

عنوان البحث

أثر الحمل التدريبي الهرمي المهارى HSM في تطور الاداء المهارى لدى لاعبي كرة اليد الناشئين

م.م. امجد حسين حامد¹

¹ الكلية التربوية المفتوحة – مركز ذي قار، العراق.

بريد الكتروني: amjedhamed31@gmail.com

HNSJ، 202، 6 7 (9); <https://doi.org/10.53796/hnsj79/20>

المعرف العلمي العربي للأبحاث: <https://arsri.org/10000/79/20>

تاريخ النشر: 2026/09/01م

تاريخ القبول: 2026/08/15م

تاريخ الاستقبال: 2026/08/08م

المستخلص

هدف البحث إلى إعداد برنامج تدريبي قائم على نموذج الحمل التدريبي الهرمي المهارى (HSM) ، والتعرف إلى أثره في تطوير بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة اليد الناشئين. واعتمد الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة ذواتي القياسين القبلي والبعدي. تكوّن مجتمع البحث من (28) لاعباً من لاعبي المركز التخصصي لكرة اليد في محافظة ذي قار، واختيرت عينة قوامها (20) لاعباً، وزعت عشوائياً بالتساوي على مجموعتين: تجريبية وضابطة، بواقع (10) لاعبين في كل مجموعة، فضلاً عن (4) لاعبين للتجربة الاستطلاعية. خضعت المجموعة التجريبية للبرنامج التدريبي باستخدام نموذج الحمل التدريبي الهرمي المهارى، في حين تدرّبت المجموعة الضابطة وفق البرنامج المتبع لدى المدرب. استمر تطبيق البرنامج ثمانية أسابيع، بواقع أربع وحدات تدريبية أسبوعياً. وشملت أدوات القياس اختبارات التمرير الكراجي، والطبقة المتعرجة، والتصويب من القفز. وعولجت البيانات إحصائياً باستخدام المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل ارتباط بيرسون واختباري (t) للعينات المترابطة والمستقلة. أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لدى المجموعتين لمصلحة القياس البعدي، كما ظهرت فروق دالة إحصائية في القياس البعدي لمصلحة المجموعة التجريبية، مما يدل على فاعلية نموذج الحمل التدريبي الهرمي المهارى في تطوير المهارات الأساسية المدروسة. وأوصى البحث باعتماد هذا النموذج في تدريب ناشئي كرة اليد، وتضمين البرامج التدريبية أنشطة مهارية مكثفة باستخدام الكرة، وإجراء دراسات مماثلة على مهارات وفئات عمرية وألعاب رياضية أخرى.

الكلمات المفتاحية: الحمل التدريبي الهرمي المهارى (HSM) ، الأداء المهارى، المهارات الأساسية، كرة اليد، الناشئون.

RESEARCH TITLE

The Effect of Hierarchical Skill Training Load (HSM) on the Development of Skill Performance among Junior Handball Players**Abstract**

This study aimed to develop a training program based on the Hierarchical Skill Training Load (HSM) model and investigate its effect on developing selected fundamental skills among junior handball players. The researcher employed an experimental design involving experimental and control groups with pre- and post-measurements. The study population consisted of 28 players from the Specialized Handball Center in Dhi Qar Governorate. A sample of 20 players was randomly and equally assigned to an experimental group and a control group, with 10 players in each group. An additional four players participated in the pilot study. The experimental group underwent the HSM-based training program, whereas the control group followed the conventional training program implemented by the coach. The program lasted eight weeks, with four training sessions per week. The measurement instruments included tests of overarm passing, zigzag dribbling, and jump-shot accuracy. The data were analyzed using means, standard deviations, Pearson's correlation coefficient, paired-samples t-tests, and independent-samples t-tests. The results revealed statistically significant differences between the pre- and post-test scores of both groups in favor of the post-test scores. Statistically significant differences were also found between the groups in the post-test measurements in favor of the experimental group, demonstrating the effectiveness of the HSM model in developing the fundamental handball skills investigated. The study recommended adopting this model in training junior handball players, incorporating intensive ball-based skill activities into training programs, and conducting similar studies involving other skills, age groups, and sports.

