

اثر بعض التمارين المهارية لتحسين مهارة استلام بيد واحدة ودقة التصويب للاعبي المدرسة التخصصية بكرة اليد

ا.م.د. ثامر ارحيم حسين

الملخص

و تكمن اهمية البحث في كيفية معالجة قلة استخدام هذه المهارة من خلال وضع منهج تعليمي فيه مجموعة من التمرينات المهارية الخاصة لتحسين تلك المهارة.

اما مشكلة البحث من خلال خبرة الباحث الميدانية كونه مدرب في قسم الموهبة لاحظ أن هناك ضعف في استخدام مهارة الاستلام بيد واحدة لدى لاعبي المدرسة التخصصية بكرة اليد مما ينعكس سلباً على مجمل الأداء في كرة اليد.

اما أهداف البحث هي تحديد مجموعة اختبارات مهاريه لاختبار مهارة الاستلام بيد واحدة ووضع منهج تعليمي باستخدام تمرينات بدنية و مهاريه خاصة لتحسين مهارة الاستلام بيد واحدة و دقة التصويب.

اما فروض البحث توجد فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي و البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح الاختبار البعدي لمتغيرات البحث كافة وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي لأنه يتناسب مع طبيعة إجراءات البحث .

وقد استنتج الباحث إن مهارة الاستلام بيد واحدة رغم صعوبتها يمكن تحسينها و إن للتمرينات المهارية المقترحة تأثير كبير في تحسين مهارة الاستلام بيد واحدة وان لا توجد علاقة ارتباط بين استلام الكرة بيد واحدة مع دقة التصويب

The effect of some skill exercises on improving one-handed receiving and shooting accuracy for handball players at the specialized school

By

Assist Prof Dr .Thamer Arhim Hussein

The importance of this research lies in how to address the lack of use of this skill by to improve an educational curriculum that includes a set of specific skill exercises to improve that skill,

The research problem stems from the researcher's field experience as a coach of the specialized school's talent department.he, observed a weakness and infrequent use of one-

handed receiving skills among players at the specialized handball school, negatively impacting their overall handball performance.

The research objectives are to identify a set of skills tests to assess the one-handed receiving and to improve a methodology for this purpose. My education uses special physical and skill exercises to improve the skill of receiving with one hand and to identify the effect of special skill exercises in to improve the skill of one –hand receiving and shooting accuracy

The research hypotheses state that there are statistically significant differences between the pre-test and post-test for both the experimental and control groups, favoring the post-test for all research variables.

The researcher used the experimental method because it is suitable for the nature of the research procedures

The researcher concluded that the one-handed receiving skill, despite its difficulty, can be improve and that the proposed skill exercises have a significant impact on improving the one-handed receiving skills.

There is no correlation between receiving the ball and shooting accuracy

1 – أهمية البحث :

إن التطور الذي حدث للعبة كرة اليد أوجب تبني مهارات لم يكن من السهل استخدامها في السابق إلا إن التطور في التعليم أوجد واقعاً حقيقياً يتمثل في وصول اللاعبين إلى الاستخدام الأمثل لكل الفرص والإمكانيات المتاحة لهم، لذلك أصبح التعليم على مهارات خاصة جداً واجباً لا يمكن تجاهله.

تعد المهارات الركيزة الأساسية التي تعتمد عليها أي لعبة و منها لعبة كرة اليد. ومهارة استلام الكرة بيد واحدة وهي إحدى المهارات الهجومية التي تتم في أوضاع مختلفة سواء كان ذلك بالإرتكاز أو بالطيران واستلام الكرة بيد واحدة والتحكم بها في حالات الهجوم أو أعمال الدفاع أصبح ضرورة يجب أن تحظى بالاهتمام اللازم. لما لها من تأثير كبير على فعالية الفريق في الدفاع أو الهجوم.

من المعروف أن مهارة الاستلام الكرة بيد واحد هي إحدى المهارات الهجومية في كرة اليد و التي تحتاج إلى تعليم متواصل للوصول إلى الشكل الأمثل لتطبيق المهارة فضلاً الى ذلك إتقان المهارة يجب أن يخضع إلى محك الأداء أو المنافسة الرياضية التي تتميز بنوع الظرف الذي تؤدي به المهارة، و زيادة الضغط النفسي و العصبي المرافق لأداء تلك المهارة الخاصة الا أن مهارة الاستلام بيد واحدة هي النوع الأصعب أدائياً ضمن نوعي الاستلام، و التي تشمل استلام الكرة بكلتا اليدين و استلام الكرة بيد واحدة. إن مهارة الاستلام بيد واحدة وإن كانت أقل شيوعاً و استعمالاً من الاستلام باليدين إلا أنها غاية في الأهمية لما تفرضه مواقف اللعب من تصرف آني بأقصى سرعة وباقل زمن ممكن لاستغلال ثغرة معينة، أو لخلق فرصة للزميل، أو لاستلام كرة بعيدة عن أمكانية استلامها بكلتا اليدين. كل ذلك يحتم على اللاعب أن تكون له الإمكانية و المهارة لاستلام الكرة بيد واحدة الأمر الذي يزيد من الحاجة إلى التعليم على هذا النوع من الاستلام، لأنها ومن خلال مجمل الأداء ترتبط بباقي أنواع المهارات كالمناولة و الطبطبة و الخداع و التصويب.

و لقد برزت أهمية البحث في كيفية معالجة قلة استخدام هذه المهارة من خلال وضع منهج تعليمي فيه مجموعة من التمرينات المهارية الخاصة لتحسين تلك المهارة لأن التعلم على أية مهارة يجب أن يحضاً باهتمام جميع المدربين للوصول بالرياضي إلى المستوى الجيد لكي يستطيع أن يؤدي الواجبات المطلوبة منه أثناء سير المباراة. ومن هنا يجب أن يؤخذ بنظر الاعتبار تعليم مهارة استلام الكرة بيد واحدة خلال المنهج التعليمي المعد من قبل المدرب بصورة مستمرة خلال الوحدات التعليمية اليومية.

