

تأثير منهاج تعليمي باستخدام وسيلتي أداة ارتداد الكرة وهدف مبتكر في تعلم وتطوير
مهارتي المناولة والتهديف بكرة الماء للمبتدئين بأعمار (14-16) سنة

أ.م.د. علي فرحان حسين السيد مصطفى عبد الرضا كاظم
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
جامعة البصرة

ملخص البحث العربي:

يهدف البحث الى :

- ١ - تصنيف أدوات مساعدة.
 - ٢ - أعداد منهج تعليمي لتعليم مهارتي المناولة والتهديف بكرة الماء.
 - ٣ - التعرف على الفروق بين نتائج مهارتي (المناولة والتهديف) القبلية والوسطية والبعديّة للمجموعتين التجريبيّة الأولى والثانية
 - ٤ - التعرف على الفروق بين المجموعتين التجريبيّة الأولى والثانية في نتائج مهارتي المناولة والتهديف البعديّة.
- أما مجالات البحث فكانت:
- المجال البشري: عينة من المبتدئين الممارسين للسباحة بأعمار (14 - 16) سنة عددهم (14).
 - المجال الزمني: للفترة من 2015 /8/7 ولغاية 2015 /9/ 29.
 - المجال المكاني: مسبح منتدى أبي الخصيب الرياضي.
- أما أهم الاستنتاجات فهي:
- 1- حقق المنهج التعليمي المستخدم الأهداف الموضوعة لتعلم بعض مهارات كرة الماء لدى أفراد عينة البحث.
 - 2- أن استخدام الوسائل المساعدة كان لها تأثير إيجابي في تطوير بعض مهارات كرة الماء قيد الدراسة لدى المجموعة التجريبية الأولى.

في حين كانت أهم التوصيات:

- ١ - الاستعانة بالمنهاج التعليمي المُعد والمطبق في تعليم المبتدئين مهارات كرة الماء
- ٢ - استخدام الوسائل المساعدة في المناهج التعليمية وذلك لتأثيرها الإيجابي في تسهيل التعلم واكتساب الأداء الصحيح ودقة الأداء وبشكل خاص وسيلتي (أداة ارتداد الكرة) و (الهدف المبتكر) لما لهما من أهمية في تطوير مهارتي المناولة والتهديف.

Abstract

The impact curriculum using device tool rebound the ball and innovative goal to learn and develop my skills handling and scoring water polo for beginners ages (14-16) years

Mr. Mustafa Abdel Rida Kazem

Dr. Ali Farhan Hussein

The research aims to

1-Prepare curriculum to teach and develop the performance of some of the basic skills of water polo.

2- innovation and manufacturing rebound the ball and objective tool for special education and develop my skills handling and scoring features

The areas of research were:

The human sphere: a sample of junior practitioners swimming ages (14-16) years
_ population (14).

-Temporal sphere: for the period from 08/07/2015 until 29/09/2015.

_Spatial area: swimming pool forum Abi Fertile sports.

The main conclusions are:

1-made curriculum goals for the user to learn some of the water polo skills of the research sample.

2-The use of aids have had a positive impact on the development of some of the water polo skills under examination by the first experimental group.

While the most important recommendations:

1-The use of the educational curriculum prepared and applied in the education of junior water polo skills.

2-The use of aids in the curriculum and that the positive impact in facilitating learning and acquiring the right performance and accuracy of performance and, in particular, device (rebound the ball tool) and (target innovative) due to their importance in the development of my skills handling and scoring.

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث:

يعد التعلم الحركي أحد العلوم التي أهتم بها الباحثون في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة لأهميته في تعليم واكتساب الفرد للمهارات الحركية الجديدة وبأقل جهد ممكن إذ أن التعلم الحركي هو جزء مهم من أجزاء التعلم "والتعلم الحركي بصفة عامة يتناول حركة الإنسان عموماً والحركة الرياضية بشكل خاص بالدراسة والتحليل للتعرف على الأبعاد المختلفة التي يمكن أن نتناول بها الحركة" ⁽¹⁾. أن المقصود بالعملية التعليمية تمكين المتعلم من الحصول على الاستجابات المناسبة والمواقف الملائمة وإن التعلم الحركي فيه العديد من الأنماط التعليمية والوسائل المساعدة وبها يستطيع المدرس أو المدرب انتقاء الوسيلة الملائمة للمتعلمين من أجل إيصال المادة التعليمية إلى المتعلم الذي يعد الهدف في عملية التعلم.

⁽¹⁾ نجاح مهدي شلش واكرم محمد صبحي: التعلم الحركي ، ط2، العراق ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 2000 ، ص 92.

ومن هنا جاءت أهمية البحث والحاجة اليه من خلال تعليم بعض المهارات الأساسية في كرة الماء من خلال مناهج تعليمي وباستخدام الوسائل المساعدة لتسهيل وتسريع عملية التعلم ليكون البذرة لبناء وتطوير لعبة كرة الماء في محافظة البصرة.

1-2 مشكلة البحث

ان استخدام مناهج تعليمية والاستعانة بالوسائل المساعدة في تعلم مهارات كرة الماء يعتبر حجر أساس في عملية تعلم المهارات لهذه اللعبة وحيث ان مهارتي التهديف والمناولة تحتل أهمية خاصة وتربط بينهما علاقة وطيدة حيث ان التهديف يعبر عن مناولة تستخدم باتجاه نقطة معينة في الهدف كما ان عدم وجود قاعدة لهذه اللعبة أدى الى عدم تطورها في بلدنا الغالي العراق فكان لابد من اجراء البحوث من أجل الارتقاء بمستوى هذه اللعبة وتوسيع القاعدة الشعبية لممارستها فارتأى الباحثان أعداد مناهج تعليمي باستخدام الوسائل المساعدة في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة الماء.

1-3 اهداف البحث:

- ١ تصنيع أدوات مساعدة.
- ٢ أعداد منهج تعليمي لتعليم مهارتي المناولة والتهديف بكرة الماء.
- ٣ التعرف على الفروق بين نتائج مهارتي (المناولة والتهديف) القبلية والوسطية والبعدية للمجموعتين التجريبية الأولى والثانية
- ٤ التعرف على الفروق بين المجموعتين التجريبية الأولى والثانية في نتائج مهارتي المناولة والتهديف البعدية..

