DOI prefix: 10.33170, 2025, Vol (18), Issue (3): 1210-1220

Sciences Journal Of Physical Education

P-ISSN: 1992-0695, O-ISSN: 2312-3619
https://joupess.uobabylon.edu.iq/

The effect of skill exercises with balls of different weights and sizes to learning the skills of tapping and handling with a handball for first-year middle school female students

Lec. Dr. Lamya Jabbar Kadhem *

Ministry of Education. General Directorate of Education, Diyala,Iraq.

*Corresponding author: Lamyaalzaidi178@gmail.com

Received: 12-04-2025 Publication: 28-06-2025

Abstract

The research focused on the status of the physical education lesson and its importance in discovering talents in handball. Through the researcher's experience in the field of handball and the importance of school sports as the first link in the chain of correct skill building, I noticed that learning basic skills is not done in the appropriate manner. Also, the exercises used in learning basic skills lack the excitement and suspense aspect, which is the main driver towards learners' acceptance towards performance. Therefore, the researcher decided to use skill exercises with different balls in learning the skills of dribbling and passing with a handball for first-year middle school students, as an attempt to find an effective way for students to learn these skills in an appropriate manner. The researcher used the experimental method of designing equivalent groups. The research sample consisted of first-year middle school students (Martyr Iman), numbering (60) students. After completing the field experiment, the researcher concluded that using balls of different circumferences and weights contributed to learning the skill under study, as it was compatible with the nature of the skill to be learned.

Keywords: Skill Exercises, Different Balls (Weights And Sizes), Basic Skills, Handball.

https://doi.org/10.33170/jocope.v16i7.3-23

تأثير تمرينات مهارية بكرات مختلفة الاوزان الاحجام في تعلم مهارتي الطبطبة والمناولة بكرة اليد لطالبات الصف الأول المتوسط

م.د. لمياء جبار كاظم

العراق. وزارة التربية. المديرية العامة لتربية ديالى

Lamyaalzaidi178@gmail.com

تاريخ استلام البحث 2025/4/12 تاريخ نشر البحث 2025/6/28

الملخص

اهتم البحث بالمكانة التي يتميز بها درس التربية الرياضيةولأهميته لما له دور لاكتشاف المواهب للعبة كرة اليد، ومن خلال خبرة الباحثة في مجال لعبة كرة اليد ولأهمية الرياضة المدرسية كونها الحلقة الاولى في سلسلة البناء المهارى الصحيح لاحظت ان تعلم المهارات الاساسية لا يتم بالشكل المناسب وكذلك ان التمرينات المستخدمة في تعلم المهارات الاساسية تفتقر الى تحقيق جانب الاثارة والتشويق والذي يعتبر المحرك الاساسي نحو اقبال المتعلمين نحو الاداء، لذا ارتأت الباحث استعمال تمرينات مهارية بكرات مختلفة في تعلم مهارتي الطبطبة والمناولة بكرة اليد لطالبات الصف الاول متوسط كمحاولة منها في ايجاد طريقة فعالة في تعلم الطالبات لتلك المهارات بالشكل المناسب ، واستخدمت الباحث المنهج التجريبي تصميم المجاميع المتكافئة، وقد تكونت عينة البحث من طالبات الصف الاول متوسط (الشهيدة ايمان) والبالغ عددهن (60) طالبة، وبعد الانتهاء من التجربة الميدانية توصلت الباحث الى ان استخدام كرات مختلفة المحيطات والاوزان ساهم في تعلم المهارة قيد البحث لملائمتها مع طبيعة المهارة المراد تعلمها .

الكلمات المفتاحية: تمرينات مهارية، كرات مختلفة (الاوزان والاحجام)، المهارات الاساسية، كرة اليد.

1-المقدمة:

لقد شهد مجال التربية الرياضية تطورا كبيرا وتجلى ذلك بوضوح من خلال المستويات التي وصلتها الدول في هذا المجال، وكان هذا التطور نتيجة لاهتمام الكثير من ذوي الاختصاص بأجراء البحوث والدراسات بغية التعرف على أفضل الوسائل والسبل لتطوير هذا المجال والتقدم به نحو مستويات أعلى وأفضل، إذ تسعى الأمم في عالمنا الحالي إلى التزود بأكثر ما تستطيع من ثمار المعرفة البشرية وتحاول جاهدة البحث عن أهم النظريات والحقائق العلمية والبرامج المتطورة في مختلف المجالات ومن ضمنها المجال الرياضي.

