

# اثر التمرين المكثف والمتغير على الأداء المهاري لمادة كرة اليد في كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى

م.د. ليث ابراهيم جاسم الغريزي

كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى

## احتوى البحث على خمسة ابواب

الباب الاول: التعريف بالبحث كما واحتوى البحث مشكلة البحث المتمثلة في الاساليب التعليمية لتعليم لعبة كرة اليد في الكلية وتحديدًا لطلبة المرحلة الثانية وقد هدف البحث:

١- التعرف على اثر اسلوبي التمرين المكثف والمتغير في تعليم المهارات الاساسية بكرة اليد لطلبة المرحلة الثانية بكلية التربية الرياضية جامعة ديالى.

٢- التعرف على اثر الاساليب المعتمدة في تعليم المهارات الاساسية بكرة اليد لطلبة المرحلة الثانية بكلية التربية الرياضية جامعة ديالى.

٣- التعرف على الفروق بين الاسلوبين المقترح (باسلوبي المكثف والمتغير) والاسلوب المعتمد في تعليم الاداء المهاري بكرة اليد لافراد العينة البحثية.

الباب الثاني: تضمن الدراسات النظرية والمشابهة ذات الصلة بموضوع البحث

الباب الثالث: الذي تضمن منهجية البحث واجرائه الميدانية اذ استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته طبيعة مشكلة البحث اما العينة والبالغ عددها ( ٥٤ ) طالباً، بواقع ( ٢٧ ) طالباً للمجموعة الواحدة، و تم اجراء الاختبارات القبلية في كلية التربية الرياضية جامعة ديالى بتاريخ ٢٠١٠/١٠/١٨ المصادف يوم الاحد اما الاختبارات البعدية فقد اجريت بتاريخ ٢٠١٠/١١/١٩ المصادف يوم الثلاثاء بمراعاة نفس التسلسل ونفس الطوابط والاجراءات المرافقة للاختبارات.

وكانت اهم الاستنتاجات التالي:

١- ان المفردات التطبيقية لاسلوب التمرين المكثف والمتغير كان لها الاثر الايجابي في تطوير الأداء المهاري لافراد العينة التجريبية.

٢- ظهر عدم فاعلية اساليب التعلم التقليدية في تطوير الأداء المهاري لافراد العينة البحثية.

وكانت اهم توصيات الباحث:

١- اعتماد اساليب تعلم جديدة كالمكثف والمتنوع لاكساب المهارات الخاصة بلعبة كرة اليد لطلبة الكلية.

٢- ربط المهارات الحركية مع بعضها ضمن اطار التعلم لطلبة المرحلة الثانية لتطوير الأداء المهاري بكرة اليد.

٣- التأكيد على تعلم المهارات الصعبة في مراحل مبكرة في الكلية و التدريب لان تعلمها في مراحل متأخرة بأخذ الوقت الطويل والجهد الشاق في تعلمها من قبل الطلبة.

**The impact of capacitor and Various exercise in Skill Performances in hand ball For The student of college of Physical Education in the University of diyala**

**By**

**Dr.Layth.I.jassim**

The purpose of the study is to investigate the importance of the impact of capacitor and Various exercise in Skill Performances in hand ball For The second stage student of college of Physical Education in the University of diyala.

The research aimed to know the impact of using the proposal style and the classical style on learning the Skill Performances in hand ball For The student of college. And to know who the best style that on them.

The researcher follows the empirical method in order to be suitable to the nature of the research

The subject was (54) student from the second year of college of Physical Education in the University of diyala.

, the subjects were divided into two groups, the first one was empiricism , the second one was control group.

The kiss was execution time between 18/10/2009 to 19/1/2010 .

The researcher concludes to the facts that:

The capacitor and Various exercise positive impact in Skill Performances For The student of college of Physical Education on the University of diyala.

- the classic style un positive impact in Skill Performances For The student of college of Physical Education on the University of diyala.
- The capacitor and Various exercise better of the classic style in Skill Performances For The student of college of Physical Education on the University of diyala.

**The researcher suggests:**

- To utilize using the suggests learning programmers in teaching the students of the second year stage in the basic skill in handball.
- Achieving a similar study according to the ( sex, age, skill, and the sports games).
- Achieving a similar study by different the methods accompany of the skill learning

# اثر التمرين المتغير المكثف على الأداء المهاري لمادة كرة اليد في كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى

م.د. ليث ابراهيم جاسم الغريبي

كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى

ملخص اللغة العربية:

كانت مشكلة البحث تتمثل في الاساليب التعليمية لتعليم لعبة كرة اليد في الكلية وتحديداً لطلبة المرحلة الثانية والتي يرى الباحث حاجتها للتحديث، وقد هدف البحث الى التعرف على اثر اسلوبي التمرين المتغير المكثف والاساليب المعتمدة والمقارنة بينها في تعليم المهارات الاساسية بكرة اليد لطلبة المرحلة الثانية بكلية التربية الرياضية جامعة ديالى. استخدم الباحث المنهج التجريبي وبلغت العينة ( ٥٤ ) طالباً، مقسمة الى مجموعتين، وكانت اهم الاستنتاجات ان المفردات التطبيقية لاسلوب التمرين المتغير المكثف كان لها الاثر الايجابي في تطوير الأداء المهاري لافراد العينة التجريبية اما اهم التوصيات فهي اعتماد اساليب تعلم جديدة كالمكثف والمتنوع لاكساب المهارات الخاصة بلعبة كرة اليد لطلبة الكلية.

## Abstract

The impact of capacitor Various exercise in Skill Performances in hand ball For  
The student of college of Physical Education in the University of diyala

By Dr.Layth.I.jassim

The purpose of the study is to investigate the importance of the impact of capacitor Various exercise in Skill Performances in hand ball For The second stage student of college of Physical Education in the University of diyala. The research aimed to know the impact of using the proposal style and the classical style on learning the Skill Performances in hand ball For The student of college. And to know who the best style that on them. The researcher follows the empirical method The subject was (54) student .in order to be suitable to the nature of the research from the second year of college of Physical Education in the University of diyala., the subjects were divided into two groups, the first one was empiricism , the second one was control group. The kiss was execution time between 18/10/2009 to 19/1/2010 .The researcher concludes to the facts that: The capacitor Various exercise positive impact in Skill Performances For The student of college of Physical

Education on the University of diyala.The researcher suggests:To utilize using the suggests learning programmers in teaching the students of the second year stage in the basic skill in handball.Achieving a similar study according to the ( sex, age, skill, and the sports games).Achieving a similar study by different the methods accompany of the skill learning

## الباب الاول

### ١ - التعريف بالبحث

#### ١-١ المقدمة واهمية البحث

تعد لعبة كرة اليد احدى الدروس المنهجية الأساسية في كليات التربية الرياضية ومن بينها الكلية في جامعة ديالى، ويهدف هذا الدرس المنهجي إلى اكساب طالب الكلية المهارات الخاصة بلعبة كرة اليد فضلاً عن الالمام بالجوانب القانونية والخطية ليتسنى له نقل ما اكتسبه من معرفة متعلقة بهذه اللعبة إلى تلامذته وطلابه بعد التخرج والعمل بصفة مدرس للتربية الرياضية في القطاعات التربوية والشبابية، ويكتسب الطرائق و الأساليب التعليمية اللازمة لتنفيذ المفردات المنهجية فتراه يلجأ إلى الأساليب التعليم نفسها التي استخدمت في الكلية لتعليم مختلف الالعاب الرياضية ومن بينها كرة اليد.

