مجلة دامو لعلوم الرياضة
DAMU JOUNRAL OF SPORT SCIENCE (DJSS)
ISSN-L: 3005-8244, ISSN-P: 3005-8236
DOI Prefix: 10.64002

تأثير تمرينات تنافسية ذات ضغط إدراكي في التوافق البصري الحركي ودقة المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد للطلاب

أ.م.د خالدة عبد زيد الدليمي

[1] مديرية تربية بابل، العراق.

*الايميل: khaledaabdulzaida@gmail.com

تاريخ استلام: 2026/07/18 تاريخ القبول: 2026/08/25 تاريخ نشر:2026/10/25

الملخص

هدف البحث إلى التعرف على تأثير تمرينات تنافسية ذات ضغط إدراكي في التوافق البصري-الحركي ودقة المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد للطلاب، واتبعت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين (ذات القياسين القبلي والبعدي) وقد تم تحديد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة بابل للعام الدراسي(2024-2025)، والبالغ عددهم (230) طالباً، واختيرت عينة البحث بالطريقة العشوائية لبلغ قوامها (30) طالباً، قُسموا بالتساوي على مجموعتين (ضابطة وتجريبية) وبواقع (15) طالباً لكل مجموعة، اعتمدت المجموعة التجريبية التمرينات التنافسية ذات الضغط الإدراكي، في حين اعتمدت المجموعة الضابطة الأسلوب التعليمي المتبع. وأظهرت نتائج البحث تفوقاً معنوياً ذو دلالة إحصائية للمجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في القياس البعدي لمتغيري (التوافق البصري-الحركي) و(دقة المناولة من مستوى الرأس)، مما يؤكد فاعلية التمرينات التنافسية تحت الضغط الإدراكي، فضلاً عن ذلك، أظهرت نتائج القياسين(القبلي والبعدي) تفوقاً لصالح القياس البعدي لكلا المجموعتين، وفي ضوء هذه الاستنتاجات، أوصت الباحثة بضرورة إدراج وتطبيق التمرينات التنافسية ذات الضغط الإدراكي ضمن الوحدات التعليمية لمقررات كرة اليد، لما لها من دور فعال في تطوير الجانبين المعرفي والمهاري معاً.

الكلمات المفتاحية:

التمرينات التنافسية ، الضغط الإدراكي، التوافق ، الدقة، المناولة.

This is an open access article under the CC BY license:

https://doi.org/10.64002/vbnqsn51

مجلة دامو لعلوم الرياضة
DAMU JOUNRAL OF SPORT SCIENCE (DJSS)
ISSN-L: 3005-8244, ISSN-P: 3005-8236
DOI Prefix: 10.64002

The Effect of Competitive Exercises Involving Cognitive Pressure on Visual-Motor Coordination and Head-Level Handball Passing Accuracy Among Students

Asst. Prof. Dr. Khaledh AbdZaid Baiwi

[1] **Babil Directorate of Education, Iraq**.

***Corresponding author**: dlaweranwer1982@uokirkuk.edu.iq

Received date:18/07/2026 **Accepted date: 25/08/2026** **Published date: 25/10/2026**

Abstract

This study aimed to determine the effect of competitive exercises involving cognitive pressure on visual-motor coordination and head-level handball passing accuracy among students. The researcher employed an experimental method using a two-group design (involving pre- and post-tests). The study population consisted of fourth-year students at the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Babil, during the 2024–2025 academic year, totaling 230 students. A sample of 30 students was randomly selected and divided equally into two groups, control and experimental-with 15 students in each. The experimental group engaged in competitive exercises involving cognitive pressure, while the control group followed the standard instructional method. The research results demonstrated a statistically significant superiority of the experimental group over the control group in the post-test measurements for the variables of visual-motor coordination and passing accuracy (from head height), thereby confirming the effectiveness of competitive exercises performed under cognitive pressure. Furthermore, a comparison of pre-test and post-test results showed improvement in the post-test for both groups. Based on these findings, the researcher recommends incorporating and implementing competitive exercises involving cognitive pressure into handball instructional units, given their effective role in simultaneously developing both cognitive and skill-based aspects.

Keywords:

Competitive exercises, Cognitive pressure, Coordination, Accuracy, Passing.