اهتم البحث بالمكانة التي تتميز بها لعبة كرة اليد في العالم والتطورات التي تحققت في مجال التعلم الحركي لهذه اللعبة والطرائق الجديدة والعلوم الاخرى التي ارتبطت في العملية التعليمية لتطوير جوانب اعداد هذه اللعبة ومنها (الحركي والمهارى) من خلال وضع مناهج تعليمية وتمارين تعمل على تعلم وتنمية جوانب الاعداد المذكورة. وكما تطرق الباحث الى المرحلة العمرية وكيفية تعليمها من خلال ايجاد أساليب تعليمية حديثة مناسبة لهذه المراحل وذلك من خلال وضع تمرينات مهارية متنوعة منها (البسيطة والمركبة) للارتقاء بالأداء المهارى في اثناء اللعب.

من الاهداف الاساسية لدرس التربية الرياضية في المجال الحركي، هو تعلم وتنمية المهارات الاساسية للألعاب المقررة في منهاج وزارة التربية، ولتحقيق ذلك يجب استخدام أفضل الوسائل والطرق مصحوبة بدراية كافية لخصائص وحاجيات وميول المتعلمين للوصول الى نتائج أفضل.

ولعبة كرة اليد هي واحدة من الالعاب الرياضية التي تمارس بشكل واسع وتحتل مكانة جيدة كونها لعبة مشوقة في ترابط مهاراتها الدفاعية والهجومية والاحتكاك وتفاعل الجمهور مع كل حركة لعب ، لذا ينبغي على اللاعبين تعلمها واتقانها، وينبغي على مدرس التربية الرياضية كونه المشرف والمنفذ لعملية التعلم ان يتمتع بالخبرة والمعرفة والدراية الكافية بخصوصية مهارات تلك اللعبة والطرق والوسائل والاساليب المناسبة لحدوث التعلم بالشكل المناسب والفعال ، خصوصا وان مهارات اللعبة في تطور متسارع ، وكذلك عليه ان يكون ملما بصفات وخصائص المرحلة العمرية التي يقوم بتعليمها وميولهم ورغباتهم .

اذ تعد مرحلة المدارس المتوسطة من المراحل المهمة، وذلك للتغيرات الجسمية والفسيولوجية والنفسية التي يمر بها الطالب في هذه المرحلة، اذ يتأثر الاداء الحركي بشكل عام والتكنيك الرياضي بشكل خاص نتيجة للتغيرات التي تحدث في الجسم وفي القابليات الجسمية، فتناول الباحث اهمية التعلم المهارات الاساسية باستخدام تمرينات مهارية في تعلم المهارات الاساسية بكرة اليد.

ومن خلال خبرة الباحث في مجال لعبة كرة اليدولأهمية الرياضة المدرسية كونها الحلقة الاولى في سلسلة البناء المهارى الصحيح لاحظت ان تعلم المهارات الاساسية لا يتم بالشكل المناسب وكذلك ان التمرينات المستخدمة في تعلم المهارات الاساسية تفتقر الى تحقيق جانب الاثارة والتشويق والذي يعتبر

المحوك الاساسي نحو اقبال المتعلمين نحو الاداء ، لذا ارتأت الباحث باستخدام تمرينات مهارية في تعلّم المهارات الاساسية بكرة اليد لطالبات الصف الأول متوسط، ضمن منهج وزارة التربية للصف الأول متوسط كمحاولة منها في ايجاد طريقة فعالة في تعلم الطالبات لتلك المهارات بالشكل الاسرع والامتع والمناسب.

ويهدف البحث الى:

1-اعداد تمرينات مهارية بكرات مختلة الاوزان والاحجام في تعلّم مهارتي الطبطبة والمناولة بكرة اليد لطالبات الصف الأول متوسط

2-التعرّف على تأثير التمرينات المهارية بكرات مختلة الاوزان والاحجام في تعلّم مهارتي الطبطبة والمناولة بكرة اليد لطالبات الصف الأول متوسط

2-إجراءات البحث:

2-1 منهج البحث: استخدمت الباحثة المنهج التجريبي ذو المجموعتين المتكافئتين (التجريبية والضابطة) لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينته:

تكونت عينة البحث من طالبات الصف الأول متوسط من (م/الشهيدة ايمان للبنات) والبالغ عددهن (60 طالبة) للعام الدراسي (2023 – 2024) بواقع شعبتين (أ – ب) كل شعبة مكونة من (30) طالبة فكانت شعبة (ب المجموعة التجريبية) وشعبة (أ المجموعة الضابطة)، وقد اختارت الباحث العينة بالطريقة العمدية (كوني مدرسة فيها، وجود كادر ادلري متعاون، توفر الساحات والادوات والتجهيزات الرياضية).

