



تأثير استخدام أسلوب التعلم التعاوني والاتقاني في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة اليد على عينة من طالبات المرحلة الثانية /جامعة المثنى

غاده عبود

اسيل ناجي

وزارة التربية مديره تربية الرصافة الثانية

جامعه المثنى /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ثانوية الضحى للبنات

المستخلص

يهدف البحث الى التعرف على تأثير اسلوب التعلم التعاوني و الاتقاني في تعلم بعض المهارات بكرة اليد بإدخالهما في المنهاج التعليمي المتبع بالكلية والتعرف على اي الأسلوب أفضل في التعلم استخدم المنهج التجريبي وشملت العينة طالبات المرحلة الثانية البالغ عددهم ٣٠ طالبة تم اختيارهم بطريقة العمدية التربوية الرياضية جامعة المثنى وتضمنت وسائل جمع المعلومات والاختبارات القبلية واستخدمت البرنامج التعليمي بأسلوب (التعاوني ، والاتقاني) لمدته شهر ونصف بواقع ٤ وحدات لكل مهاره بعد الانتهاء من البرنامج التعليمي أدت الباحثتان الاختبارات البعدية ثم تبويب النتائج تم استخدام الوسائل الاحصائية وقد تم عرض ومناقشة النتائج وقد توصلتا الباحثتان من ذلك الى ان الاسلوب التعاوني والاتقاني له تاثير معنوي على مهارات قيد الدراسة وان افضل اسلوب لتعلم هو اسلوب (التعلم الاتقاني) وقد اوصتا الباحثتان الى ادخال لأسلوبين التعلم الاتقاني والتعاوني في تدريس مادة كرة اليد بمنهاج الكلية .

Research Summary

The aim of the research is to identify the effect of cooperative learning methods and techniques in learning some skills in handball by introducing them in the curriculum of the college and to identify which method is better in learning

Using the experimental method The sample included the students of the second stage of the 30 students selected in a deliberate manner Physical Education Muthanna University and included the means of collecting information and tribal tests and used the educational program in my (cooperative and technical) for a month and a half by 4 units for each skill After the completion of the educational program, The results were then used and statistical methods were used. The results were presented and discussed. The researchers concluded that the cooperative and technical method has a significant effect on the skills studied and the best method of learning. Style (learning Alatghani) has Aositya to introduce researchers to the two methods of learning Alatghani and cooperative in teaching handball college curriculum

١-١ المقدمة واهمية البحث

ان الكثير من الاساليب التعليمية التي استخدمت في تعلم مهاره الرياضية ومازالت تستخدم ، اذ تباينت منها نسب النجاح في الاداء المهاري والبدني لذا سعى الخبراء والباحثون الى ايجاد اساليب وطرق تخدم الالعب والفعاليت والمهارات الرياضية كافة بما يتلام مع قابليات وامكانيات المتعلم . ان لعبة كرة اليد هي احدى الالعب الرياضية المهمة التي اكتسبت شعبية كبيرة في بلدان العالم ويأتي ذلك بسبب الطابعة السريع في اللعب ولما تحتوي من قوة في الدفاع ومهاره مثيره في الهجوم .



وكذلك تحتوي على مهارات اساسية دفاعية وهجومية ومهارات مركبة من كلتا النوعين التي توصل الفريق الى الفوز اذ ان ادائها بشكل متزن وانسيابي وسريع اذ ان المهارات الاساسية ضرورية بشكل كبير للمتعلم فهي سلم الارتقاء نحوه الابداع والتفوق ويجب على القائم بعملية التعليم ان يلم بالمتعلم المهارات الاساسية كافة ولا توجد مهاره اهم من الاخرى .

وان المدربين والقائمين بعملية التعلم يجب ان يوافق بين عملية تعلم المهارات والطريقة والاسلوب الامثل لتعلم تلك المهاره وحسب قدرات وقابلية المتعلم والاخذ بنظر الاعتبار الفروق الفردية بين المتعلمين .

