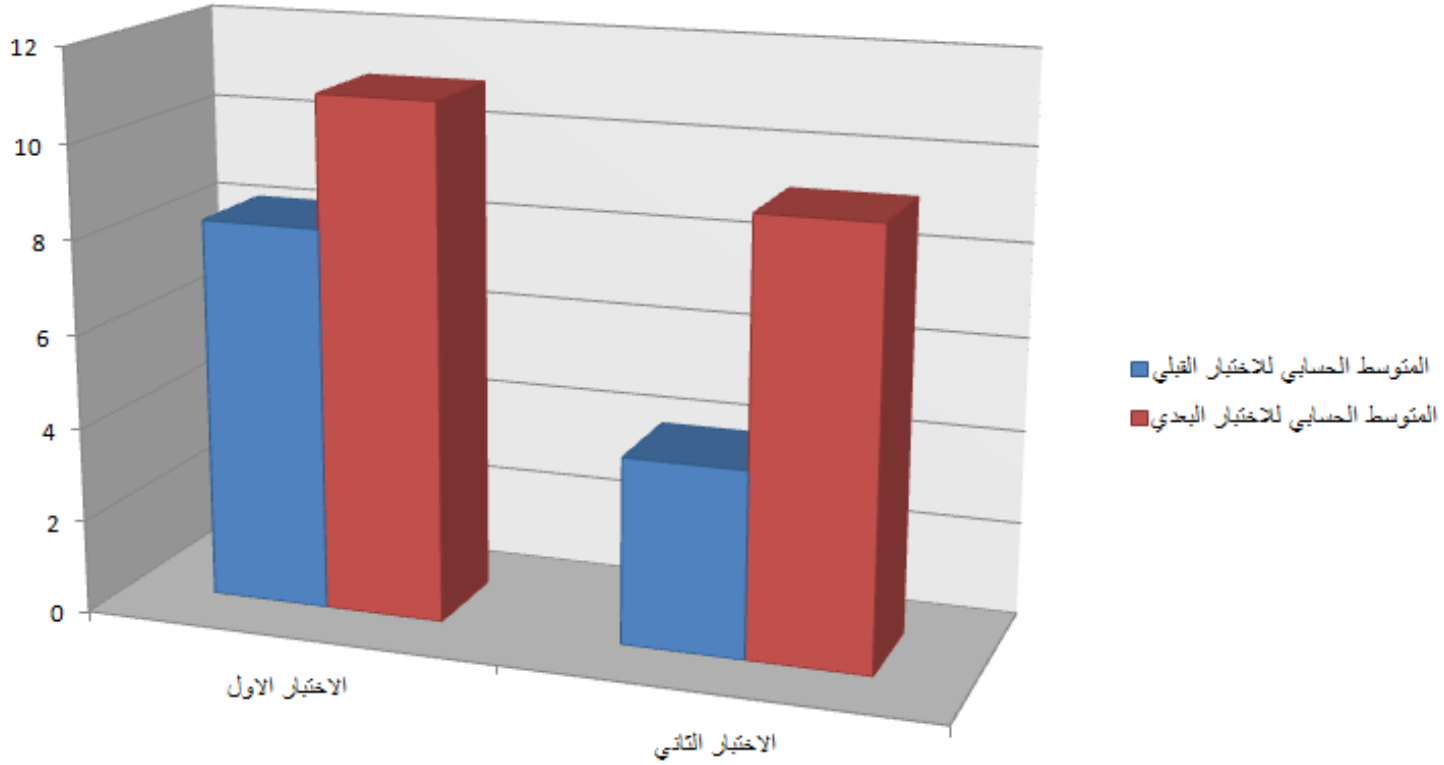
1- عرض وتحليل نتائج اختبارات التصويب بالإرتقاء من الثبات:

جدول رقم 01: يبين مستوى دلالة الفروق الإحصائية في مهارة دقة التصويب بالإرتقاء من الثبات :