This is an open access article under the CC BY license:

https://doi.org/10.64002/vbnqsn51

1-المقدمة:

يشهد مجال التعلم الحركي، وهو أحد مجالات التربية البدنية وعلوم الرياضة، تطوراً متسارعاً في أساليب التعلم والتدريب الحديثة، إذ لم تعد هذه الأساليب تقتصر على مجرد الأداء البدني الآلي، بل تجاوزته لتشمل الجوانب الإدراكية والمعرفية التي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بمتغيرات المنافسة الرياضية الحقيقية.

وتعد لعبة كرة اليد من الألعاب الجماعية السريعة التي تتسم بتنوع المواقف وسرعة الإيقاع، وكثرة التبديلات الحركية والعقلية في أثناء الأداء، مما يجعلها تتطلب من المتعلم أو الطالب قدرات استجابة عالية، وتوافقاً دقيقاً بين حواس الجسم والحركات المطلوبة في أداء مهاراتها الأساسية التي تحتل مكانة حيوية لكونها الركيزة التي تُبنى عليها الخطط الهجومية والدفاعية. وتأتي المناولة من مستوى الرأس في مقدمة تلك المهارات بوصفها الأداة الأكثر استخلاصاً وسرعة في نقل الكرة بدقة بين الزملاء وبناء الهجوم المنظم، ولا يمكن أداء هذه المهارة بكفاءة عالية بمعزل عن الكفاءة الحسية-الحركية، وتحديداً التوافق البصري-الحركي، الذي يمكن اللاعب من قراءة الملعب، تقدير المسافات، وتوجيه الكرة بالسرعة والاتجاه المطلوبين بدقة متناهية.

وفي ظل التحديات التي تفرضها منافسات لعبة كرة اليد، بات من الضروري التحول نحو أساليب تعلم تخرج عن الأسلوب المتبع في التعلم، ومنها التمرينات التنافسية ذات الضغط الإدراكي، التي تُعد من التمرينات المهمة والفعالة في الارتقاء بمستوى القدرات الذهنية لكثرة المواقف المختلفة التي يشترك بها الطالب، فضلاً عن كونها توفر عوامل التنافس، والإثارة، والتشويق، مما يسهم في زيادة سرعة الاكتساب والارتقاء بالمستوى البدني والفني والخططي. كما أن هذه التمرينات لا تكتفي بالجانب العضلي، بل تضع المتعلم في مواقف تفرض عليه معالجة المعلومات، وسرعة اتخاذ القرار تحت ضغط الوقت والمنافس.

ومن هنا تبرز أهمية البحث في محاولة توظيف هذه التمرينات لمعرفة مدى فاعليتها في تطوير التوافق البصري-الحركي ودقة أداء المناولة من مستوى الرأس، بما يسهم في الارتقاء بمستوى الأداء المهاري والمعرفي لدى الطلاب.

1-2مشكلة البحث:

من خلال ملاحظة الباحثة ومتابعتها للمحاضرات العملية لمادة كرة اليد، لاحظت انخفاضاً في مستوى التوافق البصري-الحركي ودقة مهارة المناولة لدى طلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة– جامعة بابل، وقد ترجع الباحثة سبب هذا الانخفاض إلى الإغفال أو قلة اعتماد أساليب تعلم تعتمد على مبدأ التنافس في أداء مهارات المناولة بكرة اليد، والتركيز على اتباع التمرينات المهارية الاعتيادية، مما أدى إلى شعور الطلاب بالملل والضيق وقلة الدافعية والرغبة في إنجاز المهام المكلفين بها في أثناء الوحدات التعليمية، الأمر الذي دفع الباحثة إلى الخوض في هذه المشكلة والإجابة عن التساؤل الآتي :ما تأثير التمرينات التنافسية ذات الضغط الإدراكي في التوافق البصري-الحركي ودقة المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد للطلاب؟

1-3هدف البحث:

1-التعرف على تأثير تمرينات تنافسية ذات ضغط إدراكي في التآزر البصري-الحركي ودقة المناولة بكرة اليد للطلاب.

This is an open access article under the CC BY license:
https://doi.org/10.64002/vbnqsn51

4-1 فرضية البحث:

1-للتمرينات التنافسية ذات ضغط إدراكي تأثير إيجابي في التآزر البصري-الحركي ودقة المناولة بكرة اليد للطلاب.

5-1مجالات البحث:

1-5-1المجال البشري: طلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة بابل للعام الدراسي(2024-2025).