1-4 فرض البحث

- ١ وجود فروق معنوية بين نتائج مهارتي (المناولة والتهديف) القبلية والوسطية والبعدية للمجموعتين التجريبية الأولى والثانية ولصالح الاختبار البعدي
- ٢ وجود فروق معنوية بين المجموعتين التجريبية الأولى والثانية في نتائج مهارتي (المناولة والتهديف) البعدية ولصالح المجموعة التجريبية الأولى

1-5 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري: عينة من المبتدئين الممارسين للسباحة بأعمار (14- 16) سنة عددهم (14).
- 1-5-2 المجال الزمني: للفترة من 7 / 8 / 2015 ولغاية 29 / 9 / 2015.
- 1-5-3 المجال المكاني: مسبح منتدى أبي الخصيب الرياضي.

2 الدراسات النظرية:

2-1 التعلم الحركي والأداء:

أن التعلم الحركي لا يمكن تقييمه بصورة مباشرة وإنما بصورة غير مباشرة عن طريق السلوك الحركي، وفي هذا المجال عرف الاداء الحركي بأنه "السلوك الحركي الناتج عن عملية التعلم والتدريب للحركات الرياضية والذي يعكس في النهاية قدرة الرياضي للوصول الى نتائج معينة ويقاس باختبارات حركية تسمى باختبارات الاداء"⁽¹⁾. كما ان العلاقة بين التعلم والاداء علاقة متماسكة مترابطة ، فالتعلم عملية داخلية ذاتية لا يمكن ملاحظتها او قياسها بشكل مباشر الى من خلال الاداء وان كان متبايناً ومتفاوتاً من وقت لآخر مما يعطي أشاره واضحة واكيدة عن مستوى التعلم المتحقق في السلوك الذي أتخذ طابع العادة وعلى الرغم من ذلك فلا يوجد مقياس أو معيار لمستوى التعلم غير الاداء .⁽²⁾ لذلك هناك فرق بين التعلم والاداء ، فالاداء هو المقياس الموضوعي الوحيد الذي يمكن ان نستند اليه في اداء المتعلم للمواقف ، أما التعلم فانه على العكس من ذلك إذ يشير الى العملية التي تقوم على الاداء ، فضلاً عن ذلك هناك فرقاً بين مصطلحي التعلم والاداء ويصعب الفصل بينهما لأن العوامل التي تؤثر في الاداء تؤثر بشكل اخر في التعلم ، لذلك تم الخلط بينهما.⁽³⁾ ولكن لابد من الاشارة الى انه لا يمكن الاعتماد على الاداء الحركي لقياس التعلم دائماً لأن الاداء هو صيغة او عملية وقتية ، في حين أن التعلم هو عملية دائمية . ففي كثير من الاحيان يتأثر الاداء ببعض المتغيرات مثل التحفيز والأثارة والتعب فذلك وعندما نريد أن نقيس التعلم بواسطة الاداء يتحتم ضمان الظروف الملائمة والسيطرة على المتغيرات بحيث يعكس الاداء عملية التعلم.⁽⁴⁾

2-2 الوسائل المساعدة:

أن مفهوم الوسائل المساعدة هو ليس بالجديد في مجال التعليم والتدريب ، فهي عبارة عن أجهزة وأدوات قد تكون موجودة أو مصنعة يستعملها المعلم والمدرّب في العملية التعليمية أو التدريبية من أجل رفع كفاءة الجانب المهاري والجانب البدني أو التغلب على جوانب الضعف البدني، اذ صار استعمال هذه الوسائل امراً ضرورياً مهماً في العملية التعليمية والتدريبية لما تقدمه للاعب والمدرّب من خدمات إيجابية في مجال التعلم الحركي وتطوير الاداء البدني والمهاري ، وقد عرفت الوسائل المساعدة "بأنها أجهزة وأدوات ومواد يستخدمها المعلم لتحسين عملية التعلم والتعليم"⁽⁵⁾. وتعرف أيضاً بأنها "مجموعة الوسائل المساعدة التي يستخدمها المدرّب أو المدرس لتحسين عملية التعلم وتقصير مدتها وتدريب اللاعبين أو المتعلمين على المهارات فقد جاء الاهتمام

(1) عصام عبدالخالق: التدريب الرياضي (نظريات – تطبيقات)، الاسكندرية، جامعة الاسكندرية، 1999 ، ص207.

(2) عامر رشيد سبع: التعلم المهاري باستخدام طرائق التدريب المتجمع والمتوزع تحت نظم تدريب وظروف جهد مختلفة ، أطروحة دكتوراه ، جامعة

بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 1998 ، ص35.

(3) قاسم لزام صبر: اثر بعض طرائق التعلم في الاكتساب وتطور مستوى الاداء في المهارات المغلقة والمفتوحة ، أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية

التربية الرياضية ، 1997 ، ص18.

(4) يعرب خيون: التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، العراق ، مكتب الصخرة للطباعة ، 2002 ، ص42.

(5) ناهده عبد زيد: أساسيات في التعلم الحركي ، ط1 ، العراق ، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2008 ، ص170.

بهذه الأدوات بالفائدة الكبيرة في عملية التعلم والتدريب حيث وجد أن استخدامها يزيد من عمق الأثر التدريبي والإسراع بالتعلم والتطوير وبأقل جهد ممكن⁽⁶⁾.

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

3-1 منهج البحث: إن طبيعة المشكلة هي التي تحدد المنهج الذي يختاره الباحث ، لذا أستخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعات المتكافئة لملاءمته لطبيعة مشكلة البحث.

3-2 مجتمع وعينة البحث: حدد الباحثان مجتمع بحثهما وهم المبتدئون بأعمار (14-16) سنة والبالغ عددهم (27) مبتدئ وتم اختيار أفراد عينة البحث بطريقة عمدية ووفقاً للمعايير الآتية:

١ أن يجيد السباحة وبأكثر من نوع.

٢ لديه قدرة على الأداء داخل الوسط المائي وبكفاءة عالية.

٣ الرغبة في تعلم رياضة كرة الماء.

٤ موافقة أولياء الأمور.

حيث تم استبعاد (4) أفراد في ضوء نتائج تلك المعايير، وتم استبعاد (7) أفراد وهم أفراد عينة التجارب الاستطلاعية واستبعد (2) لغرض التجانس والمتبقي (14) مبتدئ وبنسبة مئوية مقدارها (51.85%) من مجتمع البحث الكلي ، ثم تم تقسيم العينة بالطريقة العشوائية (القرعة) إلى مجموعتين تجريبيتين أولى وثانية بحيث أصبح عدد أفراد المجموعة الواحدة (7) مبتدئين ولتجنب المتغيرات التي قد تؤثر في نتائج التجربة أجرى الباحثان عملية تجانس لعينه البحث في المتغيرات التالية وكما مبين في جدول (1).

