

## "تأثير استخدام الاسلوب الثابت والمتغير على مستوى تعلم بعض المهارات الاساسية في كرة اليد بدرس التربية الرياضية"

د . تامر جمال عرفة علي سعيد

- المقدمة ومشكلة البحث:

منذ بداية القرن العشرون وقد تغيرت النظرة العامة للعاملين في المجال الرياضي واصبحت النظرة هي تحقيق افضل النتائج مع تحطيم جميع الارقام القياسية، ولكي يتم ذلك اهتموا بتعليم المهارات الحركية الرياضية وكذلك اتقانها وتطويرها ضمن وحدات تعليمية متخصصة ومسلولة خلال فترات الموسم الرياضي، بالإضافة الى التركيز على مكونات الوحدات التعليمية من خلال تنفيذ المحاولات وتكرارها.

وبالرغم من ان النظرة التقليدية لعمليات التعليم والتعلم التي كانت تشدد على أهمية التكرار كنمط ممارسة، الا ان النهج الأكثر حداثة بات يؤكد على أهمية تباين الممارسة وذلك وفقاً لنظرية النظم الديناميكية "ثيلين Thelen" (1995م)، ونظرية المخطط "شميدت Schmidt" (1975م) لتعلم المهارات الحركية. (27)، (26)

ويرى كل من "عثمان مصطفى عثمان وهشام محمد عبد الحليم" (٢٠٠٤م) أن درس التربية الرياضية يحتاج إلى تطبيق الأساليب التكنولوجية الحديثة حتى يمكن أن تتحقق أهدافه بطريقة مثلى، حيث أن إدخال التكنولوجيا الحديثة في مجال التعلم من الممكن أن تعطينا الفرصة للتخلص من الطرق التقليدية في التدريس، حيث أصبحت معظم أساليب تنفيذ البرامج الحالية للتربية الرياضية بالمدارس لم تعد تسير الفلسفات التربوية الحديثة والتي تعتمد في تقدمها المستمر على استخدام التقنيات التعليمية الحديثة التي تجعل المتعلمين أكثر فعالية وإستجابة داخل العملية التعليمية، مما يؤدي للوصول إلى الأهداف المنشودة. (13: 4)

وتتميز الوحدة التعليمية بالتمارين، وعليه يبين مقدار التعلم وتطور الأداء واتقانه، ولكي يكون التمرين فعالاً ومؤثراً لابد ان يخضع لشروط واعتبارات اساسية، فالتمرين "هو تعلم منظم يكون هدفه التقدم السريع لكل من الناحية الجسمية والتعليمية، وزيادة التعلم الحركي للمتعلم" (11: 29)

فالوحدة التعليمية التي تحتوي على عدد من التمارين لابد أن تتم وفق برنامج علمي مقنن لتطبيقها وممارستها من حيث تسلسل التمارين وطرق تنفيذها وتكراراتها وأوقات العمل والراحة فيها، لكي يمارسها المتعلمين بدافعية ونشاط أكثر مما هو عليه، وان لا يتم استخدامها بشكل رتيب بحيث يبعث الملل والضجر في نفوسهم، إذ أن الأسلوب العلمي الحديث الذي ينادي به خبراء التعلم الحركي وطرائق التدريس هو الدعوة إلى التنوع في الأساليب والطرائق التعليمية والتدريسية.

(3: 16)

ومن اساليب التمرين داخل الوحدة التعليمية اسلوب التمرين العشوائي والمتسلسل، واسلوب التمرين الثابت والمتغير، واسلوب التمرين المكثف والموزع، واسلوب التمرين الكلي والجزئي، اسلوب التمرين البدني والذهني، ويذكر "ماجيل Magill" (2007م) ان تنوع التمرين وتغيير اساليبه هدفه تنظيم التمرين وتنويعه وتأثيره بشكل افضل على التعليم. (25: 230)

وسوف يستخدم الباحث اسلوب التمرين الثابت والمتغير فالتمرين الثابت هو اسلوب واحد تتكرر فيه المهارة علي مسافة او بعد او اتجاه واحد، وهو سلسلة من الممارسات التدريبية يخضع فيها المتعلم إلى متغير واحد فقط من مجموع المتغيرات خلال الممارسة الواحدة، أما التمرين المتغير هو تقنية تعليمية الهدف منها التنوع أو التغير بالنظام، ويتم التدريب فيه على عدد كبير من المتغيرات الممكنة لصنف الحركة إلى التمرن على عدد من العناصر تؤثر في مهارة واحدة أو على عدة ابعاد ومسافات وزوايا واتجاهات لتأدية المهارة، كذلك فانه سلسلة متعاقبة من ممارسات التعلم (التمرين) يخضع فيها المتعلم إلى عدد كبير من المتغيرات في آن واحد خلال الممارسة الواحدة، وفي هذا النوع من الممارسة يجب التنوع في تشكيل المهارات ونماذجها لغرض تعلم أدائها في بيئات مختلفة ولأغراض مختلفة. (9: 6)

اما التمرين المتغير يقوم بتطوير خطة الاداء وتطوير البرنامج الحركي، وان من فوائده زيادة اثر نقل التعلم الى مهارات اخري جديدة، وان الفكرة هي ان الفرد يكتسب خط الحركة من خلال التمرين الثابت ولكن التمرين المتغير يزيد من تطوير هذه الخطة بالإضافة الى ان المتعلم يؤدي نوعاً جديداً من الواجب بكفاءة أكثر من التمرين الثابت، والتمرين المتغير يزيد المرونة في اداء الحركة وقابلية في التكيف على انتاج الحركات. (8: 191)

وتعتبر لعبة كرة اليد واحدة من الألعاب الجماعية الأساسية في إطار منهج التربية والتعليم في التربية الرياضية، وهي من الألعاب التي لها خصائص وميزات متنوعة لما فيها من مهارات متعددة تحتاج سرعة وتحرك فردي وجماعي وكذلك وجود احتكاك بدني وجسدي كبير، كل ذلك يتطلب اعداداً بدنياً ومهارياً.

وشهد العالم في الآونة الأخيرة تقدماً ملموساً في لعبة كرة اليد، فوصول الفرق المصرية إلى مراكز مرموقة على خريطة كرة اليد العالمية سواء بالنسبة لمنتهجات الشباب أو الرجال يفرض على المتخصصين وخبراء كرة اليد تطوير الفكر العلمي للجوانب والموضوعات التطبيقية المختلفة المرتبطة بكرة اليد، حتى يمكن المحافظة على هذا المستوى إن لم يكن تطويره. (7: 2)

ومن خلال عمل الباحث كعضو هيئة تدريس ومشرف على التربية العملية بمدارس المرحلة الاعدادية فقد لاحظ ضعف مستوى أداء تلاميذ الصف الاول الاعدادي لمهارات كرة اليد المقررة عليهم، وانبثق ذلك من خلال المتابعة المستمرة للتلاميذ اثناء اداء المهارات بحصة التربية الرياضية ومشاهدته مدي الصعوبات التي تواجههم اثناء الاداء، حيث ان مهارات كرة اليد تحتاج الى قواعد واسس معينة اثناء ادائها لعدم ارتكاب أي اخطاء وبالتالي ترسيخ هذه الاخطاء اثناء عملية التعلم.

