Misan Journal for Physical Education Sciences
مجلة ميسان لعلوم التربية البدنية
Vol. 29, Year 2024, pp. 1-12
المجلد:29 ملحق، السنة 2024، الصفحات 1-12
ISSN: 3007-7508

اثر تمرينات مهارية وفقاً لأسلوب المجاميع الصغيرة المتجانسة في تعلم مهارة الغطس على بساط الحركات الارضية في الجمناستك الفني لذوي الاعاقة (الصم)

The effect of skill exercises according to the method of small homogeneous groups in learning the skill of diving on the floor movements mat in your artistic gymnastics for people with disabilities (the deaf)

م.م احمد عدنان حتروش
Ahmed Adnan Hatroush
كلية التربية الاساسية - جامعة ديالى ، جمهورية العراق
basicspor60te@uodiyala.edu.iq

ا.د اقبال عمار لفته
Prof.Dr. Iqbal Ammar Lifth
مركز الرصافة ، كلية التربوية المفتوحة، وزارة التربية ، جمهورية العراق
dr.ikbal93@gmail.com

ا.د عدي عبد الحسين كريم
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة ديالى، جمهورية العراق

الملخص

تجلت اهمية البحث في استخدام بعض التمرينات المهارية وفقاً لأسلوب المجاميع الصغيرة المجانسة من خلال المنهج التعليمي بأشكاله ومهاراته وادواتها واجهزتها المختلفة في تعلم مهارة الغطس في الجمناستك الفني لذوي الاعاقة (الصم) وتنمية الجسم وقدرته البدنية والحركية المتعددة وذلك للوصول إلى أحسن قدرة تمكنه من الأداء في ميدان الحياة والميدان الرياضي والمهني بصورة جيدة.لمعالجة مشكلة البحث التي تكون على شكل ضعف الاداء الحركي للمهارة المستهدفة (الغطس) في الفعالية لدى الطلاب والتي تعتبر من اكبر معوقات الانجاز الرياضي , وقد هدف البحث الى اعداد تمرينات مهارية وفق اسلوب المجاميع الصغيرة المتجانسة في تعلم مهارة الغطس على بساط الحركات الارضية في الجمناستك الفني ، وقد فرض البحث الى هناك فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة . فقد اشتملت على المجال البشري المتمثل بطلاب معهد الامل للصم والبكم في محافظة ديالى لسنة 2023 - 2024 والبالغ عددهم (20) طالب فقد تناول منهج البحث وإجراءاته الميدانية ، إذ تم استخدام المنهج التجريبي لملائمته مع طبيعة البحث ، من مجموعتين تجريبية وضابطة . وكانت نتائج البحث وتحليلها ومناقشتها من خلال الجداول الإحصائية ومن خلال النتائج فقد تم التوصل الى الاستنتاجات ان هناك تطور في تعلم بعض التمرينات المهارية لأداء افراد عينه البحث.

الكلمات المفتاحية: اسلوب المجاميع الصغيرة المتجانسة ،ذوي الاعاقة ،الصم

ABSTRACT

The importance of research was manifested in the use of some skill exercises according to the method of small homogeneous groups through the educational curriculum in its forms, skills, tools and various devices in learning the skill of diving in the technical gymnasium for people with disabilities (deaf) and developing the body and its multiple physical and motor ability in order to reach the best ability that enables it to perform in the field of life and the sports and professional field well.To address the problem of research, which is in the form of poor motor performance of the target skill (diving) in the effectiveness of students, which is one of the biggest obstacles to mathematical achievement, the research aimed to prepare skill exercises according to the method of small homogeneous groups in learning the skill of diving on the mat of ground movements in the technical gymnastics, and the research has imposed to there are significant differences between the pre and post-test of the experimental and control groups. It included the human field represented by the (20) students of Al-Amal Institute for the Deaf and Dumb in Diyala Governorate for the year 2023-2024. It dealt with the research method and its field procedures, as the experimental method was used to adapt it to the nature of the research , from two experimental and control groups. The results of the research were analyzed and discussed through statistical tables. Through the results, it was concluded that there was a development inlearning some skill exercises to perform the research sample.