2-5-1 المجال الزماني: المدة من2025/4/1 ولغاية2025/5/11.

3-5-1 المجال المكاني: القاعة الرياضة المغلقة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة بابل.

6-1 تحديد المصطلحات:

-التمرينات التنافسية: هي التمرينات التي يتم تصميمها وتنفيذها وفق ظروف تشبه ظروف الأداء في المباراة، حيث توضع مجموعة من المتعلمين في تحدٍ مباشر(مثل نظام الغالب والمغلوب، التسابق مع الزمن، أو مواجهة مدافعين بشروط معينة)(تعريف إجرائي).

-الضغط الإدراكي: هو حجم المعلومات أو المتطلبات العقلية التي تُلقى على عاتق الذاكرة العاملة للمتعلم في وقت محدد في أثناء محاولته أداء مهمة حركية أو حل مشكلة ما.(تعريف إجرائي).

-التمرينات التنافسية تحت ضغط إدراكي: هي تمرينات لا تعتمد على الجهد البدني فقط ، بل تفرض على المتعلم تحديات عقلية ومعرفية في أثناء الأداء.(تعريف إجرائي).

-التوافق البصري-الحركي: هو" القدرة على ربط المحفزات البصرية باستجابات حركية بطريقة صحيحة وملائمة ".(1، 167).

2-الإجراءات:

1-2 منهج البحث: اتبعت الباحثة المنهج التجريبي وفق تصميم المجموعتين المتكافئتين ذات القياسين القبلي والبعدي.

2-2 عينة البحث: حددت الباحثة مجتمع البحث بطلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة بابل للعام الدراسي(2024-2025)،البالغ عددهم (230) طالباً، واختيرت عينة البحث بصورة عشوائية وبعدد(30)طالباً، تم تقسيمهم بالتساوي على مجموعتين ضابطة وتجريبية بعدد (15) طالباً لكل مجموعة، وأجرت الباحثة عملية التجانس في متغيرات (العمر الزمني والطول الكلي والكتلة)، كما في الجدول (1).

الجدول(1)

يبين تجانس العينة في متغيرات (العمر الزمني والطول الكلي والكتلة)

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المنوال	معامل الالتواء
1	العمر الزمني/سنة	21.43	0.67	21	0.64
2	الطول الكلي/سم	175.59	5.38	173	0.48
3	الكتلة/كغم	74.82	6.19	72	0.46

تشير النتائج أن قيمة معامل الالتواء المحسوبة لمتغيرات (العمر الزمني والطول الكلي والكتلة) جاءت أقل من(+1) مما يدل على تجانس العينة في هذه المتغيرات.

3-2 الاختبارات: تم اختيار اختباري التوافق البصري-الحركي ودقة المناولة بكرة اليد وذلك من خلال اطلاع الباحثة على العديد من المصادر والدراسات العلمية ذات العلاقة والاختبارين هما:-

This is an open access article under the CC BY license:
https://doi.org/10.64002/vbnqsn51

1-اختبار التوافق البصري الحركي(6، 69).

-الغرض من الاختبار: قياس التوافق بين العين واليد عند استخدامهما في نفس التوقيت.

-الأدوات المستخدمة: كرة مطاطية، حائط، يرسم خط على بعد(2) مترين من الحائط على الأرض.

-مواصفات الأداء: يقف المختبر عند بداية الخط الذي يبعد عن الحائط(2)مترين، ويمسك الكرة باليد اليمنى وعند الاشارة يقوم برمي الكرة(5) مرات متتالية باليد اليمنى ويستقبلها عند ارتدادها بنفس اليد ثم يعكس الحركة باليد اليسرى بمعدل(4) محاولات وتحسب درجة واحدة لكل محاولة صحيحة.

-الدرجة الكلية للاختبار: (20) درجة.

2-اختبار دقة المناولة بكرة اليد.(4، 507).

-اسم الاختبار: اختبار المناولة من مستوى الرأس على شكل بيضوي مرسوم على حائط لمدة 30/ثانية ومن مسافة (3) أمتار.

-الهدف من الاختبار: قياس دقة المناولة بكرة اليد.

-الأدوات المستعملة: حائط مستوي مرسوم عليه شكل بيضوي، كرة يد عدد(1)، شريط قياس، ساعة توقيت، وشريط لاصق.

