

تأثير تمارين نوعية دفاعية في تعلم بعض مهارات كرة اليد للطلاب

استلام البحث : ٢٠٢٤/٦/٤

د. رولا مقداد عبيد

م. حيدر زغير علوان

جامعة القادسية – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة القادسية – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

قبول البحث : ٢٠٢٤/٧/٣

Haider.zghsir@qu.edu.iq

ملخص البحث

قد اهتم الخبراء والمختصون والمدربون في دراستهم وبحوثهم الميدانية في مجال لعبة كرة اليد واستعانوا باستخدام وسائل مختلفة في معرفة النواحي المهارية والخطية، من اجهزة سمعية وبصرية و وسائل اخرى ذات تقنية عالية لتشخيص الحالات السلبية وتجاوزها للوصول الى افضل النتائج اذ ان الدفاع بكرة اليد هو جزء مهم من استراتيجية اللعب وقد يتفوق على الهجوم اذ ان الدفاع القوي يحول دون دخول هدف في المرمى وكذلك الحصول على الكرة. وهدف البحث الى اعداد تمارين نوعية دفاعية (ذهنية وبدنية - مهارية) خاصة بالمهارات الدفاعية (حائط الصد الدفاعي في اتجاه واحد التحركات الدفاعية المتنوعة) بكرة اليد، والتعرف على تأثير تلك التمارين النوعية الدفاعية في تعلم بعض المهارات الدفاعية بكرة اليد لطلاب المرحلة الثالثة – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة القادسية، اما الاجراءات البحثية فهي كالآتي -مجتمع وعينة البحث تم تحديد مجتمع البحث من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم لرياضة/المرحلة الثالثة للعام الدراسي ٢٠٢٣-٢٠٢٤ وتم اختيار (٣٠) طالب من مجتمع قدره (٨٦) طالب اذ شكلت العينة نسبة (٣٤,٨٨٪) من مجتمع الاصل، اذ تم اختيارهم بالطريقة العشوائية قسم الباحث عينة البحث الى مجموعتين (مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة) وبواقع (١٥) طالب لكل مجموعة، ثم اجرى الباحث التجانس والتكافؤ لكل مجموعة، وكانت اهم النتائج هي وجود فروق في قيم بعض المهارات الدفاعية بكرة اليد قيد الدراسة(حائط الصد الدفاعي في اتجاه واحد و التحركات الدفاعية المتنوعة) في الاختبار البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية فباستخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة لاستخراج الفروق ظهرت فروقاً معنوية في الاختبار البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية اما اهم الاستنتاجات فكانت التمارين النوعية الدفاعية (الذهنية – البدنية – المهارية) كان لها دور فعال اكثر من الاسلوب المتبع من قبل مدرس المادة في تعلم المهارات الدفاعية المختارة (حائط الصد الدفاعي في اتجاه واحد, التحركات الدفاعية المتنوعة).

الكلمات المفتاحية : (تمارين نوعية دفاعية , المهارات الدفاعية , حائط الصد الدفاعي في اتجاه واحد)

The effect of specific exercises on learning some handball skills for students**Haider Zagher Alwan**University of Al-Qadisiyah - College of
Physical Education and Sports Sciences**Prof.Dr. Rula Miqdad Abdel Reda**University of Al-Qadisiyah - College of
Physical Education and Sports Sciences**Abstract**

Experts, specialists and trainers have paid attention in their studies and field research in the field of the game of handball and have used various means to know the skill and tactical aspects, including audio-visual devices and other high-tech means to diagnose negative situations and overcome them to reach the best results, as defending handball is an important part. From the playing strategy, it may outperform the attack, as a strong defense prevents a goal from entering the goal, as well as obtaining the ball. The goal of the research is to prepare specific defensive exercises (mental, physical, and skill) specific to defensive skills (defensive blocking wall in one direction, various defensive moves) hand, and identifying the effect of these specific defensive exercises in learning some defensive skills in handball for third stage students - College of Physical Education and Sports Sciences - Al-Qadisiyah University. As for the research procedures, they are as follows - Research population and sample. The research population was determined from students of the College of Physical Education and Sports Sciences/ The third stage for the academic year ٢٠٢٣-٢٠٢٤, and (٣٠) students were selected from a population of (٨٦) students, as the sample constituted a percentage of (٣٤,٨٨٪) of the original population. They were chosen in a random manner. The researcher divided the research sample into two groups (an experimental group and a control group). (١٥) students for each group, then the researcher conducted

homogeneity and equivalence for each group, and the most important results were that there were differences in the values of some of the handball defensive skills under study (the defensive blocking wall in one direction and the various defensive movements) in the post-test between the control and experimental groups, using... T-test for independent samples to extract differences. Significant differences appeared in the post-test between the control and experimental groups and in favor of the experimental group. As for the most important conclusions, the defensive specific exercises (mental - physical - skill) had a more effective role than the method used by the subject teacher in learning skills. Selected defense (defensive blocking wall in one direction, various defensive moves

Keyword (defensive specific exercises ,defensive skills (defensive blocking)

١ - المقدمة:-

التعلم الحركي حاله حال العلوم الاخرى التي لها علاقة بالتربية البدنية يساهم بشكل فعال في بناء القاعدة الصحيحة لإداء مختلف المهارات والحركات الرياضية خصوصا استخدام التمرينات النوعية التي تهدف الى تطوير الرياضات والالعاب بشكل ملحوظ.

