



أثر تمرينات خاصة بالاسلوب المتشعب في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد

م.م رفيف مؤيد هاتف

جامعة القادسية /كلية التربية للبنات

[rafif.moayed@qu.edu.iq](mailto:rafif.moayed@qu.edu.iq)

ملخص البحث

ان لعبة كرة اليد هي واحدة من الألعاب التي شهدت تطورا ملحوظا وأصبحت تحتل مكانة بارزة لدى اغلب دول العالم لما تتميز به من إثارة وتشويق ولتعدد مهارتها الاساسية اصبح من الضروري على الخبراء والمعنيين. ومن هنا جاءت اهمية البحث في العمل على اعداد تمرينات باستخدام الاسلوب المتشعب والتي وضعت على أسس علمية مدروسة من اجل تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد لكون الباحثة هي احد الممارسين للعبة كرة اليد ومن خلال متابعة العديد من الوحدات التعليمية والتدريبية لاحظت مشكلة وهي قلة الاهتمام بالأساليب التعليمية الحديثة وتطبيقها في تعلم بعض المهارات الأساسية بلعبة كرة اليد ومنها الاسلوب المتشعب لذلك ارتأت الباحثة دراسة هذه المشكلة من خلال معرفة أثر تمرينات باستخدام الاسلوب المتشعب في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة اليد.

الكلمات المفتاحية/ الاسلوب المتشعب, المهارات الاساسية بكرة اليد

## The effect of specialized exercises using the branching method on learning some basic handball skills

Rafaef moaye Hataf

Al-Qadisiyah University / College of Education for Girls

[rafif.moayed@qu.edu.iq](mailto:rafif.moayed@qu.edu.iq)

### Research Summary

Handball is one of the games that has witnessed remarkable development and has become prominent in most countries of the world due to its excitement and thrill, and because of the multiplicity of its basic skills, it has become necessary for experts and those concerned. Hence the importance of research in preparing exercises using the branching method, which were developed on well-studied scientific foundations, in order to learn some basic handball skills, as the researcher is one of the practitioners of handball, and through following many educational and teaching units, she noticed a problem, which is the lack of attention to modern educational methods and their application in learning some basic skills in handball, including the branching method. Therefore, the researcher decided to study this problem by knowing the effect of exercises using the branching method in learning some basic handball skills.

**Keywords:** Multifaceted approach, basic handball skills

### 1-المقدمة

إنّ تقدم وتطور العلم اخذ ينعكس على شتى مجالات الحياة ومن هذه المجالات المجال الرياضي نتيجة لإتباع الأساليب الحديثة والتخطيط الجيد عن طريق البحوث العلمية لذا ان لعبة كرة اليد هي واحدة من الألعاب التي شهدت تطورا ملحوظا وأصبحت تحتل مكانة بارزة لدى اغلب دول العالم لما تتميز به من إثارة وتشويق ولتعدد مهاراتها الاساسية اصبح من الضروري على الخبراء والمعنيين في تعلم وتدريب هذه اللعبة من حيث الاعداد والتخطيط وتطبيق برامج علمية دقيقة لزيادة وتطور مستوى هذه اللعبة فضلا



عن ذلك فإن لعبة كرة اليد واحدة من الالعاب التي لها مبادئها الاساسية ومهاراتها ذات الطبيعة الهجومية والدفاعية والتي ترتبط مع بعضها بارتباط وثيق. ومن هنا جاءت اهمية البحث في العمل على اعداد تمارين باستخدام الاسلوب المتشعب والتي وضعت على أسس علمية مدروسة من اجل تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة اليد لان دراسة هذه الاساليب ومنها الاسلوب المتشعب تعد من الموضوعات المهمة التي يجب على المدربين الاهتمام بها ومن هذا المنطلق وضعت الباحثة هذه التمارين باعتبارها ستساهم في تعلم المهارات لدى الطلاب وتحقيق الأهداف المرجوة.

