



The Effect of Random-Style Skill Exercises on Female Handball Students' Performance of Some Basic Skills

Asst. Dr. Hassanein Sabah Baqer, Karar Muhammad Redha Abbas

1,2 University of Babylon, Student Activities Department, Iraq

* **Corresponding author, Email:** waledalawe@gmail.com

Research submission date: 10/03/2025

Publication date: 25/06/2025

Abstract

The importance of teaching handball skills to beginners is crucial for students to achieve a good level of learning. Being interested in handball, the researcher noted that there was a delay in performing basic skills among female students. Therefore, the researcher decided to use skill exercises using the "random" method as a method aimed at engaging all students in performance by moving from one exercise to the next, with each exercise containing more than one skill at a time. The aim of the research was to determine whether these exercises, using this method, had an impact on improving skill levels. The research aims to: Prepare skill exercises using the random method to help female students acquire some basic handball skills. The most important conclusions were: Repetition in performing skill exercises using the random method helped female students learn basic handball skills. Diversification in skill exercises using the random method helped female students learn basic handball skills. The random method was effective in acquiring basic handball skills for female students.

Keywords:

Skill exercises, random method, basic handball skills.



اثر تمارين مهارية بالأسلوب العشوائي في تعلم أداء بعض المهارات الأساسية للطلّابات بكرة اليد

م.د. حسنين صباح باقر ، م.م. كرار محمد رضا عباس

^{1,2} جامعة بابل ، قسم النشاطات الطلابية، العراق

*البريد الإلكتروني للمؤلف المراسل: waledalawe@gmail.com

تاريخ النشر/2025/06/25

تاريخ تسليم البحث /2025/03/10

الملخص

ان اهمية تعلم مهارات كرة اليد عند المبتدئين مهم جدا في الوصول بالطلّابة الى مستوى جيد من التعلم ، وقد لاحظ الباحث كونه مهتم بكرة اليد أن هنالك تلكؤ في أداء المهارات الاساسية لدى الطالّابات لذا ارتأى الباحث استخدام تمرينات مهارية بالأسلوب (العشوائي) كأسلوب يهدف على إشراك جميع الطالّابات في الأداء بانتقالهم من تمرين إلى آخر وكل تمرين يحتوي على أكثر من مهارة واحدة في الوقت نفسه ، ومعرفة ما إذا كان لهذه التمرينات بهذا الأسلوب من أثر في الارتقاء بالمستوى المهاري وهدف البحث إلى:

إعداد تمارين مهارية بالأسلوب العشوائي في اكتساب بعض المهارات الأساسية بكرة اليد للطلّابات. وكانت اهم الاستنتاجات هي: التكرار في أداء التمارين المهارية ومن خلال الأسلوب العشوائي ساعد على تعلم المهارات الأساسية بكرة اليد للطلّابات. أن التنوع في التمارين المهارية من خلال الأسلوب العشوائي ساعد على تعلم المهارات الأساسية بكرة اليد للطلّابات . أن الأسلوب العشوائي كان فعالاً في اكتساب المهارات الأساسية بكرة اليد للطلّابات .

الكلمات المفتاحية:

تمارين مهارية ،الأسلوب العشوائي ،المهارات الأساسية بكرة اليد .

1-1 المَقْدَمَة وأهمية البحث :

أن التطور العلمي الحديث تطرق الى جميع ميادين الحياة وبدأت التطبيقات العلمية تأخذ حيزاً واسعاً لخلق عالم متطور ومتجدد مستثمر بذلك جميع الأساليب والوسائل العلمية للوصول الى الأنجاز العلمي المتطور ومنها الألعاب الرياضية الجماعية ، ومن اهداف العملية التعلّيمية الاساسي لدرّوس التّربية الرياضية ، ولتحقيق ذلك يجب استخدام افضل الوسائِل والطُّرق مَصْحوبة بِدِرَاية كافية لِخَصَائِصِ وحاجيات وَمُيُولِ الْمُتَعَلِّمِينَ لِلْوُصُولِ الى نَتَائِجِ افضل .

