



جامعة بنها
BENHA UNIVERSITY
Learn Today ... Achieve Tomorrow
كلية التربية الرياضية

SJPSS
المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة
Scientific Journal of Physical Education and Sports Science

ISSN 2682-2687 print
ISSN 2682-2695 online

خطاب نشر

السيد الدكتور/ هيثم محمد أحمد حسنين

كلية التربية الرياضية - جامعة بنها

تحية طيبة وبعد ،،،،

إيماء إلى البحث المقدم من سيادتكم بعنوان:

تأثير التعلم الإتقانى على تعلم بعض مهارات حارس مرمى كرة الماء واليد لذوى الاسلوب
المعرفى (الثبات مقابل الصقل)

(فردي) نتشرف بأن البحث المشار إليه قد تم قبوله بعد التحكيم بتاريخ
٢٠٢١/٦/٧م للنشر في المجلة العلمية، وقد تم تسديد رسوم النشر بقسيمة رقم *
(٠٧١٩١١٩).

مع خالص الشكر وأطيب التمنيات بدوام التوفيق
شاكرين لسيادتكم حسن تعاونكم السادق معنا ...
وتفضلوا بقبول وافر الاحترام والتقدير ...

مدير المجلة

(أ.م.د/ أحمد شوقي محمد)

يعتمد
عميد الكلية

(أ.د/أسامة صلاح فؤاد)



المسنول المالي
صنوار لبيت
١١٦١١٠٠

وكيل الكلية لشئون الدراسات
العليا والبحوث

(أ.د/محمد سعد إسماعيل)

+2(013)322 73 99

https://sjes.journals.ekb.eg

E-mail: SJPSS@fphe.bu.edu.eg

http://fphe.bu.edu.eg

info@fphe.bu.edu.eg

تأثير التعلم الإتقانى على تعلم بعض مهارات حارس مرمى كرة الماء واليد لذوى الاسلوب المعرفى (الثبات مقابل الصقل)

* أ.م.د/ هيثم محمد أحمد حسنين

ملخص البحث

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير التعلم الإتقانى على تعلم بعض مهارات حارس مرمى كرة الماء واليد لذوى الاسلوب المعرفى (الثبات مقابل الصقل)، واستخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين تجريبيتين باتباع القياسات القبلية والبعديّة لكل من المجموعتين، على عينة تم اختيارها بالطريقة العمدية وكان قوامها (٤٨) طالبا من طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية ببنها، تم تقسيمهم إلى مجموعتان أحدهما مجموعة الصقل (التجريبية ١) (٢٤) مقسمين الى: (١٢) مبتدئى كرة الماء، (١٢) مبتدئى كرة اليد ، ومجموعة الثبات (التجريبية ٢) (٢٤) مقسمين الى (١٢) مبتدئى كرة الماء (١٢) مبتدئى كرة اليد، وقد أظهرت نتائج البحث أن استخدام التعلم الإتقانى لذوى الصقل كان له دور كبير وفعال في تطوير مهارات حارس المرمى لمبتدئى كرة الماء واليد وبشكل اكبر من ذوى الثبات، ولكن تفوق مبتدئى كرة اليد ككل عن مبتدئى كرة الماء فى مقياس الأسلوب المعرفى (الثبات مقابل الصقل).

الكلمات المفتاحية (التعلم الإتقانى، الاسلوب المعرفى الثبات مقابل الصقل)

The effect of mastery learning on learning some of the skills of a water polo and handball goalkeeper for those with a cognitive style (stability versus refinement)

Research Summary

The research aims to identify the effect of mastery learning on learning some of the hand and water polo goalkeeper skills for those with a cognitive style (stability versus refinement), and the second experimental group (the cognitive method for those with refinement) in learning some skills Goalkeeper for beginners water polo and hand, and the researcher used the experimental method using the experimental design of two experimental groups by following the pre and dimensional measurements of each of the two groups, on a sample chosen by the deliberate method and consisted of (48) students from the second year students of the Faculty of Physical Education in Benha, they were divided into two groups, one of them Refinement group (Experimental 1) (24) divided into: (12) water polo beginner, (12) handball beginner, And the stability group (experimental 2) (24) divided into (12) water polo beginner, (12) beginner handball, and (30) students to conduct the exploratory study, and the results of the research showed that the use of mastery learning for those with refinement had a great and effective role in developing The skills of the goalkeeper for water polo and handball beginners are more than those with stability, but the handball beginners as a whole outperformed water polo beginners in the cognitive style scale (stability versus refinement).

Key words (artful learning, epistemic style, stability versus refinement)

استاذ مساعد بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات المائية كلية التربية الرياضية جامعة بنها

hh_hhsh@yahoo.com 01003052454

Haitham.hassanain@fped.bu.edu.eg

مقدمة البحث:

مما لا شك فيه أن عمليتي التعليم والتعلم في التربية الرياضية تتطلب دائماً البحث عن حلول منطقية لكل معوقاتها ومشكلاتها لأنها من أهم جوانب العملية التعليمية والتربوية باعتبار أن نجاحها يتوقف على مدى ما يستخدمه القائمون على هذه العملية من طرق وأساليب تدريسية وذلك من أجل نجاح العملية التعليمية .

ونظراً للتطور السريع الذي شمل كافة الأنشطة الرياضية من حيث مكوناتها المهارية أصبح من الضروري على العاملين في مجال التعلم الحركي والتدريب الرياضي متابعة كل ما يستجد ، فقد أظهرت المنافسة أهميه دراسة المكونات المهارية بأسلوب أكثر فاعلية للتعرف على خصائصها الدقيقة ووضع أساليب التنمية للوصول للأداء الأمثل. (٣ : ١١)

وإدخال مبدأ التعلم الإتيقاني في تعلم المهارات واكتسابها بهدف الوصول بالمجموعة المتعلمة إلى درجة الإتيقان في التعلم والأداء قبل الانتقال إلى تعلم آخر ، وتعلم المهارة عملياً وكذلك فهم المهارة ومعرفة الغرض منها وتوافر فرص متكررة للمران يخضع فيها الفرد للإشراف إثناء محاولاته الأولى من أساسيات مبادئ التعلم. (١٣ : ٤)

واتفق نتائج كلاً من " أحمد محمد علي شحاتة " و"حسام مازن" و"حسام السيد محمد" و"محمد حسن ابو الطيب" الي أن الهدف الرئيسي من التعليم للإتيقان هو الوصول بالمتعلم إلى مستوي من التحصيل لا يصل إليه عادة تحت ظروف عمليتي التعليم والتعلم السائدة حالياً في التعلم التقليدي وهو بذلك يقترب من التعلم الفردي من حيث أن أهداف كل منهما زيادة تحصيل المتعلم إلى أقصى درجة تؤهله لها قدراته وذلك بتوفير شروط معينة في البيئة التعليمية التي يخطط لها بصورة منظمة ودقيقة تسمح للمتعلم بهذا التقدم في التحصيل ، وللوصول بالمتعلم الي مستوى من الاتقان ولايمكن الانتقال من مهارة الى اخرى الا بعد الوصول الي المستوى المطلوب ، اذ يعطي هذا الاسلوب بيئة يتوفر فيها الوقت الكافي لتعليم المهارات او الحركات المطلوبة . (٤ : ٢) (٨ : ٢١) (١٤ : ٥)

ان اهداف التعلم الاتقاني تكمن فيما يأتي

١- مساعدة كل متعلم على ان يعمل وينجز وفقاً لسرعته الخاصة به عبر الوحدات التعليمية المتتالية.

٢- تطوير قدرة كل متعلم ليصل الى درجة من الاتقان

٣- تطوير المبادرة الذاتية والتوجيه الذاتي لدى المتعلمين

٤- رعاية نمو وتطور قدرة كل متعلم على حل المشكلات

(١٦ : ٨٧)

٥- تشجيع التعليم الذاتي والدافعية للتعلم

ويعتبر الدور الذي يقوم به حارس المرمى غاية في الأهمية فمن خلاله يستطيع التأثير علي سير المباراة بالإضافة الي ذلك يقع علي عاتقه أكبر مسؤوليات الفريق لأنه هو العقبة الاخيرة أمام المهاجمين. (١٥ : ٤٠٩)

ويعتبر حارس المرمى آخر الخطوط الدفاعية للفريق، كما أنه اللاعب الذي يقوم بمنع الكرة المصوبة من اللاعب المهاجم من دخول المرمى، وهو أهم مراكز اللعب في الفريق، فهو آخر خط دفاعي يقرر مصير الهجمة التي تنتهي بالتصويب، كما أنه أحيانا ما يبدأ الهجمات لفريقه، وأحيانا - عندما يكون متميزاً - قد ينهي الهجمة برمية مباشرة في المرمى المنافس ويمكن تسجيل هدف من خلالها في حالة تقدم حارس المرمى.

ويتوقف نجاح فريق كرة اليد على قدرة لاعبيه لأداء جميع المهارات الأساسية، وفي مقدمة الفريق حارس المرمى والذي تعتبره المراجع بمثابة نصف الفريق، ومن أهم المراكز والتي لها تأثير كبير على نتيجة المباراة، ويعتبر إجابة حارس المرمى للمهارات الأساسية أمراً هاماً وضرورياً، ووجود حارس مرمي على مستوي عالي يلعب دوراً رئيسياً للفريق التي تسعى للتميز. (١١ : ١٧٠) (٧ : ٤٢٢)

تعد الأساليب المعرفية من المفاهيم المهمة في علم النفس وذلك لارتباطها بمشاعر الأفراد وسلوكهم في المواقف المختلفة ، وعن طريق هذه الأساليب المعرفية يمكننا التنبؤ وبدرجة معقولة من الدقة بنوع السلوك الذي يمكن أن يقوم به الأفراد الذين يختلفون في أساليبهم المعرفية في أثناء مواجهتهم لمواقف الحياة المختلفة . ولأن لكل فرد منظومة من العمليات المعرفية التي تعد بمثابة أنشطة أو وظائف للمخ، فإن لكل عملية معرفية أسلوباً معرفياً خاصاً بها وهو أسلوب الاستجابة الذي يتصف به سلوك الفرد في تناوله " للعمليات المعرفية" (١٠ : ١٧)

يعد الأسلوب المعرفي الثبات مقابل الصقل من الأساليب البارزة التي تعبر عن سرعة ودقة المستجيبين في الإجابة في التعلم، ولأهمية هذه الأساليب المعرفية جاءت أهمية هذا البحث في التنبؤ وبدرجة معقولة من طريقة تعامل الفرد مع المعلومات من حيث أسلوبه في التفكير وطريقته في الفهم والتذكر في أثناء مواجهته لمواقف الحياة المختلفة. (٢ : ١١) (١٨ : ٨)

وللأساليب المعرفية خاصية محددة لها صفة الثبات عند الأفراد فهي ميزة له، فضلا عن ارتباطها بالنشاط العقلي لهذا أطلق عليها مصطلح الأسلوب المعرفي وهي تكوين فرضي يتوسط بين المثير والاستجابة وتعكس الاختلافات بين الأفراد في استقبال المعلومات وفهمها، فهو ليس فقط طابع معرفي ولكنه في الواقع ذات طابع وجداني يشير " إلى الأسلوب المفضل من قبل الأفراد في معالجة المعلومات. (٥ : ٢٧)

مشكلة البحث:

تؤكد الدراسات أن الأساليب المعرفية تعد إحدى موجهات التعلم لأنها تفرض شكلا وطريقة للتعامل مع مثيرات البيئة، ومواقف التعلم، ويؤكد كل من (Rayner, Ryding ١٩٩٨) وعلى أن التعلم يتأثر بالتفاعل بين الأساليب المعرفية وبين عدد من المتغيرات مثل:

١. **تركيب مواد التعلم**: يشير التركيب إلى الشكل الخارجي لمواد التعلم كهيئتها وحجمها ومفهوم الفرد الداخلي لهذه المواد كتحديد أسلوب معالجة مواد التعلم وفهمها وإدراكها، فقد يقدر معالجة مواد التعلم بدرجة عالية من الخيارات والافتراضات أو قد يتناولها من منظور محدد وضيق.

٢. **أسلوب العرض**: يتأثر الأفراد بأسلوب عرض مواقف التعلم، إذ يميل الأفراد الذين يستخدمون خيالهم إلى أسلوب الصور (البصري)، في حين يميل الأفراد الذين يعتمدون الأسلوب اللفظي إلى الاستماع (السمعي)

٣. **طبيعة المحتوى**: يتأثر التعلم بطبيعة محتوى الموقف التعليمي، إذ تشير الدراسات إلى أن الأفراد يتعلمون بشكل أفضل عندما تكون المعلومات بأسلوب العرض المفضل، فضلا عن أن المحتوى المحدد يناسب أصحاب الميول اللفظية والمحتوى المادي يناسب أصحاب الخيال الواسع. (٢٢ : ٢٢١)

ويتضح من ذلك أن ذوي الأسلوب المعرفي (الثبات مقابل الصقل): "يتميزون الواحد عن الآخر بعدة خصائص هي :

١. أن الأشخاص من ذوي الصقل يميلون إلى تقبل الأفكار الجديدة، بينما يميل الأشخاص من ذوي الثبات إلى الأفكار المألوفة.

٢. أن الأشخاص من ذوي الصقل يتصفون بالمرونة والقيادة الجيدة، بينما الأشخاص من ذوي الثبات يتصفون بالتصلب.

٣. أن الأشخاص من ذوي الصقل يتميزون بالادراك الجيد والنشاط والتعاون مع الآخرين والطموح، أما الأشخاص من ذوي الثبات فهم أقل ادراكا ونشاطا وطموحا وتعاوننا مع الآخرين.

٤. الأشخاص من ذوي الصقل يتسمون بالاستقلالية عن الآخرين والدقة في الانتباه والتذكر الجيد، بينما الأشخاص من ذوي الثبات يتسمون بالاعتماد على الآخرين والصعوبة في الانتباه والضعف في التذكر.

٥. أن الأشخاص من ذوي الصقل يتميزون بمستوى عال في الانجاز، أما الأشخاص من ذوي الثبات فأنهم يتميزون بمستوى أقل في الانجاز. (٢: ٤٤)

يشير كريغ ويلسون (Craig Wilson) ٢٠٠٢ ان حارس المرمى هو المدرب

الثاني في الماء الذي يخبر اللاعبين ما يجب القيام به و اين يذهبوا ، ويوجد العديد من

الاستراتيجيات والمخاطرة التي يقوم بها حارس المرمى بعد صد او خطف او قطع الكرة و الاحتفاظ بالكرة ليكون حارس المرمى اللاعب الرئيسي في بدء الهجوم (١٧: ١٨) من خلال خبرة الباحث - العملية كحارس مرمى كرة يد، والاكاديمية كعضو هيئة تدريس بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات المائية بكلية التربية الرياضية، جامعة بنها- ، لاحظ توجه اللاعبين لمراكز اللعب المختلفة وابتعادهم عن مركز حارس المرمى رغبة منهم في المشاركة في صناعة وإحراز الأهداف ، ويحاول المدرب الاعتماد علي بعض العناصر القوية والتي تتميز بمواصفات فنية وجسمية تناسب هذا المركز الا ان لاحظ الباحث ابتعاد وعزوف المبتدئين الجدد عن مركز حراسة المرمى، مما اثار الباحث للبحث عن اسلوب يزيد الدافعية وتحفيز المبتدئين علي اللعب في هذا المركز وتعلم المهارات المختلفة لحارس المرمى من خلال استخدام التعلم الاتقاني الذي يعتمد علي اتقان المهارة المطلوبة قبل الانتقال الي اي مهارة اخرى عن طريق مشاهدته للتدريبات وتطبيقها والبعد عن التعلم باسلوب الاوامر "التقليدي" المتبع ، نظراً للاهمية القصوى لمركز حارس المرمى الذي يعتبر اخر خط دفاع واول خط هجوم للفريق وهو العامل الاساسي في فوز الفريق بنتيجة المباراة، لان الدفاع القوي عن المرمى هو أساس للهجوم الجيد والهدف من المباراة الأول هو منع المنافس من إحراز الأهداف وهذا ما دفع الباحث للقيام بهذا البحث.

فمن خلال اطلاع الباحث على البحوث والدراسات التي تناولت كلا من اسلوب التعلم الاتقاني ولعبة كرة اليد تبين أن هناك محاولات عديدة وجادة في الأبحاث التي تناول هذا المركز بالبحث والدراسة مثل: دراسات تناولت التعلم الاتقاني مثل: (١٤)،(١٩)،(٢٠) ودراسات تناولت مهارات حارس مرمى الماء أو اليد " تحليلاً، وتعليماً، وتدريباً"مثل: (١)،(٦)،(١٢)،(١١)،(١٧) إلا أنه على حد علم الباحث لم يتم توظيف اسلوب التعلم الاتقاني علي تعلم بعض المهارات الأساسية لحارس المرمى في كرة الماء واليد معاً والربط بينهم وبين الاسلوب المعرفي "الثبات مقابل الصقل"، لذا قام الباحث باستخدام التعلم الاتقاني ليساهم في تطوير التعليم وخدمة كلا من المعلم والمدرّب والمبتدئ.

هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير التعلم الاتقاني على تعلم بعض مهارات حارس مرمى كرة الماء واليد لذوى الاسلوب المعرفي (الثبات مقابل الصقل) من خلال التعرف على :

١. الفروق ونسب التغير المئوية المطلقة وحجم التأثير بين متوسطات درجات القياسات القبليّة والبعديّة في بعض مهارات حارس المرمى لمبتدئي كرة الماء واليد للمجموعة التجريبية الأولى

٢. الفروق ونسب التغير المئوية المطلقة وحجم التأثير بين متوسطات درجات القياسات القبليّة والبعديّة في بعض مهارات حارس المرمي لمبتدئي كرة الماء واليد للمجموعة التجريبيّة الثانية ذوي الصقل.

٣. الفروق بين متوسطات درجات القياسين البعديين لمجموعتي البحث التجريبيّة الأولى (ذوي الثبات) والتجريبيّة الثانية (ذوي الصقل) لصالح المجموعة التجريبيّة الثانية (ذوي الصقل) في تعلم بعض مهارات حارس المرمي لمبتدئي كرة الماء واليد ."

٤. الفروق بين متوسطات درجات القياسات البعديّة لحراس مرمي كرة الماء واليد في مقياس الأسلوب المعرفي (الثبات مقابل الصقل) لصالح لحراس مرمي كرة اليد

فروض البحث:

١. " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في بعض مهارات حارس المرمي لمبتدئي كرة الماء واليد للمجموعة التجريبيّة الأولى

٢. " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في بعض مهارات حارس المرمي لمبتدئي كرة الماء واليد للمجموعة التجريبيّة الثانية ذوي الصقل "

٣. " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين البعديين لمجموعتي البحث التجريبيّة الأولى (ذوي الثبات) والتجريبيّة الثانية (ذوي الصقل) لصالح المجموعة التجريبيّة الثانية (ذوي الصقل) في تعلم بعض مهارات حارس المرمي لمبتدئي كرة الماء واليد "

٤. " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسات البعديّة لحراس مرمي كرة الماء واليد في مقياس الأسلوب المعرفي (الثبات مقابل الصقل) لصالح لحراس مرمي كرة اليد "

مصطلحات البحث:

التعلم الإتقاني

هو أحد طرق التدريس، لوصول المتعلم إلى درجة الإتقان في التعلم والأداء قبل الانتقال إلى تعلم مهارات أخرى أكثر تعقيداً وصعوبة من خلال زيادة عدد التكرارات وتكوين مجموعات تعليمية حسب الأخطاء المرتكبة في أثناء الأداء للوصول إلى مرحلة الإتقان. (٢١: ١٢٦)

حارس مرمي كرة الماء واليد:*

هو المبتدئ الذي تتوفر فيه بعض الصفات اللازمة لتأهيله كحارس مرمي في لعبتي كرة الماء واليد، وقد عمد الباحث لتلك اللعبتين لتشابه المسارات الحركية والاداءات مع اختلاف الوسط

المستخدم للعبة (مائي أو أرضي) ، وكذلك من طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بينها، الذين يدرسون مقررى كرة الماء واليد فى نفس الفرقة ونفس الفصل الدراسى.

