



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي



جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التربية البدنية والرياضية

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستري في التربية البدنية والرياضية

تحت عنوان:

تأثير الألعاب التمهيدية في إكساب بعض القدرات البدنية
والمهارات الأساسية في نشاط كرة اليد لدى تلاميذ الطور
الابتدائي (10-11) سنة

بحث أجري على تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي بدائرة سيق ولاية معسكر

إشراف الأستاذ:

- محجوب غزال

أعضاء اللجنة المناقشة:

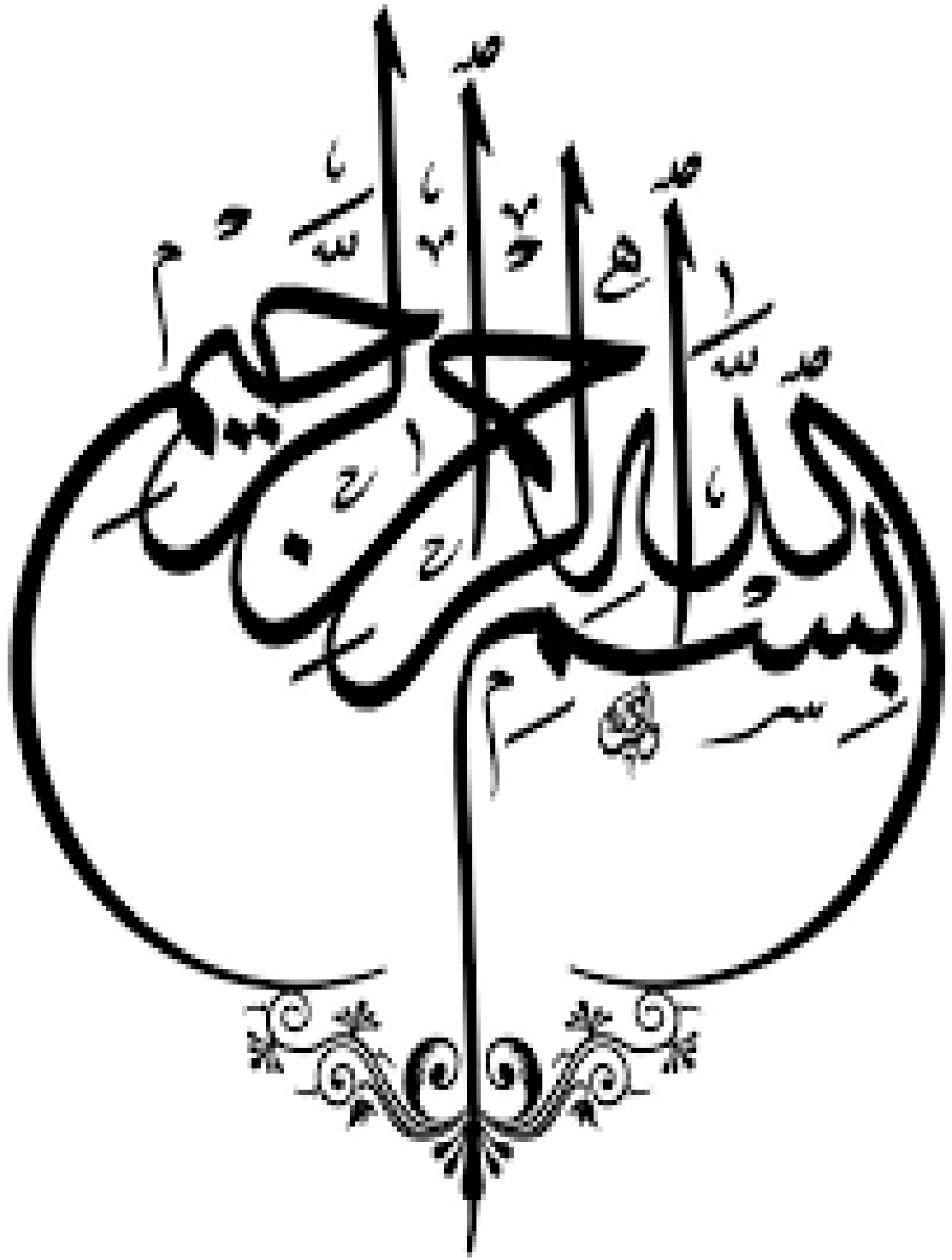
-أ.د زيتوني عبد القادر:رئيسا

-د.جبوري بن عمر:عضوا

إعداد الطالبة:

- بسباس مختارية

السنة الجامعية 2020/2019



إهداء

إلى الذي قال فيهما المولى عز وجل " وبالوالدين إحسانا "
إلى التي ربّتي في كنفها و أرضعتني بقوة صبرها ولم تفارقني ابتسامتها ولم تبخل علي بالدعاء و
النصح،
إلى من وضعت الجنة تحت أقدامها .إلى نبع الحنان الفياض.إلى التي أرجو قد أكون نلت رضاها
أمي الغالية أطال الله في عمرها ،التي مهما تحدثت عنها لا أوفيها حقها.
إلى سيد الرجال ذلك الرمز الذي لم يبخل علي بروحه و ماله.الذي يسعد بسعادتي و يحزن
بحزني
رمز الأبوة،الذي أدين له بحياتي، إلى من ساندني وكان شمعة تحترق لتضيء طريقي ،إلى من أكن
له كل مشاعر
التقدير والاحترام و العرفان .إلى أبي "مصطفى "الغالي أطال الله في عمره.
إلى أعز ما أملك أفراد عائلتي أخي محمد رضا حفظه الله ورعا هو أنار دربه ،وأختي حليلة وفقها
الرحمان إلى ما تريده و ترضاه.
إلى كل من رافقني في حياتي التعليمية خاصة و إلى جميع الأهل و الأقارب الأصدقاء .
إلى جميع أساتذتي من الطور الابتدائي إلى الجامعي و إلى كل طلبة معهد التربية البدنية
والرياضية بمستغانم.
إلى كل من هم في ذاكرتي ولم تسع مذكرتي لذكركم ،إلى كل هؤلاء ،أهدي ثمرة عملي و جهدي
المتواضع.
وإلى من صنعتني بكل فخر... الجزائر... هذا الوطن الشامخ ،أهدي له هذا العمل المتواضع ،
وأسأل الله عز وجل أن يوفقنا لما فيه الخير لنا و لوطننا إنه نعم المولى و نعم النصير.

بسباس مختارية

تشكرات

بسم الله الرحمان الرحيم وبه نستعين ، الحمد لله الذي وفقنا في دراستنا وبلوغ غايتنا لإنجاز هذا العمل المتواضع ، نحمده حمدا يليق بجلاله وعظيم سلطانه.

" اللهم لك الحمد حتى ترضى ولك الحمد إذا رضيت ، ولك الحمد بعد الرضا "

ثم أشكر كل من منحني ولو لحظة من وقته وأفادني من تجاربه من عائلتي وأصدقائي، وبالأخص أستاذي المحترم : "محجوب غزال"، الذي أشرف على تأطيري ، وأضياء لي درب العلم وساعدني في الظروف التي لم تكن بالسهلة بتشجيعاته وتوجيهاته العلمية التي لا تقدر بثمن والنصائح القيمة التي كان يقدمها طوال فترة البحث . إلى كل أساتذة معهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم.

فكانت هذه المذكرة بمثابة الثمرة التي تبلور سنوات جهدي،

إلى كل هؤلاء وكل من ساعدني من بعيد أو من قريب في إنجاز هذا العمل .لهؤلاء جميعا أقول وبقلب مليء بالحب والاحترام جزاكم الله خيرا وجعل عملكم في موازين حسناتكم . آمين وأخيرا إلى كل من تمنى لي الخير ودعمني ولو بكلمة طيبة أو دعاء بظهر الغيب

ملخص البحث :

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة تأثير الألعاب التمهيدية في إكساب بعض القدرات البدنية والمهارات الأساسية في نشاط كرة اليد لدى تلاميذ الطور الابتدائي (10-11) سنة ، تحديدا قسم السنة الخامسة ابتدائي لإعداده ووتحضيره للمرحلة التعليمية المقبلة .

تم إجراء هذه الدراسة على عينة من تلاميذ مؤسسة بن قويدر عبد القادر للعام الدراسي 2020/2019 وبِعمر (10-11) سنة ، وبلغ عددهم 58 تلميذ من جنس ذكور وإناث ، تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية عددها 30 تلميذا خضعت للبرنامج التعليمي المقترح (الألعاب التمهيدية) ، والأخرى ضابطة عددها 28 تلميذ عملت بالأسلوب التعليمي المتبع.

تم إجراء التجربة الاستطلاعية على عينة مكونة من 10 تلاميذ من خارج عينة البحث الأساسية . ولتحقيق الهدف تم تطبيق الوحدات التعليمية باستخدام الألعاب التمهيدية والبالغ عددها 11 وحدة تعليمية بزم (45) دقيقة لكل واحدة .

بعد إجراء الاختبارات و المعالجة الإحصائية للنتائج توصلنا إلى استنتاجات كان أهمها أن استخدام تلك الوحدات التعليمية المقترحة بواسطة الألعاب التمهيدية تساهم وبشكل واضح في تنمية بعض القدرات البدنية والمهارات الأساسية في نشاط كرة اليد لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي ،

وعلى ضوء ذلك أوصينا بإدراج مشروع الألعاب التمهيدية في منهاج التربية البدنية والرياضية وكذلك إسناد مادة التربية البدنية والرياضية للأستاذ مختص نظرا لخصوصية المادة ونشاطها المميز عن باقي المواد .

الكلمات المفتاحية: الألعاب التمهيدية – القدرات البدنية- المهارات الأساسية - كرة اليد –تلاميذ الطور الابتدائي (10-11) سنة.

Résumé:

Cette étude a pour finalité de connaître l'impact des jeux d'initiations sur l'acquisition de certains acquis physiques et techniques de base dans l'exercice de la discipline du hand-ball. Elle cible les élèves de l'enseignement primaire, dont la tranche d'âge est de 10 à 11ans, en particulier ceux de la cinquième année. Et ce afin de les préparer à la prochaine étape éducative. L'échantillon sélectionné est constitué de cinquante huit élèves de l'établissement "Ibn KouiderAbdelkader" de genre masculin et féminin.

Cet échantillon est subdivisé en deux groupes. Le premier est expérimental, composé de trente élèves. Il est soumis au programme éducatif proposé à savoir : les jeux d'initiation. Quant au deuxième groupe, constitué de vingt huit élèves, est concerné par la méthode éducative suivie.

Il était opportun de procéder à une expérimentation test, sur un échantillon de dix élèves, en dehors de l'échantillon expérimental principal, sus cité. Pour atteindre l'objectif, onze unités éducatives ont été appliquées, en utilisant les jeux d'initiations avec une temporalité de quarante cinq minutes chacune.

Après avoir effectué les tests prescrits et analysé les données statistiques, nous nous sommes retrouvés en faces des résultats encourageantes, dont la plus pertinente est que la participation des élèves (échantillon) aux unités éducatives, par l'intermédiaire des jeux d'initiations, a contribué d'une manière patente, au développement de certains acquis physiques et techniques de base en Hand-ball.

A la lumière de ces résultats, nous avons recommandé l'introduction du projet des jeux d'initiation dans les programmes pédago éducatifs physiques et sportifs. En outre nous avons suggéré l'attribution de la matière éducation physique et sportive aux enseignants spécialisés, en raison de la spécificité de la matière.

Mots clés : Jeux d'initiations - Acquis physiques –techniques de base – Hand-ball – Elèves cinquième année primaire.

Research Summary :

The purpose of this study is to know the impact of initiation games on the acquisition of certain physical skills and basic skills in the practice of the discipline of handball. It targets primary school students, who are between 10 and 11 years old, especially those in the fifth grade. And this, in order to prepare them for the next educational step. The selected sample consists of fifty-eight male and female "Ibn KouiderAbdelkader" students.

This sample is divided into two groups. The first is experimental, made up of thirty students. It is subject to the educational program proposed, namely: initiation games. As for the second group, made up of twenty-eight students, is concerned by the educational method followed.

It was appropriate to carry out a test experiment, on a sample of ten students, outside the main experimental sample, mentioned above. To achieve the objective, eleven educational units were applied, using initiation sets with a time frame of forty five minutes each.

After carrying out the prescribed tests and analyzing the statistical data, we found ourselves faced with encouraging results, the most relevant of which is that the participation of students (sample) in educational units, through initiation games, clearly contributed to the development of certain physical skills and basic skills in Handball.

In the light of these results, we recommended the introduction of the initiation games project into the physical and sports educational pedagogical programs. In addition we have suggested the allocation of the subject physical education and sports to specialist teachers, because of the specific nature of the subject.

Keywords: Introductory games - Physical skills - basic skills - Hand-Ball - Pupils fifth year primary.

قائمة الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	عدد أفراد عينة البحث	60
02	الأسس العلمية للاختبارات	68
03	الأهداف الإجرائية المنجزة على امتداد التجربة الأساسية	69
04	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء	75
05	مدى تجانس بين العينة الضابطة والتجريبية في نتائج الاختبارات القبليّة	75
06	نتائج اختبار السرعة	76
07	نتائج اختبار التوافق	77
08	نتائج اختبار الرشاقة	78
09	نتائج اختبار التمرير والاستقبال	79
10	نتائج اختبار التنطيط	80
11	نتائج اختبار التصويب	81
12	نتائج البعدية للعينتين الضابطة و التجريبية لعناصر البدنية والمهارية	82

قائمة الأشكال البيانية

الرقم	العنوان	الصفحة
01	التقسيمات الرئيسية للأهداف للعب	23
02	اختبار الجري المتعرج لفليشمان	64
03	اختبار الجري في شكل (8)	65
04	اختبار التمرير والاستقبال مع الحائط	65
05	اختبار التنطيط المتعرج	66
06	اختبار التصويب على المرمى	66
07	نتائج اختبار السرعة	77
08	نتائج اختبار التوافق	78
09	نتائج اختبار الرشاقة	79
10	نتائج اختبار التمرير والاستقبال	80
11	نتائج اختبار التنطيط	81
12	نتائج اختبار التصويب	81

قائمة المحتويات

الصفحة

أ	الإهداء
ب	التشكرات
ج	ملخص البحث
د	قائمة الجداول والأشكال البيانية
	قائمة المحتويات
	التعريف بالبحث
02	1-المقدمة
04	2-المشكلة
06	3-أهداف البحث
06	4-الفرضيات
07	5-مصطلحات البحث
07	5-1-الألعاب التمهيدية
07	5-2-القدرات البدنية
07	5-3-المهارات الأساسية
07	5-4-نشاط كرة اليد
07	5-5-مرحلة الطفولة (10-11) سنة
07	6-الدراسات المشابهة
08	6-1 عرض الدراسات المشابهة
15	6-2-التعليق على الدراسات
16	6-3-نقد الدراسات
16	6-4-مدى الاستفادة من الدراسات السابقة

الباب الأول : الدراسة النظرية

19	مدخل الباب الأول
----	------------------

الفصل الأول : الألعاب التمهيدية

21	تمهيد
21	1-1-مفهوم اللعب
22	1-1-2-سمات اللعب
23	1-1-3-أهداف اللعب
23	1-1-4-وظائف اللعب

24	1-2-1- مفهوم الألعاب التمهيدية
25	2-2-1- ماهية الألعاب التمهيدية
27	3-2-1- أهمية الألعاب التمهيدية
28	1-3-2-1- الأهمية التربوية للألعاب التمهيدية
29	2-3-2-1- الأهمية الوظيفية للألعاب التمهيدية
30	3-3-2-1- الأهمية التعليمية للألعاب التمهيدية
31	4-2-1- قيمة الألعاب التمهيدية
31	5-2-1- مميزات الألعاب التمهيدية
32	6-2-1- مميزات استخدام الألعاب التمهيدية
32	7-2-1- أنواع الألعاب التمهيدية
33	8-2-1- تقسيم الألعاب التمهيدية
33	9-2-1- مهارات الألعاب التمهيدية
34	10-2-1- أسس اختيار الألعاب التمهيدية
34	11-2-1- أسس وضع الألعاب التمهيدية
35	12-2-1- أغراض الألعاب التمهيدية
35	13-2-1- أسس تكرار الألعاب التمهيدية
36	خاتمة

الفصل الثاني: نشاط كرة اليد والمرحلة العمرية (10-11) سنة

38	تمهيد
38	1-2- مفهوم الرياضة ونشأتها
38	1-1-2- النشأة
39	2-1-2- مفهوم الفرد الرياضي
39	3-1-2- المنشأة الرياضية
39	2-2- نشاط كرة اليد
39	1-2-2- مفهوم كرة اليد
40	2-2-2- مكانة كرة اليد في تصنيفات الأنشطة الرياضية
40	3-2-2- تصنيف كرة اليد ضمن الأنشطة الرياضية
40	1-3-2-2- تصنيف "كوديم" للأنشطة الرياضية
40	2-3-2-2- تصنيف "تشارلزبوتش" للأنشطة الرياضية
41	4-2-2- تاريخ وتطور كرة اليد
42	5-2-2- تعريف كرة اليد

43	6-2-2-الأبعاد التربوية لكرة اليد
43	7-2-2-أهداف كرة اليد
44	8-2-2-أهمية رياضة كرة اليد
45	9-2-2-قوانين كرة اليد
46	10-2-2-تقسيم كرة اليد
47	1-10-2-2-الهجوم
47	2-10-2-2-الدفاع
47	11-2-2-المهارات الأساسية في كرة اليد
48	1-11-2-2-المهارات الهجومية
48	2-11-2-2-المتطلبات المهارية الهجومية
48	3-11-2-2-المهارات الدفاعية
49	3-2-المرحلة السنوية لتلميذ المدرسة الابتدائية
50	1-3-2-خصائص المرحلة السنوية (10-11) سنة
51	2-3-2-تطور قدرات الحركة للمرحلة السنوية (10-11) سنة
52	3-3-2-خصائص النمو لتلك المرحلة
54	خاتمة
55	خاتمة الباب الأول

الباب الثاني : الدراسة الميدانية

57	مدخل الباب الثاني
----	-------------------

الفصل الأول : منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

59	تمهيد
59	1-1-الدراسة الإستطلاعية
59	1-1-1-منهج البحث
60	2-1-1-مجتمع وعينة البحث
60	1-2-1-1-مجتمع البحث
60	2-2-1-1-عينة البحث
60	3-1-1-مجالات البحث
60	1-3-1-1-المجال البشري
60	2-3-1-1-المجال المكاني
61	3-3-1-1-المجال الزمني
61	4-1-1-متغيرات البحث

61	1-4-1-1-الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث
62	2-4-1-1-ظروف الدراسة والعوامل المصاحبة لها
63	5-1-1-أدوات البحث
63	6-1-1-مواصفات الاختبارات
63	1-6-1-1-اختبار الجري لمسافة 30م من بداية متحركة
63	2-6-1-1-اختبار الجري المتعرج لفليشمان
64	3-6-1-1-اختبار الجري في شكل (8)
65	4-6-1-1-اختبار التمرير والاستقبال مع الحائط
65	5-6-1-1-اختبار التنطيط المتعرج
66	6-6-1-1-اختبار التصويب على المرمى
67	7-1-1-الأسس العلمية للاختبارات
67	1-7-1-1-الصدق
67	1-1-7-1-1-الصدق المضمون
67	2-1-7-1-1-الصدق الذاتي
67	2-7-1-1-الثبات
68	3-7-1-1-موضوعية الاختبار
69	2-1-2-1-الدراسة الأساسية
69	1-2-1-تنظيم سير الوحدات التعليمية خلال التجربة الأساسية
70	1-1-2-1-المرحلة التحضيرية
70	2-1-2-1-المرحلة الأساسية
70	3-1-2-1-مرحلة التقويم
70	2-2-1-الأساليب الإحصائية
71	1-2-2-1-مقياس النزعة المركزية
71	2-2-2-1-مقياس التشتت
72	3-2-2-1-مقياس العلاقة بين المتغيرات "معامل الارتباط"
72	4-2-2-1-مقياس الدلالة ويتمثل في إختبار دلالة الفروق "ت"
72	3-2-1-صعوبات البحث
73	4-2-1-التوزيع الزمني لبرنامج الدليل التعليمي
73	الخاتمة

الفصل الثاني : عرض تحليل ومناقشة النتائج

75	2-1-2- المقارنة القبلية للاختبارات بين العينة التجريبية والضابطة
76	1-2-1-2- عرض تحليل ومناقشة النتائج اختبار السرعة
77	2-2-1-2- عرض تحليل ومناقشة النتائج اختبار التوافق
78	3-2-1-2- عرض تحليل ومناقشة النتائج اختبار الرشاقة
79	4-2-1-2- عرض تحليل ومناقشة النتائج اختبار التمرير والاستقبال
80	5-2-1-2- عرض تحليل ومناقشة النتائج اختبار التنطيط
81	6-2-1-2- عرض تحليل ومناقشة النتائج اختبار التصويب
82	3-1-2- المقارنة البعدية للعينة الضابطة والتجريبية للعناصر البدنية والمهارية
82	2-2- الاستنتاجات
83	3-2- مقابلة الفرضيات بالنتائج
83	1-3-2- مناقشة الفرضية الأولى
84	2-3-2- مناقشة الفرضية الثانية
84	4-2- الخلاصة العامة
86	5-2- التوصيات
	المصادر والمراجع
	الملاحق

التعريف بالبحث

1- المقدمة :

إن الاهتمام بالطفل ورعايته وتقديم السبل الكفيلة لتطوير قدراته واستعداداته لم تعد مسألة شخصية أو اجتماعية ، بل أصبح اليوم علم قائم بحد ذاته يهتم بدراسة الخبرات الحركية و المعرفية والعقلية والبدنية للطفل بجميع جوانبها لأن الطفل هو اللبنة الأولى في البناء التربوي والصحي والاجتماعي لأي مجتمع.

لذا يجب الاهتمام بهذه المرحلة وعدم إهمالها والعمل على الاستفادة منها من خلال استثمار طاقات الأطفال وتوجيههم الوجهة التربوية السليمة ، ويعد اللعب هو الوسيط التربوي المهم الذي يساعد على نمو الطفل عقليا ومعرفيا واجتماعيا وانفعاليا إذ انه وسيلة من الوسائل لفهم نفسيات الأطفال والوقوف على استعداداتهم ومن خلالها يعبر الطفل عن نفسه بحرية ويتفاعل مع غيره من الأطفال ، فاللعب حاجة ضرورية للطفل إذ لا يمكن أن نتصور أو نرى طفلا لا يلعب .

ويعد درس التربية البدنية و الرياضية في المدارس الابتدائية من المجالات المهمة في تقديم الأنشطة الرياضية المختلفة للأطفال وتكون هذه الأنشطة حركية ، إذ تستخدم الحركة كوسيلة أساسية في عملية التعلم ويمكن أن تقدم على شكل ألعاب حركية تنافسية.

وتعد الأنشطة الحركية التي يهتم بها درس التربية البدنية و الرياضية هي الأنشطة الأكثر شيوعا وممارسة من قبل الأطفال داخل الدرس وخارجه وتسهم بدور كبير في تطوير المهارات الحركية الأساسية ، حيث تعد هذه المهارات القاعدة الأساسية للممارسات الحركية للطفل إذ ان ممارستها والعناية بتطويرها تعد دعامة أساسية للممارسة الحركية في النشاط الرياضي التخصصي.

وكون كرة اليد هي لعبة من الألعاب الكبيرة و الأنشطة الرياضية التي تطورت وانتشرت على الصعيد العالمي والتي لها مهاراتها الحركية الأساسية التي تعد بمثابة العمود الفقري لها ، ولكن هذه المهارات تحتاج إلى قدرات عقلية بجانب القدرات البدنية و الحركية إذ لا يمكن إعطاؤها للأطفال إلا بعد سن الحادي عشر بما يعادل الصف الأول متوسط التي يتم بدء تعلم المهارات الأساسية للألعاب .ولكن من الممكن التمهيد وبناء وتطوير هذه المهارات من خلال الألعاب التمهيدية لأن محتواها يشمل حركات بدنية ومهارية يقوم بها الأطفال.

ويتفق العديد من العلماء و الباحثين على أن التعلم الحركي واكتساب المهارات الرياضية يتطلب استقبال المتعلم للمعلومات الحسية (بصرية، سمعية ، حس-حركية) من مصادرها

المختلفة كشرط أولى للتعلم ، وكلما تمكن المتعلم من معالجة أو إدراك هذه المعلومات إدراكا صحيحا ، كلما ساعده ذلك على سرعة تكوين التصور الحركي السليم للحركة أو للمهارة وكذا سرعة اتخاذ القرارات الخاصة باختيار وبرمجة الاستجابة الصحيحة وبالتالي إنجاز الواجب أو المهارة الحركية بدرجة كبيرة من الإتقان والدقة والفاعلية . (عفاف، 1990، ص 14).

ويشكل مدخل الألعاب التمهيدية أحد طرق اكتساب المهارات الحركية ، فمن خلالها يكتسب المتعلم المهارات بطريقة أسرع وألثرتشويقا واستمتعا وفهما، كما تسعى الألعاب التمهيدية إلى تحقيق العديد من الأهداف التربوية نظرا لتمييزها بالمواقف المتعددة والمتباينة عند استخدامها. فعند ممارستها يكتسب التلميذ القدرات الحركية و المهارة بصورة مناسبة مع مراحل نموه وخصائصه الفردية.

كما تتميز الألعاب التمهيدية بالثراء الواضح بالنسبة لنواحي التعلم الحركي، إذ تتطلب ممارستها تعلم الكثير من الأوضاع الأصلية و المشتقة وإتقانها ، كما تعمل على إكساب التلاميذ الكثير من المهارات الحركية كمهارات اللقف و الرمي والجري و الوثب وهي ما يوصي به برنامج الوزارة ، ويسهم ذلك في ترقية التوافق العضلي العصبي و القدرة على الإستعاب الحركي وتنمية صفات الرشاقة وسرعة الاستجابة و التوافق. (إسماعيل، 2001، ص 19، 20).

ويلعب هذا النوع من الألعاب دورا هاما في إخراج درس التربية الرياضية من صورته الجامدة الروتينية إلى درس مملوء بالسرور والتشويق والمنافسة بين التلاميذ مما يسهم في إقبالهم عليه، وإظهار مهاراتهم وقدراتهم فهي تساعد على عدم الشعور بالملل مما يجعل الدافع للممارسة كبيرا ونسبة العائد من الدرس أفضل. (علاوي، 1999، ص 120).

ولذلك فإن الألعاب التمهيدية أحد الوسائل المهمة في التعلم ، فهي تساعد التلميذ على بناء صورة إجمالية للنشاط المتعلم من خلال إتاحة فرصة الممارسة والأداء في النشاط ككل أو من خلال أجزاء كبيرة كاملة ، وهذا يجعل الممارسة هادفة ومشوقة للتلميذ في نفس الوقت. (درويش، 1994، ص 166). كما تعمل الألعاب التمهيدية إلى تحقيق العديد من الأهداف التربوية نظرا لتمييزها للمواقف المتعددة و المتباينة عند استخدامها فمن ممارستها يكتسب التلاميذ القدرات البدنية والإدراكية و المهارة بصورة متناسبة مع مراحل نموهم والفروق الفردية بينهم. (فرج، 2002، ص 395).

وعليه جاءت هذه الدراسة في قالب برنامج تعليمي مقترح ل لألعاب التمهيدية والموجه لتلاميذ المرحلة الابتدائية ، وذلك بغية تنمية وتطوير بعض الحركات الأساسية التي تكون الحجر

الأساس في تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة اليد في المرحلة المقبلة. كما أن هذا برنامج المقترح مليء بالألعاب التمهيدية وذلك لتحفيز تلاميذ السنة الخامسة الابتدائي (10-11) سنة لإفراغ طاقتهم الحركية و النفسية تمهيدا لهم وإعدادهم للسنة أولى متوسط في قالب مشوق و بعيد عن التمارين الجافة و المملة. وقسم البحث إلى باين : الباب الأول والذي تم التطرق فيه إلى فصلين هما : الفصل الأول بعنوان الألعاب التمهيدية والفصل الثاني بعنوان نشاط كرة اليد والمرحلة العمرية. والباب الثاني فقد قسم هو الآخر لفصلين الفصل الأول منهجية البحث والإجراءات الميدانية والفصل الثاني عرض وتحليل النتائج، واستنتاجات واقتراحات.

2- المشكلة :

تعد الجزائر حاليا من الدول التي تسعى إلى الرقي وتنشد التقدم الذي مس كافة العلوم و القطاعات وتجعل الاهتمام برعاية الطفولة و الشباب هدفا أساسيا تسعى إلى تحقيقه من خلال توفير جميع الإمكانيات المالية و الإدارية و الفنية وحشد كل ما يثري الجوانب التعليمية لضمان التدريس على نحو فعال ليتم إعداد هؤلاء إعدادا لائقا يعود بالمنفعة على الجميع، وتعتبر تربية الطفل التربة المتكاملة حجر الأساس في بناء المجتمع المتحضر. حيث أن طفل اليوم هو شباب المستقبل و أمل البلاد في البناء و التطوير. إن التطور العلمي والتكنولوجي مس جميع العلوم بما فيها التربية، ف بها تقوم المواطنة الصالحة وبها تنهض الأجيال كما أنها تؤدي دورا هاما في حياة المجتمعات المتقدمة ، وقد اهتمت الجزائر بالتربية في كافة الأطوار التعليمية ومن بينها الطور الابتدائي.

وتعتبر مرحلة التعليم الابتدائي حجر الزاوية في البناء التعليمي والتي تركز عليها الدول وذلك لكونها من أنسب المراحل السنوية لتنمية قدرات الطفل الحركية وتطويرها التي تستند عليها المراحل التعليمية اللاحقة وقد عد الكثير من العلماء هذه المرحلة كأحسن مراحل التعليم نظرا إلى وجود مجموعة من الخصائص البيولوجية والنفسية والحركية التي تميز الطفل في هذه المرحلة. (ناهدة، 2010، ص207).

الطفل في هذه المرحلة يتلقى مختلف العلوم من بينها درس التربية البدنية والرياضية التي تحتل مكانة هامة في حياته، باعتبارها تركز على اللعب الهادف في المرحلة الابتدائية ولا يمكن تجاوزها أو الاستغناء عنها ، وذلك لما تتضمنه من أنشطة مختلفة ووضعية مستهدفة تتماشى مع مراحل النمو التي يمر بها الطفل، خاصة إذا ما تم اختيار هذه الوضعيات بحيث تتلاءم خصائص كل مرحلة على ذلك التربية شاملة وصقل لمركباته (البدنية والنفسية والفكرية

والاجتماعية)، وهذا ما تؤكدته أميرة عبد الواحد (2014) "بأن الألعاب الحركية من أهم مظاهر التربية الرياضية من الناحيتين الاجتماعية والنفسية وذلك لقرئها من الطفل ورغباته وميوله فضلا عن المتعة التي يكتسبها في مزاولته لها، والتي تعد متنفسا ضروريا للحوية والمرح الطبيعي، فالبيئة التي يكون فيها المربي حنوناً في حكمه ويسمح للأطفال باكتشاف بيئتهم من دون خوف أو إخفاق تساعد كل طفل ليحقق مستوى في تنمية قدراته الشخصية مثل: القدرات الحركية والعقلية والبدنية .

ويدشير بطرس رزق الله (1994م) إلى أن مدخل الألعاب التمهيدية يعتبر أحد طرق تعليم الألعاب الكبيرة ، ومن خلالها يكتسب التلميذ المهارات بطريقة أسرع وأكثر تشويقاً وتمتاز بأن بها عنصر المنافسة ، والمنافسة عامل هام من عوامل إتقان اللعب والرقى بالمستوى إلى درجة عالية من الكفاءة والدقة . (بطرس، 1994، ص 7).

إلا أن الملاحظ ومن خلال الدراسة التي أجرتها الطالبة داخل المؤسسة التعليمية والزيارات الميدانية والمقابلات المباشرة فقد سجلت ضعف مستديم وعجز في إخراج درس التربية البدنية والرياضية فمزال يؤدي بطريقة تقليدية ومملة هذا إن تم تطبيق الدرس .
وباعتبار السنة الخامسة هي آخر مرحلة في التعليم الابتدائي وكونها هي حلقة وصل بين الطور الابتدائي والمتوسط هذا الأخير الذي يتعلم فيه التلميذ مختلف المهارات في الألعاب الجماعية .

ومنها رياضة كرة اليد والتي تعتبر من الرياضات الجماعية والتي لها أهمية في تكوين الفرد من جوانب عديدة وتحسين الصفات البدنية كالمداومة والسرعة والقوة والمرونة ... إلخ ، ولها دور كبير في تكوين الشخصية وتنمية قوة الإرادة والشجاعة والعزيمة والتصميم والأمانة بوجه خاص . (لانجروف، تيواندرت، 1987، ص 22).

كما تعتبر كذلك وسيلة ناجحة لتربية الأفراد على التفكير والتصرف الجماعي فكل فرد من أفراد الفريق يعمل من أجل الجماعة ، حيث يتبين لهم أن اللعب الجماعي هو الطريق الوحيد لإحراز الفوز وأن الاتجاهات تنطوي سريعاً تحت لواء العمل الجماعي. (زكي، 2004، ص 79).
وعلى عاءت هذه الدراسة التي نسعى من خلالها إلى تحسي س التلميذ ولفت انتباهه وإعداده وتلقينه في بعض المهارات الأساسية التي سيدرسها في التعليم المتوسط في قالب برنامج تعليمي مقترح لجملة من الألعاب التمهيدية دون الخروج عن أهداف المنهاج وهذا لتحضيره

التعريف بالبحث

تلميذ هذه المرحلة التعليمية الى المرحلة التعليمية المقبلة لينسجم ويتعود مع نشاطاته المبرمجة ويتلقاها بأكثر فعالية. وعليه نطرح التساؤل التالي :

ما مدى فاعلية الألعاب التمهيدية في اكتساب الجانب البدني والمهاري لنشاط كرة اليد لدى تلاميذ التعليم الابتدائي (10-11) سنة؟

الأسئلة الفرعية :

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة و البعديّة للعيّنة الضابطة والتجريبية في الاختبارات البدنية والمهارة لنشاط كرة اليد ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعديّة للعيّنة الضابطة والتجريبية في الاختبارات البدنية والمهارة لنشاط كرة اليد ؟

3- أهداف :

الهدف العام :فاعلية الألعاب التمهيدية في اكتساب الجانب البدني والمهاري في نشاط كرة اليد لدى تلاميذ التعليم الابتدائي (10-11) سنة.

أهداف فرعية :

- معرفة الفروقات بين الاختبارات القبليّة و البعديّة للعيّنة التجريبية للقدرات البدنية والمهارة.
- معرفة الفروقات بين العيّنيتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعديّة .

4- الفرضيات :

الفرضية العامة : للوحدات التعليمية أثريجابي عن طريق الألعاب التمهيدية في اكتساب الجانب البدني والمهاري في نشاط كرة اليد لدى تلاميذ التعليم الابتدائي (10-11) سنة.

الفرضيات الفرعية :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة و البعديّة للعيّنة التجريبية في القدرات البدنية والمهارة لصالح القياس البعدي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العيّنيتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعديّة لصالح العينة التجريبية.

5. مصطلحات البحث :

5-1. الألعاب التمهيدية:

-ألعاب تحضر الطفل الناشئ لاكتساب المهارات الأساسية في الألعاب الجماعية كونها تخدم هذه الألعاب حيث تمارس في مواقف مشابهة للمهارات كما في المباريات .

5-2. القدرات البدنية:

-إن كل عمل أو نشاط يقوم به الإنسان يتطلب فيه توفر بعض القابليات والقدرات البدنية وهي عبارة عن خصائص أو عناصر جسمية وصفات مكتسبة يكتسبها المتعلم من المحيط أو تكون موجودة وتتطور حسب القابلية الجسمية والحسية والإدراكية من خلال الممارسة وتلعب دور مهما في التعلم والإنجاز الرياضي .