ومن المؤكد بان التربية الرياضية تعمل على تحقيق غاياتها عن طريق تحقيق الأهداف المعرفية والحركية مستخدمةً اساليب التعليم وهي في هذا تحتاج إلىاعداد مربي ناجح أو ما يمكن تسميته معلم أو مدرس ناجح تتفق مادته ومفرداتها مع اساليب تدريسها وكذلك ينبغي ان يكون ملماً بكيفية بناء المواقف المهاريةوالخطيةبطريقة تتماشى مع حاجات المتعلمين ومستوياتهم العمرية والتدريبية، ولاشك ان اساليب التدريس التي يستخدمها المدرس تعد من اهم جوانب العملية التعليمية بهدف الوصول إلى افضل النتائج مع مجموعة من المتعلمين باقل جهد بما يضمن استمرارية دوران عجلة التعلم واكتساب النواحي المعرفية والحركية، وينبغي ضمان افضل الاساليب التعليمية اللازمة لتحقيق الأهداف التعليمية والتربوية المرسومة وهذا الامر يشمل عملية تحديث المناهج وكذلك تحديث الاساليب المتبعة لتنفيذ تلك المناهج العلمية.

واهمية البحث تكمن في تسليط الضوء على أسلوبين معروفين من أساليب جدولة التمرين وتعلم المهارات المختلفة الا وهما الأسلوبين المتغير المكثف كمتغير بحثي لاعتقاد الباحث بالآثار الايجابية لهذين الأسلوبين في عملية تعلم المهارات الخاصة بلعبة كرة اليد لطلبة كلية التربية الرياضية ومحاولة معرفة أفضليتهما على الأساليب المتبعة في الكلية على ما يقابل هذان

الأسلوبان الا وهما الموزع والثابت، وبالنتيجة بما يصب ايجابياً في عملية إيصال المفردات المعرفية والحركية للعبة كرة اليد.

## ٢ مشكلة البحث:

ان خضوع المتعلمين للجوانب المهارية ضمن الألعاب والفعاليات الرياضية يتم عن طريق التكرار للأشكال والجمل الأدائية لتلك المهارات المستهدفة في عملية التعلم، اذ ان " الممارسة على مهارة معينة ضمن واجب حركي يؤدي إلى زيادة الخبرة واحداث تطور في القابلية العقلية والبدنية وامتلاك خزين من المعلومات التي يمكن الرجوع اليها (١) في تثبيت عملية التعلم وتصحيح الاخطاء وصولاً إلى الشكل المثالي للاداء. هذا وتلعب الاساليب

المتبعة دوراً هاماً في جدوى وفاعلية خضوع المتعلمين لاكتساب المهارات الادائية للاعب الرياضية وواحدة منها لعبة كرة اليد، وقد لاحظ الباحث وجود مشكلة فعلية اعتمدها كمشكلة بحثية في الاساليب التعليمية لتعليم لعبة كرة اليد في الكلية وتحديداً لطلبة المرحلة الثانية، اذ يعتمد المدرسون على الاساليب التعليمية التقليدية باستخدام اسلوبي التعلم الثابت والموزع في تعليم المهارات الأساسية والادائية للعبة كرة اليد، وهذين الاسلوبين وان كانا ما يزالان يأتیان بثمارهما في عملية تعليم طلبة الكلية الا نهما لا يرقيان إلى مستوى الطموح (من غير انتقاص من فاعليتها) اذ ان زمن المحاضرة المحدود يقلل من فرصة اداء تكرارات التمرين الموزع والثابت كما ان ظروف ومحددات التمرين التعليمي لا ينسجم مع طبيعة لعبة كرة اليد المتغيرة المواقف الأدائية، كل ذلك دعى الباحث إلى انتهاج اسلوبي التمرين المتغير المكثف لزيادة فاعلية اكتساب طلبة المرحلة الثانية في الكلية ضمن المفردات المقررة للكلية.

## ١-٢ اهداف البحث:

١. التعرف على اثر اسلوب التمرين المتغير المكثف والاساليب المعتمدة في تعليم المهارات الاساسية بكرة اليد لطلبة المرحلة الثانية بكلية التربية الرياضية جامعة ديالى.
٢. التعرف على الفروق بين الاسلوبين المقترح (باسلوب المتغير المكثف) والاسلوب المعتمد في تعليم الاداء المهاري بكرة اليد لافراد العينة البحثية.

## ٢-٢ فروض البحث:

ك هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين قبلي- بعدي ولصالح الاختبار البعدي لاسلوب التعلم المتغير المكثف لاسلوب التعلم التقليدي من طلبة المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية.

---

(١) وجيه محبوب وآخرون ؛ نظريات التعلم والتعلم الحركي. بغداد: مطبعة وزارة التربية ،٢٠٠٠، ص٤.

◀ هناك فروق ذات دلالة احصائية في الاختبارات البعدية بين المجموعتين ولصالح المجموعة الخاضعة لاسلوب التعلم المتغير المكثف من طلبة المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية.

## ٣-٢ مجالات البحث:

١-٥-١ المجال البشري: عينة من طلبة المرحلة الثانية بكلية التربية الرياضية- جامعة ديالى.

٢-٥-١ المجال الزمني: ١٨/١٠/٢٠٠٩ ولغاية ٦/٥/٢٠١٠.

٣-٥-١ المجال المكاني: ملعب كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى لكرة اليد.

## الباب الثاني: الدراسات النظرية والمشابهة:

### ١-٢ الدراسات النظرية:

#### ١-١-٢ التمرين:

ان التمرين من اهم الوسائل التي تصل بالرياضي إلى اعلى المستويات في تحقيق الأداء الحركي وصولاً إلى الانجاز العالي، ويعرف التمرين على انه " كل تعلم منظم يكون هدفه التقدم السريع من الناحية الجسمية والعقلية وزيادة التعلم الحركي التكنيكي للانسان" (١) أو هو " عبارة عن الحركات المختارة والمرتبطة طبقاً لقواعد محددة واغراض معينة وبهذا تمتاز عن غيرها من الحركات التي نقوم بها فيعملنا اليومي " (٢) والتمرينات هي حركات بدنية الهدف من ادائها هو رفع قدرات الرياضي البدنية والحركية وفق قواعد خاصة تراعي الاسس التربوية والمبادئ العلمية للوصول بالفرد الرياضي إلى مستوى عالي من منالأداء الحركي فالتمرين وبمفهومه المختصر هو اصغر وحدة تعليمية أو تدريبية هادفة إلى تطوير جميع المتطلبات الخاصة بالنشاط الرياضي. ولا يمكن إن يكون هناك تعلم إلا عن طريق التمرين والتجربة فالتمرين يؤدي الى تغيير نسبي بالاضافة الى ثبات في تعلم الأداء لان التعلم هو سلسلة خطوات أو عملياتمرتبطة بالتمرين وهنا يمكن القول ولغرض التوصل الى تحقيق أهداف التمرين في التعلم والاحتفاظ لايد من تنويع

---

(١). هارة (ترجمة) عبد علي نصيف؛ اصول التدريب . بغداد: مطبعة اوفسيت التحرير، ١٩٧٥، ص ١١.

(٢). محمد قشرة؛ اصول العاب القوى- مسابقات المضمار- أسس التدريب عليها، ج١. القاهرة : دار الفكر العربي، ص٣١.

وتنظيم أساليب التمرين وتصميمها في ضوء مفاهيم التعلم الحركي بما يناسب المهارة و الفعالية .. من اجل التوصل الى التعلم الفعال والمؤثر الأكثر استثماراً في الجهد والوقت والمعرفة . إذأنهم ميزة للتعلم هو أن يتم تنفيذه بصورة مبرمجة ومنظمة.

