

أثر وحدات تعليمية باستخدام الألعاب الصغيرة علي بعض القدرات البدنية والأداءات المهارية للمبتدئين في كرة اليد.

*د/ أحمد محمد عبد الحليم

**د/ محمد عزوز مقدم

الملخص :

يهدف البحث إلى التعرف علي أثر وحدات تعليمية باستخدام الألعاب الصغيرة علي بعض القدرات البدنية والأداءات المهارية للمبتدئين في كرة اليد، استخدم الباحثان المنهج التجريبي ذو المجموعة الواحد باستخدام القياسين القبلي والبعدي في تطبيق الوحدات التعليمية باستخدام الألعاب الصغيرة علي المبتدئين في كرة اليد، تم اختيار العينة عشوائيا عن طريق القرعة ووقع الإختيار علي سيكشن ٢٩ البالغ عدده ٣٠ طالب تم إستبعاد ٤ طلاب منهم يمارسون كرة اليد و ٤ طلاب آخرين غير منتظمين في الحضور ليصبح عدد العينة ٢٢ طالب، استخدم الباحثان مجموعة من الإختبارات البدنية والمهارية قيد البحث و استمارة قياسات الطول والوزن لعينة البحث المصممة من قبل الباحثان، تتلخص أهم النتائج في معدلات تطورو تحسن القدرات البدنية والأداءات المهارية لمجموعة البحث في القياس البعدي أعلي من القياس القبلي نتيجة استخدام وحدات الألعاب الصغيرة، وقد أوصي الباحث بضرورة استخدام الألعاب الصغيرة لتمنية وتحسين القدرات والصفات البدنية والمهارية، كذلك ضرورة استخدام الالعب الصغيرة في أنشطة أخرى للإستفادة منها.

* ahmedmohamedas765@gmail.com

** zizomohamedelmokadem@gmail.com

Summary

The research aims to identify the effect of educational units using small games on some physical abilities and skill performances for beginners in handball , The researchers used the one-group experimental method using the pre and post measurements in the application of educational units using small games for beginners in handball , The sample was chosen randomly by lottery, and the selection fell on Section 29 of 30 students. 4 students were excluded from them practicing handball and 4 other students who were not regular in attendance, so that the number of the sample became 22 students, The researchers used a set of physical and skill tests in question, and a form of height and weight measurements for the research sample designed by the researchers, The most important results are summarized in the rates of development and improvement of the physical capabilities and skill performance of the research group in the post-measurement, which are higher than the pre-measurement, as a result of the use of small game units , The researcher recommended the need to use small games to wish and improve abilities and physical and skillful qualities, as well as the need to use small games in other activities to benefit from them.

مقدمة ومشكلة البحث :

تعد لعبة كرة اليد واحدة من أهم الألعاب الجماعية التي لاقت انتشارا واسعا في أواخر القرن الماضي لما تتمتع به من تشويق وإثارة لا توصف إذ تحتوي علي جوانب متعددة من المتغيرات علي جميع المستويات البدنية والمهارية والفسولوجية.

وتذكر ثريا جويد، رقية حمزة (٢٠١٧) أن كرة اليد من الألعاب الجماعية التي تأثرت إيجابيا وبشكل واضح بتطور العلوم والنظريات المرتبطة بها من حيث حداثة طرق التعلم وأساليب اعداد الطلاب لتنمية وتطوير مستواهم البدني والمهاري للوصول بهم الي أعلى مستوي ممكن. (٢ : ١)

ويؤكد دريد نصر الدين (٢٠١٨) أن التربية في المجال الرياضي تعني بشخصية الفرد وتساهم في تنمية جميع الجوانب البدنية والمهارية والنفسية ضمن نشاط يتماشى مع احتياجات التلاميذ خلال مراحل النمو والتي تتميز بالميل نحو اللعب ولتحقيق تلك التنمية تم دمج الألعاب الصغيرة لما لها من أثر كبير وإيجابي في تنمية الأداء البدني والمهاري حيث يبذل التلميذ فيها كل طاقته. (٥ : ١٥)

وفي هذا الصدد يذكر حسين عبد الهادي، حكمت عادل (٢٠٢٠) أن الألعاب الصغيرة تعد وسيلة من وسائل التربية البدنية الحديثة وهي نشاط رياضي يساعد في تطوير الاداء الحركي للاعبين وتمارس وفق قواعد سهلة وغير ثابتة ويمكن تغيير درجات صعوبتها بالتدرج ولاتحتاج أدوات كثيرة أو مكان خاص لتنفيذها. (٣ : ٤)

ويذكر خالد حموده، أشرف كامل (٢٠١٨) أن الألعاب الصغيرة الممهدة للعبة كرة اليد هي ألعاب منظمة تنظيما بسيطا وسهلة في أدائها ولاتحتاج الي مهارات حركية كبيرة عند تنفيذها ولاتوجد لها قوانين ثابتة ويمكن ان تمارس في اي مكان وباستخدام أدوات بسيطة كما تعد احدي المحاور الأساسية لتعليم المبتدئين كرة اليد. (٤ : ١٣١ : ١٣٢)

فمن الضروري عند تدريس كرة اليد معرفة المبادئ الاساسية مما يساعد علي تعليم كرة اليد بسهولة، وذلك من خلال تبسيط وتعديل قواعد اللعبة من خلال استخدام الألعاب الصغيرة حيث يتم اللعب في ملاعب أصغر وعدد أقل من اللاعبين (١٩ : ٥)

ويذكر عبد الغني وآخرون (٢٠٠٤) أن الألعاب الصغيرة تعتمد بشكل اساسي علي القدرات البدنية كالقوة والسرعة والتحمل والحركات الأصلية كما ان ممارستها تتيح للاعبين اكتساب المهارات والقدرات الحركية خلال هذه الممارسة. (٨ : ٥)

فمن السهل تنظيم الألعاب الصغيرة في كرة اليد في وقت قصير، حيث يتصرف الأفراد كحكام أيضاً، كما انها تشجع وتساهم في تقبل قرارات الحكام (٢٤ : ٧)

كما انه من المفيد الحد من الضغط النفسي بالنسبة للمبتدئين لتجنب الملل، ويجب ان يكون هناك وعي بالمشاكل التي تثيرها الضغوط التي تمارس خلال التدريب وسبل حلها هي وضعها في سياق اللعب ثم تقسيمها الي مراحل (٢٢ : ٨٢)

وتؤكد علي ذلك زكية ابراهيم، مصطفى السايح (٢٠٠٧) في أن الألعاب الصغيرة احدي وسائل اعداد الناشئ اعدادا جيدا حيث تحتوي علي عناصر اللياقة البدنية والتي تتمثل في القوة، السرعة، الرشاقة، المرونة، التوازن والتحمل. (٦: ٢٧)

فيما تعد هذه القدرات البدنية والحركية من المكونات الأساسية التي تعتمد عليها كرة اليد فهي تشكل العمود الفقري لهذه اللعبة وعلي مستوي تطورها يتحدد المستوي العالي في كل انواع المنافسات. (٢ : ٤)

ويذكر أمجد مهدي (٢٠١٢) أنه يجب علي المختصين والمهتمين بلعبة كرة اليد البحث بشكل متواصل عن سبل تطوير الأساليب التي تجذب أكبر عدد من الموهوبين لممارسة كرة اليد ويتطلب ذلك استخدام اساليب تدريبية متنوعة مؤكدا أن استخدام الألعاب الصغيرة والترويحية هام جدا لتعلم المهارات الحركية وتطوير المستوي الفني للناشئ والإقبال علي التدريب بشكل يساهم في تنمية مستواه الفني والبدني. (١ : ٣)

فمما لاشك فيه ان هناك علاقة وثيقة بين تطور الادراك والوظائف الحركية، وهذا التطور يمكن ان يحدث بسرعة وببطء، ونمو الافراد يكون بمعدلات مختلفة حتي في نفس العمر، لذا يجب ان يراعي عند تعليم كرة اليد باستخدام الالعاب الصغيرة المهارات التقنية والتكتيكية في مختلف الفئات العمرية (٢٣ : ٤)

فيما يوضح أليسون جويدي Alesson Guide (٢٠١١) أن تطوير تدريبات الأداءات المهارية لدي المبتدئين في كرة اليد باستخدام الألعاب الإبتكارية الجديدة أصبح الشغل الشاغل لدي العديد من المختصين في كرة اليد حيث تساعد تلك التدريبات علي خلق الحماس كما تعمل علي تحسين الدافعية الذاتية لدي الغالبية العظمي وتسهم في تطوير الذاكرة الحركية لدي المبتدئين من خلال مواقف تدريبية أكثر تشويقاً. (٢٠ : ٧ - ٩)

وكرة اليد تعتمد علي المهارات التقنية والقدرة علي الارتجال فهي رياضة تواصل، لذا يجب علي المعلم تخطيط دروسه ووحداته بطريقة تتطلب نشاط الدماغ من الطلاب ويتم ذلك

من خلال ألعاب صغيرة وتكتيكية تساعد الافراد علي اتخاذ القرارات والتصرف في وقت قصير وإعطاء الفرصا لإيجاد افضل الحلول. (٢١ : ٣)

ويري الباحثان أن كرة اليد هي لعبة متعددة المهارات ومتغيرة المواقف وتحتاج الي طريقة مميزة لتعلم المهارات واتقانها وتتطلب سلوكيات مختلفة حسب المواقف التعليمية والبعدين الطرق التقليدية في تعلم المهارات.

