

٠ / ٦ المراجع العربية والأجنبية

١ / ٦ المراجع العربية

٢ / ٦ المراجع الأجنبية

٦ / ٠ المراجع العربية والأجنبية :

٦ / ١ المراجع العربية :

- ١- إبراهيم محمود غريب شريف : تأثير برنامج تطبيقي مقترح لتنمية بعض عناصر اللياقة البدنية على المستوى المهارى لناشئء كرة اليد، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، ١٩٩٠م.
- ٢- \_\_\_\_\_ : برنامج لتطوير بعض الصفات البدنية والمهارية لناشئء كرة اليد تحت ١٧ سنة، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، ١٩٩٦ م.
- ٣- أبو النجا أحمد عز الدين : التدريس فى التربية الرياضية (الطرق - الأساليب - الاستراتيجيات )، مكتبة شجرة الدر، المنصورة، ٢٠٠٥ م.
- ٤- أحمد السيد الموفى : تأثير استخدام بعض أساليب التدريس على تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة لطلاب كلية التربية الرياضية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، ١٩٩٩ م.
- ٥- \_\_\_\_\_ : تأثير استخدام بعض أساليب التدريس على مستوى التحصيل المهارى والمعرفى فى الكرة الطائرة لطلاب كلية التربية الرياضية، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، ٢٠٠٤م.
- ٦- أحمد بدر حميد : تأثير تنمية السرعة على بعض المتغيرات الفسيولوجية والمهارية لناشئء كرة اليد من ١٤ - ١٦ سنة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة السويس، ١٩٩٥م.
- ٧- أحمد زكى صالح : علم النفس التربوى، ط ١٤، مكتبة النهضة، ١٩٩٢م.
- ٨- أحمد عبد الفتاح حسين : فاعلية بعض أساليب استخدام الكمبيوتر فى تعلم مسابقة ١١٠ متر حواجز، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق ، ٢٠٠١م.
- ٩- أحمد عزت راجح : أصول علم النفس، ط ١١، دار المعارف، القاهرة، ١٩٩٩م.

- ١٠- أحمد محمد عبد الله : تأثير استخدام تكنولوجيا التعليم في تعلم مسابقة ١١٠ متر حواجز، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق ، ٢٠٠١م.
- ١١- أحمد يوسف عاشور : مقارنة أسلوبى التطبيق الموجه والتطبيق الذاتى متعدد المستويات على بعض المهارات الأساسية والصفات البدنية الخاصة للمبتدئين فى كرة السلة، رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة السويس، ٢٠٠٢ م.
- ١٢- أشرف عثمان عبد المطلب : تأثير التعلم بأسلوب الواجبات الحركية على الأداء المهارى فى درس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، ١٩٩٩م.
- ١٣- أشرف فتحى عبد المحسن : تأثير برنامج تدريبي مقترح على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية فى كرة اليد للمبتدئين من (٩ - ١٠) سنوات، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، ١٩٩٦م.
- ١٤- أشرف محمد مصطفى صالح : تأثير أربعة أساليب للتدريس على اكتساب مهارات مختارة لكرة السلة ، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة، جامعة حلوان، ٢٠٠٠م.
- ١٥- السيد السيد إبراهيم : محددات انتقاء الناشئين فى رياضة كرة اليد، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، ١٩٩٦م.
- ١٦- السيد محمد أحمد العقاد : تأثير استخدام التعليم المبرمج على تعلم بعض مهارات كرة اليد للتلاميذ الصم البكم للمرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، ١٩٩٩م.
- ١٧- النبوى عبد الخالق اسماعيل : تأثير استخدام الحاسب الآلى متعدد الوسائط على تعلم بعض مهارات رياضة الجمباز، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، ٢٠٠١م.
- ١٨- أمير صبرى بدير أبو العطا : فاعلية استخدام أسلوبى التعلم التعاونى والتبادلى على التحصيل المعرفى والمهارى لبعض مهارات كرة اليد لتلاميذ المرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، ٢٠٠٥م.

- ١٩- بسطويسى أحمد : أسس ونظريات الحركة، دار الفكر العربى، القاهرة، ١٩٩٦م.
- ٢٠- جلال كمال سالم : تأثير برنامج مقترح للتعليم المبرمج على تعلم الأداء المهارى للمبتدئين فى كرة اليد، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة السويس، ١٩٩٧م.
- ٢١- حسام الدين نبيه عبد الفتاح : تأثير استخدام بعض وسائل تكنولوجيا التعليم فى تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة اليد، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، ٢٠٠٢م.
- ٢٢- حسام السيد العربى : وضع بطارية اختبار لبعض المتغيرات البدنية والقياسات الجسمية للاعبى كرة اليد تحت ١٤ سنة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين ببورسعيد، جامعة قناة السويس، ١٩٩٦م.
- ٢٣- حنان محمد محمد عبد اللطيف : تأثير استخدام بعض طرق التدريس المطورة فى مستوى أداء طالبات كلية التربية الرياضية فى كرة اليد، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا، ١٩٩٨م.
- ٢٤- خالد فريد عزت : تأثير برنامج مقترح باستخدام الكمبيوتر على تعلم بعض مهارات الجودو لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، ٢٠٠٢م.
- ٢٥- خالد نبيل محمود خضير : أثر استخدام أسلوبى التطبيق بتوجيه الأقران والتطبيق الذاتى على بعض المكونات البدنية والمهارية للمبتدئين فى كرة اليد، رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة السويس ، ٢٠٠١م.
- ٢٦- رشيد عامر محمد ، إبراهيم محمود غريب : تأثير برنامج تدريبي مقترح على تنمية بعض الصفات البدنية والمتغيرات الفسيولوجية وعلاقتها بمستوى الأداء المهارى لناشئ كرة اليد، مجلة بحوث التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، المجلد ٢٣، العدد ٥٣، أبريل ٢٠٠٠م.

- ٢٧- رفعت عبد اللطيف : تحديد بعض المتغيرات المميزة للمراحل السنوية المختلفة للناشئين مصطفى  
 فى كرة اليد، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة  
 الزقازيق، ٢٠٠٣م.
- ٢٨- زينب إسماعيل ، : أثر استخدام كلا" من أسلوبى التعلم ( الأقران ومتعدد  
 خالد حسين عزت ( المستويات ) على اكتساب مهارة التصويب بالسقوط فى كرة اليد  
 لدى طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة طنطا، بحث منشور،  
 المؤتمر العلمى الأول، الرياضة المصرية والعربية نحو آفاق  
 العالمية، القاهرة، ١٩٩٨م.
- ٢٩- سعيد خليل الشاهد : طرق تدريس التربية الرياضية، مكتبة الطلبة، القاهرة، ١٩٩٥م.
- ٣٠- \_\_\_\_\_ : طرق تدريس التربية الرياضية، مكتبة الطلبة، القاهرة، ١٩٩٧م.
- ٣١- سهير طلعت اللبانى : أثر طريقة حل المشكلات على تحقيق الأهداف التعليمية لبعض  
 المهارات فى التنس، رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية  
 للبنات، جامعة الاسكندرية، ١٩٩١م.
- ٣٢- شريف على طه يحيى : تأثير برنامج تدريبي مقترح على تحسين بعض المتغيرات البدنية  
 والمهارية للمعاقين بدنيا" فى كرة اليد، رسالة دكتوراة، كلية  
 التربية الرياضية، جامعة طنطا، ٢٠٠٠م.
- ٣٣- طارق صلاح الدين سيد : برنامج تدريبي بليومتري لتنمية القدرة العضلية وتأثيره على  
 مصطفى بعض المتغيرات الديناميكية لمهارة التصويب بالوثب فى كرة اليد  
 ، رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط ،  
 ٢٠٠٥م.
- ٣٤- عاطف زكى أبو الاسعاد : التكنولوجيا فى مجال التربية البدنية، مجلة التربية والتعليم، العدد  
 ١٣، أكتوبر، ١٩٩٨م.
- ٣٥- عبد الحميد شرف : تكنولوجيا التعليم فى التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر،  
 القاهرة، ٢٠٠٠م.
- ٣٦- عبدالعاطى عبدالفتاح السيد، : نظريات تطبيقية فى الكرة الطائرة، الجزء الثانى، مكتبة شجرة  
 خالد محمد زيادة،  
 الدر، المنصورة، ٢٠٠٦م.  
 أحمد السيد الموفى

- ٣٧- عفاف عبد الكريم حسن : التدريس للتعلم فى التربية الرياضية، منشأة المعارف، الاسكندرية، ١٩٩٠م.
- ٣٨- \_\_\_\_\_ : التدريس للتعلم فى التربية البدنية والرياضية " أساليب - استراتيجيات - تقويم "، منشأة المعارف، الاسكندرية، ١٩٩٤م.
- ٣٩- على محمود الديرى : مقارنة فاعلية زمن الأداء الفعلى لدرس التربية الرياضية لكل من الطريقتين التقليدية والتبادلية، مجلة بحوث التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، المجلد الثالث، العدد الخامس والسادس، أغسطس، ١٩٨٦م.
- ٤٠- عمار سويسى الشيبانى : علاقة القدرة العضلية وزمن رد الفعل البسيط ببعض القياسات الجسمية للاعبى كرة اليد، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية، جامعة الفاتح، طرابلس، ١٩٩٧م.
- ٤١- عواطف صبحى محمد : تأثير التغذية الرجعية المدعمة باستخدام بعض الوسائل التعليمية عمارة على تحسين أداء الضربة الساحقة فى الكرة الطائرة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق، ١٩٩٥م.
- ٤٢- فاطمة محمد فليفل : أثر برنامج تعليمى باستخدام الوسائط المتعددة على تعلم بعض مهارات كرة السلة لطالبات كلية التربية الرياضية بالمنيا، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا، ١٩٩٩م.
- ٤٣- فتح الباب عبد الحليم سيد : توظيف تكنولوجيا التعليم، الجمعية المصرية لتكنولوجيا التعليم، ط ٢، القاهرة، ١٩٩٧م.
- ٤٤- كمال درويش ، عماد الدين عباس ، سامى محمد على : الأسس الفسيولوجية لتدريب كرة اليد " نظريات - تطبيقات "، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ١٩٩٨م.
- ٤٥- كمال عبد الحميد اسماعيل : رباعية كرة اليد الحديثة، الجزء الأول، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ٢٠٠١م. محمد صبحى حسنين
- ٤٦- \_\_\_\_\_ : رباعية كرة اليد الحديثة، الجزء الثانى، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ٢٠٠٢م.
- ٤٧- كمال عبد الحميد زيتون : تكنولوجيا التعليم فى عصر المعلومات والاتصالات، عالم الكتب، القاهرة، ٢٠٠٢م.

- ٤٨- كوثر حسين كوجك : اتجاهات حديثة فى المناهج وطرق التدريس، ط٢، عالم الكتب، القاهرة، ٢٠٠١م.
- ٤٩- مجدى عبد النبى محمد : تأثير استخدام بعض الوسائل التعليمية على تعلم بعض المهارات الأساسية للصم والبكم فى كرة اليد، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا، ١٩٩٨م.
- ٥٠- محروس محمد قنديل ، محمد إبراهيم شحاته ، أحمد فؤاد الشانلى : أساسيات التمرينات البدنية، منشأة المعارف، الاسكندرية، ١٩٩٨م.
- ٥١- محسن محمد حمص : المرشد فى تدريس التربية الرياضية، منشأة المعارف، الاسكندرية، ١٩٩٧م.
- ٥٢- محمد إبراهيم سالم : تأثير التعلم باستخدام أسلوب الواجبات الحركية على مستوى بعض المهارات المستخدمة فى الجزء التطبيقى لدرس التربية الرياضية لتلاميذ الصف الثانى الإعدادى، نظريات وتطبيقات، مجلة علمية متخصصة فى علوم التربية البدنية والرياضة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية، العدد ٣٧، ٢٠٠٠م.
- ٥٣- محمد أبو عاصى ، مدحت قاسم : كرة اليد " إدارة - تدريب - تدريس "، مكتبة شجرة الدر، المنصورة، ٢٠٠١م.
- ٥٤- محمد أحمد فتحى جزر : تأثير برنامج تعليمى باستخدام الحاسب الآلى على مستوى التحصيل المعرفى وأداء بعض المهارات الأساسية فى الكرة الطائرة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة ، ٢٠٠٤م.
- ٥٥- محمد توفيق الوليلى : كرة اليد " تعليم - تدريب - تكنيك "، القاهرة، ١٩٨٩م.
- ٥٦- محمد سعد زغلول ، مكارم حلمى أبو هرجة ، هانى سعيد عبد المنعم : تكنولوجيا التعليم وأساليبها فى التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ٢٠٠١م.

- ٥٧- محمد عبد المجيد المرسي : وضع مستويات معيارية لبعض المهارات الأساسية والعناصر البدنية لرياضة كرة اليد لمراكز تدريب الناشئين بمحافظة شرق الدلتا، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، ١٩٩٢م.
- ٥٨- محمد محمد الشحات : تأثير استخدام بعض أساليب التدريس على تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة الهوكي لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة، المجلة العلمية " الرياضة علوم وفنون "، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة، جامعة حلوان، المجلد السادس عشر، العدد الثاني، يناير، ٢٠٠٢م.
- ٥٩- محمد محمود عبد الرحمن : تأثير تنمية القدرة الهوائية واللاهوائية على مستوى بعض الأداءات المهارية الدفاعية والهجومية لناشئي كرة اليد، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، ٢٠٠١م.
- ٦٠- مدحت على أبوسريع : تأثير التغذية المرتدة المدعمة باستخدام الفيديو على تحسين مستوى الأداء في التدريب الميداني لطلاب كلية التربية الرياضية ، رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة، جامعة حلوان، ١٩٩٧م.
- ٦١- مدحت قاسم عبد الرازق : تأثير برنامج تدريبي مقترح باستخدام الأثقال على بعض الصفات البدنية للاعبين كرة اليد، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، ١٩٩٦م.
- ٦٢- مصطفى عبد القادر : تنظيم منظومة الوسائط المتعددة وأثرها على تعليم بعض مهارات كرة القدم للمبتدئين، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة المنيا، ٢٠٠٠م.
- ٦٣- منير جرجس إبراهيم : كرة اليد للجميع " التدريب الشامل والتميز المهارى "، دار الفكر العربى، القاهرة، ٢٠٠٤م.

- ٦٤- هشام حجازى عبد الحميد : تأثير بعض أساليب التغذية الرجعية على مستوى أداء الجملة الحركية المركبة - الكاتا - للمبتدئين فى الكاراتيه، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين ببورسعيد، جامعة قناة السويس، ٢٠٠٠م.
- ٦٥- هشام محمد أنور : تطوير سرعة الأداء المهارى لناشئء كرة اليد كمدافع وكمهاجم فردى، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، ١٩٩٨م.
- ٦٦- هويدا عبد الحميد إسماعيل : تأثير استخدام الألعاب الصغيرة والأدوات المساعدة على تعلم بعض المهارات الحركية الهجومية فى كرة اليد لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالزقازيق، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق، ١٩٩٣م.
- ٦٧- ياسر عبد العظيم سالم : تأثير استخدام أسلوب الواجبات الحركية على تعلم بعض مهارات كرة القدم الأساسية لتلاميذ المرحلة الإعدادية، مجلة بحوث التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، المجلد ٢١، العدد ٢٤، ديسمبر، ١٩٩٨م.
- ٦٨- ياسر محمد حسن دبور : كرة اليد الحديثة، منشأة المعارف، الاسكندرية، ١٩٩٧م.
- ٦٩- يحيى علاء الدين أحمد : تأثير فترتى الإعداد والمنافسة على مستوى هرمون الألدوستيرون فى الدم وبعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية لدى لاعبي كرة اليد، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، ٢٠٠٥م.

- 70- Janellec.w., : **Maximizing performance feedback effectiveness through video-taped replay and a self controlled learning environment**, Exerc sport, Dec, 1997.
- 71- Mark, B. & Jayne ,J : **The thoughts and behaviors of learners in the inclusion style of teaching**, journal of teaching in physical education, U.S.A, vol (18), Issue (1), pp : 26-42, Oct, 1998.
- 72- Mosston,M., : **Teaching physical education**, 2<sup>nd</sup> Ed.,charles E. Merrill publishing Co., Columbus,London,1981.
- 73- Osthuizen,M., Griesel.J : **The effect of the command, rciprocal and inclusion teaching styles on the realization of objective in physical Education For hight school boys**, Journal For research in sport physical Education and recreation, U.S.A, vol (15),N (2), PP: 27- 32, 1992.
- 74- Schilling, L.,Mary, L., : **The effect of three styles of teaching on the university students sports performance** , [http: // cricir.sys.edu/ pluels](http://cricir.sys.edu/pluels),2000.

# المعرفة كالت

مرفق (١)  
المسح المرجعي للصفات البدنية في كرة اليد قيد البحث

رقم المرجع	رقم الصفحة	سنة النشر	المضلية	القوة المميزة بالسرعة		تحمل قوة	تحمل سرعة	تحمل دوري	السرعة الانتقالية	سرعة رد الفعل	السرعة الحركية	المرونة	الرشاقة	التوازن	التوافق	الدقة
				درعيتين	رجلين											
١	١٠٥	١٩٩٢	٧	٧	٧	٧	٧	٧	٧	٧	٧	٧	٧	٧	٧	٧
٢	٣٩	١٩٩٣	٣٩	٣٩	٣٩	٣٩	٣٩	٣٩	٣٩	٣٩	٣٩	٣٩	٣٩	٣٩	٣٩	٣٩
٣	٣١	١٩٩٥	٣١	٣١	٣١	٣١	٣١	٣١	٣١	٣١	٣١	٣١	٣١	٣١	٣١	٣١
٤	٥٢	١٩٩٦	٥٢	٥٢	٥٢	٥٢	٥٢	٥٢	٥٢	٥٢	٥٢	٥٢	٥٢	٥٢	٥٢	٥٢
٥	٥١	١٩٩٦	٥١	٥١	٥١	٥١	٥١	٥١	٥١	٥١	٥١	٥١	٥١	٥١	٥١	٥١
٦	٦٥	١٩٩٦	٦٥	٦٥	٦٥	٦٥	٦٥	٦٥	٦٥	٦٥	٦٥	٦٥	٦٥	٦٥	٦٥	٦٥
٧	٥٨-٢٨	١٩٩٦	٥٨-٢٨	٥٨-٢٨	٥٨-٢٨	٥٨-٢٨	٥٨-٢٨	٥٨-٢٨	٥٨-٢٨	٥٨-٢٨	٥٨-٢٨	٥٨-٢٨	٥٨-٢٨	٥٨-٢٨	٥٨-٢٨	٥٨-٢٨
٨	٧١	١٩٩٦	٧١	٧١	٧١	٧١	٧١	٧١	٧١	٧١	٧١	٧١	٧١	٧١	٧١	٧١
٩	٢٩	١٩٩٧	٢٩	٢٩	٢٩	٢٩	٢٩	٢٩	٢٩	٢٩	٢٩	٢٩	٢٩	٢٩	٢٩	٢٩
١٠	٦٣	١٩٩٧	٦٣	٦٣	٦٣	٦٣	٦٣	٦٣	٦٣	٦٣	٦٣	٦٣	٦٣	٦٣	٦٣	٦٣
١١	٤٤	١٩٩٨	٤٤	٤٤	٤٤	٤٤	٤٤	٤٤	٤٤	٤٤	٤٤	٤٤	٤٤	٤٤	٤٤	٤٤
١٢	٩٩	١٩٩٩	٩٩	٩٩	٩٩	٩٩	٩٩	٩٩	٩٩	٩٩	٩٩	٩٩	٩٩	٩٩	٩٩	٩٩
١٣	١٠	٢٠٠٠	١٠	١٠	١٠	١٠	١٠	١٠	١٠	١٠	١٠	١٠	١٠	١٠	١٠	١٠
١٤	٥٦	٢٠٠٠	٥٦	٥٦	٥٦	٥٦	٥٦	٥٦	٥٦	٥٦	٥٦	٥٦	٥٦	٥٦	٥٦	٥٦
١٥	٦٦	٢٠٠١	٦٦	٦٦	٦٦	٦٦	٦٦	٦٦	٦٦	٦٦	٦٦	٦٦	٦٦	٦٦	٦٦	٦٦
١٦	٦٩	٢٠٠١	٦٩	٦٩	٦٩	٦٩	٦٩	٦٩	٦٩	٦٩	٦٩	٦٩	٦٩	٦٩	٦٩	٦٩
١٧	٥٩	٢٠٠١	٥٩	٥٩	٥٩	٥٩	٥٩	٥٩	٥٩	٥٩	٥٩	٥٩	٥٩	٥٩	٥٩	٥٩
١٨	٨٦	٢٠٠٢	٨٦	٨٦	٨٦	٨٦	٨٦	٨٦	٨٦	٨٦	٨٦	٨٦	٨٦	٨٦	٨٦	٨٦
١٩	٥٧	٢٠٠٣	٥٧	٥٧	٥٧	٥٧	٥٧	٥٧	٥٧	٥٧	٥٧	٥٧	٥٧	٥٧	٥٧	٥٧
٢٠	٥٧	٢٠٠٥	٥٧	٥٧	٥٧	٥٧	٥٧	٥٧	٥٧	٥٧	٥٧	٥٧	٥٧	٥٧	٥٧	٥٧
٢١	٤٦	٢٠٠٥	٤٦	٤٦	٤٦	٤٦	٤٦	٤٦	٤٦	٤٦	٤٦	٤٦	٤٦	٤٦	٤٦	٤٦
٢٢	٧٦	٢٠٠٥	٧٦	٧٦	٧٦	٧٦	٧٦	٧٦	٧٦	٧٦	٧٦	٧٦	٧٦	٧٦	٧٦	٧٦
الإجمالي																
النسبة المئوية %																
التوزيع																
٣١,٨١	٢٢,٧٢	٨١,٨١	٥٩,٠٩	١٢,٣٦	٩,٠٩	٩٠,٩٠	٤٠,٩٠	٢٧,٢٧	٣٦,٣٦	٨١,٨١	٩٠,٩٠	٤٠,٩٠	٢٧,٢٧	٣٦,٣٦	٨١,٨١	٩٠,٩٠
٤	٥	٧	١٢	٢	٢	٢٠	٦	٦	٧	١٨	٢٠	٦	٦	٧	١٨	٢٠