1- المقدمة:

يعد التطور العلمي معياراً يقاس به تقدم الدول وتطورها ، فالدول التي تمتلك العلم والتقنية هي بلا شك الدول الأقوى ، وهذا يفسر الاهتمام الكبير بالأبحاث العلمية وتطبيقاتها إذ أخذت الدول تتسابق فيما بينها من اجل التفوق في المجال العلمي والتقني والعلوم الاخرى، " ومن هنا نرى الاهتمام الدائم في مجال علم الحركة أذ تمثل معرفة الحركة ضرورة حتمية لا يمكن الاستغناء عنها ، فالحياة بكل مظاهرها المختلفة ليست سوى صور للحركة."[1] ان المعرفة النظرية تعلم الحركة هي الخطوة الأولى والركن الأساسي للإيضاح ، ولكن هذا في حد ذاته لا يكفي ، فالمعلم أو المدرب أو المختص في المجال الرياضي عليه أن يتعلم الحركة و أن يعرف القوانين والعوامل التي تحكم أداء هذه الحركات حتى يتمكن من تعليمها بكفاءة عالية واتفان . يهتم علم الحركة بالحركات كافه سواء كانت الهادفة منها والعشوائية وهو بذلك يسلط الضوء

[1]() وسام صلاح عبدالحسين و سامر يوسف متعب؛ **التعلم الحركي وتطبيقاته في التربية البدنية والرياضية** , المكتبة الرياضية الشاملة , 2014, ص10

على (جميع الحركات التي تستعمل كوسيلة للتربية والتعليم للإنسان والمحافظة على صحته ورفع قابليته الحركية وإنعاشه) ، وعلم الحركة هو الدراسة المتكاملة لحركة الإنسان في جميع أشكالها ومجالاتها ، وهنالك تعاريف خاصة بعلم الحركة منها :

- هو ذلك العلم الذي يبحث في الشكل الخارجي لسير الحركة .
- هو العلم الذي يقوم بدراسة الأداء الحركي للإنسان بفرض الوصول بالأداء الى اعلى مستوى تسمح به إمكانات و طاقات البشر .

ومن هنا تجلت اهمية البحث في استخدام بعض التمرينات المهارية وفقاً لأسلوب المجاميع الصغيرة المجانسة[2] من خلال المنهج التعليمي بأشكاله ومهاراته وادواتها واجهزتها المختلفة في تعلم مهارة الغطس في الجمناستك الفني لذوي الاعاقة (الصم) وتنمية الجسم وقدرته البدنية والحركية المتعددة وذلك للوصول إلى أحسن قدرة تمكنه من الأداء في ميدان الحياة والميدان الرياضي والمهني بصورة جيدة. لمعالجة مشكلة البحث التي تكون على شكل ضعف الاداء الحركي للمهارة المستهدفة (الغطس) في الفعالية لدى الطلاب والتي تعتبر من اكبر معوقات الانجاز الرياضي.

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

2-1 منهج البحث

لقد اعتمد الباحثون ,المنهج التجريبي بأسلوب المجاميع الصغيرة المتجانسة ، إذ يعد المنهج التجريبي " ذلك المنهج ثم الذي يرتكز على التجربة والاختبار الميداني مسترشداً ومستنيراً بوسيلة الملاحظة ومستنداً إلى استعمال الأدوات والأجهزة والمعدات العلمية الحديثة بهدف اكتشاف وإبراز أية علاقة سببية بين واحد أو أكثر من المتغيرات، في إطار محكم الضبط والتنظيم للأدلة والبراهين".[3] (مروان عبد المجيد إبراهيم :2002).

2-2 مجتمع البحث وعينته

ان التحديد السليم للمجتمع الذي ستجري عليه الدراسة يعد عاملاً حاسماً في نجاح الدراسة وتحقيق اهدافها ولذلك تم تحديد مجتمع وعينة البحث على النحو الاتي :

1. اختبار مجتمع وعينة البحث بالطريقة العمدية ؛ إذ أُختيرت عينة الدراسة والتي تمثل طلاب معهد الامل للصم في محافظة ديالى. وقد بلغت عينة الدراسة (24) طالباً . وأُستبعد (4) طلاب من العينة الرئيسية

---

[2]() محمود داود الربيعي وسعيد صالح حمد :**طرائق تدريس التربية الرياضية واساليبها**،ط1،دار الكتب العلمية،بيروت،2011ص233

[3]() مروان عبد المجيد إبراهيم؛ **طرق ومناهج البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية**، ط1، عمان، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع، 2002، ص137.