2-1 مشكلة البحث :

من خلال خبرة الباحث الميدانية كونه مدرب في المدرسة التخصصية ومن خلال نتائج المباريات التي خاضها الفريق لاحظنا أن هناك ضعف و قلة في استخدام مهارة الاستلام بيد واحدة لدى لاعبي المدرسة التخصصية في محافظة المثنى مما ينعكس سلباً على مجمل الأداء حيث تكون لها تاثير ايجابي في تغيير نتيجة المباراة لذا ارتأى الباحث دراسة هذه المشكلة بوضع تمرينات مقترحة لتحسين هذه المهارة.

3-1 أهداف البحث :

1. وضع منهج تعليمي باستخدام تمرينات مهاريه خاصة لتحسين مهارة الاستلام بيد واحدة لدى لاعبي المدرسة التخصصية في محافظة المثنى بكرة اليد.

2. التعرف على نوع العلاقة ما بين استلام الكرة بيد واحدة و دقة التصويب لدى لاعبي المدرسة التخصصية في محافظة المثنى بكرة اليد.

1-4 فرضا البحث :

1. ان للمنهج التعليمي اثر في تحسين مهارة الاستلام بيد واحدة لدى لاعبي المدرسة التخصصية بكرة اليد .
2. هناك علاقة ارتباط بين استلام الكرة بيد واحدة ودقة التصويب .

1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري: لاعبي المدرسة التخصصية في محافظة المثنى بكرة اليد.

1-5-2 المجال الزمني: المدة من 5 / 9 / 2024 ولغاية 2025.2/15

1-5-3 المجال المكاني: القاعة المغلقة للألعاب الرياضية للمدرسة التخصصية في محافظة المثنى .

1- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :**3-1 منهج البحث :**

أستخدم الباحث المنهج التجريبي لأن يتناسب مع طبيعة إجراءات البحث ويعد اختيار المنهج الملائم من اهم الخطوات التي يترتب عليها نجاح البحث ويتوقف اختيار المنهج على طبيعة المشكلة المراد دراستها والهدف المطلوب تحقيقه اذ ان طبيعة المشكلة هي التي تحدد منهج البحث من اجل الوصول الى الحقيقة والكشف عنها للوصول الى نتيجة معينة.

3-2 عينة البحث :

حدد الباحث مجتمع البحث من اللاعبين المدرسة التخصصية بكرة اليد في محافظة المثنى والبالغ عددهم (35) لاعب بعد استبعاد لاعب (1) لعدم الالتزام وتحديد (4) لاعبين كعينة استطلاعية و(15) لاعب لكل مجموعة ضابطة وتجريبية .

3-3 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث :

1- شريط قياس :

2- شواخص : عدد (10) .

3- كرات : عدد (15) .

5- موانع : عدد (8) .

6- استمارة تسجيل .

7- ملعب كرة يد

9- مساطب : عدد (4) .

10- الحاسبة الالكترونية (الكمبيوتر) نوع hp.

11- ساعة توقيت : DIAMOND

3- 4 وسائل جمع المعلومات :

استمارة استبيان لتحديد مهارات الاستلام بيد واحدة *

استمارة استبيان لترشيح مجموعة اختبارات تخص البحث *

استمارة استبيان للتمرينات مهارية *

المقابلات الشخصية *

3 - 5 تحديد مهارات قيد البحث

لغرض تحديد المهارات قيد البحث ، قام الباحث بتنظيم استمارة وتم عرضها على مجموعة من الخبراء " * والمختصين

لغرض أخذ آرائهم وعليه تم أخذ نسبة اتفاق والبالغة (75%)

فما فوق " و للباحث الحق في اختيار النسبة التي يراها مناسبة عند اختيار المؤشرات " (1) .

والجدول (1) يوضح ذلك .

جدول (1)

يوضح الأهمية النسبية لاتفاق الخبراء لمهارات قيد البحث .

ت	المهارات	الأهمية النسبية
1	مهارة استلام الكرة بيد واحدة من القفز	%85
2	مهارة استلام الكرة بيد واحدة من الحركة	%80
3	مهارة استلام الكرة بيد واحدة من المناولة المرتدة	%78
4	مهارة استلام الكرة بيد واحدة من السقوط الجانبي	%70
5	مهارة استلام الكرة بيد واحدة من السقوط الأمامي	%65
6	مهارة استلام الكرة بيد واحدة من الوضع الجانبي	%50
7	مهارة استلام الكرة بيد واحدة من وضع الثبات	%40
8	مهارة استلام الكرة بيد واحدة من وضع ارتكاز قدم واحدة على الأرض ورفع القدم الأخرى	%37
9	مهارة استلام الكرة بيد واحدة من وضع ظهر اللاعب المستلم مواجه إلى المرمى	%35
10	مهارة استلام الكرة بيد واحدة من وضع الاستناد الأمامي بيد واحدة على الأرض	%32

3-6 الاختبارات المستخدمة في البحث :

إن " الاستبيان هو وسيلة لجمع المعلومات عن مشكلة ما " بعد إطلاع الباحث على المصادر والمراجع للعديد من الكتب والبحوث العلمية المرتبطة بموضوع البحث لتحديد الاختبارات المتعلقة بالبحث لم يجد أي اختبار عدا اختبار "دقة التصويب" .

إذ ربط بمهارة الاستلام بيد واحدة . لهذا قام الباحث بتحديد مجموعة اختبارات عرضت من خلال إستمارة استبيان * على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال كرة اليد للاستفادة من آرائهم ولتحديد النسبة المئوية لكل اختبار ، و عليه فقد تم اختيار نسبة اتفاق 80% فما فوق لأنه " للباحث الحق في اختيار النسبة التي يراها مناسبة عند اختياره للمؤشرات "، وتحديد اختبار واحد لكل مهارة من مهارات الاستلام بيد واحدة وبذلك يصبح عدد الاختبارات النهائية (3) ثلاث اختبارات فضلاً عن اختبار دقة التصويب وهي التي سوف يتم إجراء التجارب الاستطلاعية عليها وتحديد الأسس العلمية والجدول (2) يوضح ذلك

جدول (2) يوضح النسبة المئوية للاختبارات التي تم الاتفاق عليها من قبل الخبراء.

