

تأثير برنامج تعليمي باستخدام الاستيك المطاط علي تعلم أداء مهارتي التمرير والتصويب في كرة اليد لطالبات المرحلة الثانوية

*أ.د/ عماد ابو القاسم محمد

**أ.د/ عبد الناصر جبر حسين

***م/ مروة عبد العزيز اسماعيل

اصبحت الرياضة هي العنوان الكبير لرقى وتقدها ،وهي المفتاح الحضاري التي تتواصل به مع الشعوب الاخري وأصبحت ممارسة الرياضة هي الميدان الذي يتسابق فيه الكثير من العلماء والمتخصصين لتطوير بحثهم والنهوض إلي مستوي عالمي يليق بمستوى دولهم .وذلك فإن الهدف الاساسي من ممارسة اي نشاط رياضي هو تنمية الفرد من جميع النواحي الجسمية والنفسية وتنمية سماته الوجدانية والاجتماعية .

ولقد أصبحت التربية الرياضية في وقتنا الحاضر جزءاً من التربية العامة لها أهدافها الخاصة بها والتي تشير جنباً إلي جنب من الأهداف العامة للتربية فهي لم تعد مجرد تدريب بدني يمارسه الفرد عدداً من المرات بل هي محاولة جادة لتربية شاملة متزنة بدنياً ، وانفعالياً ، ومهارياً ، ومعرفياً ، فتحددت لها أهدافاً عامة تسعى لتحقيقها من خلال برامجها المختلفة باستخدامها لإحداث النظريات والأساليب التربوية وأعمقها أثر هي التربية عن طريق الممارسة الذاتية الموجهة (٥:٥):.

ويذكر محمد رضا البغدادي (١٩٩٨م):بان العملية التعليمية بما يواجهها من تحيات العصر ومشكلاته محمور الابحاث في مجال التعليم فالبحت العلمي هو أداء المجتمع لحل مشاكله وقد اختلفت استراتيجيات الانظمة التعليمية في مواجه تلك المشكلات طبقاً للواقع التعليمي في دول العالم المختلفة ولايمكننا ان نتغلب علي مشكلاتها دون العمل علي تجديد ذاتها ويجاد نظام تعليمي عصري جديد في أهدافه ومحتواه واساليبه ووسايله بما يمكن من اخضاع كافة العوامل البيئية في العملية التعليمية ومختلف القدرات الذاتية للمتعلم وكافة الوسائل المعينة علي التعليم لصالح العملية التعليمية حتى التعليم ثماره المنشورة . (٢٠ : ٢)

شهدت الآونة الأخيرة تطوراً ملحوظاً في مختلف مجالات البحث الحديثة وتكنولوجيا الاتصال ، الذي أثر بشكل فعال في توفير الوقت والجهد علي المهتمين بالابحاث العلمية للارتقاء بمستوي الأداء في المجال الرياضي (٢٠ : ٢٧) لذلك اتفق كل من " منير مصطفى عابدين " ، "ونرمين فكري عبد الوهاب " (٢٠٠٨م) أن التعليم في المجال الرياضي قد تأثر بالثورة العلمية والتكنولوجيا إلي حد كبير ، حيث اتخذت العملية التعليمية شكلاً وتنظيماً يتفق مع التطور الجديد في الوسائل والأساليب التعليمية المستخدمة في عملية التعلم الحركي التي يمكن من خلالها دفع العملية التعليمية ، حيث يتم إعداد اللاعبين بدرجة عالية من الكفاءة تؤهلها لمواجهة تحديات العصر . (٢٦ : ١)

* أستاذ ورئيس قسم المناهج وتدريب التربية الرياضية وعميد كلية التربية الرياضية السابق بقنا جامعة جنوب الوادي.

**أستاذ ورئيس قسم المناهج وتدريب التربية الرياضية جامعة اسوان .

***معلمة تربية رياضية للمرحلة الثانوية بإدارة ادفو التعليمية بمحافظة اسوان .

بناء البرنامج من اهم الاعمال التي يهتم بها العاملون في مجال التربيهاالبدنيه ، حيث أن البرامجالعلميهالمقننه هي الضمان الوحيد لاحداث التقدم المطلوب. (٦:٦)

كما يشير "محمدأحمد وصفي" نقلا عن "محمدمحمدالحماحي" ،وامين أنور الخولي (١٩٩٠م) أن البرامج التربيه الرياضيه تسعى لتواكب التقدم العلمي الذي ميز به العصر الحديث ،لذا تعتمد ف بنائه علي الاسس العلميه والتربويه والنفسيه والاجتماعيه الحديثه حتي تسهم في تحقيق احتياجات المجتمع والتلاميذ ،مسايره في ذلك الفلسفه التربويه للمجتمع. (١٧:٣٧)

كما اتفق كل من " نوال شلتوت " ، " مرفت خفاجة" (٢٠٠٢م) إلي أن الوسائل التعليميه تعمل علي إتاحة الفرصه لتلبيه مقتضيات الفروق الفرديه بين المتعلمين ومن ناحيه أخرى تثير جاذبيه المتعلمين نحو هذه الوسائل بالميل القوي والرغبه باستخدامها للعمل على سرعة التعلم كما أن استمرار ممارسه المتعلمه باستخدام هذه الوسائل تعمل على إطاله مدة تذكره لأداء المهارة بإتقان . (٢٧:٢٨)

كما أشارت " إلين وديع " (١٩٩٠م) أن الأدوات والأجهزه المساعدة تعمل على تيسير الحركات وتدفع الفرد إلى الاستمرار فالتمرين واتمام المهارة بنجاح خاصه في مراحل التعلم الاولي (١٠١:٣)

ويذكر " جمال الدين عبد العاطي " (١٩٩٧) أن أهميه استخدام الأدوات المساعدة في انها تعمل علي توجيه الناشئين الي المسار الحركي الصحيح وذلك لانه لم يصل لديهم التوافق العضلي العصبي الي المستوي الامثل . (١٦٢:٧)

ويشير " كوثر كوجاك " (١٩٩٧م) إلى أن الأجهزة والأدوات المساعدة المستخدمة في تعلم المهارات المختلفه تهدف إلى تحقيق فعاليه التعلم وكفائته سعياً لإشباع حاجات الدارسين وزيادة دوافعهم كما ينظر إليها بأنها ذات تأثير ايجابي في عمليه التعلم لأنها تعمل على سرعة وسهولة وتنظيم نقل المعلومات مما يقلل من الجهد والفاقد البدني . (١٠٧:١٥)

تعتبر اربطه المقاومه المطاطه هي احدى الادوات التناستحدثت مؤخرًا وتستخدم في مجالات التدريب الرياضي لمختلف الالعاب كأحد اشكال المقاومه التي تعمل عل تنمية القدره العضليه ،ومختلف عناصر اللياقه البدنيه الخاصه . ويذكر "مفتى ابراهيم حماد(٢٠٠٠م) :الي ان استخدام الحبال المطاطه يعد احد الاشكال المستخدمه في تنمية القوه العضليه (١٦ :٢٤)

وتبد أرحله الاربطه من بداية شكلها الاول وهو (الاستيك المطاط) والذي تم استخدام في التمرينات تحت تصنيف تمرينات بإستخدام ادوات واطلق عليه إسم (الحبل المطاط) وكان مصنوعا من الخيوط ،والقماش وماده مطاطه (الاستيك) ثم ظهر في اوائل القرن الواحد والعشرين بإكثر من شكل واكثر من استخدام .

