

**التقويم والمقاييس بكرة اليد كجزء من المفردات النظرية لمادة كرة اليد للمرحلة
الرابعة - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ديالى**

المصدر:

ليث ابراهيم جاسم؛ كرة اليد - اساسيات منهجية. جامعة ديالى: المطبعة المركزية
لجامعة ديالى، ٢٠١٥.

التقويم في كرة اليد:

أصبح التقويم من العمليات التي تلعب دوراً هاماً لتطوير أداء الأفراد والجماعات في مجالات الحياة المختلفة، ولقد فطن علماء التربية الرياضية إلى أهمية التقويم في مجال التدريب الرياضي، فالتقويم يعني قياس مستوى أداء اللاعبين كأفراد وكمجموعة، ثم مقارنة ذلك بأهداف خطة التدريب الموضوعة وتعديل مسارها لتحقيق هذا الهدف مع نهاية فترة الإعداد وبداية فترة المباريات. والقياس يعتمد على اختبارات يختارها المدرب بعناية لقياس متطلبات عملية التدريب، وللأسف فإن الغالبية العظمى من المدربين لا يقومون بعملية القياس لمستوى لاعبيهم خلال عملية التدريب لعدم توافر مثل هذه الاختبارات لديهم.

ان عملية التقويم تعني اصدار حكم على الظاهرة او المتغير قيد الفحص، وفي المجال الرياضي والذي من بينه مجال لعبة كرة اليد فان التقويم ضرورة للعملية الادائية وفعاليتها وبالتالي تحقيق الفوز، فهي تبدأ من مراحل الانتقاء من خلال محددات معينة يمكن اختيار اللاعب المناسب والتوقع له بالإيفاء بمتطلبات المنافسة ولتستمر خلال المسار التعليمي والتدريبي للاعب.

يقوم المدرب بعملية التدريب يوماً بعد يوم وأسبوعاً بعد أسبوع مع فريقه بدون أن يستطيع أن يحدد بدقة مقدار تقدم كل لاعب في الفريق، حقيقة بأسلوب التقويم الذاتي بما يتراكم لديه من خبرات في مجال لعبته الاختصاص قد تكون عين المدرب واعية وملاحظته للاعبيه جيدة، ولكنه لا يستطيع يقينياً أي عن طريق قيم رقمية أن يحدد مستوى كل لاعب ومقدار تقدمه ليطمئن على نجاح عملية التدريب وأنها تسير في الخط الذي حدده المدرب، والمدرب الجيد في لعبة كرة اليد هو الذي يدرك مدى

أهمية قياس مستوى للاعبيه لعمله حتى يعدل من منهاج التدريب إذا كان لابد من ذلك. اذ من المعلوم ان المناهج التدريبية التي يدعها المدرب باساليب علمية لابد من ان تتسم بالمرونة من اجل تغيير محتوياتها حسب الاهداف المرحلية للخطة الموضوعية، وهناك أنواع كثيرة من الاختبارات لقياس متطلبات التدريب الرياضي فهناك اختبارات لقياس الحالة المهارية والبدنية والخططية والنفسية والعقلية والاختبارات المعرفية.

وغالبا فان المدرب يقوم بقياس متطلبات التدريب المختلفة قبل بدء فترة الإعداد ثم يقيس مرة أخرى في منتصف الفترة ثم مرة ثالثة قبل انتهاء الفترة وقبل بدء فترة المباريات حتى يمكنه أن يجري التعديل الأخير لمتطلبات عملية التدريب التي يشعر أنها قد لا تحقق الهدف من التدريب، كما يمكن للمدرب أن يجري الاختبارات في فترة المباريات إذا وجد أن مستوى بعض لاعبيه قد هبط وخاصة من الناحية البدنية.