## 2- الغرض من الدراسة

إنّ التقدم العلمي الكبير الذي شهدته مختلف الالعاب الرياضية وخاصة لعبة الكرة اليد يعود الى التطور في المجال الرياضي من خلال اتباع الاساليب العلمية وطرائق التدريس الحديثة من تحقيق الاهداف ونظراً لكون الباحثة هي احد الممارسين للعبة كرة اليد ومن خلال متابعة العديد من الوحدات التعليمية والتدريبية لاحظت قلة الاهتمام بالاساليب التعليمية الحديثة وتطبيقها في تعلم بعض المهارات الأساسية بلعبة كرة اليد ومنها الاسلوب المتشعب لما لهذا الاسلوب من اهمية وفاعلية في تعلم المهارات والتي لها التأثير المباشر في تحقيق الاداء المثمر والتي يمكن تعليمها وتطويرها من خلال أعداد تمارين خاصة وباستخدام هذا الأسلوب، لذلك ارتأت الباحثة دراسة هذه المشكلة من خلال معرفة أثر تمارين باستخدام الاسلوب المتشعب في تعلم بعض المهارات الاساسية لكرة اليد.

## 3- الطريقة والإجراءات البحثية

ان اختيار منهج البحث الذي يلائم طبيعة المشكلة ويوصل إلى تحقيق أهداف البحث هو جزء من المتطلبات الضرورية في البحث العلمي لذا استخدمت الباحثة تصميم المجموعة الواحدة ذات الاختبارين القبلي والبعدي الأكثر ملائمة لهذا البحث.

## 3-1 مجتمع وعينة البحث

حددت الباحثة مجتمع البحث بطالبات المرحلة الثانية والبالغ عددهن (41) طالبة وهم طالبات كلية التربية للبنات في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة القادسية وتم استبعاد الطالبات والبالغ عددهن (15) طالبة وذلك لاختلاف عن الطالبات في جميع النواحي البدنية والمهارية والوظيفية فضلا عن استبعاد الطالبات البالغ عددهم (5) الذين تم استخدامهن بالتجربة الاستطلاعية فأصبحت العينة (21) طالبة من مجموع (41 %) طالبة فأصبحت النسبة المئوية للعينة (33، 51) من مجتمع البحث. من اجل ضبط جميع المتغيرات التي تؤثر في دقة نتائج عينة البحث في متغيرات الطول والكتلة والعمر والتي لها علاقة قوية بموضوع البحث عن طريق استخدام معامل الالتواء وهذا ما يبينه جدول (1)

### جدول (1)

يبين تجانس العينة في متغيرات الطول والكتلة والعمر باستخدام معامل الالتواء

المعالم الاحصائية للمتغيرات	وحدة القياس	س	ع	الوسيط	معامل الالتواء
الطول	سم	169,250	5,420	161,00	0,691
الكتلة	كغم	64,250	371,7	65,500	-0,51
العمر	سنة	19,192	1,165	20,000	-0,21

## 3-2 الاختبارات المهارية المستخدمة

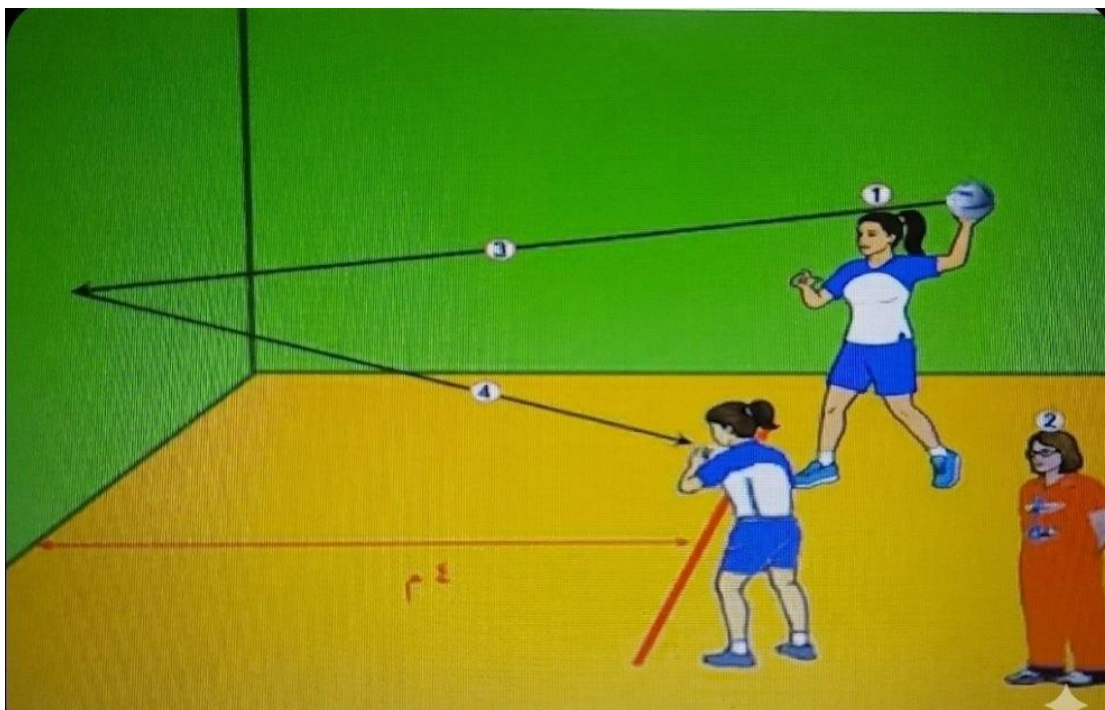
### 3-2-1 اختبار التوافق وسرعة المناولة (1)