وهناك تمارين عدة ومتنوعة ساعدت في اكتساب المهارات ومنها التمارين المهارية بالأسلوب العشوائي , والتي تقوم على أساس التنوع في المهارات وتكون من خلال تمارين مركبة يشترك بها عدد من اللاعبين وتحتوي أكثر من مهارة وتنفيذها أثناء الوحدة التدريبية.

وَلَعَبَةُ كُرّة أَلِيد هي مزيج المهارات للدفاعية والهجومية والاحتكاك، وان تعلم الطالبات لمهارات هذه اللعبة من خلال إعداد التمارين المناسبة بأساليب علمية حديثة لتعلم من مهارات وتحقيق نتائج مرضية المدرس.

وتكمن الأهمية العلمية للبحث من خلال التمرينات المهارية بالأسلوب (العشوائي) كأسلوب تعليمي لبعض المهارات الأساسية بكرة أَلِيد لِلطَّالِبَات لتكون أداة تستخدم من قبل المدرسين.

1-2 مشكلة البحث:

ان اهمية تعلم مهارات كرة اليد عند المبتدئين مهم جدا في الوصول بالطالبة الى مستوى جيد من التعلم ، وقد لاحظ الباحث كونه مهتم بكرة اليد أن هنالك تلكؤ في أداء المهارات الاساسية لدى الطالبات لذا ارتأى الباحث استخدام تمرينات مهارية بالأسلوب (العشوائي) كأسلوب يهدف على إشراك جميع الطالبات في الأداء بانتقالهم من تمرين إلى آخر وكل تمرين يحتوي على أكثر من مهارة واحدة في الوقت نفسه ، ومعرفة ما إذا كان لهذه التمرينات بهذا الأسلوب من أثر في الارتقاء بالمستوى المهاري .

3-1 هدف البحث :

1. إعداد تمارين مهارية بالأسلوب العشوائي في اكتساب بعض المهارات الأساسية بكرة أَلِيد لِلطَّالِبَات.
2. التعرف على تأثير التمارين المهارية بالأسلوب العشوائي في اكتساب بعض المهارات الأساسية بكرة أَلِيد للطالبات.

4-1 فرض البحث :

1. للتمارين المهارية بالأسلوب العشوائي الأفضلية في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة أَلِيد للطالبات.

5-1 مَجَالَاتُ الْبَحْثِ

1-5-1 الْمَجَالُ الْبَشَرِي : طالبات المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية – جامعة بابل للعام

2025 – 2024

2-5-1 مجال الزماني : 2024/10/20 إلى 2025/3/15

3-5-1 مَجَالُ الْمَكَانِي : القاعة المغلقة بجامعة بابل

3- منهجية البحث و إجراءاته الميدانية:

1-3 منهج البحث:

أستخدم ألباحث الْمَنْهَجَ التَّجْرِيْبِيَّ لِحَلِّ مُشْكَلَةِ الْبَحْثِ عَنْ طَرِيقِ تَصْمِيمِ مَجْمُوعَتَيْنِ مُتَكَافِئَتَيْنِ (تَجْرِيْبِيَّةٍ ، ضَابِطَةٍ) بِاخْتِيارِ الْقَبْلِيِّ وَالْبَعْدِيِّ .

2-3 مجتمع وعينة البحث:

تحدد مجتمع البحث بطالبات المرحلة الثَّانِيَّةِ كُليَّةِ التَّربِيَةِ البدنية وعلوم الرياضة بجامعة بابل للعام الدراسي 2024-2025م والْبَالِغِ عَدَدُهُنَّ (24) طالبة , تم اخْتِيارُ عَيْنَةٍ مكوّنة من (20) طالبة إذ قسموا لمجموعتين ضابطة وتجريبية .

1-3-3 وسائل جمع المعلومات :

1- الاستبانة ..المصادر والمراجع .

2-3-3 الأدوات والأجهزة:-

- ملعب.

- كرات عدد (20) .

- شريط لاصق ملون .

- شريط قياس بالسنتيمتر.

- أدوات مكتبية (أوراق , أقلام).

- آلة تصوير نوع (Canon) .

- اقراص (CD) عدد (4) .

- حاسبة لابتوب (dell) عدد (1).

- صافرة عدد(2).

- شريط لاصق عدد(4).