ومن منطلق استخدام الاسلوب الثابت والمتغير في مجال تعلم المهارات الحركية المختلفة فقد اكدت الكثير من نتائج البحوث والدراسات ومنها دراسة "فرات جبار سعد وثائر عامر عباس" (2012م) (15)، ودراسة "عماد محمد سيد" (2016م) (14)، ودراسة "حسن العوران واخرون" (2019م) (4)، ودراسة "رشا قيदार عبدالحميد وحسين احمد حمزة" (2019م) (6)، على فاعليتهم في تعلم جوانب المهارات الاساسية والمعارف المختلفة، وهذا ما دفع الباحث لاستخدام الاسلوب الثابت والمتغير في تعليم مهارات كرة اليد بدرس التربية الرياضية لما اثبتته في فاعلية في عملية التعلم. ومن خلال اطلاع الباحث على العديد من المراجع العربية المتخصصة والدراسات العلمية السابقة، وكذلك شبكة المعلومات الدولية (الانترنت) لم يجد دراسة علمية واحدة على حد علم الباحث تناولت تعليم مهارات كرة اليد باستخدام الاسلوب الثابت والمتغير وهذا ما دفع الباحث لإجراء هذه الدراسة للتعرف على تأثير استخدام الاسلوب الثابت والمتغير على مستوى اداء بعض المهارات الاساسية في كرة اليد بدرس التربية الرياضية.

- هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير استخدام الاسلوب الثابت والمتغير على مستوى تعلم بعض المهارات الاساسية في كرة اليد بدرس التربية الرياضية.

- فروض البحث:

1- توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الاولى المستخدمة الاسلوب الثابت علي تعلم بعض مهارات كرة اليد ولصالح القياس البعدي.

2- توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية المستخدمة الاسلوب المتغير علي تعلم بعض مهارات كرة اليد ولصالح القياس البعدي.

3- توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثالثة المستخدمة الاسلوب (الثابت والمتغير) علي تعلم بعض مهارات كرة اليد ولصالح القياس البعدي.

4- توجد فروق ذات دلالة احصائياً بين متوسط القياسات البعدي بين مجموعات البحث الثلاثة (الثابت - المتغير - الثابت والمتغير) في تعلم بعض مهارات كرة اليد ولصالح المجموعة التجريبية الثالثة.

- مصطلحات البحث:

1- الأسلوب الثابت:

هو "التكرارات المتعاقبة للأداء وتنفيذ ثابت, إذ يخضع لمتغير واحد فقط خلال مدة الوحدة التعليمية". (22: 202)

2- الاسلوب المتغير:

هو "أداء سلسلة متعاقبة من ممارسات التمرين يخضع فيها المتعلم إلى متغيرات عدة في آن واحد خلال الممارسة الواحدة". (23: 83)

- الدراسات السابقة:

1- أجرى "احمد محمد علي" (2010م) دراسة بعنوان "تأثير استخدام الاسلوب التنافسي علي تعلم بعض المهارات الاساسية في كرة اليد"، واستهدفت الدراسة الى التعرف على تأثير استخدام الاسلوب التنافسي علي تعلم بعض المهارات الاساسية في كرة اليد، واستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها (20) طالب من طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، واستخدم الباحث الاختبارات البدنية والمهارية في جمع البيانات، ومن أهم النتائج: توجد فروق دالة احصائية بين القياسات القبلية والبعدي ولصالح القياسات البعدية للمجموعتين التجريبيية والضابطة، وتوجد فروق دالة احصائيا بين القياسات البعدية للمجموعتين التجريبيية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبيية. (1)

2- أجرى "افسن برك Afsane purak et al" (2012م) دراسة بعنوان "اثر التمرين بالأسلوب الثابت والمتغير والزيادة المنتظمة على الاحتفاظ وانتقال اثر التعلم على انواع مختلفة من التمرير بكرة السلة"، واستهدفت الدراسة التعرف اثر التمرين بالأسلوب الثابت والمتغير والزيادة المنتظمة على الاحتفاظ وانتقال اثر التعلم على انواع مختلفة من التمرير بكرة السلة، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، على عينة قوامها (45) طالب تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وتم تقسيمهم الي ثلاث مجموعات متساوية، ومن أدوات جمع البيانات الاختبارات البدنية والمهارية ومن أهم النتائج عدم وجود فروق بين المجموعات في الاكتساب المهارى لأنواع التمرير، بينما كانت هناك فروق لصالح مجموعة الزيادة المنتظمة للتدريب في استرجاع وانتقال اثر التعلم في انواع التمرير بكرة السلة. (24)

3- أجرى "فرات جبار سعد وثائر عامر عباس" (2012م) دراسة بعنوان "تأثير الاسلوب الثابت والمتغير في مهارة التهديف لناشئ كرة القدم"، واستهدفت الدراسة الى التعرف على تأثير الاسلوب الثابت والمتغير في مهارة التهديف لناشئ كرة القدم، واستخدم الباحثان المنهج التجريبي على عينة قوامها (20) لاعب ناشئ من نادي ديالي الرياضي تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، واستخدم الباحثان الاختبارات البدنية والمهارية في جمع البيانات، ومن أهم النتائج: ان اسلوب التمرين (المتغير) والتمرين (الثابت) كان له تأثير كبير في تطوير مهارة التهديف وقد كان واضحا من خلال التفوق في الاختبارات البعدية، وان المجموعة التجريبيية الاولى ذات الاسلوب (المتغير) كان الافضل في التعلم لمهارة التهديف. (15)

4- أجرى "عماد محمد سيد" (2016م) دراسة بعنوان "تأثير جدولة الممارسة باستخدام الاسلوب الثابت والمتغير على تعلم مهارة التصويب بالوثب في كرة السلة"، واستهدفت الدراسة الى التعرف على تأثير جدولة الممارسة باستخدام الاسلوب الثابت والمتغير على تعلم مهارة التصويب بالوثب في كرة السلة، واستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها (35) لاعب اكاديمية كرة السلة بنادي الصيد تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، واستخدم الباحث الاختبارات البدنية والمهارية في جمع البيانات، ومن أهم النتائج: البرنامج التعليمي باستخدام اشكال اسلوب جدولة الممارسة (الثابت - المتغير - الثابت المتغير) له تأثير ايجابي على تعلم مهارة التصويب بالوثب في كرة السلة. (14)

5- أجري "حسن العوران واخرون" (2019م) دراسة بعنوان "أثر جدولة التمرين بالأسلوب الثابت والمتغير على تحسين مستوى الأداء المهارى بسباحة الفردي المتنوع والحالة البدنية لدى طلاب كلية التربية الرياضية"، واستهدفت الدراسة التعرف أثر جدولة التمرين بالأسلوب الثابت والمتغير على تحسين مستوى الأداء المهارى بسباحة الفردي المتنوع والحالة البدنية لدى طلاب كلية التربية الرياضية، واستخدم الباحثون المنهج التجريبي، على عينة قوامها (16) طالب تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وتم تقسيمهم الي مجموعتين متساوية، ومن أدوات جمع البيانات الاختبارات البدنية والمهارية ومن أهم النتائج هناك اثر ايجابي لجدولة التمرين بالأسلوب الثابت والمتغير على تحسين الحالة البدنية، وان هناك فروق ذات دلالة احصائية بالقياس البعدي بين مجموعة جدولة التمرين بالأسلوب الثابت والمتغير في مستوى الأداء المهارى بسباحة الفراشة لصالح مجموعة جدولة التمرين بالأسلوب الثابت.(4)