Key Words: Hierarchical Skill Training Load (HSM); Skill Performance; Fundamental Skills; Handball; Junior Players.

1- التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

نظرا لما يشهده الوقت الحالي من تطور عالي المستوى في شتى المجالات العملية والرياضية والعلمية، اذ يحتاج هذا التطور الى مواكبة الاساليب الحديثة واستخدام الاجهزة المبتكرة والاستفادة القصوى من الدراسات الحديثة الناجحة في كل المجالات وتسخيرها للوصول للأهداف الموضوعية، ففي المجال الرياضي حدثت العديد من التطورات والدراسات صببت في مصلحة العملية الرياضية للوصول للمستويات العليا، ويمثل الحمل التدريبي هو الركيزة الاساسية للوصول للأهداف التدريبية بأسرع وقت وكفاءة عالية، لذلك سعى الكثير من الباحثين إلى تطوير واختبار ودراسة الخطط التعليمية والعملية في هذا المجال، بما في ذلك لعبة كرة اليد لمواكبة التطور السريع في الحقبة الحالية التي تتسم بالإبداع والتكنولوجيا، الأمر الذي يتطلب من الباحثين والمدرّبين في العملية التدريبية، وخاصة في المجال الرياضي، البحث عن برامج وأساليب تدريبية حديثة التطبيق في المجال الرياضي عامة وفي تطوير لعبة كرة اليد خاصة وترتكز على أسس علمية وتراعي الفروق الفردية بين المتدربين، من أجل الوصول إلى مستويات أداء مثالي، ومن هذه الأساليب هو حمل التدريب الهرمي، وبالأخص حمل التدريب الهرمي المهارى HSM الذي يهدف الى استخدام حمل تدريب متوسط الشدة يحتوي على 80% من وقت الوحدة التدريبية يستعمل بها اللاعب أداة اللعب بصورة فعّالة اثناء وقت التدريب، ويشمل وقت التدريب البدني والمهارى، مما يتيح للمتدرب استعمال الاداة مثل الكرة في لعبة كرة اليد اطول فترة ممكنة، وبما ان حمل التدريب متوسط الشدة يهدف عادتاً الى تطوير اداء الجهاز الدوري التنفسي، كما ذكره مفتي ابراهيم " هو الحمل الذي تتميز درجته بالتوسط من حيث العبء الواقع على الأجهزة الوظيفية للاعب، ويقل فيه الإحساس بالتعب واستمرار اللاعب في أدائه بدرجة مرضية دون ظهور أعراض الإرهاق ويستخدم في تحقيق تعلم المهارات الحركية " (1).

لذا يتيح للمتدرب التركيز بشكل اكبر على اتقان المهارات بدون جهد مفرط، مما يسمح بتطور الاداء المهارى بشكل فعال اثناء اغلب فترات التدريب، وبسبب استعمال المتدرب تدريبات بدنية ومهارية باستعمال الكرة يتيح للمتدرب الاستفادة القصوى من التدريبات لإتقان الاداء والوصول الى النضج المهارى، وهو من اولويات المدرب في تدريب هذه الاعمار (الناشئين).

1-2 مشكلة البحث:

من اهم اهداف المدرّبين عن تدريب فئة الناشئين في لعبة كرة اليد هو تطوير المهارات الاساسية في اللعبة والارتقاء بها الى مستويات عليا تتيح للمدرب واللاعب الاستفادة القصوى من هذه المهارات اثناء الاداء، ومع التطور الحاصل الان في ادخال نماذج حديثة التطبيق في المجال التدريب الرياضي كانت الحاجة إلى اعتماد نماذج معرفية حديثة داعمة للعملية التدريبية وتسهل تعلم المهارات بشكل أعمق وأسرع، ومن هذا المنطلق وضع الباحث نموذج الوحدة التدريبية التي تركز على الحمل التدريبي الهرمي المهارى HSM الذي يتيح للمتدرب الاحتكاك اكثر بأدوات اللعبة اطول فترة ممكنة اثناء الوحدة التدريبية والتركيز اكثر على المهارات الاساسية اثناء التدريب، وبالتالي تؤدي إلى رفع مستوى الأداء للمهارات الاساسية قيد البحث.