5-3. المهارات الأساسية :

-هي كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في إطار قانوني لكرة اليد سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها.

5-4. نشاط كرة اليد:

-كرة اليد هي أحدث الألعاب الجماعية التي مارسها العالم ويعدّها كثير من الناس لعبة مشتقة عن كرة القدم. وهي لعبة السرعة والإثارة معاً في وقت واحد ، تجمع بين الجري، والقفز، واستلام الكرة، وتمريرها في أقل وقت ممكن. وتسجل الأهداف فيها عن طريق قذف الكرة في مرمى الخصم. وتحتاج ممارستها إلى لياقة بدنية عالية وقوة جسمانية.

5-5. مرحلة الطفولة (10-11) سنة:

يتصف أطفال الطفولة المتأخرة بالاستقرار النسبي والقدرة على تحمل المسؤولية، والتعامل ومواجهة المواقف الجديدة، كذلك يتميز الأطفال بالرغبة الشديدة لتعلم المزيد نحو أنفسهم والعالم المحيط بهم. وتمثل فترة بداية التحاق التلميذ بالمرحلة الابتدائية خطوة كبيرة نحو العالم الواسع المحيط به، حيث تعتبر بداية انفصال الطفل عن المنزل والأسرة بشكل منتظم ولفترات طويلة. إنها بمثابة انفصال الطفل عن بيئة اللعب الآمن الذي مارسه في المنزل. (راتب، 1999، ص 94.97).

6- الدراسات المشابهة:

تعتبر الدراسات المشابهة أهم المحاور التي يجب على الباحث أن يتناولها حيث تتميز بجميع المعطيات والإطلاع عليها وتصنيفها وتحليلها للاستفادة منها من خلال بحثنا .

1-6 عرض الدراسات المشابهة :

1-1-6 الدراسة الأولى : " استخدام أسلوب التمايز التنافسي للارتقاء بمستوى الإنجاز في الألعاب التمهيدية بكل من كرة اليد وكرة السلة". 1994، دكتورة/سعاد محمد جبر.

هدف الدراسة:

التعرف على أثر استخدام أسلوب التمايز التنافسي للارتقاء بمستوى الإنجاز في الألعاب التمهيدية بكل من كرة اليد وكرة السلة، لطالبات الصف الدراسي الأول بكلية التربية الرياضية: جامعة الإسكندرية.

المنهج : التجريبي.

العينة: 80 طالبة صف الدراسي الأول بكلية التربية الرياضية قسمت العينة إلى مجموعتين إحداهما تجريبية وعددها 40 طالبة.

الاستنتاجات:

في ضوء أهداف الدراسة أمكن التوصل إلى الآتي:

- أن أسلوب التمايز التنافسي ساهم في تدريس الألعاب التمهيدية بالارتقاء في المستوى الإنجاز للقدرة الحركية والمهارة لطالبات الصف الدراسي الأول.

2-1-6 الدراسة الثانية : " أثر استخدام الألعاب التمهيدية على تنمية بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لناشئي كرة القدم". 1997 ، أشرف فكري عبد العزيز. "ماجستير".

أهداف :

-تصميم برنامج تجريبي مقترح باستخدام الألعاب التمهيدية يهدف لتنمية بعض الصفات البدنية و المهارات الأساسية لناشئي كرة القدم و معرفة تأثيرها على هذه الصفات وكذلك المهارات الأساسية.

-معرفة تأثير البرنامج التدريبي المقترح على تنمية بعض الصفات البدنية لناشئي كرة القدم.

-معرفة تأثير البرنامج التدريبي المقترح على تنمية بعض المهارات الأساسية لناشئي كرة القدم.

المنهج : تجريبي.

العينة: ناشئي كرة القدم تحت 12 سنة (30 لاعب).

الاستنتاجات:

- أظهرت نتائج البرنامج التدريبي المقترح لتنمية بعض الصفات البدنية و المهارات الأساسية أثر إيجابيا وتحسنا معنويا ملموسا في جميع الاختبارات البدنية و المهارة لدى المجموعة التجريبية.

- أظهرت نتائج البرنامج التدريبي (الأسلوب التقليدي) لتنمية الجانب و الجانب المهاري أثرا إيجابيا وتحسنا معنويا في جميع الاختبارات البدنية و المهارة لدى المجموعة الضابطة.
 - أظهرت النتائج الدراسة أن نسبة التحسن للمجموعة التجريبية أفضل من التحسن للمجموعة الضابطة في معظم الاختبارات البدنية و المهارة قيد الدراسة.
 - كما أظهرت نتائج الدراسة أن نسبة التحسن للمجموعة التجريبية ارتفعت مما يدل على التأثير الإيجابي للبرنامج التدريبي المقترح في جميع المتغيرات قيد الدراسة.
 - كما أظهرت نتائج الدراسة أن هناك نسبة تحسن للمجموعة الضابطة المستخدمة للبرنامج التقليدي ولكن بنسبة أقل عن المجموعة التجريبية التي استخدمت البرنامج المقترح.
- 3-1-6 الدراسة الثالثة :** " فاعلية استخدام الألعاب التمهيدية على تعلم بعض مهارات كرة الطائرة بدرس التربية الرياضية". 2005، صالح علاء الدين إبراهيم.

الأهداف :

- التعرف على تأثير استخدام الألعاب التمهيدية على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة (التمرير من أعلى-التمرير من أسفل-الإرسال الأمامي المواجه من أسفل) لتلاميذ الصف الثاني الإعدادي.
 - التعرف على تأثير استخدام أسلوب التعلم بالأوامر (الطريقة التقليدية) على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة (قيد البحث) لتلاميذ صف الثاني الإعدادي.
- المنهج :تجريبي.**

العينة: 93 تلميذ منهم عدد 15 تلميذ الدراسة استطلاعية ،وعينة البحث الأساسية 80 تلميذ تم تقسيمهم إلى مجموعتين هما المجموعة التجريبية المستخدمة للألعاب التمهيدية قوامها 35 تلميذ وأخرى ضابطة وهي المستخدمة لأسلوب التعلم وقوامها 35 تلميذ.

الاستنتاجات:

- فاعلية استخدام الألعاب التمهيدية في تعليم بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة بدرس التربية الرياضية لدى تلاميذ الصف الإعدادي.
- فاعلية استخدام أسلوب التعلم بالأوامر (الطريقة التقليدية) في تعليم بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة بدرس التربية الرياضية لدى تلاميذ الصف الإعدادي.
- زيادة فاعلية الألعاب التمهيدية في التعليم عن أسلوب التعلم بالأوامر في التأثير إيجابيا على المهارات الأساسية في كرة الطائرة.

4-1-6 الدراسة الرابعة " تأثير الألعاب التمهيدية على مستوى بعض عناصر الأداء البدني والمهاري لناشئ كرة اليد (10-12 سنة) لبعض الفرق بولاية مستغانم. 2009/2010 ، بن برنو عثمان – بن لكحل منصور.

الأهداف :

- التعرف على تأثير الألعاب التمهيدية على مستوى بعض عناصر الأداء المهاري والخططي والبدني الأكثر ارتباطا بلعبة كرة اليد لدى الناشئين.

المنهج: التجريبي.

العينة: 30 ناشئ كرة اليد (10-12 سنة).

الاستنتاجات:

- إن إدخال الألعاب التمهيدية التي تتضمن محتوى الأداء الجماعي بأشكاله المتعددة وبما يتلاءم مع المتغيرات والمواقف المتباينة في كرة اليد ضمن برنامج الإعداد المهاري والبدني للناشئين ، يساهم بإيجابية وفعالية في تحسين العديد من عناصر الأداء.

- إن إعداد التدريبات في صورة ألعاب تمهيدية، وفق شروط الأداء المتنوع والمختلف، كالتغيير في التشكيلات واستخدام الأدوات والكرات والأهداف وقواعد اللعب، يدخل المتعة والإقبال والحماس لدى الناشئين. وبما ينعكس على درجة التحسن في دقة وسرعة الأداء المهاري وزيادة الانتباه والتركيز والتعاون والانسجام مع الزملاء وأخذ القرارات.

- إن التركيز على استمرارية وتكرار وأداء الألعاب التمهيدية ضمن وحدات تدريبية يومية وأسبوعية و الفترية بمعدلات التخطيط للبرنامج المقترح، يعد أحد العوامل الهامة في الارتقاء لمستوى الناشئين عينة البحث لعناصر الأداء المحددة بالدراسة.

5-1-6 الدراسة الخامسة: " أثر برنامج تدريبي بألعاب التمهيدية على درجة التوافق النفسي الاجتماعي لدى ناشئ كرة القدم أقل من 17". بلعروسي سليمان. 2011/2012. دكتوراه.

الأهداف:

- التعرف على تأثير برنامج الألعاب التمهيدية الجماعية المقترح على المجموعة التجريبية.

- التعرف على الفروق الدالة احصائيا الناتجة عن تأثير برنامج لألعاب التمهيدية الجماعية المقترحة على درجة التوافق النفسي الاجتماعي بين كل من المجموعتين التجريبية والضابطة.

المنهج: التجريبي.

العينة: 240 لاعب في أصغر الوفاق الرياضي لبلدية جديوية ولاية غليزان.

الاستنتاجات:

- بناء مقياس التوافق النفسي والاجتماعي للاعب كرة القدم الناشئين، ثم التعرف بأبعاده على درجة التوافق النفسي والاجتماعي، وكذلك معرفة الفروق.
 - تصميم برنامج ألعاب تمهيدية جماعية، أسهم في تحسين التوافق النفسي والاجتماعي للعينة قيد البحث.
 - كانت معدلات التحسن للتوافق النفسي والاجتماعي للعينة التجريبية، والتي طبق عليها برنامج الألعاب التمهيدية أحسن من العينة الضابطة.
- 6-1-6 الدراسة السادسة:** " أثر تعلم باستخدام الألعاب الصغيرة لتطوير أهم المهارات الأساسية للاعب كرة اليد للأعمار (8-14) سنة". 2013، مشرف عزيز اللامي. ماجستير.
- المنهج:** تجريبي.
- العينة:** المراكز التدريبية التابعة للاتحاد العراقي المركزي لكرة اليد 5 مراكز (مجموعتين متساويتين العدد 16).

الاستنتاجات:

- المنهج التعليمي الأثر في تطوير كل من مهارة (التصويب-الخداع-الطبطة-المناوله).
 - المنهج التعليمي أثر في رفع مستوى الإبداع لدى عينة البحث.
 - البرنامج التعليمي بأسلوب الألعاب الصغيرة كان له الأثر في رفع مستوى التفكير الإبداعي لعينة البحث.
- 7-1-6 الدراسة السابعة:** " انعكاس الألعاب الشبه الرياضية على تعلم المهارات الحركية لدى ناشئ كرة اليد (9-12) سنة 2014/2015". خالي يوسف. ماجستير.

الأهداف:

- إبراز أهمية الألعاب الشبه الرياضية كوسيلة بيداغوجية و انعكاسها تساعد الناشئ على تعلم مختلف المهارات الحركية لتخطي الصعوبات التي يصادفها أثناء أدائه لمهامه.
 - إبراز مكانه ودور الألعاب الشبه الرياضية في الحصص التدريبية.
 - محاولة القضاء على مشاكل نقص العتاد الرياضي في المؤسسات الرياضية بصفة عامة-وداخل الحصة التدريبية بصفة خاصة.
 - المنهج: الوصفي بأسلوبه المسحي.
- العينة:** 10 مدربين كرة اليد لدى الناشئين موزعين على 5 دوائر من ولاية البويرة.

الاستنتاجات:

- الألعاب الشبه الرياضية لها مكانة رئيسية في الحصة ، لكون معظم المدربين يدرجونها ضمن حصصهم إذ يرونها وسيلة ترفيهية تساعد في تحقيق أهدافهم البيداغوجية.
 - تم إثبات أن الألعاب الشبه رياضية تساعد في التقليل من مشاكل نقص العتاد الرياضي لأنها لا تتطلب وسائل وإمكانيات معقدة.
 - ثم إثبات أن الألعاب الشبه الرياضية تساعد اللاعب في تعلم مهاراته الحركية لطابعها التحفيزي وبساطتها وسهولة قوانينها.
- 8-1-6 **الدراسة الثامنة:** " فاعلية استخدام الألعاب التمهيدية على تحسين مستوى الأداء البدني والمهاري في كرة اليد لطلاب المرحلة المتوسطة في محافظة كركوك " العراق . 2014 ، سعد الله سعيد مجيد عبد الله. ماجستير.

الأهداف:

- التعرف على فاعلية استخدام مجموعة الألعاب التمهيدية المقترحة في الجزء المخصص للنشاط التعليمي و التطبيقي بدرس التربية الرياضية، على تحسين بعض القدرات البدنية والمهارات الأساسية في كرة اليد.

المنهج: تجريبي.

العينة: الصف الثاني متوسط بلغ عددهم 25 طالبا مجموعة تجريبية أما المجموعة الضابطة بلغ عددهم 25 طالبا.

الاستنتاجات:

- تفوق المجموعة التجريبية التي طبق عليها مجموعة الألعاب التمهيدية في جميع الاختبارات القدرات البدنية على المجموعة الضابطة.
 - تفوق المجموعة التجريبية التي طبق عليها مجموعة الألعاب التمهيدية في جميع الاختبارات المهارات الأساسية على المجموعة الضابطة.
 - وجود حجم تأثير قوة بين المجموعة التجريبية والتي استخدمت الألعاب التمهيدية وبين المجموعة الضابطة والذي استخدمت أسلوب الأوامر في الاختبارات البدنية والمهارية في كرة اليد ولصالح المجموعة التجريبية.
- 9-1-6 **الدراسة التاسعة:** "تأثير استخدام الألعاب التمهيدية على تعلم بعض المهارات الهجومية لبراعم كرة اليد ، 2016، د/تامر محمود السعيد محمد.

هدف البحث :

يهدف هذا البحث إلى التعرف على تأثير استخدام الألعاب التمهيدية على تعلم بعض المهارات الهجومية (استلام الكرة – التمير الكبراجي من خطوة ارتكاز) لبراعم كرة اليد .

المنهج : تجريبي.

العينة: براعم كرة اليد تحت 8 سنوات، 16 برعم للدراسة الاستطلاعية وبتالي أصبحت العينة الأساسية 36 برعم تم تقسيمهم إلى مجموعتين .

الإستخلاصات:

-الألعاب التمهيدية لها تأثير إيجابي على تعلم بعض المهارات الهجومية (استلام الكرة – التمير الكبراجي بخطوة ارتكاز – التنطيط – التصويب الكبراجي من خطوة ارتكاز) لبراعم كرة اليد.
-الألعاب التمهيدية لها تأثير أكثر إيجابية من الطريقة التقليدية في تعلم بعض المهارات الهجومية (استلام الكرة – التمير الكبراجي بخطوة ارتكاز – التنطيط – التصويب الكبراجي من خطوة ارتكاز) لبراعم كرة اليد .

10-1-6 الدراسة العاشرة: " أثر وحدات تدريبية للألعاب المصغرة في تنمية صفة الرشاقة لدى لاعبي كرة اليد " . 2016/2015 – سعداوي صهيب . ماستر .

المنهج : تجريبي.

العينة: فريق كرة اليد صنف مدارس للمودية 16 لاعب (9-12) سنة.

الاستنتاجات :

- تقارب بين العينتين الضابطة و التجريبية في مستوى عنصر الرشاقة أثناء إجراء الاختبارات القبلية.

- تحسين على مستوى العناصر البدنية المستهدفة في المجموعة التجريبية أثناء إجراء الاختبارات القبلية و البعدية لصالح البعدية.

- دمج الألعاب المصغرة أثناء التدريب يساعد على تطوير اللاعبين لصفاتهم البدنية.

11-1-6 الدراسة الحادي عشر : " بناء برنامج مقترح لتعل يهية الألعاب لتنمية بعض المهارات

الأساسية لكرة اليد (تمير- واستقبال-التنطيط) " . 2017/2016 – حمزة قاسمي – علي ثامري . ماستر .

الأهداف :

- معرفة تأثير البرنامج المقترح لتعل يهمية الألعاب على تنمية بعض المهارات الأساسية لكرة اليد(التمرير واستقبال-التنطيط).
- التعرف على فروقات بين المجموعتين التجريبية و الضابطة في تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة اليد..

المنهج: تجريبي.

العينة: 22 لاعب أصاغر(9-12)سنة نادي وفاق الرياضي بالجلفة.

الاستنتاجات:

- حققت المجموعة التجريبية تطورا ملحوظا في جميع المتغيرات قيد البحث وبأن للبرنامج المقترح تعليمية الألعاب دورا فعالا و كثيرا في تعلم المهارات.
- يؤثر مقترح برنامج تعليمية الألعاب خلال وحدات المجموعة التجريبية إيجابيا في تعلم المهارات التمرير و استقبال و التنطيط في كرة اليد.

12-1-6 الدراسة الثاني عشر: " فاعلية برنامج في التربية الحركية قائم على التعلم النشط باستخدام الألعاب التمهيدية في تنمية الإدراك الحركي وبعض المهارات الأساسية لألعاب القوى لدى تلاميذ الصف الخامس إبتدائي.2017- نور محمد عبد الجليل عبد الباسط . دكتوراه.

المنهج: التجريبي.

العينة: تلاميذ الصف الخامس ابتدائي.

الاستنتاجات:

- وجود فرق دال إحصائيا عند مستوى (1.15) بين متوسطي درجات تلاميذ المجموعتين التجريبية و الضابطة في التطبيق البعدي لمقياس الإدراك الحركي ككل. وكذلك في كل بعد من أبعاده لصالح تلاميذ المجموعة التجريبية.
- وجود فرق دال إحصائيا عند مستوى (1.15) بين متوسطي درجات التلاميذ المجموعتين التجريبية و الضابطة في تطبيق البعدي للاختبارات المهارية الأساسية لمسابقات ألعاب القوى (العدو من البدء العالي-التتابع تسليم وتسلم العصا-الوثب العالي بالطريقة المقصية-رمي الكرة) لصالح تلاميذ المجموعة التجريبية و في ضوء تلك النتائج قدم البحث مجموعة من التوصيات و البحوث المقترحة.

13-1-6 الدراسة الثالثة عشر: "تأثير برنامج لألعاب التمهيدية على الدعم النفسي وتعلم المهارات الأساسية في كرة السلة لتلاميذ المرحلة الإعدادية". 2018 - أية أنور عبد المطلب عبده. ماجستير. الأهداف:

- التعرف تأثير برنامج لألعاب التمهيدية على الدعم النفسي لتلاميذ المرحلة الإعدادية.
- التعرف تأثير برنامج لألعاب التمهيدية المقترح على تعلم المهارات الأساسية في كرة السلة لتلاميذ المرحلة الإعدادية .

المنهج: تجريبي .

العينة: تلاميذ المرحلة الإعدادية.

الاستنتاجات:

- مقياس الصف الثاني الإعدادي: ثم بناء مقياس الدعم النفسي لتلاميذ المرحلة إعدادية، وقد توصلت الباحثة إلى ستة محاور لبناء المقياس، هم المحور الأول: الثقة بالنفس و المحور الثاني: مواجهة الخوف من الفشل واحتوى على 10 عبارات. المحور الثالث: الاتصال مع آخرين واحتوى على 13 عبارة. المحور الرابع: الدعم الوجداني. المحور الخامس: الإدراكي. المحور السادس: الرغبة في التعلم يحتوي المقياس على 55 عبارة إيجابية و 13 عبارة سلبية.

2-6 التعليق على الدراسات:

بعد العرض السابق للدراسات السابقة، يمكن توضيح جوانب التركيز في هذه الدراسات حتى يتم الربط بينها وبين الدراسة الحالية، وكذلك لأهمية الوقوف على ما يفيد ويدعم الدراسة في جوانبها المتعددة والمرتبطة بالتلاميذ خاصة في مرحل الطفولة المتأخرة (10-11) سنة، والتي من الأهمية إبرازها لفائدتها العلمية والعملية للدراسة الحالية، إضافة إلى تحليل هذه الدراسات يساعد الطلبة على توضيح مدى الاتفاق أو الاختلاف بين هذه الدراسات والدراسة الحالية، وكذا أوجه الاستفادة من هذه الدراسات. وأستعرض فيما يلي تعليق على الدراسات السابقة:

- ضرورة الاهتمام بتلاميذ المرحلة الابتدائية .
- ضرورة إنجاز بحوث علمية في مجال التربية البدنية والرياضية حيث تصب اهتمامها بفئة تلاميذ المدارس الابتدائية بصفة عامة.
- لفت انتباه المسؤولين إلى ضرورة وجود أستاذ التربية البدنية والرياضية في كل مدرسة ابتدائية.
- دور وأهمية حصة التربية البدنية والرياضية في هذه المرحلة .

3-6 نقد الدراسات :

أستخلص من خلال عرض هذه الدراسات التي اهتمت بالألعاب التمهيدية، عدة نقاط ويمكن إبرازها كما يلي :

1-3-6 من حيث الهدف: اتفقت الدراسات السابقة على استخدام البرامج الحركية المقترحة لتنمية وتحسين بعض القدرات البدنية والمهارات الحركية وتتفق الدراسة الحالية مع هذه الدراسات في أنها تستخدم برامج حركية غنية بالألعاب التمهيدية لاكتساب وتنمية الجانب البدني والمهاري .

2-3-6 من حيث المنهج المستخدم: اتفقت الدراسات السابقة في استخدام المنهج الشبه التجريبي واتبعت جميعها الاختبار القبلي والبعدي . ماعدا دراسة (خالي يوسف ، 2015) استخدمت المنهج الوصفي. كما تتفق الدراسة الحالية مع هذه الدراسات في المنهج الشبه التجريبي، حيث يتميز هذا المنهج بضمان عدم تداخل أي عوامل خارجية للمجموعة التجريبية لأن القياس القبلي و البعدي يتم على نفس المجموعة ذاتها.

3-3-6 من حيث العينة: اتفقت الدراسة الحالية مع بعض الدراسات واختلفت مع بعض وذلك تبعاً لظروف مجتمع كل دراسة و الهدف منها.

4-3-6 من حيث أهم النتائج: أظهرت الدراسات السابقة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية التي طبق عليها البرنامج المقترح.

4-6 مدى الاستفادة من الدراسات السابقة :

إن هذه الدراسات في مجملها قد ساهمت في إلقاء الضوء على تحديد الأسس الهامة لهذه الدراسة مثل:

- تحديد موضوع الدراسة الحالية و الهدف منها.
- تحديد المنهج المناسب لموضوع الدراسة الحالية.
- تحديد العينة وطريقة اختيارها وحجمها.
- تحديد محتوى البرنامج المقترح واختبارات المطبقة لهذه الفئة.
- تحديد الأدوات المناسبة لجمع البيانات.
- تحديد المعالجة الإحصائية بما يتناسب مع طبيعة فروض الدراسة وأهداف الدراسة الحالية.
- التعرف على مدى تطبيق نتائج البحث الحالي مع نتائج الدراسة السابقة.

التعريف بالبحث

وفي هذا السياق فضلت الطالبة البداية من حيث انتهت منه هذه الدراسات التي عثر عليها، وهذا بالقيام بالدراسة الحالية بهدف التعرف على فاعلية الألعاب التمهيدية في اكتساب الجانب البدني والمهاري في نشاط كرة اليد لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي بهدف إعدادهم وتحضيرهم للمرحلة التعليمية المقبلة.

الباب الأول

الدراسة النظرية

مدخل الباب الأول :

تطرت الطالبة في هذا الباب إلى فصلين حيث تم التطرق في الفصل الأول إلى الألعاب التمهيدية والفصل الثاني تناولت فيه نشاط كرة اليد والمرحلة العمرية (10-11) سنة وخصائصها.

الفصل الأول

الألعاب التمهيدية

تمهيد :

اللعب هو الوسيلة التي يكتشف بها الإنسان الخبرات المتنوعة في مختلف الأوضاع لمختلف الأغراض. فبواسطته يتعامل الطفل مع الأشياء كأنها كائنات تمتلك معاني محددة ، ولهذا فإن الطفل من خلال اللعب يكتشف اتجاهاته ويختبرها كما يساعده في الاقتراب من الراشد ويزيد في جرأته الحسية و الحركية و اللغوية ويمتص طاقته الزائدة ويعده للنشاط الجديد ويخفف من حدته الانفعالية.

وتعتبر الألعاب التمهيدية أيضا قاعدة الألعاب ، فمن خلالها يمكن الوصول بالطفل إلى تعلم اللعبة الجماعية أو الفردية بصفتها العامة.

وتدرج الألعاب التمهيدية في الحصص التعليمية لعدة أسباب منها التحفيز ، وذلك قصد وضع الطفل في وضعيات تسمح له بإعطاء أجوبة خاصة به عن طريق النظرة الذاتية "روح الإبداع" في جو من الانبساط والترفيه إضافة إلى عامل التحضير الذي يرمي إلى إكساب الطفل الصفات البدنية وكيفية إنجاز المهارات الحركية ، وكذا نقل التجارب و المعارف التكتيكية من أجل ممارسة الألعاب الرياضية.

ولقد تطرقت في هذا الفصل إلى كل من تعريف اللعب وذكر سماته وأهدافه ووظائفه ، وتعريف الألعاب التمهيدية ومفهومها وأهميتها ، إضافة إلى أنواعها وخصائصها كما تناولت أهدافها ومميزاتها .

1-1. مفهوم اللعب:

نشاط موجه ، أو غير موجه. يغير عن حاجة الفرد إلى الاستمتاع والسرور وإشباع الميل الفطري له، وهو ضرورة بيولوجية في بناء و نمو الشخصية المتكاملة للفرد، وهو سلوك طوعي ذاتي اختياري داخلي الدافع غالبا، أو تعليمي تكيفي يوافق النفس. وهو وسيلة لكشف الكبار عن عالم الطفل للتعرف على ذاته وعلى عالمه ويمهد لبناء الذات المتكاملة في ظل ظروف تزداد تعقيدا ويزداد معها تكيفا. (الهادي، نبيل، 2004، ص 43).

عملية تمثيل تعمل على تحويل المعلومات الواردة لتلائم حاجات الفرد، فاللعب والتقليد والمحاكاة جزء لا يتجزأ من عملية النماء العقلي و الذكاء. (أحمد، مرعي، توفيق، 2001، ص 10).

يعد اللعب نشاطا حرا قد يوجه ويستثمر لإنماء سلوك الأطفال و شخصيتهم. وقد يوجه من قبل الكبار لصالح الصغار وتربيتهم، وقد يكون لغاية المتعة و التسلية كما في الألعاب التعليمية. وهناك تعريفات أخرى قد تضيف أبعادا جديدة إلى معنى اللعب ومفهومه، أو على الأقل تعطيه أهمية أو دورا ضروريا في حياة الأطفال و تربيتهم و إنمائهم .

فالعاب من خلال المصطلحات العلوم الإنسانية و الاجتماعية يقول {أشتي.1994}: "اشترك الفرد في نشاط رياضي أو ترويحي، و اللعب قد يكون حرًا ، أي يتأثر عن واقع طبيعي. كما قد يكون منظماً ويسير بموجب القوانين و الأنظمة المعترف بها". ويقتصر هذا التعريف على الجانب الترويحي. أم قوله إنه: "نشاط اجتماعي يشترك فيه عدد من الأفراد أو الجماعات طبقاً لقواعد معينة للوصول إلى أهداف محددة، وهو حافظ طبيعي لتصريف الطاقة الزائدة. و لنمو أعضاء الجسم، وإعداد الصغار للحياة". أما "تايلور" المشار إليه بلقيس و مرعي. 1987 فيعرف اللعب على أنه "أنفاس الحياة بالنسبة للطفل، إنه حياته، وليس مجرد طريقة لتمضية الوقت و إشغال الذات. فاللعب هو كما في التربية و الاستكشاف ، و التعبير الذاتي، و الترويح و العمل للكبار".

ومن التعاريف المهمة للعب تعريف بلقيس و مرعي (1987) و الذي ينص على أن "اللعب نشاط حر و موجه يكون على شكل حركة أو عمل و يمارس فردياً و جماعياً و يستغل طاقة الجسم الحركية و الذهنية، و يمتاز بالسرعة و الخفة لارتباطه بالدوافع الداخلية، و لا يتعب صاحبه. و به يتمثل الفرد المعلومات و يصبح جزءاً من حياته و لا يهدف إلى الاستمتاع".

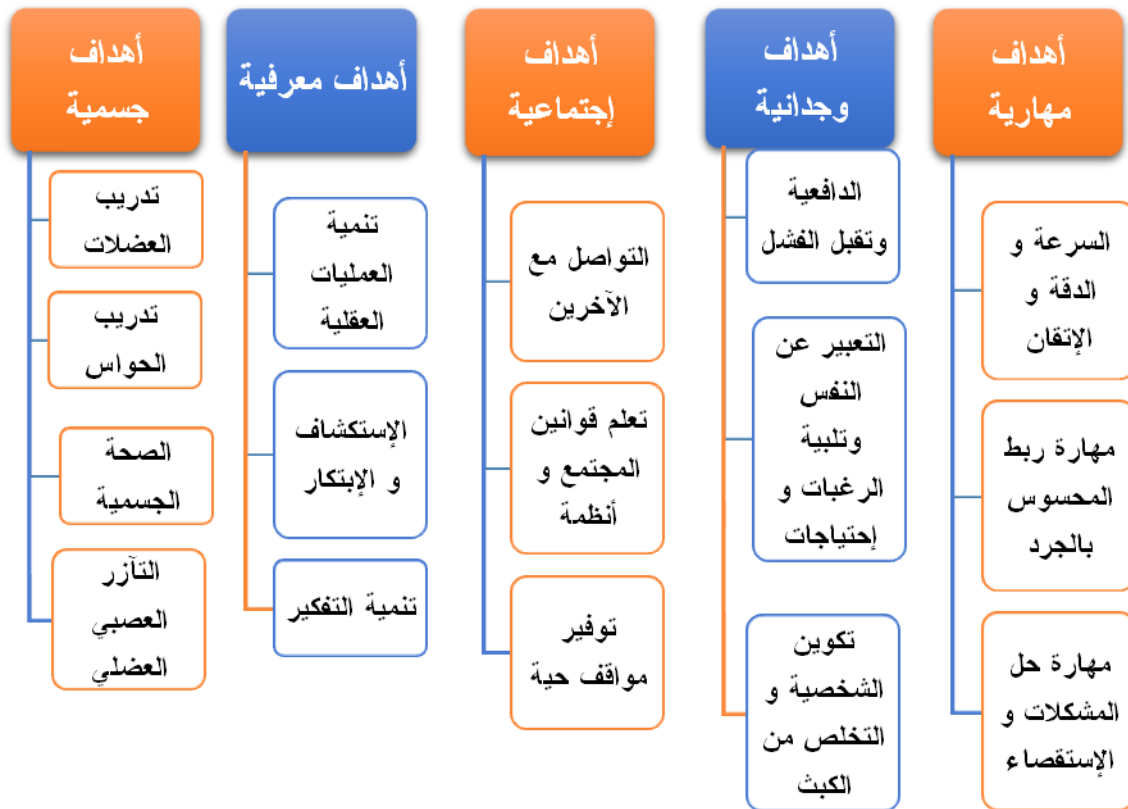
ومما سبق ترى الطالبة أن اللعب هو نشاط رياضي حركي و اجتماعي موجه يمارس فردياً و جماعياً و يستغل طاقة الجسم الحركية و مرتبط بالدوافع الداخلية.

2-1-1 سمات اللعب :

- من خلال تحليل لهذه التعريفات الموجودة في الادب التربوي الخاص بالألعاب فننتوصل إلى سمات اللعب وهي:
- اللعب نشاط حر لا إجبار فيه و غير ملزم للمشاركين فيه، و قد يكون بتوجيه من الكبار كما في الألعاب التعليمية، أو بغير توجيه كما في الألعاب الشعبية.
 - يشتمل اللعب دائماً على المتعة و السرور يحققها التلاميذ و في بعض الأحيان المشاهدين.
 - اللعب نشاط فردي أو زمري، قد يمارسه الفرد بمفرده مثل الألعاب التركيبية أو قد يمارسه ضمن زمرة (مجموعة) كما في الألعاب التعليمية .
 - الدافع الرئيسي في البداية هو الاستمتاع و قد ينتهي إلى التعلم.
 - من خلال اللعب يمكننا استغلال الطاقة الحركية و الذهنية للاعب في أن احد.
 - يرتبط اللعب بدوافع الداخلية الذاتية للتلميذ حيث أنه يتطلب السرعة و الخفة و الانتباه و غالباً مالا يشعر التلميذ بالتعب.
 - اللعب مستقل و يجري في حدود زمان و مكان محددين و متفق عليهما.
 - للعب مطلب أساسي لنمو الطفل و لتلبية احتياجاته المتطورة، إن اللعب حياة.
 - اللعب عملية تمثل، أي أن الطفل يتعلم باللعب، و حتى يكون اللعب فعالاً لابد للطفل من تمثيله.
 - يخضع اللعب لقواعد و قوانين تحددها طبيعة اللعبة و التلاميذ .

3-1-1. أهداف اللعب :

- مساعدة الطفل على التعلم،وعلى استكشاف العالم الذي يعيش فيه.
- تنمية الجوانب المعرفية المختلفة للطفل.
- تنمية النواحي الاجتماعية والوجدانية للطفل.
- تخليص الأطفال من توتراتهم النفسية المختلفة،وحل مشكلاتهم.
- تنمية القدرة التعبيرية لدى الأطفال.
- مساعدة الطفل على النمو الجسدي المتوازن.
- تنمية التفكير الإبداعي والإبتكاري لدى الطفل.
- اكتشاف مشاعر الأطفال واتجاهاتهم وقيمهم ومدركاتهم.
- لقد لخص عفانة (1996) أهداف اللعب في الشكل لآتي:



شكل (1):التقسيمات الرئيسية للأهداف اللعب

4-1-1. وظائف اللعب :

- يمثل اللعب وسيلة تساعد في إحداث تفاعل الطفل مع عناصر البيئة و مكوناتها لغرض تعلمه و إنماء شخصيته و سلوكه.

-يمثل اللعب وسيلة تعليمية تقرب المفاهيم إلى الأطفال وتساعدهم في إدراك معاني الأشياء والتكيف مع واقع الحياة.

-يمثل اللعب أداة فعالة في تفريغ التعليم وتنظيمه لمواجهة الفروق الفردية وتعليم الأطفال وفقا لإمكاناتهم وقدراتهم.

-يمثل اللعب أداة فعالة يمكن استعمالها لتخليص الأطفال من الأنانية والتمركز حول الذات ونقلهم إلى مرحلة تقدير الآخرين وإعطاء الولاء للجماعة والتكيف معها.

-اللعب وسيلة مرنة يمكن أن توفر فرصا، أو مداخل للإحداث النمو والتوازن لدى الأطفال إضافة إلى أنه يشبع ميولهم ويلبي رغباتهم.

-اللعب أداة ترويض لتطوير جسم الطفل وإيمائه وتشكيل أعضائه وإنضاجها وإكسابها المهارات الحركية المختلفة التي تنطوي على أهداف تربوية.

-اللعب يمثل أسلوب المجتمع في توفير الفرص للإطلاق القدرات الكامنة و اكتشافها ورعايتها وتوجيهها.وهو بذلك يعد صمام الأمان ، ومؤسسة تربوية حقيقية تعمل تلقائيا قبل المدرسة وبعدها . (العيلة، 2007، ط4، ص 33،54).

1-2-1. مفهوم الألعاب التمهيدية :

الألعاب التمهيدية تعتبر من أنشطة اللعب الترويحية التنافسية التي تلعب دورا حيويا في نمو وتقديم الأطفال، كما أنها وسيلة هامة في تربية النشء، وإعداده للحياة المستقبلية بطريقة عملية يكون الدافع فيها ميل الناشئ التلقائي للعب مع أقرانه فهي تبعث السرور والمرح في نفوس ممارسيها، ويغلب على هذا النشاط المنافسة الشريفة ، والحماس والأداء بإيجابية فعالة أثناء الممارسة . (فرج، 2002، ص 294،295).