ولم يدخلوا في ضمن عينة الدراسة (للمجموعتين التجريبية والضابطة) (2) اشتركوا بالتجربة الاستطلاعية (2) اشتركوا بعملية الثبات .

2. وبذلك قد بلغ عدد افراد عينة التطبيق النهائية (20) طالباً وتم تقسيم عينة البحث الى مجموعتين متساويتين , وبالطريقة العشوائية (القرعة) الاولى تضم المجموعة التجريبية والبالغ عددهم (10) طلاب والثانية هي التي تضم المجموعة الضابطة والبالغ عددهم (10) طلاب من مجتمع عينة البحث.

جدول(1) يوضح عينة البحث

عينة البحث	العدد	النسبة المئوية %
العينة الرئيسية	20	%83.33
الطلبة المستبعدون	4	%16.66
مجتمع البحث	24	%100

جدول رقم (2) يبين التجانس مجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية)

ت	المعالجات الإحصائية / متغيرات البحث	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
1	الطول/سم	145.03	5.24	140	- 0.858
2	الوزن/كغم	40.04	3.65	35.40	- 0.821
3	العمر/سنة	9.7	0.418	8.15	- 0.538

2-3 الاجهزة والادوات

1- جهاز حاسوب لابتوب نوع(Dell) 2- جهاز عرض الفيديوهات والصور (الداتاشو) (النوع projector) ، بسط إسفنجية ، شريط لاصق ، جهاز قياس الوزن، جهاز قياس المسافة(فيته معدني).

2-4 اختبارات البحث :

تعليم مهارة الغطس باستخدام الصندوق الخشبي : (علي سلوم : 2004, ص91)

- **الغرض :**من الاختبار:تعلم مهارة الغطس من خلال التمرينات البدنية المتبعة.

الادوات اللازمة: صندوف خشبي, بساط اسفنجي , شريط لاصق.

وصف الاداء: - توزع التلاميذ الى ثلاث مجاميع حسب نوع الخطأ وهي :-

- مجموعة A وتمثل التلاميذ والتي تقوم باداء مهارة الغطس من خلال اجتياز المسطبة (5) مرات بدون مساعدة.

- مجموعة B وتمثل التلاميذ والتي تؤدي المهارة باستخدام المسطبة ايضاً (11) مرة مع المساعدة من قبل طالبات المجموعة A.

- اعطاء تغذية راجعة فورية.

- يكون الاشراف على الدرس من قبل المدرس.

- اختبار مهارة الغطس في الجمناستك

_ **الغرض من الاختبار**: قياس تعلم مهارة الغطس

_**الادوات اللازمة** : بساط الارضي الاسفنجي, شريط لاصق.

وصف الاختبار : يقف المعلم او الاستاذ امام الطلاب ويشرح المهارة بشكل مفصل _ اداء المهارة من قبل المعلم _عرض المهارة بسرعتها الطبيعية-عرضها بسرعة بطيئة.

6-2 التجربة الاستطلاعية

يُنظر إلى التجربة الاستطلاعية قبل الشروع في تنفيذ البحث على انها من الوسائل المهمة في مختلف الاختصاصات , فهي استطلاع للظروف المحيطة بالظاهرة المراد دراستها من قبل الباحث وهي ايضاً يتم من خلالها الكشف عن الحلقات الغامضة "وهي دراسة تجريبية اولية مصغرة تدريبية لتنقيح الاجراءات الميدانية قبل الخوض في جميع المعلومات وتعد من الوسائل المهمة والضرورية جداً في تنفيذ البحوث وعلى هذا الاساس فقد اجرى الباحث التجربة الاستطلاعية يوم الثلاثاء الموافق 10/17/ 2023 على عينة من طلاب معهد الامل للصم في محافظة ديالى خارج عينة البحث الرئيسة , وكان عددهم (2) وكان الهدف من التجربة هو ما يأتي:

1. التأكد من مكان إجراء الاختبارات ومدى ملاءمته لتنفيذها .
2. معرفة مدى استعداد عينة البحث لأداء الاختبارات .
3. معرفة الوقت المستغرق لأجراء الاختبارات وتنفيذها.