كما وتعتبر لعبة كرة اليد من الالعاب الرياضية التي تحتاج الى بناء قاعدة اساسية صحيحة حيث تحظى بنسبة عالية من الدعم والتشجيع شأنها شأن الالعاب الرياضية المختلفة كونها تحتل مكانة خاصة ومهمة في دول العالم العربي والاوربي لانها لعبة جماعية وتمارس من كلا الجنسين وبالنسبة للمهارات الدفاعية فيها عملية ايضاح الخطط والتشكيلات الدفاعية لا يكفيان وحدهم بالدفاع عن المرمى وانما يجب ان يكون هناك مستوى عالي من اداء المهارات الدفاعية لكل لاعب مع اعضاء الفريق المدافع لإنجاح عملية الدفاع بكرة اليد ومنع وصول اعطاء الفريق الخصم .

مما تقدم تكمن الاهمية للدراسة الحالية في التوصل الى وسيلة او طريقة لتطوير التعلم الصحيح للمهارات الدفاعية بشكل مكثف لهم وبطريقة علمية صحيحة ومتقنة.

كما حدد الباحث مشكلة البحث في الاجابة على التساؤل التالي:

(هل التمرينات النوعية المقترحة من قبل الباحث تؤثر ايجابا في تعلم المهارات الدفاعية بكرة اليد للطلاب) ؟

٢- الغرض من الدراسة

هو التعرف على تأثير التمارين الدفاعية النوعية في تعلم بعض المهارات الدفاعية بكرة اليد لطلاب المرحلة الثالثة – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة القادسية.

٣- الطريقة والإجراءات :

٣-١ مجتمع وعينة البحث :- تم تحديد مجتمع البحث من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/المرحلة الثالثة للعام الدراسي ٢٠٢٣-٢٠٢٤ وتم اختيار (٣٠) طالب من مجتمع قدره (٨٦) طالب اذ شكلت العينة نسبة (٣٣,٨٨٪) من مجتمع الاصل تم اختيارهم بالطريقة العشوائية قسم الباحث عينة البحث الى مجموعتين (مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة) وبواقع (١٥) طالب لكل مجموعة، ثم أجرى الباحث التجانس والتكافؤ لكل مجموعة وكما موضح في الجداول (٣،٢،١).

الجدول (١)

يبين التوزيع الطبيعي المجموعة الضابطة

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط	الانحراف	الوسيط	الالتواء	الاختلاف	الدلالة
١	اختبار حائط الصد الدفاعي في اتجاه واحد	ثا	٢,٧٣٣	٠,٥٠٠	٣,٠٠٠	٠,٧٥٦-	١٨,٢٧٥	متجانس
٢	اختبار التحركات الدفاعية المتنوعة	ثا	٣,٠٣٣	٠,٥٦٩	٣,١٠٠	٠,٤٥٣-	١٨,٧٦٠	متجانس

الجدول (٢)

يبين التوزيع الطبيعي المجموعة التجريبية

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط	الانحراف	الوسيط	الالتواء	الاختلاف	الدلالة
١	اختبار حائط الصد الدفاعي في اتجاه واحد	ثا	٢,٧١٣	٠,٤٩٠	٣,٠٠٠	٠,٦٩٥-	١٨,٠٤٨	متجانس
٢	اختبار التحركات الدفاعية المتنوعة	ثا	٢,٩٨٧	٠,٥١٠	٣,١٠٠	٠,٨٦٣-	١٧,٠٦٦	متجانس

الجدول (٣)

يبين تجانس وتكافؤ أفراد عينة البحث

المتغيرات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		t المحسوبة	مستوى الدلالة	ليفين	مستوى الدلالة
	ع	س	ع	س				
اختبار حائط الصد الدفاعي في اتجاه واحد	٠	٢,٧٣٣	٠,٤٩٠	٢,٧١٣	٠,١١١	٠,٩١٣	٠,٠٣٨	٠,٨٤٧
اختبار التحركات الدفاعية المتنوعة	٩	٣,٠٣٣	٠,٥١٠	٢,٩٨٨	٠,٢٣٧	٠,٨١٥	٠,٠٩٠	٠,٧٦٦

٣-٢ تصميم الدراسة :

اعتمد الباحث على المنهج التجريبي لكونه يتلاءم مع طبيعة مشكلة البحث إذ يعد اختيار المنهج الملائم ضرورة من ضروريات البحث العلمي , فقد تنوعت مناهج البحث العلمي ، إذ أن اختيار منهج البحث يجب أن يتناسب مع مشكلة البحث وكيفية الوصول الى حل المشكلة . بالإضافة الى ذلك ان طبيعة الظاهرة التي يتطرق اليها الباحث هي التي تحدد نوع المنهج المستخدم بخطواته العلمية الدقيقة .

