

تأثير منهج تعليمي باستخدام التعلم السريع في تعلم مهارة الضربة الأمامية والخلفية للطلاب بكرة الطاولة

بحث مقدم من

ا. د شيلان حسين محمد/ جامعة السليمانية – كلية التربية البدنية والعلوم الرياضة

shilan.mohammed@univsul.edu.iq

علي حسين مجيد/ جامعة السليمانية – كلية التربية البدنية والعلوم الرياضة

ali.majid@univsul.edu.iq

الملخص

لاحظ الباحثان من خلال تواجدهم في مجال لعبة كرة الطاولة قلة استخدام مناهج تعليمية تعتمد على انماط المتعلمين وما يفضلونه وقله اعداد مناهج تعليمية باستخدام التعلم السريع بالإضافة الى ضعف هذه المهارات وصعوبة تغيير الاداء من الضربة الأمامية الى الخلفية بالعكس اثناء المباراة ، هذا ما دعي الباحثان الى دراسة هذه المشكلة وايجاد الحلول المناسبة ، ويهدف البحث الى اعداد منهج تعليمي باستخدام التعلم السريع في تعلم الضربة الأمامية والخلفية للطلاب بكرة الطاولة. و التعرف على تأثير المنهج التعليمي باستخدام التعلم السريع في تعلم الضربة الأمامية والخلفية للطلاب بكرة الطاولة، والتعرف على افضليه التأثير بين المنهج التعليمي باستخدام التعلم السريع والمنهج الاعتيادي في تعلم الضربة الأمامية والخلفية للطلاب بكرة الطاولة. استخدم الباحثان المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتان المتكافئتان لملائمته طبيعة المشكلة المراد حلها. تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من طلاب المرحلة الثانية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة السليمانية للعام الدراسي (2021-2022) والبالغ عددهم(42) طالباً، اما عينة البحث فقد تكونت من (20) طالباً تم اختيارهم عشوائياً وبذلك تشكل نسبة مئوية مقدارها (47.61%) من مجتمع البحث الاصلي وتم تقسيمهم عشوائياً الى مجموعتين متساويتين(التجريبية-الضابطة) وبواقع (10) طالب لكل مجموعته.

وكانت اهم التوصيات ضرورة بناء مناهج تعليمية تعتمد على اسلوب التعلم السريع في تعلم مهارات كرة الطاولة . وضرورة تدريس مبادئ وتقنيات التعلم السريع لأنه يوفر فرصه اكبر واسرع للتعلم و ضرورة تطبيق اسلوب التعلم السريع على مهارات اخرى ولألعب متنوعه .

The Effect of an Educational Curriculum Using rapid Learning in Learning the Skill of the forehand and backhand for students in table tennis

The researchers noted through their presence in the field of table tennis game, the lack of use of educational curricula based on the patterns of learners and their preferences and the lack of preparation of educational curricula using rapid learning in addition to the weakness of these skills and the difficulty of changing performance from the projected blow to the back versus during the game, this is what the researchers were invited to To study this problem and find appropriate solutions, the aim of the research is to prepare an educational curriculum using the accelerated learning in learning the projection of forehand and backhand for students in table tennis. And to identify the impact of the curriculum using rapid learning in learning the projection of the. forehand and backhand for students in table tennis

The researchers used the experimental approach in a two-way approach to suit the nature of the problem to be solved. The research sample was represented in the entire research community and they are the second

stage students at the Faculty of Physical Education and sport sciences / University of sulaymanitah for the academic year 2021-2022 and the number (20) students were divided into two equal groups and by (10) students for each group

The most important recommendations were the need to build educational curricula based on the method of rapid learning in learning table tennis skills. And the need to teach the principles and techniques of accelerated learning because it provides greater opportunities and faster learning and the need to apply the method of rapid learning to other skills and a variety of games.

1- التعريف بالبحث 1-1 المقدمة البحث وأهميته:

ان عملية التدريس منظومة لها ابعادها ومكوناتها والتي تتمثل في المعلم والمتعلم والخبرات التعليمية والادوات والتقنيات الحديثة واساليب التقويم ومن ثم فهي عملية ديناميكية تبدأ بصياغة الاهداف ووضع السياسات، وتحديد الاستراتيجيات وطرق اساليب التدريس ثم التنفيذ والتقويم. كما ان المعلم الناجح لا بد ان يكون ملما بأساليب التدريس الحديثة والاستخدامات التكنولوجية، وتصميم البرامج التعليمية بطريقة تتماشى مع قدرات وخصائص المتعلمين، بحيث يكون دورة هو الموجه والمرشد فقط في العملية التعليمية مما يزيد ايجابية المتعلمين واستثارة حماسهم ومساعدتهم على التفكير الايجابي.