الأسلوب المعرفي :

هو الطريقة المميزة للأفراد والتي تظهر في أثناء معالجة الموضوعات والأحداث التي يتعرضون لها في مواقف الحياة اليومية، وتعكس فروقا" في". نظام الشخصية ، وتظهر في الأنشطة الإدراكية والعقلية " (١٠ : ٢٠)

الأسلوب المعرفي (الثبات مقابل الصقل):

يقصد بهذا الأسلوب الفروق الموجودة بين الأشخاص في مدى استيعاب الذاكرة، فالأشخاص ذوو الثبات يصعب عليهم استرجاع خبراتهم في الذاكرة والاستفادة منها في التعامل مع الأحداث الحاضرة، أما الأشخاص ذوو الصقل فيتميزون بسهولة استرجاعهم المعلومات من الذاكرة والاستفادة منها مع الأحداث" الحاضرة (٢ : ٢٦)

الدراسات المرجعية

دراسة أيمن أحمد عبدالسلام (٢٠١٨) (٦): تأثير تدريبات الرؤية البصرية علي المهارات الأساسية لكرة الماء ، يهدف البحث إلى تصميم برنامج تدريبي لتدريبات الرؤية البصرية وفاعليته على بعض القدرات البصرية والمهارات الأساسية فى كرة الماء .

وفى ضوء نتائج البحث توصل الباحث إلى:

١. البرنامج التدريبي باستخدام تدريبات الرؤية البصرية له تأثير إيجابي علي قدرات الرؤية البصرية قيد البحث للاعبى كرة الماء عينة البحث حيث تراوحت نسب التغير المئوية لتلك القدرات ما بين (٢٢.٦٤% : ٨٥.٠٠%) .

٢. البرنامج التدريبي باستخدام تدريبات الرؤية البصرية له تأثير إيجابي علي المتغيرات المهارية قيد البحث للاعبى كرة الماء عينة البحث حيث تراوحت نسب التغير المئوية لتلك المتغيرات ما بين (٧.٨٥% : ١٣٠.٠٠%) .

٣. هناك علاقات ارتباطيه دالة إحصائياً بين جميع قدرات الرؤية البصرية وبين جميع المتغيرات المهارية قيد البحث للاعبى كرة الماء عينة البحث.

دراسة مایسة بهاء رياض محمد (٢٠١٨) (١٢): فاعلية برنامج تعليمى على بعض المهارات

الأساسية في كرة الماء للسيدات ، هدف البحث إلى تصميم برنامج تعليمى باستخدام أسلوب

التعلم التبادلى ومعرفة تأثيره على تعلم بعض المهارات الأساسية فى كرة الماء لطالبات كلية التربية الرياضة جامعة المنيا ، استخدمت الباحثة المنهج التجريبي نظراً لملاءمته لطبيعة البحث ، ولقد استعانت بأحد التصميمات التجريبية وهو التصميم التجريبي لمجموعتين أحدهما تجريبية

والأخرى ضابطة بإتباع القياسين القبلي والبعدي لكلاهما ، توصلت الباحثة إلى الاستخلاصات التالية :

- ١- البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب التعلم التبادلي المطبق على طالبات المجموعة التجريبية له تأثير إيجابي علي تعلم المهارات الأساسية لرياضة كرة الماء قيد البحث حيث تراوحت نسب التغير لتلك المتغيرات ما بين (١٠.٩٢% : ٣٨٣.٣٣%) .
- ٢- البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب الشرح وأداء النموذج ” المطبق على طالبات المجموعة الضابطة له تأثير إيجابي علي تعلم المهارات الأساسية لرياضة كرة الماء حيث تراوحت نسب التغير المئوية لتلك المتغيرات ما بين (٥.٤٠% : ١٨٥.٧١%) .
- ٣- البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب التعلم التبادلي أدى إلى تحسن مستوى تعلم المهارات الأساسية لرياضة كرة الماء بنسب أعلى مقارنة بالبرنامج التعليمي باستخدام أسلوب الشرح وأداء النموذج المطبق على طالبات المجموعة الضابطة حيث تراوحت الفروق في نسب التغير المئوية لتلك المتغيرات ما بين (٤.٣٤% : ١٩٧.٦٢%) .

دراسة مروان محمد يحي عبدالمجيد (٢٠١٨) (١٧): التحليل البيوميكانيكي لمهارة التدويس

لحراس المرمي في كرة الماء وعلاقتها ببعض القدرات البدنية الخاصة يهدف البحث الى التعرف على القيم الكمية لبعض المتغيرات البيوميكانيكية لمهارة التدويس بين افضل مستويات الأداء الدولية والمحلية لحراس المرمي الشباب ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي (دراسة الحالة) باستخدام التحليل الحركي البيوميكانيكي (Skill Spector) لمناسبته مع طبيعة البحث، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من حراس المرمي الشباب للاندية المصرية وعددهم (٣ لاعبين) المسجلين بالاتحاد المصري للسباحة، وفي ضوء نتائج البحث توصل الباحث إلى:

- الارتفاع الذي تم الحفاظ عليه في ضربة التدويس يرتبط بسرعة القدم.
- كلما زاد متوسط السرعة المحصلة في الاتجاه الراسي كلما زاد ارتفاع جسم اللاعب الي أعلى وحافظ علي اللاعب علي الوضع الراسي .
- يتميز حارس المرمي بقوة كبيرة في عضلات الرجلين بناء علي محصلة طاقة الحركة .

دراسة ابراهيم محمد على السيد(٢٠١٦) (١): تأثير التدريب المتباين على بعض المتغيرات

البدنية الخاصة ومستوى الاداء المهاري لدى لاعبي كرة الماء ، يهدف البحث إلي تطوير مستوي الأداء المهاري من خلال الارتقاء بمستوي بعض القدرات البدنية للاعبي كرة الماء تحت (١٦ سنه) وذلك من خلال :

- ١ - تصميم برنامج للتدريب المتباين (المزج بين تمرينات الأثقال وتدريبات ”الإطالة والتقصير”).
- ٢ - التعرف علي تأثير التدريب المتباين علي المكونات البدنية الخاصة قيد البحث
- ٣ - التعرف علي نسب التحسن المهارات الأساسية قيد البحث

استخدم الباحث المنهج التجريبي، وقد استعان بالتصميم التجريبي لمجموعة واحدة مع إتباع القياس القبلي والبعدى.

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي كرة الماء بنادي الصيد المصري بالدقي تحت ١٦ سنة، والمسجلين بالاتحاد المصري لكرة الماء للموسم الرياضي (٢٠١٥ - ٢٠١٦)، حيث بلغت عينة البحث (١٦) لاعب، أمكن للباحث التوصل إلي الاستنتاجات الآتية:

• البرنامج التدريبي باستخدام التدريب المتباين أثر إيجابيا علي تطوير بعض المتغيرات البدنية الخاصة للاعبي كرة الماء .

• توجد علاقة ارتباطيه بين تنمية الصفات البدنية ومستوي أداء المهارات للاعبي كرة الماء.

• أن التطور الحاصل لدي المجموعة التجريبية كان نتيجة التشابه في تمارين الأثقال

والبلايومترك في العمل علي نفس المجاميع العضلية .

دراسة هبة الله محمد علي عبدالمجيد (٢٠١٦) (١٩) : بعنوان تأثير برنامج تعليمي باستخدام التمرينات التوافقية الخاصة على مستوى أداء بعض المهارات المركبة فى كرة الماء للناشئين،

هدف البحث إلى التعرف على تأثير برنامج مقترح باستخدام التمرينات التوافقية الخاصة على مستوى أداء بعض المهارات المركبة فى كرة الماء للناشئين، و قد استخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية و الأخرى ضابطة ، و قد بلغ حجم العينة (٤٠ ناشئ) ، و قد أشارت نتائج البحث إلى تفوق المجموعة التجريبية التي تم التدريس لها باستخدام التمرينات التوافقية الخاصة على المجموعة الضابطة التي تم التدريس لها بالأسلوب المتبع في مستوى أداء بعض المهارات المركبة فى كرة الماء للناشئين.

دراسة ياسمين عادل محمد (2016) (٢٠) :فاعلية استخدام استراتيجية التعلم الاتقانى فى

تعلم مهارتى البدء والدوران فى سباحة الزحف على البطن ، هدف البحث الى التعرف على فاعلية استخدام استراتيجية التعلم الاتقانى فى مهارتى البدء والدوران فى سباحة الزحف على البطن، وفاعلية استخدام أسلوب التعلم بالآوامر فى تعلم مهارتى البدء والدوران فى سباحة الزحف على البطن، والفروق بين أفراد المجموعتين التجريبية (التعلم الاتقانى) والضابطة (التعلم بالآوامر) فى تعلم مهارتى البدء بالدوران فى سباحة الزحف على البطن، ويعتبر هذا البحث محاولة علمية جادة لمحاولة استخدام الباحثة استراتيجية التعلم الاتقانى من خلال برنامج تعليمى مقترح يهدف الى الارتقاء بمهارتى البدء والدوران لسباحة الزحف على البطن.

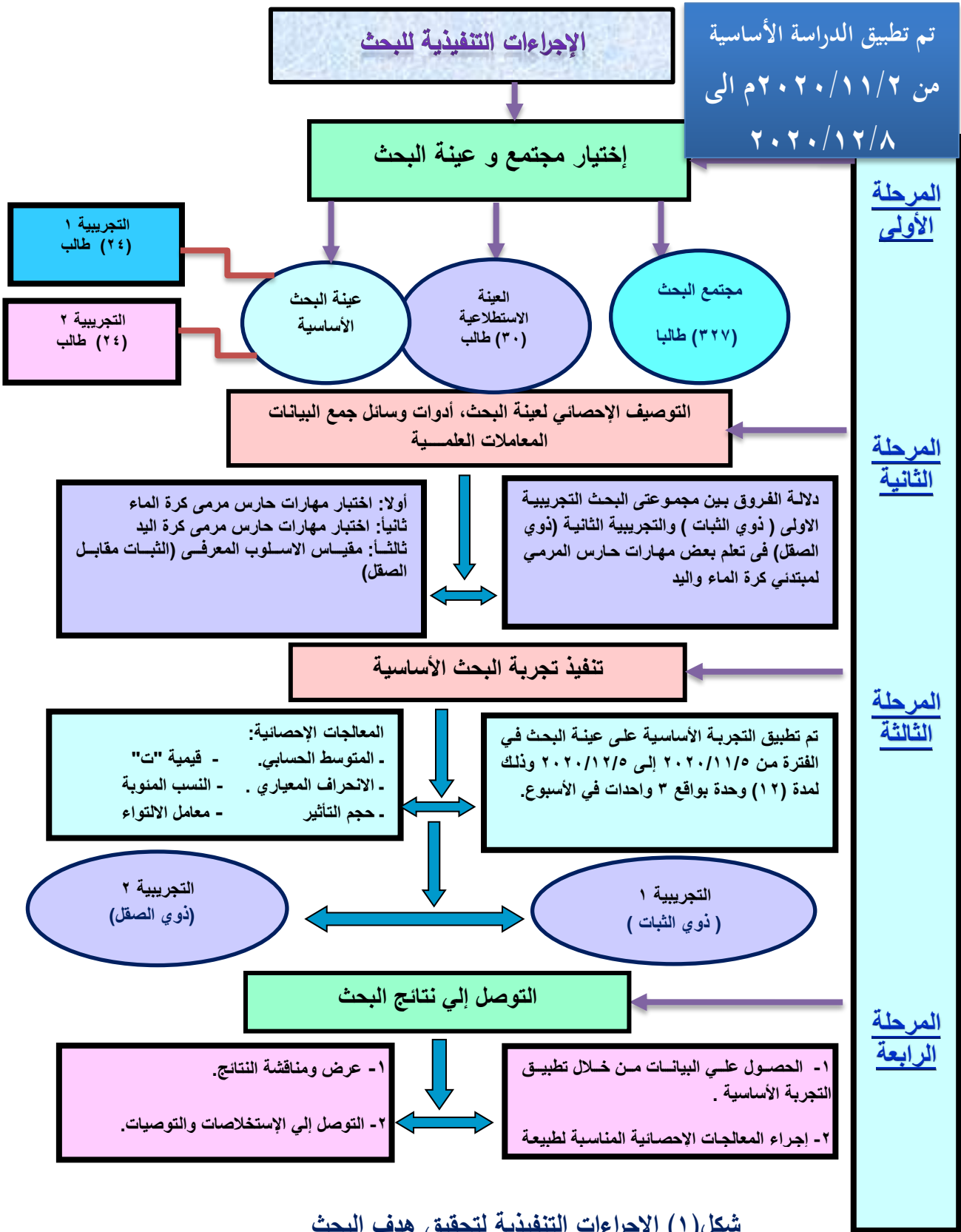
دراسة محمد حسن ابو الطيب (٢٠١٣م) (١٤): اثر استخدام أسلوب التمرين الموزع والمكثف في اطار استراتيجية التعلم الاتقاني على تحسين مستوى الأداء المهاري بالسباحة لدى طلاب كلية التربية الرياضية، هدف الدراسة التعرف إلى اثر استخدام أسلوب التمرين الموزع والمكثف في اطار استراتيجية التعلم الاتقاني على تحسين مستوى الأداء المهاري بالسباحة لدى طلاب كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية، على عينة مكونة من (٤٦) طالب من مساق سباحة (١) متوسط أعمارهم (١٩.٦) سنة تم تقسيمهم الى مجموعتين متكافئتين؛ المجموعة الأولى (٢٣) طالب تعلموا بأسلوب التمرين الموزع ، المجموعة الثانية (٢٣) طالب تعلموا بأسلوب التمرين المكثف ، طبقت استراتيجية التعلم الاتقاني بحيث تم تقسيم محتوى المنهاج الى ثمانية مراحل ينتقل الطالب بعد اتقان المرحلة الى المرحلة التي تليها، وأشارت نتائج الدراسة إلى استخدام أسلوب التمرين المكثف في اطار استراتيجية التعلم الاتقاني يعمل على تحسين زمن ٥٠م بسباحتي الزحف على الظهر والبطن، واوصى الباحثان باستخدام اسلوب التمرين المكثف في اطار استخدام استراتيجية التعلم الاتقاني عند تدريس مساقات السباحة لتمنية اللياقة البدنية المرتبطة بالأداء المهاري للسباحة

دراسة نغم حاتم حميد (٢٠١٢) (١٨): تأثير المنهج التدريسي المتبع لفعالية ركض الحواجز في التعلم وفق الأسلوب المعرفي (الثبات مقابل الصقل) وقد هدف البحث إلى: معرفة تأثير المنهج التدريسي المتبع لفعالية ركض الحواجز في التعلم لعينتي الأسلوب المعرفي (الثبات والصقل) واستخدم المنهج الوصفي ذي التصميم التجريبي باستخدام مجموعة واحدة ذات الاختبارين القبلي والبعدي على عينة مكونة من (٦٢) طالب من المرحلة الثانية في كلية التربية ٢٠١١ م، وعلى فعالية ركض الحواجز وتم - الرياضية بجامعة بغداد وللعام الدراسي ٢٠١٠ تطبيق الأسلوب المعرفي (الثبات - الصقل) على عينة البحث كلها وتطبيق اختبار تقييم الأداء الفني لركض الحواجز، وفي ضوء ذلك تم الاستنتاج إلى: أن الأسلوب المعرفي الثبات مقابل الصقل قد صنف عينة البحث إلى (٨٢,٣ %) من مجموعة الصقل و (٧٧,٧ %) من مجموعة الثبات، أن مجموعة الصقل ذو قدرة على التعلم بشكل أسرع وأدق لفعالية ركض ١١٠ م حواجز من مجموعة الثبات

دراسة احمد علي عطوان (٢٠٠٨) (٢): الأسلوب المعرفي (الصقل - الثبات) وعلاقته بحل المشكلات لدى طلبة المرحلة الإعدادية ، هدف البحث الى:

١. تعرف الأسلوب لمعرفي (الصقل - الثبات) لدى طلبة المرحلة الإعدادية: أ- العينة بأكملها ب- النوع (ذكور- إناث) ج- التخصص (علمي-أدبي).
٢. أيجاد الفرق في الأسلوب المعرفي (الصقل- الثبات) لدى طلبة المرحلة الإعدادية بحسب : أ- النوع (ذكور- إناث) ب- التخصص (علم- أدبي)

واستخدام المنهج الوصفي على طلبة المرحلة الإعدادية لتربية الرصافة واختار مدرستان بشكل عشوائي واحدة للذكور وأخرى للبنات واختير من كل مدرسة بشكل عشوائي صفا" للسادس الأدبي و صفا" للسادس العلمي و صفا" للخامس أدبي وآخر خامس علمي . حيث تألفت العينة من ٤٠٠ طالبا" وطالبة وكانت من أهم الاستنتاجات أن عينة البحث (طلبة المرحلة الإعدادية) لديها الأسلوب المعرفي (الصقل - الثبات) بصورة عامة وأسلوب الصقل بصورة خاصة ، وتفوق الذكور على الإناث في الأسلوب المعرفي (الصقل - الثبات) وعموما" وفي أسلوب الصقل خاصة .



شكل (١) الإجراءات التنفيذية لتحقيق هدف البحث

إجراءات البحث

منهج البحث

إستخدام الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين تجريبتين باتباع القياسات القبلة والبعدي لكلا المجموعتين.

مجتمع البحث

جاء مجتمع البحث من طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية ، جامعة بنها، الذين يدرسون مقررى كرة الماء واليد، والبالغ عددهم ٣٢٧ طالب

عينة البحث

وقام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية ، جامعة بنها، والبالغ قوامه (٧٨) طالبا ، تم تقسيمهم إلى مجموعتان أحدهما مجموعة الصقل (التجريبية ١) (٢٤) مقسمين الى: (١٢) مبتدئى كرة الماء، (١٢) مبتدئى كرة اليد ، ومجموعة الثبات (التجريبية ٢) (٢٤) مقسمين الى (١٢) مبتدئى كرة الماء (١٢) مبتدئى كرة اليد ، وعدد (٣٠) طالب لإجراء الدراسة الإستطلاعية

جدول (١)

تصنيف مجتمع وعينة البحث

مجتمع البحث	العينة الإستطلاعية	العينة الأساسية		مجموع العينة
طالب (٣٢٧)	طالب (٣٠)	التجريبية ١	التجريبية ٢	طالب (٧٨)
		(٢٤) طالب	(٢٤) طالب	

تحديد العينة وفق أسلوب الثبات مقابل الصقل:

قام الباحث بتطبيق مقياس أسلوب الثبات مقابل الصقل على عينة البحث ، وبعد الحصول على النتائج تم تحديد طلاب مجموعة الثبات (التجريبية ١) ومجموعة الصقل (التجريبية ٢) بناءا على المقياس، وكما بينته الجداول (١)،(٢).

جدول (٢)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لذوي الأسلوب المعرفي

الثبات مقابل الصقل

المتوسط النظري	ع	س	ن	الأسلوب المعرفي
٥١	٢,٦٧	٥٤,٨٤	٢٤	مجموعة الصقل
	٣,٠٥	٤١,٣٩	٢٤	مجموعة الثبات

جدول (٣)

التوصيف الإحصائي لعينة البحث في قياسات الطول والوزن والسن

ن=٧٨

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الطول	سم	١٧٧	١٧٦	٣	١
الوزن	كجم	٧٥	٧٤	٣	١
السن	سنة	١٨	١٩	٢	١.٥-

يوضح جدول (٣) أن قيم معاملات الالتواء لقياسات الطول والوزن والسن تراوحت بين (١,٥- : ١) أي أنها تقع بين ± ٣ مما يدل على إعتدالية التوزيع الطبيعي لقياسات الطول والوزن والسن للعينة قيد البحث .

