



أساليب التفكير وعلاقتها بالتحصيل المعرفي لبعض

المهارات الأساسية لكرة اليد

م.د. مروة عمر مرسي

الملخص:

يختلف الطلبة فيما بينهم بطريقة أو أسلوب التفكير، يقف هذا الأسلوب خلف التكوين العقلي للإنسان طرائق أحراره للمعرفة والتفوق والإنجاز والتحصيل والتنظيم والاستيعاب والإدماج، وأن المتعلم يحتاج إلى التفكير في البحث عن مصادر المعلومات ، كما يحتاج إليه في اختبار المعلومات اللازمة للمواقف ، واستعمال هذه المعلومات في معالجة المشكلات على أفضل وجه ممكن ، وهناك عدة أسباب تحتم على الجامعات الاهتمام المستمر بتوفير الفرص الملائمة لتطوير وتحسين عمليات التفكير ومهاراته عند المتعلمين بصورة منظمة هادفة ، وتجلت المشكلة بان أساليب التدريس التقليدية التي تقدم في اغلب الأحيان بصورة جافة ومملة دون مراعاة لبيئة المتعلمين وحاجاتهم ، فضلاً عن أنها لا تعير اهتماماً لمداركهم وقدراتهم العقلية المختلفة فأصبحت تشكل عبئاً ثقيلاً على عاتق المدرسة والطالبة وانعكس ذلك على أساليب التدريس التي يلجا إليها المعلمون كالتلقين والمحاضرة لانجاز المطلوب في المنهج بالرغم من الجهود المبذولة لتطوير عملية التعلم والتعليم على مستوى الأبحاث والتجارب إلا أن عمليات التدريس لا زالت تقليدية وهدف البحث التعرف على العلاقة بين اساليب التفكير والتحصيل المعرفي لبعض المهارات الأساسية لكرة اليد ، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي بينما بلغت عينة البحث 31 طالبة وتم استخدام مقياس اساليب التفكير ومقياس التحصيل المعرفي لكرة اليد وقد استنتجت الباحثة مايلي :-

هناك ارتباط قوي بين أساليب التفكير والتحصيل المعرفي للمهارات الأساسية لكرة اليد وتأثيره الأيجابي على النواحي النفسية والادراكية .
وتوصي على مدرسات مادة كرة اليد الاعتماد على التصنيفات الحديثة للطالبات حسب طريقة التفكير أو حسب أنواع الذكاء لما له التأثير على المادة النظرية للفعالية بالممارسة وقانونها وكذلك نوعية التمارين المستخدمة والأبتعاد عن الطرق التقليدية بالممارسة ، وكذلك ممكن تطبيق اساليب التفكير على عينات مختلفة.

الكلمات المفتاحية: اساليب التفكير , التحصيل المعرفي , كرة اليد

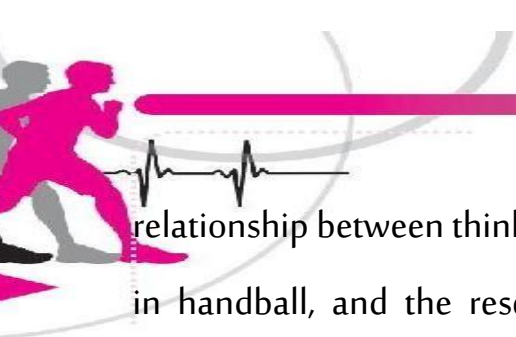


Thinking styles and their relationship to cognitive achievement of some basic handball skills

Dr. Marwa Omar Morsi

Summary:

Students differ among themselves in a way or style of thinking. This method stands behind the mental formation of a person, the methods of his achievement of knowledge, excellence, achievement, achievement, organization, comprehension and inclusion, and that the learner needs to think about searching for sources of information, as he needs to test the information necessary for situations, and use this information in Addressing problems in the best possible way, and there are several reasons for universities to pay constant attention to providing appropriate opportunities to develop and improve the thinking processes and skills of learners in an organized and purposeful manner. The problem was evident that the traditional teaching methods that are often presented in a dry and boring manner without taking into account the environment of the learners and their needs, as well. Noting that it does not pay attention to their perceptions and different mental abilities, so it has become a heavy burden on the shoulders of the school and the student, and this is reflected in the teaching methods that teachers resort to, such as teaching and lecturing, to accomplish what is required in the curriculum despite the efforts made to develop the learning and teaching process at the level of research and experiments, but the teaching processes are still The traditional aim of the research is to identify the



relationship between thinking styles And the cognitive achievement of some basic skills in handball, and the researcher used the descriptive approach, while the research sample reached 31 students. The thinking methods scale and the handball cognitive achievement scale were used. The researcher concluded the following: -

