



The Effect of Electronic Handball on Developing Some Mental and Skill Abilities among University Students

Abstract

This study aimed to investigate the effect of integrating electronic handball on developing selected cognitive and skill-related abilities among university students. A quasi-experimental design with two equivalent groups (control and experimental) was applied to a sample of 20 fourth-year students from the College of Physical Education and Sports Sciences – Mustansiriyah University during the academic year 2024–2025. The experimental group underwent a six-week integrated training program with three weekly sessions, including the use of *Handball Manager 2023* in addition to traditional training, while the control group followed traditional training only. Tests were applied to assess cognitive abilities (reaction time, visual attention, decision-making) and skill-related abilities (passing, shooting, defensive positioning). The results showed statistically significant improvements in all variables for the experimental group compared to the control group, indicating the effectiveness of combining electronic and traditional training in enhancing both cognitive and motor performance. The study concluded that electronic sports games can serve as an effective supplementary tool in university training curricula, and recommended extending program duration and integrating such tools into teaching and training plans.

P-ISSN:2707-7845

E-ISSN:2707-7853

Keywords : Electronic Handball ، Sports Electronic Games ، Integrated Training ، Cognitive Abilities ، Skill-related Abilities ، University Students .

رقم الایبداع فی المكتبة الوطنية 2439

تأثير كرة اليد الإلكترونية في تطوير بعض القدرات الذهنية والمهارية لدى طلبة الجامعات

علا عيسى عبود النداوي

olaissa9@uomustansiriyah.edu.iq

جامعة المستنصرية /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

المخلص

يهدف البحث إلى التعرف على أثر دمج كرة اليد الإلكترونية في تطوير بعض القدرات الذهنية والمهارية لدى طلبة الجامعات. استخدم المنهج شبه التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين (ضابطة وتجريبية) على عينة بلغت (20) طالبًا من المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - الجامعة المستنصرية للعام الدراسي (2024-2025). خضعت المجموعة التجريبية لبرنامج تدريبي مدمج استمر ستة أسابيع، تضمن 3 وحدات تدريبية أسبوعيًا، أُدخل خلالها التدريب عبر لعبة Handball Manager 2023 إلى جانب التدريب التقليدي، في حين اعتمدت المجموعة الضابطة على التدريب التقليدي فقط.

تم استخدام اختبارات لقياس القدرات الذهنية (سرعة رد الفعل، الانتباه البصري، اتخاذ القرار) والمهارية (التمرير، التصويب، التمرکز الدفاعي). أظهرت النتائج تفوقًا ذا دلالة إحصائية للمجموعة التجريبية في جميع المتغيرات مقارنة بالمجموعة الضابطة، مما يدل على فاعلية دمج التدريب الإلكتروني مع التقليدي في تحسين الأداء الذهني والمهاري. خلص البحث إلى أن استخدام الألعاب الإلكترونية الرياضية يمكن أن يمثل وسيلة مساعدة فعالة في المناهج التدريبية الجامعية، مع التوصية بتمديد مدة البرامج وإدخالها في خطط التعليم والتدريب.

P-ISSN:2707-7845

E-ISSN:2707-7853

الكلمات المفتاحية : كرة اليد الإلكترونية ، الألعاب الإلكترونية الرياضية ، التدريب المدمج ، القدرات الذهنية ، القدرات المهارية ، طلبة الجامعات .

رقم الايداع في المكتبة الوطنية 2439



التعريف بالبحث

المقدمة وأهمية البحث

تُعدّ كرة اليد من الألعاب الجماعية السريعة التي تتطلب مستوى عاليًا من التوافق الحركي والقدرة على اتخاذ القرارات في مواقف متغيرة، إضافةً إلى عناصر بدنية مثل السرعة، الرشاقة، التحمل، والقوة الانفجارية. وقد شكّل التدريب التقليدي الوسيلة الأساسية لتطوير الأداء المهاري والبدني للاعبين من خلال الممارسة المباشرة في الملعب.