٣-٣ المتغيرات المدروسة :

أولاً : التمرينات النوعية الدفاعية :

ثانياً: بعض المهارات النوعية الدفاعية (اختبار حائط الصد الدفاعي في اتجاه واحد, اختبار التحركات الدفاعية المتنوعة)

٣-٤ الاختبارات المستخدمة :

إنَّ الاختبارات إحدى وسائل التقويم والقياس والتشخيص والتوجيه في المناهج والخطط المختلفة للمستويات وللمراحل العمرية جميعها , إذ " تقوم بدور مؤثر الذي يشير بوضوح إلى مدى التقدم والنجاح في تحقيق الأهداف الموضوعية .

اولاً/ اختبار حائط الصد الدفاعي في اتجاه واحد. (١:٣)

١- الغرض من الاختبار

قياس قدرة اللاعب على الاداء المتكرر بنفس معدل حائط الصد الدفاعي.

٢- الادوات

ملعب كرة يد، كرة يد معلقة في قائم بار تفاع (٢٦٠سم)، شريط لاصق، شريط قياس، ساعة إيقاف.

٣- مواصفات الاداء

توضع العلامة بالشريط اللاصق على خط ال ٦ امتار يقف المختبر فوق العلامة على ال ٦ امتار ويكون مواجه للكرة المعلقة والتي تكون مثبتة في القائم على خط ال ٩ امتار او ال ٨ امتار عند اعطاء المختبر اشارة البدء البصرية يقوم بالتحرك للأمام ليثب لاعلى واداء مهارة حاط الصد حيث يلامس الكرة المعلقة بكلتا يديه ليكرر الاداء اكبر عدد ممكن لمدة عشر ثوان.

٤- شروط الاداء

في كل مرة يثب فيها المختبر لاداء حائط الصد الدفاعي يجب ملامسة الكرة بكلتا يديه في كل مرة يجب على المختبر البدء من العلامة المرسومة فوق خط ال ٦ امتار على المختبر تكرر الاداء الى ان يعطى له اشارة انتهاء الوقت المحدد للاختبار، حركة المختبر تكون مماثلة تماماً لحركة الدفاع لصد الكرات المصوبة على المرمى من الوثب خاصة شكل الذراعين والمسافة بينهما واليدين واتجاه كفين اليدين للأمام لمواجهة الكرة.

٥- يسجل للمختبر عدد المحاولات الصحيحة التي قام بها خلال ال ١٠ ثواني المحددة للاختبار.

ثانياً/ اختبار التحركات الدفاعية المتنوعة**١- الغرض من الاختبار**

قياس سرعة اداء التحركات الدفاعية للجانب وللإمام وللخلف بميل

٢- الادوات

ملعب كرة يد، كرة يد، شريط لاصق، شريط قياس، ساعة إيقاف, شواخص ملونة (كونزات).

٣- مواصفات الاداء

ترسم خمس علامات ثلاث منها (أ،ب،ج) بالقرب من خط ال ٦ امتار والمسافة بينهما ١٥٠ سم واثنان على خط ال ٩ امتار (د،ه) في مقابلة علامتي ال ٦ امتار على الاطراف، يقف المختبر عند العلامة (أ) وعند اعطاء اشارة البدء البصرية يقوم بعمل تحركات جانبية للعلامة (ب) ثم يتحرك للأمام للعلامة (د) ثم يتحرك بالظهر للعلامة (أ) ثم للجانب للعلامة (ج) ثم للامام للعلامة (ه) ثم يعود للخلف بالظهر للعلامة (أ) يكرر الاداء لأكبر عدد لمدة ٣٠ ثانية.

٤- شروط الاداء

حركة المختبر تكون مماثلة تماماً لحركة الدفاع من حيث تحركات الرجلين وشكل الذراعين واليدين ويجب وصول المختبر للعلامة المرسومة وملاستها بالقدمين على المختبر تكرر الاداء الى اشارة نهاية الوقت المحدد للاختبار.