جدول (1) يبين تجانس عينة البحث (التجريبية الأولى والتجريبية الثانية) في المتغيرات

المورفولوجية والمهارات قيد الدراسة

المجموعة التجريبية الثانية			المجموعة التجريبية الأولى			وحدة القياس	المتغيرات
س	± ع	خ %	س	± ع	خ %		
15	0.816	5.440%	14.857	0.900	6.057%	سنة	العمر
153.857	6.040	3.925%	152.714	6.157	4.031%	سنتمتر	الطول
54.571	6.828	12.512%	54.143	6.283	11.606%	كغم	الوزن
2.571	0.534	20.770%	2.142	0.377	17.600%	درجة	مناولة الكرة
2.142	0.377	17.600%	2.285	0.487	21.312%	درجة	التهديف

⁽⁶⁾ عباس أحمد صالح وعبدالكريم محمود: كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية الرياضية ، العراق ، مطبعة دار الحكمة ، 1991 ، ص42.

3-3 تكافؤ العينة:

من أجل تكافؤ عينة البحث فيما بينها عمل الباحثان حالة التكافؤ بين المجموعتين (التجربيتين الأولى والثانية) لضمان الحصول على خط شروع واحد في التعلم، كما موضح في جدول (2).

جدول (2) يبين تكافؤ مجموعتي البحث (التجريبية الأولى والتجريبية الثانية) في المتغيرات المورفولوجية والمهارات قيد الدراسة

المتغيرات	المتغيرات	المجموعة التجريبية الأولى	المجموعة التجريبية الثانية	(ت) الاحتسابية	(ت) الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
سنة	سم	كغم	درجة	درجة	سنة	سم	كغم
0.900	14.857	0.900	14.857	0.281	0.816	15	0.900
6.157	152.714	6.157	152.714	0.324	6.040	153.857	6.157
6.283	54.143	6.283	54.143	0.112	6.828	54.571	6.283
0.377	2.142	0.377	2.142	1.612	0.534	2.571	0.377
0.487	2.285	0.487	2.285	0.612	0.377	2.142	0.487

3-4 وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

٣ ٤ ٥ وسائل جمع المعلومات:

- المصادر العربية والاجنبية - المقابلات الشخصية - الملاحظة والتجريب - شبكة الانترنت
- استمارة استبيان لاستطلاع اراء الخبراء والمختصين لتحديد صلاحية الوسائل المساعدة ملحق (1) -
- استمارة استبيان لاستطلاع اراء الخبراء والمختصين على المنهاج التعليمي المقترح ملحق (2) - فريق العمل المساعد - استمارة تقييم الأداء .

3-4-2 الاجهزة والادوات المستخدمة:

- حوض سباحة - كرة ماء قانونية عدد(14)- هدف كرة ماء قانوني عدد (2) - حبال
- صافرة عدد (3)- ساعة توقيت الكترونية نوع (Casio) عدد(2) - شريط قياس الطول جهاز الكتروني لقياس الوزن ألماني الصنع - جهاز حاسوب نوع (DELL) عدد(2) كاميرا تصوير فيديو نوع (Sony) عدد(2) مع حامل ثلاثي - أقراص (DVD).

3-5التجارب الاستطلاعية:

3-5-1 التجربة الاستطلاعية الأولى:

قام الباحثان بإجراء تجربة استطلاعية أولى في مسبح منتدى أبي الخصيب الرياضي في يوم الجمعة الموافق (2015/7/17) عند الساعة العاشرة صباحاً على أفراد المجموعة التجريبية الثانية المكونة من (7) مبتدئين والغرض من هذه التجربة ما يأتي:

- معرفة مدى ملائمة تمرينات المنهج التعليمي لمستوى أفراد عينة البحث.

- معرفة متطلبات المنهج التعليمي وأوقات الوحدات التعليمية.

- معرفة مدى ملائمة المسبح ومدى استيعابه لأفراد عينة البحث.

- معرفة المشاكل والصعوبات التي قد تواجه الباحثان وفريق العمل المساعد.

3-5-2 التجربة الاستطلاعية الثانية:

أجرى الباحثان هذه التجربة من أجل الوقوف على مدى ملائمة الوسائل المساعدة المقترحة وعلى أفراد المجموعة التجريبية الأولى المكونة من (7) مبتدئين وذلك في يوم الأحد الموافق (2015 /7/19) والغرض من هذه التجربة ما يأتي:

- معرفة مدى صلاحية الوسائل المساعدة المقترحة.

- معرفة مدى ملائمة الوسائل المساعدة ومناسبتها لعينة البحث الرئيسية.

- معرفة الصعوبات في تطبيقها قبل استخدامها في التجربة الرئيسية.

- معرفة أماكن وأبعاد كاميرات التصوير وزمن تصوير كل مهارة.

- تهيئة فريق العمل المساعد وتفهمهم لطبيعة العمل.

3-6 الوسائل المساعدة المقترحة:

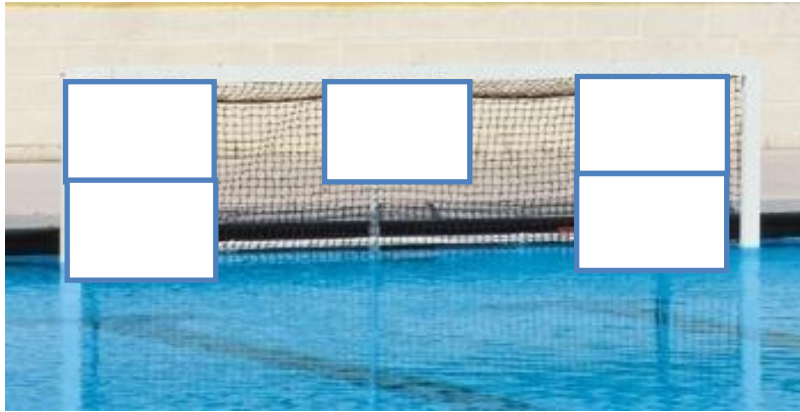
3-6-1 أداة ارتداد الكرة: وهي عبارة عن إطار مربع الشكل بقياس 90سم2 مصنوع من مادة الحديد المطلي

بمادة واقية مع مشبك مرن يساعد على ارتداد الكرة حيث توضع على حافة حوض السباحة كما موضح في الشكل (10) والغرض من تصنيع هذه الوسيلة مساعدة المتعلم على أداء مهارة مناوله الكرة واستلامها نتيجة ارتدادها اليه من الوسيلة المساعدة ، كما أن المتعلم سوف يتعرف على القوة المناسبة عند مناوله الكرة واستلامها ويتمكن من زيادة سرعة مناوله الكرة مع تقدمه بالتمرين ، وفي الوقت نفسه توفر متعة للمتعلم من خلال الأداء وهو في الوسط المائي.