وتأتي هذه من خلال التناسق بين التمارين المستخدمة وتعلم المهارة المطلوبة سواء كانت دفاعية او هجومية او مركبة وهي بذلك تتطلب استخدام الاسلوب التعليمي المناسب لتعليم احدى المهارات .
فذلك تاتي اهمية البحث من خلال استخدام اسلوبي التعلم التعاوني والالتقاني في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة اليد من خلال ادخال الاسلوبين في المنهاج التعليمي المتبع في الكلية .

٢-١ مشكلة البحث

من خلال متابعة الباحثان للدوس العملية في بكلية التربية لاحظ قلة الاهتمام في تعلم بعض المهارات في كرة اليد والتدريب عليها فضلا عن قلة استخدام الاساليب العلمية الحديثة الامر الذي يدعو الى اهمية استخدام تلك الاساليب التعليمية وجدولتها بالمنهاج التعليمي بما يخدم العملية التعليمية ، اذ ان تنظيم عملية التعلم واستخدام الطراق العلمية باستثمار هذه الاساليب هو المنهج العلمي الذي يراد منه رفع المستوى التعليمي وتحقيق اهداف العملية التعليمية بشكل فعال بما يخدم هذه المهارات والتسريع في تعلمها.

وطبقا لما تقدم ارتأت الباحثان القيام بدراسة علمية جاده لهذه المشكلة من خلال استخدام الاسلوبي التعلم التعاوني والالتقاني وتأثيرهما في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة اليد الذي يمكن من خلاله الارتقاء بمستوى المهارات والتطوير والوصل بالطلاب الى مستوى افضل بالتعلم .

٣-١ اهداف البحث

- التعرف على تأثير اسلوبي التعلم التعاوني والالتقاني في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة اليد -
التعرف على اي اسلوبي افضل في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة اليد .

٤-١ فروض البحث

- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للاسلوبين التعاوني والالتقاني والمتبع (الضابطه) في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة اليد

- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات البعدية بين مجاميع البحث

٥-١ مجالات البحث

- المجال البشري: ٣٠ طالبة من طالبات المرحلة الثانية / للجامعة المثنى

- المجال الزمني :- ٢٠١٧/١١/١ - ٢٠١٧/١٢/١٩

- المجال المكاني :- ملعب كرة اليد في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة المثنى .

٢-منهج البحث واجراءاته الميدانية

٢-١ منهج البحث



استخدم المنهج التجريبي لملائمته مشكلة البحث

٢-٢ عينة البحث

تم اختيار العينة من مجتمع الاصل المتمثل طالبات المرحلة الثانية بطريقة العمدية جامعة المثني تبالغ عددهم (٣٦) طالبة حيث تم اعتماد الطريقة العمدية في اختيار العينة وتم استبعاد (٦) لغرض التجربة الاستطلاعية وقله حضورهم وبذلك اصبحت العينة (٣٠) طالب ويشكلون نسبة (٨٣%) وقسمت الى ثلاثة مجاميع ، مجموعتين تجريبيتين ومجموعة ضابطة .

٣-٢ ادوات البحث ووسائل جمع المعلومات

- ملعب كرة اليد

- ساعة توقيت الكترونية عدد (٤)

- كرات سلة

- طباشير ملون

- صافرة عدد(٤)

- حاسبة يدوية

- المصادر العربية والاجنبية

٢-٤ اختبارات المستخدمة بالبحث

* اختبار المناولة والاستلام على المربعات المتداخلة(١).

- الغرض من الاختيار :- قياس المناولة والاستلام .

- الأدوات الأزيمة:- كرات يد قانونية عدد (٥) ، حائط مستو، شريط لاصق لرسم المربعات .

- وصف أداء الاختبار :- تقف الطالبة على بعد (٤ م) من الحائط مع أداء المناولة والاستلام على مربعان متداخلان إبعادهما (٦٠ × ٦٠ سم) و(٤٠ × ٤٠ سم)، والخط السفلي يبعد عن سطح الأرض بمقدار (٨٠ سم) ، ويكون أداء الاختبار لخمس مناولات تنفذ بواسطة الذراع الرامية .