جدول (٤)

تكافؤ مجموعتي البحث

دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين القبليين لمجموعتي البحث التجريبية الأولى (ذوي الثبات) والتجريبية الثانية (ذوي الصقل) في تعلم بعض مهارات حارس المرمى لمبتدئي كرة الماء

ن = ١٢ = ٢ = ١٢

ت	الفرق بين متوسطين	القياس القبلي للمجموعة التجريبية الثانية (صقل)		القياس القبلي للمجموعة التجريبية الأولى (ثبات)		وحدة القياس	مهارات حارس المرمى
		ع	س	ع	س		
٠.٤	٠.٢	٠.٩	٥.١	١	٥.٣	درجة	مهارة الوقوف في الماء بالوضع المرتفع نسبيا
٠.٣-	٠.١-	٠.٨	٤.١	٠.٩	٤	درجة	مهارة الوقوف في الماء(التدويس) من التحرك الجانبي
١.٤-	٠.٥-	٠.٨	٧.٥	٠.٩	٧	درجة	مهارة الصد للكرات التي في متناول اليد
٠.١-	٠.١-	١.٦	٦.١	١.٧	٦	درجة	مهارة السباحة السريعة وسرعة ارتداد الكرة
١.٣-	٠.٥-	٠.٩	٥.٥	٠.٩	٥	درجة	مهارة صد التصويبات مع الهجوم المعاكس
٠.٣	٠	١.٧	٦	١.٦	٦	درجة	مهارة الصد بالرأس
٠.٢-	٠	١.٢	٥.٥	١.١	٥.٥	درجة	مهارة صد التصويبات الساقطة
٠.٢	٠	٠.٧	٤.٥	٠.٨	٤.٥	درجة	مهارة سرعة رد الفعل خارج الماء

مبتدئي كرة الماء

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ ودرجة حرية ٢٢ = ٢.٠٧٤

يوضح جدول (٤) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبليين لمجموعتي البحث التجريبية الاولى (ذوي الثبات) والتجريبية الثانية (ذوي الصقل) فى تعلم بعض مهارات حارس المرمي لمبتدئي كرة الماء لصالح التجريبية الثانية (ذوي الصقل) ، حيث تراوحت قيم (ت) المحسوبة بين (-١.٣ : ٠.٤) وهى قيم أقل من القيمة الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) .

جدول (٥)

تكافؤ مجموعتي البحث

دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين القبليين لمجموعتي البحث التجريبية الاولى (ذوي الثبات) والتجريبية الثانية (ذوي الصقل) فى تعلم بعض مهارات حارس المرمي لمبتدئي كرة اليد

$$n_1 = n_2 = 12$$

ت	الفرق بين متوسطين	القياس القبلي للتجريبية الثانية (صقل)		القياس القبلي للمجموعة التجريبية الاولى (ثبات)		وحدة القياس	مهارات حارس المرمي	مبتدئي كرة اليد
		ع	س	ع	س			
٠.٨-	٠.٤-	٠.٩	١٦.٦	٠.٩	١٦.٢	ثانية	سرعة التحركات الدفاعية الخاصة بحارس المرمي	
١.٦	٠.٨	١.٥	٢٠.٢	٠.٨	٢١	عدد	سرعة الدفاع بالذراع جانباً عالياً	
٠.٢-	٠.١-	١.٢	١٨	١.١	١٧.٩	عدد	سرعة الدفاع بالذراعين عالياً	
١.٢-	٠.٦-	١	١٣.٦	١.٣	١٣	عدد	سرعة الدفاع بالقدم على كرة مثبتة في القائم	

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ ودرجة حرية ٢٢ = ٢.٠٧٤

يوضح جدول (٥) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين البعديين لمجموعتي البحث التجريبية الاولى (ذوي الثبات) والتجريبية الثانية (ذوي الصقل) فى تعلم بعض مهارات حارس المرمي لمبتدئي كرة اليد لصالح التجريبية الثانية (ذوي الصقل) ، حيث تراوحت قيم (ت) المحسوبة بين (-١.٢ : ١.٦) وهى قيم أقل من القيمة الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) .

وسائل وأدوات جمع البيانات:

أدوات البحث :

أعد الباحث أدوات البحث والتي تمثلت في الآتي :

أولاً: اختبار مهارات حارس مرمى كرة الماء

ثانياً: اختبار مهارات حارس مرمى كرة اليد

ثالثاً: مقياس الاسلوب المعرفى (الثبات مقابل الصقل)

اختبار مهارات حارس مرمى كرة اليد:

تم اختيار (٤) اربع إختبارات وهم:

- إختبار سرعة التحركات الدفاعية الخاصة بحارس المرمى (ثانية).
- إختبار سرعة الدفاع بالذراع جانباً عالياً (مرة يمين وأخرى يسار) (عدد).
- إختبار سرعة الدفاع بالذراعين عالياً (عدد).
- إختبار سرعة الدفاع بالقدم على كرة مثبتة في القائم (مرة يمين وأخرى يسار) (عدد).

الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجرائها على عينة قوامها (٣٠) طالب من خارج العينة الأساسية

القياسات القبليّة:

تم إجراء القياسات القبليّة للمجموعتين في متغيرات مهارات حارس مرمى كرة الماء واليد و مقياس الاسلوب المعرفى (الثبات مقابل الصقل) وذلك يومي ٢،٣/١١/٢٠٢٠م.

التجربة الأساسية:

تم تطبيق التجربة الأساسية على عينة البحث في الفترة من ٥/١١/٢٠٢٠ إلى ٥/١٢/٢٠٢٠ وذلك لمدة (١٢) وحدة بواقع ٣ وحدات في الأسبوع.

القياسات البعدية:

تم إجراء القياسات البعدية في نهاية تنفيذ البرنامج بعد (١٢) وحدة لمجموعتي البحث تحت نفس ظروف القياسات القبليّة وذلك يومي ٧،٨/١٢/٢٠٢٠م.

المعالجات الإحصائية

تم معالجة البيانات إحصائياً باستخدام برنامج " SPSS 25 " لإيجاد مايلي :

(١) المتوسط الحسابي

(٢) الوسيط

(٣) الإنحراف المعياري

(٤) معامل الالتواء

٥) اختبار "ت" لعينتين مستقلتين ومرتبطين

٦) النسبة المئوية المطلقة للتغير %

٧) معامل مربع إيتا

٨) حجم التأثير من معادلة كوهين

عرض النتائج ومناقشتها:

عرض النتائج الإحصائية المرتبطة بالفرض الأول والذي ينص على :

" توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في بعض مهارات حارس المرمي لمبتدئي كرة الماء واليد للمجموعة التجريبية الأولى ذوي الثبات "

جدول (٦)

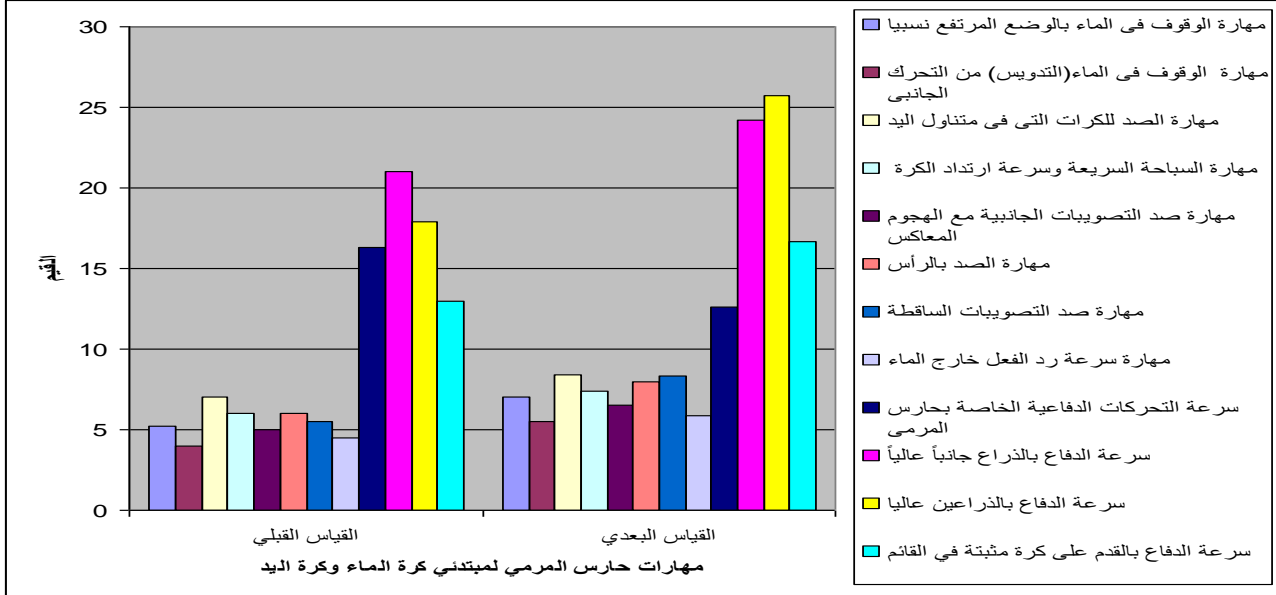
دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي في بعض مهارات حارس المرمي لمبتدئي كرة الماء واليد للمجموعة التجريبية الأولى ذوي الثبات

$$ن = ١ = ن = ٢ = ١٢$$

ت	الفرق بين متوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	مهارات حارس المرمي	
		ع	س	ع	س			
*٤.٥-	١.٨-	٠.٧	٧	١	٥.٢	درجة	مهارة الوقوف في الماء بالوضع المرتفع نسبيا	مبتدئي كرة الماء
*٤.٣-	١.٥-	٠.٥	٥.٥	١	٤	درجة	مهارة الوقوف في الماء (التدويس)	
*٧.٣-	١.٤-	٠.٥	٨.٤	٠.٩	٧	درجة	مهارة الصد للكرات التي في متناول اليد	
*٢.٥-	١.٤-	٠.٩	٧.٤	١.٧	٦	درجة	مهارة السباحة السريعة وسرعة ارتداد الكرة	
*٥-	١.٥-	٠.٥	٦.٥	٠.٩	٥	درجة	مهارة صد التصويبات الجانبية مع المعاكس	
*٢.٩-	٢-	١.٢	٨	١.٦	٦	درجة	مهارة الصد بالرأس	
*٩.٢-	٢.٨-	٠.٦	٨.٣	١.١	٥.٥	درجة	مهارة صد التصويبات الساقطة	
*٧.٤-	١.٤-	٠.٥	٥.٩	٠.٨	٤.٥	درجة	مهارة سرعة رد الفعل خارج الماء	
*١٠.٣	٣.٧	٠.٦	١٢.٦	٠.٩	١٦.٣	ثانية	سرعة التحركات الدفاعية الخاصة بحارس المرمي	مبتدئي كرة اليد
*٥.٨-	٣.٢-	١.٩	٢٤.٢	٠.٧	٢١	عدد	سرعة الدفاع بالذراع جانباً عالياً	
*٢٨.٩	٧.٨-	١.٥	٢٥.٧	١.١	١٧.٩	عدد	سرعة الدفاع بالذراعين عالياً	
*١٠-	٣.٧-	١	١٦.٧	١.٣	١٣	عدد	سرعة الدفاع بالقدم على كرة مثبتة في القائم	

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ ودرجة حرية ١١ = ٢.٢٠١

يوضح جدول (٦) أنه توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في بعض مهارات حارس المرمى لمبتدئي كرة الماء واليد للمجموعة التجريبية الأولى ذوي الثبات حيث تراوحت قيم (ت) المحسوبة بين (-٢٨.٩ : ١٠.٣) وكانت القيم المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) .



شكل (٢) دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي في بعض مهارات حارس المرمى لمبتدئي كرة الماء واليد للمجموعة التجريبية الأولى ذوي الثبات

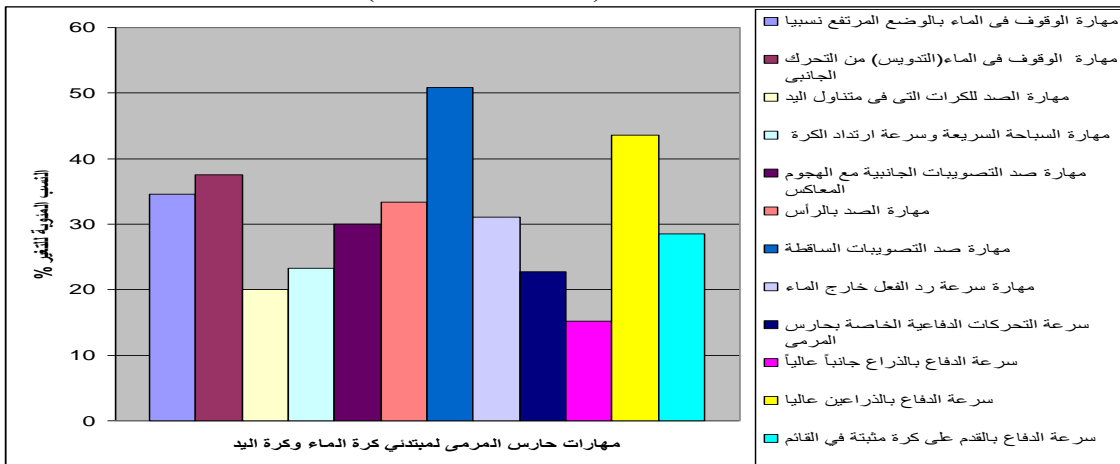
جدول (٧)

النسب المئوية للتغير بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي في بعض مهارات حارس المرمي لمبتدئي كرة الماء واليد للمجموعة التجريبية الأولى ذوي الثبات

$$ن = ٢ = ١٢$$

النسب المئوية للتغير %	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	مهارات حارس المرمي	
	ع	س	ع	س			
٣٤.٦%	٠.٧	٧	١	٥.٢	درجة	مهارة الوقوف في الماء بالوضع المرتفع نسبياً	مبتدئي كرة الماء
٣٧.٥%	٠.٥	٥.٥	١	٤	درجة	مهارة الوقوف في الماء (التدويس) من التحرك الجانبي	
٢٠%	٠.٥	٨.٤	٠.٩	٧	درجة	مهارة الصد للكرات التي في متناول اليد	
٢٣.٣%	٠.٩	٧.٤	١.٧	٦	درجة	مهارة السباحة السريعة وسرعة ارتداد الكرة	
٣٠%	٠.٥	٦.٥	٠.٩	٥	درجة	مهارة صد التصويبات الجانبية مع الهجوم المعاكس	
٣٣.٣%	١.٢	٨	١.٦	٦	درجة	مهارة الصد بالرأس	
٥٠.٩%	٠.٦	٨.٣	١.١	٥.٥	درجة	مهارة صد التصويبات الساقطة	
٣١.١%	٠.٥	٥.٩	٠.٨	٤.٥	درجة	مهارة سرعة رد الفعل خارج الماء	
٢٢.٧%	٠.٦	١٢.٦	٠.٩	١٦.٣	ثانية	سرعة التحركات الدفاعية الخاصة بحارس المرمي	مبتدئي كرة اليد
١٥.٢%	١.٩	٢٤.٢	٠.٧	٢١	عدد	سرعة الدفاع بالذراع جانبياً عالياً	
٤٣.٦%	١.٥	٢٥.٧	١.١	١٧.٩	عدد	سرعة الدفاع بالذراعين عالياً	
٢٨.٥%	١	١٦.٧	١.٣	١٣	عدد	سرعة الدفاع بالقدم على كرة مثبتة في القائم	

يوضح جدول (٧) النسب المئوية للتغير بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي في بعض مهارات حارس المرمي لمبتدئي كرة الماء واليد للمجموعة التجريبية الأولى ذوي الثبات ، حيث تراوحت نسب التغير بين القياسين بين (٢٠% : ٥٠.٩%) .



شكل (٣) النسب المئوية للتغير بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي في بعض مهارات حارس المرمي لمبتدئي كرة الماء واليد للمجموعة التجريبية الأولى ذوي الثبات

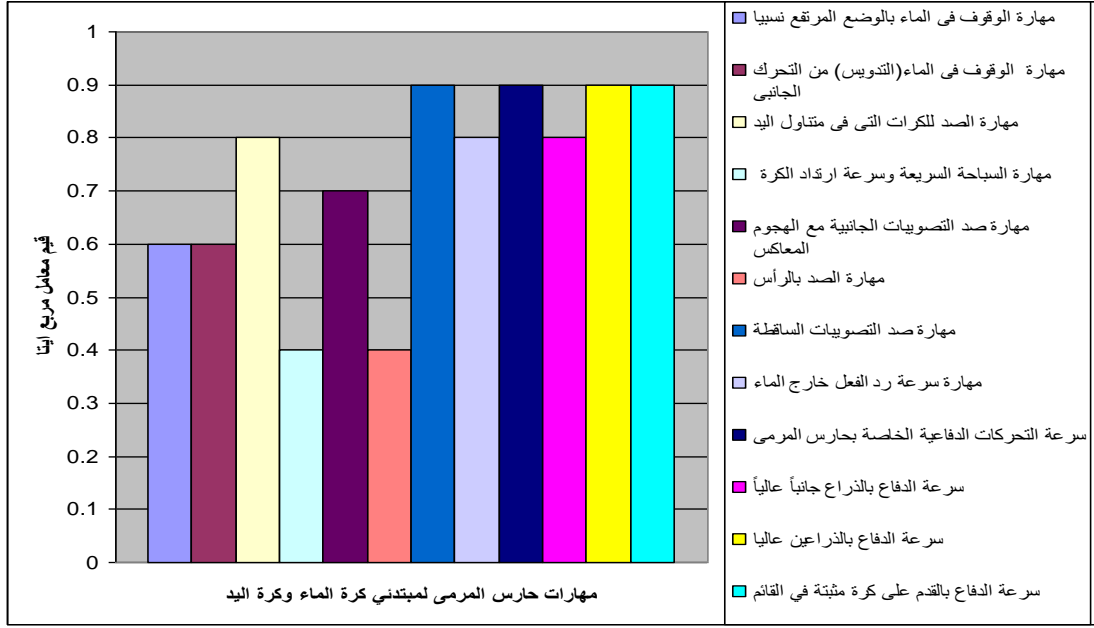
جدول (٨)

حجم التأثير بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي في بعض مهارات حارس المرمي
لمبتدئي كرة الماء واليد للمجموعة التجريبية الأولى ذوي الثبات

$$ن = ١ = ٢ = ١٢$$

حجم التأثير	قيم حجم التأثير	قيم معامل مربع إيتا	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	وحدة القياس	مهارات حارس المرمي	
ضخم	٢.١-	٠.٦	٠.٠	٤.٥-	درجة	مهارة الوقوف في الماء بالوضع المرتفع نسبياً	مبتدئي كرة الماء
ضخم	٢-	٠.٦	٠.٠	٤.٣-	درجة	مهارة الوقوف في الماء (التدويس) من التحرك الجانبي	
ضخم	٣.٣-	٠.٨	٠.٠	٧.٣-	درجة	مهارة الصد للكرات التي في متناول اليد	
ضخم	١.١-	٠.٤	٠.٠	٢.٥-	درجة	مهارة السباحة السريعة وسرعة ارتداد الكرة	
ضخم	٢.٣-	٠.٧	٠.٠	٥-	درجة	مهارة صد التصويبات الجانبية مع الهجوم المعاكس	
ضخم	١.٣-	٠.٤	٠.٠	٢.٩-	درجة	مهارة الصد بالرأس	
ضخم	٤.٢-	٠.٩	٠.٠	٩.٢-	درجة	مهارة صد التصويبات الساقطة	
ضخم	٣.٤-	٠.٨	٠.٠	٧.٤-	درجة	مهارة سرعة رد الفعل خارج الماء	
ضخم	٤.٧-	٠.٩	٠.٠	١٠.٣	ثانية	سرعة التحركات الدفاعية الخاصة بحارس المرمي	مبتدئي كرة اليد
ضخم	٢.٧-	٠.٨	٠.٠	٥.٨-	عدد	سرعة الدفاع بالذراع جانباً عالياً	
ضخم	١٣.٣-	٠.٩	٠.٠	٢٨.٩-	عدد	سرعة الدفاع بالذراعين عالياً	
ضخم	٤.٦-	٠.٩	٠.٠	١٠-	عدد	سرعة الدفاع بالقدم على كرة مثبتة في القائم	

يوضح جدول (٨) أن قيم معامل مربع إيتا بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي في بعض مهارات حارس المرمي لمبتدئي كرة الماء واليد للمجموعة التجريبية الأولى ذوي الثبات تراوحت بين (٠.٤ : ٠.٩) ، كما أن قيم حجم التأثير بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في بعض مهارات حارس المرمي لمبتدئي كرة الماء واليد للمجموعة التجريبية الأولى ذوي الثبات تراوحت بين (-١٣.٣ : -١.١) .