هذا وان المربين الرياضيين يهتمون بشكل خاص بالتقويم لأنهم يريدون من حين لآخر معرفة نتائج مجهودهم في التدريب فهم يميلون دائماً إلى معرفة نوع وطبيعة ومقدار التغيرات التي تحدث نتيجة لعمليتين التعلم والتدريب الا ان الأهمية الحقيقية للتقويم تكمن فيما يعقبه من عمليات المتابعة بعد إجراء المقارنات المختلفة للبيانات المتجمعة، فقد يعاد النظر في اهداف التدريب، أو في المناهج الموضوعية، أو في الإمكانيات، أو في القيادات القائمة وما إلى ذلك من متغيرات من أجل تصحيح مسار ما يتم تقويمه وجعله أكثر كفاءة وفعالية. على ذلك فأن التقويم هو عملية التحقق من صحة أبعاد قرار معين، أو إنتقاء معلومات وتجميع وتحليل وتفسير بيانات بغرض الحكم على قرارات أو إنتقاء أفضلها وأكثرها مناسبة للموقف. والتقويم هو إصدار حكم على مدى تحقيق الأهداف المراد بلوغها، وأن عملية التقويم تتضمن:

✚ تجميع المعلومات المناسبة، القياس.

✚ الحكم على قيمة تلك المعلومات وفقاً لبعض المستويات.

✚ إتخاذ قرارات مبنية على تلك المعلومات.

على ذلك فإننا يمكن تناول القياس متمثل في مقاييس الانتقاء وكذلك الاختبار باعتباره الوسيلة لإصدار الحكم على المستوى الرياضي بالعموم وبالذات في كرة اليد

اذ من اجل اعتماد النهج العلمي في اصدار الاحكام على اهلية الفرد ان يصبح لاعب كرة اليد او تحقيق الاهداف التدريبية كان لزاما قياس امكانياته وانتقائه على اساسها بداية ثم اعتماد اختبارات ومقاييس مرافقة لعمليات الاعداد وهو ما سنتناوله في المحاور القادمة من باب التقويم في كرة اليد.

الاختبارات

الاختبارات في لعبة كرة اليد:

الاختبار بمفهومه العام هو موقف مقنن يهدف لقياس عينة من سلوك الفرد، وهو في المجال الرياضي يعني اخضاع احد او مجموعة من جوانب النشاط الرياضي للفحص وتحديد ما بقيم موضوعية رقمية او وصفية، وفي كرة اليد فان اختباراتنا تعني قياس احد او مجموعة من المتطلبات الادائية الخاصة بلعبة كرة اليد عن طريق ضبط مفردات ادائية محددة ومقننة تضمن القيمة الحقيقية الكمية او النوعية لمستوى الجانب الادائي الذي وضع الاختبار لأجله، على ذلك فإننا سنتناول جوانب من الاختبارات التي توضع لقياس متطلبات اللعبة البدنية والذهنية والنفسية. فالاختبارات البدنية في لعبة كرة اليد والتي هي موقف بدني مقنن يهدف لقياس القدرات البدنية الخاصة بلعبة كرة اليد بهدف تقييمها، وفي البعض من الاختبارات البدنية يمكن ان تقيس القدرات الفسيولوجية لجسم الرياضي عن طريق اختبارات معملية او ميدانية. اما الاختبارات العقلية في هذه اللعبة فهي تشمل جميع ما يتعلق بالجوانب العقلية كمتطلب ادائي بشقيه النظري والعملي فالاختبارات العقلية النظرية هي تلك الاستثمارات والمقاييس التي تصمم لقياس الابعاد العقلية نظريا كالمعرفة باللعبة وقانونها او مقاييس الذكاء باعتبار كرة اليد تحتاج الى قدرات عقلية متقدمة يكون الذكاء أحدها. اما الاختبارات العقلية العملية فتشمل الاختبارات المهارية والخططية مصممة على شكل مواقف اداء تطبيقي مضبوطة تهدف الى قياس امكانيات لاعب كرة اليد بهذه الجوانب او تلك. فالاختبارات أداة وصفية لظاهرة معينة سواء كانت هذه

الظاهرة هي قدرات الفرد أو خصائصه السلوكية النمطية أي سماته والمقصود بالوصف هنا هو الوصف العلمي في شكل استخدام للأرقام أو في شكل تصنيفات في فئات معينة. والاختبار هو قياس مقنن وطريقة أو هو موقف تم تصميمه لإظهار عينة من سلوك الفرد.