	نتائج الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		T المحسوبة	T المجدولة	معامل بيرسون R	مستوى الدلالة عند 0.05
		متوسط حسابي	إنحراف معياري	متوسط حسابي	إنحراف معياري				
1	اختبار التصويب بالإرتقاء من الثبات في المرمى	8.7	2.17	12.3	2.45	6.99	1.729	0.51	دال
2	اختبار التصويب بالإرتقاء من الثبات في الحائط.	7.3	2.30	11	2.40	8.865	1.729	0.701	دال

تحليل النتائج:

تشير نتائج الجدول السابق الخاص بمستوى دلالة الفروق الإحصائية للعينة بين الاختبارين القبلي والبعدي في تحسين مهارة التصويب بالإرتقاء من الثبات إلى وجود تحسن ملحوظ من خلال المتوسطات الحسابية للاختبار القبلي والبعدي وذلك لصالح الاختبار ألبعدي كما ان هناك فروق دالة إحصائيا. حيث ان قيمة Tالمحسوبة في الاختبارين الأول والثاني كانت اكبر من Tالمجدوليه (1.729)كما ثبت من خلال الجدول وجود علاقة طرديه لكل من الاختبارين على المرمى وعلى الحائط. بحيث كانت قوة العلاقة بين القياس القبلي وألبعدي للاختبار الأول علاقه متوسطه(0.51)وكانت وجود علاقه طرديه ذات إشارة قويه بالنسبة للاختبار الثاني من خلالR (0.701)علما ان مقدا ر تشتت أفراد العينة عن المتوسط الحسابي كان صغيرا وهذا يظهر من خلال قيم الإنحراف المعياري في الاختبارين الأول والثاني على مستوى القياسين القبلي والبعدي ما يثبت تقارب المستوى عند لاعبي الفريق. والشكل البياني ا الآتي يوضح ذلك:



شكل رقم 03 :يبين مستوى دلالة الفروق الإحصائية في مهارة دقة التصويب بالارتقاء من الثبات للعينة في الاختبار القبلي والبعدي.

التعليق على التمثيل البياني:

يظهر لنا من خلال الشكل البياني ان هناك فروق جوهرية بين متوسطات الاختبارين القبلي والبعدي لمهارة دقة التصويب من الثبات, مما يعني حدوث تحسن كبير في أداء مهارة دقة التصويب من الثبات .
ومن هنا نلاحظ ان المتوسطات الحسابية للعينة في الاختبار ألبعدي أعلى من المتوسطات الحسابية في الاختبار القبلي. ومنه نستنتج ان البرنامج المقترح له تأثير ايجابي في تحسين مهارة دقة التصويب من الثبات في كرة اليد صنف الأصاغر.

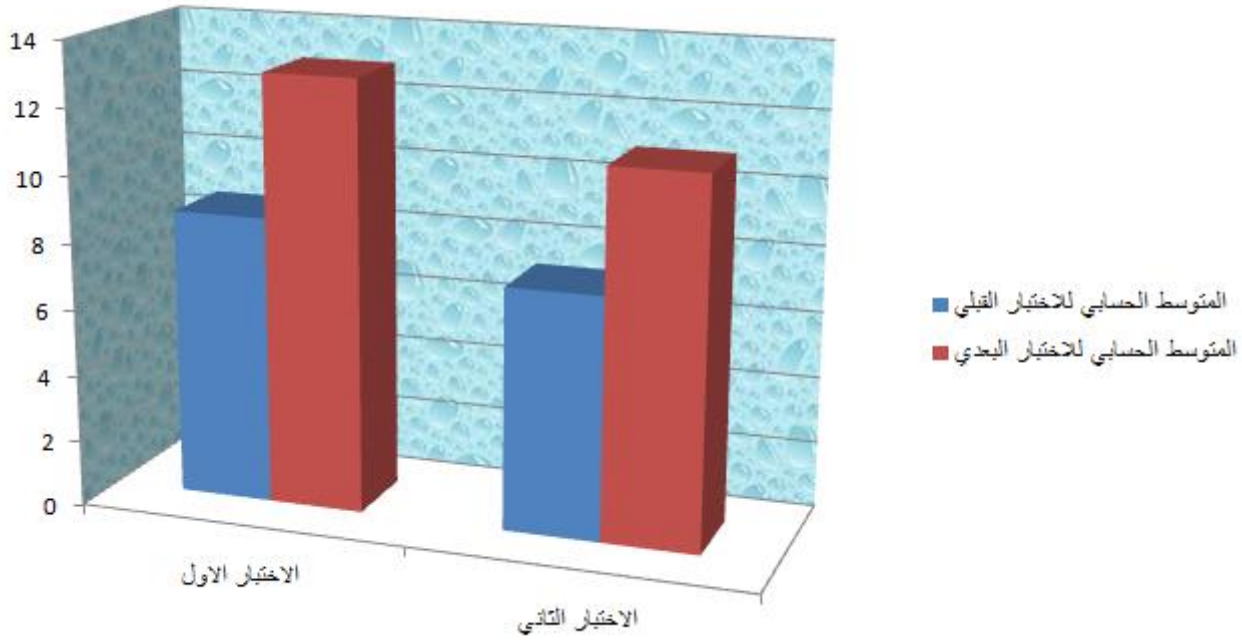
2- عرض وتحليل نتائج اختبارات التصويب من الارتقاء:

