**جامعة محمد خيضر – بسكرة –**

**معهد علوم وتقنيات النشاطات**

**البدنية والرياضية**

**أطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه الطور الثالث**

**في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية**

**تخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي**

# أثر وحدات التعليمية في تحسين بعض المهارات الحركية في كرة اليد لدى تلاميذ الطور المتوسط

**دراسة ميدانية على مستوى بعض متوسطات بلدية بسكرة (متوسطة الإخوة قروف – متوسطة زاغز جلول)**

**إعداد:**

– عبد النور خلاف

**تحت إشراف:**

– مراد خليل

**اللجنة المناقشة**

| الاسم واللقب | الرتبة | الجامعة | الصفة |
|---|---|---|---|
| حميد دشري | أستاذ الدكتور | محمد خيضر بسكرة | رئيسا |
| مراد خليل | أستاذ دكتور | محمد خيضر بسكرة | مشرفا ومقررا |
| أحمد لزنك | أستاذ دكتور | محمد خيضر بسكرة | عضوا مناقشا |
| جمال بغقول | أستاذ محاضر أ | محمد خيضر بسكرة | عضوا مناقشا |
| سمير مرزوقي | أستاذ محاضر أ | محمد بوضياف مسيلة | عضوا مناقشا |
| فاطمة الزهراء زيدان | أستاذ محاضر أ | أكلي محند اولحاج البويرة | عضوا مناقشا |

**السنة الجامعية:** 2023 – 2024

**جامعة محمد خيضر – بسكرة –**

**معهد علوم وتقنيات النشاطات**

**البدنية والرياضية**

**أطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه الطور الثالث**

**في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية**

**تخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي**

# أثر وحدات التعليمية في تحسين بعض المهارات الحركية في كرة اليد لدى تلاميذ الطور المتوسط

**دراسة ميدانية على مستوى بعض متوسطات بلدية بسكرة (متوسطة الإخوة قروف – متوسطة زاغز جلول)**

**إعداد:**

– عبد النور خلاف

**تحت إشراف:**

– مراد خليل

**اللجنة المناقشة**

| الاسم واللقب | الرتبة | الجامعة | الصفة |
|---|---|---|---|
| حميد دشري | أستاذ الدكتور | محمد خيضر بسكرة | رئيسا |
| مراد خليل | أستاذ دكتور | محمد خيضر بسكرة | مشرفا ومقررا |
| أحمد لزنك | أستاذ دكتور | محمد خيضر بسكرة | عضوا مناقشا |
| جمال بغقول | أستاذ محاضر أ | محمد خيضر بسكرة | عضوا مناقشا |
| سمير مرزوقي | أستاذ محاضر أ | محمد بوضياف مسيلة | عضوا مناقشا |
| فاطمة الزهراء زيدان | أستاذ محاضر أ | أكلي محند اولحاج البويرة | عضوا مناقشا |

**السنة الجامعية:** 2023 – 2024

بسم الله الرحمن الرحيم

قال الله تعالى:

﴿أُبَلِّغُكُمْ رِسَالَاتِ رَبِّي وَأَنصَحُ لَكُمْ وَأَعْلَمُ مِنَ اللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ﴾

**[سورة الأعراف، الآية 62]**

# شكر وعرفان

الحمد والشكر لله الحي القيوم أولا وأخيرا وامتثالا لقوله صلى الله عليه وسلم:

«مَنْ لَا يَشْكُرْ النَّاسَ لَا يَشْكُرْ الله»

نتوجه بجزيل الشكر وجميل العرفان للأستاذ مراد خليل

الذي تكرم بقبول الإشراف على هذه الأطروحة وعلى جميع التوجيهات

والملاحظات والنصائح التي قدمها لنا طيلة مشوار إعدادنا لها

كما لا يفوتنا أن نتقدم بوافر التقدير والاحترام لأعضاء اللجنة المحترمين

على عناء قراءة الأطروحة وقبولها وتصويبها

وكذلك نتقدم بخالص الشكر إلى كل من درسنا من أساتذة معهد

علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

بجامعة محمد خيضر ببسكرة وجزاهم الله كل خير

وفي الأخير نشكل كل من قدم لنا يد العون والمساعدة من قريب أو من بعيد

ونسأله عز وجل أن يجعل سعيهم في ميزان حسناتهم

# الإهداء

إذا كان الإهداء جزءًا من الوفاء، فإلى الذي لا يطيب الليل إلا بشكره، ولا يطيب النهار إلا بطاعته ولا تطيب اللحظات إلى بذكره، المولى سبحانه وتعالى.

إلى من بلغ الرسالة وأدى الأمانة ونصح الأمة، إلى الحبيب المصطفى خير خلق الله محمد صلى الله عليه وسلم.

لكل عمل نهاية وبداية عملي كان برضاهما ودعائمهما، فكانت ثمرة هذا الدعاء توفيق الله لي في ختام مشواري الدراسي بهذه الأطروحة:

إلى من تعبت تسعًا وبعد التسع سهرت ليالٍ طوال حتى أكبر وأصبح ما أنا عليه اليوم، إليك يا ضياء قلبي ونور عيناي أمي أطال الله في عمرك.

إلى من أثقلت الحياة كتفيه وكافح حتى أكبر وأنجح، قدوتي في العمل الشريف قدوتي في الكرامة والنزاهة والدي رحمه الله وأسكنه فسيح جناته.

إلى من أستقي منهن الحنان أخواتي المؤنسات الغاليات.

إلى من اعتبرهم مصدر قوةٍ لي وسند في محنتي بالدنيا إخوتي.

إلى من لم تلدهم أمي وكانوا إخوةً لي أصدقائي من داخل الجامعة وخارجها.

إلى أساتذتنا المحترمين.

وبكل حب أهدي هذا العمل لتلاميذ وأساتذة وجميع العاملين بمتوسطة الإخوة قروف (وخاصة تلاميذ السنة الثالثة) وكذلك متوسطة زاغز جلول (تلاميذ السنة الرابعة)، الذين تحملوا معي مشاق التجربة الميدانية.

إلى من قدم لي يد المساعدة في إنجاز هذه الأطروحة.

**خلاف عبد النور**

## ملخص دراسة

أثر الوحدات التعليمية المقترحة في تحسين بعض المهارات في كرة اليد لدى تلاميذ طور المتوسط
دراسة ميدانية في بعض متوسطات بلدية بسكرة (متوسطة الإخوة قروف – متوسطة زاغز جلول)
**دراسة مقدمة ضمن متطلبات الحصول على درجة الدكتوراه ل. م. د تخصص النشاط الرياضي التربوي**


هدفت دراستنا إلى تسليط الضوء على مدى أهمية الوحدات التعليمية المقترحة ضمن البرنامج التعليمي الموجه لفائدة التلاميذ، وذلك من ناحية تعليمهم مهارات رياضة كرة اليد، ونقصد بذلك مهارة المناولة وتنطيط الكرة وتسديدها، وبالتالي الإجابة عن سؤال إن كانت تلك الوحدات تمكنهم من تعلم تلك المهارات من عدم ذلك.

وقد شملت دراستنا عينة تجريبية تتمثل في تلاميذ المرحلة المتوسطة (السنة الثالثة والرابعة من متوسطة الإخوة قروف ومتوسطة زاغز جلول) والبالغ عددهم إجمالًا 140 تلميذ، وقد ارتأينا أن نختار منهم 24 تلميذ مقسمة بالتساوي بين السنة الثالثة والرابعة، وكل مستوى به 06 تلاميذ ذكور و06 تلميذات إناث، إذ اعتمدنا أن يكون اختيارنا عشوائيًا، كما استبعدنا وجود لاعبين في نوادي رياضية وتلاميذ مرضى بشكل مزمن لا يخدم الدراسة.

أجرينا دراستنا سواءٌ التطبيقية بمساعدة فريق العمل، وطيلة فترة الشهرين عمدنا إلى تلقين هؤلاء التلاميذ تلك المهارات وفق وحدات مقترحة من قبل مختصين وخبراء ومحكمين، وبعدها قسمنا النتائج المتحصل عليها بين نتائج خاصة بالدراسة الاستطلاعية ونتائج قبلية وأخرى بعدية وأجرينا عليها المعالجة الإحصائية فوجدنا أن تلك الوحدات تؤثر على تعلم مهارتي المناولة والتصويب بينما لا تخدم غاية تعلم مهارة تنطيط الكرة، ووصلنا كذلك في الأخير اقتراح جملة من التوصيات التي نراها كفيلة بأن تعالج هذه المشكلة وتخدم هذه الرياضة ومستقبلها في المدارس.

## Abstract :

Our study aimed to shed light on the importance of the proposed instructional units within the educational program designed for the benefit of students. This focused on teaching them handball skills, including ball handling, bouncing, and shooting. The objective was to answer whether these units enable them to learn these skills or not.

Our study included a sample of middle school students (third and fourth years of Al-Ikhwa Guerouf and Zaghez Jalloul Schools), totaling 140 students. We chose 24 students evenly distributed between the third and fourth years, with each level having 6 male and 6 female students. Our selection was random, and we excluded athletes from sports clubs and students with chronic illnesses that could hinder their participation.

We conducted our study through practical application with the assistance of a working team. Over the course of two months, we taught these students the specified skills using units proposed by specialists, experts, and evaluators. We then divided the obtained results into survey-related, preliminary, and final results. Statistical analysis revealed that these units positively influenced the learning of ball handling and shooting skills but did not contribute significantly to learning ball bouncing skills. Finally, we formulated a set of recommendations aimed at addressing this issue and enhancing the future of handball in schools.

# الفهرس

## فهرس المحتويات


| العنوان | الصفحة |
|---|---|
| الواجهة | |
| البسملة | |
| الآية القرآنية | |
| الشكر والعرفان | |
| الإهداء | |
| ملخص الدراسة | |
| Abstract | |
| فهرس المحتويات | II |
| فهرس الجداول | VII |
| فهرس الأشكال والرسومات التوضيحية | IX |
| فهرس الملاحق | X |
| مقدمة | 02 |
| **الجانب التمهيدي** | |
| **1**- إشكالية الدراسة | 06 |
| **2**- الفرضيات | 07 |
| **2-1**- الفرضية العامة | 07 |
| **2-2**- الفرضيات الجزئية | 07 |
| **3**- أسباب اختيار الموضوع | 07 |
| **3-1**- أسباب ذاتية | 07 |
| **3-2**- أسباب موضوعية | 07 |
| **4**- أهمية الدراسة | 07 |
| **5**- أهداف الدراسة | 08 |
| **6**- مصطلحات الدراسة | 08 |
| **6-1**- كرة اليد | 08 |

| | |
|---|---|
| **6-2-** المهارات الحركية | 09 |
| **6-3-** التنطيط | 10 |
| **7-** الدراسات السابقة | 10 |
| **8-** التعليق على الدراسات السابقة | 12 |
| **الجانب النظري** | |
| **الفصل الأول: التربية البدنية والرياضية والوحدات التعليمية** | |
| **تمهيد** | 15 |
| **المبحث الأول:** التربية البدنية | 16 |
| **المطلب الأول:** مفهوم التربية البدنية والرياضية | 16 |
| **المطلب الثاني:** أهمية حصة التربية البدنية والرياضية | 18 |
| **المطلب الثالث:** أهداف حصة التربية البدنية والرياضية | 19 |
| **المبحث الثاني:** الوحدات التعليمية | 21 |
| **المطلب الأول:** تعريف الوحدات التعليمية | 21 |
| **المطلب الثاني:** أنواع الوحدات التعليمية | 23 |
| **المطلب الثالث:** خطوات الوحدة التعليمية | 24 |
| **المبحث الثالث:** الوحدات التعليمية في هذه الدراسة وخطوات بنائها وتطبيقها | 28 |
| **المطلب الأول:** العينة | 28 |
| **المطلب الثاني:** خطوات بناء الوحدات التعليمية المقترحة في هذه الدراسة | 29 |
| **المطلب الثالث:** محتوى الوحدات التعليمية وكيفية تطبيقها | 29 |
| **أولا:** محتوى الوحدات التعليمية | 29 |
| **ثانيا:** كيفية تطبيق محتوى الوحدات التعليمية | 30 |
| **خلاصة الفصل الأول** | 31 |
| **الفصل الثاني: كرة اليد والمهارات الحركية** | |
| **تمهيد** | 33 |
| **المبحث الأول:** مدخل إلى كرة اليد | 34 |
| **المطلب الأول:** مفهوم كرة اليد | 34 |

| | |
|---|---|
| **المطلب الثاني:** نبذة عن تاريخ كرة اليد | 36 |
| **المطلب الثالث:** قوانين رياضة كرة اليد | 40 |
| **المبحث الثاني:** المهارات الحركية في كرة اليد | 43 |
| **المطلب الأول:** مفهوم المهارات الحركية وخصائصها | 43 |
| **أولا:** مفهوم المهارات الحركية | 43 |
| **ثانيا:** خصائص المهارات الحركية | 45 |
| **المطلب الثاني:** أنواع المهارات الحركية في كرة اليد | 46 |
| **أولا:** المهارات الهجومية | 46 |
| **ثانيا:** المهارات الدفاعية | 51 |
| **ثالثا:** المتطلبات المهارية لحارس المرمى | 52 |
| **المطلب الثالث:** مراحل تعلم المهارات الحركية في كرة اليد | 54 |
| **خلاصة الفصل الثاني** | 56 |
| **الفصل الثالث: المراهقة وطور المتوسط** | |
| **تمهيد** | 58 |
| **المبحث الأول:** ماهية المراهقة | 59 |
| **المطلب الأول:** مفهوم المراهقة | 59 |
| **المطلب الثاني:** مراحل المراهقة | 60 |
| **المطلب الثالث:** أهمية المراهقة | 61 |
| **المبحث الثاني:** ماهية مرحلة التعليم المتوسط | 62 |
| **المطلب الأول:** تعريف التعليم المتوسط | 62 |
| **المطلب الثاني:** تنظيم التعليم المتوسط | 64 |
| **المطلب الثالث:** أهداف التعليم المتوسط | 64 |
| **خلاصة الفصل الثالث** | 66 |

| الجانب التطبيقي | |
|---|---|
| **الفصل الأول: الطرق المنهجية للدراسة** | |
| **تمهيد** | 69 |
| **أولا:** منهج البحث | 70 |
| **1-** تعريف منهج البحث | 70 |
| **2-** عينة البحث | 70 |
| **3-** مجال البحث | 71 |
| **4-** إجراءات البحث الميدانية | 72 |
| **4-1-** إجراء تكافؤ أفراد العينة | 72 |
| **4-2-** تحديد اختبارات كرة اليد | 75 |
| **4-3-** تحديد المهارات الأساسية المرشحة للتطبيق | 75 |
| **5-** الدراسة الاستطلاعية | 76 |
| **6-** حساب الصدق والثبات والموضوعية | 77 |
| **6-1-** حساب صدق الاختبار | 77 |
| **6-2-** حساب ثبات الاختبار | 77 |
| **6-3-** التأكد من التوزيع الطبيعي لعينات الدراسة | 79 |
| **6-4-** موضوعية الاختبار | 81 |
| **7-** أدوات الدراسة | 81 |
| **8-** اختبارات الدراسة | 82 |
| **8-1-** تمرير السوطية | 82 |
| **8-2-** تمرير تنطيط الكرة لمسافة 22م | 83 |
| **8-3-** التصويب على المربعات المتداخلة | 84 |
| **9-** تحديد وضبط متغيرات الدراسة | 85 |
| **10-** خطوات إعداد البرنامج التعليمي | 89 |
| **11-** الاختبارات القبلية | 90 |
| **12-** الاختبارات البعدية | 90 |

| | |
|---|---|
| **خلاصة الفصل الأول** | 92 |
| **الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج** | |
| **تمهيد** | 94 |
| **أولا:** عرض وتحليل النتائج | 95 |
| **1**- عرض وتحليل فروق نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لتلاميذ المستوى المتوسط | 95 |
| **2**- عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية لتلاميذ المستوى المتوسط | 100 |
| **ثانيا:** مناقشة النتائج | 103 |
| **1**- مناقشة نتائج الفرضية الأولى | 103 |
| **2**- مناقشة نتائج الفرضية الثانية | 103 |
| **3**- مناقشة نتائج الفرضية الثالثة | 104 |
| **الفصل الثالث: الاستنتاجات والتوصيات** | |
| **تمهيد** | 106 |
| **أولا:** الاستنتاجات | 106 |
| **ثانيا:** التوصيات | 107 |
| الخاتمة | 109 |
| قائمة المصادر والمراجع | 112 |

## فهرس الجداول


| | عنوان الجدول | الصفحة |
|---|---|---|
| 01 | البطولات التي شاركت فيها الجزائر وعدد الميداليات المتحصلة عليها | 37 |
| 02 | أهم المشاركات الجزائرية في البطولات العالمية لكرة اليد | 38 |
| 03 | إنجازات المنتخب الجزائري في البطولات الإفريقية | 39 |
| 04 | النصوص القانونية التي تحكم رياضة كرة اليد | 40 |
| 05 | عدد أفراد العينة | 71 |
| 06 | مدى تكافؤ أفراد العينة (تلاميذ السنة الثالثة متوسط) في متغيرات: السن والطول والوزن | 72 |
| 07 | مدى تكافؤ أفراد العينة (تلاميذ السنة الرابعة متوسط) في متغيرات: السن والطول والوزن | 74 |
| 08 | صدق وثبات اختبارات كرة اليد المختارة من قبل الأساتذة الخبراء المطبقة على تلاميذ السنة الثالثة متوسط | 78 |
| 09 | صدق وثبات كل اختبار من اختبارات كرة اليد المختارة من قبل الأساتذة الخبراء على حدى والمطبقة على تلاميذ السنة الثالثة متوسط | 78 |
| 10 | صدق وثبات اختبارات كرة اليد المختارة من قبل الأساتذة الخبراء والمطبقة على تلاميذ السنة الرابعة متوسط | 78 |
| 11 | صدق وثبات كل اختبار من اختبارات كرة اليد المختارة من قبل الأساتذة الخبراء على حدى والمطبقة على تلاميذ السنة الرابعة متوسط | 79 |
| 12 | نتائج اختبار التوزيع الطبيعي لعينات الدراسة الاستطلاعية (تلاميذ السنة الثالثة متوسط) | 79 |
| 13 | نتائج اختبار التوزيع الطبيعي لعينات الدراسة الاستطلاعية (تلاميذ السنة الرابعة متوسط) | 80 |
| 14 | مدى تكافؤ أفراد العينة (تلاميذ السنة الثالثة متوسط) في الاختبارات | 87 |
| 15 | مدى تكافؤ أفراد العينة (تلاميذ السنة الرابعة متوسط) في الاختبارات | 88 |
| 16 | أقسام الوحدات الطبيعية | 90 |

| | | |
|---|---|---|
| 17 | نتائج الاختبارات القبلية لاختبارات كرة اليد لتلاميذ السنة الثالثة متوسط | 95 |
| 18 | نتائج الاختبارات البعدية لاختبارات كرة اليد لتلاميذ السنة الثالثة متوسط | 95 |
| 19 | نتائج الاختبارات القبلية لاختبارات كرة اليد لتلاميذ السنة الرابعة متوسط | 98 |
| 20 | نتائج الاختبارات البعدية لاختبارات كرة اليد لتلاميذ السنة الرابعة متوسط | 98 |
| 21 | تحليل التباين بين تلاميذ السنة الثالثة متوسط | 101 |
| 22 | تحليل التباين بين تلاميذ السنة الرابعة متوسط | 102 |

## فهرس الأشكال والرسومات التوضيحية


| | العنوان | الصفحة |
|---|---|---|
| 01 | مجموعة النشاطات والألعاب الرياضية التي تُمارس في إطار عملية التربية البدنية والرياضية | 18 |
| 02 | تلاميذ يمارسون نشاط رياضي مدرسي رفقة معلمهم | 23 |
| 03 | أنواع الوحدات التعليمية | 24 |
| 04 | خطوات الوحدة التعليمية | 27 |
| 05 | المقصود بعينة الدراسة (التلاميذ الممارسين لرياضة كرة اليد) | 28 |
| 06 | بعض المهارات الحركية في رياضة كرة اليد | 44 |
| 07 | صورة توضيحية لإمساك لاعب لكرة اليد | 46 |
| 08 | صورة توضيحية لكيفية استلام الكرة | 47 |
| 09 | صورة توضيحية للاعب يوقف كرة خاطئة في وضعيات مختلفة | 48 |
| 10 | صورة توضيحية للتمريرة الكتفية | 49 |
| 11 | صورة توضيحية لمهارة تسجيل الهدف | 50 |
| 12 | صورة توضيحية لكيفية دفاع فريق ضد هجوم فريق آخر | 52 |
| 13 | صورة توضيحية لحارس مرمى وهو يدافع عن مرماه | 53 |
| 14 | صورة توضيحية لتلاميذ إحدى المتوسطات | 63 |
| 15 | صورة توضيحية لاختبار تمرير السوطية | 83 |
| 16 | صورة توضيحية لاختبار تنطيط الكرة لمسافة 22م | 83 |
| 17 | صورة توضيحية لاختبار التصويب على المربعات المتداخلة | 84 |
| 18 | الفرق بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لاختبارات كرة اليد على تلاميذ السنة الثالثة متوسط | 97 |
| 19 | الفرق بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لاختبارات كرة اليد على تلاميذ السنة الرابعة متوسط | 100 |

| قائمة الملاحق | |
|---|---|
| 01 | تقديم تسهيلات |
| 02 | الموافقة على إجراء تربص ميداني |
| 03 | قائمة تلاميذ السنة الثالثة متوسط لمتوسطة الإخوة قروف بولاية بسكرة |
| 04 | قائمة تلاميذ السنة الرابعة متوسط لمتوسطة الإخوة قروف بولاية بسكرة |
| 05 | قائمة تلاميذ السنة الثالثة متوسط لمتوسطة زاغز جلول بولاية بسكرة |
| 06 | قائمة تلاميذ السنة الرابعة متوسط لمتوسطة زاغز جلول بولاية بسكرة |
| 07 | قائمة التلاميذ المختارين لإجراء الاختبارات (السنة الثالثة متوسط لمتوسطة الإخوة قروف) |
| 08 | قائمة التلاميذ المختارين لإجراء الاختبارات (السنة الرابعة متوسط لمتوسطة زاغز جلول) |
| 09 | استمارة استطلاع رأي الأساتذة خبراء كرة اليد لتحديد الاختبارات المهارية في كرة اليد |
| 10 | قائمة بأسماء الأساتذة الخبراء والمحكمين الذين اختاروا لنا الاختبارات |
| 11 | نتائج الدراسة الاستطلاعية لتلاميذ السنة الثالثة متوسط لمتوسطة الإخوة قروف بسكرة |
| 12 | نتائج الدراسة الاستطلاعية لتلاميذ السنة الرابعة متوسط لمتوسطة زاغز جلول بسكرة |
| 13 | نتائج الدراسة القبلية لتلاميذ السنة الثالثة متوسط لمتوسطة الإخوة قروف بسكرة |
| 14 | نتائج الدراسة البعدية لتلاميذ السنة الثالثة متوسط لمتوسطة الإخوة قروف بسكرة |
| 15 | نتائج الدراسة القبلية لتلاميذ السنة الرابعة متوسط لمتوسطة زاغز جلول بسكرة |
| 16 | نتائج الدراسة البعدية لتلاميذ السنة الرابعة متوسط لمتوسطة زاغز جلول بسكرة |
| 17 | البرنامج التعليمي المقترح |

# مقدمة

## مقدمة

لا يخفى علينا مدى عظمة خلقه عز وجل والإبداع الذي بثه في خلقه، فكل الموجودات على وجه البسيطة تخدم الغاية التي وُجِدَتْ من أجلها، وقد أثبت الإنسان في مختلف الأبحاث والدراسات التي أجراها؛ بقولنا الإنسان فنود أن نشير إلى أن المولى عز وجل خَصَّهُ بما لم يخص به غيره، إذ مَنَّ عليه بِمَلَكَةِ العقل، وميزه في تركيبته الجسمية عن سائر المخلوقات، ويظهر ذلك جليًا في آية الترتيل الحكيم: ﴿وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنسَانَ مِن سُلَالَةٍ مِّن طِينٍ ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَّكِينٍ ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظَامًا فَكَسَوْنَا الْعِظَامَ لَحْمًا ثُمَّ أَنشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ﴾ (سورة المؤمنون، الآيات 12 – 14).

وظف الإنسان جسمه فيما يعود عليه بالنفع والخير، وعلى الرغم من التطور التكنولوجي وظهور الذكاء الاصطناعي كبديل للإنسان في كثير من الوظائف إلا أنه (ونعني بذلك الإنسان) لا يزال يستخدم الجهد العضلي لكسب قُوتِهِ، وتعدى ذلك إلى حماية نفسه كذلك عن طريق اتقانه لرياضات الدفاع عن النفس مثل: الملاكمة والكاراتيه والجودو ونحوها، لتتطور تلك الغاية وتصبح رياضة ترفيهية له وللمشاهد، رياضة تعود عليه بالنفع من الناحية الصحية وكذلك المادية.

عمومًا فإن الظهور الفعلي للرياضات الممارسة اليوم يعود لعصور غابرة، ويتعلق الأمر بالحضارة الإغريقية التي ثبت عنها تقديسها لما يخالف شريعتنا الإسلامية السمحاء، أي إيمانهم بتعدد الآلهة والعياذ بالله، وأن تلك الآلهة تخضع لحكم إله أعظم يطلقون عليه لقب "زيوس"، وتقديسهم لهذا الإله يعبرون عنه من خلال مسابقات رياضية تجرى خلال 05 أيام من كل سنة.

أما الإسبرطيين فقد عُرِفَ عنهم قوتهم ووحشيتهم في الحروب والمعارك، وتعطشهم الشديد للقتال، وأولى ملامح ذلك التعطش عند ولادة المواليد الجدد حيث يتم فحصهم والتأكد من خلوهم من أي عارض قد يحول على الاستفادة منهم مستقبلًا في تقوية الجيش، بيد أن من يثبت عنه أنه يعاني من مرض أو خلل في وظائف جسمه أو تشوه يتم التخلص منه برميه من أعلى الجبل. أما العرب فقد امتازوا بأسلوبهم الفريد في المبارزة وكذلك ركوب الخيل، إذ أدى بزوغ فجر الإسلام وقيادة الأمة من قبل المصطفى عليه أكمل الصلاة والسلام إلى تطور عدة رياضات، يُراد منها في بادئ الأمر الدفاع عن النفس والدفاع عن المستضعفين وعن بلاد المسلمين، كما يُراد منها تقوية المسلم لبدنه والحرص كل الحرص على صحته لأنها إحدى غايات الدين الإسلامي الحنيف.

لم يقف الإنسان عند هذا الحد إذ نجده ابتدع عدة رياضات وجعل لها مسابقات تقام على المستوى المحلي والعالمي نذكر منها رياضة كرة اليد محل دراستنا هذه، بل وحتى أصبحت مادة تُدرس تقنياتها وتختبر لغرض ابتداع أساليب جديدة، ويظهر ذلك جليًا في الاجتهادات التي خصها بها الخبراء والمتخصصين سواء من ناحية الجانب المهاري أو الجانب التكتيكي، فبعد كل شيء هي رياضة تمتاز عن الرياضات الأخرى بأوضاع تتغير بحسب تواجد اللاعب داخل الملعب، وبحسب الموضع الذي يشغله من الهجوم للدفاع والعكس صحيح أيضًا، وحتى يتحقق ذلك لابد أن يكون ممارسها كذلك سريع ومتمكن بدنيًا ويجاري تلك الأوضاع والتغيرات.

تماشيًا ومدى أهمية تلقين مهارات هذه الرياضة للاعبين وكذلك للراغبين في تعلمها واحترافها على مستوى المدارس والأندية ونحوها، فقد أكد الدكتور حلمي مكارم أبو هرجة وزميله الدكتور محمد سعد زغلول بمدى فاعلية المناهج التعليمية المُعدة خصيصًا لتلقينها (حلمي مكارم أبو هرجة، محمد سعد زغلول، 1999، صفحة 95)، وهو ما قمنا به من خلال دراستنا الميدانية، إذ عملنا على تلقين بعضٍ من مهارات رياضة كرة اليد لتلاميذ الطور المتوسط (السنة الثالثة لمتوسطة الإخوة قروف، تلاميذ السنة الرابعة لمتوسطة زاغز جلول بولاية بسكرة).

وعلى هذا الأساس ومحاولةً منا لدراسة الموضوع المشار له في بداية هذا الطرح فقد عمدنا إلى تقسيم هذه الدراسة إلى 03 جوانب (الجانب التمهيدي، والجانب النظري، وكذلك الجانب التطبيقي)، حيث تطرقنا في:

– الجانب التمهيدي إلى مقدمة حاولنا من خلالها التمهيد لموضوع دراستنا، ثم قمنا بطرح الإشكالية وجملة التساؤلات الفرعية المُرفقة بها، وأيضا الفرضيات التي نرى أن الإجابة عن الإشكالية تتحقق في إحداها أو بعضٍ منها، كذلك سلطنا الضوء في هذا الجانب على الأسباب التي دفعتنا لاختيار هذا الموضوع وأهميته والأهداف التي نرجو الوصول إليها من خلاله، ثم استعرضنا أهم المصطلحات المتداولة فيها، واختتمنا هذه الجزئية بذكر الدراسات السابقة لهذا الموضوع وعلقنا على كل دراسة منها.

– الجانب النظري وقسمناه إلى 03 فصول: حيث يحمل الفصل الأول عنوان التربية البدنية والرياضية والوحدات التعليمية، وعرفنا فيه التربية البدنية والرياضية والأهمية التي تمثلها، وعددنا الأهداف التي نرجو تحقيقها من وراء تدريسها، كما عرفنا الوحدات التعليمية وذكرنا أنواعها

وخطوات تنفيذها، لنختتم هذا الفصل بتسليط الضوء كذلك على أهم الوحدات التي حاولنا بدورنا تلقينها لتلاميذ السنة الثالثة متوسط بمتوسطة الإخوة قروف، وتلاميذ السنة الرابعة متوسط لمتوسطة زاغز جلول.

الفصل الثاني من هذا الجانب يحمل عنوان كرة اليد والمهارات الحركية، وقمنا فيه بالتعريف برياضة كرة اليد، وتداولنا أهم المحطات التاريخية لنشأة هذه الرياضة، كما سلطنا الضوء على القوانين التي تحكمها، وتطرقنا لأهم المهارات الحركية في رياضة كرة اليد بدءًا بالتعريف بكل مهارة على حدى وخصائصها وأنواعها، لنختتم هذا الفصل بالتطرق لمراحل تعلم رياضة كرة اليد.

الفصل الثالث خصصناه لعينة دراستنا هذه خاصة وأنها تتعلق بتلاميذ الطور المتوسط والذين يعيشون فترة المراهقة، وعلى هذ الأساس عَنْوَنَّا هذا الفصل بـ "المراهقة وطور المتوسط"، فعرفنا بهاته المرحلة العمرية وتطرقنا لمراحلها وأهميتها في حياة الإنسان، واختتمناه بالتطرق للمرحلة المتوسطة في حياة التلميذ المدرسية وسلطنا الضوء على تعريفها، مع بيان للسنوات الدراسية فيها وأهداف التعليم المتوسط.

– الجانب التطبيقي قسمناه إلى ثلاث فصول: ففي الفصل الأول تطرقنا للطرق المنهجية للدراسة بدءًا بالتطرق لمنهج البحث وعيناته وكذلك مجاله (الزمني والمكاني)، وكذلك أهم إجراءات البحث الميدانية، وحددنا اختبارات كرة اليد وأهم المهارات التي قمنا بتلقينها للتلاميذ وذلك بعد استشارة الخبراء بطبيعة الحال.

في هذا الفصل كذلك قمنا بإجراء الدراسة الاستطلاعية بدءًا بحساب صدق وثبات الاختبار وأيضا أجرينا خلالها عديد من عمليات المعالجة الإحصائية التي نراها تخدم غايتنا، واختتمنا هذا الفصل بذكر الأدوات المستخدمة في عملنا الميداني مع التلاميذ، والاختبارات التي أجريناها معهم.

الفصل الثاني من الجانب الميداني يحمل عنوان عرض وتحليل ومناقشة النتائج، وكذلك مناقشة الفرضيات على ضوء النتائج المُتَحَصَّلْ عليها والاستنتاج ثم التوصيات والاقتراحات التي خلصنا إليها، وختمنا دراستنا هذه في الفصل الثالث والأخير والذي تناولنا فيها أهم الاستنتاجات والتوصيات.

# الجانب التمهيدي

## 1- إشكالية الدراسة

كرة اليد هي لعبة جماعية يتنافس فيها فريقان على الفوز، بحيث يقوم لاعبي كل فريق بتمرير الكرة لبعضهم البعض باليد محاولةً منهم لوضع الكرة في مرمى الفريق المنافس من أجل إحراز الأهداف، فمن يسجل العديد من الأهداف في مرمى الفريق المنافس هو الفريق الفائز في المباراة.

وحتى يصل الإنسان إلى تلك المرحلة التي يمارس فيها هذه الرياضة دون أي عوائق سواءٌ تلك التي تتعلق بمفهومه العام لهذه الرياضة، أو للمهارات التي تمتاز بها هذه الرياضة عن الرياضات الأخرى، لابد أن يتم تلقينه إياها، وهنا يكمن دور من يمرر له تلك المعرفة ويحفر بداخله قواعد وأساسيات ومهارات اللعبة ونعني الأستاذ، وهو ما حاولنا القيام به طيلة مرافقتنا لتلاميذ الطور المتوسط (السنة الثالثة من متوسطة الإخوة قروف، السنة الرابعة من متوسطة زاغز جلول)، وبذلك تظهر أهمية المناهج المُعدة خصيصًا لذلك الغرض (مناهج التربية البدنية والرياضية).

وعلى الرغم من ذلك فإن العقبة التي اعترت طريقنا في الوصول إلى مبتغانا هي مشكلة إعداد وحدات تعليمية تساهم في تحسين بعض المهارات الأساسية في كرة اليد، وأيضا معرفة تأثير الوحدات التعليمية المقترحة في تطوير بعض المهارات قيد الدراسة، وتأثير الوحدات المقترحة على مهارة التمرير والمراوغة والتسديد.

ومن خلال ما سبق ذكره سنحاول في هذه الدراسة الإجابة عن التساؤل العام التالي:

**- هل للوحدات التعليمية أثر في تحسين بعض المهارات في كرة اليد لدى تلاميذ طور المتوسط (السنة الثالثة لمتوسطة الإخوة قروف، وتلاميذ السنة الرابعة لمتوسطة زاغز جلول)؟**

وإلمامًا منا بهذا الموضوع ارتأينا كذلك ارفاق التساؤل العام بجملة التساؤلات التالية:

- هل تؤثر الوحدات التعليمية المقترحة في تحسين مهارة المناولة في كرة اليد؟
- هل تؤثر الوحدات التعليمية المقترحة في تحسين مهارة دقة التصويب في كرة اليد؟
- هل تؤثر الوحدات التعليمية المقترحة في تحسين مهارة التنطيط في كرة اليد؟

## 2- الفرضيات

### 2-1- الفرضية العامة

تؤثر الوحدات التعليمية المقترحة في تحسين بعض المهارات الأساسية في كرة اليد.

### 2-2- الفرضيات الجزئية

- تؤثر الوحدات التعليمية المقترحة في تحسين مهارة المناولة في كرة اليد.
- تؤثر الوحدات التعليمية المقترحة في تحسين مهارة دقة التصويب في كرة اليد.
- تؤثر الوحدات التعليمية المقترحة في تحسين مهارة التنطيط في كرة اليد.

## 3- أسباب اختيار الموضوع

تنقسم أسباب اختيارنا لهذا الموضوع إلى:

### 3-1- أسباب ذاتية

رغبتنا وفضولنا في معرفة مدى تأثير الوحدات التعليمية في تحسين بعض مهارات كرة اليد لدى تلاميذ طور المتوسط.

### 3-2- أسباب موضوعية

أثناء اطلاعنا على الدراسات السابقة لهذا الموضوع، وكذلك بعد مشاهدتنا لعشرات المقاطع سواءٌ تلك التي تتعلق بمباريات ممارسي هذه الرياضة، أو المقاطع التدريبية والتعليمية، لاحظنا وجود بعض المشاكل التي تطال لاعبي كرة اليد، فتبادر لذهننا كيف يتعامل الأطفال والمراهقين الممارسين لهذه اللعبة مع تلك المشاكل، وهنا ازدادت رغبتنا في دراسة هذا الموضوع وإجراء دراسة ميدانية على تلاميذ الطور المتوسط المشار لهم سابقًا، بحثًا منا عن الوحدات التعليمية التي تحسن أداءهم وتجعلهم يتغلبون على تلك العقبات.

## 4- أهمية الدراسة

وتكمن أهمية دراستنا هذه في:

- أننا نراها كإضافة ومرجع علمي مهم للمكتبة الجامعية الجزائرية (مكتبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية لجامعة محمد خيضر بولاية بسكرة).

- المساهمة في إرشاد النوادي الرياضية إلى المواهب الدفينة بالمتوسطات عن طريق النتائج الخاصة بكل تلميذ والمرفقة بهذه الدراسة.

– لم يسبق التطرق للوحدات التعليمية المعنية بهذه الدراسة، وكذلك لم يسبق تطبيقها على عينة دراستنا.

## 5- أهداف الدراسة

وتتمثل الأهداف التي نصبو إليها من خلال هذه الدراسة في:

– إجراء دراسة استطلاعية وبالتالي اعتماد منهج علمي مناسب ليكون مرجع مناسب للباحثين في المجال الرياضي وخاصة ما يتعلق برياضة كرة اليد.

– إجراء الاختبارات القبلية والبعدية لعينات البحث حتى نتأكد من صحة الفرضيات، وبالتالي التأكد من:

– أثر الوحدات التعليمية في تحسين بعض المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور المتوسط.
– تأثير الوحدات التعليمية في تحسين مهارة المناولة.
– تأثير الوحدات التعليمية في تحسين مهارة التنطيط.
– تأثير الوحدات التعليمية في تحسين مهارة التصويب.

## 6- مصطلحات الدراسة

### 6-1- كرة اليد

المطلع على عبارة "كُرَة اليَدْ" ليجد أنها مركب لغوي مكون من لفظين "الكُرَة" وَ"اليَدْ"، وعلى هذا الأساس تعريف كرة اليد من الناحية اللغوية يكون كالتالي:

– ورد تعريف لفظ "الكُرَة" في معجم اللغة العربية المعاصرة كالتالي: "مُفْرَدٌ لِلَفْظ كُرَاتْ وَكُرَى، وَهِي جِسْمٌ مُسْتَدِيرٌ يُحِيطُ بِهِ سَطْح وَاحِدْ، فِي وَسَطِهِ نُقْطَة، جَمِيعْ الخُطُوطْ الخَارِجَة مِنْهَا إِلَيْهِ سَوَاءٌ؛ أَدَاةٌ مُسْتَدِيرَة مِنَ الجِلْدِ وَنَحْوَهُ يُلْعَبُ بِهَا وَنَذْكُرْ: كُرَة المَاءْ، كُرَة القَدَمْ، كُرَة الطَائِرَة، كُرَة اليَدْ..." (أحمد مختار عمر، 2008، صفحة 1925).

– ورد تعريف لفظ "اليَدْ" في المعجم الوسيط كالتالي: "اليَدْ عُضْو مِنْ أَعْضَاءْ الجَسَدْ، وَهِيَ مِنْ المَنْكَبْ إِلَى أَطْرَافِ الأَصَابِعْ" (إبراهيم أنس، عبد الحليم منتصر وآخرون، 2004، صفحة 1063).