وتأتى المصطلحات (الاربطه المطاطه - الحبال المطاطه - الانابيب المطاطه - الاشرطه المطاطه) مرادفات "للاستيك المطاط " حيث تعمل جميعها علي تحقيق درجة من المقاومه تختلف بإختلاف الهدف المرجو تحقيقه من استخدامها .

اي انه لا يوجد فرق بين كل من الاربطه ،الحبال ،الاشرطه الانابيب من حيث دافع الاستخدام للمقاومه سواء كان ذلك من الناحيه التعليميه او التدريبيه إلا ان الاختلافات قد تتضح من خلال تصنيف الالوان الداله علي درجة المقاومه المستخدمه او التقسيم من خلال مستويات المقاومه وذلك لتعدد الشركات المنتجه لها ،والي جانب ذلك فإنه يكن تصنيعها وإمكانية معايرتها من قبل مصلحه الكيمياء والمعايره وذلك لضبط درجة المقاومه بالتطويل والتقصير.(٣٤:٢٢-١٨)

وتوضح مدربة اللياقة جنيفرواد في فلسفتها أن أربطة المقاومة المطاطة إحدى الوسائل العامة التي تعمل علي توفير الوقت والجهد وتقوم بدور المساعد علي إنجاز مختلف التمرينات وتتناسب جميع المستويات العمرية، وذلك الي جانب ماتقدمة من عامل التشويق والتفاعل بين الفرد والاداة، فإنه بدون إحساس بالمتعة في أداء التمرينات البدنية فإن الفرد يشعر أن الاداء يعتبر واجب وعمل شاق مما يؤثر علي مستوى الانجاز ويصبح التطور والتقدم محدود (٣١: ٦-١٢)

إن الهدف من تعليم المهارات الحركية هو الوصول لدرجة ثبات أداء المهارات الحركية حث أن هناك ادلة عصبية تشير الي أن المعلومات الحسية التي تتلقاها العضلات ترسل الي المخ لذا فإن تطوير الدراك الحسي بإستخدام الادوات يؤدي الي الوعي الكامل المتوازن مما يزيد من آلية الحركة في اداء المهارة (١٠: ٥٦-٥٧)

يؤكد زكي محمد حسن (٢٠٠٠) أنه يجب أن تنال المهارات الحركية إهتماماً أكثر وهذا لا يأتي إلا من خلال تطوير أساليب التعليم والادوات المستخدمة حتى تصل إلي درجة عالية من التميز والدقة والثبات للاداء في الظروف والمواقف المختلفة حيث يعتبر تعليم وإتقان المهارات الحركية هو اساس الوصول الي المستويات العالمية . (٩: ٦٦).

فطبيعة الأداء في كرة اليد تعتمد على درجة كفاءة اللاعب لأداء المهارات الأساسية سواء الدفاعية أو الهجومية بالكرة أو بدونها وتوظيف تلك المهارات أثناء القيام بالعمل الخططي ، وتختلف طبيعة الأداء في كرة اليد وتتنوع ما بين الجرى السريع بالكرة أو بدونها إلى الجرى والتوقف وترجع عمليات التغير في الأداء لطبيعة المواقف الحركية والمتنوعة والمتغيرة بحيث لا توجد ظروف ثابتة للأداء والمواقف لارتباطها بحركات المنافس ومواقفة . (١٨: ٢٤)

ويذكر " **مدحت محمود الشافعي** " (٢٠٠٤م) بأن متطلبات الأداء المهارى في كرة اليد تتأثر إيجابية بتنمية وتطوير وإعداد اللاعبين ، ويؤكد " **مارزفى شادلين MarzfsSchadlich** " (١٩٨٦م) بأنها لعبة يجب أن يتمتع لاعبيها بأداء عالي من المهارات التي تمكنهم من أداء الحركات المطلوبة سواء في الدفاع أو الهجوم بقوه وسرعة من حيث الانطلاق للهجوم الخاطف أو التصويب أو التميرير ، أو القيام بالحركات السريعة لأداء الهجمة . (٢٣: ٣٨٢-٢٨٤) ، (٣٢: ١٩٥)

ويوضح " **منير جرجس** " (١٩٩٤م) أن غرض كرة اليد هو إصابة الهدف وذلك لأن الفريق الفائز هو الذي ينجح في إصابة مرمي الفريق المنافس بعدد أكثر من الأهداف لذا فكل المهارات والخطط الهجومية تصبح عديم الجودة إذا لم تتوج في النهاية بالتصويب الناجح عليالمرمي . (١٠٣: ٢٥)

بينما يشير " **مدحت قاسم عبد الرازق** " (٢٠٠٦م) أن مهارة التميرير والاستلام يلعبكل منهما دوراً هاماً في بقية المهارات الأخرى ، فكلما كان الاستلام سليماً كان التميرير سليماً ، كما أن مهارة التميرير من أهم المهارات الأساسية لكرة اليد حيث تعد المحور الأساسي لخطط اللعب فيساهم التميرير في نقل الكرة بين اللاعبين لوضع المهاجم في أفضل وضع للتصويب أو أفضل حالة لبناء واتمام العملية الهجومية . (٣٦: ٢٢)

ويوضح " **محمد توفيق الوليلي** " (١٩٩٥م) أن مهارة التميرير والاستلام مهارتان متلازمتان ومرتبطنتان وبصفة خاصة أثناء المراحل الأولية في التعليم وممارسة لعبة كرة اليد . (٢٨: ١٨)

يري **هانز جيرت شتاين وإدجار فيدهوف وترجمة كمال عبد الحميد (١٩٨٦)** فأضاف أن نجاح الاستلام والتميرير يتأسس علي ما يميز به هذه العملية من الصحة والدقة بين الافراد افراد الفريق الواحد عن طريق اللعب الجماعي وليس الفردي للوصول لايقرب طريق الي المرمي . (٢٩: ١٥)

يعتبر التصويب علي المرمى هو نهاية جميع خطط الهجوم والتتويج النهائي لجميع عمليات الهجوم ،والوسيلة الوحيدة لاحتراز الاهداف وبالتالي تحديد نتيجة المباراة .

ويري محمد الوليلي(١٩٩٥) ان التصويب هو المهارة الاساسية التي يعطيها معظم المدربين وقتا اكثر من غيرها فلا تخلو اي وحدة تدريبية في كرة اليد من مهارة التصويب حيث انها المهارة التي تحدد نتيجة المباره ويشير ايضا إلي ان التصويب يجب ان يتميز بسرعة والدقة بما لا يدع الفرصة للمنافس في اعاقه الكرة او تشتيتها عن الهدف الذي يسعى اليه كل افراد الفريق .(١٨ : ١٠٢)

مشكلة البحث :

ومن خلال عمل الباحثة كمعلمة تربية رياضية في المرحلة الثانوية لاحظت ضعف مستوي الاداء المهاري لبعض المهارات الاساسية في كرة اليد في بداية مرحلة التعلم والذي قد يصعب تعديلها فيما بعد ، ومع استمرار الطالبات في عمل الازخطاء الحركية فإن هذا يؤدي إلي ثبات الازخطاء وعدم القدرة علي تصحيحها مما ينتج عنه انخفاض المستوي المهاري لدي الطالبات وعدم قدرتهم علي تحسين الاداء المهاري علي الرغم من استمرار العملية التعليمية ، ومن هنا فقد استعانت الباحثة إلي استخدام حزام المقاومة كأداة مساعدة تعليمية داخل درس التربية الرياضية لتعمل علي تحسين وتثبيت الوضع الصحيح لاداء افضل في بعض مهارات كرة اليد لدى طالبات المرحلة الثانوية وفي حدود علم الباحثة وما اطلعت عليه من ابحاث ودراسات سابقة التي تتناول استخدام الاحزمة المطاطة لم تجد الباحثة دراسة تناولت " تأثير برنامج تعليمي باستخدام الاستيك المطاط داخل درس التربية الرياضية لرفع مستوى أداء مهارة التمير والاستلام في كرة اليد لطالبات المرحلة الثانوية"

أهداف البحث :

- ١- تصميم برنامج تعليمي باستخدام الاستيك المطاط لتعلم مهارتي التمير والتصويب في كرة اليد .
- ٢- التعرف علي أثر استخدام الاستيك المطاط على المكونات البدنية المؤثرة على الأداء المهاري في كرة اليد لدى طالبات المرحلة الثانوية .