شكل (1) يوضح أداة ارتداد الكرة

3-6-2 هدف كرة الماء: وهو عبارة عن هدف قانوني مصنوع من الحديد المطلي بمادة واقية يحتوي على حامل من الفلين المضغوط لطفو وثبات الهدف ، يحتوي الهدف على خمسة مربعات وتكون قياسات كل مربع 45سم 2 تم توزيعها على اليمين واليسار وبالاتجاهين العلوي والسفلي أما الوسط في الاتجاه العلوي فقط، كما موضح في الشكل (13). والغرض من الهدف بتصميمه المبتكر هو لتعليم والتدريب على مهارة التهديف بكرة الماء من خط ال 2متر و 5 متر.



شكل (2) يوضح هدف كرة الماء بتصميمه المبتكر

3-7 الاختبارات القبليّة: قبل البدء بالاختبارات القبليّة قام الباحثان بتطبيق وحدة تعريفية في يوم الجمعة (2015/7/31) قبل اختبار عينة البحث من أجل التعرف على المهارات و كيفية أدائها وبمساعدة فريق العمل المساعد. وتم اجراء الاختبارات القبليّة وللمجموعتين (التجربيتين الأولى والثانية) يوم الثلاثاء الموافق (2015/8/4) لمهاراتي (مناولة الكرة و التهديف) عند الساعة العاشرة صباحاً في مسبح منتدى أبي الخصيب الرياضي ، حيث تم تثبيت الظروف المتعلقة بالاختبار من أجل تحقيق الظروف نفسها عند اجراء الاختبار البعدي لعينة البحث.

3-8 المنهاج التعليمي المقترح: بعد اطلاع الباحثان على المصادر العلمية العربية والأجنبية في كرة الماء واستطلاع آراء الخبراء والمختصين في مجال علم التدريب والتعلم الحركي وطرائق التدريس وكرة الماء واجراء المقابلات الشخصية أعد الباحثان منهاجاً تعليمياً ملحق (2) يتكون من (24) وحدة تعليمية طبق في (8) أسابيع وبواقع (3) وحدات تعليمية في الأسبوع وبمعدل (60) دقيقة للوحدة التعليمية الواحدة مقسمة إلى ثلاثة أقسام وهي: - القسم التحضيرى (15) دقيقة - القسم الرئيسى (40) دقيقة - القسم الختامى (5) دقيقة وتم العمل بتنفيذ المنهاج التعليمي يوم الجمعة (2015/8/7) ولغاية يوم الثلاثاء (2015/9/29) في مسبح منتدى أبي الخصيب الرياضي عند الساعة العاشرة صباحاً في أيام الجمعة والأحد والثلاثاء ، وقد تضمن المنهاج مجموعة من التمارين الخاصة برياضة كرة الماء وكانت الوحدات التعليمية الأربعة الأولى من المنهاج لتكيف أفراد عينة البحث على طرق السباحة الخاصة بكرة الماء ، وهي أيضاً بمثابة استعداد بدني لهم لتعلم مهارات كرة الماء، وطبق المنهاج التعليمي المقترح على المهارات قيد الدراسة بأشراف الباحثان وتنفيذ فريق العمل المساعد. وقد طبق المنهاج التعليمي المقترح من كلا المجموعتين (التجربيتين الأولى والثانية) علماً إن

المنهاج للمجموعتين موحد باستثناء بعض تمارين القسم الرئيسي الذي طبقت فيه التمارين باستخدام الوسائل المساعدة المقترحة من قبل المجموعة التجريبية الاولى أما المجموعة التجريبية الثانية فكانت تطبق نفس التمارين ولكن بدون استخدام الوسائل المساعدة المقترحة.

3-9 الاختبارات الوسطية والبعدية: حيث تم تطبيق الاختبارات الوسطية بعد تنفيذ (10) وحدة تعليمية وبعد الانتهاء من تطبيق المنهاج التعليمي المقترح قام الباحثان بإجراء اختبارات الأداء المهاري البعدي لمجموعتي البحث (التجريبية الأولى والتجريبية الثانية) يوم الخميس الموافق (2015/10/1) وقد حرص الباحثان على تهيئة الظروف نفسها التي طبقت فيها الاختبارات القبلية من حيث الزمان والمكان والأدوات المستعملة وطريقة الأداء وفريق العمل المساعد.

3-10 تقييم الأداء المهاري: كان الأداء بالنسبة لمهارة مناولة الكرة بواقع (5) محاولات لكل لاعب، تبدأ بوقوف المتعلم داخل الماء ويقف المعلم على بعد (3)م لاستلام الكرة واعادتها الى المتعلم. أما مهارة التهديف فكان لكل لاعب (5) محاولات، تبدأ المحاولة بوقوف المتعلم على الماء لمسافة (5)م عن الهدف وبعد استلام الكرة من المعلم يؤدي التهديف. وقد استخدم الباحثان كاميرات تصوير فيديو عدد (2) حيث تم تثبيت الكاميرا الأولى أمام اللاعب المنفذ ، أما الكاميرا الثانية فقد كانت للجانب ومتحركة وبما يضمن وضوح شكل البناء الظاهري للمهارة. وبعد ذلك تم تحويل الأفلام على أقراص (DVD) حيث تم عرضها على خمسة من الخبراء المختصين في كرة الماء مع أعداد استمارة خاصة للتقييم وكانت درجة التقييم من (10) درجات لكل مهارة ، وبهذا يصبح لكل متعلم (5) تقييمات لكل اختبار وتم احتساب الوسط الحسابي لثلاث درجات بعد حذف أعلى وأقل درجة وللاختبارات الثلاثة (القبلية والوسطية والبعدية) من أجل الحصول على تقييم الأداء المهاري للمهارات.

3-11 الوسائل الإحصائية: استخدم الباحثان البرنامج الإحصائي (SPSS-ver20) لمعالجة البيانات الخام -النسبة المئوية - الوسط الحسابي - الانحراف المعياري - معامل الاختلاف - اختبار (t) للعينات المستقلة والمترابطة - تحليل التباين - قانون أقل فرق معنوي (L.S.D).