-مواصفات الأداء: يقف المختبر أمام خط مرسوم على الارض يبعد مسافة(3) أمتار عن الحائط ومع كلمة (أبدأ) يقوم المختبر بمناولة الكرة من مستوى الرأس على شكل بيضوي مرسوم على الحائط ولأكثر عدد من المرات خلال(30)ثانية.

-طريقة التسجيل: يحسب عدد المرات الصحيحة لمناولة الكرة.

4-2 الإجراءات البحثية الرئيسة:

1-4-2 التجربة الاستطلاعية: أجرت الباحثة تجربة استطلاعية على عينة عددها(10) طلاب تم اختيارهم عشوائياً من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الرئيسة، وذلك في تمام الساعة الحادية عشر صباحاً يوم الثلاثاء الموافق 2025/4/1 في القاعة الرياضة المغلقة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة بابل، وقد هدفت هذه التجربة إلى التحقق مجموعة من الأهداف وهي:

1-التعرف على ملائمة وصلاحية الاختبارين لأفراد عينة البحث.

2-التعرف على الوقت المستغرق لتطبيق الاختبارين.

3-التعرف على الصعوبات التي من الممكن تواجه الباحثة في أثناء تطبيق الاختبارين.

4-إيجادالأسس العلمية للاختبارين(ثبات، وموضوعية).

2-4-2 الأسس العلمية:

1-معامل الصدق: تم ايجاد معامل الصدق لاختباري التوافق البصري-الحركي ودقة المناولة بكرة اليد باعتماد الصدق الظاهري وذلك بعرض الاختبارين على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين في مجال التعلم الحركي وكرة اليد، وبعد فرز الاستمارات ظهرت نسبة موافقتهم على الاختبارين(90%-100%).

2-معامل الثبات: تم ايجاد معامل الثبات لاختباري التوافق البصري-الحركي ودقة المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد بطريقة الاختبار وإعادته وذلك على عينة استطلاعية عددها(10) طلاب من خارج عينة البحث الرئيسة، إذ تم إجراء التطبيق الأول يوم الثلاثاء الموافق2025/4/1، وبعد مرور(5) أيام تم إعادة تطبيق الاختبارين يوم الأحد الموافق2025/4/6، واستخرجت الباحثة قيمة معامل الثبات باستعمال قانون الارتباط البسيط(بيرسون)، التي بلغت(0.91) لاختبار التوافق البصري-الحركي و(0.92) لاختبار دقة المناولة، وهذا يدل على درجة ثبات عالية للاختبارين.

This is an open access article under the CC BY license:
https://doi.org/10.64002/vbnqsn51

3-الموضوعية:يعد اختباري التوافق البصري-الحركي ودقة المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد من الاختبارات ذات الموضوعية التامة، كونهما محددين بالدرجات والتعليمات ولا يختلف عليهما اثنين.

2-4-3القياس القبلي: أجرت الباحثة القياس القبلي لاختباري التوافق البصري-الحركي ودقة المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد على مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في تمام الساعة الحادية عشر صباحاً ليوم الخميس الموافق2025/4/10 في القاعة الرياضية المغلقة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بابل، وبحضور فريق العمل المساعد.

2-4-4 تكافؤ المجموعتين:-لأجل البدء بخط شروع واحد أجرت الباحثة عملية التكافؤ بين المجموعتين الضابطة والتجريبية بالاعتماد على نتائج القياس القبلي لاختباري التوافق البصري-الحركي ودقة المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد، وكما هو مبين في الجدول(2).

الجدول(2)

يبين قيمة(t) المحسوبة لحساب التكافؤ بين المجموعتين الضابطة التجريبية في القياسات القبلية لاختباري التوافق البصري-الحركي ودقة المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد

ت	الاختبارات	الضابطة		التجريبية		قيمة (t) المحسوبة	نوع الدلالة
		س-	ع	س-	ع		
1	التوافق البصري الحركي/درجة	.627	1.06	24.8	15.1	171.	غير معنوي
2	دقة المناولة من مستوى الرأس/عدد	5.471	62.3	36.81	282.	691.	غير معنوي

تبين نتائج الجدول(2) أن قيمة(t) المحسوبة لحساب التكافؤ في القياسات القبلية لاختباري التوافق البصري-الحركي ودقة المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد بين المجموعتين الضابطة التجريبية قد جاءت اصغر من القيمة الجدولية لـــــ(t) البالغة(2.05) عند مستوى دلالة(0.05) ودرجة حرية(28)مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة التجريبية وبالتالي تكافؤهما.