6- أجرت "رشا قيदार وحسين احمد" (2019م) دراسة بعنوان "اثر استخدام اسلوبي الثابت والمتغير في تعلم عدد من المهارات الهجومية بكرة السلة وتنمية الرضا الحركي لطالبات المرحلة الاولي"، واستهدفت الدراسة الكشف عن اثر استخدام اسلوبي الثابت والمتغير في تعلم عدد من المهارات الهجومية بكرة السلة وتنمية الرضا الحركي لطالبات المرحلة الاولي، واستخدم الباحثان المنهج التجريبي، على عينة قوامها (36) طالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وتم تقسيمهم الي مجموعتين متساويتين، ومن أدوات جمع البيانات الاختبارات البدنية والمهارية ومن أهم النتائج حقق البرنامج التعليمي المتضمن اسلوبي التمرين الثابت والمتغير تأثير ايجابي في تعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة والرضا الحركي لدي طالبات المرحلة الاولي في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة كلية التربية للبنات.(6)  
- الاستفادة من الدراسات السابقة:

ساعدت الدراسات السابقة الباحث في اختيار منهجية البحث وتحديد أهداف البرنامج التعليمي وكذلك تصميم البرنامج التعليمي باستخدام اسلوبي الثابت والمتغير، بالإضافة إلى اختيار أدوات جمع البيانات سواء بدنية، مهارية، إلى جانب تحديد المدة الزمنية لتطبيق البرنامج وعدد الوحدات التعليمية وزمن كل وحدة، وكذلك أفضل الأساليب الإحصائية المناسبة لمعالجة بيانات البحث المائل، كما استفاد الباحث من نتائج هذه الدراسات في تفسير ومناقشة نتائج هذا البحث.

- إجراءات البحث:

1- منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة هذا البحث من خلال التصميم التجريبي الذي يعتمد علي القياس القبلي والبعدي لثلاث مجموعات تجريبية.

2- مجتمع وعينة البحث:

يتمثل مجتمع البحث في تلاميذ الصف الأولى الاعدادى بمدرسة الشموت الاعدادية للعام الدراسي 2020/2019م الفصل الدراسي الاول والبالغ عددهم (251) تلميذ، ولقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (57) تلميذ بنسبة مئوية قدرها (22.71%)، حيث قام الباحث باختيار

(12) تلميذ لإجراء الدراسة الاستطلاعية عليهم، وبذلك أصبحت عينة البحث الأساسية (45) تلميذ قسمت الى ثلاث مجموعات، المجموعة التجريبية الاولى قوامها (15) تلميذ واتبع معها الاسلوب الثابت، والمجموعة التجريبية الثانية قوامها (15) تلميذ واتبع معها الاسلوب المتغير، والمجموعة التجريبية الثالثة قوامها (15) تلميذ واتبع معها الاسلوب (الثابت والمتغير)، والجدول التالي يوضح تصنيف عينة البحث:

### جدول (1)

#### تصنيف عينة البحث

العينة الاستطلاعية	المجموعة التجريبية الثالثة	المجموعة التجريبية الثانية	المجموعة التجريبية الاولى	العينة الكلية	مجتمع البحث
12	15	15	15	57	251

1- تجانس أفراد العينة :

قام الباحث بإجراء التجانس بين أفراد العينة في ضوء المتغيرات التالية: معدلات النمو "العمر الزمني، الطول، الوزن"، والقدرات الحركية الخاصة بكرة اليد، بعض المهارات الأساسية لكرة اليد، وذلك وفقاً لما تبين من بعض الدراسات السابقة حيث أوضحت عملية ضبط المتغيرات البحثية وطرق تجانس أفراد العينة وجدول (2) يوضح التجانس بين أفراد العينة.

### جدول (2)

#### تجانس عينة البحث في بعض المتغيرات المختارة

ن = 57

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
الزمن	العمر الزمني	سنة	12.52	0.19	12.50
	الطول	سم	162.75	2.04	162.00
	الوزن	كجم	62.18	1.32	62.00
البدنية	السرعة الانتقالية	ثانية	8.64	0.51	8.50
	القدرة العضلية للرجلين	سم	164.46	3.15	164.00
	القدرة العضلية للذراعين	متر	17.98	0.88	18.00
	المرونة	درجة	4.23	0.85	4.00
	الرشاقة	ثانية	13.54	1.05	14.00

1.44	14.00	0.98	14.47	ثانية	التخطيط	المهارية،
1.24	10.00	0.94	10.39	عدد	التمرير والاستلام	
0.71	1.00	1.48	1.35	عدد	التصويب	

يوضح جدول (2) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الالتواء لعينة البحث في جميع المتغيرات (النمو - البدنية - المهارية) حيث يتضح أن قيم معاملات الالتواء تراوحت ما بين (1.31، 1.44) إي إنها انحصرت ما بين  $(\pm 3)$  الأمر الذي يشير إلى إعتدالية توزيع العينة في جميع هذه المتغيرات.

2- تكافؤ أفراد العينة :

قام الباحث بإيجاد التكافؤ بين مجموعات البحث الثلاثة في معدلات النمو "العمر الزمني، الطول، الوزن"، والقدرات الحركية الخاصة بكرة اليد، بعض المهارات الأساسية لكرة اليد، و جدول (3) يوضح التكافؤ بين أفراد مجموعات البحث الثلاثة.

### جدول (3)

تحليل التباين بين مجموعات البحث الثلاثة (التجريبية الاولى- التجريبية الثانية - التجريبية الثالثة)

في القياس القبلي معدلات النمو والمتغيرات البدنية والمهارية لكرة اليد ن<sub>1</sub>=ن<sub>2</sub>=ن<sub>3</sub>=15

الاختبار	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات حرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)
العمر الزمني	بين المجموعات	0.065	2	0.033	0.846
	داخل المجموعات	1.643	42	0.039	
الطول	بين المجموعات	4.044	2	2.022	0.898
	داخل المجموعات	94.533	42	2.251	
الوزن	بين المجموعات	3.378	2	1.689	0.919
	داخل المجموعات	77.200	42	1.838	

0.783	0.206	2	0.411	بين المجموعات	السرعة الانتقالية
	0.263	42	11.033	داخل المجموعات	
0.200	2.289	2	4.0578	بين المجموعات	القدرة العضلية للرجلين
	11.441	42	480.533	داخل المجموعات	
0.397	0.267	2	0.533	بين المجموعات	القدرة العضلية للذراعين
	0.673	42	28.267	داخل المجموعات	
0.747	0.467	2	0.933	بين المجموعات	المرونة
	0.625	42	26.267	داخل المجموعات	
0.076	0.089	2	0.178	بين المجموعات	الرشاقة
	1.168	42	49.067	داخل المجموعات	
0.418	0.422	2	0.844	بين المجموعات	التنطيط
	1.010	42	42.400	داخل المجموعات	
0.179	0.156	2	0.311	بين المجموعات	التمرير والاستلام
	0.873	42	36.667	داخل المجموعات	
0.639	0.156	2	0.311	بين المجموعات	التصويب
	0.244	42	10.267	داخل المجموعات	

\* قيمة (ف) الجدولية عند مستوى عند  $0.05 = 3.219$

يتضح من جدول (3) عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين مجموعات البحث الثلاثة (التجريبية الاولى - التجريبية الثانية - التجريبية الثالثة) في جميع الاختبارات معدلات النمو والمتغيرات البدنية والمهارية لكرة اليد، الأمر الذي يشير إلى تكافؤ هذه المجموعات في هذه الاختبارات.