1-3 اهداف البحث:

- 1- اعداد برنامج تدريبي باستخدام الحمل التدريبي الهرمي المهارى HSM لتطوير بعض المهارات الاساسية بكرة اليد للناشئين.
- 2- التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المعد باستخدام الحمل التدريبي الهرمي المهارى HSM لتطوير بعض المهارات الاساسية بكرة اليد للناشئين.

¹ - مفتي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة، ط 9، القاهرة، دار الفكر العربي، 2001، ص 77.

4-1 فروض البحث:

- 1- توجد فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات القبلية والاختبارات البعدية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في تطور بعض المهارات الاساسية بكرة اليد للناشئين.
- 2- توجد فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة اليد للناشئين.

5-1 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: لاعبي المركز التخصصي لكرة اليد في محافظة ذي قار فئة الناشئين.

2-5-1 المجال الزمني: من 2025/10/1 ولغاية 2026/2/20.

3-5-1 المجال المكاني: قاعة الشهيد حيدر كامل برهان للألعاب الرياضية - ذي قار.

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:**1-2 منهج البحث:**

عرف منهج البحث هو "مجموعة من الخطوات العلمية التي يتبعها البحث لمعالجة مشكلة من المشكلات او التعرف على ظاهرة من الظواهر وتطويرها بشرط ان تكون هذه الخطوات معتمدة علمياً"⁽²⁾، لذا استخدم الباحث المنهج التجريبي لكونه يتلاءم مع طبيعة المشكلة من أجل التوصل الى حلول ونتائج حقيقية مناسبة للمشكلة البحثية.

2-2 مجتمع البحث وعينته:

حدد الباحث مجتمع البحث بالطريقة العمدية هم لاعبي المركز التخصصي لكرة اليد في ذي قار فئة الناشئين والبالغ عددهم (28) لاعبا، وتم إختيار عينة البحث البالغ عددهم (20) لاعبا بعد استبعاد حراس المرمى لكون المنهج المخصص لتدريبهم تخصصي للحراس، إذ بلغ عدد لاعبي التجربة الاستطلاعية (4) لاعب وتم تقسيم اللاعبين الباقين عشوائياً على مجموعتين الاولى تجريبية (10) لاعب والاخرى ضابطة (10) لاعب.

3-2 وسائل جمع المعلومات والأدوات والاجهزة المستخدمة في البحث:**1-3-2 وسائل جمع المعلومات:**

- المصادر العربية والأجنبية.
- شبكة المعلومات العالمية (الأنترنت).
- استمارة لتفريغ نتائج الاختبارات.

2-3-2 الاجهزة المستخدمة في البحث :

- حاسبة الكترونية حسابية عدد (1).
- جهاز حاسوب شخصي نوع (Dell).
- ساعة توقيت الكترونية عدد (2)

(²) سعد زاير علي، وآخرون: الموجه العلمي في منهج البحث التربوي، ط1، دار الصادق، 2025، ص18.

3-3-3 الادوات المستخدمة في البحث:

- ملعب كرة يد قانوني
- كرات يد عدد (10)
- شواخص عدد (10)
- شريط قياس.
- صافرة عدد (3)
- شريط لاصق ملون.

4-2 إجراءات البحث الميدانية:

2-4-1 تحديد الاختبارات لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد قيد الدراسة:

قام الباحث بتحديد الاختبارات الخاصة بالمهارات الأساسية قيد الدراسة بعد الاطلاع على المصادر العلمية ذات العلاقة، وقد اختير الاختبار الانسب للمهارات (التمرير والطبقة والتصويب) بما ينسجم مع أهداف الدراسة وطبيعة عينة البحث، وتم اعتماد هذه الاختبارات بصورة نهائية.

2-4-1-1 اختبار التمرير الكراجي⁽³⁾

الهدف من الاختبار: قياس التوافق وسرعة التمرير الكراجي على الحائط.

