

سرعة الاستجابة الحركية وعلاقتها بالواجبات الدفاعية وفقاً لمراكز اللعب  
لمواجهة التحرك اللحظي المحتمل للاعبين الهجوم داخل التشكيلات  
الدفاعية بكرة اليد

أ. م. د. أياد حميد رشيد

1432 هـ

2011 م

ملخص البحث

تعد لعبة كرة اليد من الألعاب الرياضية التي شهدت تطوراً ملحوظاً في مستوى الأداء المهاري والخططي سواء خطط الهجوم أو الدفاع والذي زاد من شعبيتها في كثير من دول العالم إلى جانب الألعاب الرياضية الأخرى .

ويعتبر الدفاع في كرة اليد ليس مجرد محاولة لأعاقة الفريق المهاجم عن طريق فتح الثغرات وإصابة الهدف بل تعدى الدفاع الحديث إلى المحاولة المستمرة للإخلال بالخطط الهجومية للفريق المنافس والحصول على الكرة والتحول إلى فريق مهاجم .

وتكمن أهمية البحث في دراسة سرعة الاستجابة الحركية وعلاقتها بواجبات لاعبي المراكز الدفاعية لمواجهة التحرك اللحظي المحتمل للاعبين الهجوم داخل التشكيلات الدفاعية بكرة اليد قيد البحث .

أهداف البحث :-

1- التعرف على واجبات لاعبي المراكز الدفاعية داخل التشكيلات الدفاعية

لمواجهة التحرك اللحظي المحتمل للاعبين الهجوم .

2- التعرف على سرعة الاستجابة الحركية وعلاقتها بواجبات لاعبي المراكز

الدفاعية لمواجهة التحرك اللحظي للاعبين الهجوم داخل التشكيلات الدفاعية

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملاءمته أهداف

ومشكلة البحث.

من خلال نتائج البحث توصل الباحثان إلى الاستنتاجات التالية :-

- 1- لا توجد علاقة معنوية ذات دلالة إحصائية بين سرعة الاستجابة الحركية وواجبات لاعبي المراكز الدفاعية وخاصة لاعبي الساعد والوسط في مواجهة التحرك اللحظي للاعبين الهجوم داخل التشكيلات الدفاعية .
- 2- أتضح للباحث أهمية معرفة لاعبي الفريق كلا حسب مركزه الدفاعي داخل التشكيلات بواجباتهم الدفاعية لمواجهة التحرك اللحظي المحتمل للاعبين الهجوم للفريق المنافس .

الباب الأول / التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته :-

تعد لعبة كرة اليد من الألعاب الرياضية التي شهدت تطوراً ملحوظاً في مستوى الأداء المهاري والخطي سواء خطط الهجوم أو الدفاع والذي زاد من شعبيتها في كثير من دول العالم إلى جانب الألعاب الرياضية الأخرى . ويعتبر الدفاع في كرة اليد ليس مجرد محاولة لأعاقبة الفريق المهاجم عن طريق فتح الثغرات وإصابة الهدف بل تعدى الدفاع الحديث إلى المحاولة المستمرة للإخلال بالخطط الهجومية للفريق المنافس والحصول على الكرة والتحول إلى فريق مهاجم .

ويرتبط الدفاع بسرعة الاستجابة الحركية لدى لاعبي الفريق والتي تعد من العناصر المهمة والضرورية والتي تبرز أهميتها في الفعاليات الرياضية التي تتصف بالسرعة وتغيير المكان وكرة اليد من هذه الألعاب التي تمتاز بالسرعة والانتقال السريع ( تغيير المكان ) من الدفاع إلى الهجوم بعد الاستحواذ على الكرة ، أو بالعكس من الهجوم إلى الدفاع بعد فقدان الكرة وهذه تتطلب من لاعبي المراكز الدفاعية سرعة الاستجابة الحركية لمواجهة التحرك اللحظي المحتمل للاعبين الفريق المهاجم .

وتكمن أهمية البحث في دراسة سرعة الاستجابة الحركية وعلاقتها بواجبات لاعبي المراكز الدفاعية لمواجهة التحرك اللحظي المحتمل للاعبين الهجوم داخل التشكيلات الدفاعية بكرة اليد قيد البحث .

### 2-1 مشكلة البحث :-

أن كل عمل جماعي هو نتيجة مجهودات فردية يتوقف نجاحه على التعاون المستمر بين هذه المجهودات والتي يتوقف مدى فعاليتها على الإتقان الصحيح للمهارات الأساسية والواجبات المحددة للاعبين أثناء انتقالهم من الهجوم إلى الدفاع وبالعكس .

والدفاع في كرة اليد يساوي في أهميته الهجوم أن لم يكن يفوقه أهمية إذ إنه مهما يكن الفريق متمكناً من أساليب الهجوم فإنه سيكون عديم الفائدة إذا لم يستطيع صد محاولات الفريق المنافس للاقتراب من المرمى وتسجيل الأهداف التي قد تتساوى أو تزيد عن إصابة مرمى الفريق المهاجم .

ومن خلال خبرة الباحث باعتباره مدرب ولاعب المنتخب الوطني سابقاً واحداً من مدرسي اللعبة في محافظة ديالى وإطلاعه على واقع لعبة وجداً هناك ضعف في سرعة الاستجابة الحركية عند اللاعبين أثناء تنفيذ الواجبات الدفاعية ضد الهجوم اللحظي المحتمل للاعبين الفريق المنافس .

لذا ارتأى الباحث دراسة علاقة سرعة الاستجابة الحركية بواجبات لاعبي المراكز الدفاعية لمواجهة التحرك اللحظي للاعبين الهجوم داخل التشكيلات الدفاعية بكرة اليد.

### 3-1 أهداف البحث :-

3- التعرف على واجبات اللاعبين وفقاً لمراكز اللعب الدفاعية داخل التشكيلات

الدفاعية لمواجهة التحرك اللحظي المحتمل للاعبين الهجوم .

4- التعرف على سرعة الاستجابة الحركية وعلاقتها بواجبات اللاعبين وفقاً

لمراكز اللعب الدفاعية لمواجهة التحرك اللحظي للاعبين الهجوم داخل

التشكيلات الدفاعية .

#### 4-1 فرض البحث :-

لا توجد علاقة معنوية ذات دلالة إحصائية بين سرعة الاستجابة الحركية وواجبات اللاعبين وفقا لمراكز اللعب الدفاعية لمواجهة التحرك اللحظي المحتمل للاعبين الهجوم داخل التشكيلات الدفاعية .

#### 5-1 مجالات البحث :-

1-1-5 المجال البشري : لاعبي منتخب جامعة ديالى بكرة اليد للعام 2007-2008 والبالغ عددهم ( 12 ) لاعب .

2-1-5 المجال الزمني : للفترة من 3 / 11 / 2007 ولغاية 30 / 11 / 2007

3-1-5 المجال المكاني : ملاعب كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى ، وملعب نادي ديالى الرياضي / بعقوبة .

الباب الثاني/ الدراسات النظرية والدراسات المشابهة

#### 1-2 الدراسات النظرية :-

#### 1-2-1 مفهوم الاستجابة الحركية :-

تعد الاستجابة الحركية من العوامل المهمة للفرد بشكل عام والرياضي بشكل خاص لأنها من القدرات الحركية الضرورية التي تبرز أهميتها في الفعاليات والألعاب التي تتصف بالسرعة والتغير السريع بظروف المباراة ومواقف الهجوم والدفاع وعند كشف الثغرات أثناء الدفاع .

والاستجابة الحركية هي " الفعل المؤثر في الرياضي من دخول المثير إلى الدماغ حتى انتهاء الفعل الحركي " (1)

وهي أيضاً ناتج لمؤثر صوتي أو بصري ، أو رد فعل انعكاسي وهي تكون معروفة كسماع الصافرة . " وتعتبر الذاكرة الحركية هي المسؤولة عن برمجة السيطرة العصبية وتبدء من دخول الحافز إلى خروجه ، أي استقبال المعلومات ثم البرنامج الحركي من خلال صنع القرار " (2)

(1) وجيه محجوب ، وآخرون : نظريات التعلم والتطور الحركي ، بغداد مطبعة وزارة التربية ، 2000 ، ص 50 .  
(2) محمد حسن علاوي : علم التدريب الرياضي ، القاهرة ، دار المعارف ، 1977 ، ص 165 .