ت	نوع المهارة	اسم الاختبار	التكرار	النسبة المئوية	الملاحظات
1	مهارة استلام الكرة بيد واحدة من الحركة	استلام الكرة بيد واحدة من الحركة اختبار رقم 1	4	80%	تم استخدام النسبة المئوية من خلال استخراج نسبة اتفاق (5) خمس خبراء
		استلام الكرة بيد واحدة من الحركة اختبار رقم 2	1	20%	
		استلام الكرة بيد واحدة من الحركة اختبار رقم 3	0	%	
2	مهارة استلام الكرة بيد واحدة من القفز	استلام الكرة بيد واحدة من القفز اختبار رقم 1	0	%	
		استلام الكرة بيد واحدة من القفز اختبار رقم 2	5	100%	
		استلام الكرة بيد واحدة من القفز اختبار رقم 3	0	%	
3	مهارة استلام الكرة بيد واحدة من المناولة المرتدة	استلام الكرة بيد واحدة من المناولة المرتدة اختبار رقم 1	0	%	
		استلام الكرة بيد واحدة من المناولة المرتدة اختبار رقم 2	4	80%	
		استلام الكرة بيد واحدة من المناولة المرتدة اختبار رقم 3	1	20%	

الاختبار الأول : استلام الكرة بيد واحدة من الحركة قي كرة اليد .

هدف الاختبار : قياس مهارة الاستلام بيد واحدة من الحركة بكرة اليد .

الأدوات المستخدمة : كرات يد عدد (10) ، شواخص عدد (2) ، شريط قياس .

طريقة الأداء : نضع شاخصان المسافة بينهما (6) أمتار . و يقف اللاعب المنفذ في منتصف المسافة بينهما بحيث يبعد

عن الشاخص (أ) ثلاثة أمتار و عن الشاخص (ب) ثلاثة أمتار ، و يقف الممرر للكرة أمام اللاعب المنفذ و يبعد عنه

ثلاثة أمتار أيضا ومعه مجموعة من الكرات .

ثم يبدأ الاختبار بتحريك اللاعب إلى الشاخص (أ) و يستلم المناولة من المدرب بيد واحدة و يعيدها إليه ثم التحرك إلى

الشاخص (ب) ليستلم المناولة من المدرب أيضا بيد واحدة و يعيدها إلى المدرب . وهكذا إلى أن يتم أكمال عشرة محاولات

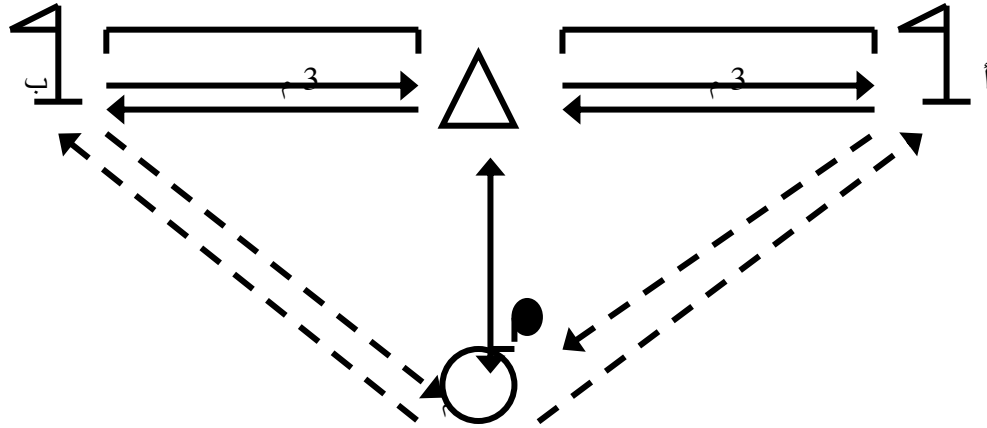
، خمس محاولات إلى جهة اليمين و خمس محاولات إلى جهة اليسار .

شروط الاختبار :

- يجب أن يكون الاستلام للكرة بيد واحدة بصورة صحيحة و السيطرة عليها .

- يجب أن يكون التحرك من الشاخص (أ) إلى الشاخص (ب) مروراً بنقطة البدء بدون توقف .

التسجيل : تحسب عدد المحاولات الناجحة و الفاشلة لعشرة محاولات بحيث تكون خمسة إلى جهة اليمين و خمسة إلى جهة اليسار لاستلام الكرة بيد واحدة خلال مدة (25) ثانية بكرة اليد .



شكل رقم (3)

الاختبار الثاني : استلام الكرة بيد واحدة من القفز بكرة اليد .

هدف الاختبار : قياس مهارة الاستلام بيد واحدة من القفز في كرة اليد

الأدوات المستخدمة : كرات يد عدد (10)، موانع ثلاثة بإرتفاعات على التوالي (30، 40، 50) سم شريط قياس .

طريقة الأداء : يقف اللاعب المنفذ خلف الموانع الموضوعة بإرتفاعات (30، 40، 50) سم والمسافة بين كل مانع و آخر (80) سم . ويقف المدرب في مكان يبعد (3) أمتار عن المانع الثالث .