## ٢-١-٢ أساليب التعلم:

من بين اولى الاهتمامات للمدرسين والمدربين في المجال الرياضي لتعليم وتطوير المهارات الحركية ضمن جرعات تعليمية أو تطويرية متخصصة ومتسلسلة خلال الموسم يراعى فيها التركيز على كل وحدة تعليمية من خلال تنفيذ وحدات التمرين وتكرارها . فاسلوب التمرين هو الطريقة التي ينتهجها الرياضي ويستوعب بها ما يعرض عليه من خبرات تعليمية، أي انه الطريقة المفضلة التي تستخدم لتنظيم ومعالجة المعلومات ولتراكم الاشكال الادائية الرياضية، فاسلوب التعلم يتكون من مجموعة من الاداءات المتميزة للتعلم والتي تعد الدليل على طريقة المتعلم وطريقة استقباله للمعلومات الواردة اليه من البيئة المحيطة بهدف التكيف معها (١) ولغرض الحصول على تعلم اكثر لابد ان تكون هناك محاولات كثيرة من ممارسة التمرين لتحقيق الأهداف الموضوعية والتكيف التدريجي لمتطلبات الأداء (٢) ولايوجد اسلوب تعلم افضل من غيره الا في مايناسب من تحقيق الأهداف الموضوعية بما يتفق مع متطلبات وطبيعة المادة التعليمية.

## ٢-١-٢-١ التمرين المكثف (٣) :

يعتمد هذا الاسلوب من تنظيم التمرين على العلاقة بين زمن الاداء الفعلي مع الفترة الزمنية للراحة، اذ يمكن القول ان فترات الراحة تشكل واحدا من العناصر التي تدخل في التمرين سواء التنظيم الاسبوعي كتحديد عدد ايام تدريب المهارات وعدد ايام الراحة او التنظيم اليومي التي تحدد عدد الوحدات التدريبية اليومية بل وتحديد الوقت المخصص لتعلم المهارات في تلك الوحدات من حيث العلاقة بين طول مدة العمل الفعلي وطول مدة الراحة التي تتخلله وبالشكلالذي يضمن بان التعب الحاصل لا يؤثر في تعلم تلك المهارات. وعليه ظهر ان هذا الاسلوب التعليمي يتضمن منح فترات راحة قصيرة بل واقصر من مدد التدريب فكان ما يسمى بالتدريب

(١) يوسف قطامي؛ سيكولوجيا التعلم والتعلم الصفي. الاردن: دارالشروق للتوزيع والنشر، ١٩٩٨، ص١٥.



(2). Shmidt, A, Richard; Motor Control and Learning. A behavioral emphasis, Illinois: Humankinetics Publishers, 1982, P20

(٣). يعريخيون؛ التعلم وجدولة التدريب . بغداد : مكتب العادل للطباعة الفنية، ٢٠٠٠، ص ٧٨.

المجتمع (المكثف). ان الممارسة وتحديد فترات الراحة خلال موسم التمرين لابد ان تكون اولى اهتمامات المدرب في جدولة التمرين خلال الموسم التدريبي ولا بد ان تكون من اولى اهتمامات المدرب في جدولة التمرين خلال الوحدات التعليمية الاسبوعية او الشهرية، وقد حدد ذلك بنوعين من انواع التنظيم نسبة الى مقدار التمرن والراحة التي تتخلله، على ذلك فالتمرين المكثف هو التمرين الذي يكون فيه زمن الراحة قليلا نسبيا بين محاولات التمرين، فمثلا اذا كان وقت الممارسة للتمرين (٣٠ ثا) فمن المفروض اعطاء وقت للراحة مقداره (٥ ثا) او ربما يمكن القول بدون وقت للراحة ولهذا يطلق عليها احيانا الاستمرارية في التمرين.

#### ٢-١-٢-٢ التمرين المتغير (المتنوع):

ويعني سلسلة متعاقبة من ممارسات التمرين يخضع فيها المتعلم الى متغيرات عدة في ان واحد خلال الممارسة (١) كما يعرف بأنه " التكرارات المتعاقبة إذ يتطلب من المتعلم التهيؤ لاستقبال الظروف المتغيرة والتحرك على أساس هذا التغيير (٢) ويعد أسلوب التمرين المتغير وسيلة مهمة ومؤثرة في تعلم الأداء وذلك من خلال تنظيم التكرارات المختلفة والمتنوعة في كل محاولة أو مرحلة تعليمية مع إعطاء خبرات متعددة للمتعلم وأبعاد عدة مختلفة كالزوايا والسرعة والمسافة والاتجاهات والتوقيت والمسار الحركي ... الخ ولزيادة فعالية وتأثير هذا الأسلوب فبالا مكان استخدام أجهزة ووسائل تعليمية ذات إثارة وتشويق للمتعلم، كما إن أسلوب التمرين المتغير يعد الأجذب والأفضل في مراحل التعلم اللاحقة لما يحققه هذا الأسلوب في إيجاد برامج حركية وقوانين يستفيد منها المتعلم وتعمل على مساعدته في أداء المهارات بظروف مشابهة لظروف اللعب والمباراة (٣)

#### ٢-١-٣ تعلم المهارات الأساسية بكرة اليد للطلبة:

فيما يخص موضوع هذه الدراسة الا وهو تعليم المهارات الأساسية بكرة اليد لطلبة المرحلة الثانية بكرة اليد فان عملية اكساب الطلبة للمهارات الأساسية بكرة اليد عملية متداخلة تتعدى الاهداف

---

(١) ناهدة عبد زيد. تأثير التداخليات الأساسية للتمرين على تعلم مهارات الرماية لإرسال الاسلحة والضرب بالساحق بالكرة الطائرة (أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٢)، ص ١٨.

(٢) يعريخون، المصدر السابق، ص ٨٣.

(٣). ناهدة عبدزيد، المصدر السابق، ص ١٨ .

التعليمية اذ ان "التعلم ليس عملية مفردة وانما هي سلسلة من الاحداث تشترك فيها العمليات العقلية والتي تحدث بتسلسل محدد. بما يحقق الكفاية في انجاز الواجبات الحركية فضلاً عن المقدرة على إحراز نتائج محددة مسبقاً بأقصى قدرة من الثقة واقل قدر من الجهد والوقت (١) ولايختلف المعنيين بكرة اليد من ان هذه اللعبة تمتاز بالحيوية والتداخل في متطلباتها الأدائية التي يجب على المربين والمدربين ان يأخذوا هذه المميزات بحسبانهم عند تعليم مهاراتها الأساسية. ان طالب اليوم المدرس بعد اجتيازه المرحلة الجامعية اثناء تدريبه الميداني عليه ان يواجه موقفاً تدريسياً متكاملأ من حيث اهداف وزن الدرس ومحتواه وعدد الطلاب، كل ذلك يمثل مشكلات يصعب عليه مواجهتها في بداية تدريسه الميداني ومن الطبيعي ان مثل هذه المواقف تعيق جهوده في التركيز على اتقان مهارات التدريس الرئيسية، ان تعلم المهارات التدريسية والتدرب عليها يحتاج إلى الممارسة وتوفير فرص تدريبية متكررة والى ارشاد وتوجيه من قبل المدرس وهناك خطوات رئيسية للتدريب على المهارات التدريسية وهي (٢) :

- تحليل المهارة إلى مكونات فرعية .
  - عرض نظري للمهارة المطلوب التدريب عليها .
  - عرض عملي (درس نموذجي) لمكونات المهارة .
  - قيام المتدرب بممارسة مكونات المهارة .
- وتحتوي لعبة كرة اليد على عدة مهارات أساسية مترابطة ومتداخلة اذ " ان مهارات كرة اليد تتميز بانها مترابطة لايمكن الفصل بين الجزئيات المكونة لها " (٣) تؤدي بحسب قانون اللعبة مطلوب من الطالب في المرحلة الثانية ان يتعلمها بالاضافة الى اكتسابه لهذه المهارات بان يصبح قادراً فيما بعد على تدريسها وتدريبها، ومن المعلوم بان هناك عدة تقسيمات للانواع الخاصة بالمهارات الأساسية ذكرت من قبل المصادر العلمية والامجال للخوض في هـ

(٢). محمد خير الله وممدوح عبد المنعم. سيكولوجية التعلم بين النظرية والتطبيق . بيروت: دار النهضة، ١٩٩٣، ص ٢٠٨.