تعد أساليب التعلم السريع احدى أهم الثورات العملية في مجال التعليم ، حيث يصنف هذا النوع من أنواع التعلم الاجتماعي المبني على الترابط والتعاون وعلى الالعاب والممارسات التعاونية بعيداً عن أساليب التعلم التقليدية التي لا تسمح للمتعلم بأبداء رأيه وأفكاره ، ويشترط في نجاح هذا النوع من التعلم أن تتوفر بيئة غنية بالممارسات والتجارب المتنوعة حتى يستطيع كل متعلم بتوسيع افاقه ويكتشف قدراته الداخلية ويتعلم الواجبات بسهولة وسرعه كبيره.

ان عملية التعلم السريع تركز على مدى تفاعل المتعلم وانشغاله بالمادة العلمية من خلال عملية اجتماعيه تعاونيه مليئة بالدعم والتوجيه من كل المصادر المحيطة والمتوفرة حوله ، كما انه يوفر بيئة تعلم ملهمه ومحاكيه للواقع .

ويعد كرة الطاولة من الأنشطة الرياضية التي فرضت نفسها كمنشأ رياضي ذو مستوى رفيع، ولا يعتمد على الجوانب البدنية والمهارية فقط بل أن الجانب الذهني يلعب في الأداء دوراً بارزاً، لأنه "من الرياضيات التي تأثرت إيجابياً وبشكل واضح من خلال تطوير العلوم المختلفة المرتبطة بالمجال الرياضي وتحديث طرق وأساليب التدريب وإعداد اللاعبين من أجل الارتقاء بمستواهم والوصول لأعلى المستويات (9:1)، واستخدام اسلوب تعلم سريع بطرق علمية منهجية منظمة ، تتيح لنا إنتاج برامج

هادفة تجعل المتعلم محور العملية التعليمية ، وقد يكون ذلك عائدة إلى طريقة أو أسلوب التدريب المستخدم في تعلمها ، وفهم الدور الذي تلعبه تلك الأسلوب في جذب الانتباه والتشويق والإثارة ولما تحويه من إمكانية عرض المهارات من عدة زوايا مختلفة . ومن هنا تتجلى أهمية البحث في التعرف على تأثير منهج التعليمي باستخدام التعلم السريع في تعلم الضربة الأمامية والخلفية للطلاب بكرة الطاولة.

1-2 مشكلة البحث:-

لاحظ الباحثان من خلال تواجدهم في مجال لعبة كرة الطاولة قلة استخدام مناهج تعليمية تعتمد على انماط المتعلمين وما يفضلونه وقله اعداد مناهج تعليمية باستخدام التعلم السريع بالإضافة الى ضعف هذه المهارات وصعوبة تغيير الاداء من الضربة الأمامية الى الخلفية بالعكس اثناء المباراة ، هذا ما دعى الباحثان الى دراسة هذه المشكلة وايجاد الحلول المناسبة لها.

1-3 اهدف البحث:-

1- اعداد منهج تعليمي باستخدام التعلم السريع في تعلم الضربة الأمامية والخلفية للطلاب بكرة الطاولة.

2- التعرف على تأثير المنهج التعليمي باستخدام التعلم السريع في تعلم الضربة الأمامية والخلفية للطلاب بكرة الطاولة.

3- التعرف على افضليه التأثير بين المنهج التعليمي باستخدام التعلم السريع والمنهج الاعتيادي في تعلم الضربة الأمامية والخلفية للطلاب بكرة الطاولة.

1-4 فرضا البحث:-

1- هناك فروق إحصائية ذات دلالة معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي للضربة الأمامية والخلفية للطلاب بكرة الطاولة.

2- هناك فروق إحصائية ذات دلالة معنوية بين المنهج التعليمي باستخدام التعلم السريع والمنهج الاعتيادي في تعلم الضربة الأمامية والخلفية للطلاب بكرة الطاولة ولصالح المنهج التعليمي باستخدام التعلم السريع .

1-5 مجالات البحث:

1- المجال البشري: طلاب المرحلة الثانية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة السليمانية .

2-المجال أزماني: 9-11-2021 الى 20-12-2022

3-المجال المكاني: القاعة الرياضية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة السليمانية.

1-6 تحديد المصطلحات

- التعلم السريع (6:83) : انه تجميع جوانب نظرية التعلم القائم على التعلم المستند الى الدماغ من أجل اشراك المتعلمين والاسراع في عملية التعلم ، ان التعلم السريع يشترك في مجموعه من الخصائص الأتية :

- يركز على أشتراك المتعلم (جسداً و عقلاً ومشاعر) في عملية التعلم .
- تحدث عملية التعلم من خلال التفاعل ما بين الخبرات الموجودة في عقل المتعلم وما تستقبله الحواس من معارف جديد.
- يهتم التعلم السريع بشعور المتعلم ويحاول أن يعزز الثقة بالنفس ويوفر بيئة ملائمة للتعلم .