مرفق (١) المسح المرجعي \* للمراجع العلمية حول الصفات البدنية في كرة اليد قيد البحث

مرفق (٢)  
المسح المرجعي للإختبارات التي تقيس الصفات البدنية  
الخاصة بلاعبى كرة اليد قيد البحث



مرفق (٣)  
المسح المرجعي للاختبارات التي تقيس مهارات كرة اليد  
قيد البحث



مرفق (٤)

استمارة إستطلاع رأى خبراء كرة اليد فى تحديد أهم القدرات البدنية الخاصة فى  
كرة اليد والاختبارات التى تقيس هذه القدرات والاختبارات المهارية

جامعة المنصورة

كلية التربية الرياضية

قسم مناهج وطرق تدريس التربية الرياضية

استمارة إستطلاع رأى خبراء كرة اليد فى تحديد أهم القدرات البدنية الخاصة فى  
كرة اليد والاختبارات التى تقيس هذه القدرات والاختبارات المهارية

### موضوع البحث

"تأثير استخدام أسلوب الواجبات الحركية متعدد الأشكال على تعلم بعض المهارات الهجومية  
فى كرة اليد لطلاب كلية التربية الرياضية" (دراسة مقارنة).

ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير فى التربية الرياضية

إعداد الباحث

تامر محمود السعيد محمد

المعيد بكلية التربية الرياضية

جامعة المنصورة

إشراف

دكتور

دكتور

أحمد السيد الموائى

محمد إبراهيم سالم

مدرس بقسم المناهج وطرق تدريس

أستاذ مساعد بقسم المناهج وطرق تدريس

التربية الرياضية بكلية التربية الرياضية

التربية الرياضية بكلية التربية الرياضية

جامعة المنصورة

جامعة المنصورة



## أولاً:- القدرات البدنية واختباراتها

أسلوب التعامل مع الاستمارة :

الرجاء من سيادتكم إبداء الرأى حول تحديد أهم الصفات البدنية الخاصة و اختباراتها طبقاً لما يلى :-

- إذا كنت موافق على اختيار الصفة البدنية ضع علامة ( √ ) فى خانة موافق، ثم ضع علامة ( √ ) أمام إختيار واحد فقط من الاختبارات البدنية المرشحة لقياس هذه الصفة فى خانة الاختبار المناسب.

- إضافة أى قدرات أو اختبارات أخرى قد يكون أغفلها الباحث.

ونحيط سيادتكم علماً بأن الباحث قام بإجراء مسح مرجعى للمراجع العلمية والدراسات السابقة لتحديد أهم القدرات البدنية الخاصة فى كرة اليد وكانت أهم هذه القدرات هى :-

- ١- السرعة الإنتقالية بنسبة ٩٠,٩٠ .%
- ٢- القوة المميزة بالسرعة (القدرة العضلية) للرجلين بنسبة ٩٠,٩٠ .%
- ٣- القوة المميزة بالسرعة (القدرة العضلية) للذراعين بنسبة ٨١,٨١ .%
- ٥- الرشاقة بنسبة ٨١,٨١ .%
- ٥- المرونة بنسبة ٥٩,٠٩ .%

م	القدرات البدنية	موافق	الاختبارات المرشحة	الاختبار المناسب
١	القوة العضلية		١- قوة القبضة.	
			٢- قوة عضلات الظهر.	
			٣- قوة عضلات الرجلين.	
			- إضافة أخرى.	
٢	القوة المميزة بالسرعة (القدرة العضلية) للرجلين		١- الوثب العمودي لسارجنت.	
			٢- الوثب العريض من الثبات.	
			- إضافة أخرى.	
٣	القوة المميزة بالسرعة (القدرة العضلية) للذراعين		١- رمى كرة يد وزن ٨٠٠ جم لأقصى مسافة.	
			٢- رمى كرة يد بالوثب لأقصى مسافة.	
			٣- دفع كرة طبية (٣ كجم) باليدين.	
			- إضافة أخرى.	
٤	السرعة الانتقالية		١- عدو ٣٠ م من البداية الثابتة.	
			٢- عدو ٢٢ م في منحني.	
			٣- عدو ٢٢ م في خط مستقيم.	
			٤- العدو في المكان ١٥ ث.	
			٥- عدو عشر ثوان من البدء العالي.	
			- إضافة أخرى.	
٥	تحمل السرعة		١- الجرى بالظهر والمواجهة لمسافة ٢٥٢ م.	
			- إضافة أخرى.	
٦	الرشاقة		١- الخطوات الجانبية في ١٠ ثواني.	
			٢- التحرك الأمامي والخلفي بميل.	
			٣- الجرى الزجاجى بطريقة بارو ٣ م x ٤,٥ م.	
			٤- الانبطاح المائل من الوقوف ٣٠ ثانية.	
			٥- الجرى المتعرج.	
			- إضافة أخرى.	

الاختبار المناسب	الاختبارات المرشحة	موافق	القدرات البدنية	م
	١- الشد لأعلى باستخدام العقلة. ٢- الجلوس من الرقود ٣٠ ثانية. ٣- الانبطاح المائل ثنى الذراعين. - إضافة أخرى.		التحمل العضلى	٧
	١- الجرى ٤٠٠ م. ٢- الجرى ٦٠٠ م. ٣- الجرى ٨٠٠ م. ٤- الجرى لمدة ١٢ دقيقة. - إضافة أخرى.		التحمل الدورى التنفسى	٨
	١- ثنى الجذع للأمام من الوقوف. ٢- مرونة المنكبين (اختبار العصا). ٣- مرونة دوران الجذع على الجانبين. ٤- ثنى الجذع للأمام من الجلوس الطويل. - إضافة أخرى.		المرونة	٩
	١- اختبار نط الحبل. ٢- رمى الكرات على الحائط. ٣- اختبار الدوائر المرقمة. - إضافة أخرى.		التوافق	١٠
	١- التصويب باليد على مربعات متداخلة. ٢- التصويب باليد على دوائر متداخلة. - إضافة أخرى.		الدقة	١١
	١- اختبار الوقوف على مشط القدم. ٢- اختبار الوثب والتوازن فوق العلامات. - إضافة أخرى.		التوازن	١٢

## ثانياً :- الاختبارات المهارية

الرجاء من سيادتكم إيداء الرأى نحو تحديد أهم الاختبارات المهارية لكل مهارة على حدة، وذلك طبقاً لما يلى :-

- ١- وضع علامة ( √ ) أمام اختبار واحد فقط من الاختبارات المهارية المرشحة لكل مهارة فى خانة الاختبار المناسب.
- ٢- إضافة أى اختبارات مهارية أخرى ترونها سيادتكم مناسبة للمهارة.

ولايسع الباحث إلا الشكر لسيادتكم على حسن تعاونكم معنا.

ونحيط سيادتكم علماً بان الباحث قام بإجراء مسح مرجعى للمراجع العلمية والدراسات السابقة لتحديد أهم الاختبارات المهارية للمهارات المستخدمة قيد البحث ( التمرير والإستلام - التنطيط - التصويب الكرابجى بالوثب لأعلى ) وكانت أهم هذه الاختبارات هى :-

- ١- التوافق وسرعة التمرير بنسبة ٩٣,٣٣٪.
- ٢- التنطيط المستمر فى اتجاه متعرج (زجاج) ٣٠ متر بنسبة ٦٦,٦٦٪.
- ٣- التصويب بالوثب عالياً على هدف محدد بنسبة ٧٣,٣٣٪.

م	المهارات	الاختبارات المهارية المرشحة	الاختبار المناسب
١	التمرير والإستلام	١- التمرير على الحدود الخارجية لخط الرمية الحرة.	
		٢- التوافق وسرعة التمرير ٣٠ ث.	
	( التمرير الكرابجى - الإستلام	٣- تمرير وإستلام من مستوى عالى من مسافة ٣ م.	
	باليدين)	٤- طول التمرير ودقة التوجيه من مسافة ٣٠ م.	
		٥- رمى كرة يد لأقصى مسافة.	

(٤ / ٩٧)

م	المهارات	الاختبارات المهارية المرشحة	الاختبار المناسب
٢	التنطيط	١-التنطيط المستمر فى اتجاه متعرج (زجاج) لمسافة ٣٠ متر.	
		٢-التنطيط المستمر فى خط مستقيم لمسافة ٣٠ متر.	
		٣-التنطيط المستمر للكرة حول ملعب كرة السلة.	
		٤-التنطيط المستمر للكرة فى خط مستقيم لمسافة ٢٢ متر.	
		٥-التنطيط المستمر للكرة فى اتجاه متعرج ( على شكل زجاج) لمسافة ٤٠ متر.	
		٦- التنطيط المستمر فى اتجاهات متعددة.	
٣	التصويب (التصويب الكراباجى بالوثب لأعلى)	١- التصويب بالوثب عالياً على هدف محدد ٦٠ X ٦٠سم.	
		٢- الجرى المتعرج مع التنطيط المنتهى بالتصويب.	
		٣-التصويب فى المربعات المتداخلة من مسافة ٥ متر.	
		٤- تصويب كرة يد من الوثب عالياً لأقصى مسافة.	
		٥- التصويب بالوثب عالياً بعد الخداع.	
		٦- التصويب بالوثب عالياً بعد تمرير وإستلام.	
		٧- التصويب بالوثب عالياً بعد تنطيط.	

- اختبارات أخرى ترونها سيادتكم :-

مرفق (٥)

استمارة تفريغ درجات الخبراء لتحديد الصفات البدنية الخاصة بلاعبي كرة اليد واختباراتها

## مرفق (٥)

## استمارة تفرغ درجات الخبراء لتحديد الصفات البدنية الخاصة بلاعبي كرة اليد واختباراتها

م	القدرات البدنية	التكرار	النسبة المئوية	الاختبارات المرشحة	التكرار	النسبة المئوية
١	القوة العضلية			١- قوة القبضة. ٢- قوة عضلات الظهر. ٣- قوة عضلات الرجلين. - إضافة أخرى.		
٢	القوة المميزة بالسرعة (القدرة العضلية) للرجلين			١- الوثب العمودي لسارجنت. ٢- الوثب العريض من الثبات. - إضافة أخرى.		
٣	القوة المميزة بالسرعة (القدرة العضلية) للذراعين			١- رمى كرة يد وزن ٨٠٠ جم لأقصى مسافة. ٢- رمى كرة يد بالوثب لأقصى مسافة. ٣- دفع كرة طبية (٣ كجم) باليدين. - إضافة أخرى.		
٤	السرعة الانتقالية			١- عدو ٣٠م من البداية الثابتة. ٢- عدو ٢٢م فى منحى. ٣- عدو ٢٢م فى خط مستقيم. ٤- العدو فى المكان ١٥ ث. ٥- عدو عشر ثوان من البدء العالى. - إضافة أخرى.		
٥	تحمل السرعة			١- الجرى بالظهر والمواجهة لمسافة ٢٥٢ م. - إضافة أخرى.		
٦	الرشاقة			١- الخطوات الجانبية فى ١٠ ثوانى. ٢- التحرك الأمامى والخلفى بميل. ٣- الجرى الزجاجى بطريقة بارو ٣م x ٤,٥م. ٤- الانبطاح المائل من الوقوف ٣٠ ثانية. ٥- الجرى المتعرج. - إضافة أخرى.		

## تابع مرفق (٥)

استمارة تفريغ درجات الخبراء لتحديد الصفات البدنية الخاصة بلاعبى كرة اليد واختباراتها

م	القدرات البدنية	التكرار	النسبة المئوية	الاختبارات المرشحة	التكرار	النسبة المئوية
٧	التحمل العضلى			١- الشد لأعلى باستخدام العقلة. ٢- الجلوس من الرقود ٣٠ ثانية. ٣- الانبطاح المائل ثنى الذراعين. - إضافة أخرى.		
٨	التحمل الدورى التنفسى			١- الجرى ٤٠٠م. ٢- الجرى ٦٠٠م. ٣- الجرى ٨٠٠م. ٤- الجرى لمدة ١٢ دقيقة. - إضافة أخرى.		
٩	المرونة			١- ثنى الجذع للأمام من الوقوف. ٢- مرونة المنكبين(اختبار العصا). ٣- مرونة دوران الجذع على الجانبين. ٤- ثنى الجذع للأمام من الجلوس الطويل. - إضافة أخرى.		
١٠	التوافق			١- اختبار نط الحبل. ٢- رمى الكرات على الحائط. ٣- اختبار الدوائر المرقمة. - إضافة أخرى.		
١١	الدقة			١- التصويب باليد على مربعات متداخلة. ٢- التصويب باليد على دوائر متداخلة. - إضافة أخرى.		
١٢	التوازن			١- اختبار الوقوف على مشط القدم. ٢- اختبار الوثب والتوازن فوق العلامات. - إضافة أخرى.		

مرفق (٦)

استمارة تفريغ درجات الخبراء لتحديد أنسب الاختبارات المهارية لمهارات  
كرة اليد قيد البحث

## مرفق (٦)

استمارة تفريغ درجات الخبراء لتحديد أنسب الاختبارات المهارية لمهارات كرة اليد قيد البحث

م	المهارات	الاختبارات المهارية المرشحة	التكرار	النسبة المئوية
١	التمرير والإستلام ( التمرير الكرياجى- الإستلام باليدين)	١- التمرير على الحدود الخارجية لخط الرمية الحرة.		
		٢- التوافق وسرعة التمرير ٣٠ ث.		
		٣- تمرير وإستلام من مستوى عالى من مسافة ٣ م.		
		٤- طول التمرير ودقة التوجيه من مسافة ٣٠ م.		
		٥- رمى كرة يد لأقصى مسافة.		
٢	التنطيط	١- التنطيط المستمر فى اتجاه متعرج (زجاج) لمسافة ٣٠ متر.		
		٢- التنطيط المستمر فى خط مستقيم لمسافة ٣٠ متر.		
		٣- التنطيط المستمر للكرة حول ملعب كرة السلة.		
		٤- التنطيط المستمر للكرة فى خط مستقيم لمسافة ٢٢ متر.		
		٥- التنطيط المستمر للكرة فى اتجاه متعرج ( على شكل زجاج) لمسافة ٤٠ متر.		
		٦- التنطيط المستمر فى اتجاهات متعددة.		
٣	التصويب الكرياجى بالوثب (لأعلى)	١- التصويب بالوثب عالياً على هدف محدد ٦٠ x ٦٠ سم.		
		٢- الجرى المتعرج مع التنطيط المنتهى بالتصويب.		
		٣- التصويب فى المربعات المتداخلة من مسافة ٥ متر.		
		٤- تصويب كرة يد من الوثب عالياً لأقصى مسافة.		
		٥- التصويب بالوثب عالياً بعد الخداع.		
		٦- التصويب بالوثب عالياً بعد تمرير وإستلام.		
		٧- التصويب بالوثب عالياً بعد تنطيط.		

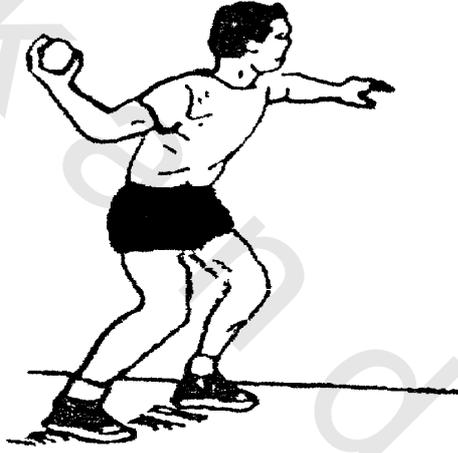
مرفق (٧)

الاختبارات البدنية الخاصة بعينة البحث

## مرفق ( ٧ )

### الاختبارات البدنية الخاصة بعينة البحث

- ١- اختبار رمى كرة يد وزن ٨٠٠ جرام لأقصى مسافة.  
الغرض من الاختبار: قياس القدرة العضلية للذراع.  
الأدوات : كرة يد وزنها ٨٠٠ جرام، قطاع للرمى، شريط قياس.  
الإجراءات : يرسم قطاع للرمى يحدد في أوله خط يقوم المختبر برمي الكرة من خلفه.  
مواصفات الأداء : من خلف خط الرمي يقوم الطالب برمي الكرة لأقصى مسافة ممكنة.



