



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة ديالى

كلية التربية الأساسية

# أثر استخدام أساليب متنوعة في تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة القدم لطلاب الصف الثاني المتوسط

رسالة مقدمة إلى

مجلس كلية التربية الأساسية / جامعة ديالى

وهي جزء من متطلبات نيل درجة ماجستير في التربية

طرائق تدريس التربية الرياضية

من قبل

عادل عباس ذياب

بإشراف

الدكتور إياد حميد رشيد

2007 م

1428 هـ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

❁ قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا

إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ ❁

صدق الله العظيم

البقرة / 32

## إقرار المشرف

أشهد إن أعداد هذه الرسالة الموسومة بـ (أثر استخدام أساليب متنوعة في تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة القدم لطلاب الصف الثاني المتوسط) قد جرى تحت إشرافي في كلية التربية الأساسية / جامعة ديالى وهي جزء من متطلبات نيل درجة ماجستير في التربية / طرائق تدريس التربية الرياضية .

التوقيع :

المشرف : د. إياد حميد رشيد

كلية التربية الأساسية / جامعة ديالى

بناء على التوصيات المتوافرة أرشح هذه الرسالة للمناقشة .

قسم الدراسات العليا

2007 / /

## إقرار المقوم اللغوي

أشهد أنني قرأت هذه الرسالة الموسومة بـ(أثر استخدام أساليب متنوعة في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم لطلاب الصف الثاني المتوسط) وقد تمت مراجعتها من الناحية اللغوية بحيث أصبحت بأسلوب علمي خالٍ من الأخطاء والتعبيرات اللغوية والنحوية غير الصحيحة . ولأجله وقعت .

التوقيع :

المقوم اللغوي :

2007 / /

## إقرار لجنة المناقشة والتقييم

نشهد أننا أعضاء لجنة المناقشة والتقييم أطلعنا على هذه الرسالة الموسومة بـ (أثر استخدام أساليب متنوعة في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم لطلاب الصف الثاني المتوسط) وقد ناقشنا الطالب ( عادل عباس ذياب) في محتوياتها وفيما له علاقة بها ونقر أنها جديرة بالقبول لنيل درجة ماجستير في التربية / طرائق تدريس التربية الرياضية .

التوقيع

رئيس اللجنة

التوقيع

عضو اللجنة

التوقيع

عضو اللجنة

صدقت هذه الرسالة من مجلس كلية التربية الأساسية / جامعة ديالى بجلسته المنعقدة بتاريخ

2007 / / .

العميد

أ.م.د. ابراهيم نعمة

كلية التربية الأساسية / جامعة ديالى

2007 / /

## الإهداء

إلى...

الأغلى في الوجود مثلي الأعلى... أبي

- نبع الحنان الصافي... أمي

- من كانت سندا وعمادا... زوجتي

- من شاركوني فرحي وألمي... أخواني وأخواتي

- عصافير الفرح... أبنائي

عادل

## شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على سيد المرسلين محمد (ﷺ) وعلى آل بيته الطيبين الطاهرين.

يطيب لي بعد الانتهاء من بحثي هذا أن أتقدم ببالغ الشكر والتقدير والامتنان إلى أستاذي الفاضل الدكتور أياد حميد رشيد الذي تفضل مشكوراً بالأشراف على البحث والذي كان لي بمثابة الأخ والصديق، وكان لجهوده وتوجيهاته وملاحظاته القيمة وتشجيعه الدائم الأثر الكبير في انجاز هذا البحث، اسأل الله تعالى أن يسدد خطاه في خدمة العملية التربوية.

وأتقدم بالتقدير والاحترام والشكر الجزيل إلى الأستاذ الفاضل والمربي الكبير الدكتور نبيل محمود شاكر لما قدمه لي من مساعده ودعم وتوجيه طيلة مدة الدراسة.

وأقدم الشكر والامتنان إلى السادة الخبراء الذين كان لتوجيهاتهم العلمية وأتباع الخطوات العلمية السديدة الفضل في أعداد البحث وانجازه، ولا يسعني إلا أن أقدم شكري وتقديري إلى الأخ التدريسي احمد مهدي والأخ التدريسي حيدر شاكر لما قدماه لي من آراء علمية وتشجيع مستمر أفاد الباحث كثيراً.

وأوجه الشكر والتقدير إلى جميع الأخوة الأساتذة ومدربي الألعاب في قسم التربية الرياضية - كلية التربية الأساسية وخص بالذكر رئيس قسم التربية الرياضية الأستاذ الفاضل الدكتور ناظم كاظم جواد لما وجدته عندهم من روح الصداقة وتشجيعهم المستمر لي وفقهم الله وجزاهم خيراً.

وأوجه الشكر الجزيل والعرفان بالجميل إلى الأخ والصديق وسام جليل سبع لما قدمه لي من مساعده طيلة مدة الدراسة. وأثمن جهود طلاب متوسطة الصدرين والكادر المساعد لتعاونهم المطلق والصادق معي، ويرى الباحث نفسه عاجزاً عن التعبير عن مشاعر الود والامتنان إلى زملائه في الدراسة عماد، فاضل، نبراس، حاتم، حيدر واخيراً أوجه شكري وامتناني إلى كل من مدَّ يد العون لي في انجاز هذا البحث وكان سبباً في نجاحه والله الموفق للجميع.

الباحث

## ملخص الرسالة باللغة العربية

### عنوان الرسالة

(( أثر استخدام أساليب متنوعة في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم  
لطلاب الثاني المتوسط ))

الباحث : عادل عباس نياي

بإشراف

الدكتور إياد حميد رشيد

أحتوت الرسالة على خمسة أبواب :

الباب الاول : ( التعريف بالبحث )

تضمن هذا الباب التعريف بالبحث وأهميته في تعلم بعض المهارات الحركية بكرة القدم باستخدام أساليب تدريسية حديثة ، وقد تم التعرف على مشكلة البحث والتي تتلخص في عدم استخدام هذه الاساليب في تعليم مهارات كرة القدم ضمن المنهاج التعليمي في المدارس المتوسطة .

وهدف البحث الى :-

1- معرفة اثر استخدام الاساليب ( المتسلسل والعشوائي والتقليدي) في تعلم بعض

المهارات الأساسية بكرة القدم لطلاب الصف الثاني المتوسط .

2- معرفة افضل الاساليب في تعلم المهارات قيد الدراسة.

ويمكن لهذه الاهداف ان تتحقق في ضوء الفرضيات الآتية:-

1- وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والبعدي بين المجاميع

الثلاث ( الضابطة والتجريبيتين ) ولصالح الاختبار البعدي.

2- وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين نتائج الاساليب المستخدمة في الاختبار

البعدي.

اما مجالات البحث فكانت:-

المجال البشري : طلاب المرحلة المتوسطة / الصف الثاني

المجال الزمني : المدة من 2006/5/15 ولغاية 2007/10/10

المجال المكاني : ساحة مدرسة ثانوية الصديين للبنين

### الباب الثاني : ( الدراسات النظرية والمشابهة )

أحتوى هذا الباب على الدراسات النظرية التي لها علاقة بالاساليب التدريسية المستخدمة في هذا البحث والمهارات الحركية المختارة بكرة القدم وكذلك تم التطرق الى بعض الدراسات المشابهة .

### الباب الثالث : ( منهج البحث وإجراءاته الميدانية )

أستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة مؤلفه من ( 72 ) طالباً من طلاب الصف الثاني المتوسط قسمت الى ثلاث مجاميع موزعة في ثلاث شعب .  
وقد أستخدمت المجموعة التجريبية الاولى ( الاسلوب المتسلسل ) وأستخدمت المجموعة التجريبية الثانية ( الاسلوب العشوائي ) وأستخدمت المجموعة الضابطة ( الاسلوب الامري ) ، وقد أتبعتمت المجاميع الثلاث المنهج التعليمي نفسه ، من حيث عدد الوحدات التعليمية المحددة ، وزمن كل وحدة تعليمية هو ( 45 ) د .  
ولقد أعتمد الباحث على الادوات والمصادر والمراجع ذات الصلة بموضوع بحثه لتحقيق أهداف البحث وفرضياته ، وقام بأجراء تجربة استطلاعية، ثم أجري الاختبارات القبليّة والبعديّة ، وتم أستخدم الوسائل الاحصائية الملائمة للوصول الى النتائج الدقيقة .

### الباب الرابع :- ( عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها )

لقد تم عرض النتائج على شكل جداول ثم تحليلها ومناقشتها بأسلوب علمي معتمداً في تعزيز ما توصل اليه الباحث بالمصادر العلمية وقد أستخدم الباحث الوسائل الاحصائية المناسبة .

### الباب الخامس : (الاستنتاجات والتوصيات )

في ضوء النتائج التي تم التوصل اليها أستنتج الباحث ما يأتي :-

1- وجود تباين في تعلم بعض المهارات الحركية بكرة القدم بين الاساليب التدريسية موضوع البحث .

2- أن للاساليب التدريسية ( موضوع البحث ) تأثير إيجابي في عملية تعلم بعض المهارات الحركية بكرة القدم .

3- تفوق الاسلوب التدريسي ( المتسلسل ) في تعلم بعض المهارات الحركية بكرة القدم على الاسلوب العشوائي والاسلوب الامري .

4- على الرغم من وجود تعلم في تعلم المهارات قيد البحث لدى المجموعة التي درست بالاسلوب الامري الا انها كانت اقل المجاميع تعلماً .

وفي ضوء الاستنتاجات اوصى الباحث بما يأتي :-

1- التأكيد على استخدام اسلوبي ( المتسلسل العشوائي ) في تعلم مهارات اخرى بكرة القدم ولمراحل عمرية مختلفة .

2- اجراء بحوث مشابهة في العاب اخرى مختلفة .

3- دراسة تأثير اساليب تعليمية اخرى في تعلم المهارات الحركية بكرة القدم .

4- ضرورة اطلاع مدرسي التربية الرياضية ومن خلال الدورات العملية على كيفية تطبيق الاساليب التعليمية واهميتها في تعلم المهارات الاساسية وتعلمها لمختلف الالعاب .

## قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع	التسلسل
1	عنوان الرسالة.	
2	الآية القرآنية.	
3	أقرار المشرف.	
4	أقرار المقوم اللغوي.	
5	أقرار لجنة المناقشة والتقويم.	
6	الاهداء.	
7	شكر وتقدير.	
8	ملخص الرسالة باللغة العربية.	
11	قائمة المحتويات.	
15	قائمة الجداول.	
16	قائمة الأشكال.	
16	قائمة الملاحق.	
<b>الباب الأول</b>		
18	التعريف بالبحث.	-1
18	مقدمة البحث وأهميته.	1-1
19	مشكلة البحث.	2-1
19	هدفا البحث.	3-1
20	فرضيتا البحث.	4-1
20	مجالات البحث.	5-1
20	المجال البشري.	1-5-1
20	المجال الزمني.	2-5-1
20	المجال المكاني.	3-5-1

الصفحة	الموضوع	التسلسل
<b>الباب الثاني</b>		
22	الدراسات النظرية والمشابهة	-2
22	الدراسات النظرية	1-2
22	التعلم والتعلم الحركي	1-1-2
24	نظريات التعلم الحركي	2-1-2
25	نظرية الدائرة المغلقة	1-2-1-2
27	نظرية الدائرة المفتوحة	2-2-1-2
29	نظرية البرنامج الحركي	3-2-1-2
31	مراحل التعلم الحركي	3-1-2
32	اساليب التدريس واهميتها واهدافها	4-1-2
33	مفهوم الاسلوب التدريسي	5-1-2
35	جدولة الاساليب التعليمية وانواعها	6-1-2
36	الاسلوب العشوائي	7-1-2
37	الاسلوب المتسلسل	8-1-2
38	مقارنة بين الاسلوبين المتسلسل والعشوائي	9-1-2
39	مفهوم المهارة	10-1-2
40	المهارات الحركية في كرة القدم	11-1-2
41	السيطرة على الكرة في الهواء (تنطيط الكرة في الهواء)	1-11-1-2
42	الاخماد ( التحكم بأيقاف الكرة )	2-11-1-2
44	التهديف	3-11-1-2
45	الدراسات المشابهة	2--2

45	دراسة نضم 2000	1-2-2
46	دراسة لؤي 2000	2-2-2
47	دراسة مازن 2003	3-2-2
48	مناقشة الدراسات السابقة	4-2-2
<b>الباب الثالث</b>		
50	منهج البحث وإجراءاته الميدانية.	-3
50	منهج البحث.	1-3
51	عينة البحث.	2-3
52	تجانس العينية.	1-2-3
53	الأجهزة والأدوات المستخدمة.	3-3
53	تحديد الاختبارات.	4-3
59	التجربة الاستطلاعية.	5-3
59	الأسس العلمية للاختبارات.	6-3
59	صدق الاختبارات.	1-6-3
60	ثبات الاختبارات.	2-6-3
61	موضوعية الاختبارات.	3-6-3
61	تكافؤ العينة.	7-3
62	الاختبارات القبليّة.	8-3
63	اعداد الخطط الخاصة بالمنهاج.	9-3
64	الاختبارات البعدية.	10-3
65	الوسائل الإحصائية.	11-3

الصفحة	الموضوع	التسلسل
<b>الباب الرابع</b>		
69	عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها.	-4
69	عرض نتائج اختبار السيطرة لمجاميع البحث الثلاث وتحليلها.	1-4
71	عرض نتائج اختبار الاخاماد ولمجاميع البحث الثلاث وتحليلها.	2-4
74	عرض نتائج التهديد لمجاميع البحث الثلاث وتحليلها.	3-4
76	مناقشة نتائج الاختبارات.	4-4
<b>الباب الخامس</b>		
80	الاستنتاجات والتوصيات.	-5
80	الاستنتاجات.	1-5
80	التوصيات.	2-5
<b>المصادر</b>		
82	المصادر العربية.	
88	المصادر الأجنبية.	
89	الملاحق.	

## قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	رقم الجدول
39	يبين المقارنة بين الاسلوبين المتسلسل والعشوائي.	1
50	بين التصميم التجريبي.	2
52	يبين توزيع العينة على المجاميع ومجموعهم الكلي ونسبتهم المئوية.	3
52	يبين تجانس المجموعات التجريبية الثلاث في المتغيرات ( العمر، الطول، الوزن).	4
54	يبين الاختبارات قيد البحث والنسبة المئوية.	5
60	يبين معامل الصدق الذاتي للاختبارات.	6
61	يبين معامل ثبات الاختبارات.	7
62	يبين تكافؤ عينة البحث في اختبارات المهارات الأساسية.	8
69	يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية ومعنوية الفروق لمجاميع البحث الثلاث في مهارة السيطرة.	9
70	يبين تحليل التباين للاختبارات البعدية لمهارة السيطرة لمجاميع البحث الثلاث.	10
71	يبين نتائج (L.S.D) لمعرفة اقل فرق معنوي لاختبار مهارة السيطرة على الكرة بين مجاميع البحث الثلاث.	11
72	يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية ومعنوية الفروق لمجاميع البحث الثلاث في مهارة الاخمداد.	12
73	يبين تحليل التباين للاختبارات البعدية لمهارة الاخمداد لمجاميع البحث الثلاث.	13
73	يبين نتائج (L.S.D) لمعرفة اقل فرق معنوي لاختبار مهارة الاخمداد بين مجاميع البحث الثلاث.	14
74	يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية ومعنوية الفروق لمجاميع البحث الثلاث في مهارة الاخمداد.	15
75	يبين تحليل التباين للاختبارات البعدية لمهارة التهديف لمجاميع البحث الثلاث.	16
76	يبين نتائج اختبار (L.S.D) لمعرفة اقل فرق معنوي لاختبار مهارة التهديف بين مجاميع البحث الثلاث.	17

### قائمة الأشكال

الصفحة	الأشكال	رقم الشكل
26	يوضح نظام سيطرة الدائرة المغلقة.	1
28	يوضح آلية نظام الدائرة المفتوحة.	2
30	نظرية التصرف الحركي كدائرة توجيه ( نظرية البرنامج الحركي ).	3
55	يوضح اختبار السيطرة على الكرة ( التحكم بالكرة )	4
56	يوضح اختبار أيقاف حركة الكرة ( الاخمام).	5
58	يوضح اختبار التهديف على المستطيلات المتداخلة.	6

### قائمة الملاحق

الصفحة	العنوان	رقم الملحق
90	اسماء السادة الخبراء.	1
91	استمارة استبانة الاختبارات قيد البحث.	2
93	التمرينات المقترحة للمهارات المختارة.	3
96	خطة درس التربية الرياضية.	4

# الباب الأول

1-التعريف بالبحث.

1-1 المقدمة وأهمية البحث.

2-1 مشكلة البحث.

3-1 هدفا البحث.

4-1 فرضيتا البحث.

5-1 مجالات البحث.

1-5-1 المجال البشري.

2-5-1 المجال المكاني.

3-5-1 المجال الزماني.

## 1-1- التعريف بالبحث :-

## 1-1 مقدمة البحث وأهميته :-

شهد العالم في السنوات الاخيرة تقدماً ملحوظاً في كافة مجالات الحياة ، والتربية الرياضية واحدة من هذه المجالات التي شهدت تطوراً كبيراً في مختلف المستويات ومعظم الالعاب الرياضية نتيجة لما قدمته العلوم المختلفة في اثر الحركة وصولاً الى المستويات العليا . وتعد كرة القدم من الالعاب الفرقية المشوقة والمحبة للصغار والكبار لما تحمله من اثار وسرعة وتشويق نتيجة لتطوير مستوى اللاعبين بدنياً ومهارياً وخطياً مما جعل المعينون " يطلقون عليها لعبة المواهب المتعددة " (1)، اذ تتطلب اتقان عالي للمهارات الاساسية الفردية من جهة وتنسيق العمل مع اعضاء الفريق الواحد من جهة اخرى . وبما ان التقدم قد شمل معظم الفعاليات والالعاب الرياضية فأن كرة القدم كونها اللعبة الاولى التي تمتلك رصيذاً من الاهتمام والشعبية فقد تطورت في جوانبها الخططية حيث يعد البناء المهاري السليم المبكر المبني على أسس علمية حديثة أهم عوامل ومتطلبات كرة القدم الحديثة .

ولكي ترتقي الدول في مجال كرة القدم كان أهتمامها منصباً على أعداد قاعدة قوية من ممارسي اللعبة وبأعمار مبكرة مبتدئين من الرياضة المدرسية بوصفها الرافد الرئيس في تزويد الاندية والمنتخبات الوطنية وصولاً بهم الى المستويات العليا ، معتمدين على تعليم وتطوير المهارات الاساسية بأستخدام افضل الطرائق والاساليب الحديثة ، اذ ان " تحقيق المهام العصرية للتربية الرياضية يتطلب الخروج من النظام التدريسي التقليدي والمعلومات القديمة المكررة من مصدر الى اخر، فالمدارس المستقبلية للتربية الرياضية تتادي بتحديث وتطوير المناهج ومحتواها وأساليب تدريسيها. " (2)

فالوحدة التدريسية التي تحتوي على عدد من التمارين لابد أن تضع برنامجاً علمياً لتطبيقها وممارستها من حيث تسلسل التمارين وطرائق تنفيذها وتكرارها واوقات العمل والراحة فيها، لكي يمارسها الطلبة بدافعية ونشاط اكثر مما هو عليه، وأن لا يتم أستخدامها بشكل رتيب بحيث يبعث الملل في نفوس الطلبة .

(1) Samnclson , Boh . Back to the Bcginning Avcom publishing ( vol . swo, I . V . S . A . 1997 ) p . 60

(2) مصطفى السايح محمد ؛ اتجاهات حديثة في تدريس التربية البدنية الرياضية ، ط ، : ( القاهرة مطبعة الاشعاع الفنية ،

إذ أن "الاسلوب العملي الحديث الذي ينادي به خبراء التعلم الحركي وطرائق التدريس هو الدعوة الى التنوع في الاساليب والطرائق التعليمية والتدريسية " (1)

وفي ضوء ما تقدم تأتي أهمية البحث بأستخدام أساليب متنوعة وهي ( الاسلوب المتسلسل، الاسلوب العشوائي ) لاكتساب بعض المهارات الاساسية بكرة القدم لطلاب المرحلة المتوسطة / الصف الثاني .

### 1-2 مشكلة البحث :-

على الرغم مما توصلت اليه جهود العلماء والخبراء والمختصين من نتائج مثمرة على صعيد طرائق التدريس وأساليبها مازالت العملية التدريسية معتمدة على اساليب تقليدية في تعليم المهارات الاساسية وتطويرها، ومن خلال رؤيا عامة لطبيعة أخراج درس التربية الرياضية في المدارس الثانوية تبرز مشكلة أساسية تتعلق بعدم تنوع الاساليب المستخدمة وأعمالها على أسلوب واحد .

لذا اراد الباحث معرفة اثر استخدام اساليب تعليمية متنوعة وهي ( الاسلوب المتسلسل، الاسلوب العشوائي ) في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم لطلاب المرحلة المتوسطة / الصف الثاني.

### 1-3 هدفا البحث :-

- 1- معرفة اثر استخدام الاساليب ( المتسلسل والعشوائي والتقليدي) في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم لطلاب الصف الثاني المتوسط .
- 2- معرفة افضل الاساليب في تعلم المهارات.

### 1-4 فرضا البحث :-

- 1- وجود فروق معنوية ذات دلالة أحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي بين المجاميع الثلاث ( الضابطة والتجريبيتين ) ولصالح الاختبار البعدي.
- 2- وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين نتائج الاساليب المستخدمة في الاختبار البعدي.

(1) جاسم محمد نايف الرومي ؛ أثر برنامج الالعاب الصغيرة والقصص الحركية في بعض القدرات البدنية والحركية لاطفال الرياض : ( أطروحة دكتوراه ، جامعة الموصل ، كلية التربية الرياضية ) ، 1999 ص 16-17

**5-1 مجالات البحث :-**

**1-5-1 المجال البشري :** طلاب الصف الثاني لثانوية الصدرين للبنين

**2-5-1 المجال الزمني :** للمدة من 2006/5/15 ولغاية 2007/10/10

**3-5-1 المجال المكاني :** ساحة مدرسة متوسطة الصدرين للبنين

# الباب الثاني

- 2- الدراسات النظرية والمشابهة.
- 1-2 الدراسات النظرية .
- 1-1-2 التعلم والتعليم الحركي .
- 2-1-2 نظريات التعلم الحركي.
- 1-2-1-2 نظرية الدائرة المغلقة .
- 2-2-1-2 نظرية الدائرة المفتوحة.
- 3-2-1-2 نظرية البرنامج الحركي .
- 3-1-2 مراحل التعلم الحركي.
- 4-1-2 اساليب التدريس واهميتها واهدافها .
- 5-1-2 مفهوم الاسلوب التدريسي .
- 6-1-2 جدولة الاساليب التعليمية وانواعها .
- 7-1-2 الاسلوب العشوائي.
- 8-1-2 الاسلوب المتسلسل .
- 9-1-2 مقارنة بين الاسلوبين المتسلسل والعشوائي.
- 10-1-2 مفهوم المهارة.
- 11-1-2 المهارات الاساسية في كرة القدم.
- 1-11-1-2 السيطرة على الكرة في الهواء (تنطيط الكرة في الهواء) .
- 2-11-1-2 الاخمام ( التحكم بأيقاف الكرة ) .
- 3-11-1-2 التهديف.
- 2-2 الدراسات المشابهة.
- 1-2-2 دراسة نغم 2000.
- 2-2-2 دراسة لؤي 2000.
- 3-2-2 دراسة مازن 2003.
- 4-2-2 مناقشة الدراسات السابقة.

## 1-الدراسات النظرية والدراسات المشابهة :

## 1-2 الدراسات النظرية :

## 1-1-2 التعلم والتعلم الحركي :

أن اساس العملية التعليمية هو التعلم، فهو مفهوم شامل وواسع جداً، وقد تناول الباحثون التعلم على وفق الاتجاهات العملية والمجال الذي يتعامل معه الباحث حيث حددت مفاهيمه أستناداً الى علم النفس والتربية والتعلم الحركي، فقد أشار Gales ( 1972 ) الى أن التعلم هو " تغيير في الاداء أو تعديل في الاسلوب عن طريق النشاط وأن هذا التعديل يحدث في أثناء أشباع الرغبات وبلوغ الاهداف " (1) .

بينما عرفه ( ويتنج 1984 ) بأنه " تعديل في السلوك عن طريق الخبرة والمران او تغيير في الاداء " (2) . وأضاف ( أحمد 1995 ) أن " التعلم بمفهومه الواسع يعني كل مايسعى اليه الفرد من اكتساب معلومات وأفكار ومعارف وقدرات وأتجاهات وعادات وميول مختلفة ومهارات بمختلف أنواعها سواء أكانت عقلية ام حركية ام وجدانية ام عاطفية وسواء تم هذا الاكتساب بطريقة هادفة أو عفوية " (3) .

أما ( يوسف 1998 ) فيعرفه عن ( كرونباخ ) بأنه " أي تغيير دائم نسبياً في السلوك ناتج عن استثماره أو نتيجة للخبرة " (4) . ويذكر ( Schmidt 1999 ) بأن " التعلم هو حالة حاسمة من وجودنا وينتج عن تفاعل بين الخبرة والتمرين وان الطرق التي يتعلم فيها الاشخاص هي أستطاعتهم وتمكنهم من أكتساب معرفة جديدة ومهارات جديدة تقودنا الى حالة قوية ممتعة في التعلم. " (5)

(1) Gates , A . E , Educational psychology : ( New york , Macmillan co. 1972 ) P.5.  
(2) ويتنج أرنوف ؛ سيكولوجية التعلم : ترجمة عادل الاشول ( وآخرون ) : ( القاهرة ، دار ماكجروهيل للطباعة والنشر ، 1984 ) ص 12  
(3) أحمد زكي صالح ؛ علم النفس التربوي ، ط 1 : ( بيروت ، عالم الكتب للطباعة والنشر ، 1995 ) ص 142  
(4) يوسف قطامي ؛ سيكولوجية التعلم والتعلم الصفي : ( الاردن ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، 1998 ) ص 15  
(5) Schmidt , A. Richard , and Tiothy , D.Lee : Motorcontrol and learning : ( 3 rded , Human kinetics , 1999 ) . P 264 .