## 2-1-2 أقسام الاستجابة الحركية :-

تعتبر القدرة على الاستجابة الحركية لمثير معين في أقصر زمن ممكن من العوامل الهامة للارتقاء بمستوى الرياضي وتفوقه في أنشطة رياضية معينة " ويمكن للزمن أن يقيس نوعيته من الاستجابة هما الاستجابات الظاهرة والاستجابات الكامنة في ذات اللاعب الأول يطلق عليه ( زمن الاستجابة ) والآخر ( زمن الكمون ) ويحسن زمن الكمون من لحظة وصول الإشارة العصبية إلى العضلة وحتى استجابتها الحركية بالانقباض العضلي " . (1)

وفي بعض الأنشطة الرياضية وخاصة في ألعاب الكرة عادةً ما يحتاج اللاعب إلى أنواع مركبة من رد الفعل والذي يرتبط ذلك بهدف متحرك مثل الكرة .  
وتقسم الاستجابة الحركية من حيث زمن مرحلتها إلى :-

1- زمن رد الفعل : أن زمن رد الفعل يلعب دوراً مهماً عند أداء الفعاليات

الرياضية ويعد عاملاً هاماً في البعض منها ويرتبط بنوعية وشدة المثير المستقبل " وهو الفترة الزمنية الواقعة ما بين حدوث المثير البصري أو السمعي وأول انقباض عضلي كرد فعل لهذا المثير " . (2)

وفي كرة اليد فإن على اللاعب أن يؤدي ردود أفعال متعددة باتجاه سير الكرة لغرض السيطرة على مناورات اللاعب المنافس وكذلك رد فعل سريع لمجاراة حركة أعضاء الفريق المنافس .

2- زمن الحركة : " وهي الفترة الزمنية المحصورة بين نهاية زمن رد الفعل أي بداية الحركة وحتى نهايتها " . (3)

3- زمن الحركة : هو مجموع كل من زمن رد الفعل وزمن الحركة .

4- زمن الاستجابة الحركية : هو المجموع الكلي لزمن التوقع الحركي وزمن رد الفعل وزمن الحركة .

(1) محمد حسن علاوي ، وأبو العلا أحمد عبد الفتاح : فسيولوجيا التدريب الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1984 ، ص 75 .

(2) عبدالله حسين اللامي : الأسس العلمية للتدريب الرياضي ، جامعة القادسية ، مطبعة الطيف ، 2004 ، ص 11 .

(3) انتصار عويد : قياس وتقويم زمن التوقع الحركي والاستجابة الحركية للمهارات الدفاعية في كرة السلة ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2002 ، ص 23 .

## 2-1-3 سرعة الاستجابة الحركية :-

تعد سرعة الاستجابة الحركية من القدرات التي لا يخلو منها نشاط ولكن تتفاوت درجات الحاجة إليها من فعالية إلى أخرى بحسب المتطلبات المهارية والخطئية لكل فعالية وتظهر أهميتها في لعبة كرة اليد في مواقف الهجوم السريع بعد قطع الكرة من الفريق المدافع أو التغيير السريع لظروف المباراة .

وتعرف سرعة الاستجابة الحركية بأنها " عبارة عن الارتباط بين زمن رد الفعل الحركي وزمن الحركة أي الزمن الذي ينقضي ما بين حدوث المثير والانتهاء من الأداء الحركي " (1)

ويعرفها " يعرب خيون 2002 " أن زمن الاستجابة الحركية هو من ظهور المثير إلى انتهاء الحركة وفي الألعاب التي تستخدم الكرة فأن اللاعب يؤدي ردود أفعال متعددة باتجاه الكرة " . (2)

ويعرفها " وديع ياسين وياسين طه 1986 " بأنها " سرعة الاستجابة الحركية تساوي سرعة رد الفعل + سرعة الحركة " . (3)

ويعني إن سرعة الاستجابة الحركية للاعب الألعاب المنظمة تتكون من النقاط التالية:

1- رؤية الكرة .

2- تقدير اتجاه الكرة وسرعة طيرانها .

3- اختيار خطة حركية .

4- تحقيق الحركة .

والمهم في سرعة الاستجابة أن ترتبط بعامل الدقة فالاستجابة السريعة الخاطئة لا تؤدي على نتائج إيجابية وتتأثر سرعة ودقة الاستجابات في الألعاب الرياضية بالعوامل التالية :- (4)

1- دقة الإدراك البصري والسمعي .

(1) قاسم حسن حسين : أسس التدريب الرياضي ، عمان ، دار الفكر العربي ، 1998 ، ص 543 .  
(2) يعرب خيون : التعلم الحركي المبدأ والتطبيق ، ، بغداد ، مكتبة الصخره للطباعة ، 2002 ، ص 32 .  
(3) وديع ياسين وياسين طه : الإعداد البدني للنساء ، الموصل ، دار الكتب للطباعة ، 1986 ، ص 165 .  
(4) عادل عبد البصير علي : التدريب الرياضي التكامل بين النظرية والتطبيق ، ط 1 ، القاهرة ، مركز الكاتب للنشر ، 1999 ، ص 112-113 .

2- القدرة على التوقع والحدس والتبصير في مواقف اللعب المختلفة وسرعة التفكير في المواقف المتغيرة .

3- المستوى المهاري للفرد والقدرة على اختيار نوع الاستجابة المناسبة للموقف.

4- السرعة الحركية بالنسبة للضربات أو التصويبات أو الرميات المختلفة .

وتقسم سرعة الاستجابة الحركية إلى نوعين هما :-

(أ) الاستجابة البسيطة : وهي الاستجابة التي يعرف فيها اللاعب سلفاً نوع المثير المتوقع كما هو الحال في مسابقات العدو أو السباحة ، وهي عملية إرسال مثير شرطي معروف والاستجابة لذلك المثير وتقسم عملية الاستجابة على الفترات الآتية ( الفترة الإعدادية ، الفترة الرئيسية ، الفترة الختامية ) .

(ب) الاستجابة المركبة : وهذا النوع من الاستجابة لا يعرف اللاعب نوع المثير الذي يحدث سلفاً وكذلك نوع الاستجابة الحركية ، إذ تتميز الاستجابة الحركية بوجود الكثير من المثيرات فضلاً عن تعدد الحركات الاستجابية ويظهر ذلك في معظم الألعاب الرياضية والمنازلات .

2-1-4 ماهية الدفاع في كرة اليد :-

يعد الدفاع جزء من الوظيفة الأساسية للاعب كرة اليد فالفريق تعتبر مدافعاً بمجرد أن يفقد الكرة وبذلك يصبح واجب اللاعبين التحول بسرعة للدفاع مرماهم لمنع لاعبي الفريق المنافس من تنفيذ الجمل الخطئية أو التطور الهجومي لمحاولة تسجيل الأهداف . ويجب أن يبدأ الدفاع بمهاجمة اللاعب الذي يستحوذ على الكرة وذلك من خلال اقرب لاعب من لاعبي الفريق المدافع أو اللاعب الذي فقد الكرة .

فالدفاع يساوي في أهميته الهجوم إن لم يكن يفوقه أهمية ويعرفه " فواد السامرائي 1987 " بأنه " الدفاع يعني إعاقة ومنع تحقيق الأهداف والإصابات في المرمى ( دخول الكرة إلى المرمى ) والدفاع واجب هجومي هو أن يحصل على

الكرة ويسيطر عليها وبهذا فعليه - اللاعب - أن يصنع استعدادات الهجوم المعاكس في الدفاع ، كما هو الحال في الجانب الآخر حيث يتحول الهجوم إلى دفاع بسرعة " (1)

ويعد الفريق في حالة دفاع في اللحظة التي تنتقل فيها الكرة من حيازته إلى حيازة الفريق المنافس سواء كان ذلك في المنطقة الأمامية أو المنطقة الخلفية وحتى يكون دفاع الفريق ناجحاً " يجب أن يكون الدفاع الفردي لكل لاعب قوياً ومتيناً بحيث يتميز كل منهم بالسرعة والمطاولة وحين التصرف والتغطية حسبما تقتضيه ظروف اللعب . وبحيث يستخدم جميع الوسائل القانونية إعاقه المنافس من الاندفاع والاقتراب من المرمى سواء كان ذلك عن طريق قطع التمريرات أو استخدام الذراعين والجسم لاعتراض طريق المنافس " (2)

ويتفق الباحث مع " كمال عبد الرحمن درويش وآخرون 1999 " بأن " الدفاع لا يقتصر على وظيفة واحدة فقط وهي تجنب إصابة المرمى بهدف ولكن للدفاع وظائف أخرى إيجابية أيضاً منها الاستحواذ على الكرة لبدء مراحل وعمليات الهجوم ، فالدفاع يعتبر مرحلة الإعداد للهجوم مثله في ذلك الهجوم حيث له واجباً يتمثل في التحول السريع إلى الدفاع بمجرد فقد لاعبي الفريق الكرة " (3)

ويرى الباحث بأن الدفاع هو عملية تغطية ومراقبة واعتراض يقوم بها أحد لاعبي الفريق المدافع أو جميع لاعبيه لمنع أحد لاعبي أو جميع لاعبي الفريق المهاجم أو الكرة من تخطي الخطوط الدفاعية أو الدخول ( الكرة ) إلى المرمى باستعمال جميع الطرق والوسائل القانونية المسموح بها .