❁ أهمية الاختبار لمدرس التربية الرياضية:

يمكن تحديد أهمية الاختبارات والمقاييس في المجال التدريسي أي لمن يشتغل بالعملية التدريسية وهو مدرس التربية الرياضية فيما يلي:

- ☆ تقسيم التلاميذ في مجموعة متجانسة لحسن سير العملية التعليمية.
- ☆ اكتشاف الموهوبين رياضياً وانتقائهم وتوجيههم للأنشطة التي تتلاءم مع إمكانياتهم وقدراتهم البدنية والفنية.
- ☆ التعرف على مستوى نمو التلاميذ ومقارنة مستواهم بالمستويات الأخرى.
- ☆ تقويم مستوى التقدم والنمو نتيجة العملية التعليمية والتدريبية للتلاميذ للتعرف على مدى تحقيق الأهداف.
- ☆ التعرف على نقاط الضعف لدى التلاميذ ومحاولة إيجاد العلاج المناسب.
- ☆ إثارة الحماس لدى التلاميذ ومقارنة نتائجهم ببعض لرفع مستوى الأداء.
- ☆ تقويم المدرس والبرنامج التعليمي أو التدريبي ومدى ملاءمته للتلاميذ كما يمكن تحديد طرق التدريس المناسبة لمساعدة التلاميذ على التقدم المستمر.

❁ أهمية الاختبارات للمدرب الرياضي:

- ☆ التعرف على الحالة التدريبية العامة باستخدام الاختبارات الحركية وبدراسة الإمكانيات الوظيفية للأجهزة الداخلية في الجسم، والقياسات الأنثروبومترية، مع تحديد القدرات النفسية والبدنية.
- ☆ التعرف على الحالة التدريبية الخاصة للرياضي باستخدام الاختبارات التي تتضمن القياسات الوظيفية لأجهزة الجسم والنفسية والقدرات البدنية والمهارية والصحية للرياضيين.

☆ التعرف على مدى التقدم في النتائج الرياضية ومتابعتها للوصول للمستويات العليا.

☆ انتقاء الناشئين عن طريق الاختبارات في الرياضات المختلفة.

☆ التعرف على طرق التدريب والتخطيط المختلفة واستخدام الطرق السليمة والمناسبة وفقاً لنتائج الاختبارات.

☆ وضع مستويات لمتابعة مراحل التدريب المختلفة وقياس حصائل كل مرحلة للتعديل والاستمرار في التدريب وفقاً لنتائج الاختبارات.

☆ وضع مستويات خاصة لكل لعبة سواء للناشئين أو للاعبين المستويات العليا من الجنسين وتتبع مراحل تقدمهم.

وتتمحور اختبارات كرة اليد في قياس الجوانب البدنية والفنية والنفسية ودرجة فعاليتها لممارسي لعبة كرة اليد من خلال شروط تلك المتطلبات بهدف تقييمها، وهناك صنفين من الاختبارات التي يمكن استخدامها في التربية الرياضية عموماً وكرة اليد بالخصوص والتي يتم استخدامها في هذا المجال:

١. اختبارات مقننة: يضعها خبراء القياس وهي اختبارات تتوافر فيها تعليمات محددة للأداء، توقيت محدد، شروط علمية، طبقت على مجموعة معيارية لتفسير النتائج في ضوء هذه المعايير. ويمكن تصنيف الاختبارات المقننة طبقاً لكثير من وجهات النظر المختلفة إلا إن التصنيف الشائع هو التصنيف وفقاً لما يقيسه الاختبار وفي ضوء ذلك يمكن تصنيفها:-

أ. اختبارات القدرات (القدرة العامة والقدرات الحركية والقدرات الخاصة).

ب. اختبارات التحصيل (اختبارات التنبؤ والاختبارات المرتبطة بنشاط معين)

ج. اختبارات الميول والشخصية والاتجاهات.

واختبارات القدرات والتحصيل غالباً ما تتضمن اختبارات لقياس الأداء الأقصى أما اختبارات الشخصية فإنها تتضمن اختبارات الأداء المميز. ومن ناحية أخرى يرى بعض العلماء أن اختبارات القدرات واختبارات التحصيل أنها اختبارات معرفية أما اختبارات الميول والشخصية والاتجاهات فهي اختبارات غير معرفية لأن هذه الاختبارات لا تتميز بوجود إجابات صحيحة أو خاطئة على بنود أو عبارات الاختبار، وفي الوقت الحالي توجد الكثير من الاختبارات المقننة مثل اختبارات

القدرات الحركية العامة والقدرات النوعية كالقوة والسرعة والتحمل ... الخ ، واختبار التحصيل المهارى لمختلف الألعاب الرياضية والاختبارات الخاصة بقياس سمات الشخصية والاتجاهات نحو النشاط الرياضي والميول الرياضية .

