



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

كلية التربية الاساسية / جامعة ديالى

الدراسات العليا / الماجستير

تأثير برنامج تعليمي في تنمية بعض القدرات الحركية
واكتساب المهارات الهجومية لذوي الاحتياجات الخاصة
بكرة اليد

رسالة قدمها

عمار طاهر منديل

الى مجلس كلية التربية الأساسية - جامعة ديالى

وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في التربية الرياضية

بإشراف

أ.د فرات جبار سعد الله

2013م

1434هـ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ
وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا
تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

صدق الله العظيم

المجادلة (11)

إقرار المشرف وترشيح لجنة الدراسات العليا

أشهد أن اعداد الرسالة الموسومة بـ:

((تأثير برنامج تعليمي في تنمية بعض القدرات الحركية واكتساب المهارات الهجومية لذوي الاحتياجات الخاصة بكرة اليد))

المعدة من طالب الماجستير (عمار ظاهر منديل) تمت تحت إشرافي في كلية التربية الأساسية / جامعة ديالى . وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في التربية الرياضية ولأجله وقعت.

التوقيع

المشرف

أ.د. فرات جبار سعد الله

كلية التربية الأساسية- جامعة ديالى

2013/ /

بناء على التعليمات والتوصيات المتوافرة ، نرشح هذه الرسالة للمناقشة

التوقيع

أ.د نبيل محمود شاكر

معاون العميد للشؤون العلمية

كلية التربية الأساسية جامعة ديالى

2013/ /



أشهد أن أعداد الرسالة الموسومة بـ:

((تأثير برنامج تعليمي في تنمية بعض القدرات الحركية واكتساب المهارات الهجومية لذوي الاحتياجات الخاصة بكرة اليد))

المعدة من طالب الماجستير(عمار طاهر منديل) تمت مراجعتها من الناحية اللغوية تحت إشرافي، وأصبحت بأسلوب علمي سليم خال من الأخطاء والتعبيرات اللغوية غير الصحيحة، ولأجله وقعت.

التوقيع

الاسم

اللقب العلمي

الجامعة

2013 / /

إقرار لجنة التقويم والمناقشة

نشهد أننا أعضاء لجنة المناقشة والتقويم أطلعنا على الرسالة الموسومة بـ:

((تأثير برنامج تعليمي في تنمية بعض القدرات الحركية واكتساب المهارات الهجومية لذوي الاحتياجات الخاصة بكرة اليد))

المقدمة من طالب الماجستير (عمار طاهر منديل) في قسم الدراسات العليا وناقشنا الطالب في محتوياتها ، وفيما له علاقة بها، ونقر أنها جديرة بالقبول لنيل درجة الماجستير في التربية الرياضية .

التوقيع:

الاسم :

عضو اللجنة:

التاريخ: / / 2013

التوقيع:

الاسم :

عضو اللجنة :

التاريخ: / / 2013

التوقيع:

الاسم:

رئيس اللجنة :

التاريخ: / / 2013

صادق عليها مجلس كلية التربية الأساسية - جامعة ديالى بجلسته المرقمة ()
والمنعقدة بتاريخ / / 2013 .

التوقيع:

أ . م . د حاتم جاسم عزيز

عميد كلية التربية الأساسية - جامعة ديالى

التاريخ / / 2013

اللافتة

إلى نبي الرحمة و الإسلام .. محمد (صلى الله عليه وسلم)

وطني الجريح الذي ينزف كل يوم... العراق العظيم
من غاب عن عيني وهو في قلبي حاضر ... والذي
إلى الغالية التي جعل الله الجنة تحت قدميها .. والدتي

من اشد بهم ازري في الحياةإخوتي

القلب الدافئ بالمحبة والحنان ... زوجتي

أهدي ثمرة جهدي المتواضع مع بالغ امتناني

عمار

شكر وأمتنان

الحمد لله رب العالمين وأفضل الصلاة والسلام على سيدنا وشفيعنا محمد وعلى آله وصحبه الطيبين الطاهرين.

يسعدني ويشرفني أن أتقدم بالشكر والتقدير الجزيلين الى الأستاذ الدكتور فرات جبار سعد الله المحترم المشرف على الرسالة لجهوده المبذولة ورعايته الكريمة ومساعدته القيمة وإبداء الرأي والاجابة عن أي استفسار فقد ضحى براحته واخذنا منه الوقت الكثير في سبيل الوصول بالرسالة الى هذه الصورة التي هي عليها الآن فله مني خالص التقدير والاحترام وأدامه الله خدمة للعلم وطلابه.

وأقدم بالشكر والتقدير الى لجنة المناقشة لما بذلوه من وقت وجهد في قراءة الرسالة لهم مني خالص الشكر والتقدير.

وأقدم بالشكر الجزيل الى عمادة كلية التربية الأساسية متمثلة بالاستاذ المساعد الدكتور حاتم جاسم عزيز المحترم له مني خالص الاحترام والتقدير. والشكر الجزيل الى لجنة السمنار المتمثلة بالاستاذ الدكتور نبيل محمود شاكر والأستاذ المساعد الدكتور ايباد حميد رشيد والأستاذ المساعد الدكتورة مها محمد صالح لما قدموه لي من مساعدة ومعلومات قيمة فلهم مني كل الشكر والتقدير وجزاهم الله عني خير الجزاء.

كما أتقدم بالشكر الجزيل الى أساتذة السنة التحضيرية الأفاضل بصورة عامة وأخص بالذكر الأستاذ الدكتور فائق السامرائي والأستاذ الدكتور غازي صالح والأستاذ الدكتور طالب جواد والأستاذ الدكتور ناظم كاظم جواد و الاستاذ والدكتور المساعد ماجدة حميد كمبش والمدرس المساعد نزار علي لما قدموه لي من معلومات قيمة طيلة فترة الدراسة.

ومن الواجب الاخلاقي والعلمي ان اتقدم بجزيل الشكر والامتنان الى الاستاذ الدكتور مثنى الجشعمي لما ابداه لي من دعم معنوي قبل واثناء مدة الدراسة والشكر موصول الى موظفي مكتبة كلية التربية الأساسية ومكتبة كلية التربية الرياضية جامعة ديالى وجامعة بغداد والى موظفات قسم الدراسات العليا لهم جميعاً جزيل الشكر والتقدير.

كما يسعدني أن أتقدم بالشكر والتقدير الى إخواني وزملائي في الدراسة

(لمياء , عبد الرحمن , عمر , باسم , صداح , صدام, محمد , علي خليفة .
علي حميد , مصطفى , عبد الغفور, احمد , محمود , ايباد , سيف)

وشكر خاص إلى الأخوة الأعزاء المدرس احمد مهدي العبيدي و
المدرس المساعد قصي حاتم لمساندتهم الكبيرة لي طيلة مدة الدراسة فلهم مني
خالص الشكر والتقدير.

والشكر موصول الى ادارة مدرسة الطور الابتدائية للبنين وادارة مدرسة
بعقوبة الابتدائية للبنين ومعلمة التربية الخاصة الست بيداء ومعلم التربية
الرياضية الأستاذ خالد وعينه البحث لما قدموه لي من معونه في سبيل انجاح
البحث وفقهم الله وجزاهم عني خير الجزاء .

واتقدم بالشكر والتقدير الى فريق العمل المساعد (باسم و مصطفى و بيداء
وخالد) وفقهم الله .

وأقدم بجزيل الشكر والتقدير والاحترام الى والدي ووالدتي اللذين لم يبخلا
عليّ بشيء وضحيا بكل شيء من اجلي ولولاهما لما وصلت وجلست أمامكم
في هذا المكان. لهم كل التقدير والاحترام وجزاهم الله عني خير الجزاء.

الباحث



تأثير برنامج تعليمي في تنمية بعض القدرات الحركية واكتساب المهارات الهجومية لذوي الاحتياجات الخاصة بكرة اليد

المشرف

المشرف

أ. د فرات جبار سعد الله

أشتملت الرسالة على خمسة ابواب :

الباب الأول:

تضمن هذا الباب التعريف بالبحث اذ تم التطرق الى أهمية درس التربية الرياضية في المدارس الإبتدائية والى منهاج التربية الرياضية لما له من دور في توفير فرص متكافئة لطلاب عينة البحث (بطيئي التعلم) مع اقرانهم في الدراسة وتوفير بيئة رياضية متكاملة يعبرون فيها عن قدراتهم الحركية والمهارية من خلال درس التربية الرياضية .

اما مشكلة البحث

تكمن مشكلة البحث في الإجابة عن السؤال الآتي (هل يعاني التلاميذ بطيئي التعلم من ضعف في قدراتهم الحركية والمهارات الهجومية بكرة اليد) إذ تم عمل استمارة تضمنت السؤال السابق ووزعت على عشرة من معلمي ومعلمات التربية الرياضية والتربية الخاصة في بعض مدارس قضاء بعقوبة المركز وكانت الإجابة بنعم او لا , اذ أجاب (8) منهم (بنعم) اي وجود ضعف في القدرات الحركية والمهارات الهجومية بكرة اليد وبما يشكل نسبة (80 %) من الإجابات الأمر الذي يعزز من وجود مشكلة حقيقية لدى تلك الفئة وهذا ما دفع الباحث ان يجد الحلول المناسبة لها .

اهداف البحث :

- 1- اعداد برنامج تعليمي لتنمية بعض القدرات الحركية واكتساب المهارات الهجومية لذوي الاحتياجات الخاصة بكرة اليد.
- 2- التعرف على تأثير البرنامج التعليمي في تنمية بعض القدرات الحركية واكتساب المهارات الهجومية لذوي الأحتياجات الخاصة بكرة اليد .
- 3- التعرف على نسبة التطور في بعض القدرات الحركية والمهارات الهجومية لذوي الاحتياجات الخاصة بكرة اليد.
- 4- التعرف على المجموعة الافضل في تنمية بعض القدرات الحركية واكتساب المهارات الهجومية لذوي الاحتياجات الخاصة .

فرضا البحث :

- 1- وجود فروق معنوية بين الأختبارات القبلية والبعدية لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية لصالح الأختبارات البعدية .

2- وجود فروق معنوية في الأختبارات البعدية بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية لصالح المجموعة التجريبية .

مجالات البحث :

المجال البشري : عينة من تلاميذ الصف الرابع الابتدائي (بطيئي التعلم).

المجال الزمني : الفترة من 2012/10/16 ولغاية 2013/6/10.

المجال المكاني : ساحات المدارس لعينة البحث (قيد الدراسة).

الباب الثاني : الدراسات النظرية والسابقة :-

تطرق الباحث في هذا الباب الى التعلم بصورة عامة والتعلم الحركي وتعريفه والقدرات الحركية وفئة بطيئي التعلم واسباب بطئ التعلم والمهارات الهجومية بكرة اليد .اما الدراسات السابقة فتناول الباحث دراسة (ثائر حسن رشيد) 2002 ودراسة (محمد زامل عبد الكريم) 2011.

الباب الثالث :

أحتوى الباب الثالث على منهج البحث وإجراءاته الميدانية ، وأستخدم الباحث المنهج التجريبي وتصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية ذوات الاختبارين القبلي والبعدي في تحقيق مجريات البحث وأهدافه التي طبقت على عينة بلغ قوامها (20) تلميذ من الصف الرابع الابتدائي ، واستدعى ذلك القيام بتجربة استطلاعية هدفت إلى تحديد مدى ملائمة الاختبارات والتمرينات لعينة البحث والتحقق من الأسس العلمية للاختبارات لبعض القدرات الحركية والمهارية ، كما استغرق تنفيذ البرنامج ثمانية أسابيع في المدة الواقعة بين 2013/2/17 لغاية 2013/4/18 وتم معالجة البيانات بأستخدام معالجات النظام الإحصائي (spss).

الباب الرابع :

شمل هذا الباب عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها للمتغيرات قيد الدراسة ، ومن خلالها تم التوصل إلى تحقيق أهداف البحث والتحقق من فروضه .

الباب الخامس : الإستنتاجات والتوصيات :

الإستنتاجات :

1. تأثير البرنامج التعليمي كان ايجابياً في تنمية القدرات الحركية واكتساب المهارات الهجومية لذوي الاحتياجات الخاصة (بطيئي التعلم) بكرة اليد .
2. ان التكرار والتنوع في التمرينات المستخدمة كان له دور مباشر في تنمية القدرات الحركية والمهارات الهجومية بكرة اليد لعينة البحث .
3. ان مراعاة الفروق الفردية اثناء تنفيذ البرنامج التعليمي كان مهماً في تنمية القدرات الحركية والمهارات الهجومية بكرة اليد .

التوصيات

1. وجوب الأهتمام بذوي الاحتياجات الخاصة (بطيئي التعلم) لما لهذه العينة من اهمية في دراسات اخرى
2. دراسة تأثير برامج تعليمية اخرى لصفات ومهارات وفعاليات مختلفة لذوي الاحتياجات الخاصة (بطيئي التعلم).
3. العمل على رفع كفاءة التلاميذ بطيئي التعلم من خلال اجراء تجارب في فعاليات مختلفة والتقليل من النقص الذي قد يشعرون به تجاه اقرانهم الأسوياء لما له من اهداف اخلاقية و انسانية سامية .

قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع	ت
1	العنوان	
2	الآية القرآنية	
3	اقرار المشرف ولجنة الدراسات العليا	
4	اقرار المقوم اللغوي	
5	اقرار لجنة التقويم والمتابعة	
6	الأهداء	
8-7	شكر وامتنان	
12-9	ملخص البحث	
22-13	قائمة المحتويات	
20-19	قائمة الجداول	
20	قائمة الأشكال	
21-20	قائمة الملاحق	

	الباب الأول	
24	التعريف بالبحث	1
25-24	مقدمة البحث وأهميته	1 - 1

25	مشكلة البحث	2 - 1
26	أهداف البحث	3 - 1
26	فرضا البحث	4 - 1
26	مجالات البحث	5 - 1
26	المجال البشري	1 - 5 - 1
26	المجال الزمني	2 - 5 - 1
26	المجال المكاني	3 - 5 - 1
27	تحديد المصطلحات	6 - 1

الصفحة	الباب الثاني	ت
29	الدراسات النظرية والسابقة	2
29	الدراسات النظرية	1-2
29	البرنامج	1-1-2
31-30	التعلم	2-1-2
33-32	التعلم الحركي	3-1-2
34-33	خصائص التعلم الحركي	1-3-1-2
37-34	القدرات الحركية	4-1-2
40-37	الرشاقة	1-4-1-2
42-40	التوافق الحركي	2-4-1-2

44-43	التوازن	3-4-1-2
45-44	المهارات الهجومية بكرة اليد	5-1-2
46	المنافسة	1-5-1-2
46	كيفية تعليم المنافسة بكرة اليد	2-5-1-2
47	المنافسة من مستوى الرأس	3-5-1-2
47	استلام الكرات	4-5-1-2
47	استلام الكرة باليدين	5-5-1-2
48	استلام الكرات العالية	6-5-1-2
49-48	الطبقة	7-5-1-2
49	ذوي الاحتياجات الخاصة	6-1-2
50-49	مفهوم بطئ التعلم	7-1-2
51-50	اسباب صعوبات التعلم	8-1-2
52	خصائص الطلبة الذين يعانون من صعوبات التعلم	9-1-2
52	الدراسات السابقة	2-2
53-52	دراسة (نائر حسن رشيد) 2002	1-2-2
54-53	دراسة (محمد زامل عبد الكريم) 2011	2-2-2
54	مناقشة الدراسات السابقة	3 -2-2
54	اوجه التشابه و الأختلاف في الدراسات السابقة	4-2-2
54	الدراسة الأولى	1-4-2-2

55	الدراسة الثانية	2-4-2-2
55	الفائدة المتحققة من الدراسات السابقة	5-2-2

الصفحة	الباب الثالث	ت
57	منهج البحث واجراءته الميدانية	3
57	منهج البحث	1-3
58-57	مجتمع البحث وعينته	2 -3
59	تجانس العينة	1-2-3
60	الأجهزة والأدوات و الوسائل المستخدمة في البحث	3 -3
60	الأجهزة والادوات	1-3-3
60	وسائل جمع المعلومات	2 - 3 - 3
61	تحديد متغيرات البحث	4 - 3
61	تحديد القدرات الحركية	1-4-3
61	تحديد اختبارات القدرات الحركية	2-4-3
63	مواصفات اختبارات القدرات الحركية	3-4-3
63	أختبار الرشاقة	1-3-4-3
64	أختبار التوافق	2-3-4-3
65	أختبار التوازن	3-3-4-3
66	تحديد المهارات الهجومية بكرة اليد	5-3

66	تحديد اختبارات المهارات الهجومية بكرة اليد	1 - 5 - 3
68	مواصفات اختبارات المهارات الهجومية بكرة اليد	2-5-3
68	أختبار قياس وسرعة المناولة على الحائط لمسافة ثلاثة امتار	1-2-5-3
69	اختبار السرعة الحركية لطبقة الكرة باليد المميزة	2-2-5-3
70	التجربة الأستطلاعية	6 - 3
70	التجربة الأستطلاعية الأولى	1 - 6 - 3
71	التجربة الأستطلاعية الثانية	2-6-3
71	الأسس العلمية للأختبارات	7 - 3
72	صدق الأختبار	1 - 7 - 3
72	ثبات الأختبار	2 - 7 - 3
73	موضوعية الأختبار	3 - 7 - 3
74	أجراءات البحث الميدانية	8 - 3
74	الأختبارات القبلية	1- 8 - 3
74	تكافؤ العينة	2 - 8 - 3
76	البرنامج التعليمي	3 - 8 - 3
77	الأختبارات البعدية	4 - 8 - 3
77	الوسائل الأحصائية	9 - 3
	الباب الرابع	
80	عرض وتحليل النتائج ومناقشتها	4

80	عرض و تحليل نتائج اختبارات القدرات الحركية للمجموعتين التجريبية والضابطة ومناقشتها	1-4
80	عرض وتحليل نتائج اختبارات القدرات الحركية للمجموعة التجريبية	1-1-4
80	عرض نتائج الأختبارين القبلي والبعدي ونسب التطور وفرق الأوساط الحسابية لأختبارات القدرات الحركية للمجموعة وتحليلها	1-1-1-4
83	مناقشة نتائج اختبارات القدرات الحركية في الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية	2-1-1-4
86	عرض وتحليل نتائج اختبارات القدرات الحركية للمجموعة الضابطة	2-1-4
86	عرض نتائج الأختبارين القبلي والبعدي وفرق الأوساط ونسبة التطور لأختبارات القدرات الحركية للمجموعة الضابطة وتحليلها	1-2-1-4
89	مناقشة نتائج اختبارات القدرات الحركية في الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة	2-2-1-4
91	عرض نتائج اختبارات القدرات الحركية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي وتحليلها	3-1-4
92	مناقشة نتائج القدرات الحركية للمجموعتين التجريبية والضابطة	4-1-4
95	عرض نتائج اختبارات المهارات الهجومية لعينة البحث وتحليلها ومناقشتها	2-4
95	عرض نتائج اختبارات المهارات الهجومية للمجموعة التجريبية وتحليلها	1-2-4
95	عرض نتائج الاختبارين القبلي والبعدي ونسب التطور لأختبارات المهارات الهجومية للمجموعة التجريبية وتحليلها	1-1-2-4
98	مناقشة نتائج اختبارات القدرات الحركية في الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة	2-1-1-4
100	عرض نتائج اختبارات المهارات الهجومية للمجموعة الضابطة وتحليلها	2-2-4
100	عرض نتائج الأختبارين القبلي والبعدي ونسبة التطور لأختبارات المهارات الهجومية للمجموعة الضابطة وتحليلها	1-2-2-4

103	مناقشة نتائج اختبارات المهارات الهجومية بكرة اليد في الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة	2-2-2-4
104	عرض نتائج اختبارات المهارات الهجومية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي وتحليلها	3-2-4
105	مناقشة نتائج المهارات الهجومية للمجموعة التجريبية والضابطة	4-2-4

	الباب الخامس	
108	الإستنتاجات والتوصيات	5
108	الإستنتاجات	1 – 5
108	التوصيات	2 - 5
110	المصادر العربية والأجنبية	
-116 177	الملاحق	
A-D	ملخص الرسالة باللغة الأنكليزية	
19	قائمة الجداول	
58	يبين حجم مجتمع الاصل وعينة البحث (بطيئي التعلم) في محافظة ديالى للموسم 2012-2013	1
59	يبين تجانس العينة في متغيرات البحث	2
61	يبين النسب المئوية للقدرات الحركية المختارة من قبل الخبراء	3
62	يبين الأختبارات المرشحة من قبل السادة الخبراء والمختصين	4
67	يبين النسب المئوية لإتفاق الخبراء لإختبارات المهارات الهجومية	5

73	يبين معامل الثبات ومعامل الصدق الذاتي للاختبارات المبحوثة	6
75	تكافؤ المجموعتين في القدرات الحركية والمهارات الهجومية	7
77	يبين زمن تطبيق تمرينات القدرات الحركية والمهارات الهجومية	8
80	يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفرق الاوساط الحسابية ونسبة التطور للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في القدرات الحركية	9
82	يبين قيم الاوساط الحسابية للفروق وانحرافات الفروق عن وسطها الحسابي وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في القدرات الحركية للمجموعة التجريبية	10
86	يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفرق الاوساط الحسابية ونسبة التطور للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في القدرات الحركية	11
88	يبين قيم الاوساط الحسابية للفروق وانحرافات الفروق عن وسطها الحسابي وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في القدرات الحركية للمجموعة الضابطة	12
91	يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة للاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في القدرات الحركية	13
95	يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفرق الاوساط الحسابية ونسبة التطور للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المهارات الهجومية بكرة اليد	14
97	يبين قيم الاوساط الحسابية للفروق وانحرافات الفروق عن وسطها الحسابي وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في المهارات الهجومية للمجموعة التجريبية	15
100	يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفرق الاوساط الحسابية ونسبة التطور للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المهارات الهجومية في كرة اليد	16
102	يبين قيم الاوساط الحسابية للفروق وانحرافات الفروق عن وسطها الحسابي وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارين	17

	القبلي والبعدي في المهارات الهجومية في كرة اليد للمجموعة الضابطة	
104	يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة للاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في المهارات الهجومية في كرة اليد	18
20	قائمة الأشكال	رقم الشكل
63	يوضح اختبار الرشاقة	1
64	يوضح اختبار التوافق	2
65	يوضح اختبار التوازن	3
68	يوضح اختبار المناولة والأستلام	4
69	يوضح اختبار الطبطبة	5
81	يوضح نسب التطور للقدرات الحركية للمجموعة التجريبية	6
87	يوضح النسب المئوية للقدرات الحركية للمجموعة الضابطة	7
96	يوضح نسب التطور للمهارات الهجومية للمجموعة التجريبية	8
101	يوضح نسب التطور للمهارات الهجومية للمجموعة الضابطة	9
20	قائمة الملاحق	
116	اسماء السادة الخبراء الذين عرضت عليهم استبانة اختبارات القدرات الحركية والمهارات الهجومية بكرة اليد	1
117	كتاب تسهيل مهمة	2
118	استبانة استطلاع رأي معلمي ومعلمات التربية الرياضية والتربية الخاصة	3
119	استبانة اختبارات القدرات الحركية	4

120	يبين اختبارات القدرات الحركية	5
121	استبانة اختبارات المهارات الهجومية	6
122	يبين اختبارات المهارات الهجومية بكرة اليد	7
123	فريق العمل المساعد	8
124	تمارين القدرات الحركية	9
138	تمارين المناولة والأستلام	10
145	تمارين الطبقة	11
153	نماذج الوحدات التعليمية	12

1- التعريف بالبحث :**1-1 مقدمة البحث وأهميته :**

تعد التربية الرياضية جزءاً حيوياً من التربية العامة لما لها من اثر في تنمية قدرات الفرد ومواهبه بدنياً وذهنياً ونفسياً ويتحقق هذا من خلال الممارسة الفعالة للنشاطات الرياضية الصفية و اللاصفية ويهدف منهاج التربية الرياضية في المدارس الابتدائية الى استثمار الاوقات المقررة لإكتساب الخبرات والمهارات التي يحتاجها التلاميذ من خلال ممارسة الفعاليات الرياضية والالعاب الترويحية وقد اولت الدول في خطتها وبرامجها عناية خاصة بقطاع التربية والتعليم وتوظيف المعرفة العلمية وربطها بالحياة الإجتماعية من خلال جعل التعليم الأساس يسهم اسهاماً فعالاً في توفير فرص متكافئة من التربية والتعليم لجميع التلاميذ ومنهم شريحة ذوي الإحتياجات الخاصة(بطيئي التعلم)

وقد حظيت هذه الفئة منذ عدة عقود بعناية الباحثين ودراسة حالاتهم لذا يفترض ان تكون الإمكانيات المتاحة للتلاميذ بطيئي التعلم هي اكثر من الإمكانيات المتاحة للتلاميذ الآخرين إذ ان مستوى الدافعية لديهم اقل منها عند الأسوياء من زملائهم والمشاركة الإيجابية في النشاطات والفعاليات لكنهم يستطيعون تعلم المهارات البدنية والحركية ولديهم القدرة على التوافق ولكن بوقت اطول من اقرانهم .