- التسجيل :- تحسب درجتان للمربع الصغير ودرجة واحدة للمربع الأكبر ، وصفر إذا كانت المناولة خارج المربعات أي أن الدرجة العظمى لاختبار هي (١٠ درجات) .

* اختبار الطبطبة في خط مستقيم ٣٠ م (٢).

- الغرض من الاختبار :- قياس مهارة الطبطبة .

- الأدوات الأزيمة:- كرات يد قانونية عدد (٥) ، ساعة توقيت يدوية عدد (٢) ، مسافة محددة (٣٠ م) .

- وصف أداء الاختبار :- تقف الطالبة خلف خط البداية ، وهي ممسكة بالكرة متخذة وضع البداية العاليي مواجهتاً لخط النهاية ، وعند سماع إشارة البدء تبدأ الركض مع الطبطبة بأقصى سرعة إلى أن تتجاوز خط النهاية ، وتعطى الطالبة محولة واحدة فقط .

- التسجيل :- يسجل للطالبة الوقت المستغرق من لحظة إشارة اليد ، وحتى الوصول إلى خط النهاية بالثانية وأجزاءها العشرية .

(١) اشرف فتحي عبد المحسن . تحديد المستويات البدنية والفسولوجية كدالة لتطوير الأداء المهاري للاعبي كرة اليد . أطروحة دكتوراه ، جامعة حلوان

، كلية التربية الرياضية للبنين . ٢٠٠٢ . ص١٩٦

(٢) الحكيم ، علي سلوم جواد . الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي . (القادسية : الطيف للطباعة ، ٢٠٠٤) ص٢٢٣ .



* اختيار التصويب بالوثب عالياً^(١).

- الهدف الاختبار :- قياس دقة التصويب من الوثب عالياً .
- الأدوات الأزيمة :- كرات يد قانونية عدد (١٢) ، جهاز وثب عالي بارتفاع (١٥٦ سم) وتكون المسافة بين القائمين (٢ م) ، مربعات حديد عدد (٤) بأبعاد (٦٠ × ٦٠سم) .
- وصف أداء الاختبار:- تقف الطالبة على بعد (١٢ م) من الهدف ممسكاً الكرة خلف خط البداية (تبعا لليد المصوبة) وإمام قائم جهاز الوثب مباشرة الذي يبعد (٨ م) عن الهدف ثم تبدأ بأخذ ثلاث خطوات والتصويب بالوثب عالياً إلى المربع (١ ثم ٢ ثم ٣ ثم إلى ٤ ويكرر الأداء ثلاث مرات أي تصوب الطالبة (١٢) كرة ، ثلاثة منها إلى كل مربع من المربعات الأربع .
- التسجيل :- تحتسب نقطة من دخول الكرة المربع المخصص للتصويب ، وتحسب صفراً للتصويب خارج المربع ، ولا تحسب نتيجة التصويب التي تتحرك فيها الطالبة أكثر من ثلاث خطوات .
- ملاحظة :- تم أخذ معدل أطوال الطالبات فكان (١٥٦ سم) ليمثل ارتفاع جهاز الوثب العالي.

٢-٥ التجربة الاستطلاعية .

قامتا الباحثتان بأجراء التجربة الاستطلاعية على (٦) طالبات وذلك للتعرف على مدى استيعاب الطالبات للاختبار ومقدرتهم على الأداء وكفاية الأدوات والتعرف على الوقت اللازم للأداء وتقسيم عمل فريق العمل المساعد

٢-٦ الاختبارات القبليّة.

تم اجراء الاختبارات القبليّة على عينة البحث بالقاعة الرياضية بجامعة المثني وللختبارات المناولة و الطبطبة والتصويب ٢٠١٨/١١/١ ..

٢-٧ البرنامج التعليمي .