- يصمم أنشطه متنوعه قائمه على أبحاث الدماغ وتناسب أنماط التعلم (السمعي - البصري - الحركي - القرائي/كتابي) وأنواع الذكاءات المتنوعة.
- يؤكد على أهمية التفاعل والتعاون بين المتعلمين في ترسيخ وصقل المعرفة الجديدة.

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

1-2 منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتان المتكافئتان لملائمته طبيعة المشكلة المراد حلها، " لان أهم ما يميز النشاط العلمي الدقيق هو استخدام أسلوب التجربة". (33:5)

2-2 مجتمع البحث وعينته :

تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من طلاب المرحلة الثانية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضية /جامعة السليمانية للعام الدراسي (2021-2022) والبالغ عددهم(42) طالباً، اما عينة البحث فقد تكونت من (20) طالباً تم اختيارهم عشوائياً وبذلك تشكل نسبة مئوية مقدارها (47.61%) من مجتمع البحث الاصيلي وتم تقسيمهم عشوائياً الى مجموعتين متساويتين(التجريبية-الضابطة) وبواقع (10) طالب لكل مجموعته.

2-3 تجانس العينة وتكافؤ المجموعتين:

لغرض التأكد من تجانس عينة البحث قام الباحثان بمعالجة النتائج القبلية لإفراد العينة في اختبار الضربة الأمامية والخلفية بكرة الطاولة من خلال استخدام معامل الالتواء. وجاءت قيمه معامل الالتواء اقل من ± 1 .

ومن اجل تقسيم العينة إلى مجموعتين متكافئتين قام الباحثان بترتيب نتائج الاختبار القبلي لضربة الأمامية والخلفية ترتيباً تنازلياً وبعد ذلك تم توزيعهم على التوالي إلى مجموعتين متساويتين في العدد . ولغرض التأكد من تكافؤ المجموعات استخدم الباحثان اختبار (t) لقياس الفروق بين المجموعات .

2-4 الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة :

2-4-1 وسائل جمع البيانات:

- المصادر والمراجع العربية والاجنبية،
- استمارة تسجيل البيانات
- الاختبارات والقياسات.

2-4-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

- 1- جهاز كومبيوتر نوع (DELL) عدد (1).
- 2- جهاز داتاشو نوع (SONY) عدد (1).
- 3- ماكينة نظر الكرات.
- 4- ساعة توقيت إلكترونية عددها (1).
- 5- منظدة كرة طاولة عددها (4).
- 6- مضرب كرة الطاولة عددها (10).

7- كرات كرة الطاولة عدد (20).

8- شريط قياس.

9- شريط لاصق.

2-5 تحديد الاختبارات :

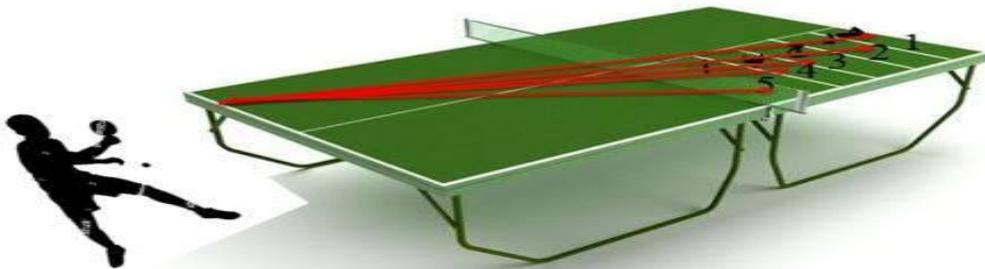
تعد الاختبارات من الأمور الواجب توافرها في أي بحث علمي إذ أن الاختبار من "الوسائل العلمية المهمة للتقويم في مجالات الحياة وفي مجال الرياضة خاصة لما حظي به من تقدم في السنوات الأخيرة" (45:2). ومن أجل تحديد الاختبارات الخاصة بموضوع البحث قام الباحثان باستخدام الاختبار الآتي:

2-5-1 اختبار الضربة المستقيمة الأمامية.(2:68)

الغرض من الاختبار: قياس سرعة ودقة أداء الضربة المستقيمة الأمامية. الأدوات المستخدمة: شريط قياس، شريط لاصق، (20) كرات، ماكينة نظر الكرات حيث يقسم النصف الأيمن من ناحية الماكينة الى (5) مناطق متساوية. طريقة الأداء: يقف المختبر في النصف الأيمن للطاولة، وعند تشغيل الماكينة تقوم الماكينة بإخراج الكرات وقذفها إلى المختبر بأداء الضربة المستقيمة الأمامية في المنطقة المحددة والتكرارات (20) مرة صحيحة. التسجيل:

- إذا قام المختبر بالضربة المستقيمة الأمامية في المنطقة (أ) يحصل على (5) نقاط.
 - إذا قام المختبر بالضربة المستقيمة الأمامية في المنطقة (ب) يحصل على (4) نقاط.
 - إذا قام المختبر بالضربة المستقيمة الأمامية في المنطقة (ج) يحصل على (3) نقاط.
 - إذا قام المختبر بالضربة المستقيمة الأمامية في المنطقة (د) يحصل على (2) نقاط.
 - إذا قام المختبر بالضربة المستقيمة الأمامية في المنطقة (هـ) يحصل على (1) نقاط.
- ويحتسب مجموع النقاط خلال (20) محاولات صحيحة. ملحوظة:

- تقوم الماكينة بقذف الكرات بمعدل (60-70) كرة في الدقيقة في المنطقة الواحدة ويمكن تغيير موضع الماكينة، والمسافة والبعد من حافة الطاولة والماكينة.
- يمكن تغيير موضع الكرة المقذوفة بتغيير اتجاه مكان خروج الكرات ومسارها كما هو موضح في الشكل(1).



الشكل (1)

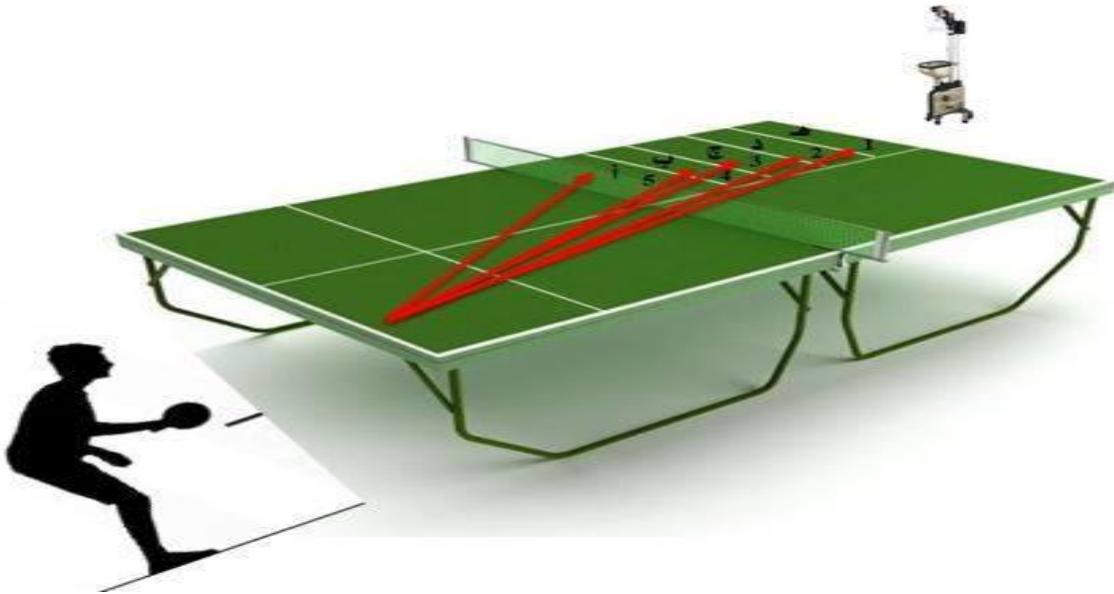
يوضح اختبار الضربة المستقيمة الأمامية

2-7-3 اختبار الضربة المستقيمة الخلفية: (70:2)

الغرض من الاختبار: قياس سرعة ودقة أداء الضربة المستقيمة الخلفية.
الأدوات المستخدمة: شريط قياس، شريط لاصق، (20) كرات، ماكينة نظر الكرات حيث يقسم النصف الأيسر من ناحية الماكينة الى (5) مناطق متساوية.
طريقة الأداء: يقف المختبر في النصف الأيسر للطاولة، وعند تشغيل الماكينة تقوم الماكينة باخراج الكرات وقذفها الى المختبر بأداء الضربة المستقيمة الخلفية في المنطقة المحددة والتكرارات (20) مرة صحيحة.
التسجيل:

- إذا قام المختبر بالضربة المستقيمة الخلفية في المنطقة (أ) يحصل على (5) نقاط.
 - إذا قام المختبر بالضربة المستقيمة الخلفية في المنطقة (ب) يحصل على (4) نقاط.
 - إذا قام المختبر بالضربة المستقيمة الخلفية في المنطقة (ج) يحصل على (3) نقاط.
 - إذا قام المختبر بالضربة المستقيمة الخلفية في المنطقة (د) يحصل على (2) نقاط.
 - إذا قام المختبر بالضربة المستقيمة الخلفية في المنطقة (هـ) يحصل على (1) نقاط.
- ويحتسب مجموع النقاط خلال (20) محاولات صحيحة.
ملحوظة:

-تقوم الماكينة بقذف الكرات بمعدل (60-70) كرة في الدقيقة في المنطقة الواحدة ويمكن تغيير موضع الماكينة، والمسافة والبعد من حافة الطاولة والماكينة.
- يمكن تغيير موضع الكرة المقذوفة بتغيير اتجاه مكان خروج الكرات ومسارها كما هو موضح في الشكل (2).