وهو ما أكدته الدراسات أن تنمية القدرات البدنية والمهارية للاعب أو الناشئ عن طريق التمرينات النظامية تؤدي الي الملل وعدم الإرتياح وسرعة التعب. (٦ : ٢٨)

ومن خلال عمل الباحثان في مجال التدريس لاحظنا انخفاض في مستوى الأداء البدني والمهاري لدي طلاب الفرقة الأولى أثناء ممارسة كرة اليد خلال المحاضرات فوجدا أن المهارات تفتقر في أدائها الي الشكل المناسب والسليم وكذلك المسار الحركي الصحيح كما لاحظنا وصول الطلاب الي الإجهاد العضلي بسرعة وعدم القدرة علي الإستمرارية في الأداء بشكل مريح مما دعا الباحثان للقيام بهذه الدراسة المتمثلة في اعداد وحدات تعليمية باستخدام الالعاب الصغيرة لتنمية بعض القدرات البدنية والمهارية للمبتدئين في كرة اليد باعتبارها احد الطرق الحديثة والأكثر فعالية لتحسين وتطوير هذه القدرات.

هدف البحث :

حدد الباحثان الهدف العام للبحث وهو: "التوصل الي أثر وحدات تعليمية باستخدام الألعاب الصغيرة علي بعض القدرات البدنية والأداءات المهارية للمبتدئين في كرة اليد " من خلال الأهداف الفرعية التالية :

- التعرف علي أثر الوحدات التعليمية باستخدام الألعاب الصغيرة علي بعض القدرات البدنية للمبتدئين في كرة اليد.
- التعرف علي أثر الوحدات التعليمية باستخدام الألعاب الصغيرة علي بعض الأداءات المهارية للمبتدئين في كرة اليد.

فروض الدراسة :

- وفي ضوء أهداف البحث افترض الباحثان :
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في بعض القدرات البدنية للمبتدئين في كرة اليد.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في بعض الأداءات المهارية للمبتدئين في كرة اليد.

مصطلحات البحث :

- الألعاب الصغيرة :

هي عبارة عن ألعاب بسيطة التنظيم ولا تحتاج تعقيدات مهارية كبيرة حيث يمكن للقائم علي تنفيذها تحديد بعض القوانين الخاصة بها وفقا للهدف المراد تحقيقه ولسن المتعلم وجنسه في صورة مشوقة تعلمه وتسليه وقد تنمي لديه الإستكشاف وحل المشكلات الحركية. (١٦ : ٢٧)

القدرات البدنية:

هي الصفات المرتبطة بالحالة البدنية للطالب وتعتمد علي العديد من الجوانب ومنها الجانب الوراثي الجيني ويمكن قياسها من خلال الإنجاز الذي يحققه الرياضي (تعريف اجرائي)

الأداء المهاري:

هو نجاح الطالب في أداء الحركة الرياضية بكل اتقان وإنسيابية وجمال بمعنى أن تكون الحركة هادفة وبجهد عضلي أقل وأن تتميز بالثبات في المنافسات الرياضية داخل درس التربية الرياضية (تعريف اجرائي)

كرة اليد:

هي رياضة من الألعاب الجماعية التي تلعب باليد وتمتاز بالسرعة وتتضمن فريقين كل من هما يتكون من ٧ لاعبين يخوضون مباراة علي ملعب مستطيل الشكل في وجود مرميان لتسجيل الأهداف وهدف كل فريق تسجيل أكبر عدد ممكن من الأهداف للفوز بالمباراة التي تتكون من شوطين مدة كل شوط ٣٠ دقيقة مع وجود فترة راحة مدتها ١٠ دقائق. (١٠ : ٢٦)

الدراسات السابقة :

- دراسة "التكريتي وآخرون" (٢٠١٣) (١٨) موضوعها "تأثير الألعاب الصغيرة في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد لأشبال نادي السليمانية الرياضي"، وكانت من أهم النتائج أن حققت المجموعة التجريبية تطوراً ملحوظاً في جميع المتغيرات قيد البحث وكانت للألعاب الصغيرة دوراً "فاعلاً" وكبيراً "في تعلم المهارات مما أدى إلى فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدي ولمصلحة الاختبارات البعدية.

- دراسة "حسين عبد الهادي، حكمت عادل" (٢٠٢٠) (٣) موضوعها "تأثير تمرينات الألعاب الصغيرة في تطوير القدرات البدنية والمهارات الهجومية وVO2 Max للاعبين كرة اليد (٩-١٢) سنة"، وتوصلت النتائج ظهور فروق معنوية بين الإختبارات القبليّة والبعديّة لصالح الإختبارات البعديّة في تطوير القدرات البدنية والمهارات الهجومية وVO2 Max للاعبين كرة اليد.
- دراسة "عمار دروش" (٢٠٠٧) (٩) موضوعها "تأثير منهج تدريبي مقترح لتطوير الرشاقة في دقة أداء بعض المهارات الهجومية في كرة اليد"، وأسفرت النتائج على أن هناك فروق معنوية عالية في إختبارات صفة الرشاقة ودقة أداء بعض المهارات الهجومية في كرة اليد ولصالح المجموعة التجريبية.
- دراسة "ثريا جويد، رقية حمزه" (٢٠١٧) (٢) موضوعها "تأثير أسلوب الألعاب الصغيرة في تحسين الرشاقة وتعلم التصويب من مستوي الرأس للطالبات بكرة اليد"، وأظهرت النتائج ان التمرينات المعدة بالألعاب الصغيرة أثرت إيجابيا بتطوير الرشاقة وتعلم التصويب من مستوي الرأس.
- دراسة "مفتي عبد المنعم" (٢٠١٢) (١٧) موضوعها "وحدات تدريبية مقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة وتأثيراتها على تنمية بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لدي ناشئي كرة اليد"، وتوصلت النتائج إلي وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين العينتين الضابطة والتجريبية لصالح العينة التجريبية في معظم الاختبارات البدنية والمهارية قيد الدراسة.
- دراسة "سعداوي صهيب" (٢٠١٦) (٧) موضوعها "أثر وحدات تدريبية للألعاب المصغرة في تنمية صفة الرشاقة لدي لاعبي كرة اليد"، وإستنتج الباحث أن هناك تحسن علي مستوي العناصر البدنية المستهدفة لصالح المجموعة التجريبية في الاختبارات البعديّة.
- دراسة "قرقور محمد" (٢٠١٨) (١٢) موضوعها "تأثير استخدام الألعاب الصغيرة في تطوير بعض القدرات الحركية وبعض المهارات الأساسية لدي لاعبي كرة اليد أعمار (١٣-١٥) سنة"، وتوصلت النتائج إلي وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الإختبار القبلي والبعدي في القدرات الحركية (الرشاقة- التوازن) وبعض المهارات الأساسية لدي عينة البحث.

أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة :

إستفاد الباحثان من الدراسات السابقة في تحديد الأهداف والفروض، وتحديد إجراءات البحث، وإختيار عينة البحث، وتحديد الادوات والاجهزة المستخدمة في البحث، كما أن نتائج الدراسات أكدت علي أهمية الوحدات التدريبية والتعليمية باستخدام الألعاب الصغيرة لما لذلك من أهمية كبيرة في تطوير النواحي المهارية والبدنية للرياضيين أثناء المنافسات بصفة عامة وفي كرة اليد بصفة خاصة.

منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج التجريبي ذو المجموعة الواحد باستخدام القياسين القبلي والبعدي في تطبيق الوحدات التعليمية باستخدام الألعاب الصغيرة علي المبتدئين في كرة اليد. مجتمع البحث : طلاب المستوي الأول المسجلين لمقرر كرة اليد للعام الدراسي ٢٠٢٢/٢٠٢٣م والبالغ عددهم ٤١٨ طالب.

عينة البحث :

تم اختيار العينة عشوائيا عن طريق القرعة ووقع الإختيار علي سيكشن ٢٩ البالغ عدده ٣٠. طالب تم إستبعاد ٤ طلاب منهم يمارسون كرة اليد و٤ طلاب آخرين غير منتظمين في الحضور ليصبح عدد العينة ٢٢ طالب وهي تشكل ٥,٢٦ % من مجتمع البحث.

تجانس عينة البحث :

تم اجراء مجموعة من القياسات الإنثروبومترية لإجراء التجانس لعينة البحث والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول رقم (١)

التوصيف الإحصائي في المتغيرات الأساسية قيد البحث لمجموعة البحث قبل التجربة ن = ٢٢

المتغيرات الإحصائية	وحدة القياس	أقل قيمة	أكبر قيمة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفلطم
الطول	(سم)	١٧٠,٠٠	١٩٠,٠٠	١٧٨,٥٩	٥,٠٤	٠,٤٣	-٠,٠٤
الوزن	(كجم)	٦١,٠٠	٨٨,٠٠	٧٢,٣٦	٧,٣٨	٠,٦٧	-٠,٣٩

يتضح من الجدول رقم (١) والخاص بالتوصيف الإحصائي لعينة البحث في المتغيرات الأساسية قيد البحث قبل التجربة أن البيانات الخاصة بعينة البحث الكلية معتدلة وغير مشتتة وتتسم بالتوزيع الطبيعي للعينة، حيث تتراوح قيم معامل الالتواء فيها ما بين (٠,٤٣ إلى ٠,٦٧) وهذه القيم تقترب من الصفر، مما يؤكد اعتدالية البيانات الخاصة بعينة البحث قبل التجربة.

جدول رقم (٢)

التوصيف الإحصائي في المتغيرات البدنية قيد البحث لمجموعة البحث قبل التجربة ن = ٢٢

الدلالات الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	أقل قيمة	أكبر قيمة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفلطم
عدو ٣٠ متر	ثانية	٣,٦٩	٤,٥٠	٤,٠١	٠,٢١	٠,٣٦	-٠,٣١
وثب عريض	متر	١,٤٠	٢,٠٠	١,٧٣	٠,١٦	-٠,٢٩	-٠,٣٧
دفع كرة طبية	متر	٣,٠٠	٤,٤٥	٣,٧٠	٠,٤٣	٠,٣٢	-٠,٥١
ثنى الجذع مرونة	سم	-٨,٠٠	٣,٠٠	-٢,٤٥	٣,٦١	-٠,٢١	-١,٣١
رشاقة T test	ثانية	١١,٤٤	١٥,٠٠	١٣,٢٤	١,٠٨	٠,٠١	-٠,٩٠
نيلسون للاستجابة	ثانية	٢,٩٦	٣,٦١	٣,٢١	٠,٢٣	٠,٦١	-١,١٥

يتضح من الجدول رقم (٢) والخاص بالتوصيف الإحصائي لعينة البحث في المتغيرات البدنية قيد البحث قبل التجربة أن البيانات الخاصة بعينة البحث الكلية معتدلة وغير مشتتة وتتسم بالتوزيع الطبيعي للعينة، حيث تتراوح قيم معامل الالتواء فيها ما بين (-٠,٢٩ إلى ٠,٦١) وهذه القيم تقترب من الصفر، مما يؤكد اعتدالية البيانات الخاصة بعينة البحث قبل التجربة.

جدول رقم (٣)

التوصيف الإحصائي في المتغيرات المهارية قيد البحث لمجموعة البحث قبل التجربة ن = ٢٢

الدلالات الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	أقل قيمة	أكبر قيمة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفلطم
سرعة ودقة الاستلام والتمرير	ثانية	٨,٢٢	١٤,٠٠	١٠,٢٦	١,٤٠	٠,٤٥	١,١٧
سرعة ودقة الاستلام ثم التنطيط والتمرير	درجة	٩,٠٠	٢٣,٠٠	١٦,٢٣	٣,٥٢	-٠,٠٤	-٠,٣٨
سرعة ودقة الاستلام ثم خداع ثم تمرير	ثانية	٤,٢٩	٩,٣٩	٥,٩٥	١,٢٠	٠,٨٨	١,٩٦
سرعة ودقة الاستلام ثم خداع ثم تمرير	درجة	١,٠٠	٤,٠٠	٢,٩٥	٠,٧٩	-٠,٥٧	٠,٥٠
سرعة ودقة الاستلام والتصويب	ثانية	١,٦٨	٣,٧٦	٢,٧٤	٠,٤١	٠,٠٥	٢,٣٢
سرعة ودقة الاستلام والتصويب	درجة	٠,٠٠	٤,٠٠	١,٥٠	١,٥٠	٠,٦٠	-٠,٩٧
سرعة ودقة الاستلام والتصويب	ثانية	١,٥٥	٤,٤٨	١,٩٨	٠,٦٠	٠,٨٨	١٥,٨٠
سرعة ودقة الاستلام والتصويب	درجة	٠,٠٠	٣,٠٠	١,١٤	٠,٩٩	٠,٣٥	-٠,٩٠
سرعة ودقة الاستلام والتصويب	ثانية	٤,١٦	٥,٤٨	٤,٧٩	٠,٤٢	-٠,٠٣	-١,٣٥
سرعة ودقة الاستلام والتصويب	درجة	٠,٠٠	٢,٠٠	٠,٦٨	٠,٧٨	٠,٦٥	٠,٩٩
سرعة ودقة الاستلام والتصويب	ثانية	٢,٠٠	٢,٩٠	٢,٥٤	٠,٢٤	-٠,٧٠	٠,٢٤
خداع ثم التصويب	درجة	٠,٠٠	٣,٠٠	١,٣٢	١,٠٤	٠,١٢	-١,١٣

يتضح من الجدول رقم (٣) والخاص بالتوصيف الإحصائي لعينة البحث في المتغيرات المهارية قيد البحث قبل التجربة أن البيانات الخاصة بعينة البحث الكلية معتدلة وغير مشتتة وتتسم بالتوزيع الطبيعي للعينة، حيث تتراوح قيم معامل الالتواء فيها ما بين

(- ٠,٧٠ إلى ٠,٨٨) وهذه القيم تقترب من الصفر، مما يؤكد اعتدالية البيانات الخاصة بعينة البحث قبل التجربة.

وسائل جمع البيانات

أولاً : الأدوات

- ملعب كرة يد قانوني.
- مرمي كرة يد.
- كرات كرة يد قانونية.
- شريط لاصق لتحديد مكان وقوف حارس المرمي.
- صافرة.
- ساعة إيقاف.
- شريط قياس.
- ميزان طبي.
- طباشير.
- كرات طبية.
- شواخص.

ثانياً: الاختبارات والمقاييس

- الإختبارات البدنية والمهارية قيد البحث مرفق رقم (٧)، (٨).
- استمارة قياسات الطول والوزن لعينة البحث المصممة من قبل الباحثان مرفق رقم (١)

خطة تنفيذ البحث :

- قام الباحثان بالمسح المرجعي للدراسات التي تناولت الألعاب الصغيرة والوحدات التعليمية والإختبارات والمقاييس في كرة اليد في حدود قدراتهم لإختيار الإختبارات البدنية والمهارية المستخدمة في البحث.
- تم تحديد مجموعة من الإختبارات البدنية والمهارية مرفق رقم (٣) تمهيدا لعرضها علي السادة خبراء كرة اليد مرفق رقم (٩)
- تم اجراء الدراسة الإستطلاعية الأولى في الفترة من ٢٠٢٢/٩/١١ الي ٢٠٢٢/٩/١٥ بغرض الوصول للإختبارات في صورتها النهائية وتم عرض (١٦) إختبار بدني ومهاري علي السادة الخبراء في كرة اليد واسفرت نتائج هذه الدراسة عن اختيار (١٢) اختبار بدني ومهاري وتم استبعاد (٤) اختبار مرفق (٧)، (٨) وقد إرتضي الباحثان نسبة ٧٥% لقبول هذه الإختبارات.

