

الفصل الاول

التعريف بالبحث

مشكلة البحث

اهداف البحث

فروض البحث

مجالات البحث

-التعريف بالبحث :

1-1-مقدمة البحث وأهميته:

تعد التربية الرياضية ميداناً مهماً وأداة فاعله في إعداد الأفراد وتربيتهم بديناً وذهنياً من خلال تطوير قدراتهم وإمكانياتهم الجسمية والفكرية والذهنية بغية المشاركة الإيجابية في خدمة المجتمع . إذ أنّ التطور الحاصل في الحركة الرياضية واتساع

قاعدتها يعكس الوجه الحضاري والنهوض الشامل للدول . ويعد هذا التقدم في مستوى الأداء الرياضي ما هو الا تفاعل وتمازج العلوم الرياضية فيما بينها الامر الذي أدى الى عملية التغير المستمر في الأساليب المستخدمة في تعليم أو تدريب الرياضي وكل حسب مستوى أدائه ولعبة كرة اليد من بين الالعاب والفعاليات الرياضية التي لاقت عناية كبيرة من العاملين وخبراء كرة اليد العالمية , ومن خلال نشر اللعبة وجذب عناية اكبر عدد من متابعي اللعبة . وهذا تحقق بفضل تطور مستوى الأداء المهاري والإعداد البدني للاعبين لكرة اليد .ويعد مركز حارس المرمى واحداً من أهم الخطوط الدفاعية كونه الخط الاخير , لذلك نلاحظ ان مدربي حراس المرمى مهتمون بمستوى تطوير وتحسين الاداء المهاري لحراسهم ,ويتم ذلك في أولى الوحدات التعليمية للحراس .أي ان مرحلة التعلم تعد من أهم المراحل التي يمر بها حارس المرمى من خلال إكسابه أداءً مهارياً نموذجياً وهذا يسهل عملية المرور بالمراحل التعليمية والتدريبية اللاحقة . وبالنظر للحركات التي يؤديها حارس مرمى كرة اليد يتضح انها تعتمد على حركة الأطراف السفلى أو العليا ولا بد أن يكون بتوافق وتناسق كبيرين ,إلى جانب ذلك ان الصفة المميزة لتلك الحركات هي الرشاقة ,والسرعة والاتزان بنوعية الثابت والمتحرك ,ولذلك فان المتطلبات الذهنية ,والبدنية ,والمهارية كثيرة, وعليه لا بد من استخدام اساليب تعليمية بشكل منسجم ومنظم للوصول الى أداء مهاري متكامل . وكما هو معروف فإنه في بدايات التعليم يهتم القائمون في عملية خزن البرامج الحركية التي تمر بعدة مراحل (حسية ,قصيرة , طويلة الأمد) , أي ان التعامل يتم مع الجهاز العصبي والعضلي ,ويتم ذلك من خلال استخدام عوامل مساعدة تسير مع عملية التعليم هدفها الاساسي هو زيادة إمكانية الجهاز العصبي في التحكم والسيطرة في عمل العضلات المشتركة بالأداء المهاري لحارس المرمى المتعلم ولتحقيق الهدف المذكور النفاً لا بد أن تراعى تلك الجوانب في ساحة التدريب ,

ومن هنا جاءت أهمية البحث في تحسين مهارات حارس مرمى كرة اليد من خلال إيجاد ميدان تعليمي مبني على أساس الصفات الحركية الأساسية لحراس مرمى كرة اليد وهي (التوافق, التوازن ,الرشاقة).

1-2 مشكلة البحث

من المعروف ان الجهاز العصبي له القدرة في عملية تحريك اجزاء الجسم على وفق أنماط محددة مخزونه في ذاكرته الطويلة والقصيرة ولذلك فإن العناية بعملية زيادة تحكم هذا الجهاز بالعضلات العاملة أصبح أمراً بالغ الأهمية, بغية الوصول الى تحقيق الانجاز المطلوب والمقصود بالإنجاز هو متى ما وصل المتعلم الجديد إلى أداء مهاري أفضل يمكنه من التحكم بحركاته بشكل منسجم ومتناسق في ظروف مختلفة خلال التدريب او المنافسة , اذا ما علمنا ان الفئات العمرية الصغيرة تمتلك قدرة عالية لأداء حركات متعددة لكن بشكل عشوائي . ولكون الباحث حارس مرمى كرة اليد ومتابع لأغلب ما يجري من عمليات تعليم وتدريب لحراس المرمى في القطر. لاحظ ان اغلب المدربين يعتمدون على اليات تعليمية خاصة بالمهارة فقط من دون اللجوء الى استخدام الصفات الحركية (التوافق, التوازن , والرشاقة) ترافق عملية التعلم وهذا مآثم التأكد منه من خلال اجراء المقابلات الشخصية مع مدربي* حراس المرمى لأهمية القدرات الحركية في عملية التعلم ولذلك اقترح الباحث ايجاد حل لهذه المشكلة هو تحسين أداء حراس المرمى في بدايات التعلم من خلال ميدان مقترح لتعليم بعض المهارات الاساسية لحراس المرمى بأعمار 12- 14 سنة يتضمن تمارين خاصة بالتوافق, وبالتوازن , وبالرشاقة بالإضافة الى تمارين لتعليم المهارات الأساسية لحراس مرمى كرة اليد .

1-3-أهداف البحث:

يهدف البحث إلى.

1-إعداد ميدان مقترح لتعليم بعض المهارات الأساسية وتنمية القدرات الحركية لحراس مرمى كرة اليد بأعمار 12-14 سنة.

2- المنهج المتبع من قبل المدرب في تعليم بعض المهارات الأساسية و تنمية القدرات الحركية لحراس مرمى كرة اليد بأعمار 12-14 سنة.

3- افضلية المنهج المقترح او المنهج المتبع من قبل المدرب في تعليم بعض المهارات الأساسية وتنمية القدرات الحركية لحراس مرمى كرة اليد بأعمار 12-14 سنة.

1-4- فرضا البحث :

يفترض الباحث.

1-إن المنهج المقترح والمنهج المتبع من قبل المدرب أثر إيجابي في تعليم بعض المهارات الأساسية و تنمية القدرات الحركية لحراس مرمى كرة اليد بأعمار 12- 14 سنة .

1-المنهج المقترح يؤثر بشكل أفضل من المنهج المتبع من قبل المدرب في تعليم بعض المهارات الأساسية و تنمية القدرات الحركية لحراس مرمى كرة اليد بأعمار 12-14 سنة .

5-1 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : حراس مرمى كرة اليد للمراكز التخصصية التابعة لوزارة الشباب والرياضة في منطقة الفرات الأوسط (النجف , كربلاء , الحلة , الديوانية).

2-5-1 المجال المكاني : قاعة الالعب الرياضية المغلقة في محافظة القادسية وقاعه
نادي الكوفة (النجف).

3-5-1 المجال الزماني : للمدة من 2019 /12/3 ولغاية 2019/3/ 3

الفصل الثاني

2- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة

1-2 تنمية المهارات

2-2 المهارات الاساسية لحارس المرمى

2 - الدراسات النظرية والدراسات المشابهة

1-2 مفهوم التعلم الحركي :

أن التعلم الحركي لا يمكن تقويمه بصورة مباشرة وإنما بصورة غير مباشرة عن طريق السلوك الحركي ، ومن الجدير بالذكر أن التعلم الحركي يتم نتيجة

التدريب والتكرار وليس نتيجة النضوج أو الدوافع، فهناك الكثير من المتغيرات في السلوك الحركي التي تظهر طبيعياً نتيجة تطور الفرد ونضوجه فلا يمكن اعتبار هذه التغيرات ضمن دائرة التعلم الحركي، فهناك علاقة بين التعلم والتدريب لأنهما يخضعان للتدريب. فالتدريب هو تكرار واجب معين الغرض منه تطوير الصفات البدنية وتحسينها كذلك حالة الفرد الفسيولوجية، أما التعلم، فهو تكرار لحركة معينة يؤدي إلى تغير في السلوك والتصرف.⁽¹⁾ ولقد تعددت وجهات النظر في تعريف مفهوم التعلم الحركي، فقد عرفه (وجيه، 1989) بأنه: "تعلم الحركات والمهارات الرياضية مقرون بالمقدرة والاستيعاب للفرد ومعتمد على التجارب السابقة"⁽²⁾.
أما (علي مصطفى طه)، فعرفه " بأنه التغير الدائم نسبياً في الأداء والنتائج عن تأثير الممارسة البدنية"⁽³⁾. في حين (عرفه عصام، 1999) بأنه "عملية اكتساب وإتقان وتثبيت المهارات الرياضية خلال الأعداد التكتيكي وتتطلب هذه العملية مساهمة الرياضي الايجابية في تنفيذ الأهداف المحددة"⁽⁴⁾.
ويذكر (وجيه محجوب، 2001) ان التعلم الحركي هو مجموعة من العمليات المرتبطة بالتدريب والتي تقود الى تغيرات ثابتة نسبياً في قابلية الاداء.⁽⁵⁾

2-1-1- تنمية المهارات :

ان التعلم للمهارات يعتمد أساساً على مجموعة من المثيرات والدوافع المختلفة، أي هدف تحقيق تطوير المهارات وتنميتها يعتمد على العلاقة بين المثيرات أو الدوافع الداخلية والخارجية، فالمتعلم قد تثيره مواقف سارة وجميلة كثيرة لاستكشاف

(2) احمد أمين فوزي؛ سيكولوجية التعلم للمهارات والحركات الرياضية، الإسكندرية، منشأة المعارف، 1980، ص 41 - 42.