الشكل (2)

يوضح اختبار الضربة المستقيمة الخلفية

2-6 التجربة الاستطلاعية :

قام الباحثان بإجراء التجربة الاستطلاعية في يوم 2021/11/7 على عينة من طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة السليمانية والبالغ عددهن (6) بطريقة عشوائية وان الهدف من إجراء التجربة الاستطلاعية هو :

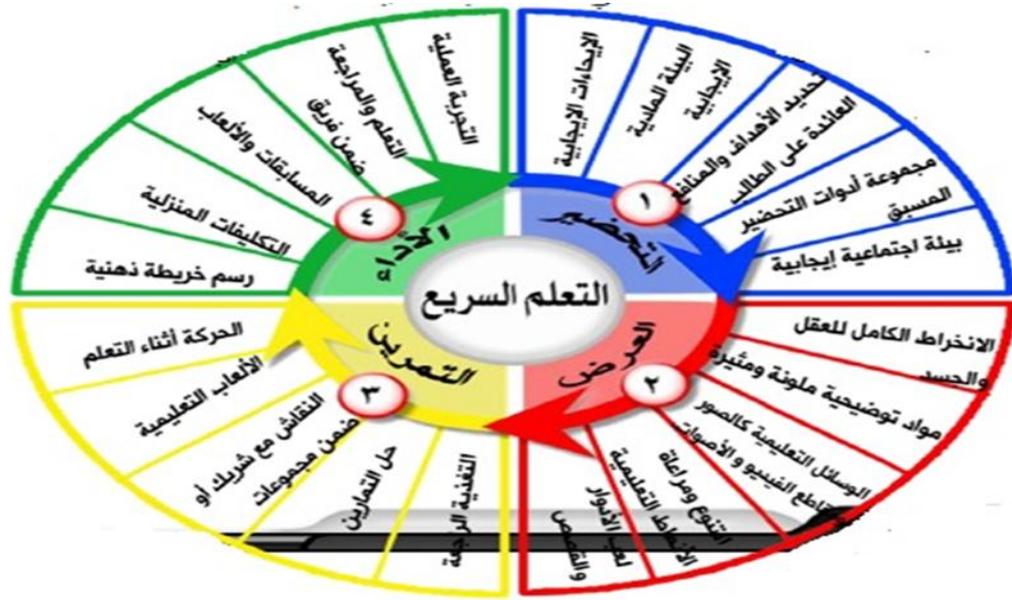
- 1- التعرف على مدى فهم واستيعاب المتعلمين للاختبارات المهارية
- 2- التعرف على المعوقات التي قد تظهر عند تنفيذ الاختبارات
- 3- تنظيم فريق العمل المساعد وتوضيح التعليمات والإرشادات المتعلقة بإجراء الاختبارات
- 4- معرفة الوقت المستغرق لإجراء الاختبارات المهارية .
- 5- معرفة مدى ملائمة الأدوات المستخدمة.
- 6-

2-7 الاختبارات القبليّة :

تم إجراء الاختبارات القبليّة في 2021/11/8 باختبار مهارة الضربة الأمامية والخلفية بكرة الطاولة ولعينة البحث .

2-8 المنهج التعليمي :

استخدم الباحثان باعداد منهج تعليمي وفق مراحل التعلم السريع .



- 1- استغرق المنهج شهر ونص بواقع وحدة تعليمية واحدة في الأسبوع.
- 2- بدأت المنهج التعليمي في 2021/11/9 وانتهت المنهج التعليمي في 2021/12/20
- 3- عدد الوحدات التعليمية (6) وحدات.
- 4- يبلغ زمن الوحدة التعليمية 90 دقيقة.

2-9 الاختبارات البعدية :

تم إجراء الاختبارات البعدية في 2021/12/21 في مهارة الضربة الأمامية والخلفية بكرة الطاولة لعينة البحث وبنفس الظروف التي تم فيها إجراء الاختبارات القبليّة .