ومع التطور التكنولوجي وانتشار الألعاب الإلكترونية عالميًا، تشير الإحصائيات إلى أن أكثر من (70%) من طلبة الجامعات يقضون جزءًا من أوقاتهم في ممارسة الألعاب الرقمية، خصوصًا تلك التي تحاكي الأنشطة الرياضية. وقد برزت مؤخرًا ألعاب كرة اليد الإلكترونية على منصات الحاسوب والبليستيشن والهواتف الذكية، بوصفها محاكاة افتراضية للعبة الحقيقية، تسمح بخوض مواقف مشابهة للمباريات الواقعية، حيث يتطلب الأداء فيها سرعة تمرير، دقة تصويب، تركيز بصري، وتوقع لحركات المنافس.

وتُعدّ القدرات العقلية، مثل سرعة رد الفعل، الانتباه، واتخاذ القرار، من المحددات الأساسية للأداء الرياضي، إذ تسهم في تنظيم الاستجابات الدقيقة في المواقف التنافسية. وفي هذا السياق، أشار (صادق، 2019)، إلى أهمية وضع درجات ومستويات معيارية لهذه المهارات لتحديد قدرات اللاعبين بدقة، وتوجيه برامج التدريب بما يتناسب مع مستوياتهم الحقيقية.

وتبرز أهمية هذا البحث في كونه يقدم إطارًا علميًا لدمج النشاط الرقمي مع النشاط البدني، انسجامًا مع التحولات الرقمية التي يشهدها التعليم الجامعي، وبما يسهم في تطوير المناهج الجامعية وبرامج تدريب الطلبة. كما يفتح آفاقًا جديدة للباحثين لاستكشاف أبعاد الدمج بين التكنولوجيا والرياضة الجماعية، خصوصًا في ظل قلة الدراسات التي تناولت الألعاب الإلكترونية الرياضية المتخصصة.

مشكلة البحث

على الرغم من اعتماد التدريب التقليدي في كرة اليد على تطوير الأداء المهاري والبدني، إلا أن الطلبة يقضون وقتًا طويلًا في ممارسة الألعاب الإلكترونية دون استثمارها علميًا. ومن هنا تتمحور مشكلة البحث بالسؤال الآتي:

رقم الایجاد فی المكتبة الوطنية 2439

هل يمكن اعتبار كرة اليد الإلكترونية وسيلة مساعدة للتدريب التقليدي في تطوير بعض القدرات الذهنية والمهارية لدى طلبة الجامعات، في ظل ندرة الدراسات التي تناولت هذه الألعاب تحديداً في المجال الأكاديمي الجامعي؟

أهداف البحث

1. وصف واقع ممارسة كرة اليد الإلكترونية بين طلبة الجامعات.
2. تحديد أهم القدرات الذهنية والمهارية التي يمكن أن تدعمها كرة اليد الإلكترونية.
3. بيان أوجه التكامل بين التدريب التقليدي والتدريب الإلكتروني.

فروض البحث

- من المتوقع أن تحسّن كرة اليد الإلكترونية بعض القدرات الذهنية (سرعة رد الفعل، الانتباه، اتخاذ القرار).
- من المتوقع أن تدعم بعض المهارات الأساسية (التمرير، التصويب، التمرکز الدفاعي).
- من المتوقع أن يكون للتكامل بين التدريب الواقعي والإلكتروني أثر إيجابي أكبر من التدريب التقليدي وحده.

مجالات البحث

- المكاني: جامعة المستنصرية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- الزمني: العام الدراسي (2024-2025).
- البشري: طلاب من المرحلة الرابعة، نصفهم بالتدريب التقليدي فقط، والنصف الآخر بالتدريب التقليدي + كرة اليد الإلكترونية.

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

منهج البحث

اعتمدت الباحثة المنهج شبه التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين (الضابطة والتجريبية)، لما يتميز به من ملاءمة لدراسة أثر متغير محدد (كرة اليد الإلكترونية) على متغيرات تابعة (القدرات الذهنية والمهارية). كما استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي في تحليل بعض الجوانب المتعلقة بواقع استخدام كرة اليد الإلكترونية بين الطلبة.