2-4-5 تطبيق التدريبات التنافسية: تم تطبيق محتوى التدريبات التنافسية المعدة على طلاب المجموعة التجريبية كما يأتي:

1-بدأ تنفيذ التمرينات التنافسية يوم 2025/4/13.

2-المدة الكلية(4) أسابيع.

3-عدد الوحدات التعليمية في الأسبوع (2) وحدتين

4-عدد الوحدات التعليمية الكلية(8) وحدات.

5-زمن الوحدة التعليمية(90) دقيقة.

6-زمن التدريبات التنافسية في الوحدة التعليمية(30) دقيقة.

7-انتهى تنفيذ التدريبات التنافسية بتاريخ 2025/5/5.

8-اعتمدت الباحثة أسس عدة لوضع التمرينات ت التنافسية وهي:

أ-التركيز على إجراء الإحماء العام والخاص في بداية الوحدة التعليمية.

ب-ملائمة التمرينات الموضوعة في الوحدة التعليمية مع إمكانيات أفراد المجموعة التجريبية وقدراتهم.

ج-التركيز على الإثارة والتشويق في أثناء تطبيق التمرينات التنافسية.

د-اتباع التدرج من السهل للصعب في أثناء تطبيق التمرينات التنافسية بما يتناسب والقدرات البدنية والمهارية لأفراد المجموعة التجريبية.

9-اتبعت المجموعة الضابطة الأسلوب المتبع من قبل تدريسي المادة.

This is an open access article under the CC BY license:
https://doi.org/10.64002/vbnqsn51

2-4-6 القياس البعدي: أجرت الباحثة القياس البعدي لاختباري التوافق البصري-الحركي ودقة المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد للمجموعتين الضابطة والتجريبية يوم الأحد الموافق 2025/5/11 في الوقت والمكان نفسيهما في القياس القبلي، وأيضاً بحضور فريق العمل المساعد.

2-5 الوسائل الإحصائية: -اعتمدت الباحثة الوسائل الإحصائية الآتية:-(7، 202).

1-الوسط الحسابي.
2-الانحراف المعياري.
3-المنوال.
4-معامل الإرتباط البسيط.
5-اختبار (t) للعينات المتناظرة.
6-اختبار (t) للعينات المستقلة.

3-عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

3-1عرض نتائج القياسات القبلية والبعدية لاختباري التوافق البصري-الحركي ودقة المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد للمجموعة الضابطة وتحليلها:

الجدول(3)

يبين قيمة(t) المحسوبة بين القياسات القبلية والبعدية لاختباري التوافق البصري-الحركي ودقة المناولة

من مستوى الرأس بكرة اليد للمجموعة الضابطة

ت	الاختبارات	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (t) المحسوبة	نوع الدلالة
		س-	ع	س-	ع		
1	التوافق البصري الحركي /درجة	.627	1.06	11.53	0.93	863.	معنوي
2	دقة المناولة من مستوى الرأس/عدد	5.471	62.3	91.02	2.17	73.9	معنوي

تبين نتائج الجدول(3) أن قيمة(t) المحسوبة لاختباري التوافق البصري-الحركي ودقة المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد للمجموعة الضابطة جاءت اكبر من قيمتها الجدولية البالغة(2.14)عند مستوى دلالة(0.05) ودرجة حرية(14)مما يدل على وجود فروق معنوية بين القياسات القبلية والبعدية ولصالح البعدية.

3-2عرض نتائج القياسات القبلية والبعدية لاختباري التوافق البصري-الحركي ودقة المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد للمجموعة التجريبية وتحليلها:

الجدول(4)

يبين قيمة(t) المحسوبة بين القياسات القبلية والبعدية لاختباري التوافق البصري-الحركي ودقة المناولة

من مستوى الرأس بكرة اليد للمجموعة التجريبية

ت	الاختبارات	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (t) المحسوبة	نوع الدلالة
		س-	ع	س-	ع		
1	التوافق البصري الحركي /درجة	24.8	15.1	9.416	760.	5.38	معنوي
2	دقة المناولة من مستوى الرأس/عدد	36.81	282.	97.42	1.69	6.54	معنوي

This is an open access article under the CC BY license:
https://doi.org/10.64002/vbnqsn51

تبين نتائج الجدول(4) أن قيمة(t) المحسوبة لاختباري التوافق البصري-الحركي ودقة المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد للمجموعة التجريبية جاءت اكبر من قيمتها الجدولية البالغة(2.14)عند مستوى دلالة(0.05) ودرجة حرية(14) مما يدل على وجود فروق معنوية بين القياسات القبلية والبعدية ولصالح البعدية.