الهدف من الاختبار: قياس التوافق وسرعة المناولة على حائط.

الأدوات المستخدمة: كرة يد، ساعة إلكترونية عدد (2). حائط مستوي.

طريقة الأداء: يقف اللاعب على بعد (4) متر عن الحائط وعند الإشارة يقوم بتمرير الكرة إلى الحائط واستمرار التمرير لأكثر عدد ممكن في زمن محدد قدره 30 (ثا)

التسجيل: تحسب عدد التمريرات في الزمن المحدد (تحسب عدد مرات استلام الكرة) كما في الشكل (1)



شكل (1) يوضح اختبار التوافق وسرعة المناولة

### 3-2-2 اختبار مهارة التصويب (2)

الهدف من الاختبار :- قياس دقة التصويب.

الأدوات المستخدمة: كرة يد، مرمى يد مرسوم على حائط (2×3)م ثم يقسم المرمى إلى تسعة مستطيلات لقياس دقة التصويب ويرسم خط على الأرض يبعد (9) م عن المرمى كما في الشكل (2):

طريقة الأداء:- يقوم اللاعب بالتصويب من خلف الخط بخطوة الارتكاز مع مراعاة ما يأتي :

أ- إصابة المستطيلات (1,3,7,9) والتي تمثل زوايا المرمى والتي تبلغ أبعادها (60×100)سم ينال أربع درجات.

ب- إصابة المستطيلين (2,8) والتي تمثل المنطقة فوق رأس حارس المرمى وبين قدميه والتي تبلغ أبعادها (60×100)سم ينال ثلاث درجات.

1- لؤي غانم الصميدعي واخرون؛ الاحصاء والاختبار في المجال الرياضي، ط1 (العراق، اربيل، 2010)، ص418.