- وسائل جمع البيانات:

أولاً: قياسات معدلات النمو:

- العمر الزمني: بالرجوع إلى تاريخ الميلاد "شهر".

- الطول: بواسطة استخدام الرستاميتير لقياس الطول "سنتيمتر".

- الوزن: بواسطة ميزان طبي معايير "كيلوجرام".

ثانياً: القدرات البدنية الخاصة بكرة اليد واختباراتها:

لتحديد أهم القدرات البدنية التي تؤثر على مستوى تعلم مهارات كرة اليد المقررة على تلاميذ الصف الاول الاعدادي، فقد تم الرجوع للدراسات السابقة منها على سبيل المثال دراسة "احمد محمد علي" (2010م) (1)، ودراسة "ممدوح محمد السيد" (2012م) (20)، ودراسة "فرهنگ فرج محمد وازاد حسن عبدالله" (2013م) (16)، ودراسة "بركاتي نصر الدين" (2018م) (2)، وقد وجد الباحث أن أكثر القدرات البدنية ارتباطاً بمهارات كرة اليد قيد البحث هي السرعة الانتقالية، القدرة العضلية للذراعين والرجلين، المرونة، الرشاقة، وقد تم تحديد الاختبارات التي تقيس هذه القدرات وهي:

- اختبار عدو 30م من بدء عال لقياس السرعة الانتقالية
- اختبار الوثب الطويل من الثبات لقياس القدرة العضلية للرجلين
- اختبار دفع كرة ناعمة زنة 800 جرام لقياس القدرة العضلية للذراعين

- اختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف لقياس المرونة
- اختبار الجري الارتدادي 10 x 4م لقياس الرشاقة ملحق (1)
- ج- قياس مستوى الأداء المهارى لكرة اليد:

تم تحديد المهارات الاساسية في كرة اليد بناء على المنهج المقرر على تلاميذ الصف الاول الاعدادي وهي (التنطيط - التمرير والاستلام - التصويب)، ثم قام الباحث باستعراض المراجع العلمية والدراسات السابقة في مجال كرة اليد لاختيار الاختبارات المناسبة لتحديد مستوى التلاميذ المهارى في كرة اليد، ومنها على سبيل المثال مرجع "منير جرجس" (2003م) (21)، ومرجع "عبدالوهاب غازي حمودي" (2008م) (12)، ودراسة "مظفر انور دزه بي" (2013م) (19)، ودراسة "رائد محمد مشنت" (2014م) (5)، وفى ضوء ذلك تم تحديد الاختبارات التي تقيس هذه المهارات وهي:

- اختبار التوافق وسرعة التمرير في 30 ثانية لقياس مهارة التمرير والاستلام.
- اختبار التنطيط المستمر في اتجاه متعرج لمسافة 30م لقياس مهارة التنطيط.
- اختبار التصويب بالوثب عالياً على هدف محدد 60x60سم لقياس المهارة التصويب.

ملحق (2)

- الدراسة الاستطلاعية :

اجريت الدراسة الاستطلاعية في الفترة من الثلاثاء 2019/10/1م الي الخميس 2019/10/3م على عينة اختيرت بالطريقة العشوائية من تلاميذ الصف الاول الاعدادي من مجتمع البحث وخارج عينة البحث الاساسية وقوامها (12) تلميذ، حيث قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية للتعرف على النواحي الادارية والفنية والتنظيمية الخاصة بالبحث، وهي التأكد من سهولة الاختبارات، اختيار الاماكن المناسبة لإجراء الاختبارات، التأكد من المعاملات العلمية للاختبار (الثبات - الصدق)، وكذلك لتحديد زمن أداء كل خطوة تعليمية لكل مرحلة من مراحل الاداء، بهدف مساعدة الباحث لتحديد عدد مرات تكرار التمرير سواء بالأسلوب الثابت او المتغير داخل الوحدة التعليمية ولكي تتناسب مع زمن الجزء الرئيسي في الوحدة التعليمية.

المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) :

أ- الصدق:

تم حساب معامل الصدق للاختبارات البدنية والمهارية عن طريق صدق التمايز بأسلوب المقارنة بين المجموعة المميزة، وهم فريق المدرسة لكرة اليد وبلغ عددهم (12) تلميذ، والأخرى مجموعة غير مميزة من تلاميذ الصف الاول الاعدادي، وهي عينة البحث الاستطلاعية وعددهم (12) تلميذ ، وجدول (4) يوضح ذلك.

جدول (4)

معامل الصدق للاختبارات البدنية والمهارية في كرة اليد ن=1=2=12

قيمة "ت"	المجموعة غير المميزة		المجموعة المميزة		وحدة القياس	الاختبارات البدنية والمهارية
	ع	س	ع	س		
*7.45	0.50	8.75	0.78	6.67	ثانية	اختبار عدو 30م من بدء عال
*6.79	2.54	164.50	1.00	170.09	سم	اختبار الوثب الطويل من الثبات
*7.50	1.07	17.67	0.49	20.33	متر	اختبار دفع كرة ناعمة زنة 800جرام
*2.71	1.23	4.33	0.51	5.42	درجة	اختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف
*4.72	0.98	13.67	0.39	12.17	ثانية	اختبار الجري الارتدائي 10 × 4
*13.34	1.00	14.42	0.67	9.58	ثانية	اختبار التنطيط المستمر في اتجاه متعرج لمسافة 30م
*37.49	1.06	10.25	0.87	25.75	عدد	اختبار التوافق وسرعة التمرير في 30ثانية
*11.37	0.45	1.25	0.72	4.16	عدد	اختبار التصويب بالوثب عالياً على هدف محدد 60x60سم

\* قيمة (ت) الجدولية عند مستوي  $0.05 = 2.074$

يتضح من جدول (4) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوي معنوية 0.05 بين المجموعة المميزة والمجموعة الغير مميزة في الاختبارات البدنية والمهارية، ولصالح المجموعة المميزة مما يعطي دلالة مباشرة على صدق الاختبارات.

ب- ثبات الاختبار:

تم حساب معامل الثبات للاختبارات البدنية والمهارية في كرة اليد، عن طريق تطبيق الاختبار وإعادة التطبيق Test – Retest على افراد العينة الاستطلاعية وعددهم (12) تلميذ، وبفارق زمني قدره (3) أيام في الفترة من الثلاثاء 2019/10/1م الي الخميس 2019/10/3م ، وجدول (5) يوضح ذلك.

### جدول (5)

معامل الثبات للاختبارات البدنية والمهارية في كرة اليد ن = 12

قيمة "ر"	التطبيق الثاني		التطبيق الاول		وحدة القياس	الاختبارات البدنية والمهارية
	ع	س	ع	س		
*0.93	0.54	8.67	0.50	8.75	ثانية	اختبار عدو 30م من بدء عال
*0.97	2.34	164.75	2.54	164.50	سم	اختبار الوثب الطويل من الثبات
*0.96	0.78	17.99	1.07	17.67	متر	اختبار دفع كرة ناعمة زنة 800جرام
*0.85	0.87	4.75	1.23	4.33	درجة	اختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف
*0.96	0.99	13.58	0.98	13.67	ثانية	اختبار الجري الارتدائي 10 × 4
*0.89	0.94	14.17	1.00	14.42	ثانية	اختبار التنطيط المستمر في اتجاه متعرج لمسافة 30م
*0.84	0.99	10.42	1.06	10.25	عدد	اختبار التوافق وسرعة التمرير في 30ثانية
*0.83	0.67	1.42	0.45	1.25	عدد	اختبار التصويب بالوثب عالياً على هدف محدد 60x60سم

**\* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى 0.05 = 0.576**

يتضح من جدول (5) وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً عند مستوى 0.05 بين نتائج التطبيق الاول والثاني للاختبارات البدنية والمهارية في كرة اليد، مما يعطي دلالة مباشرة على ثبات تلك الاختبارات.