لذلك على اللاعب المدافع في كرة اليد أن يمتلك المهارات الدفاعية ضد المهاجم المستحوذ على الكرة ومنها :- (4)

1- إعاقه التمريرات .

2- إعاقه التصويبات .

(1) فؤاد السامرائي : كرة اليد ، ج 2 : ( بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1987 ، ط 1 ) ص 103 .

(2) حسن عبد الجواد : كرة اليد : ( بيروت ، دار العلم للملايين ، 1977 ) ، ص 95 .

(3) كمال عبد الرحمن درويش ، وآخرون : الدفاع في كرة اليد : ( القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1999 ) ص 17-18 .

(4) كمال الدين عبد الرحمن ، وآخرون : مصدر سابق ، ص 27 .



3- التصدي للمراوغة ( الخداع ) .

4- الدفاع ضد تنطيط الكرة ( الطبطبة ) .

5- الدفاع ضد حركة المتابعة بعد الحجز .

2-1-5 طرق الدفاع :-

تعد طرق الدفاع هي التنظيم الأساسي الذي يتخذه لاعبي الفريق خلال الدفاع كقاعدة لأداء الواجبات الدفاعية المطلوبة . وطرق الدفاع هي أساليب يتبعها لاعبي الفريق لتنفيذ خطط الدفاع لإفشال الخطط الهجومية للاعبي الفريق المنافس وتقوم خطط الدفاع للفريقين على الجانب المهاري والجماعي للاعبين ومدى تعاونهم كأفراد أو مجموعات دفاعية مترابطة تستطيع التغيير بأي لحظة من طرق الدفاع أو التشكيلات المختلفة بسرعة لتناسب مع المواقف المتغيرة لخطط الفريق المنافس وعليه يجب أن يكون جميع لاعبي الفريق على وعي كامل بالمراكز الدفاعية وواجباتهم أثناء القيام بالدفاع .

واتفق كل من " حسن عبد الجواد 1977 " (1) و " فؤاد السامرائي 1987 " (2) و "

كمال عبد الحميد درويش 1999 " (3) أن للدفاع ثلاث طرق هي :-

1- دفاع رجل لرجل .

2- دفاع المنطقة .

3- الدفاع المركب ( المختلط ) .

2-1-6 التشكيلات الدفاعية في كرة اليد :-

تعد التشكيلات الدفاعية هي التشكيل الأساسي الذي يتخذه الفريق خلال الدفاع كقاعدة للانطلاق لأداء التحركات والواجبات الدفاعية وافساد الخطط الهجومية للفريق المنافس ويتوقف التشكيل الدفاع على ما يلي :- (4)

1- إمكانيات لاعبي الفريق المدافع .

2- التشكيل الهجومي للفريق المنافس .

(1) حسن عبد الجواد ; مصدر سابق ، ص 96 .

(2) فؤاد السامرائي ; مصدر سابق ، ص 106 .

(3) كمال عبد الحميد درويش ; مصدر سابق ، ص 51 .

(4) كمال عبد الحميد درويش ; مصدر سابق ، ص 53 .

3- الأسلوب الهجومي للفريق المنافس سواد الفردي أو الجماعي .  
ويتضمن دفاع المنطقة تشكيلات دفاعية مختلفة وسميت وفقاً لعدد اللاعبين الموزعين على المراكز والمناطق الدفاعية المختلفة وقد تتكون هذه التشكيلات بحيث يقف لاعبي الفريق المدافع أما على خط واحد أو أكثر من خط .  
وهذه التشكيلات الدفاعية تتغير وفقاً لحدوث تغيير لحظي في طرق وخطط الهجوم للاعبي الفريق المهاجم نتيجة للتحركات الهجومية للاعبين كتبادل المراكز أو الحجز أو اختراق وأبرز هذه التشكيلات التي اتفقت عليها جميع المصادر في كرة اليد هي:-

1- التشكيل الدفاعي 6 : صفر .

2- التشكيل الدفاعي 5 : 1 .

3- التشكيل الدفاعي 4 : 2 .

4- التشكيل الدفاعي 3 : 3 .

5- التشكيل الدفاعي 3 : 2 : 1 .

2-1-7 واجبات لاعبي المراكز الدفاعية داخل التشكيلات الدفاعية :-

قبل التطرق إلى أهم الواجبات للاعبي المراكز الدفاعية داخل التشكيلات الدفاعية لا بد من الحديث عن أبرز التشكيلات الدفاعية في كرة اليد وأشهرها هي :-  
\* التشكيل الدفاعي 6 : صفر :-

يعد التشكيل 6 : صفر أساساً للتشكيلات الدفاعية الأخرى لطريقة دفاع المنطقة وفضلاً عن أن هذا التشكيل كفيل للدفاع عن منطقة التصويب البعيد بالإضافة إلى الدفاع وتغطية منطقة التصويب القريب ( على حدود منطقة ال 6 أمتار ) .  
وعند استخدام الفريق للتشكيل الدفاعي 6:صفر يقوم كل لاعب بالدفاع عن منطقة دفاعه المحددة ويكون كل لاعب مدافع مسؤولاً دائماً عن لاعب ونصف مهاجم من لاعبي الفريق المنافس مع ضرورة التزامهم بصفة مستمرة ناحية وجود الكرة حتى يكمن تكوين ثقل دفاعي يمكن من خلاله سداً وتضييق الثغرات الدفاعية وإفساد البناء الخططي الهجومي للاعب الفريق المنافس .

ويستخدم التشكيل الدفاعي 6 : صفر في حالة الدفاع ضد الفريق الذي يتميز لاعبه  
بإتقان التهديف من منطقة التهديف القريب ( عند دائرة المرمى ) سواء من الوسط  
والجانبيين . بالإضافة إلى وجود لاعبين مدافعين طوال القامة ولاعبين يجيدون  
القيام بالمهارات والواجبات الدفاعية الخاصة بدفاع المنطقة .<sup>(1)</sup>

#### \* التشكيل الدفاعي 5 : 1 :-

يعد هذا التشكيل أحد التشكيلات الدفاعية لدفاع المنطقة والذي يتضمن خطين  
دفاعيين إذ يقف خمسة لاعبين مدافعين في مراكزهم الأساسية عند خط منطقة  
المرمى ليقوموا بعمل تغطية دفاعية وتأمين المناطق الدفاعية الخلفية ، بينما يتقدم  
لاعب مدافع واحد إلى الأمام لمهاجمة اللاعب المستحوذ على الكرة أو محاولة  
لوقف أو تشتيت الكرات الممررة بين المهاجمين وسد طريق الجري والتصدي  
لعمليات الاختراق أو القطع التي يقوم بها لاعبي الهجوم الخلفي للفريق المنافس ،  
أما لاعبي الدفاع الخلفي فتكون مهمتهم تأمين منطقة الدفاع الخلفي الثاني .<sup>(2)</sup>  
واجبات لاعبي المراكز الدفاعية لمواجهة التحرك اللحظي المحتمل للاعبين المهاجمين  
داخل التشكيلات الدفاعية :-

لكي تتم واجبات لاعبي المراكز الدفاعية بنجاح أثناء التحرك اللحظي للاعبين  
المهاجمين داخل التشكيلات الدفاعية يجب على لاعبي الدفاع ضرورة الاهتمام بما  
يلي :-<sup>(3)</sup>

1- العدو والمراقبة .