(3) وجيه محجوب؛ علم الحركة، دار الكتب للطباعة والنشر، الموصل، 1989، ص 17.

(4) علي مصطفى طه؛ نظرية الدوائر المغلقة في التعلم الحركي، ط1، دار الفكر العربي القاهرة 1999 ص 20.

(5) عصام عبد الخالق؛ التدريب الرياضي (نظريات وتطبيقات) ط9 جامعة الإسكندرية 1999 ص 208.

(6) وجيه محجوب ، التعلم وجدولة التدريب الرياضي ، دار الواصل للطباعة والنشر ، ط1 2001 ، ص 1

مواقف لم يسبق ان مارسها او جمع فكرة او تصور عنها فيقوم بشكل معتمد الى تجريبها وممارستها . على سبيل المثال لم يسبق للمتعلم ان يمارس السباحة أو ركوب الدراجة او قيادة السيارة لكنَّه شاهد الاخرين يمارسونها فقد امتلك فكرة او تصورًا نتيجة للدوافع والمثيرات دفعتة الى ممارسة أدائها لكي يكتشف قدراته ومهامه ذاتيا وعند الانتهاء من الممارسات والمحاولات الأولية فإنه يكتشف انه يستطيع ممارستها ولكن مستوى ممارستها لم يصل الى مستوى أداء الممارسين الذين يشاهدهم يؤدون بمهارة واضحة بعد ذلك يقوم بتكرار الممارسة لمهارات السباحة, أو ركوب الدراجة, أو قيادة المركبة مرة بعد أخرى, ويبتعد عن أخطائه في كل مرة, ويحل محلها الأداء الصحيح, حيث تطفئ الاستجابات الخاطئة او الأخطاء وتتنعمق نقاط القوة نتيجة العلاقة بين الدوافع الداخلية والخارجية في رسم مسار تنمية المهارات العقلية او التطبيقية او المهنية في الحياة الاجتماعية (6) .

2-2-3 - المهارات الاساسية لحارس المرمى

1- الهدف من الإزئعئخ :

يقف حارس المرمى في وضع الاستعداد بارتخاء واضعا بؤرة جسمه على خط واحد مع كف اليد الحاملة للكرة وبالشكل الذي يسمح له برد فعل سريع في تحريك جسمه

(2) نجاح مهدي شلش ,التعلم والتطور الحركي للمهارات الرياضية ,ط1 دار الكتب والوثائق ببغداد لسنة 2011

أو احد أجزائه في اتجاه الكرة لحظة انطلاقها ,وهذا يتطلب منه تكوين قاعدة ارتكاز ثانية من القدمين متباعدين مع مراعاة انثناء الركبتين قليلا .وان يكون ثقل الجسم موزعا على القدمين بالتساوي وان تكون الذراعانِ مثنيتينِ مع ابتعاد المرفقين عن الجسم قليلا وتكون اليدان مفتوحتين ومرتخيتين وعلى ارتفاع الصدر تقريبا مع مراعاة أن يكون الجسم كله في وضع ارتخاء من دون تصلب والاستعانة بالذراع في هذه الحالة تتم بمده ويقاس وضع الاستعداد الجيد لحارس المرمى في قدرته الآلية والسريعة على وضع بؤرة جسمه على خط واحد مع كف اليد الحاملة للكرة .(7) وهذا الشكل يوضح وقفة الاستعداد .



شكل رقم (1)

يوضح مهارة وقفة الاستعداد والتحرك الدفاعي

ثانيا:- مهارة التحرك الدفاعي : تهدف تحركات حارس المرمى داخل منطقة مرماه الى مراقبة تحركات المهاجمين ومحاولة معرفة تصوراتهم الخطئية وخاصة المهاجم الحائز على الكرة بالاضافة الى تحركات زملائه المدافعين حتى يتمكن من التوقع الصحيح لتوقيت التصويبات ومكانها واتجاهها مما يسهم في سرعة استجابة باحتلال المكان المناسب واتخاذ وضع الاستعداد الصحيح مبكرا للتصدي للكرات المصوبة على المرمى,ولذلك يجب على حارس المرمى ضرورة التركيز على التحرك في اتجاه خط سير الكرة .

◀ طريقة الاداء:

(1) منير جرجيس وآخرون كرة اليد بين النظرية والتطبيق , دار بور سعيد للطباعة , ص 227- 228

تكون تحركات حارس المرمى أمام خط المرمى وعلى شكل قوس وهمي يصل ما بين قائمي المرمى والرجلين اذ يتحرك الحارس بخطوات جانبية رشيقة تتميز بالقصر والسرعة مع عدم تقاطع القدمين أو المبالغة في اتساع المسافة بينهما كذلك يجب عليه تجنب الوثب اثناء الحركات مع احتفاظ الرجلين بالمسافة المناسبة بينهما لتوزيع مركز ثقل الجسم بالتساوي عليها والجذع يميل ميلا طفيفا للأمام اما الذراعان فتحتفظ بوضعهما كما هو معروف في وقفة الاستعداد سواء وقفة الاستعداد الأساسية أو وقفة الاستعداد عند الدفاع لصد الكرات المصوبة من الجانبين (الجناحين) والرأس يكون مثبت والنظر مركز على اتجاه خط سير الكرة .

اما في ما يخص تحركات حارس المرمى للإمام فهي تهدف الى سرعة مهاجمة المصوب لحظة شروعه في أستلام الكرة لغلق أكبر مساحة من المرمى أمامه بالإضافة الى تشتيت انتباهه اثناء القيام بعملية التصويب. ولكن يجب على الحارس ضرورة التوقف عن الحركة لحظة تصويب المهاجم للكرة حتى يستطيع اتخاذ الوضع المناسب بجسمه او أجزائه يمكنه من سرعة الاستجابة لصد الكرة المصوبة في أي زاوية بجسمه او أي جزء منه .كذلك هناك بعض المواقف التي يتحرك فيها حارس المرمى للخلف كما هو الحال عند التصدي للتصويبات المسقطة (اللوب) وفيها يتم التحرك بخطوات قصيرة وسريعة مع الاحتفاظ بمسافة مناسبة بين القدمين ويفضل بعض حراس المرمى ان يكون التحرك للخلف مع لف الجذع لليمين أو اليسار. (8)

ثالثا:-مهارة الدفاع بالقدم والذراع : يستخدم هذا الأسلوب في صد الكرات المنخفضة الموجهة لزوايا المرمى وفي هذه الحالة يقوم بالطنع جانبا بالقدم القريبة بحيث يشير الجانب الداخلي للكرة لضمان زيادة مسطح القدم المقابل للكرة مع مراعاة عدم المغالاة في رفع القدم عاليا . وفي حالة الكرات المتوسطة على الحارس إدماج حركة الصد باليد والقدم معاً للصد والأمان في وقت واحد . (9)

(1) كمال درويش وآخرون , مصدر سبق ذكره , ص 39- 40

(2) محمد توفيق الوليلي كرة اليد تعليم تدريب تكتيك ط 1 الايداع بدار الكتب المصرية 1989 ص 418⁹

ويذكر (كمال عبد الحميد, 1978) ومما يعتبر خطيرا للغاية الدفاع ضد الكرات المرتدة وذلك لأن حارس المرمى لأيتمكن من الدفاع ضدها باستخدام القدم ويعد من الملائم للغرض في مثل هذه الحالات ربط الدفاع باليد بالدفاع بالقدم ربطاً تاماً وبما يجعل اتخاذ حركة القدم الجانبية ملازماً لاستخدام احدى الذراعين أو كليهما في عملية الدفاع وذلك للتغلب على ما يمكن حدوثه من ارتداد الكرة من الأرض فوق مستوى القدم حيث يكون من الضروري استخدام الدفاع باليدين في هذه الحالة . و تستخدم حالة الرميات غير المتوقعة عندما لا يكون لدى حارس المرمى الوقت الكافي لاستخدام كلتا يديه يبدأ حارس المرمى من الوضع الأساسي بمد الذراع الاقرب باتجاه الكرة القادمة فيما يخطو بالساق في الجانب نفسه وفي الوقت نفسه ينطلق بالجسم من الساق المعاكسة لتوسيع وصول الكرة وفي لحظة الصد يفضل وقف الكرة براحة اليد لأخذ صدمة الرمية مع حركة الرسغ والساعد قليلا وفي حالة عدم استخدام الصد بيد واحدة او بكلتا اليدين فلا يفضل من الناحية العلمية محاولة مسك الكرة او ضربها بعيدا جدا فوق المرمى او بجواره بل على حارس المرمى ان يحاول رد الكرة بجواره أو قريبة جدا داخل منطقتة بحيث يمكنه ان يعيدها الى اللعب مرة أخرى بسرعة ويمكن تسهيل ذلك في لحظة لمس الكرة من خلال حركة الرسغ للخلف وحركة الذراع للخلف قليلا .⁽¹⁰⁾ والشكل أدناه يوضح مهارة صد الكرة بالذراع والقدم .