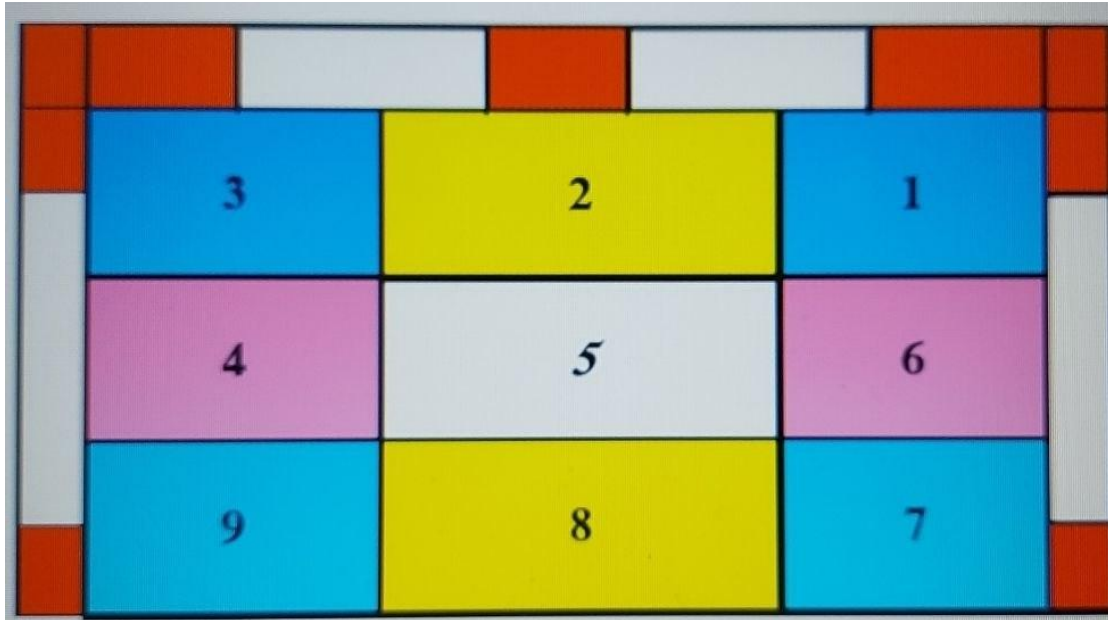
2- لؤي غانم الصميدعي واخرون؛ مصدر سبق ذكره، ص435.

ج- إصابة المستطيلين (6،4) والتي تمثل منطقة مدى ذراعي حارس المرمى التي تبلغ أبعادها (80×100) سم ينال درجتين.

د- إصابة المستطيل (5) يمثل منطقة صدر وجذع حارس المرمى والتي تبلغ أبعاده (80×100) سم ينال درجة واحدة.

هـ- إذا جاءت الكرة خارج ذلك ينال صفرًا .

و- يؤدي كل لاعب عشرة رميات ولكل لاعب محاولة واحدة فقط كما موضح في شكل (2):



شكل (2)

يوضح اختبار مهارة التصويب

### 3\_2- 3 اختبار دقة التصويب (1)

الهدف من الاختبار : قياس دقة التصويب .

الادوات: ملعب كرة يد, هدف مربع قياس (60×60) سم معلق ومثبت زوايا المرمى العليا عدد (2) كرات يد رجالية عدد (5).

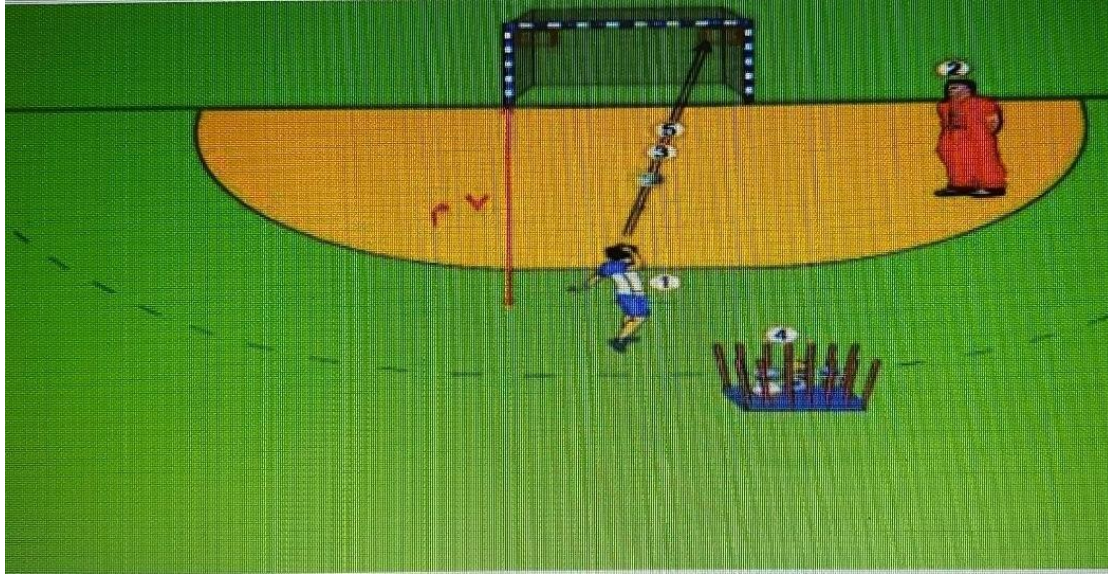
وصف الاداء : يقوم المختبر بالتصويب من وضع الثبات ومن خلف خط الاختبار وشرط ان تبقى قدميه ملامسة للأرض وان لا يجتاز خط 7متر وان يكون التصويب على الاهداف المربعة (60×60) سم المثبتة في زوايا المرمى العليا حيث تمنح للمختبر (4محاولات) أثنان على جهة اليمين واثنان على جهة اليسار.

