

## تأثير استراتيجيات ( العروض العملية ) في تحمل الهجوم السريع الفردي ودقة مهارة التهديد

### بكرة اليد للطلّابات

م. هدى ماجد رشيد

<sup>1</sup> العراق.

\*الايمل: [huda\\_m25@gmail.com](mailto:huda_m25@gmail.com)

تاريخ نشر: 2026/06/25

تاريخ استلام: 2025/10/15

### الملخص

تجلت اهداف البحث من خلال اعداد منهج تعليمي وفق استراتيجيات العروض العملية ومعرفة تأثيرها في تحمل الهجوم السريع الفردي ودقة مهارة التهديد بكرة اليد للطلّابات، والتعرف على تأثير المنهج التعليمي وفق استراتيجيات العروض العملية في تحمل الهجوم السريع الفردي ودقة مهارة التهديد بكرة اليد للطلّابات، اما منهج البحث فقد استخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعات المتكافئة (مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة ) ذات الاختبار القبلي والبعدى اما بالنسبة الى مجتمع وعينة البحث فقد تم تحديد مجتمع البحث بواقع (60) طالبة للمرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة اهل البيت (ع) وتم اجراء التجانس والتكافؤ لهم قبل الشروع بالمنهج التعليمي من خلال الاختبار القبلي ومن ثم تم تقديم منهج استراتيجيات العروض العملية بواقع (10) وحدات تعليمية، ومن خلال النتائج توصل فيه الباحث الى مجموعة من الاستنتاجات أهمها إن تطبيق مفردات المنهج التعليمي المتبع من قبل الباحث وفق استراتيجيات العروض العملية ساهم في تطوير الهجوم الفردي السريع ودقة التهديد بكرة اليد للطلّابات، إن التطور الحاصل في الهجوم الفردي السريع ودقة التهديد بكرة اليد للطلّابات من خلال الفرق الواضح لنتائج الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية يؤكد فاعلية المتغير المستقل والضبط التجريبي.

### الكلمات المفتاحية:

استراتيجية ( العروض العملية)، الهجوم السريع الفردي، دقة مهارة التهديد، كرة اليد، طلّابات.



## The impact of the (practical demonstrations) strategy on the resilience of individual fast attacks and the accuracy of shooting skills in handball for female students

Lect. Huda Majid Rashid

<sup>1</sup> Iraq.

\*Corresponding author: [huda\\_m25@gmail.com](mailto:huda_m25@gmail.com).

Received: 05-10-2025

Publication: 25-06-2026

### Abstract

The research aims to develop an educational curriculum based on the practical demonstration strategy and to determine its impact on the resilience of female students in fast-paced individual attacks and the accuracy of their shooting skills in handball. The researcher employed an experimental approach using a pre-test and post-test system with equivalent groups (experimental and control groups). The research population consisted of 60 second-year female students from the College of Physical Education and Sports Sciences at Ahlulbayt University. Homogeneity and equivalence were ensured through a pre-test before the curriculum was implemented. The practical demonstration strategy curriculum, comprising 10 educational units, was then presented. The results indicate that the application of the curriculum components, based on the practical demonstration strategy, contributed to the development of the students' attacking abilities. The development in fast individual attacks and shooting accuracy in female handball: The clear difference in the post-test results of the experimental group confirms the effectiveness of the independent variable and the experimental control.

### Keywords:

(Practical Demonstrations) Strategy, Fast Individual Attack, Shooting Accuracy, Handball, Female Students.