2-10 الوسائل الإحصائية :

استخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية (spss(76:1)

1-3 عرض نتائج الاختبار القبلي والبعدي لمهارة الضربة الأمامية والخلفية بكرة الطاولة للمجموعتين التجريبية والضابطة:

جدول (1)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة والجدولية بين الاختبار القبلي والبعدي لمهارة الضربة الأمامية والخلفية بكرة الطاولة للمجموعة التجريبية

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	قيمة (t) المحسوبة	البعدي		القبلي		المعالم الإحصائية الاختبارات
			ع	س-	ع	س-	
معنوي	0.00 0	11.375	3.381	26.90	1.581	15.50	الضربة الأمامية
معنوي	0.00 0	7.771	2.415	27.50	2.262 5	18	الضربة الخلفية

عند مستوى دلالة 0,05 ودرجة حرية 21

جدول (2)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة والجدولية بين الاختبار القبلي والبعدي لمهارة الضربة الأمامية والخلفية بكرة الطاولة للمجموعة الضابطة

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	قيمة (t) المحسوبة	البعدي		القبلي		المعالم الإحصائية الاختبارات
			ع	س-	ع	س-	
معنوي	0.000	6.497	3.64 5	24.8 0	2.33 1	15.90	الضربة الأمامية
معنوي	0.000	9.325	2.87 5	25.6 0	3.13 4	17.40	الضربة الخلفية

عند مستوى دلالة 0,05 ودرجة حرية 21

2-3 عرض نتائج الفروق في الاختبار البعدي لمهارة الضربة الأمامية والخلفية بكرة الطاولة

جدول (3)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة في الاختبار البعدي

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	قيمة (t) المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		المعالم الإحصائية الاختبارات
			ع	س-	ع	س-	
معنوي	0.01	5.161	3.64 5	24.80	3.38 1	26.90	الضربة الأمامية
معنوي	0.002	4.146	2.87	25.60	2.41	27.50	الضربة الخلفية

			5	5		
--	--	--	---	---	--	--

عند مستوى دلالة 0,05 ودرجة حرية 21

3-3 مناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية ولمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) .
من خلال ما تم عرضه في الجدولين (1) و (2) ، تبين وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في الاختبارات القبليّة والبعدية لاختبار الضربة الأمامية والخلفية بكرة الطاولة ولمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) ولصالح الاختبارات البعدية ويعزو الباحثان سبب هذه الفروق إلى إن اعداد المنهج التعليمي بصوره علميه منظمه وبتكرارات مناسبة والتصحيح المستمر للأخطاء كان لهما دور فاعل في تعلم مهارات كرة الطاولة ، كما أن المنهج المعد من قبل الباحثان كان له الأثر الفعال في التعامل مع خصوصية المهارة المتعلمة من خلال اختيار التمارين الحديثة والمناسبة مع مستوى أفراد العينة ، كما إن أسلوب الشرح والتوضيح والتطبيق من قبل الباحثان ساعد المتعلمين على رسم صورة في الدماغ عن المهارة المراد تعلمها.

ان التمرين هو الصفة الأساسية التي تتميز بها الوحدة التعليمية فمن خلاله يمكن قياس مقدار التعلم أو الأداء وتطويره ، فضلا عن انه يكسب المتعلم الانسيابية والجمالية في الأداء.(4:118)

4-3 مناقشة نتائج الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) .
من خلال الاطلاع على جدول (3) تبين وجود فروق معنوية وذات دلالة إحصائية بين مجموعتي البحث وكانت الفروق لصالح المجموعة التي تعلمت بأسلوب التعلم السريع ويعزو الباحثان هذه الفروق إلى أن مهارة الضربة الأمامية والخلفية بكرة الطاولة من المهارات الصعبة والمعقدة لأنها تتكون من عدة أجزاء ومراحل للحركة ، كما أن مستوى أفراد العينة يتطلب أن يتم تعلم هذه المهارة بهذا الأسلوب .
لقد وفر المنهج التعليمي بأسلوب التعلم السريع اساليب تشويقيه وحوافز لضمان الالتزام بالوحدات التعليمية ، كما ان التنوع في المثيرات السمعية والبصرية والحسية زادت من حدوث التعلم حيث ان هناك حقيقه تقول ان التعلم والتدريب يكون اكثر فاعليه كلما زادت الحواس المستخدمة (3:82) .

وقد عمد الباحثان على اعداد الوحدات التعليمية على وفق مراحل التعلم السريع ، حيث اتفق اغلب المختصين والباحثين في التعلم السريع على انه يمر بأربعه مراحل اساسيه ، وكل مرحلة تتضمن مجموعه من الاجراءات ومتى ما تم تنفيذ هذه المراحل مع محتوياتها نصل الى مبتغى التعلم السريع .
وهذه الخطوات هي (مرحلة الربط - مرحله التفعيل - مرحله العرض -مرحلة التثبيت) ، في حين بعض المختصين حددوا مراحل التعلم السريع ب (مرحله التحضير - مرحله العرض - مرحله التمرين - مرحله الاداء) (6:95).