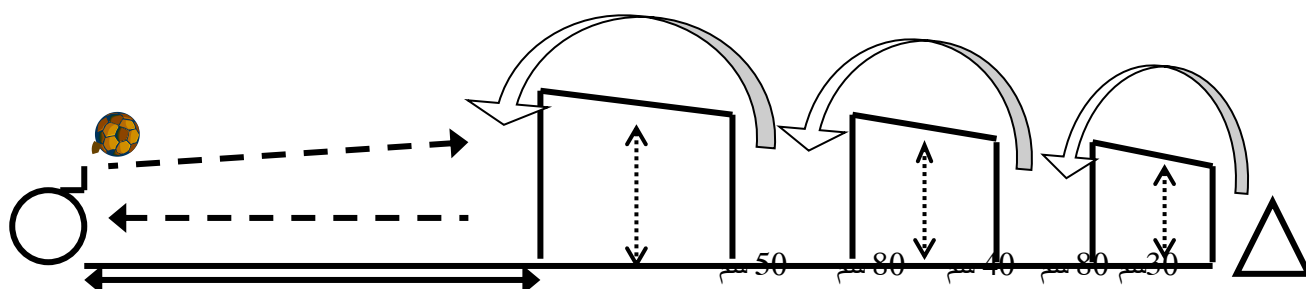
يبدأ الاختبار بقيام اللاعب المنفذ بالقفز من فوق المانع، الأول و الثاني و الثالث لاستلام الكرة الممررة إليه من قبل المدرب بيد واحدة ثم أعادتها إليه و الرجوع لأداء المحاولة الثانية و هكذا إلى أن يتم إنجاز المحاولات العشرة .

شروط الاختبار : - القفز إلى الأعلى من بين المانع بكلتا القدمين .

- عدم التوقف أثناء القفز و النزول من بين الموانع .

- السيطرة الصحيحة على الكرة أثناء استلامها بيد واحدة .

التسجيل : يحسب عدد المحاولات الناجحة و الفاشلة لعشرة محاولات لاستلام الكرة بيد واحدة خلال مدة (50) ثانية بكرة اليد .



3 م

شكل رقم (4)

الاختبار الثالث : استلام الكرة بيد واحدة من المناولة المرتدة في كرة اليد .

هدف الاختبار : قياس مهارة الاستلام بيد واحدة من المناولة المرتدة بكرة اليد .

الأدوات المستخدمة : كرات يد عدد (10) ، شريط ، شواخص عدد (2) .

طريقة الأداء : يقف اللاعب وسط المسافة بين شاخصين (أ ، ب) بحيث يبعد عن كل شاخص بمسافة (3) أمتار ويقف

أمامه ممرر للكرة ويبعد عنه مسافة (3) أمتار و مع الممرر مجموعة من الكرات . يبدأ الاختبار بتحريك

اللاعب من موقعه إلى الشاخص

(أ) ليستلم المناولة المرتدة الممررة من قبل المدرب بيد واحدة ، ثم العودة إلى الشاخص (ب) ليستلم

المناولة المرتدة الأخرى من قبل المدرب و بيد واحدة أيضا .

وهكذا يتم العودة من جديد إلى الشاخص (أ) لإعادة تكرار استلام الكرة ولعشرة محاولات .

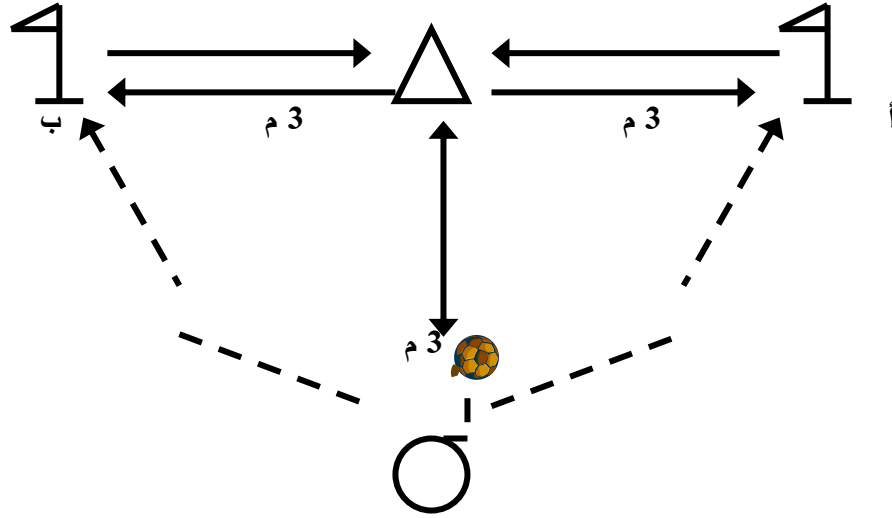
شروط الاختبار :

- أن تصل الكرة إلى المستلم بصورة صحيحة و مضبوطة .

- يكون الاستلام باليد المنفذة للأداء لدى اللاعب .

- عدم التوقف أثناء أدائه للمناولة تلو الأخرى .

التسجيل : تحسب عدد المحاولات الناجحة و الفاشلة لاستلام الكرة و بيد واحدة من المحاولات العشرة بحيث تكون خمسة إلى جهة اليمين و خمسة إلى جهة اليسار خلال مدة 25 ثانية بكرة اليد .



شكل رقم (5)