- البرنامج التعليمي:

**1- تحديد الهدف العام للبرنامج:**

تم تحديد الهدف العام من البرنامج في تعلم مهارات كرة اليد المقررة على تلاميذ الصف الاول الاعدادي باستخدام الاسلوب الثابت والمتغير.

**2- أسس البرنامج:**

- 1- أن يراعى خصائص التلاميذ واحتياجاتهم البدنية والنفسية والمهارية.
- 2- الاهتمام بإصلاح الاخطاء للوصول الي تثبيت الاداء الصحيح.
- 3- التنوع في التمرينات لاكتساب التلاميذ كيفية اداء المهارة من مواقف مختلفة.
- 4- أن تتميز التدريبات بالسهولة واليسر.
- 5- تكرار التمرينات حتي اتقان المهارة.
- 6- الدمج بين التكرار في المراحل الاولى من التعليم ثم التنوع في المراحل التالية من البرنامج.
- 7- ان يراعي قدرات التلاميذ العقلية.

**3- محتوى البرنامج:**

- البرنامج التعليمي باستخدام الاسلوب الثابت يعتمد على قلة التدريبات مع التكرار وتصحيح الاخطاء، وتؤدي التمرينات على مسافة محددة من الملعب ثابتة وفي وسطه ولعدد من المحاولات.
- البرنامج التعليمي باستخدام الاسلوب المتغير يعتمد على التعليم على كثرة التدريبات وتنوع مواقف اللعب، وتؤدي التمرينات على عدة مسافات وبعدد من المحاولات.
- البرنامج التعليمي باستخدام الاسلوب الثابت والمتغير ويعتمد على التعليم في بداية المهارة باستخدام الاسلوب الثابت وفي مرحلة الاتقان الى الاسلوب المتغير.
- قام الباحث بتقسيم الاداء المهارى الى ثلاث مراحل لكل مهارة (مرحلة الاستعداد- مرحلة الاداء - مرحلة المتابعة) ووضع عدد من التدريبات الثابتة والتدريبات المتغيرة والتدريبات الثابتة والمتغيرة لكل مرحلة من مراحل الاداء، ثم قام الباحث بتصميم استمارة استطلاع راي الخبراء

في التدريبات ملحق(3)، ثم قام بعرضها على عدد من الخبراء ملحق(4)، ومن خلال رأي الخبراء توصل الباحث الى عدد من التدريبات لكل مرحلة من مراحل الاداء.

#### 4- الإمكانيات اللازمة لتنفيذ البرنامج:

- ملعب كرة اليد.
- أقماع.
- مقعد سويدي.
- عدد من كرات اليد.
- كرات طبية

#### 5- الإطار العام لتنفيذ البرنامج:

تم وضع الوحدات التعليمية لتعلم بعض مهارات كرة اليد (التنطيط - التمرير والاستلام - التصويب)، بالبرنامج وقسمت إلى (16) وحدة تعليمية بواقع وحدتين تعليميتين اسبوعيا والزمن المخصص لتنفيذ الوحدة التعليمية (45) دقيقة ، وبناء على ذلك فقد استغرق تنفيذ الوحدات التعليمية (8) أسابيع.

#### 7- مراحل تقويم البرنامج:

تمثلت طريقة التقويم المستخدمة بالبرنامج فيما يلي:

##### أ- التقويم المبدئي:

ويتم قبل البدء في تنفيذ البرنامج ويعطي معلومات مهمة على تحديد مستوى التعلم والنقاط التي يبدأ منها المتعلم وتشتمل على الاختبارات البدنية، واختبارات مستوى الاداء المهارى لمهارات كرة اليد (التنطيط - التمرير والاستلام - التصويب).

##### ب- التقويم الختامي:

وهو الذي يجري بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج وذلك للتعرف على مدى ما تحقق من الاهداف لتقدير اثره بعد الانتهاء من تطبيقه ويتم هذا التقويم من خلال استخدام نفس اختبارات قياس مستوى الاداء المهارى لمهارات كرة اليد (التنطيط - التمرير والاستلام - التصويب)، التي استخدمت في التقويم القبلي قيد البحث.

- التجربة الاساسية :

1- القياس القبلي:

تم إجراء القياسات القبلي للثلاثة مجموعات (التجريبية الاولى - التجريبية الثانية - التجريبية الثالثة) في الاختبارات المهارية قيد البحث وذلك في الفترة من 2019/10/8م وحتى 2019/10/10م.

2- التجربة الأساسية :

تم تطبيق التجربة الأساسية للبحث على الثلاث مجموعات التجريبية الاولى باستخدام الاسلوب

الثابت والتجريبية الثانية باستخدام الاسلوب المتغير والتجريبية الثالثة باستخدام الاسلوب الثابت والمتغير، وقد استغرق تطبيق البرنامج (8) أسابيع في الفترة من الاحد 2019/10/20م إلى الخميس 2019/12/12م بواقع وحدتين تعليميتين كل أسبوع وزمن الوحدة التعليمية (45) دقيقة. ملحق (5) 3- القياس البعدي:

تم إجراء القياس البعدي في الاختبارات المهارية للثلاثة مجموعات (التجريبية الاولى - التجريبية الثانية - التجريبية الثالثة)، وذلك يوم الثلاثاء 2019/12/17م وبنفس شروط القياس القبلي. - المعالجات الإحصائية المستخدمة: وتمثلت في المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الالتواء، معامل الارتباط، اختبار (ف)، اختبار (ت)، اختبار اقل فرق معنوي L.S.D.

- عرض ومناقشة النتائج:

أولاً: عرض النتائج:

### جدول (6)

دلالة الفروق بين القياسات القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية

الاولي في بعض مهارات كرة اليد ن = 15

قيمة "ت"	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المهارات الاساسية
	ع	س	ع	س		
*13.97	0.68	10.20	0.92	14.47	ثانية	التنطيط
*41.44	0.68	23.20	0.92	10.53	عدد	التمرير والاستلام
*6.35	0.64	2.87	0.52	1.47	عدد	التصويب

\* قيمة "ت" الجدولية عند مستوي 0.05 = 2.145

يتضح من جدول (6) وجود فروق دالة احصائياً عند مستوي 0.05 بين القياسات القبليّة والبعدية لأفراد المجموعة التجريبية الأولى في بعض مهارات كرة اليد ولصالح القياس البعدي.

### جدول (7)

دلالة الفروق بين القياسات القبليّة والبعدية لأفراد المجموعة التجريبية

الثانية في بعض مهارات كرة اليد ن = 15

قيمة "ت"	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المهارات الأساسية
	ع	س	ع	س		
*15.64	0.64	9.53	1.05	14.67	ثانية	التنطيط
*44.49	0.59	23.93	0.98	10.33	عدد	التمرير والاستلام
*11.72	0.41	3.20	0.46	1.27	عدد	التصويب

\* قيمة "ت" الجدولية عند مستوي 0.05 = 2.145

يتضح من جدول (7) وجود فروق دالة احصائياً عند مستوي 0.05 بين القياسات القبليّة والبعدية لأفراد المجموعة التجريبية الثانية في بعض مهارات كرة اليد ولصالح القياس البعدي.

