



The effect of educational exercises according to the flipped learning strategy in learning some types of handball shooting for second-year students

Asst. Prof. Dr. Yaqoub Youssef Abdel Zahra

Mustansiriyah University - College of Physical Education and Sports

gakopyosef@uomustansiriyah.edu.iq

Abstract

The flipped learning largely ensures the optimal use of the teacher's time during the class, as the teacher evaluates the students' level at the beginning of the class and then designs activities within the educational lesson by focusing on clarifying concepts, consolidating knowledge and skills, and then supervises their activities and provides appropriate support to those who struggle among them. Thus, the levels of understanding and achievement are very high, because the teacher takes into account the individual differences between learners. Handball is considered one of the sports activities that require the application of scientific methods to achieve its goals, due to its many advantages, including improving and developing physical qualities and acquiring skills. The importance of the research revolves around developing methods for learning some types of handball shooting using modern technological means to bring the educational process to achieve its goals in an effective and influential manner in educational conditions and trying to overcome the problem of teachers' inability to teach skills. This prompted the researcher to use the practical application of the flipped learning strategy in developing and learning some types of handball shooting for second-stage students. Therefore, the researcher decided to study the effect of educational exercises according to the flipped learning strategy in learning some types of handball shooting for second-stage students. The aim of the research is to prepare educational exercises according to The flipped learning strategy in teaching some types of handball shooting to second-year students, and identifying the effect of educational exercises according to the flipped learning strategy on teaching some types of handball shooting to second-year students. The researcher used a single-group experimental approach with two tests (pre- and post-tests), due to its suitability and consistency with the nature of the research problem. The researcher deliberately selected the research community, which consisted of second-year morning-school students for the academic year (2024-2025). The sample was randomly selected by drawing lots, and the number of students was (20). In light of the results, the researcher reached the following conclusions :The use of the flipped learning strategy had a positive impact on the students' handball performance in the research sample in the pre- and post-tests.

Keywords: Kinesthetic Learning – Handball



تأثير تمارين تعليمية وفق استراتيجية التعلم المعكوس في تعلم بعض انواع التصويب بكرة اليد لطلاب المرحلة الثانية

أ.م.د. يعقوب يوسف عبد الزهرة - الجامعة المستنصرية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

gakopyosef@uomustansiriyah.edu.iq

الملخص

أن التعلم المعكوس يضمن إلى حد كبير الاستغلال الأمثل لوقت المعلم أثناء المحاضرة، حيث يقوم المدرس بتقويم مستوى الطلاب في بداية المحاضرة ثم يُصمم الأنشطة داخل الدرس التعليمي من خلال التركيز على توضيح المفاهيم ، وتثبيت المعارف، والمهارات، ومن ثم يشرف على أنشطتهم ، ويقدم الدعم المناسب للمتعثرين منهم ، وبالتالي تكون مستويات الفهم والتحصيل عالية جداً، لأن المدرس راعي الفروق الفردية بين المتعلمين وتعتبر كرة اليد احد الانشطة الرياضية التي تحتاج تطبيق الاساليب العلمية لتحقيق اهدافها، لما لها من مميزات عديدة منها تحسين وتنمية الصفات البدنية، واكتساب المهارات وتتمحور أهمية البحث الى تطوير طرق تعلم بعض انواع التصويب بكرة اليد باستخدام الوسائل التكنولوجية الحديثة للوصول بالعملية التعليمية الى تحقيق أهدافها بشكل مؤثر وفعال في الظروف التعليمية ومحاولة التغلب على مشكلة عدم قدرة المعلمين على تدريس المهارات ، وهذا ما دفع الباحث إلى استخدام التطبيق العملي لاستراتيجية التعلم المعكوس في تنمية وتعلم بعض انواع التصويب في كرة اليد لدى طلاب المرحلة الثانية ، لذا ارتأى الباحث إلى دراسة تأثير تمارين تعليمية وفق استراتيجية التعلم المعكوس في تعلم بعض انواع التصويب في كرة اليد لدى طلاب المرحلة الثانية ، وهدف البحث الى اعداد تمارين تعليمية وفق استراتيجية التعلم المعكوس في تعلم بعض انواع التصويب في كرة اليد لدى طلاب المرحلة الثانية والتعرف على تأثير التمارين التعليمية وفق استراتيجية التعلم المعكوس في تعلم بعض انواع التصويب في كرة اليد لدى طلاب المرحلة الثانية ، إذ استعمل الباحث المنهج التجريبي نو المجموعة الواحدة ذات الاختبارين (القبلي والبعدي)، وذلك لملاءمته وانسجامه لطبيعة المشكلة المتعلقة بالبحث، اختار الباحث بطريقة عمدية مجتمع البحث الذي تمثل بطلاب المرحلة الثانية للدراسة الصباحية للعام الدراسي (2024-2025) ، فقد تكونت العينة باختيارهم بالطريقة العشوائية عن طريق إجراء القرعة والبالغ عددها (20) طالباً وتوصل الباحث أن استخدام استراتيجية التعلم المعكوس أظهرت أثراً إيجابياً على أداء الطلاب في كرة اليد لعينة البحث في الاختبارات القبلية والبعدية.