جدول رقم 02 :يبين مستوى دلالة الفروق الإحصائية في مهارة دقة التصويب من الارتقاء

	نتـــــــــائج الإختبارات	الإختبار القبلي		الإختبار البعدي		T المحسوبة	T المجدولة	معامـــل بيرسون R	مستوى الدلالـــة 0.05
		المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري				
3	اختبـــــار التصـــويب بالارتقـــاء مـن الجـري في المرمى	8.3	2.18	11	1.94	5.98	1.729	0.517	دال
4	اختبـــــار التصـــويب بالارتقـــاء مـن الجـري في الحائط	04	2.59	9.2	2.37	11.68	1.729	0.683	دال

تحليل النتائج:

تشير نتائج الجدول السابق الخاص بمستوى دلالة الفروق الإحصائية للعينة بين الاختبارين القبلي والبعدي في تحسين مهارة دقة التصويب من الثبات إلى وجود تحسن ملحوظ من خلال المتوسطات الحسابية للاختبار القبلي والبعدي وذلك لصالح الاختبار ألبعدي كما ان هناك فروق دالة إحصائيا. حيث ان قيمة Tالمحسوبة في الاختبارين الأول والثاني كانت اكبر من Tالمجدوله(1.729) كما ثبت من خلال الجدول وجود علاقة طردية لكل من الاختبارين على المرمى وعلى الحائط. بحيث كانت قوة العلاقة بين القياس القبلي وألبعدي للاختبار الأول علاقه متوسطه(0.517)وكانت وجود علاقه طرديه ذات إشارة قويه بالنسبة للاختبار الثاني من خلال . R (0.683) علما ان مقدار تشتت أفراد العينة عن المتوسط الحسابي كان صغيرا وهذا يظهر من خلال قيم الانحراف المعياري في الاختبارين الأول والثاني على مستوى القياسين القبلي والبعدي ما يثبت تقارب المستوى عند لاعبي الفريق. والشكل البياني الآ تي يوضح ذلك:



شكل رقم 04: يبين مستوى دلالة الفروق الاحصائية في مهارة دقة التصويب بالارتقاء من الجـــــــــــري للعينـــــــــــة فـــــــــــي الاختبـــــــــــار القبلي والبعدي.

التعليق على التمثيل البياني:

يظهر لنا من خلال الشكل البياني أن هناك فروق جوهرية بين متوسطات الاختبارين القبلي والبعدي لمهارة دقة التصويب من الارتقاء, مما يعني حدو تحسن كبير في أداء مهارة دقة التصويب من الارتقاء

ومن هنا نلاحظ أن المتوسطات الحسابية للعينة في الاختبار ألبعدي أعلى من المتوسطات الحسابية في الاختبار ألقبلي. ومنه نستنتج أن البرنامج المقترح له تأثير ايجابي في تحسين مهارة دقة التصويب من الثبات في كرة اليد صنف الأصاغر.