من الناحية الاصطلاحية فقد عرفها الأستاذ خالد الحشحوش بأنها: "نشاط رياضي يتم ممارسته ضمن مجموعة من الأفراد، إذ تشكل كل مجموعة فريق (والمباراة أساسًا فريق ضد آخر)، ومؤدى قولنا هذا أنها رياضة ذات طابع تنافسي، بحيث مرت بعديدٍ من التعديلات والتطورات إلى أن وصلت إلى شكلها الحالي، وكرة اليد تعتبر مقياس يُدرس في الأطوار المتوسطة والثانوية وتمارس بين تلاميذ تلك المستويات" (خالد الحشحوش، 2006، صفحة 188).

**إجرائيا :**

نشاط رياضي يتم ممارسته ضمن مجموعة من الأفراد، إذ تشكل كل مجموعة فريق، هذا أنها رياضة ذات طابع تنافسي، بحيث مرت بعديدٍ من التعديلات والتطورات إلى أن وصلت إلى شكلها الحالي، وكرة اليد تعتبر مقياس يُدرس في الأطوار المتوسطة والثانوية وتمارس بين تلاميذ تلك المستويات

## 6-2- المهارات الحركية

من الناحية اللغوية نجد أن عبارة "المَهَارَاتْ الحَرَكِيَّة" هي الأخرى عبارة عن مركب لغوي مكون من لفظين "المَهَارَاتْ" و"الحَرَكِيَّة"، وعلى هذا الأساس سنعرف كل لفظ على حدى:

- ورد تعريف لفظ "المَهَارَاتْ" في معجم اللغة العربية المعاصرة كالتالي: "لَفْظٌ مُشْتَقٌ مِنَ الفِعْلِ مَهَرَ فَنَقُولُ: مَهَرَ يَمْهَرُ مَهَارَةً فَهُوَ مَاهِرٌ وَالمَفْعُولُ مَمْهُورٌ، وَمَهَرَ الشَّخْصَ الشَّيْءَ/بِالشَّيْءِ/فِي الشَّيْءِ بِمَعْنَى أَتْقَنَهُ وَبَرَعَ فِيهِ وَأَجَادَهُ؛ وَالمَهَارَةُ هِيَ القُدْرَة عَلَى أَدَاءِ عَمَلٍ بِحَذَقٍ وَبَرَاعَةٍ" (أحمد مختار عمر، 2008، صفحة 2132، 2133).

- أما لفظ "الحَرَكِيَّة" فورد تعريفها اللغوي على النحو التالي: "لَفْظٌ مُشْتَقٌ مِنَ المَصْدَرْ حَرَّكَ فَنَقُولْ حَرَّكَ يُحَرِّكُ تَحْرِيكًا فَهُوَ مُحَرِّكٌ، وَالحَرَكَة فِي العُرْف العَامْ تَعْنِي اِنْتِقَالْ الجِسْم مِنْ مَكَانٍ إِلَى آخَرْ، أَوْ اِنْتِقَالْ جُزْءٍ مِنْهُ" (إبراهيم أنس، عبد الحليم منتصر وآخرون، 2004، صفحة 168).

أما من الناحية الاصطلاحي فقد عُرّفت المهارات الحركية بشكلٍ عام على أنها: "القدرة الفنية على انجاز العمل المطلوب أيًا كان المجال الذي يشمل ذلك العمل" (مازن عبد الهادي، مازن هادي كزار الطائي وآخرون، 2018، صفحة 64)، وفي حالتنا هذه المجال الرياضي فنذكر: مهارة التنطيط (الخاصة بكرة اليد) وكذلك مهارة التصويب...الخ.

أما المهارة الرياضية المشار لها أعلاه فتعني: "ذلك التسلسل الحركي المحدد والمتفق على صلاحيته من عدة جوانب: الجانب الميكانيكي والتشريحي، والجانب الفيسيولوجية، وكذلك الجانب القانوني...الخ، ومؤدى ذلك بطبيعة الحال يتعلق بالواجب الحركي المعين المراد أداءه" (مازن عبد الهادي، مازن هادي كزار الطائي وآخرون، 2018، صفحة 22).

عمومًا يمكننا القول أن المهارات الحركية هي: "القدرات التي يتم اكتسابها سواءٌ بشكل غريزي كمهارة الحركة عند الأطفال (الجلوس، المشي...الخ)، أو عن طريق تلقينه إياها كالمهارات الرياضية (مهارات المراوغة في رياضات كرة القدم وكرة اليد ونحوها).

**إجرائيا :**

القدرات التي يتم اكتسابها سواءٌ بشكل غريزي كمهارة الحركة عند الأطفال (الجلوس، المشي...الخ)، أو عن طريق تلقينه إياها كالمهارات الرياضية (مهارات المراوغة في رياضات كرة القدم وكرة اليد ونحوها).

## 6-3- التنطيط

ورد تعريف لفظ "التَّنْطِيطْ" من الناحية اللغوية في معجم اللغة العربية المعاصرة على النحو التالي: "لَفْظٌ مُشْتَقٌ مِنَ الفِعْلِ نَطَّ فَنَقُولْ: نَطَّ يَنُطُّ وَاِنْطِطْ وَنِطَّ نَطًا وَنَطِيطًا فَهُوَ نَاطٌ، وَالنَّطْ نَعْنِي بِهِ القَفْز، وَالتَّنْطِيطْ كَذَلِكْ قَفْزٌ وَوَثْبٌ وَاِنْتِقَالٌ مُسْتَمِرٌ مِنْ مَكَانْ لآخَرْ" (أحمد مختار عمر، 2008، صفحة 2228).

أما من الناحية الاصطلاحية فقد تم تعريف مهارة التنطيط برياضة كرة اليد على أنها: "إقدام اللاعب على دفع كرة اليد تجاه الأرض بيد واحدة إذ يبقي أثناء ذلك أصابعه منتشرة ومثنية قليلًا، وبمجرد أن ترتفع الكرة مجددًا يستلمها من أقرب ارتفاع فوق سطح أرضية الملعب، ليقوم بعد ذلك بحركة سلسلة تتمثل في رفع كفه للأعلى ثم الدفع بها مجددًا تجاه الأرض".

## 7- الدراسات السابقة

❖ **الدراسة الأولى:** مقال علمي للأستاذ ميهوبي رضوان وكذلك الأستاذة صباح طاوس بعنوان:

**فعالية التصور العقلي في تطوير مستوى الأداء المهاري للاعبي كرة اليد Effectiveness of mental imagery in developing the skill level of handball players**، وتم نشر المقال بمجلة الإبداع الرياضي سنة 2022.

وقد هدفت هذه الدراسة لتوضيح التصور الذهني في الرياضة (ونعني رياضة كرة اليد) كمكمل للعملية التدريبية للاعبين الممارسين لها، وأيضا أنشطتها في تطوير مستوى الأداء المهاري.

وبعد اطلاعنا على ما جاء فيها وجدنا أنها تشمل مجموعتين متجانستين من العينات: الأولى يُصطلح عليها بالمجموعة التجريبية والثانية الضابطة، وأيضا قام أصحابها بتطبيق بروتوكول التصور العقلي الكامل لتحديد مدى فاعليته في تطوير مستوى الأداء لهاته العينات.

أهم النتائج المتوصل لها من قبلهم كانت كالتالي: التدريب المنظم والمستمر والكفء على التصور العقلي يساعد الرياضيين على السيطرة والتحكم في الانفعالات المختلفة وتنمية التركيز لديهم، وأيضا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأداء المهاري بين المجموعتين التجريبية والضابطة، وأن التدريب على مهارة التصور العقلي بشكل منتظم له فعالية إيجابية في تطوير الأداء المهاري.

❖ **الدراسة الثانية:** مقال علمي للأستاذ زروال محمد والأستاذ نواصر مصطفى بعنوان: أثر **البرنامج التعليمي المقترح باستخدام التكنولوجيا الحديثة لتحسين بعض المهارات الأساسية للاعبي الفرق المدرسية لكرة اليد في ظل جائحة كورونا The impact of a proposed educational program using modern technology to improve some basic skills of handball team players in the context of the Corona pandemic**، وتم نشر المقال بمجلة الإبداع الرياضي سنة 2021.

وهدفت هذه الدراسة للتعرف على الأثر الذي يحدثه البرنامج التعليمي والذي تم اقتراحه باستخدام التكنولوجيا الحديثة بُغية تحسين بعض المهارات الأساسية للاعبي منتخب كرة اليد المدرسية في ظل الجائحة التي مست العالم ونعني كورونا، وفي حالتنا هذه نعني بالبرنامج برنامج كينوفيا الموجه للاعبي كرة اليد للرياضة المدرسية 2020 – 2021.

وقد تم أثناء ذلك استخدام المنهج التجريبي للتحقق من فرضيات الدراسة، بَيْدَ أن عينة الدراسة شملت 14 لاعب تم اختيارهم بشكل قصدي، أما بخصوص أداة جمع البيانات فبطبيعة الحال فقد استخدم الباحثين الاختبارات الميدانية.

توصل الباحثين من خلال هذه الدراسة إلى نتيجة مفادها وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي في مهارات التمرير والاستلام للاعبي كرة اليد للرياضة المدرسية ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للرياضة المدرسية.

❖ **الدراسة الثالثة:** للأستاذ علالي طالب وتحمل عنوان: **دور الألعاب الصغيرة في تنمية المهارات الأساسية في لعبة كرة اليد The role of the small games in the development of some basic skills in the handball**، وقد نشرت هذه الدراسة سنة 2021.

وقد هدفت هذه الدراسة لتسليط الضوء على مدى التأثير الذي تُحدثه الألعاب الصغيرة في تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة اليد بالنسبة لتلاميذ الصف الأول الثانوي.

وقد تم استخدام المنهج التجريبي لتحقيق ذلك الغرض، أضف على ذلك أن عينات الدراسة قُدِّرَتْ بـ 60 تلميذ تتراوح أعمارهم بين 16 – 17 سنة، ووصل الباحث لجملة النتائج التالية:

– بالنسبة للمجموعة التجريبية فقد حققت تقدمًا ملحوظًا في جميع المتغيرات قيد الدراسة، وقد كان للألعاب الصغيرة تأثير ملحوظ على ذلك، بعبارة أدق لها دور فعال في تعلم المهارات المدروسة، مما أدى إلى ظهور فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية، وكانت لصالح الاختبارات البعدية، وكان ذلك لصالح المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة.

## 8- التعليق على الدراسات السابقة

تكمن الغاية من وراء اعتمادنا للدراسات السابقة سالفة الذكر إلى الاستفادة منها كمنطلق في الجانب النظري، بمعنى أسهل أي المفاهيم الواجب علينا البحث فيها والتمحيص في حيثياتها، وما الجوانب التي لابد علينا أن نسعى لتوضيحها للقارئ، كما مكنتنا في معرفة الأساليب الإحصائية الواجب علينا استخدامها في الجانب التطبيقي بُغية دراسة صحة الفرضيات من عدمها بالإضافة لكونها تعتمد على المنهج التجريبي وهو نفسه الذي لم نحذ عنه طيلة دراستنا هذه.

# الجانب النظري

# الفصل الأول: التربية البدنية والرياضية والوحدات التعليمية

## تمهيد

لا يخفى علينا أن الإنسان وأثناء نموه يحتاج للعناية به وخاصة في مرحلة الطفولة وما يليها لحين بلوغه السن التي تخوله الاعتناء بنفسه ونعني هنا بلوغه سن الرشد؛ عمومًا العناية بالطفل تكون من عدة نواحٍ: عناية نفسية بالحرص على عدم إصابته بأمراض وتشوهات نفسية، وعناية عقلية بتعليمه الكلام والحرص على مخارج حروفه أن تكون صحيحة، وكذلك تعليمه كيفية التدبر والتفكير بما يحيط به، وعناية أخرى هي العناية الجسدية وهنا يظهر دور النشاط البدني والرياضي، إذ يحتاج الطفل للتنفيس عن طاقاته الكبيرة والمندفعة، ولا سبيل لذلك سوى النشاطات الرياضية ونخص بذلك مجال رياضة كرة اليد محل دراستنا هذه.

بقولنا النشاط الرياضي فنحن نعني النشاط الهادف والذي لا يتأتى إلا لو قام به شخص محترف ومؤهل لتلك المسؤولية، ونقصد هنا معلم التربية البدنية والرياضة، فكما أشرنا فإن النشاط البدني والرياضي جزء مهم جدا نسعى من خلاله إلى تطوير الفرد، ومؤدى كلامنا هذا أنه وعند وجود معلم غير كفء فإن الطفل أو المتدرب سيعاني وقد يكره ذلك النشاط الرياضي وبالتالي ينفر منه، وحتى يكون المعلم كفء هنا يظهر دور الوحدات التعليمية المُعدة خصيصًا لذلك الغرض، والتي قد اخترنا دراستها في هذا الفصل.

وعلى هذا الأساس قسمنا الفصل الأول من الجانب النظري إلى ثلاث مباحث:

- **المبحث الأول:** التربية البدنية والرياضية
- **المبحث الثاني:** الوحدات التعليمية
- **المبحث الثالث:** الوحدات التعليمية في هذه الدراسة وخطوات بنائها وتطبيقها

## المبحث الأول: التربية البدنية

كنا قد أشرنا في مقدمة هذا الفصل لمدى الدور الذي تمثله التربية البدنية والنشاط الرياضي في بناء جسد الإنسان وتأهيله لممارسة أنشطة رياضية يبتغيها، ويصل حتى لدرجة الاحتراف لاحقًا، لأنها تعتبر المنطلق الأساسي لذلك، وعلى هذا الأساس نضيف أنها تعتبر الجزء المتكامل ونعني التربية البدنية والرياضية للعملية التربوية التي نثري من خلالها الحاجات البدنية والعقلية والاجتماعية للفرد.

وقد ارتأينا أن ندرس التربية البدنية في هذا المبحث من عدة نواحٍ: إذ سنتطرق لمفهومها في المطلب الأول، ثم بيان أهمية حصة التربية البدنية والرياضية وذلك في المطلب الثاني، ونختتم هذا المبحث في المطلب الثالث منه بتسليط الضوء على الأهداف المرجو تحققها من وراء حصة التربية البدنية والرياضية.

### المطلب الأول: مفهوم التربية البدنية والرياضية

بالنسبة للتعريف اللغوي للتربية البدنية والرياضية فقد لاحظنا أنها عبارة عن مركب لغوي مكون من ثلاث ألفاظ، ويتعلق الأمر بلفظ "التَّرْبِيَة" ولفظ "البَدَنِيَّة، وكذلك "الرِّيَاضِيَّة"، وكما هو متعارفٌ عليه وسط أعلام اللغة وأهلها فإن التعريف اللغوي في المعجم القديمة مثل لسان العرب يقتصر فقط على الألفاظ ولا وجود لتعريف لغوي للعبارات أو المركبات اللفظية، وعلى هذا الأساس سنعرف كل لفظ على حدى دون أن ننسى النظر في المعجم الحديثة سالفة الذكر في الجانب التمهيدي مثل المعجم الوسيط ومعجم اللغة العربية المعاصر.

– يعرف لفظ "التَّرْبِيَة" في المعجم الوسيط على النحو التالي: "لَفْظٌ مُشْتَقٌ مِنَ الفِعْلِ رَبَّ فَيُقَالْ: رَبَّ الوَلَدَ رَبًا بِمَعْنَى وَلِيَهُ وَتَعَهَّدَهُ بِمَا يُغَذِّيهِ وَيُنَمِّيهِ وَيُؤَدِّبُهُ" (إبراهيم أنس، عبد الحليم منتصر وآخرون، 2004، صفحة 321).

– أما لفظ "البَدَنِيَّة" فورد تعريفه من الناحية اللغوية في معجم اللغة العربية المعاصرة كالتالي: "لَفْظٌ مُشْتَقٌ مِنْ بَدَنْ وَجَمْعُهَا أَبْدَانٌ وَأَبْدُنٌ وَبُدُونٌ، وَالبَدَنْ هُوَ جِسْمُ الإِنْسَانْ مَا سِوَى الرَّأْس وَالأَطْرَافْ مِنَ الجِسْمِ؛ التَّرْبِيَة البَدَنِيَّة تَعْنِي أَحَدَ أَنْوَاعْ التَّعْلِيمْ الَّتِي تُعْنَى بِرِعَايَة جِسْم الإِنْسَانْ وَتَطْوِيرِهِ مَعَ التَّرْكِيزِ عَلَى الرِّيَاضَاتْ وَالصِّحَّة؛ أَمَّا الرِّيَاضَة البَدَنِيَّة فَتَعْنِي تَمَارِينْ تَخُصْ جِسْم الإِنْسَانْ وَتُكْسِبُهُ

القُوَّة وَالمُرُونَة" (أحمد مختار عمر، 2008، صفحة 175).

– وفيما يخص تعريف لفظ "الرِّيَاضِيَّة" فكان كالتالي: "لَفْظٌ مُشْتَقٌ مِنَ الفِعْلِ رَاضَ فَنَقُولُ: رَاضَ يَرُوضُ، رُضْ رَوْضًا وَرِيَاضًا وَرِيَاضَةً فَهُوَ رَائِضٌ وَالمَفْعُولْ مُرَوَّضْ، وَالرِّيَاضِيَّة مَصْدَرٌ صِنَاعِيٌّ مِنَ الرِّيَاضَة وَالَّتِي تَعْنِي بِدَوْرِهَا (وَنَقْصُدْ الرِّيَاضَة) تَدْرِيبَاتْ لِتَقْوِيَة الرُّوحْ وَالجَسَدْ، أَوْ نَشَاطَاتْ تَتَضَمَّنْ جُهْد جَسَدِي وَمَهَارَاتْ تَحْكُمُهَا قَوَانِينْ تُمَارَسْ عَلَى نَحْو تَنَافُسِي" (أحمد مختار عمر، 2008، صفحة 959، 960).

أما بخصوص التعريف الاصطلاحي فقد عرفها البعض بأنها: "مجموعة متنوعة من الألعاب الرياضية" (قاسم حسن البدري، 1979، صفحة 105)، والملاحظ على هذا التعريف أنه اقتصر فقط التربية البدنية والرياضية على الألعاب الرياضية، بيد أن الأمر أوسع من ذلك فإلى جانب تلك الألعاب هناك التدريبات والمفاهيم التي تتعلق بهذه الرياضات والتي يجب أن يتم تلقينها للاعب، فالمفاهيم التي يعلمها لاعب كرة اليد يجهلها لاعب رياضة الملاكمة وهكذا.

وهناك من عرف التربية البدنية بأنها: "من قبيل التربية العامة والتي يسعى القائمين عليها في الإشراف على عملية تحقيق التوافق بين النمو العضوي والعقلي والنفسي للإنسان، فحسب هؤلاء أن ذلك التوافق يتحقق بمجرد ممارسة هذا الإنسان لأنشطة التربية البدنية أيًا كان مكان ممارستها ملعب أو حوض سباحة أو قاعة تدريب أو مساحات خضراء معدة لذلك الغرض...الخ" (تشارلز بيوكر، 1964، صفحة 20).

بيد أن هناك من ربط ما تحققه التربية البدنية والرياضية من نتائج على الجهاز الحركي للاعب بمردودها على الخصائص النفسية له (أمين أنور الخولي، 2001، صفحة 24).

عموما وبعد استقرائنا لجملة التعريفات أعلاه نستشف أن التربية البدنية والرياضية هي: "الجزء المتكامل من العملية التربوية الموجهة لإثراء ومواءمة الجوانب البدنية والعقلية والنفسية للإنسان، ويتضح من ذلك مدى أهميتها في بناء كيان الإنسان بشكل عام والتلميذ بشكل خاص".

وفيما يلي صورة توضيحية لمجموعة النشاطات والألعاب الرياضية التي تُمارس في إطار عملية التربية البدنية والرياضية:

**شكل رقم (01): يمثل مجموعة النشاطات والألعاب الرياضية التي تُمارس في إطار عملية التربية البدنية والرياضية**

**المصدر**: موقع ما بيوت، **أنواع الرياضة في دبي وأماكن ممارستها**، الموقع الإلكتروني:
https://www.bayut.com/mybayut/ar/موضوع-الرياضة/

**المطلب الثاني: أهمية حصة التربية البدنية والرياضية**

باستقرائنا لما جاء به الأستاذ قاسم حسن مهدي المندلاوي وبعضُ من الأساتذة الآخرون نستشف أن أهمية حصص التربية البدنية والرياضية تتمثل في:

✓ باعتبارها مادة تدريسية فإنها تساعد في تحفيز التلميذ للتحسين من قدرات جسده.

✓ تتيح له فرص اكتساب الخبرات والمهارات البدنية والحركية التي تخوله في افتكاك صدارة المسابقات أيًا كانت محلية أو دولية، وبالتالي يكون العائد عليه كبير، ومن جهة أخرى تلك الخبرات والمهارات يوظفها في حياته اليومية.

✓ تصقل مواهبه البدنية والعقلية بما يتناسب مع متطلبات هذا العصر، فالأطفال يعتبرون جواهر نفيسة تنتظر اكتشافها، ولهذا فإن حصص التربية البدنية والرياضية أيًا كان مكان تلقينها سواءٌ المدرسة أو النادي تسهل تلك العملية.

- ✓ تضمن النمو الشامل والملزم للتلميذ.
- ✓ تلبي احتياجاته البدنية مع الأخذ في الاعتبار مراعاة المرحلة الحرجة التي يمر بها التلميذ ونعني مرحلتي الطفولة والمراهقة، ففي كلتيهما يمر التلميذ بمرحلة تغيرات جسمانية ونفسية، قد تكون في الطريق الصواب إن حرص المعلم على توظيف ما تحتويه مادة التربية البدنية والرياضية توظيفًا جيدًا، وإلا قد ينقلب الأمر للعكس إن كان المعلم غير مؤهل لتلك المأمورية.
- ✓ يضبط انتظام نموه من حيث الوزن والطول.
- ✓ يخفف من كافة المشاكل عندما يمارس المراهق التربية البدنية والرياضة (قاسم حسن المندلاوي، ياسين الهاشمي فاطمة وآخرون، 1990، صفحة 98).

ومن هنا يُنظر لحصص التربية البدنية والرياضية أنها من ضمن الأمور التي تساهم في تحسين صحة التلميذ من جميع النواحي: العقلية والنفسية والجسدية (عنايات محمد أحمد فرج، 1998، صفحة 11).

**المطلب الثالث: أهداف حصة التربية البدنية والرياضية**

قد تختلف الأهداف المحققة من حصص التربية البدنية والرياضية على حسب المعمول به من دولة لأخرى، وذلك بطبيعة الحال راجع للسياسات والفلسفة المعتمدة في مجتمعات تلك الدول، ولكن ما يتفق عليه رواد مجال الرياضة والتعليم وأساتذته أن هناك أهداف عامة لابد أن تتحقق أيًا كانت الدولة (عفت مختار عبد السلام، محمد محمد الحماحمي، 2008، صفحة 78).

وعلى هذا الأساس فإن الأهداف التي تحققها حصص التربية البدنية والرياضية يمكن حصرها إجمالاً في:

- ✓ تعزيز الصفات الأخلاقية والخصائص الإدارية والسلوك المناسب.
- ✓ التعود على الممارسة المنظمة للأنشطة الرياضية.
- ✓ المساعدة على دمج المهارات والخبرات الحركية، ووضع القواعد الصحية لكيفية ممارستها داخل المدرسة وخارجها.
- ✓ المساعدة على تنمية الصفات البدنية مثل القدرة على العمل والسرعة والمرونة والرشاقة.
- ✓ التحكم في القوام في حالات السكون والاستراحة.

- ✓ اكتساب المعرفة والمعلومات حول أسس الحركة البدنية وأصولها البيولوجية والفسيولوجية والميكانيكية (قاسم حسن حسين، عباس أحمد السامرائي، 1987، صفحة 122).

## المبحث الثاني: الوحدات التعليمية

لطالما سعى القائمين على مجال التعليم وحرصوا على أن يتم توصيل المعرفة أيًا كان مجالها للتلميذ بشكل يمكنه من تلقيها واستيعابها، وعلى هذا الأساس تم إعداد مناهج وبرامج تربوية وتعليمية تتماشى ومستوى وسن ومؤهلات كل تلميذ، وتم الأخذ بحالة التلميذ العقلية كذلك بعين الاعتبار، فنجد أن هناك مناهج معدة خصيصا للتلاميذ المصابين بمتلازمة داون، وأيضا المصابين بطيف التوحد، ولا يخفى علينا أن المجال الرياضي لا يقتصر فقط على نشاطات يمارسها المعلم مع تلاميذها إذ هناك مفاهيم لابد من ايصالها للتلميذ وهذا ما يستوجب من المعلم أن يدرسه من خلال ما يُصطلح عليه بالوحدات التعليمية، وعلى هذا الأساس ارتأينا أن نتطرق لكل ذلك من خلال هذا المبحث، حيث سنعرف الوحدات التعليمية في المطلب الأول، ثم نتطرق لأنواعها بالمطلب الثاني، ونختتم هذا المبحث بالتمعن في خطواتها وذلك في المطلب الثالث.

### المطلب الأول: تعريف الوحدات التعليمية

من الناحية اللغوية يمكن القول أن "الوَحَدَاتْ التَّعْلِيمِيَّة" عبارة عن مركب لغوي من لفظين: اللفظ الأول "الوَحَدَاتْ"، واللفظ الثاني "التَّعْلِيمِيَّة"، وكما اعتدنا في دراستنا هذه فإن التعريف اللغوي سيكون عن طريق التطرق لكل لفظ على حدى وذلك على النحو التالي:

– ورد تعريف لفظ "الوَحَدَاتْ" في معجم اللغة العربية المعاصرة كالتالي: "لَفْظٌ مُشْتَقٌ مِنَ الفِعْلِ وَحَدَ فَنَقُولُ: وَحَدَ يَحِدُ، حِدْ وَوَحْدًا وَوِحْدَةً" (أحمد مختار عمر، 2008، صفحة 2409).

– أما بخصوص لفظ "التَّعْلِيمِيَّة" فورد تعريفها اللغوي كالتالي: "التَّعْلِيمِيَّة لَفْظٌ مُشْتَقٌ مِنَ الفِعْلِ عَلَّمَ فَنَقُولُ: عَلَّمَ يُعَلِّمُ تَعْلِيمًا فَهُوَ مُعَلِّمٌ" (إبراهيم أنس، عبد الحليم منتصر وآخرون، 2004، صفحة 624)، وكذلك "التَّعْلِيمِيَّة لَفْظٌ مُشْتَقٌ مِنْ عَلَّمَ، وَنَعْنِي بِالتَّعْلِيمْ فَرْع مِنْ فُرُوعْ التَّرْبِيَة وَأَحَدْ مَنَاهِجِهَا (التَّعْلِيمْ الإِبْتِدَائِي، المُتَوَسِّطْ، الثَانَوِي)" (أحمد مختار عمر، 2008، صفحة 1542).

من الناحية الاصطلاحية فقد تم تعريف الوحدات التعليمية بأنها: "طريقة للتدريس تضع الطفل في موقف تعليمي متكامل، وذلك ما يؤدي به إلى تحقيق مجموعة من الأهداف المنشودة" (هالة حماد الصمادي، مروة نجوى منلا، 2006، صفحة 238).

ما نلاحظه على هذا التعريف أنه مبهم نوعًا ما لأنه لم يشر تمامًا للأهداف المرجو تحقيقها هذا من جهة، ومن جهة أخرى القول أنه طريقة للتدريس لا يتناسب تمامًا مع الواقع العملي فالوحدة التعليمية تحمل في طياتها معلومات وبرامج تطبق أثناء تلقين الدرس للتلميذ، بينما طرق التدريس يمكن إرجاعها إلى إلقاء الدرس بطريقة نظرية، وتطبيقه بشكل عملي.

هناك من يرى أنها: "دراسة يتم التخطيط لها بشكلٍ مسبق (قبل بدء الموسم الدراسي) وتلك الدراسة تطبق لاحقًا على التلاميذ وهي مجموعة من الأنشطة التعليمية المتنوعة تتم تحت إشراف معلم متمكن ومؤهل لتلقينها لهم، فتزودهم بمعلومات ومفاهيم وحقائق تتعلق بمختلف جوانب المعرفة (الرياضيات، العلوم، الفيزياء، الأدب العربي، الرياضة...الخ)" (جيهان لطفي محمد، خديجة عبد الله بصفر، 2011)، وهذا التعريف الأقرب من وجهة نظرنا الشخصية لما نحن نصبو لتوضيحه.

وعلى هذا الأساس واجتهادًا منا فنحن نرى أن الوحدات التعليمية هي: "آليات يوظف من خلالها القائمين على مجال التربية والتعليم المعارف والمعلومات والمكتسبات التي يريدون من المعلمين تلقينها للتلاميذ، وتختلف هذه الوحدات التعليمية بحسب النظام المعمول به من دولة لأخرى، بيد أن هناك معارف موحدة على مستوى العالم كالرياضيات والفيزياء؛ عمومًا فالوحدات التعليمية الرياضية تحمل في طياتها المفاهيم والأساليب الرياضية الخاصة بكل رياضة على حدى، ويتم تلقينها للتلاميذ بشكل نظري وتطبيقي على الملاعب المدرسية وكذا المسابح ونحوها". وفيما يلي صورة توضيحية لتلاميذ وهم يمارسون نشاط رياضي مدرسي رفقة معلمهم:

**شكل رقم (02): يمثل تلاميذ يمارسون نشاط رياضي مدرسي رفقة معلمهم**

**المصدر**: موقع نبض الوطن، **برنامج رياضي لطلاب المدارس**، الموقع الإلكتروني:
https://www.al-watan.com/article/76948/STATENEWS/برنامج-رياضي-لطلاب-المدارس

**المطلب الثاني: أنواع الوحدات التعليمية**

كنا ذكرنا أعلاه مدى أهمية الوحدات التعليمية في إيصال المعارف والمكتسبات للتلاميذ وتأهيلهم لما يأتي بعد الدراسة سواءٌ من ناحية العمل الذي سيشغلونه، أو من ناحية الفائدة الصحية التي تعود عليهم: صحة عقلية، وجسمية عن طريق النشاطات الرياضية...الخ، وعلى هذا الأساس سندعم جملة التعريفات التي أوردناها أعلاه بذكر أنواع الوحدات التعليمية المعتمدة من قبل وزارات التربية والتعليم في بلدان العالم والجزائر من ضمنها.

نود أن ننوه أنه وعلى الرغم من اتفاق أساتذتنا أن للوحدات التعليمية عدة أنواع، إلا أنها يمكن إجمالها في نوعين رئيسيين وهما: (فوزي طه إبراهيم، رجب أحمد الكلزة، دون سنة نشر)

**النوع الأول: الوحدة المعتمدة على المادة الدراسية**

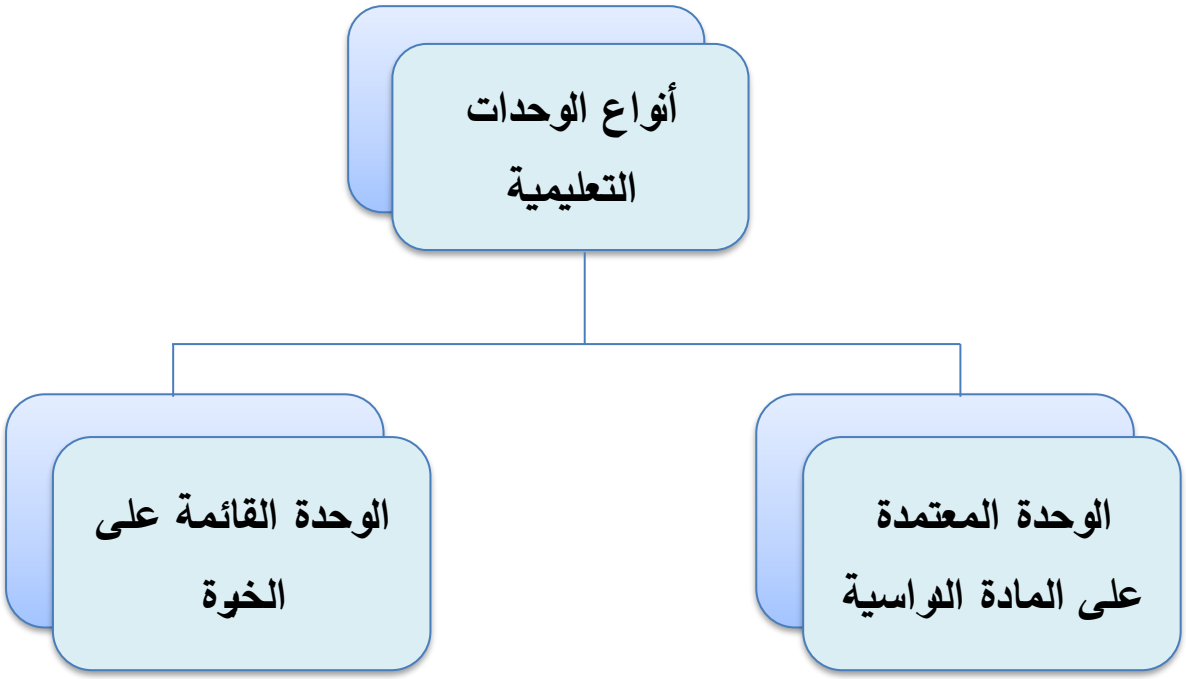
تعتبر المادة التعليمية المحور الأساسي للدراسة، والوحدة التعليمية فيها لها عدة أشكال يمكن عَدُّهَا كالتالي: تلك التي يتم إعدادها بناءً على مشكلة، أو التي تتعلق بموضوع محدد بذاته.

**النوع الثاني: الوحدة القائمة على الخبرة**

والتي تركز بطبيعة الحال على احتياجات الطلاب وميولهم ومشكلاتهم.

فيما يلي شكل توضحي قمنا بإعداده للتوضيح أكثر بما نقصده أعلاه:

**الشكل رقم (03): يمثل أنواع الوحدات التعليمية**




**المصدر**: من إعداد الطالب

**المطلب الثالث: خطوات الوحدات التعليمية**

حرص القائمين على مجال التربية والتعليم بأن يتم إعداد الوحدات التعليمية بشكل ممنهج وفعال، حتى تؤتي ثمارها فيما يتعلق بتلقين مضمونها للتلاميذ، والتأكد من أن تلك العملية تسير بسلاسة وفي الإطار الصحيح المرسوم لها بشكل مسبق؛ عمومًا فقد تم التنويه على ضرورة اتباع جملة من الخطوات والمتمثلة في:

**الخطوة الأولى: اختيار موضوع وعنوان الوحدة**

والعنوان يجب أن يكون مرتبط ومعبر عن احتياجات الطفل من عدة جوانب: الجوانب العقلية والاجتماعية والنفسية والجسدية...الخ، واختيار عنوان الوحدة له أهمية خاصة لدى الطفل لأنه يساعد على إثراء قدراته اللغوية وفهم الحقائق والمفاهيم التي تحتويها الوحدة، ويجب كذلك أن يكون عنوان سهل النطق ونقصد العنوان، ومرتبط بالبيئة أو المحيط الذي يعيش فيه الطفل، وأن يكون جذابا ومحفزا للفكر (سعدية محمد علي بهادر، 2003، صفحة 120).

**الخطوة الثانية: مقدمة الوحدة**

تعتبر مقدمة الوحدة من ضمن العناصر الأساسية والتي تخدم المعلم، إذ تعتبر الواجهة التي يتم من خلالها عرض معلومات مبسطة عن الوحدة، كما تحفز تفكير المعلم في كيفية تنفيذ تلك المعلومات وذلك من خلال الأنشطة المختلفة التي تتضمنها تلك الوحدة.

تحث كذلك على التفكير في استخدام أساليب التقييم، فهي بعد كل شيء تمثل غلاف الوحدة وتوضح ارتباط موضوعها بالمحيط الذي يعيش فيه التلميذ، والمفاهيم العلمية والدينية في ذهنه وتظهر عظمة الخالق العظيم في خلقه، وأهمية الموضوع بالنسبة له وغيرها من الجوانب التي ستساعد في تطوره والأنشطة التي سيمارسها في الوحدة (هالة حماد الصمادي، مروة نجوى منلا، 2006).

**الخطوة الثالثة: أهداف الوحدة**

اهتم علماء النفس والتربويين بتصنيف أهداف الوحدة، كون الغرض منها هو تقديم المساعدة للمعلم حتى يتمكن من توفير أفضل ظروف التعلم للتلميذ، وذلك حتى يتعلم هذا الأخير فحواها بشكل جيد.

عمومًا عند كتابة الأهداف العامة للوحدة يجب مراعاة ما يلي: (سعدية محمد علي بهادر، 2003، صفحة 120، 121)

- ✓ التأكد من صياغتها بأسلوب لغوي جيد. دقة التعبير ودقة التعبير
- ✓ تشمل جميع جوانب نمو الطفل (الجسمية – العقلية – العاطفية – الاجتماعية) .
- ✓ يعتمد نوع المعلمة مع مفاهيم الوحدة على تحديد الأنشطة الفعالة لتنفيذ الوحدة.

**الخطوة الرابعة: تحديد وتوصيف الوحدة التعليمية ضمن إطارها العام**

وذلك من خلال وضع مواصفات خاصة بها، حيث تساعد هذه المواصفات في التعرف على كافة الجوانب التربوية والنفسية للتجربة، وكذلك تسهيل عملية الإلمام بمحتواها ومكوناتها وعناصرها سواءٌ الرئيسية منها والفرعية، وبالتالي سيكون من السهل الانتقال إلى المرحلة التالية (هالة حماد الصمادي، مروة نجوى منلا، 2006).

**الخطوة الخامسة: اختيار محتوى الوحدة**

ويُتَّبَعْ في تلك العملية ثلاث خطوات بالترتيب وهي: (سعدية محمد علي بهادر، 2003، صفحة 121)

✓ اختيار المواضيع الرئيسية المترجمة للأهداف الموضوعة، والتي يظهر فيها طبيعة المحتوى والأبعاد التي ينبغي دراستها.

✓ اختيار الأفكار الأساسية التي تحتويها مواضيع تلك الوحدات التعليمية، إذ يتم اختيارها من قبل خبراء، ويتم اختبارها بشكل مسبق قبل تمريرها للتلاميذ لاحقًا.

✓ اختيار المادة الخاصة للأفكار الرئيسية، ويمكن القيام بذلك عن طريق إعداد العينة المناسبة إذ يجب أن تكون تلك العينة مثال حقيقي يعبر عن الفكرة الأصلية ويرتبط بها بشكل منطقي، كما يجب اختيار عينة ترتبط بأكبر عدد ممكن من الأهداف، وأكثر العينات التي تلبي احتياجات البيئة المحلية، وتتوافق مع اهتمامات التلاميذ والقائمين عليهم في الأسرة التعليمية، وتراعي بطريقة أفضل مستواهم وخبراتهم السابقة، وترتبط بمشاكل حياتهم، وتنمي قدراتهم.