ومما تجدر الإشارة إليه ان اهم المحاور التي يجب الاهتمام بها في مرحلة التعليم الاساس للتلاميذ هي القدرات الحركية كونها مصاحبة لهم في معظم اوقاتهم فضلاً عن ان تلميذ هذه المرحلة يتسم بحيوية حركية عالية وقابليته على تعلم المهارات الرياضية الجديدة ولمختلف الألعاب الفردية والجماعية ومنها لعبة كرة اليد .

لذا أصبح من الضروري التفكير في العوامل التي تساهم في اكتساب المهارات وتطويرها وخاصة المهارات الهجومية في لعبة كرة اليد . ويرى الباحث أن هنالك عوامل غير العوامل البدنية قد تؤثر على اكتساب المهارات الهجومية ومن هذه العوامل هي القدرات الحركية .

اذ تعد لعبة كرة اليد من الألعاب التي تمتاز بالتشويق والمتعة . وتوفرها لبيئة تربية متكاملة كالتعاون والعمل الجماعي واحترام القوانين والمنافسة الشريفة . وكذلك هي ذات قيمة حركية وبدنية فضلاً عن شمولها بالمنهاج المقرر للمدارس الابتدائية اعتباراً من الصف الرابع الابتدائي .

وبما ان المهارات هي الأساس في تعلم اي فعالية رياضية لذا تكمن اهمية البحث في وضع برنامج يساعد التلاميذ بطيئي التعلم على تنمية بعض قدراتهم الحركية واكتساب المهارات الهجومية بكرة اليد ومعرفة تأثيره بوصفه محاولة للاسهام في الارتقاء بمستوى التلاميذ بطيئي التعلم ومساواتهم باقرانهم في النواحي المهارية والنفسية والاجتماعية.

2-1 مشكلة البحث :

من خلال اهتمام الباحث بدراسة ذوي الاحتياجات الخاصة فئة (بطيئي التعلم) لخصوصية تلك الفئة من جهة وعدم وضوح صفات هذه الفئة لغالبية المجتمع من جهة اخرى , اذ ينظر اليهم من قبل معظم الأفراد على انهم ذوي عاهات او لديهم عوق جسمي او عقلي وهي نظرة خاطئة بالتأكيد .

قام الباحث بأجراء استطلاع رأي* حول وجود ضعف في بعض القدرات الحركية والمهارات الهجومية بكرة اليد لفئة (بطيئي التعلم) لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي ووزع الباحث استمارة على (10) من معلمي ومعلمات التربية الرياضية والتربية الخاصة في مدارس قضاء بعقوبة المركز وكانت الإجابة بنعم او لا , اذ اجاب (8) منهم (بنعم) اي وجود ضعف في القدرات الحركية والمهارات الهجومية بكرة اليد وبما يشكل نسبة (80 %) من الإجابات , وان ذلك يعني وجود مشكلة حقيقية لدى تلك الفئة مما دفع الباحث لإيجاد الحلول المناسبة لها .

1-3 أهداف البحث :

- 1- إعداد برنامج تعليمي لتنمية بعض القدرات الحركية واكتساب المهارات الهجومية لذوي الإحتياجات الخاصة بكرة اليد.
- 2- التعرف على تأثير البرنامج التعليمي في تنمية بعض القدرات الحركية واكتساب المهارات الهجومية لذوي الإحتياجات الخاصة بكرة اليد .
- 3- التعرف على المجموعة الافضل في تنمية بعض القدرات الحركية واكتساب المهارات الهجومية لذوي الإحتياجات الخاصة بكرة اليد .

1-4 فرضا البحث:

- 1- وجود فروق معنوية بين الأختبارات القبلية والبعديّة لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية لصالح الأختبارات البعديّة .
- 2- وجود فروق معنوية في الأختبارات البعديّة بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية لصالح المجموعة التجريبية .

1-5 مجالات البحث :

- 1-5-1 المجال البشري : عينة من تلاميذ الصف الرابع الأبتدائي (بطيئي تعلم).
- 1-5-2 المجال الزمني : الفترة من 2012/10/16 ولغاية 2013/6/10 .
- 1-5-3 المجال المكاني : ساحات المدارس لعينة البحث (قيد الدراسة) .

1-6 تحديد المصطلحات :

- بطيء التعلم

يطلق على الطفل الذي يكون غير قادر على مجاراة الآخرين تعليمياً او تحصيلياً في موضوع دراسي وهذا يعود لأسباب ظاهرة او كامنة بحاجة الى عملية تشخيص.⁽¹⁾

او هو طفل اعتيادي في اطاره العام الأ أنه يجد صعوبة لسبب او لآخر في الوصول الى المستوى الذي يصل اليه اقرانه الأسوياء في المعدل وهو لا يصنف ضمن فئة المتخلفين عقلياً⁽²⁾.

(1) نبيل عبد الهادي وآخرون ؛ بطء التعلم وصعوباته : (دار وائل للنشر، عمان ، 2000) ص20.

(2) وزارة التربية ؛ اللجنة الوطنية للتربية الخاصة في العراق: (1985) ص5.

2- الدراسات النظرية والسابقة :

2-1 الدراسات النظرية :

2-1-1 البرنامج

البرنامج بصفة عامة عبارة عن "عملية التخطيط للمقررات والأنشطة والعمليات التعليمية المقترحة لتغطية فترة زمنية محددة" (1).

وتعرفه (بدرية شوقي) انه " مجموعة اوجه نشاط معين ذات صيغة تسعى لهدف لتحقيق هدف واحد" (2) .

والبرنامج هو "الخطة المرسومة لعمل ما" (3) كما هو الحال في برامج الدروس والبرامج التعليمية في الأذاعة والتلفزيون .

كما يعرف البرنامج بأنه " احد عناصر التخطيط المهمة التي بدونها تكون عملية التخطيط غير قابلة للتنفيذ , وفي هذه الحالة تصبح عاجزة عن تحقيق أهدافها " (4).

اما من وجهة نظر الباحث فأن البرنامج هو (تخطيط مسبق لتنفيذ واجب معين يتلأم مع ميول المتعلم وقدراته لتحقيق اهداف معينة).

لذلك اذا غاب البرنامج تغيب فاعلية الخطة وهدفها , ومن ثم التخطيط لها , فتحقيق الهدف لاية خطة من الصعب ان يرى النور بغياب برنامج تنفيذ الخطة .

(1) طلال الزعبي و مصطفى جويفل ؛ استخدام النماذج ونظم التأليف المحسوبة في التصميم المنظومي للتدريس : عمان , المؤسسة العربية للعلوم والتكنولوجيا , 2008) ص80.

(2) بدرية شوقي عبد الوهاب ؛ التعليم في القرن الحادي والعشرين : (مركز دراسات المستقبل , جامعة اسيوط 1996) ص119.

(3) ابراهيم مصطفى وآخرون ؛ المعجم الوسيط : (دار الفكر العربي للطباعة , 2002) ص395.

(4) عبد الحميد شرف ؛ البرنامج في التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق للأسوياء والمعاقين (ط1 , القاهرة 2002, ص17.

2-1-2 التعلم:

يعد التعلم عملية مهمة وركناً أساسياً تمثل تغيير وتطوير وتحسن في سلوك الفرد والمجتمع بصورة عامة، إذ إن الإنسان يعد أكثر الكائنات الحية حاجة إلى التعلم، كما وأنه أكثر استيعاباً وقدرة على التعلم الذي يعد نتيجة طبيعية لتفاعلات الفرد مع المجتمع والبيئة باعتباره الركن الأساس والعامل المهم الذي يحدد في أي لحظة من لحظات الحياة، فعرفته عنايات محمد (1998) بأنه "آثار عملية تعليم وتمارين التلميذ على القيادة"⁽¹⁾، وعملينا التعلم والتعليم ما هما إلا عمليتان مهمتان ذاتا جوانب متبادلة في عملية الدرس فإذا ركز المدرس مثلاً على تدريس الدرس بطريقة خاصة فإن الهدف الأساس للدرس يغيب عن ناظره لذلك وجب على كل مدرس للتربية الرياضية عند تحضير الدرس أن يضع عدة اعتبارات في إعطاء الطريقة والأسلوب وكيفية تكوين الدرس وأداء التمرين بطريقة تمكنه من إثارة التلميذ إلى عمل فعال مركز وتربوي.

ويعرف هيلجارد (hilgard,1977) التعلم بأنه "العملية التي بمقتضاها ينشأ أحد الأنشطة أو يتغير من خلال الاستجابة لموقف المواجهة، بشرط ألا ترجع خصائص هذا التغير إلى عوامل فطرية، أو عوامل النضج، أو إلى حالات عارضة يتعرض لها الكائن الحي مثل التعب أو العقاقير أو المرض.. الخ"⁽²⁾.

وعرفه قاسم لزام (2005) بأنه "تغيير ثابت نسبياً ودائم في السلوك الحركي وهو تكيف للظروف نتيجة الخبرة والممارسة في هدف أو واجب أو مهارة معينة، وهو عملية فرضية لا تخضع للملاحظة بصورة مباشرة وإنما نستدل عليها ولا نشاهد العملية ولكن نلاحظ آثارها ونتائجها والشرط الأساسي لحدوث عملية التعلم الحركي هو الأداء الذي يحدث تعلمًا"⁽³⁾.

(1) عنايات محمد احمد فرج؛ مناهج وطرق تدريس التربية البدنية: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1998) ص24.

(2) ثائر احمد غباري وخالد محمد ابو شعيرة؛ سيكولوجيا التعلم وتطبيقاته الصفية، ط1: (عمان، مكتبة المجمع العربي للنشر والطباعة، 2010)، ص14.

(3) قاسم لزام صبر وآخرون؛ أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم: (جامعة بغداد، ب.م، 2005)، ص35.

والتعلم هو "التغيير في قدرات الفرد عند أدائه المهارات ويستدل به من خلال التطور نسبياً في الأداء كنتيجة وممارسة التمرين"⁽¹⁾.

وذكر محمود الحيلة (2001) مجموعة خصائص لعملية التعلم هي:⁽²⁾

1. عملية التعلم هي اكتساب القدرة على إنتاج حركات ماهرة.
2. التعلم ناتج مباشر من التمرين والتجربة والخبرة.
3. التعلم ظاهرة غير قابلة للملاحظة والقياس المباشر لأنه يعبر عن تغيرات داخلية تحدث في السلوك.
4. ناتج التعلم هو التغيرات الدائمة أو الثابتة نسبياً في القدرة الظاهرة في السلوك الحركي (الأداء).

ووافق الكثير من الباحثين على ان التعلم هو "عملية داخلية غير مرئية يمكن الاستدلال عليها من نتائجها وهي تغيير في السلوك الحركي او قابلية الاداء نتيجة التدريب (التكرار والممارسة) والتغذية الراجعة (التصحيح) المصاحب لتلك الممارسة"⁽³⁾.

ونستنتج مما سبق أن المختصين في مجالات علم النفس التعليمي والتعلم الحركي يتفقون على ان التعلم هو عملية دخول كل ما هو جديد على حياة الانسان وسلوكه أو حدوث تغيير أو تعديل في هذا السلوك الذي ينتج من قيام الكائن الحي أساساً بنشاط معين يؤدي إلى حدوث استجابة معينة تظهر بشكل التغيير في السلوك.

ومن خلال ذلك يرى الباحث بان التعلم يعكس مستوى قدرة الفرد في الاداء ويمكن ملاحظة ذلك من خلال تغير سلوك الاداء الحركي لغرض التوصل الى درجة ثبات في اداء المهارة الحركية.

(1)Shmidt,A.Richard, and Timothy lee; **Motor control and learning** ,4ed (: , human kentine, 2005), P27.

(2) محمد محمود الحيلة ؛ طرائق التدريس واستراتيجياته : (الإمارات العربية المتحدة، دار الكتاب الجامعي، 2001)، ص223.

(3) قاسم لزام صبر؛ موضوعات في التعلم الحركي ، ط2 : (بغداد دار البراق للطباعة ، 2012) ص 13.

2-1-3 التعلم الحركي :

ان الطبيعة الخاصة بمفهوم التعلم الحركي كما نفهمها هي تعلم الحركات بصورة عامة وتشتمل على حركات الانسان كافة بما فيها حركات العمل والرياضة . وقد اخذت طبيعة حركات العمل منذ الخليقة مفهومها من الحياة التي عاشها الانسان , وتطورت حركته مع تطور حياته فأخذت صوراً واشكالاً متعددة ومتغيرة بين الحين والآخر . ونرى ان التغيرات الكثيرة في نواحي الحياة افرزت حالة جديدة تتطلب الاهتمام بالصحة العامة من خلال ادخال بعض الاجراءات , اذا طرأت حالة من الوعي الفردي او الجماعي , (المؤسسات التربوية) من اجل مواكبة التغيرات في حياة الانسان بما يتلائم وطبيعة المراحل التي يمر بها , وهذا ما ظهر بشكل جلي في المدارس والمؤسسات التربوية وغيرها , فبرزت بصورة مناهج تعويضية للبناء الحركي وبما ينسجم في توجهات الدول الحديثة في تربية مجتمعاتها , وتبنت افضل التوجهات للطفل في المدرسة وبدأت تطور برامجها المدرسية بغية المساهمة في ابراز معالمها الواضحة للجيل الجديد وهكذا استطاعت وبفترة وجيزة مواكبة مايجري على ساحة التطورات التقنية والعملية ولعل ابرز مثال ما وصلت اليه الرياضة التنافسية من مستويات حركية رائعة تكاد تصل الى حالة الاعجاز في بعض مجالاتها (1).

ويمكن ان نوجز بعض التعاريف للتعلم الحركي لمجموعة من العلماء في مجال التعلم الحركي .

حيث عرفه (شمت) 1991, "بأنه النمو بالقدرات على الاداء الحركي وهو مجموعة من العمليات المرتبطة بالتدريب والخبرة والذي يقود الى تغييرات ثابتة نسبياً في قابلية الفرد على الاداء المهاري ."(2)

(1) عادل فاضل حسين ؛ شبكة المعلومات الدولية : (موقع الأكاديمية العراقية الرياضية) , 2005.

(2) Schmidt A. Richard: **Motor Learning and Performance**, Human .

.Kinetics11, 2000, P. 84

يؤدي التعلم دوراً مهماً للغاية في تحديد سلوك الكائنات الحية المختلفة فهو يساعدها على اكتساب بعض المظاهر السلوكية كالجري والقفز والتفكير وحل المشكلات بطرائق مختلفة، كما يساعدها على تعديل أساليبها السلوكية بما يحقق البقاء لها والإستمرار في الحياة.(1)

ويذكر يعرب خيون(2002) ان التعلم الحركي هو احد فروع علم النفس ولذلك بات واضحاً علاقة التعلم الحركي بعلم النفس الرياضي من جهة ومن جهة أخرى نجد ان التعلم الحركي والسلوك الحركي يرتبط ارتباطاً كبيراً مع التحكم بعمل المجاميع العضلية وان هذا التحكم له علاقة بالجهاز العصبي المركزي والمحيطي وكيفية عمل الأعصاب المحيطية بفاعلية لأجل تحريك أجزاء الجسم وهو بصورة صحيحة، وهناك ثلاثة أهداف في مجال دراسة التعلم الحركي:(2)

1. فهم إبعاد السلوك الحركي للإنسان.
2. تفسير السلوك الحركي نتيجة للخبرات السابقة.
3. توقع السلوك المستقبلي بالاعتماد على فهم وتحليل السلوك الآن.

2-1-3-1 خصائص التي يتميز بها التعلم الحركي:(3)

1- الاتصال الإدراكي - الحركي

ينظر للتعلم الحركي بأنه خطوة نهائية في المهمة الإدراكية - الحركية إذ يتم التزود بالمعلومات من المثيرات المستقبلية بتسلسل من الحركات المعينة وسمي هذا الاتصال بالادراكي - الحركي.

(1) علي مصطفى طه ؛ نظرية الدوائر المغلقة في التعلم الحركي، ط1(القاهرة ، دار الفكر العربي،1999) ص25.

(2) يعرب خيون ؛ التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق : (بغداد، مكتب الصخرة للطباعة والنشر، 2002) ص12.

(3) حسين حمدي الطوبجي ؛ التخطيط لأعداد مراكز مصادر التعليم : (المركز العربي للتقنيات العربية ، الكويت ، 1981) ص5.

2-تسلسل الاستجابة

ويتكون من الأنماط السلوكية الحركية ومن تتابع الحركات التي تعتمد فيها كل استجابة بصورة جزئية في الاقل على الاستجابات التي تظهر قبل تلك التي لم تصدر بعد. وسلاسل الاستجابات هذه يمكن بدورها ان ترتبط بتسلسل اكثر عمومية للسلوك الحركي المستمر.

3-تنظيم الاستجابات

وهي الخاصية الثالثة للتعلم الحركي اذ تبين أن تسلسل الاستجابات لا بد له من نمط إجمالي للتنظيم حتى تكون الاستجابات ناجحة.

4-التغذية الراجعة

يستطيع الفرد عن طريق التغذية الراجعة أن يحدد نتيجة تتابع حركته ويقوم بعمل التقييم لهذه النتيجة، وعلى أية تعديلات مناسبة، أو تغييرات لتتابع الاستجابة

2-1-4 القدرات الحركية :

ان القدرات الحركية هي التي يكتسبها الإنسان من المحيط إذ تتضمن القدرة على تحريك الجسم بكفاية وبقوة لمدة زمنية مناسبة , فوجد الفرد الذي يتمتع بمستوى جيد من القدرات الحركية سوف يساعده على اكتساب الكثير من المهارات الحركية . وسميت ايضاً بالصفات لأنها صفة للحركة الإنسانية التي تؤدي من قبل الكائن الحي وخاصة بالمستويات العالية⁽¹⁾.

(1) وجيه محجوب ؛ علم الحركة : (جامعة بغداد ، بيت محكمة ، 1989) ص 85 .

(2) نجاح مهدي شلش وأكرم محمد ، التعلم الحركي ، طبعة 2 (جامعة البصرة 2000) ص 66 .

(3) وجيه محجوب ، نظريات التعلم والتطور الحركي ، ط 1 : (الأردن ، دار الأوائل للطباعة والنشر 2001) ص 57.

(4) فرات جبار سعد الله ؛ مفاهيم عامة في التعلم الحركي ، ط 1: (جامعة ديالى ، كلية التربية الرياضية، 2008) ص 29.

وعرفها (نجاح مهدي واكرم شلش .2000) بأنها "صفات يتم تعلمها من المحيط أي مكتسبة وأما ان تكون هذه الصفة مهارة نراها او نتعلمها"⁽¹⁾ وعرفها (وجيه محجوب , 2000) بأنها صفات مكتسبة من المحيط ويكون التدريب او الممارسة أساساً لها وتتطور بحسب قابلية الفرد الجسمية والحسية والإدراكية "⁽²⁾ وقد اختلف العلماء والباحثون في تحديد انواع او اقسام الصفات الحركية فقد حدد جاليهو (gallahue) الصفات الحركية بالتوازن والتوافق والأنسيابية والدقة والرشاقة اما (قاسم لزام) فحددها بالتوافق والتوازن والرشاقة اما (فرات جبار) فحددها بالتوافق والتوازن والرشاقة والدقة "⁽³⁾ وسوف يتطرق الباحث الى بعض هذه الصفات وهي الرشاقة التوافق والتوازن التي تم ترشيحها من قبل الخبراء .

إن القدرة الحركية مصطلح يضم بداخله مصطلحي اللياقة الحركية واللياقة البدنية كونها أكثر اتساعاً من حيث عدد مكوناتها إذ يرى كلارك إن القدرة الحركية تضم تسعة مكونات هي (القوة العضلية، الجلد العضلي، الجلد الدوري، المرونة، الرشاقة، القدرة العضلية، السرعة، توافق القدم والعين ، توافق الذراع والعين) في حين يرى اللياقة الحركية تضم سبعة مكونات هي مجملها مكونات التسعة ماعدا التوافق بين القدم والعين ، والتوافق بين الذراع والعين ، كما انه يعد اللياقة البدنية اقل المصطلحات الثلاثة من حيث عدد مكوناتها إذ بضمنها القدرة العضلية والجلد العضلي والجلد الدوري

(1) نجاح مهدي وكرم شلش وأكرم محمد ؛ التعلم الحركي ، طبعة 2 (جامعة البصرة 2000) ص 66 .

(2) ووجيه محجوب ؛ نظريات التعلم والتطور الحركي ، ط 1 : (الأردن ، دار الأوائل للطباعة والنشر ، 2001) ص 57.

(3) فرات جبار سعد الله ؛ مفاهيم عامة في التعلم الحركي ، ط 1 : (جامعة ديالى ، كلية التربية الرياضية، 2008) ص 29.

يمكن التمييز بين القدرات الحركية والقدرات البدنية من خلال النفاط الآتية:(2)

اولا : ان القدرات البدنية تقاس بكمية الحركة وعادة ما يعطي الشخص المفحوص اعلى انجاز . اما القدرات الحركية فأنها تقاس بنوعية الحركة وعادة ما يعطي الشخص المفحوص ادق مسارات حركية .