(٢). جابر، عبد الحميد جابر؛ التعليم وتكنولوجيا التعليم ، ط١. القاهرة: دار النهضة العربية ، ١٩٨٢، ص ٢٧٦.

(٣). ياسر دبور ؛ كرة اليد الحديثة ، الإسكندرية : منشأة المعارف ، ١٩٩٧، ص ٢٠ .

التقسيمات المختلفة، لكن يمكن ان نذكرها كالآتي (١)(٢):

١. المهارات الهجومية : وهي المهارات التي يودها اللاعب عندما يكون مستحوذا على الكرة او في لحظة استلامه لها وتشمل :- مسك الكرة، استقبال الكرة، مناولة الكرة، الطبطبة، التصويب، الخداع.

٢. المهارات الدفاعية : وهي الحركات التي يقوم بها أعضاء الفريق المدافع لإعاقة تقدم حركة أعضاء الفريق المنافس والحد من خطورتهم ومنعهم من تسجيل أهداف قانونية وتشمل:-وقفة الاستعداد الدفاعية، تعيين اللاعب الخصم ومراقبته، إعاقة التصويب .ان المدرس يعتبر عنصرا اساسيا في العملية التربوية في مختلف مراحل التعليم، وذلك لان عمله ذو طبيعة عالية من التعقيد، وتحمل الخبرة فيه مجالا واسعا من المهارات والخبرات الايجابية، ولذلك فان نقطة الارتكاز للاهتمام بتدريب المدرس على المهارات التدريسية الخاصة بلعبة كرة اليد بما ينسجم وطبيعتها اللازمة له لاسيما في الكليات والمعاهد الخاصة باعداد المدرسين والمعلمين للتربية الرياضية، فضلا عن أن هناك عوامل كثيرة تؤثر في العملية التعليمية مثل خصائص المتعلم وخبراته والاسلوب المتبع في التعليم، وعرض الخبرات التعليمية وظروف الموقف التعليمي وطبيعة المادة التعليمية المطلوب تعلمها ، ولذلك فان الاتجاه الحديث في العملية التعليمية يؤكد على ذاتية المتعلم في الحصول على الخبرة التي يهيئها له الموقف التعليمي (٣) . كما يعد اكتساب المهارات التدريسية الخاصة بتدريس التربية الرياضية من الامور الاساسية التي يجب أن يتعلمها الطلاب لكي يصبحوا قادرين على تدريس مادة التربية الرياضية (٤)

---

(١). ضياء قاسم الخياط، عبد الكريم قاسم غزال، كرة اليد، جامعة الموصل : دارالكتبلطباعة والنشر، ١٩٨٨، ص ١٧-٤٩ .

(٢). كما العارضا هروسعد محسن اسما عيل، كرة اليد، جامعة الموصل : دارالكتبلطباعة والنشر، ١٩٨٩، ص ٤٠ .

(٣). نصرالدين محمد محمود؛ اثرانماط مختلفة من التدريس المصغر على تنمية مهارة التساؤل عند طلاب كلية التربية، (مجلة كلية التربية، العدد ٥، جامعة اسيوط، ١٩٨٧)، ص ٨١.

(٤). سايند توب، داريل؛ تطوير مهارات التدريس التربوية الرياضية، (ترجمة). عباس السامرائي وعبد الكريم السامرائي، بغداد: دار الحكمة للطباعة والنشر، ١٩٩١، ص ١٨.

## ٢-٢ الدراسات المشابهة:

### ٢-٢-١ دراسة ( نغم حاتم حميد الطائي ) (١)

**العنوان:-** اثر استخدام أسلوب التعلم المكثف والموزع على مستوى الاداء والتطور في فعالية الوثب الطويل والاحتفاظ بها.

**الهدف:-** هدفت الدراسة الى:-

١- التعرف على الفروق في نتائج مستوى الاداء والتطور في فعالية الوثب الطويل باستخدام أسلوب التعلم المكثف والموزع والاحتفاظ به.

٢- التعرف على أفضلا لأسلوبين في تعلم فعالية الوثب الطويل والاحتفاظ بها ( التقليدي، الموزع، المكثف ).

أجريت هذه الدراسة على عينة قوامها (٣٠) طالبا من المرحلة الأولى لكلية التربية الرياضية وزعوا إلى ثلاث مجاميع وبشكل عشوائي وبواقع (١٠) طالب لكل مجموعة وقد خضعت المجموعات الى نفس المنهج التعليمي الخاص بالكلية ولكن باختلاف فترة العمل بالتمرين وفترة الراحة حسب الأسلوب التعليمي المستخدم. استغرق المنهج التعليمي (٨) وحدات تعليمية وزمن كل وحدة تعليمية (٩٠) د وقد اعتمدت الباحثة المنهج التجريبي بأجراء اختبارات قبلية وبعديّة، واستخدمت المعالجات الإحصائية المناسبة. وتوصلت الدراسة إلى أفضلية استخدام أسلوب التعلم المكثف والموزع من الطريقة التقليدية المتبعة بالكلية ولصالح أسلوب التمرين الموزع وهو الأفضل مع المهارات المنفصلة والأعلى بدرجة الاحتفاظ.

### ٢-٢-٢ دراسة (وفاء صباح محمد الخفاجي) (٢)

"تأثير استخدام التمرين العشوائي المتغير والتمرين المتجمع المتغير في تطوير مستوى التعلم لبعض أنواع السباحة".

---

(١) نغمحات محمد الطائي .

اثر استخدام أسلوب التعلم المكثف والموزع على مستوى الاداء والتطور في فعالية الوثب الطويل والاحتفاظ بها،  
(رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٠).

(٢). وفاء صباح محمد الخفاجي، تأثير استخدام التمرين العشوائي المتغير والتمرين المتجمع المتغير في تطور  
مستوى التعلم لبعض أنواع السباحة، (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد، بغداد، ٢٠٠٠).

هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير استخدام التمرين العشوائي المتغير والتمرين  
المتجمع المتغير في تطور مستوى التعلم لبعض أنواع السباحة وإلى الكشف عن أفضل  
الأسلوبين من خلال التمرينات المقترحة في تطور مستوى التعلم لبعض أنواع السباحة .

شملت عينة الدراسة (٢٤) طالبة سنة أولى قسمت على ثلاث مجموعات استخدمت  
المجموعة التجريبية الأولى الأسلوب العشوائي واستخدمت المجموعة التجريبية الثانية الأسلوب  
المتجمع واستخدمت المجموعة الثالثة (الضابطة) الأسلوب التقليدي .