3-3عرض نتائج القياسات البعدية لاختباري التوافق البصري-الحركي ودقة المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد بين المجموعتين الضابطة والتجريبية وتحليلها:

الجدول(5)

يبين قيمة(t) المحسوبة في القياسات البعدية لاختباري التوافق البصري-الحركي ودقة المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد بين المجموعتين الضابطة التجريبية

ت	الاختبارات	الضابطة		التجريبية		قيمة (t) المحسوبة	نوع الدلالة
		س-	ع	س-	ع		
1	التوافق البصري الحركي /درجة	11.53	0.93	9.416	760.	73.6	معنوي
2	دقة المناولة من مستوى الرأس/عدد	91.02	2.17	97.42	1.69	94.5	معنوي

تبين نتائج الجدول(5)أن قيمة(t) المحسوبة في القياسات البعدية لاختباري التوافق البصري-الحركي ودقة المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد بين المجموعتين الضابطة التجريبية جاءت اكبر من قيمتها الجدولية البالغة(2.05)عند مستوى دلالة(0.05) ودرجة حرية(28)مما يدل على وجود فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة التجريبية ولصالح بين المجموعة التجريبية.

4-3 مناقشة النتائج:

من خلال ما أظهرته النتائج المستخلصة من الجدولين (3، 4) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين القياسات القبلية والبعدية في متغيّري (التوافق البصري-الحركي) و(دقة المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد)، وذلك لصالح القياسات البعدية ولكلتا المجموعتين(الضابطة والتجريبية)، وتُعزو الباحثة سبب التحسن والفروق المعنوية لدى أفراد المجموعة الضابطة إلى فاعلية الأسلوب المتبع من قِبل مدرس المادة، والذي تضمّن تشكيلة من التمرينات البدنية والمهارية المُعدّة وفق الأسس العلمية للعملية التعليمية، وبما يتلاءم مع طبيعة المهارة المستهدفة (مهارة المناولة في كرة اليد)، فضلاً عن الالتزام والضبط والانسجام في تطبيق تمرينات الأسلوب المتبع المنظم على وفق ما يحتاجه الطالب في الوحدة التعليمية وتكرارها بالشكل الأفضل، والذي أسهم بشكل فاعل في تقدم هذه المجموعة في متغيري التوافق البصري-الحركي ودقة المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد، وهذا يتفق مع ما أشير إليه في أن" التكرار يؤدي دوراً فعالاً في تعلم هذه المهارة لأنه يعطي للمتعلم التدرج والإتقان في اكتساب التوافق العصبي العضلي خلال عدد المحاولات التكرارية".(9، 356)، كما أن انتظام طلاب المجموعة الضابطة واستمرارهم في أداء المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد عن طريق تقديم مدرس المادة مجموعة من التمرينات الحركية والمهارية التي تدرجت من السهل إلى الصعب، والمنافسة فيما بينهم لتقديم افضل ما لديهم من قدرة توافقية بصرية وحركية ،ساعد في تحسن دقة المناولة والتقدم فيها بشكل صحيح وجيد، وهذا يتفق مع ما تم ذكره في أن" المتعلم الذي يدرك المهارة المتعلمة إدراكاً كاملاً يكون قادراً على أدائها بصورة صحيحة".(8،198).

أما فيما يخص المجموعة التجريبية، فتعزو الباحثة سبب التحسن والفروق المعنوية لديهم إلى فاعلية التمرينات التنافسية ذات الضغط الإدراكي، والتي أسهمت بشكل مباشر في تحسن متغيّري

This is an open access article under the CC BY license:
https://doi.org/10.64002/vbnqsn51

(التوافق البصري-الحركي) و(دقة المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد)، فقد تميزت هذه التمرينات بدمج الجانب المهاري والتقنيات البصرية التوافقية في قالب تنافسي مشوق، مما عزز من دافعية الطلاب ورغبتهم المستمرة في الأداء والمثابرة داخل المجموعة، وهذا يتوافق مع ما أشار إليه في أن "التمرينات التنافسية تتميز بقدرتها على إثارة الدافعية نحو المثابرة وبذل الجهد، وإضفاء عامل التشويق، فضلاً عن تقوية العضلات العاملة في النشاط التخصصي، والإسهام في تنمية السمات الإرادية اللازمة للاعب".(2، 417).