التسجيل :

1. اذا دخلت الكرة داخل الهدف المعلق يعطى للمختبر 3 نقاط .

1- سعد محسن وإيمان حسين: التدريب بواسطة الادوات المساعدة واثرها على دقة التصويب بكرة اليد, بحث منشور, العدد الخامس, مجلة كلية التربية الرياضية, 1993, ص35

2. اذا اصابت الكرة احد اضلاع الهدف يعطى المختبر 2 نقطة .
3. اذا دخلت الكرة الهدف الكبير ولم تمس الهدف المعلق يعطى نقطة واحدة
4. اذا خرجت خارج الهدف يعطى صفر . والشكل رقم (3) يوضح ذلك



شكل (3)

يوضح اختبار دقة التصويب

### 3-3 التجربة الاستطلاعية

تم إجراء التجربة الاستطلاعية على (5) طالبات في المرحلة الثانية من غير عينة البحث فقد قامت الباحثة بأجراء التجربة الاستطلاعية في ملعب كلية التربية للبنات /قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة القادسية في يوم الثلاثاء ( 2025/11/25 ) والتي تضمنت اجراء اختبار التوافق وسرعة المناولة, واختبار مهارة التصويب, واختبار دقة التصويب واستفادت الباحثة منها في التأكد من صلاحية وسلامة الأجهزة والأدوات المستخدمة في إجراء البحث وكانت صالحة للاختبار والتعرف على كفاءة فريق العمل المساعد, ومعرفة الوقت اللازم لتنفيذ الاختبار لكل طالب ومعرفة الوقت الكلي للتجربة والتعرف على أهم المشاكل والصعوبات التي تواجه الباحثة.

### 3-4 الاختبارات القبليّة:

تم إجراء الاختبارات القبليّة لإفراد عينة البحث من قبل فريق العمل المساعد وقد قامت الباحثة بتثبيت الظروف الخاصة بالاختبارات وطريقة اجراءها للاختبارات الخاصة بمهارة التوافق وسرعة المناولة, واختبار مهارة التصويب, واختبار دقة التصويب في ملعب كلية التربية للبنات قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة القادسية في يوم الاحد (2025/11/30) والتي اشتملت عدة اجراءات منها شرح الاختبارات المستخدمة من قبل الباحثة بصورة مفصلة قبل إجراء الاختبارات على أفراد العينة. تم إعطاء فرصة كافية للطالبات لغرض الإحماء الكامل ومحاولة توضيح فقرات الاختبار.

### 3-5 التجربة الرئيسة:

بعد إكمال واعداد التمرينات الخاصة بالأسلوب المتشعب وبعد عرضها على الخبراء والمختصين بالكرة اليد تم البدء بتطبيق التجربة الرئيسة لعينة البحث والبالغ عددهن (21) طالبة والتي بدأت في يوم الثلاثاء (2025/12/2)

### 3-6 تحديد التمرينات باستخدام الاسلوب المتشعب:

من اجل الوصول إلى تحديد التمرينات باستخدام الاسلوب المتشعب قامت الباحثة بإعداد تمرينات لمتغيرات الدارسة وهذه التمرينات تم تطبيقها في الجزء الرئيسي من الوحدة التعليمية، إذ توزعت التمارين بصورة متساوية على الوحدات التعليمية. وقد استندت الباحثة عند وضع التمرينات بالعودة إلى مراجع علمية دقيقة<sup>(1)</sup>. وكذلك بالاعتماد على آراء مجموعة من الخبراء والمختصين في لعبة كرة اليد بعدها تم تقديمها إلى السادة الخبراء والمختصين على شكل استمارة استبانة لتحديد التمرينات التي تناسب البحث والعينة وقد شملت (30) تمريناً تم تطبيقها جميعاً لملائمتها إجراءات البحث. توزعت التمارين بمعدل ثلاثة تمارين لكل وحدة تعليمية، واستمر التطبيق الميداني للتمرين (12) اسبوعاً، أذ بدأت في يوم الثلاثاء (2025/12/2) ولغاية (2026/3/3) بمعدل وحدة تعليمية اسبوعياً .