شكل (٤) حجم التأثير بدلالة قيم مربع إيتا بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي في بعض مهارات حارس المرمى لمبتدئي كرة الماء واليد للمجموعة التجريبية الأولى ذوي الثبات

ويعزو الباحث سبب ذلك إلى إدخال مبدأ التعلم الإتيقاني في تعلم المهارات واكتسابها بهدف الوصول بالمجموعة المتعلمة إلى درجة الإتيقان في التعلم والأداء قبل الانتقال إلى تعلم آخر ، وتعلم المهارة عملياً وكذلك فهم المهارة ومعرفة الغرض منها وتوافر فرص متكررة للتمران يخضع فيها الفرد للإشراف إثناء محاولاته الأولى من أساسيات مبادئ التعلم. (١٣ : ٤)

كما يشير كريغ ويلسون (Craig Wilson) ٢٠٠٢ ان حارس المرمى هو المدرب الثاني في الماء الذي يخبر اللاعبين ما يجب القيام به و اين يذهبوا ، ويوجد العديد من الاستراتيجيات والمخاطرة التي يقوم بها حارس المرمى بعد صد او خطف او قطع الكرة و الاحتفاظ بالكرة ليكون حارس المرمى اللاعب الرئيسي في بدء الهجوم (١٧ : ١٨) ، وهذا ما جعل للتعلم الإتيقاني الاهمية القصوى.

وتتفق تلك النتائج مع كلاً من دراسة هبة الله محمد على عبدالمجيد (٢٠١٦) (١٩)، دراسة ياسمين عادل محمد (٢٠١٦) (٢٠)، محمد حسن ابو الطيب (٢٠١٣) (١٤)

عرض النتائج الإحصائية المرتبطة بالفرض الثاني والذي ينص على :

" توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في بعض مهارات حارس المرمي لمبتدئي كرة الماء واليد للمجموعة التجريبية الثانية ذوي الصقل "

جدول (٩)

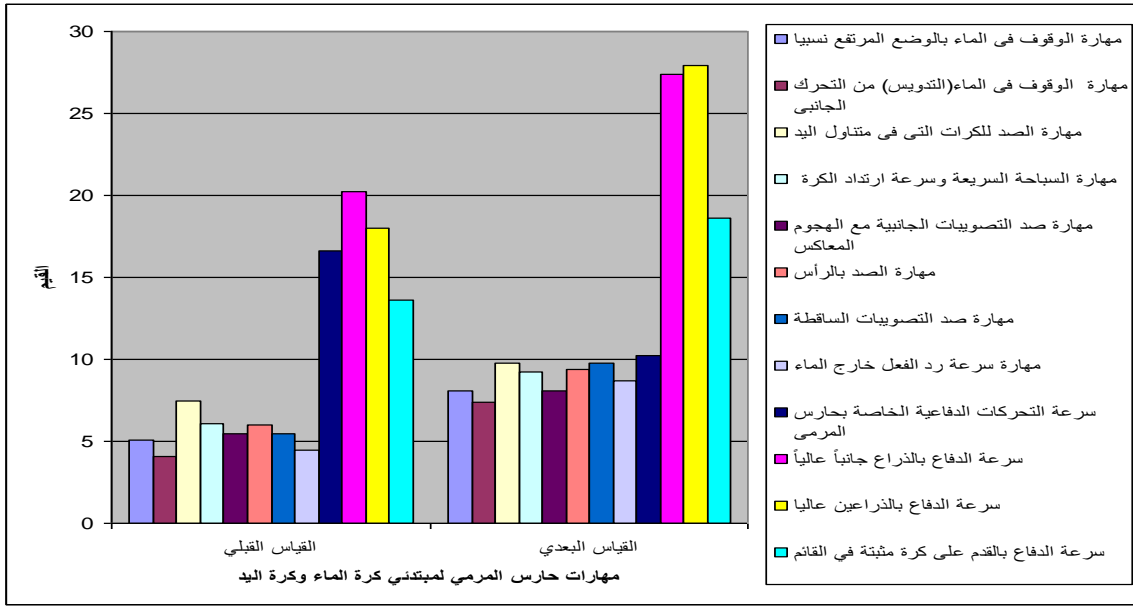
دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي في بعض مهارات حارس المرمي لمبتدئي كرة الماء واليد للمجموعة التجريبية الثانية ذوي الصقل

$$ن = ١ = ٢ = ١٢$$

ت	الفرق بين متوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	مهارات حارس المرمي
		ع	س	ع	س		
*١٠.٩-	٣-	٠.٥	٨.١	٠.٩	٥.١	درجة	مهارة الوقوف في الماء بالوضع المرتفع نسبياً
*١٠.٨-	٣.٣-	٠.٨	٧.٤	٠.٨	٤.١	درجة	مهارة الوقوف في الماء (التدويس) من التحرك الجانبي
*٩.٢-	٢.٣-	٠.٤	٩.٨	٠.٨	٧.٥	درجة	مهارة الصد للكرات التي في متناول اليد
*٤.٣-	٣.١-	١.١	٩.٢	١.٦	٦.١	درجة	مهارة السباحة السريعة وسرعة ارتداد الكرة
*٤.٥-	٢.٦-	١.٧	٨.١	٠.٩	٥.٥	درجة	مهارة صد التصويبات الجانبية مع الهجوم المعاكس
*٧.٥-	٣.٤-	٠.٥	٩.٤	١.٦	٦	درجة	مهارة الصد بالرأس
*١٢.٢-	٤.٣-	٠.٤	٩.٨	١.٢	٥.٥	درجة	مهارة صد التصويبات الساقطة
*٦.٤-	٤.٢-	١.٦	٨.٧	٠.٨	٤.٥	درجة	مهارة سرعة رد الفعل خارج الماء
*٩.٩	٦.٤	١.٨	١٠.٢	٠.٩	١٦.٦	ثانية	سرعة التحركات الدفاعية الخاصة بحارس المرمي
*١٠.٩-	٧.٢-	٢.٥	٢٧.٤	١.٥	٢٠.٢	عدد	سرعة الدفاع بالذراع جانباً عالياً
*٢٢-	٩.٩-	٠.٧	٢٧.٩	١.١	١٨	عدد	سرعة الدفاع بالذراعين عالياً
*١٠.٩-	٥-	١	١٨.٦	١	١٣.٦	عدد	سرعة الدفاع بالقدم على كرة مثبتة في القائم

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ ودرجة حرية ١١ = ٢.٢٠١

يوضح جدول (٩) أنه توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في بعض مهارات حارس المرمي لمبتدئي كرة الماء واليد للمجموعة التجريبية الثانية ذوي الصقل حيث تراوحت قيم (ت) المحسوبة بين (-٢٢ : -٤.٣) وكانت القيم المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) .



شكل (٥) دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي في بعض مهارات حارس المرمى لمبتدئي كرة الماء واليد للمجموعة التجريبية الثانية ذوي الصقل

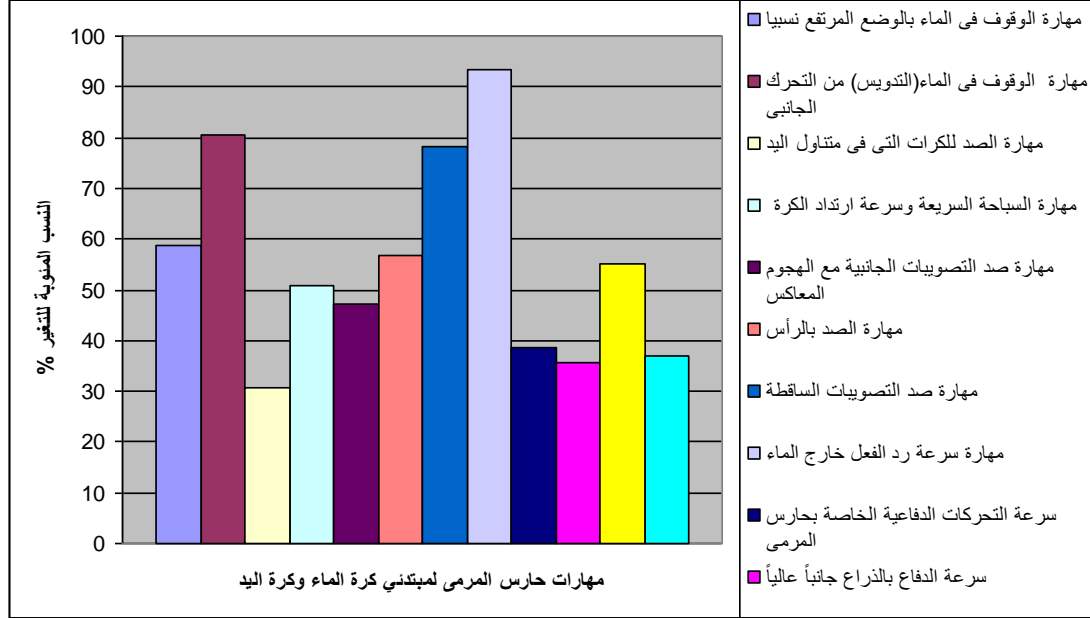
جدول (١٠)

النسب المئوية للتغير بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي في بعض مهارات حارس المرمى لمبتدئي كرة الماء واليد للمجموعة التجريبية الثانية ذوي الصقل

$$n = 2 = 12$$

النسب المئوية للتغير %	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	مهارات حارس المرمى	
	ع	س	ع	س			
٥٨.٨%	٠.٥	٨.١	٠.٩	٥.١	درجة	مهارة الوقوف في الماء بالوضع المرتفع نسبياً	مبتدئي كرة الماء
٨٠.٥%	٠.٨	٧.٤	٠.٨	٤.١	درجة	مهارة الوقوف في الماء (التدويس) من التحرك الجانبي	
٣٠.٧%	٠.٤	٩.٨	٠.٨	٧.٥	درجة	مهارة الصد للكرات التي في متناول اليد	
٥٠.٨%	١.١	٩.٢	١.٦	٦.١	درجة	مهارة السباحة السريعة وسرعة ارتداد الكرة	
٤٧.٣%	١.٧	٨.١	٠.٩	٥.٥	درجة	مهارة صد التصويبات الجانبية مع الهجوم المعاكس	
٥٦.٧%	٠.٥	٩.٤	١.٦	٦	درجة	مهارة الصد بالرأس	
٧٨.٢%	٠.٤	٩.٨	١.٢	٥.٥	درجة	مهارة صد التصويبات الساقطة	
٩٣.٣%	١.٦	٨.٧	٠.٨	٤.٥	درجة	مهارة سرعة رد الفعل خارج الماء	
٣٨.٦%	١.٨	١٠.٢	٠.٩	١٦.٦	ثانية	سرعة التحركات الدفاعية الخاصة بحارس المرمى	مبتدئي كرة اليد
٣٥.٦%	٢.٥	٢٧.٤	١.٥	٢٠.٢	عدد	سرعة الدفاع بالذراع جانبياً عالياً	
٥٥%	٠.٧	٢٧.٩	١.١	١٨	عدد	سرعة الدفاع بالذراعين عالياً	
٣٦.٨%	١	١٨.٦	١	١٣.٦	عدد	سرعة الدفاع بالقدم على كرة مثبتة في القائم	

يوضح جدول (١٠) النسب المئوية للتغير بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي في بعض مهارات حارس المرمى لمبتدئي كرة الماء واليد للمجموعة التجريبية الثانية ذوي الصقل ، حيث تراوحت نسب التغير بين القياسين بين (٣٠.٧% : ٩٣.٣%) .



شكل (٦) النسب المئوية للتغير بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي في بعض مهارات حارس المرمى لمبتدئي كرة الماء واليد للمجموعة التجريبية الثانية ذوي الصقل

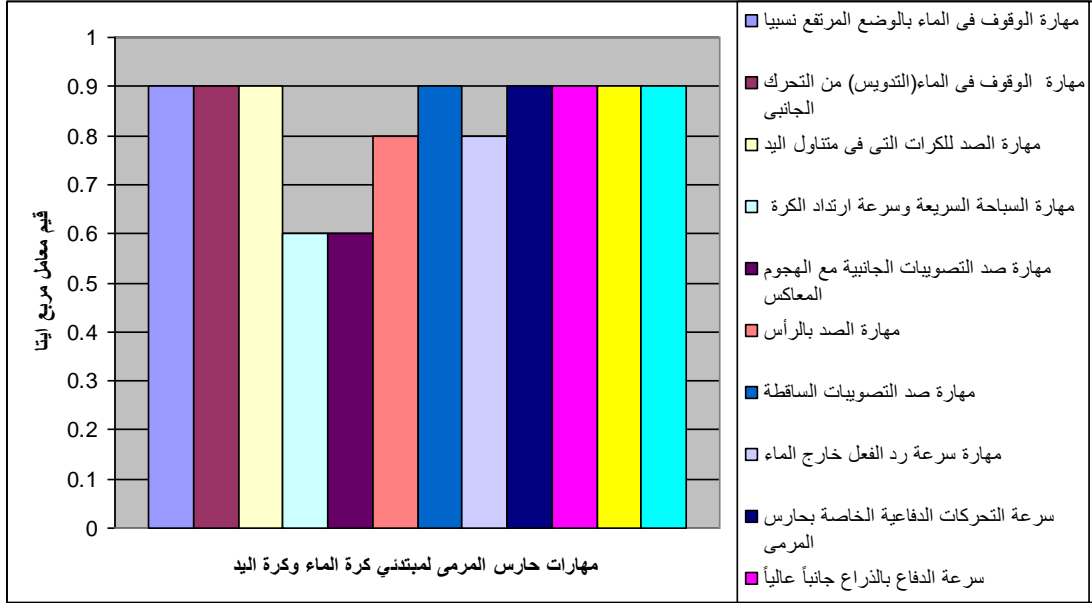
جدول (١١)

حجم التأثير بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي في بعض مهارات حارس المرمي
لمبتدئي كرة الماء واليد للمجموعة التجريبية الثانية ذوي الصقل

$$ن = ١٢ = ٢ = ١$$

حجم التأثير	قيم حجم التأثير	قيم معامل مربع إيتا	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	وحدة القياس	مهارات حارس المرمي	
ضخم	٥-	٠.٩	٠.٠	١٠.٩-	درجة	مهارة الوقوف في الماء بالوضع المرتفع نسبياً	مبتدئي كرة الماء
ضخم	٥-	٠.٩	٠.٠	١٠.٨-	درجة	مهارة الوقوف في الماء (التدويس) من التحرك الجانبي	
ضخم	٤.٢-	٠.٩	٠.٠	٩.٢-	درجة	مهارة الصد للكرات التي في متناول اليد	
ضخم	٢-	٠.٦	٠.٠	٤.٣-	درجة	مهارة السباحة السريعة وسرعة ارتداد الكرة	
ضخم	٢.١-	٠.٦	٠.٠	٤.٥-	درجة	مهارة صد التصويبات الجانبية مع الهجوم المعاكس	
ضخم	٣.٤-	٠.٨	٠.٠	٧.٥-	درجة	مهارة الصد بالرأس	
ضخم	٥.٦-	٠.٩	٠.٠	١٢.٢-	درجة	مهارة صد التصويبات الساقطة	
ضخم	٢.٩-	٠.٨	٠.٠	٦.٤-	درجة	مهارة سرعة رد الفعل خارج الماء	
ضخم	٤.٥-	٠.٩	٠.٠	٩.٩	ثانية	سرعة التحركات الدفاعية الخاصة بحارس المرمي	مبتدئي كرة اليد
ضخم	٥-	٠.٩	٠.٠	١٠.٩-	عدد	سرعة الدفاع بالذراع جانباً عالياً	
ضخم	١٠.١-	٠.٩	٠.٠	٢٢-	عدد	سرعة الدفاع بالذراعين عالياً	
ضخم	٥-	٠.٩	٠.٠	١٠.٩-	عدد	سرعة الدفاع بالقدم على كرة مثبتة في القائم	

يوضح جدول (١١) أن قيم معامل مربع إيتا بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي في بعض مهارات حارس المرمي لمبتدئي كرة الماء واليد للمجموعة التجريبية الثانية ذوي الصقل تراوحت بين (٠.٦ : ٠.٩) ، كما أن قيم حجم التأثير بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في بعض مهارات حارس المرمي لمبتدئي كرة الماء واليد للمجموعة التجريبية الثانية ذوي الصقل تراوحت بين (١٠.١ - : ٢) .