There is a strong correlation between thinking styles and cognitive achievement of basic handball skills and its positive effect on psychological and cognitive aspects.

It recommends that handball instructors rely on the modern classifications of female students according to the way of thinking or according to the types of intelligence because it has an impact on the theoretical material of the effectiveness of the practice and its law, as well as the quality of the exercises used and moving away from the traditional methods of practice, and it is also possible to apply thinking methods on different samples.

Key words: thinking styles, cognitive achievement, handball

الباب الاول

1- مقدمة البحث ومشكلته:

ان مراحل النضوج التي يمر بها الطلبة من أدراك وفهم و استيعاب، وطريقة التفكير و كذلك ما تفرضه المرحلة الدراسية من متطلبات والمعلومات التي يتلقونها، لكن يختلف الطلبة فيما بينهم بطريقة أو أسلوب التفكير، يقف هذا الاسلوب خلف التكوين العقلي للإنسان طرائق أحراره للمعرفة والتفوق والإنجاز والتحصيل والتنظيم والاستيعاب والإدماج، وأن المتعلم يحتاج إلى التفكير في البحث عن مصادر المعلومات ، كما يحتاج إليه في اختبار المعلومات اللازمة للمواقف ، واستعمال هذه المعلومات في معالجة المشكلات على أفضل وجه ممكن ، وهناك عدة أسباب تحتم على الجامعات الاهتمام المستمر بتوفير الفرص الملائمة لتطوير وتحسين عمليات التفكير ومهاراته عند المتعلمين بصورة منظمة هادفة ، إذ كانت تسعى بالفعل إلى مساعدتهم على التكيف مع متطلبات عصرهم ، أن التفكير يؤدي دوراً حيوياً في نجاح الأفراد وتقديمهم داخل المؤسسة التعليمية وخارجها لان أداءهم في المهمات التعليمية والاختبارات وبعد انتهائها هي نتائج تفكيرهم ، وبموجبها يتحدد مدى نجاحهم أو إخفاقهم ، وعليه فأن فرص الأفراد في النجاح تقلص إذا لم يقوم المدرسين بتوفير الخبرات المناسبة لتعليم الطلبة وتدريبهم على تنفيذ عمليات التفكير ومهاراته اللازمة للمهام التعليمية (7:1). مشكلة البحث: يعاني الحقل التربوي الكثير من المشكلات المتعلقة بأساليب التدريس التقليدية التي تقدم في اغلب الأحيان بصورة جافة ومملة دون مراعاة لبيئة المتعلمين وحاجاتهم ، فضلاً عن أنها لا تعبير اهتماماً لمداركهم وقدراتهم العقلية المختلفة فأصبحت تشكل عبئاً ثقيلاً على عاتق المدرسة والطالبة وانعكس ذلك على أساليب التدريس التي يلجأ اليها المعلمون كالتلقين والمحاضرة لانجاز المطلوب في المنهج بالرغم من الجهود المبذولة لتطوير عملية التعلم والتعليم على مستوى الأبحاث والتجارب إلا أن عمليات التدريس لا زالت تقليدية تقوم على العرض والشرح بهدف الحفظ في وقت يتاح لهم فيه التعامل مع العديد من الوسائل التعليمية الحديثة والمتطورة التي أنتجتها التكنولوجيا المعاصرة إضافة الى عدم قدرة المتعلمين على ممارسة مهارات التفكير.