- تم تحديد الألعاب الصغيرة المستخدمة في الوحدات التعليمية تمهيدا لعرضها علي السادة خبراء التدريس مرفق (٩)
- تم اجراء الدراسة الإستطلاعية الثانية في الفترة من ٢٠٢٢/٩/١٦ الي ٢٠٢٢/٩/٢٢ بغرض الوصول للألعاب الصغيرة في شكلها النهائي والتي سيتم استخدامها في تطبيق البحث من خلال عرض (٢٩) لعبة بدنية ومهارية كما هو موضح في المرفق رقم (٢) واسفرت نتائج هذه الدراسة عن اختيار (٢٤) لعبة واستبعاد (٥) لعبة وقد ارتضى الباحثان نسبة ٨٢% لقبول هذه الألعاب.
- تم التوصل للشكل النهائي للوحدات التعليمية المستخدمة في البحث استنادا علي ماسبق من اجراءات كما هو موضح بالمرفق رقم (٦).
- تم اجراء الدراسة الإستطلاعية الثالثة في الفترة من ٢٠٢٢/٩/٢٣ الي ٢٠٢٢/٩/٣٠ بغرض اجراء المعاملات العلمية للإختبارات البدنية والمهارية قيد البحث علي عينة من خارج عينة الدراسة الأساسية وعددهم ٩ طلاب واسفرت نتائج هذه الدراسة عن الآتي :
- المعاملات العلمية للإختبارات:
صدق الاختبارات:

جدول رقم (٤)

المقارنة بين الأرباع الأعلى والأرباع الأدنى في الإختبارات البدنية قيد البحث

معامل الصدق	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	الأرباع الأدنى ن=٣		الأرباع الأعلى ن=٣		وحدة القياس	الدلائل الإحصائية المتغيرات
			ع±	س-	ع±	س-		
٠,٩٤	*٥,٥٣	٠,٤٣	٠,٠٤	٤,٢٤	٠,١٣	٣,٨١	ثانية	عدو ٣٠ متر
٠,٩٢	*٤,٧٢	٠,٣٢	٠,١١	١,٦٢	٠,٠٥	١,٩٥	متر	وثب عريض
٠,٩٥	*٥,٨٦	٠,٩٠	٠,١٥	٣,١٦	٠,٢٢	٤,٠٦	متر	دفع كرة طبية
٠,٩٦	*٦,٧١	١,٠٠	٢,٠٨	٠,٣٣	١,٥٣	٩,٦٧	سم	ثني الجذع مرونة
٠,٩٣	*٥,٢١	٢,١٧	٠,٧١	١٣,٦٨	٠,١٠	١١,٥١	ثانية	رشاقة T test
١,٠٠	-٢٠,٧٨	٠,٦٠	٠,٠٤	٣,٥٨	٠,٠٣	٢,٩٨	ثانية	نيلسون للاستجابة

*معنوي عند مستوى (٠,٠٥) (٢,٧٨)

يتضح من الجدول رقم (٤) والخاص بالفروق بين الأرباع الأعلى والأرباع الأدنى في الإختبارات البدنية قيد البحث لإيجاد معامل الصدق، أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين، حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (٤,٧٢ إلى ٢٠,٧٨) وهذه القيمة مرتفعة عن قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) وتراوحت قيمة معامل الصدق ما بين

(٠,٩٢ إلى ١,٠٠) مما يؤكد قدرة الاختبارات على قياس ما وضعت من أجله وتميزها بالصدق.

جدول رقم (٥)

إيجاد الصدق عن طريق المقارنة بين الأرباع الأعلى والأرباع الأدنى في الإختبارات المهارية قيد البحث

معامل الصدق	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	الأرباع الأدنى ن=٣		الأرباع الأعلى ن=٣		وحدة القياس	الحالات الإحصائية المتغيرات
			ع±	س	ع±	س		
٠,٩٧	*٧,٦٣	٣,٩٢	٠,٨٩	١٢,٩٩	٠,٠٥	٩,٠٧	ثانية	سرعة ودقة الاستلام
٠,٩٤	*٥,٤٩	٩,٣٣	٢,٠٨	١١,٣٣	٢,٠٨	٢٠,٦٧	درجة	والتمرير
٠,٧٤	٢,١٨	٢,٥٥	٢,٠١	٧,١٥	٠,٢٨	٤,٦٠	ثانية	سرعة ودقة الاستلام
٠,٩٠	*٤,٢٤	٢,٠٠	٠,٥٨	٢,٣٣	٠,٥٨	٤,٣٣	درجة	ثم التتطيط والتمرير
٠,٨٨	*٣,٧٦	٠,٨٠	٠,٣٢	٣,٤٢	٠,١٨	٢,٦٣	ثانية	سرعة ودقة الاستلام
٠,٩٨	*١١,٠٠	٣,٦٧	٠,٠٠	٠,٠٠	٠,٥٨	٣,٦٧	درجة	ثم خداع ثم تمرير
٠,٦٦	١,٧٤	١,٣٣	١,٣٢	٢,٩٨	٠,٠٤	١,٦٥	ثانية	سرعة ودقة الاستلام
٠,٩٧	*٨,٠٠	٢,٦٧	٠,٠٠	٠,٠٠	٠,٥٨	٢,٦٧	درجة	والتصويب
٠,٩٩	*١٦,٣٠	١,١٢	٠,١١	٥,٣٦	٠,٠٥	٤,٢٤	ثانية	سرعة ودقة الاستلام
٠,٨٩	*٤,٠٠	١,٣٣	٠,٠٠	٠,٠٠	٠,٥٨	١,٣٣	درجة	ثم التتطيط ثم التصويب
٠,٩٨	*٩,٥٩	٠,٧٧	٠,٠٨	٢,٨٣	٠,١٢	٢,٠٧	ثانية	سرعة ودقة الاستلام
٠,٩٠	*٤,٢٤	٢,٠٠	٠,٥٨	٠,٣٣	٠,٥٨	٢,٣٣	درجة	ثم الخداع ثم التصويب

*معنوى عند مستوى (٠,٠٥) (٢,٧٨)

يتضح من الجدول رقم (٥) والخاص بالفروق بين الأرباع الأعلى والأرباع الأدنى في الإختبارات المهارية قيد البحث لإيجاد معامل الصدق، أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في معظم المتغيرات، حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (٣,٧٦ إلى ١٦,٣٠) وهذه القيمة مرتفعة عن قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) وتراوحت قيمة معامل الصدق ما بين (٠,٦٦ إلى ٠,٩٩) مما يؤكد قدرة الاختبارات على قياس ما وضعت من أجله وتميزها بالصدق.

جدول رقم (٦)

العلاقة بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في الإختبارات البدنية قيد البحث لإيجاد معامل الثبات (بطريقة إعادة تطبيق الإختبار) ن = ٩

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الدلالات الإحصائية المتغيرات
	ع±	س	ع±	س		
*٠,٩٩٧	٠,٢١	٤,٠٦	٠,٢٠	٤,٠٨	ثانية	عدو ٣٠ متر
*٠,٩٩٧	٠,١٦	١,٧٩	٠,١٦	١,٧٩	متر	وثب عريض
*٠,٩٩٨	٠,٤٢	٣,٦١	٠,٤٤	٣,٦٣	متر	دفع كرة طبية
-	٤,٥٣	-٤,٦٧	٤,٥٣	-٤,٦٧	سم	ثنى الجذع مرونة
*١,٠٠٠	١,٠١	١٢,٥٣	١,٠١	١٢,٥٥	ثانية	رشاقة T test
*٠,٩٩٩	٠,٢٨	٣,٢٥	٠,٢٧	٣,٢٧	ثانية	نيلسون للاستجابة

*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) (٠,٦٣٢)

يتضح من الجدول رقم (٦) والخاص بالعلاقة بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في الإختبارات البدنية قيد البحث لإيجاد معامل الثبات وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين التطبيق الأول والثاني في معظم المتغيرات، حيث تراوحت قيمة (ر) المحسوبة ما بين (٠,٩٩٧، ١,٠٠٠) وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) (٠,٦٣٢)، مما يؤكد أن الإختبارات البدنية قيد البحث تتميز بالثبات وأنها تعطي نفس النتائج إذا أعيد تطبيقها مرة أخرى على نفس العينة وفي نفس الظروف.