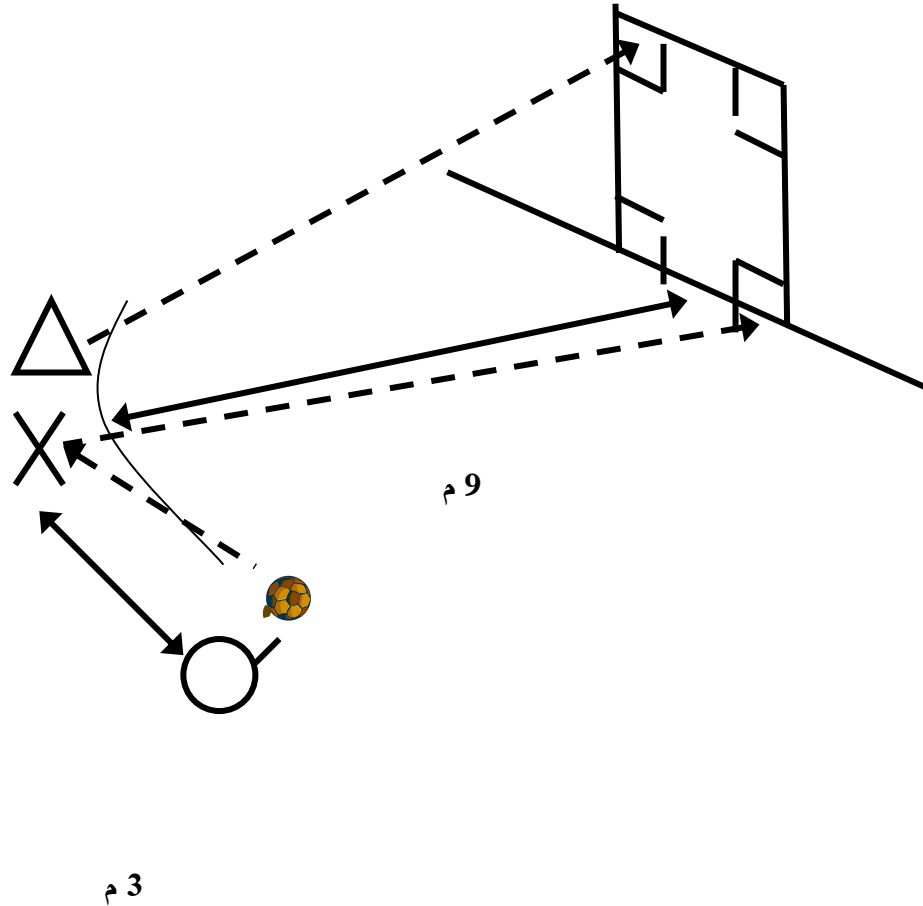
الاختبار الرابع : " اختبار دقة التصويب " (1)

هدف الاختبار " قياس دقة التصويب من استلام الكرة بيد واحدة

الأدوات المستخدمة : نصف ملعب كرة يد ، قانوني التخطيط بالنسبة لمنطقة المرمى وبه مرمى واحد، كرات عدد (6) (ويفضل وجود احتياطي) ، شاخص واحد (شاخص احتياط)، مربعات عدد (4) لدقة التصويب أبعاد كل منهما (40 × 40) سنتيمتر .

طريقة الأداء : تثبت المربعات الأربعة (40 × 40) سم في زوايا المرمى العليا والسفلى بحيث يكون اثنان فوق واثنان تحت ، ويقف اللاعب المنفذ في المنطقة المواجهة للمرمى مباشرة في منطقة (6) أمتار بحيث يصوب الكرات الواحدة تلو الأخرى إلى داخل المربعات العليا والسفلى . يتم تصويب ثلاث كرات إلى أي من الزاويتين العلويتين أو كليهما ، وثلاث كرات أخرى إلى أي من الزاويتين السفليتين أو كلاهما بعد أن يستلم الكرة بيد واحدة من المدرب (الممرر) الذي يكون على مسافة ثلاثة أمتار من اللاعب المنفذ .

التسجيل : تحتسب عدد الرميات التي تمر فيها الكرة من المربعات العليا والسفلى (وهي ستة كرات) ثلاثة إلى الجهة العليا وثلاثة إلى الجهة السفلى من المرمى .



شكل رقم (6)

7-3 التجربة الاستطلاعية :

قام الباحث بتجربة استطلاعية أولى يوم الأربعاء المصادف 2024/ 11/ 22 على أربعة لاعبين من لاعبي المدرسة

التخصصية وذلك لتأكد من الآتي :-

- 1- سلامة و صلاحية الأجهزة المستخدمة .
- 2- قدرة الكادر المساعد و إمكانيته في أدراك خطوات البحث .
- 3- أمكانية العينة على أداء الإجراءات المطلوبة فيها .

4- معرفة المدة الزمنية لإجراء الاختبارات .

5- تجاوز الأخطاء والمعوقات .

3-8 الأسس العلمية للاختبارات :

لجأ الباحث إلى إجراء الاختبارات وأعادتها في اليوم التالي للتحقق من ثبات الاختبارات وإيجاد معامل الثبات ، "أذ يمكن الحصول على معامل الثبات للاختبارات بحساب معامل الارتباط بين الدرجات أو الأرقام التي حصل عليها أفراد العينة في المرة الأولى لأداء الاختبارات وبين نتائج الاختبار نفسه عند تطبيقه في المرة الثانية على العينة نفسها".

ولإيجاد معامل الصدق استخرجنا الصدق الذاتي ، فضلاً عن ذلك صدق المحتوى الذي حصلنا عليه من اخذ آراء الخبراء . أما الموضوعية و إيجاد معاملها فقد خصص الباحث حكمين * لتسجيل نتائج الاختبارات عند أعادتها ، واشترط أن يكون أحدهما بعيداً عن الآخر في أثناء إجراء القياس عليه إذ أن "معامل الارتباط بين تقدير المحكم الأول والمحكم الثاني هو معامل موضوعية الاختبار".

جدول (3) يوضح معامل الثبات والصدق والموضوعية لاختبارات مهارة الاستلام بيد واحدة

ت	الاختبارات	الثبات	الصدق الذاتي	الموضوعية
1	اختبار استلام الكرة بيد واحدة من الحركة	%87	%93	%90
2	اختبار استلام الكرة بيد واحدة من القفز	%91	%95	%93
3	اختبار استلام الكرة بيد واحدة من المناولة المرتدة	%89	%94	%90
4	اختبار دقة التصويب من القفز	%90	%92	%91

3 - 9 الاختبارات القبلية:

أجريت الاختبارات القبلية لعينة البحث (المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة) يومي السبت المصادف 25/11/2024 في تمام الساعة الرابعة بعد الظهر للمجموعة التجريبية في قاعة المدرسة التخصصية في محافظة المثنى و الاثنين المصادف 27/11/2024 في تمام الساعة الرابعة بعد الظهر للمجموعة الضابطة في قاعة المدرسة التخصصية في محافظة المثنى. وقبل إجراء الاختبارات قام الباحث بشرح وعرض وتوضيح طريقة تنفيذ الاختبارات ،وقد راعى قدر المستطاع تثبيت الظروف المتعلقة

بالاختبار من حيث (الزمان ، و المكان ، و الأدوات المستخدمة ، وطريقة التنفيذ ، و فريق العمل) ، وذلك من أجل العمل على توافرها في الاختبارات البعدية .