الأهداف والفروض:

التعرف على العلاقة بين اساليب التفكير والتحصيل المعرفي لبعض المهارات الاساسية بكرة اليد. أما فرض البحث لاتوجد علاقة ارتباط معنوية بين اساليب التفكير والتحصيل المعرفي لبعض المهارات الاساسية بكرة اليد

مجالات البحث:

المجال البشري: طالبات المرحلة الثانية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات. المجال الزماني: 2 \ 3 \ 2020 لغاية 11 \ 4 \ 2020, المجال المكاني: الملعب الخارجي لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات.

2- منهج البحث واجراءاته الميدانية

2-1 منهج البحث: اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي للوصول إلى أهداف البحث والتحقق من فرضياته وملائمته لطبيعة و مشكلة البحث.

2-2 مجتمع وعينة البحث: لاختيار مجتمع البحث قامت الباحثة باختيار مجتمع البحث بدقة وبأسلوب عمدي وتوضيح عناصره والوحدات التي يتكون منها، اذ يتكون مجتمع البحث من طالبات الصف الثاني بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات جامعة بغداد وبلغ مجموعهم (31) طالبة في الصفوف الدراسية (أ ، ب) وبلغت عينة البحث (26) طالبة بعد استبعاد عينة التجربة الاستطلاعية

3-2 الأختبارات:

مقياس اساليب التفكير \ ملحق (1) ومقياس التحصيل المعرفي لكرة اليد ملحق (2)



2-4 الأجهزة والأدوات المستخدمة: لكي تستطيع الباحثة التوصل لحل مشكلة البحث يجب

توفر الأجهزة والأدوات الخاصة والمناسبة لضمان نجاح البحث (ساعة توقيت , استمارة استبيان اساليب التفكير واستمارة استبيان التحصيل المعرفي لكرة اليد , وفريق العمل المساعد).

2-5 التجربة الاستطلاعية :

تم إجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2\3\2020 الموافق يوم الأربعاء على عينة من طالبات المرحلة الثانية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة والبالغ عددهم (5) طالبات وتم تحديد مستوى فريق العمل المساعد من خلالها وذلك لأن التجربة الاستطلاعية "تجربة مشابه ومصغرة للتجربة الرئيسية " (2 : 2010:47)

2-6 اختبارات البحث: تم إجراء الاختبارات لعينة البحث يوم 2\3\2020 الموافق يوم الأربعاء

الساعة التاسعة صباحاً في الملعب الخارجي لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات وبمساعدة فريق العمل المساعد تم توزيع مقياس اساليب التفكير كما موضح في ملحق (1) ومقياس التحصيل المعرفي موضح في ملحق (2) حيث أستغرق المقياس الأول (15 د) واستغرق المقياس الثاني (5د).

2-7 الوسائل الإحصائية : تم استخدام الوسائل الإحصائية المناسبة منها (الوسط الحسابي ,

والانحراف المعياري , والوسيط , ومعامل الارتباط البسيط بيرسون

3- عرض نتائج البحث ومناقشتها :

جدول (1)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
أساليب التفكير	درجة	269,841	2,756
المقياس المعرفي	درجة	22,59	4,38



تشير البيانات الموضحة في الجدول (1) بأن المتوسط الحسابي لمقياس أساليب التفكير بلغ (269,841) , وبلغ الانحراف المعياري لمقياس أساليب التفكير (2,756) أما الوسط الحسابي للمقياس المعرفي هو (22,59) وانحراف معياري (4,38) .

جدول (2)

يبين قيم معامل الارتباط بين أساليب التفكير والتحصيل المعرفي لكرة اليد لدى

عينة البحث

أساليب التفكير	قيمة ر المحسوبة	قيمة ر الجدولية *	الدلالة الإحصائية
التركيبى	0,654	0,422	معنوي
مثالي	0,683	0,422	معنوي
عملي	0,692	0,422	معنوي
تحليلي	0,748	0,422	معنوي
واقعي	0,738	0,422	معنوي