**1- التعريف بالبحث:****1-1 المقدمة واهمية البحث:**

يعد التدريس من العمليات الأساسية في العملية التعليمية، إذ يلعب دوراً محورياً في تطوير إمكانيات الطالبات البدنية والمهارية، مما ينعكس إيجابياً على إعداد جيل جديد قائم على أسس علمية حديثة ومتطورة، ويقاس هذا التطور بمدى كفاءة أساليب التدريس واستراتيجياته الحديثة، التي تمكن المعلم من تهيئة الخبرات التعليمية للطالبات بما يحقق إعدادهن بكفاءة عالية، ولا تقتصر مهمة المدرس على الشرح والإيضاح وفق الأساليب التقليدية فحسب، بل تتعداها لتشمل تخطيط وتنفيذ استراتيجيات تعليمية متكاملة داخل الوحدة التعليمية، تهدف إلى تحقيق أهداف محددة من خلال إشراك الطالبات في عملية التعلم وتمكينهن من اتخاذ القرارات المناسبة خلال الدرس، مما يحفزهن على استثمار كامل إمكانياتهن ويعزز من قدرتهن على التذكر واستيعاب واسترجاع المهارات المكتسبة، وتتضمن هذه الاستراتيجيات الحديثة استخدام طرائق وأساليب تعليمية متنوعة تسهم في إثراء العملية التعليمية وإثارة التفكير النقدي للطالبات بما يضمن استيعاب المهارة المكتسبة وتطبيقها بكفاءة في المواقف المختلفة، ومن بين هذه الأساليب العروض العملية من الاستراتيجيات الفعالة نظراً لما توفره من توجيه منظم للطالبات عند دراسة مشكلة معينة مما يسهل التوصل إلى حلول مناسبة بطريقة منظمة تقلل الوقت والجهد المبذول من جانب المدرس خاصة في المواقف التي تتطلب دقة في التنفيذ، وفي هذا السياق تعد لعبة كرة اليد من الألعاب الرياضية الفرقية المهمة التي تُدرس في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، وتتطلب من الطالبات مستوى عالياً من المهارات البدنية والفنية لا سيما الهجوم السريع الفردي واستغلال الفراغات في دفاع الفريق المنافس مع الحفاظ على دقة التهديف ويستند نجاح الأداء في كرة اليد إلى قدرة الطالبات على الربط بين المتطلبات البدنية والأداء الفني وضمان تكامل الحركة مع قواعد اللعبة وهو ما يبرز أهمية التخطيط العلمي في تصميم الوحدات التدريبية التعليمية لتحقيق أعلى مستويات الأداء، ومن هنا تكمن أهمية البحث في تحسين إمكانيات الطالبات من جانب الاداء الفني واتقان الهجوم السريع الفردي لحسم نتيجة المباراة لصالح الفريق ودقة مهارة التهديف بكرة اليد وذلك باستخدام الاستراتيجية التدريسية الأكثر فعالية التي تعمل على زيادة التفاعل بإيجابية مع البيئة التعليمية، فضلاً عن تطوير قدراتهم في توظيف المعرفة للجانب التطبيقي وانعكاس ذلك على الاداء الميداني، وبالتالي الحصول على مخرجات تعليمية عالية المستوى.

**1-2 مشكلة البحث:**

ان البحث ومواكبة التطور السريع والحديث في العملية التعليمية من خلال كل ما هو جديد من طرق واساليب واستراتيجيات ونماذج تدريسية للوصول وبالخصوص عند تعليم المهارات الحركية للطالبات، لذلك تجب على المدرس ان تجد افضلها والتي تركز على دور الطالبة وتجعله كمحور فاعل في هذه العملية وتنمي لديه التفكير ويجاد افضل الحلول المناسبة لهم والوصول الى افضل طريقة بالاداء وبأقل جهد ووقت لانه الاساس في هذه العملية بسبب الوقت المخصص لكل درس، والابتعاد عن الاسلوب التقليدي قدر الامكان والذ يجعل فيه دور الطالبة المتلقي والسلبى وعدم اخراج ما بداخله من طاقات وامكانيات للوصول به الى اعلى المستويات.

ومن خلال خبرة الباحث كونها لاعبة كرة اليد، لاحظت وجود ضعف في الهجوم السريع الفردي في لعبة كرة اليد بالإضافة الى عدم انهاء الهجوم بالطريقة الصحيحة والدقة المطلوبة من قبل الطالبات، وتعزو الباحث هذا الضعف نتيجة عدم التركيز على الجانب البدني والمعرفي والمهاري في تعلم هذا



النوع من الهجوم وقلة الدقة في التهديف لدى الطالبات لذا ارتأت الباحثة بأعداد منهج تعليمي وفق استراتيجية العروض العملية وتأثيرها في تحمل الهجوم السريع الفردي ودقة مهارة التهديف بكرة اليد للطالبات.

### 3-1 اهداف البحث:

- 1- اعداد منهج تعليمي وفق استراتيجية العروض العملية ومعرفة تأثيرها في تحمل الهجوم السريع الفردي ودقة مهارة التهديف بكرة اليد للطالبات.
- 2- التعرف على تأثير المنهج التعليمي وفق استراتيجية العروض العملية في تحمل الهجوم السريع الفردي ودقة مهارة التهديف بكرة اليد للطالبات.

### 4-1 فرض البحث:

- 1- هنالك فروق ذات دلالة احصائية في تحمل الهجوم السريع الفردي ودقة مهارة التهديف بكرة اليد للطالبات بين الاختبارات البعدية في المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.