- الجزء الإعدادي: استغرق زمنه (15) دقيقة من الوحدة التعليمية الواحدة.

- الجزء الرئيسي: استغرق زمنه (70) دقيقة من الوحدة التعليمية الواحدة

- الجزء الختامي: استغرق زمنه (5) دقائق من الوحدة التعليمية الواحدة والهدف منه عودة الطالبات إلى الحالة الطبيعية من خلال تمارين استرخاء. وان تصميم الوحدات التعليمية اعتمد على الأسس العلمية حيث قامت الباحثة بالبدء بتطبيق الاسلوب المتشعب في الجانب التطبيقي أي في القسم الرئيس من الوحدة التعليمية والذي يشمل مجموعة من الاسئلة توجه الى العينة والمطلوب الاجابة عنها عند شرح المهارة .

-ملائمة محتوى الوحدات التعليمية لمستوى وقدرات أفراد عينة البحث.

- مراعاة الهدف من إعداد الوحدات التعليمية المعدة.

### 3-7 الاختبارات البعدية:

تم اجراء الاختبارات البعدية لأفراد عينة البحث بعد الانتهاء من تطبيق الوحدات التعليمية في يوم الثلاثاء (2026/3/10).

### 4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

من اجل التعرف على عرض وتحليل نتائج الاختبارات المهارت الأساسية لدى عينة البحث بكرة اليد ، قامت الباحثة بحساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل اختبار بهدف الوصف والتحليل والجدول (2) يوضح ذلك .

### الجدول (2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدى للمهارات الثلاثة

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	نسبة التطور
-----------	-----------------	-------------------	-------------

1 - سعد حماد الجميلي: موسوعة الألف تمرين في الكرة الطائرة. عمان، الأردن، المكتبة الوطنية، 2002، ص46.



47,375	8,066	29,357	قبلي	التوافق وسرعة المناولة
	9,655	55,786	بعدي	
23,33	2,426	13,964	قبلي	مهارة التصويب
	2,103	18,143	بعدي	
41,935	1,232	4,500	قبلي	دقة التصويب
	2,255	7,750	بعدي	

من الجدول (2) يتبين في اختبار سرعة المناولة: بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (29,357) بانحراف معياري مقداره (8,066), في حين بلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (55,786) بانحراف معياري مقداره (9,655), وبلغت نسبة التطور (47,375). أما في اختبار مهارة التصويب: بل الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (13,964) بانحراف معياري مقداره (2,426), في حين بلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (11,143) بانحراف معياري مقداره (2,103), وبلغت نسبة التطور (23,33) وفي اختبار دقة التصويب: بل الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (4,500) بانحراف معياري مقداره (1,232), في حين بلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (7,750) بانحراف معياري مقداره (2,255), وبلغت نسبة التطور (41,935). ويعتقد الباحث ان التكرار وطرح المعلومات بشكل مترابط من خلال التمرينات المعدة تساهم في سهولة خزن المعلومات ومن ثم استرجاعها، وان التعلم مرتبط بعملية التذكر في الوقت المناسب ويعتمد ذلك على الاسلوب المستخدم (المتشعب) فريد البحث اذ تظهر اهمية الوسائل السمعية عند استخدام الكلمة في اثناء الحركة وتصحيح الاخطاء والتوجيه فعن طريقها يقارن المتعلم بشكل شفوي بين ما يجب ان يحدث وما حدث فعلا ويستوعب عقليا مع استكمال التوافق الحركي والاسراع بالعملية التعليمية<sup>(1)</sup>.