2- المهاجمة .

3- حجز المهاجم .

4- تفادي الحجز .

5- التغطية .

6- التسليم والاستلام .

(1) فؤاد السامرائي ؛ مصدر سابق ، ص 55-56 .

(2) فؤاد السامرائي ؛ مصدر سابق ، ص 60 .

(3) كمال الدين عبد الرحمن ؛ مصدر سابق ، ص 91 .

7- الملازمة .

8- الاهتمام بالمسافات الدفاعية المناسبة .

9- التزاحم في مكان تواجد الكرة .

10- التحرك باتجاه خط سير الكرة .

كما يمثل " العمل الفردي للدفاع هو أساس العمل الجماعي الدفاعي للفريق إذ يكمن مفتاح السر في نجاح العملية الدفاعية على تنفيذ الواجبات الدفاعية الفردية بدقة وآلية سواء كانت مهارات دفاعية ضد مهاجم مستحوذ على الكرة أو غير مستحوذ على الكرة " (1) .

ويشير "ضياء الخياط ونوفل الحياي 2001" (2) إذ أن من الأهمية أن تتم التحركات والواجبات والمسؤوليات اللحظية الفردية في توقيتها المتزامن داخل التحركات الجماعية للتشكيل الدفاعي للفريق الذي يتخذة للمحافظة على تماسكه ضد جميع العمليات الهجومية التي تتم ، ولضمان نجاح الفريق المدافع في مهمة الدفاع لا بد من اتباع ما يأتي :-

1- العمل الدفاعي اللحظي من داخل التشكيل .

2- تأمين حالة التساوي العددي .

3- محاولة تحقيق التفوق العددي على المهاجمين لتأمين الموقف الدفاعي .

4- التحرك السريع اتجاه وجود الكرة .

5- التوافق الجيد في التسليم والتسلم .

كما يقصد بالدفاع اللحظي من داخل التشكيل بأنه " على كل لاعب مدافع أن يؤدي واجباته الدفاعية ضمن حدود منطقته داخل التشكيل على أن يكون أداء الواجبات بتصرف ميداني سريع وذكي وحسب ما متفق عليه مسبقاً في التدريب وبإحدى الطرق الآتية :-

بطريقة سلبية : وفيها ينتظر المدافع مهاجمه المسؤول عن مراقبته في مركزه الدفاعي .

(1) ياسر دبور ; كرة اليد الحديثة : ( الإسكندرية ، منشأة المعارف ، 1997 ) ، ص 99 .

(2) ضياء الخياط ، ونوفل محمد الحياي ; كرة اليد : ( جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة ، 2001 ) ، ص 146 .

بطرية هجومية : وفيها يتقدم المدافع لملاقاة مهاجمه لإرباكه بعد استلامه الكرة .  
بطريقة حادة : وفيها ينقض المدافع على مهاجمه لحظة استقباله الكرة .<sup>(1)</sup>  
1-7-1-2 واجبات لاعبي المراكز الدفاعية لمواجهة التحرك اللحظي للاعب  
الهجوم داخل التشكيل الدفاعي 6 : صفر :-

- قطع المهاجم الأمامي ( الأيمن أو الأيسر ) /

إذا قام اللاعب المهاجم الأمامي ( الأيمن أو الأيسر ) للفريق المهاجم بمحاولة  
القطع ( التحرك للداخل ) فمن الممكن قيام لاعبي المراكز الدفاعية بما يلي :-

1- محاولة حجز الجناح ( المهاجم ) وتعطيله برهة لإفساد التصور الخططي  
الهجومي له وفريقه .

2- إذا كان المدافع على خط واحد فيجب القيام بعملية العملية التسليم والتسلم  
، أما إذا كان المدافع على خطين مختلفين فيكون الدفاع على اللاعب  
المهاجم بالملازمة .

3- إذا لم يتمكن لاعب الجناح المدافع القيام بالواجبات السابقة ( الحجز ،  
التسليم والتسلم ، الملازمة ) عليه التنبيه على زملائه المدافعين في المراكز  
الدفاعية الأخرى ، والقيام بعملية العدو والمراقبة والتحريك في اتجاه خط  
سير الكرة مع عمل مزاحمة دفاعية في مكان تواجد الكرة .

4- يفضل أن يكون الدفاع على اللاعب المهاجم في الجناح دفاع ضاغط حتى لا  
يستطيع اللاعب استلام الكرات الممررة وبذلك تنحصر عمليات التميرير  
والاستلام للمهاجمين في الخط الخلفي ، الأمر الذي يقلل من فرص نجاح  
التصور الخططي الهجومي للفريق المنافس .

- الدفاع على لاعب الهجوم الأمامي الأوسط /

يقوم لاعب الدفاع الخلفي الأوسط بالوقوف بين اللاعب المهاجم وخط سير الكرة  
لمنع اللاعب المهاجم من الاستحواذ على الكرة في حالة تمريرها إليه وهنا يجب  
الاهتمام بمناسبة المسافات الدفاعية لسد الثغرات والاهتمام بحركة المهاجم بصفة

(1) ضياء الخياط ، ونوفل محمد الحياي ؛ نفس المصدر ، ص 146 .

مستمرة والتركيز على عمليات العدو والمراقبة والتسليم والتسلم والملازمة وفي حالة حجز المدافع يجب التنبيه على المدافعين المجاورين وتفادي الحجز حتى لا تكون هناك زيادة عددية للمهاجمين في أي مركز من مراكز اللعب الدفاعية . (1)  
أما "أحمد عريبي 1998" (2) فقد قسم واجبات المدافعين في التشكيل ( 6 : صفر ) كالآتي :-

واجبات المدافعين في الأجنحة : المنطقة الدفاعية للجناحين تعتبر من أكبر المناطق الدفاعية بحدود 5 أمتار ولهذا يجب أن يكون لدى الجناحين القدرة على التحرك السريع إلى الداخل ومحاولة إبعاد الجناحين المنافسين للخارج ويجب أن تكون حركتهما قريبة من خط منقطة المرمى وإلى الجانب فقط وعدم الخروج إلى الأمام وكذلك التعاون مع الزميل الذي يلعب بجانبهما و التحرك السريع إلى الداخل في حالة انتقال الكرة إلى الجناح الآخر .

واجبات لاعبي الساعد : يساهم لاعبا الساعد في عمل حائط الصد ضد التصويبات من خارج منطقة التسعة أمتار ، وكذلك التعاون مع لاعبي الوسط لتقليل تحرك لاعبي الدائرة وبقية المهاجمين .

واجبات اللاعبين في منطقة الوسط : يقف هذان اللاعبان أمام المرمى وذلك لسد زاوية التصويب الكبيرة والتعاون مع بقية اللاعبين لتغطية سعة المنطقة والتي تعطي إمكانية الحركة للفريق المنافس .

2-7-1-2 واجبات لاعبي المراكز الدفاعية أثناء التحرك اللحظي للاعبين الهجوم داخل التشكيل الدفاعي 5 : 1 :-

- قطع المهاجم الأمامي ( الأيمن والأيسر )

إذا قام اللاعب المهاجم الأمامي ( الأيمن والأيسر ) للفريق المهاجم بمحاولة القطع فمن الممكن قيام لاعبي الدفاع في الجناح بنفس الواجبات الدفاعية عند قطع لاعبي الجناح المهاجمين - كما في التشكيل الدفاعي 6 : صفر .

- في حالة قيام لاعبي الهجوم في الخط الخلفي بتبادل المراكز

(1) كمال الدين عبد الحميد ; مصدر سابق ، ص 92-94 .

(2) أحمد عريبي ; كرة اليد وعناصرها الأساسية : ( طرابلس ، منشورات جامعة الفاتح ، 1998 ) ، ط 1 ، ص 124 .

في هذه الحالة يمكن قيام لاعبي المراكز الدفاعية بما يلي :-

1- على اللاعب المدافع في الخط الأمامي القيام بالعدو والمراقبة المستمرة لحركة اللاعبين والكرة على أن يحرص دائماً أن يكون أمامه لاعب مهاجم وأن يتولى باقي المدافعين القيام بعملية التسليم والتسلم والتغطية ... الخ مع المواجهة المستمرة لأي محاولة تهديف .