كما أظهرت النتائج المستخلصة من الجدول(5) وجود فروق ذات دلالة معنوية في القياسات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيّري (التوافق البصري-الحركي) و(دقة المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد)، وكانت هذه الفروق لصالح المجموعة التجريبية، وتعزو الباحثة سبب هذا التفوق الملحوظ لأفراد المجموعة التجريبية إلى الفاعلية الكبيرة لمتغير البرنامج المستقل المتمثل في التمرينات التنافسية ذات الضغط الإدراكي، حيث دمج الضغط الإدراكي داخل التمرينات التنافسية أجبر اللاعبين على الخروج من نطاق الأداء الحركي الآلي التقليدي، ودفعهم نحو استنهاض القدرات العقلية العليا، وهذا التحدي العقلي المستمر حفّز الجهاز العصبي المركزي على تحسين سرعة وكفاءة الربط بين ما تستقبله العين من مثيرات بصرية وبين الاستجابة الحركية للأطراف، مما أدى إلى تفوق واضح وملموس في التوافق البصري-الحركي للمجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة التي اقتصرت على الأسلوب المتبع، كما ترى الباحثة أن التمرينات التنافسية تحت الضغط الإدراكي ساعدت بشكل فعال في الارتقاء بالتوافق البصري-الحركي لكثرة المواقف المختلفة التي أشترك بها الطالب في أثناء الأداء، وبالتالي تحقيق التكامل بين المعالجة البصرية والنظام الحركي، أي نقل المعلومات من النظام البصري إلى النظام الحركي بسهولة، وهذا يتفق مع ما تم ذكره في أن التوافق البصري-الحركي" يعتمد على التناسق السليم في عضلات العين واليدين والإدراك الواعي بالنسبة لحركة العينين واليدين". (3، 605).

أما فيما يخص الفرق المعنوي في دقة مهارة المناولة من مستوى الرأس، فيرجع إلى طبيعة التمرينات التنافسية ذات الضغط الإدراكي التي تحاكي الظروف الحقيقية للمباريات التي تتسم بالسرعة والمفاجأة وضيق المساحات، فالأسلوب المتبع مع المجموعة التجريبية درّب الطلاب على تنفيذ المهارة بدقة متناهية تحت وطأة الضغط النفسي والمعرفي والتنافسي، مما عزز ثقتهم بأنفسهم وطور لديهم السمات الإرادية والقدرة على التحكم بالحركة وقت الشدة، وهذا يثبت أن التمرين المقنن الذي يجمع بين التنافسية والضغط الإدراكي يُعد تمريناً كفؤاً ومتفوقاً على التمرينات التقليدية في الارتقاء بمستوى الأداء المهاري والبدني-المعرفي لدى اللاعبين الشباب في الألعاب الجماعية ككرة اليد وهذا يتفق مع ما تمت الإشارة إليه في أن التمرينات التنافسية "تمثل وسيلة أساسية لتطوير حالة اللاعبين في مراحل الإعداد المختلفة كونها تخلق حالة إيجابية من التفاعل بين اللاعبين".(5، 342).

This is an open access article under the CC BY license:
https://doi.org/10.64002/vbnqsn51

4-الاستنتاجات والتوصيات:

4-1الاستنتاجات:

1- أثبتت النتائج فاعلية التمرينات التنافسية تحت الضغط الإدراكي والأسلوب المتبع لكلتا المجموعتين (الضابطة والتجريبية) في تحسن متغيري (التوافق البصري-الحركي) و(دقة المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد) بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي.

2-أظهرت المجموعة التجريبية تفوقاً واضحاً وذات دلالة إحصائية على المجموعة الضابطة في القياس البعدي لمتغيري(التوافق البصري-الحركي) و(دقة المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد)، مما يؤكد كفاءة التمرينات التنافسية تحت الضغط الإدراكي.