جدول رقم (٧)

العلاقة بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في الإختبارات المهارية قيد البحث لإيجاد معامل الثبات (بطريقة إعادة تطبيق الإختبار) ن = ٩

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الدلالات الإحصائية المتغيرات
	ع±	س	ع±	س		
*١,٠٠٠	١,٨٥	١٠,٧٤	١,٨٥	١٠,٧٥	ثانية	سرعة ودقة الاستلام والتمرير
*٠,٩٩٤	٤,٤٩	١٦,٢٢	٤,٤٩	١٦,٢٢	درجة	
*١,٠٠٠	١,٥٢	٥,٧٣	١,٥٢	٥,٧٣	ثانية	سرعة ودقة الاستلام ثم التنطيط والتمرير
*٠,٩٥٠	١,٠٠	٣,٣٣	٠,٨٣	٣,٢٢	درجة	
*١,٠٠٠	٠,٤٠	٢,٩٩	٠,٤٠	٢,٩٩	ثانية	سرعة ودقة الاستلام ثم خداع ثم تمرير
*٠,٩٦٨	١,٧٦	١,٨٩	١,٧٣	١,٦٧	درجة	
*٠,٩٩٩	٠,٩٠	٢,١٨	٠,٨٩	٢,١٩	ثانية	سرعة ودقة الاستلام والتصويب
*٠,٩٦٧	١,٢٢	١,٣٣	١,٣٠	١,٢٢	درجة	
*٠,٩٩٩	٠,٥٠	٤,٨٣	٠,٥١	٤,٨٣	ثانية	سرعة ودقة الاستلام ثم التنطيط ثم التصويب
*٠,٨١١	٠,٧٣	٠,٥٦	٠,٧١	٠,٣٣	درجة	
*٠,٩٩٩	٠,٣٤	٢,٤٧	٠,٣٣	٢,٤٨	ثانية	سرعة ودقة الاستلام ثم الخداع ثم التصويب
٠,٩٢٠	٠,٩٧	١,٢٢	١,١٢	١,٠٠	درجة	

*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) (٠,٦٣٢)

يتضح من الجدول رقم (٧) والخاص بالعلاقة بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في الإختبارات المهارية قيد البحث لإيجاد معامل الثبات وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين التطبيق الأول والثاني في جميع المتغيرات، حيث تراوحت قيمة (ر) المحسوبة ما بين (٠,٨١١، ١,٠٠٠) وهى أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥)، مما يؤكد أن الإختبارات البدنية قيد البحث تتميز بالثبات وأنها تعطى نفس النتائج إذا أعيد تطبيقها مرة أخرى على نفس العينة وفي نفس الظروف.

- تم إجراء القياسات القبليّة علي عينة البحث الأساسية في الفترة من ٢٠٢٢/٩/٢٣ وحتى ٢٠٢٢/١٠/٥.

- تم تنفيذ الوحدات التعليمية المقترحة مرفق رقم (٧) خلال عام ٢٠٢٢م حيث بدأت التجربة في الفترة من ٢٠٢٢/١٠/٦ الي ٢٠٢٢/١٢/٧ وقام الباحثان بتوزيع الوحدات التعليمية علي (٨) اسابيع بإجمالي (١٦) وحدة مقسمة الي (٢) وحدة لكل أسبوع بزمّن قدرة ٩٠ دقيقة لكل وحدة.

- قام الباحثان بإجراء القياس البعدي علي عينة البحث باستخدام الإختبارات البدنية والمهارية قيد البحث في الفترة من ٢٠٢٢/١٢/٨ الي ٢٠٢٢/١٢/١٥.

- تم إجراء المعالجات الإحصائية المناسبة لتفسير النتائج في ضوء أهداف البحث.

المعالجات الإحصائية:

تم إجراء المعالجات الإحصائية باستخدام برنامج SPSS Version 25 وذلك عند

مستوى ثقة (٠,٩٥) يقابلها مستوى دلالة (احتمالية خطأ) ٠,٠٥ وهي كالتالي :

- أقل قيمة.

- أكبر قيمة.

- المتوسط الحسابي.

- الانحراف المعياري.

- معامل الإلتواء.

- معامل التقلطح.

- اختبار (ت) للمشاهدات المزدوجة.

- اختبار (ت) لمجموعتين مختلفتين.

- نسبة التحسن %.

- مربع إيتا.

عرض ومناقشة النتائج:

أولا عرض النتائج:

- عرض النتائج الخاصة بالمتغيرات البدنية للمجموعة التجريبية قبل وبعد التجربة.

جدول رقم (٨)

الدلالات الإحصائية الخاصة بالمتغيرات البدنية للمجموعة التجريبية قبل وبعد التجربة ن = ٢٢

مرجع إيتا	نسبة التحسن %	مستوى الدلالة	قيمة "ت"	الفرق بين المتوسطين		القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	الدلالات الإحصائية المتغيرات
				ع ±	س -	ع ±	س -	ع ±	س -		
٠,٧٦	%٥,٥٣	٠,٠٠	*٨,٠٨	٠,١٣	٠,٢٢	٠,٢٠	٣,٧٩	٠,٢١	٤,٠١	ثانية	عدو ٣٠ متر
٠,٨٠	%١١,٧١	٠,٠٠	*٩,٣١	٠,١٠	٠,٢٠	٠,١٣	١,٩٣	٠,١٦	١,٧٣	متر	وثب عريض
٠,٩٠	%١٣,٣٦	٠,٠٠	*١٣,٥٦	٠,١٧	٠,٤٩	٠,٤٠	٤,١٩	٠,٤٣	٣,٧٠	متر	دفع كرة طبية
٠,٢٠	%٦٨,٥٢	٠,٠٣	*٢,٢٧	٣,٤٧	١,٦٨	٣,٥٠	-٠,٧٧	٣,٦١	-٢,٤٥	سم	ثني الجذع مرونة
٠,٧٠	%٣,١٨	٠,٠٠	*٦,٩٥	٠,٢٨	٠,٤٢	٠,٩٦	١٢,٨٢	١,٠٨	١٣,٢٤	ثانية	رشاقة T test
٠,٨١	%٦,٢٤	٠,٠٠	*٩,٤٣	٠,١٠	٠,٢٠	٠,١٦	٣,٠١	٠,٢٣	٣,٢١	ثانية	نيلسون للاستجابة

*معنوي عند مستوى (٠,٠٥) (٢,٠٨)

*دلالة حجم التأثير وفقا لمربع إيتا * (التأثير منخفض) أقل من ٠,٣٠ * (التأثير متوسط) من ٠,٣٠ إلى

أقل من ٠,٥٠ * (التأثير مرتفع) من ٠,٥٠ إلى ١

يتضح من الجدول رقم (٨) والشكل البياني رقم (١) الخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة

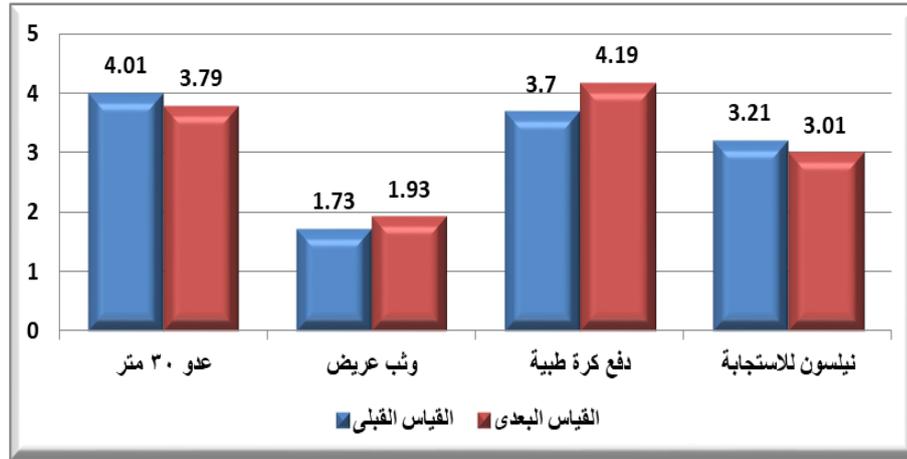
بالمتغيرات البدنية للمجموعة التجريبية قبل وبعد التجربة وجود فروق دالة إحصائية عند مستوي (٠,٠٥)

بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في جميع المتغيرات قيد البحث، حيث تراوحت قيمة

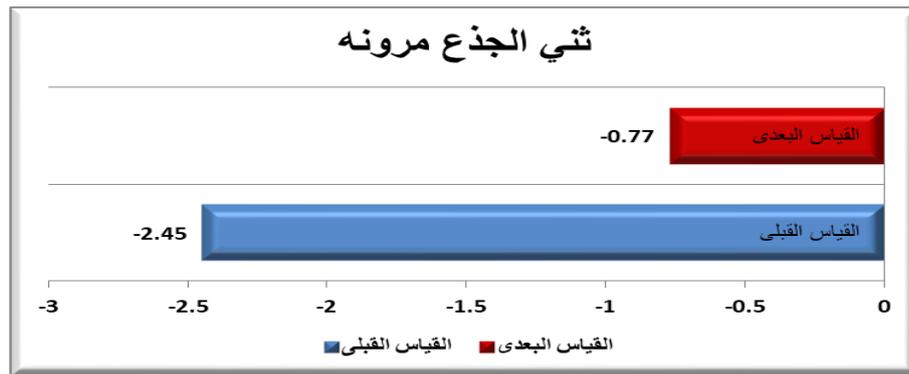
(ت) المحسوبة ما بين (٢,٢٧، ١٣,٥٦) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) (٢,٠٨)،

كما تراوحت نسب التحسن ما بين (٣,١٨%، ٦٨,٥٢%)، كما يتضح إرتفاع معظم حجم التأثير للبرنامج

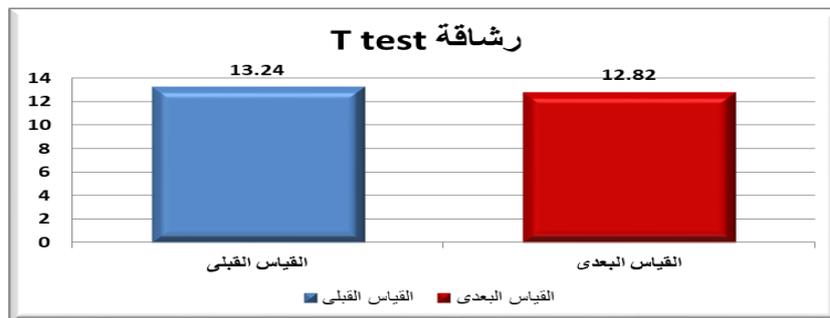
التدريبي حيث تراوحت ما بين (٠,٧٦، ٠,٩٠) وهي أكبر من ٠,٥٠.



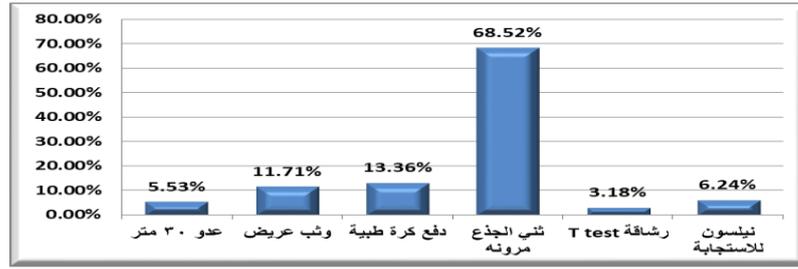
شكل رقم (١) يوضح المتوسطات الحسابية للمتغيرات البدنية للمجموعة التجريبية قبل وبعد التجربة



شكل رقم (٢) يوضح المتوسطات الحسابية لاختبار المرونة للمجموعة التجريبية قبل وبعد التجربة



شكل رقم (٣) يوضح المتوسطات الحسابية لاختبار المرونة للمجموعة التجريبية قبل وبعد التجربة



شكل رقم (٤) يوضح نسب التحسن للمتغيرات البدنية للمجموعة التجريبية قبل وبعد التجربة

- عرض النتائج الخاصة بالمتغيرات المهارية للمجموعة التجريبية قبل وبعد التجربة.
جدول رقم (٩)

الدلالات الإحصائية الخاصة بالمتغيرات المهارية للمجموعة التجريبية قبل وبعد التجربة ن = ٢٢

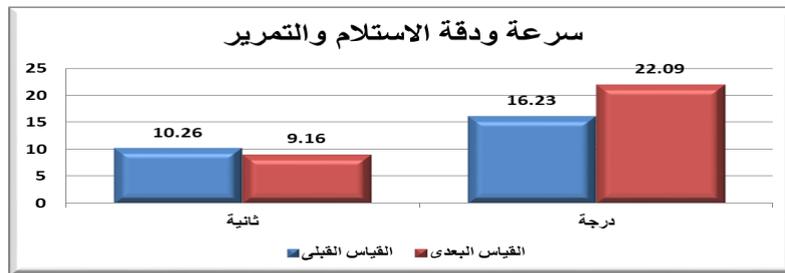
مرجع إيتا	نسبة التحسن %	مستوى الدلالة	قيمة "ت"	الفرق بين المتوسطين		القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	الدلالات الإحصائية للمتغيرات
				ع±	س	ع±	س	ع±	س		
٠,٦١	١٠,٧٧%	٠,٠٠	*٥,٧٨	٠,٩٠	١,١١	٠,٩٠	٩,١٦	١,٤٠	١٠,٢٦	ثانية	سرعة ودقة الاستلام
٠,٨٢	٣٦,١٣%	٠,٠٠	*٩,٨٨	٢,٧٨	٥,٨٦	٢,٨٦	٢٢,٠٩	٣,٥٢	١٦,٢٣	درجة	والتمرير
٠,٥٣	١٣,١٥%	٠,٠٠	*٤,٩٠	٠,٧٥	٠,٧٨	٠,٦٣	٥,١٧	١,٢٠	٥,٩٥	ثانية	سرعة ودقة الاستلام ثم
٠,٨٥	٤٣,٠٨%	٠,٠٠	*١٠,٨٤	٠,٥٥	١,٢٧	٠,٦١	٤,٢٣	٠,٧٩	٢,٩٥	درجة	التنطيط وتمرير
٠,٠٤	١,٤١%	٠,٣٤	٠,٩٧	٠,١٩	٠,٠٤	٠,٣٩	٢,٧٨	٠,٤١	٢,٧٤	ثانية	سرعة ودقة الاستلام ثم
٠,٧٨	٥١,٨٢%	٠,٠٠	*٨,٦٦	١,٤٠	٢,٥٩	٠,٧٥	٤,٠٩	١,٥٠	١,٥٠	درجة	خداع ثم تمرير
٠,٢١	٧,٥٩%	٠,٠٣	*٢,٣٤	٠,٣٠	٠,١٥	٠,٣٥	١,٨٣	٠,٦٠	١,٩٨	ثانية	سرعة ودقة الاستلام
٠,٧٩	٤٦,٩٧%	٠,٠٠	*٩,٠٠	٠,٧٣	١,٤١	٠,٥١	٢,٥٥	٠,٩٩	١,١٤	درجة	والتصويب
٠,٥٦	٥,٣٠%	٠,٠٠	*٥,٢٠	٠,٢٣	٠,٢٥	٠,٤٤	٤,٥٣	٠,٤٢	٤,٧٩	ثانية	سرعة ودقة الاستلام ثم
٠,٩٣	٦٠,٦١%	٠,٠٠	*١٧,٠٢	٠,٥٠	١,٨٢	٠,٥١	٢,٥٠	٠,٧٨	٠,٦٨	درجة	التنطيط ثم التصويب
٠,٦٢	٣,٥١%	٠,٠٠	*٥,٨١	٠,٠٧	٠,٠٩	٠,٢٤	٢,٤٥	٠,٢٤	٢,٥٤	ثانية	سرعة ودقة الاستلام ثم
٠,٧٢	٤٣,٩٤%	٠,٠٠	*٧,٣٧	٠,٨٤	١,٣٢	٠,٤٩	٢,٦٤	١,٠٤	١,٣٢	درجة	الخداع ثم التصويب