2-3 وسائل جمع المعلومات والادوات المستخدمة في البحث:

- المصادر والمراجع العربية والأجنبية
- الاختبار والقياس
- قوائم تفريغ البيانات
- الوسائل الإحصائية
- الملاحظة العلمية
- ملعب كرة يد
- كرات يد رقم 1 عدد (10)
- صافرة نوع ((FOX كندية الصنع
- أقلام عدد (5)
- شواخص بلاستيكية عدد (20)

- شريط قياس الطول وشريط لاصق
- صور أفلام توضيحية - الأجهزة المستعملة في البحث (كاميرا رقمية نوع (NEKON)
- جهاز لابتوب - ساعة توقيت الكترونية نوع (KISLO) عدد (2).

2-4 تحديد المهارات الاساسية بكرة اليد:

قامت الباحثة باختيار المهارات الاساسية بكرة اليد وفق "منهاج وزارة التربية للمرحلة المتوسطة (للصف الاول متوسط) (عبد الرزاق واخرون، 139) وهي كالاتي (المناولة والاستلام. الطبطبة).

2-5 مواصفات الاختبارات:

اولًا: المناولة والاستلام (الصميدعي واخرون، 2010 ، 418)

اسم الاختبار: اختبار التوافق وسرعة التمرير.

الغرض من الاختبار: قياس التوافق وسرعة التمرير على الجدار.

الأدوات: (كرة يد، جدار، ساعة ايقاف)

وصف الأداء: تقف المختبرة على بعد (3) متر من الجدار وتقوم الطالبة بتمرير الكرة الى الجدار واستمرار التمرير لأكثر عدد ممكن في الزمن المحدد البالغ (30) ثانية.

طريقة التسجيل: تحتسب عدد التمريرات في الزمن المحدد (يحسب عدد مرات استلام الكرة)

ثانيًا: الطبطبة (احمد وجميل، 2011، 269)

اسم الاختبار: اختبار تنطيط الكرة المستمر باتجاه متعرج من مسافة (15) م.

الهدف من الاختبار: قياس مستوى مهارة الطبطبة.

الادوات المستخدمة: ساعة توقيت، كرة يد، شاخص عدد (5)

وصف الاداء: تثبيت خمسة شواخص في خط مستقيم المسافة بين الواحد والاخر (3م)

التوجيه والتسجيل: تقوم الطالبة بالطبطبة مع الركض بين الشواخص ذهابًا وايابًا ويسجل الزمن الاقرب (للثانية).

2-6 تطبيق التجربة الرئيسة:

2-6-1 الاختبار القبلي:

تم اجراء الاختبارات القبلية لعينة البحث في يوم الاحد الموافق (2023/10/5) وعلى ساحة متوسطة الشهيدة ايمان للبنات، وقد قامت الباحث بتثبيت الظروف وطريقة اجراء الاختبارات وفريق العمل المساعد من اجل تحقيق الظروف نفسها قدر الامكان عند اجراء الاختبارات البعدية.

2-6-2 تطبيق التجربة الرئيسة:

تم العمل بالتجربة الرئيسية لعينة البحث في يوم الثلاثاء الموافق (2023/10/7) والانتهاء منها في يوم الثلاثاء الموافق(2024/1/9) على افراد المجموعة التجريبية وبواقع وحدة تعليمية واحدة بالأسبوع الواحد وبلغ عدد الوحدات التعليمية (10) وحدات تعليمية واستغرق زمن كل وحدة تعليمية (40) دقيقة. إذ تتعلم المجموعة التجريبية في اول أربع وحدات بكرة رقم (1) وثاني أربع وحدات بكرة رقم (2) والوحدتين التعليميتين الاخيرتين بالكرتين رقم (1 و2).

2-6-3 الاختبار البعدي:

عمدت الباحث بإجراء الاختبارات البعدية بعد اكمال الوحدات التعليمية والبالغة (10) وحدات تعليمية في يوم الخميس الموافق (2024/1/11) مراعيةً في ذلك جميع الظروف والشروط واجراءات الاختبارات القبلية.

2-7 الوسائل الإحصائية: استخدمت الباحث الوسائل الاحصائية المناسبة لمعالجة البيانات الناتجة من خلال الاختبارات القبلية والبعدية عن طريق نظام (Spss).