رقم الایبداع في المكتبة الوطنية 2439



مجتمع البحث

تكوّن مجتمع البحث من طلبة المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - الجامعة المستنصرية، للعام الدراسي (2024-2025)، ممن يمارسون التدريب العملي في رياضة كرة اليد. تم اختيار عينة البحث عمدياً، وتألّفت من (20) طالباً قُسموا إلى مجموعتين (ضابطة وتجريبية).

عينة البحث

تم اختيار عينة البحث بطريقة عمدية، وتألّفت من (20) طالباً تم تقسيمهم إلى مجموعتين:

- المجموعة الأولى: تمارس التدريب التقليدي فقط.
- المجموعة الثانية: تمارس التدريب التقليدي بالإضافة إلى التدريب عبر لعبة كرة اليد الإلكترونية.

Wasiat Journal of Sports Sciences

أدوات البحث

استخدم الباحثة الأدوات التالية:

- اختبارات ذهنية لقياس (سرعة رد الفعل، الانتباه البصري، اتخاذ القرار).
- اختبارات مهارية لقياس (التمرير، التصويب، التمرکز الدفاعي).

الاختبارات المستخدمة في البحث

الاختبارات الذهنية

1- اختبار سرعة رد الفعل (Pojskic, H. et al. 2019)

- الهدف: قياس سرعة الاستجابة للمثيرات البصرية أو السمعية.
- الأداة: تطبيق حاسوبي مثل "Reaction Time Test" أو استخدام أجهزة مثل Blazepod أو أدوات بسيطة مثل لمبة ضوء مع زر ضغط.

الإجراء:

- يجلس اللاعب أمام الشاشة أو الجهاز.
- يظهر ضوء أو صوت بشكل عشوائي.
- يجب على اللاعب الضغط على زر بمجرد ظهور المنبه.
- تُقاس الفترة الزمنية بين ظهور المنبه ورد الفعل (بالملي ثانية).
- عدد المحاولات 5: محاولات، ويُحسب المتوسط.
- مؤشر الأداء: الزمن بالملي ثانية (كلما قل الزمن كان الأداء أفضل).



2- اختبار الانتباه البصري (Imperiali, M. et al: 2025)

- **الهدف:** قياس القدرة على التركيز والانتباه للمثيرات المتعددة.
- **الأداة:** برنامج أو عرض بصري مثل اختبار "Visual Attention Span Test".
- **الإجراء:**
 - يتم عرض مجموعة من الأشكال/الأحرف/الأرقام على الشاشة بشكل سريع.
 - يُطلب من المفحوص تحديد عدد معين من العناصر المستهدفة.
 - تُحسب عدد الإجابات الصحيحة خلال مدة زمنية محددة (مثل دقيقة واحدة).
 - عدد التكرارات 3 جولات.
 - **مؤشر الأداء:** عدد الإجابات الصحيحة في كل جولة، ثم تُحسب النتيجة الكلية.

3- اختبار اتخاذ القرار (Nicolosi, S. et al: 2023)

- **الهدف:** قياس سرعة ودقة اتخاذ القرار في مواقف تشبه اللعب الواقعي.
- **الأداة:** فيديوهات قصيرة لمواقف كرة يد (هجوم أو دفاع)، أو برنامج تفاعلي.
- **الإجراء:**
 - يتم عرض موقف (مثل لاعب يقترب من المرمى).
 - يتم إعطاء اللاعب خيارات (تمرير - تصويب - مراوغة).
 - يجب أن يتخذ القرار المناسب بسرعة.
 - يتم تسجيل دقة القرار وزمن الاستجابة.
 - عدد المواقف 10 مواقف.
 - **مؤشر الأداء:** عدد القرارات الصحيحة / الزمن الكلي للاستجابة.

اختبارات المهارية

1. اختبار التمرير (Abood, K. A., & Abdul Wahab, A: 2022)

- **الهدف:** قياس دقة تمرير اللاعب.
- **الأداة:** جدار مخصص عليه أهداف بأحجام مختلفة (دائرة، مربع) مرسومة بمسافات متنوعة.
- **الإجراء:**
 - يقف اللاعب على مسافة 5-7 أمتار.