ثانيا : ان لكل قدرة بدنية خصوصيتها واستقلالها عن القدرات البدنية الاخرى , حيث ان لكل قدرة جهاز او أجهزة مرتبطة ولذلك لا يمكن التعميم , حيث لا يمكن ان نستدل من اختبار السرعة بان ذلك الرياضي له مرونة او تحمل . اما القدرات الحركية فأنها مرتبطة مع بعضها وتعمل تحت مظلة واحدة وجهاز واحد وهو السيطرة الحركية . ان اختبار واحد للقابليات حركية يعطي مؤشرات واضحة حول القابليات الاخرى ولذلك فان كافة المصادر تستخدم اختبار الرشاقة فقط للتعبير عن القدرات الحركية الاخرى .

ثالثا : من الناحية الاحصائية , لو اردنا ان نختبر معامل الارتباط بين القدرات البدنية فيما بينها لوجدنا ان معاملات الارتباط ضعيفة , في حين ان معاملات الارتباط بين مجموعة الاختبارات الحركية.

رابعا: لو لاحظنا الاشخاص الذين يعانون من مشاكل في الجهاز العصبي المركزي والمحيطي (المتخلفون عقلياً) لوجدنا انهم يتمتعون بقدرات بدنية مثل الاسوياء ولكن قدرتهم الحركية تعاني من الضعف ومثال على ذلك نظرة واحدة الى طريقة المشي وركض المتخلفون عقليا بوضوح الصورة .

"ان لكل اداء مهاري في اي فعالية رياضية تأثير مباشر في مجموعات عضلية دون الاخرى ، وان الاستمرار في التدريب لمدة طويلة غالبا ما يؤدي الى حدوث عدم التوازن بين عمل المجموعات العضلية ،لذا فإنه ينصح استخدام تدريبات المقاومات منذ البداية لتجنب حدوث ذلك" (1).

(1) المكتبة الافتراضية العراقية .

وتذكر كل من (نجوى سلمان وثناء السيد 1991) إلى إن " القدرات الحركية تعد إحدى الركائز الأساسية التي يتوقف عليها الإعداد المهاري في الأنشطة المختلفة إذ توجد علاقة بين القدرات الحركية ومستوى الأداء المهاري وإن اختلاف مستويات العلاقة تبعاً لنوع النشاط الرياضي الممارس فإن امتلاك الفرد على مستوى عالٍ من القدرات الحركية إنما يدل على إن هذا الفرد لديه درجة من القدرة على ممارسة النشاط الرياضي بنجاح"⁽¹⁾. والقدرات الحركية تعرف على أنها " قدرات أو صفات مكتسبة من المحيط ويكون التدريب والممارسة أساساً لها وتتطور بحسب قابلية الفرد الجسمية والحسية والإدراكية"⁽²⁾. ونستطيع القول إلى إن القدرات تخضع إلى قدرة الفرد في التحكم والسيطرة على الأداء الحركي وهذا ما أكد عليه (فرات جبار 2008) "فهذه القدرات تخضع إلى قدرة التحكم في الحركة وتعتمد على استثمار الإحساس الحركي في التنفيذ إذ كانت هذه الصفات لا تستخدم جهداً طويلاً أو حجماً حركياً كبيراً"⁽³⁾.

2-1-4-1 الرشاقة :

إن مفهوم الرشاقة من المفاهيم التي يكثر حولها النقاش من قبل الباحثين والمفكرين في المجال الرياضي ذلك لأرتباطها ببعض القدرات البدنية والحركية وتظهر هذه الصفة في الفعاليات التي تتطلب الوقوف المفاجئ ويتفق معظم الخبراء على إن الرشاقة تعني قدرة الفرد على تغيير أوضاع جسمه أو سرعة تغيير الاتجاه سواء كان ذلك بالجسم كله أو أجزاء منه سواء كان على الأرض أو في الهواء ويشمل عنصر الرشاقة على جزء كبير من التوافق العضلي كما يتعرض بصفة

(1) نجوى سلمان وثناء السيد ؛ الأهمية النسبية لبعض القدرات الحركية التي تسهم في اختبار ناشئ كرة السلة: (مجموعة رسائل الماجستير والدكتوراه في كلية التربية الرياضية ، مطبعة الرواد ، بغداد ، 1991) ص23.

(2) وجيه محجوب ؛ نظريات التعلم والتطور الحركي : (عمان ، دار وائل للنشر ، 2002) ص77.

(3) فرات جبار سعد الله ؛ مصدر سبق ذكره ، 2008 ، ص29 .

خاصة للجهاز العصبي والقدرة على التفكير بسرعة والتصرف بالحلول الحركية المناسبة والسريعة.

كما يذكر ريسان خريبط " بأن الرشاقة هي قدرة اللاعب على تكرار تغيير وضع الجسم او احد اجزائه بانسيابية وسرعة تتناسب مع متطلبات المواقف المتغيرة في النشاط الممارس"⁽¹⁾.

وهذا ما اكده محمود موافي " بانها قدرة اللاعب على تغيير اوضاع جسمه او سرعته او اتجاهه على الارض او في الهواء بدقة وانسيابية وفي التوقيت المناسب"⁽²⁾. كما اتفق كل من محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان " بان الرشاقة هي صفة معقدة ومركبة لها علاقة وثيقة بصفات اخرى مثل الدقة ، التوافق ، التوازن ، القدرة على السيطرة والتحكم ، كما تتضمن عدة صفات مثل القوة العضلية وسرعة رد الفعل الحركي والسرعة الحركية وتتاثر كثيراً بمستوى الادراك للحركة والمواقف وسلامة الحواس المختلفة⁽³⁾ ويشير سامي الصفار " الى ان الرشاقة في كرة القدم تعني قدرة اللاعب على اداء فعاليات كرة القدم المتنوعة صغيرة كانت ام كبيرة في اتجاهات مختلفة بطريقة سريعة مفاجئة مع القدرة على تغيير الاتجاه بسرعة والوقوف المفاجئ باستخدام الكرة او اي اداة تدريبية وبدون الكرة او الادوات"⁽⁴⁾.

(1) ريسان خريبط ؛ النظريات العامة في التدريب من الطفولة الى المراهقة : (عمان ، دار الشروق للنشر ، 1988) ص42.

(2) محمود موافي ؛ علم كرة القدم والتطوير في اساليب التدريب، ط1 (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2010) ص83.

(3) محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان ؛ اختبارات الاداء الحركي (القاهرة ، دار الفكر العربي، 1989) ص772.

(4) سامي الصفار و اخرون ؛ كرة القدم : ط 2 (الموصل ، مطبعة دار الكتب للطباعة والنشر ، 1987) ص 272 .

ويذكر عادل عبد البصير "بأنها قدرة اللاعب على تغيير اوضاع جسمه او سرعة تغيير الاتجاه في اجزاء جسمه او كله في الهواء او على الارض"⁽¹⁾. ويعرفها زهير قاسم الخشاب "بأنها قدرة اللاعب على اداء الفعاليات المتنوعة في اتجاهات مختلفة بطريقة سريعة ومفاجئة مع القدرة على تغيير الاتجاه بسرعة والوقوف المفاجيء باستخدام الكرة او اي اداة تدريبية او بدون كرة"⁽²⁾.

وتشير المصادر الى ان هناك نوعين من الرشاقة.

- 1- الرشاقة العامة : وتعني القدرة على اداء حركي عام يتسم بالتنوع والتعدد بدقة وانسيابية وفي التوقيت المناسب .
- 2- الرشاقة الخاصة : وتعني القدرة على اداء الحركات المشابهة لطبيعة الاداء في كرة القدم بدقة وانسيابية وفي التوقيت المناسب⁽³⁾.

ويقسمها بسطويسي احمد حسب حجم العضلات العاملة في الاداء الحركي الى⁽⁴⁾.

- 1- الرشاقة الخاصة بالعضلات الكبيرة .
- 2- الرشاقة الخاصة بالعضلات المتوسطة .
- 3- الرشاقة الخاصة بالعضلات الصغيرة .

(1) عادل عبد البصير؛ التدريب الرياضي التكاملي بين النظرية والتطبيق : ط 1 (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1999) ص 144.

(2) زهير قاسم الخشاب و اخرون ؛ كرة القدم ؛ ط 2: (الموصل، دار الكتب للطباعة و النشر، 1999) ص144.

(3) محمود موافي ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 83 .

(4) بسطويسي احمد ؛ اسس ونظريات التدريب : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999) ص 200.

- ويمكن تصنيف الرشاقة وفقاً لما يأتي (1) .
- 1- صعوبة توافق الواجب الحركي .
 - 2- ضبط الاداء الحركي .
 - 3- زمن الاداء الحركي .

2-4-1-2 التوافق :

إنَّ التوافق " عملية مقرونة بإمكانيات الجهاز الحركي على تنظيم القوة الداخلية مع القوة الخارجية المؤثرة ،وتختلف القوة باختلاف الفعل الحركي وبالخبرات السابقة لدى الأفراد لأن الجهاز العصبي المركزي هو الأساس في عملية التوافق.(2)

ويعرف وديع ياسين التوافق بأنه " قدرة الفرد في السيطرة على عمل الجسم وأجزائه المختلفة بصورة مشتركة في أداء واجب حركي وربط هذه الأجزاء بحركة انسيابية ذات جهد فعال لإنجاز الواجب الحركي "(3)

وأشار(محمد حسانيين 1995) الى " ان التوافق يتطلب تعاوناً كاملاً بين الجهازين العضلي والعصبي حتى يمكن أداء الحركات ، التي تحتاج في أدائها الى أكثر من جزء من أجزاء الجسم في وقت واحد ، وقد أشار لارسون ويوكيم الى أن التوافق يعتمد على سلامة ودقة وظائف العضلات والأعصاب وارتباطها معاً في العمل . وهذا يستلزم كفاية خاصة من الجهاز العصبي لغرض ارسال الإشارات العصبية الى أكثر من جزء من أجزاء الجسم في وقت واحد ، وربما تحريك هذه الأجزاء من الجسم في اتجاهات مختلفة في الوقت نفسه لتنفيذ الحركة ، لذلك فان الجهاز العصبي يحتاج

(1) حسين علي العلي و عامر فاخر ؛ استراتيجيات وطرائق واساليب التدريب الرياضي ، بغداد ، مكتب النور ، 2010 ، ص216.

(2) وجيه محجوب واحمد البدري ؛ أصول التعلم الحركي : (جامعة الموصل ، الدار الجامعية للطباعة والنشر ، 2002) ص15.

(3) وديع ياسين وياسين طه ؛ الإعداد البدني للنساء : (دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل) 1986 ، ص 67 .

(4) محمد صبحي حسانين ؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية : ط3 (دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1995) ص361.

الى سيطرة تامة على الممرات العصبية المختلفة للطفل ، إذ تتم عملية الكف والإثارة وفق توقيت زمني سليم⁽¹⁾ ويشير منذر هاشم الخطيب وعلي الخياط الى ان هناك مميزات للحركة التوافقية الجيدة وهي⁽²⁾.

- 1- اقتصادية استخدام القوة .
- 2- موازنة عملية الشد العضلي .
- 3- حركة ديناميكية كبيرة .
- 4- حركة ديناميكية صغيرة .
- 5- المزج الشكلي لكل من الحركتين النموذجيتين .
- 6- تحديد الحدود النهائية .
- 7- اجادة الضبط النهائي وكذلك الحركة .
- 8- تكيف ديناميكية الاحساس للحركة .
- 9- امكانية اظهار الاستدلال الحركي الوقتي .

ويذكر كاظم عبد الربيعي وموفق مجيد المولى بأن التوافق³ هي الصفة الحركية التي تمكن الشخص من ان يتولى انجاز جهد ما بمعنى الدمج المتدرج للطاقة المطلوبة منجزاً عملاً ممتازاً لمجموعة عضلية لسلسلة من الحركات بكفاءة عالية وجهود اقتصادية⁽³⁾

(1) محمد صبحي حسانين ؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، ط3 (دار الفكر العربي ، القاهرة 1995) ص361.

(2) منذر هاشم الخطيب وعلي الخياط ؛ قواعد اللياقة البدنية في كرة القدم : ط 1 (عمان دار المناهج للنشر ، 2000) ص31-32.

(3) كاظم عبد الربيعي وموفق مجيد المولى ؛ الاعداد البدني بكرة القدم : (الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1988) ص 42.

ويشير نجاح مهدي شلش " بان التوافق عملية تنسيق وتنظيم الجهد المبذول من قبل الفرد طبقاً للهدف فكما تعقدت المهارة الحركية زادت الحاجة الى التوافق من اجل اداء الحركات بفاعلية اكثر"⁽¹⁾.

ويقسم التوافق الى الاقسام الاتية :

1- التوافق العام والتوافق الخاص .

☒ **التوافق العام** : يتضمن الحركات الرياضية او غير الرياضية التي يؤديها كل فرد خلال حركاته اليومية مثل (المشي ، الصعود ، النزول على السلم ، الجري ، الوثب).

☒ **التوافق الخاص** : وهذا يتطلب تدريباً خاصاً على نوع معين من العمل كالرياضي الذي يمارس رياضة معينة .

2- التوافق بين اعضاء الجسم ككل وتوافق الاطراف .

3- توافق (القدم - العين) توافق (الذراعين - العين) :

بالنسبة لتطوير التوافق للمرحلة العمرية (13-15) سنة فقد اظهرت دراسة بارو Barrow ومك جي McGee عام 1980 بتتبع تطور التوافق الحركي عبر مرحلة الطفولة والمراهقة لاختبار رمي الكرة لأبعد مسافة ان هنالك زيادة في معدل نمو التوافق الحركي ويتطور بشكل واضح ، اذ تتضاعف القدرة على التوافق بمقدار ثلاثة اضعاف خلال عمر (7- 17) سنة بالنسبة للبنين⁽²⁾

(1) نجاح مهدي شلش واكرم محمد صبحي ؛ **التعلم الحركي** : ط 2) جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، (2000) ص 57 .

(2) ميساء لطيف سلمان المحمودي ؛ **اثر منهج مقترح في تطوير القدرات البدنية والحركية على مستويات مختلفة للذكاء**، اطروحة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية . جامعة بغداد ، 2006، ص 40.

2-1-4-3 التوازن :

يعد التوازن احد الصفات الحركية الأساسية , اذ اظهرت التجارب والبحوث السابقة انه لا يمكن ان يؤدي الرياضي أي حركة رياضية بصورة سليمة اذا لم يرتبط ادائه بصفة التوازن⁽¹⁾ ويقصد بالتوازن بالقدرة على الاحتفاظ بإتزان الجسم او تعادل اجزائه في الأوضاع المختلفة له والتوازن ضروري في كل حركة وهو يتأثر بعدة عوامل منها "مركز ثقل الجسم وخط الجاذبية الأرضية"⁽²⁾ ويعرف أيضاً بأنه "قابلية التوافق الحركي على الواجبات ذات المهارة الحركية بقاعدة إرتكاز صغيرة أو كبيرة أو في الهواء ، كذلك السيطرة الكاملة على حركات الجسم بأنواعه " ⁽³⁾ و التوازن بمفهومه البسيط عبارة عن الاحتفاظ بمركز ثقل الجسم داخل قاعدة الاتزان التي دائما ما يكون جزء من الجسم على الارض ، ويجب ان نأخذ بالاعتبار كلما كان هذا الجزء من الجسم الذي هو بمثابة قاعدة الاتزان كبيراً كلما كان استقرار الجسم اكبر وعلى ذلك فالاتزان من اوجهه العلمية من التحكم العضلي العصبي الراقى⁽⁴⁾ .

فالتوازن نوعان هما "توازن آستاتيكي وتوازن ديناميكي ، ويعرف التوازن الاستاتيكي بأنه قدرة الجسم في المحافظة على اتزانه في وضع ثابت مثل الوقوف المتزن على قدم واحده أو الوقوف على عارضة التوازن أو إبقاء العصا في وضع متزن ، أما التوازن الديناميكي فهو القدرة في المحافظة على الاتزان في أثناء التحرك من نقطه إلى نقطه أخرى كالمشي على عارضة التوازن⁽⁵⁾ .

(1) نبيل محمود شاكر ؛ علم الحركة والتطور الحركي حقائق ومفاهيم : (جامعة ديالى ، كلية التربية الأساسية 2005) ص .

(2) قاسم لزام صير ، المصدر السابق .

(3) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ؛ مصدر سبق ذكره ، ص29. (، الكويت ، دار القلم ، 1984) ص 164 .

(4) عماد الدين عباس ابو زيد ؛ التخطيط والاسس العلمية لبناء واعداد الفريق في الالعاب الجماعية نظريات تطبيقات ، ط 1 (منشأة المعارف للطباعة ، 2005) ص274 .

(5) فريدة إبراهيم عثمان ؛ التربية الحركية لمرحلة الرياض والمرحلة الابتدائية ، ط1 (الكويت ، دار القلم ، 1984) ص 164 .

- ويشير محمود موافي الى التوازن بالميزات الآتية:(1)
- 1- تتميز هذه القدرة الحركية (التوازن) بالنمو في عمر مبكر مقارنة بالقدرات البدنية الاخرى.
 - 2- يتحسن التوازن الحركي بشكل عام مع زيادة العمر .
 - 3- يتقارب مستوى الاولاد والبنات في طور نمو التوازن الحركي .
 - 4- يتطور نمو التوازن بشكل غير منتظم عبر مراحل العمر المختلفة .
 - 5- يتوقف تطور نمو التوازن بنوعيه الثابت والحركي لدى البنات عند عمر 12 سنة بينما يستمر النمو بالنسبة للولاد .
 - 6- يتأثر التوازن بطبيعة نمو البناء الجسماني خاصة ما يتعلق بالقياسات الجسمية للأعراض والمحيطات، على نحو يفضل القياسات الجسمية الأخرى مثل قياسات الاطوال
 - 7- يؤثر عامل الوراثة تأثيراً كبيراً في تطور نمو التوازن ، وبالرغم من ذلك يمكن تطويره بالتدريب والممارسة .

2-1-5 المهارات الهجومية بكرة اليد:

تنقسم المهارات الهجومية بكرة اليد الى قسمين (2):

- مهارات هجومية بالكرة .
- المسك .
- المناولة .
- الاستلام .
- الطبطبة .
- التصويب ،
- الخداع .

(1) محمود موافي ؛ مصدر سبق ذكره ، ص40.

(2) جميل قاسم واحمد خميس ؛ موسوعة كرة اليد العالمية : (دار الكتاب ، بغداد ، مؤسسة الصفاء ،

بيروت ، 2011) ص99.

إذ صنف (شتاين وفيدروف 1983) المهارات الأساسية إلى "التقاط الكرة , الاستلام, التمير, التصويب". (1)

- مهارات هجومية بدون كرة .
- البدء والتوقف .
- العدو والجري .
- المراوغة بالجسم .
- الحجز .
- تغيير وقت الجري .

وكذلك صنف (كمال عارف وسعد محسن) نقلاً عن سامر عزيز المهارات الأساسية إلى (2)

- 1.مسك الكرة
- 2.استلام الكرة
- 3.مناولة الكرة
4. الطبطبة
- 5.التصويب
- 6.الخداع

وسيتناول الباحث المهارات الهجومية الداخلة ضمن منهاج وزارة التربية للصف الرابع الابتدائي وهي المناولة و الاستلام والطبطبة .

(1) stein Gerty and hanz fedehoff; **Handball**: (Benin/sportverlag1983)p87.

(2) سامر عزيز محسن (منهج تدريبي مقترح وأثره في تطوير الرؤيا المزدوجة على بعض مهارات التمير بكرة اليد) رسالة ماجستير , جامعة ديالى (غير منشورة) 2003.

2-1-5-1 المناولة :

تعد مناولة الكرة من المهارات المهمة في لعبة كرة اليد , فبواسطتها يمكن الوصول الى هدف الفريق المنافس والمناولة الجيدة لاتقل اهمية عن عملية التصويب , والفريق الجيد الذي افراده يجيدون مناولة الكرة يستطيعون الوصول الى هدف الخصم عدة مرات وتسجيل الاهداف , عكس الفريق الذي لا يجيد افراده المناولة فان فرص وصولهم الى هدف الفريق المنافس تكون قليلة , وهذا بالتأكيد له تأثير سلبي على عدد الاهداف المسجلة , ومن خلال حسن المناولة بين اللاعبين يمكن احداث الكثير من الثغرات بين صفوف المدافعين التي يمكن من خلالها تسجيل الكثير من الاهداف.(1)

2-1-5-2 كيفية تعليم المناولة بكرة اليد :

عند اداء أي مناولة يجب ان يكون الجسم غير متصلب ومائلا قليلا الى الامام , وثقل الجسم موزعا على القدمين المفتوحين بفتحة مناسبة مع طول اللاعب ومع انثناء الركبتين , ويكون الجسم في كامل اتزانه .

وعند تنفيذ المناولة يأخذ اللاعب خطوة باتجاه اللاعب الذي سيمرر له وتكون حركة المناولة بسلاسة وانسيابية بحيث تستمر حركة الذراع في حركتها خلف الكرة , وتأکید دفع الكرة بالرسغ والاصابع وبمساعدة مفاصل الجسم جميعها واتجاه سير الكرة نفسه , وحتى تتم عملية المناولة بطريقة صحيحة يجب تأكيد النقاط الاتية :

- ان تسير الكرة بعد المناولة في مستوى افقي منذ بدء مناولتها حتى يتسلمها الزميل في مستوى كتفيه مما يتيح له فرصة التصويب او المحاورة او المناولة او الخداع بسرعة بعد استلامها.
- ان يراعي في المناولة طبيعة المستلم وقدرته وسرعته واتجاهه .
- ان تكون المناولة خالية من الدوران لان ذلك يسبب تعثرها بين يدي المستلم.(2)

(1) جميل قاسم و احمد خميس ؛ موسوعة كرة اليد العالمية : (دار الكتاب , بغداد , مؤسسة الصفاء , بيروت , 2011) ص 101.

(2) جميل قاسم و احمد خميس ؛ نفس المصدر , ص 101 - 102.

2-1-5-3 المناولة من مستوى الرأس :

يعد هذا النوع من اكثر انواع المناولات استخداما في لعبة كرة اليد ,وتؤدي هذه المناولة اما برفع الكرة فوق مستوى الكتف مباشرة بواسطة الذراع الرامي ومساعدة الذراع الاخرى , او بسحب الكرة من مستوى الصدر الى الاسفل وبمساعدة الذراع الثاني الى الخلف , ثم يقبذ الذراع بدوران مفصل المرفق لتوجه الكرة الى الجهة التي ترمي اليها , وتشكل الذراع الرامي زاوية قائمة من مفصل المرفق ثم تدفع الكرة الى الامام مع دوران الكتف وامتداد الذراع الى الامام في حركة متابعة خلف الكرة .⁽¹⁾

2-1-5-4 استلام الكرة :

يعد استلام الكرة من المهارات الاساسية والمهمة في لعبة كرة اليد , وحسن استلام الكرة له تأثير ايجابي في اداء المهارات اللاحقة من مناولة او تصويب لهذا يجب تأكيد حسن تعلمها وادائها وتصحيح الاخطاء جميعها التي يمكن ان يقع فيها اللاعب المبتدئ , واستلام الكرة باليد هو الافضل لغرض السيطرة على الكرة بصورة جيدة وعدم إعطاء فرصة للمنافس من قطعها , واستلام الكرة على نوعين :

2-1-5-5 استلام الكرة باليدين :

من الجدير بالذكر أن استلام الكرة بكنتا اليدين هو الأكثر شيوعاً إذ " تمسك الكرة و أصابع اليدين مفتوحة وتمد بدون شد أو توتر الإبهامين الواحد على الآخر و يكون الإبهامين متقاربين وبطن اليدين متقابلة، ويكون هناك فراغ بين الكرة وبطن اليدين بحيث تشكل اليدين قمع يسمح للكرة بأن تستقر فيه على أن يكون هناك ارتخاء في الذراعين و إنثناء قليل في مفصل المرفق"⁽¹⁾.