7-4 التجربة الرئيسية

من أجل اتباع السياق العلمي الصحيح والسليم للتوصل إلى أدق النتائج لحل مشكلة البحث ، ومن أجل تحقيق أهدافه وفرضيته قام الباحث بإتباع تمرينات مهارية معتمداً في ذلك على المصادر العلمية ، ومستعينا بالسيد المشرف، إذ تم البدء بالتجربة الرئيسة يوم الاحد الموافق 2023/11/5 وانتهى في يوم الاربعاء الموافق 2024/1/31 ، وقد اشتملت الإجراءات الميدانية على ما يأتي:

1. مدة تطبيق التمرينات التي أعدها الباحث التي طبقت في الوحدات التعليمية بلغت (12) أسبوع بواقع وحدة تعليمية واحدة في الأسبوع الأيام الاحد، ليكون العدد الكلي للوحدات (12) وحدة تعليمية .
2. تختص كل الوحدات بتعليم المهارات قيد البحث وما يتعلق بها.
3. كان تطبيق التمرينات في القسم الرئيس من الوحدة التعليمية .
4. قسمت الوحدة التعليمية على وفق أقسام الوحدة الثلاثة وهي (التحضيري، الرئيسي، الختامي) وقد طبقت التمرينات حسب الاسلوب التعليمي المقترح(اسلوب المجاميع الصغيرة المتجانسة) في القسم الرئيس من الوحدة التعليمية.
5. كان زمن الوحدة التعليمية (45) دقيقة، قسمت على (10) دقيقة للقسم التحضيري لتكون المقدمة (5) دقيقة والاحماء(5) دقيقة في هذا القسم ، اشتركت فيها العينة بأكملها (المجموعتان التجريبية والضابطة) وبلغ القسم الرئيس (30) دقيقة ، طبقت على المجموعة التجريبية فقط ، في حين طبقت المجموعة الضابطة بالتوقيت نفسه التمرينات الخاصة بالمدرس ، واما القسم الختامي (5) دقائق. بلغ الوقت الكلي للمنهج التعليمي (540) دقيقة، زمن حصة القسم الرئيس (360) دقيقة، والقسم الختامي (60) دقيقة، والجدول (3) يوضح ذلك.

الجدول (3) يوضح اقسام الوحدة التعليمية وزمنها

اقسام الوحدة التعليمية		الزمن خلال الوحدة	الزمن خلال (12) وحدة	النسبة المئوية
القسم الاعدادي	المقدمة	5	60	%66.00
	الإحماء	5	60	%66.00
القسم الرئيسي	استخدام التمرينات المهارية	30	360	%66.66
القسم الختامي	العاب صغيرة	5	60	%066.00
المجموع		45	450	%100

2-8 الاختبار البعدي:

بعد الانتهاء من تطبيق التمرينات المهارية وعلى مدى (12) وحدة تعليمية أُجريت الاختبارات البعدية لعينة البحث يوم الاحد والاثنين الموافق 3-4-2024/2/4 الساعة التاسعة صباحاً على قاعة الجمناستك في جامعة ديالى- كلية التربية الاساسية وبحضور فريق العمل المساعد , روعيت الاجراءات نفسها المستخدمة في الاختبارات القبلية من وقت اجراء الاختبارات ومكانها وتقوم المهارات والادوات المستخدمة وطريقة التنفيذ وذلك لتلافي المتغيرات التي تؤثر في نتائج الاختيارات .

2-7 الوسائل الاحصائية:

استعمل الباحث الحقيبة الاحصائية الجاهزة (SPSS) لمعالجة النتائج التي تحصل عليها من التجربة الرئيسة .

3- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

3-3 - عرض وتحليل ومناقشة النتائج

3-1 عرض نتائج فروقات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي في مهارة الغطس .