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

4-1 عرض نتائج تحليل التباين (F) وقيم أقل فرق معنوي (L.S.D) للاختبارات القبلية والوسطية والبعدية للمجموعة التجريبية الأولى وتحليلها:

جدول (3) يبين تحليل التباين (F) لاختبارات تقييم الأداء (القبلي - الوسطي - البعدي)

للمجموعة التجريبية الأولى

قيمة F*		متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصادر التباين	وحدة القياس	المتغيرات	ت
الجدولية	المحسوبة							
3.554	89.751	21.989	2	43.978	بين المجموعات	درجة	مناولة الكرة	1
		0.245	18	4.414	داخل المجموعات			
	46.672	18.249	2	36.498	بين المجموعات	درجة	التهديف	2
		0.391	18	7.034	داخل المجموعات			

جدول (4) يبين قيم أقل فرق معنوي (L.S.D) بين المتوسطات الحسابية لاختبارات تقييم الأداء (القبلي-الوسطي-البعدي) للمجموعة التجريبية الأولى

ت	المتغيرات	المجاميع*	الفرق بين المتوسطات	نتائج الفروق	قيم L.S.D	المعنوية
1	مناولة الكرة	2 - 1	3.814 - 2.142	*1.672	0.647	000
		3 - 1	5.685 - 2.142	*3.543		000
		3 - 2	5.685 - 3.814	*1.871		000
2	التهديف	2 - 1	3.842 - 2.285	*1.557	0.818	000
		3 - 1	5.514 - 2.285	*3.229		000
		3 - 2	5.514 - 3.842	*1.672		000

مناقشة النتائج:

١ **مناولة الكرة:** من خلال عرض وتحليل النتائج في الجداول (5)، (6) أظهرت أن للمنهاج التعليمي تأثير ايجابي على مستوى تعلم هذه المهارة في كرة الماء ، وذلك لمعنوية الفروق بين الاختبارات الثلاث القبلي والوسطي والبعدي ، فهذه المهارة تحتاج إلى تركيز وإتقان عالي في الأداء لأنها من المهارات المهمة في اللعبة والتي تُلعب بأساليب مختلفة ومتنوعة لذلك تدخل في مفردات الخطط الدفاعية والهجومية كعامل أساسي في السيطرة على مجريات المباراة. ويعزو الباحثان هذا التأثير الايجابي الى مدى فاعلية تمارين المنهاج التعليمي التي طبقت بشكل علمي مدروس من حيث توفر الوسائل المساعدة اذ ان هذا يؤدي الى زيادة أداء المتعلم وتركيزه للمهارة الحركية مما يولد الاهتمام

*1 تعني الاختبار القبلي

2 تعني الاختبار الوسطي

3 تعني الاختبار البعدي

ويحرك الدوافع للتعلم كما ان أداء المهارة وبعده تكرارات أدى الى فهم واستيعاب الأداء الصحيح للمهارة وهذا ما يؤكد (Schmidt) حيث يذكر "أن التعلم يحتاج الى محاولات متكررة لإنجاز المهارة بنجاح"⁽¹⁾.

2- التهديد: يعزو الباحثان التطور الى استخدام الوسيلة المساعدة (الهدف المبتكر) لأن مهارة التهديد تحتاج الى التدريب وبشكل متكرر وباستخدام وسائل تساعد على تركيز انتباه المتعلم على المنطقة التي يجب أن يصوب إليها الكرة بدقة ، حيث يذكر (Monte Nitzkowski) يجب "أولاً أن نتعلم التصويب مع الدقة هذا أمر بالغ الأهمية لإيصال الكرة داخل المرمى وبمجرد اكتسبت الدقة يمكن للاعبين أن تعمل على بناء القوة في الخطوات النهائية"⁽²⁾. أذ ساعد الهدف المبتكر على زيادة تركيز أنتباه المتعلمين على الهدف والتهديد بدقة بدلاً من القوة وهذا ساعد على تعلم الأداء الصحيح أذ يشير (محمود نبيه واسامة راتب) "أن العامل الرئيسي لتحقيق تصويبات ناجحة هو مدى تركيز اللاعب على الهدف وعدم تشتيت الانتباه"⁽³⁾. فضلاً عن ذلك كان التعلم باستخدام الهدف المبتكر يعطي الفرد القدرة على تحليل حركة أداءه بصورة ذاتية وهذا يؤدي بدوره الى إحساس المتعلم بأجزاء حركته عند أداء المهارة والتي تنعكس بصورة إيجابية على دافعيته في مواصلة تعلم الأداء الصحيح وهذا ما أكدته كل من (فوزي فايز و رحي مصطفى) أن "معرفة المتعلم بنتائج استجاباته من المبادئ المهمة لحدوث التعلم فالوسيلة التعليمية التي تستلزم قيام المتعلم بنشاط معين كالإجابة عن سؤال تتطلب بعد الانتهاء من هذا النشاط وجود تغذية راجعة تخبر المتعلم بنتائج نشاطاته لأثارة دافعيته وتحفيزه على مواصلة التعلم"⁽⁴⁾.

4-2 عرض نتائج تحليل التباين (F) وقيم أقل فرق معنوي (L.S.D) للاختبارات القبلية والوسطية والبعديّة للمجموعة التجريبية الثانية وتحليلها:

جدول (5) يبين تحليل التباين (F) لاختبارات تقييم الأداء (القبلي - الوسطي - البعدي) للمجموعة التجريبية الأولى

⁽¹⁾ Schmidt, A. Richard & Craig Weisberg: Motor Learning and Performance, Human Kinetics, Publisher Inc. 2nd. Ed, Champaign, Illinois, U.S.A., 2000 , p.132..

⁽²⁾ Monte Nitzkowski: water polo, learning and teaching the basics, USA ,1998 , P.13.

⁽³⁾ محمود نبيه ناصف وأسامة كامل راتب: أسس تدريب كرة الماء ، ط1 ، مصر ، دار الفكر العربي ، 1985 ، ص51.

⁽⁴⁾ فوزي فايز ورحي مصطفى: تكنولوجيا التعلم (النظرية والممارسة) ، ط1 ، الأردن ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، 2010 ، ص43.

