

تأثير تـمـرـيـنـات بـأسـلـوب التـنـافـس الفـرـدي فـي تـعـلـم مـهـارة المـناـولة بـالـكـرة الـيـد لـطـلـاب

المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة ديالى

أ.م. د الاء زهير مصطفى طالب الماجستير -علاء عاصي كريم

جامعة ديالى - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

[alaaasi@yahoo.com](mailto:alaaasi@yahoo.com)

[alaazohear@yahoo.com](mailto:alaazohear@yahoo.com)

الكلمات المفتاحية: التنافس الفردي، مهارة المناولة، كرة اليد.

### ملخص البحث

تتجلى أهمية اساليب التنافس بالتأكيد على زرع حب التنافس الشريف بين المتعلمين في ميادين البرنامج واشغالهم بما هو نافع لهم في الحياة العملية وترمي الى تعزيز الاخلاق الحسنة وتشجيعها فظلا عن اكتشاف قدراتهم وتنمية مهاراتهم ان استخدام المدرس لهذا الاسلوب التنافسي الفردي يكون له تأثير دال على تحصيل وانجاز المتعلمين لكونه مناسبا جدا لطرائق التعلم وذا تأثير ايجابي في الاداء المهارى للمتعلمين ،لان التنافس هو تحدي وحماس من خلال الطاقة المخزونة لدى الفرد وعندما تتحفز هذه الطاقة سوف تثير الرغبة في العمل والتقويم بعطاء غير محدود،ويهدف البحث الى التعرف على تأثير تـمـرـيـنـات بـأسـلـوب التـنـافـس الفـرـدي فـي تـعـلـم مـهـارة المـناـولة فـي كـرة الـيـد ،واستخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته لحل مشكلة البحث. واختار الباحثان عينه البحث بالطريقة العشوائية وهم (٥٨) طالب من طلاب المرحلة الثانية والذي يمثلون نسبة (٤٧،٣٦%) من مجتمع البحث وبعد الانتهاء من الاختبارات تم استخدام المعالجات الإحصائية المناسبة للوصول الى النتائج ثم تم عرضها ومناقشتها. وقد توصل الباحثان الى اهم الاستنتاجات المذكورة. اذ ان التمرينات التنافسية زادت دافعية المتعلم نحو التعلم من خلال الاسلوب التنافسي الذي تحتويه لأنها مثلت عنصرا تعزيزيا للأداء، وان المجموعات التجريبية اظهرت تحسن في مهارتي المناولة والتصويب لما تحتويه التمرينات من اثاره وتشويق بين الطلاب، والتنوع والتدرج في اعداد التمرينات التنافسية من السهل الى الصعب ثم المركب اثرا مباشرا في تعلم المهارات قيد البحث. وفي ضوء ما اسفرت عنه نتائج البحث يوصي الباحثان بما يلي: ضرورة تطبيق هذه التمرينات خلال الوحدات التعليمية لما تحتويه من اثاره وتشويق تزيد من دافعية المتعلم نحو الأداء وكذلك التدرج بالتمرينات من السهل الى الصعب والتنوع بالتمرينات اثناء الوحدة التعليمية .

***The Effect of Individual Competition Exercises in Learning Handball for  
Second Stage Students in the Faculty of Physical Education and Sports  
Sciences / Diyala University***

***Asst. Prof. Alaa Zuheir Mustafa (Ph.D.) Alaa Asi Kareem***

***Keyword: individual competing style ,passing skill.***

***Abstract***

*This study aims at investigating the effect of exercising using individual competing style in learning passing skill in handball. The researchers used the experimental method for its suitability to solve the problem of the study. They chose the sample of the study randomly which consists of 58 students from the second grade who constitute 36.47% of the study community. After finishing the tests, statistical processing is used to estimate the results which were presented and discussed to reach the conclusions.*

*In the light of the conclusions the researchers recommended the necessity of applying those exercises during the educational unit due to the suspense and motivation it contains to increase the performance. It is also recommended that the exercises should be graded from easy to difficult and varied during educational units.*