أما ( وجيه 1989 ) فيعرف التعلم على أنه " سلسلة من المتغيرات تحدث خلال خبرة معينة لتعديل سلوك الانسان، وعملية تكيف لاستجابات لتناسب المواقف المختلفة التي تعبر عن خبراته وتلائمه مع المحيط . " (1)

وأتفق علماء النفس على أن التعلم بشكل عام هو كل ما يكتسبه الفرد من اتجاهات ومهارات وعادات حركية ولفظية او عقلية او داخلية سواء أكان هذا الاكتساب بطريقة مقصودة ام غير مقصودة، وعلى هذا فإنه يمكن القول ان التعلم الحركي هو نوع من انواع التعلم العام واحد اشكاله، حيث يرافق التعلم الاكتساب والتعود. (2)

ومن خلال عرض تعاريف التعلم وجد الباحث ان بالامكان ايجاد تعريف للتعلم ووصفه بأنه جملة من التغييرات الثابتة نسبياً تحدث داخلياً وليس بالامكان ملاحظتها مباشرة لانها مجموعة من تغيرات مؤقتة نسبياً تحدث في الاداء وتترسخ من خلال التمرين والممارسة وبالامكان قياس مقدار التعلم من خلال التقدم الحاصل في الاداء .

وكما تعامل الباحثون والمهتمون في التربية وعلم النفس مع التعلم بشكله العام أهتم المعنيون بالجوانب الحركية ومفهوم التعلم الحركي حيث تعني دراسته توضيح الحالة التي يتم فيها أكتساب المهارة وكيفية الاحتفاظ بها لمدة من الوقت ، وقد ظهرت تعاريف كثيرة للتعلم الحركي، حيث عرفه ( نزار وكامل 1993 ) نقلاً عن ( Gagmen ) على أنه " العملية التي من خلالها يستطيع المتعلم تكوين قابليات حركية جديدة او تبديل قابليات عن طريق الممارسة والتجربة " (3) . بينما يوضح ( ابراهيم 1989 ) بأن التعلم الحركي هو " تغير في طريقة أداء المهارة وأكتساب قدرة عمل شيء جديد " (4) . وكما عرفه ( وجيه 1989 ) عن ( ماينل ) بأنه " أكتساب وتحسين وتثبيت أستعمال المهارات الحركية وأنها تكمن في مجمل التطور للشخصية الانسانية وتتكامل لربطها "اكتساب المعلومات وتطوير قابليات التوافق واللياقة البدنية وبأكتساب صفات التصرف " (5) .

(1) وجيه محبوب ؛ علم الحركة والتعلم الحركي : ( الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1989 ) ص 12 .  
 (2) قاسم لزام صير ؛ أثر لبعض طرائق التعلم في الاكتساب وتطور مستوى التعلم في المهارات المغلقة : ( أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 1997 ) ص 12  
 (3) كيكمن ؛ علم النفس الرياضي ، (ترجمة) نزار الطالب وكامل لويس : ( بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1993 ) ص 35  
 (4) ابراهيم أحمد سلامة ؛ علم الحركة والتدريب الرياضي : ( بور سعيد ، الدار القومية للطباعة والنشر ، 1993 ) ص 93

(5) وجيه محبوب ؛ علم الحركة : ( الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1989 ) ص 9

أما ( Schmidt 1982 ) فقد أشار إلى أن التعلم الحركي هو " حقل دراسي يركز على اكتساب الحركات الناتجة عن التدريب " (1) . وبهذا يكون ( تمت ) قد فرق بين التعلم الحركي والسيطرة الحركية والسلوك الحركي ، إذ أشار إلى أن السيطرة الحركية تعني حقل دراسي يركز على فهم الجوانب العصبية والبدنية والسلوكية الحركية ، بينما قصد بالسلوك الحركي على أنه تلك الجوانب التي ركز فيها بالدرجة الأساس على مبادئ الحركات الانسانية الماهرة والمتولدة على المستوى السلوكي عند التعديل ، كما ان ( SINGER 1980 ) يعد من علماء هذا المجال إذ أشار إلى أن التعلم الحركي " هو الذي يرتبط بالعوامل العضوية والظرفية التي تؤثر في اكتساب وأداء السلوك الذي ينعكس بشكل عام من خلال الحركة " . (2)

وقد عرف ( قاسم 1997 ) مفهوم التعلم الحركي على أنه " تغير ثابت نسبياً ودائم في السلوك الحركي وهو تكيف للظروف نتيجة للخبرة والممارسة في هدف أو واجب أو مهارة معينة " (3) . وعرفه ( أحمد وآخرون 1998 ) بأنه " التغير الثابت في الاداء الناتج من الخبرة والممارسة. " (4)

ومن خلال ذلك يرى الباحث بان التعلم الحركي يعكس مستوى قدرة الفرد في الاداء ويمكن ملاحظة ذلك من خلال تغير سلوك الاداء الحركي لغرض التوصل الى درجة ثبات في اداء المهارة الحركية.

## 2-2-1 نظريات التعلم الحركي :-

تعرف نظريات التعلم الحركي بانها " العلم الذي يبحث في العمليات التي تحدث في اطارها تغير في سلوك المتعلم " (5) وتعد نظريات التعلم الحركي محاولات لايجاد عدد كبير من الحقائق التي توصل اليها الباحثون في بحوثهم التجريبية ، وهذا يساعد في تشخيص

(1) Schmidt , F. A : Motor control & Learning – Behavior Emphasis ( linois , Human kintics pnblsher , 1982 ) P.20.

(2) Singer , N . R . ( 1980 ) OP.CIT . P . 12.

(3) قاسم لزام صبر ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 14

(4) أحمد محمد خاطر ( وآخرون ) ؛ دراسات في التعلم الحركي في التربية الرياضية : ( القاهرة ، دار المعارف 1998 )

ص 32

(5) محمد محمود الحيلة؛ التقييم التعليمي – نظرية وممارسة : ( الاردن ، دار المسيرة للنشر 1999 ) ص 28

المتغيرات المهمة وكذلك الاجراءات والاساليب التي يجب الاعتماد عليها في البحوث والدراسات في مجال التعلم الحركي، ومن هذه النظريات ما يأتي :-

### 2-1-2-1 نظرية الدائرة المغلقة :

تتمثل فكرة هذه النظرية في أن " أي أستجابة حركية تكون نتيجة لاوامر صادرة من الجهاز العصبي المركزي والتي تعتمد على التغذية الراجعة الانية من الجهاز العصبي المحيطي ( الطرفي ) خلال الحركة " (1) .

أن الدائرة المغلقة هي دائرة التنظيم الداخلي للإنسان، وهذا ما يحدث في الحركات البطيئة ، ويعني أن الفرد يبقى في حالة الاستجابة ( الحركة ) الى ان يصحح جميع أخطائه بواسطة التحكم الداخلي في الجسم تصل الى الصفر ، ولهذا فإن نهاية الاستجابة هي " الوضع الذي تكون فيه الاستجابة خالية من الاخطاء " (2) .

ويقول ( نبيل 2005 ) " أن أي أستجابة حركية تكون نتيجة الاوامر الصادرة من الجهاز العصبي المركزي والتي تعتمد على عائد المعلومات ( التغذية الراجعة ) الحسية من الحركة السابقة وأن اي أنقطاع أو فصل للمعلومات الجوهرية التي تأتي منها سوف يؤثر سلبياً على عملية التعلم والاداء . وهذا مايسمى ( بالنظرية الطرفية ) (3) .

أما ( Adams ) صاحب هذه النظرية فيرى أن الحركات السابقة تترك أثراً أو صوراً أو أنطباعاً، وهذه تستخدم من قبل المتعلم لتعديل وتطوير الحركات اللاحقة وأن معرفة نتيجة الاداء ( KR ) للحركة تقارن مع الصورة أو الاثر المخزون لدى الفرد نتيجة الخبرة والتكرار أو الممارسة السابقة ، وأن الادراك أو الاحساس بالحركة يعد جزءاً مهماً وكبيراً في معرفة الفرد نتيجة الاداء، وأن مصادر استلام المنبهات مثل اللمس والنظر هي أيضاً من المصادر الاخرى المساهمة في معرفة نتيجة الاداء ، ويضيف ( Adams ) ان الانطباع الحسي العضلي يعتمد على استجابة ناجحة من منبه بشكل تغذية راجعة داخلية في بداية التعلم ( KR ) والتي تعد مهمة في عملية التعلم حيث يقوم المتعلم على اثرها بتعديل

(1) Bunn , J. fait , specail physical education : ( W.M.C.Brown publishers , 1981 ) P . 85.

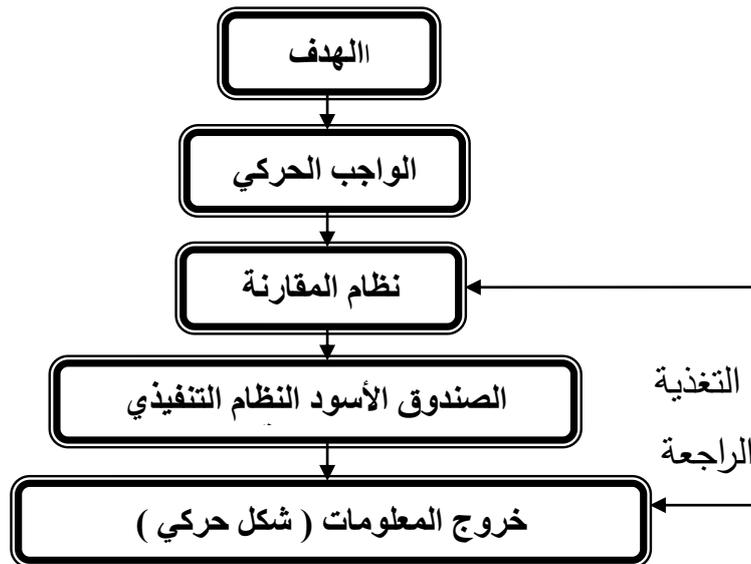
(2) وجيه محجوب ؛ ( موسوعة علم الحركة ) التعلم الحركي وجدولة التدريب الرياضي ، ط 1: ( الاردن، دار وائل للنشر

، 2001 ) ص 101

(3) نبيل محمود شاكر؛ علم الحركة التطور والتعلم الحركي حقائق ومفاهيم : ( جامعة ديالى ، 2005 ) ص 113

الادراك الحسي بالحركة الذي ولدها وشكلها سابقاً وتدعى هذه المرحلة من التعلم بالمرحلة الحركية اللفظية، اما المرحلة الاخيرة فتكون عند أتقان الحركة وتدعى بالمرحلة الحركية حيث يستطيع الفرد أن يؤدي العديد من الاستجابات التي تصحبها ويتزامن معها ( KR ) مما يؤدي الى قلة في عدم التطابق بين الاثر والصورة الحسية المتكونة لدى الفرد عن الحركة المخزونة في الذاكرة<sup>(1)</sup> .

ويؤكد ( محجوب 2001 ) " أن نظام الدائرة المغلقة هو الذي يتم فيه عملية المقارنة ، وأن عدم وجود المقارنة تصبح الدائرة مفتوحة ، فهي أوامر صادرة عن الجهاز العصبي وراجعة مرة أخرى الى الجهاز العصبي لغرض المقارنة لمعرفة الفعل الحركي ( المهارة ) "<sup>(2)</sup> .  
الا أن هذه النظرية لها نقاط ضعف حيث " أنها لا تتسجم مع الحركات السريعة حيث لا يتمكن الفرد من المقارنة بين التغذية الراجعة والمرجع الحسي وبذلك فلا يكون هناك عملية تصحيح أو أستثمار للتغذية الراجعة "<sup>(3)</sup> .  
وشكل ( 1 )<sup>(4)</sup> يوضح نظام الدائرة المغلقة .



شكل (1)

يوضح نظام سيطرة الدائرة المغلقة

(1) schmidt , A. schema , Theore of Discrete motorsikill learnig : (America psychologi calasso ciatio (1975 ) P.49

(2) وجيه محجوب : مصدر سبق ذكره. 2001 . ص 101

(3) يعرب خيون : التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق : ( بغداد ، مكتب الصخرة ، 2002 ) ص 78

(4) schmidt , A.Richard , Motor learnig and per for mace from principles to practice :( Human kinetics Books , 1991 ) P 49

## 2-2-1-2 نظرية الدائرة المفتوحة :

تسمى هذه النظرية أيضاً بنظرية ( schmidt ) نسبة لاسم باحثها ريتشارد شمت سنة ( 1975 ) وظهرت هذه النظرية بعد أنتقاد نظرية الدائرة المغلقة في التفاعل الحركي لعدم قدرتها على التعامل مع حالات الاستجابة الجديدة .

وتقول هذه النظرية ان هناك شكلين من الذاكرة الحركية وهي ذاكرة الاسترجاع والمسؤولة عن أيجاد وتهيئة الحركة، وذاكرة التمييز المسؤولة عن تقييم الحركة ، ففي الحركات السريعة تقوم ذاكرة الاسترجاع بتهيئة برنامج حركي ( من ناحية السرعة والقوة والاتجاه ) ولا تعتمد على التغذية الراجعة الخارجية ، أما الذاكرة التمييزية فأن الجهاز الحسي هو الذي له القابلية على تقييم كيفية تنفيذ الحركة بعد انتهاءها، أما في الحركات البطيئة فأن لذاكرة الاسترجاع تأثيراً فاعلاً لأن أهتمامه منصب على المقارنة بين الحركات وبين المعلومات الجوابية ( التغذية الراجعة ) (1) .

وتؤدي هذه النظرية الى الاعتقاد بأن عائد المعلومات ( التغذية الراجعة ) ليس ضرورياً للتحكم الحركي وأن الحركة تتحكم فيها المراكز العليا للجهاز العصبي المركزي، والذي يحتوي على المعلومات الضرورية للتحكم في الحركات المركبة من البداية الى النهاية، لذا فأن هذه النظرية تؤكد على عدم وجود الحاجة الملحة لاية معلومات تمر من مرحلة الى مرحلة أخرى أثناء أداء سلسلة من الحركات ، كما هو الحال في الدائرة المغلقة ، أن المعلومات الضرورية لبدء الحركات والتحكم في كل جزء من أجزائها توجد في جهاز معالجة المعلومات المركزية (2) .

ويرى ( Davis 1995 ) أن عمل الدائرة المفتوحة يتم وفق قاعدتين هما (3) :-

أولاً :- تشير البحوث المختبرية الى أن الافراد / لا يستطيعون ضبط حركاتهم في وقت سريع جداً ، وهو أقل من الوقت المطلوب للإشارة المنقولة اليهم عن طريق التغذية الراجعة ، ولهذا على الاقل هناك أدراك أولي لوقت رد الفعل .

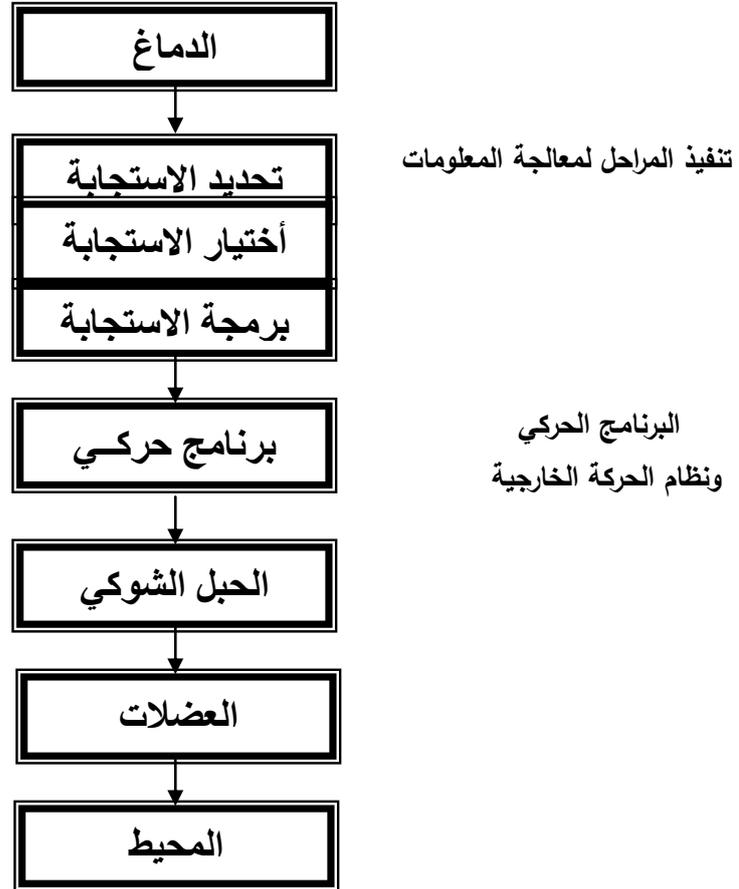
(1) يعرب خيون؛ مصدر سبق ذكره، 2002، ص 79

(2) محمد عبد الغني عثمان : التعلم الحركي والتدريب الرياضي : ( الكويت ، دار العلم ، 1987 ) . ص 51

(3) Davis , K . Auty , physical education Theory ad practive : ( Australia . 1995 ) P.225

ثانياً :- أن بعض الحركات تؤدي بشكل كامل بدون مساعدة التغذية الراجعة، أي أن الانسان لديه القابلية على برمجة وكمال الحركات خلال الاداء من دون الحاجة الى التغذية الراجعة ، وهذا يشاهد في الواجبات التي تتطلب الحركات السريعة عندما يكون الوقت المطلوب لنجاح الاداء قصير جداً .

ويرى ( قاسم 1997 ) بأنه يمكن تلخيص هذه النظرية على أنها " تجميع وخرن لمجموعة من المعلومات سوية ومأتية من مصادر مختلفة منها معلومات خاصة بالاستجابة المطلوب تعلمها ، ومعلومات حسية مستلمة من قبل النظر أو السمع او ( معاً ) ومعلومات حول ما قبل الاستجابة للجهاز العضلي ومعلومات من البيئة ( الظروف ) (1) . وشكل ( 2 ) يوضح آلية نظام الدائرة المفتوحة . (2)



شكل (2)

يوضح آلية نظام الدائرة المفتوحة

(1) قاسم لزام صبر؛ مصدر سبق ذكره، ص 41  
(2) وجيه محجوب؛ مصدر سبق ذكره، ص 104

## 2-1-2-3 نظرية البرنامج الحركي :-

وتسمى أيضاً بنظام توجيه الهدف ، وأن هذا النظام هو " توجيه الاداء بوساطة الاجهزة العضوية المختلفة ، فيكون الجهاز الحركي أساساً لذلك. أن أستيعاب العمل الحركي بموجب المعلومات الواردة من الدماغ تسيير طبقاً للمنهج الموضوع ومقارنة ذلك المنهج بما يتم فعلاً من حركات وبما يجب أن يتم ، وهذا التوجيه ذاتي " (1).

ويعرف شمت البرنامج الحركي بأنه " نمط من الاوامر الحركية التي يتم هيكلتها مسبقاً على مستوى تنفيذي وهذا يحدد التفاصيل الاساسية لعمل مهاري يتطابق مع مولد المخطط المركزي " (2) وأن الكثير من الاعمال وخصوصاً تلك التي تكون قصيرة الامد والتي تؤدي في بيئات مستقرة ومتوقعة ( القفز في الماء، رمي السهام ) فإن الافراد عادة ما يخططون للحركة مسبقاً ثم يحدثون العمل بطريقة بحيث يتخذ مجراه الطبيعي دون أي تعديل يذكر، وهناك القليل من السيطرة المحسوسة على الحركة حال البدء بها على الاغلب تعدل المعلومات الحسية جملة اوامر حركية تتم هيكلتها مسبقاً يشار اليها بمصطلح ( البرنامج الحركي ) .

وتفترض هذه النظرية أن " التتابعات الرئيسية لسلوك الحركة ( تتوالى ) بمجرد أن تبدأ الاستجابة للمثير ، ويعتقد حدوث تقدم في النتائج كلما كان هناك تخطيط لها في المخ وتتطلب القليل من التغذية الراجعة، وقد لا تتطلب تغذية راجعة على الاطلاق ومع ذلك فإنه يعتقد أن التغذية الراجعة قد تحدث تغييرات في البرنامج من وقت الى اخر " (3) .

وتشير هذه النظرية الى أن " شخصاً ما يتعلم مفهوماً عاماً عن أستجابة حركية والتي يمكن أستخدامها في العديد من المواقف النوعية المختلفة ومثل هذه النظرية تساعد في تفسير التطبيقات الهائلة لنماذج الحركة التي تظهر في الادوات الفعلية " (4) .

(1) وجيه محجوب ؛ مصدر سبق ذكره، ص 105

(2) Schmidt , A.Richard & craig wisberg : Motor learning and performance : ( 2ed , edition , Human kinetics , 2000 ) p.124

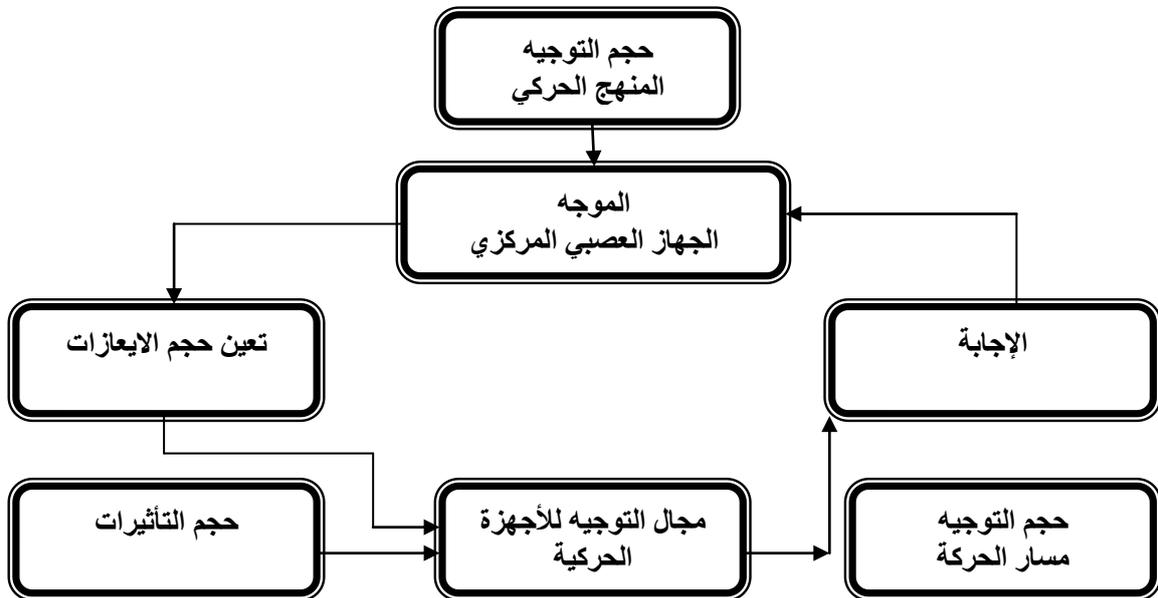
(3) ويتيج ، أنوف ؛ ملحقات ثوم نظريات ومشكلات في سايكولوجية التعلم ، (ترجمة) عادل عز الدين الاشول وآخرون ، ( القاهرة ، دارماكجروهيل للنشر ، 1981 ) ص 36

(4) Anderson , R.Kosslyn , Thtorials learning and memory : ( W.H. free man and company . 1984 ) p.167

وتعد طبيعة المهارة ومرحلة التعلم من الحقائق المهمة التي تحدد النظام الاصلح للاستخدام ( الصورة ) ويجب " أن يستخدم النظام الملائم للهدف ، وقد تحتاج في بعض الأحيان وبخاصة الحركات السريعة الى الانتقال من نظام مغلق الى نظام مفتوح وبالعكس " (1).

أذ أن للفرد القدرة على اداء الكثير من المهارات الحركية التي تتطلب الاعتماد على عائد المعلومات او التغذية الراجعة الحسية اثناء الاداء، فالفرد الذي تبقى مهارة الضربة الامامية في التنس لا يفكر في ميكانيكية الاداء وخطواته بل يركز اهتمامه أكثر على تحديد المكان الذي ستوجه اليه الضربة، ويمكن تشبيه البرنامج الحركي ببرنامج الكمبيوتر، فإذا " تم وضع البرنامج الحركي للتنفيذ فإنه سوف يستمر حتى يصدر الامر بتوقفه ولايمكن في هذه الحالة استبداله أو تغييره بوساطة مؤثرات أخرى " (2) .

ويمكن القول أن نوع النظام المستخدم يتحدد حسب مرحلة التعلم للمهارة المؤداة، ففي بداية التعلم فإن الحركات تميل للانتماء الى الدائرة المغلقة ثم بعد الاتقان تصبح ضمن الدائرة المفتوحة . وشكل ( 3 ) يوضح نظرية البرنامج الحركي . (3)



والشكل ( 3 )

يوضح نظرية التصرف الحركي كدائرة توجيه ( نظرية البرنامج الحركي )

(1) وجيه محجوب ؛ مصدر سبق ذكره، ص 105

(2) محمد عبد الغني عثمان ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 57

(3) وجيه محجوب ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 106

## 2-1-3 مراحل التعلم الحركي :-

يمر التعلم الحركي للمهارة الجديدة بمراحل رئيسة تبدأ بالتعرف على المهارة الجديدة ثم مرحلة أداء الحركة ثم مرحلة الية الحركة وقد أكد ( نبيل 2005 ) (1) بأنه قد اتفق كل من ( ماينل وشنابل ومحمد عثمان ومفتي أبراهيم ووجيه محجوب ) على هذا التقسيم وعلى النحو الاتي :

## اولاً. مرحلة التوافق الخام ( أكتساب التوافق الاولي ) :-

تبدأ هذه المرحلة من اللحظات الاولي لتعلم المهارة وتنتهي تقريباً حينما يكون اللاعبون أو التلاميذ قد أكتسبوا المقدرة على اداء المهارة في صورتها الاولية دون وضع اعتبار لمسوى نوعية الحركة ، ويتم توصيل معلومات المهارة الجديدة عن طريق الشرح الشفوي او الانموذج العملي من المدرس او عن طريق المعلومات البصرية او السمعية او كليهما بحيث يحدث استيعاب الواجبات الحركية المطلوبة مع مراعاة عدم اعطاء المتعلم كمية كبيرة من المعلومات في مدة قصيرة وعدم كفاية المدة الزمنية وكذلك عدم مراعاة الترتيب السليم في توصيل المعلومات والشرح الخاطيء للمعلومات .

## ثانياً. مرحلة التوافق الدقيق ( أكتساب التوافق الجيد للمهارة الحركية ) :-

تهدف هذه المرحلة الى " تطوير الشكل الخام البدائي للحركة والتخلص من الزوائد في الحركة والقطع وظهور الانسيابية في الحركة ويكون اللاعب في هذه المرحلة أكثر تحكماً في المهارة " (2)

## ثالثاً: مرحلة تثبيت التوافق الجيد ( أتقان المهارة الحركية ) :-

في هذه المرحلة تصبح المهارة أكثر دقة ورسوخاً واستقراراً وذلك بتطوير التوافق الجيد ويستمر هذا التقدم النوعي في الحركة حتى الوصول الى المرحلة الالية في الحركة . وتمتاز المهارة هنا " بالاقتصاد العام في الجهد والقوة الانسيابية والدقة ولا يركز في تفكيره على تفاصيل الحركة " (3) .