. تحت مستوى دلالة 0,05 ودرجة حرية 24

يبين الجدول رقم (2) أن قيمة معامل الارتباط المحسوبة بين أسلوب التفكير التركيبي والتحصيل المعرفي هو (0,654) وهي أكبر من قيمة معامل الارتباط الجدولية (0,422) وهي معنوية , كما أن قيمة ر المحسوبة بين أسلوب التفكير المثالي والتحصيل المعرفي هي (0,683) وهي أكبر من قيمة ر الجدولية البالغة (0,422) وهي معنوية , كما أن قيمة ر المحسوبة بين أسلوب التفكير العملي والتحصيل المعرفي هي (0,692) وهي أكبر من قيمة ر الجدولية البالغة (0,422) أيضا يوجد ارتباط معنوي , وكذلك أن قيمة ر المحسوبة بين أسلوب التفكير التحليلي والتحصيل المعرفي هي (0,748) أكبر من قيمة ر الجدولية البالغة (0,422) تدل على معنوية الارتباط , وأخيرا قيمة ر المحسوبة بين أسلوب التفكير الواقعي والتحصيل المعرفي (0,738) هي أكبر من قيمة ر الجدولية البالغة (0,422) أي توجد علاقة ارتباط معنوية وإيجابية لكل قيم أساليب التفكير مع التحصيل المعرفي .



4- الاستنتاجات والتوصيات :

الاستنتاجات:- هناك ارتباط قوي بين أساليب التفكير و التحصيل المعرفي للمهارات الأساسية بكرة اليد وتأثيره الإيجابي على النواحي النفسية والادراكية .

التوصيات : على مدرسات مادة كرة اليد الاعتماد على التصنيفات الحديثة للطلبات حسب طريقة التفكير أو حسب أنواع الذكاء لما له التأثير على المادة النظرية للفعالية الممارسة وقانونها وكذلك نوعية التمارين المستخدمة والابتعاد عن الطرق التقليدية بالممارسة , وكذلك ممكن تطبيق اساليب التفكير على عينات مختلفة.

المصادر:

1. مجدي عبد الكريم حبيب ، دراسات في أساليب التفكير ، (القاهرة ، مكتبة النهضة المصرية ، 1995) ، ص 12..
2. عبد العال عجوة ورضا ابو سريع ، قائمة اساليب التفكير ، (القاهرة ، الانجلو المصرية ، 1999) ، ص 15 .
3. جروان ، فتحي عبد الرحمن (2007) : تعليم التفكير مفاهيم وتطبيقات ، دار الفكر للطباعة والنشر ، عمان ، الأردن.
4. حازم علوان؛ إيجاد درجات معيارية للمهارات الأساسية في كرة اليد: (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية جامعة بغداد، 1990)، ص39.
5. صائب الالوسي، طلال الزغبى. تنمية التفكير الابتكاري، ط1، عمان، دار المنهل 2002.
6. فاخر عاقل. علم النفس، ط7، بيروت، دار العلم للملايس، 1981، ص660.
7. راضي الوقفي. مقدمة في علم النفس، ط3، عمان، دار الشروق للنشر والتوزيع، 1998،
8. عبد علي الجسماني. علم النفس وتطبيقاته التربوية والاجتماعية، بغداد، مطبعة الخلود، 1984
9. امينة ابراهيم شلي ، بروفايلات اساليب التفكير لطلاب التخصصات الاكاديمية المختلفة من المراحل الجامعية ، دراسة تحليلية مقارنة ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، المجلد 1 ، العدد 34 ، ص 87.

10. يوسف مراد. مبادئ علم النفس العام، ط5، القاهرة، دار المعارف، 1996، ص27

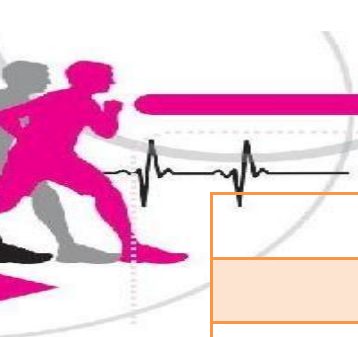
11. -Stein Gerty and Hanz Fedehoff 11؛ Handball : (Berlin, Sportverlag,1983)P7 (1)