### 5-1 مجالات البحث:

- 1-5-1 المجال البشري: طالبات المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة اهل البيت.

2-5-1 المجال الزمني: للمدة من 2025/11/30 ولغاية 2026/2/23

- 3-5-1 المجال المكاني: الساحة الرياضية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة اهل البيت (ع).

### 2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

#### 1-2 منهج البحث

يعد المنهج الملائم للبحث من ضروريات البحث العلمي " إذ يجب أن ينسجم المنهج مع طبيعة المشكلة المراد حلها" (نوري إبراهيم الشوك و رافع صالح الكبيسي)، واستخدمت الباحث التجريبي بأسلوب المجموعات المتكافئة ذات القياس (القبلي - البعدي) لملاءمته طبيعة مشكلة البحث وأهدافه

#### 2-2 مجتمع وعينة البحث

تم تحديد مجتمع البحث بطالبات المرحلة الثانية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة اهل البيت (ع) للعام الدراسي 2025-2026 والبالغ عددهم (60) طالبة، وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية البسيطة (القرعة) بقوام (46) طالبة، قسمت (10) طالبات عينة استطلاعية، اما (العينة الرئيسية) فكانت بقوام (36) طالبة اي بنسبة مئوية مقدارها (60%)، وقسمت بالتساوي الى مجموعتين تجريبية وضابطة والجدول (1) يبين تفاصيل مجتمع وعينة تطبيق طريقة العروض العملية.

#### جدول (1)

يبين مجتمع وعينة البحث

ت	المجموعات	مجتمع البحث	عينة البحث	العينة الرئيسية	العينة الاستطلاعية
1	التجريبية	28	23	18	5
2	الضابطة	32	23	18	5
	المجموع	60	46	36	10
				46	



## 1-2-2 تجانس وتكافؤ عينة البحث

## 1-1-2-2 تجانس العينة

عملت الباحثة التجانس على أفراد عينة البحث من خلال إجراء مجموعة من الاختبارات والقياسات من حيث المتغيرات الاتية ( الطول، الكتلة، العمر) باستخدام قانون معامل الالتواء للمتغيرات المبحوثة وتبين ان قيمة تنحصر ما بين  $(1 \pm)$  مما يدل على تجانس عينة البحث، والجدول (2) يبين ذلك.

## جدول (2)

يبين تجانس عينة البحث

ت	المتغيرات	المعالم الاحصائية	وحدة القياس	س-	ع	المنوال	معامل الالتواء
1	الطول		سم	161.2	2.54	164	0.75
2	الكتلة		كغم	55.18	2.39	56	0.55
3	العمر		سنة	20.77	0.48	21	0.61

## 2-1-2-2 تكافؤ مجموعتي البحث

## جدول (3)

يبين تكافؤ المجموعتين (التجريبية) و(الضابطة)

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	ت المحسوبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	المتغيرات
			ع	س	ع	س		
غير معنوي	0.24	1.81	2.597	9.142	2.81	8.071	درجة	تحمل الهجوم السريع الفردي
غير معنوي	0.14	1.15	3.238	8.785	3.66	8.714	درجة	التهديف من القفز عاليا

قيمة (t) الجدولية بمستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (58) تبلغ (2.021)

تم اجراء التكافؤ بين مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد الدراسة، من اجل الشروع من نقطة واحدة في البحث، والجدول (3) يوضح الوصف الاحصائي لبيانات عينة البحث في المتغيرات الاولى (الاساسية).

ويتبين من الجدول (3) بأن مستويات الدلالة لجميع المتغيرات هي اكبر من (0.05) مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين في هذه المتغيرات وهذا يدل على تكافؤ المجموعتين في المتغيرات المستخدمة في البحث.

## 3-2 الوسائل والأدوات والأجهزة المستعملة في البحث

## 1-3-2 وسائل جمع المعلومات

1- المقابلات الشخصية.

2- الملاحظة.

3- الاستبانة.

4- الاختبارات والقياس.



## 2-3-2 الأجهزة والادوات المستعملة في البحث

- 1- ملعب كرة يد قانوني.
- 2- كرات يد عدد (12) نوع kempa.
- 3- جهاز قفز عالي بارتفاع (150سم).
- 4- صافرة عدد (3).
- 5- أقماع بلاستيك ملونة عدد (20).
- 6- أدوات مكتبية ( أوراق، أقلام، أشرطة ملونة، حاسبة الكترونية يدوية، سبورة ).
- 7- ساعة توقيت يدوية عدد (3) صيني المنشأ.
- 8- شريط قياس.