وختامًا ارتأينا أن نستعرض الشكل التالي والذي يلخص ما ذكرناه أعلاه بخصوص خطوات الوحدة التعليمية:

**الشكل رقم (04): يمثل خطوات الوحدة التعليمية**

**المصدر**: من إعداد الطالب

## المبحث الثالث: الوحدات التعليمية في هذه الدراسة وخطوات بنائها وتطبيقها

كنا قد تطرقنا في المبحث الثاني من هذا الفصل إلى الوحدات التعليمية بصورة عامة، سواءٌ من ناحية التعريف بها أو بنائها، أيًا كانت المادة المعنية بهذه الوحدات (الرياضيات أو اللغة العربية...الخ)، بينما سنتناول في هذا المبحث الوحدات التعليمية المقترحة في دراستنا هذه، وبهذا سنتطرق في المطلب الأول إلى العينة، بينما في المطلب الثاني لخطوات بناء تلك الوحدات، ونختتم هذا المبحث في المطلب الثالث والمعنون بـ: تطبيق الوحدات المقترحة.

### المطلب الأول: العينة

من اجل تحقيق أهداف بحثنا هذا قمنا باختيار عينة تتمثل في: تلاميذ المستوى المتوسط (السنة الثالثة من متوسطة الإخوة قروف، والسنة الرابعة من متوسطة زاغز جلول)، وطبقنا على هذه وحدات تحتوي على مجموعة من الألعاب التي من شأنها تطوير بعض القدرات، وبلغ إجمالي تلك الوحدات 11 وحدة.

**الشكل رقم (05): يمثل المقصود بعينة الدراسة (التلاميذ الممارسين لرياضة كرة اليد)**

**المصدر**: موقع الجريدة، **أكاديمية كرة اليد تواصل تدريباتها ضمن مشروع "عيالنا أملنا 2"**، الموقع الإلكتروني: https://www.aljarida.com/articles/1512409746141970500

**المطلب الثاني: خطوات بناء الوحدات التعليمية المقترحة في هذه الدراسة**

لغرض إعداد وبناء الوحدات المقترحة للمرحلة الأولى في دراستنا هذه فقد تم الاعتماد على:

- ✓ المصادر والمراجع العلمية وكذلك الإنترنت.
- ✓ عُصارة ما ورد عن اجتماعات وتوجيهات معلمي وأساتذة المرحلة المتوسطة.
- ✓ محاضرات وتوصيات الأساتذة والخبراء.

**المطلب الثالث: محتوى الوحدات التعليمية وكيفية تطبيقها**

**أولا: محتوى الوحدات التعليمية**

يتم تحديد محتوى الوحدات التعليمية استنادًا لـ:

**- مدة التطبيق**

تقدر مدة تنفيذ محتوى الوحدات التعليمية بـ 04 أسابيع، إذ يتم تنفيذ الوحدات التعليمية في بداية الحصة وذلك بعد إجراء الجزء التمهيدي في بادئ الأمر، وبقولنا الجزء التمهيدي فنحن نعني الإحماء والإعداد العام للجسم بمختلف التمارين التي تساهم في ضخ الدم للأوعية الدموية، وكذلك تمارين تقوية العضلات وتمارين قبول الذات، أضف لذلك تمارين الكرة.

بعد الانتهاء من سلسلة تمارين الإحماء نباشر بتطبيق أجزاء الوحدات التعليمية المراد تلقينها للتلاميذ، لنختتم الحصة بعد ذلك بمجموعة من تمارين التهدئة والاسترخاء وذلك بُغية تمكين جسم التلميذ من التعافي وبالتالي العودة لحالته الطبيعية.

**- تنفيذ الوحدات التعليمية**

كنا قد أشرنا أعلاه لمدة تطبيق الوحدات التعليمية وما المطلوب منا القيام به في كل حصة، وفيما يلي سنتطرق بالتفصل أكثر لذلك، حيث نحرص أن توائم تلك الوحدات مع التلاميذ وقدراتهم من خلال:

- ✓ **مرحلة القياس القبلي:** حيث تم إجراء القياسات القبلية عن طريق الاختبارات الحركية، وفيما يخص الوحدات التعليمية المقترحة في تلك المرحلة، فيتم الحرص كما أشرنا مسبقًا على أنها معتمدة من الوزارة وموجهة لتلاميذ المرحلة المتوسطة.

✓ **مرحلة القياس البعدي:** بعد انتهائنا من تطبيق الوحدات التعليمية المقترحة، أجرينا كذلك مجموعة من القياسات يصطلح عليها بالقياسات البعدية لتلاميذ المرحلة المتوسطة (السنة الثالثة والرابعة من المتوسطات السالفة الذكر سابقًا) وبنفس الطريقة وبنفس الشروط والإمكانيات وحسب ترتيبها في القياس المسبق للحصول على أدق النتائج.

**ثانيا: كيفية تطبيق محتوى الوحدات التعليمية**

و يتم تطبيق محتوى الوحدات التعليمية بشكلٍ عام وفق ثلاث مراحل أساسية وهي:

- **المرحلة الإعدادية**

وتشمل هذه المرحلة ما يلي:

✓ الإعداد النفسي المتمثل في: تحفيز التلاميذ وذلك بعد شرح التمارين لهم، وإعدادهم بدنيا عن طريق الإحماء كما أشرنا مسبقا.

✓ الدخول مباشرة إلى القسم الرئيسي مع تمارين الإحماء والحركات لمدة 7 دقائق (إبراهيم حرباش، عبد الكريم سنوسي وآخرون، 2022، صفحة 124).

- **المرحلة الرئيسية**

والتي تحتوي على ألعاب تنافسية تهدف إلى تنمية بعض القدرات التوافقية لدى التلاميذ من ضمنها (ونقصد تلك القدرات) الانسجام والتوازن وسرعة رد الفعل. عمومًا فإن هذه الألعاب تستغرق ما يقارب الـ 25 إلى 30 دقيقة، إذ يتم تقسيم التلاميذ إلى مجموعتين ويتم تحديد الفائز منهم في نهاية كل وحدة، وذلك لدفع الطلاب إلى العمل أكثر (إبراهيم حرباش، عبد الكريم سنوسي وآخرون، 2022، صفحة 124).

- **المرحلة النهائية**

وهذه المرحلة تحتوي على تمارين الاسترخاء من أجل إعادة التلميذ إلى الحالة الطبيعية، ونحن كمعلمين واجبٌ علينا أن نركز عليها، إذ لا تكون حصة التربية البدنية والرياضة في بعض الأحيان هي آخر حصة في اليوم. عمومًا تستمر المرحلة الختامية 8 دقائق، ويتم فيها الإعلان عن الفوج الفائز لزيادة المنافسة أكثر في الوحدات القادمة (إبراهيم حرباش، عبد الكريم سنوسي وآخرون، 2022، صفحة 124).

## خلاصة الفصل الأول

من خلال ما سبق يتضح لنا أن التربية البدنية والرياضية جزءٌ مهم للغاية من التعليم، إذ يعتبر جوهر العملية التعليمية، كما أن الرياضة تلعب دورًا مهمًا إذا تم تطبيق وحداتها التعليمية بشكل صحيح، فبدونها لا نستطيع تطوير الجوانب المختلفة والمتعلقة بالشخصية الرياضية للتلميذ، أضف على ذلك أن الرياضة اليوم مبنية على وحدات تعليمية حديثة عن تلك التقليدية التي كانت تُطبق في السابق، فقد اتضح لنا من خلال استقرائنا لمختلف مصادر المعلومات وأيضا من خلال تجربتنا على أرض الواقع أنها مبنية على أسس علمية دقيقة تراعي الجوانب المذكورة أعلاه.

# الفصل الثاني: كوة اليد
# والمهلات الحركية

## تمهيد

لا يخفى علينا أن كرة اليد من الرياضات الجماعية والتي لاقت قبولًا في الوسط التربوي وأقيمت لها الكثير من المسابقات المدرسية، أضف على ذلك أن هاته الرياضة تمارس وفقًا لشروط وضوابط يتم تحديدها مراعاةً للغاية التي يصبو إليها المسؤولين على قطاع التربية، ألا وهي تمكين التلاميذ من ممارسة هذه الرياضة ولما لا احترافها، وأيضا تحقيق أعلى المستويات فيها.

عمومًا فقد ارتأينا أن نستعرض في هذا الفصل كل ما يتعلق برياضة كرة اليد وأهم المهارات الحركية التي تتضمنها وذلك في مبحثين على النحو التالي:

- **المبحث الاول:** مدخل الى كرة اليد
- **المبحث الثاني:** المهارات الحركية في كرة اليد

## المبحث الأول: مدخل إلى كرة اليد

يرغب الكثير من الأشخاص في معرفة المزيد عن رياضة كرة اليد، كونها رياضة غير معروفة بالنسبة لهم لأسباب عديدة، أخذًا بعين الاعتبار أن هناك بعض من المناطق لم تصلها بعد ويتعلق الأمر بالمناطق المسماة بمناطق الظل داخل التراب الوطني، ولأسباب أخرى كميل الأطفال لرياضة كرة القدم بشكل كبير مقارنة ببقية الرياضات الأخرى وكرة اليد من ضمنها...الخ.

وعلى الرغم من تلك العقبات إلا أن المدارس مؤخرا قد أبدت اهتماما بهذا النوع من الرياضات، مما شجع التلاميذ للإبداء عن رغبتهم في معرفة كل ما يتعلق بها وتعلمها ولما لا احترافها مستقبلًا.

وتماشيًا وما تفضلنا به فقد آثرنا تقسيم هذا الفصل إلى ثلاثة مطالب، حيث يتعلق الحديث في المطلب الأول عن التعريف بهذه الرياضة، بينما المطلب الثاني خصصناه لأهم المحطات التاريخية في نشأة كرة اليد وتطورها، وختمنا هذا المبحث في المطلب بتعداد القوانين التي تحكم هذه الرياضة.

### المطلب الأول: مفهوم كرة اليد

قد سبق لنا وأشرنا في مقدمة دراستنا وبالأخص في الجزئية المتعلقة بمصطلحات الدراسة للتعريف بهذه الرياضة إذ ذكرنا:

أن "كُرَة اليَدْ" من الناحية اللغوية عبارة عن مركب لغوي مكون من لفظين "الكُرَة" و"اليَدْ"، وعلى هذا الأساس تعرف كرة اليد من الناحية اللغوية على النحو التالي:

– لفظ "الكُرَة" في معجم اللغة العربية المعاصرة عبارة عن: "مُفْرَدٌ لِلَفْظ كُرَاتْ وَكُرَى، وَهِي جِسْمٌ مُسْتَدِيرٌ يُحِيطُ بِهِ سَطْح وَاحِدْ، فِي وَسَطِهِ نُقْطَة، جَمِيعْ الخُطُوطْ الخَارِجَة مِنْهَا إِلَيْهِ سَوَاءٌ؛ أَدَاةٌ مُسْتَدِيرَة مِنَ الجِلْدِ وَنَحْوَهُ يُلْعَبُ بِهَا وَنَذْكُرْ: كُرَة المَاءْ، كُرَة القَدَمْ، كُرَة الطَائِرَة، كُرَة اليَدْ..." (أحمد مختار عمر، 2008، صفحة 1925).

– بينما لفظ "اليَدْ" في المعجم الوسيط كالتالي: "اليَدْ عُضْو مِنْ أَعْضَاءْ الجَسَدْ، وَهِيَ مِنْ المَنْكَبْ إِلَى أَطْرَافِ الأَصَابِعْ" (إبراهيم أنس، عبد الحليم منتصر وآخرون، 2004، صفحة 1063).

أما من الناحية الاصطلاحية فقد اعتبرها الكثيرين: "من قبيل الألعاب الرياضية القديمة إذ تقام بين فريقين، وكل فريق منهما يتكون من سبعة لاعبين أساسيين وخمسة احتياطيين (أو بدلاء)، وهاته الرياضة تمتاز بسرعة الأداء والتنفيذ، ولها قواعد وقوانين خاصة بها" (خلود مانع الزبيدي، 2008، صفحة 20).

وبقولنا الأداء في كرة اليد فقد أكد الدكتور كمال درويش أن طبيعة ذلك الأداء تعتمد أساسًا على أداء اللاعب في مهارات كرة اليد الأساسية سواءٌ الدفاعية أو الهجومية، وكيفية تكيفه مع الخطط المرسومة من قبل المدرب، بعبارة أخرى كيفية تكييفه لمهاراته تلك مع العمل الخططي (كمال درويش، 1998، صفحة 18)، كما أن طبيعة الأداء في كرة اليد تختلف من ركض اللاعب بالكرة عن ركضه بدونها إلى جريه وتنسيقه لدوره في الملعب من الدفاع إلى الهجوم، فلعبة كرة اليد تخضع لحركات مختلفة ومتغيرة المواقف، بحيث لا تكون هناك شروط ثابتة للأداء والمواقف تتعلق بحركات الخصم واتفاقه (كمال درويش، 1998، صفحة 18).

أما الدكتورة وسام الرشدان ترى أنها: "رياضة جماعية يلتقي فيها فريقان على أرضية ملعب مخصص لهاته الرياضة، وكل فريق منهما يتكون من 12 لاعب: سبعة منهم أساسيين و05 احتياطيين، وكل فريق منهما له الحق في وقت مستقطع تصل مدته لدقيقة، يأخذه ثلاث مرات فقط خلال المباراة الواحدة، وبخصوص ذلك لا يحق للفريق الواحد أن يأخذ أكثر من وقت مستقطع خلال تلك الدقيقة".

وبالتالي الهدف من هذه اللعبة هو تسجيل أكبر عدد من الأهداف في مرمى الخصم لتحقيق الفوز؛ عمومًا يختلف وقت المباراة حسب العمر، فعلى سبيل المثال في المباريات فوق سن 16 سنة تكون المدة (2×230).

يقول محمد صبحي حسنين وكمال عبد الحميد إسماعيل أن: "كرة اليد لعبة جماعية تلعب باليد وتُجْرَى داخل ملعب خاص بها، إذ يحاول كل فريق إحراز الأهداف داخل مرمى المنافس وفقا للقوانين المعمول بها في الاتحاد العالمي لكرة اليد" (رياض اولمان، 2019 – 2020، صفحة 10).

**المطلب الثاني: نبذة عن تاريخ كرة اليد**

يذكر الدكتور رياض اولمان أن هناك اختلاف بين المؤرخين حول البداية الفعلية لرياضة كرة اليد، فالبعض يرى أنها ظهرت سنة 1898 بمدينة أوردروب على يد أحد مدربي الجمباز، بينما البعض الآخر يرى أنها لعبة معدلة مارستها تشيكوسلوفاكيا سنة 1902 وقد أطلقوا عليها آنذاك اسم "أزينا" أو "هازينا" وهو مصطلح لا يزال ليومنا هذا يطلق على هذه الرياضة في كثير من دول أوروبا الشرقية (رياض اولمان، 2019 – 2020، صفحة 15).

بينما يرى آخرون بأنها ظهرت سنة 1919 بأوكرانيا، إلا أن أغلب المؤرخين يرون أن الأصح هو ما تم على يد مدرب الجمباز الألماني "ماكس هيزر" والذي يرجع له فضل ظهور هذه اللعبة إبان الحرب العالمية الأولى، وبطبيعة الحال ساعده في ذلك بعض معلمي التربية الرياضية أمثال "شلينز" (رياض اولمان، 2019 – 2020، صفحة 10).

عمومًا فقد خُصِّصَت هذه الرياضة في بادئ الأمر للفتيات وبناءً على ذلك أقيمت لهن بعض الدورات: الدورة الأولى كانت سنة 1917 بين 08 فرق ببرلين الألمانية، أما الدورة الثانية شهدت انضمام الذكور لهذه الرياضة وكانت سنة 1925، بحيث أقيمت فيها أول مباراة دولية لهذه الرياضة، وكانت هذه المباراة بين ألمانيا والنمسا وكان الفوز من نصيب النمسا بـ 06 مقابل 03 (رياض اولمان، 2019 – 2020، صفحة 10).

ثم سارعت هذه الرياضة في التطور والانتشار على مستوى بقاع العالم على الرغم من الوضع الكارثي آنذاك بسبب الحرب العالمية، فظهرت أول لجنة دولية تشرف على هذه الرياضة، ثم تم الاتفاق على أن تصبح من ضمن الألعاب الأولمبية وكان ذلك سنة 1934، وفي سنة 1938 تم تنظيم دورة دولية لكرة اليد بنوعيها "11 لاعب" و"07 لاعبين" وتلك البطولة اعتبرت أول بطولة عالمية من نوعها، واستمرت بعد نهاية الحرب العالمية الثانية في التطور لحين وصلت إلى ما هي عليه اليوم (رياض اولمان، 2019 – 2020، صفحة 10، 11).

البداية الفعلية لكرة اليد في الجزائر كانت بعد الحرب العالمية الثانية بالضبط سنة 1949 ويتعلق الأمر بكرة اليد 11 لاعب، أما تلك الخاصة بـ 07 لاعبين فكانت سنة 1953، ويُذكر أن عدد ممارسيها قليل سواءٌ في تلك الفترة أو حتى بعد الاستقلال؛ لاحقًا تم تعيين الأستاذ "حماد عبد الرحمن" وكذلك الأستاذ "إسماعيل مداوي" بغية إنشاء فدرالية وطنية خاصة بهذه الرياضة،

ويُشهد للأستاذ "إسماعيل مداوي" رئاسته للرابطة الولائية لكرة اليد بالجزائر العاصمة التي شملت آنذاك كلًا من: (دادي عبد العزيز، 2006 – 2007)

- فريق الراسينغ الخاص بجامعة الجزائر.
- فريق المجموعة اللائكية للطلبة الجزائريين.
- فريق Omse Saint Augin بولوغين...الخ.

لتنخرط لاحقًا الجزائر إلى الفدرالية العالمية.

وفيما جدول لأهم مشاركات الجزائر في البطولات المخصصة لرياضة كرة اليد، ونود أن ننوه أن البيانات التي تداولناها في الجدول لا تشمل كل المشاركات وإنما بعضًا منها:

**جدول رقم (01): يمثل البطولات التي شاركت فيها الجزائر وعدد الميداليات المتحصلة عليها**

| البطولة | عدد المشاركات | الميداليات المتحصل عليها | | | سنة المشاركة |
|---|---|---|---|---|---|
| | | الذهبية | الفضية | البرونزية | |
| البطولة المغاربية | 04 | 01 | 02 | 01 | 1969 |
| البطولة العربية | 01 | 00 | 01 | 00 | 2000 |
| الألعاب العربية | 03 | 01 | 02 | 00 | 1985 |
| ألعاب البحر الأبيض المتوسط | 11 | 01 | 01 | 01 | 1967 |
| الألعاب الإفريقية | 09 | 04 | 03 | 01 | 1973 |
| كأس القارات | 02 | 01 | 00 | 00 | 1998 |

**المصدر:** (رياض اولمان، 2019 – 2020، صفحة 18)

ونذكر كذلك أن الجزائر في الفترة الممتدة من سنة 1974 إلى 2015 قد شاركت في 24 بطولة عالمية لكرة اليد وفيما يلي جدول لأهم إنجازاتها في تلك الفترة:

**جدول رقم (02): يمثل أهم المشاركات الجزائرية في البطولات العالمية لكرة اليد**

| البلد المنظم للبطولة | تاريخ البطولة | رقم البطولة | المركز المحقق |
|---|---|---|---|
| ألمانيا | 1974 | 08 | 15 |
| ألمانيا | 1982 | 10 | 16 |
| سويسرا | 1986 | 11 | 16 |
| تشيكوسلوفاكيا | 1990 | 12 | 16 |
| السويد | 1993 | 13 | 16 |
| ايسلندا | 1995 | 14 | 16 |
| مصر | 1999 | 16 | 15 |
| فرنسا | 2001 | 17 | 13 |
| البرتغال | 2003 | 18 | 18 |
| تونس | 2005 | 19 | 17 |
| كرواتيا | 2009 | 21 | 19 |
| السويد | 2011 | 22 | 15 |
| إسبانيا | 2013 | 23 | 17 |
| قطر | 2015 | 24 | 24 |

**المصدر:** (رياض اولمان، 2019 – 2020، صفحة 19)

وقد كان كذلك للجزائر نصيب في البطولات الإفريقية، وفيما يلي جدول يوضح أهم الإنجازات التي استطاعت الجزائر تحقيقها:

**الجدول رقم (03): إنجازات الفريق الجزائري لكرة اليد في البطولات الإفريقية**

| انجازات المنتخب الجزائري في البطولات الإفريقية | | | |
|---|---|---|---|
| **الدورة** | **السنة** | **البلد المنظم** | **الإنجاز (الرتبة)** |
| 02 | 1976 | الجزائر | الوصيف (الثانية) |
| 03 | 1979 | الكونغو | الثالثة |
| 04 | 1981 | تونس | بطل إفريقيا |
| 05 | 1983 | مصر | بطل إفريقيا |
| 06 | 1985 | أنغولا | بطل إفريقيا |
| 07 | 1987 | المغرب | بطل إفريقيا |
| 08 | 1989 | الجزائر | بطل إفريقيا |
| 09 | 1991 | مصر | الوصيف (الثانية) |
| 10 | 1992 | ساحل العاج | الثالثة |
| 11 | 1994 | تونس | الوصيف (الثانية) |
| 12 | 1996 | البينين | بطل إفريقيا |
| 13 | 1998 | جنوب إفريقيا | الوصيف (الثانية) |
| 14 | 2000 | الجزائر | الوصيف (الثانية) |
| 15 | 2002 | المغرب | الوصيف (الثانية) |
| 16 | 2004 | مصر | الرابعة |
| 18 | 2008 | أنغولا | الثالثة |
| 19 | 2010 | مصر | الثالثة |
| 20 | 2012 | المغرب | الوصيف (الثانية) |
| 21 | 2014 | الجزائر | بطل إفريقيا |
| 22 | 2016 | الغابون | السادسة |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 23 | 2020 | تونس | الثالثة |

**المصدر:** (رياض اولمان، 2019 – 2020، صفحة 21)

**المطلب الثالث: قوانين رياضة كرة اليد**

بطبيعة الحال طالما أن كرة اليد رياضة معترف بها عالميا ومحليا ومن ضمن رياضات الألعاب الأولمبية وأيضا تُقام لها بطولات محلية وعالمية، فهي تحكمها نصوص قانونية تضبطها وتُمَكِّنْ القائمين عليها من الحرص على أن تتم في أجواء تملؤها الشفافية، دون الإطالة ارتأينا أن نستعرض أمامكم الجدول التالي والذي يحتوي على تلك النصوص القانونية:

**جدول رقم (04): يمثل النصوص القانونية التي تحكم رياضة كرة اليد**

| النصوص القانونية | |
|---|---|
| **المادة 01:** الميدان | شكله مستطيل يبلغ طوله 40 مترا وعرضه 20 مترا. |
| **المادة 02:** المرمى | طوله 3 م وارتفاعه 2 متر، أما العارضة والقائمتين فتكون مصنوعة من الخشب بسمك 8 سم وتكون بلونين مختلفين. |
| **المادة 03:** الكرة | تصنع بغلاف من الجلد او مادة بلاستيكية بشرط ألا تكون ملساء. |
| **المادة 04:** اللاعبين | يتكون فريق كره اليد من 14 لاعب وذلك يتمثل في 7 لاعبين في الميدان و7 لاعبين آخرين في الاحتياط. |
| **المادة 05:** زمن المباراة | المباراة تتكون من شوطين حيث تبلغ مدة كل شوط 30 دقيقة مع راحة بين الشوطين تقدر بـ 10 دقائق. |
| **المادة 06:** حارس المرمى | يسمح لحارس المرمى أن يصبح لاعبا بشرط أن يبدل ملابسه كما يسمح له أن يلامس الكرة بأي جزء من جسمه داخل منطقه المرمى. |

| | |
|---|---|
| **المادة 07:** لعب الكرة | يسمح للاعب بإيقاف وضرب ومسك ورمي الكرة وذلك باستخدام اليدين، الذراعين، الرأس، الجذع، الفخذين، وكذلك الركبة ويسمح له أيضا بالاحتفاظ بالكرة لمدة اقصاها ثلاث ثواني كما يسمح له بالتحرك والكرة في يده لمسافة لا تتجاوز ثلاث خطوات. |
| **المادة 08:** الدخول على المنافس | يسمح له باستخدام اليدين والذراعين للحصول على الكرة وأيضا باستخدام اليد المفتوحة للعب بعيدا عن المنافس، ويسمح له كذلك باستخدام جذعه شرط ألا تكون الكره بحوزته. |
| **المادة 09:** تسجيل الأهداف | يحتسب الهدف إذا عبرت الكرة بكامل محيطها خط المرمى الداخلي ولم يرتكب الرامي وزملائه أية مخالفة اثناء ذلك. |
| **المادة 10:** رمية الإرسال | حيث يبدأ الفريق الفائز في القرعة برمية الارسال وذلك إذا اختار أن يبدأ بالكرة، بينما يختار الفريق المنافس جهة الملعب أما في الشوط الثاني يؤديها الفريق الذي لم يقوم بها في بداية الشوط الأول. |
| **المادة 11:** الرمية الجانبية | تُحسب عندما تعود الكرة إلى الخط الجانبي وتلعب بدون صافرة. |
| **المادة 12:** الرمية الحرة | يتم تنفيذها عند ارتكاب المخالفة دون صافرة الحكم. |
| **المادة 13:** رمية حارس المرمى | تحتسب رمية حارس المرمى بدون صافرة الحكم عندما تتجاوز الكرة خط المرمى الخارجي وتؤخذ من داخل منطقة المرمى. |
| **المادة 14:** رمية سبعة أمتار | يصطلح عليها بالرمية الجزائية إذ تُؤَدَّى بالتصويب على المرمى خلال ثلاثة ثواني من صافره الحكم وكذلك لا يسمح لأي لاعب بخلاف الرامي أن يتواجد بين خطي تسعة أمتار وخط منطقة المرمى عند أداء هذه الرمية. |

| | |
|---|---|
| **المادة 15:** رمية الحكم | حيث يستأنف اللعب برمية الحكم وذلك إذا ارتكب لاعب الفريق خطأ في قواعد اللعب في وقت واحد، وكذلك اذا لمست الكرة السقف أو أي شيء مثبت فوق الملعب وفي حالة أيضا إيقاف اللعب دون وجود مخالفة ولم يكن أي فريق مستحوذ على الكرة. |
| **المادة 16:** الرميات | يجب على الجميع اتخاذ أماكن تتوافق مع الرمية المعينة. |
| **المادة 17:** العقوبات | حيث يمكن إعطاء إنذار في حالة المخالفات التي تتعلق بالدخول على المنافس ومخالفات المنافسين التي تتعلق بالتنفيذ النموذجي للرميات والسلوك غير الرياضي من لاعب أو إداري الفريق. |
| **المادة 18:** الحكام | يدير المقابلة حكمان متساويان في السلطة يتحملان مسؤولية المباراة يساعدهما مسجل وميقاتي، حيث يراقب الحكمان وسلوك اللاعبين من لحظة دخولهم الملعب وحتى مغادرتهم. إذ لم يتمكن أحد الحكام من الاستمرار حتى نهاية المباراة فعلى الحكم الآخر أن يكمل المباراة. |
| **المادة 19:** المسجل والميقاتي | يراقب الميقاتي وقت اللعب وعدد اللاعبين والاداريين في منطقه التبديل ودخول وخروج اللاعبين البدلاء وكذلك زمن إيقاف اللعب موقوفين. |

**المصدر:** (بلفريطس ياسين، 2022، الصفحات 01 – 04)

## المبحث الثاني: المهارات الحركية في كرة اليد

لقد وصلت كرة اليد إلى مستوى من التقدم بشكل جذب الكثيرين لممارستها وهو أحد الأهداف التي كنا قد ذكرناها في المبحث الأول (ذكرنا أن القائمين عليها يسعون لنشرها في مختلف بقاع العالم ووسط مختلف الفئات العمرية وخاصة الأطفال)؛ عمومًا فقد شاع في وسط هؤلاء المهارات التي تتضمنها هذه الرياضة والتي تميزها عن الرياضات الأخرى المشابهة لها، ومن ضمن تلك المهارات نذكر المهارات الحركية موضوع هذا المبحث، والذي قسمناه إلى ثلاث مطالب حيث: سنتطرق في المطلب الأول لمفهوم هذه المهارات وأهم خصائصها، أما في المطلب الثاني سنتطرق لأنواعها، ونختتم هذا المبحث في المطلب الثالث بذكر المراحل المُتَّبعة لغرض تعلمها.

### المطلب الأول: مفهوم المهارات الحركية وخصائصها

#### أولا: مفهوم المهارات الحركية

من الناحية اللغوية سنتبع نفس المنحى الذي قمنا بتسطيره في بداية دراستنا هذه، أي بالتمعن في اللفظ محل التعريف، إن كان لفظًا مفردًا أو عبارة أو مركب لفظي، وفي حالتنا هذه نجد أن "المَهَارَاتْ الحَرَكِيَّة" هي مركب لغوي مكون من لفظين: اللفظ الأول "المَهَارَاتْ" واللفظ الثاني "الحَرَكِيَّة"، أضف على ذلك أننا عرفنا هذا المركب اللغوي في مطلع دراستنا، وأهم ما ورد بخصوصه كان كالتالي:

– ورد تعريف لفظ "المَهَارَاتْ" في معجم اللغة العربية المعاصرة كالتالي: "لَفْظٌ مُشْتَقٌ مِنَ الفِعْلِ مَهَرَ فَنَقُولُ: مَهَرَ يَمْهَرُ مَهَارَةً فَهُوَ مَاهِرٌ وَالمَفْعُولُ مَمْهُورٌ، وَمَهَرَ الشَّخْصَ الشَّيْءَ/بِالشَّيْءِ/فِي الشَّيْءِ بِمَعْنَى أَتْقَنَهُ وَبَرَعَ فِيهِ وَأَجَادَهُ؛ وَالمَهَارَةُ هِيَ القُدْرَة عَلَى أَدَاءِ عَمَلٍ بِحَذَقٍ وَبَرَاعَةٍ" (أحمد مختار عمر، 2008، صفحة 2132، 2133).

– أما لفظ "الحَرَكِيَّة" فورد تعريفها اللغوي على النحو التالي: "لَفْظٌ مُشْتَقٌ مِنَ المَصْدَرْ حَرَّكَ فَنَقُولْ حَرَّكَ يُحَرِّكُ تَحْرِيكًا فَهُوَ مُحَرِّكٌ، وَالحَرَكَة فِي العُرْف العَامْ تَعْنِي اِنْتِقَالْ الجِسْم مِنْ مَكَانٍ إِلَى آخَرْ، أَوْ اِنْتِقَالْ جُزْء مِنْهُ" (إبراهيم أنس، عبد الحليم منتصر وآخرون، 2004، صفحة 168).

أما من الناحية الاصطلاحية فقد عُرِّفَت المهارات الحركية على أنها: "قدرة الفرد على الوصول إلى نتيجة ما من خلال أداء حركي بأقصى حد ممكن في مقابل استهلاك أقل قدر من الطاقة وذلك في أقصر وقت ممكن" (مفتي إبراهيم حماد، 2002، صفحة 15).

وهناك من يرى أنها: "حركات تمهد للرياضة المُبتغى ممارستها وذلك في المراحل اللاحقة، إذ تم تطوير هذه الحركات بشكل يتناسب مع الخصائص التنموية للمرحلة الأساسية" (محمد سلمان فياض الخزاعلة، وصفي محمد فرحان الخزاعلة، 2009، صفحة 341).

وحوصلةً لما تقدم فإن المهارات الحركية تعتبر جوهر الأداء في أي نشاط رياضي، فتعلمها لا يأتي من خلال القراءة أو النظر والملاحظة فقط، بل من خلال الممارسة الفعلية للأداء مقرونة بالتعلم والتوجيه.

إضافة لما تقدم فإن الوقت المستغرق لتعليم المهارات الحركية يختلف باختلاف المرحلة والجنس ونوع المهارة ومستوى المتعلم الفردي (خيرية إبراهيم السكري، وسيلة محمد مهران وآخرون، 2005، صفحة 31).

وفيما يلي صورة توضيحية لبعض المهارات الحركية الممارسة في رياضة كرة اليد:

**الشكل رقم (06): يمثل بعض المهارات الحركية في رياضة كرة اليد**

**المصدر**: المكتبة الرياضية الشاملة، **قواعد ممارسة لعبة كرة اليد**، الموقع الإلكتروني https://www.sport.ta4a.us/team-sports/handball/161-law-handball.html

**ثانيا: خصائص المهارات الحركية**

استنادًا منا لما جاء به الأخصائيين والخبراء، فإن المهارات الحركية تمتاز بجملة من الخصائص، بيانها كالتالي:

**1- تعلم المهارة**

تتطلب المهارة التدريب والتحسين بالخبرة.

**2- للمهارة نتيجة نهائية**

نقصد بالنتيجة النهائية لأداء المهارة الهدف المطلوب تحقيقه من الأداء.

**3- المهارة تحقق النتائج بشكل متسق**

ونعني بهذا أن الهدف من أداء المهارة يتحقق بشكل متسق من أداء إلى آخر من خلال محاولات متعددة شبه متتالية.

**4- يتم أداء المهارة مع الاقتصاد في الجهد والفعالية**

أي أن يتم أداء المهارة بتناغم وانسجام وانسيابية وتوقيت مناسب، وبسرعة وببطء بما يتناسب مع متطلبات الأداء الحركي خلالها.

**5- قدرة القائمين على المهارة على تحليل متطلبات استخدامها**

اللاعبون المهرة من الذكور والإناث قادرون على تحليل متطلبات استخدام المهارة في المواقف التنافسية المختلفة وقادرون على اتخاذ القرارات وتنفيذها على نحو فعال.

## المطلب الثاني: أنواع المهارات الحركية في كرة اليد

لا يخفى علينا أن المهارات الحركية في رياضة كرة اليد تتمحور حول المهارات الهجومية والمهارات الدفاعية، ومن خلال اطلاعنا على أهم المراجع المتناولة لهذا الموضوع نجدها قد صنفتها واعتبرتها أنواعًا للمهارات الحركية، على العموم فبيان تلك المهارات كالتالي:

### أولا: المهارات الهجومية

وتشمل هذه المهارات كلًا من:

**1- مهارة إمساك الكرة**

وتعتبر مهارة إمساك الكرة من المهارات الأساسية المهمة وأولى المبادئ الأساسية في كرة اليد.

**الشكل رقم (07): يمثل صورة توضيحية لإمساك لاعب لكرة اليد**

**المصدر**: موقع Pam، **كرة اليد.. ناديا "الوداد الرياضي" و"الرياضات الرشيدية" يلتحقان بالقسم الممتاز**، الموقع الإلكتروني:

https://www.pam.ma/كرة-اليد-ناديا-الوداد-الرياضي-والريا

## 2- مهارتي الاستلام والاجتياز

الاستلام والاجتياز مهارتان مترابطتان، ولا يمكن الفصل بينهما إلا لتوضيح الجانب التعليمي لكل مهارة على حدى، فبعد كل شيء كلتا المهارتين تؤثر وتتأثر بالأخرى (بزار علي جوكل، 2008، صفحة 37).

ولا تقل مهارة استلام الكرة أهمية عن مهارة إمساك الكرة، من ناحية أنها أكثر استخدامًا أثناء اللعب كقاعدة عامة، وعلى هذا الأساس يجب أن يتم الاستقبال الجيد للكرة باليدين أو بيد واحدة، مما يساعد على عدم فقدانها، ويساعد أيضًا على أداء تمريرات جيدة.

عمومًا يمكننا تقسيم مهارة استلام الكرة إلى: (منير جريس، 1994، صفحة 96)

- استلام الكرة بكلتا اليدين.
- استلام الكرة بيد واحدة.

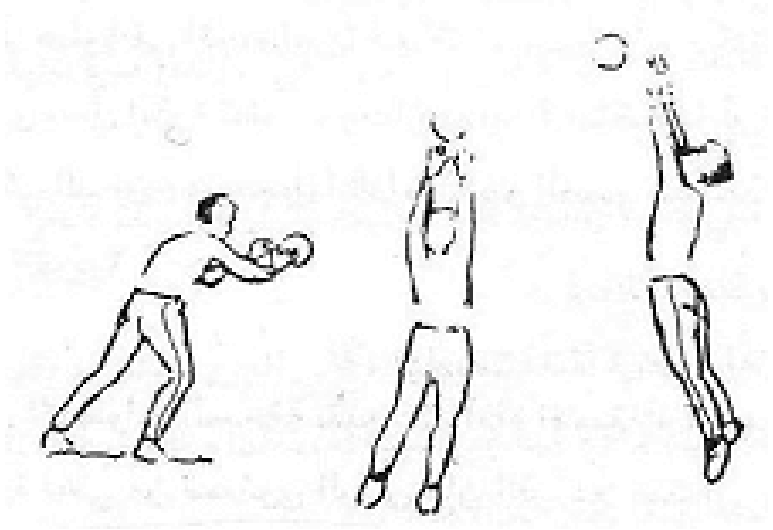
**الشكل رقم (08): يمثل صورة توضيحية لكيفية استلام الكرة**

**المصدر**: موقع المقاتل، **استلام كرة اليد**، الموقع الإلكتروني:
http://www.moqatel.com/openshare/Behoth/Mrydia15/handball/fig06.gif_cvt.htm

### 3- مهارة إيقاف الكرة

تستخدم مهارة إيقاف الكرة لمحاولة فرض السيطرة على الكرة في حالة التمرير السيئ أو عندما يكون من المستحيل استلام الكرة بشكل صحيح (منير جريس، 1994، الصفحات 97 – 99).

**الشكل رقم (09): يمثل صورة توضيحية للاعب يوقف كرة خاطئة في وضعيات مختلفة**



**المصدر**: توفيق زين العابدين، **المهارات الأساسية في كرة اليد وطرق تعليمها**، الموقع الإلكتروني:

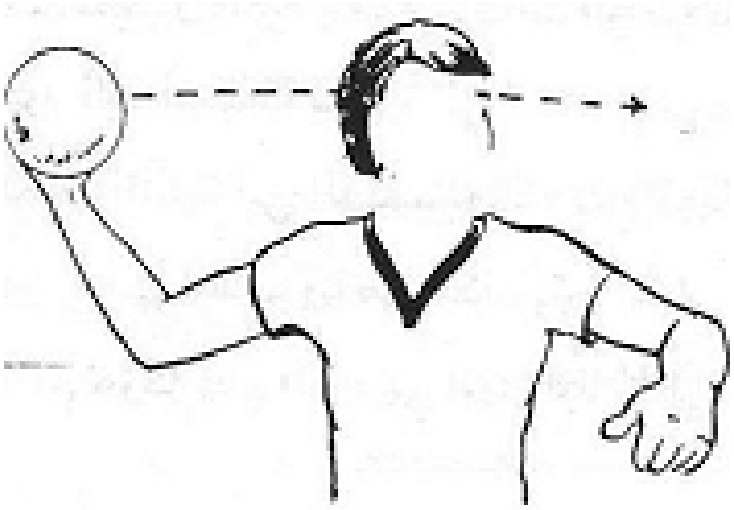
https://tawfeek-zen.blogspot.com/2017/07/blog-post_99.html

### 4- مهارة تمرير الكرة

ويختلف التمرير من وجهة نظر الخبراء حسب مسافة واتجاه وارتفاع التمرير وتوقيته، وعلى هذا الأساس يمكن القول أن أنواع التمرير كالتالي: (سعيد نزار سعيد، 2012، صفحة 78)

- **التمريرة الكتفية:** وتعتبر من أهم التمريرات في كرة اليد وتستخدم سواء للتمرير أو التسديد على المرمى؛ نذكر كذلك أن هناك نوعان من هذه التمريرة وذلك حسب طريقة الأداء، حيث نجد أن هناك التمريرة من القاعدة، وأيضًا التمريرة من الركض (منير جريس، 1994، صفحة 102).