وطنية العراقية

(1)

بغداد

شكل رقم (2)

يوضح مهارة حركة الطعن السفلية

رابعاً:- مهارة صد الكرة بالوثب (النشر) : ويستخدم هذا النوع من التصويب ضد التصويبات القريبة وبغرض قفل الزاوية امام المصوب . ويستخدمه بنجاح حراس المرمى قصار القامة عند محاولة صد الكرات العالية لمحاولة الوصول إليها اذا كانوا في وضع متقدم للإمام ويجب على الحارس إجادة القدر على الارتقاء والتدريب على ذلك سواء كان الارتقاء بالقدمين أو بقدم واحدة . واذا كان اللاعب المصوب من الجهة الجناح فعلى الحارس صنع خط وهمي من اللاعب المصوب وبالخروج مسافة نصف متر في مواجهة الجناح, ويكون الوثب في لمواجهة مباشرة في حالة التصويب من المنتصف من قبل لاعبي الدائرة وعن طريق الوثب (حركة تشبه النجمة) وتسمى وثبة النجمة (11) والشكل أدناه يوضح مهارة النشر .



شكل رقم (3)

يوضح مهارة الصد بالوثب (النشر)

خامسا :- مهارة صد الكرة من الجناحين : يستخدم هذا الأداء الفني عادة من قبل حارس المرمى الحذر الذي يتخذ موقعه قرب القائم اعتمادا على طول حارس المرمى فانه يتحرك للإمام بحيث لا تشكل الرميات العالية خطورة عليه يتخذ وضعاً وموضعاً مناسباً بالنسبة لذراع الرمي للمهاجم بحيث تكون المسافة بينه وبين القائم لا تسمح بمرور الكرة بهذه الطريقة يمكن حماية الجانب القريب من العمود باتخاذ الوضع الصحيح في الموقع المناسب فقط . اما بقية المرمى , فيمكن حمايته باستخدام الذراع والساق في الجانب البعيد عن القائم . بواسطة نقل وزن الجسم الى الساق القريبة من القائم وحركة الساق الاخرى فان الجسم يدور جانبا باتجاه التصويب بهذه الطريقة يصبح بالإمكان صد الكرات القادمة عند مستوى الورك أو اقل من هذا المستوى بالساق في حين الكرات المتوسطة الارتفاع والعالية فأنها تصد بالذراع الذي يمرجح جانبا باتجاه الكرة القادمة ان المميزات الايجابية لهذا الأداء الفني هو كونه آمن وبسيط كذلك المبتدئون يمكنهم تطبيقه بنجاح لكن الصفة السلبية هي عندما يتحرك حارس المرمى جانبيا , فإن المسافة بين ساقيه والورك قد تصبح عرضة للهجوم⁽¹²⁾ . والشكل أدناه يوضح مهارة الصد من الجناحين .

(1) عبد الوهاب غازي حمودي ,مصدر سبق ذكره ,ص 150 -15



شكل رقم (4)

الفصل الثالث

منهجية البحث وإجراءاته.

- ❖ مجتمع البحث وعينته.
- ❖ ادوات البحث ووسائل جمع المعلومات
- ❖ وسائل جمع المعلومات والأجهزة المستخدمة في البحث
- ❖ مواصفات الميدان التعليمي المقترح.
- ❖ الوسائل الاحصائية استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية (SPSS)

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

استخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين لملاءمته طبيعة البحث وحل مشكلته . وقد عرفه وجيه محجوب " منهج البحث هو الأسلوب الذي يتبعه الباحث تحديد خطوات بحثه والذي يمكن من خلاله التوصل إلى حل مشكلته. (1)

3-2 مجتمع البحث وعينته :

حدد الباحث مجتمع البحث وهم حراس مرمرى المراكز التخصصية لمنطقة الفرات الأوسط (بابل , وكربلاء , والنجف , والديوانية) والبالغ عددهم (24) بأعمار (12 - 14) . وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وهم حراس

(1) وجيه محجوب ؛ البحث العلمي ومناهجه : بغداد ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، 2002ص81 .

مرمى كرة اليد للمركز التخصصي في محافظتي (النجف , والديوانية) وذلك لسيطرة الباحث على المجموعتين والبالغ عددهم (13) اذ تم تقسيم العينة على مجموعتين الأولى تجريبية وهم حراس مرمى كرة اليد لمحافظة الديوانية, والبالغ عددهم (7) و المجموعة الثانية ضابطة تتكون من حراس مرمى كرة اليد لمحافظة النجف, والبالغ عددهم (6) وتم إجراء التجانس والتكافؤ بين المجموعتين في المتغيرات المؤثرة في الدراسة وكما مبين في الجداول (1, 2, 3) .

جدول (1)

يبين تجانس المجموعة التجريبية

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف	معامل الالتواء	معامل الاختلاف
المهارات الاساسية	وقفة الاستعداد والتحرك الدفاعي	4,71	5	0,755	0,59	16,02
	حركة الطعن للكرات السفلية	3,71	4	0,755	0,59	20,35
	حركة الطعن للكرات العلوية	3,75	4	0,690	0,17	18,40
	مهارة النشر	2,85	3	1,069	0,77	28,55
	مهارة الصد من الجناحين	3,71	4	0,951	0,86	25,63

◀ انحصر معامل الالتواء بين 1+ , 1- وهذا يعني أن أفراد العينة موزعون طبيعياً .

جدول (2)

يبين تجانس المجموعة الضابطة

معامل الاختلاف	معامل الالتواء	الانحراف	الوسيط	الوسط الحسابي	المتغيرات	ت
14,97	0,74	0,641	4	4,28	وقفة الاستعداد والتحرك الدفاعي	المهارات المدروسة
18,44	0,21	0,690	4	3,74	حركة الطعن للكرات السفلية	
20,40	0	0,816	4	4	حركة الطعن للكرات العلوية	
28,99	0,86	0,951	3	3,28	مهارة النشر	
27,31	0,34	0,975	4	3,57	مهارة الصد من الجناحين	
9,79	0,85	0,816	8,5	8,33	التوافق	القدرات
7,40	0,88	1,505	20	20,33	الرشاقة	الحركية
11	0,43	3,868	36,5	35,16	التوازن الحركي	المدروسة

جدول (3)

يبين تكافؤ العينة

مستوى الدلالة	درجة الحرية	t	المجموعة الضابطة		العدد	المجموعة التجريبية		العدد	المتغيرات
			ع	س		ع	س		
0,219	11	1,305	0,641	4,16	6	0,755	4,71	7	وقفة الاستعداد
0,782		284	0,690	3,83		0,755	3,71		حركة الطعن السفلية
0,751		325	0,894	4		0,690	3,75		حركة الطعن العلوية
0,433		813	1,032	3,33		1,069	2,85		مهارة النشر
0,707		0,386	1,048	3,5		0,951	3,71		مهارة الصد من الجناحين

3-3- ادوات البحث ووسائل جمع المعلومات .
3-3-1- ادوات البحث العلمي

أدوات البحث هي " الوسيلة أو الطريقة التي يستطيع بها الباحث حل مشكلته مهما كانت تلك الأدوات ، بيانات أو أجهزة أخرى " (13) إذ استخدم الباحث الأدوات والأجهزة الآتية :

◀ المقابلات الشخصية : تم اجراء المقابلات الشخصية مع عدد من الخبراء * والمختصين في لعبة كرة اليد وذلك حول الية العمل في الميدان التعليمي, وكذلك تحديد عدد الوحدات التعليمية للمهارات الأساسية قيد الدراسة .
◀ الاستبيان : تم استطلاع اراء الخبراء عن طريق استمارة أستبانة** وذلك لتحديد التسلسل العلمي الخاص لتعليم المهارات الاساسية لحراس مرمى كرة اليد قيد الدراسة الى جانب ذلك تحديد عدد الوحدات التعليمية اللازمة لتعليم تلك المهارات وتحديد الاختبارات الخاصة بالقدرات الحركية وكما موضح في الملحق (1).