الادوات: كرة يد، حائط مستوي مرسوم عليه دائرة قطرها (70) سم ترتفع عن الارض (1.60) م، ساعة ايقاف، صافرة.
مواصفات الاداء: يقف المختبر على بعد (3) م من الحائط، يقوم المختبر بتمرير الكرة الى الحائط ضمن حدود الدائرة واستمرار التمرير لأكثر عدد من المرات في زمن (30) ثانية.

الشروط: التمرير ضمن حدود الدائرة من خلف الـ (3) م كراجيا من مستوى الكتف واستلام الكرة من خلف الخط المحدد للاستلام.

التقويم: تحسب عدد التمريرات الصحيحة في الزمن المحدد (عدد مرات استلام الكرة وهي مرتدة من الدائرة) الكرة الساقطة عن الارض او الخارجة عن الدائرة لا تحسب، يعطى المختبر محاولتين وتحسب له افضلهما.

2-4-1-2 التنطيط المستمر في اتجاه متعرج⁽⁴⁾

الجري في زكراك لمسافة (30) م:

الهدف من الاختبار: قياس مستوى مهارة التنطيط

الادوات: خمسة شواخص، ساعة توقيت، كرة يد.

طريقة الاداء: تثبت خمسة شواخص على الارض في خط مستقيم المسافة بين كل اثنين، (2) متر ويرسم خط البداية والنهاية على مسافة (2) متر من الشاخص الاول، يقف اللاعب خلف خط البداية، عند الاشارة بالبداية يقوم اللاعب بتنطيط الكرة مع الجري على شكل متعرج بين الشواخص ذهابا وايابا حتى يعبر خط النهاية.

3 الخياط، ضياء والحيالي، نوفل محمد (2001): كرة اليد، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، ص495.

4 عودة، احمد عربي (1998): كرة اليد وعناصرها الاساسية، ادارة المطبوعات والنشر، جامعة الفاتح، ص288.

التسجيل: يحسب الزمن المسجل ذهاباً وإياباً من لحظة البدء حتى تخطي اللاعب بخط النهاية.

2-4-1-3 اختبار التصويب من القفز⁽⁵⁾

الغرض من الاختبار: قياس دقة التصويب من القفز عالياً.

الادوات اللازمة: هدف كرة يد، ملعب كرة يد، كرات يد قانونية، مربعات حديد عدد 4 قياس 60×60سم، شواخص عدد/7.

وصف الاداء: يقف اللاعب خلف أول شاخص من الشواخص الموجودة بشكل عمودي اتجاه الهدف وعند سماع الإيعاز يقوم اللاعب باداء الطبطبة مابين الشواخص الى ان يصل الى منطقة الـ (9 م) ثم يقفز عالياً ويقوم بالتصويب على الاهداف الاربعة المعلقة بزوايا الهدف بدأ من الزاوية العليا اليمنى ثم الزاوية العليا اليسرى ثم الزاوية اليمنى ثم الزاوية السفلى اليسرى ويكرر الاداء مرتين.

ادارة الاختبار: مسجل يقوم بالنداء على اسماء اللاعبين وتسجيل النتائج.

حساب الدرجات: تحتسب درجتان عند دخول الكرة في أي مربع ودرجة عند مس حدود المربع وصفر اذا كانت الكرة بالخارج .

2-4-2 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء تجربة استطلاعية على (4) لاعب من مجتمع البحث وخارج العينة في يوم الاحد الموافق 19/10/2025 على قاعة الشهيد حيدر كامل برهان في ذي قار لإجراء اختبارات البحث المهارية إذ كان الغرض من التجربة الاستطلاعية ما يأتي:

- التعرف على مدى ملائمة الاختبارات للعينة.
- معرفة مدى صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في الاختبارات.
- التعرف على الوقت الذي يستغرقه كل اختبار فضلاً عن وقت الاختبارات الكلية.
- التعرف على كفاءة فريق العمل المساعد.