2- من الممكن أن تكون تحركات لاعب الدفاع الأمامي حرة ولكن على خط سير الكرة بهدف محاولة أو تشتيت الكرة وإزعاج وإرباك خطط لاعبي الهجوم وعلى باقي لاعبي الدفاع توفيق أوضاعهم الدفاعية بما يتناسب مع اتجاه و مكان الكرة ولاعب الدفاع في الخط الأمامي .

3- في حالة تميز أحد لاعبي الهجوم في الخط الخلفي بالخطورة من الممكن أن يقوم لاعب الدفاع الأمامي بالدفاع على هذا المهاجم مع التحرك على خط سير الكرة ولكن بمسافة تسمح له بالتركيز في مهاجمة هذا اللاعب لخطه استحواذه على الكرة .

- في حالة قيام لاعبي الهجوم بتبادل المراكز والقطع

في حالة قيام لاعبي الهجوم ( لاعبي الخط الأمامي ولاعبي الخط الخلفي ) بتبادل المراكز أو القطع ، يجب على المدافعين القيام بعمل تحركات دفاعية تتوافق مع تحركات المهاجمين مع ضرورة الاهتمام بعملية العدو والمراقبة وعمليات الحجز والتأكيد على تفادي الحجز ، ويفضل في هذه الحالة أن تكون المهاجمة الدفاعية هي الأساس لمنع وإعاقة عمليات تمرير الكرة بين المهاجمين لإجبارهم على تغيير شكل ونظم الأداء الهجومي ، وبالتالي عدم النجاح في تنفيذ الجمل أو التصور الخططي الهجومي لهم . (1)

كما قسم أحمد عريبي واجبات المدافعين في تشكيل 5 : 1 بالشكل التالي :- (2)  
واجبات المدافعين في الأجنحة : يعمل لاعبا الأجنحة على التعاون مع المدافع القريب

(1) كمال الدين عبد الحميد ; مصدر سابق ، ص 95-97 .

(2) أحمد عريبي ; مصدر سابق ، ص 127 .

لتغطية المنطقة بصورة فعالة والتحرك إلى الجانب بسرعة وخفة خلال عمله الدفاعي .

واجبات اللاعبين المدافعين في منطقة الساعد : تقع على هذين المدافعين مسؤولية الحد من خطورة المهاجمين الخلفيين الذين يجيدون التصويب من بعد كذلك لاعبا الدائرة والتعاون مع لاعب الوسط للتقليل من تأثير تقدم لاعب الوسط الآخر إلى الأمام وسد الثغرة من خلال سرعة وحسن التحرك في هذا المكان وكذلك التعاون مع الأجنحة .

واجبات لاعب الوسط المتأخر : واجب هذا المدافع صعب إذ عليه تغطية اللاعب المهاجم القريب منه تغطية كاملة ولا يتركه أبداً ، والتحرك إلى الأمام لصد الكرات المصوبة من المناطق البعيدة . وأن يكون متفاهماً مع المدافعين في منطقة الساعد لسد الثغرات التي تحدث نتيجة لتحركه للأمام أو إلى الجانب .

واجبات لاعب الوسط المتقدم : إن الواجبات المنوطة بهذا اللاعب صعبة ومهمة بنفس الوقت وتتطلب لاعباً ذا لياقة عالية جداً يستطيع التحرك إلى جميع الجهات ويعيق عملية تمرير واستلام الكرة بين لاعبي الفريق المنافس وكذلك عملية الصد ضد التصويبات بمختلف أشكالها ومراقبة اللاعب المحدد ضمن مسنوليته ، وعليه أن يكون مستعداً للقيام بالهجوم المضاد بمجرد قطع الكرة من الفريق المنافس .

## الباب الثالث / منهج البحث وإجراءاته الميدانية

### 1-3 منهج البحث :-

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملاءمته أهداف ومشكلة البحث.

### 2-3 عينة البحث :-

12 لاعب من لاعبي منتخب جامعة ديالى لكرة اليد للموسم 2007 – 2008 تم اختيارهم بالطريقة العمدية من مجموع 14 لاعب بعد استبعاد حراس المرمى البالغ عددهم ( 2 ) لاعب حيث تم تقسيمهم إلى ثلاث مجموعات حسب المراكز الدفاعية



التي يشغلونها ( الجناح ، المساعد ن الوسط ) وبمعدل ( 4 ) لاعبين لكل مركز .  
حيث بلغت نسبة العينة 86% من مجتمع البحث .  
3-3 وسائل جمع المعلومات والأدوات المستخدمة :-  
3-3-1 وسائل جمع المعلومات :- استخدم الباحث الوسائل الآتية لجمع المعلومات  
وهي :-

1- المصادر والمراجع العربية والأجنبية .

2- المقابلة الشخصية .

3- استمارة استبيان .

4- الاختبارات والقياس .

3-3-2 الأدوات المستعملة :- استعمل الباحث الأدوات التالية :-

1- ملعب كرة اليد .

2- كرات يد عدد 7 كرات .

3- شواخص عدد 5 شواخص .

4- ساعة توقيت إلكترونية عدد 3 .

5- شريط قياس جلدي .

6- شريط لاصق .

7- كرات طبية عدد 3 .

3-4 الإجراءات الميدانية للبحث :-

قام الباحث بإجراء الاختبارات الخاصة بالبحث على عينة البحث للفترة من  
3 / 11 / 2007 لغاية 30 / 11 / 2007 مع فريق العمل المساعد ( ملحق رقم 1 )  
واشتملت على الاختبارات التالية :-

3-4-1 اختبار الاستجابة الحركية :- (1)

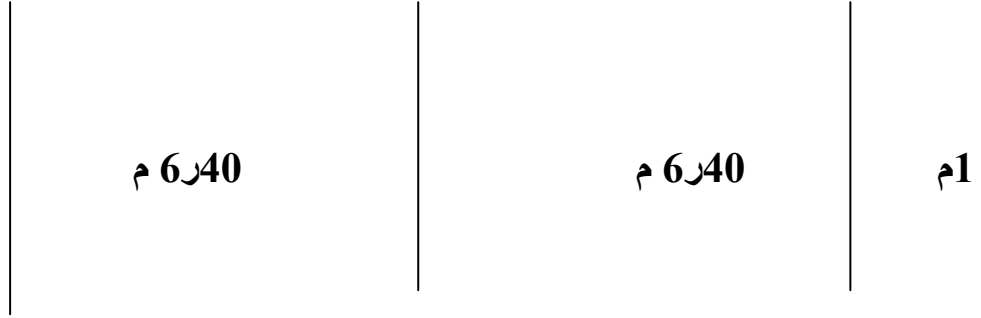
الهدف من الاختبار : قياس القدرة على الاستجابة والتحرك بسرعة ودقة وفقاً  
لاختبار المثير .

(1) ضياء الخياط ، ومحمد الحيايى : مصدر سابق ص 466 .

الأدوات : منطقة فضاء خالية من العوائق بطول 20 متر وبعرض 2 متر ، ساعة توقيت عدد واحدة ، شريط قياس جلدي .

الإجراءات : تخطيط منطقة الاختبار بثلاث خطوط المسافة بين كل خط وآخر مسافة 40 ر6 متر وطول الخط متر واحد ( الشكل التالي ) .

#### المختبر



#### خط المنتصف

طريقة الأداء :-

- 1- يقف اللاعب عند إحدى نهايتي خط المنتصف في مواجهة الحكم الذي يقف عند نهاية الطرف الآخر للخط .
- 2- يتخذ اللاعب وضع الاستعداد بحيث يكون خط المنتصف بين القدمين بحيث ينحني بجسمه إلى الأمام قليلاً .
- 3- يمسك الحكم ساعة الإيقاف بإحدى يديه ويرفعها عالياً ثم يقوم بسرعة بتحريك ذراعه أما ناحية اليسار أو اليمين وفي نفس الوقت يقوم بتشغيل الساعة .
- 4- يستجيب اللاعب لإشارة اليد ويحاول الركض بأقصى سرعة ممكنة بالاتجاه المحدد للوصول إلى خط الجانب الذي يبعد عن خط المنتصف 6ر40 متر .
- 5- وعند قطع اللاعب خط الجانب يقوم الحكم بإيقاف الساعة .
- 6- وإذا بدأ اللاعب الركض في الاتجاه الخاطئ فإن الحكم يستمر في تشغيل الساعة حتى يغير اللاعب اتجاهه ويصل إلى خط الجانب الصحيح .

