

تأثير تمرينات خاصة بأسلوب التمرين الثابت في تعلم مهارة التهديف والتمرير في كرة قدم الصالات

استلام البحث : ٢٠٢٤/٣/٢٨

م.م ياسر شهيد عبد الرحمن
المديرية العامة لتربية ديالى

قبول البحث : ٢٠٢٤/٥/٥

shaheedyaser@gmail.com

ملخص البحث

هدف البحث البحث الى إعداد تمرينات خاصة بالأسلوب الثابت في تعلم مهارة التهديف والتمرير في كرة قدم الصالات ومعرفة تأثير التمرينات الخاصة باستخدام الأسلوب الثابت في تعلم مهارة التهديف و التمرير في كرة قدم الصالات إذ استخدم الباحث المنهج التجريبي " والمنهج التجريبي هو أكثر المناهج استخداما في المجال الرياضي لأنه يقوم على أساس التعامل المباشر والواقعي مع الظواهر المختلفة ويقوم على الملاحظة والتجريب بأنواعه من خلال المقارنة بين المجموعة أو بين المجموعات (محمود عنان ، ٢٠٠٤ ، ص ٨٤ (٨٥) ، لذا استخدم الباحث تصميم المجموعة الواحدة ذات الاختبارين القبلي والبعدي الأكثر ملائمة لهذا البحث حدد الباحث مجتمع البحث بلاعبين نادي شهر بان الرياضي لفئة الناشئين فأصبحت العينة (٢٢) لاعبا من مجموع (٢٨) لاعبا فأصبحت النسبة المئوية للعينة (٧٨.٥٧%) من مجتمع البحث للعام ٢٠٢١-٢٠٢٢م، وبعد الانتهاء من التجربة الرئيسة استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (SPSS) لمعالجة البيانات التي حصل عليها وتوصل الباحث الى اهم الاستنتاجات إن توظيف التمرينات باستخدام أسلوب التدريب الثابت كان له أثر ايجابي في تعلم مهاره التهديف والتمرير في كرة قدم الصالات الخاصة بالبحث والتي انعكست بشكل ايجابي على أداء الطلاب للمهارات قيد البحث كما أن للتمرينات المعدة بأسلوب التدريب الثابت تأثير في تعلم مهاره التهديف والتمرير كما أن استخدام أسلوب التدريب الثابت على أفراد العينة على اكتشاف المعلومات واتخاذ القرارات

الكلمات المفتاحية: تمرينات خاصة الاسلوب الثابت، مهارة التهديف والتمرير ، كرة اقدم الصالات

The effect of special fixed-style exercises on learning the skills of scoring and passing In futsal

M. M. Yasser Shaheed Abd al Rahman

General Directorate of Education in Diyala

Abstract

The aim of the research is to prepare exercises for the fixed method in learning the skill of scoring and passing in futsal and to know the effect of exercises for using the fixed method in learning the skill of scoring and passing in futsal. The researcher used the experimental method, and the experimental method is the most widely used method in the sports field. Because it is based on direct and realistic dealing with various phenomena and is based on observation and experimentation of all kinds through comparison between the group or between groups (Mahmoud Anan, 2004, p. 84 (85), so the researcher used a single group design with two tests, pre- and post-tests, which is most appropriate for this research. Select The researcher included the research community with Shahraban Sports Club players for the junior category, so the sample became (22) players out of a total of (28 players), so the percentage of the sample became (78.57% of the research community for the year 2021-2022 AD(After completing the main experiment, the researcher used the statistical package (SPSS) to process From the data he obtained, the researcher reached the most important conclusions that employing exercises using the fixed training method had a positive impact on learning the skills of scoring and passing in futsal related to the research, which was reflected positively on the students' performance of the skills under research. Also, the exercises prepared with the fixed training method had an impact on... Learn the skills of scoring and passing, as well as using a consistent training method for individual members to discover information and make decisions.

Keywords: special exercises, fixed style, scoring and passing skills, futsal

١- المقدمة:

لقد شهد العالم تطور في جميع مجالات الحياة ومن هذه المجالات المجال الرياضي وأن هذا التطور حدث من خلال دراسات علمية وتربوية ولكون لعبة كرة قدم الصالات هي من أكثر الألعاب الرياضية التي دخلت قلوب عشاقها منذ الطفولة وأصبحت لها مدارس كروية في كل العالم بالاعتماد على صقل اللاعبين ذوي المهارات العالية باعتبارهم القاعدة الأساسية والأوسع انتشارا في الأندية الرياضية من بين الرياضات الأخرى في ممارسة الألعاب الرياضية والتي يعتمد عليها في تطوير الفئات العمرية الأخرى من خلال التعلم والتدريب الطويلة على وفق البرامج العلمية والتطبيقية العالية المستويات وبإشراف أفضل النجوم في عالم الكرة . لذا ان لعبة كرة الصالات هي واحدة من الألعاب التي شهدت تطورا ملحوظا وأصبحت تحتل مكانة بارزة لدى اغلب دول العالم لما تتميز به من إثارة وتشويق ولتعدد مهاراتها الأساسية.