فروض البحث :

- ١- توجد فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في مهارات قيد البحث لصالح القياس البعدى .
- ٢- توجد فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة في مهارات قيد البحث لصالح القياس البعدى .
- ٣- توجد فروق دالة احصائيا بين القياسات البعدية لكلا من المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في مهارات قيد لصالح المجموعة التجريبية.

الدراسات المرجعية :

اولا :الدراسات العربية

- ١- دراسة " أحمد مصطفى السيوفى ، عماد الدين نوفل أحمد " (١٩٩٥م) (٢) وعنوانها "أثر استخدام تمرينات الأستيك المطاط على بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية ومستوى أداء السباحة "وذلك بهدف التعرف على أثر استخدام الأستيك المطاط على بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية وتحسن مستوي الاداء المهاري في السباحة الحرة ، وقد استخدم الباحثان المنهج التجريبي باستخدام مجموعتين متناضرتين وفق متغيرات أساسية هي (السن -الطول - الوزن

-مستوي أداءالسباحة الحرة) وأكدت النتائج أن تمارينات الأستيك المطاط تؤثر إيجابيا علي القدرات الفسيولوجية والبدنية ومستوي أداء السباحة الحرة.

٢- دراسة " محمد إبراهيم سعيد " (٢٠٠١م) (١٦) وعنوانها "تأثير برنامج مقترح للتدريب باستخدام تمارينات تمريناتالاستيك المطاط علي مرونة العمود الفقري واثره علي أداء مهارة الكوبري وبعض المتغيرات البدنية للمصارعين الناشين " وهدفها التعرف علي تأثير البرنامج المقترح باستخدام تمارينات الاستيك المطاط علي مرونة العمود الفقري ومستوي أداء مهارة الكوبري وعناصر (القوة العضلية - التحمل العضلي -الديناميكي- الرشاقة)،استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم القياس القبلي والبعدي لمجوعتين احدهما تجريبيةوالاخرى ضابطة ،واختيرت العينة بالطريقة العمدية من المصارعين للناشئين (من ١٤-١٦ سنة)وبلغ عدد العينة (٢٠) لاعب واستغرقت البرنامج (١٢) اسبوع، زمن الوحدة(٦٠ق) وكانت اهم النتائج تحسين مستوي مرونة العمود الفقري والاداء المهاري للمصارعين عينة البحث .

٣- دراسة " نجوي سليمان بيومي " (٢٠٠٢م) (٢٧) وعنوانها " فاعلية تدريبات الأحبال المطاطة والإتقال علي ديناميكية بعض العناصر البدنية الخاصة ومستوي اداء صعوبتي وثبة الفراشة والحركة الغاطسة في التمارينات الإيقاعية "وهدفت الدراسة إلي التعرف علي تأثير برنامجي الاحبال المطاطة والانتقال علي عناصر (القدرة - القوة - المرونة) ومستوي أداء وثبة الفراشة والحركة الغاطسة ،وإستخدمت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم ثلاث مجموعات مجموعتين تجريبيتان والثالثة ضابطة ، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية من الطالبات الفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة حلوان للعام الدراسي (٢٠٠١-٢٠٠٢) وعددهن (٤٥) طالبة ، أهم النتائج تحسن مستوي عناصر القدرة العضلية والمرونة نتيجة استخدامتدويبت الاحبال المطاطة وتحسين مستوي القدرة العضلية نتيجة استخدام تدريبات الانتقال بدرجة أكبر من برنامج الاحبال المطاطة .

٤-دراسة " المهدي حسن علي الفيومي " (٢٠٠٤م) (٤) وعنوانها "تأثير استخدام الحبال المطاطة علي القدرة العضلية للرجلين والذراعين للاعبين كرة اليد للناشئين، وتهدف إلي التعرف علي تأثير استخدام برنامج تدريبي مقترح باستخدام الحبال المطاطة علي القدرة العضلية للرجلين والذراعين للاعبين كرة اليد للناشئين، واستخدم الباحث المنهج التجريبي وكانت العينة من لاعبي كرة اليد تحت ١٤ سنة ، وكانت أهم النتائج أن التدريبات المقترحة باستخدام الحبال المطاطة أثرت بشكل إيجابي علي تحسن القدرة العضلية للرجلين والذراعين للاعبين .

٥- دراسة " هبة محمد سعيد أبو زيد " (٢٠٠٤م) (٣٠) وعنوانها "برنامج مقترح باستخدام الحبال المطاطة لتحسين المتغيرات البدنية الخاصة ومستوي أداء بعض الوثبات في التمارينات الإيقاعية وتهدف إلي اقتراح برنامج باستخدام (الحبال المطاطة- القدرة العضلية - التوافق - التوازن - الرشاقة - التوافق- التوازن) المرتبطة بتحسن مستوي أداء بعض الوثبات في التمارينات الإيقاعية تامة استخدام الحبال المطاطة كوسيلة لتدريب لتحسين لهذه المتغيرات حيث أوضح أنها تعد من أنواع التدريبات المقاومة الهامة في تنمية كثير من الصفات البدنية بجانب فوائدها كسهولة ممارستها ومناسبتها لجميع الأعمال باختلاف الجنسين بالاضافة إلى أنها آمنة في الاستخدام والتدريب ، كما أوضح أن التمارينات الإيقاعية تعد من الأنشطة الحركية التي تنال اهتمام كبير في الآونة الأخيرة حيث تنمي لدى اللاعبات الإحساس بالتناسق في الأداء لتحسين كفاءة الجسم وأجهزته الحيوية فكانت النتائج إيجابية في تحسين المتغيرات البدنية قيد البحث إلى جانب تحسن مستوى الأداء والوثبات في التمارينات الإيقاعية .

ثانيا :الدراسات الاجنبية :

١-دراسة " رونالد كويرى Ronald kouri " (٢٠٠٠م)(٣٣)وعنوانها"مقارنة لاستخدام اللوحة الخلفية والحلقة كنقطة تنشين (هدف)على دقة التصويب فى كرة السلة وتهدف إلى التعرف على تأثير استخدام الوسائل التعليمية على تعلم مهارتى التصويب من الوثب والرمية الحرة والمقارنة بين تأثير طريقتي التعلم باستخدام بعض الوسائل التعليمية رسم الكف على الكرة،الحلقة الشفافة،جهاز t-shoot والطريقة المتبعة فى تعلم مهارتى التصويب من الوثب والرمية الحرة ، وقد استخدم المنهج التجريبي واشتملت العينة فريق كرة السلة للرجال بجامعة ولاية داكون الجنوبية ، وكانت أهم نتائجها كلما ابتعد اللاعب عن السلة كلما كان افضل له استخدام التصويب الحلقي مباشرة كنقطة تنشين أفضل من استخدام اللوحة الخلفية.