(1) نبيل محمود شاكر ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 68

(2) عصام عبد الخالق ؛ التدريب الرياضي نظريات وتطبيق ، ط 3 : ( القاهرة ، دار الكتب الجامعية ، 1988 ) ص 271

(3) عادل عبد البصير ؛ التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر . 1999 )

## 2-1-4 : أساليب التدريس وأهميتها وأهدافها : -

لم يكن التدريس في السابق بالمستوى المطلوب، ولم يكن ينظر الى التربية الرياضية كمهنة فنية، وعليه ليس هناك حاجة الى اعداد خاص للقيام بهذه المسؤولية ولكن في الالونة الاخيرة تطورت اساليب التدريس واصبحت عملاً عملياً معقداً لتطور الابحاث في التربية الرياضية .

ان اساليب التدريس في التربية الرياضية قد تنوعت وتطورت ، مما أدى الى استخدام المدرسين اكثر من طريقة لنقل المعلومات الى الطلبة، كذلك أمكن بواسطة هذه الاساليب الجديدة مواجهة الفروق الفردية بأساليب أفضل (1) .

ولقد أجمع أكثر العلماء على ان الطلبة لا يستجيبون لعملية التعليم بطريقة واحدة ، وأنه لابد من أستعمال طرائق أو أساليب جديدة لبناء وتطوير قدرات الطلبة ومعارفهم.

ان عملية التدريس هي سلسلة من أتخاذ القرارات ، وتعد عملاً فنياً ، وعليه يجب أن يكون المدرس متمكناً من مادة تخصصه العلمي وكذلك أن يكون دارساً للمواقف التعليمي نفسه ، وأن يجعل من المادة التعليمية مادة حية للطلاب ومشوقة لهم ( للطلاب ) (2) .

لقد حدثت تطورات عديدة في مجال التربية البدنية منذ ولادة مجموعة الاساليب والتي تشكل تحدياً لاي فكرة أو رأي لما موجود من المعارف ووجهات النظر، فضلاً عن أن هذه الاساليب قد أتسع مداها عبر السنين من حيث التطبيقات العملية لعملية التدريس، وأنها وليدة الظروف والحاجات الاجتماعية ، التي فقدت هذا من جهة والاهداف التي تطمح عملية التعليم الى تحقيقها من جهة اخرى على اعتبار ان عملية التعليم في السابق كانت ضيقة حتى ظهور مجموعة الاساليب ، والتي نقلت الكثير والعديد من المعلومات الى الطلبة(3).

(1) علي الديري ، أحمد بطانية ؛ أساليب تدريس التربية الرياضية : ( أربد ، دار الامل للنشر والتوزيع ، 1987 )

ص 11

(2) علي الديري وأحمد بطانية؛ نفس المصدر، ص 12

(3) وداد محمد رشاد؛ تأثير أستخدام بعض اساليب التدريس على تعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة وأستثمار وقت التعلم الاكاديمي ( أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية 2000 ) ص 1

ولقد تعددت تعاريف اساليب التدريس على لسان العديد من الباحثين في هذا المجال كل حسب رايه، فمثلاً عرفت ( عفاف 1990 ) الاساليب على انها " مجموعة علاقات تنشأ بين المدرس والطالب، وهذه العلاقات تساعد المتعلم على النمو وأكتساب المهارات في الانشطة الرياضية " (1).

أما ( فاخر 1971 ) فذكر أن الاسلوب هو " منهج عام ونظامي في العمل ونجاحه في محاولة الوصول الى الحقائق العملية " (2) .

وترى ( وداد 2000 ) أن اساليب التدريس هي " وسيلة لتنظيم العلاقات بين المعلم والطالب والمادة الدراسية خلال الدرس لغرض التوصل من خلال سلوك التدريسي الى تحقيق الاهداف المطلوبة ، حيث أن الاساليب التدريسية المتنوعة تؤدي بالنتيجة الى تقليل الفروق الفردية بين الطلبة من جهة وتطور مستوياتهم من جهة أخرى " (3).

ويرى الباحث ان اساليب التدريس هي السلوك الذي يتبعه المدرس مع طلبته خلال الدرس من اجل تحقيق الاهداف المطلوبة لرفع قدراتهم البدنية والعقلية والنفسية والتربوية والاجتماعية..

## 2-1-5 مفهوم الاسلوب التدريسي :-

إنّ الاساليب التدريسية صممت كما في الوان الطيف الشمسي، وكانت على مجموعتين الاولى الاساليب المباشرة والثانية الاساليب غير المباشرة. والحقيقة المقررة للاسلوب التدريسي تتمثل في سلسلة من القرارات السلوكية التعليمية، وان مجموعة الاساليب التدريسية هي " نظرية في العلاقات بين المعلم والطالب والواجبات التي يقومون بها ومدى تأثرها في تطور الطالب وما يحدث للاشخاص من خلال عملية التدريس والتعلم وكتخطيط علمي مدروس." (4)

(1) عفاف عبد الكريم ؛ التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية : ( الاسكندرية ، مطبعة منشأة المعارف ، 1990 )

ص 79

(2) فاخر عاقل ؛ معجم علم النفس : ( بيروت ، مطبعة دار الملايين ، 1971 )

(3) وداد محمد رشاد؛ مصدر سبق ذكره، ص 14

(4) موسكا موستن؛ مصدر سبق ذكره، ص 5.

ويعد الاسلوب التدريسي بأنه تصرفات تربوية تعليمية تتخذ قرارات ثلاثم وتتسجم مع مستوى المتعلم والمرحلة الدراسية والعمرية ويهدف كل اسلوب تدريسي للتوصل لاهداف معينة ولا يمكن تفضيل اسلوب على اخر فلكل اسلوب متضمناته وتطبيقاته ومشاركاته ومساهماته في تطوير قنوات استقلالية الطالب المهارية والنفسية والاجتماعية والمعرفية والمعنوية من خلال تطور العلاقات بين المدرس والطالب ومدى ملائمة الفعالية او المهارة لذلك الاسلوب التدريسي وضمن الامكانيات المتوافرة في بيئة المتعلم.(1)

وفرق المختصين بين الطريقة . والاسلوب . ولكن أكدوا على علاقة ارتباط لغوية بينهما ، كما أتفقوا أيضاً على التحديد التالي لمعنى الاسلوب والذي يعد الاكثر شيوعاً الان وهو " أن الاساليب هي مجموعة من خطط التعلم التي لها علاقة بفلسفة التدريس أو ناتج معين أو محدد للتعلم " (2) .

ولقد تعددت تعاريف اساليب التدريس على لسان العديد من الباحثين في هذا المجال كل حسب رأيه، فمثلاً عرف ( ظافر 2002 ) فقد عرف الاسلوب على أنه " سلسلة من القرارات التي لها علاقة مباشرة في عملية التعلم والتعليم ، وهذه القرارات توضع من قبل المدرس او الطالب أو كلاهما معاً " (3) .

وبالنظر الى أن الهدف من استخدام أساليب التدريس في التربية الرياضية هو أكساب الطلبة للمهارات والانشطة الرياضية وتنمية روح الابتكار وسرعة التفكير وأتخاذ القرار السليم في حل الواجبات الحركية المختلفة نتبين أن هناك علاقة ارتباط لغوية بينهما يحولها المدرس المتمكن الى مادة حية ومشوقة للطالب تظهر فيها فلسفة التدريس .

(1) ظافر هاشم أسماعيل ؛ الاسلوب التدريسي المتداخل وأثره في التعلم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة تعلم التنس : ( أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية 2002 ) ص 37

(2) Jonath Doherty , Teaching styles in physical Education ad moss tos spectrum . [http://www.sportlineletter.com/23/new\\_york\\_nov\\_2003](http://www.sportlineletter.com/23/new_york_nov_2003) ) p.2

(3) ظافر هاشم أسماعيل ؛ مصدر سبق ذكره، ص 39

## 2-1-6 جدولة الاساليب التعليمية وأنواعها :-

بعد اختيار طريقة التعلم أمراً مهماً وجانباً رئيساً من جوانب التعلم ، أذ أن الهدف الرئيس الذي يسعى اليه المعلم أو المدرب الوصول بالمتعلم الى التعلم المؤثر بأقصى حد ولمهارات عديدة خلال مدة محدودة من الوقت قد تكون فصلية أو سنوية ، وفي القرن الماضي ظهرت العديد من اساليب التعلم الحديثة والتي تهدف الى تطبيق افضل الطرائق في العملية التعليمية والتي يستطيع من خلالها المعلم او المدرب الوصول بالمتعلم المبتدئ الى افضل مستوى من الاداء المهاري، اذ ان اساليب التعلم التي يتبعها المعلم او المدرب تؤثر الى حد كبير في عملية التعلم .

والمعلم الكفاء " هو الذي يستطيع ان يقدم الجديد باستمرار ويعرف الكثير من مداخل وأساليب التعلم المباشرة وغير المباشرة بالشكل الذي يكون فيه موقف المتعلم خلال العملية التعليمية موقفاً ايجابياً وليس سلبياً ونشطاً وفعالاً لا مستقبلاً لكل ما يلقي عليه" (1).

لذا يجب أن يكون " اولى أهتمامات المدرسين والمدربين تعليم مهارات الالعاب الرياضية وأتقانها وتطويرها ضمن وحدات تعليمية متخصصة ومتسلسلة خلال الموسم والتركيز على كل وحدة تعليمية خلال محاولات التمرين وتكرارها " (2) .

ولغرض الوصول الى التدريب او التعلم المؤثر لابد من " تنظيم وجدولة التمرين خلال موسم التدريبات والاعداد، وتعلم المبتدئين للمهارات الحركية سواء أكانت مهارة واحدة ام مهارتين لتسهيل عملية التعلم والاحتفاظ فضلاً عن تطور الية أداء المهارة وتجنب الاخطاء " (3)

ويرى الباحث أن هناك العديد من أساليب جدولة الممارسة ، وانه لا يوجد هناك أسلوب يمكن القول بأنه الاحسن أو الافضل من غيره ، وانما هناك مميزات معينة لكل اسلوب من هذه الاساليب حيث يختلف الاسلوب باختلاف المادة التعليمية ، فضلاً عن ان اثر فاعلية

(1) عفاف عبد الكريم ؛ مصدر سبق ذكره، ص 197

(2) ميسر مصطفى أسماعيل ؛ تأثير برنامج تمهيدي - تعليمي باستخدام أسلوب التمرين المكثف والموزع في اكتساب بعض مهارات التنس المنفصلة والاحتفاظ بها : ( رسالة ماجستير ، جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية ، 1998 ) ص 33

(3) Schmidt , A.Richard : Motor learning and performance : ( Human kinetics Book , champaign , illinois , 1991 ) p.1999

أي أسلوب يتوقف على طبيعة المتعلمين و أعمارهم ومستوياتهم وكذلك على طبيعة المهارة المتعلمة ، اذ ان لكل مهارة أسلوبها الملائم لتعلمها .  
وعلى هذا الاساس يرى ( Schmidt & Craig , 2000 ) بأن هناك أساليب عديدة لتنظيم جدولة الممارسة تعتمد كل منها على أهداف معينة ، فضلاً عن كونها مختلفة في تصاميمها واعدادها وأسلوب أدائها . وهذه الأساليب هي (1) :-

- 1- أسلوب الجدولة العشوائية والمتسلسلة .
- 2- أسلوب الجدولة المكثفة والموزعة .
- 3- أسلوب الجدولة الكلية والجزئية .
- 4- أسلوب الجدولة الثابتة والمتغيرة .
- 5- أسلوب الجدولة البدنية والذهنية .

## 2-1-7 الأسلوب العشوائي :-

يعد هذا الأسلوب من الأساليب المستخدمة في التعلم والذي ينافس الأساليب التقليدية القديمة على اساس ترتيب تعلم المهارات الحركية . والتمرين العشوائي احد الأساليب المهمة في التعلم الحركي فهو " قيام المتعلم بالتدريب على اكثر من مهارة في الوحدة التعليمية الواحدة " (2) ويعرف ( هيربرت 1986 ) التمرين العشوائي بالتمرين الاختياري ويقصد به " تبادل محاولات التمرين على مهارة معينة وتليها مهارة ثانية والعودة الى الاولى وهكذا لحين انتهاء مدة التمرين " (3) .

وفي هذا الأسلوب تعرض المهام عشوائياً، حيث يكون التمرين على المهام المختلفة متداخلاً وبشكل مختلط خلال الوحدة التعليمية، فمثلاً يقوم المدرب أو المدرس بتعلم الاخمام والتهديف والطبقة في الوحدة التعليمية الواحدة أي ان المتعلم يمارس عديدة مهام في الوحدة التعليمية، مثلاً فأن نظام التمرين الخاص بعدد من المهمات المختلفة هو نظام الدمج خلال

(1) Schmidt , A.Richard & Craig wisberg , Motor learning and performance : ( zed , edition ) Human kinetics . 2000 . P 232

(2) يعرب خيون ؛ مصدر سبق ذكره، ص 80

(3) Herbert , Landin & solman : practice schedule effects on performance and lerning of low and high skills student : ( Research Quaterly vol . 1986 ) P.52.

مدة التمرين ويدور المتعلم بين تلك المهمات، بمعنى " أن التمرين العشوائي عبارة عن سلسلة متعاقبة من التمرينات في أداءات مستقلة بذاتها لعدد مختلف من المهمات ليست ضمن نظام محدد " (1) .

ويشير ( يعرب 2002 ) (2) الى أن التدريب العشوائي يكون موثراً وفاعلاً عند تعليم المهارات المفتوحة ، لان المتعلم يتعلم الى جانب المهارات الحركية كيفية تحويل الانتباه والتركيز وتهيئة برامج حركية سريعة لغرض مواجهة تغيير المواقف في اثناء اللعب، ويؤكد بأن استخدام هذا الاسلوب من التدريب يكون مفيداً في مراحل التعلم المتقدمة.

ويضيف قائلاً بأن التدريب العشوائي يكون ملائماً في مجال التدريب العلاجي لاعادة تأهيل العضلات والحركات الى ما كانت عليه ، اذ يستحسن إعطاء تمارين متنوعة جداً للكثير من المجاميع العضلية المختلفة في الجلسة الواحدة، وأن التأهيل يشبه التعلم الجديد على مهارات ذات محيط متغير .

## 2-1-8 الاسلوب المتسلسل :-

يعتمد هذا الاسلوب على " تعلم المهارة بشكل متسلسل وصولاً الى أداء المهارة بأكملها ثم الانتقال الى تعلم مهارة اخرى " (3) . وتقوم فلسفة هذا الاسلوب على التمرن على جميع المحاولات الخاصة بالمهمة الاولى قبل الانتقال الى المهمة الثانية ومن ثم انهاء التمرن على جميع محاولات المهمة الثانية قبل الانتقال الى المهمة الثالثة وهكذا ، بمعنى انه لا يتم الانتقال والتحرك الى مهمة جديدة مالم يتم الانتهاء من تكرارات المهمة الاولى .

وقد وصف ( Schmidt ) (4) هذا النوع من التمرين بالمثال الاتي :-

أفرض أن تلميذاً لديه ثلاث مهام ( A . B . C ) يجب ان يتعلمها خلال وحدة تعليمية معينة مع العلم ان هذه المهام تختلف تماماً ، مثلاً مهارات الاخمد والتهديف والتنطيط، حيث يتم التمرن على جميع المحاولات الخاصة بالمهمة الاولى ( الاخمد ) قبل الانتقال الى

(1) Schmidt , A.Richard & Craig wris berg : Motor lerning and performancr : ( zed , edition ) Human kinetic . 2000 P.52

(2) يعرب خيون ؛ مصدر سبق ذكره، 2002 ، ص 82 - 83

(3) ناهدة عبد زيد ؛ تأثير التداخل في اساليب التمرين على تعلم وتطور مستوى اداء مهارتي الاسال الساحق والضرب الساحق بالكرة الطائرة : ( رسالة ماجستير - جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002 ) ص 17

(4) Schmidt, A.Richard : 1991 . P200

المهمة الثانية ( التهديف ) ومن ثم التمرن على جميع المحاولات الخاصة بالمهمة الثانية قبل الانتقال الى المهمة الثالثة ( التنطيط )، وهذا النمط يسمى بالتمرين المتسلسل او المتجمع او المغلق .

وهذا النوع من التمرين يبدو مفهوماً فالذي يحدث أنه يسمح للمتعلمين بوقت غير منقطع للتركيز على اداء كل مهمة، فذلك يمكنهم من غرس وتقوية وتصحيح مهارة واحدة قبل الانتقال الى الاخرى، بمعنى أن التمرين المتسلسل هو " سلسلة مرتبة من التمرين في تكرارات مستقلة بذاتها للتمرن على المهمة نفسها " (1) ويضيف ( Schmidt 1991 ) (2) أن التمرين المتسلسل هو اكثر تأثيراً في مرحلة التمرين المبكرة ويفيد المتعلم في استخدامه هذا الاسلوب في التكرارات الاولى لتعلم مهارة ما لاجل ان يصنع اللبنة الاساس للمهارة المراد تنفيذها وصولاً الى وضع البرنامج الحركي الذي يحاول المتعلم تنفيذه بصورة ناجحة ولو لمرة واحدة ، ولهذا يكون هذا الاسلوب الاكثر تأثيراً في مرحلة التعلم المبكر لتعلم مهارة ما من قبل المتعلم المبتدئ وذلك لأنه يسهل عملية الاداء .

ويشير خيون " أن التدريب المتسلسل يكون فعالاً اذا كان الهدف من التدريب التأكيد على الاداء ومن دون تغيير ظروف المهارة أو التغيير من مهارة الى أخرى أي الثبات في المحيط " (3) المهارة المغلقة ( Closed Skill ) .

أما ( نبيل 2005 ) فإنه يرى " أن المهارة المغلقة تتطلب ثبات المحيط ولا تتطلب تغيير أو زيادة التركيز وسرعة الاستجابة ولذلك يكون الاسلوب المتسلسل ملائماً للمهارات التي تتطلب درجة عالية من الاثارة والانتباه للحصول على نتائج عالية في الاداء من حيث القوة والسرعة والتحمل (4) .

## 2-1-9 مقارنة بين الاسلوب المتسلسل والاسلوب العشوائي :-

من الممكن استخدام الاسلوب المتسلسل والعشوائي في التعلم والتدريس أيضاً، اذ يكون التمرين المتسلسل وكما عرفنا سابقاً اكثر فعالية من التمرين العشوائي في المحاولات

(1) Schmidt, A.Richard & Crraig wrisberg : 2000 . P233 .

(2) Schmidt, A.Richard: 1991 P 206.

(3) يعرب خيون ؛ مصدر سبق ذكره، ص 83

(4) نبيل محمود شاكر ؛ مصدر سبق ذكره، ص 77

الابتدائية جداً لمهارة جديدة في مرحلة الادراك اللفظي، وربما يكون ذلك لأن المتعلم يحتاج الى محاولات متكررة لانجاز الاجزاء بنجاح<sup>(1)</sup> . وجدول (1) يبين مقارنة بين الاسلوب المتسلسل والاسلوب العشوائي .

### جدول (1)

يبين المقارنة بين الاسلوبين المتسلسل والعشوائي<sup>(2)</sup>

الاسلوب العشوائي	الاسلوب المتسلسل	ت
مقياس للمنافسة ومعيار للمهارة.	قابل للتكرار.	1
يكون فيه تصور لعب نظامي متنوع.	ليس تصور لعب نظامي متغير.	2
يتولد الحل في كل محاولة.	يتولد الحل فيه فقط في المحاولة الاولى	3
لايعد هناك فرصة واحدة للنجاح يمكن اعادتها في المحاولات اللاحقة.	فيه فرص عديده للنجاح وتكرر في المحاولات اللاحقة.	4
لايسمح باجراء تصحيحات في المحاولات اللاحقة.	يسمح باجراء تعليمات في المحاولات اللاحقة.	5

### 2-1-10 مفهوم المهارة :-

تعد المهارة صفة الحركة ، اذ ان الحركة اذا ما تكررت بمسار واحد ووقت واحد واتجاه معين وقوة معينة ولها بداية ونهاية تسمى المهارة<sup>(3)</sup> .

ويرى ( نبيل 2007 ) بأن المهارة هي الاداء الماهر والمتقن في مختلف المجالات وتشمل كافة مجالات الحياة من اعمال يدوية او مهنية او نفسية وهي على انواع :-<sup>(4)</sup>

❖ مهارات معرفية : مثل مهارات الرياضيات والهندسة والمنطق

(1) قاسم لزام صبر ؛ موضوعات في التعلم الحركي : ( بغداد ، جامعة بغداد ، 2005 ) ص 218

(2) قاسم لزام صبر ؛ مصدر سبق ذكره، ص 219

(3) وجيه محجوب؛ موسوعة علم الحركة . التعلم الحركي وجدولة التدريب ، ط 1 : ( الاردن ، دار وائل للطباعة والنشر

، 2001 ) ص 129

(4) نبيل محمود شاكر؛ معالم الحركة الرياضية والنفسية والمعرفية، ط 1 : ( العراق، مطبعة المتنبى، 2007 ) ص 79.

- ❖ مهارات نفسية : مثل مهارات الانتباه لاختيار مثير من بين المثيرات
- ❖ مهارات نفسحركية : مثل مهارات او انشطة تستلزم استخدام العضلات الصغيرة أو الكبيرة متأزرة مع أهمية أدراك الفرد للمثيرات التي تتطلب استجابات حركية .
- ❖ مهارات حركية : حركة طوعية للجسم او بعض أجزائه للوصول الى هدف مثل المهارات الرياضية ومهارة العزف على البيانو والكتابة على الطابعة (1)

وفي أدبيات التعلم الحركي فإن مفهوم المهارة يستخدم بطرائق عديدة، ومنها أن المهارة مهمة او عمل معين يعكس فاعلية عالية في الاداء ، ومن جهة يمكن جعل المهارة مهمة او عمل عندما نلاحظها من منظار الاستجابات الحسية والحركية المطلوبة لغرض التعلم .

ومن هذا المنطق يمكن ان تسمى الرمية الحرة في كرة السلة والارسال في الكرة الطائرة والتنس والمنضدة بأن هذه المهارات هي مهارات حركية، ويمكن جعل المهارة صفة دالة لفاعلية الاداء، إذ ان كل مهارة حركية تتطلب تنظيم عمل مجاميع عضلية معنية وترتيبها في اتجاه معين، وفي هذا الجانب يجب اختيار المجاميع العضلية المطلوب عملها وكذلك تنظيم كمية التوتر والتناغم في هذا التوتر العضلي بين المجموعة العضلية الواحدة من جهة وبين المجاميع العضلية الاخرى من جهة اخرى، وعادة ما تتوحد كل نتائج المجاميع العضلية لاجل الوصول الى هدف معين، ومتى ما تحقق الهدف فيمكن ان نعد الشخص المنفذ لتلك الحركة شخصاً ماهراً (2) .

## 2-1-11 المهارات الاساسية في كرة القدم :-

تعد المهارات الحركية في لعبة كرة القدم عاملاً مهماً في تطوير اللعبة ، فضلاً عن الاعداد البدني والاعداد الخططي والاعداد النفسي ، فأن لعبة كرة القدم مازالت تعتمد على المهارات الحركية في تنفيذ الواجبات الخططية حيث تبقى دائماً المهارات الحركية العامل المهم في اللعبة .

(1) نبيل محمود شاكر؛ مصدر سبق ذكره ،ص 79

(2) يعرب خيون ؛ مصدر سبق ذكره،ص 19

فالمهارات الحركية هي الركيزة الاولى لتحقيق الانجاز في مباريات كرة القدم ، اذ تحتل جانباً مهماً في وحدة التدريب اليومية حيث يتم التدريب عليها لمدة طويلة حتى يتم اتقانها لكون " درجة اتقان المهارات الحركية لنوع النشاط الممارس يعد من الامور المهمة التي يعتمد عليها التنفيذ الخططي في مواقف اللعب المختلفة " (1) .

وتعد المهارة سلاحاً للاعب كرة القدم في الملعب، وهذا يعني قدرته على التحكم في الكرة بسهولة وبدون مجهود زائد، فضلاً عن انها تساعد اللاعب في التغلب على اكثر من خصم ، فضلاً عن أنها " تخلق لحظات عصبية لفريق الخصم امام مرماه " (2) . وأن أمتلاك اللاعب للمهارات الحركية يساعده في تطبيق خطط اللعب وان يصل الى مرمى الخصم ويستحوذ على الكرة بفرصة وأمكانية افضل .

وبما أن المهارات الاساسية في كرة القدم كثيرة ومتداخلة ومتراطة مع بعضها البعض، فقد أختلف المختصون في تصنيفهم لها، فمنهم من قسمها تبعاً لاستخدام الكرة الى مهارات اساسية مع الكرة ومهارات اساسية من دون الكرة، ومنهم من قسمها تبعاً لمواقف ومواقع اللاعب في الفريق الى مهارات دفاعية ومهارات هجومية، وهناك تصنيف تبعاً لاستخدام القدم أو الرأس او بقية أجزاء الجسم .

وهنا سيتطرق الباحث الى المهارات الموجودة ضمن منهاج وزارة التربية للمرحلة المتوسطة (3) .

## 2-1-1-1-1 السيطرة على الكرة في الهواء (تنطيط الكرة في الهواء) :-

تعد مهارة تنطيط الكرة في الهواء من المهارات الاساسية الصعبة والفعالة ويمكن عن طريق هذه المهارة معرفة قدرة اللاعب على التعامل مع الكرة والتحكم بها والسيطرة عليها في اوضاع مختلفة، وتكمن اهمية السيطرة على الكرة في كرة القدم الحديثة الا ان اللاعب يجب ان يتحكم بالكرة اثناء حركته مع القدرة على استخدام أي جزء من الجسم وفي أي وضع

(1) محمد حسن علاوي؛ سيكولوجية التدريب والمنافسات ، ط4 : ( القاهرة ، دار المعارف ، 1978 ) ص 133  
(2) كونه، الفريد؛ كرة القدم ، ( ترجمة ) ماهر البياتي وسليمان علي : ( الموصل ، دار الكتب للطباعة، 1980 ) ص 80  
(3) جمهورية العراق وزارة التربية ؛ منهاج التربية الرياضية للمرحلة المتوسطة، 1991، ص 53

للسيطرة على الكرة، فاللاعب الذي يستطيع تنطيط الكرة بأكثر عدد من المرات سيكون حتماً افضل من اللاعب الذي لا يستطيع تنطيط الكرة بالكفاءة نفسها (1) .

وتتطوي مهارة تنطيط الكرة في الهواء حسب ما يراها ( قحطان 1991 ) (2) تحت اسس السيطرة على الرغم من قلة استخدامها في اللعب ، فانها تستخدم في حالات منها :-

- 1- أنانية اللاعب الذي يريد أن يتمتع وحده باللعب .
- 2- حب الظهور امام الجمهور .
- 3- تأخير اللعب .
- 4- قد لا يجد اللاعب الذي يقوم بتنطيط الكرة زملائه في موقع مناسب لكي يمررها لهم .
- 5- الظروف الخارجية ومنها وعورة الارض او أمثلتها بالمياه .
- 6- التخلص من الخصم .