٢. اختبارات يضعها الباحث أو المدرب: يحتاج العاملون في المجال الرياضي وكرة اليد لاختبارات جديدة تستخدم في قياس الصفات والمهارات في الحالات متعددة ومن تلك الحالات عندما تكون الاختبارات الموجودة في المصادر غير مناسبة او ايجاد أشكال جديدة لها تكون أكثر واقعية وكفاءة في قياس الصفة المراد قياسها لمجموعة اللاعبين الخاضعة للاختبار، او عند وجود التعديلات التي قد تطرا على قوانين وقواعد بعض الألعاب، والتطورات التي قد تحدث بالنسبة لخطط اللعب وأساليب التدريب.

ومن المهم أن تكون الاختبارات الخاصة باللعبة مشابهة لشروط ومتطلبات لعبة كرة اليد من حيث القدرة البدنية او المهارية او الخططية او المعرفية او النفسية او خليط من البعض منها كالاختبارات البدنية المهارية المراد قياسها ضمن اللعبة، فمثلاً في كرة اليد تكون الاختبارات الخاصة بقياس المتطلبات الادائية للعبة أكثر مصداقية وواقعية كلما اقتربت من قياس المتطلبات البدنية ومهارات اللعبة بظروف وشروط مشابهة لظهورها في لعبة كرة اليد، اذ ان الاختبارات الموقفية والقريبة الشبه من المواقف التي تواجه اللاعب في المباراة، تؤدي الى تحديد قدرات اللاعبين في اختيار انسب المهارات التي تتفق والموقف. وهناك طريقتين للقياس وتحديد القيم والنتائج الاختبارية بصورة عامة هما:

١- الطريقة المباشرة: وفيها يتم قياس نتائج الاختبار عن طريق اعطاء قيم رقمية بشكل مباشر، ومن بين الاختبارات التي تقاس بشكل مباشر مثلاً الاختبارات البدنية من خلال اعطاء درجات رقمية لنتيجة اختبار اللاعب في الصفة البدنية المعدة مثل في اختبار القوة الانفجارية للاعب كرة اليد فان اختبار القفز العمودي من الثبات سيعطي نتيجة للمسافة العمودية التي قطعها اللاعب خلال الاختبار بوحدة قياس

المسافة (السنتمتر) وهذه الطريقة في تحديد مستويات اللاعبين في الصفة المختبرة هي درجات واقعية بإمكانها التمييز بين المختبرين ولا يمكن الخطأ أو التحيز فيها.

٢- الطريقة غير المباشرة: ان الطريقة غير المباشرة تتم من خلال تنظيم مواقف خاصة بلعبة كرة اليد كاختبارات مهارة التصويب على الهدف مثلاً وتقييمها وصفاً او كمأ، الا انه يمكن التشكيك بإمكانيتها في ابراز مستوى المهارة الحقيقية للاعب في المباراة بسبب استبعاد هذا النوع من الاختبارات كثير من العوامل والمواقف المؤثرة في مسار اللعب اثناء الاختبارات، بالإضافة الى انها لا تخضع الى مقاييس ثابتة ومحددة لقياس تلك المهارة بل تعتمد على رأي وتقييم الخبراء في مجال اللعبة مما يجعلها عرضة للخطأ والتحيز.

وعموماً فان ان من اهم اغراض الاختبارات والمقاييس في كرة اليد هي الاغراض التالية:

١- الاطلاع على حقيقة المستويات: اذ ان اجراء الاختبارات الخاصة باللاعبين تحدد بشكل دقيق المستويات الحقيقية والامكانيات الواقعية في كافة مجالات وعناصر لعبة كرة اليد.

٢- تحديد المشكلات: عندما تنجح الاختبارات في تحديد المستويات فأنها ستظهر نقاط القوة والضعف وستظهر الفروق الفردية مما يوضح حقيقة مستويات اللاعبين وستكشف للمدرب بناءً على نتائجها بعض المشكلات الفردية والجماعية.