هي مجموعة من ألعاب الجري وألعاب الكرات، وألعاب اللياقة التي تتميز بطابع السرور والمرح والتنافس مع مرونة قواعدها وقلة أدواتها وسهولة ممارستها وتكرارها عقب بعض الإيضاحات البسيطة(علاوى، 1999، ص 15).

إن الألعاب التمهيدية تمد الطفل بخبرات هامة في المدرسة على اختلاف مستوياتها فهي تساعد في تحقيق الحاجة إلى نشاط العضلات الكبيرة ، وإلى تنمية المهارات الأساسية حيث تعتبر الألعاب التمهيدية أكثر تحقيقا من الألعاب الصغيرة (فرج، 2002، ص 359).

يقصد بها الألعاب والأنشطة المنظمة المختارة أو الموضوعية لخدمة نوع معين من الألعاب الأخرى الكبيرة. وهدفها إتقان المهارات الأساسية في صورة أكثر قبولا وأحسن نتيجة كما أن هذا النوع يعتبر

عنصرنا ناجحا للممارس حيث يكون أدائها في مواقف مشابهة للمواقف التي تؤدي بها المهارات كما في المباريات مما تكسبه حسن التصرف و القدرة على الأداء المهاري في الظروف المختلفة.(فرج، 2002).

هي نشاط تنافسي ترويعي يؤدي في تشكيلات مختلفة لمجموعات من الأفراد دون التقييد الحرفي بالقوانين الدولية للعبة وتمتاز بأنها توفر عناصر الدافعية و الحماس والمنافسة التي تصيغ الأداء بالفاعلية أثناء الممارسة، وتندرج الألعاب التمهيدية من ألعاب بسيطة إلى ألعاب أكثر تعقيدا والتي تشبه إلى حد كبير الألعاب الرياضية الكبيرة من حيث المهارات الحركية و القوانين.

هي الألعاب أكثر تنظيما و تعقيدا من الألعاب الصغيرة تشبه إلى حد ما الألعاب الكبيرة و يطلق عليها الألعاب التمهيدية أو الإعدادية للألعاب الكبيرة و يقصد بها تلك الألعاب التي تخدم نوع معين من الألعاب الكبيرة مثل كرة اليد و السلة و الكرة الطائرة... إلخ و تستلزم قدرات حركية و عقلية على مستوى أعلى من الألعاب الصغيرة..(مرقص، ص 79).

ومن خلال ما ورد ترى الطالبة أن الألعاب التمهيدية هي مجموعة من الألعاب تتميز بطابع السرور و المرح و وضعت لخدمة نوع معين من الألعاب الكبيرة، تهدف إلى إعداد الفرد للمهارات الأساسية للرياضات الجماعية مثل كرة اليد، السلة و كرة الطائرة.

1-2-2.. ماهي الألعاب التمهيدية :

تتميز الألعاب التمهيدية عن ألعاب الفرق (كرة اليد و كرة السلة و كرة الطائرة) في أنها يمكن ممارستها في ملاعب أقل مساحة و فيها فرصة لاشتراك عدد أكبر من اللاعبين المسموح بهم في ألعاب الفرق، كما أنها تعتبر مجالا مناسباً لأن يتشبع كل فرد ميله إلى اللعب و تحقيق ذاته خاصة إذا كان لم يتمتع بالقدرات الحركية المناسبة لممارسة ألعاب الفرق و تطبق في الألعاب التمهيدية القواعد المرتبطة بالمهارات الحركية الأساسية من تدرج من البسيط إلى الأكثر تعقيدا، و من حيث السرعة و التركيب و الاشتراك مع عدد أكبر و الربط بين مهارة حركية و أخرى مع إتباع قواعد و قوانين تتشابه إلى حد كبير مع قوانين ألعاب الفرق و تستخدم الكرة التي تستخدم في ألعاب الفرق في الألعاب التمهيدية.

وفي هذه الألعاب يمكن تعلم أو إتقان بعض المهارات الأساسية للعبة ما مجتمعة أو منفردة في صورة لعبة صغيرة يمكن التغاضي فيها عن بعض نقاط القانون مثل عدد اللاعبين أو مساحة الملعب، كما يمكن التركيز على بعض النقاط الأخرى الأكثر أهمية مثل قاعدة 3 ث أو 3 خطوات في كرة اليد. و بذلك تكون اللعبة أكثر قبولا و إثارة للاعبين، كما يمكن وضع اللاعبين عن طريق هذه الألعاب في مواقف تشبه تلك التي يقابلها في المباريات و المنافسات الحقيقية، الأمر الذي يكسب اللاعب حسن التصرف و القدرة على أداء المهارات تحت ظروف يحتمل أن يتعرض لها في المباراة.

وكرة اليد ضمن الألعاب التي يظهر فيها التفكير الجماعي و التصرف السليم الذي له أثر واضح في نتائج المباريات...لذا فالألعاب التمهيدية لكرة اليد تساعد المعلم على بث هذه الروح في فريقه بطريقة تربوية محببة إلى نفوسهم وعن طريق الألعاب التمهيدية يتعلم المبتدئين التوافق وسرعة رد الفعل كما تكسبهم عناصر هامة من عناصر اللياقة البدنية التي تسهم في سرعة تعلم المهارات الأساسية فيكتسب المبتدئين عن طريق الألعاب التمهيدية عنصر السرعة والدقة والرشاقة والتوافق.

ومن الممكن تنمية المهارات و القدرات بتمارين فردية تأتي ببعض التقدم غير أنه يكون التقدم أكمل إذا أدخل عامل اللعب الجماعي في شكل مشوق وتنافسي حتى يكون أكثر إنتاجا من ناحية إقبال النشء عليها لإبعاد عامل الملل.(مرقص، ص 202).

يشير محمد علاوي 1986 إلى استخدام المراجع الرياضية في السنوات الأخيرة مصطلح الألعاب التمهيدية بالإشارة إلى مجموعات متعددة من ألعاب الكرات الصغيرة والألعاب التي تمارس باستخدام التنافس. مع مرونة قواعدها وقلة أدواتها وسهولة ممارستها وتكرارها عقب بعض الإيضاحات الأدوات الصغيرة وألعاب الرشاقة وما إلى ذلك من مختلف الألعاب التي تتميز بطابع السرور والمرح و البسيطة.(علاوي، 1999، ص 14، 15).

الألعاب التمهيدية أصبحت من المقومات التي يحتاج إليها أي برنامج للتربية الرياضية وعلى المدرس أن يكون ملما بالكثير منها من حيث طرق تنظيمها والأجهزة والأدوات اللازمة والفوائد التي تعود من ممارستها.

كما يشير "محمد حسن علاوي" إلى أن الألعاب التمهيدية تتميز بالثراء الواضح بالنسبة للتعلم الحركي وتعمل على إكساب الفرد الكثير من المهارات الحركية المركبة مما يسهم في ترقية التوافق والقدرة على الاستيعاب الحركي وتنمية صفات الرشاقة وسرعة الاستجابة و المرونة، كما تسهم في تنمية القدرة على تطوير أداء الفرد للمهارات الحركية المختلفة مما يزيد من ميل الفرد نحو ممارسة النشاط الرياضي وتعمل على الارتقاء بمستوى قدراته.

وفي هذه الألعاب يمكن تعلم وإتقان بعض المهارات الأساسية للعبة ما مجتمعة أو منفردة في صورة لعبة صغيرة يمكن التغاضي فيها عن بعض نقاط القانون مثل عدد اللاعبين أو مساحة الملعب، كما يمكن التركيز على بعض النقاط الأخرى، وبذلك تكون اللعبة أكثر قبولا وإثارة للتلاميذ، كما يمكن وضع اللاعبين عن طريق هذه الألعاب في مواقف تشبه تلك التي يقابلها في المباريات والمنافسات الحقيقية، الأمر الذي يكسب اللاعب حسن التصرف والقدرة على أداء المهارات تحت ظروف يحتمل أن يتعرض لها في المباراة.

كذلك فإن الألعاب التمهيدية تستلزم قدرات حركية وعقلية أعلى من الألعاب الصغيرة ، كما تسمح للاعبين ذوي القدرات الضعيفة في المهارات الأساسية أن يرتفع مستواهم من خلال ممارسة تلك الألعاب والتي تكسيهم تلك المهارات بصورة مبسطة.(رانيا ،2001).

وتعمل الألعاب التمهيدية على وجود تفاعل بين الإدراك والحركة ،ولذا ينمو ويتحسن الإدراك الحركي حيث يتم تعلم المهارات الحركية من خلال هذه الألعاب التمهيدية .(إبراهيم ، 2001 ، ص 24).
ومما سبق يتضح للطالبة أن الألعاب التمهيدية يمكنها تعلم وإتقان بعض المهارات الأساسية للعبة ما في صورة لعبة صغيرة يمكن التغاضي فيها عن بعض نقاط القانون مثل عدد اللاعبين أو مساحة الملعب ، كما يمكن التركيز على بعض النقاط الأخرى، وبذلك تكون اللعبة أكثر قبولا وإثارة للتلاميذ وتشويقا كما تكسيهم عناصر هامة من عناصر اللياقة البدنية التي تسهم في سرعة تعلم المهارات الأساسية .

3-2-1 أهمية الألعاب التمهيدية :

يرى محمد علاوي 1999 أن الألعاب التمهيدية كأحد الوسائل الهامة التي تصيغ الوحدة التعليمية أو الوحدة التدريبية بطابع التشويق كما أنها من الوسائل ذات الأهداف التربوية الهامة بالإضافة إلى إسهامها بقدر كبير في الارتقاء بالقدرة الوظيفية لمختلف أجهزة الجسم. (علاوي ، 1999 ، ص 35)

ويذكر نبيل غادا، محمد الشحات 1995 أن الألعاب التمهيدية ترتب ارتباطا كبيرا بالألعاب الكبيرة فهي بصورتها الصغيرة تؤدي إليها وتأخذ طابعا كبيرا بالألعاب الكبيرة فهي بصورتها الصغيرة تؤدي إليها وتأخذ طابعا وتظهر أهمية الألعاب التمهيدية بصورة واضحة من الناحية البدنية و الترويحية بالنسبة للاعبين لمختلف الألعاب الكبير ككرة القدم، كما تساهم مساهمة فعالة في التدريب الرياضي للألعاب الكبيرة من إتقان المهارات الأساسية وحسن تطبيق خطط وطرق اللعب المختلفة لهذه الألعاب (محمد الشحات، 1995 ، ص 113).

الألعاب التمهيدية تحتل مكانة هامة في خطة التعليم ،فهي تعد من الوسائل الهامة المفضلة في مجال إعداد الخصائص الحركية الأساسية لتحسين القدرات البدنية، كما تشير نوال شلتوت وعزة عبد الحلیم 1988م إلى أن العملية التعليمية لا تكتمل بدون نوع من المنافسة، وذلك لاحتياج التلاميذ في نموهم لدرجة من التحدي، وبدون المنافسة في الأنشطة التي تتحدى قدرات التلاميذ لا يكون هناك حافز للتقدم.

وتشير نبيلة شحاتة 1987م إلى أنه من خلال أنشطة الألعاب التمهيدية المتنوعة يمكن لأي متعلم أن يحقق نوعاً من النجاح وخاصتها في الأنشطة التنافسية التي يتضمنها الدرس مما يزيد من حماسه وميله للدرس وبذلك تزداد سرعة تعلمه.

كما ترى سعاد إبراهيم 1986م عن محمد حافظ وفرحات مرزوق أن الألعاب التمهيدية تعتبر إحدى جوانب الأنشطة الرياضية ووسيلة هامة من وسائل التربية التي تسير وفقاً لأصول التربية العامة وطرقها وتنوعها تباين قواعدها واختلاف أساليبها بين السهل البسيط والصعب المركب، وتتمشى مع طرق التربية حيث يبدأ النشاط من المعلوم إلى المجهول ويتنوع الموضوع لإشباع الرغبات وزيادة الدافعية نحو الممارسة والبعث عن الملل، وبهذا تتفق الألعاب التمهيدية في مبادئها مع ما ترمي إليه التربية العامة نحو تنمية قدرات الأداء البدني والعقلي وتحسين الصحة وتكوين الصفات الاجتماعية و الخلقية لدى التلاميذ بهدف تنمية الشخصية المتكاملة للنماء، ولذا يجب على المدرس أن يختار ما يناسب المرحلة السنوية للتلاميذ ومستوى قدراتهم وأن يضع خطته تبعاً لمراحل النمو بحيث تتدرج تبعاً لخصائص كل مرحلة.

ويتضح من العرض السابق أن الألعاب التمهيدية هي إحدى الوسائل الرئيسية التي تجعل درس التربية الرياضية يتسم بطابع المرح والسرور والترويح والمنافسة والفاعلية في الأداء أثناء الممارسة وهو ما يميز الألعاب التمهيدية حيث يميل التلاميذ في هذه المرحلة للمنافسات والمسابقات.

تعتبر الألعاب التمهيدية إحدى الوسائل الهامة التي تساعد على عدم تسرب الملل والسأم إلى نفوس التلاميذ مما يجعل الممارسة أكثر فاعلية ونسبة العائد من الدرس أفضل، كذلك إسهامها في تطوير شكل الدرس وجعله يتسم بالنشاط والحركة وذلك لمناسبتها لقدرات وإمكانات وحواس وانفعالات التلاميذ ولاسيما في المرحلة الإعدادية.

ويوضح حنفي مختار 1981م إلى أن الألعاب التمهيدية تلعب دوراً هاماً في درس التربية الرياضية حيث تعمل على تطوير صفات الناشئ البدنية من خلال الممارسة والأداء. كما يشير محمد علاوي 1998م إلى أهمية استخدام الألعاب التمهيدية في تنمية القدرات الوظيفية لأجهزة الجسم وامتداد تأثيرها ليشمل الجوانب الحركية للفرد وترقية قدراته. (زكريا، 2000، ص 10، 11).

1-3-2-1.. الأهمية التربوية للألعاب التمهيدية :

تحتل الألعاب التمهيدية مكانة مرموقة في خطة التعليم فهي تعتبر وسيلة تساعد المعلم على تثبيت الجانب التربوي بجانب تعليم المبتدئين النظام والطاعة والتفكير الجماعي وحسن التصرف، وهي تعتبر وسيلة اكتشاف لقدرات واستعدادات الطفل لممارسة الألعاب الكبيرة والعاب الفرق، فهي تعد اللاعب إعداداً سليماً من حيث تنمية قدراته الحركية لأنها تحتوي على تدريبات سرعة وقوة ورشاقة

ومرونة وجلد ودقة كما تحتوي على مسابقات تختبر مدى قدرة اللاعب على إجادة المبادئ الأساسية للألعاب الكبيرة. (مرقص، ص 201).

تذكر سعاد السيد عن محمد علي حافظ وفرحات مروق (1986) أن الألعاب التمهيدية تعتبر إحدى جوانب الأنشطة الرياضية ووسيلة من وسائل التربية التي تسير وفقا للأصول التربوية العامة وطرقها وتباين قواعدها واختلاف أساليبها بين السهل البسيط والصعب المركب، وتتمشى مع طرق التربية حيث يبدأ النشاط من المعلوم إلى المجهول، وتنوع الموضوع لإشباع الرغبات وزيادة الدافعية نحو الممارسة و البعد عن المال وبهذا تتفق الألعاب التمهيدية في مبادئها مع ما ترمي إلى التربية العامة. (سعاد، 1986، ص2).

وتضيف سهام عبد الرحمان (1983) أن الألعاب التمهيدية وسيلة تربوية هامة يمكن عن طريقها إكساب المتعلم خصائص السلوك اللازمة لبناء مجتمع قوي متماسك لذا يجب الاهتمام بها وتدريبها وفق ما يناسب مراحل النمو المختلفة حيث أنها تكسب المتعلم الكثير من الصفات والسمات والسمات السلوكية الحميدة مثل الشجاعة والشهامة والتمسك بالحق والاعتدال وضبط النفس وتنمي أيضا مشاعر الزمالة والصدقة والتعاون، كما تكسب المتعلم من خلال المواقف المختلفة التي يمر بها من فوز أو هزيمة كيفية التحكم في انفعالاته، أيضا تعودده على نظام والطاعة والأمانة عن طريق تنفيذ قوانين الألعاب. (سهام عبد الرحمان، 1983، ص 256)

إن الاستخدام الجيد للألعاب الكرات التمهيدية للألعاب الكرات الجماعية سوف يحقق الكثير من أهداف التربية البدنية من توفير الفرص المتنوعة لاستخدام المهارات الحركية، وأيضا تحقيقها للأهداف التربوية. (مفتي إبراهيم ، 2001 ، ص 188).

1-2-3-2.. الأهمية الوظيفية للألعاب التمهيدية :

كما يذكر فاروق عبد الوهاب (1980) بأن تؤثر المتطلبات الحركية المتعددة للألعاب التمهيدية بصورة إيجابية في تنمية القدرات الوظيفية للأعضاء الداخلية، كما تعمل على الارتقاء بالقدرات الحركية للفرد. (فاروق، 1980، ص35).

كما تذكر عزة صيام (1995) أن الألعاب التمهيدية تشمل أيضا النواحي التشريحية والفسولوجية والنواحي الحركية للمتعلم بجانب النواحي التربوية السابقة فالمتطلبات الحركية المتعددة للألعاب التمهيدية تؤثر بصورة إيجابية على تنمية القدرات الوظيفية للأعضاء الداخلية وعلى تقوية الجهاز العضلي وعلى تنمية أعضاء الحواس المختلفة وعلى ترقية القدرات الحركية للمتعلم. (عزة، 1995، ص20).

فتنوع الألعاب التمهيدية وكثرتها ومدى استخدامها لكثير من الأدوات ومدى ما توفر من عناصر التشويق والمرح والسرور يسهم في العمل على تنمية القدرة الوظيفية لمختلف أجهزة الجسم ويعمل على إكساب المتعلم الخبرات الحركية المتعددة.

1-2-3.. الأهمية التعليمية للألعاب التمهيدية :

الألعاب التمهيدية يمكنها تحقيق الكثير من الأغراض التعليمية إلى جانب إسهامها في تنمية المهارات الأساسية، والخصائص الانفعالية والنواحي الاجتماعية للأطفال مما تعمل على تكوين شخصيتهم بشكل سوي ومتزن (درويش، 2002، ص 139).

تذكر نبيلة عبد المنعم (1987) أن من خلال أنشطة الألعاب التمهيدية المتنوعة يمكن لأي متعلم أن يحقق نوعاً من النجاح وخاصة في الأنشطة التنافسية التي يتضمنها الدرس مما يزيد من حماسة وميله إلى الدرس وبذلك تزداد سرعة تعلمه، وعنها يشير "بيوتشر" في هذا الصدد إلى أن السرعة التعلم تزداد كثيراً إذا ما كان الموقف التعليمي مصدر ارتياح للمتعلم. وجدير بالذكر أن الرضا والارتياح يرتبطان دائماً بالنجاح، فإذا ما حقق المتعلم نجاحاً ملحوظاً في مهارة ما فإن رغبته في التعلم تزداد حتى تسير له الحصول على قدر أكبر من النجاح. (شحاتة، 1987، ص 302).

كما تذكر سهام عفت (1983) أنه يمكن تحقيق الكثير من الأغراض التعليمية من خلال الغرض الذي توضع وتختار من أجله الألعاب التمهيدية مثل :

- ألعاب تمهيدية تكسب وتسهم في إكساب المشترك فيها اللياقة البدنية الخاصة بنوع معين من الألعاب مثل القوة، القدرة، الرشاقة، سرعة الانتقال، سرعة الاستجابة، الدقة، وذلك بحسن اختيار الألعاب التي تعمل على تنمية هذه العناصر.

- ألعاب تمهيدية تسهم في الارتقاء بالمهارات الحركية والأساسية بنوع معين من الألعاب.

- ألعاب تسهم في إكساب النواحي المعرفية لألعاب مختلفة. (سهام عبد الرحمان، 1983، ص 12).

ويوضح حسن أبو عبده (2004) أن الألعاب الصغيرة والتي تعتبر مرحلة بدابة للألعاب التمهيدية

من أهم وأنجح وسائل وطرق التعليم على المهارات الأساسية ويؤكد على أن الألعاب الصغيرة

والتمهيدية من أنجح وسائل وطرق التدريب على المهارات الأساسية في مواقف مشابهة التي تقابل

اللاعب أثناء المبارات. (حسن، 2004، ص 134).

وكنتيجة لما سبق يتضح للطالبة أن للألعاب التمهيدية أهمية تربوية وتعليمية ووظيفية ويظهر

ذلك من ناحية قدرات البدنية والعقلية والخلقية التربوية والتدريبية وزيادة الدافعية والقدرات

الوظيفية للأعضاء الداخلية.

4-2-1..قيمة الألعاب التمهيدية :

يتفق كل من محمد علاوي (1986) وإيلين فرج (2002) على أهمية الألعاب في تشكيل وتكوين جسم الفرد وتقوية مختلف أعضائه وأجهزته الحيوية وإكسابه القدرات والمهارات الحركية المتعددة. كما تعتبر من الوسائل الهامة التي تسهم في تنمية القدرات العقلية وتميز بقيمتها التربوية وتطور القدرات الحركية بالإضافة إلى إكساب الأطفال اتجاهات وعادات نفسية واجتماعية مفيدة. (علاوي، 1986، ص 23)، (إلين فرج، 2002، ص 396).

حيث تذكر سعاد السيد عن محمد علي وفرحات مرزوق (1986) أن الألعاب التمهيدية تعتبر إحدى جوانب الأنشطة الرياضية ووسيلة من وسائل التربية التي تسير وفقاً لأصول التربية العامة وطرقها وتنوعها. وهذا تتفق الألعاب التمهيدية في مبادئها مع ما ترمي إليه التربية العامة. كما تذكر عزة صيام (1995) أن الألعاب التمهيدية تشمل النواحي الحركية للمتعلم و النواحي الفسيولوجية بجانب النواحي التربوية. فالمتطلبات الحركية المتعددة للألعاب التمهيدية تؤثر بصورة إيجابية على تنمية القدرات الوظيفية وعلى ترقية القدرات الحركية للمتعلم. وعن الأهمية التعليمية للألعاب التمهيدية ذكرت نبيلة عبد المنعم (1987) أن من خلال أنشطة الألعاب التمهيدية المتنوعة يمكن لأي متعلم أن يحقق نوعاً من النجاح وخاصة في الأنشطة التنافسية مما يزيد من حماسه وبذلك يزداد تعلمه. (عماد وآخرون، 2005).

ومن خلال ما ورد ترى الطالبة أن الألعاب التمهيدية تعتبر من الوسائل الهامة التي تسهم في تنمية القدرات العقلية والتربوية والحركية للمتعلم وهذا الذي يجعلها ذات قيمة متميزة.

5-2-1..مميزات الألعاب التمهيدية :

تذكر عزة صيام 1995 أن أهم مميزات الألعاب التمهيدية هي:

-ارتباطها بعناصر المرح والسرور والاستشارة المحببة إلى النفس، إذ تتميز بمواقفها المتعددة المتباينة من لحظة لأخرى.

-تحمل في طياتها الطابع التنافسي الذي يتمثل في الكفاح الدائم المباشر وجهها لوجه مع المنافس.

-تعدد إمكانياتها الحركية ومتطلباتها الذهنية مما يسمح بتعدد السلوك الحركي والتفكير الخلاق داخل إطار قانون اللعب.

-إمكانية ممارسة عدد كبير منها تحت ظروف مبسطة دون الحاجة للكثير من المتطلبات المادية كأدوات والأجهزة بل يمكن الاعتماد على الأدوات البديلة كما يمكن ممارستها بدون أدوات أيضاً.

-سهولة تعلم وإتقان عدد كبير من الألعاب التمهيدية في وقت قصير نسبيا ، مما يمنح الفرد خبرات النجاح السارة التي تؤثر بصورة إيجابية على ثقة الفرد بنفسه وبقدراته و التي تؤثر بالتالي على مكونات شخصيته.

-لا تتطلب تكاليف باهظة من حيث الملابس أو الأدوات أو الملاعب.

-يمكن الاتفاق على قواعد اللعب في ضوء قانون اللعبة.

-تعطى الفرص لجميع التلاميذ للاشتراك في نشاط الألعاب .

-يمكن بناء درس التربية الرياضية عن طريق استخدام الألعاب التمهيدية .(عزة، 1995، ص24).

1-2-6..مميزات استخدام الألعاب التمهيدية :

ويذكر عزة حسن (1995) أن أهم ما يميز الألعاب التمهيدية هي :

-تعدد امكانياتها الحركية ومتطلباتها الذهنية .

-إمكانية ممارسة عدد كبير منها تحت ظروف مبسطة دون الحاجة لإمكانيات كثيرة.

-ارتباطها بعناصر المرح والاستثارة المحببة إلى النفس.

-سهولة تعلمها في وقت قصير نسبيا مع كثرة تعددها. (عزة، 1995، ص24).

الألعاب التمهيدية وسيلة جيدة لتعلم المهارات الأساسية للاعبين في المستوى المبتدئ فهي تطور

المهارات وذلك عن طريق إدماج عناصر التشويق والتنافس مع استخدام المهارات الحركية

ممارسة الألعاب التمهيدية في صورة منافسات تؤدي إلى تحسين المهارات الأساسية والدفاعية

والقدرات الحركية للألعاب الكبيرة

الألعاب التمهيدية هي ألعاب فرق معدلة حيث تتضمن اللعبة التمهيدية مهارة أساسية أو أكثر

كما تقوم على بعض القواعد والقوانين المبسطة وتعمل على تطوير المهارات الأساسية الممارسة ،وتتيح

الفرصة لممارسة القواعد الأساسية للعب والعمل الجماعي وتسعد الأطفال الممارسين لما تتميز به من

سهولة في تنظيمها بالإضافة إلى أنها تسهم معنوياتها في تعلم تلك المهارات.(عماد وآخرون ،2005)

1-2-7.أنواع الألعاب التمهيدية

تنقسم الألعاب التمهيدية بدورها إلى :

1-ألعاب تمهيدية أو إعدادية تكسب المشترك اللياقة البدنية الخاصة بنوع معين من الألعاب (كرة اليد).

2-ألعاب تمهيدية أو إعدادية تكسب المشترك مهارات حركية أساسية لنوع معين من الألعاب (كرة اليد).

3-ألعاب لإتقان و تثبيت وتطوير فن الأداء للمهارات الأساسية لنوع معين من الألعاب (كرة يد)(مرقص، ص 80).

1-2-8. تقسيم الألعاب التمهيدية :

هناك وجهات نظر متعددة تحاول تقسيم الألعاب التمهيدية إلى مجموعات متجانسة بالرغم من تعدد أنواعها ومجالاتها مما لا يدخل تحت حصر وتحديد.

وقد اتفق كل من حسن محمد علاوى وسهام عفت على تقسيم الألعاب التمهيدية إلى :

-ألعاب تكسب أو تسهم في إكساب الفرد عنصرا بدنيا أو أكثر.

-ألعاب تكسب وتسهم في رفع مستوى الأداء المهاري للعبة معينة.

-ألعاب تستخدم في المعسكرات و الرحلات . (العلاوى، 1986، ص 17.15)(سهام عبد الرحمان، 1983، ص 226) ،(أمين عبد الله، 1987، ص 11).

وقد ذكر كل من زينب فهبي وكمال عبد الحميد أن الألعاب التمهيدية التي تمهد لرياضة كرة اليد يمكن تقسيمها على النحو التالي:

-ألعاب التمهيدية في مجال الإعداد للخصائص الحركية.

-ألعاب تمهيدية في مجال تثبيت من الأداء الخاص.

-ألعاب تمهيدية لتطوير فن الأداء الخاص والتثبيت عليه(لانجروف،تيواندرت، 1987، ص 334،335).

1-2-9.مهارات الألعاب التمهيدية :

حدد مفتي إبراهيم (2001) بعض المهارات الخاصة بالألعاب التمهيدية والتي لا بد من توافرها لتنفيذ برنامج الألعاب التمهيدية بنجاح وهي :

-المهارات البدنية.

-المهارات الاجتماعية.

-المهارات المعرفية .

و أوضح أن المهارة البدنية هي مقدرة الأطفال على أداء مهارات الانتقال أو استخدام الكرة .

والمقصود بالمهارة الاجتماعية هي قدرة الأطفال التعامل مع متطلبات العمل الجماعي للمشاركة في

المباراة بفعالية.

ويقصد بالمهارات المعرفية هي مقدرة الطفل على تحويل المفاهيم الحركية إلى تطبيقات. (إبراهيم، 2001).

10-2-1. أسس اختيار الألعاب التمهيدية :

كما يؤكد أبراهيم سلامة 1984 على أنه ينبغي عند اختياره للألعاب التمهيدية أن يراعي بعض المبادئ الهامة التي تسهم في تحقيق الأهداف التربوية منها أن تتطلب القليل من الإعداد والتجهيز ويمكن ممارستها في مساحة صغيرة، كما تسمح باشتراط أكبر عدد من الأفراد وتتميز بسهولة تعلمها ووضوح قواعدها وأن تكون مبعثا لسرور والراحة والاسترخاء والمنافسة والتشويق، كما يراعي ضرورة التنوع عند التكرار لزيادة العامل الدافعية نحو الممارسة، وألا تقتصر فائدتها على ناحية واحدة أو تتناول بصفة سائدة جانبا واحد دون تغير. (سلامة، 1984، ص 41).

ويضيف عماد الدين عباس أوزيد 2005 أنه ينبغي اختيار هذه الألعاب أن تكون المجموعة ومتساوية العدد تقريبا ومتكافئة القوى. وأن يتم التوفيق بين غرض المعلم ورغبة المتعلم وقدراته، وأن تعلم اللاعب كيف يفوز أو يحافظ على الفوز وكيف يقابل الهزيمة بروح طيبة. (زيد، 2005، ص 205). وعموما ترى الطالبة أن يتوجب عند اختيار الألعاب التمهيدية مراعات بعض الأسس والمبادئ لتحقيق الأهداف التربوية وهذا ما ذكر أعلاه.

11-2-1. أسس وضع الألعاب التمهيدية

عند محاولة إعداد ألعاب تمهيدية للألعاب المختلفة (مثل كرة اليد) يجب مراعاة الأسس التالية :

- 1- الكرة المتحركة و اللاعب ثابت مثل التمرير من الثبات والتصويب.
 - 2- الكرة متحركة و اللاعب متحرك مثل التنطيط من الجري.
 - 3- الكرة متحركة و جميع اللاعبين متحركون مثل ما يحدث فيما يطلق عليه اسم تقسيمه أو مباراة مبسطة القواعد و القوانين أو مبسطة من حيث عدد المهارات المستخدمة فيها. (مرقص، ص 80).
- ونظرا لتعدد أنواع الألعاب ال تمهيدية فقد ظهرت الحاجة إلى وضع حد فاصل يمكن بمقتضاه سهولة تمييزها وتحديد مجالها مما يسهم في فصلها عن غيرها من الألعاب أو الأنشطة الرياضية الأخرى. ومن أهم النقاط التي يمكن بها تحديد الألعاب التمهيدية ما يلي :
- لا يشترط ممارستها طبقا لقواعد وقوانين دولية رسمية معترف بها، إذ لا يرتبط فيها زمن اللعب، أو عدد اللاعبين، أو مساحة وحجم مكان اللعب أو مواصفات الأدوات المستخدمة بأية اشتراطات أو قواعد دولية أو عالمية.
 - سهولة تغيير قواعد وقوانين اللعب بما يتناسب مع الظروف والمناسبات أو بما يتلاءم ومحاولة تحقيق الأهداف التربوية أو التعليمية المعنية .
 - عدم وجود مهارات حركية أو خطط ثابتة معينة لكل لعبة.
 - عدم وجود اتحادات رياضية مستقلة تشرف على نشاط هذه الألعاب. (علاوي، 1986، ص 15).

1-2-12. أغراض الألعاب التمهيدية :

للألعاب التمهيدية أغراض وأهمها اكتساب اللياقة البدنية وتنمية الصفات الاجتماعية وهي أيضا تستخدم للتشويق من حيث إدخال المرح والسرور على الدرس أو التدريب فهي لا تبعث على الضيق أو الملل كما أنها تعمل على غرس النظام والطاعة في ممارستها لإطاعتهم لقوانين الألعاب. (سهم عبد الرحمان، 1983، ص 258).

وعموما ترى الطالبة بأن للألعاب التمهيدية أغراض كثيرة تختلف باختلاف المراحل السنية والجنس وكذلك باختلاف المستويات والمراحل التعليمية، وتختلف كل لعبة في أغراضها عن اللعبة الأخرى، كما أن غرض اللعبة يختلف عند تدريسها لمراحل مختلفة طبقا لخصائص كل مرحلة.

1-2-13. أسس تكرار الألعاب التمهيدية :

تتميز الألعاب التمهيدية بالمنافسة ولذا فهي تتميز بالتشويق والدافعية نحو الممارسة كما ان تكرارها لفترات مناسبة يسهم في تحقيق الأهداف المحددة والتكرار هنا يكون بغرض زيادة أو تحقيق العمل على الممارسات لذا يجب على المربي الرياضي تكرارها بالقدر المناسب مع ضرورة إدخال عوامل التغيير والتنوع على كل لعبة بعد التكرار لمدة مناسبة وعملية التغيير أو التعديل هذه لا تحدث فجأة بل أن هناك طرق هذه لا تحدث فجأة بل أن هناك طرق واضحة محددة يجب الإفادة منها كالآتي:

*التغيير في :

-طريقة وقوف أو اصطافاف الأفراد.

-الوضع الابتدائي.

-أسلوب الانتقال والتحرك.

-تنظيم عملية تحرك الأفراد.

-طريقة الجري أو استخدام الأداء .

-نوع التمرير أو التصويب.

-نوع الأجهزة.

-طبيعة الملعب وأدواته.

-قواعد اللعبة وطرق تقويمها .

وعلى المربي الرياضي مراعاة النقاط التالية في أثناء عملية التنوع عند تكرار الألعاب التمهيدية.

-ألا يؤثر نوع التغيير على عوامل السرور والمرح بصورة سلبية.

-أن يؤدي ذلك إلى تعلم مهارات اللعب المختلفة بصورة متنوعة ومتعددة.

-مراعاة تحديد درجة صعوبة اللعب طبقا للمراحل السنية للممارسين وكذلك الهدف التربوي والتعليقي.

-إتقان بعض المهارات المختلفة للألعاب الكبيرة(علاوي، 1986، ص 45،48).

خاتمة :

للألعاب التمهيدية مميزات تجعلها مادة هامة في مجال درس التربية الرياضية حيث تستخدم بصورة أساسية لتطوير شكل الدرس وصبغه بالنشاط والحركة، وكذلك تطوير مضمونه، كما تسهم في تحسين مستوى اللياقة البدنية وتعلم المهارات الحركية. وتعتبر الألعاب التمهيدية إحدى وسائل الخروج بالدرس من صورته الجامدة وذلك لمناسبتها لقدرات وإمكانات وحواس وانفعالات التلاميذ، فتساعد بذلك على عدم تسرب الملل والسأم إلى نفوسهم ومما يجعل دافعية الممارسة كبيرة ونسبة العائد من الدرس أفضل. وبهذا يتضح أهمية استخدام الألعاب التمهيدية في تحضير محتويات درس التربية الرياضية الناجح بحيث يتلاءم مع الخطة الموضوعية للدرس وكذلك مراحل النمو المختلفة للتلاميذ من الجنسين.

الفصل الثاني

كرة اليد وخصائص المرحلة العمرية

(10-11) سنة

تمهيد :

التربية الرياضية من العلوم الإنسانية التي تعني بالإنسان من جميع النواحي النفسية و البدنية والاجتماعية ولقد عرفها الإنسان منذ أقدم العصور ومارسها بطريقة فطرية على اعتبار أنها حاجة أساسية من حاجات الإنسان ، ومع تطور الزمان رسخ مفهوم التربية الرياضية لدى الإنسان فعمل على القيام بالتدريبات، وتعتبر الألعاب سبب في بناء الحضارات في التاريخ البشري ، وما نلاحظه من اهتمام الكبير الذي طرأ في المائة سنة الماضية في الكثير من المجتمعات المتقدمة في الميادين الرياضية بسبب إدراك أهمية وفوائد اللعب باعتبارها ظاهرة للحفاظ على كيان الإنسان من جميع الوجوه الإنسانية و الحياتية.