4-3 إجراءات البحث الميدانية

1-4-3 تحديد المهارات بكرة اليد:

تم الاعتماد على المهارات وفي ضوء مقررات المنهج الدراسي للمرحلة الثانية في الكورس الاول, والمهارات هي:

1- المناولة .

2- التصويب.

3- الطبطبة.

2-4-3 تحديد الاختبارات:

تم اختيار مجموعة من الاختبارات التي سبق وإن طبقت على عينة مشابهة للبحث الحالي , وحسب الجداول (1).

الجدول(1) يبين صلاحية الاختبارات

ت	الاختبارات	الصلاحية		2 ك المحسوبة	الدالة
		لا يصلح	يصلح		
1	المناولة من مستوى الرأس على شكل بيضوي مرسوم على حائط لمدة (30) ثانية, ومن مسافة 3م	9	0	9	معنوي
2	مناولة الدفع للجانب	2	7	2.77	غير معنوي
3	دقة التصويب من مسافة 9م	4	5	0.11	غير معنوي
4	دقة التصويب بكرة اليد من مسافة 8م	9	0	9	معنوي
5	الطبطبة المتعرجة بين الشواخص لمسافة 30م	9	0	9	معنوي
6	الطبطبة المستقيمة لمسافة 15م	5	4	0.11	غير معنوي

3-5 التجربة الاستطلاعية : تمت بتاريخ 25 / 10 / 2024، الساعة التاسعة صباحاً، التجربة على (4) طالبات وبعد مرور 4 أيام تم إعادة التجربة على نفس الطالبات بتاريخ (2024/10/29), واخرجت بنتائج عدة أهمها:-

1-التعليمات كانت واضحة للطالبات.

2-ظروف الاختبار كانت جيدة.

3-الوقت كان مناسب لأجراء الاختبارات.

7-3 الاختبار القبلي : أجريت الاختبارات على العينة بتاريخ 30 / 10 / 2024 , في الملعب الخاص باللعبة.

1-7-3 إجراءات تجانس العينة وتكافؤ مجموعتي البحث:

استخدام اختبار (Leven) للتجانس و اختبار (t-test) للتكافؤ مجموعتي البحث وكما مبين بالجدول (3).

جدول (3) يبين تجانس العينة وتكافؤها

المتغيرات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		تج		تكا		المعنوية
	الوسيط	الانحراف	الوسيط	الانحراف	f ليفين	مستوى الدلالة	t المحسوبة	مستوى الدلالة	
المناولة من مستوى الرأس لمدة (30) ثا	12.28	1.38	12.57	1.39	0.24	0.672	1.16	0.281	غير معنوي
دقة التصويب بكرة اليد من مسافة 8م	10.42	0.55	9.71	0.95	1.11	0.315	0.72	0.366	غير معنوي
الطبطبة المتعرجة بين الشواخص لمسافة 30م	8.57	0.43	8.89	0.53	0.29	0.630	0.60	0.336	غير معنوي

3 - 8 تطبيق التمارين المهارية بالأسلوب العشوائي :

تم تطبيق التمرينات في النشاط التطبيقي وكانت مدته (24 د) , مقسم إلى ثلاث محطات لكل محطة (8) دقائق , وبذلك بلغ عدد التمرينات التي أعدها الباحث (8) تمرينات لكل مجموعة طبق كل تمرين في وحدتين تعليميتين , وقد استمر تطبيق التمارين لمدة (8) أسابيع, وبذلك بلغ عدد الوحدات التعليمية (16) وحدة . وقد بدء الباحث بتطبيق التمرينات 2024/11/2 وانتهى الباحث من تطبيق آخر وحدة تعليمية بتاريخ 2025/1/3.

جدول (4) تقسيم الوحدة التعليمية والنسب المئوية

النسب	مج	الوقت	الأقسام	
4,44 %	32 د	2 د	الاحماء العام والخاص	القسم الإعدادي
6,66 %	48 د	3 د		
11,11 %	80 د	5 د		
13,33 %	96 د	6 د	انشطبة	القسم الرئيسي

53,33 %	384 د	24 د	انشطة	القسم الختامي
6,66 %	48 د	3 د	لعبة صغيرة	
4,44 %	32 د	2 د	تمارين تهدئة	
100 %	720 د	45 دقيقة	المجموع	

3- 9 الاختبارات البعدية :

تم إجراءها بتاريخ 4 / 1 / 2025 في تمام 9 صباحاً . وثبتت الظروف نفسها التي استخدمت في الاختبار القبلي.