ت	المتغيرات	وحدة القياس	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F*	
							المحسوبة	الجدولية
1	مناولة الكرة	درجة	بين المجموعات	16.511	2	8.256	61.148	3.554
			داخل المجموعات	2.440	18	0.136		
2	التهديف	درجة	بين المجموعات	20.540	2	10.270	53.769	
			داخل المجموعات	3.431	18	0.191		

جدول (6) يبين قيم أقل فرق معنوي (L.S.D) بين المتوسطات الحسابية لاختبارات تقييم الأداء (القبلي-الوسطي-البعدي) للمجموعة التجريبية الأولى

ت	المتغيرات	المجاميع*	الفرق بين المتوسطات	نتائج الفروق	قيم L.S.D	المعنوية
1	مناولة الكرة	2 - 1	3.614 - 2.571	1.043	0.412	0.004
		3 - 1	4.742 - 2.571	2.171		000
		3 - 2	4.742 - 3.614	1.128		000
2	التهديف	2 - 1	3.700 - 2.142	1.558	0.490	000
		3 - 1	4.528 - 2.142	2.386		000
		3 - 2	4.528 - 3.700	0.828		0.002

مناقشة النتائج:

١ مناولة الكرة:

يعزو الباحثان التطور الى سلامة المنهاج التعليمي واحتوائه على تمارين تم بناءها وفق التحكم بمقدار التعلم عن طريق إعطاء التمارين والسيطرة على طريقة أدائها من قبل المتعلمين من حيث الأداء الفني الصحيح والسهولة والتدرج وأدائها داخل الماء حيث "ينبغي التأكيد على التمارين الأساسية للعبة كرة الماء في المنطقة الضحلة ثم الانتقال للعمل في المنطقة العميقة ، والتمارين التي تجري داخل الماء أثر كبير في الإسراع لتحقيق مستوى جيد"⁽¹⁾. كما أن شرح هذه التمارين وكذلك العرض والتوضيح الذي يعطي فكرة معرفية وحسية في بداية الأمر أذ أن "هدفنا تطوير الأداء المهاري من خلال التمارين على المهارات لمرات عديدة ولكن يجب أن تكون

*1 تعني الاختبار القبلي

2 تعني الاختبار الوسطي

3 تعني الاختبار البعدي

(1) فيصل رشيد العياش: رياضة السباحة والعاب الماء ، العراق ، مطبعة العمال المركزية ، 1985 ، ص377.

البداية صحيحة للتمرين على الأداء الصحيح لأن معظم المبتدئين يميلون الى التمرين الكثير في البداية وهم لديهم مستوى واطئ من الإحساس والقيام بعدة محاولات⁽²⁾. فضلاً عن ذلك التنوع في أداء التمارين وملائمتها لأعمار المتعلمين مما يزيد من متعة المتعلم وتشويقه ويقضي على الملل خلال تكرار الأداء قد ساعد على تطور تعلم مهارة تمرير واستلام الكرة.

٢ الهدف:

من خلال عرض وتحليل النتائج في الجداول (7)، (8) أظهرت أن هناك فروق معنوية ، ويعزو الباحثان ذلك الى فاعلية تمارين المنهاج التعليمي حيث أن تعلم أي مهارة يتم بعدة طرق منها التكرار لذلك حققت المجموعة التجريبية الثانية نسبة من التعلم نتيجة تكرار وممارسة المهارة من خلال الوحدات التعليمية التي أستخدم فيها تمارين والتدرج بأداء هذه التمارين ، مع ظهور دور عرض المهارة بالصور والأفلام وتوجيه المتعلمين أثناء فترة التعليم لتعلم الأداء الفني الصحيح للمهارة إذ "يعد عامل التوجيه من أهم عوامل اكتساب الطالب للحركة"⁽³⁾. كما تضمنت مفردات الوحدات التعليمية استخدام لعبة صغيرة مشابهة للأداء المنظم وذلك للتحكم في نهاية كل وحدة تعليمية لزيادة التعلم وهذا يتفق مع ما أشارت اليه (محاسن السيد عامر) "وضع الألعاب الصغيرة والمشباهة للأداء يؤدي الى زيادة التعلم والتركيز والسرعة والدقة في الملاحظة"⁽⁴⁾. كما ذكرت (ألين وديع) "إن من خلال أنشطة الألعاب الصغيرة يمكن لأي متعلم أن يحقق نوعاً من النجاح ، لذلك فإنها تعد وسيلة فاعلة في زيادة سرعة تعلم المهارات الحركية والألعاب المختلفة لأن الموقف التعليمي يكون من خلالها مصدر ارتياح ورضا للمتعلم"⁽⁵⁾.

4-3 عرض نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبيتين الأولى والثانية وتحليلها:

جدول (9) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (t) المحسوبة لنتائج اختبارات تقييم الأداء البعدي للمجموعتين التجريبيتين الأولى والثانية

(2) قاسم لزام صير: مصدر سبق ذكره ، ص190.

(3) محمود داود الربيعي وآخرون: نظريات وطرائق التربية الرياضية ، العراق ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 2000 ، ص83.

(4) محاسن السيد عامر: أثر برنامج مقترح لتنمية رد الفعل ، مجلة دراسات وبحوث جامعة حلوان ، مجلد 1 ، العدد 2 ، 1988 ، ص40.

(5) ألين وديع فرج: خيرات في الألعاب للصغار والكبار ، ط2، الإسكندرية، منشأة المعارف، 2002، ص294.

ت	المتغيرات	المجموعة التجريبية الأولى		المجموعة التجريبية الثانية		قيمة (t)		درجة الحرية	مستوى الدلالة
		س	ع ±	س	ع ±	المحسوبة	الجدولية		
1	مناولة الكرة	5.685	0.609	4.742	0.282	3.454	2.179	12	0.05
2	التهديف	5.514	0.744	4.528	0.434	2.809			

مناقشة النتائج:

1- مناولة الكرة: من خلال النتائج في الجدول (9) تبين أن هناك فروق معنوية بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية الأولى ، ويعزو الباحثان هذه الفروق الى الوسيلة المساعدة (أداة ارتداد الكرة) التي أستخدمها أفراد المجموعة التجريبية الأولى حيث حققت مزايا عديدة منها التزود بالتغذية الراجعة المطلوبة والمناسبة مع تحقيق الدافعية المطلوبة لممارسة المهارتين وتكرارها والقيام بتصحيح الأخطاء وفق قدرة المتعلم ، كما تعطي فرصة بالاعتماد على النفس في أداء المهارة حيث ساعدت أداة ارتداد الكرة المتعلم على تحمل مسؤولية التعلم وعدم تبرير ضعف أو فشل أداء مناولة على عاتق المتعلم المقابل كما في المجموعة التجريبية الثانية هذا من جهة ومن جهة أخرى ترفع من استثارة المتعلم لما تتصف به من حرية مناولة الكرة دون ثبات المكان ولا تقيد المتعلم في حركته ، كما وتوفر للمتعلم رؤية واسعة وخيارات عدة لتوجيه الكرة والتحكم بقوة المناولة التي ينشأ عنها ردود فعل مختلفة لاستلام الكرة ، حيث أن هذه التمارين وباستخدام الوسيلة المساعدة أعطت المتعلمين "حرية أكثر وتوفير الوقت للمتعلمين لأداء الواجب منفرداً وهذا يسبب تعجلاً أكثر في زيادة عدد المحاولات والتزود بالتغذية الراجعة" ⁽¹⁾. وبذلك فإن أداة ارتداد الكرة ساعدت على زيادة دقة أداء المهارة واستيعابها وهذا الأداء يعطي ثباتاً ورسوخاً للمهارة وبالنتيجة هو زيادة في خبرة المتعلمين ، الأمر الذي ساعد على إظهار تقدم واضح في مستوى أداء مناولة الكرة.