7- يعطي اللاعب عشر محاولات متتالية بين كل محاولة وأخرى 20 ثانية وبواقع خمس محاولات لكل جانب .

8- تختار المحاولات في كل جانب بطريقة عشوائية متعاقبة .

الشروط :

1- يعطي كل لاعب عدد من المحاولات خارج القياس وذلك بغرض التعرف على إجراءات الاختبار .

2- يجب على الحكم أن يتدرب على إشارة البدء .

3- يجب عدم معرفة اللاعب بأن المطلوب منه أداء عشر محاولات موزعة على خمس محولات لكل جانب للحد من توقع اللاعب .

4- يجب التنبيه على اللاعب بأن عدد المحاولات التي سيؤديها ليست موزعة على الاتجاهين بالتساوي وإنما يحتمل أن يكون عدد محاولات اتجاه ما أكبر من الآخر وإن ترتيب أداء المحاولات يتم بطريقة عشوائية وهو يختلف من لاعب لآخر .

5- يجب أن يبدأ الاختبار بأن يعطي الحكم الإشارة التالية ( استعد - أبدأ ) وأن تكون الفترة الزمنية بين كلمتي استعد وأبدأ في مدى يتراوح ما بين ( 2/1 - 2 ثانية ) .

التسجيل : يحتسب الزمن الخاص بكل محاولة لآخر ( 10/1 ثانية ) درجة اللاعب هي متوسط المحاولات العشر .

3-4-2 اختبار التحركات الدفاعية المتنوعة مع تغيير الاتجاه :- (1)

الغرض من الاختبار : قياس سرعة أداء التحركات الدفاعية للجانب وللأمام بميل وللخلف بميل مع تغيير الاتجاه .

الأدوات : ملعب كرة يد ، شريط لاصق ، ساعة توقيت .

مواصفات الأداء : يرسم أربع علامات على الأرض بالشريط اللاصق ثلاثة منها ( أ ، ب ، ج ) بالقرب من خط ال6 أمتار والمسافة بينهما 150 سم ، وواحدة ( د )

(1) كمال الدين عبد الرحمن درويش ; مصدر سابق ، ص223 .

على خط الـ 9 أمتار بحيث تشكل العلامات الأربعة مثلث قاعدته العلامات (ب ، أ ، ج ) ورأسه (د) . يقف المختبر فوق العلامة (أ) وعند إعطاء إشارة البدء (بصرية ) يقوم بالتحرك حركات جانبية إلى العلامة (ب) ، ثم للأمام بميل للعلامة (د) ثم يتحرك للخلف ( بالظهر ) بميل ليصل إلى العلامة (ج) ، وأخيراً يقوم بعمل تحركات جانبية ليصل إلى العلامة (أ) . لحظة وصول اللاعب للعلامة يكرر نفس الأداء ولكون بعكس اتجاه الحركة بحيث يبدأ من العلامة (أ) إلى العلامة (ج) ، ثم (د) ثم (ب) وأخيراً يصل إلى العلامة (أ) . يكرر الأداء لأكثر عدد ممكن لمدة 30 ثانية .  
شروط الأداء :

- 1- حركة اللاعب تكون مماثلة تماماً لحركات الدفاع من حيث حركة الرجلين أثناء التحرك للجانب وللأمام وللخلف بميل ، والذراعين واليدين .
  - 2- يجب الوصول إلى العلامات المرسومة (ب ، د ، ج ، أ) وملامستها بالقدمين ، والتحرك بسرعة .
  - 3- على المختبر تكرار الأداء إلى أن يعطى له إشارة انتهاء الوقت المحدد للاختبار .
  - 4- أي أداء يخالف الشروط السابقة لا تحتسب المحاولة ضمن العدد الذي قام به المختبر خلال الوقت المحدد للاختبار .
- تسجيل الدرجات :

- 1- تحتسب كل محاولة صحيحة بثماني درجات . درجة عند وصول اللاعب ( المختبر ) للعلامة (ب) ودرجة عند وصوله للعلامة (د) ودرجة عند وصوله للعلامة (ج) ودرجة عند وصوله إلى العلامة (أ) ، ودرجة عن كل أداء صحيح في الوصول إلى النقاط (ج ، د ، ب ، أ) عند تغير اتجاهه والتحرك لملامستها .
- 2- في حالة عدم اتباع المختبر لأي شرط من شروط الاختبار عند التحرك لملامسته العلامات المرسومة ، تخصم درجة واحدة عن كل خطأ ارتكبه في الوصول إلى العلامة المرسومة وملامستها بالقدمين .

3- يسجل للمختبر عدد المحاولات التي قام بها خلال 30 ثانية .  
4- في حالة انتهاء الوقت المحدد للاختبار وعدم إكمال المختبر للمحاولة ( التحرك للجانب ثم للأمام بميل ، ثم للخلف بميل ثم للجانب ويعود لتكرار الأداء – العكس – مع تغير الاتجاه . ولكن دون إكمال المحاولة ) تجمع درجات العلامات وتضاف إلى المحاولات الصحيحة .

### 3-4-3 اختبار التحركات الدفاعية لتغطية الهجوم الخاطف :- (1)

الغرض من الاختبار : قياس سرعة أداء التحركات الدفاعية لتغطية الهجوم الخاطف.

الأدوات : ملعب كرة اليد ، شريط لاصق ، شريط قياس ، ساعة توقيت .  
مواصفات الأداء : ترسم ثمان علامات خمسة منها ( أ ، ب ، ج ، د ، هـ ) بالقرب من خط ال6 أمتار ، والمسافة بين كل منها ثلاثة أمتار ، كما ترسم علامتان ( و ، ز ) على خط ال9 أمتار الأولى في منتصف المسافة بين العلامتين أ ، ب ، والثانية في منتصف المسافة بين العلامتين ج ، د كما ترسم علامة أخرى ( ح ) على خط ال9 أمتار .

يقف المختبر فوق العلامة ح ، وعند إعطاء إشارة البدء (بصرية ) يقوم بالعدو للأمام حتى منتصف الملعب ثم يقوم بتغيير اتجاهه ليوافق المرمى بالظهر والتقهقر السريع للخلف حتى يصل للعلامة هـ ثم يبدأ بعمل تحركات جانبية ليصل للعلامة د ، ثم عمل مهاجمة دفاعية حتى العلامة ز ، ثم العودة للخلف ( بالظهر ) بميل إلى العلامة ج ، ومنها من خلال التحركات الجانبية للعلامة ب ، ثم و ، وأخيراً يقوم بعمل تحركات للخلف ( بالظهر ) بميل للوصول للعلامة أ .  
شروط الأداء :

1- حركة المختبر تكون مماثلة لحركة الدفاع من حيث تحركات الرجلين وشكل الذراعين واليدين .

(1) كمال الدين عبد الرحمن درويش ; مصدر سابق ، ص228 .

2- يجب قيام اللاعب ( المختبر ) بالعدو حتى منتصف الملعب ثم يغير اتجاهه ليواجه المرمى بالظهر ويتفهم للخلف حتى العلامة هـ ، وهنا يجب أداء التحركات الدفاعية بالمرور على جميع العلامات المرسومة وملامستها باليدين .