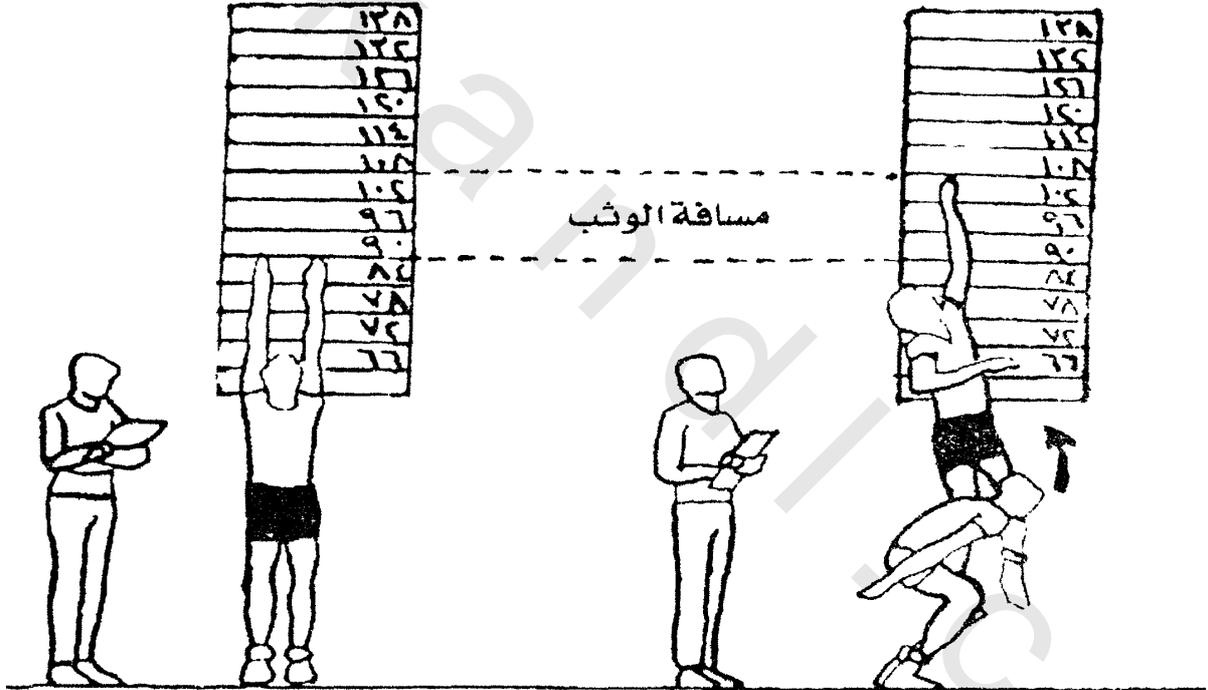
### الشروط :

- القياس العمودي من مكان سقوط الكرة وخط الرمي.
  - لكل طالب ثلاث محاولات تسجل له أفضلها.
  - يستخدم الطالب يده المفضلة في الرمي.
- التسجيل : تحسب المسافة من خلف خط الرمي حتى مكان سقوط الكرة.
- ( ٢ : ١٦٣ ) ( ٢٠ : ١٦٠ )

### ٢- اختبار الوثب العمودي من الثبات.

- الغرض من الاختبار: قياس القدرة العضلية للرجلين.
- الأدوات : شريط قياس، حائط بارتفاع مناسب، مانيزيا أو طباشير.
- الإجراءات : يغمس المختبر أصابع يده المميزة في المانيزيا أو يمسك قطعة من الطباشير ثم يواجه الحائط ويمد الذراعين عالياً لأقصى ما يمكن ويحدد علامة على الحائط.

مواصفات الأداء : يقف المختبر بحيث يواجه الحائط بكتف الذراع المميزة، ثم يقوم بمرجحة الذراعين لأسفل وللخلف مع ثنى الجذع للأمام ولأسفل وثنى الركبتين نصفاً، ثم يقوم بمد الركبتين والدفع بالقدمين معاً للوثب لأعلى مع مرجحة الذراعين بقوة للأمام ولأعلى للوصول بهما إلى أقصى ارتفاع ممكن لعمل علامة أخرى بالطباشير أو بأطراف أصابع اليد المميزة المجاورة للحائط.



#### الشروط :

- يجب عدم رفع العقبين أثناء وضع العلامة الأولى.
  - لكل مختبر ثلاث محاولات تسجل له أفضلها.
  - الوثب لأعلى بالقدمين معاً من وضع الثبات وليس بأخذ خطوة ارتفاع.
- التسجيل : المسافة بين العلامتين تعبر عن القدرة العضلية للمختبر.

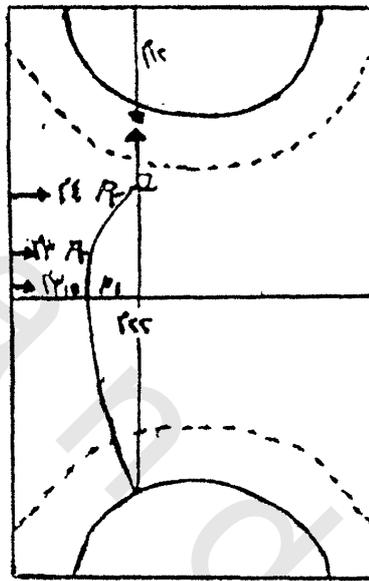
٣- اختبار العدو (٢٢ م) فى منحنى.

الغرض من الاختبار : قياس السرعة الانتقالية.

الأدوات : ٣ أرماع أو أعلام أو كرات طبية، ساعة إيقاف.

التخطيط وتوزيع الأدوات : كما بالرسم.

طريقة الأداء : يقف المختبر على خط ال ٦ م أمام قائم المرمى الأيسر مواجهاً للمرمى الآخر وعند إعطاء إشارة البدء ينطلق الطالب بالجري بأقصى سرعة بحيث يمر من خلف الرمح (١) ثم من أمام الرمح (٢) فيتخطى خط النهاية أمام الرمح (٣) كما بالرسم.



الشروط : ضرورة الجرى فى منحنى ليعطى اللاعب محاولة صحيحة.

التسجيل : يحسب الزمن الذى يقطع فيه الطالب هذه المسافة من البداية حتى يتخطى النهاية.

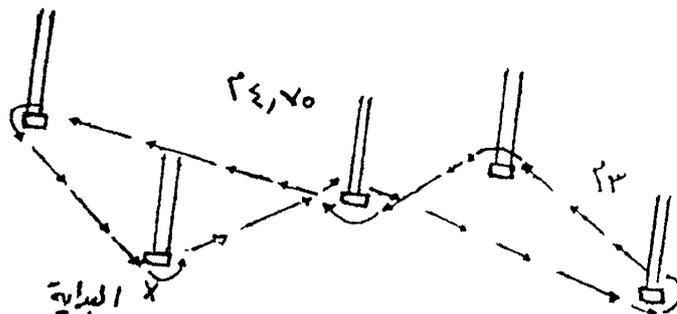
(٢ : ١٦٨، ١٦٧) (٢٠ : ١٦٢)

٤- اختبار جرى الزجاج بطريقة بارو.

الغرض من الاختبار : قياس الرشاقة.

الأدوات المستخدمة : ميدان طوله ٤,٧٥ م وعرضه ٣ م، قوائم، ساعة إيقاف.

التخطيط : كما بالرسم.



مواصفات الأداء : يقف المختبر من وضع البدء العالى خلف خط البداية، وعند سماع إشارة البدء يقوم المختبر بالجري المتعرج بين القوائم الخمسة ثلاث مرات متتالية.

#### تعليمات الاختبار :

- يكون اتجاه الجرى وفقاً للشكل المحدد بالرسم على شكل رقم (8) باللغة الإنجليزية.
- يجب عدم شد أو نزع القوائم من أماكنها أو الإصطدام بها.
- يستمر المختبر فى الجرى لثلاث دورات.
- عند حدوث خطأ يعاد الاختبار مرة أخرى.
- يعطى للمختبر محاولة واحدة فقط تعد نموذج له قبل التطبيق.

التسجيل : يسجل الزمن الذى يقطعه المختبر فى الثلاث دورات لأقرب ١/١٠ ث.

(٢ : ١٦٨، ١٦٩) (٢٠ : ١٦٣)

٥- اختبار ثنى الجذع أماماً أسفل من الوقوف.

الغرض من الاختبار : قياس مرونة العمود الفقرى.

الأدوات : مقعد بدون ظهر ارتفاعه ٥٠ سم، مسطرة غير مرنة مقسمة من صفر إلى ١٠٠ سم، مثبتة عمودياً على المقعد بحيث يكون رقم ٥٠ موازياً لسطح المقعد، ورقم ١٠٠ موازياً لحافة السفلى للمقعد، ومؤشر خشبى يتحرك على سطح المقعد .

مواصفات الأداء : يقف المختبر فوق المقعد والقدمان مضمومتان مع ملاحظة ملامسة أصابع القدمين لحافة المقعد، من هذا الوضع يقوم المختبر بثنى الجذع للأمام ولأسفل بحيث يدفع المؤشر بأطراف أصابعه إلى أبعد مسافة ممكنة لأسفل.

#### شروط الأداء :

- يجب عدم ثنى الركبتين أثناء ثنى الجذع.

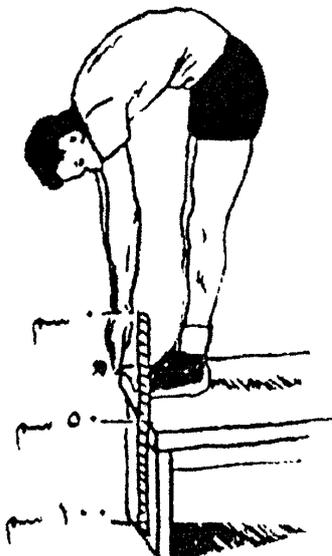
- يجب أن يتم ثنى الجذع ببطء.

- يجب الثبات عند أعماق مسافة يصل إليها المختبر لمدة ثانيتين.

- لكل مختبر محاولتان تسجل له أفضلها.

التسجيل : يسجل للمختبر المسافة التى استطاع الوصول

إليها. (٢ : ١٦٩، ١٧٠) (٤٥ : ٩٧، ٩٨)



مرفق ( ٨ )

استمارة تسجيل بيانات الطالب ونتائج الاختبارات البدنية قيد البحث



مرفق (٩)

الاختبارات المهارية الخاصة بعينة البحث

## مرفق (٩)

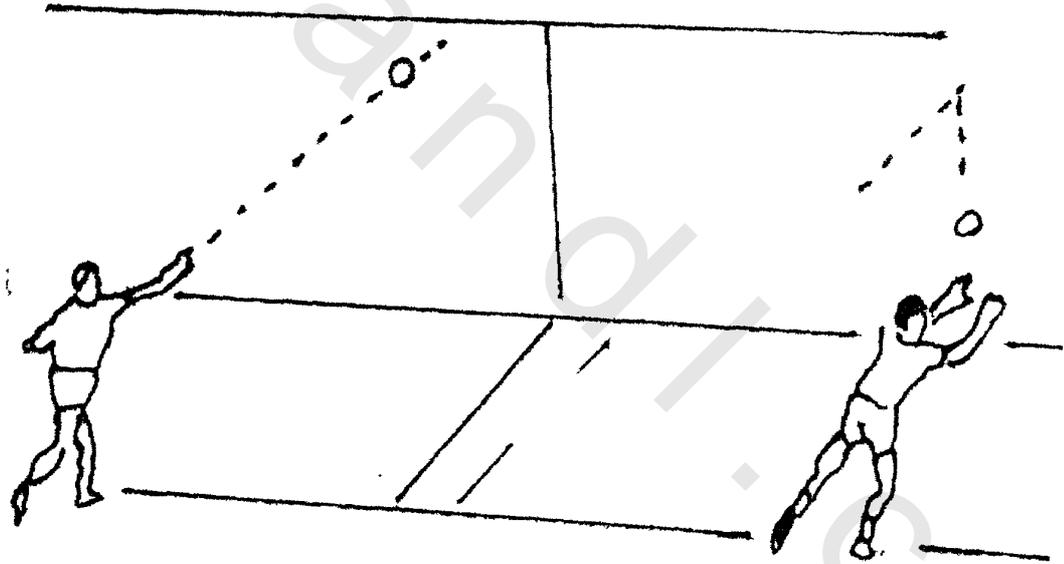
### الاختبارات المهارية الخاصة بعينة البحث

#### ١- اختبار التمرير والاستلام.

الهدف من الاختبار : قياس سرعة التمرير والاستلام السليم على الحائط.

الأدوات : كرة يد، حائط مستوى، ساعة إيقاف.

مواصفات الأداء : يقف المختبر بحيث تقع قدماه خلف خط البداية الذي يبعد عن الحائط المواجه مسافة ٣ متر، وعند إعطاء إشارة البدء يقوم المختبر بتمرير الكرة إلى الحائط واستمرار التمرير لأكبر عدد ممكن من التمريرات في الزمن المحدد.



#### الشروط :

- لا تحسب التمريرة ضمن مرات التمرير والاستلام إذا جاوز الطالب خط البداية أماماً.
- يجب أن يكون لكل طالب مسجل وميقاتي، المسجل يقوم بعد مرات التمرير والاستلام الصحيحة فقط، والميقاتي يقوم بحساب الزمن.
- يؤدي الطالب الاختبار بيده الشائعة الإستعمال.
- التسجيل : يسجل عدد المرات الصحيحة لتمرير واستلام الطالب للكرة في زمن مدته ٣٠ ثانية. ( ٢ : ١٧١ ) ( ٢٠ : ١٦٤ ) ( ٤٦ : ٦٨ )

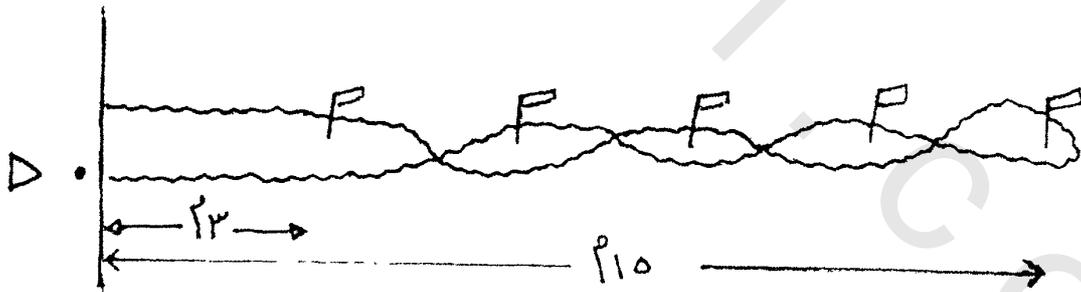
٢- اختبار التنطيط المستمر فى اتجاه متعرج ( الجرى فى زجراج ) لمسافة ٣٠ متر.

الهدف من الاختبار : قياس مستوى التنطيط، الرشاقة والسرعة.

الأدوات : خمسة أعلام، كرة يد، ساعة إيقاف.

الإجراءات : تثبت خمسة أعلام عمودية على الأرض فى خط مستقيم، المسافة بين كل علمين ٣ متر، ويرسم خط للبداية وهو نفس خط النهاية على مسافة ٣ متر من العلم الأول.

مواصفات الأداء : يقف المختبر خلف خط البداية، وعند سماع إشارة البدء يقوم المختبر بتنطيط الكرة مع الجرى على شكل متعرج بين الأعلام ذهاباً وعودة حتى يتخطى خط النهاية طبقاً للأسهم الموضحة بالرسم.



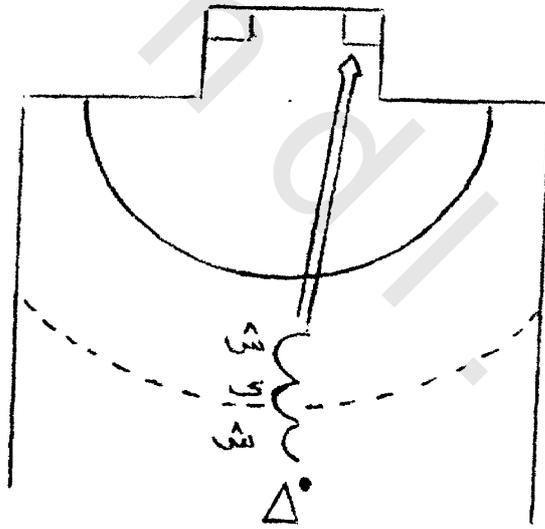
التسجيل : يحتسب الزمن من لحظة البدء حتى يتخطى الطالب خط النهاية فيكون المختبر قد قطع مسافة قدرها ٣٠ متر ( ١٥ متر ذهاباً، ١٥ متر عودة ) حتى يتجاوز خلالها ١٠ أعلام ( ٥ أعلام ذهاباً، ٥ أعلام عودة ). ( ٢ : ١٧١ ، ١٧٢ ) ( ٢٠ : ١٦٥ ) ( ٤٦ : ١٧٩ )

٣- اختبار التصويب من الوثب.

الهدف من الاختبار : دقة التصويب بالوثب عالياً.

الأدوات المستخدمة : ملعب كرة يد، كرة يد، هدفان ( ٦٠x٦٠ ) سنتيمتراً.

مواصفات الأداء : يتم التصويب من نقطة تقع على زاوية قائمة مع منتصف خط المرمى تبعد عنه بمقدار عشرة أمتار على أن يسبق التصويب إعداد بالجرى بإيقاع ثنائي أو ثلاثى مع ملاحظة أن يتم التصويب على هدفين محددين موضوعين فى الزاويتين العلويتين للمرمى، بحيث تبلغ أبعادهما ( ٦٠x٦٠ ) سنتيمتراً.



الشروط :

- عدم أخذ أكثر من ثلاث خطوات.
- التصويب يكون مرة على الهدف الأيمن، ومرة على الهدف الأيسر.
- لكل لاعب ثلاث محاولات على كل هدف تسجل له أفضلها.

التسجيل : تحتسب عدد الأهداف المسجلة فى المربعين معاً.

( ٢ : ١٧٣ ) ( ٢٠ : ١٦٧ ) ( ٤٦ : ٧٠ )

مرفق ( ١٠ )

استمارة تسجيل بيانات الطالب ونتائج الاختبارات المهارية  
لمهارات كرة اليد قيد البحث



مرفق ( ١١ )

استمارة استطلاع رأى السادة الخبراء لتحديد الأهمية النسبية للواجبات الحركية المستخدمة فى تعلم بعض المهارات الهجومية فى كرة اليد لطلاب كلية التربية الرياضية

جامعة المنصورة  
كلية التربية الرياضية  
قسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية

استمارة استطلاع رأى السادة الخبراء لتحديد الأهمية النسبية للواجبات الحركية المستخدمة  
فى تعلم بعض المهارات الهجومية فى كرة اليد لطلاب كلية التربية الرياضية

#### موضوع البحث

" تأثير استخدام أسلوب الواجبات الحركية متعدد الأشكال على تعلم بعض المهارات الهجومية  
فى كرة اليد لطلاب كلية التربية الرياضية " ( دراسة مقارنة ).

#### إعداد الباحث

تامر محمود السعيد محمد

معيد بقسم المناهج وطرق تدريس

التربية الرياضية بكلية التربية الرياضية

جامعة المنصورة

#### إشراف

دكتور

أحمد السيد المواقى

مدرس بقسم المناهج

وطرق التدريس بكلية التربية

الرياضية جامعة المنصورة

دكتور

محمد إبراهيم سالم

أستاذ مساعد بقسم المناهج

وطرق التدريس بكلية التربية

الرياضية جامعة المنصورة

السيد الأستاذ الدكتور / .....

تحية طيبة وبعد

يقوم الباحث / تامر محمود السعيد محمد المعيد بكلية التربية الرياضية جامعة المنصورة بإجراء دراسة ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية بعنوان : " تأثير استخدام أسلوب الواجبات الحركية متعدد الأشكال على تعلم بعض المهارات الهجومية في كرة اليد لطلاب كلية التربية الرياضية " ( دراسة مقارنة ).

حيث يهدف هذا البحث إلى التعرف على تأثير استخدام أسلوب الواجبات الحركية متعدد الأشكال ( بورقة المعيار، المدعم بالفيديو، المدعم بالكمبيوتر ) على تعلم بعض المهارات الهجومية في كرة اليد ( التمرير والإستلام، التنطيط، التصويب ) لطلاب كلية التربية الرياضية.

فأسلوب الواجبات الحركية يعتمد على مراعاة مستويات المتعلمين في الأداء من خلال تقديم المهارة للمتعم في صورة خطوات تعليمية متدرجة في الصعوبة لينتقى منها المتعلم ما يتناسب مع قدراته واستعداداته كخطوة أولى يخطو منها إلى الواجب التالي حتى يستطيع تحقيق متطلبات الواجب الأخير.

وسوف يتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية ( فصول دمياط ) جامعة المنصورة وسوف يتم تقسيمهم إلى ثلاث مجموعات تجريبية كما يلي :-

١- المجموعة التجريبية الأولى :

وسوف يتم التدريس لها بأسلوب الواجبات الحركية بورقة المعيار ( الشكل الأول ).

٢- المجموعة التجريبية الثانية :

وسوف يتم التدريس لها بأسلوب الواجبات الحركية المدعم بالفيديو (الشكل الثاني).

٣- المجموعة التجريبية الثالثة :

وسوف يتم التدريس لها بأسلوب الواجبات الحركية المدعم بالكمبيوتر (الشكل الثالث).

