

تمهيد :

في هذا الفصل قمنا بتحديد إشكالية البحث ، حيث تم صياغتها وضبطها ضبطا دقيقا ومن ثم حددنا تساؤلاتها الجزئية التي تعتبر أسئلة تحتاج إلى تفسير وأتبعنا بفرضيات جزئية التي تعتبر إجابات احتمالية للأسئلة المطروحة التي دارت حولها إشكالية البحث وبعدها ذكرنا أهداف و أهمية البحث .

1- الكلمات الدالة في الدراسة :

ديناميكية النمو

ديناميكية لغة : وهي اسم مؤنث منسوب إلى ديناميكا ومصدره صناعي من ديناميكي أي حركة ونشاط وحيوية

النمو لغة : وهو اسم مصدره نما ويعني الزيادة (المعجم اللغوي، ص. 97)

اصطلاحا : تعني استمرارية التطور و النمو لجميع الخصائص من مرحلة سنوية إلى أخرى و تداخلها، حيث لا توجد حدود فاصلة بين مرحلة من مراحل النمو و أخرى. (فؤاد، 1976، ص. 211)

إجرائي : تعني التغيرات التي تحدث لخصائص النمو عبر المراحل السنوية .

القدرات البدنية

لغة : وتعني حالة الشيء (المعجم اللغوي، ص. 231)

اصطلاحا : " العامل المتحكم في المستوى الرياضي البشري والذي يمكن الارتقاء به من خلال تطوير مستوى عناصر القوة والسرعة والتحمل والمرونة والرشاقة .

إجرائي :هي القدرة على أداء نشاط رياضي ومجهود بدني دون الإحساس بالتعب .

السرعة

لغة : اسم مصدره سرع أي جاء على عجلة (المعجم اللغوي، ص. 267)

اصطلاحا : هي " عمل الحركات من نوع واحد بصورة متتابعة " .(martin . p. 8)

إجرائي : هي قطع مسافة معينة في اقل وقت ممكن

التدريب الرياضي

التدريب لغة : مصدره درب يدرّب تدريبا فهو مدرب والمفعول مدرب , درب ولده أي علمه وحنكه وثقفه

الرياضي لغة : اسم منسوب الى الرياضة (المعجم اللغوي، ص. 71)

اصطلاحا : التدريب الرياضي عملية تربوية وتعليمية منظمة تخضع للأسس والمبادئ العلمية، وتهدف أساسا إلى إعداد الفرد لتحقيق أعلى مستوى رياضي ممكن في المنافسات الرياضية أو في نوع معين من أنواع الرياضة (علاوي، ص. 17)

إجرائي : هو مجموعة البرامج والخطط والأساليب العلمية المنظمة التي تهدف للارتقاء بالرياضي لأعلى المستويات الممكنة .

كرة اليد

الكرة لغة : وهي اسم جمعه كرات , كرى وهو كل جسم مستدير

اليد لغة : اسم جمعه أيد و أياد وف هي من أعضاء الجسم من المنكب إلى أطراف الأصابع (المعجم اللغوي, ص. 119)

إجرائي : هي لعبة جماعية تتكون من فريقين في كل فريق (7) لاعبين بما فيهم حارس المرمى حيث تمارس بكرة متوسطة الحجم وتلعب باليدين فقط وذلك في ملعب مستطيل الشكل وذو أرضية صلبة حيث يوجد في نهاية كل طرف من أطرافها مرمى هدف .

2- مشكلة الدراسة :

لقد تطور علم التدريب الرياضي بصورة سريعة واتخذت نظرياته منحى جديد. لمواكبة الاتجاهات الحديثة في كرة اليد من طرق لعب وأداء مهاري وفني وتحركات خطوية وقدرات بدنية عالية وفي ظل انتشار الاحتراف وما يتطلبه من أداء أكثر تعقيدا وتطويرا أصبح أتباع كل ما هو جديد في علم التدريب الرياضي ضرورة لا بد من الأخذ بها عند التخطيط لعملية التدريب ووضع البرامج الخاصة بها .

ولهذا تعتمد عملية التدريب المبدئي علي نتائج الدراسات والبحوث الخاصة بتحليل النشاط الحركي لفرق المستويات العالية من واقع المباريات الفعلية لتحديد المتطلبات البدنية والتي تمثل في حد ذاتها أسس عامة يتم على ضوءها وضع محتوى برامج التدريب , ومنه تعد اللياقة البدنية من الأهداف العامة للتدريب الرياضي وعنصرا أساسيا في تحضير أي فريق للدخول في المنافسات الرسمية وهي عبارة عن مجموعة من العناصر الأساسية مثل (المداومة و السرعة القوة والمرونة الرشاقة... الخ) , وهي إحدى المتطلبات الضرورية للعب كرة اليد الحديثة ويعتبرها الخبراء والمحللون بأنها احد الجوانب الرئيسية للفوز بالمباريات خلال محافظة الفريق علي مستوى البدني والوظيفي لأطول فترة ممكنة , وتعتبر اللياقة البدنية مقياسا لنجاح أي فريق في جانبه التدريبي و الإعدادي .

ومن بين هاته الصفات البدنية والتي نحن بصدد دراستها وهي صفتي (السرعة) لما لها من تأثير على مستوى اللياقة البدنية للاعب كرة اليد لان السرعة تعتبر قدرة الفرد على أداء حركات متكررة من نوع واحد في اقل وقت ممكن, وفيما يخص تدريبها فأحسن مرحلة لتطوير هذه الصفة تبدأ من السن 13

(dormat et martin . 1993. P.83)

وهذا ما جعلنا نتساءل عن ديناميكية نمو هاته الصفة (السرعة)

ما مدى تأثير التدريب الرياضي علي تنمية صفة السرعة لدى لاعبي كرة اليد صنف أصاغر (13 إلى 15 سنة)؟

الأسئلة الجزئية:

هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والاختبار ألبعدي في المجموعة التجريبية ؟

هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والاختبار ألبعدي في المجموعة الضابطة ؟

هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار ألبعدي بين المجموعة التجريبية والضابطة ؟

3- أهداف الدراسة :

يهدف إلى إيجاد اثر التدريب على تنمية صفة السرعة
إيجاد أحسن الطرق والأساليب الممكنة لتدريب صفة السرعة
الحث على تنمية هذه الصفة لما لها من أهمية في التدريب الرياضي

4- أهمية الدراسة :

أردنا أن يكون بحثنا هذا كإضافة و دعم مكتبتنا الفتية بالدراسات و خدمة للرياضة و الرياضيين بصفة عامة , وزيادة
الرصيد العلمي لدى إطارات التربية البدنية والرياضية بصفة خاصة .

5- فرضيات الدراسة :

الفرضية العامة

للتدريب الرياضي أثر في تنمية صفة السرعة لدى لاعبي كرة اليد صنف أصاغر (13 إلى 15 سنة)

الفرضيات الجزئية

لا يوجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي في المجموعة التجريبية

لا يوجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي في المجموعة الضابطة

لا يوجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي بين المجموعة التجريبية والضابطة