إجراءات البحث :

أولا منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي نظرا لمناسبة وطبيعة الدراسة ،باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية وأخري ضابطة وبتابع القياسين القبلي والبعدي لكلا المجموعتين .

ثانيا:مجتمع البحث :-

يمثل مجتمع البحث طالبات الصف الاول الثانوي بمدرسة السيدة خديجة الثانوية بنات بأسوان التابعة لإدارة إدفو التعليمية للعام ٢٠١٦/٢٠١٧،والبالغ قوامها (٤٠ طالبة)

ثالثا :عينة البحث :-

اختارة الباحثة عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية ،وقد بلغت (٤٠) طالبة من فصلي (١/١)وفصل (٢/١)،حيث بلغت المجموعة التجريبية (١٥) طالبة ،والضابطة كذلك (١٥) طالبة والعينة الاستطلاعية (١٠) طالبة .

ثالثا مجالات البحث :

أ- المجال المكانى :- تمت اجراءات البحث وتنفيذ البرنامج التعليمي باستخدام الاستيك المطاط بمدرسة السيدة خديجة الثانوية بنات بإدفو .

ب- المجال البشرى :- عدد ٣٠ من تلميذات المدرسة .

ج- المجال الزمانى :- قام الباحث باجراء القياسات كالتالى :-

- قياس قبلئى الفترة من ٢٠١٦/١٠/١٢ الى ٢٠١٦/١٠/١٣

- قياس بعدى فى الفترة من ٢٠١٦/١١/٧ الى ٢٠١٦/١١/٨

تجانس العينة :-

قامت الباحثة بإجراء التجانس بين أفراد عينة البحث قبل تطبيق البرنامج المقترح فى المتغيرات الجسمية والبدنية

والمهارية كما موضح فى الجدول التالى (١):-

معدلات النمو (السن - الطول - الوزن) والاختبارات البدنية والمهارية (ن=٣٠)

جدول (١)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري

وقيمة النسبة الفائية للسن والوزن والطول (ن=٣٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التباين	النسبة الفائية
١	السن	سنة	التجريبية	١٥.٢٧	٠.٩٦	٠.٩٢	١.١٠
			الضابطة	١٥.٤٧	٠.٩٢	٠.٨٤	
٢	الوزن	كجم	التجريبية	٥٣.٧٣	٧.٢٢	٥٢.١٢	١.٦٢
			الضابطة	٥٥.٥٩	٥.٦٨	٣٢.٢١	
٣	الطول	سم	التجريبية	١٥٤.٦٧	٥.١٤	٢٦.٣٨	٠.٧٥
			الضابطة	١٥٦.٦٧	٥.٩١	٣٤.٩٥	

قيمة "ف" عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٤٣

يتضح من جدول (١) وجود فروق غير دالة إحصائياً بين المجموعتين التجريبية والضابطة في جميع المتغيرات قيد البحث، حيث تراوحت قيمة النسبة الفائية المحسوبة ما بين (٠.٧٥ : ١.٦٢)، وهي أقل من قيمة "ف" الجدولية عند مستوى "٠.٠٥" مما يدل على تجانس المجموعتين التجريبية والضابطة في السن والوزن والطول.

جدول (٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري

وقيمة النسبة الفائية للمتغيرات البدنية قيد البحث (ن=٣٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التباين	النسبة الفائية
١	الوثب العريض من الثبات	سم	التجريبية	١٣٧.٤٧	٤.٣١	١٨.٥٥	٠.٨٥
			الضابطة	١٣٦.٦٠	٤.٦٧	٢١.٨٣	
٢	رمي كرة زنة (٨٠٠) جم لأبعد مسافة	متر	التجريبية	٦.٧٢	٠.٧٩	٠.٦٢	١.٤٥
			الضابطة	٦.٣٣	٠.٩٥	٠.٩٠	
٣	العدو ٣٠ من البدء العالي	ثانية	التجريبية	٥.٢٤	٠.٤٥	٠.٢٠	٠.٦١
			الضابطة	٥.١٧	٠.٣٥	٠.١٢	
٤	الدوائر الرقمية	ثانية	التجريبية	٦.٨٠	٠.٤٩	٠.٢٤	٢.٢٦

	٠.٥٤	٠.٧٣	٧.١٦	الضابطة			
١.٩٧	٠.٢٩	٠.٥٤	٣.٥٢	التجريبية	ثانية	ثنى الجذع من الوقوف	٥
	٠.٥٨	٠.٧٦	٣.٥١	الضابطة			

قيمة "ف" عند مستوى $0.05 = 2.43$

يتضح من جدول (٢) وجود فروق غير دالة إحصائياً بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات البدنية قيد البحث، حيث تراوحت قيمة النسبة الفئوية المحسوبة ما بين (٠.٨٥ : ٢.٢٦)، وهي أقل من قيمة "ف" الجدولية عند مستوى "٠.٠٥" مما يدل على تجانس المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات البدنية قيد البحث.

جدول (٣)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة النسبة الفئوية للمتغيرات للمهارية قيد البحث (ن=٣٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التباين	النسبة الفئوية
١	التمرير والاستقبال	عدد	التجريبية	١٤.٠٠	١.٧٧	٣.١٤	١.٢٩
			الضابطة	١٤.٠٠	١.٥٦	٢.٤٣	
٢	دقة التصويب	عدد	التجريبية	١.٨٧	٠.٥٢	٠.٢٧	١.٥٩
			الضابطة	١.٨٠	٠.٤١	٠.١٧	
			الضابطة	٣.٧٣	٠.٧٠	٠.٥٠	

قيمة "ف" عند مستوى $0.05 = 1.43$

يتضح من جدول (٣) وجود فروق غير دالة إحصائياً بين المجموعتين التجريبية والضابطة في جميع المتغيرات قيد البحث، حيث تراوحت قيمة النسبة الفئوية المحسوبة ما بين (١.١١ : ١.٨٥)، وهي أقل من قيمة "ف" الجدولية عند مستوى "٠.٠٥" مما يدل على تجانس المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات المهارية قيد البحث.

تكافؤ عينة البحث :-

قامت الباحثة بإجراء التكافؤ بين العينة قبل تطبيق البرنامج في المتغيرات الجسمية والبدنية والمهارية، كما هو

موضح بالجدول التالي (٤) :-

جدول (٤)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والإلتواء والتفطح السن الوزن الطول قيد البحث للعينة قيد البحث (ن=٣٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	والإلتواء	والتفطح	الدلالة
١	السن	سنة	١٥.٣٧	٠.٩٣	٠.٣٨-	١.٠٣	غير دال
٢	الوزن	كجم	٥٤.٦٦	٦.٤٥	٠.٥٢	٠.٧١-	غير دال
٣	الطول	سم	١٥٥.٦٧	٥.٥٤	٠.٢٩-	٠.٦٧-	غير دال

يتضح من نتائج جدول (٤) أن معاملات الإلتواء تراوحت ما بين (-٠.٣٨ : ٠.٥٢) وهي أقل من ضعف معامل الخطأ المعياري للإلتواء، كما يتضح أن معاملات التفطح تراوحت ما بين (-٠.٧١ : ١.٠٣) وهي أقل من ضعف معامل الخطأ المعياري للتفطح، مما يشير إلى أن العينة موزعة توزيعاً إعتدالياً في متغيرات النمو.