3- مناقشة الفرضيات:

1- مناقشة الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على أن: اقتراح برنامج تدريبي يطور من أداء مهارة دقة التصويب من الثبات في كرة اليد صنف أصاغر .ومن خلال تحليل النتائج التي تطرقنا اليها في السابق نستنتج :

ان للبر نامج التدريبي المقترح لتحسين مهارة دقة التصويب له تأثير ايجابي في تحسين دقة التصويب من الثبات وذلك من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول ويعزو هذا النجاح الى نوعية التمرينات المختارة في البر نامج التدريبي وذلك لشموليتها للعوامل المساعده على تطوير المهارة من خلال تحسين اللياقه خاصة الرشاقة والتوازن والمرونه ... وانتهاج المبادئ والأسس العلمية للتدريب الرياضي في تسطير ال نامج وكذا خلق الجو التنافسي بين افراد الفريق مما زاد هذا العامل الى دافعية الانجاز

من خلال ما سبق نقول أن الفرضية الأولى قد تحققت بمعنى يوجد تأثير للبر نامج التدريبي المقترح على تطوير الأداء في مهارة التصويب بالإرتقاء من الثبات في كرة اليد النادي الرياضي للهواة إتحاد بلدية بنهار صنف أصاغر.

2 - مناقشة الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية على أن: اقتراح برنامج تدريبي يطور من أداء مهارة دقة التصويب من الارتقاء في كرة اليد, صنف أصاغر .ومن خلال تحليل النتائج التي تطرقنا اليها في الفصل السابق نستنتج:

ان البر نامج التدريبي المقترح لتحسين مهارة دقة التصويب له تأثير ايجابي في تحسين دقة التصويب من الارتقاء وذلك من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول ويعزو هذا النجاح الى نوعية التمرينات المختارة في البر نامج التدريبي وذلك لشموليتها على العوامل المساعده في تطوير المهارة من خلال تحسين اللياقه خاصة الرشاقة والتوازن والمرونه ... وانتهاج المبادئ والأسس العلمية للتدريب الرياضي في تسطير البر نامج وكذا خلق الجو التنافسي بين أفراد الفريق مما زاد هذا العامل الى دافعية الانجاز .

من خلال ما سبق نقول أن الفرضية الثانية قد تحققت بمعنى يوجد تأثير للبر نامج التدريبي المقترح على تطوير الأداء في مهارة دقة التصويب من الارتقاء في كرة اليد نادي الرياضي للهواة إتحاد بلدية بنهار صنف أصاغر.

من خلال مناقشتنا للفرضيات الجزئية ومن النتائج المحصل عليها في هذه الدراسة التي تم التطرق إليها يمكن الإجابة عن مشكلة الدراسة وهو أن **هناك تأثير ايجابي للبرنامج التدريبي المقترح لتطوير مهارة التصويب بالإرتقاء في كرة اليد لدى أصاغر نادي الهواة إتحاد بلدية بنهار.**

4- الإستنتاج العام:

بعد التطرق إلى الجانب النظري والجانب التطبيقي أصبحنا نعرف من هم فئة أصاغر كرة اليد وخصائصهم البدنية وأهمية البر امج التدريبية في تحسين المهارات الرياضية وتطويرها وذلك من خلال الدراسات السابقة والمشابه وما أثبته البر نامج المقترح الذي يهدف إلى تطوير مهارة التصويب بالإرتقاء في كرة اليد وذلك للدور الفعال الذي تلعبه هذه المهارة في تسجيل الأهداف وحصد اكبر عدد من النقاط . ومنه يمكن أن نستنتج:

إستنتاجات الدراسة النظرية :