3-3-2 – وسائل جمع المعلومات والأجهزة المستخدمة في البحث .

1. ميزان لقياس الوزن عدد (1).
2. شريط قياس لتحديد اطوال اللاعبين .
3. كاميرة فيديو نوع (sony) صنع (اليابان) عدد (2).
4. حامل الكاميرة عدد (2).
5. مساطب خشبية طول (3) م بارتفاع (30) سم وبعرض (10) سم عدد (2).
6. بالونات عدد (40).
7. كرات يد قانونية رقم (1) عدد (20).
8. ساعة توقيت عدد (2) .
9. حلقات بلاستيكية بقطر 40 سم عدد (20) .
10. شواخص بارتفاعات مختلفة عدد (20).

(1) عقيل حسين عقيل : فلسفة مناهج البحث العلمي ، طرابلس ، 1995 ، ص 55 .

* ملحق (1)

** ملحق (2)

11. جهاز عرض (داتا شو) صنع (المانى) عدد (1).

12. حاسبة نوع (hp) عدد (1).

3-5- التجربة الاستطلاعية

عمد الباحث الى : إجراء التجربة استطلاعية وذلك في يوم الاثنين الموافق (12/24

/2018) الساعة الثالثة عصراً وكان الهدف من تلك التجربة هو الاتي :

1-تحديد ابعاد مكان وضع كاميرة التصوير (ارتفاع + بعد عن اللاعب) عند

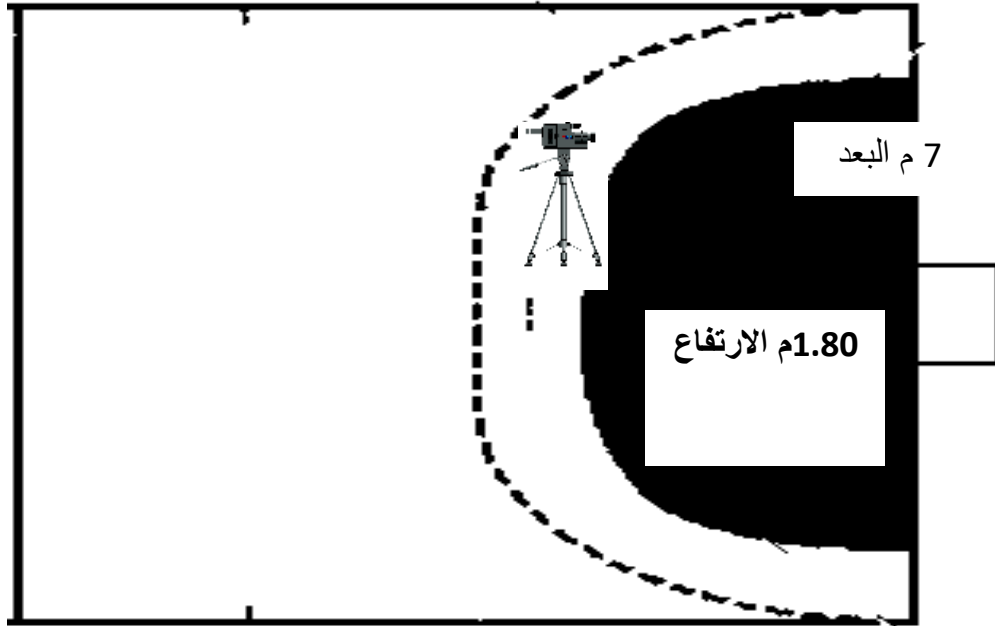
إجراء التصوير الفيديوي للمهارات الاساسية لحراس المرمى

2- صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة في الوحدات التعليمية .والاختبارات

الخاصة بالقدرات الحركية .

2-تهيئة الكادر المساعد* الى جانب ذلك عن توزيع المهام عند واجراء اختبارات

القدرات الحركية لحراس مرمى كرة اليد.



شكل رقم (5)

تضمن عرض النتائج التي تم التوصل إليها بعد جمع البيانات المتعلقة بالاختبارات القبلية والبعديّة والاحتفاظ للمجموعتين الضابطة والتجريبية ، تم تحليلها ومناقشتها لمعرفة مدى التقدم في تعليم أداء المهارات قيد البحث ، ذلك للتوصل إلى أهداف البحث والتحقق من فرضياته .

جدول (1)

يبين قيمة t المحسوبة بين المجموعتين التجريبية والضابطة للاختبار البعدي في المهارات الاساسية قيد الدراسة لحراس مرمى كرة اليد

المهارات الاساسية	المجاميع	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المحسوبة قيمة t	درجة الحرية	الدلالة
مهارة وقفة الاستعداد	تجريبية	7,57	0,534	2,063	11	0,063
	ضابطة	6,83	0,752			
مهارة حركة الطعن سفلي	تجريبية	7	0,816	2,661	11	0,022
	ضابطة	5,83	0,752			
مهارة حركة الطعن علوي	تجريبية	7	0,816	2,108	11	0,059
	ضابطة	6	0,894			
مهارة الصد بالوثب (النشر)	تجريبية	6,85	0,899	2,201	11	0,05
	ضابطة	5,83	0,752			
مهارة الصد من الجناحين	تجريبية	7,28	0,755	3,712	11	0,003
	ضابطة	5,66	0,816			

يبين الجدول (10) قيمة الاوساط الحسابية اذ بلغ الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية لمهارة وقفة الاستعداد (7,57) وبانحراف معياري قدره (0,534) اما في المجموعة الضابطة فقد بلغ الوسط الحسابي البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (6,83) وبانحراف معياري قدره (0,752) وقد كانت t المحسوبة (2,063) وتحت درجة حرية (11) ومستوى دلالة (0,063) وقد كانت الفروق عشوائية بين المجموعتين.

1. اختبار باس المعدل للتوازن الديناميكي.⁽¹⁴⁾

◀ الغرض من الاختبار :

- ◀ قياس القدرة على الوثب بدقة والاحتفاظ بالتوازن اثناء الحركة وبعدها .
- ◀ ساعة ايقاف .
- ◀ شريط قياس .

(1) كمال الدين عبد الرحمن درويش واخرون, القياس والتقييم وتحليل المباراة في كرة اليد نظريات وتطبيقات

◀ علامة مقاسة (1) بوصة في (1,90 م) مع تثبيتهم على الارض عدد (11)
.

◀◀ طريقة الاداء

يقف المختبر على قدمه اليمنى على نقطة البداية ثم يبدأ في الوثب الى العلامة الأولى بقدمه اليسرى محاولا الثبات في وضعه على مشط قدمه اليسرى لأكبر مدة زمنية بحد اقصى (5) ثوان بعد ذلك يثب الى العلامة الثانية بقدمه اليمنى وهكذا يقوم بتغيير قدم الهبوط من علامة لأخرى والارتكاز على مشط القدم في كل مرة مع ملاحظة ان تكون قدمه فوق العلامة بحيث لا يظهر منها اى جزء.

◀◀ حساب الدرجات :

◀ يمنح المختبر خمس نقاط لكل علامة في حال الهبوط الصحيح .

◀ يمنح المختبر نقطة واحدة لكل ثانية يحتفظ فيها بتوازنه فوق العلامة بحد اقصى (5) ثوان وبذلك تصبح الدرجة القصوى للاختبار 100 درجة .

◀ لا يمنح المختبر الخمس نقاط الخاصة بالهبوط الصحيح للعلامة الواحدة في حالة اخفاقه في التوقف اثناء الهبوط بعد الوثب على العلامة او اذا لمس كعب او أي جزء اخر من جسمه سطح الارض فيما عدا مشط القدم التي عليها الدور او اخفاقه في تغطية العلامة بمشط القدم وفي حلة حدوث أي خطأ من اخطاء الهبوط السابقة يسمح للمختبر بإعادة اتخاذ وضع التوازن على مشط القدم التي عليها الدور فوق العلامة ومحاولة الاحتفاظ بتوازنه بحد أقصى (5) ثوان .