اصبح من الضروري على الخبراء والمختصين في تعلم وتدريب هذه اللعبة من حيث الاعداد والتخطيط وتطبيق برامج علمية دقيقة لزيادة وتطور مستوى هذه اللعبة فضلا عن ذلك فإن لعبة كرة قدم الصالات واحدة من الالعاب التي لها مبادئها الاساسية ومهاراتها ذات الطبيعة الهجومية والدفاعية والتي ترتبط مع بعضها بارتباط وثيق عالي جدا وأي ضعف في مستوى ادائها يؤدي إلى خسارة المباراة وهذا ينعكس على تحقيق الانجاز. وإن إعدادات تمرينات بأسلوب التمرين الثابت واستخدام وتطبيق هذه التمرينات في الوحدات التعليمية يمكن أن يساعد الطلاب في تعلم المهارة بسهولة واتقانها وهذا سوف ينعكس على مستوى الاداء وبالشكل الامثل والذي ينتج عنه الاداء الجيد مع الاقتصاد بالجهد المبذولة حيث تعد مهارة التهديد والمناولة من المهارات الهجومية التي يعتمد عليها الفريق لتحقيق الفوز . ومن هنا تكمن اهمية البحث في معرفة تأثير تمرينات خاصة بأسلوب التمرين الثابت في تعلم مهارة التهديد في كرة قدم الصالات والافادة من مخرجات البحث لدعم للاعبين اندية محافظة ديالى وتكمن مشكلة البحث : نظراً لكون الباحث من الممارسين للعبة كرة قدم الصالات ومدرس تربية رياضية ومن خلال متابعة العديد من الوحدات التعليمية والتدريسية لاحظ قلة الاهتمام بالأساليب التعليمية الاساسية و قلة استخدام الاسلوب الثابت في بداية التعلم المهارة للناشئين حيث ان اداء المهارة من الوضع الثابت في بداية التعلم يسهل اتقانها وتطبيقها في تعلم بعض مهاره التمرير والتهديد بكرة قدم الصالات و قد لاحظ الباحث هنالك ضعف في تعلم مهارة التمرير والتهديد والذي يمكن تعليمه وتطويره من خلال إعدادات تمرينات خاصة وباستخدام هذه الأسلوب ، لذلك ارتأى الباحث دراسة هذه المشكلة من خلال معرفة أثر تمرينات باستخدام الأسلوب الثابت في تعلم مهارة التهديد والتمرير في كرة قدم الصالات. ويرمي الباحث الى إعدادات تمرينات خاصة بالأسلوب الثابت في تعلم مهارة التهديد والتمرير في كرة قدم الصالات ومعرفة تأثير التمرينات الخاصة باستخدام الاسلوب الثابت في تعلم مهارة التهديد والتمرير في كرة قدم الصالات ويفترض الباحث وجود فرق ذو دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لتعلم في تعلم مهارة التهديد والتمرير في كرة قدم الصالات .

٢- منهجية البحث والاجراءات الميدانية:

٢-١ منهج البحث: أذ استخدم الباحث المنهج التجريبي " والمنهج التجريبي هو أكثر المناهج استخداما في المجال الرياضي لأنه يقوم على أساس التعامل المباشر والواقعي مع الظواهر المختلفة ويقوم على الملاحظة والتجريب بأنواعه من خلال المقارنة بين المجموعة أو بين المجموعات (محمود عنان ، ٢٠٠٤ ، ص ٨٤ (٨٥) ، لذا استخدم الباحث تصميم المجموعة الواحدة ذات الاختبارين القبلي والبعدي الأكثر ملائمة لهذا البحث.

٢-٢ مجتمع البحث وعينته: حدد الباحث مجتمع البحث بلاعبين نادي شهربان الرياضي لفئة الناشئين فأصبحت العينة (٢٢) لاعبا من مجموع (٢٨) لاعبا فأصبحت النسبة المئوية للعينة (٧٨.٥٧%) من مجتمع البحث للعام ٢٠٢٢م.