**الشكل رقم (10): يمثل صورة توضيحية للتمريرة الكتفية**



**المصدر**: توفيق زين العابدين، مرجع سابق

- **التمريرة المرتدة:** والتي تستخدم لتجنب مقاطعة تمريرة الخصم الذي يقف بين اللاعب حامل الكرة والزميل الذي سيستلمها، ويتم تنفيذها بشكل تقريبي مثل تمريرة الكتف، ولكن مع اختلاف بسيط حيث يتم توجيه الكرة نحو الأرض وترتد إلى زميله في نفس الفريق الذي يستلم الكرة بدوره.

- **التمريرة القفزية:** وهذه التمريرة مشتقة من التسديد بالقفز، وتعتمد بشكل كبير على حركة المعصم الجيدة لإرسال الكرة بسرعة إلى زميل في الفريق.

- **تمريرة الرسغية:** وتشمل بدورها: تمريرة المعصم إلى الأمام، وكذلك تمريرة المعصم إلى الخلف، وأيضا تمريرة الرسغ إلى الجانب (منير جريس، 1994، الصفحات 94 - 96).

### 5- مهارة تنطيط الكرة

حيث تُستخدم هذه المهارة لكسب المسافة في حال كان المهاجم بمفرده، وفي حال عدم قدرته على التمرير إلى زميله في نفس الفريق، ويتم إجراء هذه المهارة بيد واحدة سواءٌ اليسرى أو اليمنى بحسب كل لاعب (منير جريس، 1994، صفحة 141).

### 6- مهارة تسجيل الهدف

الهدف من ممارسة كرة اليد هو إصابة أو تسجيل الأهداف وهو ما يمكن الفريق من الفوز، وعلى هذا الأساس يعتبر التسديد الحركة النهائية لكل المهارات سالفة الذكر.

هناك عدة أنواع من التصويب نذكر: (منير جريس، 1994، صفحة 124)

- التسديد من الكتف.
- التسديد بالوثب.
- التسديد بالسقوط (الأمامي وكذلك الجانبي).

**الشكل رقم (11): يمثل صورة توضيحية لمهارة تسجيل الهدف**

**المصدر**: المكتبة الرياضية الشاملة، **المهارات الهجومية في كرة اليد**، الموقع الإلكتروني:
https://www.sport.ta4a.us/team-sports/handball/1985-offensive-skills-handball.html

## 7- مهارة الخداع

إذ يستخدم المهاجم الخداع كوسيلة للتخلص من إعاقة خصمه، وبذلك يعتبر الخداع وسيلة فعالة لتحويل انتباه الخصم إلى الاتجاه الخاطئ أو الاستعداد لحركة بغرض صرفه عن الحركة الرئيسية، بعبارة أدق فإن الغرض منه جعل المنافس يستجيب بطريقة خاطئة.

وللخداع نوعان وهما: (منير جريس، 1994، صفحة 140)

- **الخداع بدون الكرة:** ونادرًا ما يستخدم هذا الأسلوب، ويهدف ممارسه من خلاله إلى تجاوز المدافع الذي أمامه، وقد يلجأ في كثيرٍ من الأحيان إلى: الخداع عن طريق تغيير سرعة الجري، والخداع البسيط بالجسم.

- **الخداع بالكرة:** وهو من أهم أنواع الخداع المستخدمة في كرة اليد، بحيث يهدف ممارسه إلى تحرير ذراعيه من متناول المدافعين، وذلك بإحدى الطرق التالية: إما عن طريق الخداع بالجسم، أو الخداع قبل التمرير، وإلا الخداع قبل التصويب، وقد يلجأ كذلك للخداع قبل تنطيطه للكرة.

**ثانيا: المهارات الدفاعية**

إن الدفاع الفردي لم يعد مقتصر على استخدام اللاعب لمهارته الدفاعية لمنع اللاعب المهاجم من تسجيل هدف في مرماه، بل تعدى الأمر ذلك إلى استخدامه لتلك المهارات لعرقلته قبل حتى استلامه للكرة وبالتالي تقييد الهجمة ككل وإفشاله (عماد الدين عباس أبو زيد، كمال درويش وآخرون، 1999، صفحة 19).

وفيما يلي مهارات الدفاع في كرة اليد:

**1- وضعية الاستعداد الدفاعي:** هي الوضعية التي يبدأ منها اللاعب التحرك لمنع لاعبي الفريق المهاجم من تنفيذ الخطة الهجومية وتسجيل الأهداف.

**2- المهارات الأساسية للدفاع ضد المهاجم غير المستحوذ على الكرة:** وتشمل هذه المهارات ما يلي: (عماد الدين عباس أبو زيد، كمال درويش وآخرون، 1999، الصفحات 22 - 26)

- **التحركات الدفاعية:** هي تحركات آلية هادفة يؤديها المدافع بخطوات سريعة وقصيرة ومتقاربة ودقيقة، تهدف إلى منع المهاجم من تنفيذ هجومه.

- **التوقف:** إذا كانت الوسائل الفعالة لتحركات المدافع هي الخطوات التلقائية السريعة والقصيرة والمتتابعة، فيجب أن تتبع هذه الحركات عملية توقف متوازنة تتيح للاعب المدافع أن يكون له وضعية دفاعية مناسبة يستطيع من خلالها إيقاف الهجوم.

- **احتجاز المهاجم:** ويعني ذلك أن يقوم المدافع بمنع المهاجم من الحركة أو سد طريق جريه أو على الأقل تأخيره عن الوصول إلى المكان الذي يمكنه من خلاله تنفيذ العملية الهجومية منه، وذلك من خلال قيام المدافع بوضع جذعه بمرونة أمام جسم المهاجم بحركة اعتراضية قانونية.

**3- المهارات الدفاعية الأساسية للدفاع ضد من يستحوذ على الكرة:** وتشمل هذه المهارات ما يلي: (عماد الدين عباس أبو زيد، كمال درويش وآخرون، 1999، الصفحات 22 - 26)

- صد التمريرات.
- عرقلة التصحيحات.
- التصدي للمراوغة.

**الشكل رقم (12): يمثل صورة توضيحية لكيفية دفاع فريق ضد هجوم فرق آخر**

**المصدر:** موقع جريدة الأنباء، **"الدفاع" بطلًا لكأس كرة اليد للوزارات**، الموقع الإلكتروني: https://www.alanba.com.kw/ar/sport-news/1030280/-الدفاع-بطلا-لكأس-كرة-اليد-للوزارات-16-03-2021

**ثالثا: المتطلبات المهارية لحارس المرمى**

يعتبر حارس المرمى من أهم المراكز في لعبة كرة اليد ويلعب دورا أساسيا في إدارة اللعب ودقته، بحيث تعتمد عليه نتائج فريقه، فسرعة رد الفعل وخفة الحركة والمرونة وقدرات التركيز والذكاء والانتباه وإتقان المهارات الأساسية هي الخصائص التي تميز حارس المرمى المحترف عن السيء.

ومن أهم المهارات الدفاعية الأساسية لحارس المرمى نذكر: (محمد حسن علاوي، كمال الدين عبد الرحمن درويش وآخرون، 2003، صفحة 35)

- الوقفة الجاهزة.
- الحركة الدفاعية.
- الدفاع بالذراعين.
- الدفاع بالقدمين.
- الدفاع بالقفز...إلخ.

**الشكل رقم (13): يمثل صورة توضيحية لحارس مرمى وهو يدافع عن مرماه**

**المصدر:** موقع جريدة البيان، **كرة اليد.. أهداف بالجملة**، الموقع الإلكتروني:
https://www.albayan.ae/sports/all-games/2017-02-20-1.2863423

بينما من أهم المهارات الهجومية الأساسية لحارس المرمى نذكر: (محمد حسن علاوي، كمال الدين عبد الرحمن درويش وآخرون، 2003، صفحة 35)

- تمرير الكرة.
- استلام الكرة.
- والمشاركة في الهجوم.

**المطلب الثالث: مراحل تعلم المهارات الحركية في كرة اليد**

بعض استعرضنا لجملة المهارات التي تميز لاعب كرة اليد عن لاعبي الرياضات الأخرى، سواءٌ تلك التي تتعلق بالهجوم أو الدفاع أو حتى حراسة المرمى والتي تشترك بين الدفاع والهجوم، لذا ارتأينا ومن خلال هذا المطلب أن نوضح كيفية تعلم تلك المهارات من خلال المراحل التالية:

**المرحلة الأولى: مرحلة التعديل الأولي للمهارة**

بطبيعة الحال الإنسان وعند ممارسته لنشاط حركي جديد عليه يصاب بالتوتر، ويتضح ذلك من خلال أدائه الأولي والذي يتسم بعدم الاحترافية وكثرة الأخطاء، وبالتالي لا يؤدي الحركة المطلوبة منه بالشكل المطلوب والصحيح وهذا ينطبق على رياضة كرة اليد، لذا أوجد الخبراء مجموعة من الخطوات الواجب على المدرب أو المعلم تلقينها للاعبيه أو تلاميذه وهي: (بلفريطس ياسين، 2022، صفحة 05)

1- الاستعانة بمجسمات مصنوعة تحاكي للحركة المطلوبة، وكذلك استخدام الصور والأفلام إن وجب عليه ذلك ويعتبر موقع اليوتيوب حقل مليء بتلك الأفلام والأشرطة التعليمية.

2- الشرح اللفظي لخصائص تلك الحركات وكيفية أدائها، ولابد أن يكون بعبارات واضحة للجميع وغير مبهمة تفاديًا لعدم إلحاق المعلومة، والاستعانة في نفس الوقت بنموذج حركي يساهم في توصيل ما يبتغي المدرب أو المعلم توصيله لهم.

3- بعد تلك الشروحات لابد للمدرب أو المعلم أن يدفع اللاعب (التلميذ في حالتنا) أن يؤدي تلك الحركات أو المهارات، ومن خلال تكراره لها يبدأ بالشعور بتك الحركة ويزداد التنسيق العصبي العضلي لديه، وبالتالي يعتاد عليها وتترسخ في ذاكرته سواءٌ الصورية أو العضلية.

**المرحلة الثانية: مرحلة التوافق الجيد**

حيث يقوم اللاعب بتكرار المهارة محل التعلم، ومع تكراره لها يبدأ مستواه في التحسن حتى يصل للمرحلة التي تتسم مهاراته بالدقة، وبالطبع كل هذا تحت إشراف المدرب أو المعلم.

**المرحلة الثالثة: مرحلة ترسيخ المهارة**

لا يكفي أن يحقق اللاعب التنسيق الجيد حتى يتمكن من أداء المهارة بدقة بل يجب أن يصل إلى النقطة التي يصبح فيها قادرا على أداء المهارة باحترافية تامة في أي لحظة من لحظات المباراة، أي أنه يصل إلى أن يصبح هذا الأداء تلقائي ومثالي دون تفكير منه (بلفريطس ياسين، 2022، صفحة 06).

## خلاصة الفصل الثاني

ختامًا لما أوردناه في هذا الفصل فقد حاولنا أن نوضح للقارئ معالم دراستنا بدءًا من التعريف بالرياضة محلها والتي تتمثل في كرة اليد كما سبق لنا وأشرنا في بداية هذا الطرح، ولا يخفى علينا أن هذه الرياضة كانت وليدة حقبة زمنية اتسمت بتوتر الأوضاع عالميًا وذلك في أعقاب الحرب العالمية الأولى، إلا أن ذلك لم يقف كعقبة في طريق أعلامها، بل سعوا إلى تجاوز نكبة الحرب العالمية الثانية كذلك، وقاموا بإنشاء اتحادات لها، وسنوا لها نصوص قانونية تنظمها، كما قاموا بإجراء بطولات على مختلف الأصعدة سعيًا منهم لإيصالها لمختلف بقاع العالم، وتوجت تلك المجهودات بأن أصبحت من ضمن الرياضات المنتشرة حاليا والجزائر من ضمن الدول التي تمارس تلك الرياضة ولها بطولات ومشاركات مشرفة على مستوى القارة الإفريقية أو المستوى العربي وكذلك المستوى العالمي.

كما حاولنا من خلال هذا الفصل أن نتطرق لأهم المهارات التي يتسم بها لاعب كرة اليد والتي تجعل منه مختلفًا عن بقية لاعبي الرياضات الأخرى، وتلك المهارات تتعلق بالهجوم والدفاع، وكذلك مهارات حارس المرمى الذي يعتبر الحصن المنيع للفريق وآخر خط دفاعي لها، كما يعتبر لاعب هو الآخر يمكنه المشاركة في الهجوم، وتلك المهارات وحتى يتم تعلمها فقد وضع خبراء هذه الرياضة مجموعة من المراحل التي يقوم من خلالها المدرب بتعليمها للاعبين وخاصة الجدد منهم والذين لا يمكنهم احترافها إلا بعد المواظبة والدراسة النظرية والتطبيقية لتلك المهارات والتكرار.

# الفصل الثالث: المراهقة وطور المتوسط

## تمهيد

استوقفتنا عظمة الخالق عز وجل للإنسان وكيف سخر له في كل مرحلة ما يسمح بتكوين شخصيته وتربية جسده وتأهيله لما سيواجهه في المرحلة القادمة من حياته، فتجده رضيعا يأخذ احتياجاته الغذائية من حليب أمه فيقول تعالى: ﴿وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ ۖ لِمَنْ أَرَادَ أَن يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ ۚ وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ﴾ (سورة البقرة، الآية 233)، وبمجرد أن يكبر ويدخل المدرسة يدخل في إطار تربيته وتأهيله المعلم الذي سيدرسه ما لم يستطع والديه منحه إياه، ويستمر الأمر إلى ما هو عليه لحين يبلغ من العمر ما يمكن أن نصطلح عليه بسنوات المراهقة.

عمومًا تعتبر مرحلة المراهقة من المراحل الأساسية في حياة الإنسان، وأصعبها لأنها تتضمن العديد من التغيرات سواءٌ الجسمية أو النفسية التي من شأنها التأثير على شخصيته مستقبلًا، ولهذا أولى علماء النفس والتربية أهمية كبيرة لهذه المرحلة من أجل التعامل مع هذه الشريحة بشكل يسمح بتكوين جيل صاعد فعال في المجتمع.

ذكرنا أعلاه أن الوسط التعليمي له دور كذلك في هاته المرحلة الحساسة من حياة الإنسان، وعلى هذا الأساس ارتأينا أن نُقَسِّمَ دراستنا في هذا الفصل بين:

- **المبحث الاول:** ماهية المراهقة
- **المبحث الثاني:** ماهية مرحلة التعليم المتوسط

## المبحث الأول: ماهية المراهقة

أشرنا في مقدمة هذا الفصل لمدى حساسية مرحلة المراهقة، وأيضا أنها إحدى أسباب تكوين شخصية الإنسان مستقبلًا لو أحسن الوالدين والأسرة التعليمية تأهيل الطفل المراهق فإنهم سيخرجون للمجتمع رجل أو امرأة صالح وله دور في خدمة ذلك المجتمع، بيد أن العكس من المحتمل أن يتحقق إن لم ينجحوا في ذلك، وعلى هذا الأساس تعتبر مرحلة المراهقة فترة مهمة مليئة بالتغيرات على كافة المستويات بخصائصها ومعطياتها.

عمومًا سنتطرق من خلال هذا المبحث إلى مفهوم المراهقة وذلك في المطلب الأول منه، بينما في المطلب الثاني لمراحل مرحلة المراهقة، ونختتمه في المطلب الثالث بتسليط الضوء على مدى أهميتها.

### المطلب الأول: مفهوم المراهقة

من الناحية اللغوية نجد أن لفظ "المُرَاهَقَة" ورد في المعجم الوسيط على النحو التالي: "لَفْظٌ مُشْتَقٌ مِنْ رَاهَقَ فَيُقَالْ: رَاهَقَ الغُلَامَ بِمَعْنَى قَارَبَ الحُلْمَ، وَالمُرَاهَقَةُ هِيَ تِلْكَ الفَتْرَة مِنْ بُلُوغِ الحُلْمَ إِلَى سِنَّ الرُشْدِ" (إبراهيم أنس، عبد الحليم منتصر وآخرون، 2004، صفحة 378).

أما معجم اللغة العربية المعاصرة فورد فيه أن: "لَفْظُ المُرَاهَقَة لَفْظٌ مُشْتَقٌ مِنْ رَاهَقَ يُرَاهِقُ مُرَاهَقَةً فَهُوَ مُرَاهِقٌ، وَالمُرَاهَقَة مَرْحَلَةٌ فِي عُمْرِ الإِنْسَانِ تَبْدَأ مِنْ بُلُوغْ الحُلْم إِلَى سِنّ الرُشْدِ، وَهَذِهِ المُرَاهَقَة تَسْتَمِرُّ بِضْعَ سَنَوَاتٍ لَا تَتَجَاوَزْ الثَّامِنَة عَشَرَة مِنَ العُمْر إِلَّا فِي حَالَاتْ مَرَضِيَّة" (أحمد مختار عمر، 2008، صفحة 951).

وهناك من عرفها بالرجوع لكيف تنطق باللغة الفرنسية أي Adolescence وهو لفظ مشتق من الفعل Adolescere وترجمتها للغة العربية تعني "الاقتراب والنمو والدنو من النضج والاكتمال الجسدي والعقلي" (فؤاد البهي السيد، 1975، صفحة 275).

أما من الناحية الاصطلاحية فهناك من عرف المراهقة بأنها: "تلك المرحلة النمائية التي يمر بها الإنسان في إحدى فترات حياته وبالضبط من مرحلة الطفولة إلى البلوغ، فتتميز بالنمو الجسمي والنفسي والعقلي" (زغينة عمار، 2007، صفحة 208).

بينما عالم النفس غرانفيل ستانلي هول G. Stanley Hall حدد سقفها المتعلق بالسن الذي تنتهي معه تلك المرحلة، حيث يرى أنها: "مرحلة عمرية تستمر لحين بلوغ الإنسان سن الـ 25 وهي بلوغه سن الرشد" (عبد المنعم المليجي، حلمي المليجي، 1971، صفحة 301)، ونحن بدورنا نرى أن هناك اختلاف فيما يخص السن الذي يعتبر سن الرشد بحيث أن بعضًا من الدول تعتبر 19 سنة مثل الجزائر، ودول أخرى تراه 18 سنة، ودول تراه يتعدى ذلك لذا كان الأحرى عدم تحديد ذلك السن كمعيار لانتهاء مرحلة المراهقة والاكتفاء بالقول بلوغ سن الرشد.

**المطلب الثاني: مراحل المراهقة**

والمراهقة لا تأتي في مرحلةٍ واحدة وإنما هي الأخرى لها مراحل يمر من خلالها الإنسان بالتغيرات المشار لها مسبقًا:

**المرحلة الأولى: المراهقة المبكرة**

وتبدأ في سن الـ 12 لحين بلوغ الطفل سن الـ 14، إذ تتميز بالتغيرات البيولوجية السريعة التي تطاله، ولا يخفى علينا جملة اضطرابات القلق والتوتر والصراع والمشاعر المتضاربة التي تنتاب الطفل المراهق.

قد يتساءل أحدهم عن سبب تلك الاضطرابات، والإجابة تكمن في التغيرات التي تطال جسده وعقله ونفسه، وهو ما يؤدي إلى شعوره بعدم التوازن، ونذكر بالأخص بروز الخصائص الجنسية الثانوية وضغوط الدوافع الجنسية التي لا يعرف المراهق كيف يكبحها ويسيطر عليها.

عمومًا فإن هذه الاضطرابات الانفعالية تظهر عادة على شكل نوبات مزاجية حادة ومفاجئة وتقلبات دورية بين الحزن والفرح والشعور بالخسارة...الخ (رمضان محمد القذافي، 2000، صفحة 353).

**المرحلة الثانية: المراهقة المتوسطة**

وتبدأ من سن الـ 15 إلى سن الـ 17 سنة وتعتبر مرحلة اكتمال التغيرات البيولوجية التي تمس بجسم الطفل وخاصة ما يتعلق منها بالجنس.

على عكس المرحلة الأولى فإن المراهق في هذه المرحلة العمرية يمتاز بالشعور بالهدوء نوعًا ما، كما يمتاز بطاقته الهائلة وقدرته على العمل وإقامة علاقات متبادلة مع الآخرين، ومن خصائص هذه المرحلة كذلك شعور المراهق بالمسؤولية وميله لمساعدة الآخرين، وكذلك اهتمام

بالأمور المتعلقة بالجنس الآخر (ميوله تجاهه ومحاولته التقرب وإقامة علاقات معه) (أكرم خطايبة، 1997، صفحة 72، 73).

**المرحلة الثالثة: مرحلة المراهقة المتأخرة**

آخر مرحلة للمراهقة وتبدأ من سن الـ 18 إلى 20 سنة بالتقريب، وقد أشرنا سابقًا أن سن الرشد يختلف من بلد لآخر (من قانون لآخر) وأيضا بحسب حالة كل مراهق وظروفه؛ عمومًا في هذه المرحلة يكون الشاب أو الشابة بالغين في المظهر، وفي الوظائف الجسمية والعقلية والجنسية بالأخص، وكذلك كلٌ منهم له شخصيته التي تميزه عن الآخر.

يتميز المراهق في هذه المرحلة بالقوة والشعور بالاستقلالية، وكذلك بوضوح هويته كما سبق لنا وأشرنا أعلاه (رمضان محمد القذافي، 2000، صفحة 357).

**المطلب الثالث: أهمية المراهقة**

لمرحلة المراهقة أهمية كبيرة في حياة الإنسان، لأنها السن الذي يتحدد فيه مستقبله، والفترة التي يمر بها بصعوبات كثيرة، ويعاني من صراعات وقلق، ومن الممكن أن ينجرف الفرد في هذا العمر إذا لم يجد فمن لا يأخذ بيده ويساعده في التغلب على هذه العقبات، ولذلك فإن رعاية المراهق والاهتمام به من أهم متطلبات التربية وهنا يظهر دور أسرته التي يعيش في كنفها وكذلك الأسرة التربوية (المعلمين والمراقبين والأخصائيين الاجتماعيين ونحوهم) (إيناس خليفة خليفة، 2011).

ولابد أن ننوه إلى أن النشاط الرياضي مهم جدًا للمراهق أيًا كانت المرحلة التي يمر عليها، فالرياضة تحضره فكريا وبدنيا وتزوده بمهارات يحتاجها وخبرات حركية يجهل أنه يستطيع تعلمها وأداءها، كذلك تعتبر بمثابة المتنفس الذي يفرغ فيه مشاعره المتضاربة بين الغضب والحزن والقلق ونحوها، ولا يخفى علينا أن رياضة كرة اليد من ضمن تلك الرياضات التي تخوله ذلك، وبالتالي هذا ما حاولنا فعله كذلك من خلال تدريسنا لفئات المراهقين في المرحلة المتوسطة (السنة الثالثة من متوسطة الإخوة قروف، والرابعة متوسط من متوسطة زاغز جلول).

## المبحث الثاني: ماهية مرحلة التعليم المتوسط

التعليم في الجزائر يمر كما نعرف بأربعة مراحل حتى يتم إخراج جيل يخدم المجتمع الجزائر والدولة على حد سواء، أولى المراحل للتعليم يصطلح عليها بالمرحلة الابتدائية والتي يتم فيها تربية التلميذ وتكوين مؤهلاته اللغوية والفكرية على مدار 05 سنوات، ثم يتم إدراجه في المرحلة التعليمية التي تليها لمدة أربعة سنوات ويطلق على هذه المرحلة بالمرحلة المتوسطة والتي تتضمن عينات دراستنا هذه؛ بعدها تليها المرحلة الثانوية ثم الجامعية.

تعتبر الدراسة في المرحلة المتوسطة من أهم المراحل في مسيرة التلميذ الأكاديمية، حيث يتعلم في هذه المرحلة جميع المناهج والأسس الأكاديمية في كافة المواد، من ضمنها مادة التربية البدنية والرياضية والتي نحن بدورنا درسنا فيها رياضة كرة اليد لتلاميذ السنة الثالثة والرابعة متوسط لمتوسطتي: الإخوة قروف وزاغز جلول بولاية بسكرة.

عمومًا سنحاول من خلال هذا المبحث التعريف بهاته المرحلة وذلك في المطلب الأول، ثم نتبين تنظيم التعليم المتوسط بشكل عام، ونختتم هذا المبحث بالتطرق لأهداف التعليم المتوسط ومهامه وذلك في المطلب الثالث.

### المطلب الأول: تعريف التعليم المتوسط

فيما يخص التعريف اللغوي لـ "التَّعْلِيمْ المُتَوَسِّطْ" فنحن نلاحظ أنه عبارة عن مركب لغوي مكون من لفظين: اللفظ الأول هو "التَّعْلِيمْ" بينما اللفظ الثاني "المُتَوَسِّطْ"، وعلى هذا الأساس سنعرف كل لفظ على حدى، وذلك على النحو التالي:

– ورد تعريف لفظ "التَّعْلِيمْ" في المعجم الوسيط كالتالي: "لَفْظٌ مُشْتَقٌ مِنَ الفِعْلِ عَلَّمَ فَنَقُولُ: عَلَّمَ يُعَلِّمُ تَعْلِيمًا فَهُوَ مُعَلِّمٌ؛ العِلْمُ هُوَ إِدْرَاكٌ لِحَقِيقَةِ الشَّيْءِ وَاليَقِينْ بِهِ وَهُوَ مَا نُحَارِبُ بِهِ ظُلُمَاتِ الجَهْلِ؛ وَتَعْلِيمُ المَرْءِ تَلْقِينُهُ تِلْكَ الحَقَائِقْ وَتَسْلِيحُهُ بِمُخْتَلَفِ المَعَارِفِ وَالعُلُومِ" (إبراهيم أنس، عبد الحليم منتصر وآخرون، 2004، صفحة 642).

– أما عن تعريف لفظ "المُتَوَسِّطْ" فكان كالتالي: "المُتَوَسِّطْ اِسْمُ فَاعِلْ لِتَوَسَّطَ بِـ وَتَوَسَّطَ فِي وَتَوَسَّطَ لِـ، وَمَصْدَرُهُ الفِعْل سِطْ؛ المُتَوَسِّطْ مَا كَانَ بَيْنَ الأَمْرَيْن" (أحمد مختار عمر، 2008، صفحة 2463).

أما من الناحية الاصطلاحية فمرحلة التعليم المتوسط هي: "تلك المرحلة التعليمية التي يدرس فيها التلاميذ البالغة أعمارهم ما بين الـ 12 إلى 16 سنة، حيث يتم استقبال تلاميذ التعليم الابتدائي الناجحين في السنة الخامسة من تلك المرحلة؛ عمومًا فهي (ونعني مرحلة التعليم المتوسط) مرحلة مهمة لاستكمال التعليم واستدامته لمدة أربع سنوات" (عمروسي كمال، 2013، صفحة 03).

وهناك من يعرفها بأنها: "إحدى مراحل التعليم الإلزامي التي تهدف إلى جعل التلميذ يتقن قاعدة أو أكثر من القواعد الأساسية للكفاءات التربوية والثقافية والتأهيلية، والتي تمكنه من مواصلة الدراسة بعد التخرج من المرحلة المتوسطة، أو الاندماج في الحياة العملية إن فشل دراسيًا فيها".

**الشكل رقم (14): يمثل صورة توضيحية لتلاميذ إحدى المتوسطات**

**المصدر**: ندى سالمي، **تلاميذ المتوسط والثانوي يجتازون الامتحانات اليوم**، موقع سبق برس، الموقع الإلكتروني:

https://www.sabqpress.dz/الإم-يجتازون-والثانوي-المتوسط-تلاميذ

**المطلب الثاني: تنظيم التعليم المتوسط**

من الأمور المتعارف عليها داخل الجزائر فيما يخص سنوات المرحلة المتوسطة أنها أربع سنوات، وفيما يخص تنظيم التعليم خلال تلك السنوات فقد تم تقسيمه إلى ثلاث مراحل بيانها على النحو التالي: (اللجنة الوطنية للبرامج، 2006، صفحة 07)

**المرحلة الأولى**

وتشمل السنة الأولى من التعليم المتوسط والتي تتضمن سنة توحيد المكاسب ومرحلة المواءمة والتكيف.

**المرحلة الثانية**

وتشمل السنتين الثانية والثالثة من التعليم المتوسط، حيث تمثل هذه المرحلة دعم رفع مستوى التكيف الثقافي والعلمي.

**المرحلة الثالثة**

وتشمل السنة الرابعة من التعليم المتوسط، حيث تمثل هذه المرحلة التوجيه، أي أنها تهيئ الطلاب لمواصلة الدراسة في المرحلة الثانوية وإلا التوجه للتكوين المهني وبالتالي إعدادهم للحياة العملية.

**المطلب الثالث: أهداف التعليم المتوسط**

يهدف القائمون على مجال التربية والتعليم بشكلٍ عام إلى تحقيق جملة من الأهداف، وتلك الأهداف تختلف باختلاف المرحلة التعليمية التي يدرس فيها التلميذ، وفي حالتنا هذه فإن الأهداف المرجو تحقيقها من التعليم المتوسط تتمحور حول: (اللجنة الوطنية للبرامج، 2006، صفحة 06)

– تلقين التلميذ ما يتعلق بالتربية الأساسية وذلك من خلال مختلف المواد التعليمية التي تتضمن المعارف والمهارات والقيم، وبطبيعة الحال تلك المواد تختلف عن المواد التعليمية التي كان يتلقاها في المرحلة الابتدائية.

– تعزيز هوية التلميذ بشكل يوفق بين القيم الاجتماعية والروحية والأخلاقية وأيضا ما تتطلبه الحياة سواءٌ داخل المجتمع الذي ينتمي إليه، أو المجتمع الذي سيعيش فيه مستقبلًا.

– إتقان تقنيات المعلومات والاتصالات الجديدة وتطبيقاتها الأساسية، وكذلك الانفتاح على الحضارات والثقافات الأجنبية وقبول الاختلاف بينها وبين ما يتعلق به شريطة ألا يتعارض ذلك مع قيم الشريعة الإسلامية السمحاء.

– العمل على توفير الظروف التي تسمح لجسم التلميذ بالنمو وتطوير قدراته البدنية وذلك من خلال الأنشطة الرياضية التي يمارسها طيلة سنوات المرحلة المتوسطة.

## خلاصة الفصل الثالث

ختامًا لما أوردناه في هذا الفصل فقد حاولنا أن نوضح للقارئ مدى أهمية كلًا من مرحلة المراهقة، ومرحلة التعليم المتوسط، ومدى ترابطهما كون بداية المراهقة تبدأ في أولى سنوات الدراسة بالمتوسطة، وتدوم المراهقة طيلة السنوات الأربع التي يقضيها التلميذ فيها، مما تساهم في تكوين شخصيته وتلقينه ما يحتاجه للمرحلة اللاحقة من الدراسة، والمرحلة اللاحقة في حياته أي تلك التي تلي مراهقته، وبالتالي لو نجح أفراد الأسرة التعليمية بالمتوسطة من صقلها وتلقينها المعارف والمكتسبات العلمية والعملية، فسيولد ذلك شخصية قوية للتلميذ، شخصية قادرة على تحمل المسؤولية، شخصية قيادية تقوم بدورها وتعود بالفوائد على الأسرة والمجتمع والدولة بشكل عام؛ ولا يخفى علينا الدور الفعال الذي يقوم به معلم التربية البدنية والرياضية كونه يدرب جسم التلميذ وفكره وروحه.

# الجانب التطبيقي

# الفصل الأول: الطرق المنهجية للدراسة

## تمهيد

بعد استعراضنا لكل ما يتعلق برياضة كرة اليد وبالأخص المهارات التي نسعى تلقينها للتلاميذ؛ وكحوصلة لتجربتنا في تعليم هاته الرياضة لتلاميذ السنة الثالثة والرابعة متوسط استعرضنا في عديدٍ من جوانب الجزء الأول من دراستنا هذه والمعنون بـ "الإطار النظري" لكلٍ من: مفهوم مادة التربية البدنية وأيضًا مفهوم رياضة كرة اليد ومختلف المهارات التي تشملها هاته الرياضة، ومؤدى كلامنا هذا أننا وحتى نصل إلى الإجابة عن إشكالية دراستنا فمن غير المعقول البدء بالدراسة التطبيقية والسبب يعود إلى وجود مفاهيم بكرة اليد لابد من تسليط الضوء عليها والتعريف بها حتى لا يقع القارئ في حيرةٍ من أمره مثل: مهارة تمرير السوطية، فلو طُلِبَ منا وصف الجانب أو الإطار النظري لأي دراسة سنصفه بالدعامة الأساسية لها والمنطلق الذي يستند عليه أي باحث يُقبل على إجراء دراسة تطبيقية على عينةٍ ما.

عمومًا وحتى يتحقق ذلك لابد أن ترقى عملية جمع المعطيات لدرجة يمكن من خلالها اعتباره ممنهج بشكل علمي، وهو ما نسعى بطبيعة الحال لإثباته في دراستنا هذه إلى جانب عديد من الأمور، وهذا إن دل على شيء فإنه يدل على مدى أهمية المنهج المتبع ومختلف العمليات التي تترتب عنه، لذا ارتأينا ضرورة التطرق لكل هاته التفاصيل.

## أولا: منهج البحث

### 1- تعريف منهج البحث

من الأمور المتعارف عليها أن إشكالية الدراسة تحدد أيُّ المناهج واجبٌ اختياره والعمل بأدواته بغية الوصول للنتائج المرجوة، إذ أن بعض الدراسات تستوجب منهجًا محددًا بينما لا يصدق عليها منهج آخر، عمومًا فإن المنهج المتبع من قبل أغلب الباحثين اليوم هو المنهج التجريبي والسبب ملاءمته للدراسات التي تُجرى فيها الدراسة التطبيقية كدراستنا هذه؛ عمومًا يُعرف المنهج التجريبي بأنه: "هو المنهج المُسْتَخْدَمَة فيها التجربة لغرض الوصول إلى النتيجة"(عبد الرحمن بدوي، 1977، صفحة 128)، كما يُعرف بأنه: "ذلك المنهج الذي يهدف من خلاله الباحث إلى إثبات العلاقة التي تربط السبب بالنتيجة، وحتى يتحقق من ذلك فإن المنهج التجريبي يخوله ذلك عن طريق أدواته كالملاحظة والتجربة...الخ" (إخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي، 2000، صفحة 107).

### 2- عينة البحث

من أساسيات أي دراسة تطبيقية نذكر عملية اختيار عينة تلك الدراسة أو كما يصطلح عليها بـ "عينة البحث"، والسبب أن ما يمكن تحصيله من تلك العينة أو العينات يسهل على الباحث عمله ويختصر عليه جهد إجراء تلك الدراسة على مجتمع بأكمله قد يصل عدد أفراده لما يتجاوز الـ 1000 فرد، وعلى هذا الأساس لابد للباحث أن يختار عينات دراسته بحرص ويراعي في ذلك عدة اعتبارات منها: تنوعها، وتجنب العينات التي لا تعطي معلومات صحيحة بعبارة أصح بعض العينات تتعمد تغليط الباحث بمده بمعلومات خاطئة أو عشوائية.

عمومًا فقد عرفت عينة البحث بأنها: "جزء من المجتمع الأصلي محل الدراسة، أو جزء من مجموعة فرعية أو جزئية من عناصر ذلك المجتمع، وهاته العينة خصائص مشتركة مع عينات ذلك المجتمع، ومن خلالها يمكن دراسة الكل" (ماجد محمود الخياط، 2010، صفحة 82)، بيد أن هناك من يرى أنها: "ذلك الجزء من المجتمع المُجرى عليها الاختبار أو التجربة، ويتم اختيار العينة وفقًا لقواعد وطرق عملية حتى تعطي نتائج صحيحة بعبارة أدق تلك النتائج تمثل المجتمع الذي تنتمي إليه بشكل صحيح" (لمياء علي حسين، 2007، صفحة 41).

بناءً على ما تقدم ذكره فقد قمنا باتباع الإجراء التالي:

– قمنا بتحديد مجتمع البحث ألا وهو متوسطة زاغز جلول بولاية بسكرة حيث انتقينا من تلاميذ السنة الرابعة 12 تلميذ مقسمة بين 06 تلاميذ ذكور 06 تلميذات إناث، وكذلك متوسطة الإخوة قروف بولاية بسكرة وانتقينا من تلاميذ السنة الثالثة متوسط كذلك 12 تلميذ مقسمة بين 06 تلاميذ ذكور و06 تلميذات إناث؛ وننوه إلى أننا قد تحصلنا بشكلٍ مسبق على الموافقة الرسمية لإجراء هذه الدراسة.

**جدول رقم (05): يبين عدد أفراد العينة**

| المؤسسة التعليمية | المستوى التعليمي | عدد أفراد العينة | |
|---|---|---|---|
| متوسطة الإخوة قروف | السنة الثالثة متوسط | 12 تلميذ | |
| | | **ذكور** | **إناث** |
| | | 06 | 06 |
| متوسطة زاغز جلول | السنة الرابعة متوسط | 12 تلميذ | |
| | | **ذكور** | **إناث** |
| | | 06 | 06 |

**3- مجال البحث**

- **المجال الزماني:** الموسم الدراسي: 2023 – 2024.
- **المجال المكاني:** متوسطة الإخوة قروف ومتوسطة زاغز جلول بولاية بسكرة.

## 4- إجراءات البحث الميدانية

### 4-1- إجراء تكافؤ أفراد العينة

بعد أن قمنا باختيار عينة دراستنا هذه والتي تتمثل في:

- تلاميذ السنة الثالثة متوسط بمتوسطة الإخوة قروف البالغ عددهم 12 تلميذ، وتلاميذ السنة الرابعة متوسط من متوسطة زاغز جلول.

قمنا بتقسيم هؤلاء التلاميذ إلى مجموعتين لكل مستوى تعليمي، وقمنا بذلك بشكل عشوائي، ومؤدى مسعانا هذا يكمن في رغبتنا لمعرفة مدى توافق هؤلاء وخاصة في المتغيرات التالية: السن، الطول، الوزن.

وعلى هذا الأساس ارتأينا إجراء اختبار Anova وكانت نتائجه كالتالي:

**الجدول رقم (06): يوضح مدى تكافؤ أفراد العينة (تلاميذ السنة الثالثة متوسط لمتوسطة الإخوة قروف) في متغيرات (السن – الطول – الوزن)**

| المتغير | مصادر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | قيمة F المحسوبة | قيمة Sig | مستوى الدلالة | الدلالة الإحصائية |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| السن | بين المجموعات | 0.750 | 01 | 0.750 | 0.294 | 0.599 | 0.05 | غير دال |
| | داخل المجموعات | 25.500 | 10 | 2.550 | | | | |
| الطول | بين المجموعات | 120.333 | 01 | 120.333 | 42.471 | 0.000 | | دال |
| | داخل المجموعات | 28.333 | 10 | 2.833 | | | | |
| الوزن | بين المجموعات | 108.000 | 01 | 108.000 | 30.857 | 0.000 | | دال |
| | داخل المجموعات | 35.000 | 10 | 3.500 | | | | |

*** الفرضيات**

– **الفرضية الصفرية $H_0$:** عدم وجود فروق دالة بين متغير: السن والطول والوزن، وهذا يعني وجود تكافؤ بين أفراد العينة في هذه المتغيرات.

– **الفرضية البديلة $H_1$:** وجود فروق دالة بين متغير: السن والطول والوزن، وهذا يعني عدم وجود تكافؤ بين أفراد العينة في هذه المتغيرات.