جدول (٥)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والإلتواء والتفطح المتغيرات البدنية قيد البحث للعينة قيد البحث (ن=٣٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	والإلتواء	والتفطح	الدلالة
١	الوثب العريض من الثبات	سم	١٣٧.٣٧	٧.٠٩	٠.١٦	٠.٤٥	غير دال
٢	رمى كرة زنة (٨٠٠) جم لأبعد مسافه	متر	٦.٥٢	٠.٨٨	٠.١٧-	٠.٦٢-	غير دال
٣	العدو ٣٠ م من البدء العالي	ثانية	٥.٣٠	٠.٦٨	٠.٢٨	٠.٥٣	غير دال
٤	الدوائر الرقمية	ثانية	٦.٩٨	٠.٦٤	٠.٣٨	٠.٤٢-	غير دال
٥	ثنى الجذع من الوقوف	ثانية	٣.٥٢	٠.٦٥	٠.٧٥	٠.٥٦-	غير دال

يتضح من نتائج جدول (٥) أن معاملات الإلتواء تراوحت ما بين (-٠.١٧ : ٠.٧٥) وهي أقل من ضعف معامل الخطأ المعياري للإلتواء، كما يتضح أن معاملات التفطح تراوحت ما بين (-٠.٦٢ : ٠.٥٣) وهي أقل من ضعف معامل الخطأ المعياري للتفطح، مما يشير إلى أن العينة موزعة توزيعاً إعتدالياً في المتغيرات البدنية.

جدول (٦)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والإلتواء والتقلطح المتغيرات المهارة قيد البحث للعينة قيد البحث (ن=٣٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	والإلتواء	والتقلطح	الدلالة
١	التمرير والاستقبال على الدوائر المتداخلة	عدد	١٤.٠٠	١.٦٤	٠.٦٥-	٠.٥٦-	غير دال
٢	دقة التصويب	عدد	١.٨٣	٠.٤٦	٠.٦٧-	١.١٣	غير دال

يتضح من نتائج جدول (٦) أن معاملات الإلتواء تراوحت ما بين (-٠.٦٧ : ٠.٣٣) وهي أقل من ضعف معامل الخطأ المعياري للإلتواء، كما يتضح أن معاملات التقلطح تراوحت ما بين (-٠.٧٥ : ١.١٣) وهي أقل من ضعف معامل الخطأ المعياري للتقلطح، مما يشير إلى أن العينة موزعة توزيعاً إعتدالياً في المتغيرات المهارة.

رابعاً: أدوات وجمع البيانات

الأجهزة :

- جهاز الرستاميتر لقياس الطول بالسنتيمتر .
- ميزان طبي مقنن لقياس الوزن بالكيلو جرام .
- ساعة إيقاف تحديد الزمن في بعض الاختبارات .

- الأدوات :

- حائط وطباشير - كرات يد - كرات طبية - قوائم خشبية
- اقمام واعلام - مرمي كرة يد - اطواق - مقاعد سويدية

استمارات تسجيل البيانات

- أ- استمارة تسجيل بيانات التلاميذ:
- حيث اشتملت علي (اسم التلميذ - العمر الزمني - الطول - الوزن) . ملحق (٣).
- ب- استمارة تسجيل نتائج الاختبارات البدنية ملحق (٤) قيد البحث.
- استمارة تسجيل نتائج الاختبارات المهارة في كرة اليد قيد البحث ملحق (٥) .

خامساً: الدراسات الإستطلاعية:

١- الدراسة الإستطلاعية :

حرصاً من الباحثة على سلامة الإجراءات الإدارية والفنية قبل وأثناء وبعد تطبيق الاختبارات، قامت الباحثة باختيار عدد (١٠) طالبات من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث، في الفترة من ٢٠١٦/٩/٢٦ إلى ٢٠١٦/١٠/٥م بهدف التعرف على عدة نقاط أهمها:-

- التأكد من صلاحية وكفاية الأدوات والأجهزة المستخدمة في القياس .
- معرفة الزمن الذي يستغرقه زمن كل اختبار على حدة والاختبارات ككل.

- دقة تنظيم وسير العمل في القياس .

- صدق وثبات الاختبارات البدنية والمهارية المختارة.

وبناءً على نتائج الدراسة الاستطلاعية توصلت الباحثة إلى:

- صلاحية وكفاية الأدوات والأجهزة المستخدمة في الاختبارات.

صدق وثبات الاختبارات البدنية والمهارية التي ستستخدم في البحث موضوع الدراسة

- معامل صدق الاختبارات:

استعانت الباحثة بصدق التمايز معامل الصدق حيث قامت الباحثة بتطبيق الاختبارات المهارية والبدنية في الفترة من ٢٦ / ٩ / ٢٠١٦ - ٢٧ / ٩ / ٢٠١٦ ، علي مجموعتين إحداهما مميزة وهم (١٠) طالبة من طالبات الصف الاول الثانوي من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث الاساسية ،والخري غير مميزة (١٠) طالبة من طالبات الصف الاول الثانوي المشاركات في فريق المدرسة لكرة اليد.

جدول (٧)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت)

للمجموعتين المميزة وغير المميزة في الاختبارات المهارية قيد البحث (ن=٢٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة المميزة		المجموعة غير المميزة		قيمة (ت)
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
١	التمرير والاستقبال على الدوائر المتداخلة	عدد	١٧.٤	١.٨٤	١٣.٦	١.٧٨	١٧.٤٠
٢	دقة التصويب	عدد	٤.٩	٠.٥٧	١.٨	٠.٦٣	٤.٩٠

قيمه (ت) عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٢.١٠

يتضح من جدول (٧) وجود فروق داله إحصائياً بين المجموعة الغير مميزة والمجموعة المميزة لصالح المجموعة المميزة في الاختبارات المهارية (قيد البحث) حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة بين (٤.٩ : ١٧.٤٠) وهي أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) مما يدل على صدق الاختبارات المهارية (قيد البحث) حيث أنها تميز بين المجموعتين.

٢- معامل الثبات :

لايجاد معامل الثبات استخدمت الباحثة طريقة تطبيق الإختبار وإعادة التطبيق علي نفس العينة المستخدمة في الصدق (المجموعة المميزة) وذلك في الفترة من ٤ / ١٠ / ٢٠١٦ ،إلي ٥ / ١٠ / ٢٠١٦م وبفارق زمني أسبوع و جدول (٨) يوضح ذلك :

جدول (٨)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني في الاختبارات المهارية قيد البحث (ن=١٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني	
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	التمرير والاستقبال على الدوائر المتداخلة	عدد	١٣.٦٠	١.٧٨	١٣.٧٠	١.٧٠
٢	دقة التصويب	عدد	١.٨٠	٠.٦٣	١.٩٠	٠.٧٤

قيمه (ر) عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٠.٦٣

يتضح من نتائج جدول (٨) وجود ارتباط دال إحصائياً بين التطبيق الأول والثاني في جميع الاختبارات المهارية المستخدمة (قيد البحث) حيث تراوح معامل الارتباط ما بين (٠.٨٠ : ٠.٩٩) وهو أكبر من قيمته الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) مما يدل على ثبات الاختبارات المهارية المستخدمة (قيد البحث).