٢-٣ وسائل جمع المعلومات المستخدمة في البحث:

المصادر والمراجع العربية والأجنبية، ورقة الاستبانة الخاصة لتحديد التمرينات باستخدام الاسلوب الثابت و مهارة التهديد بكرة قدم الصالات المقابلات الشخصية ، ميزان طبي ، جهاز حاسبة (لابتوب) حاسبة يدوية ، كاميرا DVD فيديو ، كرات قد صالات قانونية عدد (٦) ، شريط قياس لقياس الطول شريط لاصق عرض (٥سم)، أوراق وأقلام، صافرة عدد (١).

٢-٣-١ تحديد اختبارات البحث

اختبار التهديد:

اختبار التهديد بداخل القدم على الهدف المقسم بدرجات من بعد (٦م) (وسام شامل. ص ٨٢)

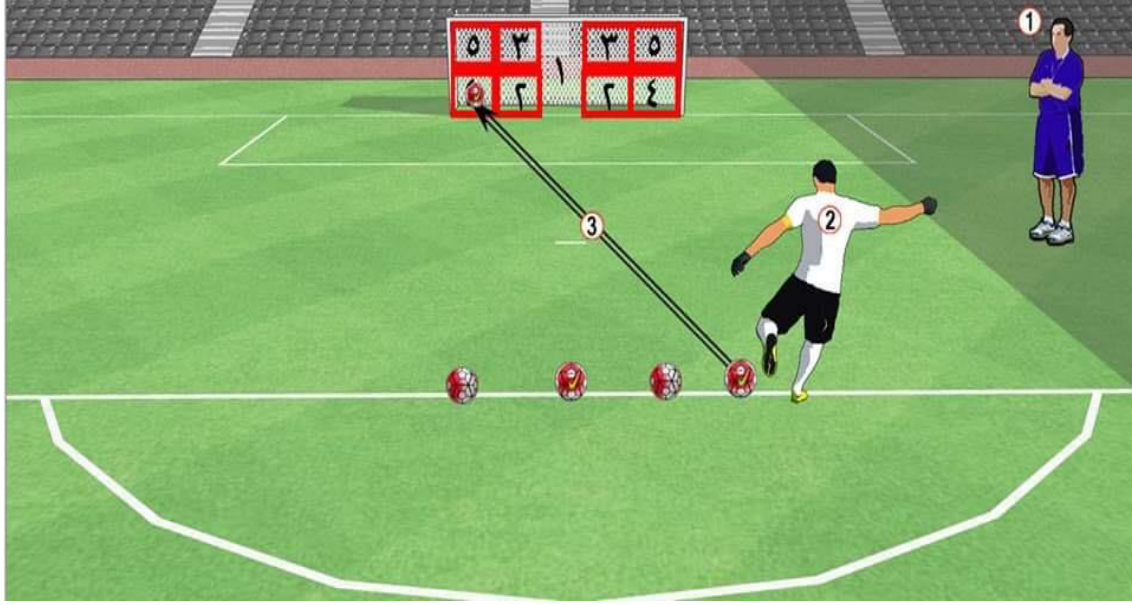
اسم الاختبار : اختبار التهديد على الهدف المقسم بدرجات من بعد (٦م).

الهدف من الاختبار: قياس دقة التهديد.

الأدوات المستخدمة: شريط قياس وكرة خاصة بكرة القدم للصالات عدد (٣) وهدف مقسم بواسطة حبال على (٩) أقسام وشاخص واستمارة تسجيل وصافرة.

طريقة الأداء: يقف المختبر على بعد (٦م) من الهدف وعند إعطاء الإشارة يقوم بالتهديف.

التسجيل: تعطى للمختبر (٣) محاولات إذ يتم تسجيل الدرجات حسب المربع المتكون من الحبال، كما في الشكل (١).



شكل رقم (١)

يوضح اختبار التهديف على الهدف المقسم بدرجات من بعد (٦) م

٢-٣-٢ اختبار المناولة بداخل القدم

اسم الاختبار: المناولة باتجاه هدف صغير من على بعد

الهدف من الاختبار: قياس دقة المناولة .

الأدوات المستخدمة: شواخص عدد (٣) وكرة قدم وشريط قياس وهدف صغير أبعاده كالآتي: العرض (١م) والطول (٧٥سم) .

طريقة الأداء: يقف المختبر ومعه الكرة على بعد (١٠م) من الهدف وعند سماع الإشارة يقوم المختبر بمناولة الكرة باتجاه الهدف .

التسجيل: تعطى لكل مختبر (٣) محاولات إذ يتم إعطاء درجتين للمحاولة الناجحة ودرجة واحدة للمحاولة التي تمس العارضة والقائمين وصفر للمحاولة الفاشلة.

٣-٣-٢ التجربة الاستطلاعية الأولى :

قام الباحث بإجراء هذه التجربة من أجل التوصل إلى أنسب طريقة لأجراء الاختبار المهاري والتي تصل بنا للحصول على نتائج علمية صحيحة ودقيقة .