3- 9 الوسائل الإحصائية :

تمت عن طريق نظام (SPSS) .

4-1 عرضها النتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة وتحليلها:

الجدول (5) يبين (الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة t لمجموعة ضابطة)

نوع الدلالة	SIG	قيمة t المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المجموعة المتغيرات
			ع	س	ع	س	
معنوي	0.000	9.11	0.74	17.72	1.38	12.28	المناولة من مستوى الرأس لمدة (30) ثا
معنوي	0.000	6.88	1.28	15	0.55	10.42	دقة التصويب بكرة اليد من مسافة 8م
معنوي	0.000	7.12	1.10	13.21	0.43	8.57	الطبطبة متعرجة

4-2 عرضها النتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية وتحليلها:

الجدول (6) يبين (لوسط حسابي وانحراف معياري وقيمة t لمجموعة تجريبية)

نوع الدلالة	SIG	قيمة t المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المجموعة المتغيرات
			ع	س	ع	س	
معنوي	0.000	8.09	1.14	19.29	1.39	12.57	المناولة من مستوى الرأس لمدة (30) ثا
معنوي	0.000	11.12	0.55	18.58	0.95	9.71	دقة التصويب بكرة اليد من مسافة 8م
معنوي	0.000	8.15	0.45	14.72	0.53	8.89	الطبطبة متعرجة

3-4 عرضها النتائج الاختبارات أَلْبَعْدِيَّةَ للمجموعة التَّجْرِبِيَّةَ والظابطة وتَحْلِيلُهَا:

الجدول (7) يبين (لوسط حسابي وأنحراف معياري وقيمة t لمجموعة ضابطة ، تجريبية)

نوع الدلالة	SIG	قيمة t المحسوبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المجموعة المتغيرات
			ع	س	ع	س	
معنوي	0.000	3.22	1.14	19.29	0.74	17.72	المناولة من مستوى الرأس لمدة (30) ثا
معنوي	0.000	2.58	0.55	18.58	1.28	15	دقة التصويب بكرة اليد من مسافة 8م
معنوي	0.000	3.29	0.45	14.72	1.10	13.21	الطبطة متعرجة

4-4 مناقشة لنتائج :

من الجدول السابقة هنالك فروقا بين الاختبارات القبليّة والبعدية وللمجموعة الضابطة، ويعزو الباحث سبب هذه النتائج تؤكد القدرة العالية للمنهج التعليمي بالتمرين العشوائي في تعلم مستوى الأداء وعمل على الارتقاء في الجانب المهاري لأفراد عينة البحث ، ويرى الباحث ان التقدم الحاصل في نسب التطور لمجموع المهارات قيد الدراسة أدى بشكل واضح الى تطور الأداء المهاري للاعبة وهذا ان دل على شيء فانه يدل على قدرة المنهج التعليمي المقترح في تطوير المهارات الأساسية كما أسلفنا وهذا يتطابق مع ما ذهب اليه (انغام السليطين 2024) بقوله من الممكن دمج كل من التمرين العشوائي وتوحيدها لإنتاج اكتساب تعليمي ذات مدى ابعد وهذا يكون بسبب ان المتعلمين الذين يتمرنون على عدة اختلافات في الحركة الواحدة وبنظام عشوائي يكونون اقدر على توليد حجم مختلف للمقياس (البرنامج) قبل كل محاولة حركية ولذلك فأنهم يبرزون قابلية متنامية باختيار أحجام المقاييس وفي هكذا نظام للجدولة فان الأشخاص يكتسبون أحيانا تجارب ضخمة في التعلم عنه فيما اذا تمت المحاولة على كل أسلوب لوحده. والى ذلك يشير ظافر هاشم بقوله " بأن التداخل في الأساليب التعليمية وطرائقها يزيد من خبرة المتعلم ويسد متطلبات الدرس واحتياجات المتعلم ويتوصل الى تطور منظور المتعلم وزيادة تمكنه من السيطرة على الأداء وتغييراته " ويتمشى مع ما ذكره (وينج ارنوف) نقلا عن مصطفى بقوله " ان من فوائد جدولة التمرين هو جعل المعلومات المكتسبة نشيطة في أثناء تعلم المهارات الحركية .