**١-المقدمة:**

ان التطور العلمي الحاصل في المجال الرياضي فرض أفاقا جديدة لا حدود لها في العلوم الرياضية كالتدريب الرياضي والتعلم الحركي اللذين يشهدان تطورا واسعا. وبهذا اصبح اتباع كل ما هو جديد وابداعي في العلوم الرياضية ضرورة لا بد من اخذها بنظر الاعتبار عند التخطيط للعملية التعليمية و التدريبية ومناهجها "وان التفوق الرياضي يتوقف على مدى استفادة اللاعب من مهاراته النفسية على نحو لا يقل عن الاستفادة من قدراته البدنية ، فالمهارات النفسية تساعد اللاعبين على تعبئة قدراتهم وطاقاتهم البدنية لتحقيق اقصى وافضل اداء رياضي، ويمكن تطويرها من خلال التدريب على وفق مناهج خاصة لذلك الغرض(راتب:٢٠٠٠:٤٠) واهتم الباحثان في مجال التعلم الحركي بعملية التعلم والتعليم وسَعَوْا إلى تطوير المناهج وتحسين طرائق وأساليب تعليمها في مراحل التعليم المختلفة ، والعملية التدريسية مجموعة علاقات مستمرة تنشأ بين المدرس والطالب، وهذه العلاقات تساعد الطالب على اكتساب المهارات التي يراد أن تتحقق لديه. ولكي يتمكن مدرس التربية الرياضية من تحقيق هذه العلاقات ينبغي عليه التعرف

على العوامل التي تسهم في تحقيقها؛ ومن أبرزها التعرف على أساليب التعلم، وكيفية تفعيلها بصورة ناجحة في أثناء عملية التدريس.

لذا تكمن أهمية البحث في اعداد تمارينات بأسلوب التنافس الفردي ودراسة تأثيرها في تعلم مهارة المناولة، . والتنافس الفردي: هو أسلوب من اساليب المنافسة التي تمكن الفرد من خلال قدرته الذاتية من تقييم ادائه(محمد:١٩٩٩:٢٨٢)، اما مهارة المناولة "تعني نقل الكرة الى المكان المناسب بسرعة ودقة لغرض التصويب على المرمى"(حماد:٢٠٠٠:٢٢٨) وتكمن مشكلة البحث من خلال مشاهدته الباحثان لدرس كرة اليد أنَّ الطلاب يعانون من ضعف في تعلم مهارات المناولة وهم بحاجة إلى تنويع في أساليب تعليمهم وإيجاد بدائل تعليمية واستخدام التقنيات الحديثة كذلك الاهتمام بعامل الفروق الفردية. وأن نسبة تعلم مهارة المناولة ضعيفة مما يتطلب استخدام الاسلوب الفردي لهم والحاجة إلى تمارينات فردية متنوعة لتعليم مهارة المناولة لديهم ، لذا علينا كباحثين دراسة الأساليب ومدى تأثيرها واختيار الأسلوب الأفضل والملائم للمهارة المتعلمة إذ إنَّ لكل مهارة خصوصيتها في التعلم. ان أسلوب التنافس الفردي يعمل على الاهتمام بالفروق الفردية بين الطلاب، وإتاحة فرص الممارسة على وفق مستوى قدرة الطالب، وإيجاد فرص الاختيار بين مستويات البدائل في العمل الواحد. ويهدف البحث الى اعداد تمارينات بأسلوب التنافس الفردي في تعلم مهارة المناولة بالكرة اليد لطلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة ديالى، التعرف على تأثير تمارينات بأسلوب التنافس الفردي في تعلم مهارة المناولة بالكرة اليد لطلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة ديالى، وافترض الباحثان ان استخدام التمارينات بأسلوب التنافس الفردي لها تأثير إيجابي في تعلم مهارة المناولة في كرة اليد .

## ٢- منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

### ٢-١ منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج التجريبي بوصفه "محاولة الباحثان للتحكم في المواقف المراد دراسته باستثناء المتغير او المتغيرات التي يعتقد انها السبب في حدوث تغير معين في ذلك الموقف(علاوي،٢١٧،١٩٩٩).

### ٢-٢ مجتمع البحث وعينته:

اختار الباحثان مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة (المرحلة الثانية)/جامعة ديالى، اما عينة البحث فقد اختارهم بالطريقة العشوائية وهم (٥٨)طالب موزعين الى مجموعتين شعبة (ب) مجموعة تجريبية والبالغ عددهم (٢٨) اما شعبة (ج) مجموعة ضابطة والبالغ عددهم (٣٠)طالب اذ تبلغ النسبة المئوية للعينة (٦٢٦,٣٧ %) من مجتمع البحث البالغة (١٥٤)طالب وطالبة.