جدول (4) يبين الاختبار القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة لمهارة الاستلام بيد واحدة باستخدام اختبار مان وتني .

ت	الاختبارات	المجموعة الضابطة	المجموعة التجريبية	أصغر قيمة ل (ي)	قيمة (ي) المعدلة	قيمة (ي) الجدولية	الدلالة المعنوية
1	اختبار مهارة الاستلام بيد واحدة من الحركة	107	118	107	0,22-	$1.96 \pm$	غير معنوي
2	اختبار مهارة الاستلام بيد واحدة من القفز	121	104	104	0,35-		
3	اختبار مهارة الاستلام بيد واحدة من المناولة المرتدة	134	91	91	0,89-		

3-10 التجربة الرئيسية:

قام الباحث بعرض مجموعة من التمرينات المهارية على مجموعة من الخبراء و المختصين في مجال كرة اليد لتحديد المناسب منها لتطوير مهارة الاستلام بيد واحدة وتم الاتفاق على هذه المجموعة من التمرينات وفيما يأتي بعض الإيضاحات حول المنهج التدريبي المقترح

- مدة التجربة بالأشهر : شهران .
- عدد الوحدات التدريبية : 24 وحدة .
- زمن الوحدة التدريبية : 120 دقيقة .
- مدة التمرينات المقترحة في الوحدة : من (20-30) دقيقة من زمن الجزء الرئيسي .
- أيام التدريب للمجموعة التجريبية : (الأحد) (الثلاثاء) (الخميس) .
- أيام التدريب للمجموعة الضابطة : (السبت) (الاثنين) (الأربعاء) .
- قام الباحث بإجراء التجربة في يوم الأحد المصادف 2024/12/2 ولغاية يوم الخميس المصادف 2025 /2/1 .

3-11 الاختبارات البعدية :

قام الباحث بإجراء الاختبارات البعدية لعينتي البحث التجريبية والضابطة يومي الاحد والاثنين المصادفين 4-2025/2/5 وقد راعى الباحث قدر الإمكان تهيئة الظروف التي قام بها في الاختبارات القبلية نفسها من حيث الزمان والمكان وفريق العمل المساعد والأدوات المستخدمة

3-12 الوسائل الإحصائية المستعملة في البحث :

- النسبة المئوية.
- معامل الارتباط البسيط بيرسون.
- قانون (t test) للعينات المترابطة.
- "الوسط الحسابي المرجح او الموزون
- قانون النسبة المئوية
- "اختبار (مان وتتي)"
- اختبار (ولوكسن

4-عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

تضمن هذا الباب عرض الاختبارات القبلية والبعدية وتحليلها ومناقشتها عبر اختبار (مان وتتي) و (ولوكسن) للعينتين التجريبية والضابطة لإيجاد معنوية الفروق بينهما عبر الاختبارات اللامعلمية .جدول (5)

4 - 1 عرض وتحليل ومناقشة الاختبار القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة لاختبار مهارة استلام الكرة بيد واحدة من الحركة ومن القفز ومن المناولة المرتدة باستخدام اختبار ولوكسن .

ت	الاختبارات	المجموعة الضابطة			اصفر قيمة ل (و) (	قيمة (و) الجدولية	الدالة المعنوية
		(+)	(-)	ن2			
1	اختبار مهارة استلام الكرة بيد واحدة من الحركة في كرة اليد .	90,5	14,5	15	14,5	25	معنوي
2	اختبار مهارة استلام الكرة بيد واحدة من القفز في كرة اليد .	56	10	15	10		
3	اختبار مهارة استلام الكرة بيد واحدة من المناولة المرتدة في كرة اليد .	85,5	5,5	15	5,5		

يتضح من الجدول (5) أن قيمة (و) المحتسبة بلغت (14,5) لإستلام الكرة بيد واحدة من الحركة و (10)

لإستلام الكرة بيد واحدة من القفز و (5,5) لإستلام الكرة بيد واحدة من المناولة المرتدة ، وبالكشف عن قيمة (و) الجدولية

بمستوى الدلالة (0,05) بلغت (25) وبما أن قيمة (و) المحتسبة لاختبارات استلام الكرة بيد واحدة هي اصغر من قيمة (و) الجدولية ، وعليه يتضح لنا أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي ، مما يحقق الفرض الثاني من فروض البحث .

ويرى الباحث أن استلام الكرة بيد واحدة يمكن أدائه في جميع الحالات ولكن بدرجة صعوبة حسب المستوى الذي تسير فيه الكرة . وكلما كانت الكرة المستقبلية من الزميل بسرعة قليلة كلما تمت السيطرة عليها بشكل أفضل . ومن هنا فإن التعليم على استلام الكرة بيد واحدة لاعبي الخط الأمامي يكون أفضل من استلام الكرة لدى لاعبي الخط الخلفي لأن الكرة التي تصل إليهم تكون اقل سرعة . وهذا لا يعني إن لاعبي الخط الخلفي لا يمكن تعليمهم على هذا النوع من الاستلام لأنه شيء مهم حيث يعطى للاعب الفرصة بسرعة أداء الواجب التالي بعد استلامه للكرة بيد واحدة من خلال التصويب على الهدف أو التمرير إلى زميل يقف في مكان خالي من المراقبة .