ونظراً لما يتطلبه العمل من الاستعانة بأراء ذوى الخبرة العلمية والعملية، لذا يـرجو الباحث من سيادتكم أن تفضلوا بإبداء الرأى حول الواجبات الحركية المستخدمة فى تعلم مهارات استلام الكرة، التميرير الكـرباجى من الارتكاز، تنطيط الكرة، التصويـب الكـرباجى بالوثب عالياً فى كرة اليد لطلاب كلية التربية الرياضية، وذلك طبقاً لما يلى :-

- ١- وضع درجة من (١٠) عشرة درجات فى خانة الأهمية النسبية للواجب الحركى.
- ٢- إضافة واجبات أخرى ترونها سيادتكم.

كما نحيط سيادتكم علماً بأن الباحث قام بعمل مسح مرجعى للمراجع العلمية والدراسات السابقة حول المهارات الأساسية فى كرة اليد وكانت نتائجه كالتالى :-

- حصلت مهارات التميرير والاستلام والتصويـب على نسبة ١٠٠٪ واحتلت الترتيب الأول.
- حصلت مهارة التنطيط على نسبة ٩٣,٧٥٪ واحتلت الترتيب الثانى.

شاكرين لسيادتكم حسن تعاونكم معنا

الباحث

م	بيانات خاصة بالخبير
١-	الاسم /
٢-	الوظيفة /
٣-	المؤهلات العلمية /
٤-	الكلية /
٥-	الجامعة /
٦-	عدد سنوات الخبرة :
	- فى مجال التدريس /
	- فى مجال التدريب /

## أولاً:- استلام الكرة.

الواجب الحركي	المستوى	المرحلة (الخطوات)	محتوى البرنامج التعليمي	الأهمية النسبية للواجب الحركي
الأول	أ	لقف الكرات العالية	- (وقوف . فتحاً ) مد الذراعان أماماً ثم سحب الذراعين للخلف تجاه الصدر.	
	ب		- (وقوف . فتحاً ) مد الذراعان أماماً مع أخذ خطوة بالقدم اليسرى للأمام ثم سحب الذراعين للخلف تجاه الصدر مع نقل القدم اليمنى بجوار القدم اليسرى.	
	ج		- (وقوف . فتحاً ) مد الذراعان أماماً مع أخذ خطوة بالقدم اليسرى للأمام ثم سحب الذراعين للخلف تجاه الصدر ورجوع القدم اليسرى لمكانها الأصلي.	
الثاني	أ	لقف الكرات المنخفضة	- (:)- أ- (وقوف مواجه . مسك الكرة على بعد ٣م من الزميل ) تمرير الكرة للزميل في مستوى الصدر أو في مستوى الرأس. ب- (وقوف . فتحاً ) استلام الكرة.	
	ب		- (وقوف . فتحاً ) الطعن أماماً بالقدم اليمنى مع رفع الذراعين مائلاً أماماً أسفل وميل الجذع قليلاً للأمام.	
	ج		- (وقوف . فتحاً ) الطعن أماماً بالقدم اليسرى مع رفع الذراعين مائلاً أماماً أسفل وميل الجذع قليلاً للأمام.	
الثالث	أ	خطوات الاحساس بالكرة والتوافق بين الذراعين والرجلين والعين والكرة	- (:)- أ- (وقوف مواجه . مسك الكرة على بعد ٣م من الزميل ) تمرير الكرة إلى الزميل المواجه أسفل مستوى الوسط. ب- استلام الكرة.	
	ب		- من الوقوف ارفع الكرة عالياً واستلمها قبل نزولها على الأرض.	
	ج		- من الوقوف ارفع الكرة عالياً واستلمها من الوثب.	
الرابع	أ	خطوات الاحساس بالكرة والتوافق بين الذراعين والرجلين والعين والكرة	- الجري للأمام مع رمي الكرة أماماً عالياً والوثب لاستلامها قبل لمسها للأرض.	
	ب		- الجري المتعرج مع رمي الكرة أماماً عالياً ولقفا قبل لمسها للأرض.	
	ج		- ارفع الكرة لأعلى وللخلف ثم اللف والجري بسرعة للقف الكرة قبل سقوطها على الأرض.	
الخامس	أ	خطوات الاحساس بالكرة والتوافق بين الذراعين والرجلين والعين والكرة	- من الجلوس على أربع ارفع الكرة لأعلى وللأمام ثم استلمها من الوثب.	
	ب		- دحرجة الكرة على الأرض ثم الجري لاستلامها باليدين / بيد واحدة.	
	ج		- دحرجة الكرة على الأرض ثم الجري بأقصى سرعة لاستلامها بعد تعديتها.	
السادس	أ	خطوات الاحساس بالكرة والتوافق بين الذراعين والرجلين والعين والكرة	- رمي الكرة عالياً جانباً لليمين ثم الوثب جانباً لاستلامها.	
	ب		- رمي الكرة عالياً جانباً لليسار ثم الوثب جانباً لاستلامها.	
	ج		- قف أمام زميلك على بعد ٣متر ثم مرر له الكرة متدحرجة على الأرض ليستلمها مرة تجاه القدم اليمنى ومرة تجاه القدم اليسرى.	
السابع	أ	تدريبات زوجية	- التمريزة المرتدة مع الزميل والتقدم لاستلام الكرة باستمرار وبالتبادل.	
	ب		- لاعبان بالمواجهة المسافة بينهم ٣متر يرمي الأول الكرة لأعلى والثاني يجري للقفها قبل نزولها على الأرض بالتبادل.	
	ج		- كل لاعبين متواجهين المسافة بينهم ٣متر يرفع كل منهم كرتة لأعلى ثم يجري ليبدل مكانه مع الزميل ليوقف كرة الزميل قبل سقوطها على الأرض.	

- واجبات أخرى ترونها سيادتكم :-

## ثانياً :- تمرير الكرة ( التمرير الكبراجي من الارتكاز ).

الأهمية النسبية لواجب الحركي	محتوى البرنامج التعليمي	المرحلة (الخطوات)	المستوى	الواجب الحركي
	- (وقوف) وضع القدم اليمنى أماماً ثم أخذ خطوة بالقدم اليسرى أماماً.	تعليم	أ	الأول
	- (وقوف) وضع القدم اليمنى أماماً ثم أخذ خطوة بالقدم اليسرى أماماً ثم تحريك القدم اليمنى أماماً.	حركة الرجلين	ب	
	- (جلوس طويل فتحاً . مواجه الحائط . مسك الكرة باليدين أمام الصدر) سحب الذراع اليمنى للخلف لنقل الكرة إلى ارتفاع الكتف تقريباً.	تعليم	ج	الثاني
	- (جلوس طويل فتحاً . مواجه الحائط . مسك الكرة باليدين أمام الصدر) سحب الذراع اليمنى للخلف ثم مرجحة الذراع اليمنى للخلف.	حركة	أ	
	- (جلوس طويل فتحاً . مواجه الحائط . مسك الكرة باليدين أمام الصدر) سحب الذراع اليمنى للخلف ثم مرجحة الذراع اليمنى للخلف ثم أداء حركة التميريرة الكبراجية للذراع.	الذراعين	ب	
	- (وقوف مواجه الحائط . مسك الكرة باليدين أمام الصدر) وضع القدم اليمنى أماماً مع سحب الذراع اليمنى للخلف.		ج	الثالث
	- (وقوف مواجه الحائط . مسك الكرة باليدين أمام الصدر) وضع القدم اليمنى أماماً مع سحب الذراع اليمنى للخلف ثم أخذ خطوة بالقدم اليسرى أماماً مع مرجحة الذراع اليمنى للخلف.	الربط بين حركة الرجلين والذراعين	أ	
	- (وقوف مواجه الحائط . مسك الكرة باليدين أمام الصدر) وضع القدم اليمنى أماماً مع سحب الذراع اليمنى للخلف ثم أخذ خطوة بالقدم اليسرى أماماً مع مرجحة الذراع اليمنى للخلف ثم أداء الحركة الكبراجية للذراع اليمنى لتميرير الكرة على الحائط ثم نقل القدم اليمنى أماماً وتستكمل الذراع الرامية حركتها حتى الجانب الأيسر لجسم اللاعب.		ب	
	- التميرير والاستلام على هيئة مربع.	أداء	ج	الرابع
	- تمرير الكرة واللاعبين من الثبات في صفين مواجهين على التوالي.	المهارة من	أ	
	- التميرير والاستلام بين أربعة لاعبين بحيث يتم التميرير على شكل حرف 00.	تدريبات جماعية	ب	
	- التميرير والاستلام في مثلث والجرى لأخذ مكان الزميل الذي تمرر إليه الكرة.		ج	
	- التميرير والاستلام بين زميلين من التحرك للأمام والخلف.		أ	الخامس
	- التميرير والاستلام بين زميلين من التحرك لليمين واليسار.	أداء المهارة من	ب	
	- التميرير والاستلام بين زميلين وفي حالة التميرير يقوم اللاعب بالجرى لثلاثة خطوات للأمام وعند الاستلام يتقهقر اللاعب ثلاثة خطوات للخلف.	تدريبات زوجية	ج	
	- التميرير والاستلام بين زميلين على الحائط بالتبادل أحدهما يقوم بالتميرير والآخر يتقدم للإستلام.		أ	السادس
	- التميرير والاستلام بين زميلين بطول الملعب.		ب	
	- التميرير والاستلام في مثلث والجرى لأخذ مكان الزميل الذي تمرر إليه الكرة ولكن استقبال الكرة يتم من الجرى وفي اتجاه الذراع الأيمن.	أداء المهارة مع مراعاة بعض النواحي الخطوية	ج	

## تابع ثانياً:- تمرير الكرة ( التمرير الكرياجي من الارتكاز ).

الواجب الحركي	المستوى	المرحلة ( الخطوات )	محتوى البرنامج التعليمي	الأهمية النسبية للواجب الحركي
السابع	أ	أداء المهارة مع مراعاة بعض النواحي الخطئية	- يبدأ التمرين بتمرير الكرة من اللاعب رقم ( ١ ) إلى أقرب لاعب خلفي له رقم ( ٢ ) الذي يمررها بدوره إلى اللاعب رقم ( ٣ ) المجاور ويقطع اللاعب رقم ( ١ ) في اتجاه الوسط ليستقبل الكرة من اللاعب الخلفي رقم ( ٣ ) ثم يمررها إلى اللاعب رقم ( ٤ ) في المجموعة الثانية ثم يجرى ليأخذ مكانه في نهاية المجموعة الثانية ويكرر اللاعب رقم ( ٤ ) نفس الأداء.	
	ب	أداء المهارة على شكل منافسة	- يقسم اللاعبون إلى مجموعتين كل مجموعة ٤ لاعبين ويبدأ التمرين بالتمرير والاستلام داخل منطقة ال ٦ متر على شكل منافسة بحيث تحاول المجموعة التي بدون كرة قطع الكرة والاستحواذ عليها وتحتسب نقطة للمجموعة التي تمرر ٥ تمريرات متتالية بدون تنطيط الكرة.	
	ج	أداء المهارة مع مراعاة الدقة	- التمرير والاستلام على المستطيلات المتداخلة يقف اللاعب خلف خط الرمي الذي يبعد عن الحائط ٤ متر، ثم يقوم اللاعب بالتمرير داخل ٣ مستطيلات مرسومة على الحائط محاولاً إصابة المستطيل الأصغر ولكل مستطيل درجة معينة.	

- واجبات أخرى ترونها سيادتكم :-

## ثالثاً:- تنطيط الكرة.

الواجب الحركي	المستوى	المرحلة ( الخطوات )	محتوى البرنامج التعليمي	الأهمية النسبية للواجب الحركي
الأول	أ	تعليم	- (وقوف . فتحاً ) أخذ خطوة بالقدم اليسرى للأمام ثم ثنى مرفق الذراع اليمنى.	
	ب	المهارة بدون كرة	- (وقوف . فتحاً ) أخذ خطوة بالقدم اليسرى للأمام مع ثنى مرفق الذراع اليمنى ثم أرجحة اليد اليمنى من رسغ اليد.	
	ج		- الوثب في المكان ٣ مرات ثم الوقوف مع وضع القدم اليسرى أماماً وثنى مرفق الذراع اليمنى ثم أرجحة اليد اليمنى من رسغ اليد.	
الثانى	أ	تعليم	- (وقوف فتحاً . مسك الكرة باليدين أمام الصدر ) أخذ خطوة بالقدم اليسرى أماماً مع تحريك اليد اليمنى بالكرة أماماً.	
	ب	المهارة بالكرة	- (وقوف فتحاً . مسك الكرة باليدين أمام الصدر ) أخذ خطوة بالقدم اليسرى أماماً مع تحريك اليد اليمنى بالكرة أماماً ثم دفع الكرة إلى الأرض لتتنطيط الكرة.	
	ج		- (وقوف ) تنطيط الكرة باليد اليمنى ثم باليد اليسرى ثم بالتبادل.	

## تابع ثالثاً:- تنطيط الكرة.

الواجب الحركي	المستوى	المرحلة (الخطوات)	محتوى البرنامج التعليمي	الأهمية النسبية للواجب الحركي
الثالث	أ	أداء المهارة	- (جلوس طويل . فتحاً ) تنطيط الكرة بين القميين.	
	ب	من أوضاع مختلفة مع	- (جلوس طويل ) تنطيط الكرة.	
	ج	التركيز على حركة الذراع	- (جثو ) تنطيط الكرة.	
الرابع	أ	أداء المهارة من الحركة	- (فرصاء ) تنطيط الكرة.	
	ب		- قف عند خط المرمى وأدى مهارة التنطيط ذهاباً وإياباً لنصف الملعب من المشي.	
الخامس	ج		- تنطيط الكرة من التحرك في اتجاهات مختلفة ( خطوات جانبية لليمين واليسار وللأمام وللخلف ).	
	أ		- قف عند خط المرمى ثم قم بتنطيط الكرة من الجري ذهاباً وإياباً لنصف الملعب.	
	ب		- تنطيط الكرة باستمرار والتمرير إلى المجموعة المقابلة ثم العودة إلى نفس المجموعة وتقوم المجموعة المقابلة بعمل نفس الأداء.	
السادس	ج		- تنطيط الكرة ثم تمريرها للزميل المقابل ومتابعة الجري للوقوف خلف المجموعة المقابلة وتكرار نفس العمل من المجموعة المقابلة.	
	أ	أداء مهارة التنطيط مع ربطها بالتمرير والاستلام	- يقسم اللاعبون إلى مجموعتين ويبدأ التمرين بالتمرير والاستلام داخل منطقة الـ ٦ متر على شكل منافسة بحيث تحاول المجموعة التي بدون كرة قطع الكرة والاستحواذ عليها وتحسب نقطة للمجموعة التي تمرر خمس تمريرات متتالية مع تنطيط الكرة قبل التمرير.	
	ب		- الجري واللعب بالكرة في تشكيل مثلث، تقف كل مجموعة من اللاعبين عند أحد زوايا الملعب، يجرى اللاعب ( أ ) مع تنطيط الكرة باتجاه خط الرمية الحرة ويمرر الكرة للاعب ( ب ) الذي كان يجرى عندما بدأ اللاعب ( أ ) بالحركة وعندما تصل الكرة إلى اللاعب ( ب ) يجرى اللاعب ( ج ) ويستقبل الكرة من ( ب ) بعدما عمل اللاعب ( ب ) تنطيط للكرة في حدود ٧ متر ويقوم اللاعب ( ج ) بعمل تنطيط للكرة حتى يصل إلى خط الرمية الحرة ثم يمررها إلى اللاعب ( د ) وهكذا.	
السابع	ج	أداء المهارة في صورة تدريبات فردية مع مراعاة النقطة في الأداء	- القيام بالتنطيط حول الصندوقين باليد الخارجية وعمل دائرتين بحيث تكون المسافة بين الصندوقين ٥ متر.	
	أ	كاملة من	- تنطيط الكرة باستمرار من الجري داخل منطقة المرمى على أن يتقاضي اللاعب خط سير الزملاء وعدم فقد السيطرة على الكرة.	
	ب		- تنطيط الكرة بين القوائم ذهاباً على شكل زجاج والعودة بتنطيط الكرة في خط مستقيم.	
	ج	أداء المهارة في صورة اختبار	- التنطيط المستمر للكرة بين القوائم على شكل زجاج ذهاباً وإياباً.	

## رابعاً: - التصويب الكرابجى بالوثب عالياً.

الواجب الحركى	المستوى	المرحلة (الخطوات)	محتوى البرنامج التعليمى	الأهمية النسبية للواجب الحركى
الأول	أ	إعادة على التمريرة الكرابجية	- يقف الطالب خلف خط الـ ٩ متر ثم يقوم بأداء مهارة التمريرة الكرابجية إلى المربع رقم ( ١ ).	
	ب		- يقف الطالب خلف خط الـ ٩ متر ثم يقوم بأداء مهارة التمريرة الكرابجية إلى المربع رقم ( ٢ ).	
	ج		- يقف الطالب خلف خط الـ ٩ متر ثم يقوم بأداء مهارة التمريرة الكرابجية إلى المربع رقم ( ٣ ).	
الثانى	أ	تعليم حركة الرجلين	- يقف الطالب خلف خط الـ ٩ متر ثم يقوم بأداء مهارة التمريرة الكرابجية إلى المربع رقم ( ٤ ).	
	ب		- ( وقوف ) الوثب فى المكان على قدم الارتفاع.	
	ج		- ( وقوف ) الحجل للأمام على قدم الارتفاع.	
الثالث	أ	الربط بين حركة الزراعين والرجلين	- أداء الثلاث خطوات من المشى ( شمال- يمين- شمال ) مع ثنى ركبة القدم اليمنى أثناء الوثب للخارج لعمل زاوية قائمة.	
	ب		- بعد خطوة واحدة شمال اوثب لأعلى متخذاً وضع التصويب باستخدام الكرة وأداء حركة الذراع بدون تصويب.	
	ج		- بعد خطوتين ( يمين - شمال ) اوثب لأعلى متخذاً وضع التصويب باستخدام الكرة وأداء حركة الذراع بدون تصويب.	
الرابع	أ	أداء المهارة من تدرجات زوجية	- بعد ثلاث خطوات ( شمال - يمين - شمال ) من الجرى اوثب لأعلى متخذاً وضع التصويب باستخدام الكرة وأداء حركة الذراع بدون تصويب.	
	ب		- قف أمام زميلك على بعد ١٠ خطوات ثم أدى مهارة التصويب بالوثب لأعلى من خطوة واحدة.	
	ج		- قف أمام زميلك على بعد ١٠ خطوات ثم أدى مهارة التصويب بالوثب لأعلى من خطوتين ( يمين - شمال ).	
الخامس	أ	أداء المهارة كاملة على المرمى	- قف أمام زميلك على بعد ١٠ خطوات ثم أدى مهارة التصويب بالوثب لأعلى من ثلاث خطوات ( شمال- يمين - شمال ).	
	ب		- الجرى للأمام بالكرة ٣ خطوات ثم التصويب على المرمى من على خط الـ ٩ متر.	
	ج		- قف عند خط المنتصف ثم نط الكرة من الجرى للأمام وعندما تصل إلى دائرة الـ ٩ متر صوب على المرمى.	
السادس	أ	ربط التصويب بالتطيط	- التطيط الجزاجى ثم التصويب على المرمى.	
	ب		- قف عند خط المنتصف ومرر الكرة لزميلك الموجود أمام دائرة الـ ٩ متر ثم أجرى واستلم الكرة منه ونط الكرة حتى تصل إلى دائرة الـ ٩ متر وصوب على المرمى.	
	ج		- مجموعتان من اللاعبين بكرات ويقف أمام كل منهما وندخل الملعب ل لاعب ثابت حيث يقوم الأول بتمرير الكرة إليه والتحرك فى اتجاه المرمى لاستقبال الكرة منه للتصويب على المرمى.	

(١١ / ١٢٥)

تابع:- التصويب الكرواجى بالوثب عالياً.