الكلمات المفتاحية : التعلم الحركي - كرة اليد



1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته

أن عملية التجديد والتحديث في مجال التعلم الحركي واستراتيجيات التعلم لم تعد مجال نقاش بل أصبحت من الأمور الملحة المقطوع بأهميتها بين المتخصصين ومطلباً حيوياً ، وبالنظر إلى عملية تعلم التربية الرياضية يتضح أنه على الرغم من سهولتها الظاهرية، إلا أنها تحتوي على كم هائل من التعقيدات، حيث إن تدريس التربية الرياضية يقتضي التعامل مع أطراف بشرية غير متجانسة ذات فروق فردية ، واتجاهات ، وميول متباينة، ومن هنا أصبح لزاماً على العاملين في مجال تدريس التربية الرياضية الاستفادة من المستجدات الحديثة للوصول إلى الأهداف التعليمية المرغوبة فلم تعد مهام المعلم مقتصرة على الدور التقليدي ، بل أصبح عليه التجديد والابتكار

أن التعلم المعكوس يضمن إلى حد كبير الاستغلال الأمثل لوقت المدرس أثناء المحاضرة، حيث يقوم المعلم بتقويم مستوى الطلاب في بداية المحاضرة ثم يُصمم الأنشطة داخل الدرس التعليمي من خلال التركيز على توضيح المفاهيم ، وتثبيت المعارف، والمهارات، ومن ثم يشرف على أنشطتهم ، ويقدم الدعم المناسب للمتعثرين منهم ، وبالتالي تكون مستويات الفهم والتحصيل عالية جداً، لأن المعلم راعي الفروق الفردية بين المتعلمين.

وتعتبر كرة اليد احد الأنشطة الرياضية التي تحتاج تطبيق الاساليب العلمية لتحقيق اهدافها، لما لها من مميزات عديدة منها تحسين وتنمية الصفات البدنية، واكتساب المهارات الحركية، إن طبيعة الأداء في كرة اليد تعتمد على درجة كفاءة اللاعب لأداء بعض انواع التصويب اثناء القيام بالعمل الخططي، وتختلف طبيعة الأداء في كرة اليد وتتنوع ما بين العدو السريع بالكرة أو بدونها إلى الجري أو التوافق وترجع عمليات التغيير في الأداء إلى طبيعة سير المباراة كما يعد مهارة التصويب من أهم أركان مختلف الرياضات وأكثرها حساسية فهي عادة تأخذ الوقت الأطول على مدار فترات التدريب كما تتال من المدرب الكثير من الجهد والتفكير، ولا غنى عنها للاعب سوى الطالب فمهارة التصويب بالنسبة له وكذلك اللاعب المتقدم فهو يطمع ان يتمكن منها بدرجة أعلى من الاتقان تسهل له أو لفريقه احراز الهدف.

أن البدء في تعليم الطلاب كرة اليد يجب أن يتم من خلال برنامج موضوع من قبل المدرس، بحيث يتوافر لهذا البرنامج العناصر الأساسية لنجاحه ويتحقق هدفه من خلال وضع كرة اليد في قالب مشوق للطلاب بحيث تعمل على إعطائه دافع لممارسة واستيعاب أكبر قدر ممكن من الحجم المهارى والخططي الذي يجب أن يتقنه المبتدئون سواء فردي أو جماعي.