جدول (4)
الجدول يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي	
			سَ	±ع	سَ	±ع
1	مهارة الغطس	درجة	2.70	1.33	4.30	9.480

جدول (5)

الجدول يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدي

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي	
			سَ	±ع	سَ	±ع
1	مهارة الغطس	درجة	3.80	1.31	6.80	1.03

للمجموعة الضابطة التجريبية

3-2 مناقشة النتائج:

ما تم عرضــه وتحليله في الجدول (4) ومن خلال الوســائل الاحصــائية المعروضــة اعلاه فقد تم الاســـتدلال على ان هنـالك تطوراً ذا دلالـة معنوية قد حدث في مهارة الغطس للمجموعة التجريبية وللاختبارين القبلي و البعدي وعلى الرغم من اختلاف المنهجين (المنهج باســـتخدام اســـلوب المجاميع الصـــغيرة المتجانســـة للمجموعة التجريبية الذي أعده الباحث، والمنهج التقليدي المعتمد للمجموعة الضابطة).

ويعزو الباحث هذه النتائج الى عوامل متعددة منها:-

1. التمرينات المهارية المتوافقة مع الاسلوب التدريسي المستعمل في اثناء الوحدة التعليمية للمجموعة التجريبية ومدى فاعليتهُ في تنمية امكانية الطلاب وقابلية تعلمهم للمهارة واستيعابهم الفاعل للتمرينات والاسلوب.
2. أثر المنهج التعليمي (المقترح والمعتمد) وفاعليته في تطور للمجموعة التجريبية وهذا ما يؤكده "محمد علي القط" بقوله "ان المناهج التدريبية يقاس نجاحها بمدى التقدم الذي يحققه الفرد الرياضي في نوع النشاط الممارس من خلال المستوى الفسيولوجي والبدني والمهاري وهذا يعتمد على التكيف الذي يحققه الفرد مع البرنامج الذي يطبقه .[4]
3. نجاح استخدام الاسلوب (المقترح والمعتمد) في تنمية وتحسين مستوى التعلم والتكيف على أداء التمرين بصورة واضحة وصحيحة، ويقسم الطلاب على مجاميع متجانسة وامكانية توزيع المهام

---

[4] محمد علي القط، وظائف أعضاء التدريب الرياضي، مدخل تطبيقي، ط1، القاهرة: دار الفكر العربي، 1999، ص12.

لكل طالب من اجل السيطرة على الطلاب ومعرفة مدى الخطأ واداء التمرين بتكرار للمتلكئين والانسجام بين القائد والطالب أذ ان قائد المجموعة يكون افضل الموجودين وعلى هذا الاساس يتم أختيارهُ ويتم تقسيم العمل بصورة كاملة.

التي أثرت في قدرة الطلاب الناشئين على الاداء الجيد.

4. وجود مترجمي لغة الاشارة في الاسلوب (المقترح والمعتمد) قد سهل العمل مع الطلاب في ايصال المعلومة بشكلها الصحيح سواء كانت شرح المهارة او ادائها.
5. تنظيم التمرينات وتطبيق العينة للتمرينات المهارية والاسلوب التعليمي وهو اسلوب المجاميع الصغيرة والمتجانسة كان له الاثر الواضح في زيادة قيم نسبة التعلم لدى افراد العينة في مهارة الغطس في الجمناستك الفني فضلاً عن التزام العينة بحضور الوحدات التعليمية بشكل منتظم مما أسهم في ان يكون التعلم فعالاً في حدوث تحسن ملحوظ .

من خلال الجدول (4) تظهر لنا من خلال الوسائل الاحصائية المعروضة على وجود معنوية الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي وهي لصالح الاختبار البعدي في مهارة الغطس في الجمناستك الفني.

من خلال ذلك نستنتج ان الاسلوب التقليدي المعتمد او المتبع مع المجموعة الضابطة ايضاً له تأثيراً ايجابياً في تعلم المهارات ونستدل على ذلك من خلال النتائج التي حصلنا عليها من الاختبار للمجموعة الضابطة ,ويعزو الباحث هذه النتيجة الى وجود مدرس المادة وطريقة شرحه وادائه للمهارات وتكرارها وايضاً تقديم التغذية الراجعة ومتابعة خطوات تعلم الطلاب الصحيحة وتصحيح الاخطاء كذلك التزام افراد المجموعة بحضور الوحدات التعليمية مما ادى الى توفير الفرصة الجيدة للتعلم عن طريق الاسلوب التقليدي او المعتمد.