إذ أجرى الباحث التجربة على عينة مكونة من (٥ لاعبين) من غير عينة البحث وذلك في تمام الساعة (٣) عصرا يوم الاثنين الموافق ٢٠٢١/١١/١٥، لأن التجربة الاستطلاعية " تعد تدريبا عمليا للباحث للوقوف على السليبيات و الايجابيات التي تقابلهم في أثناء إجراء الاختبار لتفاديها.

وكان هدف الباحث من التجربة الاستطلاعية هو التعرف على :

١- ملائمة الاختبارات الموضوعية مع عينة البحث وفئتها العمرية.

٢- كفاءة الفريق المساعد في العمل .

٣- صلاحية الأدوات المستخدمة في البحث للاختبار المهاري .

٤- تجاوز الأخطاء التي قد تظهر عند تنفيذ الاختبار.

٥- البدائل اللازمة قبل بدء تنفيذ الاختبارات القبلية .

٢-٤- الأسس العلمية للاختبارات المهارية:

أولاً صدق الاختبار.

إذ استخدم الباحث الصدق الظاهري من خلال عرض الاختبارات على مجموعة من الخبراء من ذوي الاختصاص، وقد اتفقوا على أنها تحقق الهدف التي وضعت من أجله وتلائم عينة البحث .

ثانياً ثبات الاختبار.

عمد الباحث إلى تنفيذ الاختبارات لمهارتي البحث يوم الاثنين الموافق ٢٠٢١/١١/٧ على عينة مؤلفة من (١٠) لاعبين من عينة البحث ممن أجريت عليهم التجربة الاستطلاعية الأولى وبعد أسبوع أعيد تطبيق الاختبارات يوم الأحد الموافق ٢٠٢١/١١/١٤ لإيجاد معامل الارتباط بين اختبارات المهارات الأساسية بكرة القدم وتبين أن جميع الاختبارات تتمتع بدرجة عالية من الثبات وكما موضح في جدول (٢)

جدول (١)

يبين معامل الثبات ومعامل الصدق الذاتي للاختبارات المستخدمة في البحث

ت	الاختبارات	وحدة القياس	معامل الثبات	معامل الصدق الذاتي
١	اختبار التهديف	درجة	٤٦٠.٨	٣٠٠.٩
			٢٢٠.٨	٣٢٠.٩
٢	اختبار التمرير	درجة	٣٧٠.٧	٦٦٠.٨
			٣٠٨٠.٠	٢٦٠.٩

ثالثاً موضوعية الاختبار.

وبما أن الاختبارات التي تم استعمالها تعتمد على أدوات قياس واضحة، ولأن نتائج الاختبارات يتم تسجيلها بوحدات (درجة) الأمر الذي جعل الباحث يعد الاختبارات المستخدمة في البحث ذات موضوعية عالية دون تدخل المحكمين.

٢-٥- التجربة الرئيسية:

٢-٥-١ الاختبارات القبلية:

قام الباحث بأجراء الاختبارات القبلية الخاصة بمهارة التمرير والتهديف بكرة قدم الصالات وذلك يوم الخميس الموافق ٢٠٢١/١١/١٧ في تمام الساعة (٣ عصرًا) في ملعب نادي شهربان الرياضي حيث راعى الباحث جميع الظروف الخاصة من متطلبات البحث.

٢-٥-٢ الوحدات التعليمية

هي مجموعة من التمرينات المهارية التي تؤدي بطريقة تناسب وطبيعة اللعبة ومستوى اللاعبين وطبقت هذه التمرينات في القسم الرئيسي للوحدة التعليمية لعينة البحث والبالغ عددهم ٢٢ لاعب والتي بدأت يوم الاثنين الموافق ٢٠٢١/١١/٢٢ واستمرت لغاية يوم الثلاثاء ٢٠٢٢/١١/١٨ حيث بلغ زمن الوحدة التعليمية المستخدمة (٩٠ دقيقة) بواقع ثلاث وحدات في الاسبوع يوم الأحد والثلاثاء والخميس حيث أصبح عدد الوحدات عشرون وحدة تعليمية حيث اعتمد الباحث على التمرينات التي تؤدي بالأسلوب الثابت في مهارتي التمرير والتهديف والتي طبقت في القسم الرئيس من الوحدة التعليمية حيث بلغ عدد التمارين عشرون تمرين واعتمد الباحث التمرينات المستخدمة على الخصائص التالية (مفتي ابراهيم ٢٠١٣، ص ٨٨):