٢-٣ الوسائل والاجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

٢-٣-١ الوسائل المستخدمة:

المصادر العربية، الاختبارات والمقاييس ، استمارة تسجيل وتفرغ النتائج.

٢-٣-٢ الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث:

ساحة كرة يد قانونية ، كرات يد، اشربة ملونة، شريط قياس، شواخص،، صافرة اقلام، ساعة توقيت الكترونية، حاسبة يدوية نوع ( CASIO )، حاسبة لا بتوب نوع (h p)، كامرة تصوير فيديو عدد(١) نوع SONY ياباني المنشأ، سجل الملاحظات.

٢-٤ اختيار المهارات:

تم تحديد مهارات كرة اليد المستعملة في البحث على وفق مفردات مادة كرة اليد المنهجية المقررة لطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وهي (مسك الكرة، المناولة والاستلام، الطبطبة، التصويب، الدفاع، الخداع) لتحديد اهم الانواع للمهارات المذكورة وبعد المقابلات مع ذوي الاختصاص ومراجعة المصادر العلمية وبتوجيه السيد المشرف والمدرس المسؤول عن المادة تم تحديد انواع المهارات قيد البحث وتوزيع الاستمارات لذوي الخبرة والاختصاص

ومن اجل استكمال الخطوات تم تفرغ المعلومات ومعالجتها احصائيا واستخراج النسبة المئوية لكل نوع، وسيتم اعتماد نوع المهارة التي حصلت على اعلى نسبة شرط ان تكون نسبة اتفاق الخبراء فوق (٧٥%) اذ ان على الباحث الحصول على نسبة (٧٥%) فأكثر من اراء المحكمين (بيلموس:١٩٨٣: ١٢١)

٢-٥ اختبارات البحث:

اولا- اختبار المناولة من مستوى الراس على شكل بيضوي مرسوم على الحائط لمدة (٣٠ / ثا

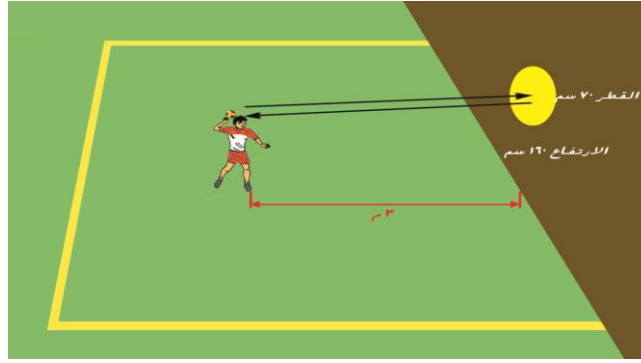
( ومن مسافة (٣م) : (يوسف:٢٠٠٤: ١٤٠)

الغرض من الاختبار: قياس مهارة المناولة .

الادوات: حائط مستو مرسوم عليه شكل بيضوي قطرها (٧٠ سم) وترتفع عن الارض (٦٠ سم) كرة يد عدد ( ١ ) ، شريط قياس ، ساعة توقيت ، شريط لاصق .

مواصفات الاداء : يقف المختبر امام خط مرسوم على الارض يبعد مسافة ( ٣ ) متر عن الحائط ومع كلمة ابدأ يقوم اللاعب بمناولة الكرة من مستوى الرأس على شكل بيضوي مرسوم على الحائط ولأكثر عدد من المرات خلال ( ٣٠ ثا ) .

التسجيل : تحسب عدد المرات الصحيحة لمناولة الكرة .



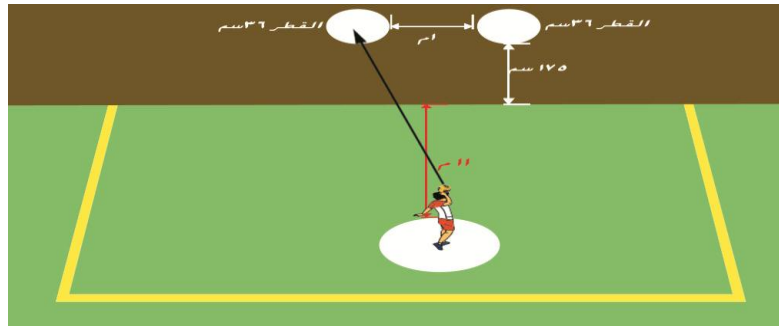
شكل (١) يوضح المناولة من مستوى الرأس على شكل بيضوي مرسوم على حائط  
ثانياً- اختبار دقة المناولة المزدوجة على الحائط خلال (١٥) محاولة. (مصطفى:٢٠٠٤:٦١)