الواجب الحركى	المستوى	المرحلة (الخطوات)	محتوى البرنامج التعليمى	الأهمية النسبية للواجب الحركى
السابع	أ	ربط التصويب بالتمرير والاستلام	- مجموعة من اللاعبين بكرات ويقف أمامهم لاعبان أحدهما فى اليسار والآخر فى اليمين يبدأ لاعب المجموعة بتمرير الكرة للأول واستقبالها ثم تمريرها للثانى واستقبالها للتصويب من منتصف خط ال٩ متر.	
	ب	أداء المهارة فى صورة اختبارات	- يتم التصويب من نقطة تقع على زاوية قائمة مع منتصف خط المرمى تبعد عنه بمقدار ١٠ متر على أن يسبق التصويب إعداد بالجرى بإيقاع ثنائى أو ثلاثى، مع ملاحظة أن يتم التصويب على هدفين محددين موضوعين فى الزاويتين العلويتين للمرمى، بحيث تبلغ أبعادهما ٦٠ X ٦٠ سم.	
	ج	مهارة	- توضع ٥ كرات يد على بعد ٢ متر من خط ال٩ متر فى مواجهة المرمى، ٤ مربعات ٦٠ X ٦٠ سم فى زوايا المرمى، حائط صد أعلى من طول اللاعب ٢٠ سم وبعرض ٣ متر يوضع على خط ال٦ متر فى مواجهة المرمى. - يتم التصويب من الوثب عالياً على أى من الزوايا الأربعة للمرمى مع التقيد بالتصويب بالوثب عالياً بعد أخذ ٣ خطوات وأن يتم التصويب من أعلى حائط الصد.	

- واجبات أخرى ترونها سيادتكم :-

مرفق (١٢)

أسماء السادة الخبراء المستعان بهم فى تحديد الصفات البدنية واختباراتها،  
الاختبارات المهارية، والأهمية النسبية للواجبات الحركية المستخدمة فى تعلم  
مهارات كرة اليد قيد البحث

## مرفق (١٢)

أسماء السادة الخبراء \* المستعان بهم في تحديد الصفات البدنية واختباراتها، الاختبارات المهارية، والأهمية النسبية للواجبات الحركية المستخدمة في تعلم مهارات كرة اليد قيد البحث

م	اسم الخبير	الدرجة العلمية	الكلية / الجامعة	التخصص	عدد سنوات الخبرة في مجال التدريس
١	محمد السيد محمد خليل	أستاذ	التربية الرياضية / المنصورة	تدريب ( اختبارات ومقاييس)	٣٨ سنة
٢	محمد توفيق الوليلي	أستاذ	التربية الرياضية للبنين / حلوان	كرة يد	٣٠ سنة
٣	أبو النجا أحمد عز الدين	أستاذ	التربية الرياضية / المنصورة	المناهج وطرق التدريس	٢٦ سنة
٤	مدحت محمود الشافعي	أستاذ	التربية الرياضية للبنين / الزقازيق	كرة يد	٢٥ سنة
٥	إبراهيم محمود غريب	أستاذ مساعد	التربية الرياضية / المنوفية	كرة يد	٢٥ سنة
٦	فاطمة محمود أبو عبدون السيد	أستاذ مساعد	التربية الرياضية للبنات / الزقازيق	كرة يد	١٨ سنة
٧	هویدا عبد الحمید اسماعیل	أستاذ مساعد	التربية الرياضية للبنات / الزقازيق	كرة يد	١٦ سنة

\* تم ترتيب أسماء الخبراء طبقاً للدرجة العلمية.

مرفق (١٣)

استمارة تفريغ الدرجات وفقاً لاستطلاع آراء الخبراء لتحديد الأهمية النسبية  
للواجبات الحركية المستخدمة في تعلم مهارات كرة اليد قيد البحث

## مرفق (١٣)

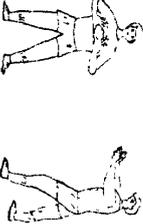
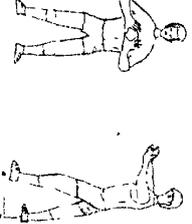
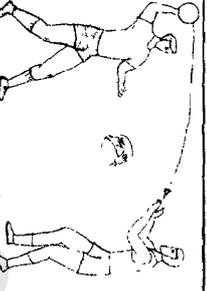
استمارة تفريغ الدرجات وفقاً لاستطلاع آراء الخبراء لتحديد الأهمية النسبية للواجبات  
الحركية المستخدمة في تعلم مهارات كرة اليد قيد البحث

المهارة	الواجب الحركي	المجموع	النسبة المئوية
استلام الكرة	الأول		
	الثاني		
	الثالث		
	الرابع		
	الخامس		
	السادس		
	السابع		
التمرير الكرواجي من الارتكاز	الأول		
	الثاني		
	الثالث		
	الرابع		
	الخامس		
	السادس		
	السابع		
تنطيط الكرة	الأول		
	الثاني		
	الثالث		
	الرابع		
	الخامس		
	السادس		
	السابع		
التصويب الكرواجي بالوثب عالياً	الأول		
	الثاني		
	الثالث		
	الرابع		
	الخامس		
	السادس		
	السابع		

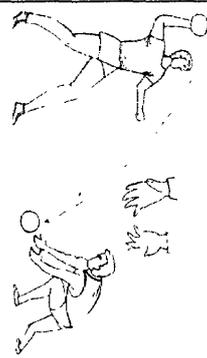
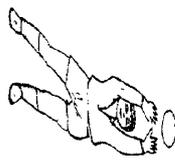
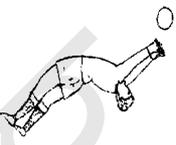
مرفق ( ١٤ )

البرنامج التعليمى المستخدم فى تعلم مهارات كرة اليد قيد البحث باستخدام  
أسلوب الواجبات الحركية

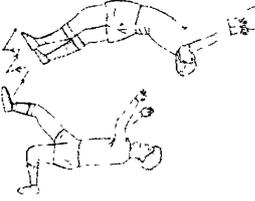
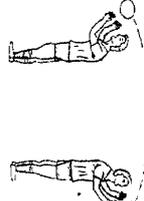
١- البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة الاستلام

مستوى البداية	التوضيح	النواحي الفنية ( تعليمات وإرشادات )	الراحة	التكررات			زمن مشاهدة الوسيلة	محتوى البرنامج التعليمي	المرحلة ( الخطوات )	المستوى	الواجب الحركي
				مجموعات	بالزمن	بالعدد					
		- مد النزاعان مع ارتخاء مفصلي المرفقين وتباعد الأصابع قليلاً . - إصبعي السبابة والإبهام على شكل مثلث .	٢ ق	٢	٢ ق		٤ ق	- ( وقوف . فتحةً ) مد النزاعان أماماً ثم سحب النزاعين للخلف تجاه الصدر .		أ	
		- يشير الأصبعان الإبهامان كل منهما تجاه الآخر . - اليدين تكونان شكلاً مخروطياً يعمل على زيادة مسطح منطقة اللقب .	٢ ق	٢	٢ ق		٢ ق	- ( وقوف . فتحةً ) مد النزاعان أماماً مع أخذ خطوة بالقدم اليسرى للأمام ثم سحب النزاعين للخلف تجاه الصدر مع نقل القدم اليمنى بجوار القدم اليسرى .	قف الكمرات العالية	ب	الأول
		- فرد النزاعان بارتخاء في اتجاه الكرة وتكون الأصابع متخذة الشكل الخاص بالكرة وتكون مرتبحة ومنتشرة مع تقدم الرجل العكسية خطوة للأمام في اتجاه الكرة .	٢ ق	٢	٢ ق		٢ ق	- ( وقوف . فتحةً ) مد النزاعان أماماً مع أخذ خطوة بالقدم اليسرى للأمام ثم سحب النزاعين للخلف تجاه الصدر ورجوع القدم اليسرى لمكانها الأصلي .		ج	
		- يجب أن يكون الاستلام بالأصابع وليس بجف اليد . - بعد الاستلام تتم عملية امتصاص الكرة بالرجوع خطوة للخلف مع سحب النزاعين خلفاً استعداداً للتمرير .	٢ ق	٢	٢ ق		٢ ق	- ( : ) أ- ( وقوف مواجِه . مسك الكرة على بعد ٣م من الزميل ) تمرير الكرة للزميل في مستوى الصدر أو في مستوى الرأس . ب- ( وقوف . فتحةً ) استلام الكرة .		أ	الثاني

## تابع ١ - البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة الاستلام

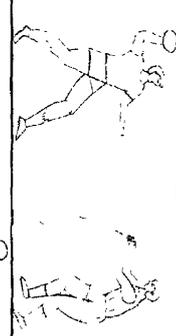
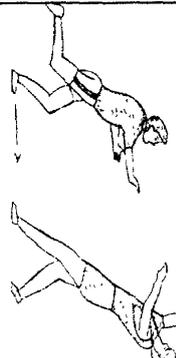
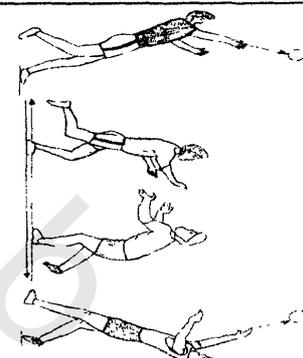
مستوى البداية	التوضيح	النواحي الفنية ( تعليمات وإرشادات )	الراحة				زمن مطابقة الوسيلة	محتوى البرنامج التعليمي	المرحلة ( الخطوات )	تتابع	الأجزاء لمركبي
			مجموعات	بلازم	بالمسد	الوقت					
			٢	٢	٢	٢	٢	- (وقوف . فتحاً ) الطمن أماماً بالقدم اليمنى مع رفع التراعين متلاً أماماً أسفل وميل الجذع قليلاً للأمام .		ب	الثاني
			١,٥	٢	١,٥	٢	- (وقوف . فتحاً ) الطمن أماماً بالقدم اليسرى مع رفع التراعين متلاً أماماً أسفل وميل الجذع قليلاً للأمام .		ج		
			٢	٢	٢	٤,٥	- (١) - (وقوف مواجه . مسك الكرة على بعد ٣م من الزميل ) تمرير الكرة إلى الزميل المواجه أسفل مستوى الوسط . ب- استلام الكرة .		أ	الثالث	
			٢	٢	٢	٢	- من الوقوف ارفع الكرة عالياً واستطعها قبل نزولها على الأرض .	خطوات الإحساس بالكرة والتوافق بين التراعين والرجلين والعين والكرة	ب		
			٢	٢	٢	٢	- رمي الكرة لأعلى مسافة ٢ - ٣ متر والرتب بالقدمين معاً لاستلام الكرة .		ج		

تابع ١ - البرنامج التطبيقي المستخدم لتعليم مهارة الاستلام

الواجب الحركي	المرحلة ( الخطوات )	محتوى البرنامج التطبيقي	زمن مشاهدة الوسيلة	التكررات			الراحة	التوضيح	مستوى البداية
				بالمسد	بالأيمن	مجموعات			
الرابع	ب	خطوات الإحصاس بالكرة والتوافق بين الذراعين والرجلين والعين والكرة	٢	٢	٢	٢	٢	<p>رمى الكرة أماماً عالياً في اتجاه الجري والوثب بإحدى القدمين لاستلام الكرة في الهواء قبل نزولها على الأرض .</p>	
								<p>رمى الكرة على شكل زجراج مع رemy الكرة أماماً عالياً والوثب بإحدى القدمين لاستلامها في الهواء .</p>	
الخامس	ا	ارفع الكرة لأعلى وللأمام ثم استلمها من الوثب .	٢	٢	٢	٢	٢	<p>ارفع الكرة لأعلى وللخلف ثم الالف والجري بسرعة لالف الكرة قبل سقوطها على الأرض .</p>	
								<p>ارفع الكرة أماماً عالياً ثم الوثب بالقدمين معاً لاستلام الكرة .</p>	

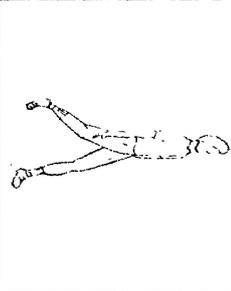
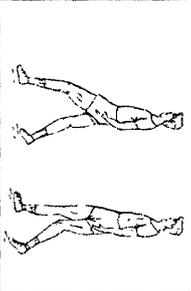
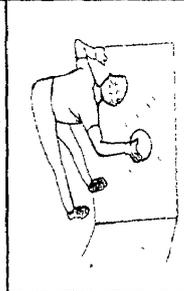


تابع ١ - البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة الاستلام

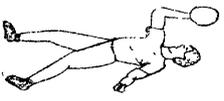
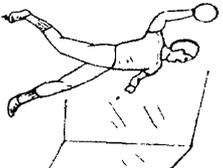
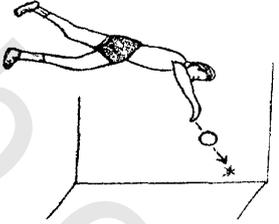
محتوى التعليمي	التوضيح	النواحي الفنية ( تعليمات وإرشادات )	الراحة	التكررات			زمن مشاهدة الفيديو	محتوى البرنامج التعليمي	المرحلة ( الخطوات )	الواجب الحركي
				مجموعات	بالتن	باليد				
		- يراعى الطالب المستلم النواحي الفنية لاستلام الكرات المنخفضة .	٢	٢	٢	٢	- وقف أمام زميلك على بعد ٣متر ثم مرر له الكرة متدحرجة على الأرض ليستلمها مرة تجاه القدم اليمنى ومرة تجاه القدم اليسرى.		الاساس	
		- تمرير الكرة في الثلث الأخير من المسافة البينية للزميل المقابل .	٢	٢	٢	٢	- التمريرة المرتدة مع الزميل والقدم لاستلام الكرة باستمرار وبالتبادل.	أداء المهارة في صورة كاملة من تدريبات زوجية	١	
		- الطالب الذي يقوم برمي الكرة يرميها لأعلى مسافة ٤-٥ متر ثم يأخذ ثلاث خطوات للخلف ليتيح لزميله الفرصة للقف الكرة قبل نزولها على الأرض .	٢	٢	٢	٢	- لاعبان بالمواجهة المسافة بينهم ٣متر يرعى الأول الكرة لأعلى والثاني يجرى للقفها قبل نزولها على الأرض بالتبادل .		ب	
		- رمى الكرة لأعلى مسافة ٤ - ٥ متر ثم الجرى بأقصى سرعة وتوجيه النظر على كرة الزميل لاستلامها قبل سقوطها على الأرض .	٣	٢	٣	٢	- كل لاعبين متواجهين المسافة بينهم ٣متر يرفع كل منهم كرتيه لأعلى ثم يجرى ليصل مكانه مع الزميل ليألق كرة الزميل قبل سقوطها على الأرض .		ج	

السابع

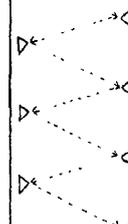
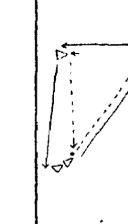
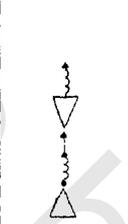
٢- البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة التمرير الكرواجي من الارتكاز.

الواجب العركي	المرحلة (الخطوات)	محتوى البرنامج التعليمي		زمن مشاركة الوسيلة	التكرارات			الراحة	التوضيح	مستوى البداية
		وقوف	خطوة		بالقدم	بالأيمن	مجموعات			
الاول	ب	- (وقوف) وضع القدم اليمنى أماماً ثم أخذ خطوة بالقدم اليسرى أماماً.	٣ ق		٢ ق	٢	٢ ق	٢ ق	- مرعاة وضع القدم اليمنى أماماً ثم يلي ذلك أخذ خطوة بالقدم اليسرى أماماً بالنسبة للاعب الأيمن والعكس بالنسبة للاعب الأيسر ويراعى دوران القدم اليسرى وهي قدم الارتكاز للداخل قليلاً مع الدوران الواضح للجذع حتى يصبح محور الكف مقاطعاً لمحور الحوض.	
		- (وقوف) وضع القدم اليمنى أماماً ثم أخذ خطوة بالقدم اليسرى أماماً ثم تحريك القدم اليمنى أماماً.	٣ ق		٢ ق	٢	٢ ق	٢ ق	- المساعد يشكل مع العضد زاوية قائمة تقريباً. - المرفق موازى للكف ومكون معه زاوية قائمة. - تشير راحة اليد الحاملة للكرة لأعلى والأصابع. - قيام النزاع الراحية بالتعلم حركة الإعداد بالمرجحة التي يتوقف مداها على مسافة المكان المراد توصيل الكرة إليه، فكلما زادت المسافة كلما كان من الضروري زيادة حركة الإعداد بالمرجحة.	
الثاني	ب	- (جلوس طويل فتحاً . مواجهه الحائط . مسك الكرة باليدين أمام الصدر ) سحب النزاع اليمنى للخلف ثم مرجحة النزاع اليمنى للخلف.	٣ ق		٢ ق	٢	٢ ق	٢ ق	- تشير راحة اليد الحاملة للكرة لأعلى والأصابع. - قيام النزاع الراحية بالتعلم حركة الإعداد بالمرجحة التي يتوقف مداها على مسافة المكان المراد توصيل الكرة إليه، فكلما زادت المسافة كلما كان من الضروري زيادة حركة الإعداد بالمرجحة.	
		- (جلوس طويل فتحاً . مواجهه الحائط . مسك الكرة باليدين أمام الصدر ) سحب النزاع اليمنى للخلف ثم مرجحة النزاع اليمنى للخلف ثم أداء حركة التمزيق الكرواجية للنزاع.	٣ ق		٢ ق	٢	٢ ق	٢ ق	٢ ق	- تشير راحة اليد الحاملة للكرة لأعلى والأصابع. - قيام النزاع الراحية بالتعلم حركة الإعداد بالمرجحة التي يتوقف مداها على مسافة المكان المراد توصيل الكرة إليه، فكلما زادت المسافة كلما كان من الضروري زيادة حركة الإعداد بالمرجحة.

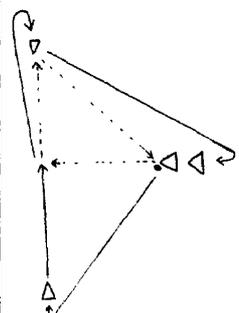
٢- تابع البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة التمرير الكرياجي من الارتكاز.

الواجب المعرفي	المستوى	المرحلة (الخطوات)	محتوى البرنامج التعليمي	زمن مساهمة الوسيلة	التكرارات			الراحة	التوضيح	مستوى البداية
					بالمحد	بالتزم	مجموعات			
الثاني	ج		<p>(وقوف مواجهة الحائط . مسك الكرة باليدين أمام الصدر ) وضع القدم اليمنى أماماً مع سحب الذراع اليمنى للخلف ثم أخذ خطوة بالقدم اليسرى أماماً مع مرجحة الذراع اليمنى للخلف .</p>	٢ ق	٢ ق	٢	٢ ق	<p>- المساعد يشكل مع المساعد زاوية قائمة تقريباً . - المرفق موازي للكف ويكون معه زاوية قائمة . - مسموح بتواجد الكرة في يد اللاعب ثلاث ثواني قبل التمرير .</p>		
الثالث	أ	الربط بين حركة الرجلين والذراعين	<p>(وقوف مواجهة الحائط . مسك الكرة باليدين أمام الصدر ) وضع القدم اليمنى أماماً مع سحب الذراع اليمنى للخلف ثم أخذ خطوة بالقدم اليسرى أماماً مع مرجحة الذراع اليمنى للخلف .</p>	٢ ق	١٥ ق	٣	١٥ ق	<p>- مراعاة الدوران السريع والوضوح للرجع لتكون محور الكف مقطوعاً لمحور الحوض . - إبقاء خفيف في الركبتين . - الذراع العمدة في حالة ارتخاء أمام الجسم .</p>		
ب			<p>(وقوف مواجهة الحائط . مسك الكرة باليدين أمام الصدر ) وضع القدم اليمنى أماماً مع سحب الذراع اليمنى للخلف ثم أخذ خطوة بالقدم اليسرى أماماً مع مرجحة الذراع اليمنى للخلف ثم أداء الحركة الكرياجية للذراع اليمنى لتمرير الكرة على الحائط ثم نقل القدم اليمنى أماماً وتستكمل الذراع الاربعة حركتها حتى الجانب الأيسر لجسم اللاعب .</p>	١٥ ق	١٥ ق	٣	١٥ ق	<p>- بعد أن تكون الكرة قد عادت اليد الاربعة بالمثل تستكمل الذراع الاربعة حركتها حتى الجانب الأيسر لجسم اللاعب ويتم نقل الرجل اليمنى إلى الأمام لكي تلمس الأرض لإيقاف الجسم بمساعدة ثقب الجزء العلوي من الخنجر شيئاً خفيفاً في المرحلة النهائية . - يستمر النظر متجهاً نحو الكرة .</p>		

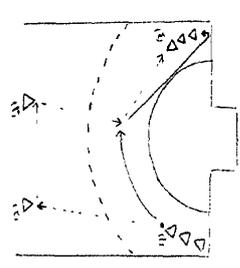
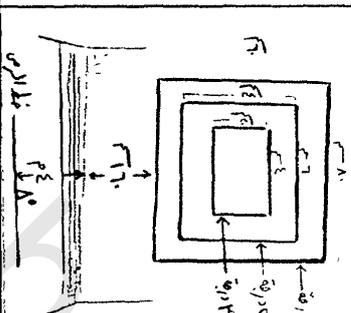
٢ - نتائج البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة التمرير الكرواجي من الارتكاز.