إن إشكالية الاحتياج إلى تحقيق النتائج والألقاب في الرياضات التنافسية أدى من الباحثين والمدربين والأخصائيين إلى ابتكار طرق للتدريب لتسهيل هذه العملية وذلك بوضع مبادئ لها وتقنينها, وكذا التعرف وبشكل دقيق على الخصائص السنية للاعبين ومتطلبا تهم التدريبية كل حسب الرياضة التي يمارسها وحسب الهدف المسطر الذي يسعى المدرب إلى تطويره وتحسينه ولعل من أهم الاستنتاجات النظرية التي التطرق إليها ما يلي :

* يعتبر التدريب الرياضي من أهم العوامل التي تؤدي إلى تطوير الصفات البدنية ل الرياضيين وكذا تحسين الأداء الفردي والجماعي للفريق .
* يعتبر التدريب الرياضي من أهم العوامل للحفا ظ على الفورمة الرياضية.
* التعرف على أهم الخصائص السنية والعمرية لفئة الاصاغر في كرة اليد.
* التعرف على أهم مميزات رياضة كرة اليد والتعرف على بعض المهارات الرياضية الخاصة باللعبة .
* التعرف على مبادئ وطرق التدريب وذلك بغية وضع برنامج مناسب وملائم للفئة المدروسة.

إستنتاجات الدراسة التجريبية:

إن النتائج المتحصل عليها من خلال تطبق البر نامج التدريبي المقترح لتطوير مهارة التصويب بالإرتقاء في كرة اليد التوصل إلى ما يلي :

*البر نامج التدريبي المقترح باستخدام التمرينات المتنوعة أدى إلى تحسين التصويب بالإرتقاء من الثبات لأصاغر كرة اليد, واتاح ذلك من خلال وجود فروق ذات دلاله إحصائية بين القياسين القبلي و ألبعدي وذلك لصالح القياس ألبعدي .

* البر نامج التدريبي المقترح باستخدام التمرينات المتنوعة أدى إلى تحسين التصويب بالإرتقاء من الجري لأصاغر كرة اليد, واتاح ذلك من خلال وجود فروق ذات دلاله إحصائية بين القياسين القبلي و ألبعدي وذلك لصالح القياس ألبعدي .

* وجود نسب تحسن للقياس ألبعدي للعينة في جميع الاختبارات ألمطبقه وذلك من خلال المتوسطات الحسابية وتوزيع ستودنت, مما يعكس نجاح البر نامج التدريبي.

* استخدام الكثير من التمرينات المتنوعة أثناء تنفيذ البر نامج التدريبي المقترح ساعد وبشكل كبير في تطوير المهارة المدروسة.

* قلة التشجيع الكافي والتدعيم المادي لهذه الفئة .

* وجود نقص في التجهيز الرياضي الخاص بكرة اليد مما يقلل من نوعية التمرينات المختارة .

* هذا البر نامج ساهم وبشكل كبير في تحسين المردود العام للفريق.

التوصيات والإقتراحات:

* استخدام محتوى البر نامج التدريبي المقترح ضمن برامج إعداد وتدريب اصاغر كرة اليد لما له فاعلية في تنمية وتطوير مهارة دقة التصويب في كرة اليد.

* ضرورة تطبيق هذا البر نامج التدريبي المقترح على فرق ناشئ كرة اليد لما أثبتته هذه الدراسة من تحسن في مستوى أداء المهارة المدروسة.

* يجب على المدربين الاهتمام بالفروق الفردية وتحديد الحجم والشدة لكل تمرين ولكل لاعب على حدى مع مراعاة الأسس والمبادئ العلمية في التدريب الرياضي.