4-1 الاستنتاجات :

- 1- ساعد اسلوب التعلم السريع في تعلم مهاره الضربة المسقطه الأمامية والخلفية بالريشة الطائرة
- 2- ساعد اسلوب التعلم السريع على اتقان المهارات بشكل جيد وبناء برنامج حركي مثالي.
- 3- ساعد اسلوب التعلم السريع على اثاره الطالبات وزياده خزن المعلومات من خلال التنوع في استخدام المثيرات.

4-2 التوصيات :

- 1- ضرورة بناء مناهج تعليميه تعتمد على اسلوب التعلم السريع في تعلم مهارات كرة الطاولة.
- 2- ضرورة تدريس مبادئ وتقنيات التعلم السريع لأنه يوفر فرصه اكبر واسرع للتعلم.
- 3- ضرورة تطبيق اسلوب التعلم السريع على مهارات اخرى ولألعاب متنوعه .

المصادر والمراجع

- 1- إبراهيم، مروان عبد الحميد : التربية الرياضية للاعاقبة البصرية، ط1، عمان، دار الثقافة للنشر والتوزيع والدار العلمية الدولية للنشر، 2002.
- 2- إيمان نجم الدين عباس (وآخرين): تنس الطاولة اختبارات المهارات الهجومية والدفاعية، ط1، عمان، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، 2018.
- 3- عايد كريم الكنانى ، مقدمه في الإحصاء وتطبيقات spss، النجف ، دار الضياء للطباعة والنشر ، 2009 .
- 4- قيس ناجي و بسطويسي احمد ، الاختبارات ومبادئ الإحصاء في التدريب الرياضي ، بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1987.
- 5- محمد حسين حيدر ، تأثير منهج تعليمي وفقا للتعلم السريع بمصاحبه جهاز مبتكر في تطوير المستوى المهارى للكلمة الخطف ودفاعاتها بالملاكمة للطلاب ، رساله ماجستير ، جامعه كربلاء ، 2019 .
- 6- ناهده عبد زيد ، أساسيات التعلم الحركي ، ط1، النجف، دار الضياء للطباعة والنشر ، 2008 .
- 7- وجيه محجوب ، طرائق البحث العلمي ومناهجه ، ط2، بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1993 .
- 8- وسام صلاح واخرون ، انماط التعلم وتطبيقاته بين المعلم والمتعلم ، الحلة ، دار الصادق للطباعة والنشر ، 2018 وسام صلاح عبد الحسين ، الريشة الطائرة بين الممارسة والمنافسة ، عمان ، دار رضوان للطباعة والنشر ، 2013.

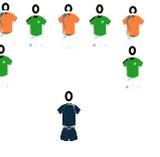
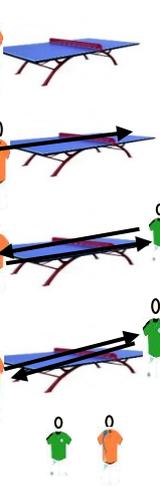
الملحق (1)

نموذج للوحدة التعليمية لمهارة الضربة الامامية المستقيمة بكرة الطاولة

زمن الوحدة: (90) دقيقة.

المجموعة: التجريبية
عدد الطلاب: (10) طالب.

الهدف التعليمي: تعلم مهارة (الضربة الامامية المستقيمة بكرة الطاولة).

الملاحظات	الرسوم التوضيحية	الفعاليات	الزمن	أقسام الوحدة
<p>- التأكد من الحضور</p> <p>- تطبيق الإحماء من قبل المتعلمين جميعهم</p> <p>- تنفيذ التمارين البدنية بصورة صحيحة</p>		<p>تهيئة الأدوات والتجهيزات الرياضية.</p> <p>إحماء عام للجسم لتهيئة الجهاز الدوري التنفسي .</p> <p>إحماء خاص (إعطاء تمارين بدنية خاصة بالمهارة)</p>	<p>20 د .</p> <p>5 د .</p> <p>5 د</p> <p>10 د</p>	<p>أولاً: القسم التحضيري</p> <p>- الجانب التنظيمي</p> <p>الإحماء</p> <p>1- إحماء عام</p> <p>2- إحماء خاص</p>
<p>الانتباه على شرح المدرس وعرضه أثناء تنفيذ المهارة</p>		<p>شرح تفاصيل المهارة مع بيان أهميتها</p> <p>ثم عرض الأداء الفني (التكنيك) لمهارة الضربة الامامية المستقيمة بتنس الطاولة.</p>	<p>60 د</p> <p>15 د</p>	<p>ثانياً: القسم الرئيسي</p> <p>- الجانب التعليمي</p>
<p>تطبيق المهارة بصورة صحيحة.</p> <p>التأكد من أداء المهارة على وفق الواجب الحركي الصحيح.</p>		<p>تمرن على المهارة.</p> <p>-تمرين الاداء الضربة الامامية المستقيمة مع الزميل مع التحرك الى الامام والخلف.</p> <p>-تمرين اداء الضربة من الخط القاعدة مع الاعبين حيث يتم الالعاب مع الاثنين في وقت واحد ومن كلتا الزاويتين.</p> <p>- يقف الالعاب من جهة اليمين من الطاولة ويقوم بأداء الضربة الامامية المستقيمة باتجاه القطري على الطاولة مع الزميل.</p> <p>-يقف الالعاب من جهة اليسرى من الطاولة ويقوم بأداء الضربة الامامية المستقيمة باتجاه القطري على الطاولة مع الزميل.</p> <p>5 دقائق للراحة بين التمارين.</p>	<p>45 د</p> <p>5 د</p> <p>10 د</p> <p>5 د</p> <p>10 د</p> <p>10 د</p> <p>5 د</p>	<p>- الجانب التطبيقي</p> <p>تمرين (1)</p> <p>تمرين (2)</p> <p>تمرين (3)</p> <p>تمرين (4)</p>
		<p>تمارين استرخاء ثم الانصراف.</p>	<p>10 د</p>	<p>ثالثاً: القسم الختامي</p>