مستوى التحلية	التوضيح	النواحي الفنية (تعليمات وإرشادات)	الراحة	التكرارات			زمن مشاهدة الوسيلة	محتوى البرنامج التعليمي	المرحلة (الخطوات)	رقم	الواجب الحركي
				مجموعات	بالزمن	بالعدد					
الثالث		- وقفة اللاعب طبيعية عند الاستلام من اليمين والتمرير يساراً ولا يحتاج الأمر لحركات قسيتين يمكن لو تم التمرير في اتجاه مغاير .	٣	٣	٣	٣	٣:٥	- التمرير والاستلام على هيئة مربع .		ج	
		- تمرير الكرة على شكل زخاج .	٣	٣	٣	٣	٣	- تمرير الكرة واللاعبين من الجانب في صفين متواجهين على التوالي .	أداء المهارة من تكتيكات جماعية	ب	الرابع
		- مراعاة النواحي الفنية للتمرير والاستلام .	٣	٣	٣	٣	٣	- التمرير والاستلام في خطى والجرى لأخذ مكان الزميل الذي تمرر إليه الكرة .		ج	
		- مراعاة النواحي الفنية للتمرير والاستلام .	٣	٣	٣	٣	٤:٥	- التمرير والاستلام بين زميلين من العمق للكم والخطف .		أ	
		- الطالب الذي يقوم بالتمرير يتحرك للأمام والخطف الذي يقوم بالاستلام يتحرك للخلف بمرض الملمب ثم التميل .	٣	٣	٣	٣	٣	- التمرير والاستلام بين زميلين من العمق للتمرير والتميل .	أداء المهارة من تكتيكات زوجية	ب	الخامس
		- أحد الزميلين يتحرك للأمام والآخر لليسار .	٣	٣	٣	٣	٣	- التمرير والاستلام بين زميلين وفي حالة التمرير يقوم اللاعب بالجرى للأمام ثم يمرر والخطف الذي يقوم بالاستلام يتحرك ثلاثة خطوات للخلف وهكذا بالتبادل .		ج	
	- الطالب الذي يقوم بالتمرير يتحرك ثلاثة خطوات للأمام ثم يمرر والخطف الذي يقوم بالاستلام يتحرك ثلاثة خطوات للخلف وهكذا بالتبادل .	٣	٣	٣	٣	٣	- التمرير والاستلام بين زميلين وفي حالة التمرير يقوم اللاعب بالجرى للأمام ثم يمرر والخطف الذي يقوم بالاستلام يتحرك ثلاثة خطوات للخلف وهكذا بالتبادل .		ج		

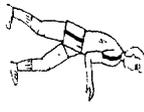
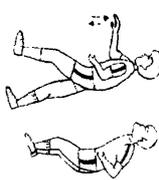
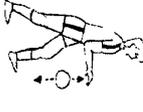
٢ - تابع البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة التمرير الكروي من الارتكاز.

الواحد المركب	مستوى اليدالية	المرحلة ( الخطوات )	محتوى البرنامج التعليمي	زمن مشاهدة الوسيلة	التكرارات			الراحة	التوضيح	
					باعد	بالزمن	مجموعات			
ب	١	أداء المهارة من تدريبات زوجية	- التمرير والاستلام بين زميلين على الحائط بالقبول أحدهما يقوم بالتمرير والآخر يقف للإستلام.	٢ ق	٣	٢ ق	٣	٢ ق	- الطالب والمستلم يقف في الأمام والمستلم يقف في الخلف، الطالب يمرر الكرة على الحائط ثم يتحرك خطوات جانبية اليسار ثم للخلف ثم للأمام مرة أخرى لاستلام الكرة والتمرير وهكذا بالتبادل.	
									ب	ب
ج		أداء المهارة مع مراعاة بعض النواحي الخطئية	- التمرير والاستلام في مقلت والجري لأخذ مكان الزميل الذي تمرر إليه الكرة ولكن استقبال الكرة يتم من الجري وفي اتجاه الذراع الأيمن.	٣،٥ ق	٣	٣ ق	٢	٣ ق	- استقبال الكرة يتم من الجري وفي اتجاه الذراع الأيمن.	

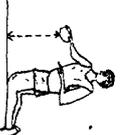
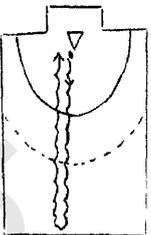
٢- تابع البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة التمرير الكروي من الارتكاز.

مستوى البداية	التوضيح	النواحي الفنية (تعليمات وإرشادات)	الراحة	التكرارات			زمن مشاهدة الوسيلة	محتوى البرنامج التعليمي	المرحلة (الخطوات)	المستوى	الواجب الحركي
				بالمجموع	بالزمن	بالمحد					
		- مجموعتين من اللاعبين يقفان على جانبي الأضلاع ولاعبان يقفان في المنتصف يخرج اللاعب ٣ متر ويردد الكرة والمسافة بينهم ٣ متر يردد اللاعب الكرة إلى أقرب لاعب خلفه ثم يرد بين خطي ال ١٠ متر، وال ٩ متر لاستلام الكرة وتدريبها اللاعب في التقليل الآخر.	٣	٣	٣	٣	- يبدأ التمرين بتمرير الكرة من اللاعب رقم (١) إلى أقرب لاعب خلفه له رقم (٢) الذي يرددها بدوره إلى اللاعب رقم (٣) المجاور ويقطع اللاعب رقم (١) في اتجاه الوسط لاستقبال الكرة من اللاعب الخلفي رقم (٣) ثم يرددها إلى اللاعب رقم (٤) في المجموعة التالية ثم يرددها بإبقاء مكانه في نهاية المجموعة التالية ويكرر اللاعب رقم (٤) نفس الأداء.	أداء المهارة مع مراعاة بعض النواحي الخطئية	أ		
		- مناقشة في التمرير والاستلام بين مهاجمين أمامهم مدافعين.	٣	٣	٣	٣	- يقسم اللاعبون إلى مجموعتين ٤ لاعبين ويبدأ التمرين بالتمرير والاستلام داخل منطقة ال ٦ متر على شكل مناقشة بحيث تحول المجموعة التي بدون كرة قطع الكرة والاستمرار عليها وتخصم نقطة للمجموعة التي تمرر ٥ تمريرات متتالية بدون تطبيق الكرة.	أداء المهارة على شكل مناقشة	ب	السابع	
		- أبعاد المستطيل الخارجي X ٨٠ سم برتفاع ٦٠ سم من الأرض وله درجة واحدة، أبعاد المستطيل المتوسط X ٤٠ سم برتفاع ١٧٠ سم من الأرض وله درجتان، أبعاد المستطيل الداخلي X ٤٠ سم برتفاع ١٨٠ سم من الأرض وله ثلاث درجات.	٢	٣	٢	٣	- التمرير والاستلام على المستطيلات المتفاوتة يقف اللاعب خلف خط الرمي الذي يبعد عن الخط ٤ متر، ثم يقوم اللاعب بالتمرير داخل ٣ مستطيلات مرسومة على الخطوط محولاً إسماء المستطيل الأصغر وكل مستطيل درجة معينة.	أداء المهارة مع مراعاة الدقة	ج		

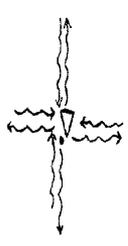
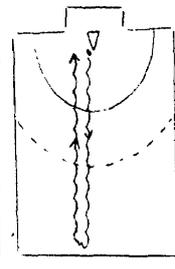
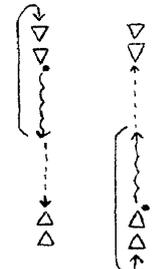
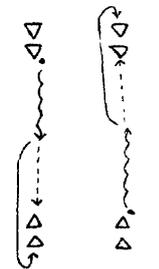
٣- البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة التخطيط .

مستوى البداية	التوضيح	التواصي الفنية ( تعليمات وإرشادات )	الراحة	التكرارات			زمن مشاهدة الوسيلة	محتوى البرنامج التطبيقي	المرحلة ( الخطوات )	تقسيم	الراجل المركي
				مجموعات	بالتزم	بالحدة					
		- يشي مرفق الذراع الذي يستخدم في تخطيط الكرة. - التركز على حركة اليد وهي تملو وتتهيئ بواسطة الرسغ عن طريق تحريك مفصل الرسغ باتجاه تام ومتخذاً شكل الكرة.	٢ ق	٣	٢ ق	٢ ق	٤ ق	- (وقوف . قفياً ) أخذ خطوة بالقدم اليسرى للأمام مع شي مرفق الذراع اليمنى ثم أرجحة اليد اليمنى من رسغ اليد .		ب	
		- التركيز على حركة اليد وهي تملو وتتهيئ بواسطة الرسغ عن طريق تحريك مفصل الرسغ باتجاه تام ومتخذاً شكل الكرة.	٢ ق	٣	٢ ق	٢ ق	٢ ق	- (وقوف في المكان ٣ مرات ثم الوقوف مع وضع القدم اليسرى أماماً وشي مرفق الذراع اليمنى ثم أرجحة اليد اليمنى من رسغ اليد .	تعليم المهارة بدون كرة	ب	الأول
		- نفع الكرة إلى الأرض أمام وخارج القدم المائلة اليد الالاعمة . - تتم حركة تخطيط الكرة بيد واحدة من رسغ اليد مع مراعاة ارتخائه ومرورته . - يتم دفع الكرة بيد واحدة من رسغ اليد بشكل سهل وفي اتجاه الأرض.	٢ ق	٣	٢ ق	٢ ق	- (وقوف قفياً . مسك الكرة باليدين أمام الصدر ) أخذ خطوة بالقدم اليسرى أماماً مع تحريك اليد اليمنى بالكرة أماماً .		أ		
		- سلاميات الأصابع هي التي تقبل أرض الكرة بعد ارتدادها من الأرض . - تخطيط الكرة إما على الجانب الأيسر أو الجانب الأيمن بالنسبة للجسم وليس أمامه مباشرة .	١٠ ق	٣	١٠ ق	٢ ق	- (وقوف ) تخطيط الكرة باليد اليمنى ثم باليد اليسرى ثم بالتبادل .	تعليم المهارة بالكرة	ب	الثاني	
		- سلاميات الأصابع هي التي تقبل أرض الكرة بعد ارتدادها من الأرض . - تخطيط الكرة إما على الجانب الأيسر أو الجانب الأيمن بالنسبة للجسم وليس أمامه مباشرة .	١٠ ق	٣	١٠ ق	٢ ق	- (وقوف ) تخطيط الكرة باليد اليمنى ثم باليد اليسرى ثم بالتبادل .	تعليم المهارة بالكرة	ب	الثاني	

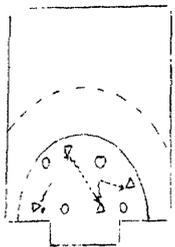
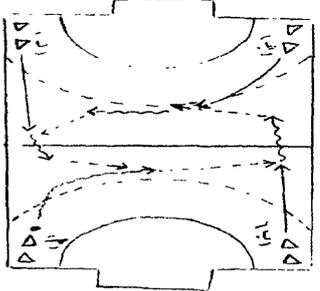
٣- تابع البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة التخطيط .

الواحد المركبي	المستوى و الترتيب	المرحلة (الخطوات)	محتوى البرنامج التعليمي	زمن مشاهدة الوسيلة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية ( تعليمات وإرشادات )	التوضيح	مستوى البداية
					بالتدريج	بالتدريج	بالتدريج				
الثالث	ب	أداء المهارة من أوضاع مختلفة مع التركيز على حركة الذراع	- (جلوس طويل ) تتخطيط الكرة.	٢ ق	٢ ق	٣	٢ ق	٢ ق	- ينظر اللاعب مرة للكرة ومرة للاعب .		
			ج	- ( جثو ) تتخطيط الكرة.	٢ ق	٢ ق	٣	٢ ق			
الرابع	ب	أداء المهارة من الحركة	- (قرفصاء ) تتخطيط الكرة.	٢ ق	٢ ق	٣	٢ ق				
			ب	- قف عند خط المرمى وأدى مهارة التخطيط ذهاباً وإياباً لنصف الملعب من المشي.	٢ ق	٢ ق	٣	٢ ق		- مراعاة النواحي الفنية للمهارة.	

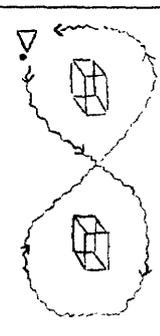
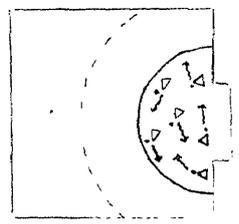
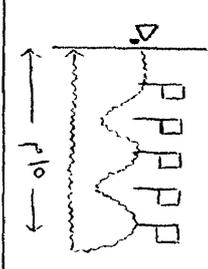
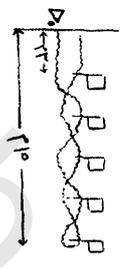
٣- تابع البرنامج التطبيقي المستخدم لتعلم مهارة التخطيط .

مستوى نظرية	التوضيح	التواحي الفنية (تعليمات وإرشادات)	الراحة			التعبيرات			زمن مشاهدة الفيديو	محتوى البرنامج التطبيقي	المرحلة (الخطوات)	الواجب الحركي
			مجموعات	بالدقائق	بالدقائق	مجموعات	بالدقائق	بالدقائق				
		- تخطيط الكرة باليد اليمنى عند التحرك جهة اليسار وعند التحرك الأمام، وتخطيط الكرة باليد اليسرى عند التحرك جهة اليمين وعند التحرك الخلف.	٢ ق	٣	٢ ق		٢ ق	- تخطيط الكرة من التحرك في اتجاهات مختلفة (خطوات جانبية لليمين واليسار والأمام والخلف) .	ج	الاربع		
		- ينبغي مراعاة تخطيط الكرة بإرتفاع مستوى الوضوء بقدر الإمكان بوضوء الإبريق حركة الجري من ناحية ورسوق التقيا من ناحية أخرى.	٢ ق	٣	٢ ق		٢ ق	- تق عد خط المرمى ثم قم بتخطيط الكرة من الجري ذهاباً وإياباً نصف الملعب .	أ	أداء المهارة من الحركة	أ	
		- تخطيط الكرة لمسافة ١٠ متر من الجري ثم التمرير للمجموعة المقابلة ثم العودة إلى نفس المجموعة والوقوف خلف المجموعة .	٢ ق	٣	٢ ق		٢ ق	- تخطيط الكرة باستمرار والتمرير إلى المجموعة المقابلة ثم العودة إلى نفس المجموعة وتقم المجموعة المقابلة بعمل نفس الأداء.	ب	أداء مهارة التخطيط مع ربطها بالتمرير	ب	
		- تخطيط الكرة لمسافة ١٠ متر من الجري ثم التمرير للمجموعة المقابلة ثم الجري للوقوف خلف المجموعة المقابلة .	٢ ق	٣	٢ ق		٢ ق	- تخطيط الكرة ثم تمريرها للزميل المقابل ومتميزة الجري للوقوف خلف المجموعة المقابلة وتكرار نفس العمل من المجموعة المقابلة .	ج	والإستقام	ج	

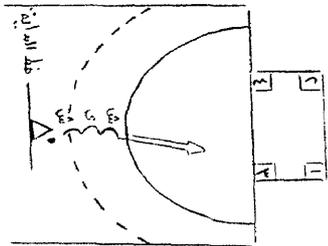
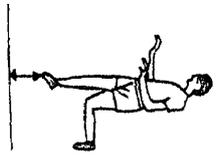
٣- تابع البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة التخطيط .

المرحلة (الخطوات)	محتوى البرنامج التعليمي	زمن مشاركة الوسيلة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية (تعليمات وإرشادات)	التوضيح	مستوى البداية
			بالمسد	بازمن	مجموعات				
١	<p>- يقسم اللاعبين إلى مجموعتين ويبدأ التمرين بالتدريب والاستلام داخل منطقة ال١٠ متر على شكل دائرة بحيث تتناول المجموعة التي بدون كرة قطع الكرة والانتعاش عليها وتضرب الكرة للمجموعة التي تمرر خمس تمريرات متتالية مع تخطيط الكرة قبل التمرير.</p> <p>- الجري واللب بكرة في شكل دائرة، يقف كل مجموعة من اللاعبين عند أحد زوايا الملعب، يجري اللاعب (١) مع تخطيط الكرة باتجاه خط الرمية للكرة ويمرر الكرة للاعب (ب) الذي كان يجري عندما بدأ اللاعب (١) بالمركة وعندما تصل الكرة إلى اللاعب (ب) يجري اللاعب (ج) ويستقبل الكرة من (ب) بعدما وصل اللاعب (ب) تخطيط الكرة في حدود ٧ متر ويقوم اللاعب (ج) بعمل تخطيط للكرة حتى يصل إلى خط الرمية للكرة ثم يرددها إلى اللاعب (د) وهكذا .</p>	٢ ق	٣	٣	٢ ق	٢ ق	<p>-- مناقشة في التمرير والاستلام والتخطيط، عبارة عن تمرير واستلام يسهل تخطيط وتوزيع المجموعة التي تمرر ٥ تمريرات متتالية بشرط تخطيط الكرة قبل التمرير.</p> <p>- اللاعب (١) بعد تمريره الكرة للاعب (ب) يجري ليقف خلف المجموعة (ب) ، اللاعب (ب) بعد تمريره الكرة للاعب (ج) ، اللاعب (ج) بعد تمريره الكرة للاعب (د) ، اللاعب (د) بعد تمريره الكرة للاعب (١) ، اللاعب (١) بعد تمريره الكرة للاعب (ب) ، اللاعب (ب) بعد تمريره الكرة للاعب (ج) ، اللاعب (ج) بعد تمريره الكرة للاعب (د) ، اللاعب (د) بعد تمريره الكرة للاعب (١) .</p>		
	<p>أداء مهارة التخطيط مع ربطها بالتمرير والاستلام</p>								

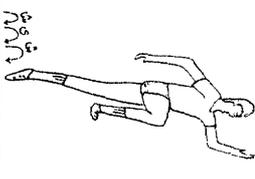
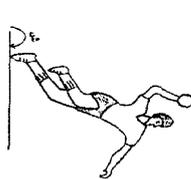
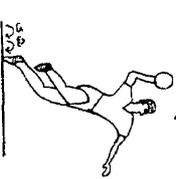
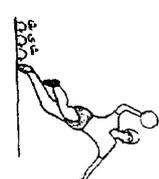
٣- تابع البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة التخطيط .