الهدف من الاختبار : اختبار دقة المناولة

الادوات : كرة يد عدد ( ١٠ ) حائط مستو مرسوم عليه دائرتين بقطر ( ٣٦ سم ) يرتفع  
مركزهما عن الارض ( ١٧٥ سم ) والمسافة بينهما ( ١ م ) ، صافرة ، ساعة توقيت ، دائرة  
مرسومة على ارض قطرها ( ١٠٠ سم ) يبعد مركزها عن الحائطين مسافة ( ١١ م )  
مواصفات الاداء : يبدأ الاختبار عند سماع الصافرة يقف المختبر داخل الدائرة يقوم المختبر  
بمناولة الكرة سوطياً من فوق مستوى الكتف الى الحائط ضمن حدود الدائرتين على التوالي ومن  
الثبات خلال ١٥ محاولة .

شوط الاختبار : المناولة على الحائط المستوى ضمن حدود الدائرتين سوطياً على التوالي من  
فوق مستوى الكتف ويقوم المشرف على الاختبار بإعطاء الكرات الاضافية الى اللاعب اثناء  
زمن الاختبار .

التسجيل : يحسب عدد الكرات الداخلة ضمن الدائرة وعلى التوالي وفي حالة دخول الكرة مرتين  
متوالية في نفس الدائرة المحاولة الثانية لا تحتسب حتى لو كانت صحيحة كما تحتسب المحاولة  
صحيحة في حالة دخول ثلاثة اربعا الكرة داخل الدائرة .



شكل (٢) اختبار دقة المناولة المزدوجة على الحائط خلال (١٥) محاولة)

## ٢-٦ التجربة الاستطلاعية:

اجرى الباحثان التجربة الاستطلاعية يوم الخميس الموافق (٢٠١٦/١/٢٨) في الساعة (٩) صباحا على عينة مكونة من (١٠) طلاب الذين تم استبعادهم من عينة البحث وهم من مجتمع البحث وذلك لتعرف مدى ملائمة الاختبارات لمستوى العينة ومدى ملائمة الأدوات المستعملة ومعرفة الوقت المستغرق ومعرفة فريق العمل المساعد على كيفية اجراء الاختبار وتعرف المعوقات التي سوف تواجه الباحثان

## ٢-٧ الاختبارات القبليّة:

تم اجراء الاختبارات القبليّة لعينة البحث في يوم الخميس الموافق (٢٠١٦/٢/٤) في تمام الساعة (٩) صباحا في قاعة كرة اليد، وذلك للتعرف على نتائج كل اختبار وثبوتها في استمارة تفريغ البيانات.

## ٢-٨ التجربة الرئيسيّة

تم العمل بالتجربة الرئيسيّة لعينة البحث في يوم الخميس الموافق (٢٠١٦/٢/٢٥) والانتهاؤها منها في يوم الخميس الموافق (٢٠١٦/٥/٥)، وتطبيق التمرينات بالأسلوب التنافسي الفردي، حيث استخدم الباحث (٤) وحدات تعليمية لتطبيق المنهج وحدة تعليمية واحده بالأسبوع.

## ٢-٩ الاختبارات البعديّة :

تم اجراء الاختبارات البعديّة لأفراد عينة البحث بعد الانتهاء من تنفيذ الوحدات التعليمية في يوم الخميس الموافق ٢٠١٦/٥/١٢. قد راعى الباحثان توفير نفس الظروف التي تم اجراء الاختبارات القبليّة لغرض الحصول على نتائج ذات مصداقية عالية.