*** تحليل نتائج الجدول**

باطلاعنا على نتائج الجدول أعلاه نجد أن قيمة الـ Sig بالنسبة لمتغير السن أكبر من 0.05 وهذا يعني أنها غير دالة إحصائيا، بعبارة أدق تتحقق الفرضية الصفرية القائلة بعدم وجود فروق دالة بالنسبة لهذا المتغير (وجود تكافؤ بين أفراد العينة فيما يخص هذا المتغير)، بينما الأمر مختلفٌ عنه بالنسبة لمتغيري: الوزن والطول حيث نجد أن قيمة الـ Sig لكليهما أقل من 0.05 وهو ما يعني تحقق الفرضية البديلة القائلة بوجود فروق دالة إحصائيا بالنسبة لهما (عدم وجود تكافؤ بين أفراد العينة بالنسبة للطول والوزن).

**الجدول رقم (07): يوضح مدى تكافؤ أفراد العينة (تلاميذ السنة الرابعة متوسط لمتوسطة زاغز جلول) في متغيرات (السن – الطول – الوزن)**

| المتغير | مصادر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | قيمة F المحسوبة | قيمة Sig | مستوى الدلالة | الدلالة الإحصائية |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| السن | بين المجموعات | 0.000 | 01 | 0.000 | 0.000 | 1.000 | 0.05 | غير دال |
| | داخل المجموعات | 9.667 | 10 | 0.967 | | | | |
| الطول | بين المجموعات | 108.000 | 01 | 108.000 | 30.857 | 0.000 | | دال |
| | داخل المجموعات | 35.000 | 10 | 3.500 | | | | |
| الوزن | بين المجموعات | 108.000 | 01 | 108.000 | 30.857 | 0.000 | | دال |
| | داخل المجموعات | 35.000 | 10 | 3.500 | | | | |

*** تحليل نتائج الجدول**

استنادا منا لنتائج الجدول أعلاه نستشف أن قيمة الـ Sig بالنسبة لمتغير السن أكبر من 0.05 وهذا يعني تحقق الفرضية الصفرية القائلة بعدم وجود فروق دالة وبالتالي تكافؤ أفراد هذه العينة فيما يخص هذا المتغير، بينما الأمر مختلف تمامًا فيما يخص متغيري الطول والوزن حيث نلاحظ أن قيمة الـ Sig في كليهما أصغر من 0.05 لنستبعد بذلك الفرضية الصفرية ولتتحقق الفرضية البديلة القائلة بوجود فروق دالة بين هذه المتغيرات وبالتالي عدم تكافؤ أفراد العينة في كليهما.

## 4-2- تحديد اختبارات كرة اليد

بعد اطلاعنا على المصادر والمراجع المتعلقة برياضة كرة اليد تمكنا من إعداد استمارة بعديدٍ من الاختبارات التي نراها كفيلة بإجراء دراستنا وتطبيقها على أرض الواقع (على تلاميذ المستوى المتوسط "السنة الثالثة والرابعة" (الملحق رقم 07)، ثم عرضناها على أساتذتنا الخبراء والذين بدورهم اختاروا لنا ثلاث اختبارات ويتعلق الأمر بـ:

- اختبار تمرير السوطية.
- اختبار تنطيط الكرة لمسافة 22 م.
- اختبار التصويب على المربعات المتداخلة.

## 4-3-تحديد المهارات الأساسية للمرشحة للتطبيق

استنادًا منا على عديدٍ من المصادر والمراجع المتناولة لرياضة كرة اليد أعددنا استمارة تحمل المهارات الأساسية لهذه الرياضة (الملحق رقم 08)، ثم قمنا بعرضها على أساتذتنا الخبراء والذين بدورهم رشحوا لنا المهارات التالية:

- **بالنسبة لاختبار تمرير السوطية:**
  - ✓ التمرير على المستوى الرأسي.
  - ✓ التمرير على مستوى الكتف.
  - ✓ التمرير على مستوى الحوض وأسفله.
  - ✓ التمريرة الكرباجية.
  - ✓ التمرير من الارتكاز.
  - ✓ التمرير من الجري.
  - ✓ التمرير من الوثب.

- **بالنسبة لاختبار تنطيط الكرة لمسافة 22 م:**
  - ✓ تنطيط الكرة من الحركة.

- **بالنسبة لاختبار التصويب على المربعات المتداخلة:**
  - ✓ التصويب من السقوط.
  - ✓ التصويب من مستوى الرأس.

- ✓ التصويب من مستوى الكتف.
- ✓ التصويب من السقوط الأمامي.
- ✓ التصويب من الوثب العالي.
- ✓ التصويب من الوثب الطويل.
- ✓ التصويب من الطيران.

**5- الدراسة الاستطلاعية**

تعتبر الدراسة الاستطلاعية أساس جوهري لبناء البحث العلمي إذ يؤدي تخطيها إلى بذل الباحث لجهد مضاعف في الدراسة الأساسية، ويستهلك بناءً على ذلك وقت أطول؛ عمومًا يمكننا تعريف الدراسة الاستطلاعية استنادًا منا لما قاله الأستاذ يوسف تمار: "الدراسة الاستطلاعية هي استكشاف الباحث لتوجهاته وكذا الظروف التي ستجري فيها دراسته حتى تكون صحيحة وملائمة، بعبارة أدق هي تمهيد تخميني للبحث يلجأ إليه الباحث عندما يكون مقدار ما يعرفه عن الموضوع محل الدراسة قليل بحيث لا يتمكن استنادا عليه من تصميم دراسة أيًا كان نوعها (وصفية أو تحليلية...الخ)" (يوسف تمار، 2023، صفحة 17).

عمومًا وبعد استكمالنا لجميع الإجراءات الواجب اتخاذها قمنا بإجراء أولى خطوات دراستنا الاستطلاعية وكان ذلك يوم 2023/10/10 على:

- تلاميذ السنة الثالثة متوسط (متوسطة الإخوة قروف ببسكرة) والبالغ عددهم 12 تلميذ (06 تلاميذ ذكور و06 تلميذات إناث).

ويوم 2023/10/11 على:

- تلاميذ السنة الرابعة متوسط (متوسطة زاغز جلول ببسكرة) والبالغ عددهم 12 تلميذ (06 تلاميذ ذكور و06 تلميذات إناث).

ويكمن هدفنا في:

- ✓ معرفة مدى ملاءمتهم للاختبارات التي اختارها لنا أساتذتنا.
- ✓ معرفة مدى ملاءمة أدوات وأجهزة قياس تلك الاختبارات.
- ✓ معرفة كم الوقت الواجب استهلاكه لإجراء تلك الاختبارات.
- ✓ تأكدنا من معامل: الثبات، والصدق، والموضوعية لاختبارات دراستنا الثلاثة؛ قمنا بإجراء

تطبيقنا الأول لكل ما تفضلنا به ثم أجرينا تطبيقًا ثانيًا بعد 07 أيام من تاريخ التطبيق الأول أي يومي 17 و2023/10/18 على نفس عينات الدراسة.

ويكمن الهدف من وراء إقدامنا على ذلك في:

✓ تجربتنا لمضمون أوراق العمل بين أيدينا ومناقشة التلاميذ حولها سعيًا منا لاستقصاء إن كانوا على معرفة بما تتضمنه تلك الأوراق من عبارات من عدم ذلك.

✓ استنادًا منا لقدرة كل تلميذ فقد حاولنا معرفة عدد التكرارات التي تناسبهم (تكرار كل تمرين على حدى).

✓ محاولتنا معرفة إن كان التوزيع الزمني يخدم الوحدات التعليمية من عدم ذلك.

## 6- حساب الصدق والثبات والموضوعية

حتى نصل إلى نتائج دقيقة وحتى نتأكد من مدى صلاحية الاختبارات وجب علينا حساب كلٍ من:

### 6-1- حساب صدق الاختبار

فيما يخص صدق محتوى الاختبارات فقد سبق لنا وأشرنا أننا عرضناها على مجموعة من الأساتذة الخبراء والذين بدورهم اتفقوا على: اختبار تمرير السوطية واختبار تنطيط الكرة لمسافة 22 م، وكذلك اختبار التصويب على المربعات المتداخلة، وهذا يدل على أنها تحقق ما نحن نصبوا إليه من خلال دراستنا هذه.

أما بخصوص الصدق الذاتي فيتم حسابه كالتالي:

$$\text{معامل الصدق الذاتي} = \sqrt{\text{معامل ثبات الاختبار}}$$

### 6-2- حساب ثبات الاختبار

لحساب معامل الثبات فقد استخدمنا معامل ألفا كرونباخ $\alpha$ ونتائج ذلك الاختبار موضحة في الجدول التالي:

**الجدول رقم (08): يوضح صدق وثبات اختبارات كرة اليد المُختارة من قبل الأساتذة الخبراء المطبقة على تلاميذ السنة الثالثة المتوسط (متوسطة الإخوة قروف)**

| الاختبارات | معامل الثبات α |
|---|---|
| اختبار تمرير السوطية | 0.953 |
| اختبار تنطيط الكرة لمسافة 22 م | |
| اختبار التصويب على المربعات المتداخلة | |

*** تحليل نتائج الجدول**

باطلاعنا على النتائج أعلاه يتضح لنا أن معامل ألفا كرونباخ مرتفع وهو قريب من الواحد مما يدل على درجة صدق وثبات عاليتين للاختبارات المخُتارة، وفيما يلي جدول يوضح معامل ألف كرونباخ لكل اختبار على حدى:

**الجدول رقم (09): يوضح صدق وثبات كل اختبار من اختبارات كرة اليد المُختارة من قبل الأساتذة الخبراء على حدى والمطبقة على تلاميذ السنة الثالثة المتوسط (متوسطة الإخوة قروف)**

| الاختبارات | معامل الثبات α |
|---|---|
| اختبار تمرير السوطية | 0.981 |
| اختبار تنطيط الكرة لمسافة 22 م | 0.814 |
| اختبار التصويب على المربعات المتداخلة | 0.915 |

وكذلك قمنا بحساب صدق وثبات نفس الاختبارات المطبقة على تلاميذ السنة الرابعة متوسط لمتوسطة زاغز جلول وذلك على النحو التالي:

**الجدول رقم (10): يوضح صدق وثبات اختبارات كرة اليد المُختارة من قبل الأساتذة الخبراء المطبقة على تلاميذ السنة الرابعة المتوسط (متوسطة زاغز جلول)**

| الاختبارات | معامل الثبات α |
|---|---|
| اختبار تمرير السوطية | 0.993 |
| اختبار تنطيط الكرة لمسافة 22 م | |
| اختبار التصويب على المربعات المتداخلة | |

*** تحليل نتائج الجدول**

استنادا منا على النتائج أعلاه يتضح لنا أن معامل ألفا كرونباخ مرتفع وهو قريب من الواحد مما يدل على درجة صدق وثبات عاليتين للاختبارات المخُتارة، وفيما يلي جدول يوضح معامل ألف كرونباخ لكل اختبار على حدى:

**الجدول رقم (11): يوضح صدق وثبات كل اختبار من اختبارات كرة اليد المُختارة من قبل الأساتذة الخبراء على حدى والمطبقة على تلاميذ السنة الرابعة المتوسط (متوسطة زاغز جلول)**

| الاختبارات | معامل الثبات α |
|---|---|
| اختبار تمرير السوطية | 0.993 |
| اختبار تنطيط الكرة لمسافة 22 م | 0.971 |
| اختبار التصويب على المربعات المتداخلة | 0.993 |

## 6-3- التأكد من التوزيع الطبيعي لعينات الدراسة

للتأكيد أكثر على أننا اعتمدنا على مبدأ الأمانة وكذلك الشفافية عند اختيار العينات وتوزيعها ارتأينا أن ندعم دراستنا هذه باختبار Shapiro-Wilk والذي يؤكد ذلك من عدمه، ونتائج ذلك في الجدول التالي:

**الجدول رقم (12): يوضح نتائج اختبار التوزيع الطبيعي لعينات الدراسة الاستطلاعية (تلاميذ السنة الثالثة متوسط لمتوسطة الإخوة قروف)**

| المتغيرات | اختبار Shapiro-Wilk | | |
|---|---|---|---|
| | القيمة الإحصائية | درجة الحرية | قيمة الـ Sig |
| السن | 0.763 | 12 | 0.004 |
| الطول | 0.950 | 12 | 0.631 |
| الوزن | 0.967 | 12 | 0.876 |
| اختبار تمرير السوطية | 0.939 | 12 | 0.481 |
| اختبار تنطيط الكرة لمسافة 22 م | 0.940 | 12 | 0.496 |
| اختبار التصويب على المربعات المتداخلة | 0.930 | 12 | 0.385 |

*** الفرضيات**

- **الفرضية الصفرية $H_0$:** العينات موزعة بشكلٍ طبيعي لأن قيمة الـ Sig أكبر من 0.05.
- **الفرضية البديلة H1:** العينات غير موزعة بشكل طبيعي لأن قيمة الـ Sig أقل من 0.05.

*** تحليل نتائج الجدول**

استنادًا منا للنتائج المشار لها أعلاه نجد أن متغير السن العينات فيه غير موزعة بشكل طبيعي وذلك لأن قيمة الـ Sig فيه أقل من 0.05 إذ تقدر بـ 0.004 وهذا ما يدفع بنا للاستغناء عن الفرضية الصفرية والأخذ بالفرضية البديلة؛ أما فيما يخص بقية العينات الأخرى فنجد أن توزيع العينات فيها تم بشكل طبيعي لأن قيمة الـ Sig لكلٍ منها أكبر من 0.05 فتتحقق بذلك الفرضية الصفرية.

**الجدول رقم (13): يوضح نتائج اختبار التوزيع الطبيعي لعينات الدراسة الاستطلاعية (تلاميذ السنة الرابعة متوسط لمتوسطة زاغز جلول)**

| المتغيرات | اختبار Shapiro-Wilk | | |
|---|---|---|---|
| | القيمة الإحصائية | درجة الحرية | قيمة الـ Sig |
| السن | 0.721 | 12 | 0.001 |
| الطول | 0.967 | 12 | 0.876 |
| الوزن | 0.967 | 12 | 0.876 |
| اختبار تمرير السوطية | 0.967 | 12 | 0.876 |
| اختبار تنطيط الكرة لمسافة 22 م | 0.957 | 12 | 0.737 |
| اختبار التصويب على المربعات المتداخلة | 0.957 | 12 | 0.867 |

*** تحليل نتائج الجدول**

نفس النتيجة التي خرجنا بها من خلال تحليلنا لنتائج اختبار Shapiro-Wilk لتلاميذ السنة الثالثة متوسط لمتوسطة الإخوة قروف تنطبق على نتائج اختبار Shapiro-Wilk لتلاميذ السنة الرابعة متوسط لمتوسطة زاغز جلول، حيث نرى بأن توزيع العينات بالنسبة للسن غير طبيعي لأن قيمة الـ Sig فيه تبلغ 0.001 وهي أقل من 0.05، بينما وُزعت بشكل طبيعي بالنسبة لكل

من: الطول، الوزن، واختبار تمرير السوطية وبقية الاختبارات إذ قيمة الـ Sig فيها أعلى من 0.05.

## 6-4- موضوعية الاختبار

لا يخلو أي اختبار يتم إجراؤه من قبل الباحثين على عينات دراستهم من:

- ضرورة تحرر هؤلاء من التحيز.
- ضرورة تحررهم من النزعة الذاتية التي تقتل مصداقية الباحث وتوضح ميلانهم لعينة دون الأخرى.

عمومًا فنحن بدورنا نؤكد بمدى موضوعية دراستنا هذه وبعدها عن التحيز والتقويم الاعتيادي إذ حرصنا على أن يفهم تلاميذ مستوى السنة الثالثة متوسط لمتوسطة الإخوة قروف وكذلك تلاميذ السنة الرابعة متوسط لمتوسطة زاغز جلول لكافة الاختبارات والمهارات التي لقناها لهم وأجريناها عليهم، ونضيف أن بعضًا منها تم تسجيل نتائجها بالزمن (ثا) والبعض الآخر بالمسافة (سم) بينما هناك ما سجلناه عن طريق النقاط.

## 7- أدوات الدراسة

بقولنا أدوات الدراسة فنحن نعني تلك الأدوات التي يعتمد عليها الباحث للحصول على المعلومات وأيضا تلك المستخدمة في تحقيق وتسجيل النتائج، ونحن بدورنا اعتمدنا على عدة أدوات أثناء إجرائنا لدراستنا المتعلقة بكرة اليد والموجهة لعينة (تلاميذ المستوى المتوسط: الثالثة والرابعة)، ولتلك الأدوات تتمثل في:

- المصادر العلمية كالكتب والمقالات العلمية.
- استمارات مخصصة للأساتذة الخبراء بُغية انتقاء اختبارات ومهارات الدراسة.
- البرنامج التعليمي الذي يحمل في طياته وحدات الدراسة.
- فريق العمل المساعد.
- كرة يد وعددها 12 كرة.
- أقماع.
- ساعة توقيت.
- ميزان طبي.

- شريط متري لقياس الطول.
- شريط لاصق.
- صافرة.
- ملعب كرة اليد.
- جدار مرسوم عليه شكل بيضوي.
- جهاز الحاسب الآلي.
- الوسائل الإحصائية.

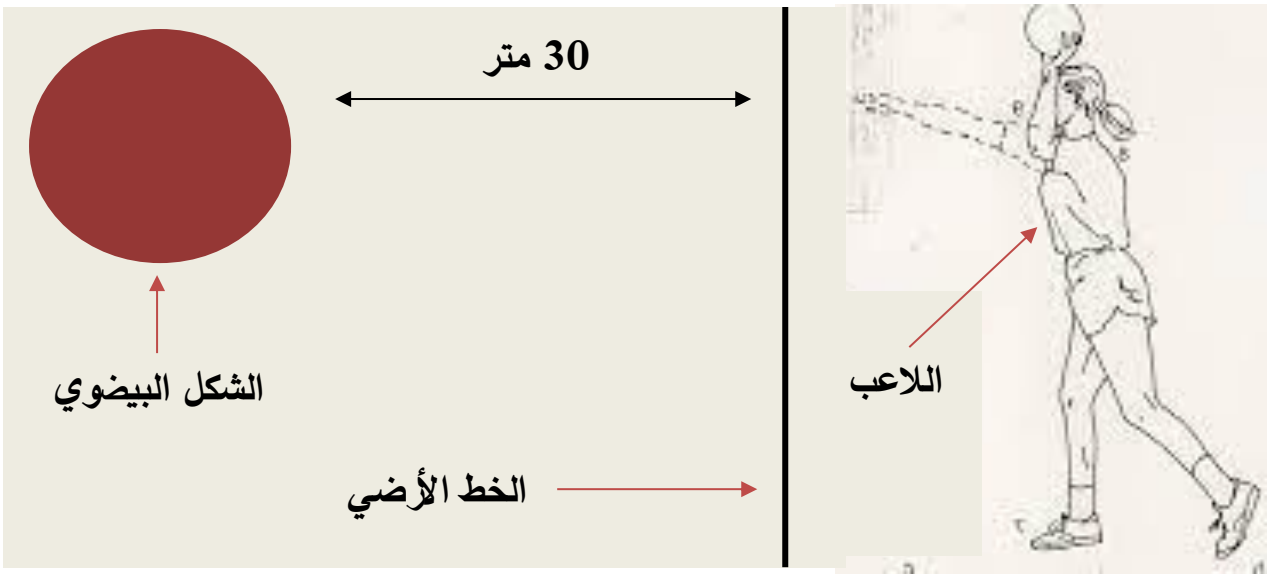
## 8- اختبارات الدراسة

بشكلٍ عام يعتبر الاختبار من ضمن طرق القياس التقويمية في مجال دراستنا هذا (التربية البدنية والرياضية بشكلٍ عام)، وهذا المجال بالذات قائم على التجربة، ولا يخفى علينا مدى أهمية التجربة للتحقق من الفرضيات التي سبق لنا وطرحناه في مقدمة هذا الطرح، وعلى هذا الأساس قمنا بإجراء اختبار:

### 8-1- تمرير السوطية

ويكمن الهدف من وراء إجرائنا لهذا الاختبار هو معرفة مدى دقة هذا النوع من التمريرات، ومن أجل ذلك قمنا برسم خط يبعد عن الجدار بمسافة 03 متر إذ يقف التلميذ على ذلك الخط، بينما نرسم على ذلك الجدار شكل بيضوي يستهدفه التلميذ عن طريق تمرير الكرة إليه لعدد من المرات، وأثناء ذلك نقوم بتسجيل عدد التمريرات الصحيحة التي مررها واستلمها، وفيما يلي شكل توضيحي لهذا الاختبار:

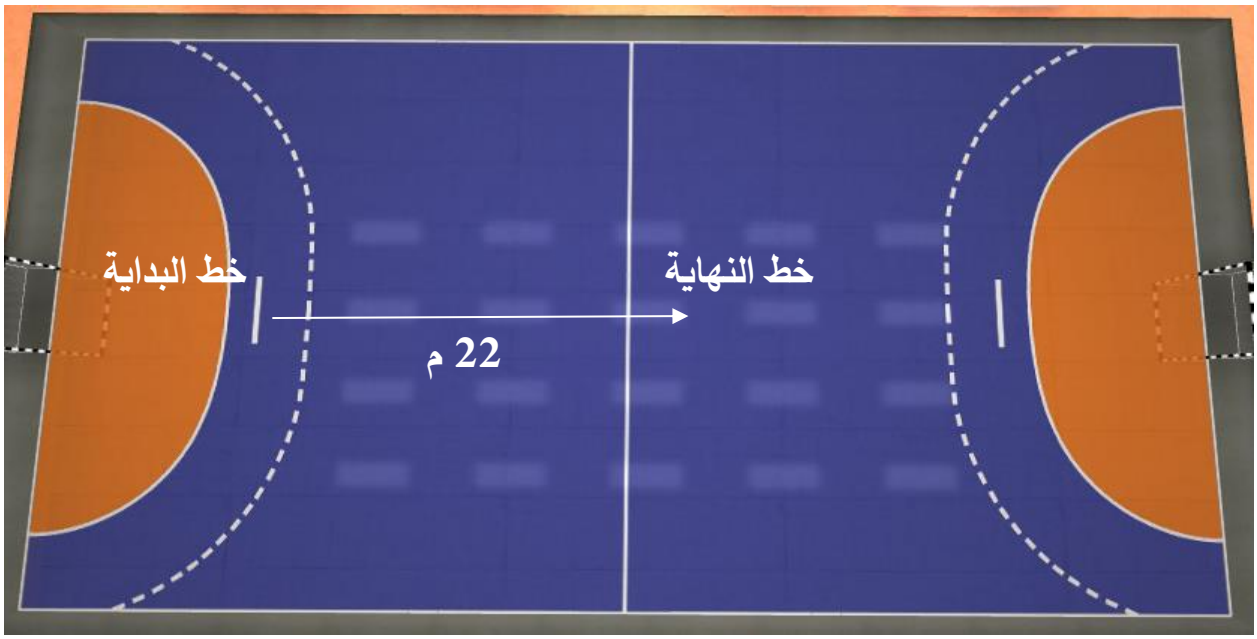
**الشكل رقم (15): يمثل صورة توضيحية لاختبار تمرير السوطية**




## 8-2- تمرير تنطيط الكرة لمسافة 22 م

ويكمن الهدف من وراء إجرائنا لهذا الاختبار في قياسنا لمدى سرعة التنطيط، حيث نُعِدُّ التلميذ على خط يبلغ طوله 06 أمتار، وعند إعطاء إشارتنا لهذا بواسطة الصفارة ينطلق اللاعب ليلتقط الكرة من يد الساعد ثم ينططها لحين يصل بها إلى خط النهاية، ومتى ما ارتكب التلميذ خطأ في الاختبار يعيد المحاولة من جديد، بينما إن لم يخطئ نقوم بتسجيل الزمن المستغرق لوصوله إلى خط النهاية (بالثانية)، وفيما يلي شكل توضيحي لكيفية إجرائنا للاختبار:

**الشكل رقم (16): يمثل صورة توضيحية لاختبار تنطيط الكرة لمسافة 22 م**



### 8-3- التصويب على المربعات المتداخلة

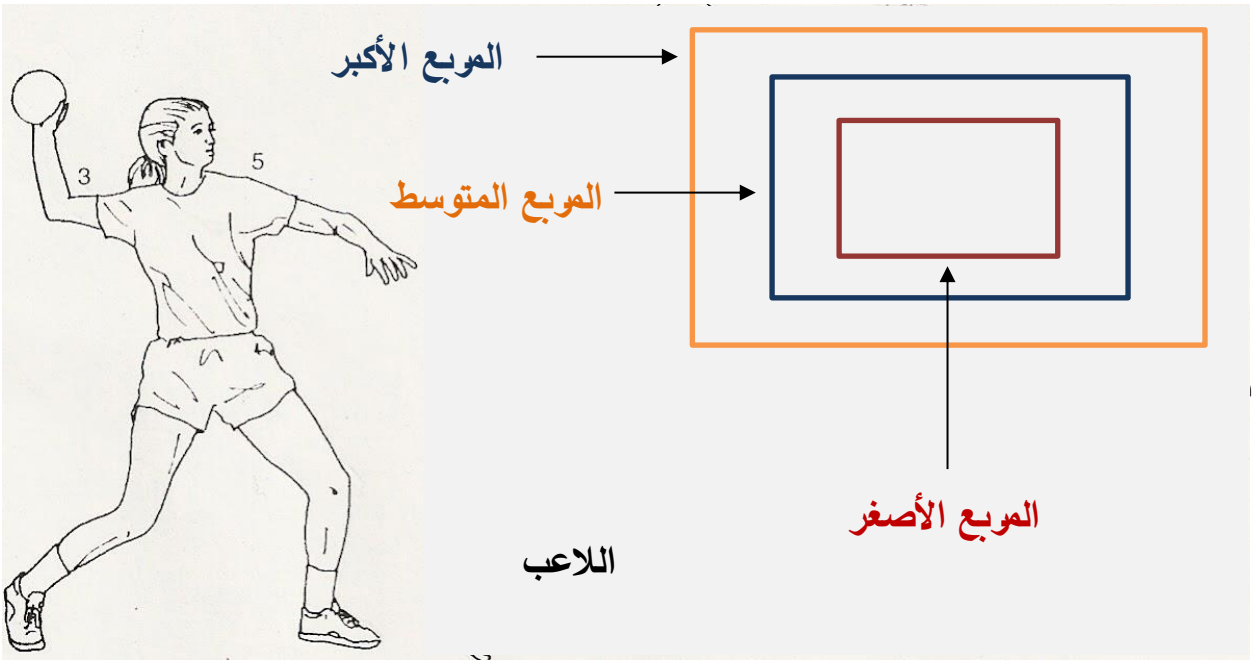
والهدف من وراء إجرائنا لهذا الاختبار يكمن في رغبتنا للتحقق من مدى دقة التصويب وثباتها، وعلى هذا الأساس قمنا بتعيين خط البداية (والذي يبعد عن الجدار بمسافة 04 أمتار)، ثم طلبنا من التلاميذ الوقوف عليه، ورسمنا على الجدار 03 مربعات متداخلة أبعادها (40، 60، 80) بحيث أن الحد السفلي للمربع يبعد عن الأرض بمسافة 1.5 م.

أما عن كيفية أداء هذا الاختبار فإن المطلوب من التلميذ أن يصوب 05 كرات على التوالي وبنفس اليد على المربعات ثم يستقبل كل كرة على حدى بكلتا يديه.

أما عن كيفية حساب الدرجات فهي كالتالي:

- إصابة المربع الكبير أو الخطوط المحددة له تحسب له درجة واحدة.
- إصابة المربع المتوسط أو الخطوط المحددة له تحسب له درجتين.
- إصابة المربع الصغير أو الخطوط المحددة له تحسب له 03 درجات.
- أما أعلى درجة يمكن للتلميذ أن يحققها هي 15 درجة.

**الشكل رقم (17): يمثل صورة توضيحية لاختبار التصويب على المربعات المتداخلة**



**9- تحديد وضبط متغيرات الدراسة**

تماشيًا وأن عينة الدراسة هم تلاميذ المستوى المتوسط (السنة الثالثة والرابعة) فنحن على يقين تام أن هناك ظروف قد تؤثر عليهم وبالتالي تؤثر على نتائج الاختبارات، وهنا يقع على عاتقنا توفير الأرضية الملائمة والتي تساهم في ضبط أي عامل من شأنه إحداث تلك التغييرات؛ عمومًا فإن متغيرات الدراسة تكمن في:

- الأساليب التي اتبعناها في تدريسنا لرياضة كرة اليد لتلاميذ المستوى المتوسط والتي يُصطلح عليها بالمتغير التجريبي أي المستقل.

- هناك متغير آخر يُصطلح عليه بالمتغير التابع وهي المهارات الأساسية التي قمنا بتلقينها للتلاميذ وانطلاقًا منها أجرينا سلسلة اختباراتنا المشار لها أعلاه.

- المتغيرات الدخيلة أي غير التجريبية وهي متغيرات قمنا بفصلها عن المتغيرات المستقلة بسبب أنها متغيرات زائفة.

راعينا كذلك مدى سلامة التصميم الداخلي سواء من خلال الظروف التي تحيط بدراستنا ونؤكد أن عينات الدراسة لم تطالها أية حوادث تؤثر بشكل سلبي على نتائج الدراسة طيلة فترتها، بينما الأمر مختلف قليلا فيما يخص سن العينات حيث وجدنا عدم وجود تكافؤ بين أفراد العينة من ناحية السن فبعضٌ منهم أصغر من الآخر، أما بخصوص النضج فنؤكد ومن خلال نتائج الدراسة الاستطلاعية وجود تكافؤ من ناحية الوزن والطول.

وقد أكدنا سابقًا مدى أمانتنا في اختيار عينات الدراسة إذ أخذنا من كل قسم 12 تلميذ مقسم بالتساوي بين الذكور والإناث منهم وبشكل عشوائي، وفيما يخص الاندثار التجريبي أي غياب العينات عن التجربة من عدم ذلك فنؤكد كذلك عدم غياب أي تلميذ عن الاختبارات طيلة فترة إجرائها.

إلى جانب سلامة التصميم الداخلي راعينا كذلك سلامة التصميم الخارجي، بعبارة أدق نتأكد من مدى إمكانية تعميم نتائج الدراسة خارج نطاق عينات تلك الدراسة وفي مواقف مماثلة لتلك التي وجدنا عينات دراستنا عليها من عدم ذلك، وحتى يتم ذلك لابد من الحرص على خلو الدراسة من الأخطاء التالية:

– تأثير المتغير التجريبي والتحيز إذ نؤكد عدم وقوعنا في ذلك والسبب يكمن في اختيارنا العشوائي لعينات الدراسة، أما بالنسبة لتكافؤ أفراد العينة عند اجراء الاختبارات، واعتمادًا منا كذلك لنتائج الجدول التالي:

**الجدول رقم (14): يوضح مدى تكافؤ أفراد العينة (تلاميذ السنة الثالثة متوسط لمتوسطة الإخوة قروف) في الاختبارات**

| الاختبار | مصادر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | قيمة F المحسوبة | قيمة Sig | مستوى الدلالة | الدلالة الإحصائية |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **تمرير السوطية** | بين المجموعات | 85.333 | 01 | 85.333 | 12.488 | 0.005 | 0.05 | دال |
| | داخل المجموعات | 68.333 | 10 | 6.833 | | | | |
| **تنطيط الكرة لمسافة 22 م** | بين المجموعات | 126.750 | 01 | 126.750 | 46.091 | 0.000 | | دال |
| | داخل المجموعات | 27.500 | 10 | 2.750 | | | | |
| **التصويب على المربعات المتداخلة** | بين المجموعات | 75.000 | 01 | 75.000 | 7.895 | 0.018 | | دال |
| | داخل المجموعات | 95.000 | 10 | 9.500 | | | | |

*** تحليل نتائج الجدول**

وجدنا أن قيمة الـ Sig بالنسبة للاختبارات الثلاثة أقل من 0.05 وهذا يعني أن هناك فروق دالة بين نتائج هاته الاختبارات وبالتالي عدم تكافؤ أفراد هذه العينة.

أما بالنسبة لتلاميذ السنة الرابعة من متوسطة زاغز جلول فكانت النتائج كالتالي:

**الجدول رقم (15): يوضح مدى تكافؤ أفراد العينة (تلاميذ السنة الرابعة متوسط لمتوسطة الإخوة قروف) في الاختبارات**

| الاختبار | مصادر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | قيمة F المحسوبة | قيمة Sig | مستوى الدلالة | الدلالة الإحصائية |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **تمرير السوطية** | بين المجموعات | 108.000 | 01 | 108.000 | 30.857 | 0.000 | 0.05 | دال |
| | داخل المجموعات | 35.000 | 10 | 3.500 | | | | |
| **تنطيط الكرة لمسافة 22 م** | بين المجموعات | 90.750 | 01 | 90.750 | 17.621 | 0.002 | | دال |
| | داخل المجموعات | 51.500 | 10 | 5.150 | | | | |
| **التصويب على المربعات المتداخلة** | بين المجموعات | 108.000 | 01 | 108.000 | 30.857 | 0.000 | | دال |
| | داخل المجموعات | 35.000 | 10 | 3.500 | | | | |

*** تحليل نتائج الجدول**

إذ نوجه نفس الملاحظة التي قدمناها استنادًا منا لنتائج تلاميذ السنة الثالثة سابقًا، أي أن هناك فروق دالة بين نتائج هاته الاختبارات وبالتالي عدم تكافؤ أفراد هذه العينة.

– سرية البحث إذ نؤكد أننا لم نُعْلِمْ التلاميذ محل اختبارات كرة اليد أعلاه أنهم يخضعون لبرنامج تعليمي موجه لخدمة دراستنا، ولم نُغَلِّب فئة دون الأخرى من هؤلاء التلاميذ منذ بداية دراستنا الاستطلاعية لحين نهايتها.

– بخصوص تدريس هذه المادة فنؤكد أننا حددنا المهارات الأساسية الخاصة بكرة اليد ووضحنا مختلف المفردات المستخدمة لكل من تلاميذ السنة الثالثة والرابعة متوسط.

– بخصوص مدة الدراسة فقد تمت لقرابة 08 أسابيع من تاريخ 10 و2023/10/11 لحين 2023/12/12، بالتقريب وحدتين تعليميتين في الأسبوع الواحد، بيد أن الوحدة التعليمية الواحدة تستغرق مدة زمنية قدرها 60 دقيقة، وحرصنا خلال تلك الفترة على التنسيق مع إدارة وأساتذة التربية البدنية لكل من متوسطة الإخوة قروف ومتوسطة زاغز جلول بولاية بسكرة.

## 10– خطوات إعداد البرنامج التعليمي

قمنا بالإعداد لهذا البرنامج وبعدها تطبيقه وذلك بعد:

– الحصول على الموافقة الرسمية.

– بعد الحصول على هاته الموافقة نستعد عن طريق تحديد الأدوات والمستلزمات اللازمة لبدء تطبيق دراستنا على أفراد العينة.

– عرض مجموعة من الاختبارات على أساتذتنا الخبراء لبيان مدى ملاءمتها للمرحلة العمرية التي ندرسها (السنة الثالثة والرابعة متوسط).

– ثم تحديد اختبارات الدراسة نعمل على إعداد مجموعة من التمرينات الخاصة بكرة اليد وكل مجموعة تخص اختبار ما.

– إجراء الدراسة الاستطلاعية وبعدها استخراج صدق وثبات وموضوعية نتائج تلك الدراسة.

– وختامًا قمنا بإجراء الاختبارات القبلية والبعدية.

## 11- الاختبارات القبلية

بعد شرحنا للمهارات الأساسية لرياضة كرة اليد لتلاميذ كلٍ من السنة الثالثة متوسط والرابعة متوسط، قمنا بإجراء الاختبارات القبلية، وهاته الإجراءات تمت بمساعدة فريق العمل المساعد وتحت إشرافنا بملعب كرة اليد في متوسطة الإخوة قروف وأيضا متوسطة زاغز جلول.

كما سبق وأشرنا فقد أعددنا برنامجًا تعليميًا راعينا فيه المستوى التعليمي للعينة ومدى قابليتها البدنية، كما ننوه مرة أخرى أننا اعتمدنا على خبرة أساتذتنا في هذا المجال وعلى بعضٍ من دراساتهم بالإضافة استطلعنا آراءهم حول برنامجنا التعليمي كل هذا يصب في مصلحة دراستنا إذ أننا واستنادًا على تلك الآراء سنقوم بتعديل هذا البرنامج محاولين صياغته بشكل يخدم أكثر دراستنا؛ قمنا بتقسم هذا البرنامج إلى 11 وحدة تعليمية بمعدل ما يقارب وحدتين في الأسبوع، وزمن كل وحدة 60 دقيقة، وأيضًا بعضًا من الحصص تزامنت مع العطل التالية:

- عطلة الخريف من 2023/10/31 إلى 2023/11/05.

لذا عوضناها بأيامٍ أخرى لتدارك البرنامج وتنفيذه بأكمله.

وفيما يلي جدول يوضح كيفية تقسيمنا لأقسام الوحدات التعليمية

**الجدول رقم (16): يوضح أقسام الوحدات التعليمية**

| أقسام الوحدات التعليمية | | زمن الوحدة التعليمية الواحدة |
|---|---|---|
| **القسم التحضيري** | مقدمة | 05 د |
| | الإحماء العام | 08 د |
| | الإحماء الخاص | 08 د |
| **القسم الرئيسي** | نشاط تعليمي | 15 د |
| | نشاط تطبيقي | 15 د |
| **القسم الختامي** | تمارين تهدئة | 09 د |
| **المجموع** | | 60 د |

## 12- الاختبارات البعدية

بعد الانتهاء من تدوين نتائج الاختبارات القبلية لغرض معالجتها بالوسائل الإحصائية المناسبة، قمنا بإجراء الاختبارات البعدية وذلك بتاريخ 11 و2023/12/12 وبنفس ظروف

ووسائل إجراء الاختبارات القبلية، ولنفس الغرض كذلك أي معالجة نتائجها بالوسائل الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- الوسيط.
- معامل شابيرو ويلك.
- ألفا كرونباخ.
- اختبار (ت) لعينة واحدة.
- اختبار أنوفا.

وذلك باستخدام الحاسب الآلي وببرنامج الـ SPSS V24، وأيضا استخدمنا برنامج الـ Excel لغرض إنشاء رسومات وأشكال بيانية تدعم كل اختبار إحصاء نجريه.

بيد أن نسبة التحسن حسبناها بالمعادلة التالية:

$$\text{نسبة التحسن} = (\text{القياس البعدي} - \text{القياس القبلي})/(\text{القياس القبلي}) \times 100$$

## خلاصة الفصل الأول

تماشيًا وأن هذا الفصل يعتبر بوابة الإطار التطبيقي وأحد أهم الفصول التي تناولناها في هذه الدراسة، فقد حاولنا من خلال جزئياته تسليط الضوء على المنهج المُتَّبَع من قبلنا، ومن جهة أخرى حاولنا كذلك التعريف بعينة دراستنا هذه ويتعلق الأمر بتلاميذ المستوى المتوسط (السنة الثالثة والرابعة) لمتوسطتي: الإخوة قروف وزاغز جلول بولاية بسكرة، أضف على ذلك أننا تطرقنا لكيفية إعدادنا للبرنامج التعليمي الذي اتبعناه طيلة فترة الدراسة، واختتمنا هذا الفصل بذكر الأساليب الإحصائية المُتبعة من قبلنا، سعيًا منا للتمهيد للشق الثاني من الإطار التطبيقي وهو الفصل المتعلق بتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية ومحاولة مناقشة الفرضيات والإجابة عن الإشكالية التي طرحناها في مقدمة هذا الطرح.

# الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

## تمهيد

حاولنا ضبط دراستنا بشكل ممنهج حتى نمهد للمرحلة التي سنجيب فيها عن إشكالية دراستنا هذه، ولعل إحدى أهم تلك الجهود تكمن في تلقين تلاميذ السنة الثالثة والرابعة متوسط لمهارات كرة اليد، وإجراء جملة من الاختبارات عليهم ومن خلالها تمكنا من جمع نتائج قسمناها بين نتائج الاختبارات القبلية، ونتائج الاختبارات البعدية، ليلي ذلك استعدادنا لعرضها وتحليل نتائجها ومناقشتها وبالتالي التحقق من صدق الفرضيات التالية من عدمها:

**الفرضية العامة:**

- تؤثر الوحدات التعليمية المقترحة في تحسين بعض المهارات الأساسية في كرة اليد.

**الفرضيات الجزئية:**

- تؤثر الوحدات التعليمية المقترحة في تحسين مهارة المناولة في كرة اليد.
- تؤثر الوحدات التعليمية المقترحة في تحسين مهارة دقة التصويب في كرة اليد.
- تؤثر الوحدات التعليمية المقترحة في تحسين مهارة التنطيط في كرة اليد.

## أولا: عرض وتحليل النتائج

### 1- عرض وتحليل فروق نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لتلاميذ المستوى المتوسط (السنة الثالثة والرابعة)

**جدول رقم (17): يوضح نتائج الاختبارات القبلية لاختبارات كرة اليد لتلاميذ السنة الثالثة متوسط لمتوسطة الإخوة قروف**

| الاختبار | الاختبارات القبلية | | قيمة ت المحسوبة | قيمة Sig | درجة الحرية | مستوى الدلالة | الدلالة الإحصائية |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | متوسط حسابي | انحراف معياري | | | | | |
| التمريرة السوطية | 6.50 | 3.606 | - 3.363 | 0.006 | 11 | 0.05 | دال |
| تنطيط الكرة لمسافة 22م | 6.50 | 3.606 | 1.441 | 0.177 | 11 | | غير دال |
| التصويب على المربعات المتداخلة | 6.50 | 3.606 | - 3.363 | 0.006 | 11 | | دال |

**جدول رقم (18): يوضح نتائج الاختبارات البعدية لاختبارات كرة اليد لتلاميذ السنة الثالثة متوسط لمتوسطة الإخوة قروف**

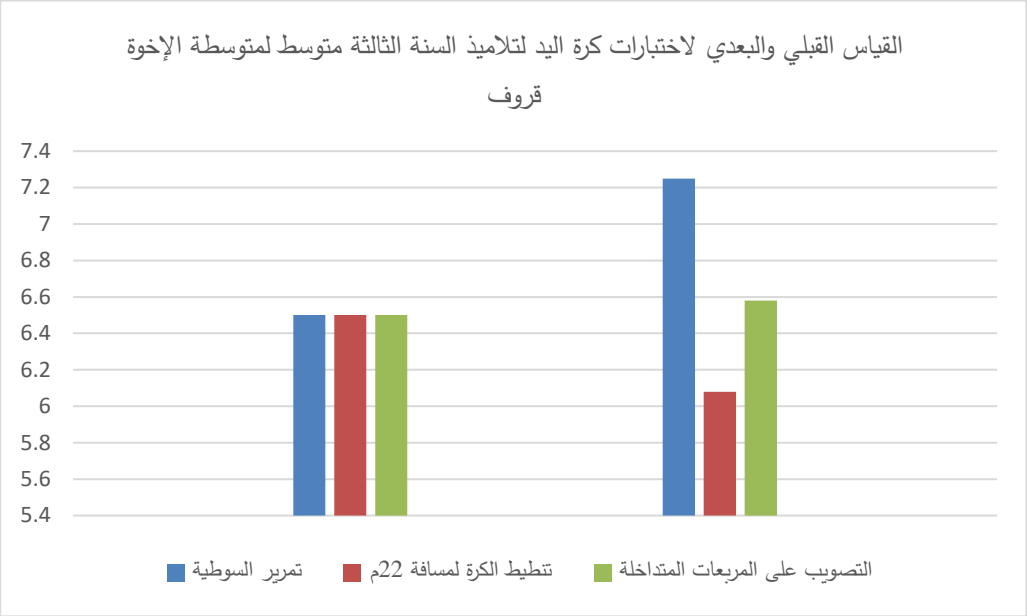
| الاختبار | الاختبارات البعدية | | قيمة ت المحسوبة | قيمة Sig | درجة الحرية | مستوى الدلالة | الدلالة الإحصائية |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | متوسط حسابي | انحراف معياري | | | | | |
| التمريرة السوطية | 7.25 | 3.279 | - 2.905 | 0.014 | 11 | 0.05 | دال |
| تنطيط الكرة لمسافة 22م | 6.08 | 3.753 | 1.000 | 0.339 | 11 | | غير دال |
| التصويب على المربعات المتداخلة | 6.58 | 3.605 | - 3.284 | 0.007 | 11 | | دال |

*** تحليل النتائج**

استنادا منا للنتائج المحققة خلال فترة الاختبارات القبلية والبعدية وجدنا أن هناك تحسن طفيف في مستوى تلاميذ السنة الثالثة متوسط لمتوسطة الإخوة قروف، حيث أن قيمة الـ Sig لاختبار التمريرة السوطية وكذلك اختبار التصويب على المربعات المتداخلة أقل من 0.05 دلالةً على وجود فرق دال إحصائيا سواءٌ تعلق الأمر بالنتائج المحققة في الاختبارات القبلية أو البعدية، بيد أن الأمر مختلف بالنسبة لاختبار تنطيط الكرة لمسافة 22 م حيث نجد أن قيمة الـ Sig الخاصة به سواءٌ في الاختبارات القبلية أو البعدية أكبر من 0.05 مما يعني بعدم وجود فرق دال من الناحية الإحصائية.

بعبارة أوضح وعند مراجعتنا للمتوسط الحسابي القبلي لاختبار التمريرة السوطية والبالغ 6.50 نجده ارتفع لاحقا في الاختبار البعدي إلى 7.25 بينما الانحراف المعياري انخفض بشكل طفيف من 3.606 في الاختبارات القبلية إلى 3.279 في الاختبارات البعدية، بينما المتوسط الحسابي لاختبار تنطيط الكرة لمسافة 22 م انخفض بشكل طفيف في الاختبارات البعدية مقارنة بما هو عليه في الاختبارات القبلية حيث انخفض من 6.50 إلى 6.08 والأمر مختلف عنه في الانحراف المعياري الذي ارتفع من 3.606 في الاختبارات القبلية إلى 3.753 في الاختبارات البعدية، أما اختبار التصويب على المربعات المتداخلة فنجد أن المتوسط الحسابي ارتفع بشكل طفيف بينما انخفض كذلك الانحراف المعياري في الاختبارات البعدية عما هو مشار له في الاختبار القبلية، وفيما يلي شكل توضيحي يوضح ذلك:

**الشكل رقم (18): يوضح الفرق بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لاختبار كرة اليد على تلاميذ السنة الثالثة متوسط لمتوسطة الإخوة قروف**




**المصدر**: من إعداد الطالب

بعد استعراضنا لنتائج الاختبارات القبلية والبعدية لتلاميذ السنة الثالثة متوسط (متوسطة الإخوة قروف) فيما يخص: اختبار التمريرة السوطية، اختبار تنطيط الكرة لمسافة 22م، اختبار التصويب على المربعات المتداخلة، وبعد مناقشتنا لتلك النتائج سنطبق نفس الخطوات على تلاميذ السنة الرابعة متوسط (متوسطة زاغز جلول) ونتائج ذلك فيما يلي:

**جدول رقم (19): يوضح نتائج الاختبارات القبلية لاختبارات كرة اليد لتلاميذ السنة الرابعة متوسط زاغز جلول**

| الاختبار | الاختبارات القبلية | | قيمة ت المحسوبة | قيمة Sig | درجة الحرية | مستوى الدلالة | الدلالة الإحصائية |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | متوسط حسابي | انحراف معياري | | | | | |
| التمريرة السوطية | 6.50 | 3.606 | - 3.363 | 0.006 | 11 | 0.05 | دال |
| تنطيط الكرة لمسافة 22م | 6.50 | 3.606 | 1.441 | 0.177 | 11 | | غير دال |
| التصويب على المربعات المتداخلة | 6.50 | 3.606 | - 3.363 | 0.006 | 11 | | دال |

**جدول رقم (20): يوضح نتائج الاختبارات البعدية لاختبارات كرة اليد لتلاميذ السنة الرابعة متوسط زاغز جلول**

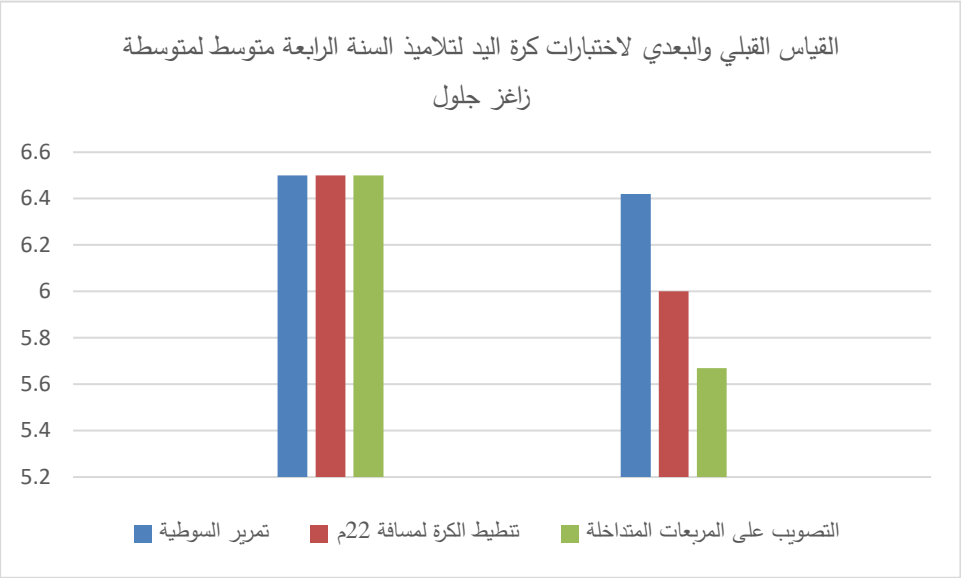
| الاختبار | الاختبارات البعدية | | قيمة ت المحسوبة | قيمة Sig | درجة الحرية | مستوى الدلالة | الدلالة الإحصائية |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | متوسط حسابي | انحراف معياري | | | | | |
| التمريرة السوطية | 6.42 | 3.502 | - 3.544 | 0.005 | 11 | 0.05 | دال |
| تنطيط الكرة لمسافة 22م | 6.00 | 3.742 | 0.926 | 0.374 | 11 | | غير دال |
| التصويب على المربعات المتداخلة | 5.67 | 3.627 | - 4.139 | 0.002 | 11 | | دال |

*** تحليل النتائج**

استنادا منا للنتائج المحققة خلال فترة الاختبارات القبلية والبعدية وجدنا أن هناك تحسن طفيف في مستوى تلاميذ السنة الرابعة متوسط لمتوسطة زاغز جلول، ونوجه نفس الملاحظة التي استشفيناها من خلال دراستنا على تلاميذ متوسطة الإخوة قروف إلى النتائج المحققة بالنسبة لتلاميذ متوسطة زاغز جلول، والتي تتمثل في وجود فرق دال إحصائيا بالنسبة لاختباري التمريرة السوطية وكذلك التصويب على المربعات المتداخلة (سواءٌ في الاختبارات القبلية أو البعدية) فقيمة الـ Sig لكل منهما أقل من 0.05، بينما العكس بالنسبة لاختبار تنطيط الكرة لمسافة 22 م وقيمته أكبر من 0.05 مما يدل على عدم وجود فرق دال من الناحية الإحصائية.

للتوضيح أكثر ارتأينا أن نستعرض كل ما يتعلق بالمتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل اختبار من الاختبارات الثلاثة، لذا وعند اطلاعنا على المتوسط الحسابي القبلي لاختبار التمريرة السوطية والبالغ 6.50 نجده قد انخفض بشكل طفيف في الاختبار البعدي إلى 6.42 والأمر سيان فيما يخص الانحراف المعياري من 3.606 في الاختبارات القبلية إلى 3.502 في الاختبارات البعدية، كذلك المتوسط الحسابي لاختبار تنطيط الكرة لمسافة 22 م الذي انخفض في الاختبارات البعدية مقارنة بما هو عليه في الاختبارات القبلية من 6.50 إلى 6.00 بينما الانحراف المعياري ارتفع من 3.606 في الاختبارات القبلية إلى 3.742 في الاختبارات البعدية، نفس الملاحظة على اختبار التصويب على المربعات المتداخلة إذ نجد أن المتوسط الحسابي انخفض من 6.50 إلى 5.67 بينما ارتفع الانحراف المعياري من 3.606 إلى 3.627، وللتوضيح أكثر نستعرض الشكل التوضيحي التالي:

**شكل رقم (19): يوضح الفرق بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لاختبار كرة اليد على تلاميذ السنة الرابعة متوسط لمتوسطة زاغز جلول**




**المصدر**: من إعداد الطالب

**2- عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية لتلاميذ المستوى المتوسط (السنة الثالثة والرابعة)**

قمنا بتقسيم عينات دراستنا والبالغ عددها 12 تلميذ وتلميذة (في كل متوسطة) إلى مجموعتين وكل مجموعة مكونة من 06 تلاميذ وفيما يلي نتائج الدراسة التي أجريناها عليهم:

**جدول رقم (21): يوضح تحليل التباين بين تلاميذ السنة الثالثة متوسط لمتوسطة الإخوة قروف**

| الاختبارات | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | قيمة F المحسوبة | قيمة الـ Sig | مستوى الدلالة | الدلالة الإحصائية |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **التمريرة السوطية** | بين المجموعات | 60.750 | 01 | 60.750 | 10.565 | 0.009 | 0.05 | دال |
| | داخل المجموعات | 57.500 | 10 | 5.750 | | | | |
| **تنطيط الكرة لمسافة 22م** | بين المجموعات | 102.083 | 01 | 102.083 | 19.322 | 0.001 | | دال |
| | داخل المجموعات | 52.833 | 10 | 5.283 | | | | |
| **التصويب على المربعات المتداخلة** | بين المجموعات | 102.083 | 01 | 102.083 | 25.000 | 0.001 | | دال |
| | داخل المجموعات | 40.833 | 10 | 4.083 | | | | |

*** تحليل النتائج**

استنادًا منا على النتائج الموضحة أعلاه يتضح لنا أن قيم الـ Sig بالنسبة للاختبارات الثالثة أقل من 0.05 وذلك بدرجة حرية 01 للتباين الكبير و10 للتباين الصغير، وهو ما يؤكد لنا بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات المجموعات الثلاث.

**جدول رقم (22): يوضح تحليل التباين بين تلاميذ السنة الرابعة متوسط لمتوسطة زاغز جلول**

| الاختبارات | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | قيمة F المحسوبة | قيمة الـ Sig | مستوى الدلالة | الدلالة الإحصائية |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **التمريرة السوطية** | بين المجموعات | 18.750 | 01 | 18.750 | 1.614 | 0.233 | 0.05 | غير دال |
| | داخل المجموعات | 116.167 | 10 | 11.617 | | | | |
| **تنطيط الكرة لمسافة 22م** | بين المجموعات | 96.333 | 01 | 96.333 | 16.705 | 0.002 | | دال |
| | داخل المجموعات | 57.667 | 10 | 5.767 | | | | |
| **التصويب على المربعات المتداخلة** | بين المجموعات | 85.333 | 01 | 85.333 | 14.382 | 0.004 | | دال |
| | داخل المجموعات | 59.333 | 10 | 5.933 | | | | |

*** تحليل النتائج**

استنادًا منا على النتائج الموضحة أعلاه يتضح لنا أن قيم الـ Sig بالنسبة لاختبار التمريرة السوطية أكبر من 0.05 بدرجة حرية 01 للتباين الكبير و10 للتباين الصغير، فنستشف بناءً على ذلك عدم وجود فروق فيما يخص هذا الاختبار، بَيْدَ أن اختبار التصويب على المربعات المتداخلة وكذلك اختبار تنطيط الكرة لمسافة 22م فقيمة الـ Sig في كل منهما أقل من 0.05 بمعنى وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

## ثانيا: مناقشة النتائج

### 1- مناقشة نتائج الفرضية الأولى

والتي تشير إلى أن الوحدات التعليمية المقترحة تساهم وتؤثر في تحسن مهارة المناولة في رياضة كرة اليد بالنسبة لتلاميذ المرحلة المتوسطة محل دراستنا هذه.

واستنادًا منا للنتائج المتحصل عليها بعد إجرائنا للمعالجة الإحصائية، نجد أن هناك تحسن طفيف في مستوى هؤلاء، حيث تشير قيمة الـ Sig لاختبار التمريرة السوطية لتلاميذ السنة الثالثة (متوسطة الإخوة قروف) إلى 0.006 وذلك في الاختبارات القبلية (الجدول رقم 18) و0.014 في الاختبارات البعدية (الجدول رقم 19)، وكلتا النتيجتين أقل من 0.05.

الأمر سيانٌ فيما يخص النتائج المتحصل عليها بالنسبة لتلاميذ السنة الرابعة متوسط (متوسطة زاغز جلول)، إذ وجدنا أن قيمة الـ Sig فيها كذلك أقل من 0.05 سواءٌ في الاختبارات القبلية أو البعدية، حيث بلغت واستنادا منا للجدول رقم 20 في الاختبارات القبلية 0.006، وبلغت 0.005 في الاختبارات البعدية (الجدول رقم 21).

ومؤدى كلامنا هذا هو صحة فرضيتنا والتي كما أشرنا سابقًا تفيد بمدى تأثير الوحدات التعليمية المقترحة على تحسن مهارة المناولة في كرة اليد لدى هؤلاء التلاميذ، ونشير إلى مدى الجهد المبذول من قبلنا ومن قبل طاقم العمل والتلاميذ الذين اكتسبوا بفضل مجهوداتهم ومدوامتهم على تكرار التمرين قدرة يُصْطَلَحْ عليها بالتصور الذهني لكيفية أدائه وبالتالي تمكنهم من تنفيذه مع تحسن أدائهم مقارنة بما وجدناهم عليه في البداية.

### 2- مناقشة نتائج الفرضية الثانية

والتي تفيد بأن الوحدات التعليمية المقترحة تساهم وتؤثر في تحسن مهارة دقة التصويب في رياضة كرة اليد بالنسبة لتلاميذ المرحلة المتوسطة محل دراستنا هذه.

وبعد إجرائنا للمعالجة الإحصائية للنتائج المتحصل عليها بالنسبة لتلاميذ السنة الثالثة متوسط (متوسطة الإخوة قروف) وجدنا أن قيمة الـ Sig في الاختبارات القبلية تصل إلى 0.006 (الجدول رقم 18) وقيمتها في الاختبارات البعدية تصل إلى 0.007 (الجدول رقم 19) وكلتا القيمتين أقل من 0.05 دلالةً على تحسن مستوى هؤلاء التلاميذ في هذا الاختبار، والأمر سيانٌ

فيما يخص تلاميذ السنة الرابعة متوسط (متوسطة زاغز جلول) إذ وجدنا أن قيمة الـ Sig تشير إلى 0.006 في الاختبارات القبلية (الجدول رقم 20) و0.002 في الاختبارات البعدية (الجدول رقم 21) وهي كذلك أقل من 0.05.

لنصل إلى نتيجة مفادها صحة ما افترضناه أي أن الوحدات التعليمية المقترحة علينا تؤثر بشكل فعال في تحسن مستوى التلاميذ فيما يخص دقة تصويبهم للكرة.

**3- مناقشة نتائج الفرضية الثالثة**

والتي تقول بأن الوحدات التعليمية المقترحة تساهم وتؤثر في تحسن مهارة تنطيط الكرة في رياضة كرة اليد بالنسبة لتلاميذ المرحلة المتوسطة محل دراستنا هذه.

وجدنا من خلال إجرائنا للمعالجة الإحصائية عدم وجود فرق دال من الناحية الإحصائية، وذلك استنادًا منا على قيمة الـ Sig التي تبلغ 0.177 بالنسبة للاختبارات القبلية (الجدول رقم 18) و0.339 للاختبارات البعدية (الجدول رقم 19) كنتيجة محققة من قبل تلاميذ السنة الثالثة متوسط (الإخوة قروف) وهي نتيجة أعلى من 0.05؛ نفس النتيجة حققها تلاميذ السنة الرابعة متوسط (متوسطة زاغز جلول) حيث بلغت قيمة الـ Sig 0.177 في الاختبارات القبلية (الجدول رقم 20) و0.374 في الاختبارات البعدية (الجدول رقم 21).

وهذه النتائج تعارض تمامًا فرضيتنا هذه وبالتالي يمكن القول لا تؤثر الوحدات التعليمية المقترحة في تحسن مهارة تنطيط الكرة لتلاميذ المرحلة المتوسطة (السنة الثالثة والرابعة) في رياضة كرة اليد، وهذا ما يدعونا للعمل أكثر على تحسين مستواهم هذا واتباع أساليب جديدة من شأنها الإحاطة بالمشكلة ومعالجة الخلل الذي حال دون تحقيقنا للنتيجة التي كنا نصبو إليها.

# الفصل الثالث:

# الاستنتاجات والتوصيات

## تمهيد

قمنا في الفصل السابق بعرض وتحليل ومناقشة النتائج التي تحصلنا عليها أثناء دراستنا الميدانية وعملنا مع تلاميذ المرحلة المتوسطة (عينات دراستنا هذه)، وقد وصلنا إلى مجموعة من الاستنتاجات دون أن ننسى أننا أرفقناها ببعضٍ من التوصيات التي نراها كفيلة بأن تخدم غايتنا وتساعد من يبتغي دراسة هذا الموضوع.

## أولا: الاستنتاجات

1- الوحدات التعليمية التي قد سبق اقتراحها وقد سبق لنا العمل بها مع تلاميذ المرحلة المتوسطة تساعد في تحسين مستواهم في بعضٍ من مهارات كرة اليد، ويظهر ذلك جليًا من خلال النتائج المحققة فيما يخص اختبار التمريرة السوطية (المناولة بشكل عام) وكذلك اختبار التصويب؛ وبالتالي هذه الوحدات التعليمية يمكن الاعتماد عليها عند تدريب اللاعبين الجدد على هذه الرياضة.

2- هاته الوحدات التعليمية ليست دائمًا تخدم الغاية التي نصبو إليها وهي تحسين مستوى لاعبي كرة اليد الجدد أو التلاميذ الممارسين لهذه الرياضة، فقد أثبتت لنا نتائج الاختبارات التي تم إجراءها عليهم بخصوص مهارة تنطيط الكرة أنها لم تفد بشكل كبير وهو ما يستلزم منا إعادة النظر فيها وتغيير بعضٍ منها بوحدات أخرى كفيلة بقلب تلك النتائج.

3- بشكلٍ عام فإن البرنامج المقترح من قبل الأساتذة الخبراء قد أجدى نفعًا وخدم غايتنا بنسبة لا بأس بها، ويظهر ذلك في نتائج الاختبارات البعدية.

4- حثنا التلاميذ وحرصنا عليهم فيما يخص ضرورة تكرارهم لأداء التمرين المطلوب قد أجدى نفعًا وكنا قد أشرنا سابقًا أن ذلك خلق لديهم قدرة التصور الذهني فأصبح بإمكانهم تأدية الحركة مع نسبة خطأ بسيطة مقارنةً بما هو الحال عليه في بداية المشوار معهم.

**ثانيا: التوصيات**

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج دراستنا هذه، وأيضا تماشيًا وما اعترنا من عقبات أثناء عملنا مع تلاميذ المرحلة المتوسطة لمتوسطات ولاية بسكرة (الإخوة قروف، وزاغز جلول)، نوصي بـ:

- تزويد المدارس بالمعدات والتقنيات الحديثة التي من شأنها مساعدة المعلمين والمدربين هناك في تحسين مستوى ومهارات التلاميذ في رياضة كرة اليد.

- العمل على وضع مخطط يشمل تزويد كل مدرسة بخبير في هذه الرياضة، عمله مراقبة مدى أهلية معلمي ومدربي رياضة كرة اليد، والسهر على تلقينهم لمهاراتها للتلاميذ، وهو ما يعود بالإيجاب على الجميع، فمن ناحية إن ارتأى هذا الأخير أن المدرب غير مؤهل بشكل كافٍ قد يوصي بتوجيهه لمراكز تحسن من مستواه وهو بدوره وعند إعادة التحاقه بالمدرسة سيرفع من مستوى ومهارات التلاميذ هناك، ومن جهة أخرى قد يوصي بضرورة استقدام معلم آخر يكون أكثر خبرة ومهارة سواءٌ من ناحية التدريب أو من ناحية المعارف التي يملكها بخصوص هذه الرياضة.

- على الرغم من الفائدة التي عادت بها الوحدات التعليمية المقترحة علينا من قبل خبرائنا، إلا أننا نرى بضرورة كذلك مقارنتها مع الأساليب المعتمدة لدى النوادي العالمية والمدارس العالمية لهذه الرياضة، فنحاول أخذ الجوانب التي تنمي هاته المهارات بشكل سريع وبنسبة عالية، وندمجها ضمن تلك الوحدات التعليمية.

- من الأمور الغائبة تمامًا عن مدارسنا هي الفئات ذوي الاحتياجات الخاصة وعلى الرغم من أننا لم نصادف إحدى تلك الحالة في صفوف التلاميذ الذين أشرفنا عليهم في كلتا المتوسطتين إلا أن ذلك لا يعني أننا لم نأخذهم بعين الاعتبار، فلو تصادف وإن رغب تلميذ منهم في ممارسة هذه الرياضة واحترافها فإننا نكون بصدد عقبة لا يمكن تجاوزها وهي كيف نكيف وضعه في الفريق؟ وعلى هذا الأساس نوصي بأن يتم توفير ملاعب مخصصة لهم بالمدارس، وأيضا يتم تكوين فريق مخصص لهم يتم تدريبه على المهارات الخاصة باللاعب المعاق، ويؤخذون بعين الاعتبار في إقحامهم في المنافسات المحلية.

# الخاتمة

## الخاتمة

ختامًا لما تداولناه في دراستنا هذه وفي ضوء جملة النتائج التي خرجنا بها والتي تتمحور حول موضوع أثر الوحدات التعلمية المقترحة في تحسين بعض المهارات في كرة اليد لدى تلاميذ طور المتوسط (تلاميذ السنة الثالثة من متوسطة الإخوة قروف، وتلاميذ السنة الرابعة من متوسطة زاغز جلول بولاية بسكرة).

وقد شملت هذه الدراسة كما أشرنا أعلاه عينة تجريبية بلغ عددها 24 تلميذ وتلميذة مقسمة بالتساوي بين متوسطة الإخوة قروف ومتوسطة زاغز جلول، وكل مستوى مقسم إلى 06 تلاميذ ذكور و06 تلميذات إناث من ضمن ما يقارب 140 تلميذ، ونؤكد أن عملية اختيار هؤلاء التلاميذ كانت عشوائية وأيضًا عملنا على استبعاد التلاميذ المنخرطين في نوادي رياضية لرياضة كرة اليد.

بعد اختيارنا للتلاميذ (عينة الدراسة) طبقنا عليهم برنامج تعليمي تم اقتراحه من قبل أساتذتنا الخبراء، وذلك بناءً على استمارة استبيانية وزعناها على أساتذتنا حتى يختاروا لنا جملة الاختبارات والمهارات الواجب استهدافها، وانطلاقًا من ذلك أعددنا العدة اللازمة لتلقينهم مهارة: التمريرة السوطية وتنطيط الكرة لمسافة 22م وكذلك مهارة التصويب.

وفي ضوء أهداف دراستنا هذه وفي حدود عيناتها المشار لها أعلاه، وانطلاقًا من واقع البيانات وجملة النتائج المتحصل عليها بعد إجراء المعالجة الإحصائية فقد اتضح لنا وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 بين نتائج القياس القبلي والبعدي ويتعلق الأمر بكلٍ من الاختبار المستهدف لمهارة التمريرة السوطية ومهارة التصويب، بينما العكس تمامًا فيما يخص اختبار التنطيط إذ لم نجد أي فرق في الدلالة الإحصائية، وهاته النتائج تشير إلى مدى تأثير الوحدات التعليمية المقترحة في تحسين مستوى ومهارة التلاميذ فيما يتعلق بمهارتي التمريرة السوطية والتصويب، بينما لم تؤثر بشكل كبير ولم تحسن نوعًا ما من مستوى اتقانهم لمهارة التنطيط لمسافة 22م.

ولما كان أداء التلميذ في كرة اليد لا يتوقف فقط على إعداده جسمانيًا وبدنيًا، بل يتوقف كذلك على مدى قدرته على أداء المهارات التي تميز هذه الرياضة عن الرياضات الأخرى، وعلى هذا الأساس عكفنا على إعداد تلاميذنا حتى يرتقوا إلى مستوى يجعل منهم المادة الخام التي يُصنع منها أبطال الجزائر مستقبلًا.

# قائمة المصادر والمراجع

# قائمة المصادر والمراجع

## I- المصادر

**أولا:** القرآن الكريم قراءة ورش عن نافع.

**ثانيا: المعاجم والقواميس**

1- إبراهيم أنيس، عبد الحليم منتصر وآخرون، **المعجم الوسيط**، الطبعة الرابعة، مجمع اللغة العربية، دون بلد نشر، 2004.

2- أحمد مختار عمر، **معجم اللغة العربية المعاصرة**، المجلد الأول – المجلد الثالث، الطبعة الأولى، عالم الكتب، دون بلد نشر، 2008.

## II- المراجع

**أولا: الكتب**

1- إخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي، **طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية**، الطبعة الثانية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة (مصر)، 2000.

2- أكرم خطايبة، **المناهج المعاصرة في التربية الرياضية**، دار الفكر للنشر والتوزيع، القاهرة (مصر)، 1997.

3- أمين أنور الخولي، **أصول التربية البدنية والرياضية: المدخل – التاريخ – الفلسفة – الممهنة والإعداد المهني – النظام العالمي الأكاديمي**، الطبعة الثالثة، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، القاهرة (مصر)، 2001.

4- إيناس خليفة خليفة، **مراحل النمو وتطوره ورعايته**، دار مجدلاوي للنشر والتوزيع، عمان، 2011.

5- بزار علي جوكل، **فسلجة التدريب في كرة اليد**، دون دار نشر، الأردن، 2008.

6- تشارلز بيوكر، **أسس التربية البدنية**، ترجمة: حسن معوض، كمال صالح عبده وآخرون، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة (مصر)، 1964.

7- جيهان لطفي محمد، خديجة عبد الله بصفر، **طرق تدريس رياض الأطفال في ضوء معايير الجودة**، الطبعة الثانية، مكتبة الرشد للنشر، الرياض (المملكة العربية السعودية)، 2020.

8- خالد الحشحوش، **الموسوعة الرياضية العصرية**، الطبعة الأولى، دار يافا العلمية للنشر والتوزيع، عمان (الأردن)، 2006.

9- خلود مانع الزبيدي، **موسوعة الألعاب الرياضية**، دار دجلة ناشرون وموزعون، عمان، 2008.

10- خيرية إبراهيم السكري، وسيلة محمد مهران وآخرون، **المهارات الأساسية في التربية البدنية لرياض الأطفال الأسواء وذوي الاحتياجات الخاصة**، دار الوفاء لدنيا الطبعة والنشر، الإسكندرية (مصر)، 2005.

11- رمضان محمد القذافي، **علم نفس النمو**، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية (مصر)، 2000.

12- سعدية محمد علي بهادر، **برامج تربية أطفال ما قبل المدرسة**، دار المسيرة للطباعة والنشر، عمان، 2003.

13- سعيد نزار سعيد، **أثر تمرينات لتطوير الإدراك الحسي الحركي وبعض مظاهر الانتباه في أداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة اليد**، دار غيداء للنشر والتوزيع، الأردن، 2012.

14- طارق محمد رحاب، **الأداء الخططي الهجومي قبل وبعد الوقت المستقطع وعلاقته بنتائج مباريات كرة اليد**، دار الوفاء لدنيا الطبعة والنشر، الإسكندرية (مصر)، 2008.

15- عبد الرحمن بدوي، **مناهج البحث العلمي**، الطبعة الثالثة، وكالة المطبوعات، الكويت، 1977.

16- عبد المنعم المليجي، حلمي المليجي، **النمو النفسي**، دار النهضة العربية للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة (مصر)، 1971.

17- عفت مختار عبد السلام، محمد محمد الحماحمي، **مدخل في التربية البدنية المقارنة والرياضة**، مركز الكتاب للنشر، القاهرة (مصر)، 2008.

18- عماد الدين عباس أبو زيد، درويش كمال وآخرون، **الدفاع في كرة اليد**، مركز الكتاب، القاهرة (مصر)، 1999.

19- عمروسي كمال، **الوثيقة المرافقة لمناهج التعليم المتوسط: اللغة العربية، التربية الإسلامية**، الديوان الوطني للمطبوعات المدرسية، الجزائر، 2013.

20- فؤاد البهي السيد، **الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة**، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، القاهرة (مصر)، 1975.

21- فوزي طه إبراهيم، رجب أحمد الكلزة، **المناهج المعاصرة**، منشأة المعارف للطباعة والنشر والتوزيع، الإسكندرية (مصر)، دون سنة نشر.

22- قاسم حسن البدري، **نظرية التربية البدنية**، مطبعة جامعة بغداد، بغداد (العراق)، 1979.

23- قاسم حسن حسين، عباس أحمد السامرائي، **التطبيق العملي في التربية الرياضية**، مطبعة التعليم العالي، بغداد (العراق)، 1987.

24- قاسم حسن مهدي المندلاوي، ياسين الهاشمي فاطمة وآخرون، **دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية البدنية والرياضية: المرحلة المتوسطة والإعدادية**، الجزء الثاني، مطابع التعليم العالي، بغداد (العراق)، 1990.

25- كمال درويش، **الدفاع في كرة اليد**، مركز الكتاب للنشر والتوزيع، القاهرة (مصر)، 1998.

26- اللجنة الوطنية للبرامج، **الوثيقة المرافقة لمناهج السنة الرابعة متوسط من التعليم المتوسط**، الديوان الوطني للمطبوعات المدرسية، الجزائر، 2006.

27- ماجد محمود الخياط، **أساسيات البحوث الكمية والنوعية في العلوم الاجتماعية**، دار الراية للنشر والتوزيع، الأردن، 2010.

28- مازن عبد الهادي، مازن هادي كزار الطائي وآخرون، **المهارة الحركية**، محترفون للطباعة والتنضيد والترجمة، دون بلد نشر، 2018.

29- محمد أحمد فرج عنايات، **مناهج وطرق تدريس التربية البدنية**، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، القاهرة (مصر)، 1998.

30- محمد حسن علاوي، كمال الدين عبد الرحمن درويش وآخرون، **الإعداد النفسي في كرة اليد: نظريات وتطبيقات**، مركز الكتاب للنشر، القاهرة (مصر)، 2003.

31- محمد سلمان فياض الخزاعلة، وصفي محمد فرحان الخزاعلة، **التربية الرياضية الفاعلة وطلبة كليات التربية**، مكتبة المجتمع العربي، عمان، 2009.

32- محمد صبحي حسانين، كمال عبد الحميد، **رباعية كرة اليد الحديثة: الماهية والأبعاد التربوية، أسس القياس والتقويم، اللياقة البدنية**، مركز الكتاب للنشر والتوزيع، القاهرة (مصر)، 2019.

33- مفتي إبراهيم حماد، **المهارات الرياضية: أسس التعلم والتدريب والدليل المصور**، مركز الكتاب للنشر والتوزيع، القاهرة (مصر)، 2002.

34- مكارم حلمي أبو هرجة، محمد سعد زغلول، **مناهج التربية الرياضية**، مركز الكتاب للنشر، القاهرة (مصر)، 1999.

35- منير جريس، **كرة اليد للجميع**، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، القاهرة (مصر)، 1994.

36- هالة حماد الصمادي، نجوى مروة منلا، **دليل المعلمة لمنهج التعليم الذاتي لرياض الأطفال**، الطبعة الأولى، وزارة التربية والتعليم، الرياض (المملكة العربية السعودية)، 2006.

37- ياسر دبور، **كرة اليد الحديثة**، منشأة المعارف للطباعة والنشر والتوزيع، الإسكندرية (مصر)، 1998.

**ثانيا: الرسائل والأطروحات**

- لمياء علي حسين، **أثر تمرينات مقترحة في اكتساب بعض المهارات الهجومية بكرة اليد لطالبات الثاني متوسط**، رسالة ماجستير تخصص طرائق تدريس التربية الرياضية، جامعة ديالى، كلية التربية الأساسية، العراق، سنة المناقشة: 2007.

**ثالثا: المقالات العلمية**

1- إبراهيم حرباش، عبد الكريم سنوسي وآخرون، "**وحدات تعليمية مقترحة باستخدام اللعب الموجه لتحسين بعض القدرات التوافقية لدى تلاميذ الطور الابتدائي (09 – 12 سنة)**"، مجلة التواصل، المجلد 28، العدد 01، جامعة باجي مختار، عنابة (الجزائر)، 2022.

2- زروال محمد، نواصر مصطفى، "**أثر البرنامج التعليمي المقترح باستخدام التكنولوجيا الحديثة لتحسين بعض المهارات الأساسية للاعبي الفرق المدرسية لكرة اليد في ظل جائحة كورونا The impact of a proposed educational program using modern technology to improve some basic skills of handball team players in the context of the Corona pandemic**"، مجلة الإبداع الرياضي، المجلد 12، العدد 02، جامعة محمد بوضياف، المسيلة (الجزائر)، 2021.

3- زغينة عمار، "**المراهقة من منظور الإسلام وعلم النفس**"، مجلة العلوم الإنسانية، العدد 28، جامعة منتوري، قسنطينة (الجزائر)، 2007.

4- ميهوبي رضوان، صباح طاوس، "**فعالية التصور العقلي في تطوير مستوى الأداء المهاري للاعبي كرة اليد Effectiveness of mental imagery in developing the skill level of handball players**"، مجلة الإبداع الرياضي، المجلد 13، العدد 02، جامعة محمد بوضياف، المسيلة (الجزائر)، 2022.

5- يوسف تمار، "**الأخطاء المنهجية في الدراسات الاستطلاعية Methological errors in surveys**"، المجلة الجزائرية لبحوث الإعلام والرأي العام، المجلد 06، العدد 01، جامعة الجزائر 3، الجزائر، 2023.

**رابعا: المحاضرات**

1- بلفريطس ياسين، **محاضرات قانون كرة اليد موجهة لطلبة السنة الثانية ليسانس**، جامعة جيجل، قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جيجل (الجزائر)، سنة الإلقاء: 2022.

2- دادي عبد العزيز، **محاضرات في التدريب الحديث في كرة اليد موجهة لطلبة السنة الثالثة ليسانس**، تخصص: تربية بدنية، جامعة قسنطينة، قسنطينة (الجزائر)، سنة الإلقاء: 2006 – 2007.

3- رياض الومان، **محاضرات في مقياس كرة اليد موجهة لطلبة السنة الثالثة ليسانس**، تخصص: تدريب رياضي تنافسي، جامعة الجزائر 3، معهد التربية البدنية والرياضية، الجزائر، سنة الإلقاء: 2019 – 2020.