جدول (6)

4 - 2 عرض وتحليل ومناقشة الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لاختبار مهارة الاستلام الكرة بيد واحدة من الحركة و من القفز ومن المناولة المرتدة باستخدام اختبار (ولوكوسن) .

ت	الاختبارات	المجموعة التجريبية			اصغر قيمة ل (و)	قيمة (و) الجدولية	الدلالة المعنوية
		و (+)	و (-)	ن 1			
1	اختبار مهارة استلام الكرة بيد واحدة من الحركة في كرة اليد .	95,5	9,5	15	9,5	25	معنوي
2	اختبار مهارة استلام الكرة بيد واحدة من القفز في كرة اليد .	85,5	5,5	15	5,5		
3	اختبار مهارة استلام الكرة بيد واحدة من المناولة المرتدة في كرة اليد .	104	1	15	1		

يتضح من الجدول (6) ان اصغر قيمة ل (و) المحتسبة هي (9,5) لمهارة استلام الكرة بيد واحدة من الحركة

و (5,5) لمهارة استلام الكرة بيد واحدة من القفز و (1) لمهارة استلام الكرة بيد واحدة من المناولة المرتدة وبالكشف عن قيمة (

(و) الجدولية عن مستوى الدلالة (0,05) للاختبار ذي النهاية الواحدة هي (25) ⁽¹⁾ . ولما كانت قيمة (و) المحتسبة هي اصغر من قيمة (و) الجدولية مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي ، ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية وهذا يحقق الغرض الثاني للبحث .

ويعزو الباحث سبب ذلك إلى التفوق الذي حققته المجموعة التجريبية في تطوير مهارة الاستلام بيد واحدة بكرة اليد على مدى تأثير التمرينات المهارية الخاصة في المنهج التعليمي الموضوع لهذا الغرض "حيث أن التمرينات الخاصة ليست وسيلة بديلة من وسائل التعليم وإنما هي وسيلة هامة جدا لا يمكن الاستغناء عنها ولها دوراً فعال جداً أثناء فترة الإعداد الخاص " . وذات تأثير فعال عند ربط استخدامها بتمرينات المنافسة . "وكذلك يجب أن لا ينظر إلى التمرينات الخاصة على كونها احتياط بل هي وسيلة جيدة ذات متطلبات متعددة للناحية الجسمية والمهارية " .

جدول (7)

4 - 3 عرض وتحليل ومناقشة الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة لمهارات الاستلام بيد واحدة الثلاثة

باستخدام اختبار مان وتني .

الالاختبارات	ت	المجموعة الضابطة	المجموعة التجريبية	اصغر قيمة ل (ي)	قيمة (ي) المعدلة	قيمة (ي) الجدولية	الدلالة المعنوية
		الاختبار البعدي	الاختبار البعدي				
اختبار مهارة استلام الكرة بيد واحدة من الحركة	1	179	46	46	2,759-	± 1.96	معنوي
اختبار مهارة استلام الكرة بيد واحدة من القفز .	2	175,5	49,5	49,5	2,614-		
اختبار مهارة استلام الكرة بيد واحدة من المناولة المرتدة .	3	202	23	23	3,713-		

يتضح لنا من الجدول (7) أن قيمة (ي) المعدلة المحتسبة للمجموعتين التجريبية والضابطة باستخدام اختبار (مان وتي) للعينات المستقلة لإختبار مهارات الاستلام الثلاثة بيد واحدة بلغت من الحركة هي (-2,759) ومن القفز (-2,614) ومن المناولة المرتدة (-3,713) وبالكشف عن قيمة (ي) الجدولية من تقاطع (ن 1) العامودي و (ن 2) الأفقي هي ($1,96 \pm$)⁽¹⁾. وبما أن اصغر قيمة ل (ي) المحتسبة هي أكبر من قيمة (ي) الجدولية مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية وبهذا تحقق الفرض الأول والثالث ويعزو الباحث سبب هذا الفرق في اختبارات استلام الكرة الثلاثة بيد واحدة إلى فعالية التمرينات المهارية المستخدمة في المنهج التعليمي

جدول (8)

4-4 يوضح قيمة العلاقة بين مهارات الاستلام بيد واحدة مع دقة التصويب للمجموعة

الضابطة / الاختبار البعدي .

ت	المهارات	قيمة (ر) المحتسبة
1	مهارة الاستلام بيد واحدة من الحركة مع دقة التصويب .	-0,03
2	مهارة الاستلام بيد واحدة من القفز مع دقة التصويب .	-0,05
3	مهارة الاستلام بيد واحدة من المناولة المرتدة مع دقة التصويب .	0,42

يوضح الجدول (8) العلاقة بين مهارات الاستلام بيد واحدة مع دقة التصويب للمجموعة الضابطة حيث كانت (ر) المحتسبة هي لمهارة الاستلام بيد واحدة من الحركة مع دقة التصويب (-0,03) ولمهارة الاستلام بيد واحدة من القفز مع دقة التصويب (-0,05) ولمهارة الاستلام بيد واحدة من المناولة المرتدة مع دقة التصويب هي (0,42) "تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (15 - 2 = 13) = 0,51" ⁽¹⁾ . مما يدل على عدم وجود علاقة ارتباط بين دقة التصويب واستلام الكرة بيد واحدة وهذا يحقق الفرض الرابع. والجدير بالذكر أن استلام الكرة بيد واحدة

يحتاج إلى تركيز معين ، إذ أن " التركيز مهم جداً للألعاب كافة " ⁽²⁾ ويؤثر على مجال التحرك والمناورة سواء كان للاعب أو الكرة أو الاثنين معاً . أن دقة التصويب تحتاج أيضاً إلى تركيز وهو الأصعب " ويمكن أن نعزي ذلك إلى حقيقة موضوعية وهي أن مدى الانتباه يتسع خلال عملية التصويب مما يجعل من الصعب أن يكون المرمى وحده هو بؤرة الاهتمام " بالنسبة للاعب وكذلك نهاية الكرة يجب أن تكون لصالحه وإذا فقدت فأنها تتحول إلى فرصة ضائعة قد تحسم لصالح اللاعب الخصم وعليه فلا توجد علاقة ارتباط بين استلام الكرة بيد واحدة مع دقة التصويب .

