت، وأستخدم الباحث المنهج التجريبي، وأشتملت العينة على عدد (١٢) ناشئ كرة طائرة تحت (١٩) سنة، ومن أهم النتائج : توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلى والبعدى لأفراد عينة البحث الأساسية فى مستوى الأداءات المهارية لناشئ الكرة الطائرة لصالح القياس البعدى.

إجراءات البحث:

منهج البحث:

أستخدم الباحث المنهج التجريبي بإستخدام القياسين القبلى البعدى لمجموعتين إحداهما مجموعة تجريبية والأخرى مجموعة ضابطة أستخدمت المجموعة التجريبية (التدريبات التنافسية المكثفة)، بينما أستخدمت المجموعة الضابطة (التدريب المعتاد).

عينة البحث:

تم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي كرة اليد تحت (١٨) سنة من الأندية الرياضية التالية : نادى الجمهورية الرياضى، ومركز شباب زنارة- بمنطقة المنوفية،

والمسجلين بالإتحاد المصري لكرة اليد في الموسم التدريبي ٢٠٢٠/٢٠٢١، وبلغ حجم عينة البحث الكلي (٤٤) لاعباً، وتم إستبعاد (١٦) ناشئ كعينة للدراسة الإستطلاعية، وبذلك تصبح عينة البحث الأساسية (٢٨) ناشئاً لكرة اليد تحت (١٨) سنة، تم تقسيمهم إلى مجموعتين مجموعة تجريبية أستخدمت (التدريبات التنافسية المكثفة) ومجموعة ضابطة أستخدمت (التدريب المعتاد) قوام كل منهما (١٤) لاعباً لكرة اليد تحت (١٨) سنة.

وقام الباحث بحساب إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في معدلات النمو (السن-الطول-الوزن-العمر التدريبي) ودافعية الإنجاز، والسلوك الخططي الهجومي في كرة اليد، وبعض المتغيرات البدنية (القدرة العضلية للذراعين والرجلين - السرعة الإنتقالية- الرشاقة- التوافق) والمهارية (سرعة تنطيط الكرة - سرعة التمرير- قوة التصويب بالوثب عالياً- دقة التصويب بالوثب عالياً بعد الخداع) وقد تمت هذه القياسات بعد إجراء المعاملات العلمية للإختبارات البدنية والمهارية والنفسية، والجدولين (١)، (٢) يوضحان ذلك.

جدول (١)

إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في معدلات النمو ودافعية الإنجاز والسلوك الخططي الهجومي في كرة اليد ن = ٤٤

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
السن	سنة	١٦.٨٠	٠.٦٣	١٦.٦٠	٠.٩٥
الطول	سم	١٨٣.٥٠	٧.١٩	١٨٢.٠٠	٠.٦٣
الوزن	كجم	٧٩.٧٥	٥.٣١	٧٨.٥٠	٠.٧١
العمر التدريبي	سنة	٥.٣٢	٠.٧١	٥.٢٠	٠.٥١
دافعية الانجاز :					
دافع انجاز النجاح	درجة	٣٧.٥٠	٤.٩٣	٣٦.٠٠	٠.٩١
دافع تجنب الفشل	درجة	٣٤.٩١	٤.١٦	٣٤.٠٠	٠.٦٦
السلوك الخططي الهجومي في كرة اليد	درجة	٦٢.٤١	٥.٢٩	٦١.٠٠	٠.٨١

يتضح من الجدول (١) أن جميع قيم معاملات الالتواء لمعدلات النمو ودافعية الإنجاز والسلوك الخططي الهجومي في كرة اليد إنحصرت ما بين (٣ ±) مما يشير إلى إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في هذه المتغيرات.

جدول (٢)

إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث ن = ٤٤

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
القدرة العضلية للذراعين	متر	٥.١٥	٠.٧١	٤.٩٥	٠.٨٥
القدرة العضلية للرجلين	سم	٣٩.٢٧	٥.٠٤	٣٨.٠٠	٠.٧٦
العدو (٣٠م) من البدء المتحرك	ثانية	٤.٧٣	٠.٤٦	٤.٦٢	٠.٧٢

تابع جدول (٢)

إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث ن = ٤٤

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
الرشاقة	ثانية	٨.٤١	٠.٩١	٨.٣٣	٠.٢٦
التوافق	درجة	١٧.٥٠	٣.١٦	١٦.٥٠	٠.٩٥
سرعة تنطيط الكرة في خط المستقيم	ثانية	٥.٥٩	٠.٤٩	٥.٤٧	٠.٧٣
سرعة التميرير	عدد	٢٦.٤١	٣.٤٣	٢٥.٥٠	٠.٨٠
قوة التصويب بالوثب عاليا	متر	٣١.٢٥	٢.٥١	٣٠.٥٠	٠.٩١
دقة التصويب بالوثب عاليا بعد الخداع	درجة	٤.٠٠	١.٧٣	٣.٥٠	٠.٨٧

يتضح من الجدول (٢) أن جميع قيم معاملات الالتواء في المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث إنحصرت ما بين (٣±) مما يشير إلى إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في هذه المتغيرات.

تكافؤ مجموعتي البحث :

قام الباحث بتوزيع العينة عشوائياً إلى مجموعتين متساويتين ثم تم إيجاد التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات (النمو- دافعية الإنجاز- السلوك الخططي الهجومي- البدنية- المهارية)، والتي تم حساب إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث فيها، والجدولين (٣)، (٤) يوضحان ذلك.