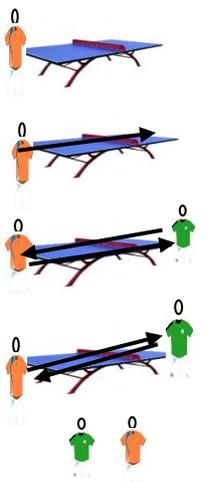
الملحق (2)

نموذج للوحدة التعليمية لمهارة الضربة الخلفية المستقيمة بكرة الطاولة

زمن الوحدة: (90) دقيقة.

المجموعة: التجريبية
عدد الطلاب: (10) طالب.

الهدف التعليمي: تعلم مهارة (الضربة الخلفية المستقيمة بكرة الطاولة).

الملاحظات	الرسوم التوضيحية	الفعاليات	الزمن	أقسام الوحدة
<p>- التأكد من الحضور</p> <p>- تطبيق الإحماء من قبل المتعلمين جميعهم</p> <p>- تنفيذ التمارين البدنية بصورة صحيحة</p>		<p>تهيئة الأدوات والتجهيزات الرياضية.</p> <p>إحماء عام للجسم لتهيئة الجهاز الدوري التنفسي .</p> <p>إحماء خاص (إعطاء تمارين بدنية خاصة بالمهارة)</p>	<p>20 د .</p> <p>5 د .</p> <p>5 د</p> <p>10 د</p>	<p>أولاً: القسم التحضيري</p> <p>- الجانب التنظيمي</p> <p>الإحماء</p> <p>1- إحماء عام</p> <p>2- إحماء خاص</p>
<p>الانتباه على شرح المدرس وعرضه أثناء تنفيذ المهارة</p>		<p>شرح تفاصيل المهارة مع بيان أهميتها</p> <p>ثم عرض الأداء الفني (التكنيك) لمهارة الضربة الخلفية المستقيمة بكرة الطاولة.</p>	<p>60 د</p> <p>15 د</p>	<p>ثانياً: القسم الرئيسي</p> <p>- الجانب التعليمي</p>
<p>تطبيق المهارة بصورة صحيحة.</p> <p>التأكد من أداء المهارة على وفق الواجب الحركي الصحيح.</p>		<p>تمرن على المهارة.</p> <p>يقف اللاعب من جهة اليمين من الطاولة ويقوم بأداء الضربة الخلفية المستقيمة باتجاه القطري على الطاولة مع الزميل.</p> <p>يقف اللاعب من جهة اليسرى من الطاولة ويقوم بأداء الضربة الخلفية المستقيمة باتجاه القطري على الطاولة مع الزميل.</p> <p>- تمرين أداء الضربة الخلفية المستقيمة مع الزميل مع التحرك الى الامام والخلف.</p> <p>-تمرين أداء الضربة الخلفية المستقيمة من خط القاعدة مع اللاعبين حيث يتم اللاعب مع الاثنين في وقت واحد ومن كلتا الزاويتين.</p> <p>5 دقائق للراحة بين التمارين.</p>	<p>45 د</p> <p>10 د</p> <p>10 د</p> <p>10 د</p> <p>10 د</p> <p>5 د</p>	<p>- الجانب التطبيقي</p> <p>تمرين (1)</p> <p>تمرين (2)</p> <p>تمرين (3)</p> <p>تمرين (4)</p>
		<p>تمارين استرخاء ثم الانصراف.</p>	<p>10 د</p>	<p>ثالثاً: القسم الختامي</p>