12. Baron. Psychology, USA, by Allyn & Bacon, 2001 Fifth. Ed, p141

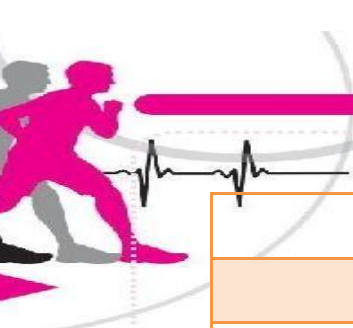
ملحق (1)

مقياس أساليب التفكير

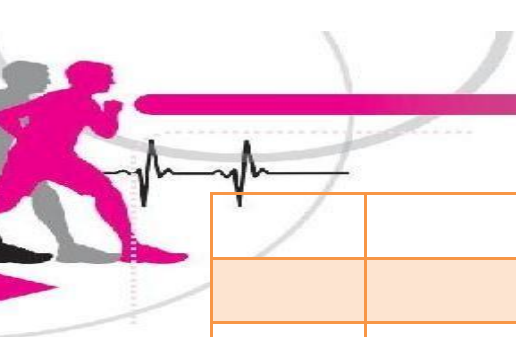
الترتيب	العبارات
	أ : عندما أسمع الناس يتحدثون عن فكرة. أميل إلى تفضيل الجانب الذي:
1	يُعرّف ويُحاول إنهاء النزاع.
2	يُعبّر بشكل أفضل عن الأفكار والقيم المتضمنة.
3	يُعبّر بشكل أفضل وجهة نظري وخبرتي الشخصية.
4	يحتوي الموقف بالمنطق والاتساق والاستقامة.
5	يُعبّر عن الفكرة بشكل فعّال ومختصر.
	ب : عندما أبدأ العمل في مشروع ما مع مجموعة، فأنا أهتم ب:
1	فهم أهداف وقيم المشروع.
2	اكتشاف أهداف وقيم أفراد المجموعة.
3	تحديد الخطوات التي يجب أن تتخذ لتنفيذ المشروع بفعالية.
4	فهم كم سيحقق المشروع أرباح لي وللآخرين.
5	تنظيم المشروع.
	ج : في الكلام بشكل عام، أنا أستوعب الأفكار الجديدة بشكل أفضل عن طريق:
1	ربطها بالأنشطة الحالية و المستقبلية.
2	تطبيقها في مواقف مجردة.
3	التركيز والتحليل الحذر.
4	فهم كيف أن هذه الأفكار الجديدة مشابهة للأفكار المعروفة.
5	مقارنتها بأفكار أخرى.
	د : بالنسبة لي المعلومات في أي كتاب أو تقرير هي عادة:
1	مهمة جدًا إذا أظهرت حقيقة النتائج.



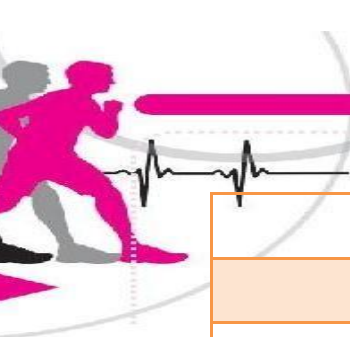
2	مهمة فقط لفحص دقة الحقائق.	
3	مفيدة، إذا دعت ووضحت من قبل المؤلف.	
4	مهمة فقط من حيث استخلاص النتائج منها.	
5	ليست أكثر أو أقل أهميه من المؤلف.	
هـ : إذا وضعت في موقع مسؤولية عن مشروع، من المحتمل أن أبدأ ب :		
1	محاولة معرفة مدى ملائمة المشروع من وجهة نظر خارجية.	
2	اتخاذ قرار كيف يتم المشروع بالوقت والمبلغ المتوفر .	
3	توقع النتائج المحتملة.	
4	تحديد ما إذا كان المشروع سينفذ أو لا.	
5	محاولة صياغة المشكلة بشكل كلي ما أمكن..	
و : إذا طلب مني جمع معلومات من الناس، سأفضل:		
1	تشكيل رأي خاص بالحقائق والقضايا، ومن ثم أسأل أسئلة محددة.	
2	عقد اجتماع مفتوح وأطلب منهم إعطاء وجهات نظرهم.	
3	مقابلتهم بمجموعات صغيرة وتوجيه أسئلة عامة لهم.	
4	اللقاء بشكل غير رسمي مع أناس مهمين، للحصول على افكارهم.	
5	اطلب منهم إعطائي معلوماتهم بشكل مكتوب.	
ز : من المحتمل أن أعتقد بأن شيء ما حقيقي:		
1	إذا كان مخالف للرأي المقابل.	
2	إذا تلاءم(تطابق) مع أشياء أخرى اعتقد أنها حقيقية.	
3	إذا أثبت انه جيد عن طريق الممارسة.	
4	إذا كان منطقيًا وعلميًا.	
5	إذا أمكن تحقيقه بشكل واقعي ملموس.	
ح : يمكن أن أشارك بشكل أكبر إذا طلب مني:		
1	تعريف أهداف وأغراض المشروع.	
2	تحديد الأولويات بين المشاريع المتنافسة.	
3	تحديد كيفية توفير الوقت والمال في المشروع.	
4	تحديد الآثار العملية المترتبة للمشروع.	