جدول (9)

4-5 يوضح قيمة العلاقة بين مهارات الاستلام بيد واحدة مع دقة التصويب

للمجموعة التجريبية / الاختبار البعدي .

ت	المهارات	قيمة (ر) المحتسبة
1	مهارة الاستلام بيد واحدة من الحركة مع دقة التصويب .	0,02
2	مهارة الاستلام بيد واحدة من القفز مع دقة التصويب .	0,49
3	مهارة الاستلام بيد واحدة من المناولة المرتدة مع دقة التصويب .	0,07 -

يوضح الجدول (9) العلاقة بين مهارات الاستلام بيد واحدة مع دقة التصويب للمجموعة التجريبية حيث كانت (ر) المحتسبة هي لمهارة الاستلام بيد واحدة من الحركة مع دقة التصويب (0,02) ولمهارة الاستلام بيد واحدة من القفز مع دقة التصويب (0,49) ولمهارة الاستلام بيد واحدة من المناولة المرتدة مع دقة التصويب هي (- 0,07) "تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (15 - 2 = 13) = 0.51" ⁽¹⁾ مما يدل على عدم وجود علاقة ارتباط بين دقة التصويب ومهارة الاستلام بيد واحدة وهذا يحقق الفرض الرابع . ويعزو الباحث سبب عدم وجود علاقة ارتباط بين مهارة الاستلام بيد واحدة مع دقة التصويب إلى صعوبة التركيز على استلام الكرة بيد واحدة ودقة التصويب في آن واحد " لسهولة فقدان الكرة ولأن هذا النوع من الاستلام يتطلب إحساس ظاهري بالكرة كما يتطلب تقدير جيد ودقيق لشدة واتجاه مسار الكرة " . "فضلاً عن ذلك ضرورة تقدير قوة الكرة و صحة توقع

خط طيرانها كما إن التصويب يحتاج إلى تركيز أيضا بسبب وجود الخصم وحارس المرمى اللذان يجعلان تشتيت تفكير اللاعب بين استلام الكرة بيد واحدة و دقة التصويب إذ يكون لكل حالة حساب معين يعتمد على قوة ذكاء اللاعب وسرعة رد فعله.

5-الاستنتاجات والتوصيات :

5-1 الاستنتاجات

- 1- إن مهارة الاستلام بيد واحدة رغم صعوبتها يمكن تحسينها والاستفادة من استخدامها في زيادة سرعة الأداء .
- 2- إن للتمارين المهارية المقترحة تأثير كبير في تحسين مهارة الاستلام بيد واحدة وذلك من خلال التنوع في المنهج التعليمي.
- 3-لا توجد علاقة ارتباط بين استلام الكرة بيد واحدة مع دقة التصويب.
- 4- نتيجة التحليل تبين ان نسبة استخدام مهارة الاستلام بيد واحدة لدى لاعبين المدرسة التخصصية اقل من نسبة استخدامها في باقي الاندية الأخرى.

5-2-التوصيات :

- 1- التأكيد على تعليم مهارة الاستلام بيد واحدة بشكل مستمر في الوحدة التعليمية اليومية .
- 2- عند اختيار اللاعبين يجب مراعاة القياسات الجسمانية بصورة عامة و كف اليد بصورة خاصة.

المصادر :

- جمال القيسي: تأثير التغذية الراجعة في تحسين الأداء الفني لبعض المسكات في المصارعة الرومانية للأشبال أعمار (14-15) سنة، مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية، المجلد(14)، العدد(2)، 2014.
- ايمان عسكر حمد: تدريبات سكوات وتأثيرها على قوة ومرونة الطرف السفلي ومستوى الاداء الفني للكلامي نوكاتا، شبكة الانترنت العالمية، 2021.
- امبو سعدي، عبد الله والبلوشي سليمان: طرائق تدريس العلوم مفاهيم وتطبيقات تعليمية، عمان، دار المسيرة ، 2009.
- اياد حميد رشيد: تأثير استخدام اسلوبي التدريب الدائري والمحطات في تطوير القوة المميزة بالسرعة وبعض المهارات الاساسية بكرة الي لأعمار 15-17 سنة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2002.

- إبراهيم رحمة و مراد إبراهيم: اسرار طرق تدريب المرونة، الاسكندرية، دار ماهي للنشر والتوزيع، 2009
- ضياء الخياط-نوفل محمد الحياي، كرة اليد: جامعة الموصل : دار الكتب للطباعة والنشر ، ، 2001 .
- حسين نور عباس: تأثير تمرينات خاصة باستخدام أسلوب المحطات في تعلم أداء الوثب الطويل وتطوير بعض القدرات البدنية والحركية للطلاب، اطروحة دكتوراه، جامعة بابل، 2014.
- والتقويم وتحليل المباراة في كرة اليد، ط1: القاهرة مركز الكتاب للنشر، 2002.
- كمال جميل الرياضي، التدريب الرياضي للقرن الحادي والعشرين، ط1، الجامعة الأردنية: دار الطباعة والنشر، 2000-2001 .
- كمال عبد الحميد -محمد صبحي حسانين ؛ رياضة كرة اليد ، الجزء الثاني ، القاهرة:مركز الكتاب للنشر، 2002 .
- زوان مبارك: دور المرونة في تحسين الاداء التقني للمهارات في كرة القدم صنف الاشبال (15 - 17) سنة، رسالة ماجستير، الجزائر ، 2015.
- الشواهين. خير ، كتاب التعليم والتمايز والتصميم المناهيج المدرسية، الأردن، عالم الكتب الحديثة للنشر والتوزيع، 2014.