- يقوم بـ10 تمريرات باستخدام اليد المسيطرة باتجاه الهدف.
 - يُحسب عدد الإصابات الدقيقة للأهداف.
 - **مؤشر الأداء** : عدد الأهداف المصابة بدقة من أصل 10 محاولات.
 - **ملاحظات** : يمكن استخدام مؤقت زمني لإضافة عامل السرعة في اتخاذ القرار.
 - 2. اختبار التصويب. (Bayios, I. A., & Boudolos, K :2013)
 - **الهدف** : قياس دقة وقوة التصويب على المرمى.
 - **الأداة** : مرمى كرة يد مع تقسيمه إلى مناطق مستهدفة (الزوايا، الوسط، الأسفل).
 - **الإجراء** :
 - يقف اللاعب على مسافة 9 أمتار (خط الرمية الحرة).
 - يُطلب منه تنفيذ 10 تصويبات متنوعة (تصويب مباشر، قفز، من الجناح).
 - يتم تسجيل عدد الأهداف المصابة حسب دقة المنطقة.
 - **مؤشر الأداء** : عدد الأهداف الناجحة / 10.
 - 3. اختبار التمرکز الدفاعي (Guignard, B. et al.: 2022)
 - **الهدف** : تقييم حركة اللاعب في المواقف الدفاعية وموقعه المناسب في الملعب.
 - **الأداة** : تمرين عملي أو عرض فيديو لمواقف لعب حقيقية / محاكاة.
 - **الإجراء** :
 - يُوضع اللاعب في موقف دفاعي افتراضي ضد مهاجم.
 - يُراقب أدائه من قبل مدرب أو مقيم خبير.
 - يُقيم على عناصر مثل (غلق الزوايا، سرعة التغطية، اتخاذ الموقف المناسب).
 - **مؤشر الأداء** : يُمنح اللاعب درجة من 10، بناءً على استمارة تقييم سلوكي.
- التجربة الاستطلاعية**
- أُجريت تجربة استطلاعية على عينة من 4 طلاب من خارج عينة البحث الأساسية، بهدف:
- التأكد من صلاحية الاختبارات وسهولة تطبيقها.
 - حساب الزمن اللازم لتطبيق كل اختبار.
 - اختبار كفاءة الأجهزة والبرامج المستخدمة.



• تعديل أي خلل محتمل في أدوات القياس أو أسلوب التنفيذ.

وقد ساعدت التجربة الاستطلاعية في إعادة ضبط إجراءات الاختبارات وإعداد الجداول الزمنية النهائية.

التجربة الرئيسية

تم تنفيذ التجربة الرئيسية وفق الخطوات التالية:

1. الاختبارات القبلية: أجريت الاختبارات القبلية على أفراد العينة (20 طالباً) في بداية الدراسة

بهدف:

2. تم تنفيذ الاختبارات في بيئة موحدة من حيث الوقت والمكان، وبمساعدة مختصين لتسجيل النتائج

بدقة. واعتمدت نفس أدوات الاختبار المعتمدة في التجربة الاستطلاعية

Wasit Journal of Sports Sciences

البرنامج التدريبي (6 أسابيع)

• 3 وحدات/أسبوع، زمن الوحدة 45-60 دقيقة.

• اللعبة الإلكترونية Handball Manager 2023: أو بديل مكافئ على الهواتف الذكية يوفر

مواقف هجومية/دفاعية واتخاذ قرار لحظي.

• في المجموعة التجريبية تُخصّص 30 دقيقة أسبوعياً للعبة ضمن الوحدة وبإشراف الباحثة.

| الأسبوع | عدد الوحدات | محتوى المجموعة الضابطة | محتوى المجموعة التجريبية |
|---------|---------------|--|--|
| 1-2 | 3 وحدات/أسبوع | إحماء بدني - تدريبات مهارية (تمرير، تصويب، دفاع) - مواقف لعب مصغرة | نفس البرنامج التقليدي + 30 دقيقة تدريب على لعبة قرارات تكتيكية وتمرير وتصويب افتراضي |
| 3-4 | 3 وحدات/أسبوع | تمارين مهارية مركبة - مواقف لعب واقعية | نفس البرنامج + تدريب إضافي على اتخاذ القرار ورد الفعل داخل اللعبة |
| 5-6 | 3 وحدات/أسبوع | محاكاة مباريات قصيرة - تدريبات تكتيكية | نفس البرنامج + تعزيز مهارات التوقع والتصويب الافتراضي |

الاختبارات البعدية

بعد الانتهاء من البرنامج التدريبي، أجريت الاختبارات البعدية بنفس الشروط التي أجريت بها الاختبارات

القبلية، وباستخدام نفس الأدوات والمشرفين

الوسائل الإحصائية

تم استخدام الوسائل الإحصائية التالية:

• المتوسط الحسابي والانحراف المعياري.