من اجل إعداد الخطط التعليمية اللازمة لتعليم بلعبة كرة اليد (المهارة المناولة والاستلام والطبطبة والتصويب) تم تحديد خطتين تعليميتين لكل مهاره ، بعدها قامت الباحثتان بإعداد خطط تعليمية لتعلم هذه المهارات على وفق الأسلوب الإقتاني والتعاوني (الملحق ١)، وقد تضمن المنهاج التعليمي (١٢) وحدة تعليمية ، بواقع وحدتين تعليميتين أسبوعياً لكل من مجموعتي البحث (التجريبيتين) بدأت من ٢٠١٧/١١/٢-٢٠١٧/١٢/١٧ وتم وضع خطة لتنفيذ الخطط التعليمية ، إذ تضمنت قسماً إعدادياً وقسماً رئيساً وقسماً ختامياً يبلغ زمن الوحدة ٩٠ دقيقة ويتوزع زمن الوحدة التعليمية على الأقسام

٢-٨ الاختبارات البعدية .

قام الباحثتان باجراء الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبيتين للمهارات المناولة و الطبطبة والتصويب بتاريخ ٢٠١٧/١٢/١٩ في القاعة الرياضية التربوية الرياضية لجامعة المثني

٢-٩ الوسائل الاحصائية .

تم استخدام الحقيبة الإحصائية spss

٣-١ عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة و البعدية للمجاميع الثلاث.

(١) ضياء الخياط ونوفل محمود . كره اليد : (دار النشر ، القاهرة، ١٩٩٩). ص ٥٠٨.



جدول (١)

يبين قيمة (ت) المحسوبة بين الأختبارات القبليّة والبعديّة لمجاميع الثلاث.

الأختبارات	المجاميع	الأختبار القبلي		الأختبار البعدي		س ف	ع ف	قيمة المحسوبة (ت)	مستوى الخطأ	الدلالة الإحصائية
		س	ع	س	ع					
الطبّية	ضابطة	١١,٧٤	٢,١٥	٨,٤٢	٠,٣٦	٣,٣٢	٠,٩٢	٩,٥٧	٠,٠٠٤	معنوي
	تعاوني	١١,٨٧	٢,٥٩	٨,٩٢	٠,٨٦	٢,٩٤	٠,٧٢	٩,٩٦	٠,٠٠٣	معنوي
	اتقاني	١١,٦٥	٣,٠٩	٥,٧٥	٠,٦٦	٥,٩٥	٣,٥٥	٦,٢٢	٠,٠٠١	معنوي
المناولة والاستلام	ضابطة	٦,٨٨	١,٢٠	٨,٧٢	٠,٣٦	١,٨٣	٠,٦٧	٧,٢٦	٠,٠٠٣	معنوي
	تعاوني	٦,١٣	٢,١٨	٩,٧٧	٠,٢٤	٣,٦٤	٠,٩٤	٩,٥٠	٠,٠٠٦	معنوي
	اتقاني	٦,١٢	١,٣٣	٩,٥٩	٠,٦٦	٣,٤٦	١,٤١	٩,٢٢	٠,٠٠١	معنوي
التصويب	ضابطة	٠,١٤	٠,٣٧	٣,١٦	١,٥٨	٣,٠١	٠,٧٣	١٠,٩٧	٠,٠٠٣	معنوي
	تعاوني	٠,٥٩	٠,٧٠	٣,٢٢	١,٣٦	٢,٧٢	٠,٩٤	٧,١٠	٠,٠٠٤	معنوي
	اتقاني	٠,١٦	٠,٣٨	٤,٥٢	٠,٧٨	٤,٣٥	١,٢٢	١٣,٣٥	٠,٠٠٧	معنوي

تحت مستوى دلالة ٠,٠٥

تبين من الجدول أعلاه ان مستوى الدلالة ٠,٠٥ اكبر من مستوى الخطأ اذن الدلالة الإحصائية معنوي ولجميع الاختبارات (الطبّية، المناولة والاستلام ، التصويب)

٣-٢ عرض وتحليل ومناقشة نتائج تحليل التباين للأختبار البعدي للمجاميع الثلاث.

جدول (٢)

يبين نتائج تحليل التباين الثاني للاختبارات البعديّة.