## 4-2 اجراءات البحث الميدانية:

## 1-4-3 اعداد المنهج التعليمي وفق استراتيجيات العروض العملية:

قامت الباحثة بالاطلاع على المنهج التدريسي للمرحلة الثانية وعملت بتطبيق المنهج التعليمي وفق استراتيجيات العروض العملية على تحمل الهجوم السريع الفردي ودقة التهديف بكرة اليد، بعد الاطلاع على المصادر والمراجع ذات العلاقة، كما تم اجراء مقابلات شخصية مع العديد من السادة الخبراء في مجال طرائق التدريس والتعلم الحركي والتدريب للاستفادة من خبراتهم في كيفية تطبيق المنهج.

## 2-4-2 اعداد استمارة خاصة لتقييم تحمل الهجوم السريع الفردي:

قامت الباحثة بإعداد استمارة لتقييم تحمل الهجوم السريع الفردي بكرة اليد بعد الاطلاع على المصادر العربية والاجنبية، وتم عرضها على السادة الخبراء والمختصين والبالغ عددهم (5) خبراء لمعرفة مدى ملائمتها للبحث، وتضمنت المحاولات الناجحة والفاشلة التي يرتكبها الفريق خلال شوطي المباراة من خلال وضع علامة (√) للمحاولات الناجحة وعلامة (×) للمحاولات الفاشلة كل على حدة لشوطي المباراة، وبعد ذلك يتم معالجة البيانات إحصائياً باستخدام مربع كاي (كا<sup>2</sup>)، وتم الاتفاق على فقرات الاستمارة من قبل جميع الخبراء والمختصين كما مبين في جدول (4) وبذلك أصبحت الاستمارة جاهزة للاستخدام بشكلها النهائي.

## جدول ( 4 )

نسبة قبول فقرات استمارة الهجوم السريع الفردي

الدالة	كا <sup>2</sup>	لا تصلح	تصلح	محاوير الاستمارة	ت
معنوي	10	صفر	10	تحول مرحلة واحدة	1
معنوي		صفر	10	تحول مرحلتين	2
معنوي		صفر	10	تحول ثلاث مراحل	3
معنوي		صفر	10	تحول منظم	4
قيمة (كا <sup>2</sup> ) الجدولية (3,84) عند درجة حرية (1) وبمستوى دلالة (0,05)					

## 3-4-2 التجارب الاستطلاعية

## التجربة الاستطلاعية الاولى:

قامت الباحثة بأجراء الاسس العلمية للاستمارة في يوم الاحد الموافق 2025/11/30 ثم تم عرضها على مقومين وقاموا بتفريغ البيانات الخاصة بالاستمارة وقد كان الغرض من ذلك التأكد من مدى ملائمة الاستمارة المعدة لغرض تحليل الهجوم السريع الفردي بكرة اليد والوقت المستغرق للهجوم



لتفادي الاخطاء في التجربة الرئيسية، وكفاءة فريق العمل المساعد، حيث تبين أن الاستمارة شاملة وملائمة لمشكلة البحث.

**أولاً: صدق الاستمارة:** لغرض التأكد من صدق الاستمارة قامت الباحثة بحساب صدق المحتوى عن طريق عرض الاستمارة على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين.

**ثانياً: ثبات الاستمارة:** استخدمت الباحثة طريقة الاختبار وإعادة الاختبار وطبقت الاستمارة مرة ثانية بعد مرور (7) ايام في يوم الاحد الموافق 2025 / 12 / 7، حيث تم حساب معامل الارتباط بين نتائج الاختبار الاول والثاني، حيث ظهرت النتيجة ثبات الاستمارة بدرجة ( 0,93) وهو معامل ارتباط معنوي عالٍ جداً.

**ثالثاً: موضوعية الاستمارة:** قامت الباحثة بإيجاد معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات المقومين الاول والثاني وتوصلت الباحثة الى موضوعية الاستمارة اذ بلغت قيمة (ر) هي (0,85) وهو معامل ارتباط عالٍ وبذلك اصبحت الاستمارة جاهزة للاستخدام.