ويرى الباحث ان من الأمور الأساسية لحدوث التعلم بالشكل المناسب هو الاهتمام عند إعداد التمارين بالمستوى العمري لعينة البحث , وقد راعى الباحث ذلك في إعداد التمارين مهارية بالأسلوب العشوائي بالترتيب من السهل إلى الصعب بما يتناسب وعينة بحثه , مما ساعد في زيادة ثقة اللاعبين بأدائهم , ويؤكد (أحلام السراج 2024) " إن المهارات الأساسية لا يحكمها الضبط التكتيكي فقط بل هناك أكثر من عامل يساهم في اكمال قدرة اللاعب على الأداء الصحيح ومن هذه العوامل الحالة النفسية متمثلة في الثقة بالنفس والقدرة على اتخاذ القرار والقدرات الذهنية والإدراكية الأخرى .

كما إن للتغذية الراجعة التي قام بها المدرس أثناء تنفيذ التمارين لاختيار الوقت المناسب لأداء المهارة , إذ يؤكد (مصطفى الطفيلي 2023) " إن الأداء الناجح يحتاج إلى الدقة في اختيار الوقت المناسب والتركيز أثناء الأداء .

فضلا عما تقدم فإن الباحث يود الإشارة الى ان التعلم الحاصل لأفراد المجموعة التجريبية هناك دور للتطبيق والتنظيم السليم لمفردات البرنامج التعليمي إذ أن عملية تنظيم الدرس تؤدي دورا مؤثراً في تطوير مستوى الأداء الذي ينسجم مع قابليات الطالبات، فمن خلال الإعداد الجيد لمكان التدريب والمستلزمات الضرورية له سوف نحصل على النتائج الإيجابية في عملية فهم وتطوير المستوى المهاري للطالبات، لانه " للتمرين المنظم والعلمي المدروس تأثيراً كبيراً في نتائج الاختبارات .

5 – الاستنتاجات والتوصيات :

5 – 1 الاستنتاجات :

- 1- التكرار في أداء التمارين مهارية ومن خلال الأسلوب العشوائي ساعد على تعلم المهارات الأساسية بكرة اليد للطالبات .
- 2- أن التنوع في التمارين مهارية من خلال الأسلوب العشوائي ساعد على تعلم المهارات الأساسية بكرة اليد للطالبات .
- 3- أن الأسلوب العشوائي كان فعالاً في اكتساب المهارات الأساسية بكرة اليد للطالبات .
- 4- أن التمارين مهارية والتي نفذت بالأسلوب العشوائي ساهمت في زيادة التشويق مما ساهمت في عملية تعلم المهارات.

5 – 2 التوصيات :

1. اختبار التمارين الملائمة للطالبات وإمكانياتهن والتنوع فيها من أجل زيادة ميول الطالبة نحو الأداء .
2. اعتماد الأسلوب العشوائي في الوحدات التعليمية في اكتساب المهارات لألعاب رياضية أخرى .
3. تطبيق التمرينات مهارية والأسلوب العشوائي مع فئات عمرية مختلفة وللجنسين ولألعاب رياضية مختلفة .

المصادر والمراجع

- انغام عبد الغفار السليطين: تطورات العلم الحركي، الجزائر، دار أبو حمدان للطباعة، 2024.
- أحلام عبد الحافظ السراج ؛ التعلم الحركي الابداعي , ط1 : عمان , دار العريش للطباعة ، 2023.
- ظافر هاشم الكاظمي . الأسلوب التدريسي المتداخل وتأثيره في التعلم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة التنس ، اطروحة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2002 م .
- محسن علي نصيف . منهج تدريبي مقترح لتطوير بعض الصفات البدنية الخاصة باختبارات كوبر للحكام بكرة القدم ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2000 م .
- مصطفى احمد الطفيلي: اساسيات كرة اليد ؛ ط1 : ليبيا , دار الحصون للطباعة , (2023).
- مصطفى محمد الفار . الدليل إلى صعوبات التعلم ، ط1 ، دار يافا ، 2003 م.