وتتمحور أهمية البحث الى :



- تطوير طرق التعلم باستخدام الوسائل التكنولوجية الحديثة للوصول بالعملية التعليمية الى تحقيق أهدافها.

- تدريس كرة اليد بشكل مؤثر وفعال في الظروف التعليمية.

- محاولة التغلب على مشكلة عدم قدرة المتعلمين على تدريس المهارات قيد البحث.

- تغلب على مشكلة تزايد اعداد المتعلمين في الدرس.

1-2 مشكلة البحث

ومن خلال عمل الباحث كأعضاء هيئة تدريس فقد لاحظ ضعف مستوى أداء طلاب المرحلة الثانية لأنواع مهارة التصويب كرة اليد ، وانبثق ذلك من خلال المتابعة المستمرة للطلاب اثناء اداء المهارات بالمدرسة ومشاهدته مدى الصعوبات التي تواجههم اثناء الاداء، حيث ان مهارة التصويب في كرة اليد تحتاج الى قواعد واسس معينة اثناء ادائها لعدم ارتكاب أي اخطاء وبالتالي ترسيخ هذه الاخطاء اثناء عملية التعلم

هذا ما دفع الباحث إلى استخدام تمارينات تعليمية وفق استراتيجية التعلم المعكوس في تعلم بعض انواع التصويب في كرة اليد لدى طلاب المرحلة الثانية ، لذا ارتأى الباحث إلى دراسة التطبيق العملي لتأثير استراتيجية التعلم المعكوس في تعلم بعض انواع التصويب في كرة اليد لدى طلاب المرحلة الثانية ومن خلال التساؤلات الآتية :

- هل استخدام مدرسي مادة كرة اليد هذه استراتيجية التعلم المعكوس في تعلم انواع التصويب في كرة اليد ؟

- ما فاعلية استخدام استراتيجية التعلم المعكوس في تعلم بعض انواع مهارة التصويب في كرة اليد ؟

1-2 هدف البحث الى:

1- اعداد تمارينات تعليمية وفق استراتيجية التعلم المعكوس في تعلم بعض انواع مهارة التصويب في كرة اليد .

2- التعرف على تأثير التمارينات التعليمية وفق استراتيجية التعلم المعكوس في تعلم بعض انواع مهارة التصويب في كرة اليد .

1-4 فرض البحث

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي في تعلم بعض انواع مهارة التصويب في كرة اليد لأفراد عينة البحث.

مجالات البحث:

المجال البشري: طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - المرحلة الثانية للدراسة الصباحية للعام الدراسي 2024/2025.



المجال الزمني: من 2024/10/16 لغاية 2025/1/15.

المجال المكاني: ملعب كرة اليد في الجامعة المستنصرية.

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

1-2 منهج البحث:

أ- إن طبيعة المشكلة تلزم الباحث اختيار المنهج الملائم لها لتحقيق أهداف البحث، والتحقق من صحة الفروض، إذ استعمل الباحث المنهج التجريبي ذو المجموعة الواحدة ذات الاختبارين (القبلي والبعدي)، وذلك لملاءمته وانسجامه لطبيعة المشكلة المتعلقة بالبحث.

ب- 2-2 مجتمع البحث وعينته

ت- تم اختيار مجتمع الدراسة بصورة عمدية وتمثل بطلاب المرحلة الثانية للدراسة الصباحية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - الجامعة المستنصرية للعام الدراسي 2024-2025، والبالغ عددهم (193) طالباً، وبعد استبعاد طلاب للتجربة الاستطلاعية وعدم الالتزام عددهم (10) وتحديد عينة البحث (20) طالب، وبنسبة مئوية تبلغ (10.36%)، إن توجه الباحث لاختيار هذه العينة هو ضمان استمرارها بالتمرين والالتزام، وتوافر جميع الظروف لتحقيق أهداف البحث، والتعاون من قبل الكادر التدريبي للفريق وفريق العمل المساعد.