٥- لكل علامة من العلامات المرسومة درجة وتعتبر المحاولة صحيحة اذا اكمل العلامات كافة اما اذا انتهى الوقت المحدد للاختبار ولم يكمل المختبر المحاولة ووصل الى علامات محددة ولم يكمل باقي العلامات تجمع درجة العلامة التي تم الوصول اليها وتضاف الى درجة المحاولات الصحيحة الكاملة

٣-٥ التجربة الاستطلاعية

اجرى الباحث تجربة استطلاعية على عينة من خارج عينة البحث وكان عدد العينة (١٠) طلاب من المرحلة الثالثة /طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة القادسية، وقد اجريت هذه التجربة بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢ وكان الغرض من التجربة ما يلي:

١- التعرف على مدى ملائمة المنهج التعليمي والاختبارات مع مستوى افراد العينة.

٢- التأكد من سلامة عمل الاجهزة.

٣- تلافى الصعوبات التي قد تواجه عمل الباحث.

٤- استخراج الاسس العلمية لاختبارات التحركات الدفاعية

وقد كشفت التجربة عن الاتي:

- ملائمة المنهج التعليمي والاختبارات مع مستوى افراد العينة.
- كفاءة فريق العمل المساعد وكفايته في تنفيذ مفردات المنهج التعليمي والاشراف على الاختبارات وتنظيمها.

٣-٦ الاسس العلمية للاختبار

● الصدق

استخدم الباحث صدق المحتوى والذي يستخرج من اراء الخبراء ذوي الاختصاص باللعبة ملحق(١) لمعرفة مدى ملائمة الاختبارات لقياس المهارات الدفاعية قيد البحث وحصل الباحث نسبة ١٠٠٪ من اتفاق الخبراء على الاختبارات وكما بالجدول(٤).

● الثبات

اجرى الباحث الاختبار الاول بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٢ على ١٠ طلاب من خارج عينة البحث وبعد اسبوع اي بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/٩ تم اجراء الاختبار الثاني وتحت نفس الظروف التي اجري بها الاختبار الاول واستخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون بين الاختبارين الاول والثاني وكانت النتيجة وجود ارتباط معنوي قوي بين الاختبارين الاول والثاني حيث كانت درجة الارتباط المحسوبة بين الاختبارين (٠,٨٩) وبمقارنة هذه الدرجة بالدرجة الجدولية البالغة (٠,٦٣) تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) نجد ان درجة الارتباط المحسوبة اعلى من درجة الارتباط الجدولية، بالتالي هناك ارتباط ذو دلالة معنوية بين الاختبارين، كما موضح بالجدول (٥)، وبذلك نستنتج ان الاختبار ثابت.

● الموضوعية

بأجماع خبراء اللعبة ملحق (٤) الاختبارات المهارية المستخدمة اختبارات سهلة وبسيطة التطبيق من قبل افراد العينة، غير قابلة للتصرف الذاتي من قبل الحكام، اي بعيدة عن التقويم الذاتي الشخصي، فهي تعتمد الزمن والمسافة والدرجة والتكرار، لذا هي ذات موضوعية عالية.

الجدول (٤)

يبين معامل الثبات وموضوعية الاختبارات المطبقة على عينة التجربة الاستطلاعية

الاختبارات	معامل الثبات	الدلالة	معامل الموضوعية	الدلالة الإحصائية
اختبار حائط الصد الدفاعي في اتجاه واحد	٠,٨٦٧	معنوي	٠,٨٥١	معنوي
اختبار التحركات الدفاعية المتنوعة	٠,٩١٣	معنوي	٠,٨٧٩	معنوي

٣-٧ الاختبارات القبلية :

اجرى الباحث الاختبارات القبلية بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/١٦ على عينة البحث لمهارات التحركات الدفاعية (التحركات الدفاعية المتنوعة، حائط الصد الفردي، التحركات الدفاعية لتغطية الهجوم الخاطف) بواسطة اختبارات خاصة بهذه المهارات (وذلك بعد تعرض عينة البحث الى وحدتين تعريفيتين يومي ٢٠٢٣/١٠/١٠ و ٢٠٢٣/١٠/١٢ تم فيها توضيح متغيرات البحث المطلوبة.

ومن خلال الاختبارات القبلية استخرج الباحث التوزيع الطبيعي والتجانس داخل المجموعة الواحدة والتكافؤ بين المجموعتين لمتغيرات البحث وكما ذكر بالجدول (٣،٢،١) المذكورة انفاً في عينة البحث.

٣-٨ المنهج التعليمي واسلوب عمل المجاميع

٣-٨-١ المنهج التعليمي

طبق المنهج التعليمي على القدرات العقلية والتحركات الدفاعية المختارة من قبل الباحث وفق الاساليب العلمية والتربوية التي اكدت عليها المصادر في استخدام الخطوات التعليمية للمبتدئين ملحق (٢،٣).