إجراءات تنفيذ التجربة .

القياسات القبليّة :

قامت الباحثة بإجراء القياسات القبليّة في الفترة من يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٦/١٠/١٢

حتى يوم الخميس ٢٠١٦/١٠/١٣ ولمدة يومين علي افراد العينة في المتغيرات (السن - الطول - الوزن) وكذا المتغيرات البدنية والمتغيرات المهارية قيد البحث .

وقد تم قياس المستوي البدني بإجراء الاختبارات البدنية (الوثب العريض من الثبات - رمي كرة طيبة ٨٠٠ جم لابعد مسافة - عدو ٣٠ متر - الدوائر الرقمية - ثني الجذع من الوقوف)

مرفق (١) وكذا تم قياس المستوي المهاري بإجراء الاختبارات المهارية (التمرير والاستقبال - التصويب) مرفق (٢)

، حيث قامت كل طالبة بأداء الاختبارات المتفق عليها والتي تم للطالبات من حيث عدد مرات التكرار أو الزمن المحدد لتنفيذ الإختبار .

تطبيق التجربة الاساسية :

تم تطبيق البرنامج التعليمي في الفترة من يوم الاحد الموافق ٢٠١٦/١٠/١٦ م إلي يوم الاحد الموافق

٢٠١٦/١١/٦ وذلك لمدة شهر بواقع درس اسبوعيا وذلك يوم الاحد من كل اسبوع

القياسات البعدية :

بعد الإنتهاء من تطبيق البرنامج التعليمي المقترح تمت القياسات البعدية لجميع أفراد العينة يومي الثلاثاء

والاربعاء الموافق ٢٠١٦/ ١١ / ٧ ، ٢٠١٦/ ١١ / ٨ .

- محتوى الوحدات التعليمية :

ولما كان المنهج متضمنا المهارات الاساسية بصفة عامة بينما كان هدف البحث دراسة بعض المهارات وبناء عملية قامت الباحثة بعرض مهارتي لكرة اليد (التمرير - التصويب) - كما راعت الباحثة عند تحديد محتوى الوحدات التعليمية أن تتضمن الاستيك المطاط التي استخلصها من المراجع السابقة .

- احتواء الوحدات التعليمية علي (٤) وحدات تعليمية بواقع وحدة واحدة اسبوعيا لكل مهارة من المهارات (قيد البحث) نفذت علي مدار شهر بواقع وحدة واحدة اسبوعيا زمن الوحدة ٤٥ دقيقة ، ملحق (٥) وقد تم تقسيم الوحدات الاتي:

أ- الجزء التمهيدي وينقسم إلي :

١- أعمال إدارية.

٢- الإعداد البدني العام .

٣- اعداد بدني خاص.

ويشمل هذا الجزء علي الاعمال الادارية وادراج مجموعة التمرينات لتهيئة الجسم والاعداد البدني الجيد وقد استغرق زمن الاعداد البدني (٥٠ق) من اجمالي الوحدات الخاصة بكل مهارة قيد البحث .

جدول (٩)

التوزيع الزمني لتطبيق البرنامج التعليمي علي مدار (٤) اسابيع

الهدف	التاريخ	الاسبوع	م
تنمية مهارة استقبال واستلام الكرة	٢٠١٦/١٠/١٦	الاول	١
تنمية مهارة استقبال واستلام الكرة باليدين	٢٠١٦/١٠/٢٣	الثاني	٢
تنمية مهارة التصويب من الثبات	٢٠١٦/١٠/٣٠	الثالث	٣
تنمية مهارة التصويب الحر	٢٠١٦/١١/٦	الرابع	٤

الجزء الرئيسي :

يشمل هذا الجزء علي مجموعة من التدريبات التطبيقية الخاصة بالمهارة التي تتضمنها الوحدة التعليمية باستخدام حزام المقاومة وقد راعي الباحث التدرج في اختيار التدريبات التطبيقية ،وقد استغرق زمن هذا الجزء (٢٥ق) من إجمالي الوحدات الخاصة بكل مهارة .

ج- الجزء الختامي :

ويشمل هذا الجزء علي مجموعة من التمرينات التي تهدف إلي عودة الطالبات للحالة الطبيعة التي كان عليها قبل البدء في الوحدات التعليمية ،وقد استغرق زمن هذا الجزء (٥ق) من إجمالي الوحدات الخاصة بكل مهارة وهذا الجدول يوضح التوزيع الزمني لأجزاء الوحدة التعليمية

عرض النتائج ومناقشتها :

أولاً : عرض النتائج :

تحقيقاً لأهداف البحث وتحقيقاً لفروض البحث وفي حدود ما توصلت إليه الباحثة من بيانات من خلال التحليل الإحصائي تحاول الباحثة عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها .

١- عرض نتائج الفرض الاول وتفسيرها ومناقشتها الذي ينص علي :-

"توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعتين في الاختبارات المهارية للعبة ولصالح القياس البعدي "

جدول (١٠)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسات القبليّة والبعديّة
للاختبارات المهارية للمجموعة التجريبية قيد البحث (ن=١٥)

م	المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		نسبة التحسن	قيمة (ت)
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	التمرير والاستقبال	عدد	١٤.٠٠	١.٧٧	١٧.٠٠	٠.٧٦	٢١.٤٣	٨.٥٣-
٣	دقة التصويب	عدد	١.٨٧	٠.٥٢	٤.٦٧	٠.٦٢	١٥.٠٠٠	١٢.٥٨-

قيمه (ت) عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٢.١٥ * دال

يتضح من نتائج جدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي في الاختبارات المهارية للمجموعة التجريبية قيد البحث لصالح متوسط درجات القياس البعدي، حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (-٨.٥٣ : ٢٦.٥٩)، كما تراوحت نسب التحسن ما بين (٢١.٤٣% : ١٥٦.٨٩%).

وترجع الباحثة هذه النتيجة إلي تأثير استخدام الاستيك المطاطي تعليم مهارتي التمرير والتصويب للمجموعة التجريبية نظرا لانه وضع اسس علمية تنفق مع خصائص النمو الانفعالي والحركي لطالبات المرحلة الثانوية مما أثار دافيتهم نحو التعلم والابداع وشجع روح المبادرة الايجابية للابتكار عندهم ،اضافة إلي طريقة التدريس المستخدمة من قبل استخدام الوسائل المساعدة والتي تتلاءم مع طبيعة هذه المرحلة ،مما أدت إلي ترسيخ مهارات كرة اليد بالصورة الصحيحة لديهم ،ونظرا لانها تتواءم مع قدراتهم وتشبع رغبتهم تجاه المحاولة والالتقدم والاستكشاف والمنافسة وحب الانتصار والاخلاق الرياضية الحميدة ،واشبع رغبتهم تجاه الحركة والنشاط الزائد .

ويتفق ذلك مع نتائج دراسة كل من أحمد مصطفى السيوفي ،عماد الدين نوفل أحمد (١٩٩٥) (٢) ،"تجوي سليمان بيومي" (٢٠٠٢م) (٢٧) ،المهدي حسن علي الفيومي (٢٠٠٤م) (٤) ،"هبة محمد سعيد ابو زيد" (٢٠٠٤م) (٣٠) "بسنت سعيد الدين خليل محمد" (٢٠٠٨م) (٥) والتي اشارت نتائجهم إلي تأثير فاعلية استخدام الاستيك المطاط في تعليم مهارتي التمرير والتصويب ،ورفع مستوي المهارات الاساسية في الالعاب الجماعية لطالبات المرحلة الثانوية .