ويتفق هذا الكلام مع يراه الدكتور قاسم لزام صبر" ان الطريقة هي اسلوب يتبعه مدرس التربية الرياضية من اجل توضيح كل ما يتعلق بالمهارة شرحاً وتطبيقاً وايصالها او نقلها الى ذهن المتلقي (المتعلم) بما يتلاءم مع قدراته البدنية وبما يحققه من تطور وابداع من خلال الاسلوب الذي يتبعه "[5]. اما عن التغذية الراجعة المطلوبة في درس التربية الرياضية فيشير اليها (عباس احمد السامرائي وعبد الكريم محمود السامرائي) نقلاً عن (رافد مهدي قدوري) بقوله "هي المعلومات التي تعطى للمتعلم عن الانجاز في محاولة لتعليم المهارة التي توضح دقة الحركة خلال او بعد الاستجابة او كليهما, ويرى بسطويسي احمد في ان التغذية الراجعة تعني معرفة النتائج وتقويمها والاستفادة منها عن طريق المعلومات الواردة للمتعلم نتيجة سلوكه الحركي ".[6]

([5]) قاسم لزام صبر, **موضوعات في التعلم الحركي** , ط2 المنقحة، دار البراق للطباعة والنشر, بغداد ,2012, ص102

([6]) رافد مهدي قدوري ,**جوهر التعلم الحركي** , ط1 , المطبعة المركزية , جامعة ديالى , 2013, ص37

4- الخاتمة:

من خلال المعالجة الاحصائية و النتائج التي حصل عليها الباحثون تم التوصل الى الاستنتاجات الاتية هناك إنَّ استخدام اسلوب المجاميع الصغيرة المتجانسة قد أظهر أثراً إيجابياً في تعلم بعض مهارات الجمناستك الفني قيد البحث جميعها وبالأخص مهارة الغطس في الجمناستك الفني و ان التكرار في أداء التمرينات المهارية ومن خلال اسلوب المجاميع الصغيرة المتجانسة ساعد في عملية اكتساب بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الارضية في الجمناستك الفني قيد البحث وخاصة مهارة الغطس وأن التنوع في التمرينات المهارية من خلال اسلوب المجاميع الصغيرة المتجانسة أثر إيجابيًا في اكتساب بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الارضية في الجمناستك الفني قيد البحث.

وفي ضوء الاستنتاجات التي توصلوا اليها الباحثون الى التوصيات الاتية: اعتماد الاسلوب التعليمي المقترح (اسلوب المجاميع الصغيرة المتجانسة) لما له من تأثيرات ايجابية وفعالة في تعلم مهارات الجمناستك الفني المختلفة و يوصي الباحث بضرورة زيادة عدد المدرسين ممن لديهم خبرة وكفاءة في مجال تدريس مادة الجمناستك اسوةً بباقي التخصصات لأجل تعليم الطلاب والوصول بهم الى مستويات اتقان المهارات و يقترح الباحث ادخال مادة دراسية الى المنهاج الدراسي في الكلية تختص بذوي الاعاقة بصورة عامة على ان تكون لفئة (الصم والبكم) حيز من هذا المنهج لما لها من اهمية سواء في المجال العلمي او العملي.

المصادر

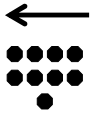
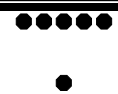
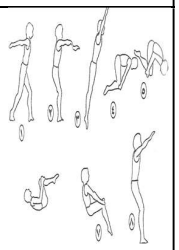
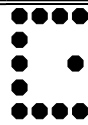
1. رافد مهدي قدوري ,**جوهر التعلم الحركي** , ط1 , المطبعة المركزية , جامعة ديالى , 2013.
2. قاسم لزام صبر, **موضوعات في التعلم الحركي** , ط2 المنقحة، دار البراق للطباعة والنشر, بغداد ,2012.
3. محمد علي القط، **وظائف أعضاء التدريب الرياضي، مدخل تطبيقي**، ط1، القاهرة: دار الفكر العربي، 1999.
4. محمود داود الربيعي وسعيد صالح حمد :**طرائق تدريس التربية الرياضية واساليبها**،ط1،دار الكتب العلمية،بيروت،2011.
5. مروان عبد المجيد إبراهيم؛ **طرق ومناهج البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية**، ط1، عمان، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع، 2002.