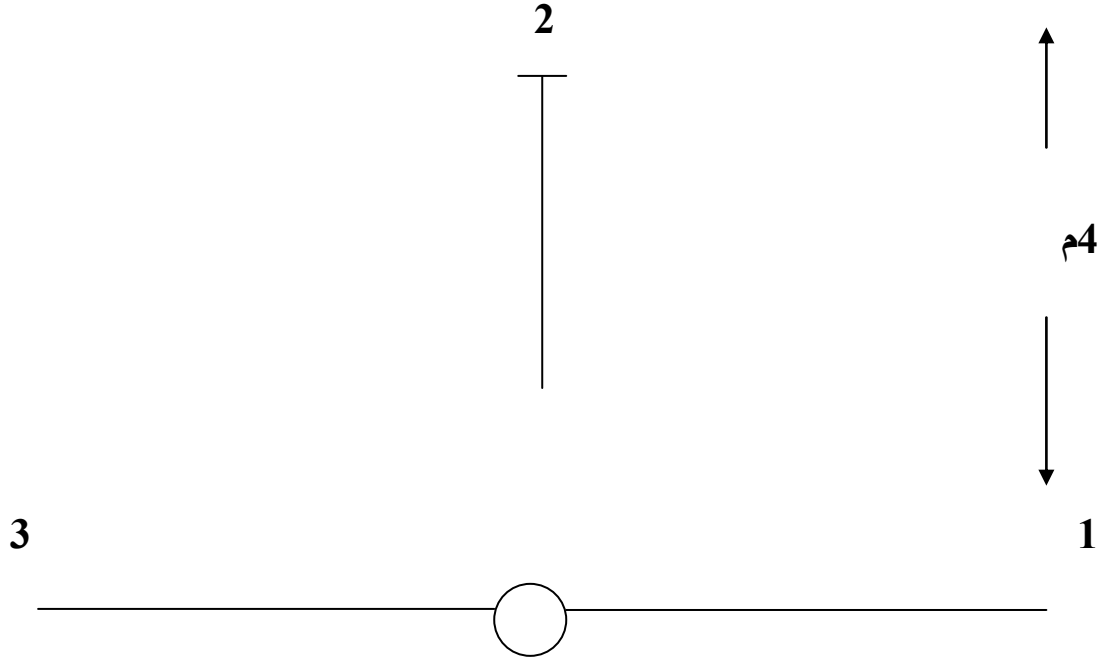
3- أي أداء يخالف الشروط السابقة لا تحتسب المحاولة صحيحة .  
حساب الدرجات : يسجل للمختبر الزمن الذي قطع فيه المسافة من العلامة ح حتى العلامة أ .

3-4-4 اختبار التحركات الدفاعية القصيرة المدى ( الأمامية ، الخلفية ، الجانبية ) :- (1)

الأدوات : ساعة إيقاف عدد (2) ، كرات يد أو طبية عدد (3) .  
الإجراءات : يرسم على الأرض الشكل التالي .  
ترسم دائرة نصف قطرها ( 20 ) سم . ومن مركز الدائرة السابقة يرسم نصف دائرة قطرها (4) أمتار .  
طريقة الأداء : يقف اللاعب داخل الدائرة الصغيرة ، مع إعطاء إشارة بصرية يتحرك اللاعب من الدائرة إلى الكرات الطبية وفقاً لما يأتي :-

- من الدائرة الصغيرة إلى الكرة رقم (1) والارتداد مستخدماً في ذلك التحركات الجانبية .
- من الدائرة الصغيرة إلى الكرة رقم (2) والارتداد مستخدماً في ذلك التحركات الأمامية والخلفية .
- من الدائرة الصغيرة إلى الكرة رقم (39) والارتداد مستخدماً في ذلك التحركات الجانبية .
- يراعي في كل مرة خلال تحركاته من الدائرة الصغيرة إلى أي من الكرات أن يلمس الكرة التي يصل إليها باليد القريبة من ناحية الكرة قبل الارتداد .

(1) أحمد عربي عودة ; مصدر سابق ، ص 292 .



طريقة التسجيل : يسجل الزمن الذي يستغرقه اللاعب من لحظة إعطاء الإشارة البصرية حتى لحظة وصوله إلى الدائرة بعد ارتداده من لمس الكرة رقم (3) ويحول الزمن الذي يستغرقه اللاعب إلى درجات من الجدول المعد لذلك . ويفضل أخذ الزمن بساعتين على أن يسجل متوسطهما .

3-5 الوسائل الإحصائية المستخدمة :-

استخدم الباحثان الوسائل الإحصائية الآتية :- (1)

- 1- الوسط الحسابي .
- 2- الانحراف المعياري .
- 3- اختبار سيبرمان .
- 4- تحليل التباين .

الباب الرابع / عرض وتحليل ومناقشة النتائج

1-4 عرض وتحليل ومناقشة اختبار سرعة الاستجابة الحركية :-

(1) وديع ياسين ، وحسن سعيد ؛ التطبيقات الإحصائية واستخدام الحاسوب في التربية الرياضية : ( الموصل ، جامعة الموصل ، 1999 ، ص 218 .

## جدول ( 1 )

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاختبار سرعة الاستجابة الحركية لعينة البحث :-

الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	المجموعات
0.99	1.80	لاعبو الأجنحة
0.2	2.125	لاعبو الساعد
0.1	2.05	لاعبو الوسط

يوضح الجدول (1) إن المتوسط الحسابي للاعبين الأجنحة هو ( 1.80 ) والانحراف المعياري هو ( 0.99 ) أم لاعبي الساعد فالمتوسط الحسابي هو ( 2.125 ) والانحراف المعياري ( 0.2 ) أم لاعبي الوسط فكان المتوسط الحسابي ( 2.05 ) والانحراف المعياري ( 0.1 ) . ومن خلال ذلك يتضح أن لاعبي الساعد هم أكثر استجابة من بقية اللاعبين ، ويرى الباحثان أن سبب ذلك يرجع المساحة التي يشغلونها في تحركاتهم بين منطقة الجناح والوسط والتي تتطلب منهم سرعة الاستجابة الحركية لأي تحرك يحدث من قبل لاعبي الهجوم الفريق المنافس

## جدول (2)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاختبار التحركات الدفاعية المتنوعة مع تغيير الاتجاه :-

الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	المجموعات
8.43	41.25	لاعبو الأجنحة
3.28	45.5	لاعبو الساعد
2.48	50.25	لاعبو الوسط

يوضح الجدول (2) أن المتوسط الحسابي للاعبين الأجنحة هو ( 41.25 ) والانحراف المعياري هو ( 8.43 ) بينما المتوسط الحسابي للاعبين الساعد هو ( 45.5 ) والانحراف المعياري هو ( 3.28 ) أما لاعبو الساعد فكان المتوسط



الحسابي لهم هو ( 50ر25 ) أم الانحراف المعياري فهو ( 2ر48 ) . ويتضح بأن لاعبي الوسط هم أكثر تحركاً في أداء الواجبات الدفاعية المتنوعة مع تغيير الاتجاه للأمام أو للخلف أو للجانب . ويرى الباحث أن سبب ذلك هو أن منطقة الوسط تتطلب متابعة كبيرة ومستمرة من اللاعبين لغرض سد الثغرات أمام لاعبي الفريق المنافس الذين يمتازون بإتقان التصويب من منطقة التصويب القريب عند دائرة المرمى خاصة من منطقة الوسط .

### جدول (3)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاختبار التحركات الدفاعية لتغطية الهجوم الخاطف :-

الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	المجموعات
0ر71	11ر055	لاعبو الأجنحة
0ر37	11ر787	لاعبو الساعد
0ر22	11ر067	لاعبو الوسط

يوضح الجدول (3) الوسط الحسابي للاعبين الأجنحة هو ( 11ر055 ) والانحراف المعياري ( 0ر71 )، أما للاعبين الساعد فالوسط الحسابي ( 11ر787 ) والانحراف المعياري ( 0ر37 ) أما لاعبو الوسط فإن الوسط الحسابي لهم هو ( 11ر067 ) والانحراف المعياري ( 0ر22 ) . ويتضح أن لاعبي الأجنحة والوسط هم الأسرع بالقيام بعمليات التغطية ضد أي هجوم خاطف من لاعبي الفريق المنافس عند قطع الكرة أثناء القيام بالهجوم . لذلك يجب على لاعبي الفريق المدافع القيام بواجباتهم الدفاعية من مراقبة وتغطية ومهاجمة المهاجم ( المنافس ) في حالة استقباله للكرة الممررة من أحد زملاءه للقيام بالهجوم الخاطف ومحاولة قطع أو تشتيت الكرة أو الاستحواذ عليها .

#### جدول (4)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاختبار التحركات الدفاعية القصيرة المدى  
( الأمامية ، الخلفية ، الجانبية ) :-

الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	المجموعات
3ر03	12ر25	لاعبو الأجنحة
2ر74	14	لاعبو الساعد
4ر26	9ر75	لاعبو الوسط

يوضح الجدول (4) أن الوسط الحسابي للاعبين الأجنحة هو ( 12ر25 ) والانحراف المعياري ( 3ر03 ) أما لاعبو الساعد فكان الوسط الحسابي ( 14 ) والانحراف المعياري ( 2ر74 ) ولاعبو الوسط كان الوسط الحسابي لهم هو ( 9ر75 ) والانحراف المعياري ( 4ر26 ) . ويرى الباحث أن لاعبي الساعد هم أكثر تحركاً في التحركات الدفاعية القصيرة المدى وذلك لغرض سد الثغرات التي تحدث بينهم وبين لاعبي الوسط من جهة وبينهم وبين لاعبي الأجنحة من جهة أخرى مما يزيد من واجباتهم الدفاعية المكلفين بها خلال المباراة .