2-4-3 الأسس العلمية للاختبارات المهارية المستخدمة بالبحث:

صدق الاختبار: يقصد بالاختبار الصادق هو الاختبار الذي يقيس ما أعد لقياسه أو الذي يحقق ما أعد لأجله، بذلك استخدم الباحث الصدق الذاتي (التجريبي) جذر الثبات وكما مبين بالجدول (1).

ثبات الاختبار: يقصد بثبات الاختبار بأنه "الشيء الموثوق به أي بمعنى اعيد تطبيق الاختبار مرة ثانية تحت نفس الظروف وعلى نفس المجموعة، نحصل على الدرجات نفسها أو قريبة منها"⁽⁶⁾، ولكي يتعرف الباحث على مدى استقرار القياس عمد إلى إيجاد معامل الثبات بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار، إذ عمد إلى تطبيق اختباره على عينة التجربة الاستطلاعية ثم عمد بإعادة تطبيقها بعد مرور (7) أيام على العينة نفسها وبتسلسل الاختبار نفسه وفي الظروف نفسها، إذ استخرج الباحث معامل الثبات لاختباره وذلك عن طريق معامل الارتباط البسيط (pearson)، وحصل على نتائج ذات معاملات ثبات عالية وهذا ما يشير إلى معنوية الارتباط وكما مبين بالجدول (1).

موضوعية الاختبار: استند الباحث على الأرقام بصفتها حصيلة لنتائج الاختبار، فإنها استخرجت بطريقة ذات دقة عالية

⁵ علي سلوم:- الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي، مطبعة الطيف، بغداد، 2004، ص 269.

⁽⁶⁾ كاظم كريم رضا الجابري: منهاج البحث في التربية وعلم النفس الاسس والادوات، ط1، بغداد، مكتب النعيمي للطباعة والاستنساخ، 2011، ص171.

وبطريقة سهلة لتتزيل الدرجات الخام للاختبار، فضلاً عن أن الاختبار لا يحتمل التخمين والتأويل، ولذا فإنها خالية من عامل التحيز لذا يعد هذا الاختبار ذا موضوعية عالية، وقد تم حساب الموضوعية بواسطة الارتباط بين درجات محكمين اثنين، ومن خلال التطبيق الثاني للاختبارات على لاعبي العينة الاستطلاعية، إذ عمد الباحث إلى إيجاد معامل الارتباط البسيط (Pearson) بين نتائج تقييم محكمين اثنين وكما مبين بالجدول (1).

جدول (1) يبين الأسس العلمية لنتائج اختبارات الأداء لبعض المهارات الأساسية في كرة اليد

المتغيرات	الصدق الذاتي	الثبات بالاختبار وإعادة الاختبار	معامل الموضوعية لاثنتين من المحكمين
اختبار مهارة التمرير (المناوله)	0.954	0.925	0.930
اختبار مهارة الطبطبة	0.988	0.964	0.920
اختبار مهارة التصويب	0.965	0.935	0.940

2-4-4 تطبيق الاختبارات القبلية على عينة البحث:

تم اجراء الاختبارات المهارية القبلية على عينة البحث التجريبية والضابطة والبالغ عدد كل عينة (10) لاعب يوم الاحد الساعة العاشرة والنصف صباحا الموافق 2025/11/9 مع توفير كافة المستلزمات المطلوبة في قاعة الشهيد حيدر كامل برهان الرياضة في ذي قار وبمساعدة فريق العمل المساعد.

2-4-5 تكافؤ مجموعتي البحث:

لكي يتجنب الباحث العوامل التي تؤثر في نتائج التجربة الرئيسية، عمد الباحث الى توزيع المجاميع بعد الحصول على نتيجة للاختبارات القبلية للمهارات المبحوثة بكرة اليد، ولكي يعزو الباحث الفروق الى العامل التجريبي والبدء بخط شروع واحد لجأ الباحث الى التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة واستخدم الوسيلة الاحصائية المناسبة والمتمثلة باختبار (t-test) للعينات المستقلة، اذ كانت قيمة مستوى الدلالة (sig) اكبر من (0.05) مما يشير إلى أن الفروق ما بين المجموعتين غير معنوية أي أن المجموعتين متكافئة، والجدول (2) يبين تكافؤ مجموعتي البحث.