شكل (٧) حجم التأثير بدلالة قيم مربع إيتا بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي في بعض مهارات حارس المرمى لمبتدئي كرة الماء واليد للمجموعة التجريبية الثانية ذوي الصقل

ويعزو الباحث سبب ذلك الى ما اتفقت عليه نتائج مع كلاً من " أحمد محمد علي شحاتة " و"حسام مازن" و"حسام السيد محمد" و"محمد حسن ابو الطيب" الذين يشيرون الي أن الهدف الرئيسي من التعليم للإتقان هو الوصول بالمتعلم إلي مستوي من التحصيل لا يصل إليه عادة تحت ظروف عمليتي التعليم والتعلم السائدة حالياً في التعلم التقليدية وهو بذلك يقترب من التعلم الفردي من حيث أن أهداف كل منهما زيادة تحصيل المتعلم إلي أقصى درجة تؤهله لها قدراته وذلك بتوفير شروط معينة في البيئة التعليمية التي يخطط لها بصورة منظمة ودقيقة تسمح للمتعم بهذا التقدم في التحصيل ، وللوصول بالمتعلم الي مستوى من الإتقان ولا يمكن الانتقال من مهارة الى اخرى الا بعد الوصول الي المستوى المطلوب ، اذ يعطي هذا الاسلوب بيئة يتوفر فيها الوقت الكافي لتعليم المهارات او الحركات المطلوبة . (٤ : ٢) (٨ : ٢١) (١٤ : ٥)

عرض النتائج الإحصائية المرتبطة بالفرض الثالث والذي ينص على :

" توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين البعديين لمجموعتي البحث التجريبية الأولى (ذوي الثبات) والتجريبية الثانية (ذوي الصقل) لصالح المجموعة التجريبية الثانية (ذوي الصقل) فى تعلم بعض مهارات حارس المرمي لمبتدئي كرة الماء واليد "

جدول (١٢)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين البعديين لمجموعتي البحث التجريبية الأولى (ذوي الثبات) والتجريبية الثانية (ذوي الصقل) فى تعلم بعض مهارات حارس المرمي لمبتدئي كرة الماء

$$n_1 = n_2 = 12$$

ت	الفرق بين متوسطين	القياس البعدي للتجريبية الثانية (صقل)		القياس البعدي للمجموعة التجريبية الأولى (ثبات)		وحدة القياس	مهارات حارس المرمي
		ع	س	ع	س		
*٤.٢-	١.١-	٠.٥	٨.١	٠.٧	٧	درجة	مهارة الوقوف فى الماء بالوضع المرتفع نسبيا
*٧.٨-	١.٩-	٠.٦	٧.٤	٠.٥	٥.٥	درجة	مهارة الوقوف فى الماء(التدويس) من التحرك الجانبي
*٨.١-	١.٤-	٠.٤	٩.٨	٠.٤	٨.٤	درجة	مهارة الصد للكرات التي فى متناول اليد
*٤.٤-	١.٨-	١.١	٩.٢	٠.٩	٧.٤	درجة	مهارة السباحة السريعة وسرعة ارتداد الكرة
*٣.١-	١.٦-	١.٧	٨.١	٠.٥	٦.٥	درجة	مهارة صد التصويبات الجانبية مع الهجوم المعاكس
*٣.٦-	١.٤-	٠.٥	٩.٤	١.٢	٨	درجة	مهارة الصد بالرأس
*٦.٨-	١.٥-	٠.٤	٩.٨	٠.٦	٨.٣	درجة	مهارة صد التصويبات الساقطة
*٥.٨-	٢.٨-	١.٦	٨.٧	٠.٥	٥.٩	درجة	مهارة سرعة رد الفعل خارج الماء

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ ودرجة حرية ٢٢ = ٢.٠٧٤

يوضح جدول (١٢) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين البعديين لمجموعتي البحث التجريبية الأولى (ذوي الثبات) والتجريبية الثانية (ذوي الصقل) فى تعلم بعض مهارات حارس المرمي لمبتدئي كرة الماء لصالح التجريبية الثانية (ذوي الصقل) ، حيث تراوحت قيم (ت) المحسوبة بين (٨.١- : ٣.١-) وهى قيم أكبر من القيمة الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) .

جدول (١٣)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين البعديين لمجموعتي البحث التجريبية الاولى
(ذوي الثبات) والتجريبية الثانية (ذوي الصقل) فى تعلم بعض مهارات حارس المرمى
لمبتدئي كرة اليد

$$ن = ١٢ = ٢ = ١٢$$

ت	الفرق بين متوسطين	القياس البعدي للتجريبية الثانية (صقل)		القياس البعدي للمجموعة التجريبية الأولى (ثبات)		وحدة القياس	مهارات حارس المرمى
		ع	س	ع	س		
		*٤.٤	٢.٤	١.٨	١٠.٢		
*٣.٦-	٣.٢-	٢.٥	٢٧.٤	١.٩	٢٤.٢	عدد	سرعة الدفاع بالذراع جانباً عالياً
*٤.٦-	٢.٢-	٠.٧	٢٧.٩	١.٥	٢٥.٧	عدد	سرعة الدفاع بالذراعين عالياً
*٤.٨-	١.٩-	١	١٨.٦	١	١٦.٧	عدد	سرعة الدفاع بالقدم على كرة مثبتة في القائم

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ ودرجة حرية ٢٢ = ٢.٠٧٤

يوضح جدول (١٣) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين البعديين لمجموعتي البحث التجريبية الاولى (ذوي الثبات) والتجريبية الثانية (ذوي الصقل) فى تعلم بعض مهارات حارس المرمى لمبتدئي كرة اليد لصالح التجريبية الثانية (ذوي الصقل) ، حيث تراوحت قيم (ت) المحسوبة بين (-٤.٨ : ٤.٤) وهى قيم أكبر من القيمة الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) .

ويعزو الباحث سبب ذلك إلى التالى:

١. أن الأشخاص من ذوي الصقل يميلون إلى تقبل الأفكار الجديدة، بينما يميل الأشخاص من ذوي الثبات إلى الأفكار المألوفة.
٢. أن الأشخاص من ذوي الصقل يتصفون بالمرونة والقيادة الجيدة، بينما الأشخاص من ذوي الثبات يتصفون بالتصلب.
٣. أن الأشخاص من ذوي الصقل يتميزون بالادراك الجيد والنشاط والتعاون مع الآخرين والطموح، أما الأشخاص من ذوي الثبات فهم اقل ادراكا ونشاطا وطموحا وتعاوننا مع الآخرين.
٤. الأشخاص من ذوي الصقل يتسمون بالاستقلالية عن الآخرين والدقة في الانتباه والتذكر الجيد، بينما الأشخاص من ذوي الثبات يتسمون بالاعتماد على الآخرين والصعوبة في الانتباه والضعف في التذكر.

٥. أن الأشخاص من ذوي الصقل يتميزون بمستوى عال في الانجاز، أما الأشخاص من ذوي الثبات فأنهم يتميزون بمستوى اقل في الانجاز. (٢: ٤٤)

ويشير احمد علي عطوان (٢٠٠٨) الى ان الأسلوب المعرفي (الثبات مقابل الصقل) هو ذلك الأسلوب الذى يوضح الفروق الموجودة بين الأشخاص في مدى استيعاب الذاكرة، فالأشخاص ذوو الثبات يصعب عليهم استرجاع خبراتهم في الذاكرة والاستفادة منها في التعامل مع الأحداث الحاضرة، أما الأشخاص ذوو الصقل فيتميزون بسهولة استرجاعهم المعلومات من الذاكرة والاستفادة منها مع الأحداث" الحاضرة (٢: ٢٦)

وتتفق تلك النتائج مع كلاً من دراسة نغم حاتم حميد (٢٠١٢) (١٨)، دراسة احمد علي عطوان (٢٠٠٨) (٢)

عرض النتائج الإحصائية المرتبطة بالفرض الرابع والذى ينص على :

" توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسات البعدية لحراس مرمي كرة الماء واليد فى مقياس الأسلوب المعرفي (الثبات مقابل الصقل) لصالح لحراس مرمي كرة اليد "

جدول (١٤)

دلالة الفروق فى القياسات البعدية لحراس مرمي كرة الماء واليد فى مقياس الأسلوب المعرفي (الثبات مقابل الصقل)

ت	الفرق بين متوسطين	حراس كرة الماء ن = ٢٤		حراس كرة اليد ن = ٢٤		مقياس الأسلوب المعرفي (الثبات مقابل الصقل)
		ع	س	ع	س	
*١٢	٢٤.٥	٣.٨	٤١.٨	٤.٥	٦٦.٣	

يوضح جدول (١٤) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين البعديين لمجموعتي البحث التجريبية الاولى (ذوي الثبات) والتجريبية الثانية (ذوي الصقل) فى مقياس الأسلوب المعرفي (الثبات مقابل الصقل) حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة (١٢) وهى قيمة أكبر من القيمة الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) .

ويعزو الباحث سبب ذلك إلى استخدام حراس كرة اليد الى الوسط الارضى الذى يمنح لهم حرية القيام بالعمليات المعرفية والتي منها الاستنكار والتذكر بسهولة ويسر عن حراس كرة الماء الذى يشملهم الوسط المائى المختلف تماما عن الوسط الارضى فى كثرة الضغوط وعدم الحرية فى التقدم والتنفس ومختلف الاداءات.

الاستنتاجات:

- ١- أن استخدام التعلم الاتقانى لذوي الصقل كان له دور كبير وفعال في تطوير مهارات حارس المرمي لمبتدئي كرة الماء، وبشكل اكبر من ذوى الثبات.
- ٢- أن استخدام التعلم الاتقانى لذوي الصقل كان له دور كبير وفعال في تطوير مهارات حارس المرمي لمبتدئي كرة اليد، وبشكل اكبر من ذوى الثبات.
- ٣- تفوق مبتدئي حراس كرة اليد ككل عن مبتدئي حراس كرة الماء فى مقياس الأسلوب المعرفي (الثبات مقابل الصقل).

التوصيات:

- ١- استخدام البرنامج التعليمي وفق استراتيجيه التعلم الاتقانى في تعلم مهارات حارس المرمي لمبتدئي كرة الماء واليد.
- ٢- ضرورة الاهتمام بالأساليب المعرفية التي يمتلكها المتعلمون عند بناء البرامج التعليمية.
- ٣- إتباع استراتيجيات تعليمية تنمي روح العمل الجماعي للحصول على أفضل النتائج.
- ٤- التنوع في الاستراتيجيات التعليمية المستخدمة للمعلم وعدم الاعتماد على استراتيجية معينة.
- ٥- إجراء دراسات مشابهة لأساليب معرفية ومتغيرات نفسية أخرى غير التي استخدمت

المراجع العربية والاجنبية:

- ١- ابراهيم محمد على السيد (٢٠١٦): تأثير التدريب المتباين على بعض المتغيرات البدنية الخاصة ومستوى الاداء المهارى لدى لاعبي كرة الماء، دكتوراة، كلية التربية الرياضية، جامعة بنها
- ٢- احمد علي عطوان (٢٠٠٨): الأسلوب المعرفي(الصقل - الثبات) وعلاقته بحل المشكلات لدى طلبة المرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية.
- ٣- احمد محمد السيد ادريس (٢٠١٧): اختزال كمية الطاقة الحرارية المفقودة وتأثيرها على بعض المؤشرات البيوميكانيكية للاعبي كرة اليد، ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة الاسكندرية
- ٤- أحمد محمد علي شحاتة (٢٠١٩): تأثير استخدام اسلوب التعلم الاتقانى علي تعلم بعض المهارات الاساسية لحارس المرمي لمبتدئي كرة اليد ، انتاج علمي ، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة حلوان.

- ٥- إقبال عمار لفته (٢٠٠٩): اثر الأسلوب المعرفي الشمولي مقابل التحليلي في التعلم والاحتفاظ ببعض المهارات الوحيدة والثنائية والمركبة في الجمناستيك الفني . أطروحة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة بغداد
- ٦- أيمن أحمد عبدالسلام (٢٠١٨): تأثير تدريبات الرؤية البصرية علي المهارات الأساسية لكرة الماء ، ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا
- ٧- جلال كمال سالم (٢٠١٢م): كرة اليد الحديثة (أسس- تطبيقات)، جامعة قناة السويس، كلية التربية الرياضية ببورسعيد، مطبعة جامعة قناة السويس.
- ٨- حسام الدين مازن (٢٠١٨م): " فى اصول تعليم العلوم " ط٨، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة .
- ٩- حسام السيد محمد احمد (٢٠١٧م): تاثير استراتيجية التعلم للاتقان علي تعلم بعض مسابقات الميدان والمضمار لتلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الاساسي ،رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة الاسكندرية.
- ١٠- زهرة ماهود مسلم (٢٠٠٧): الأسلوب المعرفي (المنظم - الحدسي) وعلاقته ببعض المظاهر النفسية للتحديث لدى طلبة الجامعة. أطروحة دكتوراة ، كلية التربية للبنات ، جامعة بغداد.
- ١١- عبدالوهاب غازي حمودي (٢٠٠٨م): كرة اليد مالها وما عليها - المبادئ التعليمية والتدريبية: مطبعة العمران، ص ١٦٧ - ٢٥١، بغداد ، العراق.
- ١٢- مایسة بهاء رياض محمد (٢٠١٨): فاعلية برنامج تعليمي على بعض المهارات الأساسية في كرة الماء للسيدات، ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا
- ١٣- محمد أحمد فرغلي (٢٠٠٧م): دراسة تحليلية للأداء الدفاعي والهجومى لحراس مرمى كرة اليد وتأثيره على نتائج مباريات الفرق خلال بطولات العالم، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.
- ١٤- محمد حسن ابوالطيب (٢٠١٣م): اثر استخدام التمرين الموزع والمكثف في اطار استراتيجية التعلم الاتقاني علي تحسين مستوى الاداء المهاري بالسباحة لدى طلاب كلية التربية الرياضية، انتاج علمي ، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة حلوان.
- ١٥- محمد خالد حمودة ، جلال كمال سالم (٢٠١٥م): الهجوم والدفاع في كرة اليد، منشأة المعارف ، الاسكندرية.
- ١٦- محمد عودة الريماوي (٢٠١٤): سيكولوجية الفروق الفردية والجمعية في الحياة النفسية، دار الشروق للنشر والتوزيع، لبنان.

- ١٧- **مرwan محمد يحيى عبدالمجيد (٢٠١٨):** التحليل البيوميكانيكي لمهارة التدوير لحراس المرمى في كرة الماء وعلاقتها ببعض القدرات البدنية الخاصة، ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بنى سويف
- ١٨- **نعم حاتم حميد(٢٠١٢):** تأثير المنهج التدريسي المتبع لفعالية ركض الحواجز في التعلم وفق الأسلوب المعرفي (الثبات مقابل الصقل)
- ١٩- **هبة الله محمد على عبدالمجيد (٢٠١٦) :** بعنوان تأثير برنامج تعليمى باستخدام التمرينات التوافقية الخاصة على مستوى أداء بعض المهارات المركبة فى كرة الماء للناشئين، ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة
- ٢٠- **ياسمين عادل محمد (٢٠١٦) :** فاعلية استخدام استراتيجية التعلم الاتقانى فى تعلم مهارتى البدء والدوران فى سباحة الزحف على البطن، ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق
- 21- **Drowatzky, J.N. ,(2004):**motor Learning principles, and practice, buryess publishing Company, Minapolis
- 22- **Ryding , R. & Rayner ,S.(1998):** Cognitive Style and learning strategies . David Falton publishers , Ltd , p. 221.

المرفقات

مرفق (١) أسماء السادة المساعدين

مرفق (٢) إستمارة تسجيل بيانات حراس المرمى المبتدئين في متغيرات
(الطول، الوزن، السن) والاختبارات المهارية.

مرفق (٣) اختبار مهارات حارس المرمى لمبتدئي كرة اليد والماء

مرفق (٤) مقياس الأسلوب المعرفي (الثبات مقابل الصقل)

مرفق (٥) الوحدات التعليمية بأسلوب للتعلم بالاتقان

مرفق (١)
أسماء السادة المساعدين

أسماء السادة المساعدين

الوظيفة	الاسم	م
استاذ مساعد بقسم الالعب الجماعية (شعبة كرة اليد) بينها	ام د. احمد محمد السيد	١
استاذ مساعد بقسم الالعب الجماعية (شعبة كرة اليد) بينها	ام د. محمد عبد المرضى محمد	٢
مدرس بقسم الرياضات المائية بينها	د. محمد جودة قنديل	٣
مدرس بقسم الرياضات المائية بينها	د. هشام عمر فوزى	٤

مرفق (٢)


إستمارة تسجيل بيانات حراس المرمى المبتدئين فى متغيرات
(الطول، الوزن، السن) والاختبارات المهارية.

مرفق (٣)

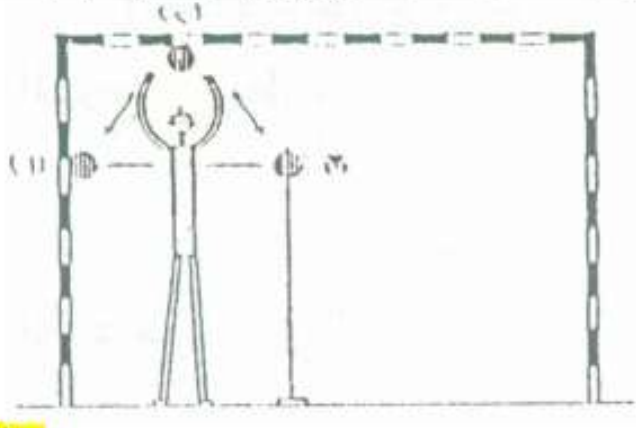
اختبار مهارات حارس المرمى لمبتدئي كرة اليد والماء

اختبار مهارات حارس المرمى لمبتدئي كرة اليد

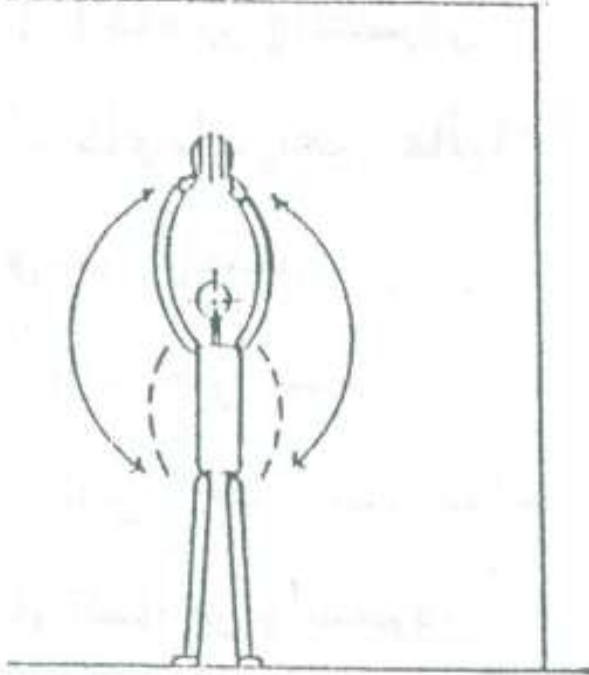
١- اختبار سرعة التحركات الدفاعية الخاصة بحارس المرمى:

الغرض من الاختبار:	قياس السرعة الحركية للتحركات الدفاعية الخاصة بحارس المرمى.
الأدوات:	- مرمى كرة يد. - ساعة إيقاف. - صفارة.
التخطيط وتوزيع الأدوات:	كما بالشكل، مع مراعاة البدء من ناحية إحدى العارضتين والإنتهاء عند الأخرى.
طريقة الأداء:	- يقف الحارس في وضع الاستعداد على خط المرمى داخل المرمى بحيث يكون الذراع الأيمن ملامس للقائم. - عند إعطاء (صفارة) يقوم الحارس بالتحرك جانباً للمس العارضة المواجهة ثم العودة والتكرار.
شروط الأداء:	- يجب لمس العارضة في كل مرة. - يجب الاحتفاظ بوضع الاستعداد أثناء الأداء. - يكون التحرك على شكل نصف قوس. - لكل حارس محاولة واحدة.
التسجيل:	- وحدة القياس (الثانية). - يسجل الزمن في الخمس دورات لأقرب (٠.١ ثانية).
الإخراج:	

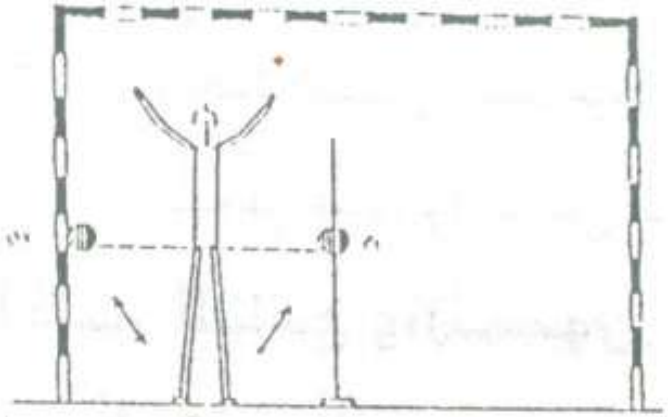
٢- اختبار سرعة الدفاع بالذراع جانباً عالياً (مرة يمين وأخرى يسار).