وهذا ما يؤكد كلاً من نوال شلتوت، مرفت علي خفاجة (٢٠٠٢م)، علي أن الوسائل التعليمية ركنا أساسيا من أركان العملية التعليمية لا يمكن الإستغناء عنها إذا أردنا تعلمًا جيدا للاعب المتعلم، حيث تستخدم لمساعدة اللاعب علي تحقيق أهداف الوحدة التعليمية، والمعلم الكفاء هو يزود نفسه بالتعرف علي مدى واسع وعريض من هذه الوسائل، ويجعلها معينات للاعبه علي التعلم. (١٠٣: ٢٨)

ويشير محمد محمود الحيلة (٢٠٠٤م)، أن مهام المعلمة لم تعد قاصرة علي الشرح واللقاء واتباع الأساليب المتبعة في التدريس بل أصبحت مسئوليته الأولى هي رسم مخطط إستراتيجيه الدرس، تعمل فيه طرق التدريس والوسائل التعليمية لتحقيق أهداف معينة .

(١٠٢، ٢١)

وبذلك يتحقق صحة الفرض الاول والذي ينص علي أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي

درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعتين في الاختبارات المهارية للعينة ولصالح القياس البعدي "

ثانيا : عرض نتائج الفرض الثاني وتفسيرها ومناقشتها الذي ينص علي :-

"توجد فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مهارات قيد البحث لصالح القياس البعدي".
جدول (١١)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسات القبلي والبعدي

للاختبارات المهارية للمجموعة الضابطة قيد البحث (ن=١٥)

م	المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		نسبة التحسن	قيمة (ت)
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	التمرير والاستقبال على الدوائر المتداخلة	عدد	١٤.٠٠	١.٥٦	١٥.٠٧	١.٤٩	٧.٦٢	١٦.٠٠
٢	دقة التصويب	عدد	١.٨٠	٤١.	٣.٢٧	٤٦.	٨١.٤٨	٧.٦٤- (ت)

مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٢.١٥ * دال

يتضح من نتائج جدول (١١) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي في الاختبارات المهارية للمجموعة التجريبية قيد البحث لصالح متوسط درجات القياس البعدي، حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (-٣.٩٠ - : ١٦)، كما تراوحت نسب التحسن ما بين (٧.٦٢ ٨١.٤٨ %).

وترجع الباحثة ذلك إلي تعود الطالبات علي الاسلوب التقليدي في التعليم، بالإضافة إلي إيجابية دور المعلمة في إتخاذ جميع القرارات الخاصة بالدرس من (تخطيط - تنفيذ - تقويم) وتقديمها للشرح الوافي فضلا عن ملاحظة المستمرة

وتقويم التغذية الراجعة للطلّابات مما إثر بالإيجاب علي مستوي التحصيل المعرفي للطلّابات .ويتفق ذلك مع ماذكرته عفاف عبد الكريم حسن (١٩٩٨م) (١٢) بأن التعليم التقليدي يعتمد علي إيجابية دور المعلم في إتخاذ جميع القرارات من تخطيط وتنفيذ وتقويم بما تتضمنه من تحديد العام من الدرس ، تحديد الأهداف السلوكية ،تحديد الإجراءات الخاصة بإدارة الصف وتنظيم الأدوات وكذلك تحديد الومن المناسب اللازم لتحقيق الاهداف .
وبذلك يتحقق الفرض الثانى توجد فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مهارات قيد البحث لصالح القياس البعدي .

ثالثا : عرض نتائج الفرض الثالث وتفسيرها ومناقشتها الذي ينص علي :-

"توجد فروق دالة إحصائيا بين القياسات البعدية لكلا من المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة فى مهارات قيد لصالح المجموعة التجريبية" .

لإختبار صحة الفرض الثالث تم حساب قيم (ت) بين متوسطى درجات طالبات المجموعة التجريبية والضابطة في القياسين البعديين ومعدل التغير فى المهارات الحركية الأساسية وجدول (١٢) يوضح ذلك

جدول (١٢)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة

في الاختبارات المهارية قيد البحث (ن = ٣٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت)
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
١	التمرير والاستقبال على الدوائر المتداخلة	عدد	١٧	٠.٧٦	١٥.٠٧	١.٤٩	٤.٤٩
٢	دقة التصويب	عدد	٤.٦٧	٠.٦٢	٣.٢٧	٠.٤٦	٧.٠٦

قيمه (ت) عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٢.٠٥ * دال

يتضح من نتائج جدول (١٢) والشكل البياني (٣) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي في الإختبارات المهارية للمجموعة التجريبية قيد البحث لصالح متوسط درجات القياس البعدي، حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (٤.٤٩ : ١٣.١٢).

وترجع الباحثة ذلك إلي تأثير البرنامج التعليمي المستخدم فيه الاستيك المطاط له أثر ايجابيا علي تعلم مهارتي التمرير والتصويب في كرة اليد لطالبات الصف الاول الثانوي وذلك نظرا لفاعليته التي تتيح الفرصة للتفكير والتجريب للوصول إلي حل للمشكلة الحركية في سبيل الوصول إلي أفضل الطرق لأداء المهارات الاساسية في كرة اليد مما زاد من توسيع مدراك الطالبات وتحسن قدراتهم الفكرية عن طريق التعلم من خلال الحركة ،واتاحة الفرصة للابداع والاستكشاف ،كل حسب قدراته ومستواه بما يساعد علي التفكير المنظم ،والقدرة علي الابتكار ،وفضلا عن مراعاته الفردية بين الطالبات ،وقد اكتسبت الطالبات الصفات الأجتماعية من خلال المشاركة الجماعية مع الزملاء والتنافس معهم ،ونتيجة المشاركات الايجابية لهم في البرنامج الذي ساهد في تحقيق متطلبات وإشباع رغبات الطالبات نحو تعلم المهارات الاساسية لكرة اليد .

ويتفق هذا مع نتائج دراسة كل من "بسنت سعد الدين خليل محمد (٢٠٠٨م)

(٥)، أحمد مصطفى السيوفي، عماد الدين نوفل أحمد (١٩٩٥م) (٤) حيث أشارت النتائج تلك الدراسات ألي

اهمية استخدام الاستيك المطاط او الاربطة المطاطة في التدريس لفاعليته في توفير الفرص للطلبات للمشاركة الايجابية داخل البرنامج واثره في تعلم المهارات الحركية .

ويؤكد عبد الحميد شرف (٢٠٠٠م)، بأن الوسائل التعليمية تساعد التلميذ علي سرعة الفهم وإدراك ما يريد أن يتعلمه ،كما أنها تجسد له الهدف المراد الوصول إليه قبل أن يبدأ في عملية التعليم أو التعلم .ومن هنا تكون الوسيلة التعليمية من أهم عوامل التحفيز للفرد في محاولة تعلم وتأدية ما يشاهده . (١١ : ٥٣)

وبذلك تتحقق صحة الفرض الثالث والذي ينص علي أنه " توجد فروق دالة إحصائيا بين القياسات البعدية لكلا من المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في مهارات قيد لصالح المجموعة التجريبية" .