**خامسا: المواقع الإلكترونية**

1- موقع الجريدة، **أكاديمية كرة اليد تواصل تدريباتها ضمن مشروع "عيالنا أملنا 2"**، الموقع الإلكتروني: https://www.aljarida.com/articles/1512409746141970500

2- توفيق زين العابدين، **المهارات الأساسية في كرة اليد وطرق تعليمها**، الموقع الإلكتروني: https://tawfeek-zen.blogspot.com/2017/07/blog-post_99.html

3- موقع جريدة البيان، **كرة اليد.. أهداف بالجملة**، الموقع الإلكتروني: https://www.albayan.ae/sports/all-games/2017-02-20-1.2863423

4- موقع جريدة الأنباء، "**الدفاع" بطلًا لكأس كرة اليد للوزارات**، الموقع الإلكتروني: https://www.alanba.com.kw/ar/sport-news/1030280/2021-03-16--الدفاع-بطلا-لكأس-كرة-اليد-للوزارات

5- موقع ما بيوت، أنواع الرياضة في دبي وأماكن ممارستها، الموقع الإلكتروني:
https://www.bayut.com/mybayut/ar/موضوع-الرياضة/

6- موقع المقاتل، **استلام كرة اليد**، الموقع الإلكتروني:
http://www.moqatel.com/openshare/Behoth/Mrydia15/handball/fig06.gif_cvt.htm

7- المكتبة الرياضية الشاملة، **المهارات الهجومية في كرة اليد**، الموقع الإلكتروني:
https://www.sport.ta4a.us/team-sports/handball/1985-offensive-skills-handball.html

8- المكتبة الرياضية الشاملة، **قواعد ممارسة لعبة كرة اليد**، الموقع الإلكتروني
https://www.sport.ta4a.us/team-sports/handball/161-law-handball.html

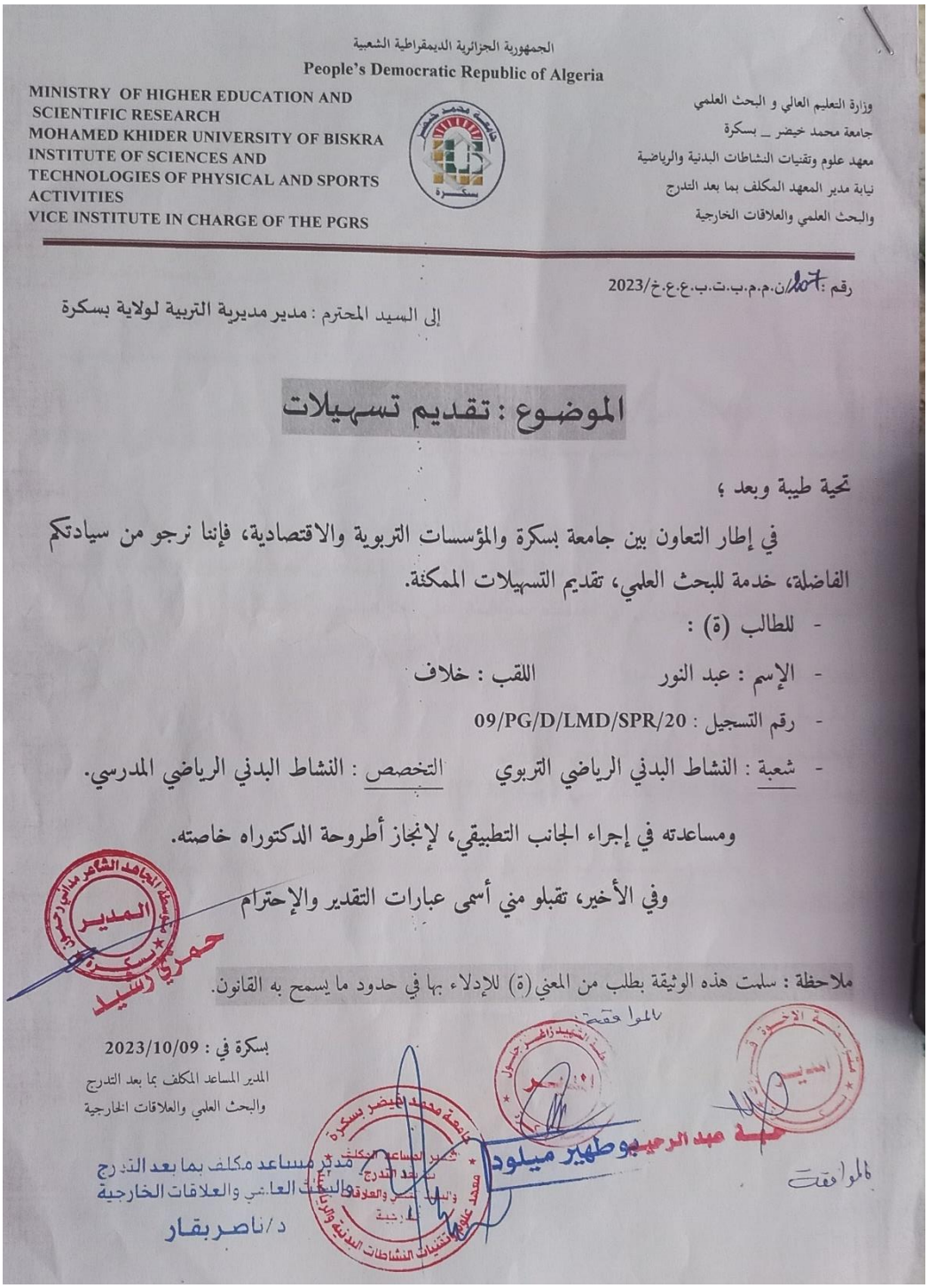
9- موقع نبض الوطن، **برنامج رياضي لطلاب المدارس**، الموقع الإلكتروني:
https://www.al-watan.com/article/76948/STATENEWS/برنامج-رياضي-لطلاب-المدارس

10- ندى سالمي، **تلاميذ المتوسط والثانوي يجتازون الامتحانات اليوم**، موقع سبق برس، الموقع الإلكتروني:
https://www.sabqpress.dz/تلاميذ-المتوسط-والثانوي-يجتازون-الإم

11- موقع Pam، **كرة اليد.. ناديا "الوداد الرياضي" و"الرياضات الرشيدية" يلتحقان بالقسم الممتاز**، الموقع الإلكتروني:
https://www.pam.ma/كرة-اليد-ناديا-الوداد-الرياضي-والريا

# الملاحق

# ملحق رقم (01):



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria

MINISTRY OF HIGHER EDUCATION AND SCIENTIFIC RESEARCH
MOHAMED KHIDER UNIVERSITY OF BISKRA
INSTITUTE OF SCIENCES AND TECHNOLOGIES OF PHYSICAL AND SPORTS ACTIVITIES
VICE INSTITUTE IN CHARGE OF THE PGRS

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة محمد خيضر ـ بسكرة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
نيابة مدير المعهد المكلف بما بعد التدرج
والبحث العلمي والعلاقات الخارجية

رقم: 107/ن.م.م.ب.ت.ب.ع.ع.خ/2023

إلى السيد المحترم : مدير مديرية التربية لولاية بسكرة

## الموضوع : تقديم تسهيلات

تحية طيبة وبعد ؛

في إطار التعاون بين جامعة بسكرة والمؤسسات التربوية والاقتصادية، فإننا نرجو من سيادتكم الفاضلة، خدمة للبحث العلمي، تقديم التسهيلات الممكنة.

- للطالب (ة) :
- الإسم : عبد النور اللقب : خلاف
- رقم التسجيل : 09/PG/D/LMD/SPR/20
- شعبة : النشاط البدني الرياضي التربوي التخصص : النشاط البدني الرياضي المدرسي.

ومساعدته في إجراء الجانب التطبيقي، لإنجاز أطروحة الدكتوراه خاصته.

وفي الأخير، تقبلو مني أسمى عبارات التقدير والإحترام

ملاحظة : سلمت هذه الوثيقة بطلب من المعني(ة) للإدلاء بها في حدود ما يسمح به القانون.

بسكرة في : 2023/10/09
المدير المساعد المكلف بما بعد التدرج
والبحث العلمي والعلاقات الخارجية

د/ناصر بقار

## ملحق رقم (02):

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التربية الوطنية

مديرية التربية لولاية بسكرة

مصلحة التكوين والتفتيش

/الأمانة/

الرقم: 379/ م.ت.ت/2023

بسكرة في: 18 OCT 2023

مدير التربية

إلى

السيد(ة): مدير متوسطة الاخوة قروف

مدير متوسطة زاغز جلول

مدير متوسطة مداني رحمون

**الموضوع: الموافقة على إجراء "تربص ميداني"**

المرجع: مراسلة جامعة محمد خيضر-بسكرة-تحت رقم:82/ن م م ب ت ب ع ع خ /2023 المؤرخة في: 2023/10/16

بناء على المرجع المشار أعلاه، وفي إطار الاتفاقية المبرمة بين مديرية التربية لولاية بسكرة وجامعة محمد خيضر-بسكرة-، لفائدة طلبة الدكتوراه المسجلين بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، يشرفني أن أعلمكم بموافقتي على إجراء التربص الميداني.

للطالب(ة): خلاف عبد النور

الشعبة : النشاط البدني الرياضي التربوي

التخصص : النشاط البدني الرياضي المدرسي

وهذا ابتداء من: 2023/10/18 إلى غاية: 2023/11/18

على مستوى مؤسستكم، مع تقديم كل المساعدات في حدود الإمكانيات المتوفرة لديكم، مع وجوب مراعاة البرتوكول الصحي وإجراءات التباعد الجسدي.

مدير التربية

مدير التربية
بعنابة عز الدين

## ملحق رقم (03):

## قائمة تلاميذ السنة الثالثة متوسط لمتوسطة الإخوة قروف بولاية بسكرة

| | الاسم واللقب | الجنس | السن |
|---|---|---|---|
| 01 | العمودي آدم | ذكر | 13 |
| 02 | بركات شهد رتاج | أنثى | 15 |
| 03 | بريش روان | أنثى | 13 |
| 04 | بن خلف الله رافد عبد الرحمن | ذكر | 12 |
| 05 | بن سليطان كوثر | أنثى | 15 |
| 06 | بن سيدي إبراهيم قطر الندى | أنثى | 13 |
| 07 | بوريالة محمد الطاهر نزيم | ذكر | 12 |
| 08 | بوشناف عبد الجليل | ذكر | 13 |
| 09 | بوصبع عبد الحميد | ذكر | 16 |
| 10 | بوغزولة خديجة | أنثى | 13 |
| 11 | تاجموتي رنيم | أنثى | 13 |
| 12 | تقطيوت علجية مرام | أنثى | 12 |
| 13 | جوامع عبد المعز | ذكر | 12 |
| 14 | دبابش عائشة | أنثى | 12 |
| 15 | دحاح ردينة رتاج الدين | أنثى | 13 |
| 16 | دوفي محمد أيوب | ذكر | 13 |
| 17 | ديهم سارة | أنثى | 16 |
| 18 | رحال أيوب | ذكر | 15 |
| 19 | رزيق فرح | أنثى | 13 |
| 20 | رزيق ملاك الجنة | أنثى | 13 |
| 21 | رماضنة أنس | ذكر | 13 |
| 22 | رمول سارة أريج | أنثى | 12 |
| 23 | زعيم محمد مصطفى | ذكر | 13 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| **24** | سويد الهاشمي | ذكر | 13 |
| **25** | شملة شمس الضحى | أنثى | 12 |
| **26** | طمطاوي منصف عبد الرحمن | ذكر | 13 |
| **27** | عاشوري سيف الدين | ذكر | 13 |
| **28** | عزيز مارية شيراز | أنثى | 12 |
| **29** | علوي عبد الرحمن | ذكر | 12 |
| **30** | علوي ناجية فطيمة العطرة | أنثى | 13 |
| **31** | لهلالي آية | أنثى | 13 |
| **32** | مفتاح روان هبة الرحمن | أنثى | 16 |
| **33** | موسى أميمة | أنثى | 13 |
| **34** | نفير وليد | ذكر | 17 |
| **35** | واعر ازهار | أنثى | 14 |
| **36** | ومان محمد ثامر | ذكر | 14 |

## ملحق رقم (04):

## قائمة تلاميذ السنة الرابعة متوسط لمتوسطة الإخوة قروف بولاية بسكرة

| | الاسم واللقب | الجنس | السن |
|---|---|---|---|
| 01 | الحاج مسعود وهيبة | أنثى | 14 |
| 02 | براهيمي عبد القادر | ذكر | 15 |
| 03 | بركات مؤنس | ذكر | 16 |
| 04 | بريبش ريوان | ذكر | 14 |
| 05 | بليلي سندس نور الهدى | أنثى | 14 |
| 06 | بن رزيق محمد عميرة | ذكر | 17 |
| 07 | بن شريف مريم لوجين | أنثى | 13 |
| 08 | بن عبدي محمد نافع | ذكر | 14 |
| 09 | بوعلاقة نعيم | ذكر | 16 |
| 10 | جوامع محمد إبراهيم | ذكر | 13 |
| 11 | حبة شيماء | أنثى | 15 |
| 12 | حبة عبد المليك | ذكر | 14 |
| 13 | حسنين أحمد | ذكر | 13 |
| 14 | حسيني هاجر | أنثى | 16 |
| 15 | حمدي ملاك | أنثى | 13 |
| 16 | حوحو صابرين أمينة | أنثى | 13 |
| 17 | حوحو مارية | أنثى | 13 |
| 18 | حوحو نور ملاك | أنثى | 13 |
| 19 | حوحو يونس | ذكر | 13 |
| 20 | زموري إسراء | أنثى | 14 |
| 21 | سعدية إسراء | أنثى | 15 |
| 22 | شناي أيوب | ذكر | 15 |
| 23 | صغيري أحمد | ذكر | 14 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| **24** | صغيري إياد | ذكر | 14 |
| **25** | عبد السلام زياد | ذكر | 14 |
| **26** | عبد السلام فدوى | أنثى | 14 |
| **27** | غمري محمد إسلام | ذكر | 14 |
| **28** | قدري مرام | أنثى | 13 |
| **29** | قرقب رنيم | أنثى | 13 |
| **30** | ناصر محمد عامر | ذكر | 16 |
| **31** | ناصر مروة | أنثى | 16 |
| **32** | يعيش تمام ردينة عائشة | أنثى | 13 |

## ملحق رقم (05):

## قائمة تلاميذ السنة الثالثة متوسط لمتوسطة زاغز جلول بولاية بسكرة

| | الاسم واللقب | الجنس | السن |
|---|---|---|---|
| 01 | الكيحل لجين | أنثى | 13 |
| 02 | بالطيب آلاء الرحمن | أنثى | 15 |
| 03 | برباري مريم | أنثى | 13 |
| 04 | بن الزين شهد | أنثى | 14 |
| 05 | بن روان أنيس | ذكر | 15 |
| 06 | بن يدير يونس | ذكر | 14 |
| 07 | تريعة رانيا | أنثى | 13 |
| 08 | تقيوس ردينة | أنثى | 13 |
| 09 | جراد فادي سراج الدين | ذكر | 15 |
| 10 | جغلاف يوسف | ذكر | 16 |
| 11 | جفال نسيمة | أنثى | 14 |
| 12 | حليلو يوسف | ذكر | 14 |
| 13 | خشعي غالية نور الهدى | أنثى | 16 |
| 14 | خشعي محمد إسلام | ذكر | 13 |
| 15 | خمخام أميمة | أنثى | 13 |
| 16 | دراف أنس | ذكر | 16 |
| 17 | دشانة إكرام | أنثى | 14 |
| 18 | دغو يونس | ذكر | 13 |
| 19 | سليماني أماني | أنثى | 13 |
| 20 | شرقي المعتز بالله | ذكر | 13 |
| 21 | شية وفاء | أنثى | 14 |
| 22 | صلحاوي رياض | ذكر | 16 |
| 23 | ضحوي عماد الدين | ذكر | 13 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| **24** | طلاب حياة | أنثى | 14 |
| **25** | عبابسة إسحاق | ذكر | 15 |
| **26** | عبد الرزاق رفيف | أنثى | 13 |
| **27** | غانم ميليسا | أنثى | 13 |
| **28** | قريشي حسام نور الدين | ذكر | 16 |
| **29** | كحكاح سلسبيل | أنثى | 15 |
| **30** | لبوز مروان | ذكر | 12 |
| **31** | نغاق رانيا | أنثى | 12 |
| **32** | ونوغي مروة | أنثى | 15 |

## ملحق رقم (06):

## قائمة تلاميذ السنة الرابعة متوسط لمتوسطة زاغز جلول بولاية بسكرة

| | الاسم واللقب | الجنس | السن |
|---|---|---|---|
| 01 | الهامل عبد الجليل | ذكر | 16 |
| 02 | بدار رتاج قطر الندى | أنثى | 14 |
| 03 | برباص منى | أنثى | 16 |
| 04 | برباص هديل | أنثى | 13 |
| 05 | بلقيدوم آية | أنثى | 14 |
| 06 | بن فاطمة ميسون | أنثى | 14 |
| 07 | بوخبلة دعاء | أنثى | 14 |
| 08 | بوعام ملاك | أنثى | 14 |
| 09 | بوعيشة لميس | أنثى | 14 |
| 10 | ترغيني إلياس عبد الرحيم | ذكر | 14 |
| 11 | تميم يحي عبد السلام | ذكر | 14 |
| 12 | تومي أسماء | أنثى | 14 |
| 13 | جودي لجين سليمة | أنثى | 14 |
| 14 | حيتامة رزان | أنثى | 14 |
| 15 | حيتامة رواء | أنثى | 14 |
| 16 | خمخام آية | أنثى | 14 |
| 17 | دراف شهد | أنثى | 14 |
| 18 | دريدي عبير | أنثى | 15 |
| 19 | راشدي كريم | ذكر | 14 |
| 20 | رزيق مرام | أنثى | 15 |
| 21 | زهاني أكرم | ذكر | 15 |
| 22 | سوداني ملاك | أنثى | 15 |
| 23 | شرقي جيهان آية الرحمن | أنثى | 13 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| **24** | شكيوي أماني | أنثى | 15 |
| **25** | عيساني شيماء | أنثى | 16 |
| **26** | كحول سليمان | ذكر | 13 |
| **27** | كندري آدم | ذكر | 14 |
| **28** | ناجي رحاب | أنثى | 14 |
| **29** | نينة يونس | ذكر | 14 |
| **30** | ونوقي مهند كمال الدين | ذكر | 15 |
| **31** | تيمزرفت أماني | أنثى | 16 |
| **32** | سوداني شيماء | أنثى | 16 |

**ملحق رقم (07):**

**قائمة التلاميذ المختارين لإجراء الاختبارات (السنة الثالثة متوسط لمتوسطة الإخوة قروف)**

| | الاسم واللقب | الجنس | السن |
|---|---|---|---|
| **01** | العمودي آدم | ذكر | 13 |
| **02** | بن خلف الله رافد عبد الرحمن | ذكر | 12 |
| **03** | بوريالة محمد الطاهر نزيم | ذكر | 12 |
| **04** | بوشناف عبد الجليل | ذكر | 13 |
| **05** | بوصبع عبد الحميد | ذكر | 16 |
| **06** | جوامع عبد المعز | ذكر | 12 |
| **07** | ديهم سارة | أنثى | 16 |
| **08** | بن سليطان كوثر | أنثى | 15 |
| **09** | بوغزولة خديجة | أنثى | 13 |
| **10** | تاجموتي رنيم | أنثى | 13 |
| **11** | تقطيوت علجية | أنثى | 12 |
| **12** | دبابش عائشة دعاء | أنثى | 12 |

**ملحق رقم (08):**

**قائمة التلاميذ المختارين لإجراء الاختبارات (السنة الرابعة متوسط لمتوسطة زاغز جلول)**

| | الاسم واللقب | الجنس | السن |
|---|---|---|---|
| **01** | الهامل عبد الجليل | ذكر | 16 |
| **02** | ترغيني إلياس عبد الرحيم | ذكر | 14 |
| **03** | تميم يحيى عبد السلام | ذكر | 14 |
| **04** | راشدي كريم | ذكر | 14 |
| **05** | كحول سليمان | ذكر | 13 |
| **06** | كندري آدم | ذكر | 14 |
| **07** | بدار رتاج قطر الندى | أنثى | 14 |
| **08** | برباص منى | أنثى | 16 |
| **09** | برباص هديل | أنثى | 13 |
| **10** | بلقيدوم آية | أنثى | 14 |
| **11** | بن فاطمة ميسون | أنثى | 14 |
| **12** | بوخبلة دعاء | أنثى | 14 |

**ملحق رقم (09):**

**استمارة استطلاع رأي الأساتذة خبراء كرة اليد لتحديد الاختبارات المهارية في كرة اليد**

**جامعة محمد خيضر – بسكرة –**

**معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية**

# استمارة لاستطلاع الرأي حول تحديد الاختبارات المهارية في كرة اليد

الأستاذ الدكتور: .....

يقينًا منا بالدور الذي تسهمون به حتى ترتقي رياضة كرة اليد ويعلو شأنها، وتماشيًا وسجلكم الذي يشهد لكم بِكَمِّ العمل الجاد الذي بذلتموه في هذا المجال نرجو من سيادتكم المحترمة التفضل وإبداء رأيكم في هذه الاستمارة والتي نحيطكم علما أن محتوى الدراسة المعنية بها يتناسب مع المستوى الدراسي (الثالثة متوسط – الرابعة متوسط)، وعنوانها:

.....

حيث أن ذلك يساهم في إثراء بحثنا هذا ولسيادتكم كامل الاحترام والتقدير لحسن تعاونكم ومساهمتكم في خدمة البحث العلمي.

**أولا: بيانات شخصية**

**1/ الاسم واللقب:**

**2/ المؤهل العلمي:**

**3/ مدة العمل في مجال التدريس:**

**4/ مدة العمل في مجال التدريب:**

**5/ مكان العمل:**

**ثانيا: الاستمارة**

نرجو من سيادتكم وضع علامة (X) أمام الاختبارات المهارية الخاصة برياضة كرة اليد، والتي تتناسب مع المستوى الدراسي (مرحلة المتوسط: السنة الثالثة والرابعة) قيد البحث.

| الاختبارات | آراء الأساتذة الخبراء | | نتيجة الاختبار |
|---|---|---|---|
| | موافق | غير موافق | |
| تنطيط الكرة في خط متعرج لمسافة 30 م | | | |
| سرعة التمرير من المركز (8 كرات) | | | |
| اختبار التصويب على المربعات المتداخلة | | | |
| دقة التمرير من مستوى الصدر | | | |
| تمرير السوطية | | | |
| التصويب من الثبات من مسافة 07 م | | | |
| سرعة التحركات الدفاعية | | | |
| الهجوم الخاطف من تمريرة من حارس المرمى | | | |
| تنطيط الكرة لمسافة 22 م | | | |

**ملاحظة:** يمكنكم إضافة أية اختبارات أخرى ترونها تناسب مع عينات الدراسة (تلاميذ المستوى المتوسط بالأخص سنة الثالثة والرابعة):

.....

.....

.....

.....

## ملحق رقم (10):

## قائمة الأستاذة المحكمين الذين اختاروا اختبارات الدراسة

| الاسم واللقب | الدرجة العلمية | جامعة الانتماء | التخصص | الامضاء |
|---|---|---|---|---|
| ناصر بعار | أستاذ محاضر أ | جامعة بسكرة | ن.ب.ر تربوي | [illegible] |
| د حنيتي عادل | أستاذ محاضر أ | جامعة بسكرة | تدريب رياضي | [illegible] |
| أ.د/ لوينك أحمد | أستاذ | جامعة محمد خيضر - بسكرة | النشاط البدني التربوي | [illegible] |
| د. خير الله عصام الدين ابالي | أستاذ محاضر ب | جامعة بسكرة | الإدارة والتسيير الرياضي | [illegible] |
| السعيد مزروع | استاذ | جامعة بسكرة | تدريب رياضي | Mezroua |
| | | | | |
| | | | | |

## ملحق رقم (11):

## نتائج الدراسة الاستطلاعية لتلاميذ السنة الثالثة متوسط لمتوسطة الإخوة قروف بسكرة

| | الاسم واللقب | الجنس | السن | الطول | الوزن | اختبار التمريرة السوطية | اختبار تنطيط الكرة لمسافة 22م | اختبار التصويب على المربعات المتداخلة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **01** | العمودي آدم | ذكر | 13 | 163 | 62 | 14 | 8.63 | 9 |
| **02** | بن خلف الله رافد عبد الرحمن | ذكر | 12 | 162 | 56 | 16 | 5.77 | 14 |
| **03** | بورياله محمد الطاهر نزيم | ذكر | 12 | 160 | 59 | 11 | 6.73 | 4 |
| **04** | بوشناف عبد الجليل | ذكر | 13 | 156 | 59 | 9 | 6.03 | 11 |
| **05** | بوصبع عبد الحميد | ذكر | 16 | 152 | 48 | 15 | 6.12 | 11 |
| **06** | جوامع عبد المعز | ذكر | 12 | 157 | 64 | 12 | 5.94 | 8 |
| **07** | ديهم سارة | أنثى | 16 | 155 | 61 | 11 | 7.97 | 9 |
| **08** | بن سليطان كوثر | أنثى | 15 | 154 | 53 | 7 | 6.10 | 13 |
| **09** | بوغزولة خديجة | أنثى | 13 | 155 | 59 | 15 | 5.56 | 11 |
| **10** | تاجموتي رنيم | أنثى | 13 | 163 | 57 | 12 | 7.97 | 4 |
| **11** | تقطيوت علجية | أنثى | 12 | 161 | 63 | 10 | 6.55 | 11 |
| **12** | دبابش عائشة دعاء | أنثى | 12 | 154 | 49 | 10 | 6.73 | 5 |

## ملحق رقم (12):

## نتائج الدراسة الاستطلاعية لتلاميذ السنة الرابعة متوسط لمتوسطة زاغز جلول بسكرة

| | الاسم واللقب | الجنس | السن | الطول | الوزن | اختبار التمريرة السوطية | اختبار تنطيط الكرة لمسافة 22م | اختبار التصويب على المربعات المتداخلة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **01** | الهامل عبد الجليل | ذكر | 16 | 165 | 60 | 15 | 6.50 | 11 |
| **02** | ترغيني إلياس عبد الرحيم | ذكر | 14 | 160 | 59 | 13 | 6.56 | 12 |
| **03** | تميم يحيى عبد السلام | ذكر | 14 | 157 | 55 | 10 | 6.22 | 8 |
| **04** | راشدي كريم | ذكر | 14 | 160 | 58 | 12 | 5.76 | 10 |
| **05** | كحول سليمان | ذكر | 13 | 158 | 53 | 13 | 6.13 | 8 |
| **06** | كندري آدم | ذكر | 14 | 163 | 60 | 11 | 5.43 | 6 |
| **07** | بدار رتاج قطر الندى | أنثى | 14 | 152 | 58 | 15 | 6.50 | 6 |
| **08** | برباص منى | أنثى | 16 | 158 | 46 | 7 | 6.13 | 14 |
| **09** | برباص هديل | أنثى | 13 | 149 | 50 | 9 | 5.51 | 11 |
| **10** | بلقيدوم آية | أنثى | 14 | 163 | 55 | 12 | 5.45 | 11 |
| **11** | بن فاطمة ميسون | أنثى | 14 | 151 | 48 | 11 | 9.11 | 8 |
| **12** | بوخبلة دعاء | أنثى | 14 | 148 | 52 | 10 | 6.45 | 10 |

## ملحق رقم (13):

## نتائج الدراسة القبلية لتلاميذ السنة الثالثة متوسط لمتوسطة الإخوة قروف بسكرة

| | الاسم واللقب | الجنس | السن | الطول | الوزن | اختبار التمريرة السوطية | اختبار تنطيط الكرة لمسافة 22م | اختبار التصويب على المربعات المتداخلة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **01** | العمودي آدم | ذكر | 13 | 163 | 62 | 12 | 8.00 | 11 |
| **02** | بن خلف الله رافد عبد الرحمن | ذكر | 12 | 162 | 56 | 14 | 7.20 | 12 |
| **03** | بورياله محمد الطاهر نزيم | ذكر | 12 | 160 | 59 | 9 | 6.12 | 8 |
| **04** | بوشناف عبد الجليل | ذكر | 13 | 156 | 59 | 11 | 6.25 | 9 |
| **05** | بوصبع عبد الحميد | ذكر | 16 | 152 | 48 | 14 | 5.94 | 13 |
| **06** | جوامع عبد المعز | ذكر | 12 | 157 | 64 | 9 | 6.10 | 9 |
| **07** | ديهم سارة | أنثى | 16 | 155 | 61 | 16 | 5.94 | 10 |
| **08** | بن سليطان كوثر | أنثى | 15 | 154 | 53 | 9 | 5.31 | 11 |
| **09** | بوغزولة خديجة | أنثى | 13 | 155 | 59 | 9 | 6.03 | 9 |
| **10** | تاجموتي رنيم | أنثى | 13 | 163 | 57 | 10 | 5.77 | 6 |
| **11** | تقطيوت علجية | أنثى | 12 | 161 | 63 | 13 | 7.05 | 10 |
| **12** | دبابش عائشة دعاء | أنثى | 12 | 154 | 49 | 9 | 6.12 | 7 |

## ملحق رقم (14):

## نتائج الدراسة البعدية لتلاميذ السنة الثالثة متوسط لمتوسطة الإخوة قروف بسكرة

| | الاسم واللقب | الجنس | السن | الطول | الوزن | اختبار التمريرة السوطية | اختبار تنطيط الكرة لمسافة 22م | اختبار التصويب على المربعات المتداخلة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **01** | العمودي آدم | ذكر | 13 | 163 | 62 | 16 | 8.20 | 13 |
| **02** | بن خلف الله رافد عبد الرحمن | ذكر | 12 | 162 | 56 | 22 | 7.14 | 13 |
| **03** | بوريالة محمد الطاهر نزيم | ذكر | 12 | 160 | 59 | 15 | 6.10 | 10 |
| **04** | بوشناف عبد الجليل | ذكر | 13 | 156 | 59 | 15 | 7.14 | 11 |
| **05** | بوصبع عبد الحميد | ذكر | 16 | 152 | 48 | 21 | 6.15 | 11 |
| **06** | جوامع عبد المعز | ذكر | 12 | 157 | 64 | 14 | 6.25 | 14 |
| **07** | ديهم سارة | أنثى | 16 | 155 | 61 | 22 | 6.12 | 14 |
| **08** | بن سليطان كوثر | أنثى | 15 | 154 | 53 | 15 | 6.15 | 10 |
| **09** | بوغزولة خديجة | أنثى | 13 | 155 | 59 | 14 | 6.10 | 11 |
| **10** | تاجموتي رنيم | أنثى | 13 | 163 | 57 | 16 | 6.73 | 8 |
| **11** | تقطيوت علجية | أنثى | 12 | 161 | 63 | 22 | 7.15 | 9 |
| **12** | دبابش عائشة دعاء | أنثى | 12 | 154 | 49 | 16 | 5.94 | 10 |

## ملحق رقم (15):

## نتائج الدراسة القبلية لتلاميذ السنة الرابعة متوسط لمتوسطة زاغز جلول بسكرة

| | الاسم واللقب | الجنس | السن | الطول | الوزن | اختبار التمريرة السوطية | اختبار تنطيط الكرة لمسافة 22م | اختبار التصويب على المربعات المتداخلة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **01** | الهامل عبد الجليل | ذكر | 16 | 165 | 60 | 17 | 6.25 | 7 |
| **02** | ترغيني إلياس عبد الرحيم | ذكر | 14 | 160 | 59 | 15 | 5.93 | 12 |
| **03** | تميم يحيى عبد السلام | ذكر | 14 | 157 | 55 | 9 | 6.25 | 7 |
| **04** | راشدي كريم | ذكر | 14 | 160 | 58 | 12 | 5.83 | 14 |
| **05** | كحول سليمان | ذكر | 13 | 158 | 53 | 17 | 5.76 | 12 |
| **06** | كندري آدم | ذكر | 14 | 163 | 60 | 14 | 6.16 | 9 |
| **07** | بدار رتاج قطر الندى | أنثى | 14 | 152 | 58 | 24 | 6.03 | 7 |
| **08** | برباص منى | أنثى | 16 | 158 | 46 | 6 | 5.74 | 15 |
| **09** | برباص هديل | أنثى | 13 | 149 | 50 | 11 | 6.16 | 10 |
| **10** | بلقيدوم آية | أنثى | 14 | 163 | 55 | 15 | 5.94 | 5 |
| **11** | بن فاطمة ميسون | أنثى | 14 | 151 | 48 | 13 | 9.19 | 10 |
| **12** | بوخبلة دعاء | أنثى | 14 | 148 | 52 | 22 | 6.05 | 4 |

## ملحق رقم (16):

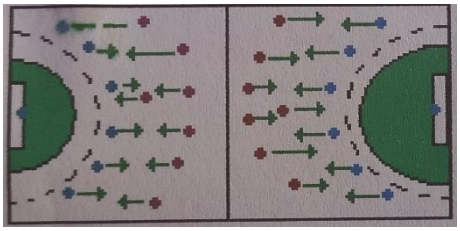
## نتائج الدراسة البعدية لتلاميذ السنة الرابعة متوسط لمتوسطة زاغز جلول بسكرة

| | الاسم واللقب | الجنس | السن | الطول | الوزن | اختبار التمريرة السوطية | اختبار تنطيط الكرة لمسافة 22م | اختبار التصويب على المربعات المتداخلة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **01** | الهامل عبد الجليل | ذكر | 16 | 165 | 60 | 19 | 6.34 | 11 |
| **02** | ترغيني إلياس عبد الرحيم | ذكر | 14 | 160 | 59 | 16 | 5.17 | 15 |
| **03** | تميم يحيى عبد السلام | ذكر | 14 | 157 | 55 | 12 | 6.30 | 9 |
| **04** | راشدي كريم | ذكر | 14 | 160 | 58 | 13 | 5.89 | 15 |
| **05** | كحول سليمان | ذكر | 13 | 158 | 53 | 24 | 6.30 | 15 |
| **06** | كندري آدم | ذكر | 14 | 163 | 60 | 18 | 6.10 | 13 |
| **07** | بدار رتاج قطر الندى | أنثى | 14 | 152 | 58 | 22 | 5.76 | 9 |
| **08** | برباص منى | أنثى | 16 | 158 | 46 | 8 | 5.89 | 13 |
| **09** | برباص هديل | أنثى | 13 | 149 | 50 | 13 | 6.02 | 12 |
| **10** | بلقيدوم آية | أنثى | 14 | 163 | 55 | 16 | 5.81 | 9 |
| **11** | بن فاطمة ميسون | أنثى | 14 | 151 | 48 | 16 | 9.01 | 12 |
| **12** | بوخبلة دعاء | أنثى | 14 | 148 | 52 | 24 | 7.07 | 6 |

# ملحق رقم (17):

## البرنامج التعليمي المقترح

| الوحدة التعليمية (01) | | |
|---|---|---|
| **الاسم واللقب:** خلاف عبد النور | **الوسائل التعليمية:** صافرة، كرات، أقماع، أقمصة ملونة، ميقاتي | **المستوى التعليمي:** 03 – 04 متوسط |
| **الهدف التعليمي رقم (01)** | **كشف تشخيصي أولي في كرة اليد** | |

| أهداف التعلم | ظروف الانجاز | شروط النجاح | التوجيهات |
|---|---|---|---|
| إدراك دور التسخين والتهيئة الفيزيولوجية | **<u>الحالة التعليمية الأولى</u>**<br>**(مدة الإنجاز 12 د)**<br>**<u>عمل بالأفواج</u>**<br>إعطاء الكرات لكل فريق من أجل القيام بتسخين الأطراف التي تؤدي بها الرياضة وكذا للتحضير لمجريات هدف الحصة. | – تجنب الفوضى أثناء إعطاء الكرات.<br>– التأكد من التسخين. | – احترام الزميل المسير والمشارك في التنظيم (قائد الفوج) |
| القدرة على استوعاب التلاميذ لكل قوانين هذه الرياضة وكيفية تنفيذ الأخطاء بدون إعادة أو إلغاء | **<u>الحالة التعليمية الثانية</u>**<br>**<u>الموقف الأول</u> (مدة الإنجاز 44 د)**<br>– إجراء تقسيم القسم إلى عدة فرق ثم إدخال كل فريقين إلى الملعب وعند حدوث أي خطأ يعلن عنه للتلاميذ (معلومات التلاميذ حول القوانين) تقوم بإعادة الخطأ وتصحيحه، ثم نخرج الفريقين وندخل فريقين آخرين وعند ظهور خطأ جديد نقوم بإعادته وكيفية تصحيحه حتى تمر كل الفرق وبعد ذلك ندخل جميع الفرق إلى الملعب وإظهار جميع المستويات التي قد يتم فيها ارتكاب الأخطاء وكيفية تنفيذ هذه الأخطاء ويجب أن تشمل كل المستويات (خروج الكرة، المنطقة المحرمة، الصد، مسك اليد، الدفع، ضربة الجزاء، الاحتجاج، الإقصاء...الخ).<br>  | – حدوث كل المقابلات دون تعرض أي تلميذ إلى إصابات.<br>– تصحيح كل الأخطاء الظاهرة.<br>– المراقبة الجيدة للمقابلات.<br>– توضيح كل قوانين اللعبة.<br>– عدم نسيان ولو قانون واحد. | – تحفيز التلاميذ إلى معرفة المزيد عن كرة اليد.<br>– إبراز كيفية تجنب الأخطاء وعدم تكرارها.<br>– إظهار أن كثرة تؤدي إلى تسجيل الأهداف وبالتالي الخسارة.<br>الأخطاء وعدم تكرارها.<br>– كيفية إجراء الإعلان عن الخطأ.<br>– كيفية التنفيذ.<br>– الإقصاء. |

| | | | |
|---|---|---|---|
| إدراك دور الاسترجاع | **الحالة التعليمية الثالثة**<br>**المرحلة الأولى (مدة الإنجاز 02 د)**<br>الرجوع إلى الحالة التعليمية Retour calme<br>**المرحلة الثانية (مدة الإنجاز 06 د)**<br>مناقشة وتقييم على كل فوج تحت قائد الفوج.<br>مناقشة جماعية بين التلاميذ والأستاذ. | – الراحة البدنية للتلاميذ.<br>– المخاطبة بدون عقدة أمام الزملاء.<br>– تقييم ذاتي. | – إدراك أهمية دفتر الملاحظات والتقييم الذاتي.<br>– الحث على الهندام الرياضي الكامل. |

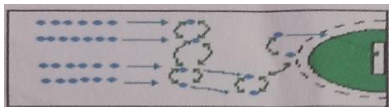
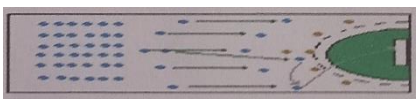
**الملاحظات:**

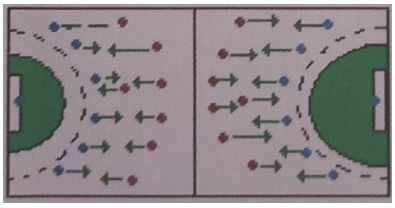
.....

.....

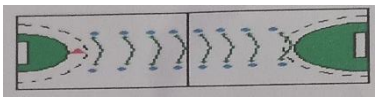
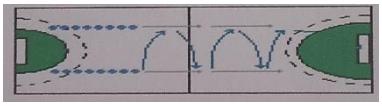
.....