(1) كمال عارف ظاهر و سعد محسن اسماعيل ؛ كرة اليد : (دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة

الموصل ص 63- 64 .

(2) جميل قاسم و احمد خميس ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 103.

2-1-5-6 استلام الكرات العالية :

ويقصد بالكرات العالية التي يكون مستوى طيرانها بمستوى حزام اللاعب فما فوق ، والمنخفضة يكون مستوى طيرانها تحت حزام اللاعب ، ولضمان استلام الكرات العالية بصورة صحيحة على اللاعب مراعات الآتي :

- توجيه الذراعين والنظر في الاتجاه المتوقع وصول الكرة منه .
- تنتشر اصابع اليدين وبدون تصلب .
- الابهامان يكونان موجهين لبعضهما ويشكلان مع السبابتين مثلثا يحمي الكرة ويمنع خروجها .
- تكون الذراعين مثنيتين قليلا من مفصل المرفق لامتصاص قوة امتصاص الكرة .
- سحب الذراعان الى الصدر حال استلام الكرة وارجاع القدم الامامية اذا كانت وقفة اللاعب قبل استلام الكرة بحيث احدى قدميه للأمام والاخرى الى الخلف .(1)

2-1-5-7 الطبطبة:

هي توافق عضلي عصبي بين جميع اعضاء الجسم وتؤدي باليد بتناسق وانسجام وسيطرة دون تصلب او توتر ، على شرط ان تستعمل في الظروف والمكان المناسب كي لا تكون سببا في ضياع مجهودات الفريق . " وكذلك لا تختلف الطبطبة في كرة اليد عن الطبطبة في كرة السلة الا انها اصعب منها نوعا ما وذلك لصغر حجم الكرة . اما من الناحية التكنيكية فهي واحدة حيث لا تحمل الكرة او توجه في أي لحظة من لحظات الطبطبة".(1)

- وطبقا لقانون اللعبة فانه يسمح للاعب سواء خلال الوقوف او الركض بـ: (2)
- أ . طب الكرة مرة واحدة ثم مسكها ثانية بيد واحدة او باليدين .

(1) جميل قاسم واحمد خميس ، مصدر سبق ذكره ، ص100 .

(2) الاتحاد الدولي لكرة اليد . القانون الدولي لكرة اليد . ترجمة سعد محسن، بغداد : مطبعة الميناء : 2002 ، ص21-22 .

ب . طب الكرة باستمرار بيد واحدة (الطبطة) او درجة الكرة على الارض باستمرار بيد واحدة ثم مسكها أو التقاطها ثانية بيد واحدة او باليدين . حالما تمسك الكرة بعد ذلك بيد واحدة او باليدين فيجب ان تلعب خلال (3) ثانية أو بعد أخذ ما لا يزيد (3) خطوات او حملها لمدة لا تزيد عن 3 ثا.

2-1-6 ذوي الاحتياجات الخاصة :

يعرف عبد المطلب القريطي (1996 ص 13) نقلاً عن امل عبد الفتاح " ذوي الاحتياجات الخاصة بأنهم" اولئك الافراد الذين ينحرفون عن المستوى العادي او المتوسط في خاصية ما من الخصائص او في جانب ما او اكثر من جوانب الشخصية الى الدرجة التي تحتم احتياجهم الى خدمة خاصة ".⁽¹⁾

ويعد بطيئي التعلم احدى فئات التربية الخاصة التي توصف بأنها " فئة ذوي المحنة التعليمية او الإعاقة الخفية التي لا ترجع الى سبب واضح وظاهر ولكنها تعود الى سبب كامن وخفي وليست مثل أي مرض وقد احتل موضوع بطيئي التعلم موقعاً مهماً وأصبح مألوفاً لدى جميع المشتغلين بالتربية الخاصة ، حيث بدأ الأهتمام بشكل واضح بالأفراد الذين ينتمون الى هذه الفئة بهدف تقديم الخدمات التربوية والبرامج العلاجية لهم وقد استتارت هذه الفئة انتباه كثير من العلماء والمتخصصين في مجالات مختلفة مثل ، التربية ، وعلم النفس الفسيولوجي ، وعلم النفس التربوي و علم النفس المعرفي⁽²⁾.

2-1-7 مفهوم بطيئي التعلم :

تعد احدى النقاط مناط الأهتمام لدى أي باحث يريد ان يتعرف على أي مجال او مفهوم علمي هي اولاً ، التعرف على المعنى الدقيق لهذا المفهوم ، مما يوفر له الأطار العلمي الجيد الضابط لحركة بحثه ، فمجال بطيئي التعلم شأنه شأن أي مجال نجده قد واجه

(1) امل عبد الفتاح و منى محمد الجزار ؛ تكنولوجيا التعلم لذوي الحاجات الخاصة ، دار الفكر ، الاردن ، عمان 2012 ص17.

(2) سليمان عبد الواحد يوسف ؛ ذوو صعوبات التعلم الاجتماعية والأنفعالية ، ط1 (عمان ، دار المسيرة 2011، ص19 .

صعوبات في تعريفه والوصف الدقيق للأنماط السلوكية المختلفة لدى الأفراد بطيئي التعلم ، وفيما يلي بعض هذه التعريفات.

حيث قدمت (باتمان) (1965. ص 220) تعريفاً "هم الذين يظهرون تباعداً دالاً تربوياً بين أمكانياتهم العقلية ومستوى ادائهم الفعلي

ويشير سيد احمد عثمان (1990, 29) الى أن الأطفال بطيئي التعلم هم الذين لا يستطيعون الاستفادة من الخبرات المتاحة في الفصل الدراسي او خارجه ولا يستطيعون الوصول الى مستوى زملائهم مع استبعاد المعاقين عقلياً وجسماً والمصابين بأمراض عيوب السمع والبصر . وقدم فؤاد ابو حطب و آمال صادق (2000, 774) تعريفاً لبطيئي التعلم يعني العجز عن التعلم ويعتبرونه لوناً من التعويق الشديد يدخل صاحبه في فئة الذين يحتاجون الى التربية الخاصة . اما بست (best) هي اضطراب عصبي نفسي في مجال التعلم قد تحدث في أي مرحلة من مراحل عمر الفرد , قد تكون نتاج لعيوب في الجهاز العصبي المركزي وقد يكون ناشئاً عن اصابته الفرد بالامراض المختلفة او التعرض للحوادث او قد يعود الى اسباب لها علاقة بالنضج والنمو .⁽¹⁾

2-1-8 اسباب صعوبات التعلم :

من خلال بعض الدراسات لمفهوم صعوبات التعلم يمكن الاستدلال على بعض اسبابها وتختلف الأسباب باختلاف الاتجاهات المعرفية لها سواء كانت طبية او تربوية او نفسية او بيئية او وراثية .

ويمكن تلخيص الأسباب في المجالات الآتية⁽²⁾.

أ - **الفقر** : يعتقد ان الفقر هو العامل الرئيس الذي يسبب بطئ التعلم في الدول النامية

كالهند مثلاً ويؤثر الفقر على الأطفال بطريقتين :

• باضعاف صحة الطفل .

• تقليل قدرته على التعلم

(1) سليمان عبد الواحد ؛ المصدر السابق ، ص 22.

(2) لوكاند هاردي ؛ ترجمة ، محمود عوض الله سالم : **بطيئو التعلم ، خصائصهم النفسية وتعلمهم** (عمان ، دار الفكر ، 2010)

حيث يسبب الفقر الحرمان العقلي والأخلاقي الذي يؤثر في النهاية على أداء الطلبة ويجد الطفل في الأسرة الغنية طرقاً مختلفة للاستكشاف كما انه يحصل على مواد كافية لتلبية متطلباته فهو يحصل على اللعب والتعليم والكتب المناسبة لاكتساب المعارف العامة لتحسين خلفيته التعليمية وبذلك يتدرب عقله ليضاعف معدل تعلمه بمرور السنوات وعلى العكس من ذلك لا يحصل الطفل في الأسرة الفقيرة على فرصة كافية لتعيش حياة كاملة , حيث ان الطلاب الفقراء لا يجدون الطرق الاستكشافية فمن المستحيل ان يصفقوا عقولهم وان يحسنوا معدل تعلمهم في مرحلة مبكرة , والفقر بطبيعته ليس بالضرورة هو السبب ببطء التعلم ولكنه قد يخلق الظروف المناسبة والأحوال التي قد تسهل بداية بطء التعلم ومع ذلك فالفقر ليس السبب الوحيد في بطء التعلم .

ب . **ذكاء افراد الأسرة :** يعتبر مستوى ذكاء الوالدين وافراد الأسرة من العوامل المحتملة الأخرى التي تؤثر على تعلم الطفل . فالآباء المثقفون يكونون متحمسين لتنمية عقول أطفالهم , فيبدأون بتعليم وتدريب أطفالهم قبل أن يلتحقوا بفصول رياض الأطفال ويقومون بتعليم أبوي مكثف في القراءة والحساب , وبهذه الطريقة يدرسون أطفالهم على زيادة معدل التعلم.

ج - **العوامل التربوية وتشمل الآتي :**

- الفروق الفردية .
- المنهاج الواحد .
- اختلاف طرق التدريس .
- عدم جاهزية غرفة التدريس لحاجات التلاميذ .
- نقص مهارات المعلمين التدريسية .
- اساليب التنشئة الاجتماعية من دلال واهمال وتجاهل وعقاب وتميز بين الاخوة وغيرها .

د - **العوامل البيئية وتشمل الآتي :**

- عدم وجود التعزيز والتغذية الراجعة في بيئة الطفل الدراسية .
- عدم تشجيع الانجاز مهما كان (الجهد المبذول) .

- ضربات الرأس .
- المهددات الأمنية وعدم وجود الدفاء العاطفي .

2-1-9 خصائص الطلبة الذين يعانون من صعوبات التعلم :

فيما يلي موجز للخصائص المتوقع وجود بعضها عند هؤلاء الطلبة .

- السعة المعرفية المحدودة .
- الذاكرة الضعيفة .
- عدم القدرة على التعبير عن الأفكار .

2-2 الدراسات السابقة :

2-2-1 دراسة (ثائر رشيد حسن) (1).2002

(تأثير منهج تدريبي في تطوير بعض الصفات البدنية والحركية والمهارات الأساسية لتلميذ بطيئي التعلم)

أهداف الدراسة :

1. التعرف على بعض الصفات البدنية والحركية ذات الأولوية في الأداء الحركي لدى تلاميذ بطيئي التعلم .
2. اعداد منهج تدريبي لتطوير بعض الصفات البدنية والحركية والمهارات الأساسية لدى تلاميذ بطيئي التعلم .
3. تأثير المنهج في تطوير بعض الصفات البدنية والحركية والمهارات الاساسية لدى تلاميذ بطيئي التعلم .

(1) ثائر رشيد حسن (تأثير منهج تدريبي في تطوير بعض الصفات البدنية والحركية والمهارات الأساسية

لتلميذ بطيئي التعلم) رسالة ماجستير غير منشورة , جامعة ديالى , كلية التربية الرياضية 2002.

فروض البحث :

- 1- المنهج يسهم في تطوير بعض الصفات البدنية والحركية والمهارات الأساسية ذات الأولوية في الأداء الحركي .
- 2- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في اختبارات بعض الصفات البدنية والحركية والمهارات الأساسية لدى تلاميذ بطيئي التعلم .
- 3- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة .

الاستنتاجات والتوصيات :

الاستنتاجات :

- 1- هناك تقارب في المستوى البدني والحركي والمهاري بالاختبارات القبالية لتلاميذ المجموعتين
- 2- ظهور فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارات القبالية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية لبعض الصفات البدنية والحركية والمهارات الأساسية .

2-2-2 دراسة (محمد زامل عبد الكريم) 2011.⁽¹⁾

(تأثير التمرين المكثف والموزع بأسلوب التعلم الذاتي في تنمية الإدراك والتوافق الحركي لبطيئي التعلم).

اهداف الدراسة :

- 1- التعرف على تأثير التمرين المكثف بأسلوب التعلم الذاتي في تنمية الإدراك والتوافق الحركي لبطيئي التعلم .
- 2- التعرف على تأثير التمرين الموزع بأسلوب التعلم الذاتي في تنمية الإدراك والتوافق الحركي لبطيئي التعلم .

(1) محمد زامل عبد الكريم (تأثير التمرين المكثف والموزع بأسلوب التعلم الذاتي في تنمية الإدراك والتوافق الحركي لبطيئي التعلم) رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية الأساسية ، جامعة ديالى ، 2011.

3- التعرف على تأثير الطريقة الاعتيادية في تنمية لأدراك والتوافق الحركي لبطيئي التعلم

فرضا الدراسة :

1. توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الأختبارين القبلي والبعدي للأدراك والتوافق الحركي في المجموعة التجريبية الأولى .
2. توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الأختبارين القبلي والبعدي للأدراك والتوافق الحركي في المجموعة التجريبية الثانية .

الاستنتاجات :

1. ان استخدام التمرين الموزع بأسلوب التعلم الذاتي له اثر ايجابي كبير في زيادة فاعلية اداء التلميذات وتنمية مستوى الأداء وهذا واضح في نتائج الأختبارين القبلي والبعدي .
2. ان استخدام التمرين (الموزع والمكثف بأسلوب التعلم الذاتي) له تأثير فعال في تنمية الإدراك والتوافق الحركي وينسب مختلفة لدى عينه البحث .

3-2-2 مناقشة الدراسات السابقة:

بعد اطلاع الباحث على عدد من الدراسات السابقة أورد منها دراستان تناولت الأولى منها استخدام التمرين الموزع والمكثف والثانية حول استخدام تمرينات والعباب , وكانت الدراسة متباينة في بعض المتغيرات ومتشابهة في متغيرات اخرى وفيما يأتي بعض أوجه التشابه والأختلاف بين الدراسات السابقة والحالية :

4-2-2 اوجه التشابه و الأختلاف في الدراسات السابقة :

2-2-4-1 الدراسة الأولى :

هدفت الدراسة الاولى التعرف على بعض الصفات البدنية والمهارية ذات الأولوية في الأداء الحركي فيما هدفت دراستنا الحالية التعرف على تأثير برنامج تعليمي في تنمية الصفات الحركية وتعلم المهارات الهجومية بكرة اليد .

تشابه الدراستين من حيث استخدام المنهج التجريبي ذو المجموعتين التجريبية والضابطة .
جرت الدراسة السابقة على صفوف الأول والثاني والثالث فيما جرت دراستنا الحالية على
تلاميذ الصف الرابع .

اختلفت الدراسة السابقة في حجم العينة فكانت (27) فيما اجريت الدراسة الحالية على
(20) تلميذ .

2-4-2-2 الدراسة الثانية :

بالنسبة للدراسة الثانية استخدم فيها المنهج التجريبي وهذا ما يتفق مع المنهج المستخدم في
دراستنا الحالية واختلفت من حيث التصميم فاستخدمت الدراسة السابقة تصميم المجموعات
الثلاث فيما استخدمت دراستنا الحالية تصميم ذو مجموعتين .

الدراسة السابقة اجرت بحثها على عينة من بطيئي التعلم وهذا يتفق مع عينة الدراسة
الحالية واختلفت في جنس العينة فاستخدمت الإناث فيما استخدمت دراستنا الحالية الذكور .

تباينت الدراسة الحالية مع الدراسة السابقة في حجم العينة فقد كان عدد الدراسة الحالية
(20) تلميذ فيما كانت الدراسة السابقة (24) تلميذة.

تناولت الدراسة السابقة اختبار معرفي مكيف فيما تناولت دراستنا الحالية اختبارات حركية
ومهارية مقننة .

2-2-5 الفائدة المتحققة من الدراسات السابقة :

1. الاستفادة من جمع المادة النظرية .
2. الاستفادة من الاحصائيات المستخدمة في الدراسات السابقة .
3. بلورة مشكلة البحث وتحديد اهميتها.
4. ساعدت الباحث في اتباع الخطوات العلمية السليمة في اجراءات البحث.
5. الاستفادة في تحديد المنهج العلمي المناسب لطبيعة الدراسة.

3- منهج البحث واجراءاته الميدانية:

3-1 منهج البحث

ان المشكلة المزمع دراستها هي التي تحدد المنهج اللازم استخدامه في البحث الذي يؤدي الى تحقيق اهداف البحث فالمنهج هو " الطريقة التي ينتهجها الفرد حتى يصل إلى هدف معين"⁽¹⁾ لذلك فان اختيار المنهج المناسب لطبيعة المشكلة هو من الامور المهمة في اتمام البحث وخطوة اولى على الطريق السليم لحل المشكلة ولما كان هدفنا هو التعرف على تأثير البرنامج التعليمي وهذا التعرف لا يتحقق الا بالتجربة لذلك استخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين نوات الاختبارين القبلي والبعدي الذي يعرفه (الشوك، 2001) بأنه " محاولة للتحكم في جميع المتغيرات والعوامل الاساسية باستثناء متغير واحد يقوم الباحث بتطويقه او تغييره بهدف تحديد وقياس تأثيره العلمي"⁽²⁾. وكذلك " كون البرنامج التجريبي اكثر الوسائل كفاية في الوصول الى معرفة موثوقة بها"⁽³⁾. ولأن من اهم ما يميز النشاط العلمي الدقيق هو استخدام التجربة"⁽⁴⁾.

3-2 مجتمع البحث وعينته:

ان مجتمع الاصل هم تلاميذ الصف الرابع الابتدائي فئة (بطيئي التعلم) وحسب الأحصائيات التي حصل عليها الباحث من مديرية تربية محافظة ديالى (قسم التربية الخاصة) تبين ان عدد التلاميذ بطيئي التعلم يبلغ (63) تلميذ موزعين على (8) مدراس في عدد من مدن بعقوبة المركز اما مجتمع البحث فهو "ذلك الجزء من المجتمع الذي يجري اختياره وفق القواعد والطرق العلمية بحيث يمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً"⁽⁵⁾

(1) اكرم خطابية ؛ المناهج المعاصرة في التربية الرياضية : ط1 (عمان، دار الفكر العربي، 1997) ص19.

(2) نوري الشوك؛ رافع صالح فتحي، دليل الباحث لكتابة الابحاث في التربية الرياضية: (بغداد، ب، م، 2004) ص58.

(3) ديوبلود فان دالين؛ مناهج البحث العلمي في التربية وعلم النفس: ترجمة محمود نبيل واخرون، (القاهرة، كلية الانجلوا المصرية، 1984) ص407.

(4) وجيه محبوب جاسم؛ طرائق البحث العلمي ومنهاجه، ط2: (بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر، 1993) ص23.

(5) وجيه محبوب؛ طرائق البحث العلمي: (جامعة الموصل ، مديرية الكتب للطباعة، 1998) ص64.

فتم اختيارها عمدياً على اساس "انها تحقق اغراض الدراسة التي يقوم بها الباحث"⁽¹⁾. فتكونت من (12) تلميذ في مدرسة (الطور الابتدائية) استبعد الباحث اثنين منهم الاول لعدم رغبته في المشاركة والثاني لرسوبه للعام الدراسي السابق والمجموعة الضابطة مكونة من (10) تلاميذ في مدرسة (بعقوبة الابتدائية) حيث تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية للأسباب الآتية:-

- 1- تعاون الادارة ومعلمي و معلمات التربية الرياضية والتربية الخاصة مع الباحث.
- 2- كون ان العينة تمثل مجتمع البحث اصدق تمثيل .
- 3- وجود الساحات والأدوات المناسبة لأجراء التجربة الرئيسية .
- 4- البيئة الثقافية والاقتصادية للتلاميذ واحدة .

الجدول (1)

يبين حجم مجتمع الاصل وعينته وهم طلاب التربية الخاصة (بطيئي التعلم) في بعقوبة المركز للموسم الدراسي 2012_2013

النسبة المئوية	العدد	
% 100	63	مجتمع الاصل
%	20	عينة البحث
%	10	المجموعة التجريبية
%	10	المجموعة الضابطة
%	7	المجموعة الاستطلاعية

(1) ذوقان عبيدات واخرون؛ البحث العلمي: (عمان، دار الفكر العربي، 1988) ص 116 .

3-2-1 تجانس العينة :

لغرض التحقق من تجانس عينة البحث قام الباحث ببعض الاجراءات لضبط المتغيرات على الرغم من ان العينة المختارة هي من مرحلة دراسية واحدة واعمار متقاربة وكذلك لمنع المؤثرات التي قد تؤثر على نتائج التجربة من حيث الفروق الفردية لأفراد العينة.

لذا استخدم الباحث الوسائل الاحصائية عن طريق الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء للمتغيرات المذكورة في الجدول (2) لمعرفة واقع الاختلاف من عدمه.

الجدول (2)

يبين تجانس عينة البحث في مؤشرات الطول والكتلة والعمر

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
1	الطول	سم	147.14	11.3	145	0.37
2	الكتلة	كغم	41033	16.2	38	0.41
3	العمر	سنة	10	1.33	10.42	0.63-

يظهر من الجدول (3) ان عينة البحث متجانسة في مؤشرات النمو (الطول , العمر , الكتلة) , إذ كانت قيم معامل الالتواء جميعها محصورة بين $(3\pm)$ ما يدل على ان الدرجات توزعت توزيعاً اعتدالياً.

3-3 الأجهزة والأدوات والوسائل المستخدمة في البحث:

3-3-1 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

يمكن تعريف الأجهزة والأدوات المستخدمة بأنها " الوسيلة او الطريقة التي يستطيع الباحث بها حل مشكلة بحثه سواء كانت أدوات ام بيانات ام أجهزة"⁽¹⁾ ولغرض تحقيق إجراءات البحث الميدانية تم الاستعانة بالأجهزة والأدوات والوسائل المساعدة الآتية :-

- كرات يد رقم (3) عدد (2).
- كرات يد رقم (1) عدد (8) .
- كاميرا تصوير رقمية نوع سوني يابانية الصنع .
- لاب توب نوع (DELL).
- شواخص عدد 10.
- اطواق.
- صافرة.
- موانع.
- عارضة اتزان خشبية .
- سلم أرضي.
- حبال.

3-3-2 وسائل جمع المعلومات:

- المصادر العربية والاجنبية.
- استمارة استبيان.
- شبكة المعلومات الدولية (الانترنت).
- الخبراء والمختصين .
- الاختبارات والمقاييس .

(1) وجيه محبوب ؛ طرائق البحث العلمي ومناهجه : (الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1988) ص133.