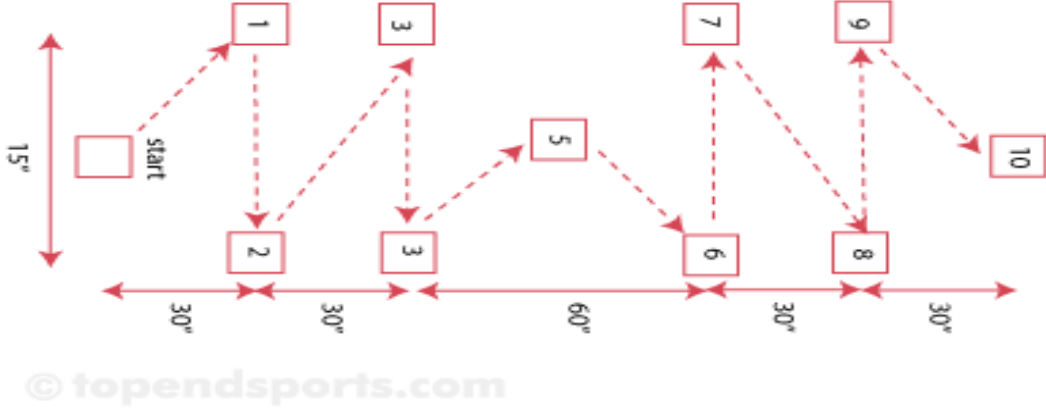
◀ اذا ارتكب المختبر أي خطأ من أخطاء التوازن التالية قبل انتهاء فترة الخمس ثوان فانه يفقد نقطة واحدة لكل ثانية .

أ- اذا لمس الأرض أي جزء من جسمه غير مشط القدم التي عليها الدور .

ب- تحريك القدم أثناء وضع التوازن .

ت- وعندما يفقد اللاعب توازنه فيجب عليه العودة للعلامة التي عليها الدور ثم يقوم بمحاولة القفز على العلامة الاخرى بالقدم التي عليها الدور .

- يبلغ المختبر (الحارس) بالزمن فوق كل علامة من قبل القائم على الاختبار لكي يتسنى له الانتقال الى العلامة الاخرى.



شكل (6)

اختبار باس المعدل للتوازن الديناميكي

2. اختبار الدوائر المرقمة :

◀ الغرض من الاختبار :

قياس توافق الرجلين والعينين

◀ الادوات

◀ ساعة ايقاف .

◀ يرسم على الارض ثمانية دوائر على ان يكون قطر كل منها 60 سم .

◀ ترقيم الدوائر كما هو الشكل .

◀ طريقة الاداء

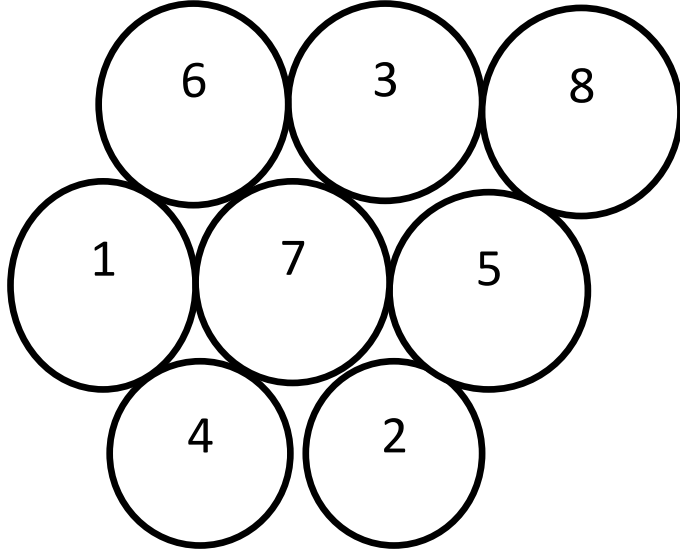
يقف المختبر داخل الدائرة رقم (1) عند سماع إشارة البدء يقوم بالوثب بالقدمين معا

الى الدائرة رقم (2) ثم الى الدائرة رقم (3) ثم الى الدائرة رقم (4) وهكذا ... حتى

الدائرة رقم (8) ويكون ذلك بأقصى سرعة .

◀ تسجيل الدرجات :

يسجل للمختبر الزمن الذي يستغرقه في الانتقال عبر الثماني دوائر. (15)



شكل رقم (7)

يوضح اختبار الدوائر المرقمة

3. اختبار (سيمو) للرشاقة :

◀ الغرض من الاختبار :

قياس الرشاقة .

◀ الادوات

◀ اربعة صناديق او حواجز بلاستيكية مربعة القاعدة 9×9 بوصة وارتفاعها

12 بوصة .

◀ ساعة إيقاف ومساحة من الأرض بأبعاد 19×12 قدما.

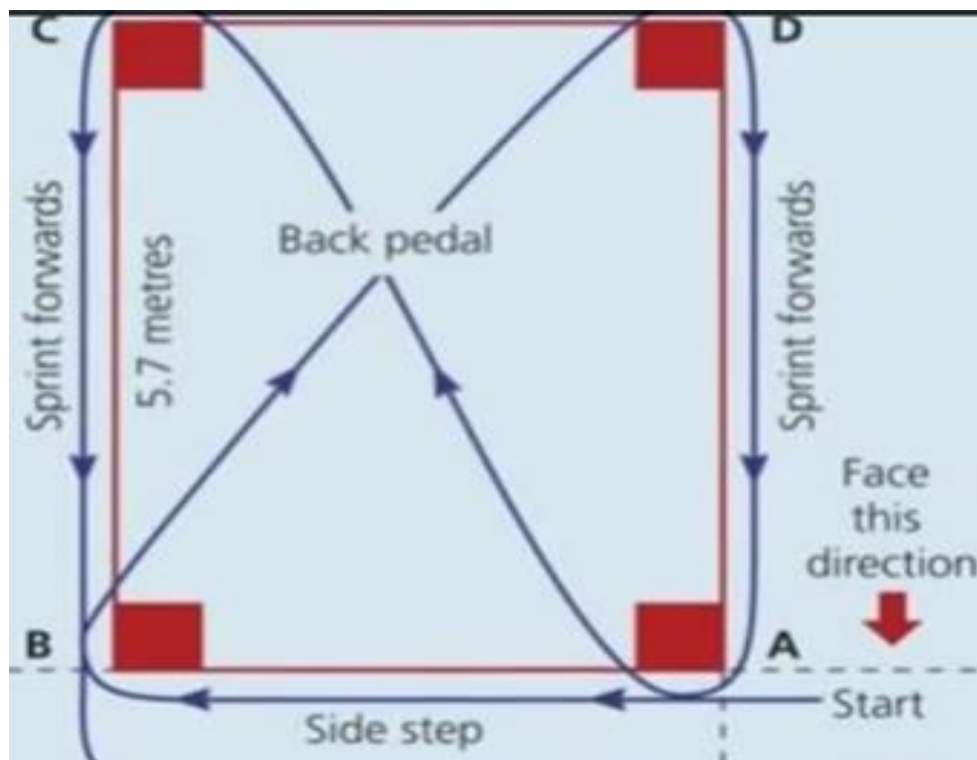
◀ طريقة الاداء :

يبدأ اللاعب من نقطة البداية (أ) باتجاه النقطة (ب) بخطوات جانبية حتى يدور من

خارج الحاجز (ب) ويجري للأمام باتجاه النقطة (د) ويدور من خارجها من الجهة

(1) كمال الدين عبد الرحمن درويش وآخرون المصدر السابق نفسه، ص 205

اليمنى ثم يغير جريه للخلف باتجاه النقطة (أ) ويدور من خارج الحاجز (أ) من
الجهة اليسرى ويجري
بسرعة باتجاه النقطة (ب) ويدور من خارجها من الجهة اليسرى. ثم يتجه الى
النقطة النهائية (أ) بخطوات جانبية . (16)



شكل رقم (8)

يوضح اختبار سيمو للرشاقة

3- 8 - الاختبار القبلي :

بعد ان تم تحديد المهارات الاساسية لحراس مرمى كرة اليد والاختبارات
الخاصة بالقدرات الحركية عمد الباحث الى إجراء الاختبار القبلي وذلك لمدة يومين
وكما مبين في أدناه .

اليوم الاول : تم اجراء الاختبار القبلي الخاصة بالمهارات الاساسية في يوم
(الجمعة) الموافق (2019 / 2 / 1) الساعة (الثالثة عصراً) وذلك من خلال
إجراء التصوير الفيديو اذ كانت ابعاد كامرة التصوير تبعد عدسة الكاميرة مسافة

(1) احمد عريبي عودة التحليل والاختبار في كرة اليد ، ط 1 بغداد المكتبة الوطنية 2004 ، ص 147

(7م) عن حارس المرمى وارتفاعها (80,1 م) عن الارض اذ كان زمن اداء كل مهارة هو (10) ثانية لإتاحة الفرصة للمقيمين لملاحظة الأداء بشكل دقيق.