المرحلة ( الخطوات )	محتوى البرنامج التعليمي	زمن مشاهدة الوسيلة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية ( تعليمات وإرشادات )	التوضيح	مستوى البداية
			بالمعلم	بالتلاميذ	بمجموعات				
ج	أداء المهارة	٢ ق	٢	٢	٢	٢	<ul style="list-style-type: none"> <li>- استخدام اليد الخارجية البعيدة عن الصندوق في التخطيط.</li> <li>- التمهيد بربط بين الصندوقين على شكل ٠٥.</li> </ul>		السادس
أ	أداء المهارة في صورة كاملة من تدريبات فردية مع مراعاة الدقة في الأداء	٢ ق	٢	٢	٢	٢	<ul style="list-style-type: none"> <li>- تقادي خط سير الزملاء.</li> <li>- عدم فقد السيطرة على الكرة.</li> <li>- عدم الخروج من منطقة المرمى.</li> </ul>		
ب	أداء المهارة في صورة اختبار	٢ ق	٢	٢	٢	٢	<ul style="list-style-type: none"> <li>- تثبيت خمسة أعلام عمودية على الأرض في خط مستقيم، المسافة بين كل علمين ٣ متر، ويرسم خط البداية وهو نفس خط النهاية على مسافة ٣ متر من العلم الأول.</li> </ul>		السابع
ج	أداء المهارة في صورة اختبار	٢ ق	٢	٢	٢	٢	<ul style="list-style-type: none"> <li>- التخطيط المستمر للكرة بين التوائيم على شكل زجراج ذهاباً وإياباً.</li> </ul>		

٤- البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة التصويب

مستوى البداية	التوضيح	التراحي الفنية (تعليمات وإرشادات)	الراحة	التكررات			زمن مشاهدة الوسيلة	محتوى البرنامج التعليمي	المرحلة (الخطوات)	رقم التمرين	الواجب التمريني
				مجموعات	بالتزم	بالتد					
مستوى البداية		<p>- توضع ٤ مربعات ٢٠ X ٢٠ سم في زوايا المرمى الأربعة.</p> <p>- يتم التمرير من نقطة تقع على زاوية قائمة من منتصف خط المرمى، يتجدد عنه بقدر ١٠ أمتار.</p> <p>- يأخذ اللاعب من ٢ إلى ٣ خطوات ثم يوزي التمرير.</p> <p>- عدم أخذ أكثر من ٣ خطوات.</p>	٢ ق	٢	٢ ق	٢ ق	٢ ق	يقف الطالب خلف خط ال٩ متر ثم يقوم بإداء مهارة التمريز الكرواجية إلى المربع رقم (١).	إعادة على التمريز الكرواجية	أ	الأول
			٢ ق	٢	٢ ق	٢ ق	٢ ق	يقف الطالب خلف خط ال٩ متر ثم يقوم بإداء مهارة التمريز الكرواجية إلى المربع رقم (٢).		ب	
			٢ ق	٢	٢ ق	٢ ق	٢ ق	يقف الطالب خلف خط ال٩ متر ثم يقوم بإداء مهارة التمريز الكرواجية إلى المربع رقم (٤).		ج	
			٢ ق	٢	٢ ق	٢ ق	٢ ق	يقف الطالب خلف خط ال٩ متر ثم يقوم بإداء مهارة التمريز الكرواجية إلى المربع رقم (٤).		أ	
		<p>- الوقف في المكان أو الحقل للأمام على القدم اليسرى بالنسبة للاعب الأيمن، والممكن بالنسبة للاعب الأيسر مع مراعاة الهبوط على نفس القدم.</p>	٢ ق	٢	٢ ق	٢ ق	٢ ق	- (وقف) الوقف في المكان على قدم الارتقاء.	تعليم حركة الرجلين	ب	التالي
			٢ ق	٢	٢ ق	٢ ق	٢ ق	- (وقف) الحقل للأمام على قدم الارتقاء.		ج	

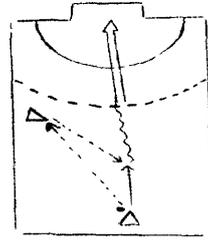
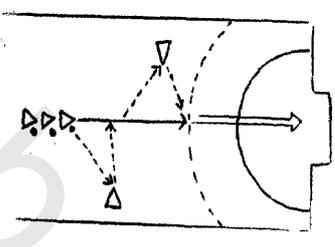
٤- تابع البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة التصويب

المرحلة (الخطوات)	محتوى البرنامج التعليمي	زمن مشاهدة الوسيلة	التكررات			الراحة	التوضيح	مستوى البداية	
			بالمعلم	بالتلاميذ	بالمعدات				
1	أداء التلات خطوات من المشى - شمال - يمين - شمال ( مع ثقب ركبة القدم اليمنى أثناء الوثب للخارج لعمق زاوية قائمة.	٢ ق	٢	٢	١٠ ق	١٠ ق			
ب	بعد خطوة واحدة شمال اوثب لأعلى متخطاً وضع التصويب باستخدام الكرة وأداء حركة للترافع بدون تصويب.	١٠ ق	٢	١٠ ق	١٠ ق	١٠ ق		<p>- يتبع الارتفاع بالقدم المحمية .</p> <p>- يتبع الارتفاع بالقدم المحمية .</p>	
ج	الربط بين حركة الأضلعين والرجلين.	٤٠ ق	٢	٢ ق	٢ ق	٢ ق		<p>- شكل كعب الذراع الاربعة عند الارتفاع أداء مهارة التصويب الخلف قليلاً .</p> <p>- يحدث دوران في كعب الذراع الاربعة عند الارتفاع لأداء مهارة التصويب .</p>	
أ	بعد ثلاث خطوات (شمال - يمين - شمال) من المشى اوثب لأعلى متخطاً وضع التصويب باستخدام الكرة وأداء حركة باستخدام الكرة وأداء حركة للترافع بدون تصويب.	٢ ق	٣	٢ ق	٢ ق	٢ ق			
ب	- (١)قف أمام زميلك على بعد ١٠ خطوات ثم اثنى على زميلك على بعد ١٠ خطوات من خطوات زوجية	٢ ق	٣	٢ ق	٢ ق	٢ ق			

٤- تابع البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة التصويب

المرحلة (الخطوات)	محتوى البرنامج التعليمي	زمن مشاهدة الرسالة	التكرارات			المرحلة (الخطوات)	المرحلة	المرجع
			بالمعد	بالتزامن	مجموعات			
ج	١٠ - (١) قلب أدم زيبلك على بعد ١٠ خطوات ثم أدي مهارة التصويب بالوثف لأعلى من خطوطين (يمين - شمال).	٢ ق	٢ ق	٣ ق	٢ ق	أداء المهارة من تدريبات زوجية	المرجع الرابع	
ب	١٠ - (٢) قلب أدم زيبلك على بعد ١٠ خطوات ثم أدي مهارة التصويب بالوثف لأعلى من ثلاث خطوات (شمال - يمين - شمال).	٢ ق	٣ ق	٣ ق	٢ ق	أداء المهارة كاملة على المرسي	الخامس	
ج	١٠ - قلب عدد خط المنتصف ثم نطقت الكرة من الجري الأمام وعندما تعمل إلى دائرة ال٩ متر صوب على المرسي.	٢ ق	٣ ق	٣ ق	٣ ق	ربط التصويب بالتخطيط	السادس	
	١٠ - القبط الأجزاء ثم التصويب على المرسي.	٢ ق	٣ ق	٣ ق	٢ ق			

٤- تابع البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة التصويب

الواجب السرعي	3 و 3	المرحلة ( الخطوات )	محتوى البرنامج التعليمي	زمن مشاهدة الوسيلة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية ( تطبيقات وإرشادات )	التوضيح	مستوى البداية
					بالمسد	بالرمن	مجموعات				
السرعي	ب	ربط التصويب بالتخطيط	قف عند خط المنتصف وردد الكرة لأرتلك الموجود أمام دائرة ال 9 متر ثم اجري واسلم الكرة منه ونط الكرة حتى تصل إلى دائرة ال 9 متر وصوب على الرسمي .	3 ق	2 ق	3	2 ق	2 ق	- استلم الكرة من الحركة مع الاقرب ببول في اتجاه الرسمي. - الهبوط على نفس قدم الاقناء.		مستوى البداية
			مجموعتان من اللاعبين يكرات وقف أمام كل منهما وادخل اللاعب لاعب ثابت حيث يقوم الأول بتحديد الكرة إليه والتحرك في اتجاه الرسمي لاستقبال الكرة منه للتصويب على الرسمي.	3 ق	3 ق	2	3 ق	3 ق	3 ق	3 ق	
السرعي	1	ربط التصويب بالتصوير والاستلام	- مجموعة من اللاعبين يكرات وقف أمامهم لاعيل أحدهما في اليسار والآخر في اليمين يبدأ لاعب المجموعة بتحديد الكرة للأول واستقبالها ثم تمريرها للثاني واستقبالها للتصويب من منتصف خط ال 9 متر.	3 ق	3 ق	3	3 ق	3 ق	- التبريد والاستلام من الجري. - بعد الاستلام من اللاعب الثالث يأخذ اللاعب 3 خطوات ثم الإلقاء والتصويب على الرسمي بالرفق ثم إخصار كرتيه ويجسري أوقف خلف المجموعة.		

٤- تابع البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة التصويب

مستوى البداية	التوضيح	التواحي الفنية (تعليمات ورشقات)	الراحة	التكرارات			زمن مطابقة الوسيلة	محتوى البرنامج التعليمي	المرحلة (الخطوات)	مستوى	الواجب الحركي
				بالمعد	بالزمن	مجموعات					
		<p>- لا يجوز تخطي الخطئة المحسنة للتصويب.</p> <p>- التصويب يكون مسرة على الهدف الأيمن، ومسرة عمل الهبط الأيسر.</p>	٣	٣	٣	٣	<p>٣</p>	<p>المهارة في صورة اختبارات مهارية</p>	ب	الواجب الحركي	
		<p>- عدم أخذ أكثر من ٣ خطوات.</p> <p>- التصويب من أعلى حائط الصد.</p> <p>- تحسب نقطة عند دخول الكرة أي زاوية من الزوايا الأربعة.</p>	٣	٣	٣	٣	<p>٣</p>	<p>المهارة في صورة اختبارات مهارية</p>	ج	الواجب الحركي	

مرفق (١٥)

عدد الخطوات التعليمية التي يمكن تطبيقها خلال زمن

المحاضرة ٩٠ دقيقة

( ١٥/١٥٢ )

مرفق (١٥) عدد الخطوات التعليمية التي يمكن تطبيقها خلال زمن المحاضرة ٩٠ دقيقة

م	المهارات	الدروس	محتوى البرنامج التعليمي	
			الواجبات الحركية	المستويات
-١	استلام الكرة	الأول	الأول	أ، ب، ج
		٢٠٠٥/١٠/١٥	الثاني	أ، ب، ج
		الثاني	الثالث	أ، ب، ج
		٢٠٠٥/١٠/١٨	الرابع	أ، ب
		الثالث	الرابع	ج
		٢٠٠٥/١٠/٢٢	الخامس	أ، ب، ج
		السادس	السادس	أ
-٢	التمرير الكريجي من الارتكاز	الرابع	السادس	ب، ج
		٢٠٠٥/١٠/٢٥	السابع	أ، ب، ج
		الخامس	الأول	أ، ب، ج
		٢٠٠٥/١٠/٢٩	الثاني	أ، ب، ج
		السادس	الثالث	أ، ب
		٢٠٠٥/١١/١	الرابع	ج
		٢٠٠٥/١١/١٢	الخامس	أ، ب، ج
-٣	تنطيط الكرة	السابع	السادس	أ، ب، ج
		٢٠٠٥/١٢/١٥	السابع	أ، ب، ج
		الثامن	الأول	أ، ب، ج
		٢٠٠٥/١١/١٩	الثاني	أ، ب، ج
		العاشر	الثالث	أ، ب، ج
		٢٠٠٥/١١/٢٢	الرابع	أ، ب
		الحادي عشر	الرابع	ج
-٤	التصويب الكريجي بالوثب عالياً	٢٠٠٥/١١/٢٦	الخامس	أ، ب، ج
		السادس	السادس	أ
		الثاني عشر	السادس	ب، ج
		٢٠٠٥/١١/٢٩	السابع	أ، ب، ج
		الثالث عشر	الأول	أ، ب، ج
		٢٠٠٥/١٢/٣	الثاني	أ، ب، ج
		الرابع عشر	الثالث	أ، ب
-٤	التصويب الكريجي بالوثب عالياً	٢٠٠٥/١٢/٦	الرابع	أ، ب، ج
		الخامس عشر	الخامس	ب، ج
		٢٠٠٥/١٢/١٠	السادس	أ، ب
		السادس عشر	السادس	ج
		٢٠٠٥/١٢/١٣	السابع	أ، ب، ج

مرفق (١٦)

ورقة تحديد مستوى البداية للطالب

( ١٦ / ١٥٤ )

مرفق (١٦) ورقة تحديد مستوى البداية للطالب

تعليمات للطالب يجب إتباعها :-

عزيزى الطالب لتحديد مجموعة العمل التى تنتمى إليها والتي تمثل مستوى البداية لك، يـرجو منك المعلم، وضع علامة ( √ ) على الواجب الحركى الذى يناسبك، ثم وضع علامة ( √ ) على المستوى التعليمى الذى يناسبك داخل الواجب الحركى الذى اخترته.

حيث يمثل الحرف ( أ ) المستوى التعليمى الأول، والحرف ( ب ) المستوى التعليمى الثانى، والحرف ( ج ) المستوى التعليمى الثالث لكل واجب حركى وهكذا لكل مهارة.

وذلك حرصاً من المعلم على عدم إضاعة زمن المحاضرة، وكذلك لتجهيز مجموعات العمل ( المحطات التعليمية ) والأدوات والأجهزة المطلوبة لكل مجموعة ( المستوى ) الخاص بها.

تابع مرفق ( ١٦ )  
ورقة تحديد مستوى البداية للطلاب

المجموعة:

الشعبة:

اسم الطالب:

المستويات	الواجب الحركي	المهارة
( أ )، ( ب )، ( ج )	الأول	استلام الكرة
( أ )، ( ب )، ( ج )	الثاني	
( أ )، ( ب )، ( ج )	الثالث	
( أ )، ( ب )، ( ج )	الرابع	
( أ )، ( ب )، ( ج )	الخامس	
( أ )، ( ب )، ( ج )	السادس	
( أ )، ( ب )، ( ج )	السابع	
( أ )، ( ب )، ( ج )	الأول	التمرير الكرياجي من الارتكاز
( أ )، ( ب )، ( ج )	الثاني	
( أ )، ( ب )، ( ج )	الثالث	
( أ )، ( ب )، ( ج )	الرابع	
( أ )، ( ب )، ( ج )	الخامس	
( أ )، ( ب )، ( ج )	السادس	
( أ )، ( ب )، ( ج )	السابع	
( أ )، ( ب )، ( ج )	الأول	تنطيط الكرة
( أ )، ( ب )، ( ج )	الثاني	
( أ )، ( ب )، ( ج )	الثالث	
( أ )، ( ب )، ( ج )	الرابع	
( أ )، ( ب )، ( ج )	الخامس	
( أ )، ( ب )، ( ج )	السادس	
( أ )، ( ب )، ( ج )	السابع	
( أ )، ( ب )، ( ج )	الأول	التصويب الكرياجي بالوثب عالياً
( أ )، ( ب )، ( ج )	الثاني	
( أ )، ( ب )، ( ج )	الثالث	
( أ )، ( ب )، ( ج )	الرابع	
( أ )، ( ب )، ( ج )	الخامس	
( أ )، ( ب )، ( ج )	السادس	
( أ )، ( ب )، ( ج )	السابع	

## مرفق (١٧)

بيانات اللاعبين ذوى المستوى العالى المستعان بهم فى تصوير  
البرنامج التعليمى قيد البحث

( ١٧ / ١٥٧ )

### مرفق (١٧)

بيانات اللاعبين \* نوى المستوى العالى المستعان بهم فى تصوير  
البرنامج التعليمى ( قيد البحث )

م	اسم اللاعب	الأندية التى لعب لها اللاعب
١-	إبراهيم الدسوقى فؤاد	نادى المنصورة, درجة اولى ( أ ).
٢-	إبراهيم عادل الإمام	استاد المنصورة, مرتبط ممتاز (أ).
٣-	أحمد ماهر أحمد محمود	نادى المنصورة, درجة اولى ( أ ).
٤-	عمرو محمود العدل	استاد المنصورة, مرتبط ممتاز (أ).
٥-	محمد السيد إبراهيم العارف	استاد المنصورة, مرتبط ممتاز (أ).
٦-	محمد السيد شمس	استاد المنصورة, مرتبط ممتاز (أ).
٧-	محمد صبرى أبو رية	استاد المنصورة, مرتبط ممتاز (أ).
٨-	محمود سعيد محمد	استاد المنصورة, مرتبط ممتاز (أ).

\* تم ترتيب اللاعبين ترتيباً هجائياً.

مرفق (١٨)

أسماء المساعدين في إجراء قياسات متغيرات البحث

( ١٨ / ١٥٩ )

مرفق (١٨)

أسماء المساعدين \* فى إجراء قياسات متغيرات البحث

م	الاسم	المؤهل	التخصص	الوظيفة
١-	أحمد عبد النبى محمد الطنبولى	بكالوريوس تربية رياضية جامعة المنصورة ٢٠٠٢م.	كرة سلة	معيد بقسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية جامعة المنصورة ( فصول دمياط ).
٢-	حمدينو عمر السيد حامد	بكالوريوس تربية رياضية جامعة المنصورة ٢٠٠٢م.	هوكى	معيد بقسم الترويح الرياضى جامعة المنصورة ( فصول دمياط ).
٣-	حسام عبد العزيز جودة الشواف	بكالوريوس تربية رياضية جامعة المنصورة ٢٠٠٣م.	كرة قدم	معيد بقسم الترويح الرياضى جامعة المنصورة ( فصول دمياط ).
٤-	أحمد محمد عبد المنعم	بكالوريوس تربية رياضية جامعة المنصورة ٢٠٠٤م.	جودو	معيد بقسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية جامعة المنصورة ( فصول دمياط ).

\* تم ترتيب أسماء المساعدين طبقاً لتاريخ التخرج.

مرفق (١٩)

الخطابات الإدارية

مرفق (١٩)

الخطابات الإدارية

جامعة المنصورة

كلية التربية الرياضية

السيد الأستاذ الدكتور / حسن زيد ( المشرف على فصول دمياط )

### تحية طيبة وبعد

الرجاء من سيادتكم التكرم بالموافقة على تطبيق تجربة بحث الماجستير الخاص بى بعنوان : " تأثير استخدام أسلوب الواجبات الحركية متعدد الأشكال على تعلم بعض المهارات الهجومية فى كرة اليد لطلاب كلية التربية الرياضية " ( دراسة مقارنة ).

حيث نحيط سيادتكم علماً بأن العينة الخاصة بالبحث هم طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية ( فصول دمياط ) جامعة المنصورة والذين يقومون بدراسة منهج كرة اليد للعام الجامعى ٢٠٠٥م / ٢٠٠٦م.

كما نحيط سيادتكم علماً بأن التطبيق يتم متمشياً مع محتوى منهج كرة اليد، وبعد انتهاء اليوم الدراسى وأيضاً طبقاً للجدول الدراسى الموضوع من قبل إدارتكم.

وتفضلوا سيادتكم مع خالص الشكر والتقدير

مقدمة لسيادتكم / تامر محمود السعيد محمد  
المعيد بقسم المناهج وطرق تدريس التربية  
الرياضية بكليتكم الموقرة.