أن السيطرة على الكرة في الهواء والاحساس بها ينمو عند اللاعبين مع التمرين ويكون نوعاً خاصاً من الملاحظة العالية والتي تجعله يستطيع ان يتعامل مع الكرة بخبرته، وينشأ عند ذلك ان اللاعب يدرك خواص الكرة ( شكلها، وزنها، مرونتها، سرعتها، اتجاهها في الهواء، تغيير اتجاهها بسبب الريح المضادة او المؤاتية ) وهذا يساعده ويمكنه من ان يتحكم في توافقه الحركي (3) .

## 2-11-1-2 الاخمد ( التحكم بأيقاف الكرة ) :-

يعد الاخمد من المهارات الرياضية المهمة في كرة القدم والتي يجب على جميع اللاعبين اتقانها، أذمن دون اتقانها لا يستطيع اللاعب ان يقوم بالتهديف او المناولة او المراوغة بطريقة صحيحة، وان لهذه المهارة اهمية بالغة، اذ يتوقف اداء اغلب المهارات الاخرى على حسن تسلّم الكرة واخمدها ، وهي تعد عنصراً مهماً من عناصر السيطرة على الكرة (4) .

وعلى الرغم من ان اللعب الهجومي في كرة القدم الحديثة يتميز بأداء اللعب المباشر على هيئة تمريرات الا ان عملية الاخمد هي وسيلة ضرورية لمواقف اخرى تحددها ظروف اللعب

(1) صالح راضي ؛ تأثير اهم عناصر اللياقة البدنية والمهارات الرياضية في مستوى الانجاز : ( رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 1990 ) ص 37

(2) قحطان خليل جليل ؛ تحديد مستويات معيارية لبعض المهارات الاساسية للاعبين كرة القدم ( رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 1991 ) ص 35

(3) حنفي محمود مختار ؛ كرة القدم للناشئين : ( القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1981 ) ص 114

(4) حسن عبد الجواد ؛ كرة القدم - المبادئ الاساسية - الالعاب الاعدادية - القانون الدولي ، ط 2 : ( بيروت ، دار العلم للملايين ، 1980 ) ص 28

المختلفة ،اذ ان اخماد الكرة والتحكم بها بحرية يعني بدء مرحلة جديدة في الهجوم على مرمى الخصم (1) .

فا للاعب الذي يتقن مهارة الاخماد يكون اكثر أمكانية في التصرف والتحكم بها وهو في حالة حركة ، فهي تجعله لا يعطي الفرصة للمدافع لقطع الكرة فضلاً عن أنه يكسب الوقت ، فا للاعب يهيئ الكرة في تحقيق سرعة تنفيذ الواجبات الخطئية (2) .

ويجب على اللاعب المستقبل للكرة عدم الاحتفاظ بالكرة بعد استقبالها حرصاً على زيادة سرعة المباراة، الا اذا كان ذلك ضرورياً جداً، لان ذلك يبطل الهجوم ويعطي الخصوم الوقت لتنظيم صفوفهم .

لذلك يجب على اللاعب استقبال الكرة بحركة بسيطة أو بعدد قليل من الحركات التمهيديّة، ويمكن استخدام ذلك بنجاح من الناحية التكنيكية اذا كان اللاعب قادراً على ان يهيئ الكرة أمامه بأقل عدد من اللمسات بقصد التمرير او التهديف بعد ذلك، ويجب على المهاجمين عندما يكونون مراقبين بشدة أن يخفوا عن المدافعين الطريقة التي سيستخدمونها في استقبال الكرة، حتى يصعب عليهم مهمة مهاجمتهم و قطع الكرة منهم، ويساعد المهاجمين على ذلك ان يكونوا متقنين طرقاً مختلفة و متنوعة لاستقبال الكرة .

وأخيراً فأن على اللاعب المستقبل للكرة ان يكون مدركاً للعوامل الاتية عند قيامه بعملية الاخماد:- (3)

- 1- سرعة المناولة والتحرك للسيطرة عليها .
- 2- وضع جسم اللاعب بالمكان الصحيح لحماية الكرة من الخصم
- 3- تغيير السرعة بعد السيطرة على الكرة لنقلها بعيداً عن الخصم .

## 2-1-1-3-11-3 التهديف : -

(1) بهاء الدين ابراهيم سلامة ؛ الاعداد المهارى فى كرة القدم ، تعليم ، قانون : ( القاهرة ، مكتب الطابعى الجامعية ، 1987 ) ص 28

(2) يوسف لازم كماش ؛ المهارات الاساسية فى كرة القدم- تعليم- تدريب : ( عمان ، مكتبة دار الخليج ، 1999 ) ص 57

(3) زهير قاسم الخشاب (وأخرون) ؛ كرة القدم ، ط 2 : ( الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1988 ص 224 )

أن أذخال الكرة في مرمى الخضم هو الهدف النهائي في لعبة كرة القدم ، لذا فأن كل الحركات والمهارات التي يقوم بها اللاعبين يجب أن تخدم هذا الهدف لتحقيق الفوز على الخضم .

لذا تعد مهارة التهديق من اهم المهارات والتي عن طريقها تحسم نتائج المباريات، وكل شيء يفعله اللاعبون داخل الملعب يصب في اتجاه خلق فرصة مناسبة للتهديق فالتهديق احد وسائل الهجوم الفردي والذي يتطلب من اللاعب القدرة على التركيز ومهارة فنية عالية في الاداء لمختلف انواع ركل الكرة بالقدم، وتأتي فرصة التهديق دائماً بعد المحاورة او بعد اللعب الجماعي بين اللاعبين (1) .

والتهديق بالقدم هو " أفضل وأقوى وأسرع أنواع التهديق سواء في اثناء ضرب الكرة الثابتة او المتحركة " (2) . وعند التهديق يجب على اللاعب ان يجمع بين السرعة والدقة معاً ، وكلما كان اللاعب ذو خبرة جيدة كلما كان له القدرة على ارسال كرات قوية وفي المكان المناسب، أما اللاعب ذو الخبرة القليلة فإنه يميل الى التهديق القوي على حساب الدقة، لذا فأن السرعة والدقة في التهديق لها أهمية متساوية ، ولكن عندما يكون التهديق من منطقة بعيدة يجب ان يزيد السرعة بينما تزيد اهمية الدقة عند التهديق من مسافة قريبة من المرمى .

ويمكن للاعب أثناء التهديق استخدام التمويه أو الخداع كأن ينظر الى اتجاه غير حقيقي ثم يسدد الكرة الى الاتجاه الاخر ، ومن حيث ارتفاع الكرة عند التهديق ، فالكرات المنخفضة هي الافضل لانها أسرع، واللاعب الممتاز هو الذي يكون تصرفه ايجابياً داخل منطقة جزاء المنافس أو بالقرب منها أي أن يحاول دائماً اذا ما أتاحت له الفرصة أن يصوب الى المرمى في حدود هذه المنطقة، وفي المكان المناسب وبالقوة المناسبة (3) .

وقد أجرى ( مفتي، 1990 ) (1) بحثاً يتضمن احصاء عدد المرات التي يكون فيها اللاعبون في وضع يسمح لهم بالتهديق على المرمى خلال المباراة ولكنهم لا يغتتمون

(1) موفق أحمد محمود ؛ أثر برنامج تدريبي مقترح لتطوير بعض المهارات الاساسية بكرة القدم : ( رسالة ماجستير، جامعة البصرة، كلية التربية الرياضية، 1989 ) ص 32

(2) مختار سالم ؛ كرة القدم للملايين : ( بيروت ، مكتبة المعارف ، 1988 ) ص 49

(3) عبد المجيد نعمان ، محمد عبده صالح ؛ كرة القدم – تمرين – خطط : ( شبكة جمهور الامبراطور

www.google.com 2004 ) ص 3

(1) مفتي إبراهيم حماد ؛ الهجوم في كرة القدم : ( القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1990 ) ص 64

الفرصة لعمل ذلك ، وكان من نتائج هذا البحث ان نسبة عدم أستغلال فرص التهديد كانت كبيرة عندما قورنت بنسبة التهديد المستقل .

## 2-2 الدراسات المشابهة :-

### 2-2-1 دراسة ( نغم 2000 ) (2)

بعنوان (( أثر أسلوب التعلم المكثف والموزع على مستوى الاداء والتطور في فعالية الوثب الطويل والاحتفاظ بها)).

- هدفت الدراسة الى :-

1- التعرف على الفرق في نتائج مستوى الاداء والتطور في فعالية الوثب الطويل بأستخدام اسلوب التعلم المكثف والموزع والاحتفاظ بها .

2- معرفة أفضل اسلوب تعليمي من هذه الاساليب سواء المكثف او الموزع او التقليدي في تعلم فعالية الوثب الطويل مع الاحتفاظ بها .

- شملت عينة البحث ( 30 ) طالباً يمثلون السنة الدراسية الاولى في كلية التربية الرياضية - الجادرية / جامعة بغداد ، وتم تقسيمهم الى ثلاث مجموعات بواقع ( 10 ) طلاب لكل مجموعة .

- وأستنتجت الباحثة ماياتي :-

1- أن تعلم فعالية الوثب الطويل بأستخدام أسلوب التعلم المكثف والموزع أفضل من الطريقة التقليدية المتبعة في الكلية .

2- أفضل اسلوب للتعلم في فعالية الوثب الطويل هو الاسلوب الموزع .

3- حقق اسلوب التعلم الموزع أعلى درجة للاحتفاظ في فعالية الوثب الطويل من بين المجاميع الثلاث .

4- لم يحقق اسلوب التعلم المكثف درجة احتفاظ جيدة ، بل كانت اقل من المجموعة التقليدية .

(2) نغم حاتم حميد الطائي ؛ أثر استخدام اسلوب التعلم المكثف والموزع على مستوى الاداء والتطور في فعالية الوثب الطويل والاحتفاظ بها : ( رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية 2000 ) .

5- ان التعلم بالاسلوب الموزع هو الافضل مع المهارات المنفصلة ، والتعلم بالاسلوب المكثف هو الافضل مع المهارات المتصلة .

2-2-2 دراسة ( لؤي 2000 ) (1)

بعنوان (( تأثير التمرين العشوائي والمتجمع في تعلم بعض المهارات الاساسية بالريشة الطائرة)).

- هدفت الدراسة الى :-

1- معرفة مدى تأثير البرنامج التعليمي باستخدام جدولة التمرين العشوائي والتمرين المتجمع في تعلم بعض المهارات الاساسية بالريشة الطائرة .

2- التعرف على افضل اسلوب لجدولة التمرين ( العشوائي والمتجمع ) في تعلم مؤثر لبعض المهارات الاساسية ( المغلقة والمفتوحة ) .

- تكونت عينة البحث من ( 30 ) طالباً يمثلون طلاب الصف الثاني المتوسط في ثانوية المتميزين للبنين ، الرصافة ، وبأعمار ( 14 ) سنة ، وقد تم تقسيم العينة الى مجموعتين متساويتين وواقع ( 15 ) طالباً لكل مجموعة .

- وقد أستنتج الباحث ما يأتي :-

1- أظهر البرنامج التعليمي المستخدم تأثيراً معنوياً متبايناً في أكتساب تعلم المهارات الاساسية الثلاث ( ارسال عالي ، أبعاد أمامي ، أبعاد خلفي ) ولمجموعتي التمرين العشوائي والتمرين المتجمع .

2- أن ظهور الافضلية في نتائج الاختبارات البعدية لجدولة التمرين العشوائي في المهارات المفتوحة يدعم استخدام هذا الاسلوب في تعلم المهارات المفتوحة .

3- ظهور فروق عشوائية في اكتساب التعلم باستخدام جدولة التمرين العشوائي والمتجمع في مهارة الارسال ( المغلقة ) .

4- أن اعطاء عدد التكرارات نفسها و بالمعدل الزمني نفسه في اسلوبي جدولة التمرين العشوائي والمتجمع يؤثر بنسب مختلفة في أكتساب التعلم في المهارات المنفصلة سواء أكانت مغلقة ام مفتوحة .

(1) لؤي حسين شكر البديري ؛ تأثير استخدام جدولة التمرين العشوائي والمتجمع في تعلم بعض المهارات الاساسية بالريشة الطائرة : ( رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2000 )

5- أن استخدام التمرين الذهني والحركي والتدريب البدني ونوع التغذية الراجعة الخاصة في الاداء ساعدت في عملية اكتساب تعلم المهارات .

### 2-2-3 دراسة ( مازن 2003 ) (1)

بعنوان (( أثر استخدام اسلوب التعلم المكثف والموزع على تطور مستوى الاداء في بعض مهارات التنس )) .

- هدفت الدراسة الى :-

1- التعرف على الفروق في نتائج مستوى الاداء لمهارة الارسال والضربتين الامامية والخلفية بأستخدام اسلوب التعلم المكثف والموزع .

2- التعرف على افضل اسلوب تعليمي من هذه الاساليب سواء المكثف او الموزع او التقليدي .

- شملت عينة البحث ( 24 ) طالبة يمثلون طالبات السنة الدراسية الثانية والثالثة في كلية التربية الرياضية / جامعة بابل ، ثم تقسيمهن الى ثلاث مجاميع تجريبية بواقع ( 8 ) طالبات لكل مجموعة .

- استنتج الباحث مايتي :-

1- أن مجاميع البحث الثلاث ( الاسلوب المكثف والاسلوب الموزع والتقليدي ) كان لها تأثيراً معنوياً في أكتساب تعلم مهارات الارسال والضربتين الامامية والخلفية .

2- أن تعلم مهارة الارسال والضربة الامامية والخلفية في لعبة التنس بأسلوب التعلم المكثف افضل من الاسلوب الموزع والتقليدي المتبع في تدريسي هذه المهارات .

3- أن اسلوب التعلم المكثف هو الافضل في تعلم المهارات المغلقة والمفتوحة .

4- ان اسلوب التعلم الموزع افضل من الاسلوب التقليدي في تدريس هذه المهارات .

### 2-2-4 مناقشة الدراسات المشابهة :-

من خلال الاطلاع على نتائج الدراسات السابقة حول أستخدام أساليب التدريس المختلفة وأثرها في تعلم المهارات الحركية ، ظهرت هناك فروق معنوية بين المجاميع

(1) مازن عبد الهادي أحمد ؛ أثر استخدام أسلوب التعلم المكثف والموزع على تطور مستوى الاداء في بعض مهارات التنس : ( بحث منشور ، مجلة علوم التربية الرياضية ، المجلد الثاني ، العدد الاول ، جامعة بابل ، كلية التربية الرياضية ، 2003 ) .

المستخدمة لاساليب التدريس الحديثة والاسلوب التقليدي، وكانت كافة الاساليب المستخدمة في تلك الدراسات تشير الى ظهور الفروق المعنوية لمصلحتها رغم وجود بعض الاختلافات في تفوق اسلوب تدريس على آخر بأستخدامه في تعلم بعض المهارات التي أستخدمها الباحثون في دراستهم المذكورة، وقد تناولت الدراسات السابقة جميعها اسلوبين مختلفين فضلاً عن الاسلوب الامري لكي تتوضح الفروق المعنوية مقارنة بينهم .

والاساليب المستخدمة في الدراسات السابقة كانت ( المكثف، الموزع ، العشوائي، المتجمع ) أما الباحث فقد أستخدم أسلوبين هما ( المتسلسل، العشوائي ) ومقارنتهما بالاسلوب التقليدي( الامري ) لمعرفة تأثير هذه الاساليب في أكتساب بعض المهارات الحركية بكرة القدم لطلاب الصف الثاني المتوسط . محاولة منه في التوصل الى معرفة افضل اسلوب تدريسي يلائم تعلم مهارات هذه اللعبة وبما ينسجم ويتماشى مع المنهج التعليمي المقرر لمدراس المتوسطة وفي ضوء وحداته التعليمية، واتباع مبادئ ومفاهيم اساليب التدريس في تعليم المهارات ومستوى خبرة المتعلمين، وبذلك تشابهت الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية كونها أستخدمت بعض الاساليب التدريسية الحديثة كمتغير رئيس ( مستقل ) وأختلفت معها بماهية الاساليب المستخدمة اذ أستخدمت الدراسة الحالية أسلوب ( المتسلسل، العشوائي ) وكذلك أختلفت في المهارات واللعبة المراد تعلمها.

# الباب الثالث

- 3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية.
  - 1-3 منهج البحث.
  - 2-3 عينة البحث.
    - 1-2-3 تجانس العينية
  - 3-3 الأجهزة والأدوات المستخدمة.
  - 4-3 تحديد الاختبارات.
- 1-4-3 مواصفات وإجراءات الاختبارات مهارية.
  - 5-3 التجربة الاستطلاعية.
  - 6-3 الأسس العلمية للاختبارات.
    - 1-6-3 صدق الاختبارات.
    - 2-6-3 ثبات الاختبارات.
    - 3-6-3 موضوعية الاختبارات.
  - 7-3 تكافؤ العينة.
  - 8-3 الاختبارات القبليية.
  - 9-3 اعداد الخطط الخاصة بالمنهاج.
  - 10-3 الاختبارات البعدية.
  - 11-3 الوسائل الإحصائية.

## 3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:-

## 3-1 منهج البحث:-

من أهم الخطوات التي يستند عليها نجاح البحث هو اختيار المنهج الملائم لحل المشكلة فالمنهج هو " الطريقة التي ينتهجها الفرد حتى يصل إلى هدف معين"<sup>(1)</sup> وبما أن البحث العلمي قد حدد العديد من المناهج التي تتلاءم وطبيعة أي مشكلة علمية تستوجب الدراسة والبحث، مما أعطى حرية للباحث في اختيار المنهج الذي ينسجم مع مشكلة بحثه. وعليه استخدم الباحث المنهج التجريبي الذي يقوم على " تغيير معتمد ومضبوط للشروط المحددة لحدث ما، وملاحظة التغيرات الناتجة من الحدث ذاته وتفسيرها"<sup>(2)</sup>. وبأسلوب التصميم التجريبي حيث تكون المجموعتان التجريبية والضابطة " متكافئتين في كل العوامل التي قد تؤثر في المتغير التابع باستثناء عامل واحد وهو التعرض للمتغير المستقل"<sup>(3)</sup>. كما مبين في جدول (2).

## جدول (2)

## يبين التصميم التجريبي

الخطوة الخامسة	الخطوة الرابعة	الخطوة الثالثة	الخطوة الثانية	الخطوة الاولى	المجموعات
الفرق بين الاختبار البعدي للمجموعات الثلاثة في الاداء المهاري	الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي	الاختبار البعدي	الأسلوب التقليدي	الاختبار القبلي	الضابطة
	الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي	الاختبار البعدي	الأسلوب المتسلسل	الاختبار القبلي	التجريبية الاولى
	الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي	الاختبار البعدي	الأسلوب العشوائي	الاختبار القبلي	التجريبية الثانية

(1) اكرم خطابية؛ المناهج المعاصرة في التربية الرياضية، ط1 : ( عمان، دار الفكر، 1997) ص19.

(2) حسن الشافعي، وسوزان مرسى؛ مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية : ( الاسكندرية، منشأة المعارف، 1995) ص74.

(3) عبد الجليل الزوبعي، و محمد الغنام؛ مناهج البحث في التربية، ج1 : ( بغداد ، مطابع جامعة بغداد، 1981) ص108.

## 3-2 عينة البحث:-

تعد عينة البحث ضرورة من ضروريات البحث العلمي إذ يجب على الباحث ان يختار عينة البحث بحيث تمثل هذه العينة المجتمع الاصلي تمثيلاً دقيقاً، فالعينة تعني " طريقة جمع البيانات والمعلومات من وعن العناصر وحالات محددة يتم اختيارها بأسلوب معين من جميع عناصر مفردات ومجتمع الدراسة وبما يخدم ويتناسب ويعمل على تحقيق هدف الدراسة".<sup>(1)</sup>

اختار الباحث عينة بحثه من المدارس المتوسطة للبنين في محافظة ديالى / قضاء بعقوبة المركز لطلاب الصف الثاني المتوسط، وقد كان عدد المدارس المتوسطة في مركز القضاء (12) مدرسة. وقد تم اختيار ثانوية الصدرين للبنين بالطريقة العمدية وذلك للأسباب الآتية:-

- توفر الساحات والملاعب الترابية والمبلطة.

- وجود ثلاثة مدرسين للتربية الرياضية.

- وجود الكرات والتجهيزات الكافية.

- تعاون الإدارة.

- الدوام الأحادي.

وقام الباحث بتقسيم عينة البحث الى ثلاث مجموعات بالطريقة العشوائية ( القرعة )

وكالاتي:-

اولاً:- المجموعة التجريبية الاولى - طبقت التمرينات بالاسلوب المتسلسل. وعددهم ( 24 ) طالباً يمثلون شعبة الثاني ( أ ).

ثانياً:- المجموعة التجريبية الثانية - طبقت التمرينات بالاسلوب العشوائي. وعددهم (24) طالباً يمثلون شعبة الثاني(ب).

ثالثاً:- المجموعة الضابطة - طبقت التمرينات بالاسلوب التقليدي. وعددهم (24) طالباً يمثلون شعبة الثاني ( ج ).

وقد استبعد الباحث (9) طلاب من المرضى والراسبين ولاعبى فريق المدرسة ، إذ بلغ مجموع افراد العينة الكلي (72) طالباً وقد بلغت نسبة العينة الى نسبة المجتمع الكلي ( ) 18% حيث كان عدد طلاب الصف الثاني متوسط لـ ( 12 ) مدرسة متوسطة ( 400 ) طالب. كما مبين في جدول (3).

(1) ربحي مصطفى عليان، وعثمان محمد غنيم؛ مناهج واساليب البحث العلمي النظرية والتطبيق ، ط1 : ( عمان، دار صفاء للنشر والتوزيع، 2000 ) ص138.

## جدول (3)

يبين توزيع العينة على الجامعات ومجموعهم الكلي ونسبتهم المئوية

العدد	الجامع
24	المجموعة التجريبية الاولى ( الاسلوب المتسلسل)
24	المجموعة التجريبية الثانية ( الاسلوب العشوائي)
24	المجموعة الضابطة ( الاسلوب التقليدي)
72	مجموع افراد العينة
400	مجموع افراد المجتمع
%18	النسبة المئوية للعينة

## 3-2-1 تجانس العينة:-

لأجل التوصل الى مستوى واحد ومتساوي لعينة البحث ولتجنب المتغيرات التي قد تؤثر في نتائج البحث من حيث الفروق الفردية الموجودة بين الطلاب، قام الباحث بأجراء التجانس على عينة بحثه بأخذ المتغيرات ( العمر، الطول، الوزن) وبعد ذلك جرت المعالجات الاحصائية لهذه المتغيرات عن طريق قانون معامل الالتواء، إذ كانت القيم محصورة بين  $(3 \pm)$  مما يدل على حسن توزيع العينة وانتشارها اعتدالياً داخل كل مجموعة من مجاميع البحث الثلاث، وجدول (4) يبين ذلك.

## جدول (4)

يبين تجانس المجموعات التجريبية الثلاث في المتغيرات ( العمر، الطول، الوزن)

ت	المتغيرات	وحدة القياس	س	و	ع	ل
1	العمر	الشهر	317.5	318	2.7	0.55
2	الطول	سم	160.2	161	2.4	0.96
3	الوزن	كغم	54.6	53.8	2.9	0.82

## 3-3 الاجهزة والادوات المستخدمة:-

يمكن تعريف الاجهزة والادوات المستخدمة بأنها " الوسيلة او الطريقة التي يستطيع الباحث حل مشكلة بحثه سواءً كانت ادوات ام بيانات ام اجهزة"<sup>(1)</sup> وقد استخدم الباحث الادوات الاتية:-

- المصادر العربية والاجنبية.
- المقابلات الشخصية.
- استمارة استطلاع الخبراء.
- شريط قياس بالسنتيمتر.
- ميزان طبي لقياس الوزن.
- كرات قدم عدد (24).
- شواخص.
- ساعات الكترونية لقياس الوقت عدد (2).
- الاختبارات والقياسات.

### 3-4 تحديد الاختبارات:-

إنّ اختيار الاختبارات وتحديدها ليست بالعملية السهلة إذ يجب ان يكون الاختبار على وفق اسس علمية دقيقة من اجل تحقيق الغرض الذي وضعت من اجله، إذ ان الاختبار هو " وسيله هامه من وسائل القياس وانه بمثابة تكتيكات للقياس"<sup>(2)</sup>. وبعد اطلاع الباحث على عدد من المصادر المتوافرة التي تتعلق بدراسته، تم جمع عدد من الاختبارات الخاصة بمهارات كرة القدم، إذ تم بعد ذلك عرض هذه الاختبارات على مجموعة من الخبراء والمختصين وذلك من خلال استمارة استطلاع الرأي (\*\*\*) وجدول (5) يبين ذلك.

### جدول (5)

#### يبين الاختبارات قيد البحث والنسبة المئوية

(1) وجيه محجوب ؛ طرائق البحث العلمي ومناهجه : ( الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1988) ص133.  
 (2) عبد علي نصيف، وقاسم حسن حسين؛ مبادئ علم التدريب الرياضي ، ط1 : ( موصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1988) ص154.  
 (\*\*\*) ملحق (2)

النسبة المئوية	الهدف من الاختبار	الاختبار
%80	قياس حساسية اللاعب على الكرة ومقدرته على التحكم فيها.	السيطرة على الكرة ( التحكم )
%80	قياس دقة إيقاف الكرة بالقدم او الصدر او الفخذ او الرأس واستعادة التحكم بها.	إيقاف حركة الكرة ( الاخمد )
%100	قياس دقة التهديد القريب	التهديد على المستطيلات المتداخلة

### • مواصفات الاختبارات المهارية وإجراءاتها:-

#### الاختبار الاول

اسم الاختبار : اختبار السيطرة على الكرة ( التحكم ) اختبار فرنون . (1)

الهدف من الاختبار : قياس حساسية اللاعب على الكرة ومقدرته على التحكم فيها .

الادوات المستخدمة : كرة قدم ، دائرة نصف قطرها ( 3 ) م .

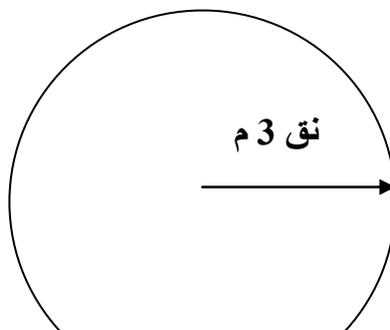
أجراءات الاختبار : يقف اللاعب في مركز الدائرة بالكرة وعندما تعطي له اشارة البدء يرفع الكرة من الارض ويقوم بتنطيطها داخل حدود الدائرة بالقدمين وبأجزاء الجسم الاخرى عدا الذراعين .