3-9- مواصفات الميدان التعليمي المقترح :

بعد الاطلاع على أدبيات التعليم والتعلم الحركي الى جانب ذلك استطلاع اراء الخبراء والمختصين في مجال التعلم الحركي وكرة ليد تم اعداد الميدان المقترح لتعليم حراس مرمى كرة اليد بأعمار 12- 14 سنة وكما يلي:

أولاً : المبادئ العامة للميدان :

1- الهدف الاساسي من اعداد الميدان التعليمي هو تنمية المهارات الأساسية بعد ان حدد الخبراء في لعبة كرة اليد .

2- تم مراعاة التسلسل العلمي في أولوية تعليم المهارات الاساسية قيد الدراسة بعد ان حدد الخبراء في لعبة كرة اليد .

3- ان نظام ادارة الميدان يعتمد على (نظام المحطات) أي ان الحارس ينهي المحطة التعليمية بكل تفاصيلها ثم ينتقل الى المحطة الأخرى .

4- راعى الباحث التدرج من السهل الى الصعب الى جانب ذلك استخدام التغذية الراجعة لكل محطة من محطات الميدان التعليمي المقترح .

5- اعتمد الباحث في عرض المهارة على استخدام النموذج وكذلك الوسائط المتعددة (الافلام الفيديوية) لمساعدة المتعلمين في عملية فهم التفاصيل اداء المهارات قيد الدراسة .

6- عمد الباحث الى ان يكون تنظيم المحطات داخل الميدان التعليمي مختلفة من وحدة تعليمية لاخرى من حيث التسلسل مع ثبات الهدف من ذلك الميدان بغية تجنب الملل الذي يصيب المتعلمين جراء التكرار الروتين المستمر للميدان .

7- اشتمل الميدان التعليمي المقترح على تمارينات خاصة بالتوافق والتوازن والرشاقة, اذا تم تطبيقها بأسلوب يخدم تعلم المهارات الاساسية المراد تعلمها في الميدان .

ثانياً : المبادئ الخاصة بالميدان التعليمي .

1- كان زمن الوحدة التعليمية تتراوح ما بين (60) دقيقة تشمل الاقسام الثلاثة (التحضيري والرئيسي والختامي) .

2- كانت مدة تطبيق الميدان التعليمي (18) وحدة تعليمية بواقع (3) وحدات اسبوعياً بحسب ما حدده الخبراء من المدة الكافية لتعليم كل مهارة وكما مبين ادناه .

جدول (7)

يبين عدد الوحدات التعليمية الخاصة بكل مهارة اساسية .

ت	المهارات	عدد الوحدات التعليمية الخاصة
1	وقفة الاستعداد + التحرك الدفاعي	3
2	حركة الطعن لصد الكرات العلوية والسفلية	6
3	صد الكرات (بالوثب) النشر	4
4	صد الكرات من الجناحين	5

3- كل ميدان تعليمي يتضمن عدد من المحطات تتراوح ما بين (6 - 7) محطات

4- عدد التكرارات في كل محطة كانت على اساس عدد مرات تكرار التمرين تارة وعلى اساس زمن التطبيق تارة اخرى حسب طبيعة ونوع التمرين .

5- في كل ميدان تعليمي تخصص من (1 - 2) محطة اضافية بغية تطبيق المهارات التي تم تعلمها .

6- فيما يخص تطبيق المهارة فان الاداء في الوحدة التعليمية الاولى تشكل منفرد ومن ثم يكون تطبيق المهارة بشكل جماعي ويتم استخدام التغذية الراجعة اني مستمر وكذلك بعد الانتهاء من تطبيق التمرين .

3-10- الاختبار البعدي .

بعد الانتهاء من تعليم كل مهارة يتم اجراء التصوير الفيديوي لغرض تقويمها من قبل الخبراء ,وبعد ذلك يتم البدء بتعليم المهارة اللاحقه وحسب التسلسل العلمي الذي تم تحديده وهكذا حتى الانتهاء من المنهج التعليمي الخاص بكل المهارات الاساسيه قيد دراسته ,اذ تم اجراء الاختبار البعدي وفق التواريخ في الجدول ادناه .

اليوم والتاريخ	المجاميع	عدد الوحدات	اسم المهارة	ت
الخميس 2019/2/14	تجريبيه	3	وقفة الاستعداد والتحرك الدفاعي	-1
الجمعه 2019/2/ 15	ضابطه			
الاربعاء 2019/2/27	تجريبيه	6	حركة الطعن لصد الكرات العلويه والسفليه	-2
الخميس 2019/2/28	ضابطه			
الاحد 2019/3 /10	تجريبيه	5	الصد من الجناحين	-3
الاثنين 2019/3/11	ضابطه			
الثلاثاء 2019/3/19	تجريبيه	4	النشر (الوثب)	-4
الاربعاء 2019/3/ 20	ضابطه			
الجمعه 2019 3/22	تجريبيه		القدرات الحركيه	-5
السبت 2019/3/23	ضابطه			

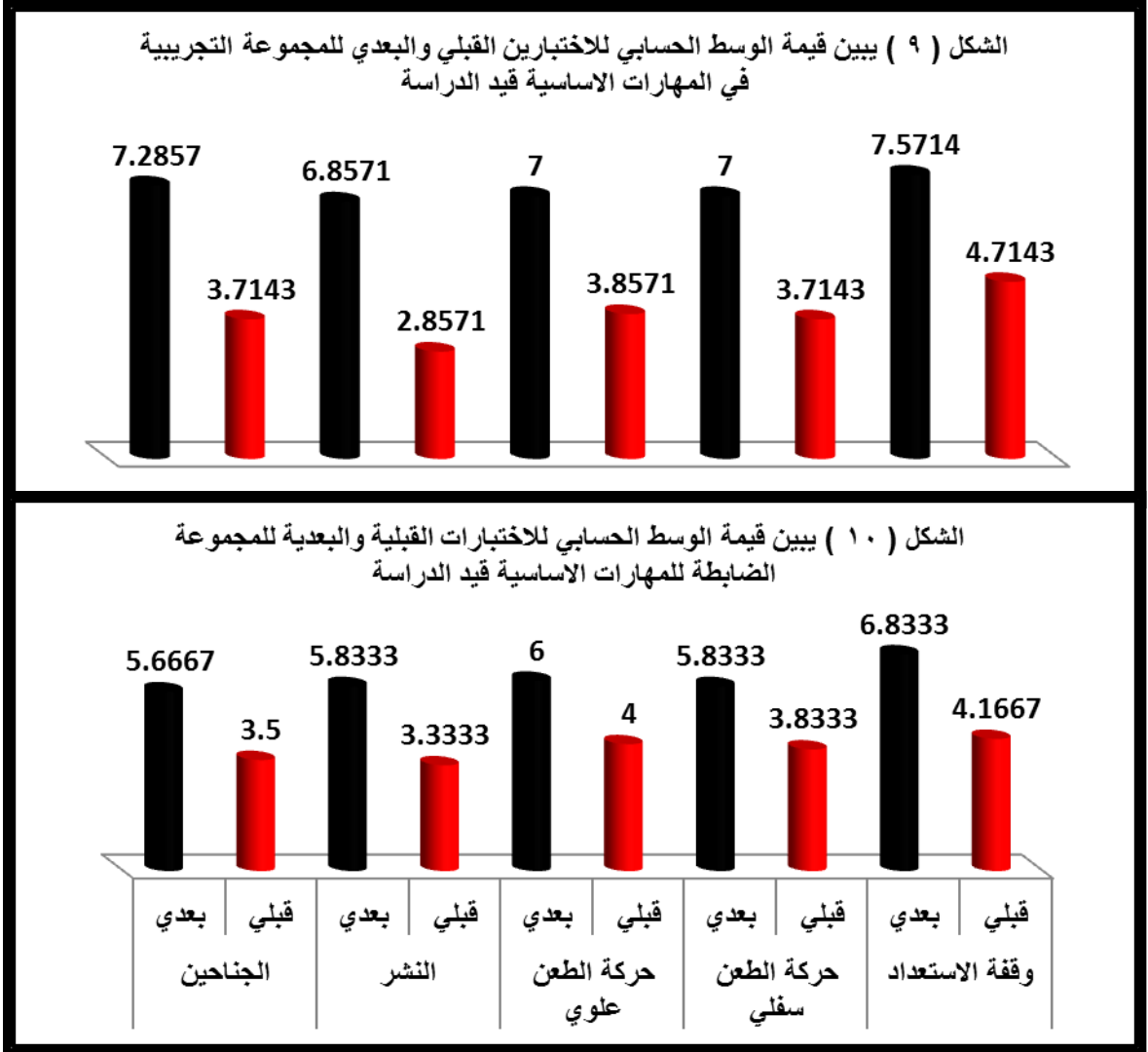
3- 11- الوسائل الاحصائية استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية (SPSS)

- ◀ الوسط الحسابي.
- ◀ الوسيط .
- ◀ الانحراف المعياري .
- ◀ معامل الالتواء .
- ◀ الأهمية النسبية .
- ◀ النسبة المئوية .
- ◀ t للعينات المترابطة .
- ◀ t للعينات المستقلة .
- ◀ معامل الارتباط البسيط (بيرسون).

