

تأثير تمارينات مشابهة للعب في تطوير مهارتي الخداع والتصويب من القفز عاليا بكرة اليد

للطالبات

مروة أحمد جبر*، أم. د نسرین حسن ناجي

جامعة الكوفة، كلية التربية للبنات، قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة، العراق

تاريخ نشر البحث 2024/7/25

تاريخ استلام البحث 2024/5/16

الملخص

يهدف البحث إلى أعداد تمارينات مشابهة للعب في مادة كرة اليد لطالبات المرحلة الثانية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة / كلية التربية للبنات / جامعة الكوفة لتطوير مهارتي الخداع والتصويب من القفز عاليا اما مشكلة البحث فقد تبلورت من خلال ملاحظة الباحثتان الى افتقار جانب التشويق والاثارة في التمارينات المستخدمة في تدريس مادة كرة اليد لدى طالبات قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة حدد مجتمع وعينة البحث من طالبات لمرحلة الثانية / قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة الكوفة للعام الدراسي 2023-2024 والبالغ عددهن (26) طالبة اما اهم الاستنتاجات توصلت اليها الباحثتان إلى أن التمارينات المشابهة المعدة ساعدت على رفع مستوى الأداء المهاري لمهارتي الخداع والتصويب من القز عاليا وان هناك فروق معنوية بين مجموعتي البحث ولصالح المجموعة لتجريبية في تطوير الأداء لمهارتي الخداع والتصويب بكرة اليد وتوصي الباحثتان بضرورة توجيه أساتذة التربية البدنية وعلوم الرياضة الى استخدام التمارينات المشابهة للأداء في تطوير المهارات المختلفة

الكلمات المفتاحية:

التمارين المشابهة ، مهارتي الخداع والتصويب من القفز عاليا ، بكرة اليد.

The effect of exercises similar to playing in developing the skills of deception and shooting by jumping high with handball for female students

Marwa Ahmed Jabr*, Asst. Prof. Dr. Nisreen Hassan Naji

University of Kufa - College of Education for Girls - Department of Physical

Education and Sports Sciences

Date of receipt of the research: 5/16/2024 Date of publication of the research: 7/25/2024

Abstract

The research aims to prepare exercises similar to playing handball for second-year female students in the Department of Physical Education and Sports Sciences / College of Education for Girls / University of Kufa to develop the skills of deception and aiming by jumping high. As for the problem of the research, it crystallized through the researchers' observation of the lack of suspense and excitement in the exercises. Used in teaching handball among female students of the Department of Physical Education and Sports Sciences. The population and sample of the research were female students for the second stage / Department of Physical Education and Sports Sciences / University of Kufa for the academic year 2023-2024, numbering (26) students. As for the most important conclusions, the two researchers reached that similar exercises prepared It helped to raise the level of skill performance for the skills of deception and aiming from the ball to a high level, and there are significant differences between the two research groups and in favor of the experimental group in developing performance for the skills of deception and aiming with handball. The researchers recommend the necessity of directing teachers of physical education and sports sciences to use exercises similar to performance in developing the various skills.

Keywords:

Similar exercises, deception and high-jump shooting skills, handball.

1 - التعريف بالبحث:**1-1 مقدمة البحث وأهميته**

تعد كرة اليد من الألعاب الفرقيه المحببة لجميع الفئات العمرية وذلك لما تحمله هذه اللعبة من اثاره وتشويق وتحتاج هذه اللعبة اتقاننا كبيرا اثناء الأداء وسنركز في بحثنا هذا على مهارتي الخداع والتصويب من القفز عاليا لما لهذه المهارتين من أهمية كبيرة في لعبة كرة اليد للتغلب على المنافس واحراز الفوز من خلال اعدادنا لتمرينات تشبه حالات اللعب وهذه التمرينات من شأنها تطوير مهارتي الخداع والتصويب من القفز عاليا وعليه تكمن أهمية البحث من خلال اعداد مجموعة تمرينات مشابهة لحركات اللعب وادخالها ضمن الوحدات التعليمية وبالتالي تطوير مهارتي الخداع والتصويب بكرة .