#### جدول (5)

اختبار ( ت ) بين المجموعات الثلاثة ، الأولى ( لاعبو الأجنحة ) و الثانية ( لاعبو الساعد ) والثالثة ( لاعبو الوسط ) :-

الاختبار	المجموعة الأولى والثانية	المجموعة الأولى والثالثة	المجموعة الثانية والثالثة	مستوى الدلالة
اختبار سرعة الاستجابة الحركية	0ر298	0ر237	0ر416	غير دال
اختبار التحركات الدفاعية المتنوعة مع تغير الاتجاه	0ر146	0ر512	0ر457	غير دال
اختبار التحركات الدفاعية لتغطية الهجوم الخاطف	0ر15	0ر02	0ر22	غير دال
اختبار التحركات الدفاعية القصيرة المدى	0ر63	0ر602	0ر177	غير دال

قيمة ( ت ) عند مستوى الدلالة 0ر05 = 2ر45 .

يتضح من الجدول رقم (59) إن قيمة (ر) المحسوبة في اختبار سرعة الاستجابة هي بين المجموعة الأولى والثانية هي (0.298) وبين المجموعة الأولى والثالثة (0.237) وبين المجموعة الثانية والثالثة (0.416) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 التي تساوي (0.64) لذا لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين لاعبي المجموعات الثلاثة في هذا الاختبار .

أما بالنسبة للاختبار الثاني فنجد إن قيمة (ر) المحسوبة هي (0.146) للمجموعتين الأولى والثانية و(0.512) للمجموعتين الأولى والثالثة و(0.457) للمجموعتين الثانية والثالثة وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية حيث توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الأولى والثالثة وبين المجموعة الثانية والثالثة ولصالح المجموعة الثالثة (لاعبة و الوسط) .

أما بالنسبة لاختبار الثالث والاختبار الرابع فيلاحظ أن قيمة (ر) المحسوبة أقل من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) حيث لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين لاعبي المجموعات الثلاثة ما عدا الاختبار الرابع بين المجموعتين الثانية والثالثة فإن قيمة (ر) المحسوبة اصغر من قيمة (ر) الجدولية وتساوي (0.64) لئلا توجد علاقة ذات دلالة معنوية.

## جدول (6)

تحليل التباين للمجموعات الثلاثة ( لاعبو الأجنحة ولاعبو الساعد ولاعبو الوسط ) في الاختبارات سرعة الاستجابة الحركية والتحركات الدفاعية المتنوعة مع تغير الاتجاه والتحركات الدفاعية لتغطية الهجوم الخاطف والتحركات الدفاعية القصيرة المدى :-

الاختبار	مصدر التباين	درجة الحرية	مجموع المربعات	التباين	النسبة الفائية ( ف )
اختبار سرعة الاستجابة الحركية	بين المجموعات	2	0,32	0,16	0,36
	داخل المجموعات	9	3,99	0,44	
	المجموع الكلي	11	4,31		
اختبار التحركات الدفاعية المتنوعة مع تغير الاتجاه	بين المجموعات	2	62,17	31,085	0,79
	داخل المجموعات	9	352,50	19,167	
	المجموع الكلي	11	414,67		
اختبار التحركات الدفاعية لتغطية الهجوم الخاطف	بين المجموعات	2	1,41	0,705	0,74
	داخل المجموعات	9	3,79	0,947	
	المجموع الكلي	11	5,20		
اختبار التحركات الدفاعية القصيرة المدى	بين المجموعات	2	33,75	16,875	0,63
	داخل المجموعات	9	239,50	26,611	
	المجموع الكلي	11	273,25		

قيمة (ف) عند مستوى الدلالة  $0,05 = 4,26$

يوضح الجدول (6) أن قيمة (ف) في الاختبارات الأربعة هي في الاختبار الأول (0,36) وفي الاختبار الثاني (0,79) والاختبار الثالث (0,74) وفي الاختبار الرابع (0,63) وهي أقل من قيمة (ف) الجدولية عند مستوى الدلالة 0,05 والتي تساوي ( 4,26 ) لذلك لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي المجموعات الثلاثة .

## الباب الخامس / الاستنتاجات والتوصيات

### 1-5 الاستنتاجات :-

من خلال نتائج البحث توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية :-

- 3- لا توجد علاقة معنوية ذات دلالة إحصائية بين سرعة الاستجابة الحركية وواجبات لاعبي المراكز الدفاعية وخاصة لاعبي الساعد والوسط في مواجهة التحرك اللحظي للاعبين الهجوم داخل التشكيلات الدفاعية .
- 4- أتضح للباحث أهمية معرفة لاعبي الفريق كلا حسب مركزه الدفاعي داخل التشكيلات بواجباتهم الدفاعية لمواجهة التحرك اللحظي المحتمل للاعبين الهجوم للفريق المنافس .

### 2-5 التوصيات :-

يوصي الباحثان بالآتي :-

- 1- ضرورة اهتمام المدربين بتدريب لاعبيهم على القيام بواجباتهم الدفاعية لمواجهة التحرك اللحظي للاعبين الهجوم خلال الوحدات التدريبية وخاصة في فترة الإعداد الخاص التي تسبق المنافسات .
- 2- اهتمام المدربين بالاختبارات الخاصة بالواجبات الدفاعية وتنفيذها بشكل دوري وخاصة في المرحلة التي تسبق المنافسات .
- 3- إجراء دراسات أخرى بسرعة الاستجابة وعلاقتها بالواجبات الهجومية للاعبين الفريق المهاجم .

## المصادر

- 1- أحمد عربيبي ; كرة اليد وعناصرها الأساسية : ( طرابلس ، منشورات جامعة الفاتح ، 1998 ) ، ط1.
- 2- انتصار عويد : قياس وتقويم زمن التوقع الحركي والاستجابة الحركية للمهارات الدفاعية في كرة السلة : ( أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2002 ) .
- 3- حسن عبد الجواد ; كرة اليد : ( بيروت ، دار العلم للملايين ، 1977 ) .
- 4- عادل عبد البصير علي : التدريب الرياضي التكامل بين النظرية والتطبيق ، ط1 : ( القاهرة ، مركز الكاتب للنشر ، 1999 ) .
- 5- عبدالله حسين اللامي : الأسس العلمية للتدريب الرياضي : ( جامعة القادسية ، مطبعة الطيف ، 2004 ) .
- 6- ضياء الخياط ، ونوفل محمد الحيالي ; كرة اليد : ( جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة ، 2001 ) .
- 7- فؤاد السامرائي ; كرة اليد ، ج2 : ( بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1987 ، ط1 ) .
- 8- قاسم حسن حسين : أسس التدريب الرياضي : ( عمان ، دار الفكر العربي ، 1998 ) .
- 9- كمال عبد الرحمن درويش ، وآخرون ; الدفاع في كرة اليد : ( القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1999 ) .
- 10- محمد حسن علاوي : علم التدريب الرياضي : ( القاهرة ، دار المعارف ، 1977 ) .
- 11- محمد حسن علاوي ، وأبو العلا أحمد عبد الفتاح : فسيولوجيا التدريب الرياضي : ( القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1984 ) .
- 12- وجيه محبوب ، وآخرون : نظريات التعلم والتطور الحركي : ( بغداد مطبعة وزارة التربية ، 2000 ) .

- 13- وديع ياسين وياسين طه : الإعداد البدني للنساء : ( الموصل ، دار الكتب للطباعة ، 1986 ) .
- 14- وديع ياسين ، وحسن سعيد ؛ التطبيقات الإحصائية واستخدام الحاسوب في التربية الرياضية : ( الموصل ، جامعة الموصل ، 1999 ) .
- 15- ياسر دبور ؛ كرة اليد الحديثة : ( الإسكندرية ، منشأة المعارف ، 1997 ) .
- 16- يعرب خيون : التعلم الحركي المبدأ والتطبيق : ( بغداد ، مكتبة الصخرة للطباعة ، 2002 ) .