ولعل من الرياضات التي تساهم في مساعدة الأفراد على فهم الحياة الاجتماعية و اكتساب المهارات و الأخلاق نجد الرياضات الجماعية التي تعتبر وسيلة مهمة في تطوير الصفات النفسية والعلاقات مع الآخرين وتحسن في سلوك الفرد الرياضي.

فالألعاب الجماعية قائمة على أساس التنافس ، وتتطلب أن يعمل الفريق كمجموعة من أجل الفوز الشريف، وأن يوظف اللاعب جميع إمكانياته الذاتية وقدرات الفنية في خدمة الجميع وذلك ما يخلق حالة نكران الذات وتغليب الحالة الجماعية على الحالة الفردية ، إن اللعب الجماعي يوفر الأجواء السليمة للعلاقات الإنسانية ، وينمي إلى حد بعيد الشخصية المتزنة للاعب.

1-2. مفهوم الرياضة ونشأتها:

الرياضة ، عبارة عن مجهود جسدي عادي أو مهارة تمارس بموجب قواعد متفق عليها بهدف الترفيه ، المنافسة، المتعة، التميز، أو تطوير المهارات، واختلاف الأهداف ، اجتماعها أو إنفرادها يميز الرياضات بالإضافة إلى ما يضيفه اللاعبون أو الفرق من تأثير على رياضاتهم.

1-1-1. النشأة :

تدل بعض الآثار مثل الملعب الأولمبي باليونان، على أن العديد من الرياضات قد تم ممارستها منذ أقدم العصور (عصور ما قبل التاريخ) وهذا يؤكد أن الرياضة وجدت مع وجود الإنسان. وقد استوحيت العديد من الرياضات من العديد من الأنشطة التي قام بها الإنسان البدائي مثل مطاردة الفريسة من أجل لقمة العيش فقد استوحى منها رياضة العدو و الرماية ، والقفز لتجاوز الكوارث الطبيعية وقد استوحى منه رياضة القفز، السباحة في البحر، وصيد

الأسماك وقد استوحى منها رياضة السباحة ، استعمال الخيل للتنقل وقد استوحى منها رياضة سباق الخيل.(جمال الدين، 2000، ص 78).

2-1-2. مفهوم الفرد الرياضي :

الرياضي هو الشخص الذي لديه القدرة البدنية وقوة التحمل وخفة الحركة فوق المتوسط ، وبالتالي هو مناسب للأنشطة البدنية وللتنافس.

2-1-3. المنشأة الرياضية:

هي ذلك المكان المجهز بالوسائل والإمكانات الرياضية و المخصص لتقديم الخدمات اللازمة لتحقيق الأهداف الرياضية حاضرا أو مستقبلا، كالمدرن الرياضية والصالات المغلقة ومراكز الشباب و الساحات الشعبية و ملاعب الأطفال. وتختلف المنشآت الرياضية عن بعضها بناء على ما تحتويه من أماكن لممارسة الرياضة من ملاعب و صالات و حمامات سباحة وغير ذلك.....(جمال الدين، 2000، ص 80)

2-2-2. نشاط كرة اليد:

2-2-1. مفهوم كرة اليد:

لقد كان تطور كرة اليد منذ نشأتها إلى حد الآن تطورا سريعا ويؤكد ذلك عدد الدول المنظمة إلى الإتحاد الدولي ، إذ تعتبر ثاني رياضة الأكثر شعبية بعد كرة القدم ، وكذلك من ناحية عدد الممارسين لهذه اللعبة إذ تطورت وأصبحت لعبة أولمبية تحتاج إلى أعلى درجة للتكتيك واللياقة البدنية وطرق التربية ، وكرة اليد هي رياضة جماعية يتقابل فيها فريقين فوق الميدان يتكون كل فريق من 12 لاعبا (10 لاعبين + 2 حراس) ويسمح لسبعة منهم على الأكثر (6 لاعبين+حارس مرمى) بالوجود داخل الملعب أما الآخرين فهم بدلاء. والهدف من هذه اللعبة هو تسجيل أكبر عدد من الأهداف في مرمى الخصم، ويجري الإرسال (ضربة الانطلاق) من منتصف الملعب عقب إطلاق الحكم صافرة إشارة الانطلاق ، وزمن المباراة يختلف حسب السن ، فالمباريات ما فوق 16 سنة تكون مدتها (30د * 2). (إبراهيم، 1990، ص 17).

ومن خلال ما ورد ترى الطالبة أن كرة اليد شهدت تطورا سريعا ونالت شعبية كبيرة بعد رياضة كرة القدم رغم عمرها القصير وهي من الرياضات الجماعية ولعبة أولمبية تلعب بفريقين وتهدف إلى تسجيل أكبر عدد من الأهداف في مرمى الخصم.

2-2-2. مكانة كرة اليد في تصنيفات الأنشطة الرياضية :

لقد كان لتعدد الأنشطة التربوية و الرياضية وشعبها ما أوجب ظهور عديد من طرق التصنيف ، حيث عمد الخبراء إلى إيجاد تصنيفات مختلفة كان هدف معظمها هو محاولة احتواء معظم الأنشطة الرياضية في إطار تصنيف منطقي. وفيما يلي نعرض آراء مختلفة لبعض العلماء وبعض الدول حول تصنيف الأنشطة الرياضية ومكانة كرة اليد في هذه التصنيفات .

2-2-3. تصنيف كرة اليد ضمن الأنشطة الرياضية:

2-2-3-1. تصنيف (كوديم) للأنشطة الرياضية هو :

- 1.أنشطة رياضية تتضمن توافقا اليد و العين.
 - 2.أنشطة رياضية تتضمن التوافق الكلي للجسم.
 - 3.أنشطة رياضية تتطلب الطاقة الكلية للجسم.
 - 4.أنشطة رياضية تتضمن احتمالا لإصابات أو الموت.
 - 5.أنشطة رياضية تتضمن توقعا لحركات الغير من الأفراد .
- وصنف "كوديم" كرة اليد ضمن أنشطة النوع الأخير.

2-2-3-2. كما يصنف "تشارلز بوتش" الأنشطة الرياضية إلى :

- 1.الألعاب الجماعية .
- 2.الرياضات العديدة و الثنائية.
- 3.نشاط الخلاء في الشتاء.
- 4.الأنشطة الشكلية.
- 5.الرياضات المائية.
- 6.أنشطة لاختيار المقدرة الذاتية.
- 7.الجمباز.
- 8.التتابعات.

وتقع كرة اليد ضمن النوع الأول " الألعاب الجماعية " ويشير "بوتشر" على أن الألعاب تعتبر إحدى المقومات الرئيسية لأي من برنامج للتربية البدنية وذلك كان من واجب مدرس التربية البدنية أن يكون ملما إلماما تاما بكثير منها ومن الضروري أن يكون ملما بأهم ملامح

الألعاب المختلفة وقوانينها وطرق تنظيمه و الظروف التي تعود على ممارستها والأجهزة و التسهيلات اللازمة لها وطرق حث الممارسين كما يجب أن يكون متمتعا بالقدرة على أداء نموذج جيد لمهارات اللعبة لما لذلك من فائدة على سرعة تعليم الممارسين. (حسانين، 2001، ص 20).

4-2-2. تاريخ وتطور كرة اليد:

ذكر حمودي (2008م) بأنه إذا وجدت الرغبة لاستقصاء أثر تطور كرة اليد، يجب العودة إلى آلاف السنين عبر التاريخ لتزامن تطور الحركات الأساسية في كرة اليد: الركض، القفز، رمي الكرة، مع تطور حركة الإنسان كوسيلة للبقاء، وفي عصر ما قبل التاريخ بدأت الحركات الخاصة للأطراف وخاصة حركة الرمي بالذراع والتي أصبحت في ذلك الوقت أهم سلاح للإنسان البدائي وقد لوحظ ذلك في رسومات الإنسان البدائي في الكهوف حيث شوهدت رسوم لرمي وقذف الحجارة التي كان يستخدمها الإنسان البدائي في ذلك العصر.

أما في العصور القديمة فقد أظهرت أشكال بسيطة للكرة حيث اتخذت كوسيلة للعب والمتعة وانتشر اللعب بالكرة لأن حركات الرمي هي فعاليات قتالية ساعدت على توسع اللعب بالكرة، وقد أشار هوميروس في ملحمة الإلياذية والأوديسا إلى لعبة كرة اليد تسمى يورانيا حيث تقوم مجموعة من اللاعبين بمسك وتمير الكرة إلى بعضهم البعض، كما لوحظ في بعض الرسومات الرومانية القديمة أشكال للعبات كرة اليد تسمى هارستون / ايبسكوروس حيث كان الهدف من اللعب هو قذف الكرة فوق خط معين.

أما في العصور الوسطى بدأت الرياضة و اللياقة البدنية تصبح جزءا من حياة الإنسان حيث أصبح بالإمكان أن يقضي الفرد وقتا أكثر ويصرف المال من أجل تطوير الجسم والعقل وخاصة أثناء النهضة الأوروبية حيث بني النبلاء صالات خاصة للتدريب سميت دور اللعب بالكرة وبالإضافة إلى التنس وتدريب الفرسان، يمكن أن نجد بدائية من كرة اليد.

إن ما تم توضيحه أعلاه هي الجدور الأولى لكرة اليد، أما ما يهتم بالمواصفات المميزة لكرة اليد فقد نشأ في العصر الحديث الذي نعيشه الآن، إن العصر الحديث الذي نعيشه الآن، أصبح عصر الرياضة جزء أساسيا من الحياة اليومية، وظهر التخصص في الرياضة مما أعطى كرة اليد تعزيزا جيدا.

وفي الحقيقة إن الجمناستك كان الرياضة الأكثر انتشاراً في هذا العصر وكان بحاجة رياضة مكملة لمرونة العضلات وكانت مهارات متطورة جداً أما بالنسبة للعبة كرة القدم والركبي فقد بقيت هذه الألعاب في المراحل البدائية حيث كانت قاسية تسبب الكثير من الإصابات الشديدة. لذلك نشأت ثلاث لعبات متشابهة جداً هي :

A-haanbold

B-hazena

C-torball

هذه اللعاب تعتبر الأساس الذي ارتكزت عليه كرة اليد الحديثة انتشرت هذه اللعاب الثلاثة في كل أنحاء أوروبا في وقت قصير لكن بسبب اختلاف قواعد كل واحدة من هذه اللعاب الثلاثة لم يكن ممكناً تنظيمها في مباريات دولية ، لذلك أصبح من الضروري توحيد القوانين والقواعد في اللعب، وهذا ما قام به Karl Sehelenz في برلين في عام 1917. (حمودي، 2008، ص 4.3).

2-2-5. تعريف كرة اليد :

لغة: جمع الأيدي و اليدي ، الكف أو أطراف الأصابع إلى الكتف (رشاد الدين ، ص 912).
اصطلاحاً: كانت تمارس تحت اسم كرة اليد للملعب الصغير (للصالة) وتمارس حالياً داخل ملاعب مغلقة وكذلك على المستويين الدولي والأولمبي. (حسانين، 2001، ص 23).
 كرة اليد هي رياضة جماعية يتقابل فيها فريقين فوق الميدان يتكون كل فريق من 12 لاعبا (10 لاعبين + 2 حراس) ويسمح لسبعة منهم على الأكثر (6 لاعبين + حارس مرمى) بالوجود داخل الملعب أما الآخرين فهم بدلاء. والهدف من هذه اللعبة هو تسجيل أكبر عدد من الأهداف في مرمى الخصم، ويجري الإرسال (ضربة الانطلاقة) من منتصف الملعب عقب إطلاق الحكم صافرة إشارة الانطلاق ، وزمن المباراة يختلف حسب السن ، فالمباريات ما فوق 16 سنة تكون مدتها (30 د * 2). (إبراهيم، 1990، ص 17).

وهي لعبة حديثة العمر مقارنة ببعض الألعاب الجماعية الأخرى وتعتبر أحد أهم الأنشطة الرياضية من حيث عدد المتابعين عبر العالم .

2-2-6. الأبعاد التربوية لكرة اليد:

نظرا لما توفره كرة اليد من مناخ تربوي سليم للممارسين من الجنسين ، فقد أدرجت ضمن مناهج التربية البدنية في جميع المراحل التعليمية ، إذ أنها تعتبر منهاجا تربويا متكاملًا يكسب التلاميذ من خلال درس التربية الرياضية والنشاط الداخلي والخارجي كثيرا من المتطلبات التربوية الجيدة ، حيث يرجع ذلك إلى ما تتضمنه من مكونات هامة لها أبعادها الضرورية لتكوين الشخصية المتكاملة للتلاميذ . فهي زاخرة بالسّمات الحميدة ، التي لها انعكاس مباشر على التكوين التربوي للتلاميذ ، بالتعاون والعمل الجماعي وإنكار الذات والقيادة والتبعية والمثابرة والكفاح والمنافسة الشريفة واحترام القانون والقدرة على التصرف والانتماء والابتكار... إلخ. وتعتبر كرة اليد مجالًا خصبا لتنمية القدرات العقلية ، وذلك لما تتطلبه في ممارستها من قدرة على الإلمام بقواعد اللعبة وخططها وطرق اللعب ، وهذه أبعاد تت طلب قدرات عقلية متعددة مثل : الانتباه والإدراك والفهم والتركيز والذكاء والتحصيل... إلخ ، فحفظ الخطط والقدرة على تنفيذها بما يتضمنه ذلك من قدرة على التصرف والابتكار في كثير من الأحيان يتطلب من الممارسين استخدام قدراتهم العقلية بفعالية وحنكة وجدية أي أنها تعتبر ممارسة حقيقية وتنشيط واقعي وفعالاً للقدرات العقلية المختلفة.(حسانين، 2001، ص 14).

ومما سبق يتضح للطالبة ان لكرة اليد مناخ تربوي أدرجها ضمن منهاج تربوي في جميع المراحل التعليمية ويكسب التلميذ كثير من المتطلبات التربوية الجيدة نتيجة لأبعادها التربوية.

2-2-7. أهداف كرة اليد:

تعتبر كرة اليد من الأنشطة العامة لدى الشباب نظرا للاهتمام الكبير والإقبال المتزايد على ممارستها وهو الشيء الذي يدل بوضوح على أنها تستجيب للعديد من حاجياتهم الضرورية التي تساعدهم على النمو الجيد والمتوازن وانطلاقا من هذا لاحظنا أنه من الضروري توضيح التأثيرات الإيجابية لهذه الرياضة والتي لاتقتصر على جانب معين فحسب بل تشمل عدة جوانب عند الفرد منها الجانب النفسي والبدني، والعقلي والاجتماعي ومن هذه التأثيرات :

- تساهم في تطوير الجانب البدني للشباب وذلك بتحسين وتطوير العديد من الصفات البدنية كالسرعة، القوة، التحمل ، المرونة، الرشاقة، المقاومة... إلخ.
- انطلاقا من تحسين الصفات البدنية المذكورة فإنها تحسن من قوام الجسم مما يعطي لشباب مظهرًا جميلا يسمح لهم بالتخلص من الإحساس بالنقص الذي ينجم عن الضعف البدني.

- تنمي عند الشباب روح تقبل النقد والاعتراف بالخطأ واحترام قرارات المدرب والحكم.
- تساهم في تنمية صفتي الشجاعة والإرادة من خلال تعود اللاعب على منافسة الخصم أثناء المباريات وتخلصه من التردد والخجل والأنانية .
- تعود اللاعب على الانضباط والنظام من خلال التزامه ببرنامج التدريب والمنافسة المستمرة.
- تساهم في توجيه الطاقة عند الشباب توجيهها سليما يعود بالفائدة خاصة من الجانب الصحي إذ تمتص ما لديه من الطاقة الذي يساهم في التخفيض من دوافعهم الجنسية والعدوانية التي تكون سببا في الكثير من التصرفات السيئة إذا ما تركت من غير ضبط وتوجيه.
- تساعد اللاعب على تنمية الذكاء والتفكير انطلاقا من المواقف العديدة التي تصادفه أثناء المنافسة.
- تكسب اللاعب الثقة بالنفس والأمن والتقدير الاجتماعي.(لثمال، 1999، ص 75).

2-2. أهمية رياضة كرة اليد:

- تعتبر رياضة كرة اليد من الرياضات الجماعية والتي لها أهمية كبيرة في تكوين الفرد من جوانب عديدة كتكوينه بنيا وتحسين الصفات البدنية كالمداومة والسرعة والقوة والمرونة الخ. كما أنها تسعى إلى تربية الممارس الرياضي، ولها سلوكيات يبت روح التعاون داخل المجموعة الواحدة وكذلك المثابرة والكفاح واحترام القانون وتقبل الفوز أو الهزيمة، كما أن رياضة كرة اليد لها دور كبير في تكوين الشخصية حيث تنمي في لاعبيها قوة الإرادة والشجاعة والعزيمة والتصميم والأمانة بوجه خاص.
- وتعد رياضة كرة اليد وسيلة مفضلة لرياضة تعويضية لأنواع الرياضات الأخرى، فإن الكثير من لاعبي ألعاب القوى، فمثلا يحرزون نجاحا مرموقا في كرة اليد، كما أن لاعبي كرة اليد يصلون إلى مستويات عالية بشكل ملحوظ في ألعاب القوى. (لانجروف، تيواندرت، 1987، ص 20، 22).

- وتعتبر رياضة كرة اليد مجالا خصبا لتنمية القدرات العقلية وذلك لما تتطلبه في ممارستها من قدرة على الإلمام بقواعد اللعبة وخططها وطرق اللعب وهذه الأبعاد تتطلب قدرات عقلية متعددة مثل الانتباه الإدراك والفهم والتركيز والذكاء والتحصيل.(حسنين، 1980، ص 21).
- تعمل كرة اليد شأنها في ذلك شأن باقي الألعاب الجماعية والأنشطة الرياضية الأخرى على تنمية وتطوير الصفات البدنية، وكذلك ترقية وظائف الجسم الحيوية للاعبين، وذلك لما

تتطلبه من قدرات خلاقية من ممارستها فهي كمنشأ رياضي تعمل على تعديل سلوك الفرد وتشكيله بما يتناسب مع متطلبات المجتمع الذي يعيش فيه ، ونظرا لما تتميز به كرة اليد من بساطة ومالها من قيمة تربية وبدنية لا يمكن تجاهلها ، فإنها من اللعاب المحببة للجنسين ، كما تتميز كرة اليد بنواحي عديدة فإمكاناتها بسيطة سهلة من حيث تعلمها و التقدم بها ، قانونها بسيط يمارسها الأفراد من الجنسين ومن مختلف الأعمار وهي مشوقة لكل من اللاعب و المتفرج بالإضافة إلى فائدتها الشاملة لجميع أجزاء الجسم نتيجة لما تتطلبه من سرعة وكفاح مستمرين للمهاجمين و المدافعين .

إن كرة اليد توفر وسائل ممتازة تساعد على تربية اللاعبين على الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية واتخاذ القرارات السريعة أثناء المباريات ، كما تعمل على إكساب اللاعبين السمات الخلقية و الإدارية كما تعتبر كرة اليد وسيلة ناجحة لتربية الأفراد على التفكير و التصرف الجماعي ، فكل فرد من أفراد الفريق يعمل من أجل الجماعة ، حيث يتبين لهم أن اللعب الجماعي هو الطريق الوحيد لإحراز الفوز وأن الاتجاهات تنطوي سريعا تحت لواء العمل الجماعي ، كما يعد مجال كرة اليد مجالا خصبا لنمو العلاقات الاجتماعية وذلك عن طريق فترات التدريب و أثناء المباريات وكذلك فترات الاستعداد للمباريات الدولية و المحلية عند إقامة معسكرات التدريب ، فمن خلال هذه اللقاءات تقوى العلاقات الاجتماعية و الروابط بين اللاعبين ويؤثر ذلك بالتالي إيجابيا على نتائج المباريات. (حسن ، 2004 ، ص 77، 79).

كل هذه الإيجابيات تجعل هذه الرياضة ذات أهمية كبيرة كغيرها من الرياضات الأخرى وعليه لا بد أن تحظى بالاهتمام (منير ، 1994 ، ط4 ، ص 103).

وكنتيجة لما ورد أعلاه يتضح للطالبة أن لكرة اليد أهداف كتكوين الفرد بدنيا وتربويا وحركيا وتقوم بترقية وظائف الجسم الحيوية وتعتبر مجالا خصبا لتنمية قدراته العقلية وتعديل السلوك والتصرف الجماعي وتتميز بالتشويق والسهولة .

9-2-2. قوانين كرة اليد :

-مساحة الملعب : الطول 40م و العرض 20م.

-عدد اللاعبين 07.

-في حالة الهجوم جميع اللاعبين يهاجمون ماعدا الحارس ، وفي حالة الدفاع جميع اللاعبين يدافعون .

- التبديل مفتوح وعدد الاحتياطين 05.
- عدد الأشواط هو شوطين وفي كل شوط نصف ساعة، وليس هناك وقت بدل الضائع.
- الفائز له نقطتين و التعادل نقطة واحدة.
- إيقاف اللاعب الذي يدافع بطريقة خشنة ،أو احتج على الحكم أو يرمي الكرة بعيدا بهدف إضافة الوقت.
- الإيقاف يكون لمدة دقيقتين.
- الطرد إذا تعمد اللاعب إيذاء الخصم أو إذا حصل على إيقاف لمدة دقيقتين ثلاث مرات .
- إذا أرجع اللاعب الكرة لحارس مرماه ،تتسب رمية جزاء وتسمى رمية 7 متر.
- إذا دخل اللاعب المدافع داخل مرماه تحتسب رمية جزاء عند محاولته التصدي للمهاجم.
- إذا دخل المهاجم أثناء الهجوم دائرة خصمه تحتسب رمية حرة .
- إذا قفز اللاعب و صوب قبل أن تلامس قدمه أرضية الدائرة تعتبر اللعبة صحيحة .
- إذا اندفع المهاجم ناحية المدافع ودفعه أرضا تحتسب رمية حرة لصالح المدافع .
- إذا اندفع المدافع ودفع المهاجم أرضا تحتسب رمية حرة لصالح المهاجم.
- إذا حاول المدافع إمساك المهاجم بأي طريقة كانت تحتسب رمية حرة وإذا أعاقه عن التهديد تحتسب رمية جزاء.
- إذا سقط المهاجم أرضا بطريقة خطيرة بعد مشاركة المدافع يمكن أن يتعرض هذا الأخير للاستبعاد.(إبراهيم منير ، 1994 ، ص 30).

10-2-2. تقسيم كرة اليد :

نوه حمودي إلى أن كرة اليد هي لعبة حديثة من ضمن الألعاب الفرقية ،تتمثل فيها أفضل المميزات من حيث القدرات البدنية و المهارات الفنية و المعرفة الخطئية .

حيث أن الهدف من المباراة هو تسجيل أو إعاقه تسجيل الأهداف لذلك فإن الفريقين يكونان فريقا مهاجما لتسجيل هدفا وفريقا مدافعا يحاول حماية مرماه وإعاقه تسجيل هدف الفريق المهاجم.

2-2-10-1. الهجوم :

يبدأ الهجوم من اللحظة التي يأخذ فيها الفريق الكرة ويستمر إلى أن يفقدها أو يسجل هدفاً، خلال هذه الفترة فإن المهاجمين يحاولون أن يسجلوا هدفاً في المراحل المختلفة من الهجوم بواسطة تطبيق عناصر الأداء الفني والأداء الخططي الفردية والفرقية في الهجوم.

2-2-10-1. الدفاع :

يبدأ الدفاع من اللحظة التي يفقد فيها الفريق الكرة ويستمر حتى يستعيدها مرة أخرى، خلال هذه الفترة يحاول المدافعون إعاقة الفريق الخصم من تسجيل الأهداف في المراحل المختلفة من الدفاع بواسطة تطبيق عناصر الأداء الفني والخططي والجماعي والفريق للدفاع. إن كرة اليد تتكون من عناصر حركية مرتبطة بشكل وثيق، وهذه العناصر الحركية هي أصغر وحدات اللعبة وحسب مميزات الفاعلية في اللعبة فإن الحركة يمكن أن تكون إجراءً فنيًا أو مناورةً خططية.

الأسس البدنية : هي عناصر حركة الإنسان الطبيعية من ركض وقفز ورمي والتي تمثل الشروط الأساسية للعبة الكرة ويتم بناء الأداء الفني الخاص باللعبة على هذه الحركات الأساسية من حيث الدفاع والهجوم. (حمودي، 2008، ص 14).

2-2-11. المهارات الأساسية في كرة اليد :

المتطلبات المهارية في كرة اليد تتضمن جميع المهارات الأساسية للعبة سواء كانت بالكرة أو بدونها وتعني كل التحركات الضرورية والهادفة التي يقوم بها اللاعب وتؤدي في إطار قانون اللعبة بهدف الوصول إلى أفضل النتائج أثناء التدريب أو المباراة، ويمكن تنمية وتطوير هذه المتطلبات المهارية من خلال التخطيط الجيد لبرامج الإعداد المهاري، الذي يهدف إلى وصول اللاعب للإتقان والتكامل في أداء جميع المهارات الأساسية للعبة كرة اليد بحيث يمكن أن يؤديها اللاعب بصورة متقنة تحت كل ظروف المباراة.

فكرة اليد تمثل مركزاً متقدماً بين جميع الألعاب الرياضية بما يميزها بعدد المهارات الفنية عند توفر الحد المطلوب من اللياقة البدنية، وعلى ذلك فإن جميع اللاعبين لابد لهم من امتلاك عدد كبير من الخبرات الحركية المتنوعة. (أبو زيد، 2003، ص 33).

وهي خاصية تتميز بها لعبة كرة اليد ويمكن حصر المتطلبات المهارية للاعب كرة اليد فيما يلي:

يلي:

2-2-11-1.المهارات الهجومية :

المتطلبات المهارية الهجومية بدون كرة :

- وضع الاستعداد الهجومي.
- التحرك الترددي.
- الجري مع تغير السرعة وتجاه الجسم.
- المتابعة.
- التوافق.
- الجري بالظهر وبالجانب.
- الحجز.
- الخداع .
- البدء و العدو.

2-2-11-2.المتطلبات المهارية الهجومية للكرة :

- مسك الكرة باليد أو باليدين.
- استقبال الكرة.
- تنطيط الكرة .
- تمرير الكرة.
- التصويب في المرمى.

2-2-11-3.المهارات الدفاعية الأساسية ضد مهاجم مستحوذ على الكرة :

- التحركات الدفاعية.
- التوقف.
- إعاقه التمير.
- التصدي للمراوغة (الخداع).
- الدفاع ضد حركة المتابعة بعد الحجز.
- تفادي الحجز.
- حجر المهاجم.
- إعاقه التصويبات.

- الدفاع ضد تنطيط الكرة. (حسانين، 2001، ص 24).

إن محتوى نشاط اللعب أثناء المباراة يحدده أولاً وأخيراً مكان اللاعب في الفريق و المهام المكلف بها بالإضافة إلى عوامل أخرى نذكر منها توثر وإيقاع اللعب، قوة وقدرات و مميزات المنافسين، مستويات الإعداد لكل لاعب، وأخيراً العوامل النفسية مثل حالة التعبئة للسمات الشخصية، ومستوى العمليات العقلية، وحالة اللاعبين نفسياً من حيث الواقعية والراحة والنوم والتغذية أما بالنسبة لحراس المرمى فنشاطهم المهاري والحركي يختلف ويتميز كثيراً عن اللاعبين في بعض الأحيان وهذا نظراً لاختلاف المهام المطلوبة خلال المباراة فإن حارس المرمى يتحرك أقل كثيراً من باقي اللاعبين نسبياً، فحركة حارس المرمى ترتبط بالكثير من العوامل مثل نشاط لاعبي الهجوم المنافس، سرعة المهاجمين بالإضافة إلى ارتباط حركته بالخصائص النفسية، فعند زيادة حجم القرب من دائرة المرمى أثناء هجوم لاعبي الفريق المنافس، فإن حارس المرمى يتعرض إلى درجة كبيرة من التوتر، ولهذا يوصى بأن حارس المرمى يتميز بخصائص نفسية منها الانتباه ومستوى مرتفع من سرعة الاستجابة، وإظهار صفة الشجاعة والحسم عند التنافس الفردي مع المنافسين والكرة خاصة في حالة انفرادهم بالمرمى كما في الهجوم الخاطف أو التصويب بالقرب من دائرة المرمى. (أبو زيد، 2003، ص 38).

2-3- المرحلة السنوية لتلميذ المدرسة الابتدائية:

وهذه المرحلة تقابل المرحلة الابتدائية وهي تبدأ من سن السادسة وتنتهي بالبلوغ ففي هذه الرحلة يزداد نمو الطفل من النواحي الجسمية والنفسية والعقلية أكثر من الحضانه، كما أنه يتعلم أشياء كثيرة، كما أنه يستطيع أن يقوم ببعض الواجبات التي يتحمل بها بعض المسؤوليات وعلى ذلك يجب أن يبدأ التدريب والتعليم على بعض الواجبات التي يستطيع القيام بها ولكن دون قصد أو قهراً وإنما بالتشجيع وبشيء من الحزم والجديّة. ويطلق على هذه المرحلة الطفولة المتأخرة وتبدأ بدخول الطفل المدرسة وتنتهي بنهايتها وذلك في حدود سن الحادية عشر من العمر وعلى ذلك يمكن تقييم هذه المرحلة إلى قسمين: القسم الأول: من سن السادسة من العمر والتي يطلق عليها في المجال الدراسي بالصف الأول والثاني والثالث ابتدائي أي الطور الأول.

القسم الثاني: من سن العاشرة حتى الحادية عشر من العمر والتي يقابلها في المجال المدرسي الصف الرابع والخامس ابتدائي أي الطور الثاني. (فرج، إيلين وديع، 1996، ط2، ص 87).

1-3-2. خصائص المرحلة السنية (10-11) سنة:

- من الأهمية القصوى أن نوضح الخصائص المميزة لهذه المرحلة حيث أنها المرحلة المناسبة لاختيار ناشئ كرة اليد لما لذلك من أهمية عند وضع البرامج المختلفة للأنشطة حتى يقابل البرنامج احتياجات المبتدئ، لذلك يجب على المعلم أن يلم بالكثير عن ميول وحاجات وقدرات واهتمامات كل مبتدئ عنده حيث أن معرفة الخصائص والصفات المميزة لهذه المرحلة السنية لها أهمية قصوى في تخطيط وبناء البرامج المختلفة وتساعد في اختيار أفضل الأنشطة التي تناسب إمكانيات المبتدئ وهي على النحو الآتي:
- عمل القلب لدى هذه المرحلة أكثر ثباتا كذلك سعة الرئتين أكثر من المرحلة السنية التي تسبقها 8-9 سنوات بالرغم من أن الجهاز التنفسي مازال غير نام بما فيه الكفاية.
 - الجسم غير معد بشكل كاف لجهد عضلي لفترة طويلة.
 - يزداد حساسيتهم وتكيفهم لتنمية وتطوير المهارة عن المرحلة التي تسبقهم لذلك تعتبر أفضل مرحلة لتعليم كم متنوع من المهارات الحركية.
 - وظائف الكبح في هذه المرحلة نامية أفضل بكثير من المرحلة السابقة وقوة الإرادة أقوى ويمكنهم أداء الحركات أو المهارات المركبة .
 - يعجب الأطفال في هذه المرحلة بأحداث سير اللعب ويرغبون اظهار سرعتهم ومهارتهم ودقتهم في رمي وقوتهم وذكائهم.
 - اتجاههم للألعاب ذات السرعة والقوة مع مراعاة عدم وصولها إلى أقصى مجهود.
 - قدرة على استيعاب الألعاب التي تتميز بعدد كبير من القواعد والعلاقات المتبادلة المعقدة.
 - تشغل الألعاب الجماعية المكان الرئيسي في ألعاب هذه المرحلة لأن هناك نضج للشعور بالروح الجماعية في هذه المرحلة بالذات.
 - كذلك يميل إلى الألعاب التي تظهر إمكانيات كل فرد الشخصية ، اظهارها بأفضل صورة داخل الجماعة وكذلك استخدامها لصالح الجماعة .
 - النضج الجنسي المبكر يظهر عند الفتيات وينمو بصورة أسرع من الفتيان.
 - النمو البدني والنفسي يجري في أن واحد عند كل من الفتيان والفتيات.
 - سرعة النمو والنضج الجنسي يخل بالوظائف الفسيولوجية للأعصاب والقلب والاعوية الدموية مما يؤثر بشكل على نشاط ولعب الأطفال حيث تظهر انفعالهم بشدة أثناء المنافسة

لذلك يجب أن نركز على السيطرة على هذه الانفعالات بالالتزام بتطبيق قواعد اللعب كذلك إعطاء فترات الراحة مناسبة .

-يتفوق الأولاد عن البنات في ألعاب العدو والرمي لا بعد مسافة.

-عند اجراء الألعاب الخاصة بالتحمل يجب أن تقسم الفرق فيما حسب الجنس الى بنين وبنات ويكون اللعب في كل فريق بصورة مستقلة.

-تتجه البنات في هذه المرحلة للألعاب الموسيقية والإيقاعية ، أما البنين فيهتمون أكثر بألعاب القوة والتحمل والجري السريع.

-في هذه المرحلة كثيرا ما يستخدم البنين القوة لتعزيز ذاتهم مما يؤدي في حالات كثيرة إلى خلافات.

2-3-2. تطور القدرات الحركية للمرحلة السنوية (10-11) سنة:

ان تطور المهارات الحركية يرتبط بشكل مباشر بتطور القدرات الحركية والتي ترتبط بنضج الطفل حتى يتكون لديه الاستعداد ليقبل المهارات الرياضية لذلك يجب أن تصاغ المهارات بشكل مبكر يمكن الطفل أن يستوعبه وتكون مناسبة له وفي قالب يمكنه من أن يتقبلها بدافع إيجابي حيث أن الطفل في هذه المرحلة يتميز بأنه ديناميكي في حركته المستمرة وله ميل كبير في الاشتراك في الأنشطة الحركية والرياضية ، حيث أن ذلك يزيد من قدرته على أداء حركات واعية وموجهة توجها سليما ومن أهم الخصائص المميزة لتطور القدرات الحركية مايلي:

-تتوقف ، قدرة المتعلم ومقدرته على النجاح في انجاز أي واجب حركي على العامل الوراثي والنضج والبيئة.

-وينظر لتطور المهارة الحركية من خلال عمليات تطور اساسيات الطفل وقدراته الحركية التي ترتبط ارتباطا مباشرا بالنضج، حيث أن النضج يتيح للطفل الاستعداد لتقبل أي من الأشكال الحركية والمهارات الرياضية

-الطفل بطبيعته فردا ديناميكيا يميل إلى الحركة المستمرة وتتقدم معدلات أداءه للمهارات الحركية مع تقدم العمر الزمني إلا أن هذه المعدلات تنخفض في بعض الأحيان لاعتبارات خاصة خارجية تتمثل في الخصائص البدنية والحركية الخاصة التي تعكس تميز كل مرحلة عن الأخرى في الخصائص البدنية والحركية الخاصة التي تعكس تميز كل مرحلة عن الأخرى.

-القدرات الحركية الأساسية تشكل أساسا هاما لاكتساب الواجبات المهارية الحركية بالرغم من أن هناك تفرد وتميز لكل مهارة بخصوصية مكوناتها وأسلوب أدائها.

-يتميز الطفل في هذه المرحلة بالحيوية الزائدة التي تعتبر من أهم خصائص السلوك الحركي في هذه المرحلة.

-تظهر بوضوح قدرة الطفل في هذه المرحلة على التحكم واستخدام أطرافه بتوافق أفضل مما يحقق له القدرة على أداء حركات واعية وموجهة توجهها سليما تظهر في انصهار الحركة بصورة هادفة خلال أداء الحركات الوحيدة والتكوينات الحركية.