جدول (2) يبين تكافؤ عينة البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد الدراسة

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعات				قيمة (t) المحسوبة	Sig	الدالة
		التجريبية		الضابطة				
		س	ع	س	ع			
مهارة (المناولة)	الدرجة	10.10	0.720	11.17	0.709	0.331	0.742	غير معنوي
مهارة الطبطبة	الزمن/ثا	25.50	2.885	24.23	3.575	1.282	0.205	غير معنوي
مهارة التصويب	الدرجة	1.70	0.377	1.85	0.330	0.308	0.759	غير معنوي

2-4-6 تطبيق البرنامج التدريبي على عينة البحث التجريبية:

بعد اكمال الاختبارات القبلية لعينة البحث وفرز النتائج باشر الباحث في البرنامج التدريبي الذي صمم وفقاً للحمل التدريبي الهرمي المهاري HSM إذ بدأ تطبيق البرنامج في يوم السبت الموافق 2025/12/6 وانتهى يوم السبت الموافق

2026/2/7 إذ استمر البرنامج التدريبي مدة (8) أسابيع متتالية وأشتمل على (4) وحدات تدريبية في كل اسبوع تطبق في ايام السبت والثلاثاء والخميس، إذ كان لمجموعة البحث التجريبية برنامجها الخاص، واما المجموعة الضابطة طبقت نفس عدد الوحدات وزمنها بالأسلوب المتبع من لدن المدرب.

2-4-7 الاختبارات البعدية:

بعد انتهاء اخر وحدة تدريبية، تم اجراء الاختبارات البعدية للمهارات المبحوثة، إذ تم اجراءها يوم الثلاثاء الموافق 2026/2/10 على قاعة الشهيد حيدر كامل برهان في ذي قار وبحضور كادر العمل المساعد، وقد روعي تطابق الظروف التي تم فيها اجراء الاختبارات القبلية وذلك للحصول على أدق النتائج وأفضلها.

2-5 الوسائل الاحصائية:

تمت معالجة نتائج البحث الإحصائية بنظام الحقيبة الإحصائية SPSS الاجتماعية الإصدار لحساب كل من قيم الوسط الحسابي، والانحراف المعياري ومعامل الارتباط البسيط (Pearson)، واختبار (T- test) للعينات المستقلة، واختبار (T- test) للعينات المترابطة.

3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

3-1 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة:

بعد تفريغ البيانات الخاصة لكل اختبار من الاختبارات قيد الدراسة بالاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة من قبل الباحث، حيث تمت معالجتها إحصائياً وكما هو مبين في الجدول (3).

جدول (3) يبين نتائج اختبار (t-test) للعينات المترابطة لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في الاختبارات القبلية والبعدية لبعض المهارات الاساسية بكرة اليد للناشئين

المتغيرات	المجموعا ت	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ف	ع ف	قيمة (t) المحسوبة	درجة (Sig)	الدلالة
			س	ع	س	ع					
مهارة التمرير	التجريبية	الدرجة	10.10	0.720	15.85	0.628	5.750	0.191	12.929	0.000	معنوي
	الضابطة	الدرجة	11.17	0.709	14.95	0.546	3.782	0.161	9.341	0.000	
مهارة الطبطة	التجريبية	الزمن	25.50	2.885	22.15	2.620	3.350	0.341	10.747	0.000	معنوي
	الضابطة	الزمن	24.23	3.575	21.85	3.920	1.367	0.207	6.606	0.000	
مهارة التصويب	التجريبية	الدرجة	1.70	0.377	2.83	0.340	1.633	0.102	16.089	0.000	معنوي
	الضابطة	الدرجة	1.85	0.330	2.67	0.254	0.833	0.091	9.139	0.000	

3-2 عرض نتائج الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة:

لغرض التعرف على دلالة الفروق بين نتائج الاختبارات البعدية لبعض المهارات الاساسية بكرة اليد بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة عمد الباحث إلى معالجتها إحصائياً باستخدام اختبار (t-test) للعينات المستقلة، وكما مبين في الجدول (4).