2-3 وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستعملة في البحث:

2-3-1 وسائل جمع المعلومات في البحث:

- المصادر والمراجع العربية والأجنبية.
- استمارة استطلاع آراء الخبراء.
- شبكة المعلومات (الأنترنت).
- الملاحظة والتجريب.
- الاختبارات والقياس.
- استمارة تسجيل البيانات.
- فريق العمل المساعد

2-3-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

1- حاسبة (لابتوب) hp

2- ملعب كرة يد قانوني

3- كرات يد

4- ساعة توقيت الكترونية عدد (2)



5- شواخص احجام مختلفة.

6- مربعات التصويب .

7- شريط قياس الطول بالسنتيمتر

2-4 إجراءات البحث الميدانية

2-4-1 الاختبارات الخاصة بالمهارات الأساسية بكرة اليد

ث- 1- التصويب من الثبات بكرة اليد. (5 : 61)

ج- الهدف من الاختبار : دقة التصويب من الثبات

ح- الأدوات المستخدمة : كرات يد عدد (8) ، 4 مربعات كل منهما 40×40 سم.

خ- طريقة الأداء :-

د- 1- يقف الطالب خلف خط رمية (7م) ممسكا بالكرة ، وكما في الشكل (6).

ذ- 2- عند إعطاء الإشارة يقوم الطالب بالتصويب على المربع 1 ثم 2 ثم 3 ثم 4

ر- 3- يكرر الأداء مرة أخرى، ومن شروطه:

ز- يراعى ثبات احدى قدمي الطالب، وعدم تحريكها في اثناء أداء الرمية

س- يلعب الكرة خلال ثلاث ثوان من بدء سمع الإشارة

ش- التسجيل :

ص- 1- تحتسب درجة لكل تصويبه داخل المربع المخصص

ض- 2- يحتسب صفر للتصويب اذا ارتكب الطالب مخالفة قانونية، مثل تحريك قدمه الثانية ، أو

عدم التصويب خلال 3 ثواني من سماع الإشارة.

ط-

2- التصويب من القفز عاليا على مربعات دقة التصويب (4:179)

الغرض من الاختبار : قياس مهارة التصويب

الادوات : ملعب كرة يد ، مربعات دقة التصويب ٥٠ سم × ٥٠ سم معلقان في الزوايا العليا للهدف ،

كرات يد عدد ٦

مواصفات الاداء: يقوم اللاعب بالأداء من خطوتين او ثلاث خطوات ثم القفز من على خط ال 9 م

والتصويب على مربعات دقة التصويب من القفز عاليا وعلى أن ترسل ثلاث كرات على كل مربع من

مربعات دقة التصويب وبالتعاقب

التسجيل : يسجل للمختبر عدد المحاولات الناجحة من التصويب والتي تدخل فيها الكرة بشكل

كامل في مربعات دقة التصويب



3- التصويب من القفز للأمام على مربعات دقة التصويب (183:3)

الغرض من الاختبار : قياس مهارة التصويب

الادوات : ملعب كرة يد ، مربعات دقة التصويب ٥٠ سم × ٥٠ سم معلقان في الزوايا العليا للهدف ، كرات يد عدد ٦

مواصفات الاداء : يقوم اللاعب بالوقوف امام خط ال ٦ م بحيث يكون المرمى خلف اللاعب المختبر ووجهه باتجاه زميل له يقف امامه ليقوم بمناولة الكرة اليه حيث يقوم بالاستدارة لمواجهة المرمى والميلان والتصويب على مربعات دقة التصويب وعلى أن ترسل ثلاث كرات على كل مربع من مربعات دقة التصويب وبالتعاقب

التسجيل: يسجل للمختبر عدد المحاولات الناجحة من التصويب والتي تدخل فيها الكرة بشكل كامل في مربعات دقة التصويب

2-5 التجربة الاستطلاعية

قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية على طلاب من خارج عينة البحث وعددهم (5) طلاب مع الفريق المساعد، وذلك للوصول إلى نتائج دقيقة قبل تنفيذ استراتيجية التعلم المعكوس وذلك في يوم الاثنين الموافق 2024/10/21 تم إجراء الاختبارات المتعلقة بأنواع التصويب بكرة اليد وبمساعدة فريق العمل المساعد ، وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية هو :-