2-1 مشكلة البحث: لاحظت الباحثان افتقار التمرينات المستخدمة في تدريس مادة كرة اليد الى جانب المتعة والتشويق لذلك ارتأت الباحثان في تقديم اضافة علمية من خلال اعداد تمرينات مشابهة للعب لغرض تطوير مهارتي الخداع والتصويب من القفز عاليا

3-1 اهداف البحث:

1- اعداد تمرينات مشابهة لتطوير مهارتي الخداع والتصويب من القفز عاليا بكرة اليد للطالبات
2 - التعرف على تأثير التمرينات المشابهة للعب في تطوير مهارتي الخداع والتصويب من القفز عاليا بكرة اليد للطالبات

3 - التعرف على افضلية التأثير بين الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة

4-1 فروض البحث

- للتمرينات المشابهة للعب تأثير معنوي في تطوير مهارتي الخداع والتصويب بكرة اليد.

5-1 مجالات البحث:

5-1-1 - المجال البشري: عينة من طالبات المرحلة الثانية في قسم التربية البدنية وعلوم

الرياضة / كلية التربية للبنات / جامعة الكوفة

5-1-2 - المجال المكاني: قاعة الدروس العملية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة / كلية

التربية للبنات / جامعة الكوفة

5-1-3 - المجال الزمني: للمدة من 2024/1/15 الى 2024/ 4/ 24.

2 - منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

1-2 - منهجية البحث: إنّ أهداف البحث التي تطرقت اليها الباحثتان هي التي تحدد طبيعة المنهج لذلك فالمنهج التجريبي يمثل القدرة على التحكم في جميع المتغيرات والعوامل الاساسية باستثناء متغير واحد حيث يتم السيطرة عليه لغرض معرفة تأثيره في العملية التعليمية والتدريبية ولذا استخدمت الباحثتان المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين (الضابطة والتجريبية) ذات الاختبارين القبلي والبعدي لملائمة اهداف البحث.

2 - 2 مجتمع البحث وعينته:

تم تحديد مجتمع البحث من طالبات المرحلة الثانية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية للبنات / جامعة الكوفة للعام الدراسي (2023 — 2024) والبالغ (26) طالبة بنسبة مئوية 100% وتم اختيار العينة البحث بالطريقة العشوائية وتم تقسيمها الى مجموعتين احدهما المجموعة التجريبية التي كانت عددها (10) طالبات التي سوف يتم تطبيق التمارين المشابهة عليها والثانية اما المجموعة الضابطة كانت عددها (10) طالبات وتم تطبيق الاسلوب المدرس المتبع وتمثلت النسبة المئوية 76.92% وكانت عينة التجربة الاستطلاعية وبواقع 6 طالبات و تمثلت النسبة المئوية 23.07%.

جدول (1) يبين مجتمع البحث وعينته

ت	العينة	العدد	النسبة المئوية
1	المجتمع الكلي	26	100%
2	عينة التجربة الرئيسية	20	76.92%
3	عينة التجربة الاستطلاعية	6	23.07%

2 - 3 الاختبارات المستخدمة:

2 - 3 - 1 اختبار مهارة الخداع المركب:

اسم الاختبار: - الخداع بالكرة والتصويب.

الغرض من الاختبار: - قياس الاداء المهارى للخداع.

الادوات المستخدمة: ملعب كرة يد. كرات يد عدد (8) لاعب مدافع. كامرة تصوير.

طريقة الاداء: يقف اللاعب المدافع على خط السبعة متر ويف المختبرين امامه لاستلام الكرة من الزميل على الجانب، إذا كان اللاعب بالذراع الايسر او اليمين وعمل تمويه خداع بالمناولة جانب ثم التحرك عكس الخداع لليد بظب الكرة مرة واحدة والتحرك بالكرة للداخل والتصويب

على المرمى من (6) متر.

طريقة التسجيل: يتم تسجيل تقييم الاستمارة عن طريق ثلاثة محكمين لتقييم الاداء لمهارة الخداع بحيث يقوم كل الحكم بتسجيل الدرجة المناسبة لكل لاعب مختبر وحسب التقسيمات المبنية في استمارة الدرجات وكالاتي:

الركضة التقريبية والقسم التحضيري (5) درجات/ استلام الكرة من المدرب بشكل صحيح (5) درجات/ الوثب والاستعداد لتصويب (5) درجات / الاستقرار في الهواء والتصويب (5) درجات

2 - 3 - 2 الخداع البسيط بكرة اليد

اسم الاختبار: - الاداء الفني لمهارة الخداع البسيط.

الغرض من الاختبار: - تقويم الاداء الفني للخداع البسيط عن طريق الخبراء.