*معنوي عند مستوى (٠,٠٥) (٢,٠٨)

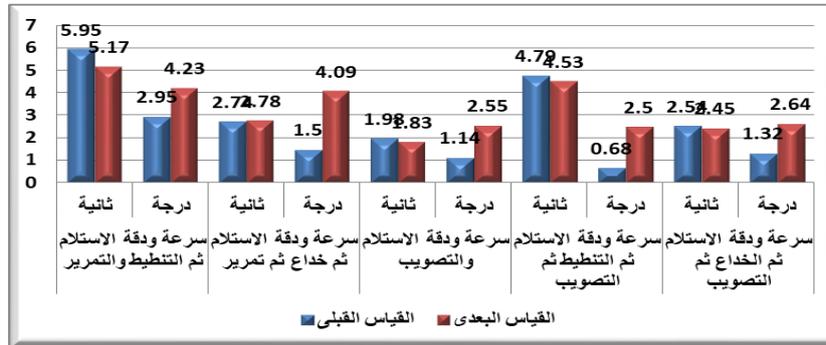
*دلالة حجم التأثير وفقا لمربع إيتا * (التأثير منخفض) أقل من ٠,٣٠ * (التأثير متوسط) من ٠,٣٠ إلى

أقل من ٠,٥٠ * (التأثير مرتفع) من ٠,٥٠ إلى ١

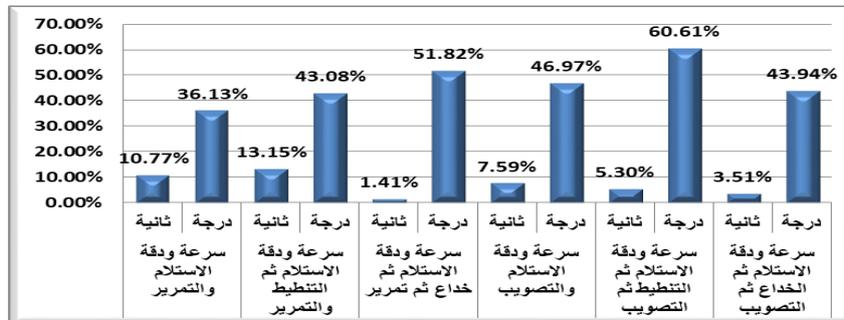
يتضح من الجدول رقم (٩) والشكل البياني رقم (٥) الخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة بالمتغيرات المهارية للمجموعة التجريبية قبل وبعد التجربة وجود فروق دالة إحصائية عند مستوي (٠,٠٥) بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في معظم المتغيرات قيد البحث، حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (٢,٣٤، ١٧,٠٢) وهى أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) (٢,٠٨)، كما تراوحت نسب التحسن ما بين (١,٤١%)، (٦٠,٦١%)، كما يتضح إرتفاع معظم حجم التأثير للبرنامج التدريبي حيث تراوحت ما بين (٠,٥٣، ٠,٩٣) وهى أكبر من ٠,٥٠.



شكل بياني رقم (٥) يوضح المتوسطات الحسابية للمتغيرات المهارية للمجموعة التجريبية قبل وبعد التجربة



شكل بياني رقم (٦) يوضح المتوسطات الحسابية للمتغيرات المهارية للمجموعة التجريبية قبل وبعد



شكل بياني رقم (٧) يوضح بنسب التحسن للمتغيرات المهارية للمجموعة التجريبية قبل وبعد التجربة

ثانيا مناقشة النتائج :

أولا : مناقشة النتائج الخاصة بالمتغيرات البدنية للمجموعة التجريبية قبل وبعد التجربة.

أظهرت النتائج المتعلقة بالفرض الأول من خلال إستعراض الجدول رقم (٨) والأشكال البيانية رقم (١)، (٢)، (٣)، (٤) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات الإختبارات البدنية ما بين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في الصفات البدنية موضوع الدراسة، حيث تم ملاحظة وجود تحسن واضح في نتائج القياسات البدنية قبل وبعد للمجموعة التجريبية التي إستخدمت وحدات الألعاب الصغيرة.

ويرجع الباحثان التقدم والتحسن الحاصل إلي تأثير وحدات الألعاب الصغيرة والتي أدت إلي تطوير وتحسين القدرات البدنية بشكل إيجابي لدي عينة البحث، لإحتواء هذه الوحدات علي تمارين في الألعاب الصغيرة تتميز بتحسين وتنمية الصفات البدنية معتمدة علي عنصري التشويق والمنافسة والتي تتسم بالطابع التويحي التنافسي مما جعل الاداء يرتفع، كذلك لما تتضمنه الألعاب الصغيرة من تمرينات وحركات محببة إلي النفس وبساطة يستطيع الأفراد أدائها بسهولة فضلا عن عوامل التشجيع والتشويق.

وهذا مايتفق مع دراسة كلا من حسين عبد الهادي، حكمت عادل (٢٠٢٠) (٣)، عمار دروش (٢٠٠٧) (٩)، سعداوي صهيب (٢٠١٦) (٧)، مفتي عبد المنعم (٢٠١٢) (١٧) والتي أكدت علي تحسن المجموعة التجريبية التي استخدمت الألعاب الصغيرة تحسنا واضح في القدرات البدنية، كذلك يتفق مع ما أشار إليه مصطفى السايح بأنه لايمكن إغفال الدور الواضح الذي تلعبه الالعاب الصغيرة في تكوين وبناء الجسم وإكسابه القدرات والمهارات الحركية والعمل علي تحسين صفاته (١٦)

فالألعاب الصغيرة تتضمن مجموعة متعددة من ألعاب الجري والكرات وألعاب اللياقة البدنية والمهارات الحركية تبتكر لتحقيق الإرتقاء بالقدرات الوظيفية والبدنية والذهنية مع خلق جو من المرح والمنافسة بين الأفراد المتنافسين (١١: ٣٦٩)

ويرجع الباحثان هذا التحسن إلي أن إستخدام الالعاب الصغيرة يخلق جو من المتعة والنشاط داخل التعليم حيث تعمل علي تطوير العناصر البدنية خلال سير الألعاب المتنوعة، فالالعاب الصغيرة غير مملة، ومن خلالها يمكن التدرج من السهل للصعب مما يساعد علي التقدم وتحسين الصفات البدنية فتعتبر الألعاب الصغيرة أشكال مبدئية وممهدة للألعاب الخري ومنها كرة اليد حيث يتم إستخدامها في تنمية وتحسين عناصر اللياقة البدنية بشكل ترويحي تنافسي مناسب إضافة لما تحدثه من أثار تربوية إيجابية، كما أن وحدات الألعاب الصغيرة تتشابه وما يحدث داخل مباراة كرة اليد من حيث جري بالكرة أو إستقبال الكرة وسرعة الهجمات كل ذلك ساهم في تطوير بعض الصفات البدنية من خلال الألعاب الصغيرة.

ثانيا : مناقشة النتائج الخاصة بالمتغيرات المهارية للمجموعة التجريبية قبل وبعد التجربة. أظهرت النتائج المتعلقة بالفرض الثاني من خلال إستعراض الجدول رقم (٩) والأشكال البيانية رقم (٥)، (٦)، (٧) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات الأداءات المهارية ما بين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في الأداءات المهارية موضوع الدراسة، ويرجع الباحثان التقدم والتحسين في مستوى الاداءات المهارية في كرة اليد الي وحدات الألعاب الصغيرة التي تتميز بإحتوائها علي ألعاب صغيرة تتميز بتنمية وتطوير وتحسين هذه المهارات بشكل قائم ومعتمد علي أسلوب المنافسة والتشويق، كما أن الألعاب الصغيرة تعمل علي إكساب الفرد الكثير من الهمارات الحركية والعمل كذلك علي تطوير المهارات الحركية مما يزيد من رغبة وميل الفرد لممارسة النشاط الرياضي وتعمل علي تحسين مستواه من الناحية البدنية والمهارية.