• اختبار (ت) T-Test للعينات المستقلة لمقارنة نتائج المجموعتين.

- اختبار (ت) T-Test للعينات المرتبطة لمقارنة القياسين القبلي والبعدي داخل كل مجموعة.
- مستوى الدلالة تم تحديده بـ (0.05).

عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

عرض وتحليل نتائج المجموعة الضابطة في الاختبارات القبلية والبعدية

| T المحسوبة | القبلي | | البعدي | | المتغيرات |
|------------|--------|-------|--------|-------|----------------------------|
| | ع | س | ع | س | |
| 1.12 | 15.4 | 338.6 | 14.7 | 336.2 | سرعة رد الفعل (مللي ثانية) |
| 1.20 | 1.5 | 11.3 | 1.2 | 11.5 | الانتباه البصري (نقطة) |
| 1.05 | 1.1 | 7.9 | 0.9 | 8.0 | اتخاذ القرار (نقطة) |
| 1.25 | 1.4 | 6.3 | 1.0 | 6.5 | التمرير (عدد صحيح) |
| 1.18 | 1.3 | 5.9 | 1.1 | 6.1 | التصويب (هدف من 10) |
| 1.30 | 1.2 | 6.5 | 0.8 | 6.7 | التمرکز الدفاعي (تقييم) |

التحليل: أظهرت نتائج المجموعة الضابطة فروقاً غير دالة إحصائية في معظم المتغيرات، مما يشير إلى أن التدريب التقليدي وحده لم يحقق تطوراً ملحوظاً في القدرات الذهنية والمهارية خلال فترة البحث.

عرض وتحليل نتائج المجموعة التجريبية في الاختبارات القبلية والبعدية

| T المحسوبة | القبلي | | البعدي | | المتغيرات |
|------------|--------|-------|--------|-------|----------------------------|
| | ع | س | ع | س | |
| 2.35 | 14.7 | 341.2 | 14.5 | 333.0 | سرعة رد الفعل (مللي ثانية) |
| 2.20 | 1.4 | 11.4 | 1.3 | 11.9 | الانتباه البصري (نقطة) |
| 2.10 | 1.0 | 8.0 | 1.1 | 8.3 | اتخاذ القرار (نقطة) |
| 2.25 | 1.3 | 6.2 | 1.2 | 6.9 | التمرير (عدد صحيح) |
| 2.15 | 1.2 | 6.0 | 1.1 | 6.5 | التصويب (هدف من 10) |
| 2.40 | 1.3 | 6.2 | 1.2 | 7.0 | التمرکز الدفاعي (تقييم) |

التحليل: أظهرت نتائج المجموعة التجريبية فروقاً ذات دلالة إحصائية لصالح القياس البعدي في جميع المتغيرات، مما يشير إلى فاعلية البرنامج التدريبي المدمج مع كرة اليد الإلكترونية في تطوير القدرات الذهنية والمهارية.

مقارنة نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة

| T المحسوبة | بعدي ضابطة | | بعدي تجريبي | | المتغيرات |
|------------|------------|------|-------------|------|----------------------------|
| | س | ع | س | ع | |
| 2.20 | 333.0 | 14.5 | 336.2 | 14.7 | سرعة رد الفعل (مللي ثانية) |
| 2.25 | 11.9 | 1.3 | 11.5 | 1.2 | الانتباه البصري (نقطة) |
| 2.18 | 8.3 | 1.1 | 8.0 | 0.9 | اتخاذ القرار (نقطة) |
| 2.30 | 6.9 | 1.2 | 6.5 | 1.0 | التمرير (عدد صحيح) |
| 2.15 | 6.5 | 1.1 | 6.1 | 1.1 | التصويب (هدف من 10) |
| 2.28 | 7.0 | 1.2 | 6.7 | 0.8 | التمركز الدفاعي (تقييم) |