الأختبارات	مصدر التباين	مجموع مربع الانحرافات	درجات الحرية	متوسط مربع الانحرافات	قيمة (ف)	مستوى الخطأ	مستوى الدلالة
الطبّية	بين المجموعات	٤١,٦٨٢	٢	٢٠,٨٤١	٥,٣٢٦	٠,٠٠٢	معنوي
	داخل المجموعات	٩٣,٩١٣	٢٧	٣,٩١٣			

غير معنوي	٠,٠٧٨	١,٥٤٤	٣١,٠٧٨	٢	٦٢,١٥٧	بين المجموعات	المناقشة والاستلام
			٢٠,١٢٨	٢٧	٤٨٣,٠٧٧	داخل المجموعات	
معنوي	٠,٠٠	١٣,٥٤٤	١٠,٠٠٥	٢	٢٠,٠١١	بين المجموعات	التصويب
			٠,٧٦٧	٢٧	١٨,٤٢٤	داخل المجموعات	

تحت مستوى دلالة ٠,٠٥ ودرجتي حرية (٢ ، ٢٧) .

تبين من الجدول أعلاه ان مستوى الدلالة ٠,٠٥ اكبر من مستوى الخطأ اذن الدلالة الإحصائية معنوي في الاختبارين الطبطبة والتصويب بينما المناولة والاستلام غير معنويه لان نسبه الخطأ (٠,٠٧٨) اكبر من مستوى الدلالة (٠,٠٥) .

٣-٣ عرض نتائج اختبار (L.S.D) لمعرفة الفروق بين الأوساط الحسابية (ضابطة تعاوني اتقاني) في الأختبار البعدي للطبطبة والتصويب ومناقشتها .

جدول (٣)

يبين نتائج اختبار (L. S. D) لمعرفة اقل فرق معنوي بين الاوساط الحسابية في الاختبار البعدي للطبطبة والتصويب .

الاختبارات	المجاميع	الأوساط الحسابية	فرق الأوساط	مستوى الخطأ	الدلالة الأحصائية
الطبطبة	ضابطة - تعاوني	٨,٩٢٦ - ٨,٤٢	٠,٥٠	٠,٠٦٤	غير معنوي
	ضابطه - اتقاني	٥,٧٥ - ٨,٤٢	٢,٦٧	٠,٠٠٢	معنوي
التصويب	تعاوني - اتقاني	٥,٧٥ - ٨,٩٢٦	٣,١٧	٠,٠٠٤	معنوي
	ضابطة - تعاوني	٣,٢٢ - ٣,١٦	٠,٠٦	٠,٠٠٧	غير معنوي
	ضابطه - اتقاني	٤,٥٢ - ٣,١٦	١,٣٦	٠,٠٠	معنوي
	تعاوني - اتقاني	٤,٥٢ - ٣,٢٢	١,٣٤	٠,٠٠	معنوي

نلاحظ من الجدول (٣) ان معنوية الفروق في القدرة على تعلم مهارة الطبطبة كانت لذوات مجموعة التعلم الاتقاني بالدرجة الاولى اذ بلغ الوسط الحسابي (٥,٧٥) ثم المجموعة التعلم التعاوني اذ بلغ الوسط الحسابي لهم (٨,٩٢٦) .

كذلك التصويب كانت معنويه لمجموعي الاتقاني و التعاوني و فرق الأوساط بينهم بسيط

٣-٤ مناقشة النتائج

تم عرض الجداول الاختبارات القبليه والبعديه وتحليل التباين ومعرفة اقل فرق معنوي في الاوساط الحسابية للمجاميع الثلاث والتعرف على افضل اسلوب في تعلم المهارات بكرة اليد.

اظهرت النتائج في اختبارات (L.S.D) لمعرفة اقل فرق معنوي في تعلم مهارة بان المجموعة التجريبية (التعلم الاتقاني) هي افضل اسلوب لتأثير في التعلم المهارات في المهارات قيد البحث (الطبطبة ، التصويب) ولصالح نتائج المجموعة التعلم الاتقاني كذلك التعلم الاتقاني في التصويب اذ يوجد فرق بسيط بينه وبين التعلم الاتقاني وتعزو الباحثين الفروق بين الاختبارات البعديه إلى استخدام لأسلوب التعلم الاتقاني وفق نموذج بلوم للمتعلمين وهذا المنهج يركز على تسهيل المفردات من السهل إلى الصعب وعدم الانتقال من تعلم مهارة إلى أخرى إلا بعد أن يتم إتقان المهارة السابقة