## ٢-١٠ الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية (spss) في معالجة البيانات التي تم الحصول عليها.

## ٣ - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

٣-١ عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعتين التجريبيّة والضابطة في متغيرات البحث المستخدمة :

الجدول (١) يبين بعض المؤشرات الإحصائية لنتائج متغيرات الدراسة في الاختبارين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبيّة

الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	المتغيرات
2.259	17.050	الاختبار القبلي
2.227	20.700	الاختبار البعدي
1.395	3.950	الاختبار القبلي
1.755	8.150	الاختبار البعدي

نجد ان قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية، اما مهاره المناولة من مستوى الراس بلغت في الاختبار القبلي بوسط حسابي(17.050) وبانحراف معياري قدره(2.259)، اما دقة المناولة المزدوجة بلغت في الاختبار القبلي بوسط حسابي(3.950) وبانحراف معياري قدره(1.395). في حين بلغ الاختبار البعدي للتمرير من مستوى الراس بوسط حسابي(20.700) وبانحراف معياري قدره(2.227) اما دقة المناولة المزدوجة بلغت في الاختبار البعدي بوسط حسابي(8.150) وبانحراف معياري قدره(1.755).

جدول (٢) قيم فروق الأوساط الحسابية وانحرافات وقيمة(ت) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدي لمتغيرات البحث للمجموعة التجريبية

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي للفروق	الانحراف المعياري للفروق	الخطأ المعياري للفروق	قيمة (ت)	نسبة الخطأ
المناولة	ثا	-3.650	1.182	0.264	13.809	.000
دقة المناولة	درجة	-4.200	1.105	0.247	16.998	.000

من الجدول نجد ان قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للفروق وقيمة (ت)المحسوبة ونسبة الخطأ بين الاختبارات القبلية والبعدي للمهارات قيد البحث للمجموعة التجريبية الثانية وعلى النحو الاتي: ففي اختبار المناولة من مستوى الراس تبين ان قيمة فرق الاوساط الحسابية بلغت (-3.650) وبانحراف فروق قدره (1.182) اما الخطأ المعياري بلغ(0.264) في حين بلغت قيمة (ت)المحسوبة(13.809) بنسبة خطأ(0.000). اما في اختبار دقة المناولة المزدوجة بلغت قيمة فرق الاوساط الحسابية(-4.200) وبانحراف فروق قدره(1.105) اما الخطأ المعياري بلغ(0.247) في حين بلغت قيمة (ت) المحسوبة(16.998) بنسبة خطأ(0.000).

٣-٢ عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات البحث المستخدمة:

الجدول (٣) يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات القبلية والبعدي للمهارة الاساسية وللمجموعة الضابطة

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
المناولة	17.000	2.271
	18.850	1.981
دقة المناولة	3.800	1.735
	6.400	1.789

نجد ان قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة، وعلى النحو الاتي: تبين ان المناولة من مستوى الراس بلغ في الاختبار القبلي بوسط حسابي(17.000)وبانحراف معياري قدره(2.271)، اما دقة المناولة المزدوجة بلغت في الاختبار القبلي بوسط حسابي(3.800) وبانحراف معياري قدره(1.735)، في حين بلغ الاختبار البعدي للتمرير من مستوى الراس بوسط حسابي (18.850)وبانحراف معياري قدره(1.981) اما دقة المناولة المزدوجة بلغت في الاختبار البعدي بوسط حسابي(6.400)وبانحراف معياري قدره(1.789).

جدول (٤) يبين فروق الاوساط والانحرافات المعيارية للفروق وقيمة (ت) المحسوبة ونسبة الخطأ بين الاختبارات القبلية والبعدية للمهارة الاساسية قيد البحث وللمجموعة الضابطة

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي للفروق	الانحراف المعياري للفروق	الخطأ المعياري	قيمة (ت)	نسبة الخطأ
المناولة	ثا	-1.850	1.040	0.233	7.955	.000
دقة المناولة	درجة	-2.600	1.188	0.266	9.790	.000

نجد ان قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للفروق وقيمة (ت) المحسوبة ونسبة الخطأ بين الاختبارات القبلية والبعدية للمهارات قيد البحث للمجموعة الضابطة وعلى النحو الاتي: ففي اختبار المناولة من مستوى الراس تبين ان قيمة فرق الاوساط الحسابية بلغت(-1.850) وبانحراف فروق قدره (1.040) اما الخطأ المعياري بلغ(0.233) في حين بلغت قيمة (ت) المحسوبة(7.955) بنسبة خطأ(0.000). اما في اختبار دقة المناولة المزدوجة بلغت قيمة فرق الاوساط الحسابية(-2.600) وبانحراف فروق قدره(1.188) اما الخطأ المعياري بلغ(0.266) في حين بلغت قيمة (ت) المحسوبة(9.790) بنسبة خطأ(0.000).