حيث استغرقت التمرينات المقترحة والمعتمدة ثمانية أسابيع وبواقع ثلاث وحدات تعليمية  
في الأسبوع الواحد وبمعدل وحدتين في اليوم الواحد . وكان زمن الوحدة التعليمية الواحدة (٩٠  
دقيقة) ، واستخدمت الوسائل الإحصائية الآتية : الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ،  
الارتباط البسيط وقيمة (T) واختبار (F) والحد الأصغر للفرق المعنوي (LSD)

### وتوصلت الدراسة إلى الاستنتاجات الآتية :

١. تفوق التمرين العشوائي المتغير في تطور مستوى التعلم لاختباري السباحة الحرة وسباحة الظهر

٢. تفوق التمرين المتجمع المتغير لتعلم سباحة الصدر

### ٢-٣ مناقشة الدراسات السابقة:-

من خلال استعراض الدراسات السابقة توضحت لدى الباحث بعض الملاحظات حولها، منها إن  
الدراستين تشابهت مع الدراسة الحالية اعتماد المنهج التجريبي على النتائج التي تؤكد تلك تناولت  
المشكلات في الدراسة الجامعية، تباينت بخصوص ما يجب أن يصاحب العملية التعليمية لتعلم  
المهارات الحركية فضلاً عن تباين الأساليب والطرائق البحثية والتمارين التعليمية والتدريبية كلا  
حسب هدفه والفعالية الرياضية المتبعة، فقد اعتمدت دراسة نغمحات محمد الطائي في الثلاث  
مجاميع المتكافئة، ودراسة وفاء الخفاجي في دمج الاساليب التعليمية للتمرين، وتباينت في نوع  
الفعالية المستهدفة إذ تعد لعنتي الدرستين السابقة من الفعاليات المغلقة اما الدراسة الحالية

فتصنف مع الفعاليات المفتوحة والتي من باب اولى تنوع وتكثيف التمرين في جرعاتها التعليمية للوصول إلى نتائج افضل، وكانت استنتاجات الباحثان متطابقة مع ما ذهبنا اليه في الفروضوالأهداف.

### الباب الثالث: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

#### ١-٣ منهج البحث:

استخدم المنهج التجريبي لملاءمته طبيعة مشكلة البحث حيث يعد المنهج التجريبي من أفضل مناهج البحث لحل المشكلات بالطريقة العلمية (١)

#### ٢-٣ مجتمع البحث وعينته:

تم اختيار العينة من مجتمع الأصل والمتمثل بطلاب المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى للعام الدراسي ( ٢٠٠٩- ٢٠١٠ ) والبالغ عددهم ( ٢٤٠ ) طالباً، تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية، والبالغ عددها ( ٥٤ ) طالباً، إذ قسمت على مجموعتين متساويتين وبطريقة القرعة، وبلغ عدد المجموعة الواحدة ( ٢٧ ) طالباً، وبهذا شكلت العينة نسبة مئوية مقدارها ( ٢٢,٥ % ) من مجتمع البحث الأصلي، وهي نسبة مناسبة لتمثيل مجتمع البحث تمثيلاً حقيقياً وصادقاً، وكان من شروط اختيار العينة أن لا تحتوي على كل من :

١. الطلاب الراسبين والمؤجلين .
  ٢. الطلاب المتغيبين عن محاضرات كرة اليد .
  ٣. الطلاب الممارسين للعبة كرة اليد .
- وكان الغرض من تقسيم العينة على مجموعتين، هو لإرجاع الفرق إلى العامل التجريبي الذي يؤثر في عينة البحث في اساليب تعلمهم لمهارات كرة اليد .

#### ١-٢-٣ تجانس العينة

لغرض معرفة التجانس لدى عينة البحث في بعض المتغيرات التي لها علاقة بالبحث ، قام الباحث باستخراج معامل الالتواء لكل من ( الطول والوزن والعمر ) ، وكما موضح في الجدول ( ١ ) .

(١). احمد سليمان عودتو فتح حسن ملكاوي؛ اساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الانسانية. الاردن : مكتبة المنار ١٩٨٧، ص١٠٦.

### جدول ( ١ )

يبين تجانس عينة البحث في متغيرات الطول والوزن والعمر

معامل الالتواء	الوسيط	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	وحدات القياس	المعالم الإحصائية المتغيرات
٠.١٣	١٧١.٥٨	٢.٣٨	١٧١.٧٠	سم	الطول
٠.١٦	٧٠.٢٢	٣.٧٢	٧٠.٤٢	كغم	الوزن
٠.٣٤	٢١.٢٧	١.١٧	٢١.٤	سنة	العمر

يبين الجدول ( ١ ) الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغيرات ( الطول ، الوزن ، العمر ) ، والتي لها علاقة بالبحث ، ويظهر في الجدول، إن قيم معامل الالتواء هي أصغر من (  $3 \pm$  ) ، وبهذا تكون عينة البحث متجانسة، في المتغيرات المذكورة.

### ٣ -٢-٢ تكافؤ المجموعتين

كي يستطيع الباحث إرجاع الفروق إلى العامل التجريبي، يجب أن تكون المجموعتان التجريبية والضابطة متكافئتان تماماً في جميع الظروف والمتغيرات عدا المتغير التجريبي الذي يؤثر في المجموعتين (١) ولغرض التحقق من تكافؤ عينة البحث، ارتأى الباحث ضبط المتغيرات البحثية فضلاً عن قياس مستوى الأداء للمهارى لفراد العينة البحثية قبل الشروع بتنفيذ الاساليب التعليمية ، وكما هو موضح في الجدول ( ٢ ) .

### جدول ( ٢ )

يبين تكافؤ المجموعتين في اختبارات المهارات الأساسية بكرة اليد

المجموعة	التجريبية	الضابطة	قيمة T	الدالة
----------	-----------	---------	--------	--------

الاختبارات	س	ع	س	ع	المحسوبة
مستوى الأداء المهاري للاختبار القبلي	٧.٧	٣.٢٥	٧,٣٣	٣.٣٥	٠.٤٠٤
قيمة (ت) الجدولية (٢.٠١) تحت درجة حرية (٥٢) عند مستوى دلالة (٠.٠٥)					

(١) ديويولد، ب، فاندالين . مناهج البحث التربوي وعلم النفس، القاهرة : مكتبة الانجلو - المصرية، ١٩٨٥، ص ٣٤١ .

يوضح الجدول (٢) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لتقييم السادة الخبراء لمستوى الأداء المهاري لكرة اليد لطلبة المرحلة الثانية، وقد أظهر الجدول ، إن قيم ( t ) المحسوبة هي أقل من قيمة ( t ) الجدولية والبالغة ( ٢.٠ ) ، وعند درجة حرية ( ٥٢ ) تحت مستوى دلالة ( ٠.٠٥ ) ، مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث في الاختبار المذكور، وبهذا تكون الفروق عشوائية بداية تنفيذ الاساليب التعليمية المشتركة.

### ٣-٣ الأدوات والأجهزة المستخدمة ووسائل جمع المعلومات

#### ٣-٣-١ أدوات البحث:

-ملعب كرة يد نظامي.-شواخص عدد (١٠).

-كرات يدقانونية عدد(٣٠). -مصاطب تعليمية. -شريط القياس عدد(١).

#### ٣-٣-٢ الأجهزة المستخدمة

❖ جهاز حاسوب لابتوب نوع (hp)، عدد ١.

❖ ساعة توقيت إلكتروني نوع دايمون، عدد ١.

❖ حاسبة إلكترونية يدوية، عدد ١.

❖ ميزان طبي لقياس الوزن، عدد ١.

#### ٣-٣-٣ وسائل جمع المعلومات

❖ المصادر العربية والأجنبية.

❖ الاختبارات المهارية.



---

\*تم الاستعانة بفريق عمل مساعد لتنفيذ الاختبارات البحثية فضلاً عن مدرسي مادة كرة اليد للمرحلة الثانية في الكلية لتطبيق المنهج التعليمي:  
- فريق عمل مساعد لاجراء الاختبارات:

م.م. سعدون عبد الرضا. ٠٢. م.م. لمياء حسين. ٠٣. حسام محمد هيدان.