-كما تزيد قدرة الطفل على التوجيه والتحكم في التكوين الحركي والرشاقة وسرعة الأداء.

-تنمو القوة العضلية عند البنين وتحسن بشكل واضح ويظهر ذلك بوضوح في القدرة الجيدة للطفل على العدو والوثب الطويل والعالي والقفز من فوق الأجهزة.

-يحدث تحسن كبير في زمن رد الفعل عند نهاية هذه المرحلة قد يتساوى مع البالغين تقريبا.

-غالبا ما يصل أطفال هذه المرحلة إلى مستوى جيد يؤهلهم لاشتراك الفعال في الأنشطة

الرياضية والقدرة على اكتساب وإتقان مهاراته حيث يتحسن التوافق الحركي للمجموعات

العضلية المختلفة حتى الدقيقة منها. (حسن، 1997، ص 14، 17).

2-3-3. خصائص النمو لتلك المرحلة حسب أسامة كامل راتب:

ويضيف أسامة كامل راتب (1999): يتصف أطفال تلك المرحلة بالاستقرار النسبي والقدرة

على تحمل المسؤولية، والتعامل ومواجهة المواقف الجديدة، كذلك يتميز الأطفال بالرغبة

الشديدة لتعلم المزيد نحو أنفسهم والعالم المحيط بهم. وتمثل فترة بداية التحاق التلميذ بالمرحلة

الابتدائية خطوة كبيرة نحو العالم الواسع المحيط به، حيث تعتبر بداية انفصال الطفل عن

المنزل والأسرة بشكل منتظم ولفترات طويلة. إنها بمثابة انفصال الطفل عن بيئة اللعب الآمن

الذي مارسه في المنزل.

وفيما يلي بعض خصائص النمو الهامة للأطفال أثناء هذه المرحلة للطفولة المتأخرة:

-النمو البطئ المستقر.

-تنمو العضلات الكبيرة للجسم على نحو أسرع من العضلات الصغيرة.

-تقدم النمو البيولوجي للبنات عن البنين بمعدل النمو سنة كاملة.

-بطء زمن رد الفعل، وهناك صعوبة في كل من التوافق بين العين واليد، والتوافق بين العين والقدم خلال هذه الفترة، بينما تشهد نهاية هذه الفترة تحسنا عاما في الخصائص.
-الطاقة الزائدة الكبيرة لكل من البنين والبنات، ولكن مقدرتهم تكون منخفضة بالنسبة للأنشطة التي تتطلب التحمل حيث يشعرون بالتعب بسرعة، وبالرغم من ذلك فإن استجاباتهم للتحسن نتيجة التدريب تكون كبيرة.

-يستطيع الطفل أداء القدرات الحركية الأساسية مع بداية هذه الفترة، كما أن القدرات الحركية الانتقالية تتطور بحيث يستطيع أداء أنماط حركية بدرجة جيدة ومن ذلك على سبيل المثال: العدو السريع، التزحلق، الوثب، الرمي...إلخ

-تطور المهارات الحركية الأساسية على النحو الذي يسمح بالمشاركة في اللعب بنجاح وفعالية.
-تطور بطيء في أداء المهارات التي تتطلب استخدام العينين والأطراف مثل: المسك، الركل، ضرب الكر، الرمي...إلخ، ولذلك تحتاج مثل هذه المهارات إلى ممارستها بدرجة كبيرة حتى يستطيع الطفل التمكن من أدائها بدقة.

-تعتبر هذه الفترة انتقالية من مرحلة صقل القدرات الحركية الأساسية إلى مرحلة تأسيس فترة المهارات الحركية الانتقالية التمهيدية للألعاب والمهارات الرياضية.
-يجب أن يتضمن برنامج النشاط البدني الحركي للطفل فرصا متنوعة لممارسة وصقل القدرات الحركية الأساسية الانتقالية مثل: الجري، الوثب، الحجل...إلخ، وحركات المعالجة والتناول مثل: الرمي، اللقف، الضرب، الركل.. إلخ، والمحافظة على توازن الجسم واستقراره من الثبات والحركة حتى يصل إلى أداء هذه المهارات بكفاءة وطلاقة.

-توفير فرص ممارسة الحركات الأساسية في شكل ألعاب تمهيدية للانتقال من مرحلة الحركات الأساسية على مرحلة الحركات المرتبطة بأنواع الرياضات المختلفة.
-أهمية التأكيد على التعامل مع الطفل باعتبار أن له قيمة إنسانية. حيث إن ذلك يساعد على تكوين اتجاهات إيجابية نحو نفسه، ويحقق الاستقرار النفسي له سواء في البيئة المدرسية أو الأسرية.

-يجب أن يتضمن برنامج النشاط البدني الحركي مناقشة بعض مواقف اللعب التي تدعم الإحساس بالصواب والخطأ، مثل موضوعات الروح الرياضية، اللعب النظيف، احترام القواعد والقانون، قيم الممارسة، التعاون، الجوانب الصحية، أهمية ممارسة النشاط الرياضي...إلخ.

-توفير فرص ممارسة الحركات الأساسية في شكل ألعاب تمهيدية للانتقال من مرحلة الحركات الأساسية على مرحلة الحركات المرتبطة بأنواع الرياضات المختلفة.

-أهمية التأكيد على التعامل مع الطفل باعتبار أن له قيمة إنسانية. حيث إن ذلك يساعد على تكوين اتجاهات إيجابية نحو نفسه، ويحقق الاستقرار النفسي له سواء في البيئة المدرسية أو الأسرية .

-يجب أن يتضمن برنامج النشاط البدني الحركي مناقشة بعض مواقف اللعب التي تدعم الإحساس بالصواب والخطأ ، مثل موضوعات الروح الرياضية ، اللعب النظيف، احترام القواعد والقانون، قيم الممارسة ،التعاون ،الجوانب الصحية، أهمية ممارسة النشاط الرياضي...إلخ.

-تشهد نهاية هذه الفترة تطور اهتمامات الأطفال بالتخصص الرياضي ،لذلك يراعى أن يشمل البرنامج على المهارات الرياضية الأساسية وإكسابها للأطفال من خلال الألعاب التمهيدية البسيطة مع توفير فرص كبيرة للممارسة والتشجيع .

-يراعى استخدام المسابقات على النحو أكثر في أنشط الألعاب .(راتب، 1999، ص 94،97)

خاتمة :

تطرقنا في هذا الفصل إلى كل من نشاط كرة اليد من مفهوم ونشأة ومكانتها في تصنيفات الأنشطة الرياضية ثم الأبعاد التربوية إلى الأهداف ثم إلى الأهمية بعدها القوانين و تقسيمات لمهاراتها وفي الأخير ذكرت مميزات المرحلة العمرية (10-11)سنة ولأهم خصائصها.

خاتمة الباب الأول:

تناولت الطالبة في هذا الباب الجانب النظري والدراسات السابقة المرتبطة بمتغيرات البحث الألعاب التمهيدية والجانب البدني والمهاري في نشاط كرة اليد وضمت إليها مميزات المرحلة العمرية (10-11)سنة، وتشير الطالبة بأنه تم الاستفادة من هذا المحتوى في تصميم المتغير المستقل قيد البحث مع الالتزام بالكفاءات القاعدية المنشودة في البرنامج.

الباب الثاني

الدراسة الميدانية

مدخل الباب الثاني :

لقد تضمن هذا الباب على فصلين بحيث الفصل الأول خصص لمنهجية البحث والإجراءات الميدانية وإبراز من خلال منهج البحث المستخدم ، عينة البحث ، مجالات البحث ، الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث ، شرح أدوات البحث، الوسائل الإحصائية المعتمدة، بينما الفصل الثاني شمل عرض نتائج الاختبارات المنجزة على العينة التجريبية كما تطرقت فيه الطالبة إلى عرض ومناقشة النتائج و استخلاص مجموعة من الاستنتاجات ومقابلة النتائج بالفرضيات ثم الخلاصة العامة للبحث وفي الأخير الخروج بمجموعة من التوصيات .

الفصل الأول

منهجية البحث و الاجراءات الميدانية

تمهيد :

يعتبر هذا الفصل لبنة البحث حيث يتم من خلاله معالجة مشكلة البحث المطروحة والتي تتناول في مضمونها فاعلية الألعاب التمهيدية في إكساب بعض الجوانب البدنية والمهارية في نشاط كرة اليد لدى تلاميذ الطور الابتدائي (10-11) سنة ومن أجل ذلك تطرقت الطالبة في هذا الفصل إلى إبراز منهجية البحث والإجراءات الميدانية المتخذة والمسطرة في سبيل الوصول إلى الأهداف من هذا البحث العلمي.

1-1-1- الدراسة الاستطلاعية :

تعتبر الدراسة الاستطلاعية بمثابة الأساس الجوهرى لبناء البحث كله وهي خطوة أساسية و مهمة في البحث العلمي إذ من خلالها يمكن للباحث تجربة وسائل البحث بالتأكد من سلامتها ودقتها ووضوحها. (الباهي، 2000، ص 83).

ولقد أنجزت التجربة الاستطلاعية على ممر الخطوات التالية:

- تمثلت الخطوة الأولى في قيام الطالبة باستطلاع آراء عدد من الأساتذة والدكاترة بغرض التحليل والتفكير المنطقي لأهم مكونات البدنية والمهارية لنشاط كرة اليد. كمتغير تابع وأساسي لهذا البحث العلمي وقد أسفر هذا الاستطلاع عن تحديد عدد من مكونات البدنية (السرعة ، التوافق ، الرشاقة) ومكونات مهارية (التمرير والاستقبال، التنطيط ، التصويب) قدرها المختصون بأنها أكثر المكونات أهمية في هذه المرحلة (10-11) سنة وكذلك الاختبارات المقننة لقياس تلك المكونات .

- وخلال المرحلة الثانية تناولت الطالبة تلك الاختبارات بالتجريب للتأكد من ثقلها العلمي حيث تم اختيار عينة تتراوح أعمارهم من 10-11 سنة والمقدر عددهم ب 10 تلاميذ جنس ذكور وطبقت عليهم مجموعة من الاختبارات المستخلصة بعد عملية التحكيم ، ولقد أشرفت الطالبة على إجراء الاختبارات وتنظيم أدائها في مرحلتين متتاليتين.

1-1-1-1. منهج البحث : قمت باستخدام المنهج الشبه التجريبي لأن هو الأنسب لحل المشكلة، حيث قمت بتصميم مجموعتين إحداهما ضابطة و الأخرى تجريبية وذلك باستخدام القياسات القبليّة و البعدية للمجموعة التجريبية.

2-1-1. مجتمع وعينة البحث :

1-2-1-1. مجتمع البحث :

كان مجتمع البحث تلاميذ السنة الخامسة إبتدائي بمدرسة بن قويدر عبد القادر بسيق والمقدر عددهم ب (68) تلميذ وتلميذة.

العينة	الجنس	ذكور	إناث	المجموع
العينة الإستطلاعية		10	0	10
العينة التجريبية		15	13	28
العينة الضابطة		13	17	30
المجموع		38	30	68

جدول رقم (01) يبين عدد أفراد عينة البحث

2-2-1-1. عينة البحث :

تمثلت عينة البحث في تلاميذ السنة الخامسة من التعليم الابتدائي (10-11) سن حيث بلغ حجمها 58 تلميذ من المجتمع الأصلي موزعة على مجموعتين ضابطة عددها 28 وأخرى تجريبية قوامها 30، حيث المجموعة الضابطة استمرت بالعمل مع معلمتهم كالمعتاد، بينما طبقت الباحثة على المجموعة التجريبية البرنامج التجريبي الذي يضم الألعاب التمهيدية.

3-1-1. مجالات البحث :

1-3-1-1. المجال البشري :

شملت عينة الدراسة الاستطلاعية على 10 تلاميذ ، وشملت عينة الدراسة الأصلية ب 58 تلميذ (ذكور وإناث) موزعين على مجموعتين قوام كل مجموعة منها 30 تلميذ في المجموعة التجريبية و 28 تلميذ في المجموعة الضابطة، وطبقت عليهم بعض الاختبارات المنتقاة بفعل نخبة من المحكمين لقياس بعض المتغيرات في مجال القدرات البدنية (السرعة – التوافق - الرشاقة) والمهارات الأساسية (التمرير والاستقبال-التنطيط-التصويب) في نشاط كرة اليد.

2-3-1-1. المجال المكاني :

لقد أجريت الدراسة الميدانية، على مستوى المدرسة الابتدائية (بن قويدر عبد القادر) بسيق التابعة لمديرية التربية لولاية معسكر. وتم اختياري لهذه المنطقة، لسهولة الاتصال

والوصول إلى التلاميذ المتدرسين بها، وهذا لأنني مقيمة بهذه الدائرة ولا تبعد عني المدرسة كثيرا، وهذا ما سهل عليا تطبيق الدراسة.

1-3-3-1. المجال الزمني :

انتظمت الدراسة عبر المراحل الزمنية التالية :

- بداية العمل في هذا البحث من نوفمبر 2019 إلى أواخر ماي 2020.
- الدراسة الاستطلاعية: امتدت من 11-12-2019 إلى غاية 18-12-2019.
- الدراسة الأساسية: اختبارات القبليّة للعيّنة الضابطة يومي 20 و21 جانفي 2020.
- اختبارات القبليّة للعيّنة التجريبية يومي 15 و16 جانفي 2020.
- أجري البرنامج المقترح من وحدات تعليمية تضم الألعاب التمهيدية منذ 23 جانفي 2020 إلى غاية 5 مارس 2020. حيث كان قوامه 11 حصة.
- الاختبارات البعديّة للعيّنة الضابطة يومي 8 و9 مارس 2020 .
- الاختبارات البعديّة للعيّنة التجريبية يومي 9 و11 مارس 2020 .

1-4-1. متغيرات البحث :

المتغير المستقل (المتغير التجريبي) وهو العامل الذي يريد الباحث قياس مدى تأثيره في الظاهرة المدروسة وعامة ما يعرف باسم المتغير أو العامل التجريبي وهو: الألعاب التمهيدية.

المتغير التابع : وهذا المتغير هو نتاج تأثير العامل المستقل في الظاهرة , ويتمثل في دراستي هذه : القدرات البدنية والمهارات الأساسية في نشاط كرة اليد لتلاميذ المرحلة الابتدائية (10-11) سنة وعادة يقوم الباحث بصياغة فرضيته محاولا إيجاد علاقة بين المتغير المستقل و المتغير التابع, ولكي يتمكن الباحث من اختيار وجود هذه العلاقة أو عدم وجودها لابد له من استبعاد وضبط تأثير العوامل الأخرى على الظاهرة قيد الدراسة, ولكي يتيح المجال للعامل المستقل وحده التأثير على المتغير التابع.

1-4-1-1. الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث:

إن الدراسة الميدانية تتطلب ضبط للمتغيرات قصد التحكم فيها من جهة وعزل بقية المتغيرات الأخرى, وبدون هذا تصبح النتائج التي يصل إليها الباحث مستعصية على التحليل والتفسير, وفي هذا الشأن يقول (راتب، 1987، ص 243) بأن "يصعب على الباحث أن يتعرف على المسببات الحقيقية للنتائج, بدون ممارسة للإجراءات الضبط الصحيحة".

كما يذكر فان دالين أن المتغيرات التي تؤثر في المتغير التابع من الواجب ضبطها، هي المؤثرات الخارجة، والمؤثرات التي ترجع إلى الإجراءات التجريبية و المؤثرات التي ترجع إلى تجمع العينة و انطلاقا من هذه الاعتبارات عملت الطالبة الباحثة على ضبط ما يلي :

2-4-1-1. ظروف الدراسة و العوامل المصاحبة لها :

لم يتعرض البحث خلال مدة الدراسة لأي طارئ أو حادث عرقل سيرها.

- أدوات القياس :

- تم السيطرة على هذا المتغير باستخدام الأداة نفسها مع عينة الدراسة.
- الاختبارات المستخدمة واضحة وسهلة التطبيق تتماشى مع قدرات المرحلة العمرية.

-الفترة الزمنية :

-حاولت الطالبة الباحثة السيطرة على هذا المتغير بإجراء الدراسة في فترة زمنية قصيرة تفاديا لحدوث مشوشات أخرى ووضع العينة في نفس الظروف الحالية وهذا ما تحقق فعلا.

- العينة :

-عامل الجنس: حيث قمت باختيار الذكور والإناث.

-ضبط السن: حيث تم اختيار تلاميذ متقاربين في السن ما بين (10-11) سنة.

-الحالة الجسمية: حيث قمت باختيار تلاميذ متقاربين في الطول والوزن لجميع العينات.

-الحالة الاجتماعية و الثقافية : قمت باختيار التلاميذ من بيئة واحدة ولهم نفس الثقافات

و التقاليد.

-المكان :

تم تطبيق الاختبارات على التلاميذ في نفس المدرسة الابتدائية حتى نضعهم في نفس الظروف، وانطلاقا من هذه الاعتبارات عملت الطالبة الباحثة على ضبط هذه المتغيرات.بالإضافة إلى ذلك تم :

-توحيد طريقة شرح كيفية أداء الاختبارات.

-طمأنة الباحثين على سرية المعلومات و أنها ستستخدم فقط للبحث العلمي ولأهمية النتائج في

الدراسة.

1-1-5. أدوات البحث :

لإجراء الدراسة قامت الطالبة بإعداد أدوات جمع البيانات و التي تتناسب مع موضوع الدراسة ، و المتمثل في الاختبارات الموجهة للتلاميذ، وذلك من أجل اختبار فرضيات الدراسة و التحقق من صحتها، قامت الطالبة ببناء اختبارات تم اختيارها بناء على مصادر و مراجع وتم تحكيمها من طرف دكاترة وأساتذة متخصصين.

1-1-6. مواصفات الاختبارات :

اعتمدت الطالبة على اختبارات مقننة بعد ترشيحها من بعض المحكمين تقيس القدرات البدنية و الحركية و المتمثل في اختبارات : (اختبار الجري لمسافة 30م من بداية متحركة - اختبار الجري في شكل (8) - اختبار الجري المتعرج لفليشمان).

1-1-6-1. اختبار الجري لمسافة 30م من بداية متحركة:

-الغرض من الاختبار: قياس السرعة.

-الأدوات: ساعة إيقاف, 3 خطوط متوازية مرسومة على الأرض المسافة بين الخط الأول و الثاني 10 متر, وبين الخط الثاني و الثالث 30متر.

-مواصفات الأداء: يقف المختبر خلف الخط الأول عند سماع إشارة البدء,يقوم بالعدو إلا أن يتخطى الخط الثالث . يحسب زمن المختبر ابتداء من الخط الثاني حتى وصوله إلى الخط الثالث (30 متر).

-التسجيل: يسجل للمختبر الزمن الذي استغرقه في قطع مسافة 30متر – من الخط الثاني حتى الخط الثالث. (حسانين، 2001، ط4، ص 292).

1-1-6-2. اختبار الجري المتعرج لفليشمان.

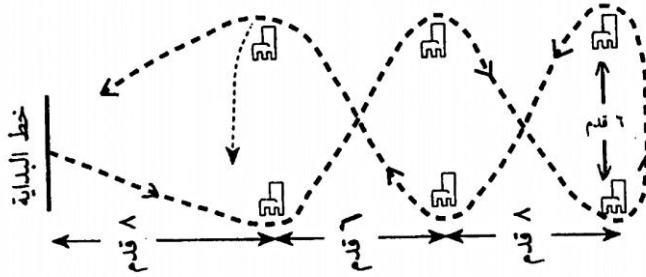
الغرض من الاختبار: قياس قدرة الشخص على تغيير اتجاه حركة الجسم.

الأدوات: ستة كراسي توضع كما هو موضح بالشكل رقم (02) ، ساعة إيقاف.

مواصفات الأداء: يقف المختبر خلف خط البداية، وعند سماع إشارة البدء يقوم المختبر بالجري تبعا لخط السير الموضح بالشكل رقم (02)، على أن يقوم بعمل دورتين ، على أن تنتهي الدورة الثانية بتجاوز لخط البداية .

توجهات:

- يجب إتباع خط السير المحدد.
 - إذا أخطأ المختبر يوقف الاختبار ويعاد بعد أن يحصل المختبر على الراحة الكافية.
 - يجب عدم لمس الكراسي أثناء الجري.
- التسجيل: يسجل للمختبر الزمن الذي يقطع فيه الدورتين . (حسانين، 2001، ط4، ص 288).



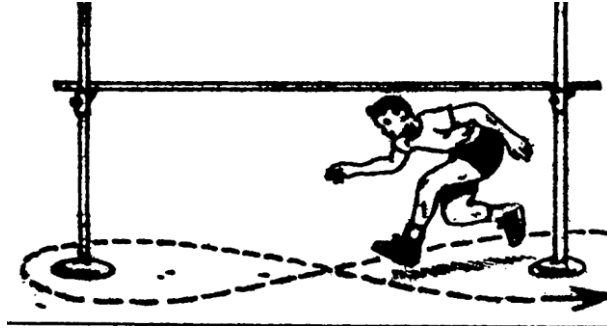
الشكل رقم (02) يبين اختبار الجري المتعرج لفليشمان

3-6-1-1. اختبار الجري في شكل (8):

- الغرض من الاختبار: يهدف هذا الاختبار إلى قياس قدرة الفرد على تغيير وضع الجسم أثناء حركته للأمام بسرعة .
- الأدوات: قائما وثب عال المسافة بينهما 10 قدم ,توضع عليها عارضة بارتفاع ما و للارتفاع وسط المختبر, ساعة إيقاف .
- مواصفات الأداء: يقف المختبر على القائم الأيمن للأحد القائمين عند سماع إشارة البدء يقوم بالجري على شكل حرف 8- حيث يقوم بعمل أربعة دورات (الدورة تنتهي في نفس المكان الذي بدأ منه المختبر).

توجهات:

- يجب إتباع خط السير المحدد .
 - يجب عدم لمس القوائم أو العارضة.
- التسجيل: يحسب للمختبر الزمن الذي يقطع فيه الأربع أدوات. (حسانين، 2001، ط4، ص 322).



الشكل رقم (03) يبين اختبار الجري في شكل (8)

1-1-4 اختبار التمرير والاستقبال مع الحائط :

الغرض من الاختبار: قياس دقة التمرير.

الأدوات: حائط أملس ، كرة اليد_مِقاتي_ صافرة.

الإجراءات: يقف التلميذ مواجهًا للحائط على بعد مسافة 03 أمتار من خط البداية .

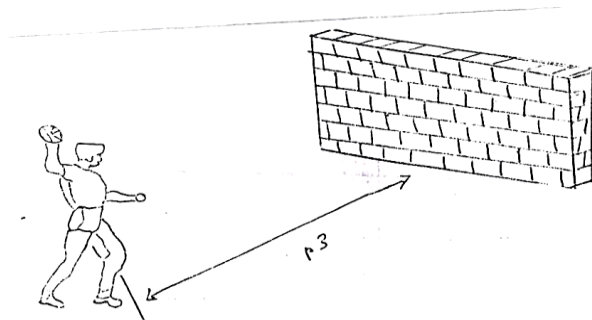
يرمي الكرة على الحائط ويستقبلها.

الشروط: التمرير والاستقبال يكون عند خط يبعد 03 أمتار عن الحائط.

مدة الاختبار 30 ثانية.

التسجيل: يتم احتساب التمريرات الصحيحة.

إعطاء محاولتين لكل تلميذ. (إبراهيم م.، 2003، ط4، ص 93).



الشكل رقم (4) يبين اختبار التمرير والاستقبال مع الحائط

1-1-5 اختبار التنطيط المتعرج:

الغرض من الاختبار: قياس القدرة على التحكم و السيطرة بالكرة .

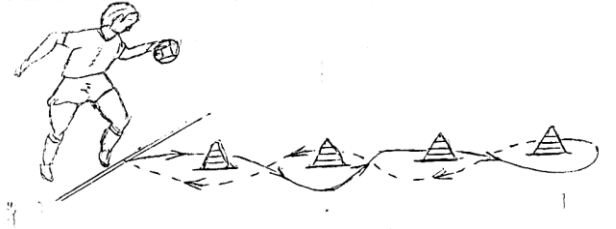
الأدوات: شواخص_ كرة اليد_مِقاتي_ صافرة.

الإجراءات: يتم وضع 06 شواخص على خط متعرج مع رسم خط البداية ، حيث يبعد الشاخص الأول عن خط البداية مسافة 1.5 متر ويبعد كل شاخص عن الآخر مسافة 02 متر.

الشروط: التنطيط يكون ذهابا وإيابا .

إعطاء محاولتين لكل تلميذ .

التسجيل: يتم احتساب أقل زمن خلال المحاولتين. (ابوزيد، 2002، ص 118).



الشكل رقم (5) يبين اختبار التنطيط المتعرج

1-1-6-6. اختبار التصويب على المرمى :

الغرض من الاختبار: قياس دقة التصويب .

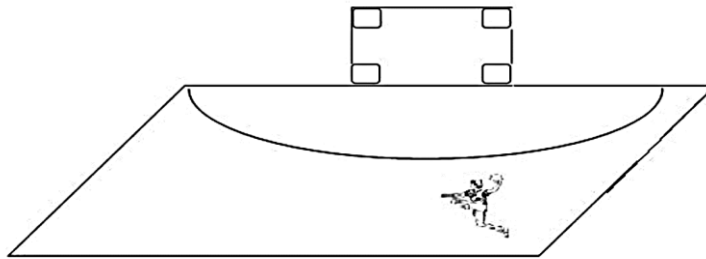
الأدوات: كرة اليد_ مرمى _ حلقات.

الإجراءات: يقف التلميذ عند خط 07 أمتار مقابل المرمى ، مع وضع حلقتين عند الزوايا العليا للمرمى.

الشروط: التصويب على الحلقات .

تعطى 03 محاولات لكل تلميذ.

التسجيل: تعطى نقطة لكل محاولة صحيحة. (إبراهيم، 2003، ط4، ص 106).



الشكل رقم (6) يبين التصويب على المرمى

1-1-7-1. الأسس العلمية للاختبارات:

1-1-7-1. الصدق :

يشير بارو Barrow و مك جي McGee إلى أن الصدق يعني "المدى الذي يؤدي فيه الاختبار الغرض الذي وضع من أجله، حيث يختلف الصدق وفق للأغراض التي يراد قياسها، والاختبار الذي يجري لإثباتها" (حسانين، 2001، ط4، صفحة 138).

1-1-7-1-1. الصدق المضمون : اعتمدنا في تحديد الاختبارات على الكتب و المصادر و المراجع

إضافة إلى الدراسات السابقة.

1-1-7-1-2. الصدق الذاتي :

يحسب عن طريق المعادلة التالية : الصدق الذاتي = الجذر التربيعي لمعامل الثبات. ويجب الملاحظة أن النتيجة المستخلصة من هذه المعادلة تمثل الحد الأقصى المتوقع للصدق وليس القيمة الحقيقية لصدق الاختبار.

1-1-7-2. الثبات :

1-1-7-2-1. الثبات عن طريق إعادة الاختبار :

إن هذا الأساس العلمي يعتبر من المقومات الأساسية للاختبار الجيد حيث يفترض أن يعطي نفس النتائج إذا أعيد استخدامه مرة أخرى. ويقول مقدم عبد الحفيظ " ثبات الاختبار هو مدى الدقة أو الانسياق أو استقرار نتائجه فيما لو طبق على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين " (دودين، 2009، ص 209).

قمت بإجراءات أولية وهذا من أجل حساب معامل الثبات لكل اختبار بطريقة (اختبار-

إعادة اختبار)، تم طبقت الاختبارات الأولى على العينة في يوم واحد. بعد أسبوع قمت بإعادة

الاختبار على نفس الأفراد في نفس الظروف، من خلال هذه الخطوة تناولت الباحثة تلك

الاختبارات بالتجريب للتأكد من ثقلها العملي، حيث تم اختيار عينة من تلاميذ القسم السنة

الخامسة ابتدائي و المقدر عددهم ب 10 تلاميذ ذكور يتراوح سنهم من 10 إلى 11 سنة. وطبقت

علمهم مجموعة الاختبارات المستهدفة وعلى مرحلتين متتاليتين أن تمت المرحلة القبيلية الأولى

بتاريخ 2019-12-11 بينما المرحلة البعدية تمت بتاريخ 2019-12-18 وفي نفس الظروف الزمانية

و المكانية للمرحلة الأولى، وقمت بتجميع النتائج ومعالجتها إحصائياً تحصلت على ما يلي :

الجدول رقم (02) الأسس العلمية للاختبارات .

الدلالة الإحصائية	معامل الصدق	معامل الثبات	درجة حرية	العينة	طرق الإحصائية	
					الاختبارات	
دال	0.94	0.88	8	10	اختبار الجري 30م من بداية متحركة	السرعة
دال	0.94	0.89			اختبار الجري في شكل (8).	التوافق
دال	0.87	0.76			اختبار الجري المتعرج لفليشمان.	الرشاقة
دال	0.96	0.93			اختبار التمير والاستقبال مع الحائط	التمير والاستقبال
دال	0.94	0.89			اختبار التنطيط المتعرج	التنطيط
دال	0.87	0.75			اختبار التصويب على المرمى	التصويب
مستوى الدلالة 0.05					" ر " الجدولية = 0.63	

الجدول رقم (02) الأسس العلمية للاختبارات

من خلال الجدول رقم (02) تبين أن الاختبارات تتمتع بدرجة عالية من الدقة والإتقان، حيث نلاحظ أن القيمة المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية (0.63) عند درجة الحرية (8) ومستوى الدلالة (0.05) وهذا ما يبين أن الاختبارات تتميز بدرجة صدق عالية. وعليه نستنتج أن الاختبارات المستخدمة تتمتع بثبات وصدق عالي فيما وضعت لقياسه.

3-7-1-1. موضوعية الاختبار:

يقصد بالموضوعية التحرر من التحيز أو التعصب، وعدم إدخال العوامل الشخصية فيما يصدر الباحث من أحكام. كما يقصد بها وضوح التعليمات الخاصة بتطبيق الاختبار، وحساب الدرجات والنتائج الخاصة، وترجع موضوعية الاختبار في الأصل إلى النقاط التالية:

- وضوح التعليمات الخاصة بتطبيق الاختبار وحساب الدرجات، حيث استخدمت الطالبة مجموعة من الاختبارات سهلة وواضحة وكذلك حساب الدرجات على مستوى كل اختبار بعيدا عن الصعوبة.
- أما لغة التعامل في إطار عرض وتوجيه المختبرين فتميزت بالبساطة والوضوح، وغير قابلة للتأويل، بالإضافة تم تعزيز المفحوصين بكل متطلبات الاختبارات كما قدم لهم عرض نموذجي مفصل لكل اختبار.

2-1. الدراسة الأساسية:

1-2-1. تنظيم سير الوحدات التعليمية خلال التجربة الأساسية:

لقد أشرفت الطالبة شخصيا على تدريس عينة البحث طيلة التجربة الأساسية بحيث تركت العينة الضابطة لحالها تعمل مع المعلمة بالشكل المعتاد لها، بينما العينة التجريبية فقد استخدمت الطالبة معها وحدات تعليمية باستخدام الألعاب التمهيدية حيث تضمن في صميم جوهرها وضعيات تهدف إلى تنمية بعض مكونات البدنية والمهارية في هذه المرحلة ، واستناد على كل من النتائج المتحصل عليها من جراء تنفيذ الاختبارات القبليّة وكذا التوجيهات البيداغوجية المدونة في منهاج التربية البدنية والرياضية للتعليم الابتدائي وإلى جانب التوجيه من الأستاذ المشرف ، قامت الطالبة بإعداد (11) وحدة تعليمية باستخدام الألعاب التمهيدية بحيث لها أهداف إجرائية رئيسية .

الجدول رقم (03): يوضح مجموعة الأهداف الإجرائية المنجزة على امتداد التجربة

الأساسية.

الرقم	الأهداف الإجرائية
01	أن يتعاون التلميذ مع فريقه على دقة الرمي والجري
02	أن يشارك التلميذ فريقه في التمرير والاستقبال الصحيح
03	أن يتعاون التلميذ مع فريقه على التنظيط داخل الأطواق
04	ان يشارك التلميذ فريقه الجري السريع والتمرير الصحيح
05	أن يتعاون التلميذ فريقه على الحراسة منطقتة والتمرير والاستقبال
06	أن يشارك التلميذ فريقه الجري وتمرير الكرة بطريقة صحيحة
07	أن يشارك التلميذ فريقه على الجري وتصويب على الهدف
08	أن يتعاون التلميذ مع فريقه على الجري والتنظيط الصحيح
09	أن يشارك التلميذ فريقه الكرة وتمريرها وتصويبها نحو الهدف
10	أن يتعاون التلميذ مع فريقه على الجري للمس الأقماع والتصويب في المرمى
11	أن يشارك التلميذ فريقه التمرير والاستقبال والتنظيط والتصويب

كما انتظمت مجموعة الوحدات التعليمية المطبقة على العينة التجريبية في ثلاثة مراحل
توجزها الطالبة فيما يلي:

1-1-2-1. المرحلة التحضيرية (الإعدادية) بحيث شملت هذه المرحلة اهتمام الطالبة بكل من الجو
التربوي وكذا الإحماء العام والخاص. وتوفير شروط السلامة والأمان.

1-2-1-2-1- المرحلة الرئيسية: وانتظمت في جزئين أساسين هما :

- الجزء التعليمي: وتمثل في الشرح والعرض لمضمون القسم الرئيسي ، من حيث توضيح دور
التلميذ في الموقف التربوي المقصود.

- الجزء التطبيقي: وتمثل في الإنجاز الفعلي للواجبات الحركية المبرمجة.

1-2-1-3-1- مرحلة التقويم: تمثلت متضمنات هذه المرحلة فيما يلي :

- إنجاز مجموعة من تمارين التهدئة بغرض العودة بالأجهزة الداخلية للتلاميذ إلى مستواها
الوظيفي الاعتيادي في حالة الراحة ، وتمثلت تلك التمارين في الجري الخفيف ، المشي ، تمارين
المرونة المفصليّة والتمديد العضلي.

- تفقد سلامة التلاميذ والثناء على عمل التلاميذ.

- ارتباط التلاميذ عاطفيا بالدرس وإثارة رغبتهم في ممارسة الدروس اللاحقة .

ملاحظة:

- في بعض الحالات تم إجراء حصتين في الأسبوع وهذا من أجل تعويض الحصص
الضائعة خلال فترة امتحانات الثلاثي الثاني ، وكذلك بسبب تفشي وباء (كورونا 19)
وخوفا من غلق المدارس قبل التاريخ المعلن عنه للعطلة الربيعية .
- يكمن الرجوع إلى الملاحق للاستفادة من بعض الألعاب التمهيدية المقترحة والمقدرة بـ
(50) لعبة في نشاط كرة اليد .

1.2-2-1. الأساليب الإحصائية :

استخدمت الطالبة الأساليب الإحصائية المناسبة لتحليل النتائج وهي كما يأتي :
-المتوسط الحسابي- الانحراف المعياري - معامل الالتواء- الوسيط - معامل الارتباط- اختبار
دلالة الفروق "ت".

1-2-2-1. مقياس النزعة المركزية :

- المتوسط الحسابي: هو أكثر المقاييس الإحصائية استخداماً في الدراسات والبحوث وفي الحياة العادية، فأى بيانات يمكن جمعها يكون لها متوسط أو قيمة متوسطة للتعبير عنها. ومن الممكن وصف البيانات وصفاً سريعاً عن طريق المتوسط، ويحسب المتوسط الحسابي طبقاً لطبيعة البيانات. (مراد، 2011، صفحة 47)
- المتوسط لعدد من القيم يساوي مجموع هذه القيم مقسوماً على عددها،

$$\bar{س} = \frac{س_1 + س_2 + س_3 + \dots + س_n}{ن}$$

$$\bar{س} = \frac{مجم\ س}{ن}$$

- الوسيط: وهو مقياس آخر من مقاييس النزعة المركزية الشائعة الاستخدام. والوسيط هو الدرجة الوسطى لمجموعة من الدرجات أو هو النقطة التي تقسم توزيع الدرجات إلى نصفين متساويين بحيث يكون عدد الدرجات التي تسبقها مساوياً لعدد الدرجات التالية لها.