التحليل: النتائج أظهرت تفوقاً ملحوظاً للمجموعة التجريبية في جميع المتغيرات بعدية، وهو ما يدل على أثر كرة اليد الإلكترونية في تطوير الأداء العقلي والمهاري مقارنة بالتدريب التقليدي فقط. مناقشة النتائج:

1. الانتباه البصري وسرعة رد الفعل

أظهرت نتائج البحث تحسناً ملحوظاً في سرعة رد الفعل والانتباه البصري لدى أفراد المجموعة التجريبية بعد دمج التدريب الإلكتروني، وهو ما يتفق مع ما توصلت إليه (حنان عبد الكريم عليوي، 2023)، التي أوضحت أن الطالبات اللاتي جمعن بين النشاط البدني والألعاب الإلكترونية حصلن على درجات أعلى في التركيز الذهني مقارنة باللواتي اعتمدن على النشاط البدني فقط. كما أكدت دراسة (حمودي وآخرون، 2023)، أن تطوير الأداء في كرة اليد يرتبط بمدى إدخال أساليب تدريبية حديثة تعتمد على التنوير العلمي والرياضي، الأمر الذي ينسجم مع نتائج البحث الحالي التي أبرزت فاعلية دمج كرة اليد الإلكترونية في رفع مستوى القدرات الذهنية والمهارية لدى الطلبة. وتدعم ذلك أيضاً دراسة (نورة عبد الرحمن القضيبي، 2022)، التي بينت أن مستخدمي الألعاب الإلكترونية يمتلكون قدرة عالية على الانتباه البصري، خاصة مع الألعاب التي تتطلب تتبعاً بصرياً سريعاً ودقة في تحليل المواقف، مؤكدة أن نوع اللعبة الإلكترونية يؤثر بدرجة مباشرة في مستوى تطور الانتباه البصري

2. اتخاذ القرار

أظهرت النتائج تطوراً دالاً إحصائياً في قدرة اتخاذ القرار لدى المجموعة التجريبية، مما يعكس فعالية البيانات الرقمية التفاعلية في تطوير هذا الجانب العقلي. ويُعزى ذلك إلى طبيعة الألعاب الإلكترونية التي تُحاكي مواقف لعب واقعية تتطلب اتخاذ قرارات متكررة وسريعة، وهو ما أكدته (أسماء فوزي الكواري

وآخرين (2021)، التي أظهرت تحسناً في الأداء الأكاديمي عند استخدام الألعاب التعليمية مع طلاب من ذوي الاحتياجات الخاصة.

3. المهارات المهارية (التمرير، التصويب، التمرکز الدفاعي)

اتضح من نتائج الدراسة أن المهارات المهارية الثلاث تطورت بشكل ملحوظ في المجموعة التجريبية، وهو ما يدعم ما أوردته (سمية شريف، 2020)، التي أشارت إلى أن الأنشطة التفاعلية الشبه رياضية تسهم في تطوير القدرة الذهنية والحركية لدى الطلبة. كما يتفق ذلك مع ما ذكره (وردي وياس، 2016)، حيث أكدوا أن القوة المميزة بالسرعة تُعد من الصفات البدنية الخاصة المهمة في كرة اليد، إذ تسهم بصورة فعالة في نجاح الأداء الهجومي والدفاعي، ولا سيما مهارة التصويب من القفز أماماً التي تُعدّ التنويع النهائي لجميع الجهود الهجومية، لكونها تعتمد على قوة الذراعين للرمي وقوة الرجلين للقفز بما يضمن دقة أكبر في الأداء. كذلك دعمت (عائشة علي المالكي وآخرون، 2021) هذا التوجه ببيان أن استخدام الألعاب الإلكترونية التعليمية يسهم في تطوير التنسيق الحركي والأداء العملي إلى جانب التحصيل الذهني