2-4- مناقشة النتائج.

2-4-1- مناقشة نتائج الفروق بين الاختبارات القبليّة والبعدية للمهارات الأساسية قيد الدراسة للمجموعتين التجريبية والضابطة .

تبين الجداول (1) والأشكال (9-10) وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبليّة والبعدية للمهارات الأساسية لحراس مرمى كرة اليد ولصالح الاختبارات البعدية سواء كان ذلك للمجموعة التجريبية او الضابطة وكما موضح في الشكلين ادناه .



الجدول رقم (1) الشكل رقم (9-10)

ويرى الباحث ان سبب التطور والنمو الحركي الحاصل لدى افراد عينة البحث يعود لعدة أسباب من اهمها :فترة تطبيق مفردات المنهاج المعدة من قبل كلا المدربين والتي أسهمت في احداث ذلك التطور اذ ان أحد أهم مبادئ التعلم هو التكرار والممارسة. وعليه فان المتعلمين (حراس المرمى) تعرضوا للعديد من

التمرينات بالإضافة للشرح والتوضيح الخاص بأداء المهارة المراد تعلمها وبالتالي فان تطبيق تلك التمرينات يتطلب التكرار المستمر خلال الوحدة التعليمية اليومية او على طوال مدة تطبيق المناهج التعليمية الامر الذي ادى الى تكوين برامج حركية مخزونة في ذاكرة المتعلمين مكنته من اداء تلك المهارة عن طريق استدعاء البرنامج الحركي الخاص بالمهارة المطلوب أدائها حتى وان كانت ليست بالسرعة المطلوبة إلا أنه الانتقال من مرحلة التوافق الخام الى مرحلة التوافق الأولي يعد أمرا بالغ الأهمية بالنسبة للمتعلم والمدرّب اذ ان الانتقال من هذه المرحلة يعني ان المتعلمين كونوا صورة وبرنامج مخزون في الذاكرة حول المهارة المطلوب ادائها وبالتالي سيتولد عند المتعلم الاستعداد المناسب لاداء المهارة وهذا الأمر يعد المهمة الأساسية للمدرّب وللمدرّس عند تعليم المهارات الرياضية لكي يتمكن المتعلم (حارس المرمى) من اكتساب معلومات دقيقة ومفصلة عند أدائه المهاري تمكنه من اكساب الخبرة اللازمة لمرحلة التعلم الذي هو فيها . وفي هذا الخصوص يشير (نجاح مهدي شلش , 2011) الى ان أي مهارة حركية رياضية لايمكن تعلمها واتقانها مالم تتم عملية ممارسة , والتدريب عليها من خلال المحاولات والتكرارات المتتالية فالممارسة والمران تنمي الدوافع اذا ما اقترنت بالتشجيع والتوجيه من قبل المعلم أو المدرّب وبإشرافه المباشر . (17)

(1) نجاح مهدي شلش , مصدر سبق ذكره , 2011, ص22

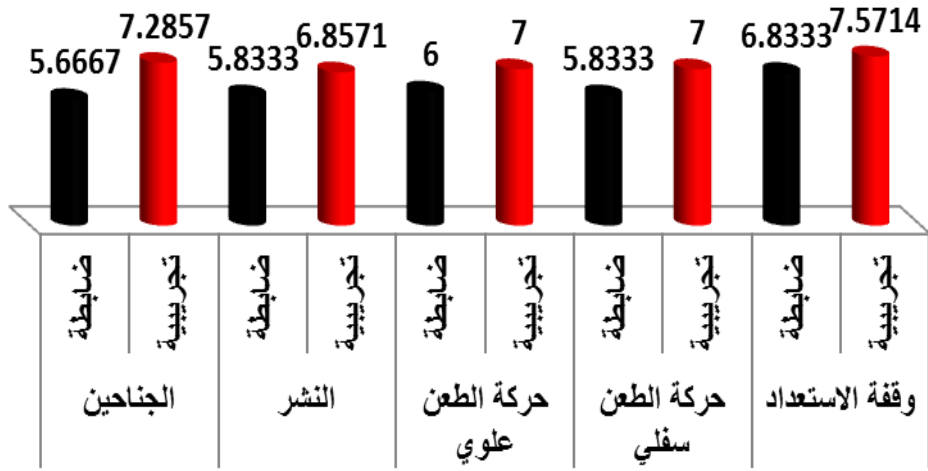
الفصل الرابع

مناقشة نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة بالمهارات
الاساسية

4-2-2- مناقشة نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة
بالمهارات الاساسية

يبين الجدول (10) والشكل (11) وجود فروق معنوية في الاختبارات البعدية
بين المجموعتين التجريبية والضابطة لمصلحة المجموعة التجريبية في الاختبارات
الخاصة في المهارات الاساسية قيد الدراسة باستثناء مهارة وقفة الاستعداد والتحرك
الدفاعي اذ كانت الفروق عشوائية بين المجموعتين والشكل (11) يوضح ذلك .

الشكل (١١) يبين قيمة الوسط الحسابي للمجموعتين التجريبية والضابطة للاختبار البعدي في المهارات الاساسية قيد الدراسة لحراس مرمى كرة اليد



والشكل (11)

ويرى الباحث ان سبب الفرق بين المجموعتين يعود الى طبيعة لمفردات التعليمية التي تعرض لها حراس المرمى خلال الوحدات التعليمية والمتمثلة ببرنامج التعليمي الذي اعتمدت افراد المجموعة التجريبية اذ ان طبيعة برنامج الذي تم إعداده من قبل الباحث تضمن أموراً عديدة ومنسجمة في تحقيق الهدف المراد تعليمه وذلك من خلال وجود عدة محطات متنوعة ومختلفة خلال الوحدة التعليمية الواحدة الهدف من هذه المحطات هو تعليم المهارة الخاصة بتلك الوحدة عن طريق تضمين مفردات العمل القدرات الحركية (توافق , توازن , رشاقة) الى جانب العمل التعليمي اذ انه وكما هو معروف لدى الجميع ان تعلم أي مهارة رياضية يتطلب ان يكون هناك برنامج حركي مخزون في ذاكرة المتعلم فضلا عن السيطرة الحركية من قبل الجهاز العصبي المركزي والتي تظهر بشكل واضح من خلال تحريك بعض اجزاء الجسم المشتركة فعلا في الأداء مع التقليل من الحركات الغير ضرورية لإتمام اداء المهارة بشكل انسيابي ومنسجم وهذا يعني ان للجهاز العصبي دورا اساسيا ومهما في أداء أي مهارة رياضية وعليه فان مفردات برنامج التعليمي راعت بشكل كبير زيادة السيطرة والتحكم العصبي عند أداء المهارة المطلوب تعلمها من خلال تحديد محطات للتوافق والتوازن والرشاقة والتي تظهر قابلية الجهاز العصبي للمتعلم بشكل كبير في

عملية أداء التمرينات الخاصة بالقدرات المذكورة انفا ومن جانب آخر لابد الإشارة الى نقطة مهمة هو ان طبيعة تمرينات التوافق والتوازن والرشاقة التي تضمنها برنامج التعليمي كانت مرتبطة بالأداء المهاري للمهارة المراد تعلمها الأمر الذي اسهم في زيادة مقدرة الجهاز العصبي في تقليل الأخطاء التي ترافق الأداء المهاري ومن ناحية اخرى زيادة التحكم في العضلات العاملة وهذا احد الأسباب الأساسية في تفوق أفراد المجموعة التجريبية التي استخدمت برنامج التعليمي, كما يرى الباحث ان التنوع في إخراج الوحدة التعليمية عن الوضع التقليدي أضاف عناصر مهمة للتعلم منها زيادة التشويق والاثارة والدوافع وكلها عوامل وعناصر لابد ان ترافق عملية التعلم الجديدة لكي يزداد استعداد الفرد للتعلم وهذا يعني ان الباحث اعتمد على فلسفة زيادة التكرار والممارسة بأسلوب منوع فمرة يؤدي المتعلم المهارة عن طريق تمرين خاص بأداء المهارة بشكل مباشرة وتارة اخرى يؤدي نفس المهارة لآكن بشكل غير مباشر أي عن طريق تمرينات خاصة بالتوافق والتوازن باستخدام أدوات تعليمية مناسبة الأمر الذي وفر للمتعلمين فرصة في اداء المهارة بالإضافة إلى زيادة السيطرة والتحكم العصبي وان هذا النموذج يعني وضع خطة للعمل . فعندما تريد ان تقوم بعمل ما او حركة ما فأنت تضع خطة للتحرك وهذا يعني انك تقرر عمل المجاميع العضلية بشكل متوالٍ ومنسّقٍ لتحصل على حركة رشيقة .ومتى ما تم تهيئة ذلك بالإمكان تنفيذ ذلك بقرار من الجهاز العصبي المركزي ان هذا العمل لآياتي ألا بالتكرار والتصحيح .وكلما زاد التكرار والتصحيح تشذبت الحركة وظهر التوافق⁽¹⁸⁾ ولابد من التنويه الى ان احد محطات برنامج هي تطبيق المهارة المراد تعلمها مع المشاهدة الفيديوية لتلك المهارة وهذا أمر بالغ الأهمية في تكوين صور حركية مفصلة عن الاداء المهاري تخزن في ذاكرة المتعلم ومن ثم فأنها تسهم في سرعة استدعاء تلك الصور عندما يراد تطبيق المهارة ومن جانب آخر فإنها تعني استخدام التغذية الراجعة المستمرة خلال الاداء وذلك عن طريق تصحيح المتعلم لأدائه طبقا للأداء المثالي الذي شاهده . اما في ما يخص افراد المجموعة الضابطة فعلى الرغم من التطور في ادائهم المهاري الا ان استخدام برنامج التعليمي كان