وترتكز على المعلومات التي تصل إلى المتعلم عن طريق الشرح والتوضيح أي إعطاء المعلومات المراد تعلمها ومن ثم القيام بالعملية التعليمية ويذكر بلوم "أن هناك دورة مغلقة من الدافعية داخل المتعلم إذ أن المتعلم يقوم بالبحث عن الأخطاء كلما تقدم في الانجاز وان ازدياد خبرة المتعلم والشعور بالمسؤولية والجدارة مع السيطرة الكاملة على الوحدات التعليمية بعد أن كانت صعبة عليه في بدايتها" (١).

اما الاسلوب التعاوني وتشير نتائج البحوث التجريبية الى ان أسلوب التعلم التعاوني يزيد من تقديرات الذات عند الطلاب ، ويزيد العاطفة بين أعضاء المجموعة الواحدة والمجموعات الأخرى ، وينمي اتجاهات الطلبة الايجابية نحو أنفسهم ونحو زملائهم إذ إن العلاقة الترابطية المشتركة بين مجموعات الطلبة تتطلب اعتماد طالب على آخر بصورة ايجابية ، فعند تداول المعلومات بين مجموعتين أو أكثر يجري تعلم مهارات فردية فضلا عن مهارات وسمات أن ما جاء به أسلوب التعلم التعاوني هو إيجاد هيكلية تنظيمية لعمل مجموعة الطلبة بحيث ينعكس كل أعضاء المجموعة في التعلم وفق ادوار واضحة ومحددة مع التأكيد إن كل عضو في المجموعة يتعلم المادة التعليمية (٢).

٤- الاستنتاجات والتوصيات .

٤-١ الاستنتاجات .

١. ان الاسلوب التعاوني والاتقاني له تاثير معنوي على تعلم المهارات قيد الدراسة
٢. ان افضل اسلوب للتعلم هو اسلوب (التعلم الاتقاني)

٤-٢ التوصيات .

- ١- اعتماد الاسلوب الاتقاني تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة اليد
- ٢- ضرورة تطبيق الخطوات اسلوب التعليمي بشكل كامل ودقيق وخصوصاً على المبتدئين .
- ٣- اجراء دراسات اخرى تتناول المقارنه بين الاساليب التعليمية الاخرى لتعلم مهارات رياضية اخرى .

المصادر

- (١) اشرف فتحى عبد المحسن . تحديد المستويات البدنية والفيولوجية كدالة لتطوير الأداء المهاري للاعبين كرة اليد . أطروحة دكتوراه ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية للبنين . ٢٠٠٢ . ص ١٩٦
- (٢) الحكيم ، علي سلوم جواد . الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي . (القادسية : الطيف للطباعة ، ٢٠٠٤) ص ٢٢٣ .
- (٤) توفيق احمد مرعي و محمد محمود الحيلة ؛ طرائق التدريس العامة : (عمان ، دار الميسرة للنشر ، ٢٠٠٢) ص ٨٤ .
- (٥) ضياء الخياط ونوفل محمود . كره اليد : (دار النشر ، القاهرة، ١٩٩٩) . ص ٥٠٨ .

(B. Bloom O.P. cit, 1999. P.1-11)

ملحق (١)

نموذج لخطة تعليمية بالاسلوب الاتقاني

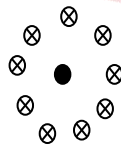
عدد الطلاب : طالبات ١٠

زمن الوحدة : ٩٠ دقيقة

الهدف التعليمي : تعليم وإتقان الطلاب مهارة التميريرة فوق الراس

الهدف السلوكي : أن يؤدي الطلاب التميريرة فوق الراس بصورة جيدة .