جدول (٣)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في معدلات النمو ودافعية الإنجاز والسلوك الخططي الهجومي في كرة اليد

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية ن = ١٤		المجموعة الضابطة ن = ١٤		قيمة "ت"
		س١	ع١	س٢	ع٢	
السن	سنة	١٦.٧٠	٠.٤٨	١٦.٥٧	٠.٥١	٠.٦٧
الطول	سم	١٨٢.٢٩	٦.٠٣	١٨١.٥٠	٥.٩٦	٠.٣٤
الوزن	كجم	٧٩.٥٠	٤.٧١	٧٨.٥٠	٥.٠٣	٠.٥٢
العمر التدريبي	سنة	٥.٢١	٠.٥٥	٥.٠٧	٠.٤٩	٠.٦٩
دافعية الانجاز :						
دافع انجاز النجاح	درجة	٣٦.٩٣	٤.١٦	٣٦.٠٠	٤.٢٥	٠.٥٦
دافع تجنب الفشل	درجة	٣٤.٧١	٣.٥٢	٣٣.٥٠	٣.٧١	٠.٨٥
السلوك الخططي الهجومي في كرة اليد	درجة	٦٢.٠٠	٤.٨١	٦١.٢١	٥.٠٤	٠.٤١

قيمة "ت" الجدولية عند مستوي ٠.٠٥ = ٢.٠٥٦

يتضح من الجدول (٣) وجود فروق غير دالة إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في معدلات النمو ودافعية الإنجاز والسلوك الخططي الهجومي في كرة اليد قيد البحث مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث في هذه المتغيرات.

جدول (٤)
دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية ن=١٤		المجموعة الضابطة ن=١٤		قيمة "ت"
		س١	ع١	س٢	ع٢	
القدرة العضلية للذراعين	متر	٥.١٠	٠.٦٣	٤.٩٥	٠.٥٩	٠.٦٣
القدرة العضلية للرجلين	سم	٣٩.٠٠	٤.٨١	٣٨.٤٣	٤.٦٦	٠.٣١
العدو (٣٠م) من البدء المتحرك	ثانية	٤.٧٢	٠.٣٩	٤.٧٩	٠.٤٢	٠.٤٤
الرشاقة	ثانية	٨.٤٩	٠.٧٧	٨.٥٧	٠.٦٩	٠.٢٨
التوافق	درجة	١٧.٢٩	٢.٥٤	١٧.٠٠	٣.٠٣	٠.٢٦
سرعة تنطيط الكرة في خط المستقيم	ثانية	٥.٦١	٠.٤٢	٥.٦٩	٠.٣٨	٠.٥١
سرعة التمرير	عدد	٢٦.٠٠	٣.٦٩	٢٥.٢١	٣.٥١	٠.٥٦
قوة التصويب بالوثب عالياً	متر	٣١.٠٠	٢.٢٧	٣٠.٢٩	٢.١٩	٠.٨١
دقة التصويب بالوثب عالياً بعد الخداع	درجة	٣.٩٣	١.٥٩	٣.٧٩	١.٤٢	٠.٢٤

قيمة "ت" الجدولية عند مستوي ٠.٠٥ = ٢.٠٥٦

يتضح من الجدول (٤) وجود فروق غير دالة إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث في هذه المتغيرات.

أدوات جمع البيانات :

أولاً : الإختبارات البدنية والمهارية قيد البحث:

يشير الباحث إلى أنه تم تحديد الإختبارات البدنية والمهارية قيد البحث من خلال الإطلاع على المراجع العلمية المتخصصة في الإختبارات والقياس في كرة اليد (١٢)، (١٣)، (١٤)، (١٨)، (٢٠)، (٢٥)، (٢٧) وأسفر ذلك عن ما يلي:

أ- الإختبارات البدنية قيد البحث : ملحق (١)

- ١- إختبار دفع كرة طبية زنة (٣) كجم.
- ٢- إختبار الوثب العمودي.
- ٣- إختبار العدو (٣٠م) من البدء المتحرك.
- ٤- إختبار الجرى الزجراجي.
- ٥- إختبار رمي وإستقبال الكرات.

ب- الإختبارات المهارية قيد البحث: ملحق (٢)

- ١- إختبار سرعة تنطيط الكرة في خط مستقيم.
- ٢- إختبار سرعة التمرير.

٣- إختبار قوة التصويب بالوثب عالياً.

٤- إختبار دقة التصويب بالوثب عالياً بعد الخداع.

ثانياً: استمارة ملاحظة السلوك الخططى الهجومي فى كرة اليد :

قام الباحث بتصوير مباراة واحدة بين أفراد المجموعة التجريبية، وأفراد المجموعة الضابطة، وقد حرص الباحث على تهيئة كل الظروف وتحفيز اللاعبين لخروج المباراة بشكل تنافسى جيد، ثم قام الباحث بعرض المباراة التى تم تصويرها من خلال تشغيل الفيديو بأساليب العرض الثلاثة (العادى- البطىء- الثابت) ثم قام الباحث بتحليل السلوك الخططى الهجومي، وتسجيل نتائج الملاحظة العلمية فى الاستمارات المعدة لذلك ملحق (٣)، وأشتملت على بيانات خاصة بالتحركات الخططية الهجومية الفردية بالكرة وبدون كرة، وأشتملت أيضاً على بيانات خاصة باللاعب، ويتم قياس السلوك الخططى كالتالى :

عدد المحاولات الإيجابية

السلوك الخططى للاعب = $\frac{\text{عدد المحاولات الإيجابية}}{100} \times 100$

عدد المحاولات السلبية + الإيجابية

ثالثاً: مقياس دافعية الانجاز الرياضى : ملحق (٤)

تصميم جو ولس Go Willis تعريب وتعديل علاوى (١٩٩٩م) وذلك فى ضوء التطبيقات على البيئة المصرية على عينات من اللاعبين، وقد تم قصر محاور المقياس على بعدين رئيسيين هما بعد دافع انجاز النجاح، وبعد دافع تجنب الفشل، وعدد عبارات المقياس (٢٠) عبارة (١٥: ١٨١-١٨٣)

رابعاً: الأجهزة والأدوات المستخدمة فى البحث:

- جهاز الرستامير لقياس الطول الكلى للجسم.
- شريط لاصق.
- ميزان طبي معايير لقياس الوزن.
- ساعة إيقاف.
- شريط قياس.
- كرات طبية زنة (٣) كجم.
- كرات يد قانونية.
- أقماع تدريب.

المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للإختبارات البدنية والمهارية قيد البحث:

معامل الصدق:

أستخدم الباحث صدق التمايز بين مجموعتين إحداهما مجموعة مميزة مهارياً قوامها (١٦) ناشئ تحت (١٨) سنة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية، والأخرى مجموعة غير مميزة مهارياً قوامها (١٦) ناشئ تحت (١٨) سنة من مركز شباب زيارة

بمنطقة المنوفية لكرة اليد (العينة الإستطلاعية)، وتم حساب دلالة الفروق بين نتائج المجموعتين في الاختبارات البدنية، والمهارية قيد البحث، والجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في الإختبارات البدنية والمهارية قيد البحث

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة المميزة ن=١٦		المجموعة غير المميزة ن=١٦		قيمة "ت"
		س١	س٢	س٣	س٤	
القدرة العضلية للذراعين	متر	٥.٦٥	٠.٤١	٤.٩٠	٠.٥٣	*٤.٣٤
القدرة العضلية للرجلين	سم	٤٢.٥٠	٣.١٩	٣٨.٢٥	٣.٢٧	*٣.٦٠
العدو (٣٠) من البدء المتحرك	ثانية	٤.٤٩	٠.٢٦	٤.٧٨	٠.٣١	*٢.٧٦
الرشاقة	ثانية	٨.٢١	٠.٢٩	٨.٥٩	٠.٣٣	*٣.٣٦
التوافق	درجة	١٨.٥٠	١.٣٧	١٦.٠٠	٢.١٢	*٣.٨٣
سرعة تنطيط الكرة في خط المستقيم	ثانية	٥.٢٦	٠.٣١	٥.٧٣	٠.٢٨	*٤.٣٥
سرعة التميرير	عدد	٢٧.٢٥	٢.٥٤	٢٤.٥٠	٢.٧٩	*٢.٨٢
قوة التصويب بالوثب عالياً	متر	٣٢.٥٠	١.٣٣	٣٠.٠٠	١.٥٨	*٤.٦٩
دقة التصويب بالوثب عالياً بعد الخداع	درجة	٤.٧٥	١.١٧	٣.٥٠	١.٢٦	*٢.٨٤
السلوك الخطي الهجومي في كرة اليد	درجة	٦٥.٨١	٤.٠٣	٦١.٣١	٣.٩٢	*٣.١١

قيمة "ت" الجدولية عند مستوي ٠.٠٥ = ٢.٠٤٢ * دال عند مستوي ٠.٠٥

يتضح من الجدول (٥) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥ بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث ولصالح المجموعة المميزة مما يشير إلي صدق الاختبارات البدنية والمهارية لما وضعت من أجله.
معامل الثبات:

تم استخدام طريقة تطبيق الإختبار وإعادةه لحساب معامل الثبات، وذلك عن طريق تطبيق الاختبارات البدنية، والمهارية على أفراد العينة الاستطلاعية، ثم إعادة التطبيق مرة أخرى على نفس العينة بفاصل زمني قدره (٥) أيام من التطبيق الأول، وتم حساب معامل الارتباط البسيط بين نتائج التطبيقين الأول، والثاني، والجدول (٦) يوضح ذلك.

جدول (٦)
معامل الثبات للاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث ن = ١٦

المتغيرات	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة "ر"
		س١	س٢	س٢	س٢	
القدرة العضلية للذراعين	متر	٤.٩٠	٠.٥٣	٥.٠٠	٠.٤١	*.٠.٨٩٣
القدرة العضلية للرجلين	سم	٣٨.٢٥	٣.٢٧	٣٩.٥٠	٣.١٩	*.٠.٧٧١
العدو (٣٠م) من البدء المتحرك	ثانية	٤.٧٨	٠.٣١	٤.٧١	٠.٢٧	*.٠.٨٩٥
الرشاقة	ثانية	٨.٥٩	٠.٣٣	٨.٤٨	٠.٢٩	*.٠.٨٣٦
التوافق	درجة	١٦.٠٠	٢.١٢	١٦.٥٠	٢.٣٦	*.٠.٧٦١
سرعة تنطيط الكرة في خط المستقيم	ثانية	٥.٧٣	٠.٢٨	٥.٦٤	٠.٣١	*.٠.٨٨٠
سرعة التميرير	عدد	٢٤.٥٠	٢.٧٩	٢٥.٠٠	٢.٥٨	*.٠.٧٩٤
قوة التصويب بالوثب عالياً	متر	٣٠.٠٠	١.٥٨	٣٠.٧٥	١.٤٤	*.٠.٧٥١
دقة التصويب بالوثب عالياً بعد الخداع	درجة	٣.٥٠	١.٢٦	٣.٧٥	١.٢١	*.٠.٨٠٦
السلوك الخطي الهجومي في كرة اليد	درجة	٦١.٣١	٣.٩٢	٦٢.٠٠	٣.٧٢	*.٠.٧٧٣

قيمة "ر" الجدولية عند مستوي ٠.٠٥ = ٠.٤٩٧ * دال عند مستوي ٠.٠٥

يتضح من الجدول (٦) وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥ بين نتائج التطبيقين الأول والثاني للاختبارات البدنية، والمهارية قيد البحث مما يشير إلى ثبات هذه الاختبارات عند إجراء القياس.

المعاملات العلمية لمقياس دافعية الإنجاز:

أولاً : صدق الإتساق الداخلي:

تم حساب معامل الصدق لمقياس دافعية الإنجاز باستخدام طريقة الإتساق الداخلي، وذلك بتطبيق المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية والبالغ عددهم (١٦) لاعباً، ثم حساب معامل الارتباط البسيط بين درجة كل عبارة، وبين مجموع درجات البعد الذي تنتمي إليه، وأيضاً حساب معامل الارتباط البسيط بين مجموع درجات كل بعد، وبين الدرجة الكلية للمقياس، والجدولين (٧)، (٨) يوضحان ذلك.