3-4 تحديد متغيرات البحث:

3-4-1 تحديد القدرات الحركية:

بغيت تحديد أهم القدرات الحركية استطلع الباحث آراء الخبراء والمختصين بهذا المجال ومن خلال تصميم استمارة لأستطلاع آرائهم ، أذ اشتملت الاستمارة على (4) قدرات حركية عرضت على (10) خبراء ومختصين وكما موضح في ملحق رقم (3) وفي ضوء النتائج كما مبين في الجدول رقم (3) تم استبعاد صفة الدقة الحركية لحصولها على اقل نسبة مئوية " أذ ان للباحث الحق في اختيار النسبة التي يراها مناسبة عند اختياره للمؤشرات"⁽¹⁾

الجدول (3)

يبين النسب المئوية للصفات الحركية حسب رأي الخبراء

ت	الصفات الحركية	نسبة الاتفاق	نعم	لا
1	الرشاقة	%90	✓	
2	الدقة	%50		×
3	التوافق	%80	✓	
4	التوازن	%80	✓	

3-4-2 تحديد اختبارات القدرات الحركية:

يعد اختيار الاختبارات من الخطوات المهمة في البحوث العلمية وذلك لقياس المتغيرات التي تتعلق بالبحث فالاختبار " هو مجموعة من التمرينات تعطى للفرد بهدف التعرف على قدراته أو أستعداده أو كفايته"⁽¹⁾ ولتحديد اهم القدرات الحركية استطلع الباحث آراء الخبراء والمختصين من خلال تصميم استمارة لأستطلاع آرائهم

(1) محمد حسن علاوي وحمد نصر الدين رضوان؛ القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، ط1

(القاهرة ، دار الفكر العربي 1979)، ص366.

إذا اشتملت الاستمارة على ثلاثة اختبارات لكل من القدرات الحركية الاتية (الرشاقة , التوافق , التوازن) وكما مبين في ملحق رقم (5) .

الجدول (4)

يبين الاختبارات المرشحة من قبل السادة الخبراء والمختصين

ت	الصفات الحركية	الاختبارات	النسبة المئوية	القبول
1	الرشاقة	الجري متعدد الجهات	%10	×
		اختبار بارو	%20	×
		الجري المكوكي	%70	✓
2	التوافق	اختبار الجري على شكل (8)	%10	×
		اختبار الحبو على شكل (8)	%10	×
		اختبار الدوائر المرقمة	%80	✓
3	التوازن	اختبار الوقوف بالقدم على العارضة	%20	×
		اختبار الوقوف بمشط القدم على مكعب	%10	×
		الأثزان فوق لوح الجهاز	%70	✓

3-4-3 مواصفات اختبارات القدرات الحركية :

إن أهمية وضع اختبار للعينة المراد دراستها خطوة مهمة إذ أن الاختبار " هو قياس قدرة الفرد على أداء عمل معين وفق ضوابط وصيغ علمية دقيقة." (1)

3-4-3-1 اختبار الرشاقة: (2)

اسم الأختبار : الجري المكوكي 10x4

الغرض من الأختبار : قياس الرشاقة.

الأدوات : ساعة إيقاف , خطان متوازيان المسافة بينهما (10م).

مواصفات الاداء:

يقف المختبر خلف خط البداية وعند سماع إشارة البدء يقوم بالجري بأقصى سرعة على الخط المقابل ليتجاوزه بكلتا قدميه ثم يعود مرة اخرى ليتخطى خط البداية بنفس الأسلوب ثم يكرر هذا العمل اي ان المختبر يقطع مسافة 20 م ذهاباً وأياباً.



شكل رقم (1) يوضح اختبار الرشاقة

(1) وجيه محجوب ؛ البحث العلمي ومناهجه : (بغداد ، دار الكتب للطباعة والنشر، 2000) ص202.

(2) محمد صبحي حسانين؛ القياس والتقويم في التربية الرياضية. القاهرة : (دار الفكر العربي، 1995) ص369.

3-4-3-2 اختبار التوافق الحركي : (1)

اسم الاختبار : اختيار الدوائر المرقمة.

الهدف من الاختبار : قياس توافق الرجلين والعينين .

الادوات المستخدمة: ساعة توقيت ، رسم على الارض قطر كل دائرة (60 سم)

صافرة

اجراء الاختيار :

يقف المختبر بدائرة رقم (1) وعند سماع الاشارة يقوم المختبر بالوثب بالقدمين

معاً الى الدائرة رقم (2) وبالتعاقب الى دائرة رقم (8) ويتم ذلك باقصى سرعة.

التسجيل : يسجل للمختبر الزمن الذي يستغرقه في الانتقال خلال الدوائر الثمانية.



الشكل (2)

يوضح اختبار التوافق (الدوائر المرقمة)

3-4-3 اختبار التوازن: (1)

أسم الاختبار : الأتزان فوق لوح الجهاز :

الغرض من الاختبار : قياس الأتزان الثابت .

مواصفات الأداء: يقف المختبر على ظهر اللوحة حيث يقوم بالأتزان على عارضة الجهاز الى أكثر وقت ممكن حيث ينتهي الاختبار فور ملامسة أحد طرفي اللوحة الأرض .

التسجيل: يسجل للمختبر الذي ينجح في الاحتفاظ فيه بالأتزان على عارضة الجهاز



الشكل (3)

يوضح اختبار التوازن

(1) محمد صبحي حسنين ؛ المصدر السابق، ص448.

3-5 تحديد المهارات الهجومية بكرة اليد :

تم تحديد المهارات الهجومية بكرة اليد للصف الرابع الابتدائي بالأعتماد على منهج التربية الرياضية للمدارس الابتدائية والمهارات هي (المناولة والاستلام , الطبطة) .

3-5-1 تحديد أختبارات المهارات الهجومية بكرة اليد:

إنَّ اختيار الاختبارات وتحديدتها ليست بالعملية السهلة إذ يجب ان يكون الاختبار على وفق اسس علمية دقيقة من اجل تحقيق الغرض الذي وضعت من اجله، إذ ان الاختبار هو " وسيله مهمة من وسائل القياس فهو بمثابة تكتيكات للقياس"⁽¹⁾ وعلة هذا قام الباحث بإعداد أستمارة استبانة تتضمن مجموعة من الأختبارات التي تقيس بعض المهارات الهجومية بكرة اليد ويعد جمع الأستمارات وتفريغها أستخرجت النسبة المئوية لاتفاق الخبراء وبناءً عليه تم قبول الأختبارات التي حصلت على أعلى نسبة مئوية وكما مبينة في الجدول رقم (5).

(1) عبد علي نصيف؛ وقاسم حسن حسين: مبادئ علم التدريب الرياضي ، ط1 : (موصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1988) ص154.

الجدول (5)

يبين النسبة المئوية لإتفاق الخبراء على الاختبارات الخاصة ببعض المهارات الهجومية وفقاً لرأي 10 خبراء.

النسبة المئوية	الاختبارات	المهارات الهجومية	ت
%80	أختبار قياس وسرعة المناولة على الحائط لمسافة 3م	المناولة والأستلام	1
%20	أختبار قياس وسرعة المناولة على الحائط لمسافة 5م		
%60	اختبار السرعة الحركية لطبطة الكرة باتجاه مستقيم باليد المميزة ذهاباً وأياباً لمسافة (30م)	الطبطة	2
%20	أختبار طبطة الكرة المستمر باتجاه متعرج لمسافة (15م)		
%20	أختبار مستوى الطبطة المستمر لأتجاهات متعددة		

3-5-2 مواصفات اختبارات المهارات الهجومية بكرة اليد .

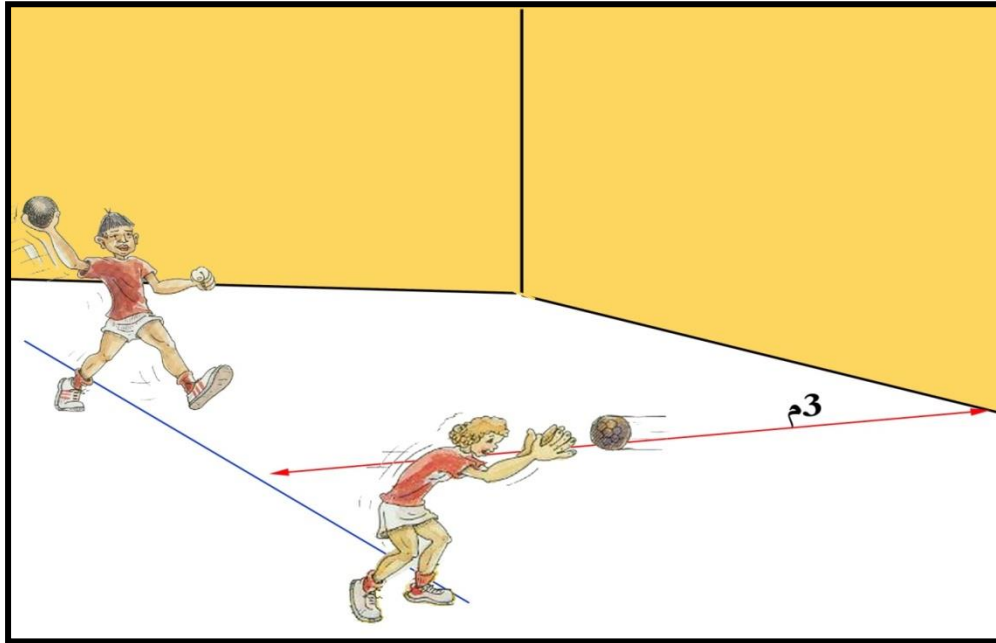
3-5-2-1 اختبار قياس وسرعة المناولة على الحائط لمسافة ثلاثة امتار. (1)

الهدف من الاختبار : قياس توافق وسرعة المناولة على الحائط.

الأدوات المستخدمة : كرة يد , ساعة الكترونية , حائط مستوي.

طريقة الأداء :

يقف التلميذ على بعد (3) م عن الحائط وعند الإشارة يقوم بتمرير الكرة الى الحائط واستمرار التمرير لأكثر عدد ممكن في زمن محدد قدره (30) ثا.
التسجيل : تحتسب عدد التمريرات في الزمن المحدد (تحتسب عدد مرات استلام الكرة).



الشكل (4)

يوضح اختبار المناولة والأستلام

(1) كمال عبد الحميد؛ محمد صبحي حسانين: القياس في كرة اليد ، (دار الفكر العربي، 1980) ص 214.

3-5-2-2 اختبار السرعة الحركية لطبطة الكرة باليد المميزة: (1)

الهدف من الأختبار : قياس سرعة طبطة الكرة باليد المميزة .
الأدوات المستخدمة : تحدد مسافة (30) م لبداية ونهاية الأختبار , ساعة إيقاف , كرة يد .

وصف الأداء : يقف اللاعب خلف خط البدء وممسكاً الكرة بيده وعند سماع اشارة البدء يقوم اللاعب بالجري مع تنطيط الكرة باليد المميزة في خط مستقيم حتى يصل الى خط البداية .

التوجيه والتسجيل : يسجل الزمن بأقل وقت للاعب .

يعطى محاولتان وتسجل افضلهما ويراعى وجود فاصل بين المحاولتين مدته (10) دقائق .



الشكل (5)

يوضح اختبار الطبطة بخط مستقيم

(1) لؤي غانم الصميدعي واخرون ؛ الأحصاء و الأختبار في المجال الرياضي : (اريل , ط1 , 2010) ص419.

3-6 التجربة الاستطلاعية:

تعد التجربة الاستطلاعية " تجربة مصغرة للتجربة الرئيسة ويجب ان تتوفر فيها الشروط نفسها والظروف التي تكون فيها التجربة الرئيسة ما أمكن ذلك حتى يتسنى الاخذ بنتائجها"⁽¹⁾ " أو هي دراسة تجربة اولية على عينة صغيرة قبل قيام الباحث بتجربته بهدف اختيار اساليب البحث وأدواته"⁽²⁾ وهي أيضاً " تجربة أو اختبار يكون كمقدمة لتجربة واختبار اكبر."⁽³⁾

3-6-1 التجربة الاستطلاعية الاولى:

قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية الاولى بتاريخ 2013/1/21 الموافق يوم الاثنين الساعة العاشرة صباحاً لمعرفة مدى صلاحية الأختبارات للقدرات الحركية والمهارات الهجومية قيد البحث على مجموعة من تلاميذ مدرسة (التواضع) للصف الرابع ابتدائي والبالغ عددهم (7) تلاميذ بعمر (10) سنوات، تم اختيارهم عشوائياً من مجتمع البحث.

اذ هدفت التجربة الى :

- معرفة مدى ملائمة الأختبارات الحركية والمهارية لمستوى العينة .
- معرفة الصعوبات التي قد تواجه الباحث في التجربة الرئيسية وتجاوزها .
- اختبار مدى صلاحية الأجهزة والادوات المستخدمة في البحث .
- التعرف على الوقت المستغرق في اجراء الأختبارات .

(1) قيس ناجي عبد الجبار؛ احمد بسطويسي: الاختبارات ومبادئ الاحصاء في المجال الرياضي (بغداد، مطبعة التعليم العالي، 1984) ص95

(2) قاسم حسن المنذلاوي (واخرون)؛ الاختبارات والقياس في التربية الرياضية: (الموصل ، مطبعة بيت الحكمة، 1989) ص107.

(3) Julia, Swannel; The Oxford moden English Dictionary : (clarendon press, G.B. 1993) P.810

3-6-2 التجربة الاستطلاعية الثانية:

في يوم 24-1-2013 الموافق يوم الخميس في تمام الساعة العاشرة صباحاً قام الباحث بأجراء التجربة الاستطلاعية الثانية على نفس المجموعة لمعرفة مدى امكانية التلاميذ من تطبيق للتمرينات في البرنامج التعليمي المعد من قبل الباحث وكان الهدف من اجراء التجارب الاستطلاعية هو:-

- مدى تجاوب افراد عينة البحث للتمرينات الحركية والمهارية .
 - التعرف على الوقت الذي يستغرقه كل تمرين .
 - التعرف على مدى صلاحية الاجهزة والادوات المستخدمة وكفايتها.
 - التأكد من امكانية فريق العمل المساعد ومتطلباتهم خلال اجراء التجربة الرئيسية.
- فمن خلال اجراء التجارب الاستطلاعية تأكد للباحث صلاحية الاختبارات جميعها فضلاً عن فهم واستيعاب العينة للاختبارات كلها ومفردات البرنامج التعليمي كذلك كفاية فريق العمل المساعد.

3-7 الاسس العلمية للاختبارات :

لغرض التعرف على صلاحية الاختبارات ومعرفة بيان ملاءمتها لأفراد العينة وعلى الرغم من ان الاختبارات وردت في اكثر من مصدر علمي الا ان الباحث لم يكتف بذلك كون ان هذه الاختبارات سوف تستخدم لتلاميذ بطيئي التعلم لمرحلة الرابع الابتدائي اي معرفة صلاحيتها لعينة البحث الحالي.

3-7-1 صدق الاختبار:

ان الصدق " هو ان يقيس الاختبار ما وضع لقياسه"⁽¹⁾ وللحصول على صدق الاختبار قام الباحث بعرض الاختبارات على مجموعة من الخبراء والمختصين لبيان رأيهم حول مدى صدق الاختبارات للغرض الذي وضعت من اجل قياسه وبعد جمع الاستمارات وتفريغها تبين للباحث وجود نسبة اتفاق عالية بينهم وبذلك تحقق الصدق الظاهري للاختبارات وكذلك قام الباحث بإيجاد معامل الصدق عن طريق استخدام معامل الصدق الذاتي وهو " صدق الدرجات التجريبية للاختبار بالنسبة الى الدرجات الحقيقية التي خلصت من أخطاء القياس "⁽²⁾ .

3-7-2 ثبات الاختبار:

يقصد بثبات الاختبار انه" لو اعيد تطبيق الاختبار على الافراد انفسهم فهو يعطي النتائج نفسها او نتائج متقاربة"⁽³⁾ او " تطبيق الأختبار على مجموعة واحدة من الأفراد مرتين في يومين مختلفين " ⁽⁴⁾ وحتى يتسنى للباحث التأكد من ثبات الاختبار استخدم طريقة الاختبار واعادة الاختبار وبواقع زمن قدره (7) ايام اذ تم تطبيق الاختبار الاول يوم 2013/1/22 و اعيدت معالجة النتائج احصائياً باستخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون) لمعرفة مدى ثبات الاختبارات وبعد الكشف في الجدول(4) عن دلالة معامل الارتباط وجد ان القيمة المحسوبة لكل اختبار هي اكبر من القيمة الجدولية عند مستوى الدلالة(0,05) ودرجة حرية (6) والتي تساوي(2.447) وهذا يدل على ان جميع الاختبارات تتمتع بدرجة ثبات عالية.

(1) سامي محمد؛ القياس والتقويم في التربية وعلم النفس: ط1 (عمان، دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة، 2000)، ص273.

(2) ثامر محسن (وأخرون) ؛ الاختبار والتحليل بكرة القدم : (الموصل، مطبعة جامعة الموصل، 1991) ص 208 .

(3) مروان عبد المجيد؛ الاسس العلمية والطرائق الاحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية : ط1 (عمان دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، 1999) ص70.

(4) Tuckman , Brucew . Conducting research, 2 nd edition, New yourk, Harcourt Brace dovanvich , Inch, 1979,P.162.

الجدول (6)

يبين معامل الثبات ومعامل الصدق الذاتي للأختبارات المبحوثة

ت	الاختبارات	وحدة القياس	معامل الثبات	معامل الصدق الذاتي
1	الجري المكوكي 4×10م (اختبار الرشاقة)	ثانية	0.712	0.843
2	الاتزان فوق لوح الجهاز (اختبار التوازن)	ثانية	0.882	0.939
3	اختبار الدوائر المرقمة (اختبار التوافق)	ثانية	0,895	0.946
4	المناوله والاستلام على حائط من مسافة (3م) ولمدة (30) ثانية	درجة	0.931	0.964
5	اختبار السرعة الحركية لطبطة الكرة باليد المميزة لمسافة (10) ذهاباً و اياباً (اختبار الطبطة)	ثانية	0.835	0.913

3-7-3 موضوعية الاختبار :-

وهي من الشروط الواجب توافرها في الاختبار اذ يمكن عد الاختبار موضوعياً اذا كان يعطي نفس النتائج مهما اختلف المصححون اي النتائج لا تتأثر بذاتية المصحح او شخصيته⁽¹⁾ وبما ان الاختبارات المستعملة في البحث واضحة وغير مبهمه وبعيدة عن التقويم الذاتي اذ ان التسجيل يتم باستعمال وحدات الزمن وعدد مرات النجاح فضلاً عن ان فريق العمل كان من ذوي الاختصاص في التربية الرياضية وبذلك تعد الاختبارات المستعملة ذات موضوعية عالية.

(1) محمد حسن علاوي؛ محمد نصر الدين رضوان، القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي:

ط2 (القاهرة ، دار الفكر العربي، 1988، ص973.

3-8 إجراءات البحث الميدانية:**3-8-1 الاختبارات القبليّة:**

ان الاختبارات القبليّة هي إحدى وسائل التقويم والقياس "والتشخيص والتوجيه في المناهج و البرامج لجميع المستويات والمراحل العمرية فهي تقوم بدور المؤشر بوضوح الى التقدم والنجاح في تحقيق الاهداف الموضوعية"⁽¹⁾. اذ تم اجراء الاختبارات القبليّة على عينتي البحث قبل البدء بتنفيذ البرنامج التعليمي المعد من قبل الباحث بتاريخ 2013/2/12 وقد قام الباحث بتهيئة الادوات وطريقة اجراء الاختبارات وفريق العمل المساعد وقد تم من خلالها الآتي:

- 1- شرح اختبارات الصفات الحركية والمهارات الهجومية بصورة مفصلة قبل اجراء الاختبار.
- 2- تم تطبيق الاختبارات حتى يتمكن افراد العينة من فهمها وصحة تطبيقها
- 3- تم تسجيل النتائج طبقاً للشروط والمواصفات المحددة لكل اختبار.

3-8-2 تكافؤ العينة:-

من الامور المهمة التي ينبغي على الباحث اتباعها هي ارجاع الفروق الى العامل التجريبي وعلى هذا الاساس لابد ان تكون مجموعتا البحث الضابطة والتجريبية متكافئتين في متغيرات البحث قيد الدراسة وقبل بدء الباحث ببرنامجه التعليمي لجأ الى تحقيق مبدأ التكافؤ بين هاتين المجموعتين اذ" ينبغي على كل باحث تكوين مجموعات متكافئة على الاقل فيما يتعلق في المتغيرات التي لها علاقة

(1) كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسنين؛ اللياقة البدنية مكوناتها. الاسس النظرية. الاعداد البدني طرق القياس، ط1 : (القاهرة، دار الفكر، 1997) ص267.

بالبحث⁽²⁾ وقد استعملت الوسائل الاحصائية المناسبة بين المجموعتين الضابطة والتجريبية وكما مبين في جدول (7) .

الجدول (7)

يبين تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في الصفات الحركية والمهارات الهجومية بكرة اليد

ت	المتغيرات الحركية و المهارية	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت) المحتسبة	قيمة (ت) الجدولية	الدلالة الأحصائية
			ع	س	ع	س			
1	الرشاقة	ثانية	13.54	1.81	15.43	3.46	1.52	2.10	غير معنوي
2	التوافق	ثانية	3.35	0.7	3.16	0.43	0.71		غير معنوي
3	التوازن	ثانية	18.39	0.88	19.05	1.05	1.51		غير معنوي
4	مناولة واستلام	درجة	13.1	2.02	12.5	2.17	0.639		غير معنوي
5	الطبطة	ثانية	16.72	5.2	15.96	1.09	0.454		غير معنوي

(2) فان دالين ؛ منهاج البحث في التربية وعلم النفس : (ترجمة) محمد نبيل واخرون، ط 4 (القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية للطباعة والنشر، 1985) ص 47.

3-8-3 البرنامج التعليمي المستخدم:

من اجل تحقيق اهداف البحث قام الباحث بإعداد برنامج تعليمي لتنمية الصفات الحركية وتعلم المهارات الهجومية وبواقع ثلاث حصص اسبوعياً مدة الحصة الواحدة (40) دقيقة وحسب الجدول الموضوع من قبل ادارة مدرسة الطور الابتدائية وبعد الاطلاع على المصادر العلمية قام الباحث بتحديد التمرينات وصياغة المفردات مع ملاحظة الآتي:

- 1-مراعاة عوامل امن وسلامة التلميذ خلال الحصة.
- 2-ان تحقق التمرينات الغرض منها.
- 3-ان تكون هذه التمارين ملائمة لمستوى العينة.

وقد تم تنفيذ البرنامج التعليمي المعد من قبل الباحث للمجموعة التجريبية ولمدة ثمانية اسابيع ابتداءً من يوم الاحد المصادف 2013/2/17 ولغاية يوم الاربعاء 2013/4/18 وتم تأجيل وحدتين يومي 20 و 21/3/2013 بمناسبة عطلة اعياد نوروز وتم تعويضها لاحقاً وقد وزع زمن كل وحدة تعليمية كما يلي (10) دقائق للقسم التحضيري و(25) دقيقة للقسم الرئيسي و(5) دقائق للقسم الختامي وقسمت الوحدة التعليمية على وفق اقسام الوحدة الثلاث وهي القسم التحضيري والرئيسي والختامي حيث كانت مدة الوحدة الواحدة (40) دقيقة والمتمثلة بدرس التربية الرياضية في المدارس الابتدائية وبلغ مجمل الوقت الكلي بالدقائق للبرنامج التعليمي (960) دقيقة فقط وبواقع (240) دقيقة للقسم التحضيري و(600) دقيقة للقسم الرئيسي و (120) دقيقة للقسم الختامي في حين بلغ مجمل الوقت الكلي لتمرارين القدرات الحركية (288) دقيقة و(192) دقيقة للجانب المهاري وكما مبين بالجدول رقم (8) .