ت	أقسام الدرس	الزمن	شرح محتوى الفعالية وأسلوب تنفيذها	التنظيم	الملاحظات
١-	القسم الإعدادي	٢٥ دقيقة	تهيئة الأدوات والتجهيزات الرياضية، أخذ الغيابات والحضور	⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗	- التأكد على الحضور - التأكد على ارتداء الزي الرياضي - تطبيق الإحماء من قبل جميع الطلاب
	المقدمة	٥ دقيقة		●	



(١)B. Bloom O.P. cit, 1999. P.1-11

توفيق احمد مرعي و محمد محمود الحيلة ؛ طرائق التدريس العامة : (عمان ، دار الميسرة للنشر ، ٢٠٠٢) ص ٨٤ . (٢)

٤٢٧
⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗
⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗
⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗





<p>- تنفيذ التمارين البدنية بصورة صحيحة</p>		<p>سير --> هرولة اعتيادية --> هرولة مع تدوير ذراع اليمين ثم اليسار --> هرولة مع تدوير الذراعين إلى الأمام وإلى الخلف --> رفع الركبتين أمام أعلى بالتعاقب --> هرولة --> سير .</p> <p>(الوقوف - انثناء عرضاً) مد الذراعين جانباً (٢ عدة) . (الوقوف - تخصر) قتل الجذع جانباً (٤ عدة) . (الوقوف) ثني الركبتين نصفاً مع رفع الذراعين أماماً (٢ عدة) . (الوقوف) تدوير رسغ اليد (حر) .</p>	<p>١٠ دقيقة</p>	<p>إجماء</p>
<p>- التأكيد على الإصغاء إلى شرح وعرض المدرس للمهارة . - التأكيد على الانتباه إلى النموذج أثناء أداء المهارة . - التأكيد على استخدام أكثر من نموذج</p>	<p>⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ● ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗</p>	<p>من وضعية مسك الكرة ، تسحب الكرة إلى خلف الراس بحيث تشكل اليدان والساعد ومن ثم تمتد اليدان بصورة سريعة وكاملة بحيث تكون أصابع اليدين بصورة مستقيمة ومؤشرة إلى الأمام والخارج مع استعمال قوة الأصابع والرسخين في الدفع ، مع التأكيد على حركة الساقين بحيث يكون هناك انثناء بسيط في الركبتين . - عرض المهارة من قبل المدرس مع تقديم نموذج .</p>	<p>٦٠ دقيقة</p>	<p>القسم الرئيس</p>
<p>الملاحظات</p>	<p>التنظيم</p>	<p>شرح محتوى الفعالية وأسلوب تنفيذها</p>	<p>الزمن</p>	<p>أقسام الدرس</p>
<p>- التأكيد على تطبيق التمارين مهارية بصورة صحيحة . - التأكيد على الأداء الصحيح للمهارة وتقديم التغذية الراجعة عند الحاجة .</p>		<p>- تطبيق التميريرة فوق الراس مع الزميل من مسافة (٣م) من الثبات . - تطبيق التميريرة فوق الراس على مربع مرسوم على الحائط من مسافة (٣م) من الثبات . - تطبيق التميريرة فوق الراس بين زميلين على مسافة (٦ م) من الثبات - تطبيق التميريرة فوق الراس بين زميلين على مسافة (٦ م) بأخذ خطوة . تقديم التغذية الراجعة بين التمارين من قبل المدرس .</p>	<p>٥٠ دقيقة</p>	<p>الجزء التطبيقي</p>
<p>- تطبيق الاختبار لمعرفة درجة الإتقان التي وصل إليها الطالب ، درجة الإتقان هي من ٧٠% فما فوق .</p>		<p>- التميريرة فوق الراس على دائرة مرسومة على الحائط نصف قطرها ٩٦ سم ، ترتفع عن الأرض بمقدار ٩٠ سم ، المسافة بين الجدار والمختبر ٧ م .</p>	<p>١٠ دقيقة</p>	<p>التمرين الأول</p>
<p>- الانتباه إلى المدرس والالتزام بالهدوء والانصراف .</p>	<p>⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ⊗ ●</p>	<p>- تمارين تهدئة - إرشادات وتوجيهات - تحية الانصراف</p>	<p>٥ دقيقة</p>	<p>التمرين الثاني</p>
				<p>التمرين الثالث</p>
				<p>التمرين الرابع</p>
				<p>اختبار تكويني</p>
				<p>الجزء الختامي</p>