وهذا يتفق مع دراسة كلا من التكريتي وآخرون (٢٠١٣) (١٨)، ثريا جويد، رقية حمزه (٢٠١٧) (٢)، قرقور محمد (٢٠١٨) (١٢)، مفتي عبد المنعم (٢٠١٢) (١٧) والتي تؤكد علي تحسن وتطور الأداءات المهارية والحركية نتيجة لإستخدام الألعاب الصغيرة، حيث أنها تساعد في تنمية المهارات الحركية نتيجة لإستخدام العاب صغيرة تتشابه لحد كبير مع الأداءات والمهارة الحركية الخاصة بكرة اليد مما كان له أثر كبير في تحسين وتطوير المهارات الحركية.

كما يؤكد العزاوي (٢٠٠٩) أن الألعاب الصغيرة تعتبر شكل مبدئي وممهّد للألعاب الخري ويمكن إستخدامها في تنمية وتطوير الأداء الحركي للألعاب الرياضية (١١ : ٣٦٩) كذلك فإن الألعاب الصغيرة تعتبر مجال مناسب لتطبيق وممارسة المهارات الحركية الأساسية ومهارات الإستخدام اليدوي مثل الرمي ومسك وضرب الكرة وبالتالي تساعد في تحسين الأداءات المهارية لدي الأفراد (١٥)

ويري الباحثان أن استخدام الالاعاب الصغيرة تعمل علي تحسين الاداءات والمهارات الحركية لما تتضمنه من ألعاب مشابهة لبعض المهارات في كرة اليد حيث تتشابه من حيث طريقة أدائها واتجاهها مع مهارات كرة اليد بشكل مبسط مما كان له الأثر في تحسين المهارات الحركية في كرة اليد موضوع البحث وهذا ما أكده مصطفى السايح، محمد حسين (٢٠٠٦) أن الالاعاب الصغيرة وسيلة تساعد في بناء قدرة الجسم بني ومهاري فهي تحتوي علي عنصر المنافسة والذي يعتبر عامل من عوامل إتقان الأداء المهاري (١٥ : ٢٧)

الإستنتاجات:

- ١- يؤثر إستخدام وحدات الألعاب الصغيرة علي تحسن بعض القدرات البدنية للمبتدئين في كرة اليد.
- ٢- يؤثر إستخدام وحدات الألعاب الصغيرة علي تحسن بعض الأداءات المهارية للمبتدئين في كرة اليد.
- ٣- ساهمت الألعاب الصغيرة في إثارة حماس الأفراد وإثارة دافعيتهم مما أثمر في نتائج القياسات البعدية.

التوصيات:

في ضوء الاستنتاجات التي تم التوصل إليها يمكن للباحث أن يوصى بما يلي:

- ١- ضرورة إستخدام الألعاب الصغيرة كأساس لتطوير الصفات البدنية والمهارية.
- ٢- الكشف عن المشكلات المهارية التي يتعرض لها المبتدئين في كرة اليد وإيجاد حلول لها.
- ٣- إستخدام الألعاب الصغيرة في بحوث ودراسات أخرى علي عينات مختلفة.
- ٤- الاهتمام بإجراء الإختبارات الدورية المنظمة للمتطلبات البدنية والمهارية في كرة اليد لما لها من اثر كبير في التعرف علي نقاط الضعف ومعالجتها بشكل مبكر.

((المراجع))**أولاً: المراجع العربية**

- ١- أمجد مسلم مهدي (٢٠١٢): تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام القصص الحركية لتعلم بعض الحركات الأساسية التمهيدية لمهارات كرة اليد لأطفال ما قبل المدرسة، بحث منشور، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الأول، المجلد الخامس، القادسية ص ٣.
- ٢- ثريا جويد لحنين، رقية حمزه كناوي (٢٠١٧): تأثير أسلوب الالعاب الصغيرة في تحسين الرشاقة وتعلم التصويب من مستوي الرأس للطالبات بكرة اليد، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة كربلاء.
- ٣- حسين عبد الهادي مهدي، حكمت عادل عبد العزيز (٢٠٢٠): تأثير تمرينات الألعاب الصغيرة في تطوير القدرات البدنية والمهارات الهجومية و Max ٢VO للاعبي كرة اليد (٩-١٢) سنة، بحث منشور، مجلة الكوفة لعلوم التربية البدنية، العدد الثالث، المجلد الثاني.

- ٤- خالد خموده، أشرف كامل (٢٠١٨): تعليم المبتدئين وتدريب الناشئين كرة اليد، الطبعة الأولى، مؤسسة عالم الرياضة للنشر، الإسكندرية.
- ٥- دريد محمد نصر الدين (٢٠١٨): برنامج تدريس مصغر قائم علي الألعاب ذات الطابع الترويحي وأثاره في تحسين المستوي المهاري للتلاميذ في نشاط كرة اليد خلال حصة التربية الرياضية، رسالة ماجستير منشورة، جامعة قاصدي مرياح، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.
- ٦- زكية ابراهيم كامل، مصطفى السايح محمد (٢٠٠٧): الوسيط في الالعاب الصغيرة، الطبعة الأولى، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية.
- ٧- سعداوي صهيب (٢٠١٦): أثر وحدات تدريبية للألعاب المصغرة في تنمية صفة الرشاقة لدي لاعبي كرة اليد، رسالة ماجستير منشورة، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة محمد أبو ضياف، الجزائر.
- ٨- عبد الغني وأخرون (٢٠٠٤): أهمية استعمال الالعاب الصغيرة لتنمية القدرات الحركية والنفسية لتلاميذ الطور الثاني، رسالة ماجستير منشورة، جامعة الكوفة.
- ٩- عمار دروش رشيد (٢٠٠٧): تأثير منهج تدريبي مقترح لتطوير الرشاقة في دقة أداء بعض المهارات الهجومية في كرة اليد، بحث منشور، مجلة التربية الرياضية، المجلد العشرون، العدد الأول، بغداد.
- ١٠- فتحي أحمد هادي السقاف (٢٠١٠): التدريب العملي الحديث في رياضة كرة اليد، مؤسسة حورس الدولية، الإسكندرية.
- ١١- قحطان جليل خليل العزاوي (٢٠٠٩): أثر استخدام الألعاب الصغيرة في تطوير بعض القدرات البدنية لدي حراس المرمى بكرة القدم مجلة علوم الرياضة، العدد الأول، جامعة ديالي، كلية التربية الرياضية، العراق.
- ١٢- قرقور محمد (٢٠١٨): تأثير استخدام الألعاب الصغيرة في تطوير بعض القدرات الحركية وبعض المهارات الأساسية لدي لاعبي كرة اليد أعمار (١٣-١٥) سنة، بحث منشور، مجلة المسار الرياضي، العدد ٢، الجزائر.
- ١٣- محمد صبحي حسنين (٢٠٠١): القياس والتقويم في التربية البدني والرياضية. القاهرة. دار الفكر العربي للنشر.

- ١٤- محمد عباس السماك (٢٠١٥): تنمية مهارات كرة اليد باستخدام الألعاب الترويحية للبراعم رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة الاسكندرية.
- ١٥- مصطفى محمد السايح ومحمد حسين عبد المنعم (٢٠٠٦): الألعاب الصغيرة وتطبيقاتها، ط١، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية.
- ١٦- مصطفى السايح محمد (٢٠٠٧): موسوعة الألعاب الصغيرة، الطبعة الأولى، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية.
- ١٧- مفتي عبد المنعم (٢٠١٢): وحدات تدريبية مقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة وتأثيراتها علي تنمية بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لدي ناشئ كرة اليد، رسالة ماجستير منشورة، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر.
- ١٨- وديع ياسين التكريتي، نوات احمد فقي، زانا إبراهيم علي (٢٠١٣): تأثير الألعاب الصغيرة في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد لأشبال نادي السليمانية الرياضي.مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الرابع، المجلد السادس.

ثانياً: المراجع الأجنبية

- 19- Allan lund- dietrich spate (2020): Teaching hand ball at school introduction to hand ball for students aged 5 to 11.
- 20- Alleson Guide (2011): Teaching Mini Hand Ball Last Updated ,December St , Info @ Bc, Hand Ball , Ca voll2
- 21- Cluichi lathroid laimhe (2017): Hand ball games cm hand ball voll 3.
- 22- Ihf (2019): Teaching hand ball teacher guidelines volume 1
- 23- Liam maccarthy (2011): Beginners guide to hand ball delivery in schools catching and throwing sport england.
- 24- Scottish hand ball association (2021): School session plans beginner pack version 1.