الغرض من الاختبار:	قياس السرعة الحركية للذراع اليمنى (سرعة حركة الذراع اليمنى جانباً عالياً)
الأدوات:	- مرمى كرة يد. - قائم جهاز وثب. - ساعة إيقاف. - صفارة. - ٣ كرة يد. - ٣ شبكة لحمل الكرة.
التخطيط وتوزيع الأدوات:	كما بالشكل، مع مراعاة أن تثبت الكرتين (١) و(٣) على القوائم فوق الكتف على الجانب الأيمن والأيسر وعلى بعد ذراع منه، وتثبت الكرة (٢) في العارضة أعلى رأس الحارس.
طريقة الأداء:	- يقف الحارس في وضع الاستعداد على خط المرمى داخل المرمى بحيث تكون اليدين ملامستين للكرة (٢). - عند إعطاء (صفارة) يقوم الحارس بتحريك الذراع اليمنى جانباً عالياً للمس الكرة (١) المثبتة على العارضة ثم العودة لوضع الاستعداد ولمس الكرة (٢) باليدين. - يقوم الحارس بتحريك الذراع اليسرى جانباً عالياً للمس الكرة (٣) المثبتة على العارضة ثم العودة لوضع الاستعداد ولمس الكرة (٢) باليدين؛ والتكرار.
شروط الأداء:	- يجب لمس الكرة (١) و(٣) بالذراع أثناء الأداء. - يجب لمس الكرة (٢) باليدين أثناء الأداء. - تظل القدمان ملامستين للأرض أثناء الأداء. - لكل حارس محاولة واحدة. - الاحتفاظ بوضع الاستعداد أثناء الأداء. - يستمر الأداء لمدة (٢٠) ثانية.
التسجيل:	- وحدة القياس (عدد مرات الأداء). - يسجل عدد مرات لمس الكرتين (١) و(٣) خلال (٢٠) ثانية.
الإخراج:	

٣- اختبار سرعة الدفاع بالذراعين عالياً.

الغرض من الاختبار:	قياس السرعة الحركية للذراعين.
الأدوات:	- حائط. - ١ كرة يد. - ١ شبكة لحمل الكرة. - ساعة إيقاف. - صفارة.
التخطيط وتوزيع الأدوات:	كما بالشكل، مع مراعاة أن تثبت الكرة عالياً عند أقصى مسافة عندما يرفع الحارس ذراعيه عالياً.
طريقة الأداء:	- يقف الحارس في وضع الاستعداد والذراعين ملامستين للكرة عالياً. - عند إعطاء (صفارة) تتحرك الذراعان جانباً أسفل للمس الفخذين ثم رفع الذراعين عالياً للمس الكرة التكرار.
شروط الأداء:	- يظل ظهر الحارس ملامساً للحائط أثناء الأداء. - تظل القدمان ملامستين للأرض أثناء الأداء. - يجب لمس الكرة أثناء الأداء. - لكل حارس محاولة واحدة. - يستمر الأداء لمدة (٢٠) ثانية.
التسجيل:	- وحدة القياس (عدد مرات الأداء). - يسجل عدد مرات لمس الكرة خلال (٢٠) ثانية.
الإخراج:	

٤- اختبار سرعة الدفاع بالقدم على كرة مثبتة في القائم (مرة يمين وأخرى يسار).

الغرض من الاختبار:	قياس السرعة الحركية للرجلين. قياس تحمل عضلات الرجلين.
الأدوات:	- مرمى كرة يد. - قائم جهاز وثب. - ٢ كرة يد. - ساعة إيقاف. - صفارة. - ٢ شبكة لحمل الكرة.
التخطيط وتوزيع الأدوات:	كما بالشكل، مع مراعاة أن تثبت الكرة (١) و(٢) على القوائم في مستوى وسط الحارس على الجانب الأيمن والأيسر وعلى بعد رجل عند رفعها جانبا
طريقة الأداء:	- يتخذ الحارس وضع الاستعداد على خط المرمى داخل المرمى. - عند إعطاء (صفارة) يقوم الحارس برفع الرجل اليمنى جانبا عاليا للمس الكرة (١) ثم العودة لوضع الاستعداد ورفع الرجل اليسرى جانبا عاليا للمس الكرة (٢) ثم العودة لوضع الاستعداد والتكرار.
شروط الأداء:	- يجب لمس الكرة بالرجل أثناء الأداء. - الوصول لوضع الاستعداد بعد لمس الكرة. - عدم تحريك القدم الثابتة أثناء الأداء. - لكل حارس محاولة واحدة. - يستمر الأداء لمدة (٢٠) ثانية.
التسجيل:	- وحدة القياس (عدد مرات الأداء). - يسجل عدد مرات لمس الكرتين (١) و(٢) خلال (٢٠) ثانية.
الإخراج:	

اختبار مهارات حارس المرمى لمبتدئي كرة الماء

١- مهارة الوقوف فى الماء بالوضع المرتفع نسبيا

يمسك حارس المرمى بلوح خشبى بحيث يكون راسيا على سطح الماء، ثم يستخدم ضربات الرجلين (التدويس) ويدفع لوح الخشب متحركا للامام بطول الحمام ويجب ارتفاع المقعدة عن سطح الماء مع الاحتفاظ بالرأس عاليا.

٢- مهارة الوقوف فى الماء (التدويس) من التحرك الجانبى

يبدأ حارس المرمى حركة التدويس من أحد جانبي المرمى مستهدفا التحرك جانبا إلى القائم الآخر ثم لمس قمة المرمى مع التكرار لعشر مرات مع مرعات عدم وضع اليدين أو لمس سطح الماء أثناء الأداء .

٣- مهارة الصد للكرات التى فى متناول اليد

يتم تسديد عشر تصويبات متتالية سريعة على حارس المرمى بحيث تكون التصويبات فى مستوى الصدر مع مراعاة إعطاء حارس المرمى الوقت الكافي لإسقاط الكرة وتميرها بسرعة خارج منطقة المرمى.

٤- مهارة السباحة السريعة وسرعة ارتداد الكرة

يقف الحارسين بجوار بعضهما ليستقبلا تمريرة من أحد اللاعبين تأتي فوق الرأس وخلفهما ثم يحاولا الاستحواذ على الكرة تنافسيا بينهما مع سرعة التمير عقب استلام الكرة.

٥- مهارة صد التصويبات الجانبية مع الهجوم المعاكس

يصوب على حارس المرمى خمس تصويبات من الجانب الأيمن وخمس من الجانب الأيسر مع محاولة الحارس صد الكرات وسرعة التمير المعاكس لأبعد مسافة ممكنة تجاه مرمى المنافس.

٦- مهارة الصد بالرأس

يتولى اللاعب القائم بالتصويب توجيه تصويبات سهلة التناول بجهة الرأس مع مراعات التركيز بالبصر على الكرة وليس على حركات الخداع وعدم غلق العينين.

٧- مهارة صد التصويبات الساقطة

٨- مهارة سرعة رد الفعل خارج الماء

يتم فى حجرة يمكن التحكم فى إضائتها حيث يقف المدرب ممسكا بالكرة بجانب مفتاح الإضاءة بينما يقف حارس المرمى على بعد ٥م ويقوم المدرب بتمرير الكرة مع غلق الإضاءة فى نفس الوقت ويبدل الحارس كل جهده لصد تلك التمريرات .

مرفق (٤)

مقياس الأسلوب المعرفي (الثبات مقابل الصقل)

مقياس الأسلوب المعرفي (الثبات مقابل الصقل)

بعد اطلاع الباحث على العديد من المقاييس التي تقيس الفروق الفردية الموجودة بين الأفرد في المجال المعرفي ، وقع اختيار الباحثة على الأسلوب المعرفي (الثبات مقابل الصقل) الذي أعده / نغم حاتم حميد (٢٠١٢) ويتكون هذا المقياس من (٣٨) فقرة حيث صيغت عبارات هذا المقياس على شكل موقف ذي بديلين أحدهما يمثل بعد الثبات والآخر يمثل بعد الصقل ، وعلى المستجيب اختيار أحدهما الأكثر احتمالاً، لهذا فقد أعدت عبارات هذا المقياس على شكل موقف اختياري إجباري تجبر المستجيب على أظهره بعدي الأسلوب المعرفي بشكل واضح ، إذ أن الفرد إذا استخدم بعداً "معرفياً" معيناً فانه سوف يستثني البعد الآخر وان الدرجة تعطى للمستجيب على أساس اختياره لأي بديل ، فالبديل يشير إلى بعد الصقل يعطى له درجتان (٢) والبديل الذي يشير إلى بعد الثبات يعطى له درجة واحدة (١) وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للعبارات ما بين (٣٨-٧٦) درجة وبمتوسط نظري (٥١) درجة وكلما ارتفعت الدرجة على هذا المقياس اتجهت نحو الصقل وكلما قلت الدرجة اتجهت نحو الثبات. وقد قام الباحث بإجراء المعاملات العلمية اللازمة لتطبيق المقياس على العينة المستخدمة.

م	العبارات	الاختيار	الأسلوب المعرفي
١	عندما أقرأ أي كتاب يهمني فأني أفضل:	١. الاستمرار في القراءة. ٢. التركيز في القراءة.	(ث) (ص)
٢	عندما أقرأ كتابا ما فإن فهمي واستيعابي له يكون:	١. بقدر قليل. ٢. بقدر كبير.	(ث) (ص)
٣	تستهويني الأفكار:	١. المألوفة ٢. الجديدة	(ث) (ص)
٤	عندما اسمع خبرا "معينا" فأني	١. اكتفي بسماع الخبر. ٢. أرغب بمعرفة تفصيلاته	(ث) (ص)
٥	عندما أقوم بعمل ما فأني أنتجه:	١. بأدنى مستوى ٢. بأقصى مستوى.	(ث) (ص)
٦	يتسم انجازي لأعمالي الخاصة ب :	١. السرعة في انجازها ٢. محاولة تحديد السبل التي تساعدني في انجازها	(ث) (ص)
٧	عندما اخلد إلى النوم فأني:	١. استرخي في نوم هادىءدون الخوض بمراجعة الأحداث. ٢. أحاول استرجاع أحداث اليوم الذي مررت به	(ث) (ص)
٨	عند مواجهتي للمواقف الحياتية فأني استطيع توظيف المعلومات عن تلك المواقف بشكل:	١. ضعيف ٢. مميز	(ث) (ص)
٩	يطلق على طلاب صفي بأني:	١. غير متعاون ٢. متعاون	(ث) (ص)
١٠	تعاملني مع مواقف الحياة:	١. متصلب ٢. مرن	(ث) (ص)
١١	عندما تواجهني مشكلة غير متوقعة في الكلية :	١. اقلق ولا استطيع حلها في الغالب ٢. أتمكن من إيجاد أكثر من حل لها	(ث) (ص)
١٢	اقدر على معالجة المشكلات الجديدة غير المألوفة:	١. بأول حل يطرأ على ذهني ٢. بحذر وتأتي قبل أن أقرر الحل المناسب	(ث) (ص)
١٣	احل مشكلاتي بمستوى:	١. اقل من المهارة والانجاز ٢. عال من المهارة والانجاز	(ث) (ص)
١٤	إذا طلب مني تأليف قصة ذات معنى من مجموعة من الصور غير الواضحة وغير المنظمة	١. أجد صعوبة كبيرة في تكوين مثل هذه القصص ٢. تستهويني مثل هذه الأعمال وأبدع فيها	(ث) (ص)
١٥	عندما أكلف بعمل مدرسي فأني أفضل الأعمال:	١. التي أعتدت القيام بها ٢. الجديدة المبتكرة	(ث) (ص)
١٦	عند تعرضي لأحداث متباينة:	١. فإن قدرتي على التمييز بينها ضعيفة ٢. فأني قادر على التمييز بينها	(ث) (ص)
١٧	عندما يقدم المدرس أفكار " معقدة أو متناقضة أثناء الشرح فأني:	١. أجد صعوبة في التفريق بينها وفهمها ٢. يسهل علي التفريق بينها وفهمها	(ث) (ص)
١٨	إذا شككت في أمر ما فأني:	١. أكون قلقا" ومربكا" ٢. أقوم بالتفكير به مجددا"	(ث) (ص)
١٩	إذا واجهتني جملة صعبة لا افهمها أثناء المطالعة: فأني:	١. اترك حلها لغيري. ٢. أحاول الرجوع إلى كتب أخرى تساعدني في فهمها	(ث) (ص)
٢٠	عند الإجابة عن الأسئلة ذات الاختيار من متعدد	١. أؤمن البديل الصحيح	(ث)

فأنني:	٢. أفكر في البديل قبل اختياره	(ص)	
٢١.	عندما يحدث شيء طارئ أثناء استعدادي للامتحانات وأثر على جدول المذاكرة	١. أضجر ولا أستطيع تغييره ٢. أغير جدولي ليناسب ما طرأ من أحداث	(ث) (ص)
٢٢.	عند مواجهتي لأحداث عديدة في حياتي اليومية فأني:	١. غير قادر على التكيف معها ٢. قادر على التكيف معها	(ث) (ص)
٢٣.	عندما يطلب مني استيعاب موضوعاً ما:	١. انتباهي نحوه يكون مشتتاً ٢. انتباهي نحوه يكون مركّزاً	(ث) (ص)
٢٤.	إذا طلب مني اختيار عمل فأني أفضل العمل الذي يتطلب:	١. السرعة والسهولة ٢. التعقيد والمهارة	(ث) (ص)
٢٥.	عند مواجهتي لمواقف الحياة فأني:	١. لا أتحمل غموضها ٢. أتحمل غموضها	(ث) (ص)
٢٦.	يتسم أداء مهامي بخاصية:	١. الاعتماد على الآخرين ٢. الاستقلال عن الآخرين	(ث) (ص)
٢٧.	أود أن تجري حياتي	١. على وتيرة واحدة ٢. بشيء من التنوع	(ث) (ص)
٢٨.	عند الانتهاء من الإجابة في الامتحانات فأني:	١. اسلم ورقة الإجابة إلى المدرس بعد الانتهاء من إجابتي ٢. أراجع الإجابة ثانية للتأكد من صحتها	(ث) (ص)
٢٩.	عندما أتوقع أمر أو أفاجئ بأمر جديدة فأني أكون:	١. غير قادر على تغيير توقعاتي ٢. قادر على تغيير توقعاتي	(ث) (ص)
٣٠.	عندما أقابل شخصاً لأول مرة فأني:	١. لا انسجم معه بسهولة ٢. انسجم معه بسهولة	(ث) (ص)
٣١.	عندما أريد أن اتخذ قرار فأني:	١. لا أخذ بعين الاعتبار التغبي ارت التي ستواجهني ٢. أخذ بعين الاعتبار التغبي ارت التي ستواجهني	(ث) (ص)
٣٢.	أن اختياري لتخصص اللعبة تم على أساس:	١. تأثري بالآخرين ٢. قناعاتي الشخصية	(ث) (ص)
٣٣.	عندما أقدم على معالجة أمر ما فأني:	١. أجد صعوبة في التعرف على التفاصيل ٢. انتبه للاختلافات الدقيقة فيها	(ث) (ص)
٣٤.	عند مواجهتي لمعوقات تحول دون تحقيق أهدافي فأني:	١. استسلم لتلك المعوقات ٢. أتغلب عليها	(ث) (ص)
٣٥.	١. شديداً دون التحقق من مدى صحة المعلومات ٢. استجيب لهذه المعلومات بعد التحقق من صحتها	(ث) (ص)	
٣٦.	عند قرأتني لدروسي فأني أكثر مما استرجعه:	١. يذهب طي النسيان ٢. يخزن في ذاكرتي	(ث) (ص)
٣٧.	طموحاتي لانجازاتي في الحياة هي:	١. ليست على مستوى عالٍ ٢. على مستوى عالٍ	(ث) (ص)
٣٨.	إذا اكتشفت أن مفتاح دولابي الخاص مفقود فأني:	١. أحاول كسر الباب حالاً ٢. أبحث عن طريقة مناسبة	(ث) (ص)

مرفق (٥)

الوحدات التعليمية بأسلوب للتعلم بالانتقان

الوحدات التعليمية بأسلوب التعلم بالاتقان

الأسبوع :	الأول	رقم الوحدة : (١)	الهدف المهاري:	الاجزاء	الادوات
	تعليم وقفة الاستعداد لحارس المرمى	الزمن :	٦٠ دقيقة		
				المحتوى	
	٥ق			الإحماء	<ul style="list-style-type: none"> - استمارة - الغياب - صفاره - ملعب - كرة اليد
	١٠ق			الإعداد البدني	<ul style="list-style-type: none"> - صفاره - ملعب - كرة اليد
	١٠ق			مشاهدة	حاسب الي
	٢٠ق			الجزء الرئيسي	ملعب كرة اليد
	٥ق			الختام	ملعب كرة يد

الإصطفاف وتنظيم الحضور.
 - لعبة صغيرة (لعبة المطاردة بالاسم)
 مطارد واحد - الشخص الذي يلمس من قبل المطارد يقف ويرفع يده وينادى
 أسمه بصوت عالي مسموع وبقية الطلاب الوقوف مباشرة لحظة لمس
 زميلهم والاستماع إليه وإعادة ما قاله وبعد ذلك يستمر اللعب حيث يصبح
 الملموس هو المطارد الجديد في اللعب مع مراعاة عدم استخدام ملعب كبير .

- (وقوف أماماً) العدو ٢٠متر.
 - (وقوف فتحاً. الذراعان أماماً) ثني الجذع أماماً أسفل.
 - (وقوف أماماً) الجري الزجراجي بين الأقماع.
 - (رقود. الذراعان خلف الرأس تشبيك) ثني الجذع أماماً.
 - (وقوف أماماً) الجري ١.٣٠ ق بأقصى سرعة.

مشاهدة الوحدة وملفات الفيديو التعليمية للجزء الخاص بوقفة الاستعداد وشكل
 الجسم الصحيح باستخدام الحاسب الالى .

أستخدام أسلوب التعلم بالاتقان لتعلم مهارة وقفة الأستعداد :
 طريقة الأداء :
 ١- تثبيت الرأس مع الميل قليلاً للأمام (النظر في أتجاه الكرة
 وكف يد للاعب الماسك للكرة) .
 ٢- المرفقين مثنيين وبعيدا عن الجسم .
 ٣- الكفين مفتوحتين ومرتخيين وفي أرتفاع مستوى الصدر.
 ٤- القدميين تشير للأمام ومتباعدتان باتساع الحوض مع ثنى
 خفيف في الركبتين.



٥- مركز ثقل الجسم موزع على القدمين.
 ٦- من الوقوف في حاله الثبات يقوم المدرب باعطاء الاشارة
 فيقوم المبتدء بالوقوف في وضع الاستعداد،ثم الوقوف العادى وعند
 سماع الاشارة يكرر الاداء.
 ٧- يجري المبتدء في المكان وعند سماع الاشارة يقف وقفه
 الاستعداد .
 *يقوم المدرب بتصحيح الاخطاء وتعديل اوضاع الجسم للمبتدئين
 مع كل تدريب يتم اداء حتي الالية والاتقان .

- عمل مرجحات عمودية.
 - الجرى الخفيف حول ملعب كرة اليد.