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس دافعية الإنجاز الرياضي والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه ن = ١٦

العبارة	بعد دافع إنجاز النجام		بعد دافع تجنب الفشل	
	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة
١	*.٠.٦٩١	١	*.٠.٦١٨	١
٢	*.٠.٦٥٥	٢	*.٠.٦٢٤	٢
٣	*.٠.٦١٧	٣	*.٠.٦٥١	٣
٤	*.٠.٦٠٣	٤	*.٠.٦٢٧	٤

تابع جدول (٧)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس دافعية الانجاز الرياضى والدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى إليه ن = ١٦

العبارة	بعد دافع إنجاز النجام		بعد دافع تجنب الفشل	
	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة
٥	*.٠٦٢٥	٥	*.٠٦٠٥	
٦	*.٠٦٩٠	٦	*.٠٦٢٨	
٧	*.٠٦٦٢	٧	*.٠٦١٤	
٨	*.٠٦١٤	٨	*.٠٦٨١	
٩	*.٠٦٢٩	٩	*.٠٦٠٣	
١٠	*.٠٦٤٢	١٠	*.٠٦٣٩	

قيمة ر الجدولية عند $0.05 = 0.497$ * دال عند مستوى 0.05

ويتضح من جدول (٧) وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوى 0.05 بين درجة كل عبارة وبين مجموع الدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى إليه الأمر الذى يشير إلى صدق الإتساق الداخلى لمقياس دافعية الانجاز الرياضى.

جدول (٨)

معاملات الارتباط بين درجات كل بعد لمقياس دافعية الانجاز الرياضى والدرجة الكلية للمقياس ن = ١٦

م	البعد	عدد العبارات	معامل الارتباط
١	بعد دافع إنجاز النجام	١٠	*.٠٦٤١
٢	بعد دافع تجنب الفشل	١٠	*.٠٦١٧

قيمة ر الجدولية عند $0.05 = 0.497$ * دال عند مستوى 0.05

يتضح من جدول (٨) وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوى 0.05 بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس الأمر الذى يشير إلى صدق الإتساق الداخلى لمقياس دافعية الانجاز الرياضى.

ثانياً: معامل الثبات:

لإيجاد معامل الثبات لمقياس دافعية الانجاز الرياضى فقد تم استخدام طريقة التجزئة النصفية لإجابات عينة الدراسة الإستطلاعية بالنسبة لكل بعد باستخدام معادلة سبيرمان - براون Prawn-Spearman، وجتمان Guttman لإيجاد معامل الارتباط بين العبارات الزوجية، والعبارات الفردية للمقياس، والجدول (٩) يوضح ذلك.

جدول (٩)

معامل الثبات بالتجزئة النصفية لمقياس دافعية الانجاز الرياضى

م	البعد	عدد العبارات	التجزئة النصفية	
			سبيرمان - براون	جتمان
١	دافع إنجاز النجاح	١٠	٠.٦٣٨	٠.٧١٥
٢	دافع تجنب الفشل	١٠	٠.٦١١	٠.٦٩٢

يتضح من جدول (٩) وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين نصفي أبعاد المقياس الأمر الذى يشير إلى ثبات مقياس دافعية الانجاز الرياضى.

التدريبات التنافسية المكثفة المقترحة:

أولاً : الهدف من البرنامج التدريبي:

تحسين دافعية الإنجاز والسلوك الخطى الهجومي للاعبى كرة اليد تحت (١٨) سنة بإستخدام التدريبات التنافسية المكثفة.

ثانياً : أسس وضع البرنامج :

لقد راعى الباحث الأسس العلمية التى يجب مراعاتها عند وضع البرنامج التدريبي وذلك استناداً إلى ما ذكره كل من **إمفتى إبراهيم (٢٠٠٢م) (٢٣)**، **بسطويسى أحمد (٢٠٠٧م) (٣)**، **عماد عباس (٢٠٠٨م) (٧)**، **عويس على الجبالى (٢٠١٠م) (٩)** وهى كالاتى :

- ١- ملائمة البرنامج التدريبي ومحتوياته من التدريبات للمرحلة السنوية المختارة.
- ٢- التدرج فى زيادة الحمل والتقدم المناسب والشكل التموجى والتوجيه للأحمال التدريبيية المحددة.

٣- الاهتمام بقواعد الإحماء والتهيئة.

٤- أشتمل البرنامج علي مجموعه التدريبات التنافسية الزوجية والجماعية.

٥- تناسب درجة الحمل فى التدريب من حيث الشدة والحجم والكثافة.

٦- مناسبة دورة الحمل المستخدمة لقدرات اللاعبين وهى (دورة حمل ١ : ١).

٧- توافر عنصر التشويق للتمرينات المستخدمة من خلال تنويعها.

٨- مرونة البرنامج وقابليته للتعديل.

٩- تم تحديد الزمن الكلى للبرنامج التدريبي حسب درجات الحمل ودورات الحمل المستخدمة داخل البرنامج التدريبي وهى كما يلى :

أ- الحمل العالى : بلغ عدد أسابيع الحمل العالى (٤) أسابيع موزعه كما يلى : الأسبوع الأول والثالث والخامس، والسابع، وبذلك أصبح زمن الحمل العالى داخل البرنامج التدريبي $٣٠٠ + ٣٠٠ + ٣٣٠ + ٣٦٠ = ١٢٩٠$ دقيقة.

ب- الحمل الأقصى: بلغ عدد أسابيع الحمل الأقصى (٤) أسابيع موزعه كما يلي : الأسبوع الثانى، والرابع، والسادس، والثامن، وبذلك أصبح زمن الحمل الأقصى داخل البرنامج التدريبي ٣٠٠ ق + ٣٠٠ ق + ٣٣٠ ق + ٣٦٠ ق = ١٢٩٠ دقيقة.