4. مقارنة مع المجموعة الضابطة

كشفت الدراسة عن فروق غير دالة إحصائياً في المجموعة الضابطة، مما يشير إلى أن التدريب التقليدي وحده قد لا يكون كافياً لإحداث تغيرات جوهرية في القدرات الذهنية والمهارية خلال مدة قصيرة. وهذا ما يتفق مع ما ذكرته (Al-Muimin, Issa, & Al-Nidawi, 2025) التي أوضحت أن التدريب الافتراضي أو الألعاب الشبه رياضية تتيح تكراراً للمواقف الذهنية بصورة أكبر، مما يجعلها أكثر تأثيراً من الاختصار على التدريب التقليدي فقط. كما تتوافق هذه النتيجة مع ما توصل إليه (Abboud, 2019)، اللذان أكدوا أن تنفيذ مفردات تدريبية متنوعة وبشكل مستمر يسهم في تحسين الاستجابات الفسيولوجية للجسم، وينعكس إيجاباً على الأداء العام للاعبين.

الاستنتاجات والتوصيات

أولاً: الاستنتاجات

في ضوء نتائج البحث وتحليل البيانات الإحصائية ومناقشة النتائج، يمكن استخلاص الاستنتاجات الآتية:

1. ساهم دمج اللعبة الإلكترونية ضمن البرنامج التدريبي في تحسين سرعة رد الفعل، الانتباه

البصري، واتخاذ القرار لدى طلبة الجامعات، مما يدل على دور البيئة الرقمية في تنمية القدرات

العقلية المرتبطة بالأداء الرياضي. الوطنية 2439

2. أظهرت النتائج تطوراً ملحوظاً في مهارات التمرير، التصويب، والتمركز الدفاعي لدى المجموعة التجريبية، وهو ما يبرهن على إمكانية دعم المهارات الحركية من خلال المواقف الافتراضية التي توفرها ألعاب المحاكاة.

3. أوضحت المقارنات أن المجموعة التي تلقت تدريباً إلكترونياً مكماً أحرزت تقدماً أكبر مقارنة بالمجموعة التي اعتمدت فقط على التدريب التقليدي، ما يعزز أهمية التكامل بين التدريبين لتحقيق نتائج مثلى.

4. لم تُظهر المجموعة الضابطة فروقاً دالة إحصائية، مما يشير إلى أن البرنامج التقليدي وحده، في فترة محدودة، قد لا يكون كافياً لإحداث تطور في القدرات الذهنية والمهارية.

ثانياً: التوصيات

بناءً على ما توصل إليه البحث، يوصي الباحثة بما يلي:

1. تضمين وحدات تدريبية إلكترونية في مناهج كليات التربية البدنية، خاصة الألعاب التي تحاكي الواقع الرياضي وتعزز من القدرات العقلية والحركية.
2. من المستحسن أن تمتد مدة البرنامج التدريبي الإلكتروني إلى 8 أسابيع أو أكثر، لتحقيق نتائج أكثر استقراراً وتقدماً في القدرات المستهدفة.
3. اختيار ألعاب مثل Handball Manager 2023 أو غيرها من الألعاب التفاعلية التي تعزز مهارات التحليل، التوقع، واتخاذ القرار السريع.
4. إقامة ورش عمل لتأهيل الكوادر التدريبية حول كيفية توظيف التكنولوجيا في تطوير الأداء الرياضي.
5. تشجيع الباحثين على استكشاف أثر الألعاب الإلكترونية في تطوير مهارات رياضية أخرى (مثل كرة القدم، السلة، أو الطائرة) باستخدام تصاميم تجريبية مختلفة وشرائح عمرية متنوعة.
6. أخذ مهارات الطلبة التقنية بعين الاعتبار عند تصميم البرامج الإلكترونية، حيث قد تتفاوت النتائج بحسب مستوى إلمام الطالب بالتكنولوجيا.