### ٣-٥ إجراءات البحث الميدانية:

#### ٣ - ٥ - ١ الاختبارات المستخدمة :

قام الباحث بالاشراف المباشر على اجراء الاختبارات الخاصة بهذه الدراسة وذلك بالاستعانة بمجموعة من السادة الخبراء مدرسي مادة كرة اليد في كلية التربية الرياضية-جامعة ديالى \* بأجراء الاختبارات البحثية القبلية والبعديّة، وقد قام الباحث بضبط المتغيرات البحثية المرافقة لاجراء الاختبارات الخاصة بتقويم الاداء المهاري لطلبة المرحلة الثانية في الكلية. اذ "في الغالب يحتاج الباحث الى الاختبار او وضع اختبار لقياس متغيرات البحث وبخاصة المرتبطة بالظاهرة المراد قياسها فعلى الباحث ان ينتقي الاختبارات التي تعمل على قياس ما يراد قياسها (١) وفي ضوء ذلك اعتمد الباحث تقويم المهارات الاساسية بكرة اليدمن قبل السادة مدرسي المادة للمرحلة قيد الدراسة واعتمادهم ككادر مساعد في البحث، اذ تمثل عملية تقويم المهارات الحركية بملاحظة الخبراء دورا فعالاً في مجال التربية الرياضية فهي من الطرائق المهمة المعتمدة على الملاحظة العلمية في تقويم المهارة، إذ أن دقة تقويم هذه المهارة تعتمد على عمق المقوم العلمي ومدى معرفته بطريقة الأداء الفني (٢) ولغرض التأكد من موضوعية التقويم بين المقومين فقد تم حساب معامل الارتباط المتعدد بين درجات المقومين فكانت نتيجة الارتباط في معدل الاداء المهاريلافراد العينة البحثية التجريبية والضابطة (٩٣، ٠) وهو معامل ارتباط عال في تقويم المهارات الحركية، ويتضح من ذلك أن عملية التقويم كانت موضوعية وتعني درجة الإلتقان بين ممتحنين مختلفين قاما باختبار العينة نفسها في أداء مهارة معينة (٣) وقد شملت المهارات التي قام السادة الخبراء بتقويمها:

---

\* أسماء السادة الخبراء القائمين بالاختبارات القبلية والبعدية:

١. د.م.د. شروق مهدي. ٢. م.م. لمياء حسين ٣. م.م. حسام محمد هيدان.

(١) جابر عبد المجيد و أحمد خيرى كاظم؛ مناهج البحث العلمى فى التربية و علم النفس. القاهرة : دار النهضة العربية، ١٩٧٣، ص ٢٧٠ .

(٢). وجيه محبوب: التحليل الحركي. بغداد: مطبعة التعليم العالى، ١٩٨٧، ص ٢٧٣.

(٣). نزار الطالومحمد و السامرائى؛ مبادئ الإحصاء و الاختبارات البدنية و الرياضية. الموصل: دار الكتب للطباعة، ١٩٨١، ص ١٣٩.

١. المهارات الهجومية: مسك الكرة، استقبال الكرة، مناولة الكرة، الطبطبة، التصويب، الخداع.
٢. المهارات الدفاعية: وقفة الاستعداد الدفاعية، تعيين اللاعب الخصم ومراقبته، إعاقة التصويب.

### ٣-٥-٢ تنفيذ الاختبارات:

تم إجراء الاختبارات القبلية في كلية التربية الرياضية جامعة ديالى بتاريخ ١٨/١٠/٢٠٠٩ المصادف يوم الاحد، وقد عدت الاختبارات القبلية بمثابة خط الشروع للطلبة الخاضعين للمنهج التعليمي بالتعرف على لعبة كرة اليد بشكلها المنهجي الذي يهدف الى تعلم المهارات الاساسية بكرة اليد بحسب شروط القانون الخاص باللعبة على ان الاشكال الحركية المكونة لمهارات كرة اليد من الطبيعي ان يكتسبها الطالب في سنيه السابقة. وقد اعتمد الباحث في اجراء الاختبارات الضوابط العلمية المعتمدة.

اما الاختبارات البعدية فقد اجريت بتاريخ ١٩/١/٢٠١٠ المصادف يوم الثلاثاء وعلى نفس ساحة كرة اليد التي اجريت عليها الاختبارات القبلية وكذلك مراعاة نفس التسلسل ونفس الضوابط و الاجراءات المرافقة للاختبارات.

### ٣-٦ المنهج التعليمي:

قام الباحث بإعداد المحتوى النظري للمنهج التعليمي و قام الباحث في هذا التصميم بإدخال المتغير المستقل على المجموعة التجريبية (اسلوب التمرين المتغير المكثف)، اما المجموعة الضابطة فقد استمرت بتطبيق نفس الاسلوب المتبع لاكتساب الطلبة المهارات الأساسية بكرة اليد وظروفها

التطبيقية وبذلك يكون الفرق ناتجا عن تأثير المتغير المستقل على المجموعة التجريبية وكان المنهج التعليمي يتضمن الملامح التالية:

- المتغير التجريبي (المستقل) وهو منهج التمرين المتغير المكثف.
- المتغيرات التابعة وهي التعلم والاكساب للمهارات الأساسية بكرة اليد وتقاس بملاحظة السادة الخبراء لمستوى الأداء المهاري لافراد العينة.
- لمتغيرات غير التجريبية (الدخيلة) وقد تؤثر على سلامة التجربة ولذلك ينبغي تحديد هذه المتغيرات والسيطرة عليها من خلال إجراءات السلامة الداخلية والسلامة الخارجية.
- تم إعطاء المادة الدراسية العملية والنظرية نفسها لكلتا المجموعتين من خلال المحاضرات النظرية والعملية المقررة من قبل الهيئة القطاعية والمعتمدة في الكلية.
- قام الباحث بالاشراف على تدريس المهارات الأساسية لطلبة المرحلة الثانية بوجود مدرسي المادة الذين اعتبروا كادراً مساعداً في هذه الدراسة \*
- طبقت جميع الدروس العملية لكلتا المجموعتين في الساحة الخارجية في كلية التربية الرياضية- جامعة ديالى.

### ٣-٧ الوسائل الاحصائية (١)

١. الوسط الحسابي 
$$\frac{\text{مجم س}}{n}$$
٢. الانحراف المعياري 
$$\sqrt{\frac{\text{مجم (س - \bar{س})}^2}{n}}$$
٣. معامل الالتواء 
$$\frac{3(\bar{س} - \text{وسيط})}{ع}$$
٤. اختبار (ت) لعينتين مستقلتين  $س_1 - س_2$  
$$\frac{ع_1^2 - ع_2^2}{n}$$
٥. اختبار (ت) لعينتين متناظرتين 
$$\frac{\text{مجم ف}}{\sqrt{\frac{n(\text{مجم ف}^2 - (\text{مجم ف})^2)}{1-n}}}$$

\*كادر العمل المساعد في تنفيذ المنهج التعليمي:

١. م.م سامر عزيز.
٢. م.م محمد فاضل مصلح.
٣. م.م هدى ناجي.

(١). محمد جاسم الياسري، مروان عبد المجيد، الأساليب الإحصائية في المجالات البحوث التربوية، ط1، مؤسسة الوارث للنشر والتوزيع، ٢٠٠١، ص ١٤٤، ١٣٦، ١٧٧، ٢٧٢، ٢٧٤.

#### الباب الرابع:

#### ٤- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

#### الجدول (٣)

يبين نتائج اختبارات الأداء المهاري القبلي والبعدي وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية للمجموعتين التجريبية والضابطة.