١٠- زمن التدريبات التنافسية داخل الوحدة التدريبية يتراوح ما بين (٥٠ - ٧٠) دقيقة يومياً من الزمن الإجمالي للوحدة التدريبية اليومية.

ثالثاً: محتوى برنامج التدريبات التنافسية المكثفة:

قام الباحث بتحديد الجمل الهجومية الخاصة بلاعبى كرة اليد بإجراء مسح للمراجع العلمية فى كرة اليد مثل "محمد توفيق الوائلى (١٩٩٥م) (١٤)، ياسر دبور (١٩٩٧م) (٢٧)، كمال درويش وآخرون (٢٠٠٢م) (١٢)، منير جرجس (٢٠٠٤م) (٢٥)، كما أجرى مسح مرجعى للدراسات العلمية التى تناولت السلوك الخططى الهجومى مثل دراسة فتحي صادق (١٩٩٧م) (١١)، عبد الرحمن غندور (٢٠٠٨م) (٦)، محمود إبراهيم (٢٠١٢م) (٢١)، وتوصل الباحث إلى مجموعة من الجمل الهجومية تم توزيعها على المحاور التالية :

- ١- المحور الأول: الجمل الحركية الخاصة بالاختراق المواجه.
- ٢- المحور الثانى: الجمل الحركية الخاصة باستخدام القطع (خارجى - داخلى).
- ٣- المحور الثالث: الجمل الحركية الخاصة باستخدام تغيير المراكز.
- ٤- المحور الرابع: الجمل الحركية الخاصة باستخدام الحجز.
- ٥- المحور الخامس: الجمل الحركية الخاصة باستخدام الرميات الحرة.
- ٦- المحور السادس: الجمل الحركية ضد بعض الطرق الدفاعية.
- ٧- المحور السابع: الجمل الحركية مع اشتراك حارس المرمى فى عملية الهجوم.
- ٨- المحور الثامن: جمل حركية خاصة أثناء النقص العددي.

رابعاً : التوزيع الزمنى للبرنامج التدريبي :

- المدة الزمنية للبرنامج التدريبي (٨) أسابيع.
 - عدد الوحدات التدريبية فى الأسبوع (٣) وحدات.
 - زمن الوحدة التدريبية اليومية (١٠٠-١٢٠) دقيقة.
 - إجمالى وحدات التدريب فى البرنامج (٢٤) وحدة.
- وقد تم عرض محتوى برنامج التدريبات التنافسية المكثفة على مجموعة من أساتذة تدريب كرة اليد بكليات التربية الرياضية ملحق (٥)، وبعد العرض على الخبراء تم إجراء التعديلات فى البرنامج بما يتفق مع آراء الخبراء.

القياسات القبلية :

قام الباحث بإجراء القياسات القبلية للمجموعتين التجريبية والضابطة في دافعية الإنجاز والسلوك الخططي الهجومي في كرة اليد خلال الفترة من ٢٠٢٠/١٢/١٠ وحتى ٢٠٢٠/١٢/٢٠.

تطبيق برنامج التدريبات التنافسية المكثفة:

تم تطبيق برنامج التدريبات التنافسية المكثفة (ملحق ٦) على أفراد المجموعة التجريبية في الفترة من ٢٠٢٠/١٢/١٥ إلى ٢٠٢١/٢/٨، وقد أستغرق تطبيق البرنامج (٨) أسابيع بواقع (٣) وحدات تدريبية في الأسبوع الواحد بينما أكتفت المجموعة الضابطة بالتدريب المعتاد.

القياسات البعدية :

تم إجراء القياسات البعدية في الفترة من ٢٠٢١/٢/١٠ إلى ٢٠٢١/٢/١٢ لمجموعتي البحث في دافعية الإنجاز والسلوك الخططي الهجومي في كرة اليد، وذلك بنفس ترتيب وشروط القياسات القبلية.

الأساليب الإحصائية قيد البحث:

أستخدم الباحث الأساليب الإحصائية التالية :

- المتوسط الحسابي.
- الوسيط.
- معامل الارتباط.
- نسب التحسن %.
- الإنحراف المعياري.
- معامل الالتواء.
- إختبار "ت" T.Test

عرض ومناقشة النتائج:

أولاً: عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول:

جدول (١٠)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في دافعية الإنجاز والسلوك الخططي الهجومي في كرة اليد ن=١٤

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدى		قيمة "ت"
		س١	س٢	س٢	س٤	
دافعية الانجاز :						
دافع انجاز النجاح	درجة	٣٦.٩٣	٤.١٦	٤٣.٥٠	٣.٧٩	*٤.١٦
دافع تجنب الفشل	درجة	٣٤.٧١	٣.٥٢	٣٩.٠٠	٣.١٣	*٣.١٩
السلوك الخططي الهجومي في كرة اليد	درجة	٦٢.٠٠	٤.٨١	٧١.٧٩	٤.٠١	*٥.٤٧

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.١٦٠ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في دافعية الإنجاز والسلوك الخططي الهجومي في كرة اليد لصالح القياس البعدي.

ويرجع الباحث التحسن في دافعية الإنجاز والسلوك الخططي الهجومي في كرة اليد لدى أفراد المجموعة التجريبية إلى فاعلية البرنامج التدريبي المقترح بإستخدام التدريبات التنافسية المكثفة، والذي تضمن مجموعة من الجمل الخططية الهجومية المتنوعة، والتي تشابه المواقف المختلفة التي تحدث خلال المباراة كما راعى الباحث خلال التدريبات الخططية الهجومية أن تأخذ الطابع التنافسي بحيث يستطيع اللاعب استغلال قدراته البدنية، والمهارية مع الزميل والمنافسين، ومن خلال مواقف تشابه ما يحدث في المباراة، الأمر الذي ساهم في تحسين دافعية الإنجاز، والسلوك الخططي الهجومي في كرة اليد تحت (١٨) سنة كما ساعدت التدريبات التنافسية المكثفة على زيادة نشر روح المرح، والتنافس بين أفراد المجموعة التجريبية الأمر الذي أدى إلى تحسين دافعية الإنجاز.