- 1- التأكد من مدى ملاءمة ووضوح تعليمات اختبارات عينة البحث.
- 2- التأكد من قدرة وامكانية فريق العمل المساعد لتنفيذ القياسات والاختبارات.
- 3- مدى صلاحية الأجهزة والأدوات المستعملة في الاختبارات.
- 4- حساب الوقت اللازم لتنفيذ الاختبارات .
- 5- مدى ملائمة التمرينات المعدة ضمن المنهج لقدرات وقابليات الطلاب

2-6 الاختبارات القبليّة

بعد استكمال المستلزمات المطلوبة قام الباحث بإجراء الاختبارات القبليّة يوم الاثنين (2024/10/28) لاختبارات انواع التصويب كرة اليد على عينة البحث والتي يبلغ عددها (20) طلاب يمثلون مجموعة البحث

2-7 التجربة الرئيسيّة

بعد اكتمال الاختبارات القبليّة أعد الباحث التمارين التي شملت المهارة المحددة ، وباستخدام استراتيجية التعلم المعكوس وآلية عمله عن طريق تكنولوجيا المعلومات والاجهزة الذكية ووسائل التواصل الاجتماعي فقد قرر الباحث وبالتفاق مع الطلبة يقوم الباحث بالاجتماع بطلاب المجموعة في المكان المخصص



للشرح ويقوم كل طالب من طلاب المجموعة بشرح طريقة أداء المهارة المحددة من قبل المعلم والتي يؤديها لاعبين ذوي مستويات عالية في كرة اليد وكذلك مراجعة سريعة للتمرينات التي سيؤديها الطالب بغرض تنمية المهارة بتقديم ملاحظات عن المادة التعليمية وكذلك تقديم التغذية الراجعة ، وتوثيق معلومات الطلاب ، وإجراء المناقشات فيما بينهم وبينه ، حيث تم الاتفاق بين الباحث وطلاب المجموعة على الاجتماع في وقت محدد قبل حصة التربية الرياضية يتم طرح الأسئلة من الطلاب ويقوم الباحث بالإجابة على التساؤلات فوراً وكذلك يقوم الطلاب بمناقشة الباحث في الخطوات الفنية والأخطاء الشائعة وطرق تنمية المهارة ، وكذلك يقوم الباحث بتكليف الطلاب بالواجبات والأسئلة المتعلقة بمادة كرة اليد وتحديد موعد تقديم هذه الواجبات وتصحيحها وتقييم الطلاب والتواصل مع أولياء الأمور لمتابعة مستوى تقدم وتأخر أبنائهم. بعد استكمال متطلبات التجربة في تحديد مجموعة البحث تم البدء بتطبيق تجربة البحث في يوم الاثنين الموافق 2024/11/4 واستمر لغاية 2024/12/25، حيث أشتمل المنهاج على (16) وحدة استغرق تنفيذها (8) أسابيع وبواقع (2) وحدة تعليمية في الأسبوع وزمن الوحدة التعليمية الواحدة (45) دقيقة .

2-8 الاختبارات البعدية

قام الباحث بأجراء الاختبارات البعدية يوم الاثنين الموافق 2024/12/30، مراعيًا أسلوب وظروف ووقت إجراء الاختبارات القبليّة مع تطبيق الاختبارات البعدية حسب تسلسلها في الاختبارات القبليّة.

2-9 الوسائل الإحصائية

اعتمد الباحث الحقيبة الإحصائية SPSS v.24 لمعالجة النتائج الخاصة بنتائج البحث.

3- النتائج

3-1 عرض النتائج ومناقشتها

3-1-1 عرض نتائج الفروق لاختبارات المهارات (القبليّة والبعدية) لمجموعة البحث

الجدول (1)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدى في اختبارات البحث

الاختبار البعدى		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المتغيرات
ع	س	ع	س		
1.21	16.84	1.44	9.23	درجة	التصويب من الثبات من مسافة (6)م
1.42	6.25	1.81	4.15	درجة	التصويب من القفز عاليًا على مربعات دقة التصويب



1.20	5.79	1.37	3.88	درجة	التصويب من القفز للأمام على مربعات دقة التصويب
------	------	------	------	------	---

الجدول (2)