#### التجربة الاستطلاعية الثانية:

تم اجراء التجربة الاستطلاعية الثانية على عينة مؤلفة من (10) طالبة، وبمساعدة فريق العمل المساعد، في يوم الثلاثاء الموافق 2025 / 12 / 9 والهدف منها ما يأتي:

- 1- التحقق من مدى ملائمة الاختبارات والتمرينات لأفراد العينة.
- 2- التحقق من الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث.
- 3- التحقق من امكانية فريق العمل المساعد وكفاءتهم في إجراء القياسات والاختبارات.
- 4- التعرف على الوقت اللازم لتنفيذ الاختبارات والتمرينات.
- 5- معرفة المعوقات التي قد تظهر أثناء سير الاختبارات والتمرينات وتلافي حدوث الأخطاء.

#### 3-4-4 اختبارات التهديف بكرة اليد:

**اختبار دقة التصويب من القفز عالياً** (جمال قاسم، واحمد خميس)

**الغرض من الاختبار:** دقة التصويب من القفز عالياً.

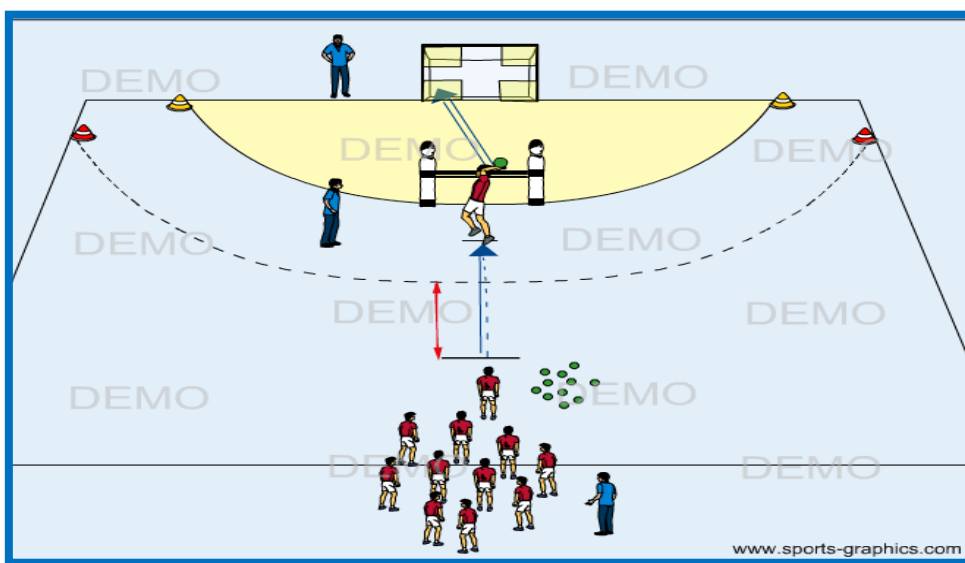
**الأدوات:** (12) كرة يد، جهاز قفز عالٍ بارتفاع (150سم) وتكون المسافة بين القائمين (2م)، ستارة من القماش أو السلك القوي يغطي المرمى تماماً مع وجود (4) فتحات كل منها (40×40سم) تمثل الزوايا الأربع للمرمى، جهاز القفز يوضع على خط الـ6 متر وان بداية الحركة على بعد (11م) من المرمى.

**طريقة الأداء:** يقف اللاعب خلف خط البداية (تبعاً لليد المصوبة) وأمام قائم جهاز القفز مباشرة ممسكاً بالكرة، يبدأ اللاعب في أخذ من (2-3) خطوات ثم يؤدي التهديف من القفز عالياً إلى المربع (1) ثم إلى (2) ثم إلى (3) ثم إلى (4) ويكرر الأداء (3) مرات أي يهدف (12) كرة ثلاث منها إلى كل مربع من المربعات الأربعة كما في الشكل (1).



## الشكل (1)

اختبار دقة التصويب من القفز عاليا

-2  
5-4

## الاختبار القبلي:

تم اجراء الاختبارات القبليه لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية يوم الاحد المصادف 2025/12/14 في الساحة الرياضية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة اهل البيت (ع)

## 2-4-6 التجربة الرئيسية:

تم تطبيق المنهج التعليمي بطريقة العروض العملية للمدة من 15 / 12 / 2025 ولغاية 22 / 2 / 2026 للمجموعة التجريبية وإبقاء المجموعة الضابطة على طريقة التدريس المتبعة من قبل مدرس المادة، حيث تضمن المنهج التعليمي المعد لمفردات المرحلة الثانية لكليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، وخاص بتطوير الهجوم السريع الفردي والتهديف بكرة اليد للطالبات، ومدة تطبيق المنهج (10) وحدات تعليمية خلال (10) أسابيع بواقع وحدة تعليمية واحدة خلال الأسبوع، ليوم (الاثنين)، وكان زمن الوحدة التعليمية في القسم الرئيسي تراوح بين (50 د-60 د)، بواقع (20-25) جانب تعليمي، (30-35) جانب تطبيقي، وتضمن الجانب التعليمي العرض (النموذج الحي، الفيديو، الصور)، اما الجانب التطبيقي تضمن التمرينات ودقة مهارة التهديف بكرة اليد.