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

١. احمد محمد ابو زيد محمد : تأثير استخدام وسائل فائقة التدخل علي مستوى التحصيل المعرفي والمهاري لبعض المهارات الاساسية في كرة اليد ،رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية الرياضية ،جامعة المنصورة ٢٠٠٨ م .
٢. أحمد مصطفى السيوفي ، : أثر استخدام تمارينات الأستيك المطاط علي بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية ومستوي أداء السباحة الحرة ،"بحث منشور ،مجلة التربية البدنية والرياضية ،كلية التربية الرياضية للبنين ،جامعة حلوان ١٩٩٥ م.
٣. إلين وديع فرج : دليل المعلم والمدرّب واللاعب " ، منشأة المعارف ، الإسكندرية (١٩٩٠م)
٤. المهدي حسن علي : " تأثير استخدام الحبال المطاطة علي القدرة العضلية للرجلين والذراعين للاعب كرة اليد للناشئين " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، ٢٠٠٤ م .
٥. بسنت سعد الدين خليل : "تأثير استخدام أربطة المقاومة علي تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة والمستوى الرقمي لمسابقات القصيرة "،رسالة ماجستير ،كلية التربية الرياضية للبنات ،حلوان ،٢٠٠٨ م .
٦. جلال كمال سالم : كرة اليد الحديثة ،اسس وتطبيقات ،ط٥ ،دار الاسراء للنشر والتوزيع ،السويس ، ٢٠٠١ م .
٧. جمال الدين عبد العاطي : التعلم المبرمج في التربية الرياضية البدنية والرياضية "،دار الفكر العربي ، الشافي ١٩٩٧ م .
٨. خالد نبيل خضر : اثر استخدام اسلوبي التطبيق بنوجه الاقران والتطبيق الذاتي علي بعض المكونات البدنية والمهارية للمبتدئين في كرة اليد رسالة دكتوراه غير منشورة ،كلية التربية الرياضية ببور سعيد ،جامعة قناة السويس . ٢٠٠١ م .
٩. زكي محمد حسن : الكرة الطائرة تقنيات حديثة في اتعليم والتدريس ، ملتقي الفكر ،القاهرة ، ٢٠٠٠ م .

١٠. صلاح السيد حسن : الاسسس العلمية الحديثة للتقويم في الاداء الحركي ،مكتبة النهضة المصرية ،القاهرة ، ١٩٩٣م .
١١. عبد الحميد شرف : تكنولوجيا التعلم :- تكنولوجيا التعلم فى التربية الرياضيه ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ٢٠٠٠ م
١٢. عفاف عبد الكريم البرامج الحركية والتدريس للصغار، منشأة المعارف ، الاسكندرية ، ١٩٩٥م .
١٣. عماد ابو القاسم محمد : مركز التحكم الداخلي - الخارجى وعلاقته بمستوى الاداء المهاري لدي ناشي كرة اليد ،رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية الرياضية ،جامعة المنيا ١٩٩١م .
١٤. كمال عبد الحميد اسماعيل : ربايعه كرة اليد الحديثة مستوى الاداء الجزء الثاني ،مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠١م .
- محمد صبحي حسنين
- ١٥- كوثر كوجاك : اتجاهات حديثة في المناهج وطرق التدريس " ، ط٣ ، عالم الكتب ، القاهرة ، ١٩٩٧م .
- ١٦- محمد إبراهيم سعيد العيشي : تأثير برنامج مقترح للتدريب باستخدام الإستيكت المطاط علي مرونة العمود الفقري وأثره علي مستوى اداء مهارة الكوبري وبعض المتغيرات البدنية للمصارعين الناشئين "،كلية التربية الرياضية والبدنية ،المجلة العلمية ،والعدد ٢٦ ، ٢٠٠١م .
- ١٧- محمد أحمد وصفي : فاعليه الالعب التمهيديه بدرس التربية الرياضية علي تحسين مستوى بعض المهارات الأساسية في كرة السلة للتلاميذ المعاقين سمعا ،رسالة ماجستير ،غير منشورة جامعة الزقازيق ،كلية التربية الرياضية للبنين ٢٠٠٧م .
- ١٨- محمد توفيق الوليلي : كرة اليد (تعليم - تدريب - تكنيك) " ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٥م .
- ١٩- محمد حسن علاوى ، : اختبارات الاداء الحركي ،دار الفكر العربي ،لقاهرة ، ٢٠٠١ م .
- محمد نصر الدين رضوان
- ٢٠- محمد رضا البغدادي : تكنولوجيا التعليم والتعلم " ، ط٣ ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٨م .
- ٢١- محمد محمود الحيله : تكنولوجيا التعليم بين النظرية والتطبيق ،(ط-٤)، دار المسيرة ، ٢٠٠٤م .
- ٢٢- مدحت قاسم عبد الرازق : كرة اليد (تدريب - تعليم - إدارة) " ، مكتبة شجرة الدر ، المنصورة ، ٢٠٠٦م .
- ٢٣- مدحت محمود الشافعي : فاعلية برنامج تدريبي لتنمية بعض المتغيرات البدنية والفسولوجية علي مستوى الأداء المهاري لناشئ كرة اليد " ، مواليد ١٩٨٦ ، مجلة نظريات وتطبيقات ، كلية التربية الرياضية بأبي قير ، ٥٢٥ ، جامعة الإسكندرية ، ٢٠٠٤م .
- ٢٤- مفتي إبراهيم حماد : أسس تنمية القوة العضلية بالمقاومات للأطفال ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة

، ٢٠٠٠م .

- ٢٥- منير جرجس ابراهيم : كرة اليد للجميع ، ط٤ ، دار الفكر العربي ١٩٩٤ .
- ٢٦- منير مصطفى عابدين ، : تأثير استخدام الكرة السويسرية علي تعلم بعض المهارات الهجومية في كرة السلة " ، المؤتمر العلمي الدولي الثالث بتاريخ (٢٢- ٣٠) مارس ، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعة الزقازيق ، ٢٠٠٨م .
- ٢٧- نجوي سليمان بيومي : فاعلية تدريبات الحبال المطاطة علي دينامية بعض العناصر الخاصة ومستوى أداء صعوبتي وثيقة الفراشة والحركة الغاطسة في التمرينات الإيقاعية ، مجلة علوم وفنون الرياضة ، المجلد ١٧ ، ٢٠٠٢م
- ٢٨- نوال إبراهيم شلتوت ، : طرق تدريس في التربية الرياضية " ، الجزء الثاني التدريس التعلم التعليم ، ومرفت علي خفاجة (ط-١) ، القاهرة ، مكتبة الإشعاع ، ٢٠٠٢م .
- ٢٩- هانزجريت شتاين : كرة اليد ، ترجمة كمال عبد الحميد ومحمد حسن علاوي ، ط٥ ، دار المعارف ، القاهرة ١٩٨٦
- ٣٠- هبة محمد سعيد أبو زيد : برنامج مقترح باستخدام الحبال المطاطة لتحسين المتغيرات البدنية الخاصة ومستوى أداء بعض الوثبات في التمرينات الإيقاعية " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق ، ٢٠٠٤م .

المراجع الاجنبية

- 31- Lin D : The IHM, Model Skating Platform for simulative Training, Sport 1990.
32. Merzfy, S Hellen Handball, 3re ed., Vol .11, Beulity 1986.
33. Ronald K ouri Comparison in using Back Chat And Cycle To Be Apoint On The Target Of The Accuracy Of The Target In Basket Ball U.S.A B 2000 .

المراجع شبكة المعلومات العالمية (الانترنت)

34. www. Human kinetics.com