

الفصل الأول

الإطار العام للبحث

- مقدمة البحث .
- مشكلة البحث .
- أهداف البحث .
- فروض البحث .

الفصل الأول

الإطار العام للبحث

مقدمة البحث :

الأسلوب العلمي يثري الحياة الإنسانية وينميها بما فيها مجال التربية الرياضية التي تعتبر وسيلة هامة من وسائل التقدم الحضاري ، فقد أصبح إرتفاع مستوى الإهتمام بالتربية الرياضية في أي بلد من البلدان مؤشرا على مدى تقدمها الإقتصادي والإجتماعي والسياسي ، ويعتد التقدم العلمي في طرق التدريب الحديث هو حجر الزاوية لهذا التقدم الرياضي ، حيث أنه المحصلة النهائية للإستفادة المباشرة من كافة العلوم الأخرى سواء كانت نفسية أو إجتماعية أو بيولوجية .

ويعتبر ميدان كرة اليد من الميادين الرياضية التي تأثرت إيجابيا بشكل كبير بتطور علم التدريب الرياضي ، وتحديث طرق وأساليب التدريب وإعداد اللاعب ، كما أنها من الألعاب التي تعتمد إلى حد كبير على إرتفاع مستوى اللياقة البدنية بجانب إتقان الأداء المهاري والخططي ، لذلك إختصتها الأبحاث والتجارب العلمية التي استهدفت التعرف على عناصر إعداد اللاعب والفريق . (٧٨ : ٨٥)

ومن الملاحظ أن مستوى الأداء في كرة اليد في مطلع التسعينيات وأوائل القرن الحالي قد ارتفع بشكل واضح ، وتضاعف الجهد المبذول خلال فترات الموسم الرياضي وأثناء المباراة ، وأصبحت اللعبة تتطلب مستوى عال من الكفاءة البدنية والفسولوجية حتى يتمكن اللاعب من أداء واجباته الخططية - هجوميا ، ودفاعيا - بكفاءة طوال زمن المباراة .

ويذكر كمال درويش وآخرون (١٩٩٨م) أن مستوى الأداء في كرة اليد يتأثر بمجموعة من العوامل البيولوجية بما يتضمنه من عوامل فسيولوجية ومورفولوجية ، إلا أن العوامل الفسيولوجية تأتي في مقدمة تلك العوامل لتأثيرها على مستوى الأداء البدني وبالتالي المهاري والخططي في كرة اليد ، ويرتبط ذلك إرتباطا وثيقا بالأحمال التدريبية . ونظرا للطفرة الهائلة التي حدثت في طبيعة الأداء الفني للاعب كرة اليد حاليا وما يتطلبه ذلك من زيادة هائلة في الأحمال التدريبية سواء من حيث الشدة أو الحجم كان لزاما على المدرب أن يلم بالتغيرات الفسيولوجية والكيميائية الناتجة عن الأحمال التدريبية على اللاعبين ، والذي يظهر في تطور وإرتقاء الجوانب المختلفة وخاصة الجوانب البدنية والمهارية والخططية وبالتالي الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية . (٦٤ : ١٧)