3-عرض النتائج ومناقشتها:

3-1عرض وتحليل نتائج اختبارات المهارة الأساسية بكرة اليد في الاختبارات القبلية والبعدية وللمجموعتين التجريبية والضابطة:

جدول (1) يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة بكرة رقم (1) في متغيرات البحث

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		س- ف	ع ف	ت المحسوبة	نسبة الخطأ	دلالة الفروق
				س-	ع	س-	ع					
1	المناولة	عدد	التجريبية	16.15	1.83	23.43	1.67	7.28	2.50	15.96	0.000	معنوي
			الضابطة	16.37	2.75	19.81	2.23	3.44	2.89	6.52	0.000	معنوي
2	الطبطبة	ثانية	التجريبية	15.48	2.61	11.02	2.11	4.46	2.27	10.77	0.000	معنوي
			الضابطة	15.67	1.89	14.21	2.46	1.46	2.77	2.89	0.000	معنوي

جدول (2) يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة بكرة رقم (2) في متغيرات البحث

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		س- ف	ع ف	ت المحسوبة	نسبة الخطأ	دلالة الفروق
				س-	ع	س-	ع					
1	المناولة	عدد	التجريبية	15.74	2.37	22.89	2.46	7.15	2.87	13.64	0.000	معنوي
			الضابطة	15.69	2.55	18.88	2.76	3.19	2.92	5.98	0.000	معنوي
2	الطبطبة	ثانية	التجريبية	14.89	2.12	10.31	2.34	4.58	2.50	10.04	0.000	معنوي
			الضابطة	14.67	2.28	12.98	2.87	1.69	2.61	3.55	0.000	معنوي

3-2عرض وتحليل نتائج اختبارات المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات في الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ومناقشتها:

جدول (3) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة للاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات

رقم كرة	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة(ت) المحتسبة	الدلالة الاحصائية
			س-	ع	س-	ع		
1	المناولة	عدد	23.43	1.67	19.81	2.23	6.328	معنوي
	الطبطبة	ثانية	11.02	2.11	14.21	2.46	5.307	معنوي
2	المناولة	عدد	22.89	2.46	18.88	2.76	7.390	معنوي
	الطبطبة	ثانية	10.31	2.34	12.98	2.87	6.335	معنوي

يبين الجدول(3) ان قيم الاوساط الحسابية للاختبار البعدي بالنسبة للمجموعة التجريبية في مهارتي الطبطبة والمناولة بكرة اليد كانت افضل من الاختبار البعدي بالنسبة للمجموعة الضابطة، إذ إنَّ هناك فروقًا معنوية بين المجموعتين في الاختبارات البعدية للمهارات الاساسية بكرة اليد ولصالح المجموعة التجريبية، وتعزو الباحثة أسباب هذه الفروق لدى عينة البحث إلى تأثير التمرينات المهارية وإن أساس عملية التعلم للجوانب المهارية هو اكتساب المتعلم مجموعة من القدرات المهارية ، لكي يتمكن من الوصول إلى مستوى جيد لأداء المهارة المراد تعلمها.

إذ إن "تحقيق واكتساب أقصى درجات الكفاية في المواقف التعليمية يعود إلى المنهج التعليمي، لكونه يعد طريقة لتنظيم المادة الدراسية على أساس خطوات متدرجة، بحيث يمكن للمتعلم اكتسابها بسهولة"

(لطفي، 2018، 64)

إن للأساليب وطرائق التعليم دورًا فعالًا ومؤثرًا في المسيرة التعليمية للمناهج المراد تطبيقها، وتختلف هذه الأساليب والطرائق باختلاف خصوصيتها، إذ إن "الأساليب تؤثر على سرعة التعّلم وعلى درجة الإشباع في التعلم، وإن التكيف الصحيح والمناسب للطريقة أو الأسلوب تعتمد على الفهم السليم للعوامل والمبادئ التي لها صلة بالموضوع لكي تثبت أثرها وقيمتها في مواقف تعليمية معينة"

(حمادي، 2019، 37)

إذ لا يمكن أن يكون هناك تعلم من دون استخدام التكرار الذي يؤدي إلى تغيير نسبي وثابت في بعض الأحيان في تعلم الأداء، فالتكرار هو الذي يؤدي إلى تطوير المهارة والوصول بالتكنيك الصحيح ، وهذا يعني إعطاء المتعلمين ضعفي الأداء، وما ينسجم مع طبيعة مهارة المناولة والاستلام ، والتي تعد من المهارات الصعبة التعلم ، إذ يتطلب أداءه قدرات بدنية ومهارية عالية فضلاً عن استخدام مبدأ التدرج "

المهارة الحركية تتكون من عدد من الأجزاء البسيطة المختلفة، ولكل جزء من هذه الأجزاء ، يمكن أن يُعلم كحلقة في سلسلة الأجزاء البسيطة ، ومن ثم ربط الأجزاء ببعضها"

(الدملوجي، 2020 ، 68)