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه كل من : **بسطويسي أحمد بسطويسي (٢٠٠٧م)**، **مفتي إبراهيم حماد (٢٠٠٩م)** أن التدريبات التنافسية تتميز بأنها تثير في النفس الدافعية نحو المثابرة، وبذل الجهد وعامل التشويق، وتعمل على تقوية العضلات العاملة في نوع النشاط التخصصي، وتسهم في تنمية مختلف السمات الإرادية الخاصة اللازمة للاعب، وأيضاً لها دوراً هاماً في كل مراحل الموسم التدريبي لمختلف الأنشطة الرياضية، وأن تأثيرها يكون فعالاً عندما ترتبط مع متطلبات المنافسة لأنها وسيلة هامة ذات متطلبات متعددة لمكونات الحالة التدريبية، كما تعمل على تطوير مستوى كفاءة الأداء المتكامل للاعب، وتصل به إلى الفورمة الرياضية بحيث تؤدي تحت مختلف الظروف. (١٠٥:٣)، (١٥٩:٢٤)

كما تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من **"كارلوس Carlos (٢٠١٢م) (٣٠)**، **حكمت عادل عزيز (٢٠١٣م) (٥)**، **أحمد نصر الدين محمد (٢٠١٥م) (١)**، **حسين عبد الكريم جعفر (٢٠١٨م) (٤)**، **فالح فيصل عبد الله (٢٠٢٠م) (١٠)** على أهمية استخدام التدريبات التنافسية في تطوير مستوى الأداء المهاري والخططي للاعبين الرياضات الفردية والجماعية.

ويضيف **فيت ميل وهيلاند Vet Meil & Heland (٢٠٠٧م) (٣٤)** أن طريقة التدريب لتحسين الأداء يجب أن تكون مشابهة ميكانيكياً لطريقتها في المنافسة مع الوضع في الإعتبار أن جزء من التدريب يجب أن يتم في سرعة مماثلة لما يحدث في المنافسة، حتى يؤدي التدريب إلى تطوير الأداء الذي يجمع بين فنية الأداء وسرعته، وذلك بإستخدام تدريبات المنافسة.

وبذلك يتحقق صحة فرض البحث الأول والذي ينص على: "توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في دافعية الإنجاز والسلوك الخططي الهجومي في كرة اليد لصالح القياس البعدي".

ثانياً: عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني:

جدول (١١)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في دافعية الإنجاز والسلوك الخططي الهجومي في كرة اليد ن=١٤

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة "ت"
		س١	س٢	س٢	س٢٤	
دافعية الانجاز :						
دافع انجاز النجاح	درجة	٣٦.٠٠	٤.٢٥	٣٧.٢٩	٣.٩٣	٠.٨١
دافع تجنب الفشل	درجة	٣٣.٥٠	٣.٧١	٣٤.٧١	٣.٤٨	٠.٩٥
السلوك الخططي الهجومي في كرة اليد	درجة	٦١.٢١	٥.٠٤	٦٥.٩٣	٤.٢١	*٢.٦٦

قيمة "ت" الجدولية عند مستوي ٠.٠٥ = ٢.١٦٠ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (١١) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في السلوك الخططي الهجومي في كرة اليد لصالح القياس البعدي في حين توجد فروق غير دالة إحصائياً في دافعية الإنجاز. ويرجع الباحث هذا التحسن الملحوظ في السلوك الخططي الهجومي في كرة اليد لدى أفراد المجموعة الضابطة إلي وجود المدرب المؤهل علمياً وعملياً أثناء تنفيذ الوحدة التدريبية، وقدرته على تطوير القدرات البدنية والمهارية والخططية الهجومية للاعبين كرة اليد معرفته بأهميتها في تطوير النواحي الفنية المختلفة.

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه بروكي وكوكس وتوملتي Bruke , Cox & Tumilty (٢٠١١م) (٢٨) أن أي برنامج تدريبي مبني على أسس علمية يؤدي إلى تطوير حالة اللاعب التدريبية وارتفاع مستوى الأداء للاعبين، إلا أن مقدار التحسن هو الفاصل بين برنامج وآخر، كما أن التدريب المقنن من حيث المنهجية، والإمكانات، وقدرات اللاعبين، ومستوي المدرب الذي يقوم بالتنفيذ يؤدي إلى نتائج إيجابية في تطوير القدرات البدنية، والمهارية والخططية للاعبين.

كما يرجع الباحث وجود فروق غير دالة إحصائياً في دافعية الإنجاز لدى أفراد المجموعة الضابطة إلى خلو البرنامج التدريبي المعتاد من التدريبات التنافسية المكثفة مما أضفى على الوحدة التدريبية الملل، والفتور مما أثر سلباً على دافعية الإنجاز.

وبذلك يتحقق صحة فرض البحث الثانى جزئياً والذي ينص على: "توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى دافعية الإنجاز والسلوك الخطى الهجومى فى كرة اليد لصالح القياس البعدى.
ثالثاً: عرض ومناقشة نتائج الفرض الثالث:

جدول (١٢)

دلالة الفروق بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في دافعية الإنجاز والسلوك الخطى الهجومى فى كرة اليد

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية ن = ١٤		المجموعة الضابطة ن = ١٤		قيمة "ت"
		س ١	س ١٤	س ٢	س ٢٤	
دافعية الانجاز :						
دافع انجاز النجاح	درجة	٤٣.٥٠	٣.٧٩	٣٧.٢٩	٣.٩٣	*٤.١٠
دافع تجنب الفشل	درجة	٣٩.٠٠	٣.١٣	٣٤.٧١	٣.٤٨	*٣.٣١
السلوك الخطى الهجومى فى كرة اليد	درجة	٧١.٧٩	٤.٠١	٦٥.٩٣	٤.٢١	*٣.٦٣

قيمة "ت" الجدولية عند مستوي ٠.٠٥ = ٢.٠٥٦ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من الجدول (١٢) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥ بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في دافعية الإنجاز والسلوك الخطى الهجومى فى كرة اليد لصالح المجموعة التجريبية.