وسام صلاح عبدالحسين و سامر يوسف متعب؛ **التعلم الحركي وتطبيقاته في التربية البدنية والرياضية** , المكتبة الرياضية الشاملة , 2014.

رقم الوحدة : الصف / الرابع الابتدائي الاهداف التعليمية الاهداف التربوية

المكان: قاعة الجمناستك في جامعة ديالى– كلية التربية الاساسية 1– تنمية الصفات البدنية على بساط الحركات الارضية. 1– بث روح التنافس بروح رياضية

الزمن : 45 دقيقة 2– تعلم مهارة الغطس. 2– بث روح التعاون بين المتعلمين

اقسام الوحدة التعليمية		الزمن	الاهداف السلوكية	النشاط البدني	الاخراج والتنظيم	الاجهزة والادوات	الملاحظات
القسم التحضيري 10 د	المقدمة	5	a. أن يلتزم الطالب بالتعليمات عند الخروج الى الساحة b. ان يحافظ الطالب على النظام	– تهيئة الادوات ووقوف الطلبة واداء التحية.			– التأكد على تهيئة مستلزمات الوحدة التعليمية والالتزام بالهدوء والانضباط. – الاحماء يجب ان يخدم القسم الرئيس.
	الاحماء والتمارين البدنية	5	a. ان يصل الطالب الى حالة الاحماء الخاص بالأجهزة الوظيفية b. ان يتم اداء التمرين بصورة صحيحة ونظام . c. ان ينفذ طلاب التمارين البدنية مع الاشارة. d. ان تنمو لدى طلاب عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.	المشي – هرولة–هرولة مع تدوير الذراعين –هرولة مع ضرب الورك بالقدمين – هرولة اعتيادية – المشي مع رفع اليدين للأعلى لأخذ شهيق – تمرينات تمطيه عضلات ومفاصل الجسم.			
القسم الرئيس 30 د	الجزء التعليمي	5	a. ان يتعلم الطالب اداء مهارة الغطس . b. الانتباه والتركيز على تسلسل المهارة.	شرح مفصل عن مهارة الغطس– اداء المهارة من قبل المدرس– عرض المهارة بالتجزئة– عرض المهارة بصورتها الكاملة–		– بسط اسفنجي	– توضيح التمرينات بعناية تامة امام الطلاب
	الجزء التطبيقي	25	a. ان يؤدي الطالب اداء مهارة الغطس. b. ان يؤدي الطالب مهارة الغطس واداءها بصورة صحيحة. c. ان يتقن الطالب اداء مهارة الغطس. d. ان يؤدي الطالب الحركة مع الزميل. e. ان يتقن الطالب مهارة الغطس بدون مساعدة الزميل.	توزيع الطلاب حسب الاسلوب المقترح– تنفيذ التمرينات التي تخص المهارة– الوقوف المقلوب مواجهة للجدار الثابت لمدة (5 ثا)– اداء الوقوف بمساعدة الزميل– اداء الوقوف بدون اي مساعدة–		– بسط اسفنجية	– التأكيد على التطبيق الصحيح والتكرار. – اعطاء اوقات راحة للطلاب , وتسلسل المتبع في تأدية التمرين
القسم الختامي 5 د		5	a. سباق الحجل لمسافة قصيرة. b. ان يتنافس الطلاب فيما بينهم بالركض لمسافات قصيرة • ان ينصرف الطلاب بهدوء الى خارج القاعة بعد اداء التحية	لعبة ترويحية صغيرة.– القيام بالهرولة بشكل خفيف وتمطية جميع اجزاء الجسم للعودة – للحالة الطبيعية.			المحافظة على النشاط في نهاية الوحدة.– الحفاظ على الهدوء.– – ارجاع الادوات المستخدمة الى اماكنها

3– تعلم تسلسل المهارة من بدايتها الى النهاية