- مراعاة مبدأ التنوع والمرونة في أداء التمرينات داخل الوحدة التعليمية حتى لا يشعر اللاعب بالملل والرتابة.
- مراعاة الفروق الفردية للاعبين ورفع الروح المعنوية لديهم والمساهمة في تحقيق الأهداف العامة.
- اتباع مبدأ التدرج من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب

٣-٥-٢ الاختبارات البعدية:

تم إجراء الاختبارات البعدية لأفراد عينة البحث بعد الانتهاء من تطبيق الوحدات التعليمية في يوم الخميس (٢٣/٢/٢٠٢٢) في تمام الساعة (٣ عصرا) وقد تم تثبيت جميع الظروف الخاصة التي طبقت في الاختبارات القبلية. ٢-٦ الوسائل الإحصائية: استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (SPSS) لمعالجة البيانات التي حصل عليها .

٣- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها

٣-١ عرض نتائج الاختبارات المهارات الأساسية لدى عينة البحث:
عرض وتحليل نتائج الاختبارات المهارات الأساسية بالكرة القدم الصالات

من أجل التعرف على عرض وتحليل نتائج الاختبارات المهاراتية التهديف والمناولة بكرة قدم الصالات ، قام الباحث بحساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل اختبار بهدف الوصف والتحليل
الجدول (١)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدى المهارة المناولة والتهديف بكرة قدم الصالات قيد الدراسة.

نسبة اتطور		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري
التهديف	قبلي	٤.٦٩٩	٠.٨٠٠	٠.١٧٦
	بعدي	٨.٨٩٩	١.١١٨	٠.٢٤٩
التمرير	قبلي	٢.١٩٩	١.١٠٣	٠.٢٤٦
	بعدي	٥.١٩٩	٠.٨٥١	٠.١٩٠

في اختبار التهديف : بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (٤.٦٩٩) بانحراف معياري مقداره (٠.٨٠٠)، في حين بلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (٨.٨٩٩) بانحراف معياري مقداره (١.١١٨) ، وبلغت نسبة الخطأ المعياري (٠.٢٤٩) في الاختبار البعدي وفي اختبار التمرير: بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (٢.١٩٩) بانحراف معياري مقداره (١.١٠٣)، في حين بلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (٥.١٩٩) بانحراف معياري مقداره (٠.٨٥١) ، وبلغت نسبة الخطأ المعياري في الاختبار البعدي (٠.١٩٠).

عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمهارات الأساسية بالكرة قدم الصالات وتحليلها ومناقشتها :

الجدول (٣)

يبين قيم الفروق وقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدى والبعدى المهارة التهديف والتمرير قيد البحث وتحليلها ومناقشتها المتغيرات.

المتغيرات	س ف	ع ف	T	نسبة الخطأ	الدلالة
التهديف	٤.١٩٩	٠.٨٩١	٢٠.٨٩٩	٠.٠٠٠	معنوي
التمرير	٢.٨٩٩	٠.٧٨٧	١٦.٤٥٥	٠.٠٠٠	معنوي

٣-٢ مناقشة النتائج:

تشير النتائج في الجدول (١) الى وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية في المهارات قيد البحث ولصالح الاختبارات البعدية ، ويعزو الباحث تلك الفروق الى التمرينات المعدة من قبل الباحث بأسلوب التدريب الثابت والتي ساهمت في تحسين وتطوير مهارات الطلاب نحو المهارات وان ذلك يتناسب مع أهداف أسلوب التدريب الثابت من وجهة نظر لمياء الديوان (١٩٩٩) اذ ذكرت ان أهداف أسلوب التدريب الثابت تسجيل قابلية المتعلم من ناحية الإدراك واكتشاف حلول متعددة لأي سؤال وتطوير الإدراك والفراسة باتجاه بناء او تركيز النشاط وإيجاد المتغيرات الممكنة ضمن هذا البناء (الديوان ، ١٩٩٩ ، ص (٤٣). كما يعزو الباحث التطور في المهارات في كرة قدم الصالات قيد البحث إلى أن التمرينات المعدة ساهمت تطوير دوافع المتعلم نحو التمرينات المهارية قيد البحث من خلال اشتراك أكثر من حاسة في عملية استقبال المثيرات معلومات عن المثيرات) والتي تكون لفظية أو حركية كلما اشتركت أكثر من حاسة في استقبال المعلومات لتقريب الخبرات التعليمية كلما كانت افضل في العملية التعليمية لتعلم المهارات (حميد ، ٢٠١١، ص ١٨)