وتحسب قيمة الوسيط لمجموعة من الدرجات بأخذ الدرجة الوسطى بعد ترتيب

الدرجات ترتيباً تصاعدياً أو تنازلياً. (مراد، 2011، صفحة 61).

- معامل الالتواء لبحكم على شكل توزيع البيانات، نستخدم معامل الالتواء، حيث نعرف منه مدى ابتعاد التوزيع التكراري أو المنحني التكراري عن التوزيع الإعتدالي. بالنسبة لعلاقة الاعترابية تربط بين مقاييس النزعة المركزية: 2المتوسط-3الوسيط=الالتواء وفي حالة كون قيمة المتوسط الحسابي أكبر من الوسيط والمنوال، يكون التوزيع ملتو إلتواء موجب، وفي حالة كون قيمة المنوال أكبر والوسيط أكبر من المتوسط يكون التوزيع ملتو

إلتواء سالباً. (الشربيني، 2007، صفحة 119)

$$\text{معامل الالتواء} = \frac{3(س - ط)}{ع}$$

1-2-2-2. مقياس التشتت :

- الانحراف المعياري: يعد أدق مقاييس التشتت للدرجات ذات مستوى قياس الفتري أو النسبي، وهو أكثر استخداماً في البحوث المختلفة. فهو يوضح مدى تشتت (تباين) الدرجات، فإذا تساوى متوسطي مجموعتين من الدرجات فلا يدل ذلك على تساوي

للمجموعتين وإنما ننظر الانحراف المعياري لمعرفة مدى التجانس أو التباين فكلما كان الانحراف المعياري صغيرا كلما قل تشتت (تباين) الدرجات وزاد تجانسها. وإذا زاد الانحراف المعياري زاد تشتت الدرجات وقل تجانسها. (مراد، 2011، صفحة 76).
وإذا كان لدينا مجموعة من الدرجات، فإن الجذر التربيعي لمجموع مربعات انحرافات هذه الدرجات بالنسبة لعدد أفراد المجموعة يعرف بالانحراف المعياري. وهو أحد مقاييس التشتت أو تباعد الدرجات ويحب من القانون. (الشربيني، 2007، صفحة 87)

$$ع = \sqrt{\frac{\sum (س - \bar{س})^2}{ن}}$$

3-2-2-1. مقياس العلاقة بين المتغيرات "معامل الارتباط":

$$ر = \frac{ن \text{ مج س ص} - \text{مج س} \times \text{مج ص}}{\sqrt{[ن \text{ مج س}^2 - (\text{مج س})^2][ن \text{ مج ص}^2 - (\text{مج ص})^2]}}$$

4-2-2-1- مقياس الدلالة ويتمثل في اختبار دلالة الفروق "ت":

$$ت = \frac{\bar{س}_1 - \bar{س}_2}{\sqrt{\left[\frac{1}{ن_1} + \frac{1}{ن_2}\right] \frac{ن_1 ع_1^2 + ن_2 ع_2^2}{ن_1 + ن_2 - 2}}}$$

3-2-1. صعوبات البحث :

- صعوبات الحصول على الوسائل اللازمة (العتاد الرياضي) لتطبيق البرنامج.
- صعوبات إدارية في تنفيذ البحث التطبيقي.
- الحرص على تعويض الحصص الضائعة بسبب فترة الاختبارات ، وكذلك بسبب تفشي وباء (كورونا 19) وخوفا من غلق المدارس قبل العطلة .

4-2-1. التوزيع الزمني لبرنامج الدليل التعليمي :

- مدة تطبيق البرنامج المقترح : 10 أسابيع + تطبيق الاختبارات القبليّة و البعدية.
- عدد الوحدات التعليمية الأسبوعية: 01 وحدة تعليمية.
- عدد الوحدات التعليمية في البرنامج: 11 وحدة تعليمية.
- زمن الوحدة التعليمية : 45 دقيقة .

الخاتمة:

شمل هذا الفصل كل العناصر التي يمكن أن تساعد وتساهم في تحقيق الهدف من وراء هذا العمل من التعريف بالبحث ومنهجيته وإجراءاتها الميدانية ولكون المشكلة تتطلب توظيف أكثر من أداة تم القيام بدراسة استطلاعية لأخذ انطباع ينتهي بنا في الدراسة الأساسية إلى التعرف على تنفيذ أفضل وأدق الطرق للوصول إلى نتائج تتميز بالصدق والفعالية. حيث تم التطرق في هذا الفصل إلى الخطوات العلمية التي أنجزت تمهيدا للتجربة الأساسية بحيث استهلت بتوضيح المنهج المتبع في البحث، العينة ومجالات البحث والادوات والوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث وأخيرا تناولت الطالبة مختلف الصعوبات التي تم مواجهتها في هذا البحث

الفصل الثاني

عرض تحليل ومناقشة النتائج

1-2. عرض تحليل ومناقشة النتائج :

1-1-2. المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء :

الاختبارات	س-	ع	الوسيط	معامل الالتواء
السن	11.27	0.99	11	0.83
الطول	144.29	8.11	143.5	0.92
الوزن	39.16	9.11	36.3	0.94
السرعة	4.25	0.48	4.245	0.03
التوافق	17.09	0.98	17.3	0.63-
الرشاقة	20.87	1.13	21.05	0.46-
التمرير والاستقبال	16.94	2.32	17	0.06-
التنطيط	20.66	2.85	20.75	0.08-
التصويب	0.58	0.67	0.5	0.38

جدول رقم (04) : يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء

يتضح من الجدول رقم (04) أن قيم معامل الالتواء قد تتراوح بين (-0.63) كأدنى قيمة و (0.83)

كأعلى قيمة وهي كلها محصورة بين (-3 ، 3) وبالتالي هناك تجانس وتكافؤ بين أفراد العينة.

1-2-2. المقارنة القبلية للإختبارات بين العينة التجريبية والضابطة:

الاختبارات	التجريبية		الضابطة		"ت" المحسوبة	دلالة الإحصائية
	س-	ع	س-	ع		
السن	0.33	0.9	11.23	1.1	11.23	غير دال
الطول	0.96	8.30	143.21	8.08	145.3	غير دال
الوزن	0.73	8.8	38.23	9.62	40.03	غير دال
السرعة	0.49	4.24	0.49	4.25	0.1	غير دال
التوافق	1.04	17.03	0.96	17.143	0.39	غير دال
الرشاقة	1.19	20.93	1.11	20.82	0.33	غير دال
التمرير والاستقبال	2.46	16.57	2.01	17.3	1.18	غير دال
التنطيط	3.65	20.20	1.85	21.09	1.18	غير دال
التصويب	0.57	0.57	0.76	0.6	0.15	غير دال
مستوى الدلالة 0,05		درجة الحرية 56		ت جدولية 2.003		

الجدول رقم (05) : مدى تجانس بين العينة الضابطة والتجريبية في نتائج الاختبارات القبلية .

من خلال الجدول رقم (05) : أن المتوسط الحسابي للسن والطول والوزن هو (11.23-

145.3) على الترتيب كذلك الانحراف المعياري على الترتيب (1.1-8.08-5.65) وهذا بالنسبة

للعينة التجريبية أما العينة الضابطة فمتوسط الحسابي للسن والطول والوزن هو (11.23-

على الترتيب (38.23-143.21) والانحراف المعياري (0.9-8.30-8.8) حيث وكانت (ت) المحسوبة على الترتيب (0.33-0.96-0.73) وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية (56) كانت أصغر من (ت) الجدولية المقدر ب (2.003) ومنه لا توجد دلالة إحصائية فبالتالي هناك تجانس و تكافؤ بين العينتين الضابطة و التجريبية .

لقد تبين من خلال المعالجة الإحصائية لمجموعة النتائج الخام القبلية لعينتي البحث باستخدام اختبار دلالة الفروق (ت) ستودنت ومن خلال جدول رقم (05) لوحظ أن جميع قيم (ت) المحسوبة تراجعت بين (0.1) كأدنى قيمة و (1.18) كأقصى قيمة وهي كلها أصغر من قيمة (ت) الجدولية المقدر ب (2.003) وهذا عند درجة حرية (56) ومستوى الدلالة (0.05) من خلال التحليل السابق نستنتج أن النتائج المتحصل عليها غير دالا إحصائيا أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة الضابطة و التجريبية فيما يتعلق بالجانب البدني والمهاري من خلال الصفات البدنية و المهارة التي تم اختبار التلاميذ عليها، وبالتالي نلخص إلى مدى تجانس التام في مستوى الصفات البدنية والمهارة بين العينتين البحث الضابطة و التجريبية.

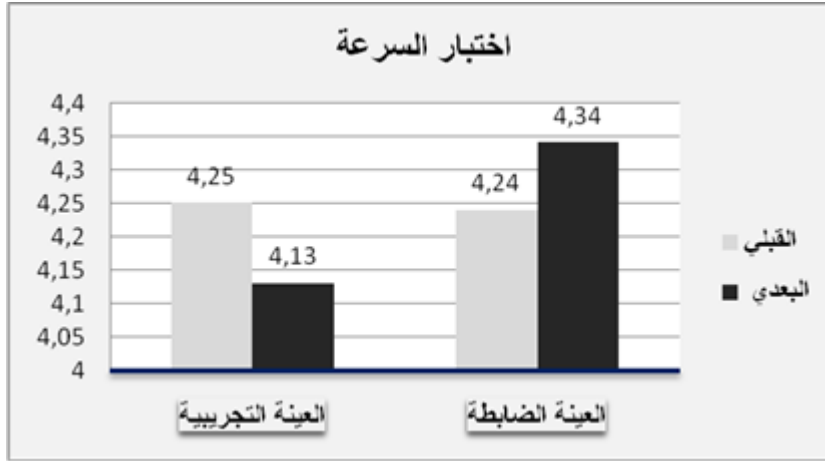
2-1-1-2. عرض تحليل ومناقشة نتائج اختبار الجري 30م من بداية متحركة:

العينة	أفراد العينة	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ت المحسوبة	ت الجدولية	مستوى الدلالة الإحصائية	الدلالة
		ع	س	ع	س				
التجريبية	30	4.25	0.48	4.13	0.43	3.08	2.04	0.05	دال
الضابطة	28	4.24	0.48	4.34	0.38	1.85	2.05		غير دال

جدول رقم (06): يوضح نتائج اختبار الجري 30م من بداية متحركة

من خلال نتائج الجدول رقم (06): نلاحظ أن نتائج العينة التجريبية بحيث بلغت قيمة المتوسط الحسابي القبلي (4.25) و الانحراف المعياري بلغ (0.48) بينما بلغ المتوسط الحسابي البعدي (4.13) و الانحراف المعياري (0.43) وكانت قيمة (ت) المحسوبة (3.08) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية المقدر ب (2.04) وهذا عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (29) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، وتعزو الطالبة سبب ذلك التطور بالنسبة للمجموعة التجريبية إلى أن صفة السرعة الانتقالية هي من الأنشطة التي تتميز بطابع الحركة والمنافسة إذ أنها تلبى حاجات التلاميذ في إشباع رغباتهم فضلا عن تحقيقها للمنافسة الشريفة بينهم، إذ استطاعت الطالبة أن توظف ذلك من خلال الألعاب التمهيدية التي تحمل في طياتها التنافس الشريف وهذا ما يؤدي إلى التطور الحركي.

في حين بلغ متوسط الحسابي القبلي للعينه الضابطة (4.24) و الانحراف المعياري (0.48) وبلغت قيمة المتوسط الحسابي البعدي (4.43) و الانحراف المعياري ب (0.38) وكانت قيمة (ت) المحسوبة (1.85) وهي أصغر من القيمة الجدولية (2.05) وهذا عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (27) ،ومنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية. والشكل البياني رقم (07) يوضح ذلك :



الشكل البياني رقم (07) يوضح نتائج اختبار السرعة للعينتين

2-2-1-2. عرض تحليل ومناقشة نتائج اختبار الجري في شكل (8):

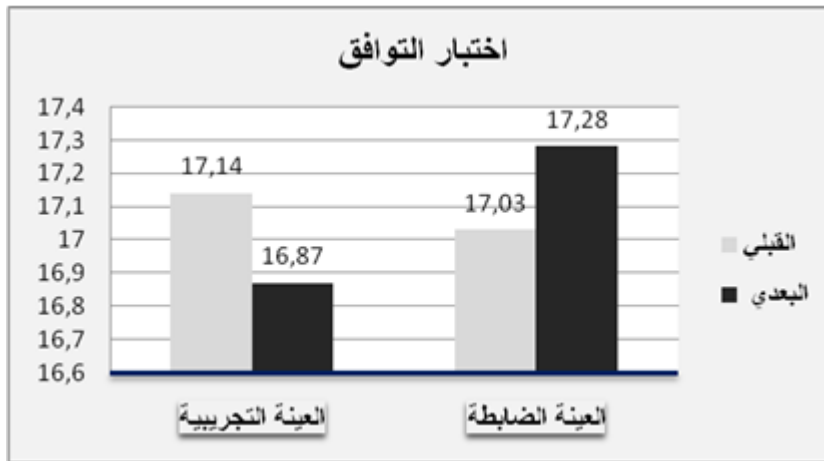
العينه	أفراد العينه	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ت المحسوبة	ت الجدولية	مستوى الدلالة الإحصائية	الدلالة
		ع	س	ع	س				
التجريبية	30	0.96	17.14	0.88	16.87	5.10	2.04	0.05	دال
الضابطة	28	1.03	17.03	0.9	17.28	2.49	2.05		دال

جدول رقم (07): يوضح نتائج اختبار الجري في شكل (8)

من خلال نتائج الجدول رقم (07) : نلاحظ أن نتائج العينه التجريبية بحيث بلغت قيمة المتوسط الحسابي القبلي (17.14) و الانحراف المعياري بلغ (0.96) بينما بلغ المتوسط الحسابي البعدي (16.87) و الانحراف المعياري (0.88) وكانت قيمة (ت) المحسوبة (5.10) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية المقدره ب (2.04) وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 29 مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، وهذا راجع إلى تأثير الوحدات التعليمية المقترحة الغنية بالألعاب التمهيدية والتي حسنت من هذه الصفة لدى التلاميذ. وتعزو الطالبة سبب ذلك التطور إلى الألعاب التمهيدية من خلال اعتماد الطالبة على الألعاب احتوت على تمارين تشتمل على (الركض والقفز والدرجة مع تغير الاتجاه) معتمدتا على مبدأ التشويق والإثارة مما

جعل التلاميذ لا يشعرون بالملل بل أسهم في زيادة الدافعية والرغبة لديهم في أداء هذه القدرة وتطويرها .

بينما العينة الضابطة بلغ متوسطها الحسابي القبلي (17.03) و الانحراف المعياري بلغ (1.03) وبلغت قيمة المتوسط الحسابي البعدي (17.28) و الانحراف المعياري قدر ب (0.9) وكانت قيمة (ت) المحسوبة (2.49) وهي أكبر من القيمة الجدولية (2.05) وهذا عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (29) ، ومنها توجد فروق ذات دلالة إحصائية. وبمقارنة نتائج المتوسطين الحسابيين للعينة الضابطة نلاحظ زيادة لكن سلبية وهذا بسبب تراجع في مستوى النتائج البعدية مقارنة بالقبليّة بسبب نقص تعلمهم عن طريق برنامج ثري ومنظم . والشكل البياني رقم (08) يوضح ذلك .



الشكل البياني رقم (08) يوضح نتائج اختبار التوافق للعينتين

3-2-1-2. عرض تحليل ومناقشة نتائج اختبار الجري المتعرج لفليشمان

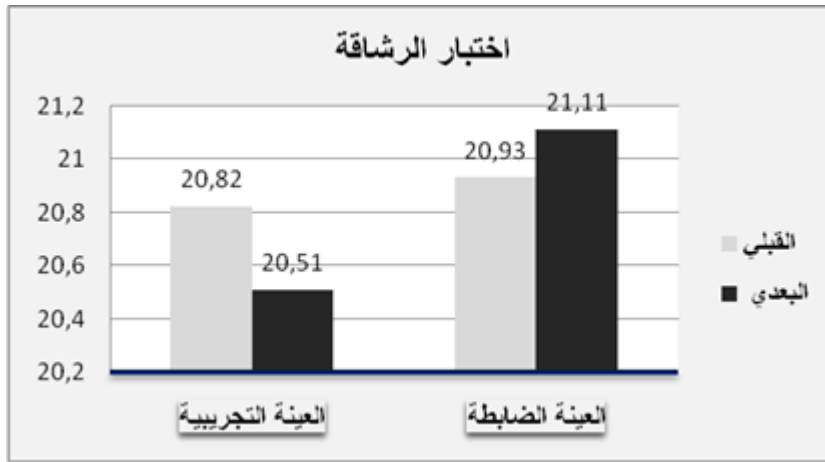
العينة	أفراد العينة	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ت المحسوبة	ت الجدولية	مستوى الدلالة الإحصائية	الدلالة
		ع	س	ع	س				
التجريبية	30	1.11	20.82	1.09	20.51	6.48	2.04	دال	0.05
الضابطة	28	1.19	20.93	1.08	21.11	1.76	2.05	دال	0.05

جدول رقم (08): يوضح نتائج اختبار الجري المتعرج لفليشمان.

من خلال نتائج الجدول رقم (08) : نلاحظ أن نتائج العينة التجريبية بحيث بلغت قيمة المتوسط الحسابي القبلي (20.82) و الانحراف المعياري بلغ (1.11) بينما بلغ المتوسط الحسابي البعدي (20.31) و الانحراف المعياري (1.09) وكانت قيمة (ت) المحسوبة (6.48) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية المقدر ب (2.04) وهذا عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية 29 مما

يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية، وهذا راجع إلى تأثير الوحدات التعليمية المقترحة الغنية بالألعاب التمهيدية والتي حسنت من هذه الصفة لدى التلاميذ.

بينما العينة الضابطة بلغ متوسطها الحسابي القبلي (20.93) و الانحراف المعياري بلغ (1.19) وبلغت قيمة المتوسط الحسابي البعدي (21.11) و الانحراف المعياري قدر ب (1.08) وكانت قيمة (ت) المحسوبة (1.76) وهي أصغر من القيمة الجدولية (2.05) وهذا عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (27)، ومنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية. والشكل البياني رقم (09) يوضح ذلك .



الشكل البياني رقم (09) يوضح نتائج اختبار الرشاقة للعينتين

4-2-1-2 عرض تحليل ومناقشة نتائج اختبار التمرير والاستقبال مع الحائط:

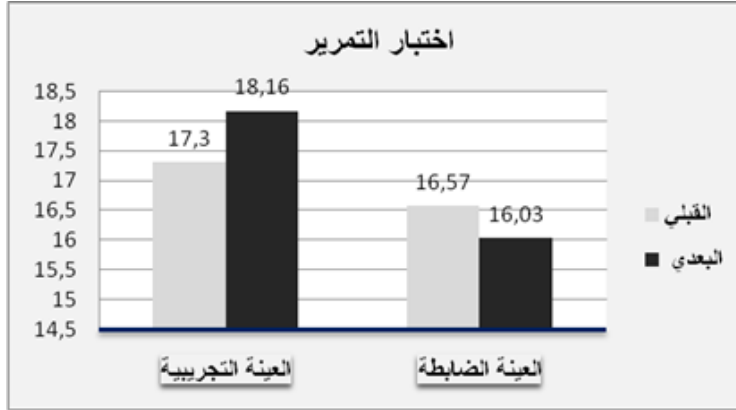
العينة	أفراد العينة	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ت المحسوبة	ت الجدولية	مستوى الدلالة الإحصائية	الدلالة
		ع	س	ع	س				
التجريبية	30	2.01	17.3	2.1	18.16	2.56	2.04	0.05	دال
الضابطة	28	2.64	16.57	1.54	16.03	1.22	2.05		غير دال

جدول رقم (09): يوضح نتائج اختبار التمرير والاستقبال مع الحائط.

من خلال نتائج الجدول رقم (09): نلاحظ أن نتائج العينة التجريبية بحيث بلغت قيمة المتوسط الحسابي القبلي (17.3) و الانحراف المعياري بلغ (2.01) بينما بلغ المتوسط الحسابي البعدي (18.16) و الانحراف المعياري (2.1) وكانت قيمة (ت) المحسوبة (2.56) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية المقدر ب (2.04) وهذا عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (29) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية .

بينما العينة الضابطة بلغ متوسطها الحسابي القبلي (16.57) و الانحراف المعياري بلغ (2.64) وبلغت قيمة المتوسط الحسابي البعدي (16.03) و الانحراف المعياري قدر ب (1.54)

وكانت قيمة (ت) المحسوبة (1.22) وهي أصغر من القيمة الجدولية (2.05) وهذا عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (27)، ومنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية. والشكل البياني رقم (10) يوضح ذلك .



الشكل البياني رقم (10) يوضح نتائج اختبار التمرير للعينتين

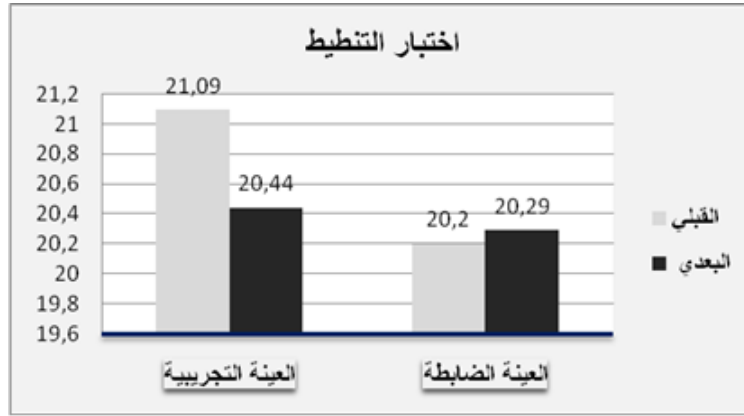
2-1-2-5. عرض تحليل ومناقشة نتائج اختبار التنطيط المتعرج :

الدالة الإحصائية	مستوى الدلالة	ت الجدولية	ت المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		أفراد العينة	العينة
				ع	س	ع	س		
دال	0.05	2.04	4.16	1.56	20.44	1.85	21.09	30	التجريبية
دال		2.05	0.45	3.31	20.29	3.65	20.20	28	الضابطة

جدول رقم (10) : يوضح نتائج اختبار التنطيط المتعرج.

من خلال نتائج الجدول رقم (10) : نلاحظ أن نتائج العينة التجريبية بحيث بلغت قيمة المتوسط الحسابي القبلي (21.09) و الانحراف المعياري بلغ (1.85) بينما بلغ المتوسط الحسابي البعدي (20.44) و الانحراف المعياري (1.56) وكانت قيمة (ت) المحسوبة (4.16) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية المقدره ب (2.04) وهذا عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (29) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية، وهذا راجع إلى تأثير الوحدات التعليمية المقترحة الغنية بالألعاب التمهيدية والتي حسنت من هذه الصفة لدى التلاميذ.

بينما العينة الضابطة بلغ متوسطها الحسابي القبلي (20.20) و الانحراف المعياري بلغ (3.65) وبلغت قيمة المتوسط الحسابي البعدي (20.29) و الانحراف المعياري قدر ب (3.31) وكانت قيمة (ت) المحسوبة (0.45) وهي أكبر من القيمة الجدولية (2.05) وهذا عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (27)، ومنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية. والشكل البياني رقم (11) يوضح ذلك :



الشكل البياني رقم (11) يوضح نتائج اختبار التنظيظ للعينتين

6-2-1-2 عرض تحليل ومناقشة نتائج اختبار التصويب على المرمى:

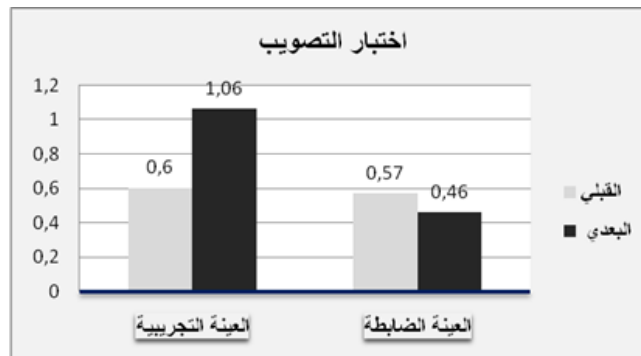
الدالة الإحصائية	مستوى الدلالة	ت الجدولية	ت المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		أفراد العينة	العينة
				ع	س	ع	س		
دال	0.05	2.04	2.45	0.86	1.06	0.76	0.6	30	التجريبية
غير دال		2.05	0.64	0.57	0.46	0.57	0.57	28	الضابطة

جدول رقم (11): يوضح نتائج اختبار التصويب على المرمى

من خلال نتائج الجدول رقم (11) : نلاحظ أن نتائج العينة التجريبية بحيث بلغت قيمة المتوسط الحسابي القبلي (0.6) و الانحراف المعياري بلغ (0.76) بينما بلغ المتوسط الحسابي البعدي (1.06) و الانحراف المعياري (0.86) وكانت قيمة (ت) المحسوبة (2.45) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية المقدر ب (2.04) وهذا عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (29) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية .

بينما العينة الضابطة بلغ متوسطها الحسابي القبلي (0.57) و الانحراف المعياري بلغ (0.57) وبلغت قيمة المتوسط الحسابي البعدي (0.46) و الانحراف المعياري قدر ب (0.57) وكانت قيمة (ت) المحسوبة (0.64) وهي أصغر من القيمة الجدولية (2.05) وهذا عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (27) ، ومنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية. والشكل البياني رقم

(12) يوضح ذلك :



الشكل البياني رقم (12) يوضح نتائج اختبار التصويب للعينتين

2-1-3 المقارنة البعدية البعدية للعنيتين الضابطة والتجريبية للعناصر البدنية للمهارة:

الإحصائية	دلالة "ت" المحسوبة	الضابطة		التجريبية		الاختبارات	
		ع	س-	ع	س-		
دال	2.01	0.37	4.34	0.43	4.13	اختبار الجري 30 م من بداية متحركة	السرعة
غير دال	1.75	0.9	17.28	0.88	16.87	اختبار الجري في شكل (8)	التوافق
دال	2.09	1.05	21.11	1.09	20.51	اختبار الجري المتعرج لفليشمان.	الرشاقة
دال	4.36	1.54	16.03	2.1	18.16	اختبار التمرير والاستقبال مع الحائط	التمرير والاستقبال
غير دال	0.21	3.31	20.29	1.56	20.44	اختبار التنطيط المتعرج	التنطيط
دال	3.08	0.57	0.46	0.86	1.06	اختبار التصويب على المرمى	التصويب
ت جدولية 2.003		درجة الحرية 56		مستوى الدلالة 0,05			

جدول رقم (12): يوضح النتائج البعدية للعينة الضابطة والتجريبية للعناصر البدنية

والمهارة .

يتضح من الجدول رقم (12) أن قيمة (ت) المحسوبة باستخدام اختبار (ت) قد تراوحت

بين (0.21-4.36) لجميع بنود الاختبارات وبالكشف عن قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) وبدرجة حرية (56) كانت (2.003) وبما أن قيم (ت) المحسوبة على الترتيب (1.75-0.21) للاختبارين (التوافق – التنطيط) على الترتيب أصغر من قيمة (ت) الجدولية فلا توجد فروق ذات دلالة إحصائية. وقيمة (ت) المحسوبة على الترتيب (2.01-2.09-3.08-4.36) للاختبارات الآتية (السرعة – الرشاقة – التصويب-التمرير والاستقبال) على الترتيب أكبر من قيمة (ت) الجدولية فيوجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح العينة التجريبية.

وعند مناقشتي للنتائج التي تم عرضها وتحليلها في الجدول رقم (12) للاختبارات البعدية

للمجموعتين الضابطة والتجريبية للاختبارات القدرات البدنية والمهارة ظهرت هناك فروق معنوية ولصالح المجموعة التجريبية في مجمل الاختبارات المطبقة، وهذا يعني إن استعمال الألعاب التمهيدية، قد حقق تطورا أفضل لتلاميذ الصف الخامس ابتدائي المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة ، وهذا راجع إلى فاعلية الألعاب التمهيدية التي تضمنتها الوحدات التعليمية أسهمت في تطوير هذه القدرات وذلك لاحتوائها على تمارين هادفة أسهمت في إشباع رغبة التلاميذ في الحركة والنشاط .

2-2 الاستنتاجات

بعد تحليل وإثراء متغيرات البحث نظريا، وتحليل لمضمون الدراسات المتشابهة وبعد جمع

البيانات وعرضها ومعالجتها إحصائيا ، استنتجت الطالبة ما يلي :

- أن الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب التمهيدية أثرت بشكل إيجابي وكبير في تطوير القدرات البدنية والمهارية لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مجمل نتائج الاختبارات البعدية للعينات التجريبية ولصالح البعدية.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مجمل نتائج الاختبارات البعدية لصالح العينة التجريبية مقارنة بالعينة الضابطة في بعض القدرات البدنية والمهارية .
- في المتغيرين التوافق والتنطيط لم تسجل فروق معنوية حسب ما أسفرت عن النتائج.
- إن النتائج التي حققتها الاختبارات أثبتت صلاحية الوحدات التعليمية التي أعدها الطالبة من خلال التطور الواضح في أهم القدرات البدنية والمهارية.

3-2 مناقشة فرضيات البحث :

1-3-2 مناقشة الفرضية الأولى :

والتي تنص على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبالية والبعدية للعينات التجريبية في القدرات البدنية والمهارية لصالح القياس البعدي " ، ومن خلال النتائج المتحصل عليها في هذه الدراسة، وعن طريق الجداول (6-7-8-9-10-11) للاختبارات والتي توضح الدلالات الإحصائية للفروقات الحاصلة بين متوسطات نتائج الاختبارات القبالية والبعدية لعينتي البحث الضابطة والتجريبية .

أن العينة الضابطة التي تركت تمارس درس التربية البدنية والرياضية تحت إشراف المعلمة من بعيد كانت تنميها لمكونات اللياقة البدنية نوعا ما متحسنة واكتسابها للمهارات الأساسية كذلك ، ويبين ذلك قيمة "ت" المحسوبة التي تراوحت بين ما بين (0.45-2.49) وقد بلغت "ت" الجدولية (2.05) عند درجة الحرية (0.05) أي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية وهذا راجع حسب رأي الطالبة إلى نقص التكوين في الجانب التطبيقي وعدم الاهتمام بالمادة.

أما بالنسبة للعينة التجريبية التي طبقت عليها الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب التمهيدية لاكتساب الجانب البدني والمهاري لنشاط كرة اليد لدى التلاميذ تبين أنه وقع تحسين بارز للمكونات البدنية والمهارات الأساسية وهذا ما يتوافق مع دراسة " بن برنو عثمان وبن لكحل منصور " (2010) ، ودراسة سعيد الله سعيد مجيد عبد الله (2014) ، ودراسة ثامر محمود السعيد محمد (2016) ومما يوضح ذلك جداول الاختبارات باستخدام الدلالة "ت" أن

الفروق الحاصلة بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي على مستوى العينة التجريبية لها دلالة إحصائية ولصالح الاختبار البعدي ما عدا اختبار التوافق.

ومما سبق تستخلص الطالبة أن لوحات التعليم باستخدام الألعاب التمهيدية فاعلية في اكتساب الجانب البدني والمهاري في نشاط كرة اليد. وعليه فالفرضية محققة.

2-3-2 مناقشة الفرضية الثانية :

والتي تنص على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية لصالح العينة التجريبية " ، على أثر المعالجة الإحصائية لمجموع النتائج المتحصل عليها باستخدام اختبار الدلالة "ت" بغرض إصدار أحكام حول معنوية الفروق الحاصلة بين متوسطات نتائج الاختبارات البعدية لعيني البحث الضابطة والتجريبية تبين من خلال الجدول رقم (12) إن كل الفروق الظاهرية الحاصلة بين متوسطات الاختبارات البعدية لها دلالة إحصائية ، لصالح العينة التجريبية المطبقة لنظام الألعاب التمهيدية الذي تضمن في محتواه كل من أنشطة الرمي والوثب والجري ، كما تشير الطالبة في هذا الشأن انه في متغير (التوافق والتنطيط) لم تسجل فروق معنوية حيث قيمة "ت" المحسوبة (1.75 - 0.21) على الترتيب وهي أصغر من "ت" الجدولية 2.003 وهذا راجع حسب رأي الطالبة إلى مدى عامل الصدفة .

إن للوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب التمهيدية فاعلية في اكتساب الجانب البدني والمهاري في نشاط كرة اليد وذلك بوجود تلك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح العينة التجريبية وهذا ما أكده دبور محمد ياسر " الطفل بطبيعته فردا ديناميكيا يميل إلى الحركة المستمرة وتتقدم معدلات أداءه للمهارات الحركية مع تقدم العمر الزمني إلا أن هذه المعدلات تنخفض في بعض الأحيان لإعتبارات خاصة خارجية تتمثل في الخصائص البدنية والحركية الخاصة التي وتعكس تميز كل مرحلة عن الأخرى. (دبور، 1997، صفحة 17). وعليه فالفرضية الثانية محققة.

4-2 الخلاصة العامة :

تنمية القدرات البدنية والمهارة للطفل بالصورة الصحيحة يتطلب استغلال مرحلة الطفولة من خلال التبكير في توجيه هذه الحركات وتنميتها وتطويرها بالصورة السليمة ليكون لها دورها في تنمية قدرات الطفل واكتشاف ذاته وتنمية معلوماته وتحتل الأنشطة الرياضية المدرسية في دول العالم المتحضر مكانا مرموقا بين المناهج المدرسية ، إذ تعتبر مادة التربية

البدنية مادة أساسية كبقية المواد التعليمية الأخرى ، حيث تدرس لجميع التلاميذ تحت إشراف معلم مؤهل علميا وتربويا وفق منهاج دراسي يحتوي على الأنشطة البدنية والمهارات الرياضية الأساسية التي تختلف باختلاف المراحل التعليمية فالأنشطة الرياضية المدرسية تساعد على تحسين النمو الجسدي للتلاميذ وتكسيهم العديد من المهارات الأساسية ، وتزيد من قدرتهم البدنية ، وتمدهم بالمتعة خلال تأديتهم لتلك الأنشطة التي تثنى خلال تعاون مشترك بالإضافة إلى تنمية لياقتهم البدنية .

وتحتل الألعاب التمهيدية مكانة هامة في خطة التعليم ، فهي تعد من الوسائل الهامة المفضلة في مجال إعداد الخصائص الحركية الأساسية لتحسين القدرات البدنية . وعليه جاءت هذه الدراسة التي نسعى من خلالها إلى إبراز أهمية الألعاب التمهيدية كوسيلة بيداغوجية وفعاليتها تساعد الناشئ على اكتساب مختلف الجوانب البدنية والمهارية لنشاط كرة اليد في الحصة التدريسية، ومحاولة القضاء على مشاكل نقص العتاد الرياضي في المؤسسات الرياضية بصفة عامة وداخل الحصص التدريسية بصفة خاصة، وأخيرا إبراز الدور الكبير للألعاب التمهيدية في إكساب الصفات البدنية والمهارية في لعبة كرة اليد لتلميذ السنة الخامسة من أجل إعدادهم وتمهيدهم للمرحلة التعليمية المقبلة، واتبعت الطالبة المنهج التجريبي على عينة مكونة من (58) تلميذا وتلميذة مقسمة إلى عينة ضابطة (28) تلميذا وتلميذة وعينة تجريبية (30) تلميذا وتلميذة، إذ طبقت عليهم وحدات تعليمية والتي كان قوامها (11) وحدة تعليمية باستعمال الألعاب التمهيدية وهذا من أجل إكسابهم بعض الجوانب البدنية والمهارية في نشاط كرة اليد.