2- التهديف: يعزو الباحثان الفروق الى فاعلية التمارين باستخدام الوسيلة المساعدة (الهدف بتصميمه المبتكر) الذي جعل عملية التعلم أكثر حيوية والأداء أكثر فعالية ومن ثم انعكس ذلك على المتعلمين بصورة خبرات مختلفة ساهمت في تحقيق الأداء الصحيح مع زيادة الخبرة في الأداء من خلال زيادة تركيز ودقة الأداء لأن "مهارة التصويب تعد من المهارات الصعبة والتي تحتاج الى دقة وتركيز عالي أثناء ممارستها" ⁽¹⁾. حيث ساعدت الوسيلة المساعدة التمرن على الأداء الصحيح والتركيز عليه لحين ترسيخ وثبات الأداء ، مع دور التغذية الراجعة الذاتية التي تقدمها الوسيلة المساعدة من خلال تكرار أداء المتعلم حيث يذكر (Schmidt) بأن

⁽¹⁾ ابنهال أحمد عبدالعال: تأثير استخدام بعض الوسائل التعليمية في تعلم مهارات التمرير والضرب الساحق في الكرة الطائرة لتلميذات المرحلة الإعدادية ، مجلة علوم وفنون الرياضة ، مجلد 2 ، العدد 2 ، جامعة حلوان ، 1990 ، ص 23.

⁽¹⁾ سمير محمد صلاح : تأثير برنامج مقترح لتمرينات المنافسة باللعب على أداء بعض المهارات الأساسية في كرة الماء ، مجلة علوم وفنون الرياضة ، مجلد 101 ، العدد 1 ، جامعة حلوان ، 2015 ، ص 11.

"التغذية الراجعة تزيد من طاقة الأفراد ودافعيتهم وتعزز الأداء الصحيح وتجنب الأداء الخاطئ وزيادة استقلالية المتعلم في الاعتماد على نفسه لتحديد الأخطاء ومعالجتها" (2). كما يعزو الباحثان هذا التطور في أداء المجموعة التجريبية الأولى الى أهمية الهدف بتصميمه المبتكر من أعضاء جو من المتعة الى عملية التعلم أذ يعمل على إثارة الدافعية وجذب الانتباه من قبل المتعلمين مما يجعل عملية التعلم أكثر إيجابية حيث تؤدي وسائل ومساعدات التدريب الى زيادة مشاركة المتدربين بصورة نشطة وإيجابية في التدريب (3).

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات:

- 1 حقق المنهاج التعليمي المستخدم الأهداف الموضوعية لتعلم بعض مهارات كرة الماء لدى أفراد عينة البحث.
- 2 أن استخدام الوسائل المساعدة كان لها الأثر البالغ في توفير الوقت والجهد للمعلم والمتعلم في تعليم المهارات قيد الدراسة فضلاً عن دورها الإيجابي في خلق الاثارة والتشويق والتفاعل مع الوحدة التعليمية.

5-2 التوصيات:

- 1 الاستعانة بالمنهاج التعليمي المُعد والمطبق في تعليم المبتدئين مهارات كرة الماء
- 2 استخدام الوسائل المساعدة في المناهج التعليمية وذلك لتأثيرها الإيجابي في تسهيل التعلم واكتساب الأداء الصحيح ودقة الأداء وبشكل خاص وسيلتي (أداة ارتداد الكرة) و (الهدف المبتكر) لما لهما من أهمية في تطوير دقة الأداء.
- 3 إنشاء وتطوير مدارس تخصصية تبعاً للبيئة والعمل على وضع مناهج تعليمية وتدريبية للنهوض برياضة كرة الماء.

المصادر العربية والاجنبية:

- ❖ ابتهاج أحمد عبدالعال: تأثير استخدام بعض الوسائل التعليمية في تعلم مهارتي التمرير والضرب الساحق في الكرة الطائرة لتلميذات المرحلة الإعدادية ، مجلة علوم وفنون الرياضة ، مجلد 2 ، العدد 2 ، جامعة حلوان ، 1990.
- ❖ امين انور الخولي وضياء الدين محمد العزب: تكنولوجيا التعليم والتدريب الرياضي (الوسائل والمواد التعليمية - الاجهزة ومساعدات التدريب) ، ط1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2009.
- ❖ بلال خلف السكرانة: اتجاهات حديثة في التدريب ، عمان ، دار اليسر للنشر والتوزيع ، 2011.
- ❖ سمير محمد صلاح: تأثير برنامج مقترح لتمارين المنافسة باللعب على أداء بعض المهارات الأساسية في كرة الماء ، مجلة علوم وفنون الرياضة ، مجلد 101 ، العدد 1 ، جامعة حلوان ، 2015.
- ❖ ضياء الخياط ونوفل محمد الحبال: كرة اليد ، العراق ، دار النشر ، 2001.
- ❖ عصام عبدالخالق: التدريب الرياضي (نظريات - تطبيقات) ، الاسكندرية ، جامعة الاسكندرية ، 1999.
- ❖ عامر رشيد سبع: التعلم المهاري باستخدام طرائق التدريب المتجمع والمتوزع تحت نظم تدريب وظروف جهد مختلفة ، أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 1998.

(2) Schmidt: Op cit , p. 282

(3) بلال خلف السكرانة: اتجاهات حديثة في التدريب ، عمان ، دار اليسر للنشر والتوزيع ، 2011 ، ص195.