* توفير الدعم المادي لفئة الأصاغر في كرة اليد لزيادة دافعية الانجاز لدى هذه الفئة.
* إجراء مثل هذه الدراسة على المتغيرات البدنية والمهارية الأخرى في رياضة كرة اليد.
* إجراء المزيد من الدراسات المماثلة في الأنشطة الرياضية الأخرى وعلى مراحل سنية مختلفة.
* إدراك أهمية الممارسة الرياضية والنشاطات البدنية في حياة المراهق ودورها في تطوير نمو شخصيته من كل الجوانب.
* تخصيص حصص نظرية لتدريس وتوضيح المراحل التي يتم فيها تدريب أو تحسين تقنية التصويب.
* إدخال المدربين في تربصات حتى يستفيدوا من طرق التدريب العصرية لمواكبة التطور الرياضي العلمي.
* الاعتماد على سياسة التكوين القاعدي والاستمرارية في تكوين جيل صاعد.
* توفير لهؤلاء اللاعبين مختلف العتاد ووسائل الممارسة ومستلزماتها التي تناسب سنهم والتي تعمل على تنمية وتطوير قدراتهم البدنية.

خلاصة عامة :

تعتبر تقنية التصويب نحو المرمى في كرة اليد إحدى أهم التقنيات الممارسة في هذه اللعبة والتي تميزها عن باقي الرياضات الأخرى ، إذ هي إحدى الوسائل الأساسية لإحراز الأهداف ، والتي تتطلب تجمع عدة عناصر من رشاقة أثناء الأداء وسرعة في التنفيذ وقوة أثناء التصويب والدقة العالية في الأداء .

وحتى تصير الحركة أكثر دقة فإن عامل الاتزان مهم جدا لتحقيق ذلك ، إذ أن اللاعب كلما حافظ على لياقته أثناء أداء الحركة كلما حققها بدقة متناهية من هذا المنطلق جاءت هذه الدراسة التي كانت تهدف إلى وضع وحدات تدريبية تهدف إلى تحسين التصويب بالإرتقاء ، وكذا في محاولة لفهم الإشكال الذي يدور حول فعالية التصويب الراجع أساسا إلى التدريب والتمرن.

فهذه الوحدات المقترحة ساهمت إلى حد ما في رفع قدرة اللاعب على الأداء المهاري والتي صاحبها تحسنا لا بأس به في التصويب نحو المرمى سواء من الثبات أو من الجري، والتي أسفرت عن نتائج الاختبارات المجرات محدثتا فروقا دالة إحصائيا لدى العينة التي استفادت من إدماج الوحدات التدريبية المقترحة

فأفرزت نتائج كانت فيها(ت)المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدي لدى هذه المجموعة أكبر من (ت)المجدولة في اختبارات التصويب بالإرتقاء من الثبات (على المرمى ، على الحائط) والتي كان غرضها قياس دقة التصويب من وضع الثبات .

وكـذلك أحـدثت هـذه المجموعـة فروقـا دالـة إحصـائيا فـي اختبـارات التصـويب مـن الارتقـاء فقـد حصـلت المجموعـة علـى قـيم لـ (ت)المحسـوبة فـي اختبـارات(ت) اسـتودنت لكـل مـن (التصـويب بالإرتقاء علـى المرمـى مـن الجري 'واختبار التصويب بالإرتقاء على الحائط من الجري) مما يدل على وجود فروق دالة وتحسن ملحوظ كما أن النتائج المحصل عليها تثبت ضـرورة تحسـين القـدرة علـى الدقـة أثنـاء التصـويب لـدى اللاعـب لضمان أكبر عدد من فرص التهديف. وبالرغم من ضرورة توفر عامل الدقة اثناء التصويب الا انه بحاجة في بعض الاحيان إلى القوة اللازمة، الشيء الذي يفتح المجال نحو دراسات مكملة والتي يمكن أن تأخذ من بحثنا هذا منطلقا لبحث أشمل وأوسع يؤخذ فيه بعين الاعتبار كل العوامل التي يمكن أن تدخل في تحسين التصويب لدى اللاعب الناشئ في كرة اليد .

وبالتالي محاولة تعميم النتائج على أكبر شريحة ممكنة لهذه الفئة العمرية ، التي أضحت تشكل العصر الذهبي لتعلم المهارات والقدرات الخاصة وبالتالي الرفع من المستوى المهاري والتقني للاعب الفتي الجزائري.