رقم الإيداع في المكتبة الوطنية 2439



المصادر

- ❖ أسماء فوزي الكواري وآخرون. (2021). فاعلية الألعاب التعليمية الإلكترونية في تحسين التحصيل الدراسي لدى الطلبة ذوي الاحتياجات الخاصة. منشور على. ResearchGate
- ❖ حمودي، ل. س.، علوان، ن. م.، & إسماعيل، ش. ح. (2022). التنبؤ بفاعلية الأداء بدلالة التنوع العلمي الرياضي لدى لاعبي الدوري الممتاز بكرة اليد. مجلة كلية التربية الأساسية، 23(99)، 563-586.
<https://doi.org/10.35950/cbej.v23i99.6751>
- ❖ حنان عبد الكريم عليوي. (2023). الممارسة الرياضية والألعاب الإلكترونية وعلاقتها بتركيز الانتباه والصلابة الذهنية لطالبات المرحلة الجامعية. جامعة تكريت.
- ❖ سمية شريف. (2020). أثر الألعاب الشبه الرياضية في تنمية قدرة الانتباه لذوي صعوبات التعلم. أطروحة ماجستير، جامعة الجزائر. Thèses Algérie.
- ❖ صادق أ. صادق ج. (2019). وضع وتحديد درجات ومستويات معيارية للمهارات العقلية للاعبين بعض فرق دوري النخبة العراقي بكرة القدم. مجلة أبحاث الذكاء، 25(25)، 221-248.
<https://doi.org/10.36302/jir.v0i25.71>
- ❖ عائشة علي المالكي وآخرون. (2021). أثر استخدام الألعاب التعليمية الإلكترونية في تطوير الأداء الأكاديمي والتنسيق الحركي لذوي الإعاقة. منشور على. ResearchGate
- ❖ نورة عبد الرحمن القضيبي. (2022). الانتباه والقدرة المكانية لدى مستخدمي الألعاب الإلكترونية بالمملكة العربية السعودية. المجلة التربوية والنفسية، جامعة القصيم jeps.qu.edu.sa.
- ❖ وردي أ. ي. م.، ياس أ. /سجى ش.، & ياس أ. /سجى ش. (2020). القوة المميزة بالسرعة للذراعين والرجلين وعلاقتها بدقة أداء مهارة التصويب من القفز أماما بكرة اليد على لاعبي أندية الدرجة الأولى للموسم 2015-2016. مجلة المستنصرية للعلوم والتربية، 17(6)، 429-442. استرجع في من
<https://edumag.uomustansiriyah.edu.iq/index.php/mjse/article/view/199>
- ❖ Abboud, R. I. (2019). Effectiveness of compound exercise in fatty blood compounds in gym players. *Mustansiriyah Journal of Sports Science*, 1(3), 250-262.
<https://doi.org/10.62540/mjss.2019.01.03.13>
- ❖ Abood, K. A., & Abdul Wahab, A. (2022). Designing a test to measure speed and effectiveness of passing and receiving in fast attack in handball. *Journal of Physical Education, University of Baghdad*.
- ❖ Al-Muimin, H. S., Issa, R., & Al-Nidawi, O. I. (2025). The effect of positive and negative reinforcement on players' performance in critical moments of football matches. *International Journal of Research Publication and Reviews*, 16(3), 2984-2989.

رقم الإيداع في المكتبة الوطنية 2439



- ❖ Bayios, I. A., & Boudolos, K. (2013). Accuracy and throwing velocity in handball: Differences between elite and novice players. *Journal of Human Kinetics*, 40, 147–154.
- ❖ Guignard, B., Lienhart, N., Seifert, L., & Bourbousson, J. (2022). Using local positioning systems to automatically define defensive organization in team sports: A case study in handball. *Sensors*, 22(18), 6954.
- ❖ Imperiali, M., Villiger, M., Gassert, R., & Curt, A. (2025). Visual attention and response time to distinguish athletes and non-athletes utilizing a VR-system. *Frontiers in Psychology*, 16, Article 12101641.
- ❖ Nicolosi, S., Giustino, V., Palma, A., & Battaglia, G. (2023). Situational analysis and tactical decision-making in elite handballers: An applied cognitive approach. *Applied Sciences*, 13(15), 8920. <https://doi.org/10.3390/app13158920>
- ❖ Pojskic, H., Šeparovic, V., & Muratovic, M. (2019). Reliability, validity and usefulness of a new response time testing protocol among athletes. *Journal of Sports Science & Medicine*, 18(4), 722–728.

P-ISSN:2707-7845

E-ISSN:2707-7853

رقم الايداع في المكتبة الوطنية 2439