- ❖ عايدة علي حسين البياتي: اثراستخدام بعض الوسائل المساعدة في تعلم بعض المهارات الحركية في الجمناستك للنساء ، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 1999.
- ❖ عباس أحمد صالح وعبدالكریم محمود: كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية الرياضية ، العراق ، مطبعة دار الحكمة ، 1991.
- ❖ فوزي فايز ورجي مصطفى: تكنولوجيا التعلم (النظرية والممارسة) ، ط1 ، الأردن ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، 2010.
- ❖ فيصل رشيد العياش: رياضة السباحة والعباء الماء ، العراق ، مطبعة العمال المركزية ، 1985.
- ❖ قاسم لزام صبر: اثر بعض طرائق التعلم في الاكتساب وتطور مستوى الاداء في المهارات المغلفة والمفتوحة ، أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 1997.
- ❖ مروان عبدالمجيد إبراهيم: الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية ، ط1 ، عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، 1999.
- ❖ منير الدين عويس: دليل البحث العلمي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999.
- ❖ محاسن السيد عامر: أثر برنامج مقترح لتنمية رد الفعل ، مجلة دراسات وبحوث جامعة حلوان ، مجلد 1 ، العدد 2 ، 1988.
- ❖ محمود نبیه ناصف وأسامة كامل راتب: أسس تدريب كرة الماء ، ط1 ، مصر ، دار الفكر العربي ، 1985.
- ❖ محمود داود الربيعي وآخرون: نظريات وطرائق التربية الرياضية ، العراق ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 2000.
- ❖ ناهده عبد زيد: أساسيات في التعلم الحركي ، ط1 ، العراق ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، 2008.
- ❖ نجاح مهدي شلش واکرم محمد صبحي: التعلم الحركي ، ط2 ، العراق ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 2000.
- ❖ يعرب خيون: التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، العراق ، مكتب الصخرة للطباعة ، 2002.
- * Monte Nitzkowski: water polo, learning and teaching the basics ,USA ,1998 , P.13.
- * Schmidt, A. Richard & Craig Weisberg: Motor Learning and Performance, Human Kinetics, Publisher Inc. 2nd. Ed, Champaign, Illinois, U.S.A., 2000.

ملحق (1) يبين استمارة صلاحية الوسائل المساعدة

الأستاذ الفاضل.....المحترم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته:

في النية إجراء البحث الموسوم "تأثير منهج تعليمي باستخدام وسيلتي أداة ارتداد الكرة وهدف مبتكر في تعلم وتطوير مهارتي المناولة والتهديف بكرة الماء للمبتدئين بأعمار (14-16) سنة " ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ودراية في مجال تخصصكم يرجى بيان رأيكم في مدى صلاحية وملائمة الوسائل المساعدة الموضوعية بين أيديكم من حيث الغرض منها ، وذلك بطرح آرائكم حول التعديل أو إضافة وسائل مساعدة أخرى خدمة للبحث العلمي .

ملحق (2) يبين استمارة تقويم المنهج التعليمي

تحية طيبة

يود الباحثان إجراء بحثهم الموسوم "تأثير منهج تعليمي باستخدام وسيلتي أداة ارتداد الكرة وهدف مبتكر في تعلم وتطوير مهارتي المناولة والتهديف بكرة الماء للمبتدئين بأعمار (14-16) سنة " ونظراً

للمكانة العلمية والخبرة التي تتمتعون بها في مجال التعلم والتدريب نود استطلاع رأيكم على المنهاج التعليمي المقترح المرفق طياً وإبداء ملاحظاتكم القيمة ، علماً أن فترة تطبيق المنهاج التعليمي ثمانية أسابيع وبواقع ثلاث وحدات تعليمية أسبوعياً.

نموذج المنهاج التعليمي المقترح لكرة الماء

الزمن: 60 دقيقة

الهدف التربوي: دعم دوافع التعلم

الأسبوع الرابع

التاريخ: 2015/ 9 / 1

الهدف التعليمي: تعليم مهارة مناولة الكرة

الوحدة التعليمية: 12

الملاحظات	التمرينات	الزمن	أقسام الوحدة التعليمية
الأداء حول حوض السباحة التأكيد على تدوير راحة اليد للخلف بالتعاقب	تسجيل الحضور	15 د	أولاً: القسم
	(الوقوف) السير - الهرولة مع رفع الذراعين عالياً - الهرولة مع تدوير الذراعين أماماً وخلفاً - الهرولة مع رفع الركبتين عالياً - هرولة مع لمس الأرض باليد بالتبادل - السير الاعتيادي. (الوقوف - فتحاً) فتل الرقبة للجانبين بالتعاقب (4عادات) (الوقوف فتحاً - الذراعان جانباً) تدوير الرسغين للدخل والخارج (الوقوف فتحاً - الذراعان جانباً) ضغط الذراعين للخلف (رقود على الظهر) تبادل ثني ومد الجذع للوصول لوضع الجلوس (وقوف - تخلصر) بالقفز فتح الساقين أماماً خلفاً	2 د 13 د	التحضير أ- تسجيل الحضور ب- تمارين تحضيرية عامة وخاصة

الاحتفاظ بالكرة وعدم سقوطها وإداء الحركة من مفصل الكتف التأكيد على استلام الكرة التأكيد على إرجاع الذراع للخلف عند استلام الكرة وبيان أهميتها التمرير عكس عقرب الساعة ويجب أن يدور الكتف للأمام وقليلًا لليسار الأداء بالمسبح العميق والمسافة بين المتعلمين 3م والأداء بطول المسبح	شرح مهارة تمرير واستلام الكرة وعرض المهارة أمام المتعلمين من خلال صور توضيحية وفيديو لأداء المهارة وعرض النموذج من قبل المعلم . - (الوقوف داخل الماء) مسك الكرة بيد واحدة وقذف اليد أماماً أسفل - (الوقوف داخل الماء) تمرير كرة جافة من بعد 2م إلى أداة ارتداد الكرة - (الوقوف داخل الماء) تمرير كرة جافة من بعد 3م إلى أداة ارتداد الكرة - (الوقوف داخل الماء) تمرير كرة جافة من بعد 2م إلى أداة ارتداد الكرة واستلام الكرة بالتبادل بين اليدين - (الوقوف داخل الماء) تمرير كرة جافة من بعد 3م إلى أداة ارتداد الكرة واستلام الكرة بالتبادل بين اليدين - وقوف المتعلمين في مجموعتين على شكل دوائر صغيرة والقيام بتمرير كرة جافة فيما بينهم - السباحة بعرض المسبح وتبادل تمرير الكرة مع الزميل - السباحة مع الكرة وعند سماع صافرة المعلم مسك الكرة وتمريرها إلى الزميل	40 د 10 د 30 د	ثانياً: القسم الرئيسي أ- النشاط التعليمي ب- النشاط التطبيقي
الأداء في المسبح العميق	تُلعب لعبة تمرير كرة جافة (الكرة لا تلمس الماء) بين المتعلمين المتعلم الذي يفقد السيطرة على الكرة وتلمس الماء يخرج من المنافسة	5 د	ثالثاً: القسم الختامي