الادوات المستخدمة: كامرة تصوير. كرة يد عدد (8). مدافع (سلبى). ملعب كرة يد قانوني. مواصفات الاداء: تحدد المسافة بين المدافع واللاعب المختبر ب(1.50م) ويقوم اللاعب المختبر بعملية الخداع البسيط والمتعارف عليها بأخذ ثلاث خطوات، الأولى عكس الذراع الرامية والاخرى باتجاه الذراع الرامية والأخيرة تكملة الاداء الفني، خلال هذا الاداء يتم تصوير اللاعب المختبر ويعرض على ثلاث خبراء ويعطى للمختبر ثلاث محاولات.

طريقة التسجيل: يتم تقويم اداء المختبر في المحاولات الثلاث عن طريق الخبراء، علما ان درجة التقويم النهائية تكون من (10 درجات) ويكون التقسيم الدرجة كالاتي:

الجزء التحضيري (4) درجات/ الجزء الرئيس (4) درجات/ الجزء الختامي (2) درجة.

علما ان الدرجة الكلية للتقويم هي (10) درجات، ويكون بعدها اختيار أفضل درجة من كل مقوم وذلك من خلال استخراج الوسط الحسابي للدرجات الثلاثة⁽¹⁾.

2 - 3 - 3 الاختبار الثالث: التصويب من القفز عاليا

اسم الاختبار: الاداء الفني لمهارة التصويب من القفز عاليا.

الغرض من الاختبار: - تقويم الاداء الفني لمهارة التصويب من القفز عاليا.

الأدوات المستخدمة: ملعب كرة يد قانوني. كرات يد قانونية عدد (8). استمارة تقويم معدة مسبقا. مواصفات الأداء-يقوم اللاعب المختبر بأداء مهارة التصويب من القفز عاليا من المنطقة المحددة ب(9 م) ويعطى المختبر ثلاث محاولات متتالية لأداء المهارة.

طريقة التسجيل: - يقوم مقومين بتقويم المحاولات لكل لاعب مختبر، اذ يمنح كل مقوم ثلاث درجات لكل لاعب مختبر وفق التقسيم المختار كما يأتي:

القسم التحضيري (3) درجات/ القسم الرئيسي (4) درجات / القسم الختامي (3) درجات.

علما أن الدرجة الكلية للتقويم هي (10) درجات ويكون بعدها اختيار أفضل درجة من كل مقوم وذلك من خلال استخراج الوسط الحسابي للدرجات الثلاثة.

4-2 التجربة الرئيسية: بعد اجراء الاختبارات القبليه قامت الباحثتان بأجراء التكافؤ لكي تكون نقطة الشروع واحدة لكلا المجموعتين (الضابطة و التجريبية) بصورة متكافئة في متغيرات البحث التي تم تحديدها وعدم التحيز من قبل الباحثتان لمجموعتها التجريبية تم اجراء التكافؤ للمجموعتين في متغيرات القدرات الحركية بعض انواع التصويب و الخداع بكرة اليد بالاعتماد على مقارنة القيمة المحسوبة بقيمة (sig)

2- 5 لتحليل الاحصائي: - بعد حصول الباحثتان على البيانات الأولية تم الاستعانة برنامج (spss) الاحصائي لغرض الحصول على النتائج الخاصة بالبحث وهي:

الوسط الحسابي / الانحراف المعياري / النسبة المئوية / معامل الالتواء / معامل اختبار بيرسون >

3- النتائج: - نتائج البحث (عرضها- تحليلها- مناقشتها)

3-1 عرض وتحليل النتائج الاختبارات القبليه وبعض انواع الخداع والتصويب من القفز عاليا بكرة اليد للمجموعة التجريبية ومناقشتها

الجدول (2)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة وقيمة (sig) ومعنوية الفرق

للاختبارات القبليه والبعديه للمجموعة التجريبية لمتغيرات البحث

الدلالة	Sig	قيمة t	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	متغيرات البحث
			ع	س	ع	س		
معنوي	0.00	22.01	0.99	6.90	0.62	1.65	درجة	التصويب بالقفز عاليا
معنوي	0.00	24.50	1.26	16.50	1.07	11.40	درجة	الخداع المركب
معنوي	0.00	27.38	0.94	6.70	0.58	1.70	درجة	الخداع البسيط

يبين الجدول (2) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومدى اختلافهم قبل تنفيذ الوحدات التعليمية ولبيان دقة الفروق بين الاختبارات القبليه والبعديه استخدمت الباحثتان اختبار (t) وقد بلغت