وقد اشتمل المنهج التعليمي للمجموعتين التجريبية والضابطة على الوحدات التالية:

● المجموعة التجريبية

تعلمت هذه المجموعة باعتماد التمارين النوعية الدفاعية (الذهنية والبدنية-المهارية) كأساس يسير عليه مدرس المادة لأجل محاولة الارتقاء بمستوى المتغيرات البحثية المختارة ، اذ بلغ عدد الوحدات التعليمية فيها (٧) وحدات تعليمية زمن الوحدة التعليمية الواحدة (٩٠) دقيقة وهو الزمن الذي يسير عليه مدرس المادة بواقع وحدة واحدة في الاسبوع ابتداءً من ٢٠٢٣/١٠/٢٣ ولغاية ٢٠٢٣/١١/٢٥ وفق المنهج المتبع من قبل الكلية بتدريس هذه المادة بواقع وحدة واحدة في الاسبوع.

● المجموعة الضابطة

تعلمت هذه المجموعة بالأسلوب المتبع من قبل مدرس المادة، اذ بلغ عدد الوحدات التعليمية فيها (٧) وحدات تعليمية زمن الوحدة التعليمية الواحدة (٩٠) دقيقة وهو الزمن الذي يسير عليه مدرس المادة بواقع وحدة واحدة في الاسبوع ابتداءً من ٢٠٢٣/١٠/٢٣ ولغاية ٢٠٢٣/١١/٢٥ وفق المنهج المتبع من قبل الكلية بتدريس هذه المادة بواقع وحدة واحدة في الاسبوع.

كما تعلمت المجموعتين التجريبية والضابطة كل مهارة تحرك دفاعي لمدة (٤) وحدات تعليمية بواقع وحدة واحدة في الاسبوع باعتماد التداخل بالوحدات في العملية التعليمية اي في الوحدة التعليمية اللاحقة للوحدة التعليمية الثالثة الخاصة بالمهارة الدفاعية يتم استذكار واداء المهارة السابقة ثم يليها تعلم المهارة الجديدة، اي (٣) وحدات تعليمية فعلية للمهارة والوحدة التعليمية الرابعة استذكار واداء المهارة السابقة وتعلم المهارة الجديدة، اذ ان وجود المهارة الجديدة مع المهارة القديمة يخلق ترابط بين المهارات التي يتم تعلمها مما يؤدي الى تعلم المهارات بشكل صحيح بالتالي الارتقاء بمستوى التعلم نحو الافضل.

٣-٨-٢ اسلوب عمل المجاميع البحثية

قسم الباحث الوحدة التعليمية الى ثلاث اقسام وكان ذلك كالتالي:

١- القسم التحضيري (١٨) دقيقة.

٢- القسم الرئيسي (٦٠) دقيقة.

٣- القسم الختامي (١٢) دقيقة.

تعلمت المجموعة التجريبية باعتماد التمارين النوعية (الذهنية والبدنية-المهارية) كأساس يسير عليه مدرس المادة لأجل محاولة الارتقاء بمستوى المتغيرات البحثية المختارة وكانت التمارين النوعية عبارة عن تمارين ذهنية عقلية و تمارين بدنية.

اما المجموعة الضابطة فقد تعلمت بالأسلوب المتبع من قبل مدرس المادة دون تغيير وفق المنهج المحدد من والمعتمد من قبل الكلية .

٤- عرض نتائج قيم بعض مهارات كرة اليد وتحليلها ومناقشتها :

٤-١- عرض نتائج قيم بعض مهارات كرة اليد للمجموعة الضابطة وتحليلها ومناقشتها :

الجدول (٥)

يبين الفروق بين الاختبارات القبليّة والبعدية في قيم بعض مهارات كرة اليد للمجموعة الضابطة

ت	المتغير	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة t	مستوى الدلالة
			ع	س	ع	س		
١	اختبار حائط الصد الدفاعي في اتجاه واحد	ثا	٠,٥٠٠	٢,٧٣٣	٠,٥٨١	٣,٤٢٧	٠,٨٢٦	٣,٢٥١
٢	اختبار التحركات الدفاعية المتنوعة	ثا	٠,٥٦٩	٣,٠٣٣	٠,٨٨٩	٤,٢٤٧	١,٠١٦	٤,٦٢٤

في ضوء البيانات المستخرجة لأفراد عينة البحث، يبين الجدول (١٢) الفروق في قيم بعض المهارات بكرة اليد قيد الدراسة (حائط الصد الدفاعي في اتجاه واحد ، التحركات الدفاعية المتنوعة) في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة وكما مبين في الجدول أعلاه فإن طبيعة افراد العينة أظهرت فروقا بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة . وباستخدام اختبار (ت) للعينات المترابطة لاستخراج الفروق ظهرت فروقا معنوية ، إذ بلغت قيمتها المحسوبة (٤,٦٢٤ ، ٣,٢٥١ ، ٢,٤٧٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٠٠ ، ٠,٠٠٦ ، ٠,٠٢٧) ودرجة حرية (١٤) ، بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ولصالح الاختبار البعدي .