5	تحديد وتعيين المصادر اللازمة لتنفيذ مشروع.
ط : عندما أقرأ كتاب غير خيالي أعطي انتباه أكبر إلى:	
1	علاقة النتائج بخبراتي الخاصة.
2	ما إذا كانت التوصيات قابلة للتحقيق على أرض الواقع.
3	صلاحية النتائج المعززة بالبيانات.
4	فهم الكاتب للأهداف والأغراض.
5	المصادر التي اشتقت منها البيانات.
ي : عندما يكون لدي عمل أقوم به، فإنه أول شيء أريد معرفته هو:	
1	ما الأسلوب الأفضل لانجاز العمل ؟
2	من يريد انجاز العمل ومتى ؟
3	لماذا يستحق العمل القيام به ؟
4	ما تأثيره على الاعمال الاخرى المراد انجازها ؟
5	ما المصلحة الفورية من وراء القيام بهذا العمل ؟
ك : أنا عادة أتعلم أكثر حول كيفية القيام بشيء جديد عن طريق:	
1	فهم كيف يرتبط بأشياء أخرى اعرفها.
2	البدء بممارسته بالسرعة الممكنة.
3	الاستماع لوجهات نظر مختلفة حول كيفية القيام به.
4	أن يكون هناك من يرشدني على كيفية القيام به.
5	تحليل كيفية عمله بالطريقة الأفضل.
ل : إذا كنت في موضع اختبار ما أفضل أن يكون الاختبار عن طريق:	
1	أسئلة موضوعية (اختيار متعدد) موجهة حول الموضوع.
2	إجراء مناقشة مع آخرين تم فحصهم أيضا.
3	تقديم أو عرض شفوي يغطي ما اعرفه.
4	تقرير غير رسمي حول كيفية قيامي بتطبيق ما تعلمته.
5	تقرير مكتوب يغطي الخلفية، السؤال والأسلوب.
م : الناس الذين أحترم قدراتهم بشكل اكبر هم أقرب أن يكونوا من:	
1	الفلاسفة والمستشارين.
2	الكتاب والمعلمين.



	رجال الأعمال والقادة.	3
	الاقتصاديون والمهندسين.	4
	الصحفيين.	5
ن : عموماً أجد فكرة ما مفيدة إذا كانت:		
	تتناسب مع الأفكار التي تعلمتها وأطبقتها.	1
	توضح الأشياء لي بطريقة جديدة مؤثرة.	2
	تستطيع أن توضح عددًا من المواقف المرتبطة بشكل نظامي.	3
	توضح خبرتي الخاصة وملاحظاتي.	4
	قابلة للتطبيق العلمي والمجرد .	5
س : عندما يقدم احدهم توصية , أفضل أن يكون:		
	قد بين بوضوح الأهداف التي ستتحقق.	1
	قد بين بوضوح كيفية التوصية.	2
	قد بين كيف ستقوم التوصية بدعم الهدف الكلي.	3
	قد عزز التوصية وأرفقها بالبيانات وبخطة.	4
	قد أخذ في عين الاعتبار الإيجابيات والسلبيات.	5
ع : من المحتمل جدًا أن أقوم بقراءة كتاب حول موضوع غير مألوف بسبب:		
	اهتمامي بتحسين معرفتي الفنية.	1
	أنني أخبرت انه سيكون مفيدًا من قبل شخص احترمه.	2
	رغبة بالمعرفة أكثر حول كيف يفكر الآخرون.	3
	رغبة بإيجاد أفكار فيها تحدٍ لي.	4
	رغبة بتعلم الموضوع المحدد الذي سيفيدني.	5
ف : عندما أدخل في مشكلة لأول مرة يحتمل أن:		
	أحاول ربطها بمشكلة أو نظرية خارجية.	1
	أنظر في طرق للحصول على حل سريع للمشكل.	2
	أفكر في عدد من الطرق المختلفة لحلها.	3
	أبحث عن طرق قام الآخرون بحل المشكلة من خلالها.	4
	أحاول إيجاد الطرق الأفضل لحلها.	5
ص : عموماً أنا أكثر ميلاً إلى:		