بناء على النتائج التي أسفرت عنها هاته الدراسة وبعد المعالجة الإحصائية توصلت الطالبة إلى أن الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب التمهيدية أثرت بشكل إيجابي وكبير في اكتساب وتطوير بعض القدرات البدنية والمهارية في نشاط كرة اليد ، أيضا إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج مجمل الاختبارات البعدية لصالح العينة التجريبية مقارنة بالعينة الضابطة في بعض القدرات البدنية والمهارية . وتوصلت أيضا إلى الفعالية والقيمة التي تلعبها الألعاب التمهيدية وخاصة منها التي تخلق جو من الحماسة والتفاعل لدى تلاميذ التعليم الابتدائي في إنجاح حصة التربية البدنية والرياضية ، وأوصت الطالبة في الأخير إلى اعتماد الألعاب التمهيدية في برامج درس التربية البدنية للمدارس الابتدائية خاصة لتلاميذ القسم

النهائي (السنة الخامسة) لإعداده وتمهيده وتحضيره للمرحلة التعليمية المقبل عليها لما لها من تأثير إيجابي في اكتساب المهارات الأساسية التي تعتمد عليها الرياضات الجماعية المتناولة في البرامج الوزارية. وأوصت الطالبة كذلك بإجراء دراسات مشابهة التي تتضمن الألعاب التمهيدية وتحضيرية لبقية نشاطات الألعاب الجماعية (كرة السلة وكرة الطائرة).

وفي الأخير تؤكد الطالبة أن المنظومة التربوية وأستاذ المادة بالأخص هم المسؤولون عن ما يجري داخل الحصص الرياضية فالمنظومة التربوية عليها توفير المتطلبات القانونية والحرص على التطبيق الفعلي منها التربية البدنية والرياضية في الطور الابتدائي وعلى المعلم أن يكون ملم بكل الجوانب الاجتماعية والنفسية والانفعالية للتلاميذ. ويستخدم الألعاب التمهيدية التي تحتوي عنصر التشويق وخاصة أن هذه الفئة العمرية في حاجة للعب أكثر من أي شيء آخر.

5-2 التوصيات وإقتراحات:

- العمل بالوحدات التعليمية المقترحة كنموذج لإخراج درس التربية البدنية والرياضية على نحو فعال وإلى تحقيق الكفاءات المنشودة.
- نقترح إسناد مادة التربية البدنية والرياضية لأستاذ مختص نظرا لخصوصية المادة ونشاطها المميز عن باقي المواد وكذا أهميتها في هذه المرحلة على وجه الخصوص.
- إدراج مشروع الألعاب التمهيدية في منهاج مادة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الابتدائية خاصة الأقسام النهائية منها.
- إلزام المعلمين بتطبيق برنامج مادة التربية البدنية والرياضية.
- توفير الوسائل البيداغوجية لمادة التربية البدنية والرياضية على مستوى المدارس الابتدائية .
- إجراء بحوث حول الألعاب التمهيدية في نشاط كرة السلة وكرة الطائرة .
- يمكن الرجوع إلى الملاحق للاستفادة من بعض الألعاب التمهيدية المقترحة في نشاط كرة اليد .

المصادر والمراجع

المصادر والمراجع

الكتب باللغة العربية :

1. إبراهيم أحمد سلامة. (1984). الإختبارات والمقاييس في التربية الرياضية. الإسكندرية: دار المعارف.
2. إخلص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي. (2000). طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي. مصر: مركز الكتاب للنشر.
3. أسامة كامل راتب. (1999). النمو الحركي "مدخل للنمو المتكامل للطفل والمراهق". القاهرة: دار الفكر العربي.
4. أميرة عبد الواحد ،فاطمة كريم نعمة (2014)"العلاقة بين بعض الألعاب الحركية والإبداع الحركي لدى الأطفال (الذكور والإناث) في عمر 5 سنوات"، مجلة كلية التربية الرياضية، المجلد 26، العدد الرابع.
5. أمين الخولي، محمود عنان، عدنان درويش. (1994). التربية الرياضية المدرسية(دليل معلم الفصل). القاهرة: دار الفكر العربي.
6. أمين عبد الله روية. (1987). الألعاب الصغيرة والألعاب التمهيدية وألعاب المضرب. القاهرة.
7. إيلين وديع فرج. (1996، ط2). خبرات في الألعاب للصغار والكبار. الإسكندرية: منشأة المعارف.
8. إيلين وديع فرج. (2002). خبرات في الألعاب للصغار والكبار. الإسكندرية: منشأة المعارف.
9. بشير محمود عنان، عدنان درويش. (2002). الرياضة والترويح للمعوقين. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.
10. بطرس رزق الله. (1994). المسابقات والألعاب الصغيرة. القاهرة: دار المعارف.
11. بلقيس ، أحمد، مرعي، توفيق. (2001). المسير في سيكولوجية اللعب. عمان ،الأردن: دار الفرقان للنشر والتوزيع.
12. جمال الدين وآخرون. (2000). الرياضة في حياتنا. دار الكتاب الجامعي.
13. جير لانجروف، تيواندرت. (1987). كرة اليد للناشئين وتلامذة المدارس. القاهرة: دار الفكر العربي.
14. حسن أبو عبده. (2004). الإتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم. الإسكندرية: مطبعة الإشعاع الفنية.
15. حسن زكي. (2004). مركز التحكم في الألعاب الجماعية(مثال تطبيقي في كرة اليد). الإسكندرية: المكتبة المصرية للطباعة والنشر.
16. حمزة محمد دودين. (2009). التحليل الإحصائي المتقدم للبيانات spss عمان،الأردن : دار المسيرة.

17. الخولي ،محمد علي. (1981). قاموس التربية. بيروت: دار العلم للملايين.
18. رانيا السيد مخلوف، (2001) "تأثير الألعاب التمهيدية على بعض القدرات البدنية والمهارات الأساسية في كرة السلة المصغرة تحت (9) سنوات"، رسالة ماجستير في التربية الرياضية، جامعة القاهرة.
19. زكريا أحمد الشريبي. (2007). الإحصاء وتصميم التجارب في البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية . القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
20. سعاد السيد إبراهيم(1986) "الألعاب الصغيرة وأثرها على تعليم بعض المهارات كرة السلة لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق.
21. سهام عفت عبد الرحمان. (1983). التدريب الميداني في التربية الرياضية. القاهرة: دار المعارف.
22. صلاح أحمد مراد. (2011). الأساليب الإحصائية في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية. القاهرة: مكتبة الأجلو المصرية.
23. طارق زكريا محمد المصري(2000) "أثر الألعاب التمهيدية على تنمية بعض المكونات البدنية والمهارات الأساسية بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة السويس.
24. عبد الرحمان الوافي. (2006). مدخل إلى علم النفس. دار الهومة.
25. عبد الهادي، نبيل. (2004). سيكولوجية اللعب وأثرها في تعلم الاطفال. عمان الأردن: دار وائل للنشر والتوزيع والطباعة.
26. عبد الوهاب غازي حمودي. (2008). كرة اليد مالها وماعلمها المبادئ التعليمية والتدريبية. بغداد: دار العصامي للنشر والطبع.
27. عزة حسن صيام (1995) "تأثير برنامج ألعاب التمهيدية مقترح على عناصر اللياقة البدنية الخاصة و الكفاءة الوظيفية للاعبات كرة اليد تحت 12 سنة"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الحلوان .
28. عفاف عبد الكريم. (1990). التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضة. الإسكندرية: منشأة المعارف.
29. عماد الدين عباس أوزيد. (2005). التخطيط والأسس العلمية لبناء وإعداد فريق في الالعاب الجماعية.

30. عمار بوحوش ،محمد دنيبات. (1998). منهج البحث العلمي. جزائر: ديوان المطبوعات الجامعية
31. عمرو أبو المجد، جمال إسماعيل. (2001). الألعاب التكتيكية والترويحية الحديثة لتطوير برنامج التدريب للكبار والناشئين في كرة القدم. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
32. عمرو أبو المجد، جمال النمكي. (2001). الألعاب التكتيكية والترويحية الحديثة في كرة القدم. القاهرة: مركز الكتاب الناشر.
33. فاروق عبد الوهاب (1980) "الاتجاهات الانفعالية للأطفال نحو المنافسات بدروس التربية الحركية بالمدرسة الابتدائية"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية البنين، جامعة حلوان، القاهرة.
34. القلا، فخري الدين. (1979). إعداد الطالب المعلم في معهد المعلمين والمعلمات للإستخدام تقنيات التعليم. مجلة تكنولوجيا التعلم العدد (3).
35. كمال الدين عبد الرحمان درويش ،قدري سيد مرسي، عماد ابوزيد. (2002). القياس والتقويم والتحليل المبارات في كرة اليد. مصر: مركز الكتاب للنشر.
36. كمال درويش. (1999). الدفاع في كرة اليد. القاهرة ، مصر: مركز الكتاب للنشر.
37. كمال عبد الحميد إسماعيل، محمد صبحي حسانين. (2001). رباعية كرة اليد الحديثة. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
38. كمال عبد الحميد، محمد صبحي حسانين. (1980). القياس في كرة اليد. دار الفكر العربي.
39. ليلي لبيب، ثناء عمارة ، منيرة مرقص. (بلا تاريخ). موسوعة الألعاب الصغيرة والتمهيدية (كرة اليد-كرة السلة-كرة الطائرة). القاهرة: جامعة حلوان.
40. مؤنس رشاد الدين. (بلا تاريخ). الكلمن في الكلام والمعاني. بيروت: دار الكتاب الجامعي.
41. محمد حسن العلاوي. (1986). موسوعة الالعاب الرياضية. القاهرة: دار المعارف.
42. محمد حسن العلاوي. أسامة كامل راتب. (1987). البحث العلمي في المجال الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.
43. محمد حسن علاوى. (1999). موسوعة الألعاب الرياضية. القاهرة: دار المعارف.
44. محمد حسن علاوي، كمال عبد الرحمان درويش ، عماد الدين عباس أبوزيد. (2003). الإعداد الفني في كرة اليد. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
45. محمد صبحي حسانين. (2001، ط4). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية. مدينة نصر ، القاهرة: دار الفكر العربي.
46. محمد محمود العيلة. (2007، ط4). الالعاب التربوية وتقنيات إنتاجها سيكولوجيا وتعليميا وعمليا. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

47. مروان عبد المجيد إبراهيم. (2006). طرق ومناهج البحث العلمي في التربية والرياضية . عمان : دار الثقافة للنشر.
48. مصطفى حسن الباهي. (2000). الإحصاء وقياس العقلي البشري. مصر: مركز الكتاب للنشر.
49. مفتي إبراهيم ، عمرو أبو المجد وجمال النمكي. (2001). طرق تدريس ألعاب الكرات. القاهرة: دار الفكر العربي.
50. منير جرجس إبراهيم. (1990). كرة اليد للجميع. مصر. القاهرة: دار الفكر العربي.
51. منير جرجس إبراهيم. (1994). كرة اليد للجميع. القاهرة: دار الفكر العربي.
52. منير جرجس إبراهيم. (2003، ط4). كرة اليد للجميع والتميز المهاري. مصر: دار الفكر.
53. منير جرجس إبراهيم. (1994، ط4). كرة اليد للجميع. القاهرة: دار الفكر العربي.
54. ناهده عبد زيد الدليمي (2010) "تأثير مجموعة ألعاب صغيرة في تطوير قدرات حركية محددة وبعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر (7-8) سنوات " ، مجلة علوم التربية الرياضية ، العدد الرابع والمجلد الثالث.
55. نبذة عبد المنعم شحانة (1987) "أثر برنامج مقترح للألعاب الصغيرة على تحسين الأداء المهاري في كرة الطائرة " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية ، جامعة حلوان .
56. نبيل غادة، محمد الشحات. (1995). الألعاب الصغيرة. يلقاس: مركز الإعلام.
57. ياسر محمد حسن دبور. (1997). كرة اليد الحديثة. الإسكندرية : منشأة المعارف.

اللاحق



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس

معهد التربية البدنية والرياضية

-مستغانم-



قسم التربية البدنية والرياضية

إستمارة ترشيح الاختبارات

موجهة إلى أساندة التربية البدنية والرياضية بالمعهد

لنا الشرف العظيم أن نضيق بين أيديكم هذا الاستبيان من أجل تحديد مختلف الاختبارات البدنية التي تقيس الجانب البدني والمهاري بالإضافة إلى الألعاب المراد تطبيقها في الوحدات. وكذلك إبداء رأيكم بتقديم ملاحظات إن وجدت من أجل إنجاز البحث الذي نحن بصدد دراسته تحت عنوان "فاعلية بعض الألعاب التمهيدية في إكتساب بعض الجوانب البدنية والمهارة في نشاط كرة اليد لدى تلاميذ الطور الإبتدائي (11) سنة" دراسة ميدانية على تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي بمدرسة بن قويدر عبد القادر بدائرة سيق-ولاية معسكر.

الأستاذ المشرف:

الطالبة:

-محجوب غزال

-بسباس مختارية

السنة الجامعية 2020/2019

ملاحظات	غير مناسب	مناسب	الإختبارات	هل تناسب نعم/لا	العناصر		
			عدو 30م من بداية متحركة -عدول 10 ثانية		السرعة	البدنية	
			-سرعة دوران الذراع حول السلة -اختبار الجري في شكل 8		التوافق		
			رمي و إستقبال الكرات إتبار الدوائر المرقمة -الجري الكوكبي الجري المتعرج لفليشمان -الجري حول دائرة		الرشاقة		
			-ثني الجذع للامام من الوقوف -ثني الجذع للامام من الجلوس طولا -اللمس السفلي و الجانبي		المرونة		
			-الوقوف بالقدمين (مستعرضا) على العارضة الوقوف بالقدمين طوليا على العارضة الوقوف بالقدم (طولية) على العارضة		التوازن		
			التمرير و الإستقبال على الحائط لمدة 30 ثانية من مسافة 3م التمرير و الإستقبال ل10 ثواني على الحائط		التمرير و الإستقبال		المهارية
			التمرير على مربعات متداخلة التنطيط في خط متعرج لمسافة 30 م تنطيط الكرة بإستمرار من الجري لمسافة 30 م مستقيم تنطيط الكرة لمسافة 22م		التنطيط		
			التصويب من القفز عاليا على مربعات (50 سم-50) الموضوعة في الزوايا العليا للهدف من مسافة 9م التصويب على كرة اليد معلقة بالمرمى التصويب على أهداف مرسومة على بعد 9 أمتار		التصويب		

.....: اقتراحات

.....

	<p>سرعة رد الفعل +التسديد على المرمى</p>	<p>لعبة المطاردة</p>
	<p>مداعبة الكرة، تمرير واستقبال الكرة</p>	<p>لعبة التخلص من الكرة</p>
	<p>مداعبة الكرة من خلال تنطيط الكرة وسرعة الأداء</p>	<p>لعبة المتميز</p>
	<p>دقة التسديد على الهدف.</p>	<p>لعبة الصياد الماهر</p>
	<p>التركيز ، مداعبة الكرة بالتمرير والاستقبال...</p>	<p>لعبة الفهوان و القطط</p>
	<p>التنافس التسخين مداعبة الكرة من خلال تمرير واستقبال</p>	<p>لعبة التمريرات العشر</p>
	<p>الدقة، التركيز، الخفة، المنافسة</p>	<p>لعبة بناء الهرم</p>
	<p>القدرة على تجنب الكرة، الوعي بالمكان تنمية حقل الرؤية.</p>	<p>لعبة الهروب للنجاة</p>

	<p>الدقة في التسديد, تنمية حقل الرؤية، سرعة الاداء.</p>	<p>لعبة إصطياد الحمام</p>
	<p>سرعة رد الفعل، التركيز الجيد، مداعبة الكرة والتحكم فيها</p>	<p>لعبة تتابع الكرات</p>
	<p>سرعة الاستجابة، التنافس.</p>	<p>لعبة الحصول على الكنز</p>
	<p>التنقل بالكرة عن طريق التنطيط، السرعة في الاداء، التنافس.</p>	<p>لعبة محطات نقل الكرة</p>
	<p>التحكم الجيد في الكرة، السرعة، تحسين التنقل بالكرة</p>	<p>لعبة تحدي الصعاب</p>
	<p>التعاون الجماعي لتحقيق الهدف، القدرة على توقع الحركة وإنجازها</p>	<p>لعبة الصقور</p>
	<p>التمكن من أداء دفاع عن المنطقة.</p>	<p>لعبة الدودة و العصفور</p>
	<p>تعلم كيفية الدفاع الجيد.</p>	<p>لعبة حماية الحصن</p>
	<p>تمرير واستقبال الكرة، التركيز الجيد، سرعة الأدا</p>	<p>لعبة السلسلة المستقيمة</p>

	<p>الدقة في التسديد، التركيز جيدا على نقطة الهدف</p>	<p>لعبة سجل هدفك</p>
	<p>مرير والاستقبال السريع للكرة، تحسين القدرة البدنية، التركيز الجيد</p>	<p>لعبة العد السريع</p>
	<p>التوجيه الجيد للكرة</p>	<p>لعبة إصطياد القمع</p>
	<p>مداعبة الكرة، التنافس</p>	<p>لعبة الكرة المسافرة</p>
	<p>تمرير واستقبال الكرة</p>	<p>لعبة الكرات السريعة</p>
	<p>مداعبة الكرة من خلال التمرير والاستقبال، دقة التسديد</p>	<p>لعبة تمريرات الخمسة</p>



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس

معهد التربية البدنية و الرياضية



-مستفانم-

قسم التربية البدنية و الرياضية

شهادة التحكيم

يشهد السادة الأساتذة و الدكتوراه المحترمون الموقعون أدناه أن الطالبة : "سباس مختارية" السنة الثانية ماستر ل م د من قسم التربية البدنية و الرياضية تخصص مدرسي و تحت إشراف د: "محجوب غزال" قد حكمت أداة بحثها "استمارة ترشيح الاختبارات" الموجهة إلى عينة من الأساتذة المحكمين و التي تندرج ضمن متطلبات إنجاز بحث خلال الموسم الجامعي 2020/2019 تحت عنوان :

"فاعلية بعض الألعاب التعليمية التمهيدية لنشاط كرة اليد في تنمية بعض القدرات الحركية عند تلاميذ

السنة الخامسة ابتدائي"

دراسة ميدانية على تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي بدائرة سيق - ولاية معسكر.

التوقيع	الدرجة العلمية	الإسم و اللقب
	د	معدن كمر
	دكتواره	بيطار دستام
	"	مقراكي جمال
	د. د	بنا براهيم عثمان
	دكتواره	دعالي



قسم : تربية بدنية و رياضية

الرقم: 11 / 2019

إلى السيد (ة) : مدير ابتدائية بن قويدر عبد القادر - دائرة سيق ولاية معسكر

الموضوع: طلب تسهيل مهمة

في إطار تحضير مذكرة التخرج لنيل شهادة ماستر تخصص نشاط بدني رياضي مدرسي نرجو
من سيادتكم المحترمة تسهيل مهمة الطالبة :

- بسباس مختارية

المسجلة في السنة الثانية ماستر تخصص نشاط بدني رياضي مدرسي للسنة الجامعية 2019-2020

تقبلوا منا سيدي فائق التقدير والاحترام



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التربية الوطنية

مديرية التربية لولاية معسكر

-سيق-

شهادة إدارية

يشهد السيد : طيب محمد مدير المدرسة الابتدائية بن قويدر عبد القادر

بأن الطالبة بسباس مختارية المولودة ب تاريخ 11/05/1997 بسيق، قد أجرت بحثا على تلاميذ أقسام السنة الخامسة ابتدائي بالمدرسة وذلك من خلال الفترة الممتدة من بداية شهر ديسمبر 2019 إلى أواخر شهر مارس 2020 .

حررت في سيق بتاريخ : 2020/03/12

الإمضاء



طيب محمد

وسيلة: البدلة الرياضية-صافرة-ميقاتي أقماع- كرة (02)

الكفاءة المستهدفة أن يتعاون التلميذ مع فريقه على دقة الرمي والجري

مراحل التعلم	اهداف اجرائية	وضعيات التعلم	ظروف الانجاز
المرحلة التحضيرية	ان يهئ التلميذ نفسيا ويحضر فسيولوجيا	-العمل بالأفواج-جري خفيف حول الملعب-قيام بحركات التسخين العام-قيام بحركات المرونة-حساب نبضات القلب	10د-انضباط والمحافظة على النظام-الجدية في التسخين-احترام الزميل و المشاركة
المرحلة الرئيسية	تنمية عناصر اللياقة البدنية (رشاقة) تعليم التمرير	تتابع زجراج الدائرة يوزع اللاعبون بالتساوي على الفرق ،ويقف كل فريق على الدائرة مع المواجهة في اتجاه عكس عقرب الساعة،يعين أحد اللاعبين لبدأ التتابع عند إشارة البدء،يجري اللاعب المعين عكس اتجاه عقرب الساعة وبين زملاء في زجراج من على يمين الأول ويسار الثاني ،وهكذا حتى يصل مكانه ليلمس الأمامي الذي يجري بدوره بنفس الطريقة. تتابع التمرير يقف اللاعبون في قاطرات خلف خط البداية ويقف رئيس الفريق على خط آخر موازي وعلى بعد 5 أمتار ويمسك اللاعب الأول في القاطرة بالكرة ،عند إشارة البدء يمرر اللاعب الكرة إلى رئيس الفريق ثم يجري ليقف خلف القطار ويأخذ الذي خلفه مكانه ليستقبل الكرة التي يمررها له رئيس الفريق ثم يرددها ويجري ليقف خلف القاطرة.	 
المرحلة الختامية	تقييم	-فتح مجال مناقشة مع التلاميذ-تقديم ملاحظات	5د-مناقشة -توجيه التلاميذ لأهمية الاسترجاع

الأستاذة : بسباس مختارية التربية البدنية والرياضية

المدة:45دمذكرة رقم02

وسيلة:البدلة الرياضية-صافرة-ميقاتيأفماع-جهاز ديكامتر- كرة (04)

الكفاءة المستهدفة أن يشارك التلميذ فريقه في التمرير والاستقبال الصحيح

ظروف الانجاز	وضعيات التعلم	اهداف اجرائية	مراحل التعلم
10د-انضباط والمحافظة على النظام-الجدية في التسخين-احترام الزميل و المشاركة	-العمل بالأفواج-جري خفيف حول الملعب-قيام بحركات التسخين العام-قيام بحركات المرونة-حساب نبضات القلب	ان يهئ التلميذ نفسيا ويحضر فسيولوجيا	المرحلة التحضيرية
 	قطار الأبطال: يرسم على أرض الملعب خطان متوازيان أحدهما للبداية والآخر للنهاية والمسافة بينهما 25 مترا. يقسم اللاعبون إلى مجموعتين متساويتين ، عند إعطاء الإشارة بالبداية يتقدم أفراد كل مجموعة بالوثب بالقدمين معا حتى تصل إلى خط النهاية وتقف خلفه على شكل قاطرة مواجهة لخط البداية التمريرات الخمس: يهئ الأستاذ فضائين للعب بعد تقسيم التلاميذ إلى أربعة مجموعات متساوية من حيث العدد. في وضعية تنافسية بين مجموعتين. تحاول كل واحدة منهما القيام بخمس تمريرات متتالية (باليد) دون أن يلمس المنافس الكرة .	تنمية عناصر اللياقة البدنية التمرير و الإستقبال	المرحلة الرئيسية
5د-مناقشة -توجيه التلاميذ لأهمية الاسترجاع	-فتح مجال مناقشة مع التلاميذ-تقديم ملاحظات	تقييم	المرحلة الختامية

الأستاذة : بسباس مختارية التربية البدنية و الرياضية

المدة: 45د مذكرة رقم 03

وسيلة: البدلة الرياضية- صافرة- ميقاتي أقماع- أطواق (10)- كرة (02)

الكفاءة المستهدفة أن يتعاون التلميذ مع فريقه على التنظيط داخل الأطواق

مراحل التعلم	اهداف إجرائية	وضيعات التعلم	ظروف الانجاز ومعايير النجاح
المرحلة التحضيرية	ان يهئ التلميذ نفسيا ويحضر فسيولوجيا	-العمل بالافواج-جري خفيف حول الملعب-قيام بحركات التسخين العام-قيام بحركات المرونة-حساب نبضات القلب	10د-انضباط والمحافظة على النظام-الجدية في التسخين-احترام الزميل و المشاركة
المرحلة الرئيسية	التوافق+ المرح التنظيط	سباق الخطوة الجانبية يقف لاعبو كل فريق في قطار مزدوج كل لاعبان ظهرا لظهر خلف خط البداية مع تشابك المرفقين مع إشارة البدء يجري الزوج الأول في خطوات جانبية حتى خط النهاية وهكذا على أن يكون الزوج الثاني في وضع استعداد ظهرا لظهر، يفوز الفريق الذي يعود لترتيبه عند البدء أولا. نطط في الطوق قاطرتان وأول تلميذ لديه كرة توضع أمام كل قاطرة 5 أطواق عند الإشارة يجري أول تلميذ سريعا وينطط الكرة في الأطواق ثم العودة سريعا لتسليم الكرة إلى زميله ثم يخرج زميله، يفوز من ينتهي من العمل أولا .	
المرحلة الختامية	تقييم	-فتح مجال مناقشة مع التلاميذ-تقديم ملاحظات	5د-مناقشة -توجيه التلاميذ لأهمية الاسترجاع

الأستاذة : بسباس مختارية التربية البدنية والرياضية

المدة: 45د مذكرة رقم 04

وسيلة: البدلة الرياضية- صافرة-ميقاتي أقماع- كرة (04)

الكفاءة المستهدفة ان يشارك التلميذ فريقه الجري السريع والتمرير الصحيح

مراحل التعلم	اهداف إجرائية	وضيعات التعلم	ظروف الانجاز ومعايير النجاح
المرحلة التحضيرية	ان يهئ التلميذ نفسيا ويحضر فسيولوجيا	-العمل بالأفواج-جري خفيف حول الملعب-قيام بحركات التسخين العام-قيام بحركات المرونة-حساب نبضات القلب	10د-انضباط والمحافظة على النظام-الجدية في التسخين-احترام الزميل و المشاركة
المرحلة الرئيسية	السرعة +التوافق التمرير	سباق الحصول على الكرتز يتم تقسيم الطلاب إلى قسمين في صفين متواجهين متوازيين يتم وضع كرة (الكرتز) في منتصف المسافة بين التلاميذ ويتم ترقيم التلاميذ في اتجاه عكسي، ينادي المعلم على أحد الأرقام فيجري التلميذ الذي يحمل هذا الرقم من كل صف محاولا أخذ الكرة قبل زميله وإرجاعها إلى صفه. و الفائز تحيب له نقطة الصدى: تتنافس أربع مجموعات ، بحيث يتناوب كل واحد من عناصرها على قذف الكرة بقوة نحو الحائط باستعمال اليد، ثم الانسحاب إلى الخلف ليلتقطها زميله الموالي من مسافة لا تقل عن ثلاث أمتار، يفوز الفريق الذي تمكنت عناصره من استكمال المهمة دون خطأ.	 
المرحلة الختامية	تقييم	-فتح مجال مناقشة مع التلاميذ-تقديم ملاحظات	5د-مناقشة -توجيه التلاميذ لأهمية الاسترجاع

الأستاذة : بسباس مختارية التربية البدنية والرياضية

المدة: 45د مذكرة رقم 05

وسيلة: البدلة الرياضية- صافرة-ميقاتي أقماع- كرة (02)

الكفاءة المستهدفة أن يتعاون التلميذ فريقه على الحراسة منطقتيه والتمرير والاستقبال

مراحل التعلم	اهداف اجرائية	وضعيات التعلم	ظروف الانجاز ومعايير النجاح
المرحلة التحضيرية	ان يهئ التلميذ نفسيا ويحضر فسيولوجيا	-العمل بالأفواج-جري خفيف حول الملعب-قيام بحركات التسخين العام-قيام بحركات المرونة-حساب نبضات القلب	10د-انضباط والمحافظة على النظام-الجدية في التسخين-احترام الزميل و المشاركة
المرحلة الرئيسية	الرشاقة، القوة، المرح التمرير، الإستقبال، التصويب	إتجاه السير: ينتشر اللاعبون في الملعب ثم يشير المعلم بأصبعه إلى ناحية ما فيجري الجميع باتجاهها ويتبعون أصبعه باستمرار فإذا أشار لأعلى (وثب) ولأسفل (جلوس) وهكذا... إصابة الحائط: على ملعب كرة اليد بجوار حائط وعلى ارتفاع 2 متر يكون هناك فريقين يتكون عدد أفراد الفريق الأول من 12 تلميذ يحرسون الحائط من كل جوانبه ويتعاون الفريق الآخر في إصابة الحائط	
المرحلة الختامية	تقييم	-فتح مجال مناقشة مع التلاميذ-تقديم ملاحظات	5د-مناقشة -توجيه التلاميذ لأهمية الاسترجاع

الأستاذة : بسباس مختارية التربية البدنية والرياضية

المدة: 45د مذكرة رقم 06

وسيلة: البدلة الرياضية- صافرة- ميقاتي أقماع- كرة (15)

الكفاءة المستهدفة أن يشارك التلميذ فريقه الجري وتمرير الكرة بطريقة صحيحة

مراحل التعلم	اهداف اجرائية	وضيعات التعلم	ظروف الانجاز ومعايير النجاح
المرحلة التحضيرية	ان يهئ التلميذ نفسيا ويحضر فسيولوجيا	-العمل بالأفواج-جري خفيف حول الملعب-قيام بحركات التسخين العام-قيام بحركات المرونة-حساب نبضات القلب	10د-انضباط والمحافظة على النظام-الجدية في التسخين-احترام الزميل و المشاركة
المرحلة الرئيسية	السرعة، الرشاقة، التوافق	الهروب: ينتشر التلاميذ في الملعب ويختار المعلم 4-6 تلاميذ كصيادين، وعند سماع الصافرة يجري الطلاب للمس الجانب الأخر للملعب متحاشين إمساك الصياد لهم وتستمر اللعبة مع تغيير الصيادين. التخلص من الكرة: يقسم التلاميذ إلى فريقين كل فريق ينتشر في نصف الملعب الخاص به يقسم المعلم الكرات بالتساوي على الفريقين وعند الإشارة يحاول كل فريق التخلص من أكبر عدد من الكرات. عند الإشارة يتوقف التلاميذ من التمرير ويفوز الفريق الذي بحوزته عدد أقل من الكرات.	
المرحلة الختامية	تقييم	-فتح مجال مناقشة مع التلاميذ-تقديم ملاحظات	5د-مناقشة -توجيه التلاميذ لأهمية الاسترجاع

الأستاذة : بسباس مختارية التربية البدنية والرياضية

المدة: 45د مذكرة رقم: 07

وسيلة: البدلة الرياضية- صافرة- ميقاتي أقماع- كرة (02)

الكفاءة المستهدفة أن يشارك التلميذ فريقه على الجري وتصويب على الهدف

ظروف الانجاز ومعايير النجاح	وضعيات التعلم	اهداف اجرائية	مراحل التعلم
10د- انضباط والمحافظة على النظام- الجدية في التسخين- احترام الزميل و المشاركة	- العمل بالأفواج- جري خفيف حول الملعب- قيام بحركات التسخين العام- قيام بحركات المرونة- حساب نبضات القلب	ان يهئ التلميذ نفسيا ويحضر فسيولوجيا	المرحلة التحضيرية
	<p>سالم ، سامي: فريقان يجلسان بظهر بعضهما والمسافة بينهما 2 م ويسعى أحد الفريقين سالم والأخر سامي ينادي المعلم أحد الإسمين وبمجرد ذكر الاسم يجري لاعبو الصف المسعى بهذا الاسم أماما حتى يصل إلى خط ويطاردهم لاعبو الصف الآخر محاولين لمسهم على المعلم أن يطيل في الحرفين الأولين ليفاجئ اللاعبين بالاسم إذا لمس لاعب من الفريق الهارب ينضم إلى الفريق الآخر.</p> <p>حماية الحصن يقوم المعلم بتقسيم التلاميذ إلى دائرتين ووضع قمع في مركز الدائرة والتلميذ يدافع عنه في منتصف الدائرة . يقوم التلاميذ بتصويب على القمع ويحاول الحارس الدفاع عن القمع ، عند نجاح أحد التلاميذ بإصابة القمع يصبح مكان الحارس.</p>	السرعة التصويب	المرحلة الرئيسية
5د- مناقشة - توجيه التلاميذ لأهمية الاسترجاع	- فتح مجال مناقشة مع التلاميذ- تقديم ملاحظات	تقييم	المرحلة الختامية

الأستاذة : بسباس مختارية التربية البدنية و الرياضية

المدة: 45د مذكرة رقم 08

وسيلة: البدلة الرياضية- صافرة-مقياتي أقماع- كرة (16)

الكفاءة المستهدفة أن يتعاون التلميذ مع فريقه على الجري والتنطيط الصحيح

مراحل التعلم	اهداف اجرائية	وضيعات التعلم	ظروف الانجاز ومعايير النجاح
المرحلة التحضيرية	ان يهئ التلميذ نفسيا ويحضر فسيولوجيا	-العمل بالأفواج-جري خفيف حول الملعب-قيام بحركات التسخين العام-قيام بحركات المرونة-حساب نبضات القلب	10د-انضباط والمحافظة على النظام-الجدية في التسخين-احترام الزميل و المشاركة
المرحلة الرئيسية	السرعة التوافق. الرشاقة. التنطيط	الأرقام: ينتشر كل تلاميذ داخل الساحة ثم يتنقلون جريا بشكل عشوائي وبعد ذلك يشكلون مجموعات حسب الأرقام التي يعلن عنها الأستاذ. يقصى كل من لم يجد مكانه في المجموعة فيقوم بالجري حول فضاء اللعب دورتين. نطط وشتت: كل اثنين معا تنطيط الكرة باليد اليمنى ومحاولة تشتيت كرة الزميل باليد اليسرى مع المحافظة على كرتة. يفوز اللاعب الذي يحتفظ بكرته إلى النهاية	 
المرحلة الختامية	تقييم	-فتح مجال مناقشة مع التلاميذ-تقديم ملاحظات	5د-مناقشة -توجيه التلاميذ لأهمية الاسترجاع

الأستاذة : بسباس مختارية التربية البدنية والرياضية

المدة: 45د مذكرة رقم 09

وسيلة: البدلة الرياضية- صافرة- ميقاتي أقماح- أطواق- كرة (02)

الكفاءة المستهدفة أن يشارك التلميذ فريقه الكرة وتمريرها وتصويبها نحو الهدف

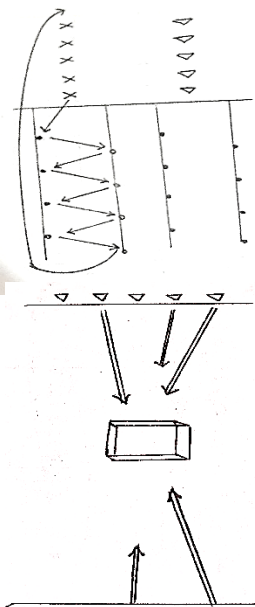
مراحل التعلم	اهداف اجرائية	وضعيات التعلم	ظروف الانجاز ومعايير النجاح
المرحلة التحضيرية	ان يهئ التلميذ نفسيا ويحضر فسيولوجيا	-العمل بالأفواج-جري خفيف حول الملعب-قيام بحركات التسخين العام-قيام بحركات المرونة-حساب نبضات القلب	10د-انضباط والمحافظة على النظام-الجدية في التسخين-احترام الزميل و المشاركة
المرحلة الرئيسية	التوافق. السرعة تمهيد لمباريات كرة اليد (باستخدام مهارة التمرير و التصويب)	الأطواق: يقف التلاميذ في دائرة ويضع أطواق على الأرض بحيث يكون عدد الأطواق أقل من عدد التلاميذ وعند الإشارة الأولى يجري التلاميذ حول الأطواق وعند الثانية يدخل كل تلميذ داخل الطوق والتلميذ الذي ليس له طوق يستبعد من اللعبة ويسحب طوق وهكذا حتى يتبقى تلميذ واحد هو الفائز كرة اليد في المرمى يقسم اللاعبون إلى فريقين، يقف كل منهم في نصف ملعبه بعد إجراء قرعة لاختيار الكرة أو نصف الملعب، يقوم الفريق الذي بحوزته الكرة بتبادل تمريرها فيما بينهم على أن ينتهي التمرير بتصويب الكرة في المرمى الفريق المنافس، وعلى لاعبي الفريق الآخر محاولة قطع الكرة، كما يحاول حارس المرمى منع الكرة من الدخول، ولا يجوز لأي لاعب دخول دائرة المرمى	  
المرحلة الختامية	تقييم	-فتح مجال مناقشة مع التلاميذ-تقديم ملاحظات	5د-مناقشة -توجيه التلاميذ لأهمية الاسترجاع