## 2-4-7 الاختبار البعدي:

تم اجراء الاختبارات البعديه لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية يوم الاثنين المصادف 2026/2/23 في الساحة الرياضية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة اهل البيت (ع).  
2-5 الوسائل الإحصائية: تم استخدام الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS).



## 1-3 عرض النتائج ومناقشتها:

## 1-1-3 عرض نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للهجوم السريع الفردي للمجموعة التجريبية ومناقشتها:

الجدول (5) يبين الهجوم السريع الفردي ونسبها المئوية وقيمة (كا<sup>2</sup>) المحسوبة والجدولية في الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

التحويلات الدفاعية	المحاولات الكلية	المحاولات الناجحة	نسبة النجاح	المحاولات الفاشلة	نسبة الفشل	المحسوبة كا <sup>2</sup>	الدلالة
تحويلات مرحلة واحدة	19	10	%44	9	%56	0,19	غير معنوي
تحويلات مرحلتين	9	4	%40	5	%60	0,53	غير معنوي
تحويلات ثلاث مراحل	13	6	%42	7	%58	0,34	غير معنوي
تحويلات منظمة	9	4	%44	5	%56	0,11	غير معنوي
المجموع	50	24	%43	26	%57	1,76	غير معنوي

## 3-1-2 مناقشة نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للهجوم السريع الفردي للمجموعة التجريبية

من خلال الجدول (4) يبين نسب نجاح وفشل الهجوم السريع الفردي للمجموعة التجريبية في الاختبارات القبلي والبعدي حيث نلاحظ ان هناك تطوراً في الاختبار البعدي بين المحاولات الناجحة والفاشلة، وتعزو الباحث ذلك إلى ان الطالبات يتمتعون بخبرات جيدة جداً في الاداء المهاري مما أدى الى إنهاء الهجوم بشكل جيد وعدم ضياع الفرص الكثيرة.

## 3-1-3 عرض ومناقشة نتائج الاختبار بعدي - بعدي للهجوم السريع الفردي

الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية	المجموعة الضابطة	قيمة (ي) المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
تحويلات مرحلة واحدة	الدرجة	4	0	0	0.000	معنوي
تحويلات مرحلتين	الدرجة	4	0	0	0.000	معنوي
تحويلات ثلاثة مراحل	الدرجة	4	0	0	0.000	معنوي
تحويلات منظمة	الدرجة	4	0	0	0.000	معنوي

من خلال الجدول (5) تعزو الباحث حسب نتائج الاختبارات البعدية تطوراً واضحاً لدى أفراد المجموعة التجريبية، ويعزى هذا التحسن إلى امتلاك الطالبات لقدرات بدنية عالية ساعدتهن على تنفيذ الأعمال الجماعية المتعلقة بالهجوم بفاعلية، كما يعكس هذا التطور فاعلية استخدام استراتيجية العروض العملية التي اعتمدها الباحث في الوحدات التعليمية والتي تم تصميمها وفق أسس علمية ومتسلسلة مع ربط الأداء البدني والمهاري بتنفيذ العمل الجماعي والخطط التدريبية، وقد أسهم هذا التكامل بين القدرات البدنية والمهارية والعمل الجماعي المخطط له في تحقيق مستوى أداء مرتفع لدى الطالبات، وهذا ما يؤكد (كمال عبد الحميد، محمد صبحي) على " إن تدريب اللاعبين يؤدي إلى تطوير النواحي الفنية الفردية لكي يتلافى الفريق الأخطاء خلال الأداء في المنافسات الرسمية)، بالإضافة الى ان الطالبات من خلال التحرك السريع ونقل الكرات بشكل منسجم مع متطلبات اللعب المنفذة لذا استغللت الطالبات قدراتهم البدنية والمهارية لتحقيق الهدف المنشود من خلال الانسجام فيما بينهم وهذا ما اكده ( مكارم حلمي واخرون) " ان تنويع المهارات الفنية التكتيكية والتكتيكية بدرجة كبيرة يؤدي ذلك إلى الدقة في الأداء المهاري".