الجدول (8)

يبين زمن تطبيق تمارين الصفات الحركية والمهارات الهجومية

القسم	زمن الحصة الواحدة	المجموع الكلي
القسم التحضيري	10 دقائق	240 دقيقة
القسم الرئيس	25 دقيقة	600 دقيقة
القسم الختامي	5 دقائق	120 دقيقة
الزمن الكلي	40 دقيقة	970 دقيقة

3-8-4 الاختبارات البعدية :

بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج التعليمي تم اجراء الاختبارات البعدية لعينة البحث لقياس مستوى نمو الصفات الحركية واكتساب المهارات الهجومية التي وصلت اليه العينة وذلك يوم الاحد المصادف 2013/4/21 وقد حرص الباحث على تثبيت الظروف نفسها من حيث المكان والزمان والاجهزة والادوات وطريقة تنفيذ الاختبارات وفريق العمل المساعد من اجل خلق نفس الاجواء التي تم فيها تطبيق الاختبارات القبلية.

3-9 الوسائل الإحصائية:

قام الباحث باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) لمعالجة البيانات إحصائياً:

- 1-الوسط الحسابي.
- 2-الانحراف المعياري.
- 3-النسبة المئوية.
- 4-الارتباط البسيط (بيرسون).
- 5-اختبار T-TEST للعينات المستقلة (متساوية العدد).
- 6-نسبة التطور

الباب الرابع

4- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

4-1 عرض وتحليل نتائج اختبارات القدرات الحركية للمجموعتين التجريبية

والضابطة ومناقشتها :

4-1-1 عرض وتحليل نتائج اختبارات القدرات الحركية للمجموعة التجريبية :

4-1-1-1 عرض نتائج الاختبارين القبلي والبعدي ونسب التطور وفرق

الأوساط الحسابية لاختبارات القدرات الحركية للمجموعة التجريبية وتحليلها:

الجدول (9)

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفرق الأوساط الحسابية ونسبة

التطور للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في القدرات الحركية

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الأختبار القبلي		الأختبار البعدي		الفرق بين الأوساط	نسبة التطور %
			س	ع	س	ع		
1	التوافق	ثانية	13.54	1.81	9.87	2.17	-3.67	37.18%
2	التوازن	ثانية	3.35	0.7	4.66	0.71	1.31	28.11%
3	الرشاقة	ثانية	18.39	0.88	13.47	1.28	-4.92	36.52%

يتضح لنا من الجدول (9) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفرق الأوساط الحسابية ونسبة التطور في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لاختبارات القدرات الحركية قيد البحث . إذ كان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي للتوافق (13.54) والانحراف المعياري (1.81) في حين كان الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (9.87) والانحراف المعياري (2.17).

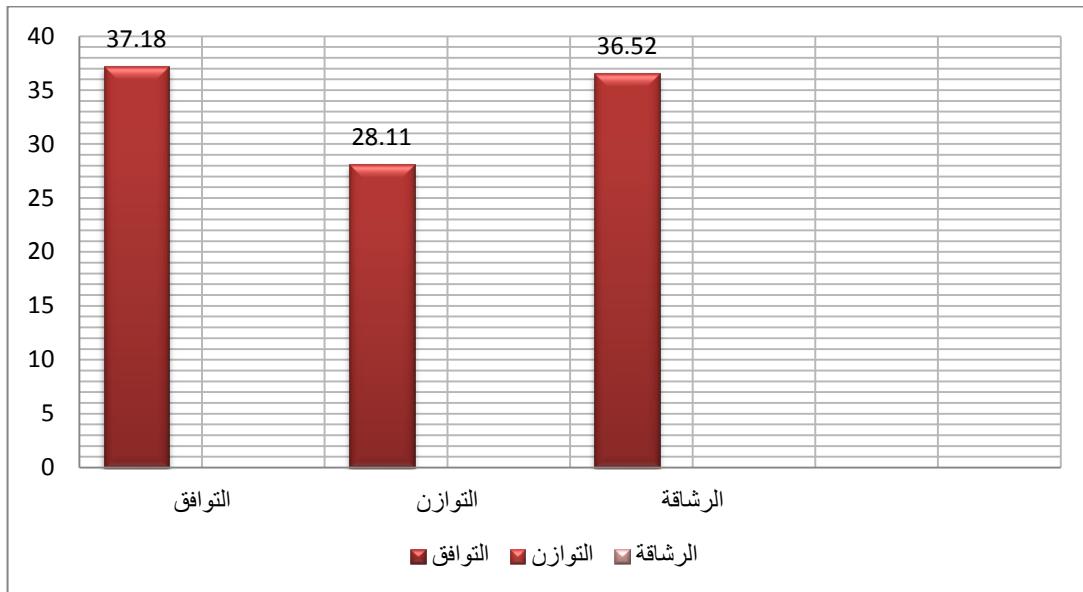
وكان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي للتوازن (3.35) والانحراف المعياري (0.7) في حين كان الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (4.66) والانحراف المعياري (0.71).

وكان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي للرشاقة (18,39) والانحراف المعياري (0.88) في حين كان الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (13.47) والانحراف المعياري (1.28).

وكان الفرق في الأوساط الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي للتوافق (-3.67) ونسبة التطور كانت (37.18%)

وكان الفرق في الأوساط الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي للتوازن (1.31) ونسبة التطور كانت (28.11%)

وكان الفرق في الأوساط الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي للرشاقة (-4.92) ونسبة التطور كانت (36.52%) والشكل رقم (6) يوضح يوضح ذلك.



الشكل (6)

يوضح النسب المئوية لتطور القدرات الحركية للمجموعة التجريبية

ولغرض معرفة دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في القدرات الحركية قيد البحث ، استخدم الباحث القوانين الإحصائية المناسبة لمعالجة البيانات وحسب ما مبين في الجدول (10).

الجدول (10)

يبين قيم الاوساط الحسابية للفروق وانحرافات الفروق عن وسطها الحسابي وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في القدرات الحركية للمجموعة التجريبية

الدالة احصائية	قيمة (ت) *		ع ف	س ف	وحدة القياس	المتغيرات	ت
	الجدولية	المحسوبة					
معنوي	2.26	8.68	1.33	3.67	ثانية	التوافق	1
معنوي		11.51	0.35	1.33	ثانية	التوازن	2
معنوي		9.92	1.56	4.91	ثانية	الرشاقة	3

* قيمة (t) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (9) يتضح لنا من الجدول (11) قيم الأوساط الحسابية للفروق ومجموع مربعات انحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لاختبارات القدرات الحركية قيد البحث .

أذ بلغت قيمة الوسط الحسابي للفروق في اختبار التوافق الحركي (3.67) ومجموع مربعات انحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق (1.33) وبلغت قيمة (T) المحسوبة (8.68) والتي قيمتها اكبر من قيمة (T) الجدولية والبالغة (2.26) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (9) ، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

وبلغت قيمة الوسط الحسابي للفروق في اختبار التوازن (1.33) ومجموع مربعات انحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق (0.35) وبلغت قيمة (T) المحسوبة

(11.51) والتي قيمتها اكبر من قيمة (T) الجدولية والبالغة (2.26) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (9) ، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدى ولصالح الاختبار البعدى.

وبلغت قيمة الوسط الحسابي للفروق في اختبار الرشاقة (4.91) ومجموع مربعات انحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق (1.56) وبلغت قيمة (T) المحسوبة (9.92) والتي قيمتها اكبر من قيمة (T) الجدولية والبالغة (2.26) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (9) ، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدى ولصالح الاختبار البعدى.

4-1-1-2 مناقشة نتائج اختبارات القدرات الحركية في الاختبارات القبالية والبعدية للمجموعة التجريبية: -

يبين الجدول (9 و 10) ان قيم الاوساط الحسابية للاختبار القبلي للمجموعة التجريبية للقدرات الحركية مختلفاً تماماً عن الاختبار البعدى ، اذ تبين ان قيمة (T) المحسوبة لكل قدرة من القدرات الحركية قيد البحث (8.68 ، 11.51 ، 9.92) على التوالي هي اكبر من (T) الجدولية التي تساوي (2.26) يعني ان هناك فروقاً معنوية بين الاختبار القبلي والبعدى ولصالح الاختبار البعدى . ونجد ان جميع القدرات قيد البحث سجلت نسبة تطور جيدة ويعزو الباحث التطور الحاصل في القدرات الى مدى فاعلية استعمال تمارينات البرنامج التعليمي المعد من قبل الباحث ادى الى زيادة قدرة الطلاب . فنسبة التطور في التوافق وصلت الى نسبة تطور (37.18 %) والتوازن وصلت الى نسبة تطور (28.11 %) وأما الرشاقة فقد سجلت تطوراً وصل الى (36.52 %) .

ويعزو الباحث اسباب تلك الفروق الى ما يأتي : -

1 - التطبيق العلمي للتمارين والتي ادخلت في البرنامج التعليمي مما دل على مدى اهمية هذه التمارينات المتنوعة في تنمية بعض القدرات الحركية المهمة التي يحتاجها الطالب في كرة اليد ، وهذا ما اشار اليه (محمود موافي ، 2010) " لتنمية

التوافق عند اللاعب يجب التدرج بتمية هذه القدرة الحركية (التوافق) العامة والبسيطة والسهلة ثم المركبة في مرحلة بدء المزاولة او مرحلة التأسيس " (1) ، ويذكر (ابو العلا احمد ، 2003) " ان عملية التدريب المنظم تعمل على تنظيم عمليات التوافق العصبي العضلي وتحسينها بما يحقق تنظيم عمل الوحدات الحركية ودقة تقدير المقاومة التي تواجه العضلة وتعبئة العدد المناسب من الوحدات الحركية التي تشارك الانقباض العضلي" (2). ان تكرار التمرين واعطاه الوقت الكافي في الشرح والاداء يساعد اللاعب على الادراك الكامل بتفاصيل الحركة كلها وهذا ما اكده (محمد جسام وحسين علي ، 2009) " إن الأحاسيس تلعب دوراً مهماً في التوافق الحركي للمهارة والتنسيق بين الجهاز العضلي والعصبي مما يوفر الإحساس بالجهد والمقاومة عند أداء المهارة وإن التعرف على المعالجة يسهم في سهولة وانسياب الأداء الحركي للمهارة" (3) .

2 - ويعزو الباحث التطور الحاصل في (التوازن) الى التمرينات ، حيث أن الفروق الظاهرة أعلاه تبين فاعلية مفردات المنهج وما تضمنته من أنشطة حركية متنوعة ساعدت على تطوير هذه الصفة فضلا عن مراعاة الباحث لمبدأ التدرج والتكرار ومساعدتهم في رسم الفرحة على وجوههم من خلال غرس البهجة ، ولأهمية هذه الصفة فان تطورها يعد ((أهم عنصر من عناصر تعلم الحركة وبدونها يصعب أداء حركات الانتقال والتحرك وحركات التحكم وعموما فان التلاميذ الرياضيين وتلاميذ المرحلة الابتدائية الذين يمارسون حركات متنوعة ويوضعون في

(1) محمود موافي ؛ علم كرة القدم والتطوير في اساليب التدريب ، ط1 : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2010) ص 84 .

(2) ابو العلا احمد عبد الفتاح واحمد نصر الدين السيد ؛ فسيولوجية اللياقة البدنية ، ط2 : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2003) ص 144 .

(3) محمد جسام عرب و حسين علي كاظم؛ علم النفس الرياضي، ط1: (النجف الأشرف، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2009) ص216.

مواقف حركية مختلفة يمكنهم تكوين قدرات اتزان بقدر قليل من الصعوبة على العكس من التلاميذ الذين لا يتعرضون لمواقف حركية مختلفة ولا يمارسون أنواعا متعددة من الحركات فضلا عن ذلك أن صفة التوازن تتطور بالتدريب كما أنها تتحسن بزيادة العمر (((1).

3 - ويعزو الباحث التطور الحاصل في (الرشاقة) الى تمارينات البرنامج وكذلك التدرج في التمارين من السهل الى الصعب وهذا ما أكده (عصام عبد الخالق ، 2005) " انه كلما زادت رشاقة الفرد استطاع بسرعة تحسين مستواه على ان لا ننسى المبدأ التربوي الاساسي التدرج من البسيط الى المركب إذ يجب على الفرد ان يحلها الى مكوناتها البسيطة " (2) . وان تنفيذ التمارينات في البرنامج التعليمي والتي تعتمد على اساس التدرج في التدريب قد ادت الى تطوير القدرات الحركية ويتفق هذه مع ما اشار اليه (وجيه محجوب ، 1987) " ان الحركة تتطور بالتدريب الرياضي المنتظم نتيجة لتطور المستوى الذهني والفكري وتطور الصفات الحركية اضافة الى زيادة ما مخزون في الدماغ من تجارب حركية " (3).

(1) ريسان خريبط مجيد ؛ العاب الحركة ، ط1 (عمان ، دار الشروق ، 2000) ص 121 .

(2) عصام عبد الخالق ؛ التدريب الرياضي نظريات - تطبيقات ، ط2 : (القاهرة ، منشأ المعارف ، 2005) ص 184 .

(3) وجيه محجوب ؛ التطور الحركي من الولادة حتى الشيخوخة ، ج 2 (جامعة بغداد ، 1987) ص 161 .

4-1-2 عرض وتحليل نتائج اختبارات القدرات الحركية للمجموعة الضابطة:
4-1-2-1 عرض نتائج الاختبارين القبلي والبعدي وفرق الأوساط الحسابية
ونسبة التطور لاختبارات القدرات الحركية للمجموعة الضابطة وتحليلها:

الجدول (11)

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفرق الأوساط الحسابية ونسبة التطور للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في القدرات الحركية

ت	المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين الأوساط	نسبة التطور %
			س	ع	س	ع		
1	التوافق	ثانية	15.43	3.46	14.77	3.31	0.66	4.46%
2	التوازن	ثانية	3.16	0.43	3.32	0.55	0.16	4.81%
3	الرشاقة	ثانية	19.05	1.05	18.17	1.23	0.88	4.84%

* قيمة (t) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (9)

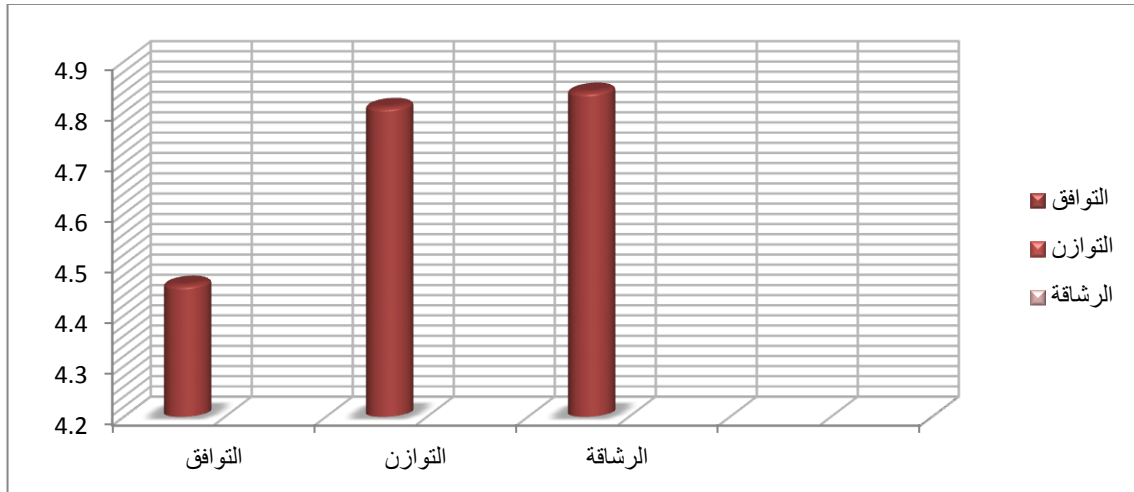
يتضح لنا من الجدول (11) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفرق الأوساط الحسابية ونسبة التطور في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لأختبارات القدرات الحركية قيد البحث . إذ كان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي للتوافق (15.43) والانحراف المعياري (3.46) في حين كان الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (14.77) والانحراف المعياري (3.31). وكان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي للتوازن (3.16) والانحراف المعياري (0.43) في حين كان الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (3.32) والانحراف المعياري (0.55).

وكان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي للرشاقة (19.05) والانحراف المعياري (1.05) في حين كان الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (18.17) والانحراف المعياري (1.32).

وكان الفرق في الأوساط الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي للتوافق (0.66) ونسبة التطور كانت (4.46%)

وكان الفرق في الأوساط الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي للتوازن (0.16) ونسبة التطور كانت (4.81%)

وكان الفرق في الأوساط الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي للرشاقة (0.88) ونسبة التطور كانت (4.84%) والشكل رقم (7) يوضح يوضح ذلك.



الشكل (7)

يوضح النسب المئوية للقدرات الحركية للمجموعة الضابطة

ولغرض معرفة دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في الصفات الحركية قيد البحث ، استخدم الباحث القوانين الإحصائية المناسبة لمعالجة البيانات وحسب ما مبين في الجدول (12).

الجدول (12)

يبين قيم الاوساط الحسابية للفروق وانحرافات الفروق عن وسطها الحسابي وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في القدرات الحركية للمجموعة الضابطة

الدالة الأحصائية	قيمة (ت) *		ع ف	س ف	وحدة القياس	المتغيرات	ت
	الجدولية	المحسوبة					
غير معنوي	2.26	1.52	1.36	0.65	ثانية	التوافق	1
غير معنوي		0.66	0.72	0.15	ثانية	التوازن	2
غير معنوي		2.07	1.32	0.87	ثانية	الرشاقة	3

* قيمة (t) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (9)

يتضح لنا من الجدول (12) قيم الأوساط الحسابية للفروق ومجموع مربعات انحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لاختبارات القدرات الحركية قيد البحث .

أد بلغت قيمة الوسط الحسابي للفروق في اختبار التوافق الحركي (0.56) ومجموع مربعات انحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق (1.36) وبلغت قيمة (T) المحسوبة (1.52) والتي قيمتها اصغر من قيمة (T) الجدولية والبالغة (2.26) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (9) ، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة .

أد بلغت قيمة الوسط الحسابي للفروق في اختبار التوازن (0.15) ومجموع مربعات انحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق (0.72) وبلغت قيمة (T)

المحسوبة (0.66) والتي قيمتها اصغر من قيمة (T) الجدولية والبالغة (2.26) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (9) ، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي.

أذ بلغت قيمة الوسط الحسابي للفروق في اختبار الرشاقة (0.87) ومجموع مربعات انحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق (1.32) وبلغت قيمة (T) المحسوبة (2.26) والتي قيمتها اصغر من قيمة (T) الجدولية والبالغة (2.07) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (9) ، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي.

2-2-1-4 مناقشة نتائج اختبارات القدرات الحركية في الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة: -

يبين الجدول (11 و 12) ان قيم الاوساط الحسابية للاختبار القبلي للمجموعة الضابطة للقدرات الحركية لا يختلف تماماً عن الاختبار البعدي ، اذ تبين ان قيمة (T) المحسوبة لكل قدرة من القدرات الحركية قيد البحث (1.52 ، 0.66 ، 2.07) على التوالي هي اصغر من (T) الجدولية التي تساوي (2.26) وهذا يعني وجود فروق غير معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي. ونجد ان جميع القدرات قيد البحث سجلت نسبة تطور ضئيلة. فنسبة التطور في التوافق وصلت الى نسبة تطور (4.46%) والتوازن وصلت الى نسبة تطور (4.81%) وأما الرشاقة فقد سجلت تطوراً وصل الى (4.84%) .

ففي اختبار (التوافق والتوازن والرشاقة) فقد حدث تطور فيه الا انه لم يظهر احصائياً اذ نلاحظ عند مقارنة الاوساط الحسابية بين الاختبارين القبلي والبعدي بين القدرات الحركية قيد البحث قد تطورت على الرغم من ان الفروق كانت عشوائية . ويعزو الباحث سبب ذلك الى ان التمارين التي طبقت على المجموعة الضابطة كانت تؤدي بصيغة عشوائية وكذلك ان الوحدة التعليمية التي يطبقها المعلم لا تعتمد على الاسس العلمية الصحيحة في العملية التعليمية التي من شأنها ان تساعد في تقدم مستوى الطلاب فضلاً عن قلة اهتمام بعض المدرسين بالتدرج في التمارين من السهل الى

الصعب ، " لذا عدم العناية باختيار التمرينات التي تحقق الهدف من التدريب يؤخر وصول اللاعبين الى مستوى الاداء المطلوب خلال المدة الزمنية المحددة للتدريب "(1). وهذا ما اكده أيضاً (زهير قاسم الخشاب واخرون ، 1999) " الى ان التدرج للوصول الى احسن مستوى من الاداء أصبح قاعدة مهمة في التدريب وان التدرج يعني سير خطة التدريب وعلى وفق الاتي(2) :-

1- التدرج من السهل الى الصعب 2 - التدرج من البسيط الى المركب.

وكذلك يعزو الباحث عدم وجود الفروق يعود الى ان التمرينات المتبعة من قبل المعلم لا تشبه نوع الفعالية وهذا ما اكده (اياد حميد وحسام محمد ، 2011) أن تشابه تمرينات البرنامج التعليمي قدر الامكان مع نوعية الفعالية او اللعبة التي يمارسها اللاعب او المتعلم وزيادة صعوبة الاداء الحركي في كل تمرين ، كلها عوامل مساعدة في تنمية صفة الرشاقة اذ ان تنمية الرشاقة تتم عن طريق(3) :-

- 1- ممارسة المهارات الاساسية بأشكال حركية وتوافق وبشكل اكثر صعوبة .
- 2- تمرينات معاكسة وتنشيط وتدريب المجموعة العضلية المقابلة وبذلك ينشط التوافق الحركي بين تلك المجموعات العضلية والمجموعات المقابلة .

(1) حنفي محمود مختار ؛ الاسس العلمية في تدريب كرة اقدم ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1978) ص 17.

(2) زهير قاسم الخشاب واخرون ؛ المصدر السابق ، 1999 ، ص 16 .

(3) اياد حميد وحسام محمد ؛ اتجاهات مستقبلية في التدريب الرياضي (جامعة ديالى ، كلية التربية الاساسية

4-1-3 عرض نتائج اختبارات القدرات الحركية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي وتحليلها:

الجدول (13)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة للاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في القدرات الحركية

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (ت) المحسوبة	قيمة (ت) الجدولية	الدلالة
			ع	س-	ع	س-			
1	التوافق	ثانية	14.77	3.31	9.87	2.17	3.93	2.1	معنوي
2	التوازن	ثانية	3.32	0.55	4.66	0.71	4.74		معنوي
3	الرشاقة	ثانية	18.17	1.23	13.47	1.28	8.33		معنوي

قيمة (t) الجدولية تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (18)

يبين الجدول (13) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في القياسين البعديين للصفات الحركية وقيمة (T) المحسوبة، إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي لقدرة التوافق للمجموعة الضابطة (14.77) وبانحراف معياري قدره (3.31)، أما للمجموعة التجريبية فقد بلغت قيمة الوسط الحسابي (9.87) وبانحراف معياري قدره (2.17) وقد بلغت قيمة (T) المحسوبة (3.93) وهي أكبر من قيمة (T) الجدولية تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (18) والبالغة (2.1)، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في هذه الصفة ولصالح المجموعة التجريبية.

إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي لقدرة التوازن للمجموعة الضابطة (2.32) وبانحراف معياري قدره (0.55)، أما للمجموعة التجريبية فقد بلغت قيمة الوسط الحسابي (4.66) وبانحراف معياري قدره (0.71) وقد بلغت قيمة (T) المحسوبة (4.74) وهي أكبر من قيمة (F) الجدولية تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (18) وبالباغة (2.1)، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في هذه الصفة ولصالح المجموعة التجريبية.

إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي لصفة الرشاقة للمجموعة الضابطة (18.17) وبانحراف معياري قدره (1.23)، أما للمجموعة التجريبية فقد بلغت قيمة الوسط الحسابي (13.47) وبانحراف معياري قدره (1.28) وقد بلغت قيمة (T) المحسوبة (8.33) وهي أكبر من قيمة (T) الجدولية تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (18) وبالباغة (2.1)، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في هذه الصفة ولصالح المجموعة التجريبية.

4-1-4 مناقشة نتائج القدرات الحركية للمجموعتين في الأختبار البعدي:

من خلال الجدول (13) يتبين لنا نتائج القياسين القبلي والبعدي لاختبارات القدرات الحركية للمجموعة التجريبية , ويعزو الباحث ظهور الفروق المعنوية لقدرات التوافق والتوازن والرشاقة إلى استخدام التمرينات المهارية من السهل إلى الصعب فضلاً عن أن التمرينات المستخدمة كانت مشابهة للأداء المهاري إذ إن لتتمية التوافق الحركي اعتبارات عدة هي (1).

1- التدرج في التدريب من السهل إلى الصعب .

2- إن تشابه تمرينات التوافق الحركي قدر الامكان مع نوعية الفعالية أو اللعبة التي يمارسها اللاعب أو المتعلم و استخدام التمرينات المركبة وزيادة صعوبة الأداء

(1) ناهدة عبد زيد الدليمي ؛ أساسيات في التعلم الحركي : ط1 (العراق ,الطباء للطباعة والتصميم , 2008) ص46.

الحركي في كل تمرين كلها عوامل مساعدة في تنمية صفة الرشاقة إذ إن تنمية الرشاقة تتم عن طريق⁽¹⁾.

1- ممارسة المهارات الأساسية بأشكال حركية وتوافق وبشكل أكثر صعوبة.
2- تمارين معاكسة لتنشيط وتدريب المجموعات العضلية المقابلة وبذلك ينشط التوافق الحركي بين تلك المجموعات العضلية والمجموعات المقابلة .
ويعزو الباحث التطور الحاصل في القدرات الحركية الى التمارين والتي تضمنت التكرار والممارسة الفعلية لها اثناء الوحدات التعليمية وهذا ما أكده (وجيه محجوب , 2000) بأنها صفات مكتسبة من المحيط ويكون التدريب او الممارسة أساساً لها وتتطور بحسب قابلية الفرد الجسمية والحسية والأدراكية⁽²⁾

وكذلك ظهر واضحا تأثير التمارين في تطوير الصفات الحركية من خلال الفروق المعنوية التي ظهرت في الاختبارات البعدية ، وهي أيضا من الصفات الحركية المهمة للاعب كرة اليد ولكل رياضي ، وهذا ما يشير إليه (قاسم حسن حسين 1990) "إن أي نشاط رياضي يتعلق بالأجهزة الوظيفية للرياضي وخاصة التوافق العضلي حيث يتطلب تكيفات كثيرة ومنها التكيف العصبي العضلي والتكيف يحدث بواسطة جرعات الحافز والتدريب والتكيف عن كل نوع من أنواع التدريب حيث يؤدي زيادة استعداد الجسم أو الأجهزة العضوية على نوع التدريب والاستعداد والتكيف يؤدي إلى زيادة قابليات التوافق لكل حركة أو مهارة"⁽³⁾.

ويرى الباحث إن التمارين ساهمت في زيادة قدرة الطلاب على الأداء المهاري الصحيح نتيجة لتطور التوافق الحركي ، وهذا يتفق مع ما أشار إليه (علي سلوم 2004) " إن أكثر الأخطاء التي يقع فيها المبتدئون هو عدم القدرة على التوافق عند

(1) إياد حميد رشيد وحسام محمد هيدان ؛ اتجاهات مستقبلية في التدريب الرياضي ، جامعة ديالى ، المطبعة المركزية ، 2011، ص77.

(2) ووجيه محجوب ؛ نظريات التعلم والتطور الحركي : ط1 (الأردن ، دار الأوائل للطباعة والنشر 2001) ص57.

(3) قاسم حسن حسين ؛ الفسولوجيا مبادئها وتطبيقاتها في المجال الرياضي : (1990) ص14 .

أداء الحركات وذلك بإشراك عضلات غير مطلوبة عند أداء الحركات فيتسبب ذلك في أحداث اضطرابات في الحركة فتخرج بصورة مرتبكة" (1) .

ويعزو الباحث سبب تفوق المجموعة التجريبية على الضابطة في القدرات الحركية ومن بينها التوافق إلى استخدام تمارين حركية ومتنوعة يتم استخدام أكثر من جزء من أجزاء الجسم إذ إن للتوافق أهمية " عندما يقوم الفرد بحركات تتطلب استخدام أكثر من عضو من أعضاء الجسم في وقت واحد وخاصة إذا كانت الاعضاء تعمل في أكثر من اتجاه في نفس الوقت" (2) وإن استخدام التمرينات ساهمت بشكل كبير في تطور صفة الرشاقة لدى طلاب المجموعة التجريبية إذ أنه " يمكن اعتبار الرشاقة قدرة حركية لأنها تتضمن في رأي كثير من الباحثين مكونات عضلية والسرعة وسرعة رد الفعل والدقة والتحكم والتوافق" (3) وبما إن أغلب التمرينات المستخدمة في الوحدات التعليمية تحتاج إلى صفة التوازن إذ أنها تدخل في أغلب المهارات أو الحركات الأساسية كالجري بالكرة أو الوقوف بها لا بد إن يكون جسم اللاعب في وضع متوازن نوعاً ما إذ إن " التوازن من العناصر الحركية التي يجب مراعاتها عند تعليم وتدريب أي مهارة كونه الأساس الذي تقوم عليه المهارة" (4) وهو ما سبب في تفوق المجموعة التجريبية .

(1) علي سلوم جواد ؛ مصدر سبق ذكره . (2004) ص146 .

(2) محمد صبحي حسنين ؛ الاختبارات والقياس في التربية الرياضية ، ط5 ، دار الفكر العربي ، القاهرة، 2001 ، ص145 .

(3) محمد صبحي حسنين ؛ المصدر نفسه ، ص118 .

(4) مهند حسين البشتاوي ؛ مبادئ التدريب الرياضي ، عمان ، دار وائل للنشر ، ط2 ، 2010 ، ص356 .

2-4 عرض نتائج اختبارات المهارات الهجومية لعينة البحث وتحليلها ومناقشتها :

1-2-4 عرض نتائج اختبارات المهارات الهجومية للمجموعة التجريبية وتحليلها .

1-1-2-4 عرض نتائج الأختبارين القبلي والبعدي ونسب التطور لأختبارات المهارات الهجومية للمجموعة التجريبية وتحليلها :

الجدول (14)

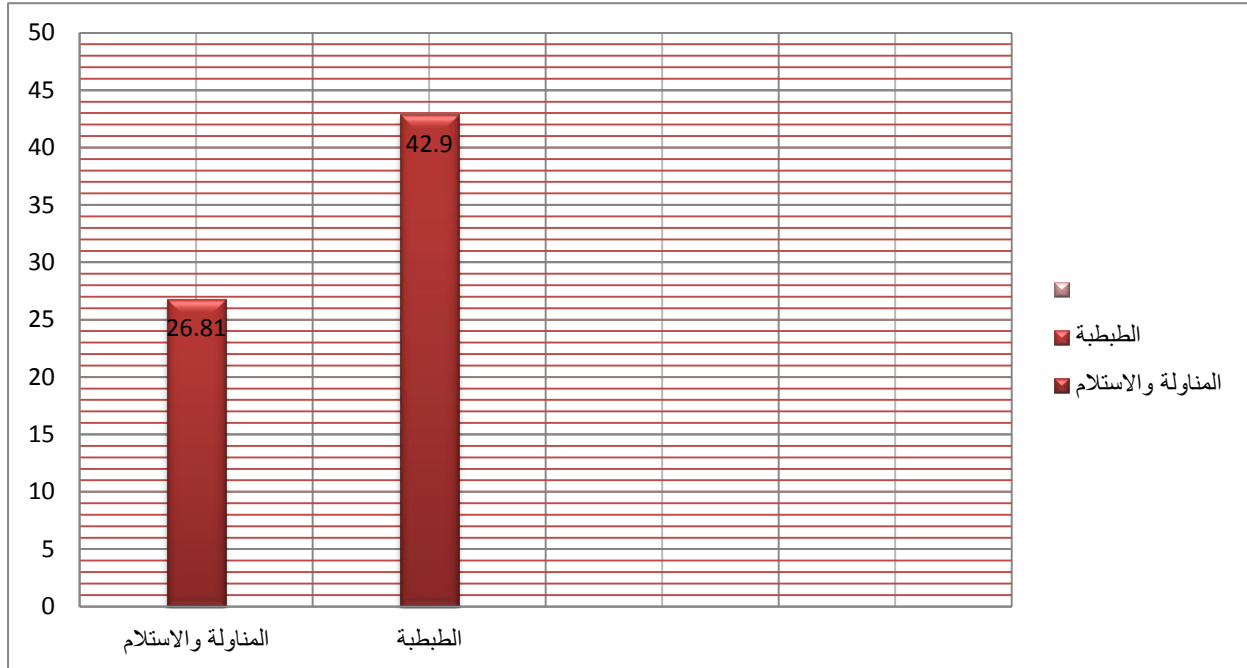
يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفرق الأوساط الحسابية ونسبة التطور للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المهارات الهجومية بكرة اليد

ت	المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين الأوساط	نسبة التطور %
			ع	س	ع	س		
1	المناولة والاستلام	درجة	2.03	13.1	1.85	17.9	4.8	26.81%
2	الطبطة	ثانية	5.2	16.72	2.95	11.7	5.02	42.9%

* قيمة (t) الجدولية (2.26) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (9)

يتضح لنا من الجدول (14) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفرق الأوساط الحسابية ونسبة التطور في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لأختبارات المهارات الهجومية قيد البحث . إذ كان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي لمهارة المناولة والأستلام (13.1) والانحراف المعياري (2.02) في حين كان الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (17.9) والانحراف المعياري (1.85). وكان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي لمهارة الطبطة (16.72) والانحراف المعياري (5.2) في حين كان الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (11.7) والانحراف المعياري (2.95).

وكان الفرق في الأوساط الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي لمهارة المناولة والاستلام (4.8) ونسبة التطور كانت (26%) وكان الفرق في الأوساط الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي الطبطبة (5.02) ونسبة التطور كانت (42.9%).



شكل (8)

يوضح نسب التطور للمهارات الهجومية للمجموعة التجريبية

ولغرض معرفة دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في المهارات الهجومية قيد البحث ، استخدم الباحث القوانين الإحصائية المناسبة لمعالجة البيانات وحسب ما مبين في الجدول (15).

الجدول (15)

يبين قيم الاوساط الحسابية للفروق وانحرافات الفروق عن وسطها الحسابي وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في المهارات الهجومية للمجموعة التجريبية

الدالة	قيمة (ت) *		ع ف	س ف	وحدة القياس	المتغيرات	ت
	الجدولية	المحسوبة					
معنوي	2.26	5.04	3.01	4.8	درجة	المناوله والاستلام	1
معنوي		5.09	3.17	5.02	ثانية	الطبطبة	2

* قيمة (t) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (9)

يتضح لنا من الجدول (15) قيم الأوساط الحسابية للفروق ومجموع مربعات انحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لاختبارات المهارات الهجومية قيد البحث .

أذ بلغت قيمة الوسط الحسابي للفروق في اختبار مهارة المناولة والأستلام (4.8) ومجموع مربعات انحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق (3,01) وبلغت قيمة (T) المحسوبة (5.04) والتي قيمتها اكبر من قيمة (T) الجدولية والبالغة (2.26) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (9) ، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

وبلغت قيمة الوسط الحسابي للفروق في اختبار مهارة الطبطبة (5.02) ومجموع مربعات انحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق (3.17) وبلغت قيمة (T) المحسوبة (5.09) والتي قيمتها اكبر من قيمة (T) الجدولية والبالغة (2.26) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (9) ، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

4-2-1-2 مناقشة نتائج اختبارات المهارات الهجومية بكرة اليد في الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية: -

يبين الجدول (14 ، 15) ان قيم الاوساط الحسابية للاختبار القبلي للمجموعة التجريبية للمهارات الهجومية في لعبة كرة اليد مختلفاً تماماً عن الاختبار البعدي ، اذ تبين ان قيمة (T) المحسوبة لكل مهارة قيد البحث على التوالي (5.04 ، 5.09) هي اكبر من (T) الجدولية التي تساوي (2.26) هذا يعني ان هناك فروقاً معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح المجموعة التجريبية . ونجد ان جميع المهارات (قيد البحث) سجلت نسبة تطور جيدة ، ويعزو الباحث ذلك الى الزيادة الحاصلة في تنمية مستوى القدرات الحركية للتلاميذ الذي ارتفع لديهم بعد اداء التمرينات وبالتالي اداء الى تعلم المهارات الهجومية . فنسبة التطور في مهارة المناولة والاستلام وصلت الى (26.81%) أما في مهارة الطبطبة فقد وصلت الى نسبة (42.9%).

ويعزو الباحث اسباب تلك الفروق الى ما يأتي : -

1 - ويعزو الباحث التطور الحاصل في المهارات الهجومية (المناولة والاستلام - الطبطبة) الى التطور الحاصل في القدرات الحركية وهذا ما أكدّه (هاشم ياسر، 2011) " ينصح كثير من الخبراء والمختصين في مجال علم التدريب الى ضرورة تطوير الاداء المهاري من خلال تطوير القدرات الحركية الخاصة بكل فعالية لان اداء الحركات الرياضية يتطلب قدرات حركية خاصة تؤدي بشكل مترابط بأن ينتج عنها في النهاية الحصول على اداء مهاري صحيح"⁽¹⁾

2 - ان التغيير في طبيعة التمرين او طريقة اداء او الهدف منة يساعد في زيادة المتعة والتسلية عند الاداء ، مما يشجع الطلاب للأقبال نحو التعلم ، وذلك ما يراه (حسن معوض 1997) " أن شروط نجاح تعلم المهارات الأساسية أن يكون التعلم في

(1) هاشم ياسر حسن ؛ تمرينات خاصة لتطوير دقة الاداء الحركي والمهاري للاعبين كرة القدم ، (عمان ، مكتبة المجتمع العربي ، 2011) ص 31 .

قالب مسابقة ما أمكن وان تكون مسلية فيها تغيير وتعبير ولا تكرر بالشكل والطريقة نفسيهما فالتغيير الطبيعي له أثر في إقبال الطلاب نحو التعلم " (1).

3 - ان التكرار في التمرينات كان له الاثر المهم والمباشر في تطوير المهارات ، لان التكرار يؤدي الى تصحيح مسار الاداء الحركي للوصول الى افضل انجاز ، وهذا ما يتفق معه (قاسم لزام 1997) إذ أن "التعلم يتصاعد عن طريق التكرار ويقابل هذا التكرار الادراك للمسار الصحيح الى ان يصل المتعلم الى أعلى قيمة او انجاز" (2).

4 - كما ان لاستخدام الأجهزة والادوات المساعدة خلال التمرينات الاثر المهم في عملية التعلم ويذكر (ضياء الخياط ، ونوفل الحياي 2001) " ان المبادئ الاساسية المهمة والواجب مراعاتها خلال العملية التدريبية والتعليمية هي توافر الادوات والاجهزة المساعدة التي تعمل على سرعة التعلم من خلال الشعور بالقدرة والثقة بالنفس وفي تنمية وتطوير الاداء من الناحية الحركية والمهارية فضلا عن التشويق المصاحب للاعب من خلال الاداء مع وجود اداة مساعدة لها تأثيرها الايجابي والفعال لتطوير هذه المهارات الاساسية" (3).

(1) حسن سيد معوض؛ كرة السلة للجميع، ط2: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1997) ص44.

(2) قاسم لزام؛ اثر بعض طرائق التعلم في الاكتساب وتطور مستوى الاداء في المهارات المغلقة والمفتوحة، (اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1997)، ص34.

(3) ضياء الخياط ونوفل الحياي؛ كرة اليد (الموصل ، دار الكتب للطباعة ، 2001) ص 13 .

4-2-2 عرض نتائج اختبارات المهارات الهجومية للمجموعة الضابطة وتحليلها .
 4-2-2-1 عرض نتائج الأختبارين القبلي والبعدي ونسبة التطور لأختبارات المهارات الهجومية للمجموعة الضابطة وتحليلها :

الجدول (16)

يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفرق الاوساط الحسابية ونسبة التطور للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المهارات الهجومية في كرة اليد

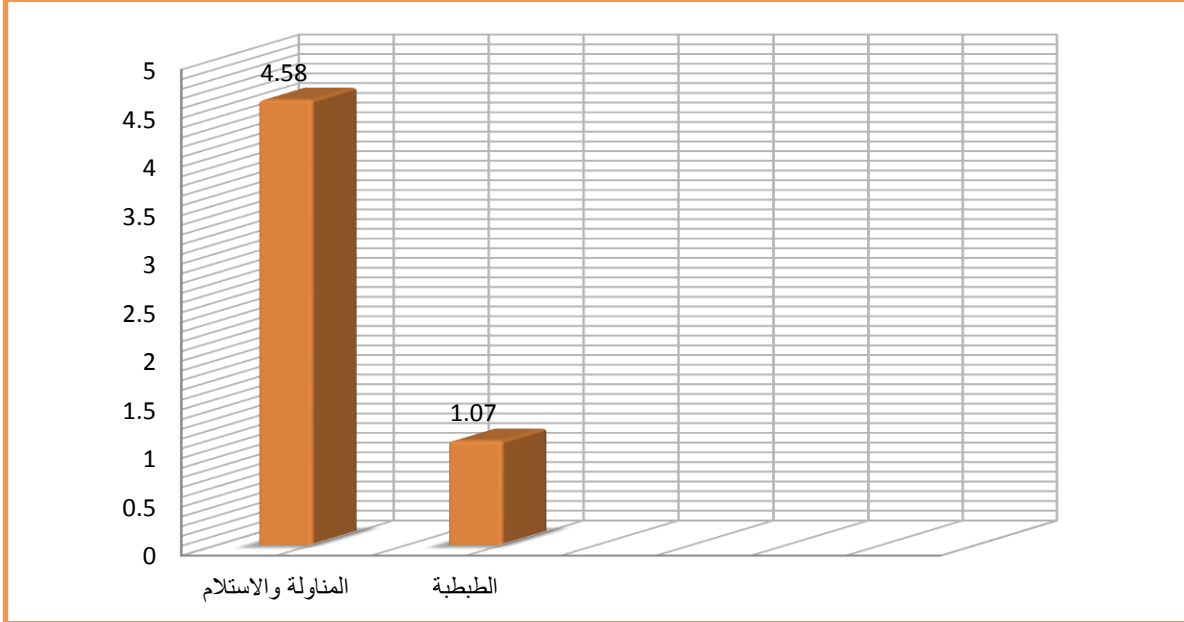
ت	المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين الاوساط	نسبة التطور %
			س	ع	س	ع		
1	المناولة والاستلام	درجة	12.5	2.17	13.1	2.23	0.6	4.58%
2	الطبطة	ثانية	15.96	1.09	14.79	1.12	1.17	7.33%

قيمة (t) الجدولية (2.26) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (9)

يتضح لنا من الجدول (16) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفرق الأوساط الحسابية ونسبة التطور في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لأختبارات المهارات الهجومية قيد البحث . إذ كان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي لمهارة المناولة والأستلام (12.5) والانحراف المعياري (2.17) في حين كان الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (13.1) والانحراف المعياري (2.23).

وكان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي لمهارة الطبطة (15.96) والانحراف المعياري (1.09) في حين كان الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (14.79) والانحراف المعياري (1.12). وكان الفرق في الأوساط الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي لمهارة المناولة

والاستلام (0.6) ونسبة التطور كانت (4.58%) وكان الفرق في الأوساط الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي لمهارة المناولة (1.17) ونسبة التطور كانت (7.33%).



الشكل (9)

النسب المئوية لتطور المهارات الهجومية للمجموعة الضابطة

ولغرض معرفة دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في المهارات الهجومية قيد البحث للمجموعة الضابطة ، استخدم الباحث القوانين الإحصائية المناسبة لمعالجة البيانات وحسب ما مبين في الجدول (17).

الجدول (17)

يبين قيم الاوساط الحسابية للفروق وانحرافات الفروق عن وسطها الحسابي وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في المهارات الهجومية في كرة اليد للمجموعة الضابطة

الدالة الأحصائية	قيمة (ت) *		ع ف	س ف	وحدة القياس	المتغيرات	ت
	الجدولية	المحسوبة					
غير معنوي	2.26	1.5	1.26	0.6	درجة	المناوله والاستلام	1
غير معنوي		2.01	1.86	1.17	ثانية	الطبطة	2

قيمة (t) الجدولية (2.26) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (9)

يتضح لنا من الجدول (17) قيم الأوساط الحسابية للفروق ومجموع مربعات انحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لاختبارات المهارات الهجومية قيد البحث .
أذ بلغت قيمة الوسط الحسابي للفروق في اختبار مهارة المناولة والأستلام (0.6) ومجموع مربعات انحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق (1.26) وبلغت قيمة (T) المحسوبة (1.5) والتي قيمتها اصغر من قيمة (T) الجدولية والبالغة (2.26) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (9) ، وهذا يعني عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية.

أذ بلغت قيمة الوسط الحسابي للفروق في اختبار مهارة الطبطة (1.17) ومجموع مربعات انحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق (1.86) وبلغت قيمة (T) المحسوبة (2.01) والتي قيمتها اصغر من قيمة (T) الجدولية والبالغة (2.26) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (9) ، وهذا يعني عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية.

4-2-2-2 مناقشة نتائج اختبارات المهارات الهجومية في الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة : -

يبين الجدول (16 ، 17) ان قيم الاوساط الحسابية للاختبار القبلي للمجموعة الضابطة للمهارات الهجومية في لعبة كرة اليد لا يختلف عن الاختبار البعدي ، اذ تبين ان قيمة (T) المحسوبة لكل مهارة قيد البحث على التوالي (1.5 ، 2.02) هي اصغر من (T) الجدولية التي تساوي (2.26) هذا يعني عدم وجود فروقاً معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي. ونجد ان جميع المهارات (قيد البحث) سجلت نسبة تطور ضئيلة ، . فنسبة التطور في مهارة المناولة والاستلام وصلت الى (4.58%) أما في مهارة الطبطبة فقد وصلت الى نسبة (7.33%).