ويعزى الباحث هذا التحسن فى دافعية الإنجاز والسلوك الخطى الهجومى فى كرة اليد لصالح المجموعة التجريبية إلى استخدام التدريبات التنافسية المكثفة حيث ساهمت بشكل فعال فى تطوير مستوى اللاعبين من الناحية الخطية الهجومية من خلال المشاركة الفعالة للاعبين إذ يتجه التدريب نحو اللعب الواقعي من خلال كثرة اتخاذ القرارات فى المواقف التنافسية الأمر الذى يحفز اللاعبين على الأداء الخطى الهجومى من خلال التكرارات المستمرة لمواجهة مختلف المواقف الهجومية، كما أن التدريبات التنافسية تعطي صورة واقعية، ومشابهة لما يحدث فى المباراة، وخصوصاً فى كرة اليد الحديثة من خلال الانتقال السريع من الدفاع إلى الهجوم، والعكس من ذلك، ومشاركة جميع اللاعبين مع تنفيذ مختلف الواجبات، ومواجهة الكثير من المواقف التي تحدث فى التدريب، أو المباراة.

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه "بريان Bryan" (٢٠٠٣م) أن التدريبات التنافسية تمثل وسيلة أساسية لتطوير حالة اللاعبين فى مراحل الإعداد المختلفة كونها تخلق حالة ايجابية من التفاعل بين اللاعب، وظروف التدريب المتباينة تنعكس بشكل سلوك فعلي فى ميدان اللعب، وهذا يتيح للمدرب بشكل أساسي التعرف على مستوى الحالة البدنية، والمهارية،

والنفسية للاعبين بشكل واضح، وبما أن أسباب السلوك تكمن بوجود الدوافع، وخبرات التعلم، ومستوى النضج لذا فإن السلوك أصبح قصدياً " وليس عشوائياً"، وهنا يتضح دور المدرب في إختيار التدريبات التي تحمل الطابع التنافسي لتحقيق أهداف التدريب "فالمنافسة تمثل المرحلة العليا في تركيب النشاط الرياضي كونها تسمح للجميع بالتعرف على جوانب القوة، والضعف للرياضيين من الناحية البدنية والمهارية والخطئية والنفسية كما تنمي وتصلق السمات الإرادية للرياضي. (٢٧٣:٢٩)

كما تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من "موريس Morrisse (٢٠١٣م) (٣٢)، هانى ممدوح عبد المنعم (٢٠١٥م) (٢٦)، ديفيد ميشيل David Michel (٢٠١٦م) (٣١)، عماد رفعت محمد" (٢٠١٧م) (٨) على فاعلية التدريبات التنافسية في تطوير مستوى الأداء المهاري والخطئي للاعبى الرياضات الفردية والجماعية مقارنة بالتدريب المعتاد.

جدول (١٣)

نسب تحسن القياس البعدي عن القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة في دافعية الإنجاز والسلوك الخطئي الهجومي في كرة اليد

المتغيرات	المجموعة التجريبية ن=١٤		المجموعة الضابطة ن=١٤		نسب التحسن
	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	
دافعية الانجاز :					
دافع انجاز النجاح	٣٦.٩٣	٤٣.٥٠	٣٦.٠٠	٣٧.٢٩	%٣.٥٨
دافع تجنب الفشل	٣٤.٧١	٣٩.٠٠	٣٣.٥٠	٣٤.٧١	%٣.٦١
السلوك الخطئي الهجومي في كرة اليد	٦٢.٠٠	٧١.٧٩	٦١.٢١	٦٥.٩٣	%٧.٧١

يتضح من جدول (١٣) وجود نسب تحسن في القياس البعدي عن القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة في دافعية الإنجاز والسلوك الخطئي الهجومي في كرة اليد لصالح المجموعة التجريبية.

ويرى الباحث أن التدريبات التنافسية تسهم بشكل فاعل في الارتقاء بمستوى القدرات الذهنية لكثرة المواقف المختلفة التي يشترك بها اللاعب، واستخدامها في الوحدة التدريبية ضروري جداً كونها تدريبات تعمل على التنافس، والحركة فضلاً عن توفيرها لعامل الإثارة والتشويق مما يسهم في زيادة دافعية الإنجاز، وسرعة ارتفاع المستوى التكنيكي، والتكتيكي وتحقيق أهداف التدريب.

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه قصي حاتم Qusay Hatem (٢٠١٤م) (٣٣) أن التدريب بالأسلوب التنافسي هو إحدى أساليب التدريب التي تعتمد على صقل المهارات الأساسية، والخطط من خلال مواقف اللعب الحقيقية قد تكون في صورة مباريات في أغلب

الأحيان أو تدريبات جماعية في أحيان أخرى بهدف بذل أقصى جهد ممكن في التدريب على اللعبة، وتنمية الإعداد البدني، والمهاري، والخططي، وكذلك ربط المهارات بالخطط في ظروف مشابهة للمباراة.

وبذلك يتحقق صحة فرض البحث الثالث والذي ينص على: "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسين البعديين للمجموعتين التجريبيية والضابطة في دافعية الإنجاز والسلوك الخططي الهجومي في كرة اليد لصالح المجموعة التجريبيية.