جدول (4)

يبين نتائج اختبار (t-test) للعينات المستقلة في الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة للمهارات الأساسية بكرة اليد ناشئين

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		(t) المحسوبة	درجة (Sig)	النتيجة
		س	ع	س	ع			
مهارة التمرير	الدرجة	15.85	0.628	14.95	0.546	6.117	0.000	معنوي
مهارة الدحرجة	الزمن	22.15	2.620	21.85	3.920	5.973	0.000	معنوي
مهارة الطبطبة	الدرجة	2.83	0.340	2.67	0.254	9.206	0.000	معنوي

3-3 مناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية، والاختبارات البعدية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في تعلم اداء بعض المهارات الأساسية بكرة القدم الصالات للطلاب:

من خلال عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمهارات المبحوثة بكرة اليد لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة، كما مبين في الجدولين (3،4) تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية ويعزو الباحث هذا التحسن إلى فاعلية البرنامج التدريبي الذي أعده الباحث باستخدام للمجموعة التجريبية، والذي صممه بأسلوب علمي وتطبيقي يتلاءم مع خصائص وعمر العينة، ويراعي إمكانياتهم البدنية والمعرفية، فضلاً عن ذلك تضمن البرنامج التدريبي كثافة مناسبة من التكرارات في التمرينات، الأمر الذي أتاح للاعبين فرصاً كافية لممارسة المهارات الحركية باستخدام الكرة وتطبيقها عملياً بجميع تفاصيلها الفنية، مما أسهم في ترسيخ الأداء الصحيح وتقليل الأخطاء أثناء التدريب كما حرص الباحث من خلال هذا البرنامج التدريبي المصمم باستخدام الحمل التدريبي الهرمي المهارى HSM على تقديم أنشطة متنوعة للمهارة وأنواع أدائها المختلفة، سواء من الحركة أو من الثبات، مع التأكيد على وضع الجسم الصحيح أثناء الأداء، وبذلك يتفق الباحث مع (وجيه محجوب) "بأن التمرين يؤدي إلى تطوير المهارة والوصول بها إلى التكنيك الصحيح والايوتوماتيكية في الإداء والقدرة على معرفة الخطأ وتحديده ويعمل على اثر نقل التعلم إلى مهارات أخرى مشابهة⁽⁷⁾" ، إذ ان تطبيق الوحدة التدريبية في كرة اليد وفق نموذج الحمل التدريبي الهرمي المهارى HSM فعال لما يتميز به من تسلسل هرمي يربط بين المهارات الأساسية والمركبة كالتمرير والتصويب، الأمر الذي يضمن استثارة التكيف البدني والمهاري بصورة متدرجة، وبالتالي يحقق نتائج تدريبية ترتقي بمستوى عالي، وهذا ما تفوق به لاعبي المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة.

من خلال عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد كما مبين في الجدولين (3،4) تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية للمجموعة الضابطة إذ ويعزو الباحث هذا التحسن إلى خضوع اللاعبين في المجموعة الضابطة لوحدة تدريبية وفق البرنامج المعد من قبل المدرب، والذي يضمن أهدافاً مخططة وكذلك تمارين مهارية أسهمت في تزويد اللاعبين بالمعلومات والمعارف اللازمة، فضلاً عن توظيفها في الجانب التطبيقي داخل الوحدة التدريبية، وهذه الوحدات التدريبية المعتمدة على الأسلوب المتبع من قبل المدرب، والمتمثلة بالشرح اللفظي وعرض النموذج الحركي، أسهمت في تحسين مستوى اللاعبين المهارية، مما انعكس

(7) ووجيه محجوب: نظريات التعلم والتطور الحركي، ط1، دار وائل للطباعة والنشر والتوزيع، 2001، ص168.