### جدول (8)

دلالة الفروق بين القياسات القبليّة والبعدية لأفراد المجموعة التجريبية

الثالثة في بعض مهارات كرة اليد ن = 15

قيمة "ت"	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المهارات الأساسية
	ع	س	ع	س		
*16.01	0.70	8.93	1.05	14.33	ثانية	التنطيط
*46.01	0.72	24.67	0.91	10.40	عدد	التمرير والاستلام
*12.01	0.49	3.67	0.51	1.40	عدد	التصويب

\* قيمة "ت" الجدولية عند مستوي 0.05 = 2.145

يتضح من جدول (8) وجود فروق دالة احصائياً عند مستوي 0.05 بين القياسات القبليّة والبعدية لأفراد المجموعة التجريبية الثالثة في بعض مهارات كرة اليد ولصالح القياس البعدي.

### جدول (9)

تحليل التباين بين مجموعات البحث الثلاثة (الاسلوب الثابت - الاسلوب المتغير - الاسلوب الثابت والمتغير) في القياس البعدي لمهارات كرة اليد

قيمة (ف)	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	المهارات الأساسية
*13.264	6.022	2	12.044	بين المجموعات	التنطيط
	0.454	42	19.067	داخل المجموعات	
*18.169	8.067	2	16.133	بين المجموعات	التمرير والاستلام
	0.444	42	18.667	داخل المجموعات	
*8.872	2.422	2	4.844	بين المجموعات	

التصويب	داخل المجموعات	11.467	42	0.273
---------	----------------	--------	----	-------

\* قيمة (ف) الجدولية عند مستوى عند  $0.05 = 3.219$

يتضح من جدول (9) وجود فروق دالة إحصائياً بين مجموعات البحث الثلاثة (الاسلوب الثابت - الاسلوب المتغير - الاسلوب الثابت والمتغير) في جميع الاختبارات المهارية، وبناء على ذلك سيقوم الباحث بحساب دلالة الفروق بين المتوسطات باستخدام اختبار أقل فرق معنوي **L.S.D**.

### جدول (10)

دلالة الفروق بين متوسطات مجموعات البحث الثلاثة (الاسلوب الثابت - الاسلوب المتغير - الاسلوب الثابت والمتغير) في مهارات كرة اليد

L.S.D	الفروق			المتوسطات	المجموعات	المهارات الاساسية
	ت أولى	ت ثانية	ت ثالثة			
0.60	↑↓1.27	↑↓0.67		10.20	تجريبية أولى	التنطيط
	↑↓0.60			9.53	تجريبية ثانية	
				8.93	تجريبية ثالثة	
0.60	↑↓1.47	↑↓0.73		23.20	تجريبية أولى	التمرير والاستلام
	↑↓0.74			23.93	تجريبية ثانية	
				24.67	تجريبية ثالثة	
0.45	↑↓0.80	↑↓0.33		2.87	تجريبية أولى	التصويب
	↑↓0.47			3.20	تجريبية ثانية	
				3.67	تجريبية ثالثة	

\* دال عند مستوى **0.05**

يتضح من جدول (10) وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية والمجموعة التجريبية الثالثة ولصالح المجموعة التجريبية الثالثة في جميع الاختبارات المهارية، وبين المجموعة التجريبية الأولى والثانية ولصالح المجموعة التجريبية الثانية وذلك في جميع الاختبارات المهارية، وبين المجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثالثة ولصالح المجموعة التجريبية الثالثة.

ثانياً: مناقشة النتائج:

من خلال فروض البحث ومن واقع البيانات والنتائج التي تم التوصل إليها والتي تمت معالجتها احصائياً توصل الباحث الى ما يلي:

يتضح من جدول (6) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوي معنوية (0.05) بين متوسطي القياسات القبلية والبعديّة لأفراد المجموعة التجريبية الأولى والمستخدمه الاسلوب الثابت في بعض مهارات كرة اليد (التنطيط - التمرير والاستلام - التصويب)، ولصالح القياسات البعديّة، ويرجع الباحث الى استخدام الاسلوب الثابت والذي يخضع فيه التلميذ لمتغير واحد خلال الاداء المهارى، وهذا المتغير اما

ان يكون المحيط الخارجي ثابت نسبياً والذي يتم التمرين فيه، او استخدام اسلوب واحد تكرر فيه المهارة في عملية التعليم، او على مساحة او بعد واحد او اتجاه واحد مثلما يتم في عملية التعليم.

كما يرجع الباحث تقدم افراد المجموعة التجريبية الاولى الى استخدام الاسلوب الثابت حيث ساعد على التعزيز المبكر لاكتساب المعلومات التي شكلت الاساس السليم لتعليم وتطوير الواجبات الحركية نتيجة تكرر التمرينات بشكل منتظم كما ان التنوع في التمرينات يبعدهم عن الملل والتعب الذي قد يصيبهم بالإضافة الى اكتساب الاداء الجيد في المواقف المختلفة.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة كلاً من "فرات جبار سعد وثائر عامر عباس" (2012م) (15)، ودراسة "حسن العوران واخرون" (2019) (4)، ودراسة "رشا قيدار عبدالحميد وحسين احمد حمزة" (2019م) (6) على أن البرامج التعليمية المستخدمة الاسلوب الثابت في التعلم لهم تأثير ايجابي على تعلم المهارات الحركية في الالعاب الرياضية المختلفة.

مما سبق يتضح تحقيق الفرض الاول للبحث والذي ينص على انه:

"توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الاولى المستخدمة الاسلوب الثابت علي تعلم بعض مهارات كرة اليد ولصالح القياس البعدي".

يتضح من جدول (7) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوي معنوية (0.05) بين متوسطي القياسات القبلية والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية الثانية والمستخدم الاسلوب الثابت في بعض مهارات كرة اليد (التنطيط - التمرير والاستلام - التصويب)، ولصالح القياسات البعدي، ويرجع الباحث الى استخدام الاسلوب المتغير حيث يخضع فيه التلميذ الى محيط متغير سواء من اماكن اداء التمرين، او من عدد التكرارات، او من المسافة المؤدي منها التمرين، او نمط التمرين نفسه.

كما يرجع الباحث هذا التقدم بين القياس القبلي والبعدي الى استخدام الاسلوب المتغير حيث يجعل التلميذ يتعلم أداء المهارة من مختلف اتجاهاتها او من مختلف الزوايا وبالتالي يصبح هناك تعود وقدرة من جانب التلميذ على اداء المهارة في أي ظرف يوضع به سواء اداء المهارة من مسافات مختلفة او من خلال زوايا مختلفة او بسرعة معينة.

وهذا ما اكده "عامر رشيد سبع" (1998م) بان الاسلوب المتغير يعد ذا فاعلية عالية في التعليم ويعد الافضل والاحسن لما يحققه هذا الاسلوب من ايجاد برامج وقوانين حركية ينتفع منها الرياضي وتساوده على اداء تلك المهارة تحت ظروف المباراة اذا يستوجب ان يتم الاداء من اماكن وزوايا واتجاهات مختلفة. (10: 70)

وتتفق هذه النتائج مع دراسة كلاً من "عماد محمد سيد" (2016م) (14)، ودراسة "حسن العوران واخرون" (2019) (4)، ودراسة "رشا قيدار عبدالحميد وحسين احمد حمزة" (2019م) (6) على أن البرامج التعليمية المستخدمة الاسلوب المتغير في التعلم لهم تأثير ايجابي على تعلم المهارات الحركية في الالعاب الرياضية المختلفة.