### ٣-٣ مناقشة النتائج :

تبين من خلال الجدول (٢) وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي في متغيرات البحث لصالح الاختبار البعدي، ويعزو الباحثان هذه الفروق المعنوية الى فاعلية التمرينات التنافسية التي حفزت المتعلم الى بذل جهد اكبر للمنافسة مع نفسه لذلك تعد هذه المنافسة عنصراً تعزيزياً في التعلم والسلوك ولها الدور الكبير في عملية التعلم والوصول بالمتعلم الى اتقان اداء المهارة خلال مدة التعلم التي تعامل معها بأسلوب علمي مدروس للوصول بالطالب الى المستوى المهارى المطلوب وهذا ما يؤكد (الجسماني: ١٩٨٤ : ٢٣٢) اذ يرى "ان ممارسة المهارة في صورة منافسة تعد من الاساليب التي تزيد من استثارة دافعية المتعلم وهي من المبادئ المهمة التي تجعل ممارسة المهارات الحركية افضل كفاية في الدرس" (الجسماني: ١٩٨٤ : ٤٢٣)، وعليه



يمكن القول ان التمرينات بالأسلوب التنافسي اكثر فاعلية من الاساليب التقليدية وهذا ما اكده (محمد حسن علاوي) "ان التمرينات التنافسية تسهم بنصيب وافر من التأثير في تنمية وتطوير مهارات وقدرات الفرد" (علاوي:١٩٧٢:٣٥) ،، ان قيام المتعلم بالأنشطة التعليمية كافة باستقلالية معتمدا على نفسه فضلا عن حصوله على تغذية راجعة تظهر مدى تقدمه نحو تحقيق الاهداف فانه بالتأكيد سوف يصل الى الرضا عن الذات ،وتشير (أفان نظير درزوة:٢٠٠١)الى ان "الهدف التنافسي من التعلم الفردي هو ان يعمل المتعلم (الطالب)على انجازه بشكل فردي بالاعتماد على نفسه ،للحصول على تقدير أعلى وقيم اداءه في كل مرة مع اداءه السابق" (درزوة:١٣٦:٢٠٠١) فالتعليم أو التدريب بهذا النمط من الاساليب التي تخلق في روح الفرد المتعلم روح المبادرة وتحمل المسؤولية والاعتماد على النفس وبذلك تربي فيه الصفات الخلقية المطلوبة في المنافسة وخارجها ويذكر(احمد فكري :١٩٩١)الى ان "التعلم وفق هذا الاسلوب يهدف الى استقلالية الطالب في تفكيره وعمله ومن ثم تحقيق ذاته كما يخلق روح المبادرة وتحمل المسؤولية والاعتماد على النفس وبذلك تزداد قدرته واندفاعه نحو التعلم ولاسيما عندما يشعر بأنه يتقدم وبذلك تربي فيه الصفات الخلقية المطلوبة في المنافسة وخارجها" (محمد:٣٠٥:١٩٩١) ويذكر ( احمد عزت راجح:١٩٧٩)"ان الية العمل بالتنافس الفردي هو ان اللاعبين يعملون فرادى بقليل من التفاعل بينهم ،فضلا عن نجاح او فشل أي لاعب مستقل عن نجاح او فشل لاعب اخر ،ويكون التقويم في نهاية الوحدة التعليمية أو التدريبية واستنادا الى استمارة التسجيل والتي تظهر مستوى اللاعب ومدى تقدمه" (راجح:٢٧٢:١٩٧٩)

#### ٤- الخاتمة :

ان تنمية الاستقلالية لدى المتعلم ومن ثم الاعتماد على النفس يشكل مكسبا كبيرا للعملية التعليمية فالمنافسة على وفق هذا الاسلوب الفردي تعد تعليما فرديا اذ يقوم الفرد بمقارنة انتاجه اليوم بالأمس ومن ثم يستطيع تقييم عمله والكشف عما به من عيوب واخطاء فيعمل على تجنبها وعلى تحسين ادائه بحيث يصبح في الغد خيرا منه اليوم وان قيام المتعلم بالأنشطة التعليمية كافة وباستقلالية بالإضافة الى عنصر التشويق والاثارة التي تحتويها هذه التمرينات لها الدور الكبير بعملية التعلم وفي ضوء ذلك استنتج الباحثان الى ان للتمرينات بأسلوب التنافس الفردي اثر إيجابي في تعلم مهارة المناولة بكرة اليد. وان التمرينات التنافسية زادت دافعية المتعلم نحو التعلم من خلال الاسلوب التنافسي الذي تحتويه لأنها مثلت عنصرا تعزيزيا للأداء . وبناء على نتائج البحث يوصي الباحثان ضرورة تطبيق هذه التمرينات خلال الوحدات التعليمية لما تحتويه من اثارة وتشويق تزيد من دافعية المتعلم نحو الأداء وكذلك التدرج بالتمرينات من السهل الى الصعب والتنوع بالتمرينات اثناء الوحدة التعليمية .