فرق الأوساط الحسابية وانحرافه المعياري وقيمة (t) المحسوبة و(Sig) لاختبارات البحث

المتغيرات	ف	ف هـ	قيمة t المحسوبة	sig	الدلالة
التصويب من الثبات من مسافة (6)م	6.71	0.23	12.85	0.000	معنوي
التصويب من القفز عالياً على مربعات دقة التصويب	2.10	0.39	9.08	0.000	معنوي
التصويب من القفز للأمام على مربعات دقة التصويب	1.91	0.17	11.72	0.000	معنوي

* تحت مستوى دلالة (0.05)، ودرجة حرية تساوي (19)

ومن خلال ما تم عرضه من النتائج الاختبارات المهارات في الجداول رقم (1) في الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعة البحث، ويعزو الباحث هذا التطور في الاختبارات البعدية للعينة والتي يؤكد على وجود فروق ذات دلالة احصائية لمجموعة البحث والتي عملت على وفق استراتيجية التعلم المعكوس في تعلم بعض انواع التصويب بكرة اليد للطلاب وهذا ان دل على شيء فإنما يدل على فاعلية التمرينات التي قام الباحث بأعدادها وتصميمها وفق استراتيجية التعلم المعكوس لأفراد العينة فضلاً عما يتعلموه داخل الدرس للتمرين نفسها وهذا يتماشى مع ما اكده ان تعلم الطالب من خلال استراتيجية التعلم المعكوس مفاهيم الدرس الجديدة في المنزل من خلال التقنيات الحديثة مثل الهواتف الذكية او الاجهزة الحاسوبية المحمولة فيتمكن الطالب من اعادة مقطع الفيديو عدة مرات ليتمكن من استيعاب المفاهيم الجديدة. (2:136) إذ تشمل هذه الاستراتيجية التعلم المعكوس التفاعل، والممارسة العملية، واستخدام التقنية، مما يجعل عملية التعلم أكثر جذباً وفعالية. وهذا التنوع يتيح للمتعلمين اختيار أساليب التعلم التي تتناسب مع أسلوبهم الشخصي ويركز النموذج على التقييم والمراجعة المستمرة ، ويضيف الباحث أن تكرار المحاولة في الوحدة التعليمية للتمرينات المهارية كأن لها الأثر الكبير في تعلم المهارات بكرة اليد، فضلاً عن التنوع بالتمرينات المهارية ونوع المهارة والوقت المخصص للتمرين الكافي ، كان له الأثر الكبير في عملية التعلم وتطور المهارات ، وفي هذا الصدد " أن التكرار المعزز يساعد المتعلم على اتقان الحركات الفرعية التي تمثل في مجموعها المهارة المطلوب تعلمها ويحقق التناسق بين هذه الحركات مما يجعل اداؤها في تتابع صحيح وزمن مناسب" (15:1) ويعزو الباحث ايضا التطور الحاصل نتيجة استعمال اجهزة العرض والأدوات الحديثة إلى دخول متغير



تعليمي مثير لانتباه المتعلمين عمل على حثهم ودفعهم نحو العمل بجدية ودافعية أكبر كونه وسيلة تعليمية لم يستعملها المتعلمون من قبل مما زاد من رغبتهم وحماسهم نحو الممارسة.

4- الاستنتاجات والتوصيات

الاستنتاجات

- 1- لاستراتيجية التعلم المعكوس أثراً إيجابياً في تعلم أداء بعض انواع التصويب في كرة اليد.
- 2- ان استخدام الافلام التعليمية والتمرينات البدنية ضمن استراتيجية التعلم المقلوب احدثت تعلماً فعالاً افضل من التعلم التقليدي .
- 3- ساهمت استخدام استراتيجية التعلم المعكوس في تحفيز واثارة الطلاب ، حيث تمكن الطلاب من تطوير تقنياتهم الحركية وزيادة دقة تصويبهم من خلال التدريب الفعال والتفاعل المستمر مع المدربين وزملائهم .