مناقشة النتائج

ويعزو الباحث ييب تلك الفروق الى ان مدرس المادة قد اتبع الاسس العلمية السليمة في شرح وتوضيح المهارات التي تم تناولها في البحث فقد استخدم مهارات العرض والتقديم بشكل ناجح بالإضافة الى استخدامه لوسائل ايضاح مناسبة والتي بدورها عززت الموقف التعليمي وادت الى تطور مستوى الطلاب بشكل ملحوظ (٢: ٦)

اذ ان مدرس المادة استخدم وسائل تعليمية مساعدة عديدة منها المطبوعة مثل الصور والسيورات والمعروضة مثل الافلام الفديوية المعروضة على اجهزة الكمبيوتر حيث ان الوسائل والمعدات تسهل عملية التعلم والتدريب بتدعيمها للكلمات المنطوقة وتزيد الاهتمام والتنوع وتظهر كيف تبدو المهارة واقعيًا وهي مفيدة جدا عندما تكون المهارات معقدة ويتطلب الامر تذكر المعلومات (٣: ٧)

إضافة الى التكرارات المدروسة من قبل مدرس المادة لغرض اتقان المهارات حيث يقودنا الى التعلم وفق النظرية القائلة ان الاستجابة الناجحة هي الاكثر تكرارا (٧:٤)

٤-٢ عرض نتائج قيم بعض مهارات كرة اليد للمجموعة التجريبية وتحليلها ومناقشتها

الجدول (٦)

يبين الفروق بين الاختبارات القبليّة والبعدية في قيم بعض مهارات كرة اليد للمجموعة التجريبية

ت	المتغير	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		س ف	ع ف	قيمة t المحسوبة	مستوى الدلالة
			س	ع	س	ع				
١	اختبار حائط الصد الدفاعي في اتجاه واحد	ثا	٢,٧١٣	٠,٤٩٠	٤,٤٠٠	٠,١٣٦	١,٦٨٧-	٠,٥٢٤	١٢,٤٧٧	٠,٠٠٠
٢	اختبار التحركات الدفاعية المتنوعة	ثا	٢,٩٨٧	٠,٥١٠	٤,٨٧١	٠,٣٩٥	١,٨٨٤-	٠,٥٧٠	١٢,٧٩٤	٠,٠٠٠

في ضوء البيانات المستخرجة لأفراد عينة البحث، يبين الجدول (١٣) الفروق في قيم بعض المهارات بكرة اليد قيد الدراسة (٠)، حائط الصد الدفاعي في اتجاه واحد والتحركات الدفاعية المتنوعة (٠) في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة وكما مبين في الجدول أعلاه فإن طبيعة افراد العينة أظهرت فروقا بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة . وباستخدام اختبار (ت) للعينات المترابطة لاستخراج الفروق اظهرت فروقا معنوية ، إذ بلغت قيمتها المحسوبة (١٢,٧٩٤ ، ١٢,٤٧٧ ، ١٢,٣٩٦ ، ٦,٣٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٠٠ ، ٠,٠٠٠ ، ٠,٠٠٠) ودرجة حرية (١٤) ، بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ولصالح الاختبار البعدي .

مناقشة النتائج

ويعزو الباحث سبب ذلك الى ان هذه المجموعة استخدمت التمارين النوعية المكونة من التمارين الذهنية والتي اشتملت على التمرين الذهني ، العصف الذهني والتفكير التحليلي إضافة الى تمارين مهارية خاصة بمهارة حائط الصد الدفاعي باتجاه واحد ومهارة التحركات الدفاعية المتنوعة ومهارة التحركات الدفاعية لتغطية الهجوم الخاطف ثبت ان التمرين او التدريب الذهني يساهم في اكتساب المهارات الحركية ويساعد المتعلم على تحقيق المزيد من الفهم لطبيعة اداء المهارات مما يؤدي الى نجاح اداء المهارات الحركية (٧:٥) .

اما بالنسبة للعصف الذهني فهو ليس مجرد التشجيع على طرح افكار جديدة وان تشجيع الجميع على العمل الجماعي فهو استراتيجية للحصول على افكار جديدة دون اعتبار لتقويمها وهذا لا يعني اهمال التقويم وانما التقويم بعد الجلسة لا خلالها كما انه نوع من التفكير الجماعي يهدف الى تعدد الافكار وتنوعها وبالتالي يتطلب تضافر التفكير والتخطيط عندما يصعب على الطالب حل المشكلة لوحدة (٧:٦)

كما ان الاسئلة التي تثار في عملية العصف الذهني تبعث الحيوية والنشاط خلال الدرس خاصة انه هناك جو تسوده الالفة والتعاون بين الطلاب تدفعهم الى التفكير واجراء المناقشات بينهم وبين المدرس كان ذلك يخلق حالة من الابداع والابتكار في اظهار افاق جديدة تفيدهم في الاداء المهاري (٧:٧)