(1) يعرب خيون , مصدر سبق ذكره , 2010, ص 96

افضل في عملية تكوين برامج حركية متعددة في ذاكرة افراد المجموعة التجريبية وان
الوسائل التعليمية وأهمية استخدامها في عملية التعلم الحركي او التدريب الرياضي لم
تعد موضوعا هامشيا في العملية التعليمية أو التدريب بل أصبحت جزءاً لا يتجزأ من
مقوماته الأساسية اذ أن استخدام الوسائل التعليمية المختلفة

الفصل الخامس

الاستنتاجات
والتوصيات :-
المصادر

5-الاستنتاجات والتوصيات :-

5-1-الاستنتاجات :-

في ضوء النتائج التي توصل إليها الباحث تم استنتاج ما يأتي :

1-أن كلا من برنامج التعليمي والأسلوب المتبع من قبل المدرب لهما دور في

عملية احداث تعلم في المهارات الأساسية قيد الدراسة لحراس مرمى كرة اليد .

2-ان برنامج التعليمي أثر بشكل أفضل من الأسلوب المتبع من قبل المدرب في

تطوير المهارات الأساسية (حركة الطعن لصد الكرات العلوية والسفلية , صد الكرات

بالوثب (النشر) , صد الكرات من الجناحين) .

5-2-التوصيات :-

في ضوء الاستنتاجات يوصي الباحث في الآتي :

1- ضرورة الاعتماد على برنامج التعليمي في تعليم المهارات الأساسية لحراس مرمى كرة اليد

2- الاعتماد على التسلسل المعتمد في الدراسة عند تعليم المهارات الأساسية قيد الدراسة لحراس مرمى كرة اليد وكذلك عدد الوحدات التعليمية الخاص بكل مهارة .

المصادر :-

أولا : المصادر العربية :-

◀ القران الكريم .

◀ احمد أمين فوزي ؛ سيكولوجية التعلم للمهارات والحركات الرياضية، الإسكندرية، منشأة المعارف، 1980 .

◀ احمد عريبي عودة : التحليل والاختبار في كرة اليد ، بغداد المكتبة الوطنية 2004.

◀ ذوقان عبيدات ، وعبد الرحمن عدس ، البحث العلمي مفهومه ، اساليبه ، أدواته ، عمان ، دار الفكر والنشر والتوزيع ، 1988.

◀ عبد الله حسين اللامي ، اساسيات التعلم الحركي ، مجموعة مؤيد الفنية العراق الديوانية، ط1 لسنة 2006 .

◀ عبد الوهاب غازي حمودي : كرة اليد مالها وماعليها المبادئ التعليمية والتدريبية ط1 المكتبة الوطنية العراقية بغداد 2008 .

- ◀ عصام عبد الخالق ؛ التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات ط9 جامعة الإسكندرية 1999 .
- ◀ عقيل حسين عقيل : فلسفة مناهج البحث العلمي ، طرابلس ، 1995 .
- ◀ علي مصطفى طه ؛ نظرية الدوائر المغلقة في التعلم الحركي، ط1، دار الفكر العربي القاهرة 1999 .
- ◀ قاسم لزام (وآخرون) : أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم ، بغداد ، 2005 .
- ◀ كمال الدين عبد الرحمن درويش وآخرون : القياس والتقويم وتحليل المباراة في كرة اليد نظريات وتطبيقات ، مصر مركز الكتاب ، 2002 .
- ◀ كمال درويش وآخرون : حارس المرمى في كرة اليد ، مركز الكتاب للنشر ط1 ، سنة 1999 .
- ◀ محمد توفيق الوليلي : كرة اليد تعليم تدريب تكتيك ط1 الايداع بدار الكتب المصرية 1989 .
- ◀ محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان : اختبارات الاداء الحركي ، القاهرة دار الفكر العربي ، 2001 .
- ◀ محمد عبد الفتاح . سايكولوجيا التربية البدنية والرياضية، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1995 .
- ◀ مروان عبد المجيد ابراهيم : اسس علم الحركة في المجال الرياضي ، ط1 عمان مؤسسة الوراق ، 2000 .
- ◀ مصطفى باهي : المعاملات العلمية (بين النظرية والتطبيق) ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1999 .
- ◀ مفتي إبراهيم حماد : التدريب الرياضي الحديث التخطيط، التدريب، قيادة ط دار الفكر العربي القاهرة 1998 .
- ◀ مفتي ابراهيم حماد : تمرينات الاحماء والمهارات في برامج تدريب كرة القدم ط1 ، ج 2 مركز الكتاب للنشر 1998 .

- ◀ منير جرجيس وآخرون ، كرة اليد بين النظرية والتطبيق ، دار بور سعيد للطباعة ،
سنة 2001 .
- ◀ موفق اسعد محمود : التعلم والمهارات الاساسية في كرة القدم ط2 دار دجلة
عمان شارع الملك حسين مجمع الفحيص التجاري سنة 2009 .
- ◀ ناهده عبد زيد الدليمي ، اساسيات في التعلم الحركي ، دار الضياء للطباعة
والتصميم العراق النجف ، ط 1 سنة 2008 .
- ◀ نجاح مهدي شلش ، التعلم والتطور الحركي للمهارات الرياضية ، ط1 دار الكتب
والوثائق ببغداد لسنة 2010 .
- ◀ نزار الطالب و كامل لويس ؛ علم النفس الرياضي ، دار الحكمة للطباعة
والنشر ، بغداد ، 1993 .
- ◀ نزار الطالب و محمود السامرائي ، مبادئ الاحصاء والاختبارات البدنية
والرياضية ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، 1981 .
- ◀ نعم حاتم حميد : اثر استخدام أسلوب التعلم المكثف والموزع على مستوى الأداء
والتطور في فعالية الوثب العريض والاحتفاظ بها، رسالة ماجستير غير منشورة،
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد 2000 .
- ◀ وجيه محجوب ، التعلم وجدولة التدريب الرياضي ، دار الوائل للطباعة والنشر
، ط1 2001 .
- ◀ وجيه محجوب : البحث العلمي ومناهجه : بغداد ، مديرية دار الكتب للطباعة
والنشر ، 2002 .
- ◀ وجيه محجوب : طرق البحث العلمي ومناهجه ، دار الحكمة للطباعة
والنشر ، بغداد ، 1993 .
- ◀ وجيه محجوب ؛ علم الحركة ، التعلم الحركي ، الموصل ، مطابع دار الكتب
للطباعة والنشر ، 1989 .
- ◀ وجيه محجوب ؛ علم الحركة، دار الكتب للطباعة والنشر، الموصل، 1989 .
- ◀ وجيه محجوب وآخرون ؛ نظريات التعلم الحركي والتطور الحركي، بغداد، مطبعة
وزارة التربية، 2000 .

◀ يعرب خيون ، التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، دار الكتب والوثائق ببغداد (1150) لسنة 2010 .

◀ يعرب خيون عبد الحسين : تأثير ميدان لعب مقترح في تطوير بعض القدرات البدنية والحركية للأعمار من 10 -7 سنوات ، أطروحة دكتوراه ، غير منشورة كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 1994 .

◀ يوسف لازم كماش وآخرون ، التدريس والتعليم برنامجي في كرة القدم ، ط1 دار الكتاب والوثائق ببغداد لسنة 2009 .