الجدول (3) يبين قيم الفروق وقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدي للمهارات الاساسية وتحليلها ومناقشتها:

المتغيرات	س- ف	ع ف	T	نسبة الخطأ	معنوي
التوافق وسرعة المناولة	26,429	12,146	11,514	0,00	معنوي
مهارة التصويب	4,179	2,640	8,377	0,00	معنوي
دقة التصويب	3,250	2,492	6,994	0,00	معنوي

من الجدول (3) يتبين في اختبار سرعة المناولة: بلغ فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي (26,429) بانحراف معياري للفروق مقداره (12,146), وبلغت قيمة (T) المحسوبة (11,514), وبنسبة خطأ (0,00) مما يدل على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي. أما في اختبار مهارة التصويب بلغ فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي (4,179) وبانحراف معياري للفروق مقداره (2,640) وبلغت (T) المحسوبة (8,377), وبنسبة خطأ (0,00) مما يدل على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي. وفي اختبار دقة التصويب: بلغ فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي (3,250) بانحراف معياري للفروق مقداره (2,492) وبلغت قيمة (t) المحسوبة (6,994), وبنسبة خطأ (0,00) مما يدل على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

<sup>1</sup> قاسم لزام صبر: موضوعات في التعلم الحركي, ط2 (بغداد) دار البراق للطباعة والنشر, 2012, ص74.

## مناقشة النتائج:

تشير النتائج في الجدول (3) الى وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبالية والبعديية في المهارات الاساسية ولصالح الاختبارات البعديية، وتعزو الباحثة تلك الفروق الى التمرينات المعدة من قبل الباحثة بالأسلوب المتشعب والتي ساهمت في تطوير مداركات الطالبات نحو المهارات. والتمرينات المعدة ساهمت بأثارة دوافع المتعلم نحو المهارات قيد البحث من خلال اشتراك اكثر من حاسة في عملية استقبال المثيرات والتي تكون لفظية او حركية (1).

## الاستنتاجات والتوصيات :

### الاستنتاجات:

توصل الباحث الى مجموعة من الاستنتاجات وهي:

- 1- أثرت التمرينات بالأسلوب المتشعب بصورة ايجابية في تعلم المهارات الاساسية الخاصة بالبحث والتي انعكست بشكل ايجابي على اداء الطالبات
- 2- ساعد استخدام الأسلوب المتشعب افراد العينة على اكتشاف المعلومات واتخاذ القرارات وخاصة عند تعلم المهارات الاساسية .

### التوصيات

- 1- ضرورة استخدام التمرينات بالأسلوب المتشعب في تعلم المهارات الدفاعية والهجومية بكرة اليد .
- 2- التأكيد على استخدام الاسلوب المتشعب في الوحدات التعليمية لأنه يساعد على تدعيم الثقة والارادة للطلاب واكتشاف المعلومات من اجل تحقيق اهدافهم .
- 3- اجراء هكذا بحوث على فئات عمرية أخرى وباللعبه نفسها, محاولات التطرق الى اساليب تدريسية حديثة في تعلم المهارات الاساسية بكرة اليد والابتعاد عن الطرة التقليدية .
- 4- محاولات التطرق الى اساليب تدريسية حديثة في تعلم المهارات الاساسية بكرة اليد والابتعاد عن الطرة التقليدية .

### المصادر:

- 1- سعد حماد الجميلي: موسوعة الألف تمرين في الكرة الطائرة: عمان، الأردن، المكتبة الوطنية، 2002 .
- 2- سعد محسن وايمان حسين: التدريب بواسطة الادوات المساعدة واثرها على دقة التصويب بكرة اليد, بحث منشور, العدد الخامس, مجلة كلية التربية الرياضية, 1993.
- 3- قاسم لزام صبر: موضوعات في التعلم الحركي, ط2 (بغداد) دار البراق للطباعة والنشر, 2012.
- 4- لؤي غانم الصميدعي وآخرون ؛ الاحصاء والاختبار في المجال الرياضي، ط1 (العراق ، اربيل 2010،
- 5- لمياء الديوان وحسين فرحان: أصول تدريس التربية البدنية، ط1, دار ومكتبة البصائر والنشر, 2016.

1- لمياء الديوان وحسين فرحان: أصول تدريس التربية البدنية، ط1, دار ومكتبة البصائر والنشر, 2016, ص43.