كما ويتبين العصف الذهني اهم استراتيجيات الذكاء المتعدد (غاردنر) واكثر فاعلية في الجانب التعليمي فهي مناسبة لاجاد الحلول للمشكلات التي يقع فيها المتعلم وذلك عن طريق طرح الافكار العديدة من قبل المتعلمين ومناقشة هذه الافكار وتبادل المعلومات والنقاشات بين المتعلمين من جهة وبين المتعلمين والمدرس من جهة اخرى دون النظر الى التقويم خلال الجلسة وتاجيله بعد انتهاء الجلسة العصف الذهني ثم يتم توجيه الافكار وتقويمها (٧:٨)

أما بالنسبة إلى التفكير التحليلي فهو يعلم الطلاب النظر إلى الشيء الذي يتعلمونه بشكل أعمق ويكونوا قادرين على تقديم تقديمهم بطريقة منظمة وواضحة ومنطقية، كما أن التفكير التحليلي يعمل على تجزئة المادة الأساسية (قبل تجزئة المهارة الصعبة) إلى أجزاء صغيرة واكتشاف الارتباط بين الأجزاء وتحديد المشكلات وحلها بسرعة ودقة (٧:٩).

حيث أن التفكير الإبداعي يرتبط ارتباطاً كبيراً بفهم المعلومات والمفاهيم بعمق وربط المعلومات والأفكار ببعضها ويعد من المهارات المهمة في ظل العصر الحديث والتي يجب أن يتمتع بها الطلاب لبناء المعارف (١٠:٨).

٤-٣ عرض نتائج قيم بعض مهارات كرة اليد للمجموعتين الضابطة والتجريبية وتحليلها ومناقشتها

الجدول (١٤)

يبين الفروق في الاختبار البعدي في قيم بعض مهارات كرة اليد للمجموعتين الضابطة والتجريبية

ت	المتغيرات	وحدة القياس	مجموعة الضابطة		مجموعة التجريبية		قيمة t للمحسوبة	الدلالة
			ع	س	ع	س		
١	اختبار التحركات الدفاعية المتنوعة		٠,٨٨٩	٤,٢٤٧	٤,٨٧١	٠,٣٩٥	٢,٤٨٥	٠,٠١٩
٢	اختبار حائط الصد الدفاعي في اتجاه واحد		٠,٥٨١	٣,٤٢٧	٤,٤٠٠	٠,١٣٦	٦,٣١٥	٠,٠٠٠

في ضوء البيانات المستخرجة لأفراد عينة البحث، يبين الجدول (١٤) الفروق في قيم بعض المهارات بكرة اليد قيد الدراسة (حائط الصد الدفاعي في اتجاه واحد، التحركات الدفاعية المتنوعة) في الاختبار البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية وكما مبين في الجدول أعلاه فإن طبيعة أفراد العينة أظهرت فروقاً في الاختبار البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية وباستخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة لاستخراج الفروق أظهرت فروقاً معنوية، إذ بلغت أقيامها المحسوبة (٢,٤٨٥، ٦,٣١٥، ٤,٥٢٧) على التوالي عند مستوى دلالة (٠,٠١٩، ٠,٠٠٠، ٠,٠٠٠) على التوالي ودرجة حرية (٢٨) في الاختبار البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية.

مناقشة النتائج

أما بالنسبة للتمارين النوعية المهارية فقد أكدت العديد من الدراسات أن استعمال التمارين الذهنية مع التمارين المهارية له فاعلية كبيرة في تعلم الطلاب لبعض مهارات كرة اليد واستخدام التمارين الذهنية مع التعلم المهاري في الوحدات التعليمية له أثر في تسريع عملية تعلم المهارات (٨:١١).

حيث أن التدريب البدني المهاري لأداء المهارات الحركية وحده غير كافٍ لتعلم هذه المهارات واتقانها بالشكل الصحيح بل يحتاج المتعلمون تمارين ذهنية مساندة للتمارين البدنية المهارية لأجل تعلم المهارات الحركية بشكل صحيح واتقانها خصوصاً وأن المهارات الدفاعية بكرة اليد تتسم بالصعوبة في التعلم.

مما تقدم من عرض النتائج يتضح هناك فرق معنوي بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية في الاختبارات البعديّة في قيم المهارات المطروقة بالبحث ويعزو الباحث سبب ذلك إلى أن المجموعة التجريبية استخدمت التمارين النوعية الذهنية والتي اشتملت على التدريب الذهني والعصف الذهني إضافة إلى التفكير التحليلي أما التمارين النوعية البدنية المهارية تضمنت العديد من التمارين التي تطور المهارات المطروقة بالبحث.