مما سبق يتضح تحقيق الفرض الثاني للبحث والذي ينص على انه:

**"توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية المستخدمة الاسلوب المتغير علي تعلم بعض مهارات كرة اليد ولصالح القياس البعدي".**

يتضح من جدول (8) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوي معنوية (0.05) بين متوسطي القياسات القبلية والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية الثالثة والمستخدم الاسلوب الثابت والمتغير في بعض مهارات كرة اليد (التنطيط - التمرير والاستلام - التصويب)، ولصالح القياسات البعدي، ويرجع الباحث الى استخدام الاسلوب الثابت والمتغير والذي يتميز بانه يجمع بين مزايا الاسلوب الثابت في بداية مرحلة التعلم والذي يعتمد على تصحيح الاخطاء للوصول الى اداء مهارة صحيح وثابت وبين مزايا الاسلوب المتغير الذي يعتمد على التنوع في شكل الاداء المهارى طبقاً للمواقف المختلفة التي قد يتعرض اليها اللاعب خل المنافسة مما يساعد على تنمية وتطوير الاداء المهارى.

وقد اكدت معظم البحوث والدراسات التي اجريت في هذا المجال على ان التدريب الثابت هو الافضل خلال المراحل الاولي من التعلم لما تحققة هذه الطريقة من اكتساب وتعلم سريع للمهارة ومبادئها الاساسية والتي على ضوءها يتم اعداد البرامج، اما التدريب المتغير فانه الأجدى والافضل في المراحل المتقدمة او اللاحقة من التعلم لما تحققة هذه الطريقة في ايجاد برامج وقوانين حركية ينتفع منها الرياضي وتساغه على اداء تلك المهارات تحت ظروف المباراة او يستوجب ان يتم الاداء في اماكن وزوايا واتجاهات مختلفة. (17: 275)

وتتفق هذه النتائج مع دراسة كلاً من "شيلان حسين محمد" (2009م) (8)، ودراسة "عماد محمد سيد" (2016م) (14)، ودراسة "حسن العوران واخرون" (2019م) (4)، على أن البرامج التعليمية المستخدمة الاسلوب الثابت والمتغير في التعلم لهم تأثير ايجابي على تعلم المهارات الحركية في الالعاب الرياضية المختلفة.

مما سبق يتضح تحقيق الفرض الثالث للبحث والذي ينص على انه:

**"توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثالثة المستخدمة الاسلوب (الثابت والمتغير) علي تعلم بعض مهارات كرة اليد ولصالح القياس البعدي".**

يوضح جدول (9) تحليل التباين بين مجموعات البحث الثلاثة (الاسلوب الثابت - الاسلوب المتغير - الاسلوب الثابت والمتغير) في القياس البعدي للاختبارات المهارية قيد البحث حيث يتضح وجود فروق دالة احصائياً عند مستوى (0.05) بين مجموعات البحث الثلاثة في جميع الاختبارات المهارية، ولكن هذه الدلالات تختلف من مجموعة لأخرى طبقاً للطريقة المتبعة مع المجموعة سواء المستخدم معها الاسلوب الثابت أو الاسلوب المتغير أو الاسلوب الثابت والمتغير لمجموعات البحث الثلاثة، وبناء على ذلك قام الباحث بحساب دلالة الفروق بين المتوسطات باستخدام اختبار أقل فرق معنوي L.S.D.

يوضح جدول (10) دلالة الفروق بين متوسطات مجموعات البحث الثلاثة (الاسلوب الثابت - الاسلوب المتغير - الاسلوب الثابت والمتغير) في القياس البعدي للاختبارات المهارية قيد البحث باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D عند مستوى (0.05) حيث يتضح وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية ولصالح المجموعة التجريبية الثانية مما يدل على أن المجموعة التجريبية الثانية المستخدمة الاسلوب المتغير أفضل من المجموعة التجريبية الأولى المستخدمة الاسلوب الثابت في جميع الاختبارات المهارية، وكذلك وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثالثة ولصالح المجموعة التجريبية الثالثة مما يدل على أن المجموعة التجريبية الثالثة المستخدمة الاسلوب الثابت والمتغير أفضل من المجموعة التجريبية الأولى المستخدمة الاسلوب الثابت فقط في جميع الاختبارات المهارية، وكذلك وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية الثانية والمجموعة التجريبية الثالثة ولصالح المجموعة التجريبية الثالثة مما يدل على أن المجموعة التجريبية الثالثة المستخدمة الاسلوب الثابت والمتغير أفضل من المجموعة التجريبية الثانية المستخدمة الاسلوب المتغير فقط في جميع الاختبارات المهارية.

ويرجع الباحث تقدم المجموعة التجريبية الثالثة عن المجموعة التجريبية الأولى والثانية الى الي الاسلوب المستخدم وهو الاسلوب الثابت والمتغير والذي اداه التلميذ في ظروف مشابهة لظروف المباريات سواء من الثبات او الحركة وكذلك ايضا بتغير اماكن اداء المهارات الاساسية والاداء من مسافات مختلفة واداء مهارات التمرير والمحاورة بكل جزء من اجزاء الملعب، بالإضافة الى التأكيد على النظر الى الهدف والتركيز على الزوايا المهمة لمهارة التصويب، كل ذلك ساهم على تفوق الاسلوب الثابت والمتغير على الاسلوب الثابت بمفرده او المتغير بمفرده.

ويتفق هذا مع ما اكده "محمود عبدالحليم عبدالكريم" (2006م) انه يجب تكرار التمرين حتي الوصول الى الشكل الصحيح للأداء ثم التنوع للارتقاء بمستوي الاداء. (18: 38) وتتفق هذه النتائج مع دراسة كلاً من "عماد محمد سيد" (2016م) (13)، ودراسة "حسن العوران واخرون" (2019م) (15)، ودراسة "رشا قيदार عبدالحميد وحسين احمد حمزة" (2019م) (6) على أن البرامج التعليمية المستخدمة الاسلوب الثابت والمتغير في التعلم افضل من الاسلوب المنفرد بمفرده والاسلوب المتغير بمفرده على تعلم المهارات الحركية في الالعب الرياضية المختلفة.

مما سبق يتضح تحقيق الفرض الرابع للبحث والذي ينص على انه:

"توجد فروق ذات دلالة احصائياً بين متوسط القياسات البعدية بين مجموعات البحث الثلاثة (الثابت - المتغير - الثابت والمتغير) في تعلم بعض مهارات كرة اليد ولصالح المجموعة التجريبية الثالثة".