**3-1-4 عرض نتائج الاختبارات التهديف القبلية والبعدي للمجموعة التجريبية ومناقشتها:**  
 لغرض معرفة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لنتائج التهديف من القفز اماما، وللمجموعتين التجريبية والضابطة، قامت الباحثة باستخدام اختبار (t.test) للعينات المترابطة.  
 الجدول (6) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة مستوى دلالة (sig) بين الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعة التجريبية للتهديف من القفز عاليا بكرة اليد

المتغيرات	الاختبارات القبلية		الاختبارات البعدي		قيمة (t) المحسوبة	(sig)	الدلالة
	ع	س	ع	س			
التهديف من القفز عاليا	1,35	4,71	1,25	8,90	5,36	0,003	معنوي

**3-1-5 مناقشة نتائج الاختبارات التهديف القبلية والبعدي للمجموعة التجريبية**  
 من خلال الجدول (6) يتبين أن هناك فرقا بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي في اختبار التهديف، وهذا يدل على وجود تطور ذي دلالة معنوية قد حدث في التهديف، مما يؤكد التأثير الايجابي للمنهج التعليمي المعد من قبل الباحثة، فضلاً عن تمارينات الدقة وبأشكال متنوعة خلال الوحدات التعليمية، والتي أدت إلى تطور القوة السريعة والانفجارية لعضلات الذراعين والرجلين، وذلك من خلال زيادة عدد التكرارات وأداء التمارينات بمسار حركي مشابه للمسار الحركي للمهارة بحيث تعمل على تطوير الجانب البدني والمهاري في الوقت نفسه وهذا ما اكده (جميل قاسم، احمد خميس) " إن التدريب المركز للقوة العضلية والقوة الانفجارية للذراعين والرجلين يؤدي إلى تطور مستوى التهديف ودقته في كرة اليد"، بالاضافة الى ما اكده (عبد علي نصيف) " الدقة في التهديف تعني القبلية على التوافق العصبي الحركي، وأهم معايير الدقة هي السيطرة على التوافق الحركي العصبي، وقابلية التعود، وزمن التعلم أو زمن الانتقال".

**3-1-6 عرض نتائج معنوية الفروق للاختبار بعدي - بعدي للتهديف للمجموعتين التجريبية والضابطة ومناقشتها**

لمعرفة الفروق بين الاختبارين البعدي - بعدي لنتائج التهديف وللمجموعتين التجريبية والضابطة، استخدمت الباحثة اختبار (t.test) للعينات المستقلة.

الجدول (7) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة مستوى دلالة (sig) بين الاختبارات البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة للتهديف بكرة اليد

المتغيرات	التجريبية		الضابطة		قيمة (t) المحسوبة	مستوى دلالة (sig)	الدلالة
	ع	س	ع	س			
التهديف من القفز عاليا	1,35	8,96	1,05	4,78	4,27	0,001	معنوي

**3-1-7 مناقشة نتائج اختبار التهديف البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة**  
 من خلال الجدول (7) تشير نتائج الاختبارات البعدي إلى وجود فروق معنوية لصالح المجموعة التجريبية في مهارة التهديف، ويعزى هذا التطور إلى فاعلية المنهج التعليمي المتبع والذي أثر بشكل إيجابي على أداء الطالبات مقارنة بالمجموعة الضابطة وقد ساهم هذا المنهج في تكوين استجابات متعددة لدى الطالبات وفق خصوصية المثير مما انعكس إيجابياً على سرعة ودقة وقوة التهديف في كرة اليد وأدى إلى تحسين الأداء المهاري بشكل عام، ويرى الباحث أن السبب الرئيس وراء هذا التطور هو تصميم التمارينات بطريقة تنمي السرعة بأسلوب متوافق مع الشكل الطبيعي لأداء المهارة الفنية، أي أن تدريبات السرعة كانت مشابهة لظروف المباراة الفعلية، وهذا التوافق بين التدريب



والمثيرات الواقعية أسهم في تسريع إدراك الطالبات واستدعاء البرنامج الحركي المناسب، بما يعزز من فعالية الأداء المهاري ويحقق تطوراً ملموساً في مهارة التهديف، وهذا ما أكده ( أبو العلا، احمد نصر) " يجب ان تؤدي تدريبات السرعة تبعاً لمستوى السرعة المستهدفة في المنهج التعليمي حتى تتم عملية التكيف الفسيولوجي للحركة وفقاً للسرعة المطلوبة والتردد الحركي المستهدف والقوة الداعمة لذلك" بالاضافة الى اختيار القوة في التمرينات عمل على تطوير القوة المميزة بالسرعة للرجلين والذراعين إذ انها تركز على التمارين التي تطور هذه القدرة وهذا ما أكده ( مفتي ابراهيم ) على أن " تطوير القوة المميزة بالسرعة يتم من خلال تطوير سرعة الانقباض العضلي بواسطة مقاومات تقترب من الحد العلوي لمتوسط سرعة الأداء المناسب لإنتاج أفضل قوة مميزة بالسرعة".