ان تكرار التمرينات المهارية من السهل الى الصعب ادى الى زيادة التشويق والاثارة للممارسة "أن تطوير المهارات الحركية يتأثر بعوامل عديدة منها التكرار والادراك والمقارنة والقدرات العقلية والتجارب الحركية السابقة فضلاً عن عامل التشويق والاثارة والممارسة والتدرج بالمهارات من السهل الى الصعب"

(محجوب والبدري، 2002، 13)

ان للتمرينات المهارية التي اعدتها الباحث الاثر الاكبر في تعلم تلك المهارة، والتي تساهم في استثارة دافعية التعلم "وان ممارسة المهارة في صورة منافسة تعد من الأساليب التي تزيد من استثارة دافعية المتعلم وهي من المبادئ المهمة التي تجعل ممارسة المهارات الحركية أفضل كفاية في الدرس"

(راتب وربة، 2005، 197)

كما ان استخدام كرات ذات محيط ووزن متناسب مع القياسات الجسمية في هذه المرحلة العمرية يساهم في الاداء مما يؤدي الى زيادة عنصر التشويق والاثارة والقضاء على الملل خلال التمرين اذ "يلعب الاعجاب بالحركة والدافع لها دور كبير في عملية تعلم المهارة واتقانها"

(غلول، 2018، 38)

"إذ ان استخدام الكرة المناسبة للمرحلة العمرية ساعد في زيادة التحكم بالكرة، مما ساهم في زيادة ثقة الطالب بأدائه" الثقة بالنفس من العوامل المهمة التي تساعد على نجاح الاداء المهارى"

(هوجيس، 2004 ، 125)

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

1-ان التمرينات المستخدمة في البحث قد زادت دافعية المتعلم نحو التعلم من خلال زيادة المنافسة لأنها مثلت عنصرا تشويقيا للأداء.

2-ان للتكرارات في اداء التمرينات اثرا مهما في تصحيح مسار الاداء الحركي للوصول الى التعلم.

3-ان للتغذية الراجعة التي استخدمها مدرس التربية الرياضية اثناء تطبيق التمرينات اثرا مهما في تعلم المهارة قيد البحث.

4-ان لمراعاة الفروق الفردية في التمرينات دورا اساسيا في تعلم المهارة قيد البحث.

5-ان استخدام كرات مختلفة المحيطات والاوزان ساهم في تعلم مهارة المناولة والاستلام لملائمتها مع طبيعة المهارة المراد تعلمها.

6-ان للتنوع والتدرج في اعداد التمرينات من السهل الى الصعب اثراً مباشراً في تعلم المهارة قيد البحث

4-2 التوصـــيات:

1-تطبيق متغيرات البحث على عينات اخرى ولفئات مختلفة (البنات، البنين) وللمرحلة الابتدائية والاعدادية.

2-اجراء دراسة مقارنة لتأثير التمرينات الخاصة بالكرات المختلفة في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة اليد (البنين والبنات).

3-التركيز على استخدام الادوات والوسائل المساعدة اثناء التعلم وحسب فائدتها في المرحلة العمرية.

4-الاهتمام بالجوانب الترويحية والتشويقية اثناء اختيار التمرينات المهارية بكرة اليد وباقي الالعاب.

المصادر

- احمد خميس وجميل قاسم؛ موسوعة كرة اليد العالمية، ط1(بغداد ،2011).

- أسامة كاملراتب، إواهيم عبدربه؛ النمو والدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل والأنشطة الرياضية المدرسية: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2005).

-زكويا يحيى الدملوجي، المدخل إلى نظريات التعلم. ترجمة مركز التنمية الإقليمي، القاهرة، 2020)

- عبد الرزاق كاظم وآخرون؛ دليل مدرس التربية الرياضية للمرحلة المتوسطة: ط1 (بغداد، مطبعة وزارة التربية، 2012).

- ؤي غانم الصميدعي (واخرون)؛ الاحصاء والاختبار في المجال الرياضي، ط1 (اربيل، 2010)

- محمد جاسم حمادي. سيكولوجية التدريب والمنافسات، ط 4(القاهرة: دار المعارف،2019)

- محمد قاسم لطفي. طرائق تدريس التربية الرياضية والتعلم الحركي (الإسكندرية: دار الكتب الجامعية، 2016)

- وجيه محجوب، احمد البدوي؛ اصول التعلم الحركي: (الموصل، دار الجامعة للطباعة والنشر،2002).

- منير جرجيس اواهيم؛ كرة اليد للجميع: (القاهرة، الهلال للطباعة والتجارة، 2004)

- محمدزغلول؛ علم النفس الرياضي، ط1 (القاهرة، دار الفكر العربي، 2018)