1	إيجاد طرق العمل، واستخدامها حيث أمكن.
2	التنبؤ حول كيف تعمل الأنماط المختلفة معاً.
3	البحث عن النوعية بغض النظر عن الثمن.
4	التفتيش عن طرق جديدة لعمل الأشياء.
5	أكون غير راضٍ حتى أجد الطريقة الأفضل.

ملحق (2)

مقياس التحصيل المعرفي

يبين فقرات الاختبار المعرفي الخاص بالمهارات الحركية الأساسية بكرة اليد

اختاري الإجابة الصحيحة من بين الآتي:

- 1- تكون المهارة في كرة اليد هجومية عندما يكون اللاعب:
أ- مواجهاً لمرمى الخصم . ب- مستحوذاً على الكرة. ج- متسللاً بين صفوف الخصم.
- 2- تعتمد زيادة قدراتي على مسك الكرة والتصرف بها على:
أ- مجهودي العضلي والفكري . ب- قدرتي على التركيز والانتباه. ج- تدريبي الجيد.
- 3- عند قيامي بمسك الكرة فان مدة احتفاظي بها:
أ- ثلاث ثواني . ب- أربع ثواني . ج- خمسة ثواني.
- 4- يفضل أن تمسك الكرة أثناء اللعب ب:
أ- كلتا اليدين . ب- بيد واحدة . ج- الفقرتان معاً.
- 5- من النقاط الرئيسة المهمة في كافة أنواع استلام الكرة هي:
أ- مراقبة اللاعب للكرة . ب- ثني الذراعين أمام الكرة. ج- تطابق أصابع اليد باتجاه الكرة
- 6- يقصد بالكرة الواطئة كافة الكرات التي يكون مسار طيرانها:
أ- فوق مستوى الخصر . ب- تحت مستوى الخصر . ج- مع مستوى الخصر
- 7- تزداد قدرتي على إيقاف الكرة والسيطرة عليها عندما استخدم:
أ- قبضة اليد . ب- اليد المفتوحة . ج- اليد المضمومة.
- 8- يمكن تصنيف التمريرات في كرة اليد حسب:
أ- مسافتها . ب- دقتها . ج- سرعتها.
- 9- من أسباب شيوع استخدام تمريرة الدفع في كرة اليد الحديثة هي قدرتها على:



- أ- خداع الخصم . ب- سرعة نقل الكرة . ج- الففرتان معاً .
- 10- يكثر استعمال تمريرة التسلم للكرة في منطقة الـ:
أ- تسعة أمتار . ب- ستة أمتار . ج- جميع مناطق اللعب .
- 11- تعد مهارة التمير من فوق الرأس من أكثر الأنواع استعمالاً في المناولة:
أ- القصيرة . ب- الطويلة . ج- المتوسطة .
- 12- عند وصولي مرحلة متقدمة في التدريب أميل إلى استخدام مهارة التمير:
أ- مستوى الكتف . ب- خلف الظهر . ج- فوق الرأس .
- 13- تستعمل التميرة إلى الخلف بترك الكرة لـ:
أ- خداع الخصم وإيهامه بالتصويب . ب- الإعداد للهجوم السريع . ج- إعادة تنظيم الفريق
- 14- يكثر استخدام مهارة التمير من خلف الرأس من قبل لاعبي:
أ- خط الوسط . ب- الجناح . ج- المهاجمين الأماميين .
- 15- عند قيامي بأداء الطبطبة فان نظري يكون:
أ- مركزاً على الخصم . ب- مركزاً على الكرة . ج- موزعاً على الملعب
- 16- أن كل المهارات الهجومية في كرة اليد تصبح عديمة الفائدة اذا لم تتوج بمهارة:
أ- التمير الجيد للزميل . ب- استلام الزميل للكرة . ج- التصويب الدقيق نحو الهدف
- 17- من أنواع التصويب تبعاً لمسار الكرة هو:
أ- المرتد . ب- القريب . ج- الثابت .
- 18- يستخدم التصويب من القفز أماماً من قبل المهاجمين في:
أ- منطقة الـ (6) أمتار . ب- منطقة الـ (9) أمتار . ج- جميع مناطق اللعب .
- 19- يتأثر التصويب بعدة عوامل منها:
أ- زاوية التصويب . ب- طول مسافة التميرة . ج- توجيه الكرة المباشرة نحو حارس المرمى .
- 20- في وقفة الاستعداد الدفاعية يجعل اللاعب قدمه بمسافة تناسب مع:
أ- طوله . ب- مركز ثقله . ج- عرض صدره .
- 21- عند قيامي بالدفاع اعمل على إبعاد اللاعب المهاجم إلى:
أ- الأمام والخلف . ب- الجانبين . ج- إلى الخلف فقط .
- 22- أن اغلب المهاجمين يميلون بعد استلامهم الكرة إلى القطع إلى الداخل باتجاه:
أ- الوسط . ب- الأمام . ج- الجانب .



23- تعد مهارة قطع وتشيت الكرة من المهارات الدفاعية المهمة لأنها لا تحتاج درجة عالية من:
أ- النقل الحركي . ب- التوقع الحركي . ج- الوزن الحركي.

24- عند قيامي بالدفاع تجاه اللاعب المهاجم أضع في اعتباري:

أ- المسافة الدفاعية بيني وبينه . ب- قدرات الخصم الهجومية . ج- محاولة إبعاد الخصم إلى الخلف.

25- غالباً ما يستخدم التصويب الخلفي من قبل اللاعبين:

أ- الناشئين . ب- المتقدمين . ج- الناشئين والمتقدمين.

26- عند قيامي بتقدير الموقف الدفاعي للفريق يتحتم علي:

أ- التواجد أمام المهاجم مباشرة . ب- الوقوف بين المهاجم والهدف . ج- مساندة الزميل لمنع المهاجم من الحركة.

27- من أنواع التصويب المهمة تبعاً لوضع الذراع الرامية هو التصويب من:

أ- مستوى الركبة . ب- القفز (للأمام – للأعلى). ج- السقوط (للأمام – للجانب).

28- أميل دائماً إلى استخدام التصويب عالياً عندما أكون:

أ- مواجهاً للهدف . ب- قريب من منطقة ال (6) أمتار. ج- بعيداً عن مراقبة المدافعين

29- عند قيامي بتوجيه الكرة أثناء التصويب فأني غالباً ما استخدم:

أ- راحة اليد . ب- أصابع اليد . ج- رسغ اليد.

30- من المهارات الأساسية التي تتميز بصعوبة تعلمها هي مهارة:

أ- المراوغة والخداع . ب- التصويب . ج- دقة التمرير.

31- عند قيامي بالدفاع في المباراة فان من واجباتي هي:

أ- إعاقة التصويب . ب- متابعة الخصم . ج- انتزاع الكرة من الخصم.

32- يستخدم التصويب من فوق الكتف في حالة الهجوم:

أ- السريع . ب- الخاطف . ج- الفقرتان معاً.

33- اعتمد دائماً إلى قطع وتشيت الكرة كي أتمكن من:

أ- الانتقال من حالة الدفاع إلى الهجوم . ب- تقدير قدرة الفريق الدفاعية. ج- إفشال خطة الفريق الآخر.