الدلالة الإحصائية	قيمة (ت) الجدولية*	قيمة (ت) المحسوبة	الأختبار البعدي		الأختبار القبلي		المجموعة
			الأنحراف المعياري	الوسط الحسابي	الأنحراف المعياري	الوسط الحسابي	
معنوي	١.٧٠٦	٥,٠٧	٢,٧٣	١١,٥٨	٣,٢٥	٧,٧	المجموعة التجريبية
غير معنوي		٠,٥٥	٢,٠٤	٧,٠٢	٣,٣٠	٧,٨٧	المجموعة الضابطة

\*تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٦).

يبين الجدول (٣) نتائج الاختبارات القبلي - بعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية، إذ بلغ الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي (٧.٧) وبانحراف معياري (٣,٢٥)، ووسط حسابي في الاختبار البعدي بلغ (١١,٥٨) وانحراف معياري (٢,٧٣)، وعند معالجة البيانات احصائياً باختبار (ت) لدلالة الفروق، بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٥,٠٧)، وعند مقارنتها بقيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (٢٦) ومستوى دلالة (٠,٠٥) كانت قيمة (ت) الجدولية

(١.٧٠٦)، ما يعني معنوية الفروق. هذا وبلغ الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي (٧.٨٧) وانحراف معياري (٣,٣٠)، وبوسط حسابي في الاختبار البعدي بلغ (٧,٠٢) وانحراف معياري (٢,٠٤)، وعند معالجة البيانات احصائياً باختبار (ت) لدلالة الفروق، بلغت قيمة (ت) المحتسبة (٠,٥٥)، وعند مقارنتها بقيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (٢٦) ومستوى دلالة (٠,٠٥) كانت قيمة (ت) الجدولية (١.٧٠٦)، ما يعنى عدم معنوية الفروق.

#### جدول (٤)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحتسبة والجدولية والدلالة الاحصائية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية.

الدلالة الاحصائية	قيمة (ت) الجدولية*	قيمة (ت) المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		المجموعة الاختبارات البعدي
			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
معنوي	١.٦٧١	٩.٦٦	٢,٠٤	٧,٠٢	٢,٧٣	١١,٥٨	

\*تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٥٤).

يبين الجدول (٤) نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية، اذ بلغ الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي (١١,٥٨) وانحراف معياري (٢,٧٣)، اما الوسط حسابي في الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة فقد بلغ (٧,٠٢) وانحرافه المعياري (٢,٠٤)، وعند معالجة البيانات احصائياً باختبار (ت) لدلالة الفروق، بلغت قيمة (ت) المحتسبة (٩.٦٦)، وعند مقارنتها بقيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (٥٤) ومستوى دلالة (٠,٠٥) كانت قيمة (ت) الجدولية (١.٦٧١)، ما يعني معنوية الفروق.

في ضوء النتائج التي تم الحصول عليها والمبينة في الجدول (٣) تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية التي تم تعليم الطلبة المهارات

الأساسية بكرة اليد بأسلوب التمرين المتغير المكثف لمصلحة الاختبارات البعدية الأمر الذي يدعو إلى قبول الفرض الأول والذي ينص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لاستخدام أسلوب التمرين المتغير المكثف للتمرين ويعزوا الباحث ان الفروق التي تظهر فاعلية هذا الأسلوب في تعلم المهارات الأساسية بكرة اليد لمناسبتها لطبيعة اللعبة ولاستثمارها الامثل لوقت الدرس الضيق وخاصةً ان الطالب الجامعي كان قد اكتسب الاشكال الحركية الأساسية المكونة للمهارات الأساسية كالركض والقف والرمي بما يسهم في امكانية زيادة خزين البرامج الحركية المكتسبة في اداء مهارات اللعبة وبالتالي تعزيز امثل للاداء المهاري بكرة اليد اذ"إن الممارسة وبذل الجهد بالتدريب والتكرارات المستمرة ضرورية في عملية التعلم، والتدريب عامل مساعد وضروري في عملية تفاعل الفرد مع المهارة والسيطرة على حركاته وتحقيق التناسق بين الحركات المكونة للمهارة في أداء متتابع سليم وزمن مناسب (١) كما أظهرت النتائج عدم معنوية الفروق في الاختبارات القبلي بعدي للمجموعة الضابطة أو الأسلوب التقليدي في تعلم الأداء الفني لمهارات كرة اليد للطلاب المرحلة الثانية بكلية التربية الرياضية (اسلوب الموزع والثابت) مما يعني عدم تحقق الفرض الثاني الذي ينص على وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبلية بعدي للمجموعة الضابطة الخاضعة للمنهج التقليدي في تعليم مهارات كرة اليد الأساسية لطلبة المرحلة الثانية، ويعزو الباحث عدم تحقق الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي الذي أظهر ضعفاً في فاعلية انتهاج الاساليب التقليدية في تعليم المهارات الأدائية بكرة اليد كان بسبب قلة الساعات المنهجية المخصصة لدرس كرة اليد في المرحلة الثانية اذ يعد زمن الساعتين اسبوعياً لايتماشى مع المنهج العلمي في زيادة فرص التعلم ناهيك عن الأداء المهاري بكرة اليد يتطلب اشكال متنوعة ومتكررة من التطبيقات العملية لضمان الوصول للاهداف التعليمية". ف"تكرار الأداء الحركي هو متطلب يحتاجه الأشخاص للوصول إلى مستويات عالية من التعلم الحركي" (٢)

كما واطهرت النتائج التي تم الحصول عليها والمبينة في الجدول (٤) والتي تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة والتي تم تعليم الطلبة المهارات الأساسية بكرة اليد بأسلوب التمرين المتغير المكثف وأسلوب الموزع والثابت لمصلحة الاختبارات العينية التجريبية التي استخدمت أسلوب التمرين المتغير المكثف الأمر الذي يدعو إلى قبول الفرض الثالث والذي ينص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصاح استخدام أسلوب التمرين المتغير المكثف للتمرين ويعزوا الباحث ان الفروق التي تظهر فاعلية هذا الأسلوب ظهرت نتيجة لزيادة فرص الأداء وتنوعها في الأسلوب المكثف والمتنوع على حساب الموزع والثابت فضلاً عن ان جو الدرس

بالاسلوب المكثف المتغير الذي خضعت له العينة التجريبية اتسم بالحركية والتجدد بما زاد من  
رغبة الطلبة ودافعيتهم

(١). نجاح مهدي شوشو أكرم صبحي؛ التعلم الحركي. الموصل : دار الكتب للطباعة والنشر، ٢٠٠٠، ص ١٣٠.

(٢). Schmidt. A. Richard and Graig, A. Wrisberg (2000). Motor learning and performance second Edition, Human Kinetics.2000,P 21

على الاشتراك التطبيق العملي لاداء المهارات الأساسية بكرة اليد فلا شك بأن التنوع بالتمرين  
يجدد النشاط اللعب والدافعية لاستمرارية الاداء كما يمنحه فرص مواجهة مواقف اللعب المتغيرة  
التي تحدث في المنافسة. وان عملية اتقان اللاعبين للمهارات من خلال اداء التمارين وتكرارها  
بشكل مكثف ومتنوع ساهم في تطوير هذه المهارات واتقانها اذا ما قارنا أدائهم مع اداء المجموعة  
الضابطة، وهذا يتفق مع ما جاء بأن اعادة التمرين عدة مرات تمكن ممارس كرة اليد من اتقان  
المهارة وأدائها بشكل أحسن (١)

**الباب الخامس: الاستنتاجات والتوصيات.**

#### **١-٥ الاستنتاجات:**

على ضوء النتائج التي خرج بها الباحث لهذه الدراسة فإنه يصوغ مجموعة من الاستنتاجات  
تناسب مع نتائج البحث :

١. ان المفردات التطبيقية لاسلوب التمرين المتغير المكثف كان لها الاثر الايجابي في تطوير  
الأداء المهارى لافراد العينة التجريبية.