طريقة التسجيل :

1- تعطي للمختبر محاولتان .

2- تحتسب افضل محاولة من المحاولتين ( اكبر عدد من التكرارات لمس بها الكرة قانونياً ) .

3- يجب عدد مرات لمس الكرة بأجزاء الجسم من لحظة اشارة البدء حتى تسقط الكرة على الارض او خروجها خارج الدائرة .



نننن

#### الشكل ( 4 )

يوضح اختبار السيطرة على الكرة ( التحكم بالكرة )

#### الاختبار الثاني

أسم الاختبار : ايقاف حركة الكرة ( الاخمد ) (1)

الهدف من الاختبار : قياس الدقة في ايقاف الكرة بالقدم او الصدر او الفخذ أو الرأس وأستعادة التحكم بها .

الأدوات المستخدمة : كرة قدم عدد ( 5 )، شريط قياس، بورك، منطقة محددة لأجراء الاختبار .

#### أجراءات الاختبار :-

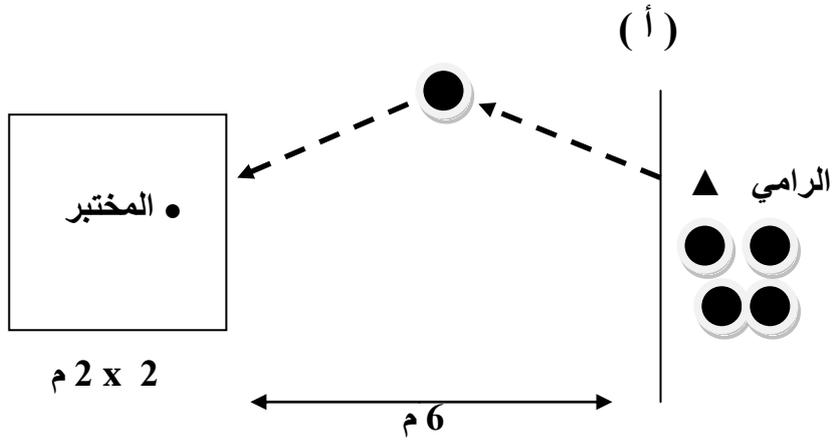
- تخطيط منطقة الاختبار كما موضح في شكل ( 5 ) .
- يقف المختبر في المنطقة المحددة للاختبار .
- يقف الرامي ومعه الكرة خلف الخط ( آ ) ، ويرمي الكرة ( كرة عالية ) الى اللاعب الواقف في منطقة الاختبار والذي يحاول ايقاف الكرة بأي جزء من أجزاء الجسم عدا الذراعين .

#### طريقة التسجيل :-

- يعطي للاعب خمس محاولات متتالية .

(1) ثامر محسن اسماعيل وآخرون ؛ الاختبار والتحليل بكرة القدم : (الموصل ، مطبعة جامعة الموصل ، 1991 )

- يمنح ( صفر ) للمحاولة الفاشلة ( غير الصحيحة ) .
  - تمنح ( درجتان ) لكل محاولة صحيحة .
  - تحتسب ( 10 ) درجات لمجموع المحاولات الخمسة .
- التوجيهات :-** لا تحتسب المحاولة صحيحة في الحالات الآتية :
- 1- إذا لم ينجح اللاعب في إيقاف الكرة .
  - 2- إذا اجتاز أي خط في منطقة الاختبار بأكثر من قدم واحدة .
  - 3- إذا أوقف الكرة بطريقة غير قانونية في كرة القدم .



الشكل ( 5 )  
يوضح اختبار إيقاف حركة الكرة ( الإخماد )

أسم الاختبار : التهديف على المستطيلات المتداخلة . (1)

الهدف من الاختبار : مقياس دقة التهديف القريب .

الادوات المستخدمة : كرة قدم عدد ( 3 ) على بعد ( 9 ) أقدام من منتصف خط البداية ، ساعة أيقاف الكترونية .

أجراءات الاختبار :

نرسم اربعة اهداف مستطيلة على حائط املس عمودي على الارض ابعادها كالآتي :

المستطيل الاول	6 x 2	قدم
المستطيل الثاني	12 x 4	قدم
المستطيل الثالث	18 x 6	قدم
المستطيل الرابع	24 x 8	قدم

يرسم خط موازي للحائط على بعد ( 20 ) قدماً من الهدف ، يقف اللاعب ومعه الكرة خلف خط البداية وعندما يعطي إشارة البدء يقوم اللاعب بركل الكرة بأحدى قدميه نحو الحائط محاولاً تصويبها نحو الهدف الصغير ( 6 x 2 ) قدم اكبر عدد من المرات خلال الزمن المقرر للاختبار وهو ( 30 ) ثانية .

طريقة التسجيل :

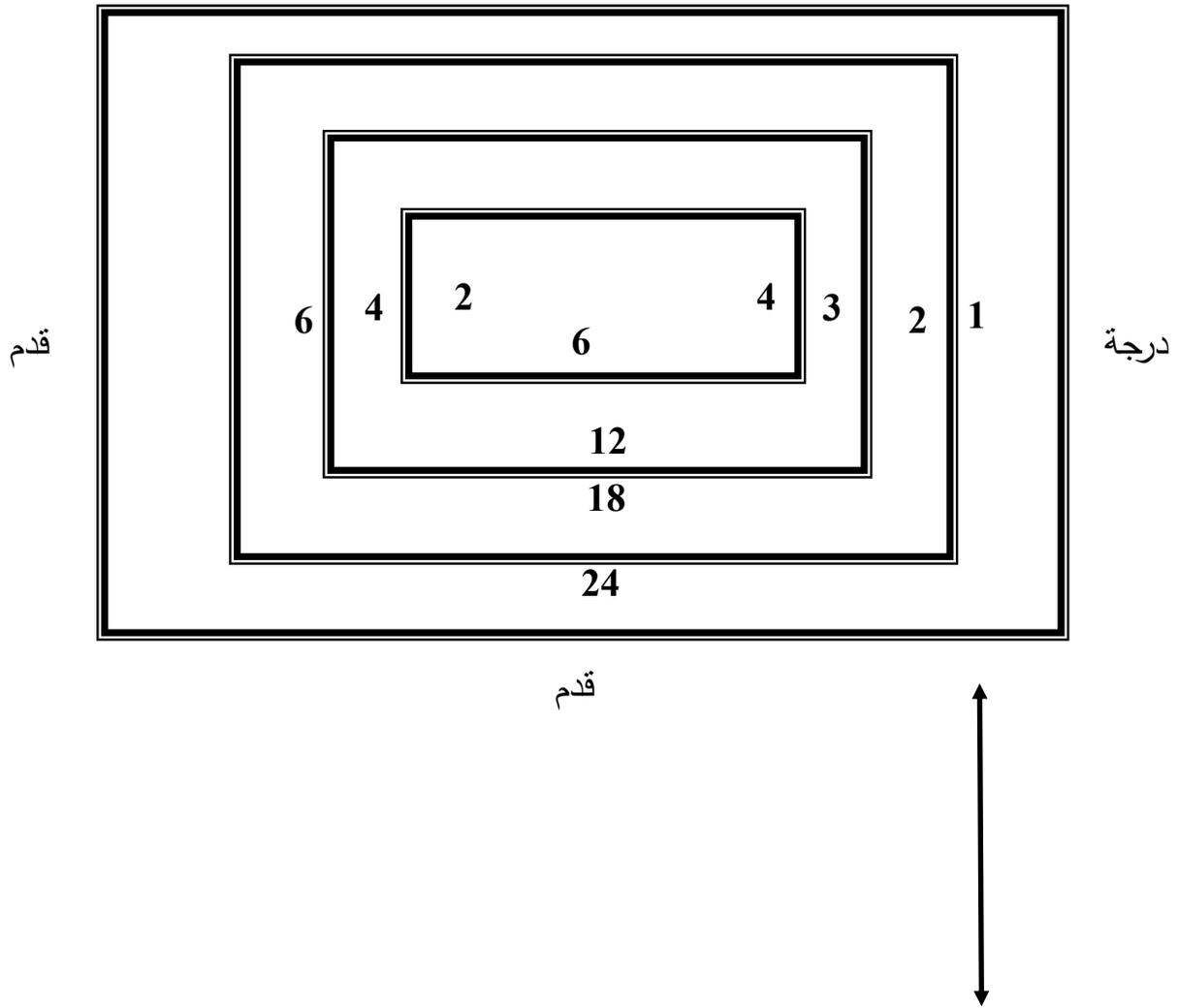
المستطيل الاول	4 درجة	المستطيل الثاني	3 درجة
المستطيل الثالث	درجتان	المستطيل الرابع	درجة واحدة

صفر عندما لاتلمس الكرة أي من المستطيلات .

التوجيهات :-

- يسمح بركل الكرة بأي من القدمين
- لايسمح للاعب بركل الكرة نحو الهدف الا بعد رجوعها الى خط البداية

(1) عيد المعين صبحي خالد : أثر استخدام بعض الاجهزة والادوات المساعدة في تعليم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم ( رسالة ماجستير ، جامعة الموصل ، كلية التربية الرياضية ، 1997 ) ص 39



خط البداية



لاعب



كرات

شكل (6)

يوضح اختبار التهديف على المستطيلات المتداخلة

3-5 التجربة الاستطلاعية:-

يؤكد خبراء البحث أهمية اجراء التجربة الاستطلاعية وهي عبارة عن " تدريب عملي للباحث للوقوف على السلبيات والايجابيات التي تقابله اثناء اجراء الاختبار لتفاديها."<sup>(1)</sup> ولغرض التعرف على العوامل والمعوقات التي من الممكن ان تصادف الباحث عند تنفيذ التجربة الرئيسية. وبعد استكمال الإجراءات المطلوبة تم اجراء التجربة الاستطلاعية على عينة عشوائية من خارج عينة البحث تكونت من (12) طالب في ثانوية الصدرين للبنين بتاريخ 2007/3/4 وتم التوصل الى:-

- معرفة مدى ملاءمة الاختبارات لمستوى العينة.
- تجاوز الاخطاء التي تحدث عند تنفيذ الاختبار.
- تنظيم العمل واجراءات الوحدة التعليمية المتمثلة بتوقيتها وبجميع اقسامها.
- معرفة كفاءة فريق العمل.
- التأكد من ملاءمة المكان لتنفيذ الاختبارات وكذلك مدى صلاحية الادوات والاجهزة المستخدمة.
- معرفة طريقة قياس البيانات وتسجيلها.

### 3-6 الأسس العلمية للاختبارات:-

#### 3-6-1 صدق الاختبار:-

يعد الاختبار صادقاً اذا كان " يقيس ما وضع لقياسه أي انه يقيس الوظيفة التي يزعم انه يقيسها ولا يقيس شيئاً اخر بدلاً منها او بالاضافة اليها"<sup>(2)</sup>. وقد اعتمد الباحث في استخراج صدق الاختبار على نوعين من الصدق اولها صدق المحتوى او المضمون وذلك عن طريق عرض الاختبارات على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال الاختبار والقياس وعلم التدريب الرياضي / اختصاص كرة القدم وقد ثبت صدق الاختبارات بعد ان اتفق الخبراء على انها تحقق الغرض الذي وضعت من اجله وملاءمتها لهذه الفئة العمرية.

(1) قاسم حسن حسين (وآخرون)؛ الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية : ( الموصل، مطابع لتعليم العالي، 1990) ص107.

(2) عبد الله الكندري، ومحمد احمد؛ مناهج البحث العلمي في التربية الرياضية والعلوم الاسلامية، ط2 : ( الكويت، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، 1999) ص154.

ثم قام الباحث باستخراج صدق الاختبارات بطريقة الصدق الذاتي عن طريق الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار وقد ظهر ان الاختبارات تتمتع بدرجة صدق ذاتي عالية . وكما مبين في جدول (6).

### جدول (6)

يبين معامل الصدق الذاتي للاختبارات

معامل الصدق الذاتي	الاختبارات	ت
91%	السيطرة على الكرة ( التحكم )	1
93%	ايقاف الكرة ( الاخمد )	2
92%	التهديف على المستطيلات المتداخلة	3

### 3-6-2 ثبات الاختبار:-

تطلق هذه التسمية على الاختبار اذا " تكرر استخدام الاختبار واعطى النتائج نفسها في كل مره"<sup>(1)</sup>. ولحساب معامل الثبات تم اختيار طريقة الاختبار واعادة تطبيق الاختبار على عينة مكونة من (12) طالب من خارج عينة البحث بتاريخ 200/43 واعيد الاختبار بعد مرور سبعة ايام على الاختبار الاول حيث يشير ( محمد صبحي 1995 ) " إن لمعرفة ثبات الاختبار يعاد تطبيقه على العينة نفسها بعد مرور سبعة ايام على الاختبار الاول"<sup>(2)</sup>.

وحاول الباحث جاهداً ان يجري الاختبارين في الظروف نفسها وبعد الحصول على نتائج الاختبارين قام الباحث بايجاد معامل الارتباط بينهما باستخدام قانون الارتباط البسيط ( بيرسون ) . كما مبين في جدول (7)

(1) سامي ملحم؛ مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط1 : ( عمان، دار المسيره للنشر والتوزيع، 2000 ) ص287.  
(2) محمد صبحي حسنين؛ القياس والتقويم في التربية البدنية ، ط3، ج1 : ( القاهرة، دار الفكر العربي، 1995 ) ص198.

## جدول (7)

يبين معامل ثبات الاختبارات

ت	الاختبارات	معامل الثبات	القيمة الجدولية
1	السيطرة على الكرة ( التحكم )	0.83	0.55
2	ايقاف الكرة ( الاخمام )	0.87	
3	التهديف على المستطيلات المتداخلة	0.85	

\* تحت درجة حرية (11) ومستوى دلالة ( 0.05 )

## 3-6-2 موضوعية الاختبار:-

من الشروط المهمة التي يجب ان تتوفر في الاختبار الجيد هو شرط الموضوعية والذي نعني به " عدم اختلاف المقدرين في الحكم على شئ ما او على موضوع معين"<sup>(1)</sup>.  
لذا فان الاختبارات التي استخدمها الباحث هي اختبارات بسيطة وواضحة ومفهومة وبعيدة عن الاحكام الشخصية، إذ يكون التسجيل باستخدام وحدات الزمن/ ثا ، وعدد مرات النجاح لذلك تكون الاختبارات ذات موضوعية عالية.

## 3-7 تكافؤ العينة:-

لمعرفة التكافؤ بين مجموعات البحث الثلاث في الاداء المهاري حيث ان التكافؤ شرط اساس ومهم في المنهج التجريبي وحتى يستطيع الباحث ان يعزي ما حدث من فروق في نتائج الاختبارات البعدية الى العامل التجريبي ( المستقل ) فقد طبق اختبار ( ف ) تحليل التباين لمعرفة الفروق بين المجموعات الثلاث للاختبارات قيد البحث. كما مبين في جدول (8).

(1) مصطفى حسين باهي؛ المعاملات العلمية والعملية بين النظرية والتطبيق ، ط1 : ( القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999 ) ص64.

## جدول (8)

يبين تكافؤ عينة البحث في اختبارات المهارات الأساسية

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F المحسوبة	قيمة F الجدولية	معنوية الفروق		
اختبار السيطرة على الكرة ( التحكم )	بين المجموعات	2.40	2	1.2	0.46	3.13	عشوائي		
	داخل المجموعات	180.32	69	2.6					
اختبار إيقاف حركة الكرة ( الإخماد )	بين المجموعات	3.12	2	1.56	0.38		3.13	عشوائي	
	داخل المجموعات	277.44	69	4.02					
اختبار التهديف على المستطيلات المتداخلة	بين المجموعات	1.60	2	0.8	0.2			3.13	عشوائي
	داخل المجموعات	260.11	69	3.76					

قيمة F الجدولية تحت درجة حرية (69) ومستوى دلالة (0.05)

يتبين مما جاء في الجدول (8) ان قيمة (F) المحسوبة اصغر من قيمة (F) الجدولية في جميع الاختبارات القبلية مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية.

## 3-8 الاختبارات القبلية:-

إن الاختبارات القبلية هي "أحدى وسائل التقويم والقياس والتشخيص والتوجيه في المناهج والبرامج لجميع المستويات والمراحل العمرية فهي تقوم بدور المؤشر بوضوح الى مدى التقدم

والنجاح في تحقيق الاهداف الموضوعية<sup>(1)</sup>، وعليه تم اجراء الاختبارات القبلية لعينة البحث بتاريخ 2007/3/5 في ساحة المدرسة بعد تسجيل البيانات الخاصة بالعمر والوزن والطول وبعد تثبيت الظروف المتعلقة بالاختبار من حيث الزمان والمكان والادوات المستخدمة وطريقة التنفيذ وفريق العمل المساعد.

### 3-9 اعداد الخطط الخاصة بالمنهاج:-

إنَّ هدف التربية الرياضية في المرحلة المتوسطة هو "الارتقاء بمستوى الاداء الحركي للطلاب من خلال أنشطة رياضية لتحقيق التطور في الجانب المهاري والخططي والبدني والتدريب عليها"<sup>(2)</sup>.

وبعد اطلاع الباحث على اكثر المصادر العلمية المتوافرة في مجال التعلم الحركي وعلم التدريب وطرائق التدريس وكرة القدم وبعض السادة الخبراء، قام الباحث باعداد التمرينات مهارية الخاصة بالمهارات المختارة قيد البحث. وقد راعى فيه الامور المتعلقة بالنمو والتطور الحركي لهذه المرحلة كذلك على الوقت المخصص للدرس وفقاً لتقسيماته، فضلاً عن المهارات والفعاليات الموضوعية مركزياً من قبل وزارة التربية<sup>(3)</sup> والاجهزة والادوات المتوافرة. بعدها قام الباحث بتنفيذ التمرينات المعدّه بالاسلوبين ( المتسلسل، العشوائي) على المجموعتين التجريبتين

- طبقت التمرينات مهارية المختارة على المجموعة التجريبية الاولى بالاسلوب المتسلسل وذلك بواقع (3) تمرينات في الوحدة التعليمية الواحدة، مدة كل تمرين ( 5 د) ليصبح بذلك الوقت الكلي لتطبيق التمرينات ( 15 د) تمثل وقت النشاط التطبيقي من القسم الرئيس في درس التربية الرياضية، وقد طبقت تمرينات مهارة السيطرة على الكرة اولاً ولمدة ثلاث وحدات ، ثم طبقت تمرينات الاخمد ولمدة ثلاث وحدات ايضاً، ثم تمرينات التهديف ولمدة ثلاث وحدات. وبذلك طبقت التمرينات للمهارات المختارة تبعاً

(1) كمال عبد الحميد، ومحمد صبحي حسنين؛ اللياقة البدنية، مكوناتها، الاسس النظرية، الاعداد البدني، طرق القياس ، ط1 ( القاهرة، دار الفكر العربي، 1997) ص267.

(2) عباس السامرائي؛ طرق تدريس التربية الرياضية، ط2، ج1 : ( الموصل، دار الكتب للطباعة، 1987) ص237.

(3) جمهورية العراق، وزارة التربية؛ منهج الدراسة للمرحلة المتوسطة، ط1 : ( بغداد، مطابع وزارة التربية، 1991) ص91.

الى الانتهاء من المهارة ثم الانتقال الى المهارة الاخرى وهذا هو تطبيق الاسلوب المتسلسل.

- طبقت التمرينات المهارية المختارة على المجموعة التجريبية الثانية بالاسلوب العشوائي وذلك بواقع (3) تمرينات في الوحدة التعليمية الواحدة، مدة كل تمرين ( 5 د ) ليصبح بذلك الوقت الكلي لتطبيق التمرينات ( 15 د ) تمثل وقت النشاط التطبيقي من القسم الرئيس في درس التربية الرياضية، وقد طبقت تمرينات مهارة ( السيطرة، الاخمام، التهديف ) وبواقع تمرين واحد لكل مهارة في كل وحدة، وبذلك يكون الباحث قد طبق التمرينات بالاسلوب العشوائي وهو تعلم اكثر من مهارة في الوحدة الواحدة.
- كان وقت تطبيق التمرينات المهارية بالنسبة لمجموعات البحث ( الضابطة، التجريبيتين ) متساوياً إذ طبقت التمرينات بالنسبة للمجموعات الثلاث في القسم الرئيسي من الدرس ضمن النشاط التطبيقي، والذي يكون وقته ( 15 د ) للحصة التعليمية الواحدة.
- بلغ الوقت الكلي للتمرينات المهارية المطبقة في المجموعة الواحدة ( 135 د ) إذ طبقت التمرينات لمدة ( 9 ) وحدات تعليمية ولمدة ( 9 ) أسابيع إذ طبقت بواقع وحده واحده في كل اسبوع ولكل مجموعة حسب جدول الحصص الاسبوعي. وقد طبقت التمرينات بالنسبة للمجموعة الاولى ( الاسلوب المتسلسل ) في يوم الثلاثاء من كل اسبوع، اما المجموعة الثانية ( الاسلوب العشوائي ) فقد طبقت التمرينات يوم الاربعاء من كل اسبوع. واما المجموعة الضابطة فقد كانت في يوم الخميس من كل اسبوع.

### 3-10 الاختبارات البعدية:-

بعد الانتهاء من تطبيق التمرينات المقترحة بالاسلوبين ( المتسلسل، العشوائي ) اجرى الباحث الاختبارات البعدية لعينة البحث ( المجموعتان التجريبيتان والمجموعة الضابطة ) بتاريخ 2007/5/6 وفي ساحة المدرسة وقد حرص الباحث على توفير كافة الظروف والمتطلبات التي تم فيها الاختبار القبلي لعينة البحث.

### 3-12 الوسائل الإحصائية:-

1- الوسط الحسابي<sup>(1)</sup>  $(\bar{س}) = \text{مج س} / ن$

2- الانحراف المعياري<sup>(2)</sup>  $ع = \sqrt{\frac{\text{مج (س - \bar{س})}^2}{ن}}$

3- الوسيط<sup>(3)</sup>  $و = \frac{1 + ن}{2}$

4- معامل الارتباط البسيط (بيرسون)<sup>(4)</sup>

$$ر = \frac{\text{مج س ص} - \frac{\text{مج س} \times \text{مج ص}}{ن}}{\sqrt{\left[ \frac{\text{مج س}^2 - \frac{(\text{مج س})^2}{ن}}{ن} \right] \left[ \frac{\text{مج ص}^2 - \frac{(\text{مج ص})^2}{ن}}{ن} \right]}}$$

5- النسبة المئوية<sup>(1)</sup>  $\% = \frac{\text{الجزء}}{100} \times 100$

- (1) وديع ياسين ، وحسن محمد ؛التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ( موصل ،دار الكتب للطباعة والنشر ،1999) ص102 .
- (2) امطانيوس ميخائيل؛ القياس والتقويم في التربية الحديثة : ( دمشق، منشورات جامعة دمشق، 1997) ص75.
- (3) وديع ياسين، وحسن محمد؛ مصدر سبق ذكره ، ص103.
- (4) مصطفى حسين باهي ؛مصدر سبق ذكره، ص75.
- (1) علي الديري ، واحمد بطاينة؛ اساليب تدريب التربية الرياضية : ( الاردن، دار الامل للطباعة والنشر، 1986) ص95.

الكل

6- اختبار ( ت ) للعينات المتناظرة<sup>(2)</sup>

س ف

$$t = \frac{\text{مجم ح}^2 \text{ ف}}{n(n-1)}$$

7- اختبار (F) تحليل التباين<sup>(3)</sup>

متوسط المربعات بين المجموعات

$$= F$$

متوسط المربعات داخل المجموعات

8- معامل الصدق الذاتي<sup>(4)</sup>

$$\text{معامل الصدق الذاتي} = \sqrt{\text{معامل الثبات}}$$

9- معامل الالتواء<sup>(1)</sup>

(2) وديع ياسين، وحسن محمد؛ مصدر سبق ذكره، ص 279.

(3) وديع ياسين، وحسن محمد؛ مصدر سبق ذكره، ص 290.

(4) محمد حسن علاوي، ومحمد نصر الدين رضوان؛ القياس في التربية وعلم النفس الرياضي : ( القاهرة، مؤسسة روز

اليوسف، 1989) ص 316.

(1) ممدوح عبد المنعم، وعيسى عبد الله جابر؛ القياس والتقويم النفسى والتربوى : ( القاهرة، مكتبة الفلاح للنشر

والتوزيع، 1995 ) ص 294.

$$3 \times (\text{الوسط} - \text{الوسيط})$$

$$\text{الانحراف المعياري} = \frac{\text{الوسط} - \text{الوسيط}}{3}$$

الانحراف المعياري

$$\frac{2 \times \text{متوسط المربعات داخل المجموعات}}{n}$$

n

$$t \text{ الجدولية} = L.S.D - 10^{(2)}$$

(2) وديع ياسين، وحسن محمد؛ مصدر سبق ذكره، ص 310.

# الباب الرابع

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها.

1-4 عرض نتائج اختبار السيطرة لجاميع البحث الثلاث وتحليلها.

2-4 عرض نتائج اختبار الإخماد لجاميع البحث الثلاث وتحليلها.

3-4 عرض نتائج اختبار التهديد لجاميع البحث الثلاث وتحليلها.

4-4 مناقشة نتائج الاختبارات.

## 4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:-

تضمن هذا الباب عرضاً وتحليلاً لنتائج الاختبارات القبالية والبعديّة لعينة البحث ومناقشتها، من خلال جداول توضح البيانات الاحصائية والفروقات فيما بينها لمجاميع البحث الثلاث، المجموعة الاولى ( الضابطة، الاسلوب التقليدي) المجموعة الثانية ( التجريبية الاولى، الاسلوب المتسلسل) والمجموعة الثالثة ( التجريبية الثانية، الاسلوب العشوائي)، ولمهارات البحث المختارة ( السيطرة، الاخمد، التهديد) بكرة القدم.

## 4-1 عرض نتائج اختبار مهارة السيطرة لمجاميع البحث الثلاث وتحليلها:-

لغرض معرفة معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجاميع البحث الثلاث في مهارة السيطرة، استخدم الباحث اختبار (ت) الاحصائي للعينات المتناظرة، وكما مبين في جدول (9).

## جدول (9)

يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدي لمجاميع البحث الثلاث في مهارة السيطرة.