## المصادر والمراجع

- بيلموس (واخرون)؛ تقييم الطالب التجميحي والتعليمي - ترجمه محمد امين المفتي (واخرون): (القاهرة ،دار ماكروهيل ،١٩٨٣)
- الجسماني، عبد علي ؛ علم النفس وتطبيقاته التربوية والاجتماعية:(بغداد، ، مطبعة الخلود ،١٩٨٤،
- الحماد، مفتي ابراهيم ؛طرق تدريس العاب الكرات وتطبيقها في المرحلتين الابتدائية والإعدادية ،دار الفكر العربي ،٢٠٠٠ .
- دروزة ،أفنان نظير ؛ الأسئلة التعليمية والتقييم المدرسي : (نابلس ، جامعة النجاح الوطنية ،٢٠٠١،
- راتب، اسامة كامل؛ تدريب المهارات النفسية ( تطبيقات في المجال الرياضي ) ، ط ١ : ( القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٠ ) .
- راجح ،احمد عزت ؛ اصول علم النفس ،ط٢ : (القاهرة ، دار المعارف ،١٩٧٩،
- علاوي ،محمد حسن ؛ علم النفس الرياضي ،ط٣:(القاهرة ، دار المعارف ،١٩٧٢،
- محمد ،احمد فكري ؛ تأثير استخدام اساليب مختلفة للتنافس في دفع الجلة على الاتجاهات ومستوى اداء الناشئين : ( مجموعة رسائل الماجستير والدكتوراه في التربية الرياضية ، بغداد، مطبعة الرواد،١٩٩٠،
- محمد، احمد فكري ؛ أثر استخدام اساليب مختلفة للتنافس في دفع الجلة على الاتجاهات ومستوى اداء الناشئين : (مجموعة رسائل ماجستير ودكتوراه في التربية الرياضية ،بغداد ،مطبعة الرواد،١٩٩١،
- مصطفى ،الاء زهير مصطفى ؛ سمة القلق المتعدد الابعاد وعلاقتها بدقة اداء مهارتي المناولة والتصويب في لعبة كرة اليد : (رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة ديالى ، ٢٠٠٤) .
- يوسف ،سامر يوسف ؛ تأثير منهج تعليمي لتعميم البرامج الحركية في تعلم مهارتي المناولة والتصويب بكرة اليد والتصرف الحركي للأشبال : (اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ،٢٠٠٤)

يبين التمرينات التنافسية (مناولة فردي)

الشكل	التمرينات	ت
	<p>١ من الثبات طالبان يقومان بالمناولة والاستلام من مستوى الراس على الحائط من مسافة (٣م) والطالب الذي لا يسقط الكرة يحصل على نقطة</p>	
	<p>٢ طالبان احدهما بجانب الاخر المسافة بينهم (٣م) مع الصافرة يبدأ الطالبان بالمناولة والاستلام من مستوى الراس بالانطلاق من منتصف الملعب مع تغير المسافة بينهم الى الجهة الاخرى ذهابا وايابا</p>	
	<p>٣ من الحركة ومن مسافة (٣م) يقوم اللاعب بمناولة واستلام الكرة مع الزميل الواقف على الخط الجانبي للملعب الى جانب اليمين ثم يستدير اللاعب للخلف حول شاخص موجود على بعد (١م) ويعود الى مكانه والطالب الذي يسقط الكرة او الشاخص يعتبر خاسرا</p>	
	<p>٤ من منتصف الملعب ومن مسافة (٣م) ينطلق اللاعبان للقيام بالمناولة والاستلام حتى اخر الملعب وفي الرجوع يستمر اداء المناولة والاستلام مع اداء عملية التقاطع بين اللاعبين ويكرر التمرين</p>	