	رقم الوحدة : (٢)	الأول	الأسبوع :
	الزمن : ٦٠ دقيقة	تعليم وقفة الاستعداد والتحركات الدفاعية لحارس المرمى.	الهدف المهاري :
الأدوات	المحتوي		الأجزاء
- استمارة الغياب - صفاره - ملعب كرة اليد	-الإصطفاف وتنظيم الحضور. - الجري (٢) دقائق في الإتجاهات الأربعة - (وقوف فتحاً. الذراعان أماماً) ثني الجذع أماماً أسفل		الإحماء ٥ق
- صفاره - ملعب كرة اليد -أقماع	- (وقوف أماماً) العدو ٢٠متر. - (وقوف فتحاً الظهر مواجهه اليدان متشابكتان عالياً) تبادل ثني الجذع أماماً أسفل - (وقوف أماماً) الجري الزجراجي بين الأقماع. - (رقود. الذراعان خلف الرأس تشبيك) ثني الجذع أماماً. - (إنبطاح مائل) ثني ومد الذراعين		الإعداد البدني ١٠ق
حاسب الي	مشاهدة الوحدة وملفات الفيديو التعليمية للجزء الخاص بوقفة الاستعداد وبعض التحركات الدفاعية باستخدام الحاسب الالي .		مشاهدة ١٠ق
ملعب كرة اليد	<p>أستخدام التعلم بالاتقان لتعلم مهارة وقفة الأستعداد والتحركات الدفاعية طريقة الأداء :</p> <p>١-يقف حارس المرمى فى وضع الأستعداد على خط المرمى داخل المرمى بحيث يكون أحدي الذراعين ملامس للقائم .</p> <p>٢-عند إعطاء صافره يقوم حارس المرمى بالتحرك جانبا للعارضة المواجهه ثم العودة ويكرر ويجب لمس العارضة فى كل مرة .</p> <p>٣-يكون التحرك على شكل نصف قوس.</p> <p>٤- من الجري أماما وعند اعطاء الاشارة يقوم الطالب بعمل وقفه الاستعداد.</p> <p>٥- يقف الطالب المدافع وقفه الاستعداد عند نقطه التقاط خط المرمي مع خط منطقه المرمي : ويجري الطالب جريا جانبيا علي امتداد القوس (خط منطقه المرمي) حتي الوصول الي نقطه التقائه بخط المرمي .</p> <p>٦- حركه نصف قوسيه أمام الهدف مع تحسس اعمره المرمي .</p>		الجزء الرئيسي ٢٠ق
ملعب كرة اليد	- الجري الخفيف حول ملعب كرة اليد. - عمل مرجحات عمودية.		الختام ٥ق

الأسبوع :	الثاني	رقم الوحدة : (٣)	
الهدف المهاري :	التأكد من إتقان تعليم وقفة الاستعداد والتحرركات الدفاعية لحارس المرمي.	الزمن :	٦٠ دقيقة
الأجزاء	المحتوى	الأدوات	
الإحماء	٥٥ق -الإصطفاف وتنظيم الحضور. - وقوف الجري حول الملعب . - لعبة صغيرة (انقاذ الممسوك) صيادين اثنين ، على الطلاب المطاردين عمل نفق من خلال الوقوف على أربع ، يتم إنقاذ الطالب الممسوك من خلال زحف زميله من النفق الموجود بدون ملامسته وبالتالي يكون حراً.	- استمارة - الغياب - صفاره - ملعب كرة اليد	
الإعداد البدني	١٠ق - (وقوف) الجري لمسافة ١٥ م فى سباق. - (وقوف) الحبل أماماً على قدم واحدة. - (وقوف) ثنى الركبتين نصفاً والثبات . - (وقوف) الجري المكوكي بين الأقماع. - (وقوف) ثبات الوسط لف الجذع يميناً ويساراً.	- صفاره - ملعب كرة اليد -أقماع	
مشاهدة	١٠ق مشاهدة الوحدة وملفات الفيديو التعليمية للجزء الخاص بوقفة الاستعداد والتحرركات الدفاعية لتأكيد إتقان المهارتين لحارس المرمي باستخدام الحاسب الالى .	حاسب الي	
الجزء الرئيسي	٢٠ق أستخدام أ التعلم بالاتقان لتعلم مهارة وقفة الأستعداد والتحرركات الدفاعية: ١- الوثب فى المكان وعند سماع الاشاره يقف وقفه الاستعداد ٢- حركه نصف قوسيه أمام الهدف ومع سماع الاشاره يقف وقفه الاستعداد. ٣- حركه نصف قوسيه أمام الهدف مع لمس اعمدة المرمي يميناً ويساراً. ٤- نفس التمرين السابق بحيث يكون الحارس معصوب العينين. ٤- القفز المزدوج من فوق الكرات الطبيه. ٥- القفز المزدوج داخل دوائر مرسومه علي عرض المرمي (٥٠ سم).	- ملعب كرة اليد - كرات طبية - مرمي كرة يد	
الختام	٥٥ق - الجرى الخفيف حول ملعب كرة اليد . - عمل مرجحات عمودية.	ملعب كرة اليد	

الأسبوع :		الثاني	
الهدف المهاري:		تعليم الدفاع بالذراع لحارس المرمى.	
رقم الوحدة : (٤)		الزمن : ٦٠ دقيقة	
الأجزاء	الوقت	المحتوى	الأدوات
الإحماء	٥ق	الإصطاف وتنظيم الحضور. - (وقوف) الجري حول الملعب - لعبة صغيرة (رحلة بين المرميين) يقف الطلاب داخل منطقة المرمى ويحدد صياد خارج المرمى في الملعب والمهمة هي التحرك من منطقة المرمى الى منطقة المرمى الأخرى والصياد يصطاد الواحد تلو الآخر ويحواله الى صياد ويستمر اللعب .	- دفتر - الغياب - صفاره - ملعب كرة اليد
الإعداد البدني	١٠ق	- (وقوف) الحجل على قدم واحدة. - (وقوف) الوقوف على قدم واحدة . - (وقوف) الجري للدوران حول صولجان والرجوع. - (وقوف) الوثب من فوق أقدم الزميل . - (وقوف) عمل دوران من مفصل الحوض.	- صفاره - ملعب كرة اليد - صولجان
مشاهدة	١٠ق	مشاهدة الوحدة وملفات الفيديو التعليمية للجزء الخاصة بتعليم الدفاع بالذراع لحارس المرمى باستخدام الحاسب الالى .	حاسب الي
الجزء الرئيسي	٢٠ق	أستخدام التعلم بالالتقان لتعلم مهارة الدفاع بالذراع لحارس المرمى: ١- يقف الحارس فى وضع الاستعداد على خط المرمى داخل المرمى بحيث تكون اليدان ملامستين لكرة مثبتة. ٢- عند إعطاء صافرة يقوم حارس المرمى بتحريك الذراع اليمنى جانبا للمس الكرة المثبتة بمستوى الكتف على العارضة ثم العودة لوضع الاستعداد ولمس الكرة باليدين ، تكرر الاداء باستمرار. ٣- عند إعطاء صافرة يقوم حارس المرمى بتحريك الذراع اليسرى جانبا للمس الكرة المثبتة بمستوى الكتف على العارضة ثم العودة لوضع الاستعداد ولمس الكرة باليدين، تكرر الاداء. ٤- يقف الحارس فى وضع الاستعداد فى منتصف خط المرمى وعند إعطاء صافرة يقوم باخذ خطوة لليمين ولمس الكرة المعلقة بمستوى الكتف. ٥- يقف الحارس فى وضع الاستعداد فى منتصف خط المرمى وعند إعطاء صافرة يقوم باخذ خطوة لليمين ولمس الكرة المعلقة بمستوى الكتف.	-ملاعب كرة اليد - مرمى كرة اليد - كرات يد لتثبيتها بالمرمى
الختام	٥ق	- الجري الخفيف حول ملعب كرة اليد . - عمل مرجحات عمودية.	-ملاعب كرة اليد

الأسبوع :		الثالث	رقم الوحدة : (٥)
الهدف : المهاري :		تعليم الدفاع بالذراعين مع لحارس المرمي.	الزمن : ٦٠ دقيقة
الأجزاء	المحتوى	الأدوات	
الإحماء	٥ق	-الإصطفاف وتنظيم الحضور. (وقوف) الوثب فتحاً مع رفع الذراعين جانباً أسفل ثم جانباً عالياً. - انبطاح مائل) فتح الرجلين وضمهما. - (وقوف) الجري الزجاجي بين الأقماع. - (وقوف) الجري في المكان دقيقة ونصف.	- دفتر - الغياب - صفاره - ملعب كرة - اليد
الإعداد البدني	١٠ق	- (وقوف) وثب بالقدمين ولمس الركبتين للصدر . - (الوقوف) الجري المكوكي لمسافة ٢٠ م على شكل سباق - (وقوف) الوثب بالقدمين لتعدية مانع. - (وقوف) ثني الجذع اماما جانبي خلفي.. - (انبطاح مائل) ثنى ومد الذراعين. - (وقوف) الوثب من فوق أقدام الزميل - (وقوف) عمل دوران من مفصل الحوض	- صفاره - ملعب كرة - اليد
مشاهدة	١٠ق	مشاهدة الوحدة وملفات الفيديو التعليمية للجزء الخاص بتعليم الدفاع بالذراعين معاً باستخدام الحاسب الالى .	حاسب الي
الجزء الرئيسي	٢٠ق	أستخدام أسلوب التعلم بالاتقان لتعلم مهارة الدفاع بالذراعين معاً: طريقة الأداء : ١- يقف الحارس في وضع الاستعداد على خط المرمى داخل المرمى بحيث تكون اليدين ملامستين للكرة . ٢- عند إعطاء صافرة يقوم حارس المرمى بتحريك الذراعين مفردتين جانبا عالياً للمس الكرة المثبتة على العارضة من الثبات واقفأرولمس الكرة باليدين مرة يميناً ومرة يساراً . ٣- عند إعطاء صافرة يقوم حارس المرمى بتحريك الذراعين مفردتين جانبا عالياً للمس الكرة المثبتة على القائم باخذ خطوة بالطعن لليمين مرة ولليسار مرة للمس الكرة المثبتة ثم مع مراعاة الرجوع لوضع الاستعداد في كل مرة . ٤- نفس التمرين السابق ولكن من الجري في المكان. ٥- يقوم المدرب بتصحيح الاخطاء باستمرار .	-ملاعب كرة - اليد - مرمي كرة - اليد - كرات يد - لتثبيتها - بالمرمي
الختام	٥ق	- الجري الخفيف داخل منطقة المرمى بحرية . - عمل مرجحات عمودية.	ملعب كرة يد

الأسبوع :	الثالث	رقم الوحدة : (٦)
الهدف المهاري :	التأكد من إتقان تعليم الدفاع بالذراع و بالذراعين معاً لحارس المرمي.	الزمن : ٦٠ دقيقة

الأجزاء	الرمز	المحتوي	الأدوات
الإحماء	٥ق	-الإصطفااف وتنظيم الحضور. لعبة صغيرة(لعبة التنطيط عكس الإشارة) كل لاعب معه كرة منتشرون في جميع أرجاء الملعب يقف المعلم ومعه صفارة أمام الطلاب وعند البدء يقوم المعلم مثلاً بالتصفير والإشارة بعده ناحية اليسار فيقوم اللاعب بالتنطيط ناحية اليمين واللاعب الذي يخطئ يستبعد وهكذا لبقية الاتجاهات وحتى يتبقى فائزاً واحداً .	- استمارة الغياب - صفاره - ملعب كرة اليد
الإعداد البدني	١٠ق	- (وقوف) الوثب فتحاً مع رفع الذراعين جانباً أسفل ثم جانباً عالياً. - (انبطاح مائل) فتح الرجلين وضمهما. - (وقوف) الجري الزجراجي بين الأقماع. - (وقوف) الجري في المكان دقيقة ونصف. - (وقوف) الجري حول ملعب كرة اليد. - (وقوف) دوائر لرسغ اليد في جميع الاتجاهات. - (وقوف) الوثب مع تباعد القدمين. - (وقوف) ميل الجذع للأمام مع القبض على المشطين	- صفاره - ملعب كرة اليد
مشاهدة	١٠ق	مشاهدة الوحدة وملفات الفيديو التعليمية للجزء الخاص إتقان تعليم الدفاع بالذراع و بالذراعين باستخدام الحاسب الالي .	حاسب الي
الجزء الرئيسي	٣٠ق	أستخدام أسلوب التعلم بالإتقان لتعلم مهارة المطلوبة : طريقة أداء التدريبات علي حائط : ١- يقف حارس المرمي في وضع الاستعداد والذراعين ملامستين الكرة عالياً . ٢- عند إعطاء صافرة يحرك حارس المرمي الذراعين جانباً أسفل للمس الفخذين ثم يرفع الذراعين عالياً للمس الكرة . ٣- يظل حارس المرمي ملامساً للحائط أثناء الاداء . ٤- تظل القدمان ملامستين للأرض . ٥- يجب لمس الكرة أثناء الأداء . ٦- من الجري في المكان يقوم الحارس بالطعن يميناً عند سماع الإشارة مع فرد الذراعين جانباً عالياً للمس الكرة المثبتة. ٧- نفس التمرين السابق ولليسار . ٨- التحرك بالجانب حول دائرة وعند سماع الإشارةيقوم الحارس بعمل دفاع جه اليمين بذراع واحدة وتكرار الاداء ومع الإشارة يقوم بعمل دفاع جة اليسار.	ملعب كرة اليد
الختام	٥ق	- مشي حول الملعب للتهدة العامة للجسم .	بدون

الأسبوع :	الهدف المهاري :	الاربع :	رقم الوحدة : (٧)	الزمن :	٦٠ دقيقة
الأجزاء	المحتوي	الأدوات			
الإحماء	٥ق	دفتري - الغياب - صفاره - ملعب كرة اليد			
الإعداد البدني	١٠ق	دفتري - صفاره - ملعب كرة اليد			
مشاهدة	١٠ق	حاسب الي			
الجزء الرئيسي	٢٠ق	ملعب كرة اليد - كرسي كرات يد			
الختام	٥ق	بدون			

الإصطفاف وتنظيم الحضور .

- (وقوف) الجري بخطوات واسعة .
- (وقوف) الوثب في المكان مرتين ثم الدوران في الهواء .
- (وقوف) الجري في المكان لمدة ١٠ ث .
- (وقوف) تبادل ثني الجذع أماماً .
- (إنبطاح) دفع الأرض بالكفين .

- (وقوف أماماً) العدو ٢٠متر .
- (وقوف فتحاً) الذراعان أماماً ثني الجذع أماماً أسفل .
- (وقوف أماماً) الجري الزجاجي بين الأقدام .
- (رقود) الذراعان خلف الرأس تشبيك) ثني الجذع أماماً .
- (وقوف أماماً) الجري ثلاث دقائق بأقصى سرعة .

مشاهدة الوحدة وملفات الفيديو التعليمية للجزء الخاص بدمج وقفة الاستعداد بالذراعين بالذراع والذراعين باستخدام الحاسب الالي .

استخدام أسلوب التعلم بالالتقان لتعلم مهارة المطلوبة :
١- يقف المبتدء وقفة الاستعداد ووجهه موجهة لحائط يقوم المدرب برمي الكرة في الحائط ،ثم يقوم الحارس وهو واقف وقفة الاستعداد بالذراع والذراعين علي حسب ارتداد الكرة من الحائط .

٢- من وضع الانبطاح يقوم المبتدء عند سماع الاشارة بالوقوف وقفه الاستعداد ثم صد الكرات المصوبة نحوه من زملاء الفريق بعد توجيه المدرب بالتصويب مرة يمين الحارس ومرة يسار .

٣- يوضع كرسي امام خط المرمي ويقوم الحارس بالجلوس عليا ويقوم صد الكرات المصوبة نحوه من زملاء الفريق بعد توجيه المدرب بالتصويب مرة يمين الحارس ومرة يسار .

٤- يقف الحارس وقفة الاستعداد بالمرمي وظهرة مواجهه زملاء المصوبين من علي خط ٧م وعند سماع الاشارة يقوم بالدوران وصد الكرات المصوبة يمينا ويسارا بتوجيهه المدرب .

٥- من وضع الرقود يقوم المبتدء عند سماع الاشارة بالوقوف وقفه الاستعداد ثم صد الكرات المصوبة نحوه من زملاء الفريق بعد توجيه المدرب بالتصويب مرة يمين الحارس ومرة يسار .

٦- وقوف الحارس بالمرمي ويقوم بصد الكرات المصوبة عليا يمينا ويسارا بشكل عشوائي من زملاء الذين يصوبون من علي منطقة ٩م .

عمل مرجحات عمودية.

الأسبوع :	الخامس	رقم الوحدة :	(٩)
الهدف المهاري :	تعليم الدفاع بالقدم يمين ويسار (الكرات المنخفضة) لحارس المرمى.	الزمن :	٦٠ دقيقة
الأجزاء	المحتوى	الأدوات	
الإحماء	٥٥ -الإصطفاف وتنظيم الحضور . -وقوف)الجري حول الملعب لعبة صغيرة (الكرة بندوق الساعة) يقف الطلاب في شكل حر في جميع أنحاء الملعب ومع كل طالب كرة يقوم كل منهم بالوقوف فتحا ممسكا بالكرة باليدين ثم تثنى الجرع أمام أسفل ثم تحريك الذراعين بالكرة على اليمين واليسار في حركة تبادلية تشبه بندوق الساعة ويستبعد من تسقط كرته .	- دفتر - الغياب - صفاره - ملعب كرة اليد	
الإعداد البدني	١٠ - (وقوف) الجري الزجراجي بين النقط أو الأقماع. - (وقوف)الوثب عاليا ثم العدو(٣-٥)م بمجرد لمس الأرض . - انبطاح مائل) تثنى ومد الذراعين (قوة). - (وقوف امام حائط) رمي واستقبال كرات علي الحائط باليد اليمنى واليسرى. - (وقوف) الوصول بالجذع لأقصى مدى أماماً أسفل (مرونة).	- صفاره - ملعب كرة اليد	
مشاهدة	١٠ مشاهدة الوحدة وملفات الفيديو التعليمية للجزء الخاص بالقدم يمين ويسار (الكرات المنخفضة) باستخدام الحاسب الالى .	حاسب الي	
الجزء الرئيسي	٢٠ استخدام أسلوب التعلم بالالتقان لتعلم مهارة سرعة الدفاع بالقدم على كرة مثبتة في القائم : طريقة الأداء : ١- يتخذ حارس المرمى وضع الاستعداد على خط المرمى داخل المرمى . ٢- عند إعطاء صافرة يقوم حارس المرمى برفع الرجل اليمنى جانبا ٣- للمس الكرة ثم العودة لوضع الاستعداد ثم يرفع الرجل اليسرى جانبا (الكرات المنخفضة)للمس الكرة ثم العودة لوضع الاستعداد . ٤- يجب لمس الكرة بالرجل أثناء الاداء . ٥- الوصول لوضع الاستعداد بعد لمس الكرة . ٦- عدم تحريك القدم الثابتة أثناء الاداء . *يتم تصحيح الاخطاء باستمرار ومعالجة الاخطاء.	ملعب كرة اليد	
الختام	٥٥ - مشي حول الملعب للتهنئة العامة للجسم .	بدون	

الأسبوع :	الخامس	رقم الوحدة : (١٠)	
الهدف المهارى :	تعليم الدفاع بالقدم (للكرات متوسطة الارتفاع) لحارس المرمى.	الزمن :	٦٠ دقيقة
الأجزاء	المحتوى	الأدوات	
الإحماء	٥ق -الإصطفاف وتنظيم الحضور. (وقوف)الجري حول الملعب	- دفتر الغياب - صفاره - ملعب كرة اليد	
الإعداد البدني	١٠ق -(وقوف) الجرى المكوكي لمسافة ٢٠م. -(وقوف) الجرى حول الملعب لمدة ٢ق . -(وقوف) الوثب فتحاً مع رفع الذراعين جانباً . -(إنبطاح جانبي) الزحف على الجانب بين الموانع. -(وقوف) تباعد القدمين لأقصى مدى.	- صفاره - ملعب كرة اليد	
مشاهدة	١٠ق مشاهدة الوحدة وملفات الفيديو التعليمية للجزء الخاص بالدفاع بالقدم (للكرات متوسطة الارتفاع) باستخدام الحاسب الالى .	حاسب الي	
الجزء الرئيسي	٣٠ق استخدام أسلوب التعلم بالالتقان لتعلم مهارة سرعة الدفاع بالقدم متوسطة الارتفاع الدفاع على كرة مثبتة القائم : طريقة الأداء : ١- يتخذ حارس المرمى وضع الاستعداد على خط المرمى داخل المرمى . ٢- عند إعطاء صافرة يقوم حارس المرمى برفع الرجل اليمنى جانبا بارتفاع متوسط. ٣- للمس الكرة ثم العودة لوضع الاستعداد ثم يرفع الرجل اليسرى جانبا المتوسطة الارتفاع للمس الكرة ثم العودة لوضع الاستعداد . ٤- يجب لمس الكرة بالرجل أثناء الاداء . ٥- الوصول لوضع الاستعداد بعد لمس الكرة . ٦- عدم تحريك القدم الثابتة أثناء الاداء . *يتم تصحيح الاخطاء باستمرار ومعالجة الاخطاء.	ملعب كرة اليد	
الختام	٥ق - مشي حول الملعب للتهنئة العامة للجسم .	بدون	