معنوية الفروق	(ت) الجدولية	(ت) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المجموعات
			ع	س	ع	س	
معنوي	2.07	3.2	1.2	9.75	2.2	8.15	المجموعة الضابطة الاسلوب التقليدي
معنوي		5.4	1.4	11.80	2.8	8.55	التجريبية الاولى الاسلوب المتسلسل
معنوي		4.2	1.3	10.90	2.1	8.80	التجريبية الثانية الاسلوب العشوائي

تحت درجة حرية (23) ومستوى دلالة (0.05)

يتضح من جدول (9) ان قيمة (ت) المحسوبة للمجموعة الضابطة والتي استخدمت الاسلوب التقليدي في مهارة السيطرة (3.2) وان قيمة (ت) المحسوبة للمجموعة التجريبية

الاولى والتي استخدمت الاسلوب المتسلسل هي (5.4) بينما كانت قيمة (ت) المحسوبة للمجموعة التجريبية الثانية والتي استخدمت الاسلوب العشوائي هي (4.2)، وبما ان قيمة (ت) المحسوبة لجميع مجاميع البحث هي اكبر من قيمة (ت) الجدولية والبالغة (2.07) تحت درجة حرية (23) ومستوى دلالة (0.05) مما يعني وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعديّة لمجاميع البحث الثلاث ولمصلحة الاختبار البعدي.

ولا ستخراج الفروق في الاختبارات البعدية لمهارة السيطرة لمجاميع البحث الثلاث. استخدم الباحث اختبار (ف) لتحليل التباين بين المجاميع الثلاث وداخلها، وكما مبين في جدول (10).

### جدول (10)

يبين تحليل التباين للاختبارات البعدية لمهارة السيطرة لمجاميع البحث الثلاث

مغنوية الفروق	(ف) الجدولية	(ف) المحسوبة	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
معنوي	3.18	7.5	20.42	2	40.84	بين المجموعات
			2.7	69	190.00	داخل المجموعات
					230.84	المجموع

يتضح من جدول (10) وجود فروق معنوية في الاختبارات البعدية لمجموعات البحث الثلاث في مهارة السيطرة على الكرة حيث كانت قيمة (ف) المحسوبة (7.5) وهي اكبر من قيمة (ف) الجدولية (3.18)، ولمجاميع البحث الثلاث.

ولمعرفة أي المجموعات افضل في اكتساب مهارة السيطرة استخدم الباحث قيمة اقل فرق

معنوي (L.S.D) كما مبين في جدول (11).

### جدول (11)

يبين نتائج (L.S.D) لمعرفة اقل فرق معنوي لاختبار مهارة السيطرة على الكرة بين مجاميع البحث الثلاث.

معنوية الفروق	c.s.p	نتائج الفروق	الفرق بين الاوساط	المجاميع المقارن بينها
لصاح الاسلوب المتسلسل	0.2	2.05	11.80-9.75	تقليدي - متسلسل
لصالح العشوائي		1.15	10.90-9.75	تقليدي - عشوائي
لصالح الاسلوب المتسلسل		0.90	10.90-11.80	متسلسل - عشوائي

يتضح لنا من جدول (11) ان اعلى فرق معنوي كان (2.05) بين الاسلوب التقليدي والاسلوب المتسلسل ولمصلحة الاسلوب المتسلسل، واقل فرق معنوي كان (0.90) بين الاسلوب المتسلسل والاسلوب العشوائي ولمصلحة الاسلوب المتسلسل، في حين كان الفرق المعنوي بين الاسلوب التقليدي والاسلوب العشوائي (1.15) ولمصلحة الاسلوب العشوائي، مما يعني ان افضل اسلوب للتعلم في هذه المهارة كان الاسلوب المتسلسل في المجموعة التجريبية الاولى.

#### 4-2 عرض نتائج مهارة الاخمد ولمجاميع البحث الثلاث وتحليلها:-

لغرض معرفة معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجاميع البحث الثلاث في مهارة الاخمد، استخدم الباحث اختبار (ت) للعينات المتناظرة، وكما مبين في جدول (12).

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية ومعنوية الفروق لمجاميع البحث الثلاث في مهارة الاخمد.

معنوية الفروق	(ت) الجدولية	(ت) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المجموعات
			ع	س	ع	س	
معنوي	2.07	3.3	1.3	6.0	2.9	4.0	المجموعة الضابطة الاسلوب التقليدي
معنوي		5.0	2.5	8.5	3.2	4.5	التجريبية الاولى الاسلوب المتسلسل
معنوي		4.1	1.3	7.0	2.8	4.5	التجريبية الثانية الاسلوب العشوائي

#### تحت درجة حرية (23) ومستوى دلالة (0.05)

يتضح من جدول (12) ان قيمة (ت) المحسوبة للمجموعة الضابطة والتي استخدمت الاسلوب التقليدي في مهارة الاخمد (3.3) وان قيمة (ت) المحسوبة للمجموعة التجريبية الاولى والتي استخدمت الاسلوب المتسلسل هي (5.0) بينما كانت قيمة (ت) المحسوبة للمجموعة التجريبية الثانية والتي استخدمت الاسلوب العشوائي هي (4.1)، وبما ان قيمة (ت) المحسوبة لمجاميع البحث الثلاث هي اكبر من قيمة (ت) الجدولية والبالغة (2.07) تحت درجة حرية (23) ومستوى دلالة (0.05) مما يعني وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدي لمجاميع البحث الثلاث ولمصلحة الاختبارات البعدي.

ولايجاد قيمة الفروق في الاختبارات البعدي لمهارة الاخمد لمجاميع البحث الثلاث، استخدم الباحث اختبار (ف) لتحليل التباين بين المجاميع الثلاث وداخلها، وكما مبين في جدول (13).

يبين تحليل التباين للاختبارات البعدية لمهارة الاخمداد لمجاميع البحث الثالث

مغوية الفروق	(ف) الجدولية	(ف) المحسوبة	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
معنوي	3.18	9.7	25.36	2	50.72	بين المجموعات
معنوي			2.6	69	185.72	داخل المجموعات
				71	236.44	المجموع

يتضح من جدول (13) وجود فروق مغوية في الاختبارات البعدية لمجموعات البحث الثالث في مهارة الاخمداد حيث كانت قيمة (ف) المحسوبة (9.7) وهي اكبر من قيمة (ف) الجدولية (3.18).

ومن اجل التعرف على اقل فرق معنوي بين الاساليب التدريسية المستخدمة في التأثير بالتعلم، استخدم الباحث اختبار (L.S.D)، وكما مبين في جدول رقم (14).

#### جدول (14)

يبين نتائج (L.S.D) لمعرفة اقل فرق معنوي لاختبار مهارة الاخمداد بين مجاميع البحث الثالث.

مغوية الفروق	c.s.p	نتائج الفروق	الفرق بين الاوساط	المجاميع المقارن بينها
لصاح الاسلوب المتسلسل	0.2	2.5	8.5-6.0	تقليدي - متسلسل
لصالح الاسلوب العشوائي		1.0	7.0-6.0	تقليدي - عشوائي
لصالح الاسلوب المتسلسل		1.5	7.0-8.5	متسلسل - عشوائي

يتضح لنا من جدول (14) ان اعلى فرق معنوي كان (2.5) بين الاسلوب التقليدي والاسلوب المتسلسل ولمصلحة الاسلوب المتسلسل، واقل فرق معنوي كان (1.0) بين الاسلوب التقليدي والاسلوب العشوائي ولمصلحة الاسلوب العشوائي، في حين كان الفرق المعنوي بين الاسلوب المتسلسل والعشوائي (1.5) ولمصلحة الاسلوب المتسلسل، مما يعني ان افضل اسلوب لتعلم هذه المهارة كان الاسلوب المتسلسل في المجموعة التجريبية الاولى.

#### 3-4 عرض نتائج مهارة التهديد لمجاميع البحث الثلاث وتحليلها:-

لغرض معرفة معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجاميع البحث الثلاث في مهارة التهديد، استخدم الباحث اختبار (ت) الاحصائي للعينات المتناظرة، كما مبين في الجدول (15).

#### جدول (15)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية ومعنوية الفروق لمجاميع البحث الثلاث في مهارة الاخمد.

معنوية الفروق	(ت) الجدولية	(ت) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المجموعات
			ع	س	ع	س	
معنوي	2.07	3.7	2.0	21.10	3.1	18.5	المجموعة الضابطة الاسلوب التقليدي
معنوي		5.6	2.4	22.5	3.3	18.0	التجريبية الاولى الاسلوب المتسلسل
معنوي		4.3	2.5	22.0	3.6	18.10	التجريبية الثانية الاسلوب العشوائي

#### تحت درجة حرية (23) ومستوى دلالة (0.05)

يتضح من الجدول (15) ان قيمة (ت) المحسوبة للمجموعة الضابطة والتي استخدمت الاسلوب التقليدي في مهارة التهديد (3.7) وان قيمة (ت) المحسوبة للمجموعة التجريبية

الاولى والتي استخدمت الاسلوب المتسلسل هي (5.6) بينما كانت قيمة (ت) المحسوبة للمجموعة التجريبية الثانية والتي استخدمت الاسلوب العشوائي هي (4.3)، وبما ان قيمة (ت) المحسوبة لمجاميع البحث الثلاث هي اكبر من قيمة (ت) الجدولية والبالغة (2.07) تحت درجة حرية (23) ومستوى دلالة (0.05) مما يعني وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبالية والبعديية لمجاميع البحث الثلاث ولمصلحة الاختبارات البعدية.

ولايجاد قيمة الفروق في الاختبارات البعدية لمهارة التهديد لمجاميع البحث الثلاث، استخدم الباحث اختبار (ف) لتحليل التباين بين المجاميع الثلاث وداخلها، وكما مبين في جدول (16).

### جدول (16)

يبين تحليل التباين للاختبارات البعدية لمهارة التهديد لمجاميع البحث الثلاث

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	(ف) المحسوبة	(ف) الجدولية	معنوية الفروق
بين المجموعات	60.30	2	30.15	10.3	3.18	معنوي
داخل المجموعات	200.20	69	2.9			
المجموع	260.50	71				

يتضح لنا من جدول (16) وجود فروق معنوية في الاختبارات البعدية لمجموعات البحث الثلاث في مهارة التهديد حيث كانت قيمة (ف) المحسوبة (10.3) وهي اكبر من قيمة (ف) الجدولية (3.18).

ومن اجل التعرف على اقل فرق معنوي بين الاساليب التدريسية المستخدمة في التأثير بالتعلم، استخدم الباحث اختبار (L.S.D)، وكما مبين في جدول (17).

## جدول (17)

يبين نتائج اختبار (L.S.D) لمعرفة اقل فرق معنوي لاختبار مهارة التهديد بين مجاميع البحث الثلاث.

معنوية الفروق	L.S.D	نتائج الفروق	الفرق بين الاوساط	المجاميع المقارن بينها
لصاح الاسلوب المتسلسل	0.2	1.4	22.5-21.10	تقليدي - متسلسل
لصالح الاسلوب العشوائي		0.9	22.0-21.10	تقليدي - عشوائي
لصالح الاسلوب المتسلسل		0.5	22.0-22.5	متسلسل - عشوائي

يتضح لنا من جدول (17) ان اعلى فرق معنوي كان (1.4) بين الاسلوب التقليدي والاسلوب المتسلسل ولمصلحة الاسلوب المتسلسل، واقل فرق معنوي كان (0.5) بين الاسلوب المتسلسل والاسلوب العشوائي ولمصلحة الاسلوب المتسلسل، في حين كان الفرق المعنوي بين الاسلوب التقليدي والعشوائي (0.9) ولمصلحة الاسلوب العشوائي، مما يعني ان افضل اسلوب لتعلم هذه المهارة كان الاسلوب المتسلسل في المجموعة التجريبية الاولى.

## 4-4 مناقشة نتائج الاختبارات:-

من خلال النتائج التي ظهرت في الاختبارات جميعها يتضح ان مجاميع البحث الثلاث قد حققت اهدافها في التأثير المعنوي مع وجود فروق معنوية بين المجاميع، وقد ساهمت في ذلك الوحدات التعليمية المقررة ضمن المناهج التعليمي والذي جاء منسجماً مع الاستخدام الامثل للاساليب التعليمية المستخدمة في البحث بما يتلاءم مع درجة صعوبة المهارة والمستوى العمري للطلاب وتصحيح الاخطاء من خلال استخدام التغذية الراجعة والاستخدام الامثل من الادوات والمستلزمات الضرورية للتعلم.

وقد بينت الاختبارات الى ان المجموعة التجريبية الاولى والمتمثلة ( بالاسلوب المتسلسل) هي الافضل من حيث الفروق المعنوية ويعزو الباحث ذلك الى ان هذا النوع من التمرين يبدو مفهوماً فالذي يحدث انه يسمح للمتعلمين بوقت غير متقطع للتركيز على اداء مهمة، فذلك يمكنهم من غرس وتنقية وتصحيح مهارة واحدة قبل الانتقال الى اخرى، ولهذا يكون هذا الاسلوب هو الاكثر تأثيراً في مرحلة التعلم المبكرة لتعلم مهارة ما من قبل المتعلم المبتدئ وذلك لانه يسهل عملية الاداء ويؤكد ذلك ( يعرب ،2002) " في التكرارات الاولى في تعلم مهارة معينة فأن المتعلم يستفيد من التدريب المتسلسل حتى يضع اللبنة الاولى للحركة المراد تنفيذها حتى يصل الى وضع البرنامج الحركي الذي يحاول ان ينفذه بنجاح ولو لمرة واحدة."<sup>(1)</sup>

ثم جاء ثانياً حسب الفروق المعنوية في نتائج الاختبارات الاسلوب العشوائي، ويعزو الباحث ذلك الى ان المتعلم يتعلم الى جانب المهارات كيفية تحويل الانتباه والتركيز وتهيئة برامج حركية سريعة لغرض مواجهة تغير المواقف اثناء اللعب ويعتقد ان هذا الاسلوب يكون مفيداً في مراحل التعلم المتقدمة ويؤكد ذلك ( قاسم، 2005) " حالما يكتسب المتعلم فكرة بسيطة وتقريبية عن الحركة يجب ان يترك التمرين المتسلسل والاتجاه والتحول نحو التمرين العشوائي."<sup>(2)</sup>

ويأتي ثالثاً من حيث نتائج الاختبارات المجموعة الضابطة والتي استخدمت الاسلوب التقليدي والذي يعد الاكثر شيوعاً واستخداماً من قبل مدرسي التربية الرياضية وذلك فهو يسمى بالاسلوب التقليدي والذي يكون الطالب فيه هو المؤدي فقط ويكون المدرس هو محور العمل ويعزو الباحث النتائج التي ظهرت بالنسبة الى الاسلوب الامري كونه لايراعي الفروق الفردية بين الطلاب، وهذا ما اكده ( غسان، 1987) "ان من سلبيات الاسلوب الامري هو انه لا يأخذ بنظر الاعتبار الفروق الفردية بين قابليات التلاميذ."<sup>(3)</sup>

وبذلك يرى الباحث بان الاسلوب المتسلسل يمكن ان يكون هو الافضل بالنسبة لعملية تعلم المهارات الحركية الاولى بالنسبة لآعمار المبتدئين او الناشئين، اما الاسلوب العشوائي فيمكن ان يستخدم في مراحل اعلى من مرحلة الناشئين او عندما يصبح الطالب الرياضي في مرحلة التوافق الخام من مراحل التعلم الحركي.

(1) يعرب خيون؛ التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق : ( بغداد، دار الصخرة، 2002) ص83.

(2) قاسم لزام صبر؛ موضوعات في التعلم الحركي : ( بغداد، جامعة بغداد، 2005) ص218.

(3) غسان محمد صادق، وعبد الكريم محمود احمد؛ طرائق تدريس التربية البدنية ، ط1 : ( بغداد، مطبعة القيس، 1987)

اما بالنسبة للاسلوب التقليدي فعلى الرغم من كونه الاكثر شيوعاً بين الاساليب وهو اسلوب لا يخلو من الميزات الايجابية الا انه يجب التفكير باستخدام باقي الاساليب والطرائق التي من شأنها ان تساهم في تسريع عملية تعلم المهارات وتطويرها بشكل يتناسب مع التطور الملحوظ في الانجازات الرياضية وفي مختلف الالعاب وتلك النتائج تتفق مع اهداف البحث.

# الباب الخامس

5- الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات

2-5 التوصيات

## 5- الاستنتاجات والتوصيات :

## 5-1 الاستنتاجات :-

أستنتج الباحث من خلال نتائج بحثه ما يأتي :-

- 1- وجود تباين في اكتساب بعض المهارات الاساسية بكرة القدم بين الاساليب التدريسية موضوع البحث .
- 2- أن للأساليب التدريسية ( لاسلوبي المتسلسل والعشوائي ) تأثير إيجابي في عملية تعلم بعض المهارات الحركية بكرة القدم .
- 3- تفوق الاسلوب التدريسي ( المتسلسل ) في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم على الاسلوب العشوائي والاسلوب التقليدي .
- 4- على الرغم من وجود تعلم المهارات قيد البحث لدى المجموعة التي درست بالاسلوب التقليدي الا انها كانت أقل المجاميع تعلماً .

## 5-2 التوصيات :-

- 1- التأكيد على استخدام أسلوبي ( المتسلسل ، العشوائي ) في تعلم مهارات اخرى بكرة القدم.
- 2- اجراء بحوث مشابهة في العاب اخرى مختلفة .
- 3- دراسة تأثير أساليب تعليمية اخرى في تعلم المهارات الاساسية بكرة القدم .
- 4- ضرورة اطلاع مدرسي التربية الرياضية ومن خلال الدورات العملية على كيفية تطبيق الاساليب التعليمية وأهميتها في تعلم المهارات الاساسية لمختلف الالعاب .

# المصادر

المصادر العربية والأجنبية

## المصادر العربية

- ❖ القرآن الكريم.
- ❖ إبراهيم أحمد سلامة؛ علم الحركة والتدريب الرياضي : ( بور سعيد، الدار القومية للطباعة والنشر ، 1993 ) .
- ❖ أحمد زكي صالح؛ علم النفس التربوي، ط 1 : (بيروت، عالم الكتب للطباعة والنشر، 1995).
- ❖ أحمد محمد خاطر ( وأخرون ) ؛ دراسات في التعلم الحركي في التربية الرياضية : ( القاهرة، دار المعارف 1998 ) .
- ❖ اكرم خطابية؛ المناهج المعاصرة في التربية الرياضية، ط 1 : ( عمان، دار الفكر، 1997 ) .
- ❖ امطانيوس ميخائيل؛ القياس والتقويم في التربية الحديثة : ( دمشق، منشورات جامعة دمشق، 1997 ) .
- ❖ بان عبد الرحمن ابراهيم؛ تأثير استخدام بعض الاساليب التدريسية في تعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة : ( رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2001 ) .
- ❖ بهاء الدين ابراهيم سلامة ؛ الاعداد المهاري في كرة القدم ، تعليم ، قانون : ( القاهرة ، مكتب الطابعي الجامعية ، 1987 ) .
- ❖ ثامر محسن اسماعيل واخرون ؛ الاختبار والتحليل بكرة القدم : ( الموصل ، مطبعة جامعة الموصل ، 1991 ) .
- ❖ جاسم محمد نايف الرومي ؛ أثر برنامج الالعاب الصغيرة والقصص الحركية في بعض القدرات البدنية والحركية لاطفال الرياض : ( أطروحة دكتوراه ، جامعة الموصل ، كلية التربية الرياضية 1999 ) .
- ❖ جمهورية العراق، وزارة التربية؛ منهج الدراسة للمرحلة المتوسطة، ط 1 : ( بغداد، مطابع وزارة التربية، 1991 ) .

- ❖ حسن الشافعي، وسوزان مرسى؛ مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية : (الاسكندرية، منشأة المعارف، 1995) .
- ❖ حسن عبد الجواد ؛ كرة القدم - المبادئ الاساسية - الالعاب الاعدادية - القانون الدولي، ط 2 : (بيروت ، دار العلم للملايين ، 1980 ) .
- ❖ حنفي محمود مختار ؛ كرة القدم للناشئين: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1981) .
- ❖ ربحي مصطفى عليان، وعثمان محمد غينم؛ مناهج واساليب البحث العلمي النظرية والتطبيق ، ط1 : ( عمان، دار صفاء للنشر والتوزيع، 2000) .
- ❖ زهير قاسم الخشاب (وأخرون)؛ كرة القدم ، ط 2 : (الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1988) .
- ❖ سامي ملحم؛ مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط1 : ( عمان، دار المسيره للنشر والتوزيع، 2000) .
- ❖ صالح راضي ؛ تأثير اهم عناصر اللياقة البدنية والمهارات الرياضية في مستوى الانجاز : (رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية ، 1990) .
- ❖ ظافر هاشم أسماعيل ؛ الاسلوب التدريسي المتداخل وأثره في التعلم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة تعلم التنس: ( أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية 2002 ) .
- ❖ عادل عبد البصير؛ التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق : القاهرة ، مركز الكتاب للنشر . 1999 ) .
- ❖ عباس السامرائي؛ طرق تدريس التربية الرياضية، ط2، ج1 : (الموصل، دار الكتب للطباعة، 1987) .
- ❖ عبد الجليل الزوبعي، و محمد الغنام؛ مناهج البحث في التربية ، ج1 : ( بغداد ، مطابع جامعة بغداد، 1981) .
- ❖ عبد الله الكندري، ومحمد احمد؛ مناهج البحث العلمي في التربية الرياضية والعلوم الاسلامية، ط2 : ( الكويت، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، 1999) .
- ❖ عبد المجيد نعمان ، محمد عبده صالح ؛ كرة القدم - تمرين - خطط : ( شبكة جمهور الامبراطور [www.google.com](http://www.google.com) 2004 ) .

- ❖ عبد علي نصيف، وقاسم حسن حسين؛ مبادئ علم التدريب الرياضي ، ط 1 : ( موصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1988 ) .
- ❖ عبد المعين صبحي خالد؛ أثر استخدام بعض الاجهزة والادوات المساعدة في تعليم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم : ( رسالة ماجستير ، جامعة الموصل ، كلية التربية الرياضية ، 1997 ) .
- ❖ عصام عبد الخالق؛ التدريب الرياضي نظريات وتطبيق ، ط 3 : ( القاهرة ، دار الكتب الجامعية، 1988 ) .
- ❖ عفاف عبد الكريم؛ التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية : ( الاسكندرية ، مطبعة منشأة المعارف ، 1990 ) .
- ❖ علي الديري، أحمد بطانية؛ أساليب تدريس التربية الرياضية : ( أربد ، دار الامل للنشر والتوزيع ، 1987 ) .
- ❖ غسان محمد صادق، وعبد الكريم محمود احمد؛ طرائق تدريس التربية البدنية ، ط 1 : ( بغداد، مطبعة القبس، 1987 ) .
- ❖ فاخر عاقل ؛ معجم علم النفس : ( بيروت، مطبعة دار الملايين ، 1971 ) .
- ❖ قاسم حسن حسين (وآخرون)؛ الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية : ( الموصل، مطابع لتعليم العالي، 1990 ) .
- ❖ قاسم لزام صبر؛ أثر لبعض طرائق التعلم في الاكتساب وتطور مستوى التعلم في المهارات المغلقة: ( أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 1997 ) .
- ❖ قاسم لزام صبر؛ موضوعات في التعلم الحركي: ( بغداد، جامعة بغداد، 2005 ) .
- ❖ قحطان خليل خليل ؛ تحديد مستويات معيارية لبعض المهارات الاساسية للاعبين كرة القدم ( رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية ، 1991 ) .
- ❖ كمال عبد الحميد، ومحمد صبحي حسانين؛ اللياقة البدنية، مكوناتها، الاسس النظرية، الاعداد البدني، طرق القياس، ط 1: ( القاهرة، دار الفكر العربي، 1997 ) .
- ❖ كونه ، الفريد ؛ كرة القدم ، ترجمة ماهر البياتي وسليمان علي : ( الموصل ، دار الكتب للطباعة ، 1980 ) .

- ❖ كيكمن ؛ علم النفس الرياضي ، ترجمة نزار الطالب وكامل لويس : ( بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1993 ) .
- ❖ لؤي حسين شكر البدري ؛ تأثير استخدام جدولة التمرين العشوائي والمتجمع في تعلم بعض المهارات الاساسية بالريشة الطائرة : ( رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2000 )
- ❖ مازن عبد الهادي أحمد؛ أثر استخدام أسلوب التعلم المكثف والموزع على تطور مستوى الاداء في بعض مهارات التنس: ( بحث منشور ، مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد الثاني، العدد الاول، جامعة بابل، كلية التربية الرياضية ، 2003 ) .
- ❖ محمد حسن علاوي؛ سيكولوجية التدريب والمنافسات ، ط4 : ( القاهرة ، دار المعارف ، 1978 ) .
- ❖ محمد حسن علاوي، ومحمد نصر الدين رضوان؛ القياس في التربية وعلم النفس الرياضي : ( القاهرة، مؤسسة روز اليوسف، 1989).
- ❖ محمد صبحي حسانين؛ القياس والتقويم في التربية البدنية ، ط3، ج1 : ( القاهرة، دار الفكر العربي، 1995 ) .
- ❖ محمد عبد الغني عثمان؛ التعلم الحركي والتدريب الرياضي : ( الكويت ، دار العلم ، 1987 ) .
- ❖ محمد محمود الحيلة؛ التقييم التعليمي - نظرية وممارسة : ( الاردن ، دار المسيرة للنشر 1999 ) .
- ❖ مختار سالم ؛ كرة القدم للملايين : ( بيروت ، مكتبة المعارف ، 1988 ) .
- ❖ مصطفى حسين باهي؛ المعاملات العلمية والعملية بين النظرية والتطبيق ، ط1 : ( القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999 ) .
- ❖ مصطفى السايح محمد؛ اتجاهات حديثة في تدريس التربية البدنية الرياضية ، ط1 : ( القاهرة مطبعة الاشعاع الفنية ، 2001 ) .
- ❖ مفتي أبراهيم حماد ؛ الهجوم في كرة القدم : ( القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1990 ) .

- ❖ مفتي أبراهيم؛ الجديد في الاعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم: ( القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1994 ) .
- ❖ ممدوح عبد المنعم، وعيسى عبد الله جابر؛ القياس والتقويم النفسي والتربوي : ( القاهرة، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، 1995 ) .
- ❖ موسكا موستن ، سارة اشوورث ؛تدريس التربية الرياضية ، ترجمة جمال صالح ( وأخرون ) ( الموصل ، مطبعة جامعة الموصل ، 1991 ) .
- ❖ موفق أحمد محمود؛ أثر برنامج تدريبي مقترح لتطوير بعض المهارات الاساسية بكرة القدم : ( رسالة ماجستير، جامعة البصرة، كلية التربية الرياضية، 1989 ) .
- ❖ ميسر مصطفى أسماعيل ؛تأثير برنامج تمهيدي - تعليمي بأستخدام أسلوب التمرين المكثف والموزع في أكتساب بعض مهارات التنس المنفصلة والاحتفاظ بها : ( رسالة ماجستير ، جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية ، 1998 ) .
- ❖ ناهدة عبد زيد ؛ تأثير التداخل في اساليب التمرين على تعلم وتطور مستوى اداء مهارتي الاسال الساحق والضرب الساحق بالكرة الطائرة : ( رسالة ماجستير - جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002 ) .
- ❖ نبيل محمود شاكر؛ علم الحركة التطور والتعلم الحركي حقائق ومفاهيم : ( جامعة ديالى، دار المعارف ، 2005 ) .
- ❖ نبيل محمود شاكر؛ معالم الحركة . الرياضية والنفسية والمعرفية، ط1: (العراق ، مطبعة المتنبى ، 2007 ) .
- ❖ نغم حاتم حميد الطائي ؛ أثر أستخدام اسلوب التعلم المكثف والموزع على مستوى الاداء والتطور في فعالية الوثب الطويل والاحتفاظ بها : ( رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية 2000 ) .
- ❖ وجيه محبوب ؛ طرائق البحث العلمي ومناهجه : ( الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1988 ) .
- ❖ وجيه محبوب ؛ علم الحركة والتعلم الحركي : ( الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر، 1989 ) .