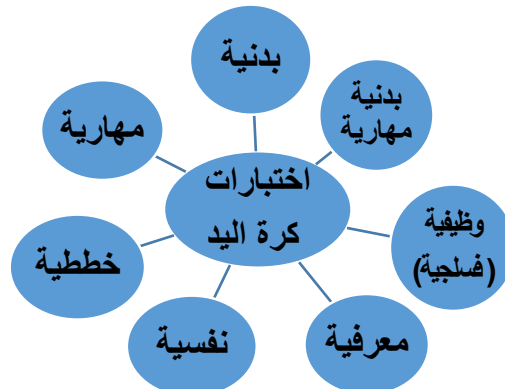
٣- تقويم العملية التدريبية: ان سير العملية التدريبية لابد من ان تسير بخطى متدرجة بالاتجاه الايجابي في عملية بناء اللاعب من حيث متطلبات الاداء في لعبة كرة اليد، والاختبارات هي التي توضح مدى التطور واتجاهه في مستوى اللاعبين التدريبي واين موقعهم من تحقيق الاهداف التدريبية المعدة مسبقاً.

٤- ابراز الفروق الفردية بين اللاعبين: اذ ان الاختبارات تلعب دوراً مهماً في تحديد وتشخيص الفروق الفردية بين اللاعبين من خلال النتائج التي يحصل عليها اللاعب في الاختبار وبما ان الرياضيين يختلفون بينهم في مقدار قدراتهم البدنية والفنية والنفسية مما ينعكس على اختلاف قيم تقييمهم من خلال الاختبارات وبالتالي ابرازاً لتلك الفروق الفردية.

❁ أنواع الاختبارات بكرة اليد:

وهناك ثلاثة انواع من الاختبارات التي تجرى لقياس المتطلبات العامة والخاصة للاعب كرة اليد:

١. الاختبارات الميدانية: وغالباً ما تكون موجهة لقياس عناصر اللياقة البدنية او المهارية او الخططية، وتتميز بأنها تقيس أعداداً كبيرة من الأفراد بدقة وكفاءة وبمدة زمنية قصيرة وبأقل تكلفة مالية، فضلاً عن أنها تعكس البيئة الفعلية للعبة كرة اليد كما تجري في المكان الفعلي لممارسة للألعاب الرياضية والتي من بينها لعبة كرة اليد.
 ٢. الاختبارات التي تجمع بين المختبر والميدان (مشتركة): ويمكن إجراؤها معاً في الميدان والمختبر، لذلك يجب استخدام أجهزة تتسم بالخفة والسهولة في الحمل والثقل وسهولة الاستعمال وليست معقدة.
 ٣. الاختبارات المعملية وتجرى في المختبرات: وتتطلب هذه أجهزة دقيقة وكبيرة الحجم يصعب حملها ونقلها وباهظة الثمن ولكن تتميز بالدقة والموضوعية في القراءات والنتائج وعيب هذه الاختبارات أنها لا تقيس أعداداً كبيرة وتستغرق وقتاً أطول ومن بينها الاختبارات النفسية والفسولوجية وبغض من الاختبارات البدنية للقدرات العامة للاعب كرة اليد.
- مما سبق نرى ان هناك العديد من المجالات التي تدخل الاختبارات كترجم في قياس مستويات اللاعبين بحسب متطلبات لعبة كرة اليد، والتي سنكتفي هنا للإشارة للبعض منها فقط دون تفصيلها وذلك للاختصار ومن اراد الاستزادة من طلبتنا او مدرسي التربية الرياضية الرجوع تفصيلها في المصادر العلمية ويمكن لنا تفصيل الاختبارات التي تعد جديدة في مجال كرة اليد، وعموماً فان الاختبارات يمكن ان تشكل المجالات الآتية كما في المخطط الآتي:



أولاً: الاختبارات البدنية في كرة اليد:

ويقصد بها تلك المواقف المقننة والتي يتم من خلالها قياس عناصر اللياقة البدنية بالعموم وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالمتطلبات البدنية بكرة اليد، وسنتناول عناوين أي أسماء لاختبارات والغرض منها لبعض الاختبارات التي تحقق اهداف القياس لعناصر اللياقة البدنية كجزئية تمثل نماذج او امثلة للاختبارات البدنية المعتمدة وحسب الصفات البدنية وسنترك التفصيل للمصادر المختصة بهذا المجال:

- + اختبار القفز العمودي من الثبات: لقياس القوة الانفجارية للرجلين.
- + اختبار دفع كرة طبية زنة ٣ كغم: لقياس القوة الانفجارية للذراعين.
- + اختبار دفع كرة طبية زنة (٩٠٠) غم بذراع واحدة من مستوى الكتف: لقياس القوة الانفجارية للذراع.
- + اختبار الحجل لزمن ١٠ ثانية: لقياس القوة المميزة بالسرعة للرجلين.
- + اختبار الجلوس من الرقود في عشرين (٢٠) ثانية: لقياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن والعضلات القابضة لمفصل الفخذ.
- + اختبار الحجل لزمن ٤٥ ثانية: لقياس تحمل القوة للرجلين.
- + اختبار الاستناد الامامي لأكبر عدد ممكن: لقياس تحمل القوة للرجلين.
- + اختبار الجلوس من الرقود من وضع ثني الرجلين (٣٠ ثانية): لقياس التحمل العضلي.
- + اختبار نيلسون للاستجابة الحركية: لقياس سرعة رد الفعل الحركي.
- + اختبار ركض ٢٠ م تغيير الاتجاه: لقياس الرشاقة.
- + اختبار ركض ٢٠ م من الوقوف: لقياس التعجيل.
- + اختبار ركض ٣٠ م من الوقوف: لقياس السرعة.

ثانياً: الاختبارات المهارية في كرة اليد:

تعني الاختبارات المهارية في لعبة كرة اليد اخضاع اللاعب بكرة اليد الى فحص وقياس ما اكتسبه من مسارات حركية للعضلات والمفاصل العاملة بحسب متطلبات المهارات الخاصة بلعبة كرة اليد، ولل فروق الفردية واختلاف الافراد في متغيرات لا

حصر لها والتي من بينها اطوال ومحيطات الاجزاء الجسمية التي تؤدي تلك المهارة بما يجعل من المتعذر ضبط الشكل المثالي لأداء الحركة متمثلة بمهارة من المهارات الاساسية بكرة اليد في نموذج مثالي للمهارة المفحوصة، بما يحتم ان يكون قياسها أي المهارة مستند على الخبراء والمختصين من خلال القياس الذاتي، وان كان اضعف انواع القياس الا انه الوحيد الذي يمكن من خلاله التعرف على اللاعب الماهر وهو يؤدي مهارات اللعبة. وحقيقة الامر فان الكثير من المصادر ذات الصلة تحدد تحت عنوان الاختبارات المهارية اختبارات ليست مهارية بقدر ما تقيس الاداء المهاري أي بارتباط المهارة الاساسية بناتج الاداء، كاختبار دقة التصويب واختبار سرعة الطبطبة وهذا يخالف معنى المهارة وتوصيفها التي تمثل الشكل المثالي للحركة بدون الالتفات الى ناتجها. على ذلك فان المختصين بكرة اليد من مدربين ومدرسين يمكن ان يقيسوا الجوانب المهارية للعبة كرة اليد من خلال القياس الذاتي للمهارات كالمناوله والاستلام والتصويب والتغطية الدفاعية ... الخ.

ثالثاً: الاختبارات البدنية المهارية في كرة اليد:

أن الغرض من الاختبارات البدنية المهارية في كرة اليد إيجاد بعض المستويات المعيارية التي يعتمد عليها المدرب في تحديد قدرات اللاعبين البدنية الخاصة بالأداء المهارى للعبة كرة اليد أي البدنية المرتبطة بالجانب الفني، وقد تشمل البنية المهارية الفنية والخططية وتقييمها بشكل موضوعي دقيق، كما تعد من وسائل التقييم العام في اختيار تشكيلة الفريق. ويمكن ان تشمل الاختبارات البدنية المهارية قياس متطلبات المهارة الادائية أي دقة المهارة او سرعتها او قوتها او اقترانها بالرشاقة وما الى ذلك من متطلبات الاداء وقد زخرت المصادر الخاصة باللعبة بالاختبارات في هذا المجال ومن اراد الرجوع اليها الاطلاع على الكتب والمصادر ذات العلاقة.