الاستخلاصات و التوصيات:

1- الاستخلاصات:

- ١- البرنامج التعليمي باستخدام الاسلوب الثابت له تأثير دال احصائياً على مستوى اداء بعض المهارات الاساسية في كرة اليد بدرس التربية الرياضية.
  - ٢- البرنامج التعليمي باستخدام الاسلوب المتغير له تأثير دال احصائياً على مستوى اداء بعض المهارات الاساسية في كرة اليد بدرس التربية الرياضية.
  - ٣- البرنامج التعليمي باستخدام الاسلوب الثابت والمتغير له تأثير دال احصائياً على مستوى اداء بعض المهارات الاساسية في كرة اليد بدرس التربية الرياضية.
  - ٤- تفوق المجموعة التجريبية الثالثة المستخدمة الاسلوب الثابت والمتغير على المجموعة التجريبية الاولى والمستخدمه الاسلوب الثابت وكذلك المجموعة التجريبية الثانية والمستخدمه الاسلوب المتغير في مستوى اداء بعض المهارات الاساسية في كرة اليد بدرس التربية الرياضية.
- 2- التوصيات:

- ١- استخدام الاسلوب الثابت والمتغير لرفع مستوى اداء بعض المهارات الاساسية في كرة اليد بدرس التربية الرياضية لتلاميذ الصف الاول الاعدادي.
  - ٢- ضرورة الاهتمام بالممارسة المتنوعة لأساليب التمرين خلال الوحدة التعليمية.
  - ٣- اجراء المزيد من الدراسات والبحوث العلمية باستخدام الاسلوب الثابت والمتغير وتطبيقها على مراحل سنوية مختلفة في كرة اليد.
  - ٤- عمل دورات تدريبية لمعلمي التربية الرياضية بمدارس المرحلة الاعدادية والثانوية لتعريفهم بأهمية اساليب التدريب في تعلم المهارات الحركية المختلفة.
- المراجع

أولاً: المراجع العربية :

- ١- احمد محمد علي (2010م): "تأثير استخدام الاسلوب التنافسي علي تعلم بعض المهارات الاساسية في كرة اليد"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بنها.
- ٢- بركاتي نصر الدين (2018م): "اثر برنامج تعليمي مبني على الألعاب الشبه رياضية المتنوعة وغير المتنوع في تحسين بعض المهارات الاساسية في كرة اليد"، بحث منشور، مجلة الابداع الرياضي، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة الجزائر، مجلد 9، العدد 2.
- ٣- جاسم محمد نايف (1999م): "اثر برنامج الألعاب الصغيرة والقصص الحركية في بعض القدرات البدنية والحركية لأطفال الرياض"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل.
- ٤- حسن العوران واخرون (2019م): "أثر جدولة التمرين بالأسلوب الثابت والمتغير على تحسين مستوى الأداء المهارى بسباحة الفردي المتنوع والحالة البدنية لدى طلاب كلية

- التربية الرياضية"، بحث منشور، مؤتة للبحوث والدراسات، سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد الرابع والثلاثون، العدد الخامس.
- ٥- رائد محمد مشنت (2014م): تحديد أهم الاختبارات المهارية لانتقاء لاعبي كرة اليد الناشئين، بحث منشور، مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية، جامعة البصرة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، المجلد 2014، العدد 37 (30 إبريل).
- ٦- رشا قيدير عبدالحميد، حسين احمد حمزة (2019م): "اثر استخدام اسلوبى الثابت والمتغير في تعلم عدد من المهارات الهجومية بكرة السلة وتنمية الرضا الحركي لطالبات المرحلة الاولى"، بحث منشور، مجلة ابحاث كلية التربية الاساسية، جامعة الموصل، المجلد 15، العدد 3.
- ٧- رفعت عبد اللطيف (2003م): "تحديد بعض المتغيرات المميزة للمراحل السنوية المختلفة للناشئين في كرة اليد"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
- ٨- شيلان حسين محمد (2009م): "اثر التعليم بالتمرين الثابت والمتغير بالمسافة لبعض مهارات التنس والاحتفاظ بها للطلاب المبتدئين"، بحث منشور، مجلة التربية الرياضية، مجلد 21 عدد 3، كلية التربية البدنية وعلوم الحركة، جامعة بغداد.
- ٩- عادل فاضل علي (2006): "جدولة التمرين، أساليب تنفيذ التمارين في التعلم الحركي، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، محاضرة في موقع الاكاديمية الرياضية العراقية [www.iraqacad.org](http://www.iraqacad.org)
- ١٠- عامر رشيد سبع (1998م): "التعلم المهارى باستخدام طريقة التدريب المتجمع والموزع تحت نظم تدريبية وظروف جهد مختلفة"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
- ١١- عباس احمد صالح (2000م): طرق التدريس في التربية الرياضية، ط2، دار الكتاب للطباعة والنشر، البصرة، العراق
- ١٢- عبدالوهاب غازي حمودي (2008م): كرة اليد مالها وما عليها المبادئ التعليمية والتدريبية، دار الطبع للطباعة والتوزيع، بغداد.
- ١٣- عثمان مصطفى عثمان، هشام محمد عبد الحليم (2004م): "أثر برنامج تعليمي باستخدام أسلوب الهيرميديا على تعلم بعض المهارات بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية"، مجلة الرياضة علوم وفنون، المجلد العشرون العدد الأول، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، يناير.
- ١٤- عماد محمد سيد (2016م): "تأثير جدولة الممارسة باستخدام الاسلوب الثابت والمتغير على تعلم مهارة التصويب بالوثب في كرة السلة"، بحث منشور، مجلة أسيوط لعلوم وفنون

التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة اسيوط، العدد الثالث والاربعون، الجزء الثالث.

١٥- فرات جبار سعد وثائر عامر عباس (2012م): "تأثير الاسلوب الثابت والمتغير في مهارة التهديف لناشئ كرة القدم"، بحث منشور، مجلة الفتح، جامعة ديالى، العراق، العدد الثامن الاربعون.

١٦- فرهنك فرج محمد، ازاد حسن عبدالله (2013م): "تأثير وسائط متعددة في تعلم بعض المهارات والتحصيل المعرفي في كرة اليد لدي الطلاب المبتدئين"، بحث منشور، مجلة كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، المجلد 25.

١٧- محمود الربيعي، سعيد حمدامين (2011م): طرائق تدريس التربية الرياضية وأساليبها، دار الكتب العلمية، بيروت.

١٨- محمود عبدالحليم عبدالكريم (2006م): ديناميكية تدريس التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

١٩- مظفر انور دزه يي (2013م): "بناء بطارية اختبار أداء المهارات الأساسية الهجومية بكرة اليد لطلاب المرحلة الثانية، كلية التربية الرياضية، جامعة صلاح الدين"، بحث منشور، مجلة علوم الرياضة، كلية التربية الرياضية، جامعة صلاح الدين، العراق، العدد 15.

٢٠- ممدوح محمد السيد (2012م): "تأثير برنامج تعليمي للقدرات التوافقية على أداء مهارات كرة اليد المنهجية للتلاميذ من سن (9: 12) سنة"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة اسيوط.

٢١- منير جرجس (2003م): كتاب كرة اليد للجميع: التدريب الشامل والتميز المهاري، دار الفكر العربي، القاهرة.

٢٢- وجيه محبوب (2014م): التعلم الحركي الذاكرة، الدوافع، النقل، التحفيز، اليقظة، دار الكتب المصرية، القاهرة.

٢٣- يعرب خيون (2002م): التعلم الحركي بين النظرية والتطبيق، مكتب الصخرة للطباعة، بغداد. ثانياً: المراجع الاجنبية:

24- Afsane purak, S., Karimiyani N., Moradi, J., & Safaei, M. (2012): **The Effect of Blocked, Random, and Systematically Increasing Practice on learning of Different Types of Basketball Passes**, European Journal of Experimental Biology, 2 (6), 2397-2402.

25- Magill, A. Richard (2007): **Motor Learning and control**, Boston, McGraw Hill.

- 26- Schmidt. R.A. (1975): **A schema theory of discrete motor skill learning.**  
Psychological Review. 82. 225- 260.
- 27- Thelen, E. (1995): '**Motor development: A new synthesis,** American  
Psychologist, 50(2), 79- 95.