الاستخلاصات:

- ١- يؤثر إستخدام التدريبات التنافسية المكثفة تأثيراً إيجابياً دال إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) على دافعية الإنجاز والسلوك الخططي الهجومي للاعبين كرة اليد تحت (١٨) سنة.
- ٢- البرنامج التدريبي المعتاد له تأثير إيجابي دال إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) على السلوك الخططي الهجومي للاعبين كرة اليد تحت (١٨) سنة، في حين لا توجد فروق دالة إحصائية في دافعية الإنجاز.
- ٣- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسات البعديية للمجموعتين التجريبيية والضابطة في دافعية الإنجاز والسلوك الخططي الهجومي في كرة اليد لصالح المجموعة التجريبيية.
- ٤- توجد تحسن في القياس البعدي عن القبلي للمجموعتين التجريبيية والضابطة في دافعية الإنجاز والسلوك الخططي الهجومي في كرة اليد لصالح المجموعة التجريبيية.

التوصيات:

- في ضوء ما أظهرته نتائج البحث وما تم استخلاصه من تلك النتائج يوصي الباحث بما يلي:
- ١- إستخدام التدريبات التنافسية المكثفة لتطوير دافعية الإنجاز والسلوك الخططي الهجومي للاعبين كرة اليد تحت (١٨) سنة.
 - ٢- الإهتمام بالتدريب الخططي بإستخدام التدريبات التنافسية المكثفة في مراحل سنية مبكرة قدر الإمكان حتي يزداد السلوك الخططي لدي للاعبين كرة اليد.
 - ٣- الاستفادة من التدريبات التنافسية المكثفة من خلال عرضها على لجنة المدربين بالإتحاد لتطوير الجانب الخططي للاعبين كرة اليد.
 - ٤- استخدام مدربي كرة اليد التدريبات التنافسية لما لها من تأثير فعال في تحسين الجوانب النفسية والفنية للاعبين كرة اليد.

- ١٠- **فالح فيصل عبد الله (٢٠٢٠م):** "فاعلية استخدام التدريبات التنافسية على مستوى أداء بعض الأداءات المهارية لناشئ الكرة الطائرة بدولة الكويت"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة بنها.
- ١١- **فتحي صادق منصور (١٩٩٧م):** "تأثير جمل حركية هجومية مقترحة علي السلوك الخططي لناشئ كرة اليد"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.
- ١٢- **كمال الدين درويش، قدرى مرسى، عماد الدين عباس (٢٠٠٢):** القياس والتقييم وتحليل المباراة في كرة اليد (نظريات- تطبيقات)، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ١٣- **كمال عبد الحميد إسماعيل، محمد صبحي حسانين (٢٠٠٥):** القياس في كرة اليد، ط٣، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ١٤- **محمد توفيق الويللي (١٩٩٥م):** كرة اليد (تعليم- تدريب- تكتيك)، مطابع السلام، الكويت.
- ١٥- **محمد حسن علاوى (١٩٩٨م):** موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ١٦- **محمد حسن علاوى (٢٠٠٢م):** مدخل في علم النفس الرياضى، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ١٧- **محمد حسن علاوى (٢٠٠٢م):** علم نفس التدريب والمنافسات الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ١٨- **محمد حسن علاوى، محمد نصر الدين رضوان (٢٠٠١م):** إختبارات الأداء الحركى، ط٣، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ١٩- **محمد رضا إبراهيم (٢٠١٦م):** التطبيق الميدانى لنظريات وطرائق التدريب الرياضى، ط٢، مكتبة الفضلى، بغداد، العراق.
- ٢٠- **محمد صبحي حسانين (٢٠٠٣م):** التقويم والقياس في التربية الرياضية، ج١، ط٤، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٢١- **محمود إبراهيم إبراهيم (٢٠١٢م):** "برنامج تدريبي لتنمية السلوك الخططي الهجومي لناشئ كرة اليد تحت ١٤ سنة"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة الإسكندرية.

- ٢٢- مصطفى حسين باهى، أمينة إبراهيم شلبي (١٩٩٩م): الدافعية نظريات وتطبيقات، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ٢٣- مفتي إبراهيم حماد (٢٠٠٢م) : التدريب الرياضي الحديث (تخطيط - تطبيق - قيادة)، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٢٤- مفتي إبراهيم حماد (٢٠٠٩م) : الاعداد المهاري والخططي للاعبين كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٢٥- منير جرجس إبراهيم (٢٠٠٤م): كرة اليد للجميع، ط٣، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٢٦- هانى ممدوح عبد المنعم (٢٠١٥م) : تأثير تدريبات المواقف التنافسية على بعض الأداءات الخططية للاعبين الأسكواش، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.
- ٢٧- ياسر محمد دبور (١٩٩٧م) : كرة اليد الحديثة، منشأة المعارف، الإسكندرية.

ثانياً: المراجع الأجنبية :

- 28-Bruke ,Cox & Tumilty (2011):**The effect of developing the special physical variables on the skillful performance of the soccer young players , International journal of Sport nutrition and exercise metabolism , Champaign, 12, (1)-Mar.,p., 33-46
- 29-Bryan Raspon's (2003) :**Soccer Skills, The Hamlyn Publishing Comp, Italy.
- 30-Carlos logo (2012):** The effect of intense (compressive) training on some physical and technical aspects of soccer sprouts, Journal of Human Kinetics, Vol., 30,P.,133- 157.
- 31-David Michel (2016):**The effectiveness of competitive situations at the level of the skill and planning performance of basketball players , Journal of sport and exercise psychology, 38,p., 105-110.
- 32-Morrise ,D.,(2013):**The effectiveness of competitive training on the level of the planned performance of volleyball players, Journal of Sports Sciences, 31:10, p., 1139-1145.

- 33-Qusay Hatem, k.,(2014):** " The effect of exercises of Tactical approaches in the development of the most important Harmonic Capabilities and its relationship with confidence for the youngsters between the age of 12-14 years", The Swedish Journal of Scientific Research (sjsr), Vol., 1. Issue 4., p., 29-38.
- 34 -Vet Meil & Heland (2007) :**The Right Stuff - Coaching and sport Science , Chicago,USA.