أن التمارين الذهنية مع التمارين المهارية البدنية يوسع من العملية التعليمية في الوحدات التعليمية

ان التمرين الذهني هو نشاط ذهني يقترن بنشاط حركي يعتمد على الترابط بين التمرين الذهني والتمرين البدني في ان واحد لذا يجب الاهتمام بكلا الجانبين الذهني والبدني المهاري لزيادة السيطرة على مستوى الشد العضلي والتركيز وتطوير المستوى المهاري وثبات الاداء بالوصول الى حالة الاتقان بأداء المهارات ورغم اهمية التمرين الذهني الا انه يسير بخط شروع واحد مع التمرين البدني المهاري (١٢ : ٨) .

٥- الاستنتاجات والتوصيات

١-٥ - الاستنتاجات

من خلال عرض وتحليل النتائج ومناقشتها الاتية

١- ان الاسلوب المتبع من قبل مدرس المادة ادى الى تعلم عينة البحث المهارات الدفاعية المطروقة بالبحث وهي (حائط الصد الدفاعي في اتجاه واحد , التحركات الدفاعية المتنوعة)

٢- التمارين النوعية (الذهنية - والبدنية - المهارية) ادت الى تعلم عينة البحث المهارات الدفاعية المطروقة بالبحث وهي (حائط الصد الدفاعي في اتجاه واحد , التحركات الدفاعية المتنوعة)

٣- التمرينات النوعية (الذهنية - البدنية - المهارية) كان لها دور فعال اكثر من الاسلوب المتبع من قبل مدرس المادة في تعلم المهارات الدفاعية المختارة (حائط الصد الدفاعي في اتجاه واحد , التحركات الدفاعية المتنوعة) (١٣ : ٩) .

٢-٥ - التوصيات

على ضوء الاستنتاجات وضع الباحث مجموعة من التوصيات وهي :

١- استخدام مناهج تعليمية تحتوي على تمارين نوعية (ذهنية وبدنية- مهارية) في أن واحد مع طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لتعلم مهارات كرة اليد.

٢- استخدام مناهج تعليمية تحتوي على تمارين نوعية (ذهنية وبدنية مهارية) في أن واحد مع طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لتعلم مختلف المهارات الرياضية في جميع المراحل الدراسية لهم.

٦- المصادر

١- كمال الدين عبد الرحمن درويش وآخرون اقتبسها جميل قاسم محمد وهاووير دلشاد عبد القادر .دراسة مقارنة لبعض المهارات الدفاعية بكرة اليد لطلاب المرحلة الرابعة لكلية التربية الرياضية جامعتي صلاح الدين وكوية , مجلة التربية الرياضية , جامعة بغداد , المجلد ٢١ , العدد ٢ , ٢٠٠٩ , ص٥٠-٥٢.

٢- بلال خلف السكارنة : طرق ابداعية في التدريب , ط١, عمان, دار الميسرة للنشر والتوزيع , ٢٠١١, ص١١٥ .

٣- بلال خلف السكارنة : المصدر السابق , ص٢٢٨

٤- سيد محمد خير الله وممدوح عبد المنعم : سيكولوجيا التعلم بين النظرية والتطبيق , بيروت دار النهضة العربية للطباعة , ١٩٨٣ , ص١٢٦

٥- محمد العربي شمعون ومحمد صبحي حسنين : القياس بكرة اليد , القاهرة , دار الفكر العربي ١٩٨٠, ص٢٢٤

٦- محمد ياسين رجب وندى فتاح زيدان :برامج التفكير : انواعها , استراتيجيات , اساليبها , جامعة الموصل , دار العلم للطباعة والنشر , ٢٠٠١ , ص٣٣

٧- سوزان خلف مطالقة : اثر اسلوب العصف الذهني في تنمية التفكير الابداعي لدى طلبة الصف الثامن والتاسع الاساسي , رسالة ماجستير , جامعة اليرموك , كلية التربية والفنون, ١٩٩٨, ص٤٠

٨- ايناس قبلي , صلاح صلاح الدين تعليل : طرق التدريس الحديثة من منظور نظرية الذكاءات المتعددة (العصف الذهني نموذجاً , مجلة الباحث في العلوم الانسانية والاجتماعية , مجاد ١٢ , العدد ٣ , ص١١

- Art-ins:Develo Pmcnt of analytical thinking skills among thaiuniversity students the ٩
Turkish online journal of Educational Techno logy ,2017,P862.
- Rasheva-yordanovak,Ilieves Nikolovg,B:Analy tical thinking as akey competencp for ١٠
ovgr coming the data science divide,Proceedings of conference,Ioth and new Learning
. °Technolgies At:2nd-4th of july Palmade Mallorca spain,2018,789

١١- رضا محروس السيد ابراهيم ,مصدر سبق ذكره

١٢- زيد محمود رؤوف الخفاف :مصدر سبق ذكره ,ص1.

١٣- محمد عثمان : مصدر سبق ذكره ,ص20.