سوا على التصور  
دا حسن زيد  
المشرف على فصول دمياط



- ملخص البحث باللغة العربية.
- مستخلص البحث باللغة العربية.
- ملخص البحث باللغة الأجنبية.
- مستخلص البحث باللغة الأجنبية

جامعة المنصورة  
كلية التربية الرياضية  
قسم المناهج وطرق تدريس  
التربية الرياضية

تأثير استخدام أسلوب الواجبات الحركية متعدد الأشكال على تعلم بعض المهارات  
الهجومية فى كرة اليد لطلاب كلية التربية الرياضية ( دراسة مقارنة )

بحث مقدم من

تامر محمود السعيد محمد

المعيد بقسم المناهج وطرق تدريس

التربية الرياضية بكلية التربية الرياضية

جامعة المنصورة

ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير فى التربية الرياضية

إشراف

الدكتور

الدكتور

أحمد السيد الموفى

محمد إبراهيم سالم

مدرس بقسم المناهج وطرق

أستاذ مساعد بقسم المناهج وطرق

تدريس التربية الرياضية بكلية التربية

تدريس التربية الرياضية بكلية التربية

الرياضية جامعة المنصورة

الرياضية جامعة المنصورة

## ملخص البحث

مشكلة البحث وأهميته :

بالرغم من تعدد وتنوع أساليب التدريس فى التربية الرياضية إلا أن تدريس التربية الرياضية ما زال قائماً على أسلوب الأوامر فى حين أن الاتجاهات التربوية الحديثة تتأدى بضرورة تطوير وتحديث أساليب التدريس، وتدعوا إلى الاهتمام بالمتعلم ليكون مشاركاً نشطاً وإيجابياً فى عملية التعلم من خلال إتخاذ قرارات التنفيذ والتقييم.

فالاتجاه المعاصر فى أساليب التدريس هو الاتجاه إلى أساليب التعلم الذاتى حيث توفر الفرص لكى يتعلم كل طالب حسب قدراته وإمكانياته واستعداداته وبالسرعة المناسبة حتى يمكنه أن يعتمد على نفسه ويتحمل المسؤولية وأن يكون إيجابياً يسعى للحصول على المعلومات بنفسه.

وبالرغم من أهمية الوسائل التعليمية فى عمليات التعلم حيث أنه لم تعد مهمة معلم التربية الرياضية فى الوقت الحاضر قاصرة على الشرح وأداء النموذج وإتباع الأساليب المتبعة فى التدريس بل أصبحت مسؤوليته الأولى تعتمد على رسم مخطط لاستراتيجية الدرس تعمل فيه أساليب التدريس الحديثة والوسائل التعليمية لتحقيق الهدف من العملية التعليمية.

وفى حدود علم الباحث ومن خلال إطلاعها الدائم على كثير من البحوث والدراسات السابقة لم يجد دراسات كافية استخدمت أساليب التدريس الحديثة المدعمة بوسائل تعليمية.

الأمر الذى دعى الباحث إلى البحث عن أسلوب تدريس جديد هو أسلوب الواجبات الحركية متعدد الأشكال باعتباره أحد أساليب التعلم الحديثة التى يتم فيها مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين من خلال تقديم المهارات للمتعلمين فى صورة واجبات حركية متدرجة فى الصعوبة من السهل إلى الصعب لينتقى منها المتعلم ما يتناسب مع قدراته واستعداداته، وكذلك استخدام بعض الوسائل التعليمية لتدعيم أسلوب الواجبات الحركية للنهوض بالعملية التعليمية ومسايرة تقنية العصر، وتوفير الوقت والجهد، والارتقاء بالمستوى التعليمى والمهارى للطلاب فى لعبة كرة اليد.

## هدف البحث :

يهدف هذا البحث إلى:

التعرف على تأثير استخدام أسلوب الواجبات الحركية متعدد الأشكال ( بورقة المعيار، بالفيديو، بالكمبيوتر ) على تعلم بعض المهارات الهجومية في كرة اليد ( التمرير والاستلام، التتطيط، التصويب ) لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة وذلك من خلال:

١- تصميم برنامج تعليمي باستخدام أسلوب الواجبات الحركية متعدد الأشكال قيد البحث لتعلم بعض المهارات الهجومية في كرة اليد قيد البحث لطلاب كلية التربية الرياضية (فصول دمياط) جامعة المنصورة.

٢- التعرف على تأثير البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب الواجبات الحركية متعدد الأشكال قيد البحث على تعلم بعض المهارات الهجومية في كرة اليد قيد البحث لطلاب كلية التربية الرياضية ( فصول دمياط ) جامعة المنصورة.

٣- مقارنة تأثير البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب الواجبات الحركية بأشكاله الثلاث قيد البحث على تعلم بعض المهارات الهجومية في كرة اليد قيد البحث لطلاب كلية التربية الرياضية ( فصول دمياط ) جامعة المنصورة.

## فروض البحث :

١- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي للأشكال الثلاثة لأسلوب الواجبات الحركية قيد البحث للمجموعات التجريبية الثلاثة في تعلم بعض المهارات الهجومية في كرة اليد قيد البحث لطلاب كلية التربية الرياضية ( فصول دمياط ) جامعة المنصورة وذلك لصالح القياس البعدي.

٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين الأشكال الثلاثة لأسلوب الواجبات الحركية قيد البحث للمجموعات التجريبية الثلاثة في تعلم بعض المهارات الهجومية في كرة اليد قيد البحث لطلاب كلية التربية الرياضية ( فصول دمياط ) جامعة المنصورة لصالح المجموعه التجريبية الثالثة.

## إجراءات البحث :

### منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي ذو الثلاث مجموعات التجريبية.

### عينة البحث :

قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية بالمنصورة ( فصول دمياط ) للعام الدراسي الجامعي ( ٢٠٠٥/٢٠٠٦ م )، حيث بلغ عددها (٤٨) طالب، تم تقسيمهم إلى ثلاث مجموعات تجريبية متساوية.

### وسائل جمع البيانات :

- ١- المسح المرجعي للمتغيرات التالية :
  - المهارات الأساسية في كرة اليد.
  - الصفات البدنية الخاصة بلاعبي كرة اليد.
  - الاختبارات البدنية التي تقيس تلك الصفات قيد البحث.
  - الاختبارات المهارية للمهارات قيد البحث.
- ٢- استمارات استطلاع آراء الخبراء لتحديد :
  - الصفات البدنية الخاصة بلاعبي كرة اليد واختباراتها البدنية.
  - الاختبارات المهارية لمهارات كرة اليد قيد البحث.
  - الأهمية النسبية للواجبات الحركية المستخدمة في تعلم مهارات كرة اليد قيد البحث.
- ٣- استمارات تفرغ الدرجات للتعرف على المتغيرات التالية :
  - آراء الخبراء في الصفات البدنية الخاصة بلاعبي كرة اليد واختباراتها.
  - آراء الخبراء في الاختبارات المهارية لمهارات كرة اليد قيد البحث.
  - الأهمية النسبية للواجبات الحركية المستخدمة في تعلم مهارات كرة اليد قيد البحث.
  - بيانات الطالب الشخصية ونتائج الاختبارات والمتغيرات التالية ( السن - الطول - الوزن - المتغيرات البدنية - المتغيرات المهارية ).
- ٤- الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث.

### الدراسات الاستطلاعية :

قام الباحث بإجراء عدد (٣) دراسات استطلاعية في الفترة من ٢٠٠٥/١٠/١ م إلى ٢٠٠٥/١٠/١٣ م، بهدف إيجاد المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث، وكذلك بهدف التوصل للشكل النهائي لأساسيات تنفيذ (تقنين) البرنامج التعليمي قيد البحث.

### الدراسة الأساسية :

نفذت الدراسة الأساسية في الفترة من ٢٠٠٥/١٠/١٥ م حتى ٢٠٠٥/١٢/١٣ م، بواقع شهرين على مدار (٨) أسابيع، حيث اشتملت على (١٦) وحدة تعليمية، بواقع وحدتين أسبوعياً واستغرق زمن الوحدة التعليمية الواحدة (٩٠) دقيقة وفقاً للخطة الدراسية بالكلية.

### المعالجات الإحصائية :

استخدم الباحث برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية (SPSS) بالمعالجات

الآتية:

المتوسط الحسابي - الوسيط - الانحراف المعياري - معامل الالتواء - تحليل التباين ذو الاتجاه الواحد - أقل فرق معنوي L.S.D - نسب التحسن أو التقدم.

### أهم النتائج :

فى حدود أهداف وفروض وعينة البحث، ومن خلال المعالجات الإحصائية للبيانات توصل الباحث للاستنتاجات التالية:

- ١- أن البرنامج التعليمى باستخدام أسلوب الواجبات الحركية متعدد الأشكال ( بورقة المعيار، بالفيديو، بالكمبيوتر ) له تأثير إيجابى وفعال على تعلم مهارات التمرير والاستلام والتنطيط والتصويب فى كرة اليد لطلاب كلية التربية الرياضية ( فصول دمياط ) جامعة المنصورة.
- ٢- استخدام أسلوب الواجبات الحركية المدعم بالكمبيوتر حقق أعلى النتائج فى تعلم مهارات التمرير والاستلام والتصويب فى كرة اليد لطلاب كلية التربية الرياضية ( فصول دمياط ) جامعة المنصورة يليه أسلوب الواجبات الحركية المدعم بالفيديو.
- ٣- لاتوجد فروق دالة إحصائياً بين الأشكال الثلاثة لإسلوب الواجبات الحركية قيد البحث للمجموعات التجريبية الثلاثة فى تعلم مهارة التنطيط فى كرة اليد لطلاب كلية التربية الرياضية ( فصول دمياط ) جامعة المنصورة.

### أهم التوصيات :

فى ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث، وأهم النتائج يوصى الباحث بالآتى :

- ١- استخدام البرنامج التعليمى المقترح نظراً لتأثيره الإيجابى فى تعلم مهارات التمرير والاستلام والتنطيط والتصويب فى كرة اليد لطلاب كلية التربية الرياضية ( فصول دمياط ) جامعة المنصورة.
- ٢- استخدام أسلوب الواجبات الحركية المدعم بالكمبيوتر لما له من تأثير أكثر إيجابية وفاعلية على نتائج التعلم، والارتقاء بمستوى الأداء المهارى لطلاب كلية التربية الرياضية فى كرة اليد.
- ٣- إدراج أساليب التدريس الحديثة والمدعمة بوسائل تعليمية متقدمة ضمن مقرر طرق تدريس كرة اليد بكليات التربية الرياضية.

## مستخلص البحث

تأثير استخدام أسلوب الواجبات الحركية متعدد الأشكال على تعلم بعض المهارات الهجومية في كرة اليد لطلاب كلية التربية الرياضية ( دراسة مقارنة )

يهدف هذا البحث إلى التعرف على تأثير البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب الواجبات الحركية متعدد الأشكال (بورقة المعيار، بالفيديو، بالكمبيوتر) على تعلم بعض المهارات الهجومية في كرة اليد قيد البحث لطلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية (فصول دمياط) جامعة المنصورة، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي، على عينة قوامها (٤٨) طالب من طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية (فصول دمياط) جامعة المنصورة، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وتم تقسيمهم إلى ثلاث مجموعات تجريبية متساوية، وتوصل الباحث إلى أن البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب الواجبات الحركية متعدد الأشكال قيد البحث له تأثير إيجابي وفعال على تعلم مهارات كرة اليد قيد البحث، كما حقق أسلوب الواجبات الحركية المدعم بالكمبيوتر أعلى النتائج في تعلم مهارات كرة اليد قيد البحث يليه أسلوب الواجبات الحركية المدعم بالفيديو، كما أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين الأشكال الثلاثة لإسلوب الواجبات الحركية قيد البحث في تعلم مهارة التنطيط في كرة اليد، وكانت أهم التوصيات استخدام البرنامج التعليمي المقترح في تعلم مهارات كرة اليد قيد البحث، استخدام أسلوب الواجبات الحركية المدعم بالكمبيوتر لما له من تأثير أكثر إيجابية وفاعلية على نتائج التعلم، والارتقاء بمستوى الأداء المهاري لطلاب كلية التربية الرياضية في كرة اليد وإدراج أساليب التدريس الحديثة والمدعمة بوسائل تعليمية متقدمة ضمن مقرر طرق تدريس كرة اليد بكليات التربية الرياضية.



**Mansoura University**  
**Faculty of Sports Education**  
**Curriculum & Teaching**  
**Methods in Sports**  
**Education DEPT.**

**EFFET OF USING MULTI – FIGURS MOTOR TASK  
STYLE ON LEARING SOME ATTACK SKILLS IN  
HAND BALL FOR STUDENTS OF FACULTY OF  
SPORTS EDUCATION (COMPARISON STUDY)**

**Prepared by**

**Tamer Mahmoud Elsiad Mohamed**  
Demonstrator in Curriculum & Teaching  
Methods Faculty of Sports Education  
Mansoura University

A research presented among the requirements to obtain Master Degree in  
Sports Education

**Supervision**

**DR. MOHAMED EBRAHIM  
SALEM**

**DR. AHHMED ELSAYED EL  
MOWWAFY**

**ASST.PROF.in Curriculum &  
Teaching Methods in  
Sports.EDU.DEPT, Faculty of Sports  
Education, Mansoura University**

**Lecturer in Curriculum &  
Teaching Methods in  
Sports.EDU.DEPT, Faculty of Sports  
Education, Mansoura University**

**2006**

## Summary of Research

### **Research problem and Importance:**

Although the variety of the Teaching Style in Sports Education, Sport Education is still on the basis of the Command style, even the modern Educational attitudes advocates the necessity of development and modernize Teaching styles, Also the caring of Learner to be an active and positive participant in the process of Learning through taking decision of Implementation and Evaluation.

The contemporary attitude in Teaching Style is the attitude of Self-Learning Styles that provides opportunities to Learn every student according to his abilities, potentials and his readiness at suitable speed to make depending on him self and to endeavour to obtain information by him self.

In spite of the importance of Educational Means in the Learning processes the task of the teacher of Sports Education is not only concentrating on explanation and performance and following the traditional Styles in teaching, but also it becomes the first responsibility depending on the diagram for the strategy of lessons including modern Teaching Styles and Educational Means to achieve the aim of the Educational process.

At the bes of the researcher's knowledge and through his continuous readings many researches and previous studies, did not find sufficient studies used modern Teaching Styles, supported with Educational ways.

The matter which is the researcher advocates searching for anew Teaching Style, is the Muli-Figures Motor Task Style as one of the most modern Learning Styles that is concerned with the individual differences among learners through presenting skills for learners like motor tasks degrading in difficulties from the easiest to the most difficult to choose what is fit, with his abilities and readiness and the use of some Educational Means to support the Motor Task Style to develop the Educational process and keeping up with the technology of our age and saving time and effort and the promoting with the Educational and skillful standard for students in Hand ball.

### **Aim of Research :**

The research aims at :

Recognizing effect of using Multi-Figures Motor Task Style with (Criterion, Video, Computer) on learning some attack skills in Hand ball (Passing, Receiving, Dribbling and Shooting) for students of Faculty of Sports Education through :

1- Design of Educational program using Multi-Figures Motor Task Style (under research) for learning some attack skills in Hand ball (under research) for students of Sports Education (Damietta Classes) Mansoura university.

2- Recognizing effect of Educational program using Multi-Figures Motor Task Style (under research) on learning some attack skills in Hand ball (under research) for students of Sports Education (Damietta Classes) Mansoura university.

3- Comparison effect of Educational program using Motor Task Style with its three Figures (under research) on learning some attack skills in Hand ball (under research) for students of Sports Education (Damietta Classes) Mansoura university.

### **Hypotheses of the Research :**

1- There are statistical significant differences between The pre-and post measurement the three Figures of the Motor Task Style (under research) to the three experimental groups in learning some attack skills in Hand ball (under research) for students of Sports Education (Damietta Classes) Mansoura University in favour of the post – measurement.

2- There are statistical significant differences between the three Figures of the Motor Task Style (under research) to the three experimental groups in learning some attack skills in Hand ball (under research) for students of Sports Education (Damietta Classes) Mansoura University in favour of the third experimental group.

## **Procedures of Research :**

### **Research method :**

The researcher used the experimental method using the three groups experimental design.

### **Research sample :**

The researcher chose his sample randomly from among the first year of Mansoura Faculty of SP.E (Damietta Classes) during the academic year 2005/2006, the sample contained (48) students divided into three equal experimental groups.

### **Data collection instruments :**

1- Referential survey to the following variables :

- Fundamental skills in Hand ball.
- Special Physical abilities of Hand ball players.
- The Physical tests which are measuring these abilities (under Research).

2- Questionnaire forms for experts' opinions to determine :

- Special Physical abilities of Hand ball players and their Physical tests.
- Skillful tests to Hand ball skills (under Research).
- The comparative importance of the Motor Tasks which using in learning Hand ball skills (under Research).

3- Discharging marks forms to recognize the following variables :

- experts' opinions in Special Physical abilities of Hand ball players and their Physical tests.
- experts' opinions in Skillful tests to Hand ball skills (under Research).
- The comparative importance of the Motor Tasks which using in learning Hand ball skills (under Research).
- The students personal data, tests results and the following variables (age- hight – weight – Physical variables – Skillful variables).

4- Physical and Skillful tests (under Research).

### **Pilot studies :**

The researcher executed (3) pilot studies from : 1/10/2005 to: 13/10/2005 aiming at finding at scientific coefficients of reliability and validity for the under research physical and skillful tests. Also the researcher aimed at attaining the final form of the fundamentals of executing (codification) the Educational program (under research).

### **Main study :**

The research main study was executed from : 15/10/2005 to: 13/12/2005 (2 months – 8 weeks). It included (16) education units (2 units weekly). The execution of every unit 90 minutes according to Faculty teaching plan.

### **Statistical Treatments :**

The researcher used Statistical package for social science (SPSS) the following Statistical Treatments :

- Arithmetic mean.
- Standard deviation.
- T.test.
- L.S.D.
- Median.
- Skewedness coefficient.
- One way variace analysis.
- Improvements percentage.

### **Major Results :**

Within the limits of the research objectives, hypotheses and sample, and through data Statistical Treatments, the reseacher concluded the following :

1- The Educational program using Multi-Figures Motor Task Style with (Criterion, Video, Computer) has apositive and effective influence on learing Passing, Receiving, Dribbling and Shooting skills in Hand ball for students of Faculty of Sports Education (Damietta Classes) Mansoura university.

2- Using Motor Task Style supported Computer achieved ahiger results in learing Passing, Receiving, and Shooting skills in Hand ball for students of Faculty of Sports Education (Damietta Classes) Mansoura university follow Motor Task Style supported Video.

3- There are not statistical significant differences between the three Figures of the Motor Task Style (under research) to the three experimental groups in learning Dribbling skill in Hand ball for students of Faculty of Sports Education (Damietta Classes) Mansoura university.

**Important Recommendations :**

On the light of the research results, the researcher recommends the following :

1-Using the suggested Educational program as its positive effect in learning Passing, Receiving, Dribbling and Shooting skills in Hand ball for students of Faculty of Sports Education in Mansoura (Damietta Classes).

2-Using Motor Task Style supported with Computer because of its most effectiveness and positiveness on learning results and the promotion skill performance standard for students of Faculty of Sports in Hand ball.

3-Insert the modern teaching styles supported with developping educational ways with in the course study of hand ball teaching methods in faculties of sports education.

## **ABSTRACT**

### **EFFET OF USING MULTI – FIGURS MOTOR TASK STYLE ON LEARING SOME ATTACK SKILLS IN HAND BALL FOR STUDENTS OF FACULTY OF SPORTS EDUCATION (COMPARISON STUDY).**

This research aims at recognizing effect of the Educational program using Multi-Figures Motor Task Style with (Criterion, Video, Computer) on learning some attack skills in Hand ball (under Research) for the first year students in SP. E. Faculty (Damietta Classes) Mansoura university and the researcher used the experimental method on a sample of (48) student from the first year students (Damietta Classes) Mansoura university which were chosen haphazardly, they were divided into three equal experimental groups.

The researcher concluded that the Educational program with using Multi-Figures Motor Task Style (under research) has a positive and effective influence on learning Hand ball skills (under Research), and Motor Task Style with Computer achieved higher results in learning Hand ball skills (under Research) follow Motor Task Style with Video. And There are not statistical significant differences among the three Figures of the Motor Task Style (under research) in learning Dribbling skill in Hand ball.

The most Important Recommendations using the suggested Educational program in learning Hand ball skills, Using Motor Task Style supported with Computer because of its most effectiveness and positiveness on learning results and the promotion skill performance standard for students of Faculty of Sports in Hand ball and Insert the modern teaching styles supported with developing educational ways with in the course study of hand ball teaching methods in faculties of sports education.