3-أظهرت المجموعة الضابطة تفوقاً ملحوظاً في القياس البعدي على القياس القبلي في متغيري(التوافق البصري-الحركي) و(دقة المناولة من مستوى الرأس بكرة اليد).

4-2التوصيات:

1-ضرورة إدراج وتطبيق التمرينات التنافسية ذات الضغط الإدراكي ضمن الوحدات التعليمية لكرة اليد للطلاب، لما لها من دور فعال في تطوير الجانبين المعرفي والمهاري معاً.

2-الاهتمام بتصميم تمرينات تجمع بين التمرينات البصرية والتوافق الحركي في المراحل المبكرة للإعداد، نظراً لارتباطهما الوثيق بدقة أداء المهارات الأساسية مثل: المناولة والتصويب.

3-ضرورة ابتعاد مدرسي كرة اليد عن التمرينات النمطية البحتة، والحرص على ربط التمرينات بظروف المنافسة الفعلية (من خلال إدخال الضغط الزمني والمكاني والمعرفي) لرفع كفاءة اتخاذ القرار لدى الطلاب.

4-إجراء دراسات لقدرات عقلية ومهارات أخرى في كرة اليد وفي الألعاب الرياضية الجماعية الأخرى ولكلا الجنسين

5-تطبيق التمرينات نفسها على فئات عمرية أخرى(كناشئين أو متقدمين) أو على ألعاب جماعية أخرى مثل: كرة السلة أو كرة القدم.

المصادر:

- السيد الشبراوي أحمد حسانين(وأخرون)(2022).القدرة التنبؤية للتآزر البصري الحركي بالتحصيل الدراسي واللغة المقروءة والمكتوبة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية :دراسة مقارنة بين دولتي قطر والكويت، مجلة العلوم التربوية، كلية التربية، جامعة قطر، العدد 19 .
- أميرة عبده علي عابدين(2023).تأثير التدريبات التنافسية الجماعية على مستوى أداء بعض المهارات الهجومية في كرة اليد، مجلة بحوث التربية الشاملة، جامعة الزقازيق، المجلد17، العدد32.
- بسمة محمود سعد السيد(2023).فعالية برنامج تدريبي قائم على التآزر البصرى حركي لتنمية المهارات الحركية الدقيقة لليدين لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم من تلاميذ المرحلة الابتدائية، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، العدد124.
- رقية عبد الرضا محسن الموسوي(2015).أثر ألعاب الحركة المتنوعة في تنمية مهارة المناولة في كرة اليد في العمر من(9-11)سنة، مجلة التربية الرياضية، جامعة بغداد المجلد27، العدد4
- عصام فؤاد محمد(2021). تأثير المواقف التنافسية وبعض المتغيرات البدنية والتصرف الخططي لناشئ كرة القدم، المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضية المتخصصة، كلية التربية الرياضية، جامعة أسوان.

This is an open access article under the CC BY license:

https://doi.org/10.64002/vbnqsn51

- محمد رياض أحمد(وأخرون)(2022).استخدام الأنشطة الرياضية الحركية في تنمية التوافق البصري الحركي وأثرها في تحسين الضبط الحركي لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم الكتابية بالمرحلة الابتدائية، مجلة دراسات في مجال الإرشاد النفسي والتربوي، كلية التربية ، جامعة أسيوط ، المجلد5، العدد2.
- ناهدة عبد زيد الدليمي(2023). تأثير استراتيجية(REACT) في متعة التعلم ودقة أداء بعض مهارات الكرة الطائرة للطلاب، Sports Culture http://doi.org/10.25130/sc.23.2.10
- ناهدة عبد زيد الدليمي (وأخرون)(2024). تأثير استراتيجية التعلم للإتقان في المتانة العقلية والأداء المهاري لاستقبال الإرسال بالكرة الطائرة للطلاب، المؤتمر العلمي الثاني(الرياضة من اجل الصحة والتنمية المستدامة). Modern Sport https://jcopew.uobaghdad.edu.iq/
- نور رضا عبيس الفنهراوي و كاظم عبد نور(2018). التآزر البصري الحركي لدى تلامذة صفوف التربية الخاصة واقرانهم العاديين في محافظة بابل، مـــجلـــة العلـــوم الانسانية ،كلية التربية للعلوم الإنسانية، المجلد 25،العدد 3، 2018.

This is an open access article under the CC BY license:
https://doi.org/10.64002/vbnqsn51