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات:

##### 1-4 الاستنتاجات:

- 1- إن تطبيق مفردات المنهج التعليمي المتبع من قبل الباحث وفق استراتيجيات العروض العملية ساهم في تطوير الهجوم الفردي السريع ودقة التهديف بكرة اليد للطالبات.
- 2- إن التطور الحاصل في الهجوم الفردي السريع ودقة التهديف بكرة اليد للطالبات من خلال الفرق الواضح لنتائج الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية يؤكد فاعلية المتغير المستقل والضبط التجريبي.

##### 2-4 التوصيات:

- 1- استعمال المنهج التعليمي وفق استراتيجيات العروض العملية في الهجوم الفردي السريع بكرة اليد للطالبات.
- 2- اعتماد الاستمارة التي تم تصميمها لتقييم أداء الطالبات للهجوم الفردي السريع.

##### المصادر

- أبو العلا عبد الفتاح، احمد نصر الدين: فسيولوجيا اللياقة البدنية، القاهرة، دار الفكر العربي، 2002، ص 124.
- جمال قاسم محمد البدري، احمد خميس راضي السوداني: موسوعة كرة اليد العالمية، ط1، بغداد، 2011، ص 272.
- عبد علي نصيف: اساليب تدريس العلوم لمرحلة التعليم الاساسي، ط2، القاهرة، دار الفكر العربي، 2006، ص 432.
- كمال عبد الحميد اسماعيل، ومحمد صبحي حاسنين: رباعية كرة اليد، ط1، مركز الكاتب للنشر، 2002، ص 78.
- مفتي ابراهيم حمادة: التدريب الرياضي الحديث - تخطيط وتطبيق وقيادة، ط1، القاهرة، القاهرة، دار الفكر العربي، 1998، ص 112.
- مكارم حلمي ابو هرجة، (واخرون): موسوعة التدريب الميداني للتربية الرياضية، ط1، القاهرة، مركز الكاتب للنشر، 2000، ص 123.



## ملحق (1)

نموذج للمنهج التعليمي لطريقة العروض العملية

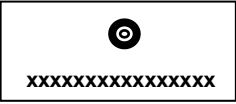
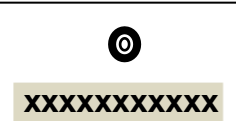
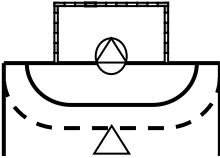

المرحلة الدراسية: المرحلة الثانية

زمن منهج العروض العملية: 80 دقيقة

الهدف التعليمي: تعليم دقة مهارة التهديد من القفز عاليا بكرة اليد.

الهدف التربوي: تعليم الطالبات على الالتزام بالوقت.

الأجهزة والأدوات: حاسوب، شاشة عرض، ملعب كرة يد قانوني، كرات يد، أقماع.

الملاحظات	التشكيل	الوسائل والتمارين المستخدمة	الزمن	أقسام الوحدة التعليمية
يحرص الباحث على الاهتمام بأدارة الدرس		إحماء عام للجسم مع تمارين خاصة بكرة اليد	10 د	القسم التحضيري
يحرص الباحث على عرض المادة القانونية بشكل كامل، والتأكيد على الطالبات الانتباه والتركيز.		- شرح مهارة التهديد بأستخدام مقاطع فيديو مع الصور. - شرح مهارة التهديد بأستخدام نموذج من قبل الباحث في الملعب.	25 د	تعليمي
- التأكيد على تطبيق الطالبات للمهارة بالشكل الصحيح والكامل		- تطبيقات لمهارة التهديد من القفز عاليا على المرمى بأستخدام استراتيجيات (العروض العملية).	35 د	تطبيقي
إن تشعر الطالبات بروح المنافسة والتعاون.		أداء ألعاب مصغرة وتهنئة واسترخاء الجسم واخذ الغيابات والانصراف.	10 د	القسم الختامي

القسم الرئيسي