1 - شكلية التمرينات المستخدمة مع المجموعة الضابطة وعدم فاعليتها ادت الى تطور بسيط وبشكل اقل فعالية من تمرينات المجموعات التجريبية وهذا ما اكده (سليمان 1983) " ان اختيار التمرين له اهمية كبرى حيث انه الوسيلة الاساسية للارتقاء او تطوير القدرات والمهارات الحركية " (1).

2 - ان استخدام الكرة المناسبة للمرحلة العمرية ساعد في زيادة التحكم بالكرة ، مما ساهم في زيادة ثقة اللاعب بأدائه " الثقة بالنفس من العوامل المهمة التي تساعد على نجاح الاداء المهاري " (2).

3 - ان عدم تكرار التمرينات والتدرج بها من السهل الى الصعب ادى الى عدم زيادة التشويق والاثارة للممارسة وهذا ما اكده (وجيه محجوب واحمد البديري ، 2002) " أن تطوير المهارات الحركية يتأثر بعوامل عديدة منها التكرار والادراك

(1) سليمان علي حسن ؛ المدخل الى التدريب الرياضي ؛ (الموصل ، مطبعة الجامعة ، 1983) ص 28 .

(2) منير جرجيس ابراهيم ؛ كرة اليد للجميع ؛ (القاهرة ، الهلال للطباعة والتجارة ، 2004) ص 125 .

المقارنة والقدرات العقلية والتجارب الحركية السابقة فضلاً عن عامل التشويق والاثارة والممارسة والتدرج بالمهارات من السهل الى الصعب " (1).

3-2-4 عرض نتائج اختبارات المهارات الهجومية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي وتحليلها :

الجدول (18)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة للاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في المهارات الهجومية بكرة اليد

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (ت) المحسوبة	قيمة (ت) الجدولية	الدلالة
			ع	س-	ع	س-			
1	المناوله والاستلام	درجة	2.23	13.1	1.85	17.9	5.23	2.1	معنوي
2	الطبطبة	ثانية	1.12	15.79	2.95	11.7	4.09		معنوي

قيمة (ت) الجدولية تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (18).

يبين الجدول (18) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارين البعديين للمهارات الهجومية وقيمة (T) المحسوبة، إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي لمهارة المناولة والأستلام للمجموعة الضابطة (13.1) وبانحراف معياري قدره (2.23)، أما للمجموعة التجريبية فقد بلغت قيمة الوسط الحسابي (17.9) وبانحراف معياري قدره (1.85) وقد بلغت قيمة (T)

(1) وجيه محجوب، احمد البديري؛ اصول التعلم الحركي: (الموصل، دار الجامعة للطباعة والنشر، 2002)، ص13.

المحسوبة (5.23) وهي اكبر من قيمة (T) الجدولية تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (18) والبالغة (2.1)، وهذا يدل على وجود فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في هذه المهارة ولصالح المجموعة التجريبية. إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي لمهارة الطبطبة للمجموعة الضابطة (15.78) وبانحراف معياري قدره (1.12)، أما للمجموعة التجريبية فقد بلغت قيمة الوسط الحسابي (11.7) وبانحراف معياري قدره (2.95) وقد بلغت قيمة (T) المحسوبة (4.09) وهي اكبر من قيمة (T) الجدولية تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (18) والبالغة (2.1)، وهذا يدل على وجود فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في هذه المهارة ولصالح المجموعة التجريبية.

4-2-4 مناقشة نتائج المهارات الهجومية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي:

من خلال الجدول (18) يتبين لنا نتائج الاختبار البعدي لاختبارات المهارات الهجومية بكرة اليد للمجموعة التجريبية اذ يعزو الباحث هذه الفروق المعنوية للمهارات إلى البرنامج المستخدم حيث أحتوى على التكرارات الملائمة للفئة العمرية في الوحدات التعليمية وساعدت في السيطرة والتحكم بالكرة وهو ما انعكس ايجابياً على أتقان مهارات المناولة والاستلام والطبطبة وكذلك أن استخدام التمرينات في هذا البرنامج ساعدت في تعلم مهارة المناولة إذ إن ويذكر كمال درويش " بأن التنوع بالتمرين يجدد النشاط اللعب والدافعية لاستمرارية الاداء كما يمنحه فرص مواجهة مواقف اللعب المتغيرة التي تحدث في المنافسة " (1).

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى إن المجموعة التجريبية استخدمت الاسس العلمية في تعلم واتقان المهارات الاساسية من خلال التعريف والشرح وعرض وممارسة

(1) كمال درويش وآخرون ؛ الاسس الفسيولوجية لتدريب كرة اليد - نظريات- تطبيقات ط3: (مركز الكتاب

المهارة أذ ان الأسس العلمية المتبعة في تعلم المهارات الحركية يكمن في اتباع الخطوات الآتية:-

1- تعريف المهارة

2- الشرح والعرض

3- الممارسة على المهارة (التمرينات)

فضلاً عن أستثمار الوقت في تعلم المهارات من خلال استخدام مهارتين في ان واحد كلها أثر إيجابياً في تفوق المجموعة التجريبية للتأثر في تطور التعلم من خلال " استخدام جدولة لتنظيم ممارسة التمارين وتسهيل التعلم واستثمار الوقت من خلال تداخل ممارسة مهارتين أو أكثر أو عدة أنواع من التمارين بزيادة القدرة على التكيف وبمتطلبات مقارنة لحالة اللعب وفي مواقع جديدة "(1)

بالإضافة الى ذلك فإن مهارة الطبطة تحتاج الى الى توافقات عضلية

عصبية عالية بالإضافة الى التناسق الحركي بين حركة الكرة وحركة جسم اللاعب , وهذا يتفق مع ما ذكره قاسم حسن حسين حيث يذكر " يجب التركيز على تدريب التوافق الحركي والترابط الحركي وو ضعه في برامج التدريب ان استخدام التوافق الحركي لفترة طويلة و بتكرار متواصل سيؤدي الى التعود على اطار المسار الحركي والزماني المثالي " (2).

(1) فاتن إسماعيل العزاوي ؛ أثر أساليب التمرينات في التعلم ونقل اثره الى بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة

(رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2000) ص19.

(2) قاسم حسن حسين ؛ الفسولوجيا ومبادئها وتطبيقاتها في المجال الرياضي ، (الموصل: مطابع دار الحكمة

للطباعة والنشر، 1991) ، ص47 .

5- الأستنتاجات والتوصيات

5-1 الأستنتاجات :

1. تأثير البرنامج التعليمي كان ايجابياً في تنمية القدرات الحركية واكتساب المهارات الهجومية لذوي الأحتياجات الخاصة (بطيئي تعلم) بكرة اليد .
2. ان التكرار والتنوع في التمرينات المستخدمة كان له دور مباشر في تنمية القدرات الحركية والمهارات الهجومية بكرة اليد لعينة البحث .
3. ان مراعاة الفروق الفردية اثناء تنفيذ البرنامج التعليمي كان مهماً في تنمية القدرات الحركية والمهارات الهجومية بكرة اليد .
4. ان الأدوات والأجهزة المستخدمة في بشكل يتناسب مع التمرينات وقدرات التلاميذ ادى الى تنمية القدرات الحركية والمهارات الهجومية بكرة اليد .
5. ان اختيار التمرينات بالشكل الذي يتناسب مع قانون التعلم (من السهل الى الصعب) ساعد على تنمية القدرات الحركية والمهارات لهجومية بكرة اليد.

5-2 التوصيات

1. وجوب الأهتمام بذوي الأحتياجات الخاصة لما لهذه العينة من اهمية في دراسات اخرى .
2. دراسة تأثير برامج تعليمية اخرى لقدرات ومهارات وفعاليات مختلفة لذوي الأحتياجات الخاصة (بطيئي التعلم).
3. اجراء دراسات مقارنة بين ذوي الأحتياجات الخاصة (بنين - بنات) في القدرات الحركية والمهارية لألعاب مختلفة .
4. الأهتمام بدرس التربية الرياضية لفئة (بطيئي التعلم) لما له من فوائد بدنية ونفسية وترويحية .
5. العمل على رفع كفاءة التلاميذ بطيئي التعلم من خلال اجراء تجارب في فعاليات و ألعاب مختلفة والتقليل من النقص الذي قد يشعرون به تجاه اقرانهم الأسوياء لما له من اهداف اخلاقية وانسانية سامية .

- القرآن الكريم
- ابراهيم مصطفى وآخرون ؛ المعجم الوسيط (القاهرة ، دار الفكر العربي، 1998) .
- الاتحاد الدولي لكرة اليد ؛ القانون الدولي لكرة اليد. ترجمة سعد محسن، بغداد ، مطبعة الميناء : 2002 .
- امر الله احمد البساطي ؛ التدريب البدني- الوظيفي في كرة القدم تخطيط- تدريب- قياس، المنصورة ، دار الجامعة الجديدة للنشر، 2001 .
- امل عبد الفتاح و منى محمد الجزار ؛ تكنولوجيا التعلم لذوي الحاجات الخاصة ، دار الفكر (2012 الاردن، عمان) .
- بدرية شوقي عبد الوهاب ؛ التعليم في القرن الحادي والعشرين: (مركز دراسات المستقبل , جامعة اسبوط 1996) .
- بسطويسي احمد ؛ اسس ونظريات التدريب ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999 .
- ثائر احمد غباري و خالد محمد ابو شعيرة؛ سيكولوجيا التعلم وتطبيقاته الصفية، ط1: (عمان, مكتبة المجمع العربي للنشر والطباعة, 2010).
- ثائر رشيد حسن (تأثير منهج تدريبي في تطوير بعض الصفات البدنية والحركية والمهارات الأساسية لتلميذ بطيئي التعلم) رسالة ماجستير , جامعة ديالى , كلية التربية الرياضية 2002.
- جمال قاسم واحمد خميس ؛ موسوعة كرة اليد العالمية , مؤسسة الصفاء , بيروت , 2011..
- حسن سيد معوض؛ كرة السلة للجميع، ط2: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1997)
- حسين حمدي الطوبجي ؛ التخطيط لاعداد مراكز مصادر التعليم ، ندوة قادة التقنيات التربوية في البلاد العربية ،المركز العربي للتقنيات العربية ، الكويت ، 1981 .
- حسين علي العلي و عامر فاخر ؛ استراتيجيات وطرائق واساليب التدريب الرياضي ، بغداد ، مكتب النور ، 2010 .
- حنفي محمود مختار ؛ الاسس العلمية في تدريب كرة اقدم ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1978)

- خالد محمد ابو شعيرة و ثائر احمد غباري ؛ صعوبات التعلم بين النظرية والتطبيق ، مكتبة المجتمع العربي ، عمان ، 2010.
- ريسان خريبط ؛ النظريات العامة في التدريب من الطفولة الى المراهقة ، عمان ، دار الشروق للنشر ، 1998.
- ريسان خريبط ؛ النظريات العامة في التدريب من الطفولة الى المراهقة ، عمان ، دار الشروق للنشر ، 1998.
- زهير قاسم الخشاب و اخرون ؛ كرة القدم ، ط2، الموصل، دار الكتب للطباعة و النشر، 1999.
- سامر عزيز محسن (منهج تدريبي مقترح وأثره في تطوير الرؤيا المزدوجة على بعض مهارات التمرير بكرة اليد) رسالة ماجستير ، جامعة ديالى (غير منشورة) 2003.
- سامي الصفار و اخرون ؛ كرة القدم ، ط 2 ، الموصل ، مطبعة دار الكتب للطباعة والنشر ، 1987 .
- سليمان علي حسن ؛ المدخل الى التدريب الرياضي ؛ (الموصل ، مطبعة الجامعة ، 1983)
- شبكة المعلومات الدولية ؛ منتديات غرابيل .
- ضياء الخياط ونوفل الحيايالي؛ كرة اليد (الموصل ، دار الكتب للطباعة ، 2001)
- طلال الزعبي و مصطفى جويفل ؛ استخدام النماذج ونظم التأليف المحسوبة في التصميم المنظومي للتدريس : (عمان ، المؤسسة العربية للعلوم والتكنولوجيا ، 2008).
- طلحة حسام الدين واخرون ؛ مصدر سبق ذكره .
- عادل عبد البصير ؛ التدريب الرياضي التكامل بين النظرية والتطبيق ، ط 1 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1999.
- عادل فاضل حسين ؛ شبكة المعلومات الدولية : موقع الأكاديمية العراقية الرياضية ، 2005 .

- عبد الحميد شرف ؛ البرنامج في التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق للأسوياء والمعاقين (ط1 ، القاهرة ، 2002).
- علي مصطفى طه؛ نظرية الدوائر المغلقة في التعلم الحركي، ط1 (القاهرة، دار الفكر العربي، 1999).
- عماد الدين عباس ابو زيد ؛ التخطيط والاسس العلمية لبناء واعداد الفريق في الالعب الجماعية نظريات تطبيقات، ط 1 (منشأة المعارف للطباعة ، 2005).
- عنايات محمد احمد فرج؛ مناهج وطرق تدريس التربية البدنية: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1998) .
- فرات جبار سعد الله ؛ مفاهيم عامة في التعلم الحركي ، ط1: (جامعة ديالى ، كلية التربية الرياضية، 2008) .
- فريدة إبراهيم عثمان ؛ التربية الحركية لمرحلة الرياض والمرحلة الابتدائية ، ط1 (الكويت ، دار القلم ، 1984) .
- قاسم حسن حسين ؛ الفسيولوجيا مبادئها وتطبيقاتها في المجال الرياضي : (1990)
- قاسم لزام صبر وآخرون؛ أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم: (جامعة بغداد، ب.م، 2005) .
- قاسم لزام صبر؛ موضوعات في التعلم الحركي . ط2 : بغداد دار البراق للطباعة ، 2012 .
- القرآن الكريم
- كاظم عبد الربيعي وموفق مجيد المولى ؛ الاعداد البدني بكرة القدم ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1988 .
- كمال عارف ظاهر و سعد محسن اسماعيل ؛ كرة اليد ☺ دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل) .
- لؤي غانم الصميدعي وآخرون ، الأحصاء و الأختبار في المجال الرياضي ، (اريل ، ط1 ، 2010)
- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ؛ اختبارات الاداء الحركي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1989 .

- محمد زامل عبد الكريم (تأثير التمرين المكثف والموزع بأسلوب التعلم الذاتي في تنمية الإدراك والتوافق الحركي لبطيئي التعلم) ، رسالة ماجستير غير منشورة .جامعة ديالى ، كلية التربية الأساسية ، 2011.
- محمد محمود الحيلة ؛ طرائق التدريس واستراتيجياته : (الإمارات العربية المتحدة، دار الكتاب الجامعي، 2001) .
- منذر هاشم الخطيب وعلي الخياط ؛ قواعد اللياقة البدنية في كرة القدم ، ط 1، عمان دار المناهج للنشر ، 2000.
- منير جرجيس ابراهيم ؛ كرة اليد للجميع : (القاهرة ، الهلال للطباعة والتجارة ، 2004) نبيل محمود شاكر ؛ علم الحركة والتعلم الحركي حقائق ومفاهيم ، جامعة ديالى 2005 .
- مهند حسين البشتاوي ؛ مبادئ التدريب الرياضي ، عمان ، دار وائل للنشر ، ط 2 ، 2010
- ميساء لطيف سلمان المحمودي ؛ اثر منهج مقترح في تطوير القدرات البدنية والحركية على مستويات مختلفة للذكاء (اطروحة دكتوراه ، كلية التربية ارياضية . جامعة بغداد ، 2006).
- نبيل عبد الهادي واخرون ؛ بطء التعلم وصعوباته : (دار وائل للنشر: عمان 2000).
- نجاح مهدي شلش وأكرم محمد ؛ التعلم الحركي ، طبعة 2 (جامعة البصرة 2000).
- نجاح مهدي شلش واكرم محمد صبحي ؛ التعلم الحركي ، ط 2، جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 2000 .
- نجوى سلمان وثناء السيد ؛ الأهمية النسبية لبعض القدرات الحركية التي تسهم في اختبار ناشئ كرة السلة: (مجموعة رسائل الماجستير والدكتوراه في كلية التربية الرياضية ، مطبعة الرواد ، بغداد ، 1991) .
- هاشم ياسر حسن ؛ تمرينات خاصة لتطوير دقة الاداء الحركي والمهاري للاعبين كرة القدم ، (عمان ، مكتبة المجتمع العربي ، 2011)
- وجيه محجوب ؛ علم الحركة : (جامعة بغداد ، بيت الحكمة ، 1989) .
- وجيه محجوب ؛ نظريات التعلم والتطور الحركي : (عمان ، دار وائل للنشر ، 2002) .

- وجيه محجوب ؛ نظريات التعلم والتطور الحركي: ط1 (الأردن , دار الأوائل للطباعة والنشر 2001) .
- وجيه محجوب، احمد البدري؛ اصول التعلم الحركي: (الموصل، دار الجامعة للطباعة والنشر، 2002)
- وزارة التربية ؛ اللجنة الوطنية للتربية الخاصة في العراق. 1985.
- يعرب خيون ؛ شبكة المعلومات الدولية : موقع الأكاديمية العراقية الرياضية ، 2007 .
- يعرب خيون؛ التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق: (بغداد، مكتب الصخرة للطباعة والنشر، 2002) .
- Schmidt A. Richard: Motor Learning and Performance, Hum – Kinetics11, 2000, P. 84
- Shmidt,A.Richard, and Timothy lee; Motor control and learning ,4ed :(, human(1) kentine, 2005), P27
- stein Gerty and hanz fedehoff; Handball: (Benin/sportverlag1983)p7
- Tuckman , Brucew . Conducting research, 2 nd edition, New .yourk, Harcout Brace dovanvich , Inch, 1979,P.162
- Julia,Swannel; The Oxford moden English Dictionary : (clarendon press, G.B. 1993) P.810

الملاحق

الملحق (1)

يبين اسماء الخبراء و الاساتذة الذين عرضت عليهم استبانة الأختبارات والمهارات الهجومية

مكان العمل	الأختصاص	الاسم	اللقب العلمي	ت
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد	كرة يد	كمال عارف ظاهر	أ.د.	1
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد	تدريب / كرة يد	سعد محسن اسماعيل	أ.د.	2
كلية التربية الرياضية جامعة ديالى	اختبارات	ناظم كاظم جواد	أ.د.	3
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد	طرائق	طارق عبد الرحمن	أ.د.	4
كلية التربية الرياضية جامعة ديالى	تدريب / كرة يد	اياد حميد رشيد	أ.م.د.	5
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد	تدريب / كرة يد	احمد خميس راضي	أ.م.د.	6
كلية التربية الرياضية جامعة ديالى	تعلم / كرة يد	محمد فاضل مصلح	م.د.	7
كلية التربية الرياضية جامعة ديالى	اختبارات/مبارزة	بشار غالب شهاب	م.د.	8
كلية التربية الرياضية جامعة ديالى	اختبارات	محمد وليد شهاب	م.د.	9
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد	كرة يد	فؤاد متعب حسين	م.م.	10

ملحق رقم (2)
كتاب تسهيل مهمة

ملحق رقم (3)

م / استبانة استطلاع رأي

نظراً لما تتمتعون به من خبرة وكفاءة في مجال التربية الخاصة (بطيئي تعلم) يروم الباحث الاستفادة من رأيكم حول السؤال التالي (هل يعاني التلاميذ بطيئي التعلم من ضعف في قدراتهم الحركية والمهارات الهجومية بكرة اليد) راجين منكم الأجابة بوضع اشارة (✓) امام حقل (نعم) او (لا) مع الشكر والتقدير.

	نعم
	لا

الباحث

عمار طاهر منديل

التوقيع

الاسم

الاختصاص

مكان العمل

التاريخ

ملحق رقم (4)

يبين استبانة تحديد اختبارات القدرات الحركية

م / استبانة

الأستاذ الفاضل المحترم

تحية طيبة ...

يروم الباحث اعداد بحثه الموسوم (تأثير برنامج تعليمي في تنمية بعض القدرات الحركية وأكتساب المهارات الهجومية لذوي الاحتياجات الخاصة بكرة اليد) ونظراً لما تتمتعون به خبرة وكفاءة علمية لذا نرجوا تفضلكم بترشيح الأختبار المناسب لكل قدرة حركية وتوضيح مدى ملائمته لطبيعة البحث مع ابداء أي ملاحظة لم يرد ذكرها بالاستمارة ووضع علامة (✓) امام الأختبار المناسب .

علماً ان عينه البحث ذوي الاحتياجات الخاصة (بطيئي التعلم) للصف الرابع الابتدائي.

الباحث

عمار طاهر منديل

اسم الخبير /

الأختصاص /

مكان العمل /

التوقيع /

التاريخ /

الملحق (5)

يبين استبانة أختبارات القدرات الحركية

ت	القدرات الحركية	الاختبارات	الأشارة
1	الرشاقة	1-الجرى متعدد الجهات 2-اختبار بارو 3-الجرى المكوكي	✓
2	التوافق	1-اختبار الجري على شكل 8 2-اختبار الحبو على شكل 8 3-اختبار الدوائر المرقمة	✓
3	التوازن	1-أختبار الوقوف بالقدم على العارضة 2-أختبار الوقوف بمشط القدم على مكعب 3-الأتران فوق لوح الجهاز	✓

ملحق رقم (6)**يبين استبانة اختبارات المهارات الهجومية بكرة اليد**

م / استبانة

الأستاذ الفاضل المحترم

تحية طيبة ...

يروم الباحث اعداد بحثه الموسوم (تأثير برنامج تعليمي في تنمية بعض القدرات الحركية وأكتساب المهارات الهجومية لذوي الأحتياجات الخاصة بكرة اليد) ونظراً لما تتمتعون به من خبرة وكفاءة علمية لذا نرجوا تفضلكم بترشيح الأختبار المناسب لكل مهارة وتوضيح مدى ملائمته لطبيعة البحث مع ابداء أي ملاحظة لم يرد ذكرها بالأستمارة ووضع علامة (✓) امام الأختبار المناسب .

علماً ان عينه البحث ذوي الأحتياجات الخاصة (بطيئي التعلم) للصف الرابع الأبتدائي .

الباحث

عمار طاهر منديل

اسم الخبير /

الأختصاص /

مكان العمل /

التوقيع /

التاريخ /

ملحق رقم (7)
يبين اختبارات المهارات الهجومية بكرة اليد

الأشارة	اسم الأختبار	المهارات الهجومية	ت
✓	1. اختبار قياس وسرعة المناولة على الحائط لمسافة 3 م.	المناولة والأستلام	1
	2. اختبار قياس وسرعة المناولة على الحائط لمسافة 5 م.		
✓	1. اختبار السرعة الحركية لطبطة الكرة البيد المميزة باتجاه مستقيم لمسافة 30 م	الطبطة	2
	2. اختبار طبطة الكرة المستمر باتجاه متعرج لمسافة 15 م		
	3. اختبار مستوى الطبطة المستمر لأتجاهات متعددة		

ملحق رقم (8)
يبين فريق العمل المساعد

مكان العمل	الاسم	ت
معلمة / مديرية تربية ديالى	بيداء عدنان غيدان	1
معلم / مديرية تربية ديالى	خالد وليد حسين	2
طالب ماجستير	باسم جبار منصور	3
طالب ماجستير / حكم دولي	مصطفى جواد حسين	4