- ❖ وجيه محبوب ؛ موسوعة علم الحركة . التعلم الحركي وجدولة التدريب ، ط 1 : ( الاردن ، دار وائل للطباعة والنشر ، 2001 ) .
- ❖ وداد محمد رشاد؛ تأثير استخدام بعض اساليب التدريس على تعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة وأستثمار وقت التعلم الاكاديمي ( أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية 2000 ) .
- ❖ وديع ياسين، حسن محمد ؛التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ( موصل، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999) .
- ❖ ويتبح ، أنوف ؛ ملحقات ثوم نظريات ومشكلات في سايكولوجية التعلم ، ترجمة عادل عز الدين الاشول وآخرون ، ( القاهرة ، دارماكجروهيل للنشر ، 1981 ) .
- ❖ وينتج أنوف ؛ سايكولوجية التعلم : ترجمة عادل الاشول ( وآخرون ) : ( القاهرة ، دار ماكجروهيل للطباعة والنشر ، 1984 ) .
- ❖ يعرب خيون؛ التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق : ( بغداد، مكتب الصخرة، 2002) .
- ❖ يوسف قطامي ؛ سايكولوجية التعلم والتعلم الصفي : ( الاردن ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، 1998 ) .
- ❖ يوسف لازم كماش ؛المهارات الاساسية في كرة القدم- تعليم- تدريب : ( عمان ، مكتبة دار الخليج، 1999 ) .

## المصادر الأجنبية

- ❖ Anderson , R.Kosslyn , Thortials learning and memory : ( W.H. free man and company . 1984 ) .
- ❖ Bunn , J. fait , specail physical education : ( W.M.C.Brown publishers , 1981 ) .
- ❖ Davis , K . Auty , physical education Theory ad practive : ( Australia . 1995 ) .
- ❖ Gates , A . E , Educational psychology : ( New york , Macmillan co. 1972 ) .
- ❖ Jonath Doherty , Teaching stylesin physical Education ad moss tos spectrum . http / [www.sport](http://www.sportlineletter.com) line letter ( 23/new york nov 2003 ) .
- ❖ Samnclson , Boh . Back to the Bcginning Avcom publishing : ( vol . swo, I . V . S . A . 1997 ) .
- ❖ Samnclson , Boh . Back to the Bcginning Avcom publishing :( vol . swo, I . V ) .
- ❖ Schmidt , A. Richard , and Tiothy , D.Lee : Motorcontrol and learning : ( 3 rded , Human kinetics , 1999 ) .
- ❖ schmidt , A. schema , Theore of Discrete motorsikill learnig : (America psychologi calasso ciatio1998)
- ❖ Schmidt , A.Richard & Craig wris berg : Motor lerning and performancr : ( zed , edition ) Human kinetic . 2000 .
- ❖ Schmidt , A.Richard & craig wrisberg : Motor learning and performance : ( 2ed , edition , Human kinetics , 2000 ) .
- ❖ schmidt , A.Richard , Motor learnig and per for mace from principles to practice :( Human kinetics Books , 1991 ) .
- ❖ Schmidt , A.Richard : Motor lerning and performance : ( Human kinetics Book , champaign , Illinois , 1991 ) .
- ❖ Schmidt , F. A : Motor control & Lerning – Behavior Emphasis :( linois , Human kintics pnblsher , 1982 ) .

**الملاحق**

ملحق ( 1 )  
أسماء السادة الخبراء

مكان العمل	الاختصاص	الاسم	اللقب العلمي
جامعة ديالى / كلية التربية الرياضية	طرائق تدريس	عدنان جواد خلف	أ . د
جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية	طرائق تدريس	ظافر هاشم أسماعيل	أ . د
جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية	علم التدريب	ماهر البياتي	أ . م . د
جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية	علم التدريب	كاظم الربيعي	أ . م . د
جامعة ديالى / كلية التربية الرياضية	علم التدريب	عبد الرحمن ناصر	م . د

## ملحق ( 2 )

الاستاذ الفاضل ----- المحترم

تحية طيبة :

يروم الباحث اعداد بحثه الموسوم بـ ( أثر استخدام اساليب متنوعة في تعلم بعض المهارات الحركية بكرة القدم لطلاب الصف الثاني المتوسط ) ونظراً لما تتمتعون به من خبرة وكفاءة علمية لذا نرجو تفضلكم بالاطلاع على الاختبارات المرفقة طياً وأبداء أرائكم حول صلاحيتها لقياس المهارات قيد البحث وملاءمتها للمرحلة العمرية لعينة البحث وأضافة أي تعديل ترونه مناسباً .

شاكرين تعاونكم معنا

أسم الخبير :

الاختصاص :

التوقيع :

مكان العمل :

الباحث

ت	الاختبارات	ملائم	غير ملائم	الملاحظات
1	السيطرة على الكرة داخل دائرة لاطول مدة.			
2	السيطرة على الكرة لمدة دقيقة واحدة.			
3	التحكم بايقاف حركة الكرة من الحركة مسافة (6م) داخل مربع (2×2 م).			
4	اختبار الدقة في ايقاف الكرة واستعادة التحكم فيها بجميع اجزاء الجسم داخل مربع (2×2 م). (5 محاولات).			
5	دقة وسرعة التهديف على مستطيلات متداخلة من بعد (20 قدم) في (30 ثا).			
6	دقة التهديف القريب على دائرة (10 مرات) من مسافة (12 م).			

## ملحق ( 3 )

## التمرينات المقترحة للمهارات المختارة

## ((مهارة السيطرة على الكرة ( التحكم ) ))

- 1- محاولة السيطرة على الكرة بكافة اجزاء الجسم من الحركة .
- 2- محاولة السيطرة على الكرة بكافة اجزاء الجسم من الوقوف .
- 3- محاولة السيطرة على الكرة بالقدمين من الحركة .
- 4- محاولة السيطرة على الكرة بالقدمين من الوقوف .
- 5- محاولة السيطرة على الكرة بالفخذين من الحركة .
- 6- محاولة السيطرة على الكرة بالفخذين من الوقوف .
- 7- محاولة السيطرة على الكرة بقدم اليمين من الحركة .
- 8- محاولة السيطرة على الكرة بقدم اليسار من الحركة .
- 9- محاولة السيطرة على الكرة بالقدمين من الوقوف بين طالبين .

## ((تمارين مهارة ايقاف حركة الكرة ( الاخمد ))

1- رمي الكرة من يد الطالب الاول الى الطالب الثاني الذي يحاول أخمد الكرة بباطن قدم اليمين . ثم تبادل المواقع بين اللاعبين .

2- التمرين السابق نفسه مع محاولة الطالب أخمد الكرة بباطن قدم اليسار ثم تبادل المواقع بين اللاعبين .

3- التمرين السابق نفسه مع محاولة الطالب اخمد الكرة بالحافة الداخلية لقدم اليمين . ثم تبادل المواقع بين اللاعبين .

4- التمرين السابق نفسه ولكن يكون اخمد الكرة بالحافة الداخلية بقدم اليسار . ثم تبادل المواقع بين اللاعبين .

5- التمرين السابق نفسه ولكن يكون اخمد الكرة بوجه قدم اليمين مع تبادل المواقع بين اللاعبين .

6- التمرين السابق نفسه ولكن يكون اخمد الكرة بوجه قدم اليسار مع تبادل المواقع بين اللاعبين .

7- التمرين السابق نفسه ولكن يكون اخمد الكرة بفخذ اليمين مع تبادل المواقع بين اللاعبين .

8- التمرين السابق نفسه ولكن يكون اخمد الكرة بفخذ اليسار مع تبادل المواقع بين اللاعبين .

9- التمرين السابق نفسه ولكن يكون اخمد الكرة بالصدر مع تبادل المواقع بين اللاعبين .

**((تمارين مهارة التهديف))**

1- رسم مستطيل 1 x 2 م على جدار مستوي ويقف اللاعب على خط يبعد 4 م عن

المستطيل ليقوم بالتهديف بقدم اليمين داخل المستطيل .

2- التمرين السابق نفسه ولكن يكون التهديف بقدم اليسار .

3- التمرين السابق نفسه ولكن يؤدي اللاعب التمرين من الحركة مع ضرب الكرة بقدم

اليمين .

4- التمرين السابق نفسه ولكن يؤدي اللاعب التمرين من الحركة مع ضرب الكرة بقدم

اليسار .

5- وضع اربعة شواخص على بعد 4 م من وقوف الطالب ويقوم الطالب بالتهديف على

الشواخص مرتين بقدم اليمين ومرتين بقدم اليسار من وضع الثبات .

6- التمرين السابق نفسه ولكن يؤدي الطالب التمرين من الحركة .

7- وضع شاخص واحد على مسافة 6 م من وقوف الطالب ليقوم الطالب بالتهديف على

الشاخص من وضع الثبات بقدم اليمين ثم بقدم اليسار .

8- التمرين السابق نفسه ولكن يؤدي الطالب التمرين من وضع الحركة .

9- نرسم هدف كرة يد على جدار مستوي مع تقسيم الهدف الى ثلاثة اقسام عرض كل قسم

1 م ويقف الطالب على بعد 6 م من الهدف ليحاول التهديف على اقسام الهدف مع

توجيه الطالب بالتهديف على الاقسام الجانبية .

## خطة درس التربية الرياضية للمرحلة الثانوية بالاسلوب العشوائي

- الأهداف البدنية والمهارية  
1- تنمية مهارات السيطرة والاحماد والتصويب.  
2- تنمية القوة العضلية للرجلين.  
3- تنمية المرونة.

- الأهداف التربوية والتعليمية  
1- تعويدهم على الضبط والنظام.  
2- تعويدهم على الثقة بالنفس.  
3- تعويدهم على التعاون.

عدد الطلاب : 30 طالب  
متوسط العمر : 14-15 سنة  
أسم الفعالية : كرة القدم  
اليوم :  
التاريخ :  
الأسبوع : الأول

المدرسة: ثانوية الصديين  
الصف : الثاني المتوسط  
الوقت : 45 دقيقة

نوع النشاط	الوقت	النشاط البدني والمهاري	التنظيم	الأدوات المستخدمة	الملاحظات
الجزء الإعدادي	15 د		X X X X X X X X X X X X		
المقدمة	3 د	تهيئة الأدوات واخذ الغياب وترديد التحية الرياضية	(X)		التأكيد على النظام
الإحماء	4 د	السير والهولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصافرة والهولة للخلف ثم للأمام مع الصافرة.	XXXX X XXXX X X X X X X X X X XXXX XX XXXX		التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة والأداء يصحح مع الصافرة .
التمرينات البدنية	8 د	تمارين للذراعين : الوقوف الذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للأمام والخلف . تمارين للجذع : الوقوف فتحاً مع ضغط الذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى . تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين .	X X X X X X X X X X X X (X)		التأكيد على دوران الذراعين ممدودة التأكيد على الضغط للأسفل بالنسبة للذراعين التأكيد على عدم ثني الركبة .
الجزء الرئيسي	25 د				
النشاط التعليمي	10 د	شرح وعرض التمرينات المهارية	1 XXX XXX XXX XXX	كرات قدم عدد(4) شواخص عدد(4)	
النشاط التطبيقي	15 د	1- تمرين رقم (1) لمهارة السيطرة . 2- تمرين رقم (1) لمهارة الاحماد. 3- تمرين رقم (1) لمهارة التهديف.	■ XXX 2 ■ XXX	هدف كرة قدم مرسوم على الحائط.	التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء
الجزء الختامي	5 د		■ ■		
	3 د	لعبة صغيرة ( الدوران حول رئيس الفرقة ) .			التأكيد على الالتزام بقواعد اللعبة
	2 د	تمارين تهدئة وترديد التحية الرياضية .	X X X X X X X X X X X X (X)		التأكيد على النظام والانصراف بهدوء .

## خطة درس التربية الرياضية للمرحلة الثانوية بالاسلوب العشوائي

- الأهداف البدنية والمهارية  
1- تنمية مهارات السيطرة والاحكام والتهديف.  
2- تنمية القوة العضلية للرجلين.  
3- تنمية المرونة العضلية.

- الأهداف التربوية والتعليمية  
1- تعويدهم على الضبط والنظام.  
2- تعويدهم على الثقة بالنفس.  
3- تعويدهم على التعاون.

عدد الطلاب : 30 طالب اليوم :  
متوسط العمر : 14-15 التاريخ :  
أسم الفعالية : كرة القدم الأسبوع : الثاني

المدرسة: ثانوية الصدين  
الصف : الثاني المتوسط  
الوقت : 45 دقيقة

نوع النشاط	الوقت	النشاط البدني والمهاري	التنظيم	الأدوات المستخدمة	الملاحظات
الجزء الإعدادي	15 د				
المقدمة	3 د	تهيئة الأدوات واخذ الغياب وترديد التحية الرياضية			التأكيد على النظام
الإحماء	4 د	السير والهرولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصافرة والهرولة للخلف ثم للأمام مع الصافرة			التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة والأداء يصحح مع الصافرة .
التمارين البدنية	8 د	تمارين للذراعين : الوقوف الذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للأمام والخلف . تمارين للجذع : الوقوف فتحاً مع ضغط الذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى . تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين .			التأكيد على دوران الذراعين ممدودة التأكيد على الضغط للأسفل بالنسبة للذراعين التأكيد على عدم ثني الركبة .
الجزء الرئيسي	25 د				
النشاط التعليمي	10 د	شرح وعرض التمرينات المهارية	1 xxx xxx xxx xxx	كرات قدم عدد(4) شواخص عدد(4)	
النشاط التطبيقي	15 د	1- تمرين رقم (2) لمهارة السيطرة . 2- تمرين رقم (2) لمهارة الاحكام. 3- تمرين رقم (2) لمهارة التهديف	2 xxx xxx	هدف كرة قدم مرسوم على الحائط.	التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء
الجزء الختامي	5 د		3 xxx xxx		
	3 د	لعبة صغيرة.			التأكيد على الالتزام بقواعد اللعبة
	2 د	تمارين تهدئة وترديد التحية الرياضية .			التأكيد على النظام والانصراف بهدوء .

## خطة درس التربية الرياضية للمرحلة الثانوية بالاسلوب العشوائي

### الأهداف التربوية والتعليمية

- 1- تعويد الطلاب على المنافسة الشريفة.
- 2- تعويدهم على حب النظام.
- 3- تعويدهم على التعاون.

### الأهداف البدنية والمهارية

- 1- تنمية المهارات المختارة بكرة القدم .
- 2- تنمية القوة العضلية للرجلين .
- 3- تنمية مرونة الجذع .

عدد الطلاب : 30 طالب  
متوسط العمر : 14-15 سنة  
اليوم :  
التاريخ :  
الأسبوع : الثالث

المدرسة: ثانوية الصديرين  
الصف : الثاني المتوسط  
الوقت : 45 دقيقة

نوع النشاط	الوقت	النشاط البدني والمهاري	التنظيم	الأدوات المستخدمة	الملاحظات
الجزء الإعدادي	15 د				
المقدمة	3 د	تهيئة الأدوات واخذ الغياب وترديد التحية الرياضية			التأكيد على النظام
الإحماء	4 د	السير والهرولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصافرة والهرولة للخلف ثم للأمام مع الصافرة			التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة والأداء يصحح مع الصافرة .
التمرينات البدنية	8 د	تمارين للذراعين : الوقوف الذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للأمام والخلف . تمارين للجذع : الوقوف فتحاً مع ضغط الذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى . تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين .			التأكيد على دوران الذراعين ممدودة التأكيد على الضغط للأسفل بالنسبة للذراعين التأكيد على عدم ثني الركبة .
الجزء الرئيسي	25 د				
النشاط التعليمي	10 د	شرح وعرض التمرينات المهارية	1 xxx xxx xxx xxx	كرات قدم عدد(4) شواخص عدد(4)	
النشاط التطبيقي	15 د	1- تمرين رقم (3) لمهارة السيطرة . 2- تمرين رقم (3) لمهارة الاخمداد . 3- تمرين رقم (3) لمهارة التهديف .	xxx2 xxx	هدف كرة قدم مرسوم على الحائط.	التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء
الجزء الختامي	5 د		xxx 3 xxx		
	3 د	لعبة صغيرة ( الدوران حول رئيس الفرقة ) .			التأكيد على الالتزام بقواعد اللعبة
	2 د	تمارين تهدئة وترديد التحية الرياضية .			التأكيد على النظام والانصراف بهدوء .

## خطة درس التربية الرياضية للمرحلة الثانوية بالاسلوب العشوائي

- الأهداف البدنية والمهارية  
1- تنمية مهارات السيطرة والاحماد والتصويب.  
2- تنمية القوة العضلية للرجلين.  
3- تنمية المرونة.

- الأهداف التربوية والتعليمية  
1- تعويدهم على الضبط والنظام.  
2- تعويدهم على الثقة بالنفس.  
3- تعويدهم على التعاون.

عدد الطلاب : 30 طالب  
متوسط العمر : 14-15 سنة  
أسم الفعالية : كرة القدم  
اليوم :  
التاريخ :  
الأسبوع : الرابع

المدرسة: ثانوية الصدرين  
الصف : الثاني المتوسط  
الوقت : 45 دقيقة

نوع النشاط	الوقت	النشاط البدني والمهاري	التنظيم	الأدوات المستخدمة	الملاحظات
الجزء الإعدادي	15 د		X X X X X X X X X X X X		
المقدمة	3 د	تهيئة الأدوات واخذ الغياب وترديد التحية الرياضية	(X)		التأكيد على النظام
الإحماء	4 د	السير والهرولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصافرة والهرولة للخلف ثم للأمام مع الصافرة.	XXXXX X XXXX X X X X X (X) X X X X X X XXXXX X XXXX		التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة والأداء يصحح مع الصافرة .
التمرينات البدنية	8 د	تمارين للذراعين : الوقوف الذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للأمام والخلف . تمارين للجذع : الوقوف فتحاً مع ضغط الذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى . تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين .	X X X X X X X X X X X X (X)		التأكيد على دوران الذراعين ممدودة التأكيد على الضغط للأسفل بالنسبة للذراعين التأكيد على عدم ثني الركبة .
الجزء الرئيسي	25 د				
النشاط التعليمي	10 د	شرح وعرض التمرينات المهارية	1 XXX XXX XXX XXX	كرات قدم عدد(4) شواخص عدد(4)	
النشاط التطبيقي	15 د	1- تمرين رقم (4) لمهارة السيطرة. 2- تمرين رقم (4) لمهارة الاحماد. 3- تمرين رقم (4) لمهارة التهديف.	2 XXX XXX XXX	هدف كرة قدم مرسوم على الحائط.	التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء
الجزء الختامي	5 د		3 XXX XXX XXX		
	3 د	لعبة صغيرة ( الدوران حول رئيس الفرقة ) .			التأكيد على الالتزام بقواعد اللعبة
	2 د	تمارين تهدئة وترديد التحية الرياضية .	X X X X X X X X X X X X (X)		التأكيد على النظام والانصراف بهدوء .

## خطة درس التربية الرياضية للمرحلة الثانوية بالاسلوب العشوائي

- الأهداف البدنية والمهارية  
1- تنمية مهارات السيطرة والاحكام والتهديف.  
2- تنمية القوة العضلية للرجلين.  
3- تنمية المرونة العضلية.

- الأهداف التربوية والتعليمية  
1- تعويدهم على الضبط والنظام.  
2- تعويدهم على الثقة بالنفس.  
3- تعويدهم على التعاون.

عدد الطلاب : 30 طالب اليوم :  
متوسط العمر : 14-15 التاريخ :  
أسم الفعالية : كرة القدم الأسبوع : الخامس

المدرسة: ثانوية الصديرين  
الصف : الثاني المتوسط  
الوقت : 45 دقيقة

نوع النشاط	الوقت	النشاط البدني والمهاري	التنظيم	الأدوات المستخدمة	الملاحظات
الجزء الإعدادي	15 د				
المقدمة	3 د	تهيئة الأدوات واخذ الغياب وترديد التحية الرياضية			التأكيد على النظام
الإحماء	4 د	السير والهرولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصافرة والهرولة للخلف ثم للأمام مع الصافرة			التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة والأداء يصحح مع الصافرة .
التمارين البدنية	8 د	تمارين للذراعين : الوقوف الذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للأمام والخلف . تمارين للجذع : الوقوف فتحاً مع ضغط الذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى . تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين .			التأكيد على دوران الذراعين ممدودة التأكيد على الضغط للأسفل بالنسبة للذراعين التأكيد على عدم ثني الركبة .
الجزء الرئيسي	25 د				
النشاط التعليمي	10 د	شرح وعرض التمرينات المهارية	1 xxx xxx xxx xxx	كرات قدم عدد(4) شواخص عدد(4)	
النشاط التطبيقي	15 د	1- تمرين رقم (5) لمهارة السيطرة. 2- تمرين رقم (5) لمهارة الاحكام. 3- تمرين رقم (5) لمهارة التهديف.	2 xxx xxx	هدف كرة قدم مرسوم على الحائط.	التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء
الجزء الختامي	5 د		3 xxx xxx		
	3 د	لعبة صغيرة.			التأكيد على الالتزام بقواعد اللعبة
	2 د	تمارين تهدئة وترديد التحية الرياضية .			التأكيد على النظام والانصراف بهدوء .

## خطة درس التربية الرياضية للمرحلة الثانوية بالاسلوب العشوائي

### الأهداف التربوية والتعليمية

- 1- تعويد الطلاب على المنافسة الشريفة.
- 2- تعويدهم على حب النظام.
- 3- تعويدهم على التعاون.

### الأهداف البدنية والمهارية

- 1- تنمية المهارات المختارة بكرة القدم .
- 2- تنمية القوة العضلية للرجلين .
- 3- تنمية مرونة الجذع .

عدد الطلاب : 30 طالب  
متوسط العمر : 14-15 سنة  
أسم الفعالية : كرة القدم  
اليوم :  
التاريخ :  
الأسبوع : السادس

المدرسة: ثانوية الصديين  
الصف : الثاني المتوسط  
الوقت : 45 دقيقة

نوع النشاط	الوقت	النشاط البدني والمهاري	التنظيم	الأدوات المستخدمة	الملاحظات
الجزء الإعدادي	15 د				
المقدمة	3 د	تهيئة الأدوات واخذ الغياب وترديد التحية الرياضية			التأكيد على النظام
الإحماء	4 د	السير والهرولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصافرة والهرولة للخلف ثم للأمام مع الصافرة			التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة والأداء يصحح مع الصافرة .
التمرينات البدنية	8 د	تمارين للذراعين : الوقوف الذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للأمام والخلف . تمارين للجذع : الوقوف فتحاً مع ضغط الذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى . تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين .			التأكيد على دوران الذراعين ممدودة التأكيد على الضغط للأسفل بالنسبة للذراعين التأكيد على عدم ثني الركبة .
الجزء الرئيسي	25 د				
النشاط التعليمي	10 د	شرح وعرض التمرينات المهارية	1 xxx xxx xxx xxx	كرات قدم عدد(4) شواخص عدد(4)	
النشاط التطبيقي	15 د	1- تمرين رقم (6) لمهارة السيطرة. 2- تمرين رقم (6) لمهارة الاخمداد. 3- تمرين رقم (6) لمهارة التهديف.	xxx2 xxx	هدف كرة قدم مرسوم على الحائط.	التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء
الجزء الختامي	5 د		3 xxx xxx		
	3 د	لعبة صغيرة ( الدوران حول رئيس الفرقة ) .			التأكيد على الالتزام بقواعد اللعبة
	2 د	تمارين تهدئة وترديد التحية الرياضية .			التأكيد على النظام والانصراف بهدوء .

## خطة درس التربية الرياضية للمرحلة الثانوية بالاسلوب العشوائي

الأهداف البدنية والمهارية  
 1- تنمية مهارات السيطرة والايخامد والتصويب.  
 2- تنمية القوة العضلية للرجلين.  
 3- تنمية المرونة.

الأهداف التربوية والتعليمية  
 1- تعويدهم على الضبط والنظام.  
 2- تعويدهم على الثقة بالنفس.  
 3- تعويدهم على التعاون.

عدد الطلاب : 30 طالب  
 متوسط العمر : 14-15 سنة  
 اليوم :  
 التاريخ :  
 أسبوع : السابع  
 أسم الفعالية : كرة القدم

المدرسة: ثانوية الصديدين  
 الصف : الثاني المتوسط  
 الوقت : 45 دقيقة

الملاحظات	الأدوات المستخدمة	التنظيم	النشاط البدني والمهاري	الوقت	نوع النشاط
		X X X X X X X X X X X X		15 د	الجزء الإعدادي
التأكيد على النظام		(X)	تهيئة الأدوات واخذ الغياب وترديد التحية الرياضية	3 د	المقدمة
التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة والأداء يصحح مع الصافرة .		XXXXX X XXXX X X X X (X) X X X X XXXX XX XXXX	السير والهرولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصافرة والهرولة للخلف ثم للأمام مع الصافرة.	4 د	الإحماء
التأكيد على دوران الذراعين ممدودة التأكيد على الضغط للأسفل بالنسبة للذراعين التأكيد على عدم ثني الركبة .		X X X X X X X X X X X X  (X)	تمارين للذراعين : الوقوف الذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للأمام والخلف . تمارين للجذع : الوقوف فتحاً مع ضغط الذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى . تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين .	8 د	التمرينات البدنية
				25 د	الجزء الرئيسي
	كرات قدم عدد(8) هدف كرة قدم عدد(2)	1 XXX XXX XXX XXX	شرح وعرض التمرينات المهارية	10 د	النشاط التعليمي
التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء		2 ■ XXX ■ XXX	1 - تمرين رقم (7) لمهارة السيطرة. 2- تمرين رقم (7) لمهارة الايخامد. 3- تمرين رقم (7) لمهارة التهديف.	15 د	النشاط التطبيقي
		3 ■■■ XXX ■■■ XXX		5 د	
التأكيد على الالتزام بقواعد اللعبة			لعبة صغيرة ( الدوران حول رئيس الفرقة ) .	3 د	الجزء الختامي
التأكيد على النظام والانصراف بهدوء .		X X X X X X X X X X X X  (X)	تمارين تهدئة وترديد التحية الرياضية .	2 د	

## خطة درس التربية الرياضية للمرحلة الثانوية بالاسلوب العشوائي

### الأهداف التربوية والتعليمية

- 1- تعويدهم على الضبط والنظام.
- 2- تعويدهم على الثقة بالنفس.
- 3- تعويدهم على التعاون.