وترى كل من (عفاف الكاتب ، ونجلاء الزهيري بان من مميزات أسلوب التدريب الثابت بانه ينمي قوى المتعلم ويشد انتباهه ويثير دوافعه ويجعله متفاعلا نشطا مع الموقف التعليمي وانه يعود الطلبة على الترجيح بين الآراء المختلفة للوصول الى الرأي الصائب من خلال المواقف والبدائل والأفكار المتعددة التي تطرح عليهم) الكاتب ، الزهير، ٢٠١١، ص ١٤٦). ويرى الباحث أن للتغذية الراجعة من مدرس المادة أهمية كبيرة في حدوث عملية التعلم والتعليم وذلك ايضا ما تراه (لمياء الديوان ،حسين فرحان) ان البرنامج التعريفي يكون على شكل سؤال ويكون على شكل اطار والإجابة من قبل الطالب ، ثم التعزيز ويكون من قبل المدرس وهي بمثابة تغذية راجعة فورية تخبره عن استجابته الصحيحة والخاطئة بكلمات أحسنت ممتاز ، عليك اختيار افضل البرنامج الصحيح. (لمياء الديوان ، ٢٠١٦ ، ص ١٣٣) ويعتقد الباحث أن الممارسة والتكرار وتقديم المعلومات بشكل مترابط من خلال التمرينات المعدة من قبل الباحث تساهم في سهولة خزن المعلومات ومن ثم استرجاعها وان التعلم مرتبط بعملية التذكر في الوقت المناسب ويعتمد ذلك على الأسلوب المستخدم للتدريب الثابت قيد البحث ان تظهر أهمية الوسائل السمعية عند استخدام الكلمة في اثناء الحركة وتصحيح الأخطاء والتوجيه فعن طريقها يقارن المتعلم بشكل لفظي بين ما يجب أن يحدث وما حدث فعلا ويستوعب عقليا مع استكمال التوافق الحركي والإسراع بالعملية التعليمية (قاسم لزام صبر، ٢٠١٢، ص ٧٧). ويفسر ذلك الى أن أسلوب التدريب الثابت يحتم على المتعلم " اتخاذ القرارات حول الواجبات المطلوبة ضمن قابليته وقدراته على التشعب والبحث بما أبعد من الاشياء المعروفة لديه (صالح حسن، ٢٠٣، ص١٩٩١) .

الخاتمة:

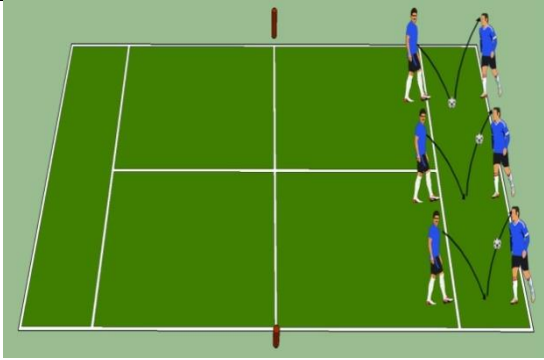
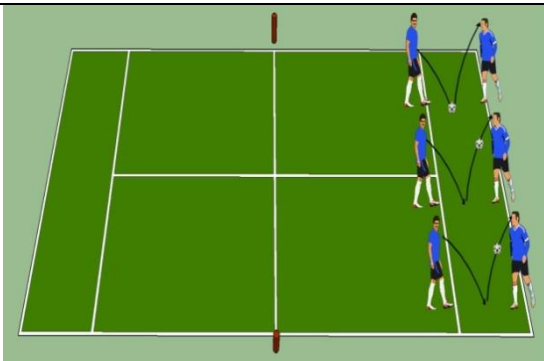
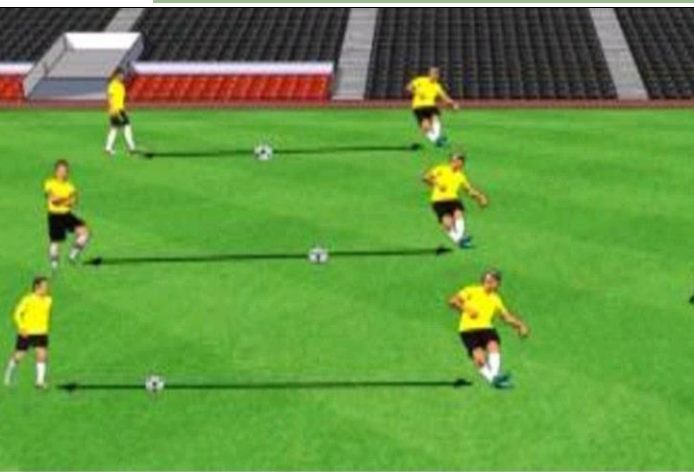
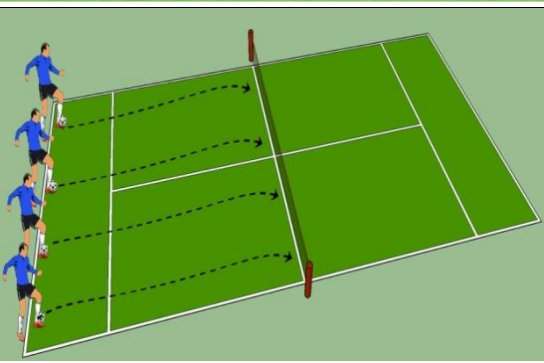
وتوصل الباحث الى الاستنتاجات التالية: إن توظيف التمرينات باستخدام أسلوب التدريب الثابت كان له أثر ايجابي في تعلم مهاره التهديد والتمرير في كرة قدم الصالات الخاصة بالبحث والتي انعكست بشكل ايجابي على أداء الطلاب للمهارات قيد البحث كما أن للتمرينات المعدة بأسلوب التدريب الثابت تأثير في تعلم مهاره التهديد والتمرير وأن استخدام أسلوب التدريب الثابت على أفراد العينة على اكتشاف المعلومات واتخاذ القرارات وخاصة عند تعلم المهارات الأساسية في كرة قدم الصالات . يوصي الباحث إلى ضرورة استخدام التمرينات بأسلوب التدريب الثابت في تعلم المهارات بالكرة القدم والتأكيد على استخدام أسلوب التدريب الثابت في الوحدات التعليمية والتدريبية لأنه يساعد على دعم الثقة بالنفس والارادة واكتشاف المعلومات من اجل تحقيق اهدافهم وكذلك اجراء هكذا بحوث على فئات عمرية أخرى.