الأستاذة : بسباس مختارية التربية البدنية و الرياضية

المدة: 45د مذكرة رقم 10

وسيلة: البدلة الرياضية- صافرة- ميقاتي أقماع- منديل- كرة (02)

الكفاءة المستهدفة أن يتعاون التلميذ مع فريقه على الجري للمس الأقماع والتصويب في المرمى

مراحل التعلم	اهداف اجرائية	وضعيات التعلم	ظروف الانجاز ومعايير النجاح
المرحلة التحضيرية	ان يبرئ التلميذ نفسيا ويحضر فسيولوجيا	-العمل بالأفواج-جري خفيف حول الملعب-قيام بحركات التسخين العام-قيام بحركات المرونة-حساب نبضات القلب	10د-انضباط والمحافظة على النظام-الجدية في التسخين- احترام الزميل والمشاركة
المرحلة الرئيسية	تنمية عناصر اللياقة البدنية (رشاقة، توافق، سرعة) تمهيد لمهارة التصويب	مس الأقماع: يقف التلاميذ في قاطرات خلف خط البدء يوضع على خطين الجانبين المواجهين لكل قاطرة أقماع بالتبادل كما في الرسم، عند سماع إشارة البدء يجري اللاعب الأول ليلمس القمع على خط الأيمن ثم القمع على الخط الأيسر وعندما ينتهي من لمس الأقماع يجري خلف قاطرته، وهكذا يستمر اللعب كرة المرمى: يحاول أفراد كل فريق إحراز أكبر عدد من الأهداف في المرمى على أن يتم التصويب بالتناوب	
المرحلة الختامية	تقييم	-فتح مجال مناقشة مع التلاميذ-تقديم ملاحظات	5د-مناقشة-توجيه التلاميذ لأهمية الاسترجاع

الأستاذة : بسباس مختارية التربية البدنية والرياضية


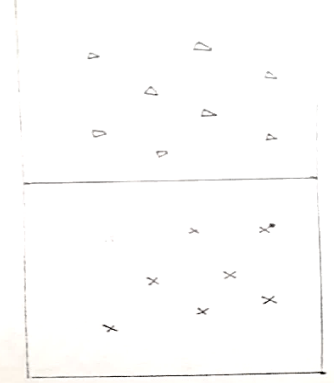
المدة: 45د مذكرة رقم: 11

وسيلة: البدلة الرياضية- صافرة-مقاتي أقماع- كرة (02)

الكفاءة المستهدفة أن يشارك التلميذ فريقه التمرير والاستقبال والتنظيط والتصويب

مراحل التعلم	اهداف اجرائية	وضيعات التعلم	ظروف الانجاز ومعايير النجاح
المرحلة التحضيرية	ان يهئ التلميذ نفسيا ويحضر فسيولوجيا	-العمل بالأفواج-جري خفيف حول الملعب-قيام بحركات التسخين العام-قيام بحركات المرونة-حساب نبضات القلب	10د-انضباط والمحافظة على النظام-الجدية في التسخين- احترام الزميل والمشاركة
المرحلة الرئيسية	السرعة. الرشاقة التمهيد للعبة كرة اليد بإجراء مباراة مصغرة باستخدام التمرير والتنظيط فقط.	السباق: فرق كل منها مكونة من 6 تلاميذ يقفون في قاطرات وتعطي أرقام متسلسلة للاعبين من الأمام للخلف ينادي المعلم رقما معيناً مثل رقم (5) فيجري اللاعبون الذين يحملون هذا الرقم في كل قاطرة للأمام حتى يصلوا إلى مقدمة القاطرة ويستديروا حول اللاعب الأول ثم حول القاطرة إلى أن يعودوا إلى مكانهم الأصلي يحصل فريق اللاعب الفائز على نقطة كرة اليد التمهيدية: يقف كل فريق على خط الرمية الحرة الخاص بملعبه ويعين حارس للهدف لكل فريق، كذلك يعين مدافع عند منطقة الهدف يقف داخل منطقة الهدف. تبدأ اللعبة بإسقاط كرة بين لاعبين في وسط الملعب ثم يقوم الفريق الذي يحصل على الكرة بالتمرير فيما بينهم واستخدام التنظيط على أن يراعي ال3خطوات وكذلك عدم إعادة تنظيط الكرة ثم يحاولوا الوصول إلى هدف المنافس للحصول على هدف، بينما يقوم الفريق الآخر بمحاولة منعهم والاستحواذ على الكرة.	 
المرحلة الختامية	تقييم	-فتح مجال مناقشة مع التلاميذ لتقديم ملاحظات	5د-مناقشة -توجيه التلاميذ لأهمية الاسترجاع

أكثر من (50) لعبة تمهيدية في نشاط كرة اليد تخدم كل من الجانب البدني والمهارات الأساسية

رسم توضيحي	شرح اللعبة	الغرض من اللعبة	إسم اللعبة
	<p>يقسم اللاعبون إلى دوائر متساوية العدد يقف في منتصف كل دائرة لاعب من المجموعة معه الكرة و عند إعطاء الإشارة يقوم بتمرير الكرة أو دحرجتها إلى زملائه بسرعة ويردونها إليه بدورهم حتى ينتهي كل أفراد الدائرة من هذا العمل ،فيرفع لاعب المنتصف يده بالكرة لأعلى معلنا انتهاء السباق في دائرته. دائرة التي تنتهي من العمل تحصل على نقطة</p>	<p>تمرير أو دحرجة الكرة</p>	<p>سباق الدوائر (01)</p>
	<p>يقسم اللاعبون إلى فريقين متساويين كل في نصف ملعب مستخدمين كرة اليد صغيرة ،وفي نهاية كل نصف ملعب يقف لاعب من الفريق الاخر في دائرة محددة كهدف تبدأ المباراة عند إعطاء الإشارة فيمرر اللاعبون الكرات لبعضهم محاولين توصيل الكرة إلى زميلهم الذي يقف بملعب الخصم، فاذا نجح الفريق ووصلت إليه الكرة دون أن تخرج من الدائرة أو أن تقع منه احتسب نقطة للفريق ،وهكذا ...</p>	<p>التمرير و دقة التصويب</p>	<p>كرة اليد البشرية (02)</p>
	<p>يقسم اللاعبون إلى فريقين متساويين موزعين في الملعب و مستخدمين كرة اليد ،يقوم الفريق المستحوذ على الكرة بتمرير الكرة للزميل حتى العدد الذي يحدده الأستاذ فيحتسب للفريق الذي نجح نقطة</p>	<p>التمرير</p>	<p>كرة اليد العددية (03)</p>

	<p>يقسم اللاعبون بحيث يكون كل قاطرتين أمام بعض و متساويين في العدد و على بعد 5 أمتار عن بعضهما،يقوم اللاعب الأول الذي يمسك الكرة بتمريرها عند الإشارة إلى زميل الأول في القاطرة المواجهة ثم يجري ليقف في نهاية القطار، ويمرر اللاعب رقم (1) في القاطرة الثانية الكرة للاعب رقم (2) من القاطرة الأولى ثم يعود بدوره لنهاية القاطرة و هكذا</p>	<p>سرعة و التمرير</p>	<p>(04) سباق القاطرات المواجهة</p>
	<p>يقسم اللاعبون إلى دوائر متساوية وفي منتصف كل دائرة لاعب منها يمسك بكرة يد، وعند الإشارة تتحرك الدائرة في اتجاه عقرب الساعة (مشي سريع أو جري) ويحاول اللاعب الذي في المنتصف تمرير الكرة إلى زملائه ويردونها بدورهم إليه حتى آخر لاعب في الدائرة فتقف الدائرة معلنه بذلك انتهاء العمل</p>	<p>التوافق، التمرير</p>	<p>(05) الدوائر المتحركة</p>
	<p>ينتشر اللاعبون داخل الملعب، فريق يسمى فريق الرماة و الآخر فريق الطيور، يحاول فريق الرماة تمرير الكرة فيما بينهم بأي طريقة لمحاولة إصابة الطيور ب الكرة بينما يحاول فريق الطيور الهرب و تقادي الإصابة مع عدم السماح بالخروج عن نطاق الملعب ،وفي حالة استحواذ فريق الطيور على الكرة يعكس العمل فيصبح الرماة طيور و الطيور رماة</p>	<p>سرعة التمرير و التصويب</p>	<p>(06) صيد الطيور</p>
	<p>يقف اللاعبون على خط موازي للحائط و على بعد 5 أمتار، يقف المدرس بين اللاعبين و الحائط، تبدأ اللعبة بقيام المدرس بدرجة الكرة الطيبة على الأرض بحيث يكون خط سيرها موازيا للحائط، وعند مرورها خلال منطقة الهدف يقوم اللاعبون بتصويب كراتهم لإصابة الكرة. طريقة تحديد الفائز: يفوز اللاعب الذي يصيب الهدف أكبر عدد ممكن من المرات.</p>	<p>دقة التصويب، التركيز</p>	<p>(07) إعتراض دوريات العدو</p>

الألعاب التمهيدية التي تكسب اللاعب اللياقة البدنية الخاصة بلعبة كرة اليد

	<p>يوزع اللاعبون بالتساوي على الفرق، ويقف كل فريق على الدائرة مع المواجهة في اتجاه عكس عقرب الساعة، يعين أحد اللاعبين لبدأ التتابع عند إشارة البدء، يجري اللاعب المعين عكس اتجاه عقرب الساعة وبين الزملاء في زجراج من على يمين الأول ويسار الثاني، و هكذا حتى يصل مكانه ليلمس الأمامي الذي يجري بدوره بنفس الطريقة.</p>	<p>تنمية عناصر اللياقة البدنية (رشاقة)</p>	<p>(08) تتابع زجراج الدائرة</p>
	<p>يرسم على أرض الملعب خطان متوازيان أحدهما للبداية والآخر للنهاية و المسافة بينهما 25 مترا. يقسم اللاعبون إلى مجموعتين متساويتين، عند إعطاء الإشارة بالبدء يتقدم أفراد كل مجموعة بالوثب بالقدمين معا حتى تصل إلى خط النهاية وتقف خلفه على شكل قاطرة مواجهة لخط البداية</p>	<p>تنمية عناصر اللياقة البدنية</p>	<p>(09) قطار الأبطال</p>
	<p>يقف لاعبو كل فريق في قطار مزدوج كل لاعبان ظهرا لظهر خلف خط البداية مع تشابك المرفقين مع إشارة البدء يجري الزوج الأول في خطوات جانبية حتى خط النهاية وهكذا على أن يكون الزوج الثاني في وضع استعداد ظهرا لظهر، يفوز الفريق الذي يعود لترتيبه عند البدء أولا.</p>	<p>توافق، مرح</p>	<p>(10) سباق الخطوة الجانبية</p>
	<p>يتم تقسيم الطلاب إلى قسمين في صفين متواجهين متوازيين يتم وضع كرة (الكنز) في منتصف المسافة بين التلاميذ ويتم ترقيم التلاميذ في اتجاه عكسي، ينادي المعلم على أحد الأرقام فيجري التلميذ الذي يحمل هذا الرقم من كل صف محاولا أخذ الكرة قبل زميله و إرجاعها إلى صفه. و الفائز تحيب له نقطة</p>	<p>السرعة، التوافق</p>	<p>(11) سباق الحصول على الكنز</p>

	<p>مربعان بضلع 5م وبينهما مسافة 10م دال كل مربع فريق ولاعب في المنتصف يتبادل الفريقان أماكنهما في المربعات ويحاول اللاعب لمس أكبر عدد من الطلاب ينظم اللاعب الملموس إلى اللاعب في المنتصف، تستمر اللعبة إلى أن يلمس جميع اللاعبين.</p>	<p>السرعة، الرشاقة</p>	<p>(12) المربعات</p>
	<p>ينتشر اللاعبون في الملعب ثم يشير المعلم بأصبعه إلى ناحية م فيجري الجميع باتجاهها ويتبعون أصبعه باستمرار فإذا أشار لأعلى (وثب) ولأسفل (جلوس) وهكذا...</p>	<p>الرشاقة، لقوة، المرح</p>	<p>(13) إتجاه السير</p>
	<p>يحدد المعلم أحد اللاعبين ليقوم بدور المسك ويحاول باقي اللاعبين الهروب منه وعندما ينجح في مسك أحدهم يحل محله مع مراعاة عدم السماح بمغادرة المربع المرسوم، يفوز اللاعب الذي لا يمسك</p>	<p>رشاقة، مرح، إنتباه</p>	<p>(14) الهاربون</p>
	<p>ينتشر التلاميذ في الملعب ويختار المعلم 4-6 تلاميذ كصيادين، وعند سماع الصافرة يجري الطلاب للمس الجانب الأخر للملعب متحاشين إمساك الصياد لهم وتستمر اللعبة مع تغيير الصيادين.</p>	<p>السرعة، الرشاقة، التوافق</p>	<p>(15) الهروب</p>
	<p>يقف فريقان أمام بعضهما فريق "شبكة" وفريق "سمك" ويحاول السمك عبور الملعب إلى الخط الأخر دون أن يقع في الشبكة عن طريق الهروب من طرفها أو بين يدي اللاعبين وتحاول الشبكة أن تلتف حول السمك لاصطياده وإذا انقطعت الشبكة يهرب كل السمك مرة أخرى ويبدل الفريقان مواقعهما إذا تم اصطياده جميع السمك.</p>	<p>الرشاقة</p>	<p>(16) المصيدة</p>

	<p>يقف التلاميذ في قاطرات خلف خط البداية ومع أول كل لاعب حبل مستعدا بالنظ و الجري أماما وعند الإشارة ،جري مع نط الحبل مسافة 10م و العودة بنفس الطريقة لتسليم الحبل إلى الزميل حتى نهاية القطار ،يفوز الفريق الذي ينهي العمل أولا.</p>	<p>تنمية عناصر اللياقة البدنية (التوافق، الرشاقة، السرعة</p>	<p>(17) تتابع نط الحبل</p>
	<p>فريقان يجلسان بظهر بعضهما و المسافة بينهما 2 م ويسمى أحد الفريقين سالم و الآخر سامي ينادي المعلم أحد الإسمين وبمجرد ذكر الاسم يجري لاعب الصف المسمى بهذا الاسم أماما حتى يصل إلى خط ويطارد هم لاعب الصف الآخر محاولين لمسهم على المعلم أن يطيل في الحرفين الأولين ليفاجئ اللاعبين بالاسم إذا لمس لاعب من الفريق الهارب ينضم إلى الفريق الآخر.</p>	<p>السرعة</p>	<p>(18) سالم، سامي</p>
	<p>فرق كل منها مكونة من 6 تلاميذ يقفون في قاطرات وتعطي أرقام متسلسلة للاعبين من الأمام للخلف ينادي المعلم رقما معينا مثل رقم (5) فيجري اللاعبون الذين يحملون هذا الرقم في كل قاطرة للأمام حتى يصلو إلى مقدمة القاطرة ويستديروا حول اللاعب الأول ثم حول القاطرة إلى أن يعودوا إلى مكانهم الأصلي يحصل فريق اللاعب الفائز على نقطة</p>	<p>السرعة، الرشاقة</p>	<p>(19) السباق</p>
	<p>ينتشر كل تلاميذ داخل الساحة ثم ينتقلون جريا بشكل عشوائي وبعد ذلك يشكلون مجموعات حسب الأرقام التي يعلن عنها الأستاذ يقصى كل من لم يجد مكانه في المجموعة فيقوم بالجري حول فضاء اللعب دورتين.</p>	<p>السرعة ، الرشاقة، التوافق</p>	<p>(20) الأرقام</p>
	<p>يقف التلاميذ في دائرة ويضع أطواق على الأرض بحيث يكون عدد الأطواق أقل من عدد التلاميذ وعند الإشارة الأولى يجري التلاميذ حول الأطواق وعند الثانية يدخل كل تلميذ داخل الطوق والتلميذ الذي ليس له طوق يستبعد من اللعبة ويسحب طوق وهكذا حتى يتبقى تلميذ واحد هو الفائز</p>	<p>التوافق، السرعة</p>	<p>(21) الأطواق</p>


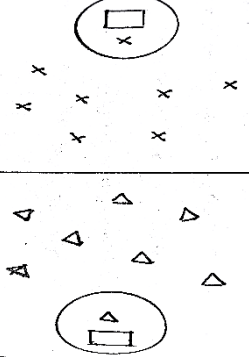
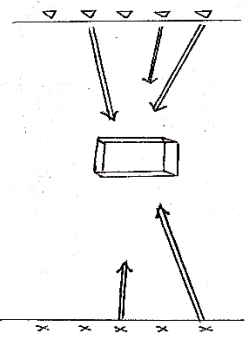
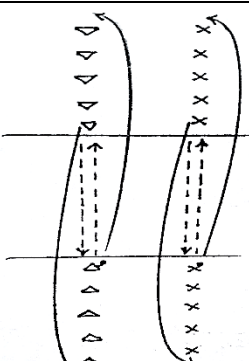
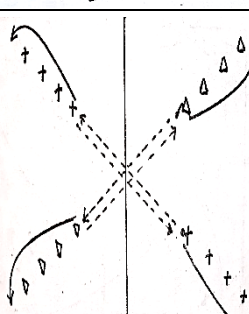
	<p>يقف اللاعبون خلف خط البدء الذي يوضع أمامه خمس قارورات على مسافات متساوية أمام كل قاطرة،يحاول اللاعب الأول من كل قاطرة درجة الكرة الطيبة لإسقاط أكبر عدد من القارورات ثم يقوم اللاعب الثاني بنفس العمل ،وهكذا...كل قارورة تسقط تحسب بنقطة،في النهاية يجمع عدد النقاط لكل فريق .</p>	<p>تنمية قوة الذراع و التوافق:</p>	<p>(22) البولينج</p>
	<p>يقف التلاميذ في قاطرات خلف خط البدء يوضع على خطين الجانبين المواجهين لكل قاطرة أقماع بالتبادل كما في الرسم،عند سماع إشارة البدء يجري اللاعب الأول ليلمس القمع على خط الأيمن ثم القمع على الخط الأيسر و عندما ينتهي من لمس الأقماع يجري خلف قاطرته ،وهكذا يستمر اللعب</p>	<p>تنمية عناصر اللياقة البدنية (رشاقة، توافق، سرعة)</p>	<p>(23) لمس الأقماع</p>
	<p>تقف المجموعات قاطرات خلف خط البدء،عند سماع الإشارة يبدأ اللاعب الأول بالجري لخط النهاية من يصل أولا يحسب لفريقه نقطة ثم يجري الثاني بعد الإشارة ،وهكذا.</p>	<p>تطوير عنصرى السرعة و الرشاقة</p>	<p>(24) سباق العربات</p>
	<p>تقف كل مجموعة على خطى الجانب للملعب بحيث يواجه كل لاعب لاعبا من المجموعة الأخرى،توضع كرة على الخط المتقطع بين كل لاعبين،عند سماع الإشارة يجري اللاعب لمحاولة الحصول على الكرة و العودة لمكانه قبل أن يلمسها منافس.</p>	<p>تنمية (سرعة، لياقة عامة، تركيز إن تباه)</p>	<p>(25) إلحق الكرة</p>

نماذج للألعاب التمهيدية التي تكسب المشترك مهارات حركية أساسية لكرة اليد

	<p>يقف اللاعبون في قاطرات خلف خط البداية و يقف رئيس الفريق على خط آخر موازي وعلى بعد 5 أمتار ويمسك اللاعب الأول في القاطرة بالكرة ،عند إشارة البدء يمرر اللاعب الكرة إلى رئيس الفريق ثم يجري ليقف خلف القطار ويأخذ الذي خلفه مكانه ليستقبل الكرة التي يمررها له رئيس الفريق ثم يردها ويجرى ليقف خلف القاطرة.</p>	<p>تعليم التمرير</p>	<p>(27) تتابع التمرير</p>
--	--	----------------------	-------------------------------

	<p>قاطرتان وأول تلميذ لديه كرة توضع أمام كل قاطرة 5 أطواق عند الإشارة يجري أول تلميذ سريعا وينطط الكرة في الأطواق ثم العودة سريعا لتسليم الكرة إلى زميله ثم يخرج زميله، يفوز من ينتهي من العمل أولا .</p>	<p>التنطيط</p>	<p>(28) نطط في الطوق</p>
	<p>تتنافس أربع مجموعات ، بحيث يتناوب كل واحد من عناصرها على قذف الكرة بقوة نحو الحائط باستعمال اليد، ثم الانسحاب إلى الخلف ليلتقطها زميله الموالي من مسافة لا تقل عن ثلاث أمتار، يفوز الفريق الذي تمكنت عناصره من استكمال المهمة دون خطأ.</p>		<p>(29) الصدى</p>
	<p>يهيئ الأستاذ فضائين للعب بعد تقسيم التلاميذ إلى أربعة مجموعات متساوية من حيث العدد. في وضعية تنافسية بين مجموعتين. تحاول كل واحدة منهما القيام بخمس تمريرات متتالية (باليد) دون أن يلمس المنافس الكرة .</p>	<p>التمرير و الإستقبال</p>	<p>(30) التمريرات الخمس</p>
	<p>مسابقة بين فريقين الفريق بدون كرة يقف على الخط الخلفي بدون كرة و الفريق بحوزته كرة على الخط الأمامي المسافة بين الخطين 3 م عند الإشارة يبدأ كلاهما في الانطلاق الأول بتنطيط الكرة و الثاني محاولة اللحاق به قبل الوصول لخط النهاية</p>	<p>التنطيط</p>	<p>(31) المسافة</p>
	<p>على ملعب كرة اليد بجوار حائط وعلى ارتفاع 2 متر يكون هناك فريقين يتكون عدد أفراد الفريق الأول من 12 تلميذ يحرسون الحائط من كل جوانبه ويتعاون الفريق الآخر في إصابة الحائط</p>	<p>التمرير و الاستقبال ، التصويب</p>	<p>(32) إصابة الحائط</p>

	<p>يقسم التلاميذ إلى فريقين كل فريق ينتشر في نصف الملعب الخاص به يقسم المعلم الكرات بالتساوي على الفريقين وعند الإشارة يحاول كل فريق التخلّص من أكبر عدد من الكرات. عند الإشارة يتوقف التلاميذ من التمرير ويفوز الفريق الذي بحوزته عدد اقل من الكرات.</p>	<p>التمرير و الاستلام</p>	<p>(33) التخلّص من الكرة</p>
	<p>كل تلميذ مع كرة يقوم بالتنطيط وهو مغمض العينين لزمان يحدده المعلم يفوز من يحتفظ بالكرة حتى نهاية الزمن المحدد.</p>	<p>تنمية الإحساس بالكرة ومكان سقوطها</p>	<p>(34) إقفل عينك ونطط</p>
	<p>يقوم المعلم بتقسيم التلاميذ إلى دائرتين ووضع قمع في مركز الدائرة والتلميذ يدافع عنه في منتصف الدائرة، يقوم التلاميذ بتصويب على القمع ويحاول الحارس الدفاع عن القمع، عند نجاح أحد التلاميذ بإصابة القمع يصبح مكان الحارس.</p>	<p>التصويب</p>	<p>(35) حماية الحصن</p>
	<p>يقسم الفريق إلى مجموعتين تقف كل مجموعة على شكل دائرة ويبدأ كل منهم كرة يد ويقف التلميذ في المنتصف ولديه كرة قدم. عند الإشارة يرمي التلميذ بالمنتصف كرة القدم عاليا ويقوم اللاعبون برمي كراتهم نحوها لإصابتها الذي يصيبها يمنح نقطة.</p>	<p>التصويب، التركيز، سرعة رد الفعل</p>	<p>(36) إسقاط طائرة العدو</p>
	<p>يقف التلاميذ في دوائر يقوم اللاعب في كل دائرة التي في حوزته الكرة بتنطيط الكرة باستمرار خارج الدائرة ثم يمرر الكرة بعد وصوله لنقطة انطلاقته الأولى تفوز الدائرة التي تنتهي أولا.</p>	<p>التنطيط</p>	<p>(37) دائرة التنطيط</p>

	<p>كل اثنين معا تنطيط الكرة باليد اليمنى ومحاولة تشتيت كرة الزميل باليد اليسرى مع المحافظة على كرتة يفوز اللاعب الذي يحتفظ بكرته إلى النهاية</p>	<p>تنطيط</p>	<p>(38) نط وشنت</p>
	<p>يقسم اللاعبون إلى فريقين، يقف كل منهم في نصف ملعبه بعد إجراء قرعة لاختيار الكرة أو نصف الملعب، يقوم الفريق الذي بحوزته الكرة بتبادل تمريرها فيما بينهم على أن ينتهي التمرير بتصويب الكرة في المرمى الفريق المنافس، وعلى لاعبي الفريق الآخر محاولة قطع الكرة، كما يحاول حارس المرمى منع الكرة من الدخول، ولا يجوز لأي لاعب دخول دائرة المرمى</p>	<p>تمهيد لمباريات كرة اليد (باستخدام مهارة التمرير و التصويب)</p>	<p>(39) كرة اليد في المرمى</p>
	<p>يحاول أفراد كل فريق إحراز أكبر عدد من الأهداف في المرمى على أن يتم التصويب بالتناوب</p>	<p>تمهيد لمهارة التصويب</p>	<p>(40) كرة المرمى</p>
	<p>يقسم اللاعبون إلى فرق، ويقسم كل فريق إلى قاطرتين متواجهتين المسافة بينهما من 3 أمتار، ويكون مع اللاعب الأول في أحد القاطرتين كرة، عند الإشارة يبدأ اللاعب بتمرير الكرة إلى اللاعب المواجه له من نفس الفريق ثم يتبع الكرة لكي ينتقل لنهاية القاطرة المواجهة، و اللاعب الذي يستلم الكرة يعيدها بنفس الطريقة، وهكذا... مع التركيز على حركة الذراع أثناء التمرير.</p>	<p>تعليم التمرير و الاستلام و سرعة الانتقال</p>	<p>(41) تغيير المواقع</p>
	<p>يقسم الفريق الواحد إلى قسمين ويقف كل قسم في زاويتين متقابلتين، يبدأ اللاعب الأول بتمرير الكرة (تمريرة كرجاجية) إلى اللاعب الذي يقف في الزاوية المقابلة ثم يرجع ليقف في نهاية قاطرته وهكذا يستمر العمل حتى ينتهي جميع اللاعبين</p>	<p>تمهيد لتعليم التمرير الكرجاجيو اللقف</p>	<p>(42) المناولة القطرية</p>

	<p>يقسم كل فريق إلى قسمين متساويين، يقف كل قسم مواجه للآخر في الزاوية المقابلة، عند سماع الإشارة، يمرر اللاعب الأول الذي بحوزته الكرة إلى زميله الأول في المجموعة المقابلة (تمريرة كرجاجية) ثم يقوم بالجري من خلف الفريق المنافس بعكس عقرب الساعة للوقوف خلف المجموعة المقابلة من نفس الفريق، وهكذا يستمر اللعب حتى يتم تبادل موقع قسمي الفريق.</p>	<p>تمهيد لتعليم التمرير الكرجاجي و الإستلام، سرعة الإن تقال</p>	<p>(43) تغيير المواقع</p>
	<p>يقسم الفريق الواحد إلى قاطرتين متساويتين متواجهتين يسلم كرة يد للاعب الأول من كل فريق، عند سماع الإشارة يقوم اللاعبان بالجري و تنطيط الكرة باتجاه القاطرة المواجهة من نفس الفريق ثم تمرير الكرة خلف الخط لزميله من نفس الفريق ثم يجري ليقف خلف القاطرة، وهكذا يستمر اللعب.</p>	<p>تمهيد لتعليم التمرير و التنطيط</p>	<p>(44) بريد الكرة</p>
	<p>يقف كل فريق على خط الرمية الحرة الخاص بملعبه ويعين حارس للهدف لكل فريق، كذلك يعين مدافع عند منطقة الهدف يقف داخل منطقة الهدف. تبدأ اللعبة بإسقاط كرة بين لاعبين في وسط الملعب ثم يقوم الفريق الذي يحصل على الكرة بالتمرير فيما بينهم و استخدام التنطيط على أن يراعي ال 3 خطوات و كذلك عدم إعادة تنطيط الكرة ثم يحاولوا الوصول إلى هدف المنافس للحصول على هدف، بينما يقوم الفريق الآخر بمحاولة منعهم و الاستحواذ على الكرة.</p>	<p>التمهيد للعبة كرة اليد بإجراء مباراة مصغرة باستخدام التمرير و التنطيط فقط.</p>	<p>(45) كرة اليد التمهيدية</p>
	<p>يقوم المدرس بإجراء قرعة لاختيار الملعب أو الكرة، يقوم الفريق الذي بحوزته الكرة بالتمرير فيما بينهم و محاولة التصويب على الكرة الطيبة، يحاول لاعبي الفريق الآخر قطع التمريرات و الدفاع عن الكرة الخاصة بهم، وهكذا...</p>	<p>تمهيد للعبة كرة اليد (تمرير، ت صويب)</p>	<p>(46) كرة المهر</p>

	<p>ينتخب لاعب من كل فريق ليمثل الملك ويقفز داخل القلعة الخاصة بفريقه ،ويقف باقي اللاعبين في الملعب بحيث يقف كل لاعب من الفريق بجوار لاعب من الفريق المنافس ،يقوم الحكم بإجراء قرعة بين لاعبين منهم لتحديد أي الفريقين يكون معه الكرة ثم يقوم الفريق الذي أصبحت الكرة بحوزته بتمريرها فيما بينهم حتى تصل إلى يد الملك الواقف في القلعة في حين يحاول الفريق الآخر قطع الكرة مع مراعاة أنه لا يسمح بمسك الكرة أكثر من ثلاث ثواني.</p>	<p>تمهيد للعبة كرة اليد باستخدام التمرير</p>	<p>(47) ملك القلعة</p>
	<p>يقف اللاعبون خارج دائرة المرمى ويبدأ كل لاعب كرة يد،يحاول كل لاعب التصويب على الهدف لإدخال الكرة بالطوق ،يحاول اللاعبون على التوالي.</p>	<p>دقة التهديف على المناطق الحرية بالهدف</p>	<p>(48) الدوائر الحرية</p>
	<p>تجري القرعة لاختيار الكرة و نصف الملعب يتخذ كل من الفريقين قسما من الملعب وتقسّم لاعبيه إلى حراس و مهاجمين ،ويقف كل حارس أمام زوج من الأقماع و المهاجمين على خط المنتصف، عند بدء الإشارة يقوم لاعبي الفريق المستحوذ على الكرة بتمريرها بينهم، كما يمكنهم استخدام التنطيط بهدف إصابة أقماع الفريق المنافس و إيقاع أحدها أو إصابة هدفه برمي الكرة و تخطيها خط الأقماع بدون أن تصيب قمع،في حين يسعى مهاجمي الفريق الآخر لعرقلة الكرة و الاستحواذ عليها مع مراعاة عدم الجري بالكرة وصد الحراس للكرة بالقدمين و اليدين.</p>	<p>تمهيد للتمرير و التصويب و التنطيط و التحرك في الملعب.</p>	<p>(49) كرة الموقعة</p>

	<p>ينتشر الفريقان بالملعب على أن يراقب كل لاعب لاعب من الفريق الآخر، ترمى الكرة في لوسط بين لاعبين متنافسين، فيحاول كل منهما أن يلقي الكرة ويمررها لأفراد فريقه باليدين محاولين إصابة الهدف بالكرة من أي مكان في الملعب و على اللاعبين بالفريق الآخر محاولة الاستحواذ على الكرة و إصابة هدف الخصم مع مراعاة ألا يسمح للاعب بالجري بالكرة أو مسكها أكثر من 3 ثواني فيعاقب اللاعب بنقل الكرة للفريق الآخر، ويعاقب اللاعب الذي يحاول اللعب الخشن بالحرمان من اللعب.</p>	<p>لقف و تمرير ودفاع فرد لفرد</p>	<p>(50) كرة العمود الصغيرة</p>
	<p>تجرى قرعة لاختيار الملعب أو الكرة، يقف كل فريق في نصف ملعبه، تبدأ المباراة من منتصف خط المنتصف عندما تعطي إشارة البدء للفريق الحائز على الكرة بحيث يتبادل أفراد الفريق تمرير الكرة فيما بينهم على أن ينادي اللاعب الأول الذي يمرر الكرة (1) والثاني ينادى بعد تمرير الكرة (2) وهكذا حتى العدد (10)، في نفس الوقت يحاول أفراد الفريق الآخر الاستحواذ على الكرة ويبدعون تمرير الكرة فيما بينهم مع ملاحظة عدم الجري بالكرة أكثر من 3 ثواني، وإذا قطعت الكرة من فريق بواسطة المنافس أو فقدت للجري تلغى جميع النقاط التي عدها ويبدأ من جديد في العدد.</p>	<p>تمهيد للعبة كرة اليد اليد بمهارة التمرير</p>	<p>(51) عشر تمريرات</p>
	<p>يقف اللاعبون حول الدائرة مقسمين إلى فريقين، فريق أحمر وآخر أبيض واقفين متداخلين بمعنى لاعب أحمر بجوار لاعب أبيض، في منتصف الدائرة يقف لاعبان أحدهما أحمر و الآخر أبيض مع كل منهما كرة اليد، عند إعطاء الإشارة يبدأ اللاعبون في الجري حول الدائرة في اتجاه عقرب الساعة، في نفس الوقت يمرر لاعب الوسط الأحمر الكرة لأفراد فريقه و الأبيض لأفراد فريقه أثناء الجري.</p>	<p>تمهيد لمهارتي التمرير و الاستلام من الجري</p>	<p>(52) الفريقان في الدائرة</p>
	<p>تقف الفرق على شكل قاطرات خلف خط البداية و مواجهة للقائم المثبت به طوق، يقوم اللاعب الأول من كل مجموعة بالتصويب داخل الطوق ثم يمرر الكرة للاعب التالي الذي يقوم بنفس العمل، وهكذا حتى تنتهي المجموعة</p>	<p>مهيد لمهارة التصويب</p>	<p>(53) صوب داخل الطوق</p>

	<p>تبدأ المبارات بفريقين كل في نصف ملعبه ، يطبق قانون كرة اليد بكل قواعده إلا فيما يتعلق بالتهديف ، حيث يقوم الفريقان بالتصويب داخل الطوق، تستمر المباراة من 5-10 دقائق ثم يبدل الفريقين بالفريقين الاحتياطي .</p>	<p>تمهيد للعبة كرة اليد دقة التصويب</p>	<p>(54) كرة اليد داخل الطوق</p>
	<p>كل فريق في نصف ملعبه يتبادل تمرير الكرة باستخدام التمريرة المرتدة ثم يقوم بالتصويب في حين يحاول الفريق الآخر قطع الكرة أو الاستحواذ عليها، مع مراعاة ألا يحمل اللاعب الكرة أكثر من ثانييتين ، يمكن للاعب أن يجري بالكرة مستخدماً التنطيط أثناء الجري، إذا لمس المنافس الكرة وهي مع لاعب لا يصح لهذا اللاعب التسجيل.</p>	<p>إعداد لمهارة التمريرة المرتدة وتسجيل إصابات</p>	<p>(55) كرة اليد المرتدة.</p>