رابعاً: الاختبارات المعرفية:

وتعني تلك الأشكال المتعددة من الاختبارات المعرفية المرتبطة بطبيعة لعبة كرة اليد، وذلك من أجل التعرف على الجوانب الفنية من خلال معلومات التي يتم

الحصول عليها وتجميعها عن طريق الاختبار المعرفي والتي قد تساعد على تحديد اختبارات اللاعب المعرفية وتسهيل التخطيط لوضع البرامج الناجحة لهم. وقد يطلق عليها المقاييس العقلية المعرفية وجدير بالذكر ان هناك عدة انواع رئيسية من المقاييس في هذا المجال والتي قد تشمل الاختبارات التحصيلية التي تهدف إلى قياس التعلم الذي تم تعليمه للفرد المختبر بما يخص المعلومات النظرية الخاصة بلعبة كرة اليد. واختبارات القدرات التي تهدف قياس القدرات العقلية العامة والخاصة بلعبة كرة اليد أي النشاط العقلي والمعرفي والذي يؤديه لاعب كرة اليد قيد الاختبار. وكذلك اختبارات الاستعدادات التي تهدف إلى التنبؤ بما يستطيع اللاعب المختبر أن يؤديه في المستقبل كما في اختبارات ومقاييس الذكاء. وتشتق هذه الاختبارات من الاهداف المعرفية في المجال الرياضي بالعموم وخاصة بلعبة كرة اليد في قياس المجالات المعرفية الآتية:

١. قياس معرفة تاريخ كرة اليد ورموزها من اللاعبين.
٢. قياس معرفة المفاهيم والمصطلحات الرياضية السائدة في لعبة كرة اليد.
٣. قياس معرفة فن الأداء الحركي الصحيح للعبة كرة اليد.
٤. قياس معرفة قوانين وقواعد لعبة كرة اليد.
٥. قياس معرفة الخطط الهجومية والدفاعية الخاصة بلعبة كرة اليد.
٦. قياس معرفة قواعد الأمن والسلامة لتفادي الإصابات.
٧. قياس معرفة المعلومات الصحية العامة.
٨. قياس معرفة اللياقة البدنية الخاصة باللعبة.
٩. معرفة القيم الاجتماعية المكتسبة من ممارسة اللعبة وكذلك السلوك المتميز.

خامساً: الاختبارات الفسيولوجية:

تعد الاختبارات الفسيولوجية من العوامل المهمة جداً التي يجب أن تلازم وبشكل دوري ومستمر للعملية التدريبية، إذ أنها تعنى بعمل وسلامة وكفاءة الأجهزة الوظيفية لجسم الرياضي ، فمن خلالها يكون المختص والمدرّب الرياضي على اطلاع بما يحدث من تغيرات في أوضاع الأجهزة الوظيفية التي تكون على علاقة مع نوع التدريب المخصص للوصول الى الهدف المنشود ، إن التدريب الرياضي سواء أكان محدداً لمدة

زمنية معينة أو مستمراً يكون له تأثير في أداء تلك الأجهزة ومن ثم في تحسن الإنجاز لاحقاً ، وذلك أن نتائج هذه الاختبارات تزود المدربين والرياضيين بالمعلومات الصادقة التي تساعد على وضع مناهجهم وتوزيع الأحمال التدريبية بشكل يتناسب مع القدرات الفسيولوجية للرياضيين. وهذه الاختبارات تلعب دوراً مهماً ومؤشراً في تحسين أداء اللاعبين من خلال تتبع التغيرات التي تطرأ على الأجهزة الوظيفية للرياضي، في القلب والجهاز الدوري والتنفسي والعصبي والعضلي تبعاً لنوع التدريب، إذ إن هذه الاختبارات لها علاقة مؤثرة وفاعلة بقياس واقع وتكيفات الأجهزة الوظيفية تبعاً لتحسن أدائها فضلاً عن أن إن هذه المتغيرات الفسيولوجية لها ارتباط كبير بالناحيتين المهارية والبدنية لكرة اليد من ناحية تأثيرها في أداء اللاعبين مهارياً وبدنياً. ومن المعلوم أن غالبية الاختبارات الفسيولوجية الوظيفية تعتمد على أجهزة دقيقة ومكلفة وصعبة النقل لذا فإن الاختبارات الفسيولوجية تعد من الاختبارات المعملية كما وهناك طيف واسع منها بالذات في الآونة الأخيرة ومع تقدم التكنولوجيا والصناعة ظهرت أجهزة صغيرة الحجم ويمكن أن تتماشى مع متطلبات الممارسة الرياضية ميدانياً وهو ما يطلق على اختباراتهما بالميدانية المعملية. ويمكن الإشارة إلى بعض من الأهداف للاختبارات الفسيولوجية بالقاط الآتية:

١. التعرف على نقاط الضعف والقوة في الرياضي وتحديد الإصابات والأمراض التي يعاني منها.
٢. ملاحظة التقدم في الأداء البدني والمهاري خلال الموسم الرياضي.
٣. تقييم المنهج التدريبي لمعرفة هل حقق النتائج والأهداف الموضوعة عن طريق مقارنة نتائج الاختبارات الفسيولوجية قبل وبعد المنهج التدريبي ومدى ملائمة المنهج لمستوى الرياضيين.
٤. تحديد وتقنين شدة الحمل البدني.
٥. قياس الإستجابة للتدريبات الرياضية وطرق العلاج التأهيلية.
٦. تشخيص امراض القلب والجهاز الدوري الظاهرة والكامنة.
٧. مساعدة المدربين في مختلف الألعاب في عملية اختبار اللاعبين حسب قدراتهم البدنية والصحية والفسيولوجية وتكوينهم الجسمي.

سادساً: الاختبارات النفسية:

تُستخدم الاختبارات النفسية في عدة أغراض. فهي تُستخدم في فهم الظواهر النفسية والقدرات العقلية العامة والخاصة بلعبة كرة اليد، وللوقوف على الفروق بين الأفراد في سمة أو خاصية معينة. وللاختبارات النفسية فائدة كبيرة في توجيه الأفراد إلى الدراسات والمهن التي يلتحقون بها ويتوافقون معها ويحققون فيها نجاحاً يساعدهم على المزيد من النمو. وفي المجال الرياضي فإنها تكشف الجوانب النفسية التي تميز الرياضي سلبية كانت أو ايجابية وبالتالي توجيه الرياضي نحو نوع الرياضة المناسب للايجابية منها أو وضع البرامج النفسية من أجل علاج السلبي منها لتكامل متطلبات الأداء والوصول للحدود القصوى من إمكانياته في الفعالية الممارسة. من هنا كان وضع الضوابط التي تُنظم عملية إعداد واستخدام الاختبارات النفسية أمراً ضرورياً حتى لا يُساء استخدامها وتعود بالضرر على الأفراد والمؤسسات، بل لمجتمع كذلك.

وتعد لعبة كرة اليد من الفعاليات الرياضية التي يبذل فيها اللاعب مجهوداً بدنياً كبيراً جداً على مدى زمن المباراة أو حتى في التدريبات المجهدة كمواقف ضاغطة الأمر الذي يؤدي إلى ضغط نفسي كبير على اللاعبين. إذاً العامل النفسي له دور كبير على تقدم وتطور مستوى اللاعب والاستقرار على الأداء وذلك من خلال أعداده نفسياً للمنافسات. وتعد (المهارات النفسية و ابعاد التفوق الرياضي) من العوامل المؤثرة في مستوى الأداء اللاعبين ولها دور كبير في تحسين وتطور الأداء ووجود نقص أو الخلل في الحالة النفسية له تأثير مباشر على قدرة واداء اللاعب بشكل خاص وعلى الفريق ككل، ولهذا يجب الاهتمام بالجانب النفسي من خلال اعداد مناهج و برامج نفسية بعد التعرف على الخلل الموجود في الفريق من خلال تحديد وشخيص ابعاد النفسية السلبية من خلال الاختبارات النفسية.

فمثلاً تعد الدافعية من بين أهم محركات السلوك والتي تدفع الفرد إلى المزيد من النشاط والحركة وبذل الجهد وتثيره لمحاولة تحقيق هدف معين أهداف معينة. وفي ضوء ذلك تعد المقاييس والاختبارات وسائل فعالة للتعرف على هذه السمة من جهة وإثارة دافعية التلاميذ والتلميذات أو اللاعبين واللاعبات نحو التعليم والتدريب في لعبة كرة اليد ومحاولة الارتقاء بمستوياتهم المهارية أو البدنية أو الحركية، وكذلك محاولة

التفوق على الآخرين. كما أن عملية تكرار القياس والاختبار تعد من الأهمية بمكان لإثارة اهتمام التلاميذ والتلميذات أو اللاعبين واللاعبات لمعرفة مستوياتهم الحالية ومقارنتها بمستوياتهم السابقة، وبالتالي يثير لديهم الدافعية نحو المزيد من الإتقان والتطور ومحاولة توقع مستوياتهم المستقبلية إذ يفضل التلاميذ واللاعبين مقارنة ما سجلوه وحصلوا عليه حالياً من نقاط وأهداف بمستوى أدائهم السابق مما يساعدهم على رفع مستوى أدائهم.