٢. بسبب المتغيرات الظرفية للزمن المخصص من قبل الهيئة القطاعية المخصص لمادة كرة  
اليد ظهر عدم فاعلية اساليب التعلم التقليدية في تطوير الأداء المهارى لافراد العينة البحثية.

٣. ظهور جو ايجابي اثناء الدرس العملي متمثل بالحركة والمتعة والتشويق على ضوء المفردات  
المنفذة باسلوب التمرين المتغير المكثف لدى افراد عينة البحث .

٤. تنظيم التمارين والتشويق الذي احتواه المنهج التدريبي ساهم في فاعلية تنفيذ مفردات المنهج  
من قبل اللاعبين والتزامهم المستمر على طول فترة المنهج ساهم وانعكس على الاداء  
المهارى.

(١). كمالدرويشواخرون؛ الاسسالفسيولوجية لتدريبيكرة اليد-نظريات-تطبيقات. ط٣. القاهرة: مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٨، ص٣٢.

## ٥-٢ التوصيات:

- ١- ربط المهارات الحركية مع بعضها ضمن اطار التعلم لطلبة المرحلة الثانية لتطوير الأداءالمهاري بكرة اليد.
- ٢- التأكيد على تعلم المهارات الصعبة في مراحل مبكرة في الكلية و التدريب لان تعلمها في مراحل متأخرة بأخذ الوقت الطويل والجهد الشاق في تعلمها من قبل الطلبة.
- ٣- التأكيد على تطوير الأداءالمهاري بشكل متناسق وانسيابي وتكون كل مرحلة مرتكزة على مرحلة سابقة من ناحية الوقت والجهد المبذول.
- ٤- استخدام واعتماد اكثر من اسلوب في تعلم المهارات الاساسية بكرة اليد.
- ٥- استخدام التنوع والتشويق ضمن اطار مناهج كرة اليد الجامعية..
- ٦- اجراء بحوث مشابهة على فعاليات اخرى وباساليب تعليمية متنوعة بما يعزز من خزين الخبرات للطلبة في الكلية
- ٧- تعميم نتائج هذا البحث على كليات التربية الرياضية لاعتماد اساليب حديثة في تطوير مستوى الأداءالمهاري لكرة اليد.

## المصادر

- ◀ احمد سليمان عودة وفتحي حسن ملكاوي ؛ اساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الانسانية. الاردن : مكتبة المنار، ١٩٨٧.
- ◀ جابر ،عبد الحميد جابر ؛ التعليم وتكنولوجيا التعليم ، ط١ ، لقاهرة: دار النهضة العربية ١٩٨٢.
- ◀ جابر عبد المجيد واحمد خيرى كاظم ؛ مناهج البحث العلمي في التربية وعلم النفس .القاهرة : دار النهضة العربية ، ١٩٧٣.
- ◀ جاسم محمد نايف ؛ فاعلية التمارين التحضيرية العامة والخاصة في تعلم تكنيك ركض الموانع، (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية/ جامعة بغداد، ١٩٨٦).



- ◀ ديوبولد ، ب ، فاندالين . مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، القاهرة : مكتبة الانجلو - المصرية ، ١٩٨٥ .
- ◀ سايندوتوب، داريل؛ تطوير مهارات تدريس التربية الرياضية ، ( ترجمة ) . عباس السامرائي وعبد الكريم السامرائي، بغداد: دار الحكمة للطباعة والنشر ، ١٩٩١ .
- ◀ ضياء قاسم الخياط ، عبد الكريم قاسم غزال ؛ كرة اليد ، جامعة الموصل : دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٨٨ .
- ◀ كمال درويش واخرون ؛ الاسس الفسيولوجية لتدريب كرة اليد- نظريات-تطبيقات. ط٣.١. القاهرة:مركزالكتابللنشر، ١٩٩٨ .
- ◀ كمال عارف ظاهر و سعد محسن اسماعيل ؛ كرة اليد ، جامعة الموصل :دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٨٩ .
- ◀ محمد جاسم الياسري، مروان عبد المجيد، الأساليب الإحصائية في مجالات البحوث التربوية، ط1، مؤسسة الوارث للنشر والتوزيع، ٢٠٠١ .
- ◀ محمد خير الله وممدوح عبد المنعم. سيكولوجية التعلم بين النظرية والتطبيق . بيروت: دار النهضة، ١٩٩٣ .
- ◀ محمد قشرة؛ اصول العاب القوى- مسابقات المضمار- أسس التدريب عليها، ج١. القاهرة : دار الفكر العربي.
- ◀ ناهدة عبد زيد. تأثير التداخل في أساليب التمرين على تعلم مهارتي الإرسال الساحق والضرب الساحق بالكرة الطائرة . أطروحةدكتوراه غير منشورة، جامعة بغداد ،كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٢ .
- ◀ نجاح مهدي شلشوأكرم صبحي ؛ التعلم الحركي. الموصل : دار الكتب للطباعة والنشر، ٢٠٠٠ .
- ◀ نزار الطالب ومحمود السامرائي ؛ مبادئ الإحصاء والاختبارات البدنية والرياضية. الموصل: دار الكتب للطباعة، ١٩٨١ .
- ◀ نصر الدين محمد محمود ؛ اثر انماط مختلفة من التدريس المصغر على تنمية مهارة التساؤل عند طلاب كلية التربية ، مجلة كلية التربية ، العدد ٥ ، جامعة اسويط ، ١٩٨٧ .
- ◀ نعم حاتم حميد الطائي . اثر استخدام أسلوب التعلم المكثف والموزع على مستوى الاداء والتطور في فعالية الوثب الطويل والاحتفاظ بها ، رسالة ماجستير غير منشورة،جامعة بغداد ،كلية ألتربية أرياضيه، ٢٠٠٠ .
- ◀ هارة ( ترجمة ) عبد علي نصيف؛ اصول التدريب . بغداد: مطبعة اوفسيت التحرير، ١٩٧٥ .

- ◀ وجيه محجوب وآخرون ؛ نظريات التعلم والتعلم الحركي. بغداد: مطبعة وزارة التربية ، ٢٠٠٠.
- ◀ وجيه محجوب: التحليل الحركي. بغداد: مطبعة التعليم العالي، ١٩٨٧.
- ◀ وفاء صباح محمد الخفاجي؛ تأثير استخدام التمرين العشوائي المتغير والتمرين المتجمع المتغير في تطور مستوى التعلم لبعض أنواع السباحة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد ، بغداد ، ٢٠٠٠.
- ◀ ياسر دبور ؛ كرة اليد الحديثة ، الإسكندرية : منشأة المعارف ، ١٩٩٧.
- ◀ يعرب خيون؛ التعلم وجدولة التدريب . بغداد : مكتب العادل للطباعة الفنية ، ٢٠٠٠.
- ◀ يوسف قطامي؛ سيكولوجيا التعلم والتعلم الصفي. الاردن: دار الشروق للتوزيع والنشر، ١٩٩٨.

- Schmidt. A. Richard and Graig, A. Wrisberg (2000). Motor learning and performance second Edition, Human Kinetics.2000
- Shmidt,A,Richard; Motor Control and Learning.Abbehavioralemphasic,illinios: Humankinetics Publishers,1982.