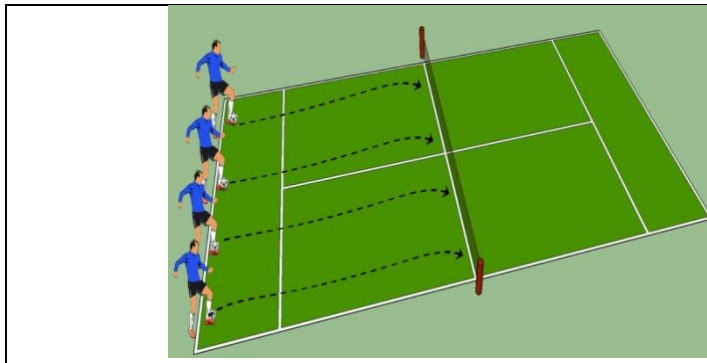
المصادر:

- جمال صالح حسن (وآخرون): طرائق تدريس التربية الرياضية : (الوصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، (١٩٩١).
- قاسم لزام صبر : موضوعات في التعلم الحركي :ط٢ (بغداد دار البرق للطباعة والنشر :لسنة ٢٠١٢)
- لمياء الديوان اثر استخدام أسلوبيين تدريسين لتنمية القدرات الإبداعية العامة والمركبة في درس التربية الرياضية لدى تلميذات الصف الخامس الابتدائي ، (أطروحة دكتوراه جامعة البصرة ١٩٩٩) .
- لمياء الديوان وحسين فرحان : أصول تدريس التربية البدنية ، (ط دار ومكتبة البصائر للطباعة والنشر لسنة ٢٠١٦) .
- محمد حسين حمد؛ طرق تدريس الالعب الجماعية بين النظرية والتطبيق (ط ١ الاسكندرية، دار الوفاء لسنة ٢٠١٢).
- محمود عنان؛ قراءات في البحث العلمي: (القاهرة، دار الفكر العربي (٢٠٠٤)
- مفتي ابراهيم المرجع الشامل في التدريب الرياضي التطبيقات العملية)، ط ١: (القاهرة، دار الكتاب الحديث (٢٠١٣) .