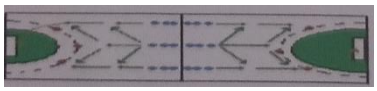
| الوحدة التعليمية (02) | | |
|---|---|---|
| **الاسم واللقب:** خلاف عبد النور | **الوسائل التعليمية:** صافرة، كرات، أقماع، أقمصة ملونة، ميقاتي | **المستوى التعليمي:** 03 – 04 متوسط |
| **الهدف التعليمي رقم (02)** | **معرفة كيفية تصويب الكرة من مختلف الوضعيات** | |

| أهداف التعلم | ظروف الانجاز | شروط النجاح | التوجيهات |
|---|---|---|---|
| الحركة الجماعية للدفاع عند فقدان الكرة | **الحالة التعليمية الأولى**<br>**(مدة الإنجاز 12 د)**<br>**لعبة التمريرات الخمس**<br>على حدود منطقة نصف ملعب كرة اليد، حيث يكون التمرير مقيد بخمس تمريرات والقذف نحو المرمى، فيما يحاول الفوج المنافس أن يفتك الكرة ومنع من القذف في حركة جماعية للدفاع. | – إنجاز خمس تمريرات فما فوق. | – عدم الاصطدام. |
| – القيام بهجوم مكون من أربع لاعبين والقيام بالتوغل السريع مع محاولة تسجيل الهدف.<br>– القيام بنفس التمرين السابق لكن في هذه المرحلة يوجد مدافعين لحماية المرمى من الأهداف. | **الحالة التعليمية الثانية**<br>**الموقف الأول (مدة الإنجاز 10 د)**<br>– تقسيم الفريق إلى 04 أفواج حيث يقوم اللاعبين الأربعة بالتنقل بالكرة نحو المرمى مع تمرير الكرة بطريقة سريعة قبل تصويبها، وعند انتهاء المجموعة الأولى تليها المجموعات الأخرى مع تغيير الأماكن في كل مرة.<br>  <br>**الموقف الثاني (مدة الإنجاز 15 د)**<br>– تقسيم الفوج إلى 06 مجموعات و06 لاعبين في الدفاع مع وجود حارس مرمى حيث يتم تنفيذ التمرين بوجود 06 لاعبين يقومون بالتنقل بالكرة نحو المرمى مع اختراق الدفاع عن طريق التمرير السريع للكرة وخلق ثغرات على مستوى الدفاع وتسجيل الأهداف.<br>  | – التنقل الجيد بالكرة.<br>– التبادل السريع للكرة بين اللاعبين.<br>– اجتناب الفوضى عند التنقل بالكرة.<br>– التحرك بصفة سريعة بالكرة.<br>– التنقل المحكم والتموقع الجيد في الميدان.<br>– كيفية تشكيل ثغرات في الدفاع. | – تصحيح الأخطاء في كرة مرة.<br>– كيفية أداء التمرين بطريقة دقيقة وتغيير الأماكن.<br>– تصحيح التمرين عند تواجد أي خطأ.<br>– كيفية أداء التغييرات بعد كل محاولة.<br>– تنفذ في إطار الاتفاق والتطور.<br>– التحكم وتصحيح الأخطاء.<br>– ضرورة العمل الجماعي في إنجاح الهجمات.<br>– التوزيع الجيد فوق الميدان. |

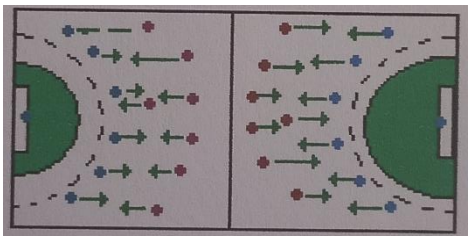
| | | | |
|---|---|---|---|
| – ديناميكية المنافسة. | **<u>الموقف الثالث</u> (مدة الإنجاز 15 د)**<br>– منافسة بين الأفواج.<br>  | – إجراء مقابلة منظمة بتطبيق أساليب متطورة.<br>– تطبيق تقنيات الحصة.<br>– عدم وجود الفوضى. | |
| إدراك دور الاسترجاع السريع | **<u>الحالة التعليمية الثالثة</u>**<br>**<u>المرحلة الأولى</u> (مدة الإنجاز 02 د)**<br>الرجوع إلى الحالة التعليمية Retour calme<br>**<u>المرحلة الثانية</u> (مدة الإنجاز 06 د)**<br>مناقشة وتقييم كل فوج تحت إدارة قائد الفوج.<br>مناقشة جماعية بين التلاميذ والأستاذ. | – الراحة البدنية للتلاميذ.<br>– المخاطبة بدون عقدة أمام الزملاء.<br>– تقييم ذاتي. | – إدراك أهمية دفتر الملاحظات والتقييم الذاتي.<br>– الحث على نظافة قاعة تغيير الملابس. |

| الوحدة التعليمية (03) | | |
|---|---|---|
| **الاسم واللقب:** خلاف عبد النور | **الوسائل التعليمية:** صافرة، كرات، أقماع، أقمصة ملونة، ميقاتي | **المستوى التعليمي:** 03 – 04 متوسط |
| **الهدف التعليمي رقم (03)** | **تحسين التحكم في التمرير والاستقبال** | |

| أهداف التعلم | ظروف الانجاز | شروط النجاح | التوجيهات |
|---|---|---|---|
| الحركة الجماعية للدفاع عند فقدان الكرة | **الحالة التعليمية الأولى**<br>**(مدة الإنجاز 12 د)**<br>**لعبة التمريرات الخمس**<br>على حدود منطقة نصف ملعب كرة اليد، حيث يكون التمرير مقيد بخمس تمريرات والقذف نحو المرمى، فيما يحاول الفوج المنافس أن يفتك الكرة ومنع من القذف في حركة جماعية للدفاع. | – إنجاز خمس تمريرات فما فوق. | – عدم الاصطدام. |
| – تعلم تقنيات التمرير والاستقبال بشكل جيد.<br>– كيفية التمرير مع التقدم نحو المرمى.<br>– تطوير تقنية التمرير والاستقبال عن طريق 03 لاعبين بتواجد المدافعين. | **الحالة التعليمية الثانية**<br>**الموقف الأول (مدة الإنجاز 10 د)**<br>– تقسيم الفريق إلى فوجين حيث يكون الفوجين متساويين في العدد ومتقابلات مع تقسيم الكرات بين التلاميذ وعند إعطاء الإشارة من الأستاذ يبدأ التلاميذ بتمرير الكرة إلى الزميل المقابل له وهذا بالحركة، إعادة التمرين مرتين.<br>  <br>**الموقف الثاني (مدة الإنجاز 15 د)**<br>– الحفاظ على نفس التقسيم السابق للفريق إلا أن في هذه المرحلة يقوم التلاميذ بتمرير الكرة والتنقل نحو المرمى مع محاولة التسديد إلى المرمى دون أي خطأ مع تغيير الأماكن في كل مرحلة ويتم إعادة التمرين لمرتين.<br>  <br>**الموقف الثالث (مدة الإنجاز 15 د)**<br>– تقسيم الفريق إلى فوجين حيث كل فوج يشغل 1/2 من الميدان لأداء التمرين المتمثل في: تقسيم كل فوج إلى 03 مجموعات و03 مدافعين على خط المنطقة المحرمة ويقوم التلاميذ بالتنقل | – التأكد من التمرير عن طريق الحركة.<br>– التركيز على الزميل واستقبال الكرة.<br>– تنظيم الخطوات أثناء التنقل نحو المرمى.<br>– التركيز عند التسديد.<br>– التمرير والتنقل.<br>– الذكاء على كيفية اجتناب المدافعين.<br>– التمرير الجيد على 03 لاعبين. | – تصحيح تقنية التمرير.<br>– التأكد من التمرير إلى مستوى الصدر.<br>– إظهار تقنية التمرير أثناء التنقل.<br>– الراحة والليونة عند التمرير.<br>– التمرير إلى الصدر.<br>– كيفية اجتناب المدافعين.<br>– اللحظة المناسبة للتسديد.<br>– اجتناب الإصابات. |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | بالكرة بدون خطأ ومع محاولة التسجيل نحو المرمى.<br>  | – التحرك عند الوصول إلى المدافعين. | |
| إدراك دور الاسترجاع السريع | **<u>الحالة التعليمية الثالثة</u>**<br>**<u>المرحلة الأولى</u> (مدة الإنجاز 02 د)**<br>الرجوع إلى الحالة التعليمية Retour calme<br>**<u>المرحلة الثانية</u> (مدة الإنجاز 06 د)**<br>مناقشة وتقييم كل فوج تحت إدارة قائد الفوج.<br>مناقشة جماعية بين التلاميذ والأستاذ. | – الراحة البدنية للتلاميذ.<br>– المخاطبة بدون عقدة أمام الزملاء.<br>– تقييم ذاتي. | – إدراك أهمية دفتر الملاحظات والتقييم الذاتي.<br>– الحث على الهندام الرياضي الكامل. |

| الوحدة التعليمية (04) | | |
|---|---|---|
| **الاسم واللقب:** خلاف عبد النور | **الوسائل التعليمية:** صافرة، كرات، أقماع، أقمصة ملونة، ميقاتي | **المستوى التعليمي:** 03 – 04 متوسط |
| **الهدف التعليمي رقم (04)** | **التحكم في مختلف وضعيات تصويب** | |

| أهداف التعلم | ظروف الانجاز | شروط النجاح | التوجيهات |
|---|---|---|---|
| الحركة الجماعية للدفاع عند فقدان الكرة | **الحالة التعليمية الأولى**<br>**(مدة الإنجاز 12 د)**<br>**لعبة التمريرات الخمس**<br>على حدود منطقة نصف ملعب كرة اليد، حيث يكون التمرير مقيد بخمس تمريرات والتصويب نحو المرمى، فيما يحاول الفوج المنافس أن يفتك الكرة ومنع من التصويب في حركة جماعية للدفاع. | – إنجاز خمس تمريرات فما فوق. | – عدم الاصطدام. |
| – تعلم الوضعية الصحيحة لتقنية القذف من الارتكاز.<br>– تعلم الوضعية الصحيحة لتقنية القذف من الارتقاء.<br>– ديناميكية المنافسة. | **الحالة التعليمية الثانية**<br>**الموقف الأول (مدة الإنجاز 10 د)**<br>وضع اللاعبين في قاطرتين مع وضع لاعبين (02) في الدفاع عند الوصول إلى 09 أمتار تصويب عن طريق الارتكاز من فوق رؤوس المدافعين.<br>**الموقف الثاني (مدة الإنجاز 15 د)**<br>يقسم التلاميذ إلى قاطرتين ونضع ممرر لكل فوج يقوم اللاعب بتمرير الكرة إلى الممرر ثم يجري ثم يعيد استقبالها من طرف الممرر ويقوم بالقذف من الارتقاء نحو المرمى فيما يأخذ الممرر وضعية الدفاع.<br>**الموقف الثالث (مدة الإنجاز 15 د)**<br>منافسة بين الأفواج<br>  | – الارتقاء الجيد.<br>– رجل الارتكاز تكون عكس يد المسدد.<br>– التسجيل من جميع الوضعيات. | – التأكيد على عدم الاصطدام والتركيز على البحث عن زاوية للتسجيل.<br>– احترام الخطوات القانونية أثناء القذف. |

| | | | |
|---|---|---|---|
| إدراك دور الاسترجاع السريع | **<u>الحالة التعليمية الثالثة</u>**<br>**<u>المرحلة الأولى</u> (مدة الإنجاز 02 د)**<br>الرجوع إلى الحالة التعليمية Retour calme<br>**<u>المرحلة الثانية</u> (مدة الإنجاز 06 د)**<br>مناقشة وتقييم كل فوج تحت إدارة قائد الفوج.<br>مناقشة جماعية بين التلاميذ والأستاذ. | – الراحة البدنية للتلاميذ.<br>– المخاطبة بدون عقدة أمام الزملاء.<br>– تقييم ذاتي. | – إدراك أهمية دفتر الملاحظات والتقييم الذاتي.<br>– الحث على الهندام الرياضي الكامل. |

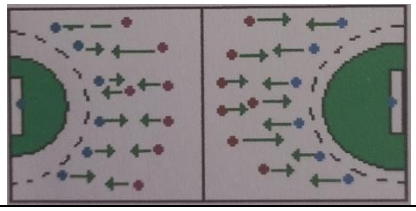
**<u>الملاحظات</u>:**

.....

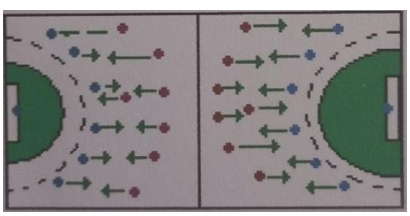
.....

.....

| الوحدة التعليمية (05) | | |
|---|---|---|
| **الاسم واللقب:** خلاف عبد النور | **الوسائل التعليمية:** صافرة، كرات، أقماع، أقمصة ملونة، ميقاتي | **المستوى التعليمي:** 03 – 04 متوسط |
| **الهدف التعليمي رقم (05)** | **تعلم مهارة القذف من الارتكاز بوجود مدافع** | |

| أهداف التعلم | ظروف الانجاز | شروط النجاح | التوجيهات |
|---|---|---|---|
| الحركة الجماعية للدفاع عند فقدان الكرة | **الحالة التعليمية الأولى**<br>**(مدة الإنجاز 12 د)**<br>**لعبة التمريرات الخمس**<br>على حدود منطقة نصف ملعب كرة اليد، حيث يكون التمرير مقيد بخمس تمريرات والقذف نحو المرمى، فيما يحاول الفوج المنافس أن يفتك الكرة ومنع من القذف في حركة جماعية للدفاع. | – إنجاز خمس تمريرات فما فوق. | – عدم الاصطدام. |
| – تعلم الوضعية الصحيحة لتقنية القذف من الارتكاز.<br>– أن يتمكن من القذف من جميع المستويات.<br>– ديناميكية المنافسة. | **الحالة التعليمية الثانية**<br>**الموقف الأول (مدة الإنجاز 10 د)**<br>– وضع اللاعبين على شكل قاطرتين مع تعيين ممرر لكل قاطرة والقذف من الثبات مع أخذ الممرر وضعية الدفاع.<br>**الموقف الثاني (مدة الإنجاز 10 د)**<br>– وضع اللاعبين في قاطرتين مع وضع لاعبين (02) في الدفاع عند الوصول إلى 09 أمتار القذف عن طريق الارتكاز من فوق رؤوس المدافعين.<br>**الموقف الثالث (مدة الإنجاز 10 د)**<br>منافسة بين الأفواج<br>  | – التسجيل من جميع الوضعيات.<br>– الارتقاء الجيد.<br>– رجل الارتكاز تكون عكس يد المسدد. | – التأكيد على عدم الاصطدام والتركيز على البحث عن زاوية التسجيل.<br>– احترام الخطوات القانونية أثناء القذف.<br>– دقة التصويب. |
| إدراك دور الاسترجاع السريع | **الحالة التعليمية الثالثة**<br>**المرحلة الأولى (مدة الإنجاز 02 د)**<br>الرجوع إلى الحالة التعليمية Retour calme<br>**المرحلة الثانية (مدة الإنجاز 06 د)**<br>مناقشة وتقييم كل فوج تحت إدارة قائد الفوج.<br>مناقشة جماعية بين التلاميذ والأستاذ. | – الراحة البدنية للتلاميذ.<br>– المخاطبة بدون عقدة أمام الزملاء.<br>– تقييم ذاتي. | – إدراك أهمية دفتر الملاحظات والتقييم الذاتي.<br>– الحث على نظافة الجسد والأظافر. |

| الوحدة التعليمية (06) | | |
|---|---|---|
| **الاسم واللقب:** خلاف عبد النور | **الوسائل التعليمية:** صافرة، كرات، أقماع، أقمصة ملونة، ميقاتي | **المستوى التعليمي:** 03 – 04 متوسط |
| **الهدف التعليمي رقم (06)** | **تعلم مهارة القذف من الارتقاء بوجود مدافعين** | |

| أهداف التعلم | ظروف الانجاز | شروط النجاح | التوجيهات |
|---|---|---|---|
| الحركة الجماعية للدفاع عند فقدان الكرة | **الحالة التعليمية الأولى**<br>**(مدة الإنجاز 12 د)**<br>**لعبة التمريرات الخمس**<br>على حدود منطقة نصف ملعب كرة اليد، حيث يكون التمرير مقيد بخمس تمريرات والقذف نحو المرمى، فيما يحاول الفوج المنافس أن يفتك الكرة ومنع من القذف في حركة جماعية للدفاع. | – إنجاز خمس تمريرات فما فوق. | – عدم الاصطدام. |
| – تعلم الوضعية الصحيحة لتقنية القذف من الارتقاء.<br>– أن يتمكن من القذف من جميع المستويات.<br>– ديناميكية المنافسة. | **الحالة التعليمية الثانية**<br>**الموقف الأول (مدة الإنجاز 10 د)**<br>– يقسم التلاميذ إلى أربعة أفواج وعند الإشارة ينطلق لاعب من كل فوج بجري خفيف وعند الوصول إلى خط 06 م يقوم كل لاعب بتنفيذ وضعية القذف من الارتقاء بدون كرة وبوجود مدافع وكذلك عند الوصول إلى منتصف الملعب.<br>**الموقف الثاني (مدة الإنجاز 10 د)**<br>– يقسم التلاميذ إلى قاطرتين ونضع ممرر لكل فوج يقوم اللاعب بتمرير الكرة إلى الممرر ثم يجري ثم يعيد استقبالها من طرف الممرر ويقوم بالقذف من الارتقاء نحو المرمى فيما يأخذ الممرر وضعية المدافع.<br>**الموقف الثالث (مدة الإنجاز 10 د)**<br>نفس الموقف السابق مع إضافة مدافعين لكل فوج.<br>**الموقف الرابع (مدة الإنجاز 10 د)**<br>منافسة بين الأفواج<br>  | – رجل الارتكاز تكون عكس يد المسدد.<br>– عدم سقوط الكرة.<br>– التسجيل من جميع الوضعيات. | – احترام الخطوات القانونية أثناء القذف.<br>– القيام بالقذف من الارتقاء بدون ارتكاب خطأ على المدافع.<br>– التأكيد على عدم الاصطدام والتركيز على البحث عن زاوية التسجيل. |

| | | | |
|---|---|---|---|
| إدراك دور الاسترجاع السريع | **<u>الحالة التعليمية الثالثة</u>**<br>**<u>المرحلة الأولى</u> (مدة الإنجاز 02 د)**<br>الرجوع إلى الحالة التعليمية Retour calme<br>**<u>المرحلة الثانية</u> (مدة الإنجاز 06 د)**<br>مناقشة وتقييم كل فوج تحت إدارة قائد الفوج.<br>مناقشة جماعية بين التلاميذ والأستاذ. | – الراحة البدنية للتلاميذ.<br>– المخاطبة بدون عقدة أمام الزملاء.<br>– تقييم ذاتي. | – إدراك أهمية دفتر الملاحظات والتقييم الذاتي.<br>– الحث على نظافة الملعب والساحة. |

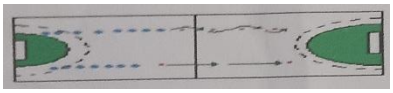
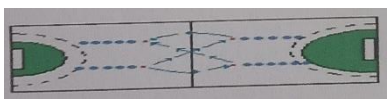
**<u>الملاحظات</u>:**

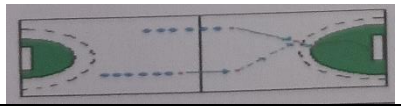
.....

.....

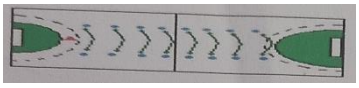
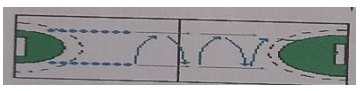
.....

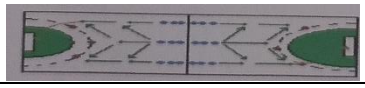
| الوحدة التعليمية (07) | | |
|---|---|---|
| **الاسم واللقب:** خلاف عبد النور | **الوسائل التعليمية:** صافرة، كرات، أقماع، أقمصة ملونة، ميقاتي | **المستوى التعليمي:** 03 – 04 متوسط |
| **الهدف التعليمي رقم (07)** | **العمل على كيفية المناولة والتقدم بالكرة نحو منطقة الخصم دون ضياعها** | |

| أهداف التعلم | ظروف الانجاز | شروط النجاح | التوجيهات |
|---|---|---|---|
| الانتظار الجيد في الميدان | **<u>الحالة التعليمية الأولى</u> (مدة الإنجاز 12 د)**<br>**<u>لعبة شبه رياضية</u>**<br>لعبة التمريرات العشر دون دخول منطقة 06 أمتار | – تمرير الكرة على جميع أفراد الفوج دون سقوطها. | – عدم المسك أو الاصطدام. |
| – تعلم تقنية الجري بالكرة لمسافة معينة.<br>– تعلم كيفية تمرير الكرة لمسافة طويلة وبدقة.<br>– تعلم تقنية القذف إلى المرمى بطريقة ثابتة. | **<u>الحالة التعليمية الثانية</u>**<br>**<u>الموقف الأول</u> (مدة الإنجاز 10 د)**<br>– تقسيم الفريق إلى فوجين حيث كل فريق يقوم بالجري بالكرة في المنطقة المخصصة له حيث المنطقة (أ) تحتوي على شاخصين وتفصل بين الشاخصين مسافة 15م ويقوم كل تلميذ بالتنقل بالكرة بين الشاخصين بكل سرعة، أما المنطقة (ب) فهي تحتوي على 06 شواخص وتفصل بين كل شاخص وآخر مسافة 1.5م ويقوم كل تلميذ بالتنقل بالكرة بين هذه الشواخص مع تغيير الفريق بعد كل محاولة.<br>  <br>**<u>الموقف الثاني</u> (مدة الإنجاز 15 د)**<br>– تقسيم الفريق إلى 04 أفواج حيث يتقابل كل فريقين وتفصل بينهما 15م وعند إعطاء الإشارة يقوم كل تلميذ بتمرير الكرة إلى الزميل المقابل مع التغيير في الأماكن (العودة إلى الوراء) وعند مرور كل التلاميذ يعيدون نفس التمرين إلا أن في هذه المرحلة يقوم التلاميذ بتمرير الكرة إلى الفريق الذي يتواجد أمامه ومن الجهة الأخرى مشكلين إشارة (X) مع الغير في الأماكن.<br>  | – تنطيط الكرة بكل راحة وبدقة.<br>– تنظيم الخطوات والسرعة.<br>– التحكم الجيد في الكرة.<br>– الأداء الجيد لتقنية التمرير.<br>– خلق روح المسؤولية لدى كل تلميذ في أداء التمرين بشكل جيد.<br>– تغيير الأماكن بطريقة منظمة. | – تصحيح الخطأ في كل مرة.<br>– عدم تبعثر الكرات.<br>– تجنب الوقوف.<br>– إظهار كيفية التمرير الجيد.<br>– تصحيح الحركة.<br>– تجنب تبعثر الكرات. |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | **<u>الموقف الثالث</u> (مدة الإنجاز 15 د)**<br>– إعادة تقسيم الفريق إلى فوجين حيث فوج يقوم بتمرير الكرة وفوج يقوم باستقبال الكرة ومحاولة القذف نحو المرمى بطريقة ثابتة وعند إتمام المحاولة يتم تغيير الأماكن بالنسبة للفريقين (التلاميذ).<br>  | – التنقل الجيد نحو المرمى.<br>– التمرير المحكم.<br>– الاستقبال والتهيؤ للقذف. | – تصحيح الأخطاء في كل مرحلة.<br>– إظهار كيفية القذف نحو المرمى.<br>– تجنب الفوضى. |
| إدراك دور الاسترجاع السريع | **<u>الحالة التعليمية الثالثة</u>**<br>**<u>المرحلة الأولى</u> (مدة الإنجاز 02 د)**<br>الرجوع إلى الحالة التعليمية Retour calme<br>**<u>المرحلة الثانية</u> (مدة الإنجاز 06 د)**<br>مناقشة وتقييم كل فوج تحت إدارة قائد الفوج.<br>مناقشة جماعية بين التلاميذ والأستاذ. | – الراحة البدنية للتلاميذ.<br>– المخاطبة بدون عقدة أمام الزملاء.<br>– تقييم ذاتي. | – إدراك أهمية دفتر الملاحظات والتقييم الذاتي.<br>– الحث على نظافة الملعب والساحة. |

| الوحدة التعليمية (08) | | |
|---|---|---|
| **الاسم واللقب:** خلاف عبد النور | **الوسائل التعليمية:** صافرة، كرات، أقماع، أقمصة ملونة، ميقاتي | **المستوى التعليمي:** 03 – 04 متوسط |
| **الهدف التعليمي رقم (08)** | **التحكم في الكرة أثناء التمرير والاستقبال** | |

| أهداف التعلم | ظروف الانجاز | شروط النجاح | التوجيهات |
|---|---|---|---|
| الحركة الجماعية للدفاع عند فقدان الكرة | **الحالة التعليمية الأولى (مدة الإنجاز 12 د)**<br>**لعبة التمريرات الخمس**<br>على حدود منطقة نصف ملعب كرة اليد، حيث يكون التمرير مقيد بخمس تمريرات والقذف نحو المرمى، فيما يحاول الفوج المنافس أن يفتك ومنع من القذف في حركة جماعية للدفاع. | – إنجاز خمس تمريرات فما فوق. | – عدم الاصطدام. |
| – تعلم تقنيات التمرير والاستقبال بشكل جيد<br>– كيفية التمرير مع التقدم نحو المرمى<br>– تطوير تقنية التمرير والاستقبال عن طريق 03 لاعبين بتواجد المدافعين | **الحالة التعليمية الثانية**<br>**الموقف الأول (مدة الإنجاز 10 د)**<br>– تقسيم الفريق إلى فوجين حيث يكون الفوجين متساويان في العدد ومتقابلان مع تقسيم الكرات بين التلاميذ وعند إعطاء الإشارة من الأستاذ يبدأ التلاميذ بتمرير الكرة إلى الزميل المقابل له وهذا بالحركة، إعادة التمرين مرتين.<br>  <br>**الموقف الثاني (مدة الإنجاز 15 د)**<br>– الحفاظ على نفس التقسيم السابق للفريق إلا أن في هذه المرحلة يقوم التلاميذ بتمرير الكرة والتنقل نحو المرمى مع محاولة التسديد إلى المرمى دون أي خطأ مع تغيير الأماكن في كل مرحلة ويتم إعادة التمرين لمرتين.<br>  <br>**الموقف الثالث (مدة الإنجاز 15 د)**<br>– تقسيم الفريق إلى فوجين حيث كل فوج يشغل 1/2 من الميدان لأداء التمرين المتمثل في:<br>تقسيم كل فوج إلى 03 مجموعات و03 مدافعين على خط المنطقة المحرمة ويقوم التلاميذ بالتنقل بالكرة بدون خطأ ومع محاولة التسجيل نحو | – التأكد من التمرير عن طريق الحركة.<br>– التركيز على الزميل واستقبال الكرة.<br>– تنظيم الخطوات أثناء التنقل نحو المرمى.<br>– التركيز عند التسديد.<br>– التمرير والتنقل.<br>– الذكاء على كيفية اجتناب المدافعين.<br>– التمرير الجيد على 03 لاعبين.<br>– التحرك عند الوصول إلى المدافعين. | – تصحيح تقنية التمرير.<br>– التأكد من التمرير إلى مستوى الصدر.<br>– إظهار تقنية التمرير أثناء التنقل.<br>– الراحة والليونة عند التمرير.<br>– التمرير إلى الصدر.<br>– كيفية اجتناب المدافعين.<br>– اللحظة المناسبة للتسديد.<br>– اجتناب الإصابات. |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | المرمى.<br>  | | |
| إدراك دور الاسترجاع السريع | **<u>الحالة التعليمية الثالثة</u>**<br>**<u>المرحلة الأولى</u> (مدة الإنجاز 02 د)**<br>الرجوع إلى الحالة التعليمية Retour calme<br>**<u>المرحلة الثانية</u> (مدة الإنجاز 06 د)**<br>مناقشة وتقييم كل فوج تحت إدارة قائد الفوج.<br>مناقشة جماعية بين التلاميذ والأستاذ. | – الراحة البدنية للتلاميذ.<br>– المخاطبة بدون عقدة أمام الزملاء.<br>– تقييم ذاتي. | – إدراك أهمية دفتر الملاحظات والتقييم الذاتي.<br>– الحث على الهندام الرياضي الكامل. |

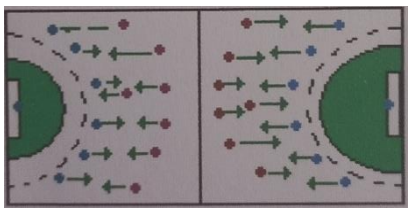
**<u>الملاحظات</u>:**

.....

.....

.....

| الوحدة التعليمية (09) | | |
|---|---|---|
| **الاسم واللقب:** خلاف عبد النور | **الوسائل التعليمية:** صافرة، كرات، أقماع، أقمصة ملونة، ميقاتي | **المستوى التعليمي:** 03 – 04 متوسط |
| **الهدف التعليمي رقم (09)** | **التحكم في الكرة أثناء التنطيط** | |

| أهداف التعلم | ظروف الانجاز | شروط النجاح | التوجيهات |
|---|---|---|---|
| الانتشار الجيد في الميدان | **الحالة التعليمية الأولى (مدة الإنجاز 12 د)**<br>**لعبة شبه رياضية**<br>لعبة التمريرات العشر دون دخول منطقة 06 أمتار | – تمرير الكرة على جميع أفراد الفوج دون سقوطها. | – عدم المسك أو الاصطدام. |
| – إدراك الوضعية الأساسية للتنطيط.<br>– التحكم في التنطيط باليد اليمنى واليسرى.<br>– التحكم في الكرة أثناء التنطيط الربع. | **الحالة التعليمية الثانية**<br>**الموقف الأول (مدة الإنجاز 10 د)**<br>– كرة لكل لاعب، استعمال مسافة محددة مثل منطقة 06م كل واحد يقوم بالتنطيط وفي نفس الوقت محاولة تضييع الكرة لآخرين وحماية كرته.<br>**الموقف الثاني (مدة الإنجاز 10 د)**<br>– صفان من اللاعبين على الجناحين مع وجود تسلسل الأقماع الموجودة لخط التماس حيث يقوم اللاعبين بالتنطيط على مستوى الأقماع حتى الوصول إلى نصف الملعب والعودة إلى منتصف الملعب للقذف.<br>**الموقف الثالث (مدة الإنجاز 10 د)**<br>– التنطيط على شكل منافسة 04 أفواج متقابلة ومتساوية العدد ويكون الجري بأكبر سرعة ممكنة وإعطاء الكرة للفوج المقابل والفريق الذي ينهي عدد أفراده أولا هو الفائز.<br>**الموقف الرابع (مدة الإنجاز 10 د)**<br>**منافسة بين الأفواج**<br>  | – الحفاظ على الكرة خلال التنطيط لوقت أطول.<br>– تغيير أنواع القذف مع استعمال المراوغة.<br>– تغير الأداء بواسطة اليد اليمنى واليسرى. | – تكون بعمليات اقصائية لمن تضيع منه الكرة.<br>– تغير الجهة بعد كل عملية.<br>– أخذ الوضعية الصحيحة للتنطيط. |

| | | | |
|---|---|---|---|
| إدراك دور الاسترجاع السريع | **<u>الحالة التعليمية الثالثة</u>**<br>**<u>المرحلة الأولى</u> (مدة الإنجاز 02 د)**<br>الرجوع إلى الحالة التعليمية Retour calme<br>**<u>المرحلة الثانية</u> (مدة الإنجاز 06 د)**<br>مناقشة وتقييم كل فوج تحت إدارة قائد الفوج.<br>مناقشة جماعية بين التلاميذ والأستاذ. | – الراحة البدنية للتلاميذ.<br>– المخاطبة بدون عقدة أمام الزملاء.<br>– تقييم ذاتي. | – إدراك أهمية دفتر الملاحظات والتقييم الذاتي.<br>– الحث على نظافة الجسد وقص الأظافر. |

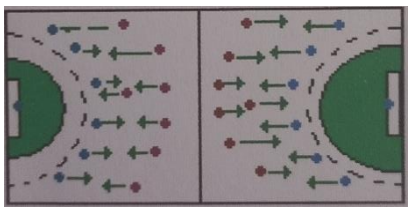
**<u>الملاحظات</u>:**

.....

.....

.....

| الوحدة التعليمية (10) | | |
|---|---|---|
| **الاسم واللقب:** خلاف عبد النور | **الوسائل التعليمية:** صافرة، كرات، أقماع، أقمصة ملونة، ميقاتي | **المستوى التعليمي:** 03 – 04 متوسط |
| **الهدف التعليمي رقم (10)** | **التنقل الإيجابي بالكرة في اتجاهات ووضعيات مختلفة** | |

| أهداف التعلم | ظروف الانجاز | شروط النجاح | التوجيهات |
|---|---|---|---|
| الانتشار الجيد في الميدان | **الحالة التعليمية الأولى (مدة الإنجاز 12 د)**<br>**لعبة شبه رياضية**<br>لعبة التمريرات العشر دون دخول منطقة 06 أمتار | – تمرير الكرة على جميع أفراد الفوج دون سقوطها. | – عدم المسك أو الاصطدام. |
| – التموقع والانتقال.<br>– السرعة في التموقع والانتقال.<br>– الانتشار الجيد فوق الميدان.<br>– ديناميكية المنافسة. | **الحالة التعليمية الثانية**<br>**الموقف الأول (مدة الإنجاز 10 د)**<br>– تقسيم التلاميذ إلى أربع أفواج، وضع معالم على مسافة 20 متر عند الإشارة ينطلق التلميذ الأول بتنطيط الكرة حول المعالم ويعود مباشرة للفوج ويعطي الكرة لزميله.<br>**الموقف الثاني (مدة الإنجاز 10 د)**<br>– تقسيم التلاميذ إلى أربع أفواج متقابلة عند الإشارة ينطلق التلميذين من الفوجين أ – ب بتنطيط الكرة إلى زميله في الفوج المقابل والفوج الذي ينهي عناصره عملية التنقل قبل الفوج الآخر يعتبر فائزا.<br>**الموقف الثالث (مدة الإنجاز 10 د)**<br>– نفس التقسيم عند الإشارة يبدأ الأربع تلاميذ الأوائل بتمرير الكرة بينهم في اتجاه المرمى المقابل وتنتهي بالقذف نحو المرمى.<br>**الموقف الرابع (مدة الإنجاز 10 د)**<br>**منافسة بين الأفواج**<br>  | – عدم سقوط الكرة.<br>– الانتقال بالوضعية الصحيحة.<br>– التنقل بصورة جماعية. | – عدم تضييع الكرة.<br>– التنقل في الاتجاه الصحيح.<br>– أخذ المسافة والانتشار الجيد أثناء التنقل. |

| | | | |
|---|---|---|---|
| إدراك دور الاسترجاع السريع | **<u>الحالة التعليمية الثالثة</u>**<br>**<u>المرحلة الأولى</u> (مدة الإنجاز 02 د)**<br>الرجوع إلى الحالة التعليمية Retour calme<br>**<u>المرحلة الثانية</u> (مدة الإنجاز 06 د)**<br>مناقشة وتقييم كل فوج تحت إدارة قائد الفوج.<br>مناقشة جماعية بين التلاميذ والأستاذ. | – الراحة البدنية للتلاميذ.<br>– المخاطبة بدون عقدة أمام الزملاء.<br>– تقييم ذاتي. | – إدراك أهمية دفتر الملاحظات والتقييم الذاتي.<br>– الحث على نظافة الملعب والساحة. |

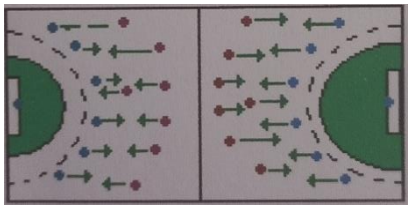
**<u>الملاحظات</u>:**

.....

.....

.....

| الوحدة التعليمية (11) | | |
|---|---|---|
| **الاسم واللقب:** خلاف عبد النور | **الوسائل التعليمية:** صافرة، كرات، أقماع، أقمصة ملونة، ميقاتي | **المستوى التعليمي:** 03 – 04 متوسط |
| **الهدف التعليمي رقم (11)** | **كشف مستوى تحصيلي** | |

| أهداف التعلم | ظروف الانجاز | شروط النجاح | التوجيهات |
|---|---|---|---|
| إدراك دور التسخين والتهيئة الفيزيولوجية | **<u>الحالة التعليمية الأولى</u> (مدة الإنجاز 12 د)**<br>**<u>عمل بالأفواج</u>**<br>إعطاء الكرات لكل فريق من أجل القيام بتسخين الأطراف التي تؤدى بها الرياضة وكذا للتحضير لمجريات هدف الحصة. | – تجنب الفوضى أثناء إعطاء الكرات.<br>– التأكد من التسخين. | – احترام الزميل المسير والمشارك في التنظيم (قائد الفوج). |
| – القدرة على استوعاب التلاميذ لكل قوانين هذه الرياضة وكيفية تنفيذ الأخطاء بدون إعادة أو إلغاء.<br>– ديناميكية المنافسة. | **<u>الحالة التعليمية الثانية</u>**<br>**<u>الموقف الأول</u> (مدة الإنجاز 44 د)**<br>– إجراء تقسيم القسم إلى عدة فرق ثم إدخال كل فريقين إلى الملعب وعند حدوث أي خطأ يعلن عنه التلاميذ (معلومات التلاميذ حول القوانين) تقوم بإعادة الخطأ وتصحيحه، ثم نخرج الفريقين وندخل فريقين آخرين وعند ظهور خطأ جديد نقوم بإعادته وكيفية تصحيحه حتى تمر كل الفرق وبعد ذلك ندخل جميع الفرق إلى الملعب وإظهار جميع المستويات التي قد يتم فيها ارتكاب الأخطاء وكيفية تنفيذ هذه الأخطاء ويجب أن تشمل كل المستويات (خروج الكرة، المنطقة المحرمة، الصد، مسك اليد، الدفع، ضربة الجزاء، الاحتجاج، الإقصاء...الخ).<br>  | – حدوث كل المقابلات دون تعرض أي تلميذ إلى إصابات.<br>– تصحيح كل الأخطاء الظاهرة.<br>– المراقبة الجيدة للمقابلات.<br>– توضيح كل قوانين اللعبة.<br>– عدم نسيان ولو قانون واحد. | – تحفيز التلاميذ إلى معرفة المزيد عن كرة اليد.<br>– إبراز كيفية تجنب الأخطاء وعدم تكرارها.<br>– إظهار أن كثرة الأخطاء تؤدي إلى تسجيل الأهداف وبالتالي الخسارة.<br>– كيفية إجراء الإعلان عن الخطأ.<br>– كيفية التنفيذ.<br>– الإقصاء |
| إدراك دور الاسترجاع السريع | **<u>الحالة التعليمية الثالثة</u>**<br>**<u>المرحلة الأولى</u> (مدة الإنجاز 02 د)**<br>الرجوع إلى الحالة التعليمية Retour calme<br>**<u>المرحلة الثانية</u> (مدة الإنجاز 06 د)**<br>مناقشة وتقييم كل فوج تحت إدارة قائد الفوج.<br>مناقشة جماعية بين التلاميذ والأستاذ. | – الراحة البدنية للتلاميذ.<br>– المخاطبة بدون عقدة أمام الزملاء.<br>– تقييم ذاتي. | – إدراك أهمية دفتر الملاحظات والتقييم الذاتي.<br>– الحث على الهندام الرياض الكامل. |

**الملاحظات:**

.....

.....

.....