التوصيات

- 1- ينبغي تطوير المناهج الرياضية لتتضمن المزيد من الأنشطة المدعومة بالتكنولوجيا، لتعزيز فاعلية التدريس.
- 2- تعزيز الجانب العملي في التدريبات من خلال دمج تطبيقات عملية لاستراتيجية التعلم المعكوس ، مما يساعد الطلاب في تجربة تطبيق المهارات بشكل مباشر.
- 3- يجب توسيع نطاق استخدام الاستراتيجية ليشمل المزيد من الأنشطة الرياضية، مما يعزز من تفاعل الطلاب ومشاركتهم.



المصادر

- 1- احمد خاطر واخرون ؛ دراسات في التعلم الحركي في التربية الرياضية : دار المعارف ، القاهرة ، مصر ، 1987
- 2- حنان اسعد الزين: استراتيجية التعلم المعكوس في التحصيل الاكاديمي لطالبات ، كلية التربية بجامعة الاميرة نورة بنت عبد الرحمن ، ٢٠١٥
- 3- سامر يوسف : تأثير منهج تعليمي لتعميم البرامج الحركية في تعلم مهارتي المناولة والتصويب في كرة اليد والتصريف الحركي . أطروحة دكتوراه . جامعة بغداد : كلية التربية الرياضية ، 2004 .
- 4- كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسنين : القياس في كرة اليد . القاهرة : مطابع روز اليوسف ، 1980
- 5- محمد عبد الرضا كريم : كرة اليد بطريقة حوارية مبسطة ، ط1 ، العراق ، النجف الأشرف ، دار الضياء ، 2023

ت	أقسام الدرس	الوقت	التمارين المهارية	التقويم
1	القسم الإعدادي	20 دقيقة	تهيئة الأدوات، والحضور، والوقوف على شكل خط واحد وأداء التحية الرياضية لبداية المحاضرة	التأكيد على الضبط والنظام.
	المقدمة	3 دقائق		
	الإحماء العام	4 دقائق	سير، هرولة ، الوقوف على شكل اربع مجموعات.	تأكيد دوران الذراعين ممدودة
	الإحماء الخاص	13 دقائق	(الوقوف)مرجحة الذراعين امام خلف بالتبادل العد 2 (الوقوف - الذراعين جانباً) ثني الجذع اماما - اسفل مع مرجحة الذراعين متقاطعة امام الصدر ، ثم ضغط الجذع بالوضع العد 4 (الوقوف -الذراعين تخصر) فتل الجذع للجانبين بالتعاقب العد 4 (الجلوس الطويل - الذراعين جانباً) رفع الرجلين اماما وتحريكهما اعلى اسفل بالتعاقب العد 2 (الاستلقاء) رفع الرجلين اماما عاليا بالتعاقب العد 4	التأكيد على الاحساس بالتمارين
2	القسم الرئيسي	45 دقيقة	شرح من قبل المدرس وتوضيح الفيديو الخاص بالمهارة الذي تم ارساله مسبقاً للطلاب من خلال طرح اسئلة حول الفيديو من قبل الباحث بناءً على تحليل ومناقشة الفيديو من قبل الطلاب	على المدرس أن يعرض أنموذج مع الشرح والتأكيد على الأداء الصحيح للتمرين.
	الجزء التعليمي	15 دقائق		رجوع الطلاب للصف بإشراف المدرس.
	الجزء التطبيقي	30 دقيقة	يقف الطلاب على شكل قاطرة وكل طالب معه كرة يؤدي التصويب من الثبات على مسافة 10م من المرمى ثم يعود الى نهاية القاطرة أداء التصويب من الثبات مع ميل الجذع باتجاه ذراع الرمي نحو المربعات الموجود في المرمى أداء التصويب من الثبات تكون القدم اليسرى اماما(ارتكاز) وتكون بمرجحة الذراع وتسديد تصويبه نحو المرمى أداء التصويب من الثبات مع انخفاض مركز ثقل اللاعب لتحاكي ذراعي التغطية للمنافس	التركيز على ثبات اللاعب أثناء أداء مهارة التصويب من الثبات التأكيد على أداء مهارة التصويب من الثبات وتفاذي ذراع المنافس
3	القسم الختامي	10 دقائق	- إعطاء تمرين تهدئة واسترخاء للعضلات . - مناقشة تساؤلات الطلاب حول المهارة	انصراف بهدوء