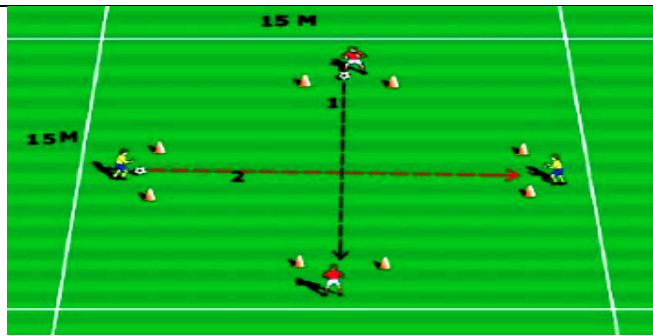
الملاحق

نماذج من التمارين المستخدمة في البحث

	هدف التمرين : تعلم مهارة المناولة من الوضع الثابت: الادوات : ملعب ،شواخص كرة قدم ٣ يقف اللاعبون على شكل ازواج والمسافة بينهما (١متر) في كل من جهتي الملعب وعند اشارة المدرب يقوم اللاعبان بالمناولة.
	هدف التمرين : تعلم مهارة المناولة من الوضع الثابت: الادوات : ملعب ،شواخص كرة قدم يقف اللاعبون على شكل ازواج والمسافة بينهما (٢متر) في كل من جهتي الملعب وعند اشارة المدرب يقوم اللاعبان بالمناولة.
	هدف التمرين : تعلم مهارة المناولة من الوضع الثابت: الادوات : ملعب ،شواخص كرة قدم ٣ يقف اللاعبون على شكل ازواج والمسافة بينهما (٥متر) في كل من جهتي الملعب وعند اشارة المدرب يقوم اللاعبان بالمناولة.
	هدف التمرين : تعلم مهارة المناولة من الوضع الثابت: الادوات : ملعب ،شواخص كرة قدم ٣ شبكة يقف اللاعبون على شكل خط واحد والمسافة بينهما (٥متر) والمسافة بين اللاعبين والشبكة (٥متر) وعند اشارة المدرب يقوم اللاعبان بالمناولة من فوق الشبكة



هدف التمرين : تعلم مهارة المناولة من الوضع الثابت:
الادوات : ملعب ، شواخص كرة قدم ٣ شبكة
يقف اللاعبون على شكل خط واحد والمسافة بينهما (٧متر) والمسافة بين اللاعبين والشبكة (٧متر)
وعند اشارة المدرب يقوم اللاعبان بالمناولة من فوق الشبكة



هدف التمرين : المناولة والإخماد على شكل لعبة صغيرة

- الأدوات المستخدمة : كرة قدم عدد (٢) + شواخص منطقة محددة كما في الشكل (١٥×١٥م) على شكل أزواج المسافة بين الأقماع (٨م) كل زوج معه كرة
- ١- يقف كل لاعبين متقابلين بين زوج من الأقماع (بوابات) بحيث يكون كل زوج متقابل يشكل فريق
- ٢- يقوم اللاعبون باللون الأحمر بتمرير الكرة بينهما.
- ٣- يحاول اللاعبون باللون الأصفر إصابة الكرة الممررة من ضربها بكرة يتم تداولها بينهما.
- ٤- يجب انتظار الكرة خلف الأقماع عدم التحرك أمام الأقماع لإيقاف الكرة يتم احتساب نقطة عند كل إصابة للكرة الممررة ويتم عكس الأدوار بعد ٥ مناولات.

/ الوحدات التعليمية

الاهداف التعليمية / تعلم مهارة المناولة		الوحدة التعليمية (١)		الزمن / ٩٠ دقيقة		
الأهداف التربوية / الالتزام بالنظام والمسافة بين اللاعبين والعمل الجماعي والتعاون		الأدوات : + كارت تعليمي + كرة قدم. شواخص		العدد ٢٢ لاعب التاريخ ٢٠٢١/١١/٢٢		
الملاحظات	التنظيم	التمرينات مهارية		الوقت	أقسام الوحدة	ت
التأكيد على الضبط والنظام		تهيئة الأدوات ، والحضور ، الوقوف على شكل خط واحد سير ، هرولة ، الوقوف على شكل أربع مجموعات.		١٥ د	القسم الإعدادي	١
				٥ د	المقدمة	
				٤ د	الإحماء العام	

التأكيد على أداء التمارين بصورة صحيحة		(الوقوف) الوثب فتحا مع رفع الذراعين جانبا. (الوقوف ، فتحا) ثني الجذع إماما أسفل ببطء. (الجلوس ، طولاً فتحا مواجه) ثني الجذع أماما	٦ د	الإحماء الخاص	
على المدرب أن يعرض أنموذجاً مع الشرح والتأكيد على الأداء الصحيح للاختبار		شرح التمارين حسب كل نمط للمجموعات الأربعة أداء تمارين الوحدة التعليمية من قبل اللاعبين تمرين (١ ، ٢ ، ٣)	٦٥ د ١٥ د ٥٠ د	القسم الرئيسي الجزء التعليمي الجزء التطبيقي	٢
انصراف بنظام وهدوء		يقوم المدرب بإعطاء تغذية راجعة وتصحيح لجميع اللاعبين وذلك من خلال ذكرهم الأخطاء الحاصلة وطرق تصحيحها فضلاً عن تعزيز الاداء الافضل	١٠ د	القسم الختامي تمارين تهدئة تمارين استرخاء	٣