قيمة (t) المحسوبة (9.93) واما قيمة (sig) (0.00) وهي اقل من مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (9) مما يدل على ان الفرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

2-3 مناقشة النتائج الاختبارات القبلية والبعدي لبعض انواع الخداع والتصويب من القفز عاليا بكرة اليد للمجموعة التجريبية

من خلال ما تم عرضه من النتائج وتحليلها في الجدول السابق اتضح أن التطور تتطابق نتائجها مع ما تم توقعه في الفروض اذ اتضحت الفروق المعنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية في مهارتي الخداع والتصويب من القفز عاليا بكرة اليد وتعزو الباحثان أن هذا التفوق الحاصل يعود الى فاعلية التمرينات المشابهة للعب المستخدمة من قبل الباحثان التي اعدتها وطبقتها على وفق الأسس العلمية الخاصة بها

2-3 عرض وتحليل النتائج الاختبارات القبلية والبعدي وبعض انواع الخداع والتصويب من القفز عاليا بكرة اليد للمجموعة الضابطة ومناقشتها

جدول (3)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة ومستوى الدلالة لاختبارات

المهارات القبلية والبعدي للمجموعة الضابطة

متغيرات البحث	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة t	Sig	الدلالة
		ع	س	ع	س			
التصويب بالقفز عاليا	درجة	1.701	0.411	5.900	1.011	22.808	0.000	معنوي
الخداع المركب	درجة	11.506	1.110	14.805	1.619	11.476	0.000	معنوي
الخداع البسيط	درجة	1.705	0.483	5.900	0.737	31.505	0.000	معنوي

يبين الجدول (3) الخاص بالوصف الاحصائي لنتائج الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعة الضابطة لاختبارات مهارتي التصويب من الثبات ومن القفز عاليا ومن القفز اماما و الخداع المركب والبسيط فقد جاءت قيم اوساطه الحسابية في الاختبار القبلي على التوالي (1.701، 1.705، 11.506) وبانحرافات معيارية (0.411، 1.110، 0.483) في حين جاءت اوساطها الحسابية في الاختبار البعدي

(5.900 ، 1.619 ، 0.737) وبانحرافات معيارية (1.011، 1.619، 0.737) ولغرض معرفة الفروقات بين الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة استخدمت الباحثان اختبار (t) وقد بلغت قيمة (t) المحسوبة على التوالي (22.808 ، 11.476 .31.505) واما قيمة (sig) (0.00) ولجميع الاختبارات وبالتالي جميعها اقل من مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (9) مما يدل على ان الفرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدى ولصالح الاختبار البعدى
- مناقشة النتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للقدرات الحركية وبعض انواع التصويب والخداع بكرة اليد للمجموعة الضابطة:

من خلال ما تم عرضه من النتائج وتحليلها في الجدول السابق(3) اتضح ان هناك فروقاً ذات دلالة معنوية بين الاختبارات القبليّة والبعدية ولصالح الاختبار البعدى مهارتي الخداع والتصويب بالرغم من خضوع المجموعة التجريبية الى التمرينات المشابهة للعب التي اعدتها الباحثان فان هذا لا ينفي تطور المجموعة الضابطة وتعزو هذا التطور للمجموعة الضابطة الى استخدام التمرينات الاعتيادية بالصورة الصحيحة التي وضعها المدرس فضلا عن انتظام الطالبات في الوحدات التعليمية والاستمرار من دون انقطاع خلال فترة تطبيق الباحثان التمرينات المشابهة للعب كان له دور واضح في مهارتي الخداع والتصويب في كرة اليد مما أدى الى تطور بسيط مقارنة بنتائج المجموعة التجريبية كما تعزو الباحثان ان استخدام عدد من التكرارات الكافية للتمرينات في عملية التعلم يؤدي الى تحسين الاداء بشكل ملحوظ عند الطالبات ويشير (احمد عبد الرحمن رجا المسالمة) " أن التكرار المعزز الذي من خلاله نلاحظ تحسناً تدريجياً في اداء اللاعب نتيجة التعزيز الذي يحدث نتيجة للمثيرات الداخلية التي تمد اللاعب بالمعرفة للوصول الى الاداء الصحيح

وأن تكرار الأداء ساعد في تطور المهارات والقدرات الحركية وهذا ما أكده (أمين أنور الخولي وأسامة كامل راتب) " أن التكرار يعد أساسا للتعلم.