### الأهداف البدنية والمهارية

- 1- تنمية مهارات السيطرة والاحماد والتهديف.
- 2- تنمية القوة العضلية للرجلين.
- 3- تنمية المرونة العضلية.

عدد الطلاب : 30 طالب  
متوسط العمر : 14-15 التاريخ :  
أسم الفعالية : كرة القدم الأسبوع : الثامن  
اليوم :

المدرسة: ثانوية الصديين  
الصف : الثاني المتوسط  
الوقت : 45 دقيقة

نوع النشاط	الوقت	النشاط البدني والمهاري	التنظيم	الأدوات المستخدمة	الملاحظات
الجزء الإعدادي	15 د				
المقدمة	3 د	تهيئة الأدوات واخذ الغياب وترديد التحية الرياضية			التأكيد على النظام
الإحماء	4 د	السير والهرولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصافرة والهرولة للخلف ثم للأمام مع الصافرة			التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة والأداء يصحح مع الصافرة .
التمارين البدنية	8 د	تمارين للذراعين : الوقوف الذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للأمام والخلف . تمارين للذراعين : الوقوف فتحاً مع ضغط الذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى . تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين .			التأكيد على دوران الذراعين ممدودة التأكيد على الضغط للأسفل بالنسبة للذراعين التأكيد على عدم ثني الركبة .
الجزء الرئيسي	25 د				
النشاط التعليمي	10 د	شرح وعرض التمرينات المهارية	1 xxx xxx xxx xxx	كرات قدم عدد(8) شواخص عدد(4)	
النشاط التطبيقي	15 د	1- تمرين رقم (8) لمهارة السيطرة. 2- تمرين رقم (8) لمهارة الاحماد. 3- تمرين رقم (8) لمهارة التهديف .	2 xxx xxx	هدف كرة قدم عدد (2)	التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء
الجزء الختامي	5 د		3 xxx xxx		
	3 د	لعبة صغيرة.			التأكيد على الالتزام بقواعد اللعبة
	2 د	تمارين تهدئة وترديد التحية الرياضية .			التأكيد على النظام والانصراف بهدوء .

## خطة درس التربية الرياضية للمرحلة الثانوية بالاسلوب العشوائي

- الأهداف البدنية والمهارية
- 1- تنمية المهارات المختارة بكرة القدم .
  - 2- تنمية القوة العضلية للرجلين .
  - 3- تنمية مرونة الجذع .

### الأهداف التربوية والتعليمية

- 1- تعويد الطلاب على المنافسة الشريفة.
- 2- تعويدهم على حب النظام.
- 3- تعويدهم على التعاون.

عدد الطلاب : 30 طالب  
متوسط العمر : 14-15 سنة  
أسم الفعالية : كرة القدم  
اليوم :  
التاريخ :  
الأسبوع : التاسع

المدرسة: ثانوية الصديين  
الصف : الثاني المتوسط  
الوقت : 45 دقيقة

نوع النشاط	الوقت	النشاط البدني والمهاري	التنظيم	الأدوات المستخدمة	الملاحظات
الجزء الإعدادي	15 د				
المقدمة	3 د	تهيئة الأدوات واخذ الغياب وترديد التحية الرياضية			التأكيد على النظام
الإحماء	4 د	السير والهرولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصافرة والهرولة للخلف ثم للأمام مع الصافرة			التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة والأداء يصحح مع الصافرة .
التمارين البدنية	8 د	تمارين للذراعين : الوقوف الذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للأمام والخلف . تمارين للجذع : الوقوف فتحاً مع ضغط الذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى . تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين .			التأكيد على دوران الذراعين ممدودة التأكيد على الضغط للأسفل بالنسبة للذراعين التأكيد على عدم ثني الركبة .
الجزء الرئيسي	25 د				
النشاط التعليمي	10 د	شرح وعرض التمرينات المهارية	1 xxx xxx xxx xxx	كرات قدم عدد(4)	
النشاط التطبيقي	15 د	1- تمرين رقم (9) لمهارة السيطرة. 2- تمرين رقم (9) لمهارة الاخمد. 3- تمرين رقم (9) لمهارة التهديف .	2 xxx xxx	هدف كرة قدم عدد (2)	التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء
الجزء الختامي	5 د		3 xxx xxx		
	3 د	لعبة صغيرة ( الدوران حول رئيس الفرقة ) .			التأكيد على الالتزام بقواعد اللعبة
	2 د	تمارين تهدئة وترديد التحية الرياضية .			التأكيد على النظام والانصراف بهدوء .

## ملحق (4)

## خطة درس التربية الرياضية للمرحلة الثانوية بالاسلوب المتسلسل

- الأهداف البدنية والمهارية  
1- تنمية مهارات السيطرة والاحماد والتصويب.  
2- تنمية القوة العضلية للرجلين.  
3- تنمية المرونة.

- الأهداف التربوية والتعليمية  
1- تعويدهم على الضبط والنظام.  
2- تعويدهم على الثقة بالنفس.  
3- تعويدهم على التعاون.

عدد الطلاب : 30 طالب  
متوسط العمر : 14-15 سنة  
أسم الفعالية : كرة القدم  
اليوم :  
التاريخ :  
الأسبوع : الأول

المدرسة: ثانوية الصديين  
الصف : الثاني المتوسط  
الوقت : 45 دقيقة

نوع النشاط	الوقت	النشاط البدني والمهاري	التنظيم	الأدوات المستخدمة	الملاحظات
الجزء الإحصائي	15 د		X X X X X X X X X X X X		
المقدمة	3 د	تهيئة الأدوات واخذ الغياب وترديد التحية الرياضية	(X)		التأكيد على النظام
الإحماء	4 د	السير والهرولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصافرة والهرولة للخلف ثم للأمام مع الصافرة.	XXXX X XXXX X X X (X) X X X XXXX XX XXXX		التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة والأداء يصحح مع الصافرة .
التمرينات البدنية	8 د	تمارين للذراعين : الوقوف الذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للأمام والخلف . تمارين للذراع : الوقوف فتحاً مع ضغط الذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى . تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين .	X X X X X X X X X X X X (X)		التأكيد على دوران الذراعين ممدودة التأكيد على الضغط للأسفل بالنسبة للذراعين التأكيد على عدم ثني الركبة .
الجزء الرئيسي	25 د				
النشاط التعليمي	10 د	شرح وعرض التمرينات المهارية	1 XXX XXX XXX XXX	كرات قدم عدد(4) شواخص عدد(4)	
النشاط التطبيقي	15 د	1- تمرين رقم (1) لمهارة السيطرة . 2- تمرين رقم (2) 3- تمرين رقم (3)	■ XXX 2 ■ XXX	هدف كرة قدم مرسوم على الحائط.	التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء
	5 د		3 XXX XXX		
الجزء الختامي	3 د	لعبة صغيرة ( الدوران حول رئيس الفرقة ) .			التأكيد على الالتزام بقواعد اللعبة
	2 د	تمارين تهدئة وترديد التحية الرياضية .	X X X X X X X X X X X X (X)		التأكيد على النظام والانصراف بهدوء .

## خطة درس التربية الرياضية للمرحلة الثانوية بالاسلوب المتسلسل

- الأهداف البدنية والمهارية  
1- تنمية مهارات السيطرة والاحماد والتهديف.  
2- تنمية القوة العضلية للرجلين.  
3- تنمية المرونة العضلية.

- الأهداف التربوية والتعليمية  
1- تعويدهم على الضبط والنظام.  
2- تعويدهم على الثقة بالنفس.  
3- تعويدهم على التعاون.

عدد الطلاب : 30 طالب  
متوسط العمر : 14-15 التاريخ :  
أسم الفعالية : كرة القدم  
الأسبوع : الثاني

المدرسة: ثانوية الصدرين  
الصف : الثاني المتوسط  
الوقت : 45 دقيقة

نوع النشاط	الوقت	النشاط البدني والمهاري	التنظيم	الأدوات المستخدمة	الملاحظات
الجزء الإعدادي	15 د				
المقدمة	3 د	تهيئة الأدوات واخذ الغياب وترديد التحية الرياضية			التأكيد على النظام
الإحماء	4 د	السير والهرولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصافرة والهرولة للخلف ثم للأمام مع الصافرة			التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة والأداء يصحح مع الصافرة .
التمارين البدنية	8 د	تمارين للذراعين : الوقوف الذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للأمام والخلف . تمارين للذراع : الوقوف فتحاً مع ضغط الذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى . تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين .			التأكيد على دوران الذراعين ممدودة التأكيد على الضغط للأسفل بالنسبة للذراعين التأكيد على عدم ثني الركبة .
الجزء الرئيسي	25 د				
النشاط التعليمي	10 د	شرح وعرض التمرينات المهارية	1 xxx xxx xxx xxx	كرات قدم عدد(4) شواخص عدد(4)	
النشاط التطبيقي	15 د	1- تمرين رقم (4) لمهارة السيطرة . 2- تمرين رقم (5) 3- تمرين رقم (6)	xxx2 xxx	هدف كرة قدم مرسوم على الحائط.	التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء
الجزء الختامي	5 د		xxx 3 xxx		
	3 د	لعبة صغيرة.			التأكيد على الالتزام بقواعد اللعبة
	2 د	تمارين تهدئة وترديد التحية الرياضية .			التأكيد على النظام والانصراف بهدوء .

### خطة درس التربية الرياضية للمرحلة الثانوية بالاسلوب المتسلسل

- الأهداف البدنية والمهارية  
 1- تنمية المهارات المختارة بكرة القدم .  
 2- تنمية القوة العضلية للرجلين .  
 3- تنمية مرونة الجذع .

- الأهداف التربوية والتعليمية  
 1- تعويد الطلاب على المنافسة الشريفة.  
 2- تعويدهم على حب النظام.  
 3- تعويدهم على التعاون.

عدد الطلاب : 30 طالب  
 متوسط العمر : 14-15 سنة  
 اليوم :  
 التاريخ :  
 الأسبوع : الثالث

المدرسة: ثانوية الصديين  
 الصف : الثاني المتوسط  
 الوقت : 45 دقيقة

نوع النشاط	الوقت	النشاط البدني والمهاري	التنظيم	الأدوات المستخدمة	الملاحظات
الجزء الإعدادي	15 د				
المقدمة	3 د	تهيئة الأدوات واخذ الغياب وترديد التحية الرياضية			التأكيد على النظام
الإحماء	4 د	السير والهرولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصافرة والهرولة للخلف ثم للأمام مع الصافرة			التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة والأداء يصحح مع الصافرة .
التمرينات البدنية	8 د	تمارين للذراعين : الوقوف الذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للأمام والخلف . تمارين للجذع : الوقوف فتحاً مع ضغط الذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى . تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين .			التأكيد على دوران الذراعين ممدودة التأكيد على الضغط للأسفل بالنسبة للذراعين التأكيد على عدم ثني الركبة .
الجزء الرئيسي	25 د				
النشاط التعليمي	10 د	شرح وعرض التمرينات المهارية	1 xxx xxx xxx xxx	كرات قدم عدد(4) شواخص عدد(4)	
النشاط التطبيقي	15 د	1- تمرين رقم (7) لمهارة السيطرة . 2- تمرين رقم (8) 3- تمرين رقم (9)	xxx2 xxx	هدف كرة قدم مرسوم على الحائط	التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء
الجزء الختامي	5 د		3 xxx xxx		
	3 د	لعبة صغيرة ( الدوران حول رئيس الفرقة ) .			التأكيد على الالتزام بقواعد اللعبة
	2 د	تمارين تهدئة وترديد التحية الرياضية .			التأكيد على النظام والانصراف بهدوء .

### خطة درس التربية الرياضية للمرحلة الثانوية بالاسلوب المتسلسل

- الأهداف البدنية والمهارية  
1- تنمية مهارات السيطرة والاحماد والتصويب.  
2- تنمية القوة العضلية للرجلين.  
3- تنمية المرونة.

- الأهداف التربوية والتعليمية  
1- تعويدهم على الضبط والنظام.  
2- تعويدهم على الثقة بالنفس.  
3- تعويدهم على التعاون.

عدد الطلاب : 30 طالب  
متوسط العمر : 14-15 سنة  
أسم الفعالية : كرة القدم  
اليوم :  
التاريخ :  
الأسبوع : الرابع

المدرسة: ثانوية الصدرين  
الصف : الثاني المتوسط  
الوقت : 45 دقيقة

نوع النشاط	الوقت	النشاط البدني والمهاري	التنظيم	الأدوات المستخدمة	الملاحظات
الجزء الإعدادي	15 د		X X X X X X X X X X X X		
المقدمة	3 د	تهيئة الأدوات واخذ الغياب وترديد التحية الرياضية	(X)		التأكيد على النظام
الإحماء	4 د	السير والهرولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصافرة والهرولة للخلف ثم للأمام مع الصافرة.	XXXXX X XXXX X X X X X X X X X X X X XXXXXX XXXXX		التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة والأداء يصحح مع الصافرة .
التمرينات البدنية	8 د	تمارين للذراعين : الوقوف الذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للأمام والخلف . تمارين للجذع : الوقوف فتحاً مع ضغط الذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى . تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين .	X X X X X X X X X X X X (X)		التأكيد على دوران الذراعين ممدودة التأكيد على الضغط للأسفل بالنسبة للذراعين التأكيد على عدم ثني الركبة .
الجزء الرئيسي	25 د				
النشاط التعليمي	10 د	شرح وعرض التمرينات المهارية	1 XXX XXX XXX XXX	كرات قدم عدد(4) شواخص عدد(4)	
النشاط التطبيقي	15 د	1 - تمرين رقم (1) لمهارة الاحماد. 2- تمرين رقم (2) 3- تمرين رقم (3)	■ XXX 2 ■ XXX	هدف كرة قدم مرسوم على الحائط.	التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء
الجزء الختامي	5 د		XXX 3 XXX		
	3 د	لعبة صغيرة ( الدوران حول رئيس الفرقة ) .			التأكيد على الالتزام بقواعد اللعبة
	2 د	تمارين تهدئة وترديد التحية الرياضية .	X X X X X X X X X X X X (X)		التأكيد على النظام والانصراف بهدوء .

## خطة درس التربية الرياضية للمرحلة الثانوية بالاسلوب المتسلسل

- الأهداف البدنية والمهارية  
1- تنمية مهارات السيطرة والاحماد والتهديف.  
2- تنمية القوة العضلية للرجلين.  
3- تنمية المرونة العضلية.

- الأهداف التربوية والتعليمية  
1- تعويدهم على الضبط والنظام.  
2- تعويدهم على الثقة بالنفس.  
3- تعويدهم على التعاون.

عدد الطلاب : 30 طالب  
متوسط العمر : 14-15 التاريخ :  
أسم الفعالية : كرة القدم  
الأسبوع : الخامس

المدرسة: ثانوية الصدرين  
الصف : الثاني المتوسط  
الوقت : 45 دقيقة

نوع النشاط	الوقت	النشاط البدني والمهاري	التنظيم	الأدوات المستخدمة	الملاحظات
الجزء الإعدادي	15 د				
المقدمة	3 د	تهيئة الأدوات واخذ الغياب وترديد التحية الرياضية			التأكيد على النظام
الإحماء	4 د	السير والهرولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصافرة والهرولة للخلف ثم للأمام مع الصافرة			التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة والأداء يصحح مع الصافرة .
التمارين البدنية	8 د	تمارين للذراعين : الوقوف الذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للأمام والخلف . تمارين للذراع : الوقوف فتحاً مع ضغط الذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى . تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين .			التأكيد على دوران الذراعين ممدودة التأكيد على الضغط للأسفل بالنسبة للذراعين التأكيد على عدم ثني الركبة .
الجزء الرئيسي	25 د				
النشاط التعليمي	10 د	شرح وعرض التمرينات المهارية	1 xxx xxx xxx xxx	كرات قدم عدد(4) شواخص عدد(4)	
النشاط التطبيقي	15 د	1- تمرين رقم (4) لمهارة الاحماد. 2- تمرين رقم (5) 3- تمرين رقم (6)	xxx2 xxx	هدف كرة قدم مرسوم على الحائط.	التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء
الجزء الختامي	5 د		xxx 3 xxx		
	3 د	لعبة صغيرة.			التأكيد على الالتزام بقواعد اللعبة
	2 د	تمارين تهدئة وترديد التحية الرياضية .			التأكيد على النظام والانصراف بهدوء .

## خطة درس التربية الرياضية للمرحلة الثانوية بالاسلوب المتسلسل

### الأهداف التربوية والتعليمية

- 1- تعويد الطلاب على المنافسة الشريفة.
- 2- تعويدهم على حب النظام.
- 3- تعويدهم على التعاون.

### الأهداف البدنية والمهارية

- 1- تنمية المهارات المختارة بكرة القدم .
- 2- تنمية القوة العضلية للرجلين .
- 3- تنمية مرونة الجذع .

عدد الطلاب : 30 طالب  
متوسط العمر : 14-15 سنة  
أسم الفعالية : كرة القدم  
اليوم :  
التاريخ :  
الأسبوع : السادس

المدرسة: ثانوية الصديين  
الصف : الثاني المتوسط  
الوقت : 45 دقيقة

نوع النشاط	الوقت	النشاط البدني والمهاري	التنظيم	الأدوات المستخدمة	الملاحظات
الجزء الإعدادي	15 د				
المقدمة	3 د	تهيئة الأدوات واخذ الغياب وترديد التحية الرياضية			التأكيد على النظام
الإحماء	4 د	السير والهرولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصافرة والهرولة للخلف ثم للأمام مع الصافرة			التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة والأداء يصحح مع الصافرة .
التمرينات البدنية	8 د	تمارين للذراعين : الوقوف الذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للأمام والخلف . تمارين للجذع : الوقوف فتحاً مع ضغط الذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى . تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين .			التأكيد على دوران الذراعين ممدودة التأكيد على الضغط للأسفل بالنسبة للذراعين التأكيد على عدم ثني الركبة .
الجزء الرئيسي	25 د				
النشاط التعليمي	10 د	شرح وعرض التمرينات المهارية	1 xxx xxx xxx xxx	كرات قدم عدد(4) شواخص عدد(4)	
النشاط التطبيقي	15 د	1- تمرين رقم (7) لمهارة الاخمام. 2- تمرين رقم (8) 3- تمرين رقم (9)	xxx2 xxx	هدف كرة قدم مرسوم على الحائط.	التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء
الجزء الختامي	5 د		3 xxx xxx		
	3 د	لعبة صغيرة ( الدوران حول رئيس الفرقة ) .			التأكيد على الالتزام بقواعد اللعبة
	2 د	تمارين تهدئة وترديد التحية الرياضية .			التأكيد على النظام والانصراف بهدوء .

### خطة درس التربية الرياضية للمرحلة الثانوية بالاسلوب المتسلسل

- الأهداف البدنية والمهارية  
1- تنمية مهارات السيطرة والاحماد والتصويب.  
2- تنمية القوة العضلية للرجلين.  
3- تنمية المرونة.

- الأهداف التربوية والتعليمية  
1- تعويدهم على الضبط والنظام.  
2- تعويدهم على الثقة بالنفس.  
3- تعويدهم على التعاون.

عدد الطلاب : 30 طالب  
متوسط العمر : 14-15 سنة  
اليوم :  
التاريخ :  
الأسبوع : السابع  
أسم الفعالية : كرة القدم

المدرسة: ثانوية الصدرين  
الصف : الثاني المتوسط  
الوقت : 45 دقيقة

نوع النشاط	الوقت	النشاط البدني والمهاري	التنظيم	الأدوات المستخدمة	الملاحظات
الجزء الإعدادي	15 د		X X X X X X X X X X X X		
المقدمة	3 د	تهيئة الأدوات واخذ الغياب وترديد التحية الرياضية	(X)		التأكيد على النظام
الإحماء	4 د	السير والهرولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصافرة والهرولة للخلف ثم للأمام مع الصافرة.	XXXX X XXXX X X X X (X) X X X X XXXX XX XXXX		التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة والأداء يصحح مع الصافرة .
التمرينات البدنية	8 د	تمارين للذراعين : الوقوف الذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للأمام والخلف . تمارين للجذع : الوقوف فتحاً مع ضغط الذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى . تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين .	X X X X X X X X X X X X (X)		التأكيد على دوران الذراعين ممدودة التأكيد على الضغط للأسفل بالنسبة للذراعين التأكيد على عدم ثني الركبة .
الجزء الرئيسي	25 د				
النشاط التعليمي	10 د	شرح وعرض التمرينات المهارية	1 XXX XXX XXX XXX	كرات قدم عدد(8) هدف كرة قدم عدد(2)	
النشاط التطبيقي	15 د	1- تمرين رقم (1) لمهارة التهديف . 2- تمرين رقم (2) 3- تمرين رقم (3)	■ XXX 2 ■ XXX		التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء
الجزء الختامي	5 د		XXX 3 XXX		
	3 د	لعبة صغيرة ( الدوران حول رئيس الفرقة ) .			التأكيد على الالتزام بقواعد اللعبة
	2 د	تمارين تهدئة وترديد التحية الرياضية .	X X X X X X X X X X X X (X)		التأكيد على النظام والانصراف بهدوء .

## خطة درس التربية الرياضية للمرحلة الثانوية بالاسلوب المتسلسل

### الأهداف التربوية والتعليمية

- 1- تعويدهم على الضبط والنظام.
- 2- تعويدهم على الثقة بالنفس.
- 3- تعويدهم على التعاون.

### الأهداف البدنية والمهارية

- 1- تنمية مهارات السيطرة والاحماد والتهديف.
- 2- تنمية القوة العضلية للرجلين.
- 3- تنمية المرونة العضلية.

عدد الطلاب : 30 طالب  
اليوم :  
متوسط العمر : 14-15 التاريخ :  
أسم الفعالية : كرة القدم الأسبوع : الثامن

المدرسة: ثانوية الصدين  
الصف : الثاني المتوسط  
الوقت : 45 دقيقة

نوع النشاط	الوقت	النشاط البدني والمهاري	التنظيم	الأدوات المستخدمة	الملاحظات
الجزء الإعدادي	15 د				
المقدمة	3 د	تهيئة الأدوات واخذ الغياب وترديد التحية الرياضية			التأكيد على النظام
الإحماء	4 د	السير والهرولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصافرة والهرولة للخلف ثم للأمام مع الصافرة			التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة والأداء يصحح مع الصافرة .
التمارين البدنية	8 د	تمارين للذراعين : الوقوف الذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للأمام والخلف . تمارين للذراع : الوقوف فتحاً مع ضغط الذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى . تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين .			التأكيد على دوران الذراعين ممدودة التأكيد على الضغط للأسفل بالنسبة للذراعين التأكيد على عدم ثني الركبة .
الجزء الرئيسي	25 د				
النشاط التعليمي	10 د	شرح وعرض التمرينات المهارية	1 xxx xxx xxx xxx	كرات قدم عدد(8) شواخص عدد(4)	
النشاط التطبيقي	15 د	1- تمرين رقم (4) لمهارة التهديف . 2- تمرين رقم (5) 3- تمرين رقم (6)	xxx2 xxx	هدف كرة قدم عدد (2)	التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء
الجزء الختامي	5 د		xxx 3 xxx		
	3 د	لعبة صغيرة.			التأكيد على الالتزام بقواعد اللعبة
	2 د	تمارين تهدئة وترديد التحية الرياضية .			التأكيد على النظام والانصراف بهدوء .

## خطة درس التربية الرياضية للمرحلة الثانوية بالاسلوب المتسلسل

- الأهداف البدنية والمهارية
- 1- تنمية المهارات المختارة بكرة القدم .
  - 2- تنمية القوة العضلية للرجلين .
  - 3- تنمية مرونة الجذع .

### الأهداف التربوية والتعليمية

- 1- تعويد الطلاب على المنافسة الشريفة.
- 2- تعويدهم على حب النظام.
- 3- تعويدهم على التعاون.

عدد الطلاب : 30 طالب  
متوسط العمر : 14-15 سنة  
أسم الفعالية : كرة القدم  
اليوم :  
التاريخ :  
الأسبوع : التاسع

المدرسة: ثانوية الصديين  
الصف : الثاني المتوسط  
الوقت : 45 دقيقة

نوع النشاط	الوقت	النشاط البدني والمهاري	التنظيم	الأدوات المستخدمة	الملاحظات
الجزء الإعدادي	15 د				
المقدمة	3 د	تهيئة الأدوات واخذ الغياب وترديد التحية الرياضية			التأكيد على النظام
الإحماء	4 د	السير والهرولة مع أداء تمارين القفز للأعلى مع الصافرة والهرولة للخلف ثم للأمام مع الصافرة			التأكيد على وجود المسافات بين الطلبة والأداء يصحح مع الصافرة .
التمرينات البدنية	8 د	تمارين للذراعين : الوقوف الذراعين جانباً ثم دوران الذراعين للأمام والخلف . تمارين للجذع : الوقوف فتحاً مع ضغط الذراعين للأسفل بثلاث عدات والرابعة للأعلى . تمارين الساقين: من الوقوف مسك القدمين من الأسفل مع مد الركبتين .			التأكيد على دوران الذراعين ممدودة التأكيد على الضغط للأسفل بالنسبة للذراعين التأكيد على عدم ثني الركبة .
الجزء الرئيسي	25 د				
النشاط التعليمي	10 د	شرح وعرض التمرينات المهارية	1 xxx xxx xxx xxx	كرات قدم عدد(4) هدف كرة قدم عدد (2)	
النشاط التطبيقي	15 د	1- تمرين رقم (7) لمهارة التهديف . 2- تمرين رقم (8) 3- تمرين رقم (9)	2 xxx xxx		التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء
الجزء الختامي	5 د		3 xxx xxx		
	3 د	لعبة صغيرة ( الدوران حول رئيس الفرقة ) .			التأكيد على الالتزام بقواعد اللعبة
	2 د	تمارين تهدئة وترديد التحية الرياضية .			التأكيد على النظام والانصراف بهدوء .