الأسبوع :	السادس	رقم الوحدة : (١١)	
الهدف: المهاري:	التأكد من إتقان الدفاع بالقدم (للكرات منخفضة ومتوسطة الارتفاع) لحارس المرمى.	الزمن :	٦٠ دقيقة
الأجزاء	المرحلة	وي	الأدوات
الإحماء	٥ق	-الإصطفاف وتنظيم الحضور. لعبة صغيرة(دائرة الخداع) يقف الطلاب على شكل دائرة والأيدي متشابكة خلف الظهر ويوجد طالب في المنتصف ومعه كرة ويقوم بالتمويه والخداع بالكرة لتميرها لأحدهم ويستبعد الذي يفك يديه من خلف ظهره ولم تمرر له الكرة كما يستبعد الذي لا يقدر على استلام الكرة أو تسقط منه على الأرض	- دفتر - الغياب - صفاره - ملعب كرة اليد
الإعداد البني	١٠ق	- (وقوف) سباق المطاردة لمسافة ٣٠ م . - (وقوف) الوثب العمودي في المكان . - (إنبطاح مائل) ثنى ومد الذراعين . - (وقوف) الجري الزجراجي بين العلامات . - (وقوف فتحة) ثنى الجذع أماماً أسفل لأقصى مدى .	- صفاره - ملعب كرة اليد
مشاهدة	١٠ق	مشاهدة الوحدة وملفات الفيديو التعليمية للجزء الخاص بالتأكد من إتقان الدفاع بالقدم (للكرات منخفضة ومتوسطة الارتفاع) باستخدام الحاسب الالى .	حاسب الي
الجزء الرئيسي	٣٠ق	أستخدام أسلوب التعلم بالأتقان لتعلم مهارة المطلوبة : طريقة اداء التدريبات علي حائط : ١- يقف حارس المرمى في وضع الاستعداد. ٢- عند إعطاء صافرة يحرك حارس المرمى القدم جانبا أسفل للمس الكرة المثبتة مرة يمينا ومرة يسارا . ٣- يظل حارس المرمى ملامسا للحائط أثناء الاداء . ٤- تظل القدم الثابت ملامسة الارض حتي رجوع القدم الاخرىالوقوف وقفة الاستعداد ثم رفع القدم الاخرى للمس الكرة المثبتة بارتفاع منخفض. ٥- يجب لمس الكرة أثناء الأداء. ٦- من الجري في المكان يقوم الحارس بالدفاع بالقدم يمينا عند سماع الاشارة للمس الكرة المثبتة بارتفاع متوسط . ٧- نفس التمرين السابق ولليسار . ٨- التحرك بالجانب حول دائرة وعند سماع الاشارةيقوم الحارس بعمل دفاع بالقدم علي حسب اشارة المدرب للمس الكرة المثبتة سواء متوسطه الارتفاع اومنخفضة الارتفاع .	ملعب كرة اليد -كرات يد - حائط تعليمي
الختام	٥ق	المشي حول الملعب لغرض التهدئة.	بدون

الأسبوع :	السادس	رقم الوحدة : (١٢)	الهدف المهاري :
	تعليم الدفاع بالذراع والقدم (للكرات متوسطة الارتفاع) لحارس المرمى.	الزمن : ٦٠ دقيقة	
الأجزاء	الوقت	المحتوي	الأدوات
الإحماء	٥ق	-الإصطفاف وتنظيم الحضور. - وقوف الجري حول الملعب . لعبة صغيرة (انقاذ الممسوك) صيادين أثنين ، على الطلاب المطاردين عمل نفق من خلال الوقوف على أربع ، يتم إنقاذ الطالب الممسوك من خلال زحف زميله من النفق الموجود بدون ملامسته وبالتالي يكون حراً .	- دفتر - الغياب - صفاره - ملعب كرة اليد
الإعداد البدني	١٠ق	(وقوف) الجري لمسافة ١٥م فى سباق ٢- (وقوف) الحجل أماماً على قدم واحدة ٣- (وقوف) ثنى الركبتين نصفاً والثبات ٤- (وقوف) الجري المكوكي بين الاقماغ ٥- (وقوف) ثبات الوسط لف الجذع يمينا ويساراً	- صفاره - ملعب كرة اليد
مشاهدة	١٥ق	مشاهدة الوحدة وملفات الفيديو التعليمية للجزء الخاص تاكيد اتقان وقفة الاستعداد بالدفاع بالذراع والقدم باستخدام الحاسب الالى .	حاسب الي
الجزء الرئيسي	٢٠ق	أستخدام أسلوب التعلم بالاتقان لتعلم المهارة المطلوبة : ١- يقف المبتدىء وقفة الاستعداد ووجهه موجهة لحائط يقوم المدرب برمي الكرة في الحائط ،ثم يقوم الحارس وهو واقف وقفة الاستعداد بالدفاع الذراعين او بالقدم علي حسب ارتداد الكرة من الحائط . ٢- وقوف الحارس بالمرمي ويقوم بصد الكرات المصوبة عليا عاليا يمينا ويسارا بشكل عشوائي من زملاء الذين يصوبون من علي منطقة ٩م سواء الدفاع بالذراعين او بالقدم. ٣- يوضع كرسي امام خط المرمي ويقوم الحارس بالجلوس عليا ويقوم صد الكرات المصوبة نحوه من زملاء الفريق بعد توجيه المدرب بالتصويب مرة يمينا الحارس ومرة يسار . ٤- يقف الحارس وقفة الاستعداد بالمرمي وظهره مواجهه زملاء المصوبين من علي خط ٧م وعند سماع الاشارة يقوم بالدوران وصد الكرات المصوبة يمينا ويسارا بتوجيه المدرب . ٥- من وضع الرقود يقوم المبتدء عند سماع الاشارة بالوقوف وقفه الاستعداد ثم صد الكرات المصوبة نحوه من زملاء الفريق بعد توجيه المدرب بالتصويب مرة يمينا الحارس ومرة يسار . ٦- من وضع الانبطاح يقوم المبتدء عند سماع الاشارة بالوقوف وقفه الاستعداد ثم صد الكرات المصوبة نحوه من زملاء الفريق بعد توجيه المدرب بالتصويب مرة يمينا الحارس ومرة يسار .	ملعب كرة اليد
الختام	٥ق	تنطيط الكرة بامشي داخل منطقة المرمي.	كرات يد

الأسبوع :	السابع	رقم الوحدة : (١٣)	الهدف المهاري:
	تعليم الدفاع بالذراع والقدم (للكرات المنخفضة) لحارس المرمى.	الزمن : ٦٠ دقيقة	
الأجزاء	المحتوي	الأدوات	رقم
الإحصاء	٥٥	- الإصطفاف وتنظيم الحضور . - (وقوف) الجري بخطوات واسعة . - (وقوف) الوثب في المكان مرتين ثم الدوران في الهواء . - (وقوف) الجري في المكان لمدة ١٠ ث . - (وقوف) تبادل ثني الجذع أماماً . - (إنبطاح) دفع الأرض بالكفين .	- دفتر - الغياب - صفاره - ملعب كرة - اليد
الإعداد البدني	١٠	- (وقوف أماماً) العدو ٢٠ متر . - (وقوف فتحاً) الذراعان أماماً) ثني الجذع أماماً أسفل . - (وقوف أماماً) الجري الزجاجي بين الأقدام . - (رقود) الذراعان خلف الرأس تشبيك) ثني الجذع أماماً . - (وقوف أماماً) الجري ثلاث دقائق بأقصى سرعة .	- صفاره - ملعب كرة - اليد
مشاهدة	١٠	مشاهدة الوحدة وملفات الفيديو التعليمية للجزء الخاص بتعليم الدفاع بالذراع والقدم (للكرات المنخفضة) باستخدام الحاسب الالي .	حاسب الي
الجزء الرئيسي	٢٠	أستخدام أسلوب التعلم بالالتقان لتعلم مهارة المطلوبة : ١- يقف المبتدء وقفة الاستعداد ووجهه موجهة لحائط يقوم المدرب برمي الكرة في الحائط ،ثم يقوم الحارس وهو واقف وقفة الاستعداد بالدفاع بالذراع والقدم معا علي حسب ارتداد الكرة من الحائط . ٢- من وضع الانبطاح يقوم المبتدء عند سماع الاشارة بالوقوف وقفه الاستعداد ثم بالدفاع بالذراع والقدم معا نحوه من زملاء الفريق بعد توجيه المدرب بالتصويب مرة يمين الحارس ومرة يسار . ٣- الوقوف علي مقعد سويدي امام خط المرمي ويقوم الحارس بالوثب علي الارض ثم الدفاع بالقدم والذراع بعد توجيه المدرب بالتصويب مرة يمين الحارس ومرة يسار . ٤- يقف الحارس وقفة الاستعداد بالمرمي وظهرة مواجهه الزملاء المصوبين من علي خط ٧م وعند سماع الاشارة يقوم بالدوران وصد الكرات المصوبة يمينا ويسارا بتوجيه المدرب . ٥- من وضع الرقود يقوم المبتدء عند سماع الاشارة بالوقوف وقفه الاستعداد ثم صد الكرات المصوبة نحوه من زملاء الفريق بعد توجيه المدرب بالتصويب مرة يمين الحارس ومرة يسار . ٦- وقفوف الحارس بالمرمي ويقوم بصد الكرات المصوبة عليا عاليا يمينا ويسارا بشكل عشوائي من الزملاء الذين يصوبون من علي منطقة ٩م .	- ملعب - كرة - اليد - كرسي - كرات - يد
الختام	٥٥	عمل مرجحات عمودية.	بدون

الاسبوع :	السابع	رقم الوحدة : (١٤)	
الهدف المهاري:	التأكد من إتقان تعليم الدفاع بالذراع والقدم (للكرات المتوسطة والمنخفضة الارتفاع) لحارس المرمى.	الزمن :	٦٠ دقيقة
الأجزاء	رقم	المحتوي	الأدوات
الإحماء	٥ق	-الإصطفاف وتنظيم الحضور . - وقوف الجري حول الملعب . لعبة صغيرة (إنقاذ الممسوك) صيادين أثنين ، على الطلاب المطاردين عمل نفق من خلال الوقوف على أربع ، يتم إنقاذ الطالب الممسوك من خلال زحف زميله من النفق الموجود بدون ملامسته وبالتالي يكون حراً .	- دفتر - الغياب - صفاره - ملعب - كرة اليد
الإعداد البدني	١٠ق	(وقوف) الجري لمسافة ١٥م في سباق ٢- (وقوف) الحجل أماماً على قدم واحدة ٣- (وقوف) ثنى الركبتين نصفاً والثبات ٤- (وقوف) الجري المكوكي بين الأقماع ٥- (وقوف) ثبات الوسط لف الجذع يمينا ويساراً	- صفاره - ملعب - كرة اليد
مشاهدة	١٠ق	مشاهدة الوحدة وملفات الفيديو التعليمية للجزء الخاص بالتأكد من إتقان تعليم الدفاع بالذراع والقدم (للكرات المتوسطة والمنخفضة الارتفاع) باستخدام الحاسب الآلي .	حاسب الي
الجزء الرئيسي	٢٠ق	أستخدام أسلوب التعلم بالإتقان لتعلم المهارة المطلوبة : ١- يقف المبتدء وقفة الاستعداد ووجهه موجهة لحائط يقوم المدرب برمي الكرة في الحائط ،ثم يقوم الحارس وهو واقف وقفة الاستعداد بالدفاع بالذراع والقدم علي حسب ارتداد الكرة من الحائط . ٢- وقوف الحارس بالرمي ويقوم بصد الكرات المصوبة عليه بشكل عشوائي من زملاء الذين يصوبون من علي منطقة ٩م بذراع واحد بعمل طعن جانبي . ٣- يوضع كرسي امام خط المرمي ويقوم الحارس بالجلوس عليه ويقوم صد الكرات المصوبة نحوه من زملاء الفريق بعد توجيه المدرب بالتصويب مرة يمين الحارس ومرة يسار . ٤- يقف الحارس وقفة الاستعداد بالرمي وظهرة مواجهه زملاء المصوبين من علي خط ٧م وعند سماع الاشارة يقوم بالدوران وصد الكرات المصوبة يمينا ويسارا بتوجيهه المدرب . ٥- من وضع الرقود يقوم المبتدء عند سماع الاشارة بالوقوف وقفه الاستعداد ثم صد الكرات المصوبة نحوه من زملاء الفريق بعد توجيهه المدرب بالتصويب مرة يمين الحارس ومرة يسار . ٦- من وضع الانبطاح يقوم المبتدء عند سماع الاشارة بالوقوف وقفه الاستعداد ثم صد الكرات المصوبة نحوه من زملاء الفريق بعد توجيهه المدرب بالتصويب مرة يمين الحارس ومرة يسار .	ملعب كرة اليد
الختام	٥ق	تنطيط الكرة بامشي داخل منطقة المرمي.	كرات يد

الأسبوع :	الثامن	رقم الوحدة : (١٥)	الهدف المهاري:
	دمج و إتقان تعليم وقفة الاستعداد والدفاع بالذراع والقدم (للكرات المتوسطة والمنخفضة الارتفاع) لحارس المرمي.	الزمن : ٦٠ دقيقة	
الأجزاء	المحتوى	الأدوات	الزمن
الإحماء	الإصطفاف وتنظيم الحضور . - وقوف الجري حول الملعب . لعبة صغيرة (انقاذ الممسوك) صيادين أثنين ، على الطلاب المطاردين عمل نفق من خلال الوقوف على أربع ، يتم إنقاذ الطالب الممسوك من خلال زحف زميله من النفق الموجود بدون ملامسته وبالتالي يكون حرا .	- دفتر - الغياب - صفاره - ملعب - كرة اليد	٥٥
الإعداد البدني	(وقوف) الجري الارتدادى من خط المرمى الى خط ٦ م ثم خط ٩ م ثم الى خط الوسط بأقصى سرعة . (وقوف مسك كرة طيبة ٣ك) تبادل سحب الكرة من أعلى الرأس اماما . (وقوف . زوجى . مواجه الحائط على بعد ٧ م . مسك الكرة) يقوم كل لاعب بتمرير الكرة على الدائرة المرسومة على الحائط بحيث ترتد الى الزميل المجاور له . (وقوف مسك كرة طيبة ١ك مواجه الحائط) تبادل التمرير الكراجي.	- صفاره - ملعب - كرة اليد -كرات - طيبة	١٠
مشاهدة	مشاهدة الوحدة وملفات الفيديو التعليمية للجزء الخاص التأكد من إتقان تعليم الدفاع بالذراع والقدم (للكرات المتوسطة والمنخفضة الارتفاع) باستخدام الحاسب الالى .	حاسب الي	١٠
الجزء الرئيسي	أستخدام أسلوب التعلم بالإتقان لتعلم المهارة المطلوبة : ١- وقوف الحارس بالمرمي ويقوم بصد الكرات المصوبة عليه بشكل عشوائي من زملاء الذين يصوبون من علي منطقة ٩م بذراع واحد بعمل طعن جانبي . ٢- يوضع كرسي امام خط المرمي ويقوم الحارس بالجلوس عليه ويقوم صد الكرات المصوبة نحوه من زملاء الفريق بعد توجيه المدرب بالتصويب مرة يمين الحارس ومرة يسار . ٣- يقف الحارس وقفة الاستعداد بالمرمي وظهرة مواجهه زملاء المصوبين من علي خط ٧م وعند سماع الاشارة يقوم بالدوران وصد الكرات المصوبة يمينا ويسارا بتوجيهه المدرب . ٤- من وضع الرقود يقوم المبتدء عند سماع الاشارة بالوقوف وقفه الاستعداد ثم صد الكرات المصوبة نحوه من زملاء الفريق بعد توجيهه المدرب بالتصويب مرة يمين الحارس ومرة يسار . ٥- من وضع الانبطاح يقوم المبتدء عند سماع الاشارة بالوقوف وقفه الاستعداد ثم صد الكرات المصوبة نحوه من زملاء الفريق بعد توجيهه المدرب بالتصويب مرة يمين الحارس ومرة يسار .	ملعب كرة اليد	٢٠
الختام	الجري الخفيف حول ملعب كرة اليد . تنطيط الكرة بامشي داخل منطقة المرمي.	كرات يد	٥

الأسبوع :	الثامن	رقم الوحدة : (١٦)		
الهدف المهاري:	التأكد من إتقان تعليم وقفة الاستعداد والدفاع بالذراع والقدم (للكرات المتوسطة والمنخفضة الارتفاع) لحارس المرمي.	الزمن :	٦٠ دقيقة	
الأجزاء	المحتوي	الأدوات		
الإحماء	٥ق	الإصطفاف وتنظيم الحضور . - وقوف الجري حول الملعب . لعبة صغيرة (إنقاذ الممسوك) صيادين أثنين ، على الطلاب المطاردين عمل نفق من خلال الوقوف على أربع ، يتم إنقاذ الطالب الممسوك من خلال زحف زميله من النفق الموجود بدون ملامسته وبالتالي يكون حراً .	- دفتر - الغياب - صفاره - ملعب - كرة اليد	
الإعداد البدني	١٠ق	(وقوف) الجري لمسافة ١٥م في سباق ٢- (وقوف) الحجل أماماً على قدم واحدة ٣- (وقوف) ثنى الركبتين نصفاً والثبات ٤- (وقوف) الجري المكوكي بين الاقماغ ٥- (وقوف) ثبات الوسط لف الجذع يمينا ويساراً	- صفاره - ملعب - كرة اليد	
مشاهدة	١٠ق	مشاهدة الوحدة وملفات الفيديو التعليمية للجزء الخاص بالتأكد من إتقان تعليم الدفاع بالذراع والقدم (للكرات المتوسطة والمنخفضة الارتفاع التأكد من إتقان تعليم وقفة الاستعداد والدفاع بالذراع والقدم (للكرات المتوسطة والمنخفضة الارتفاع) باستخدام الحاسب الالى .	حاسب الي	
الجزء الرئيسي	٢٠ق	أستخدام أسلوب التعلم بالأتقان لتعلم المهارة المطلوبة : ١- عمل منافسات بين المبتدئين وتنافس في جميع المهارات التي تم تعلمها . ٢- من وضع الرقود يقوم المبتدء عند سماع الاشارة بالوقوف ووقفه الاستعداد ثم صد الكرات المصوبة نحوه من زملاء الفريق بعد توجيه المدرب بالتصويب مرة يمين الحارس ومرة يسار الدفاع بالقدم المنخفضة او متوسطة الارتفاع سواء الدفاع بالذراع واحدة او بالذراعين . ٤- يقف الحارس وقفة الاستعداد بالمرمي وظهرة مواجهه زملاء المصوبين من علي خط ١٢م وعند سماع الاشارة يقوم بالدوران وصد الكرات المصوبة يمينا ويسارا بتوجيهه المدرب، علي حسب مكان التصويب. ٥- وقوف الحارس بالمرمي ويقوم بصد الكرات المصوبة علي شكل عشوائي من زملاء الذين يصوبون من علي منطقة ٩م.	ملعب كرة اليد	
الختام	٥ق	تنطيط الكرة بالمشي داخل منطقة المرمي.	كرات يد	