3-3 عرض وتحليل النتائج الاختبارات البعدية ومهاتري الخداع والتصويب من القفز عاليا بكرة اليد

للمجموعتين الضابطة والتجريبية ومناقشتها

جدول (4)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة ومستوى الدلالة للاختبارات

لمهاتري الخداع والتصويب من القفز عاليا للمجموعتين الضابطة والتجريبية

الدالة	Sig	قيمة t	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	متغيرات البحث
			ع	س	ع	س		
معنوي	0.022	2.509	0.994	6.901	1.011	5.900	درجة	التصويب بالقفز عاليا
معنوي	0.018	2.913	1.269	16.500	1.619	14.805	درجة	الخداع المركب
معنوي	0.050	2.125	0.948	6.703	0.737	5.900	درجة	الخداع البسيط

يبين الجدول (4) أعلاه نتائج الاختبارات البعدية لمهاتري الخداع بنوعيه المركب والبسيط والتصويب من القفز عاليا للمجموعة التجريبية والضابطة فقد جاءت قيم الأوساط الحسابية للمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي على التوالي (5.900، 14.805، 5.900) وبانحرافات معيارية (1.011، 1.619، 0.737) في حين جاءت الأوساط الحسابية لنفس الاختبارات للمجموعة التجريبية كالاتي (6.901، 16.500، 6.703) وبانحرافات معيارية (2.509، 2.913، 2.125) وبدرجة معنوية (sig) (0.022، 0.018، 0.050) وهي جميعها أصغر من نسبة الخطأ (0.05) عند درجة حرية (9) وهذا يؤكد معنوية الفروق ولصالح نتائج المجموعة التجريبية وهو دالة تأثير المتغير المستقل

مناقشة نتائج الاختبارات البعدية وبعض انواع الخداع والتصويب من القفز عاليا بكرة اليد للمجموعتين الضابطة والتجريبية

من خلال ما تم عرضه من النتائج الاختبارات وتحليلها في الجدول السابق (4) اتضح ان هناك فروقاً معنوية بين الاختبارات البعدية للمجموعتين وكان لصالح المجموعة التجريبية في كل المتغيرات المبحوثة وتعزو الباحثان سبب ذلك الفرق الى التمرينات المشابهة للعب والتي تم ادخالها في الجزء الرئيسي في الوحدة التعليمية للمجموعة التجريبية مما عملت هذه التمرينات حالة من التشويق والاثارة لدى الطالبات وذلك من خلال استخدام الوسائل والادوات في التمرينات التي تعمل على المساعدة في الانجاز الوحدات التعليمية بالشكل المطلوب وتعزيز عملية التعلم كما ان الاداء عليها يكون مشابها لأداء المباريات وقد اتفقت الباحثتان مع ما ذكره كل من (ضياء الخياط ، ونوفل الحيايلى 2001) ان المبادئ

الاساسية المهمة والواجب مراعاتها خلال العملية التدريبية والتعليمية هي توافر الادوات والاجهزة المساعدة التي تعمل على سرعة التعلم.

4 - الاستنتاجات والتوصيات.

1-4 الاستنتاجات

1. اثبتت التمرينات المشابهة للعب تفوقا على منهج المجموعة الضابطة في تطوير القدرات الحركية ومهاتري الخداع والتصويب من القفز عاليا بكرة اليد للطلبات.
2. استخدام التمرينات المشابهة التعليمية ساهمت في زيادة فاعلية العملية التعليمية وساهمت في تحسين مخرجاتها.

2-4 التوصيات

- 1- استخدام التمرينات المشابهة للعب في تدريس باقي مهارات كرة اليد لما لها من دور فعال في رفع مستوى أداء المهارات والقدرات.
- 2- إجراء دراسات مماثلة على العاب رياضية أخرى فردية وجماعية.

المصادر:

- احمد بدر: اصول البحث العلمي ومناهجه، ط5، وكالة المطبوعات الكويت، 1979م
- احمد عبد الرحمن رجا المسالمة: إثر المنهج التدريبي المقترح في تطوير الادراك الحس حركي وعلاقته بالمستوى المهارى بكرة اليد، أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2000.
- ضياء الخياط ونوفل محمد: كرة اليد، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 2001.
- علي سلوم جواد: الاختبارات والقياس في المجال الرياضي، ط1، الطيف للطباعة، القادسية 2004
- منصور حمزة: تأثير منهج المستوى البرونزي للمدرسة الدنماركية في تعليم المهارات الأساسية للاعبى المدارس، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة الكوفة 2019