إيجابًا على مستوياتهم المهارية، وتحسين القدرة على تمثيل المعلومات المرتبطة بها، وهو ما أدى إلى ارتفاع مستوى الأداء في بعض المهارات الأساسية بكرة اليد، ولكنهم جاءوا بعد لاعبي المجموعة التجريبية من حيث الاداء والنتائج.

4- الاستنتاجات والتوصيات:

1-4 الاستنتاجات:

1- أظهرت نتائج الدراسة فاعلية البرنامج التدريبي بنموذج الحمل التدريبي الهرمي المهارى HSM في تدريب المهارات الأساسية بكرة اليد للناشئين تفوق المجموعة التجريبية على لاعبي المجموعة الضابطة.

2- أسهم البرنامج التدريبي المعد باستخدام نموذج الحمل التدريبي الهرمي المهارى HSM في تحسين مستوى بعض المهارات الأساسية بكرة اليد، مما عزز الاداء الصحيح لدى لاعبي المجموعة التجريبية.

2-4 التوصيات:

1- يوصي الباحث بالاعتماد على نموذج نموذج الحمل التدريبي الهرمي المهارى HSM في تطوير المهارات الأساسية بكرة اليد لما أظهره من فاعلية في تحسين مستوى الأداء المهارى لدى لاعبي المجموعة التجريبية.

2- يوصي الباحث بضرورة تضمين البرامج التدريبية أنشطة وتمارين مهارية باتخدام الاداة بصورة مكثفة اذ يعزز ذلك تطور المهارات المطلوبة وفق نموذج الحمل التدريبي الهرمي المهارى HSM.

3- العمل على إجراء دراسات مشابهة على مهارات أخرى في ألعاب وفعاليات في مراحل عمرية أخرى.

المصادر:

الجابري، كاظم كريم رضا. (2011). *مناهج البحث في التربية وعلم النفس: الأسس والأدوات* (ط1). بغداد، العراق: مكتب النعيمي للطباعة والاستنساخ.

Al-Jabri, K. K. R. (2011). *Research methods in education and psychology: Foundations and tools* (1st ed.). Baghdad, Iraq: Al-Nuaimi Office for Printing and Reproduction.

الحكيم، علي سلوم جواد. (2004). *الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي* (ط1). القادسية، العراق: جامعة القادسية، كلية التربية الرياضية، مطبعة الطيف.

Al-Hakim, A. S. J. (2004). *Testing, measurement, and statistics in the sports field* (1st ed.). Al-Qadisiyah, Iraq: University of Al-Qadisiyah, College of Physical Education, Al-Taif Press.

الخياط، ضياء، والحيالي، نوفل محمد. (2001). *كرة اليد*. الموصل، العراق: جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر.

Al-Khayyat, D., & Al-Hayali, N. M. (2001). *Handball*. Mosul, Iraq: University of Mosul, Dar Al-Kutub for Printing and Publishing.

زاير، سعد علي، وآخرون. (2025). *الموجه العلمي في منهج البحث التربوي* (ط1). العراق: دار الصادق.

Zayer, S. A., et al. (2025). *The scientific guide to educational research methodology* (1st ed.). Iraq: Dar Al-Sadiq.

عودة، أحمد عريبي. (1998). *كرة اليد وعناصرها الأساسية* (ط1). طرابلس، ليبيا: جامعة الفاتح، إدارة المطبوعات والنشر.

Ouda, A. Oraibi. (1998). *Handball and its fundamental components* (1st ed.). Tripoli, Libya: Al-Fateh University, Publications and Publishing Department.

حماد، مفتي إبراهيم. (2001). *التدريب الرياضي الحديث: تخطيط وتطبيق وقيادة* (ط2). القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.

Hammad, M. I. (2001). *Modern sports training: Planning, application, and leadership* (2nd ed.). Cairo, Egypt: Dar Al-Fikr Al-Arabi.

محجوب، وجيه. (2001). *نظريات التعلم والتطور الحركي* (ط1). عمان، الأردن: دار وائل للطباعة والنشر والتوزيع.

Mahjoub, W. (2001). *Theories of learning and motor development* (1st ed.). Amman, Jordan: Dar Wael for Printing, Publishing, and Distribution.