

**The effect of command–style exercises in terms of body mass index
on the performance level of the hammer throwing competition for 12–
year–old students**

Dr. Monther Hussain Muhammad

Educational Supervisor of Rusafa Education

Hsynmthr960@gmail.com

Abstract

The problem of the study is focusing on the effect of the commanding method in teaching the performance of hammer throwing for beginners of ages (12) years. The objective of the study is to prepare an educational curriculum using the command method according to body mass in teaching performance. As well as identifying the effect of the commanding method according to the body mass above (40) kg and below (40) kg, and the best of the two research groups according to mass. The researcher hypothesized that there were significant differences for the two groups, and the group that was characterized by a mass of more than (40) kg was considered the best. The sample of the research was the primary stage students - age 12 - from Qutayba bin Muslim Al-Bahili School / Al-Rusafa Education -2 ,(20) students. The researcher used the experimental approach to suit the research problem. The researcher also used the statistical means of the (Spss) program through the computer in processing the scores obtained from the pre and posttests.

The results were significant in favor of the group with a mass of more than (40) kg. The researcher recommended using the educational curriculum similar to the special curriculum in teaching athletics activities in schools and training centers affiliated to the Directorate of Education of Rusafa/2.

Keywords: Command style, BMI, Hammer Throw.

تأثير تمارينات بالأسلوب الامري بدلالة مؤشر كتلة الجسم في مستوى أداء مسابقة رمي المطرقة
لتلاميذ بعمر 12 سنة

أ.م.د. منذر حسين محمد

مشرف تربوي تربية الرصافة

ملخص البحث

تكمن مشكلة البحث بخصوص تأثير الأسلوب الأمريكي في تعليم أداء فعالية رمي المطرقة للمبتدئين للأعمار (12) سنة . هدفت الدراسة الى اعداد منهج تعليمي باستخدام الأسلوب الأمريكي على وفق كتلة الجسم في تعليم الأداء . كذلك التعرف على تأثير الأسلوب الأمريكي وفق كتلة الجسم فوق (40) كغم ودون (40) كغم وافضل مجموعتي البحث حسب الكتلة . وفرض الباحث وجود فروق معنوية للمجموعتين وكانت الأفضل المجموعة التي تميزت بكتلة فوق (40) كغم.

اماعينة البحث فقد كانوا تلاميذ المرحلة الابتدائية - العمر 12 - من مدرسة قتيبة بن مسلم الباهلي / تربية الرصافة -2 والبالغ عددهم (20) تلميذ. استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته مشكلة البحث . كما استخدم الباحث الوسائل الإحصائية لبرنامج (Spss) عن طريق جهاز الحاسوب في معالجة الدرجات التي تم الحصول عليها من الاختبارين القبلي والبعدي.

وكانت النتائج معنوية لصالح مجموعة ذوي الكتلة فوق (40) كغم . واوصى الباحث باستخدام المنهج التعليمي أسوة بالمناهج الخاصة في تعليم فعاليات العاب القوى في المدارس ومراكز التدريب التابعة لمديرية تربية الرصافة /2 .

الكلمات المفتاحية : الأسلوب الامري ، مؤشر كتلة الجسم ، رمي المطرقة

التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

تحظى فعالية رمي المطرقة لرعاية واهتمامين كبيرين في كل مكان كونها من أكثر ألعاب الرمي قوة وإثارة وإنجاز في بقية فعاليات الرمي خاصة وفعاليات ألعاب القوى عموماً لقد تطورت بمرور الزمن وهذا التطور لم يكن وليد الصدفة وإنما نتيجة اعتماد الأساليب العلمية في التعليم والتدريب حيث أصبح الاهتمام بالتربية والتعليم في بلدان العالم المختلف معياراً أساسياً لتقدمها العلمي أذ أن الاهتمام بالعلم والتفكير في أساسات التقدم العلمي للمجتمعات والذي امتد ليشمل أساليب التدريس في التربية الرياضية وإن هذا التطور لم يكن جديداً وإنما جاء نتيجة أبحاث ودراسات جادة كان هدفها الارتقاء لمستوى العملية التدريسية في مجال العلوم المختلفة بصورة عامة وفي مجال التربية الرياضية بصورة خاصة وعلى هذا الأساس ظهر العديد من الأساليب في التربية الرياضية حتى أصبح عملاً فنياً متطوراً.

أن أساليب التدريس تختلف بحسب المستويات العلمية والبدنية وكذلك البيئية فضلاً عن نوع الفعالية الممارسة إذ يوجد لكل فعالية أسلوب تدريسي أمثل يجب على المدرس معرفته من أجل الارتقاء بالعملية التعليمية.

إذ يجب أن لا تقتصر العملية التعليمية على زويد المتعلمين المعارف والمعلومات حول المهارة فقط بل ينبغي أن ترتقي بالتلميذ نحو الأفضل في التعلم.

ومن أجل تحقيق المهام الجديدة العصرية للتربية الرياضية تتطلب تطوير نظام التدريسي المتبع الذي يركز على المعلم كون المرحلة الابتدائية حاجة إلى معلومات

لاجل صقلها بأوامر وقرارات المعلم وتكمن أهمية البحث في التعرف على تأثير الأسلوب الأمري وفق كتلة الجسم في تعليم أداء فعالية رمي المطرقة وتحديد مدى الفائدة التي يحققها الأسلوب في استثمار وقت تعلم خلال درس التربية الرياضية .

2-1 مشكلة البحث

بالنظر لتعدد أساليب التدريس واستخدامها في تعلم الالعاب الرياضية في المراحل الدراسية كافة ويبقى البحث عن الاسلوب الامثل الذي يلئم كل مرحلة ولعبة معينة بما ينسجم مع قابليات وقدرات المتعلمين استثماراً للجهد والوقت من اجل الوصول الى تحقيق الاهداف ان نجاح اي موقف تعليمي يساعد المعلم والمتعلم على تحقيق الاهداف المخططة لها وهذا النجاح يعتمد على حسن اختيار المعلم لأساليب التدريس التي تنظم عملية تعلم التلاميذ المهارات الاساسية أو حركات الاداء للعبة وتساعد على بلوغ الاهداف بأيسر السبل، كما ان كثيرا من التلاميذ تواجههم صعوبات في عملية التعلم لبعض المهارات وان عملية تعليمهم تتطلب تطبيق بعض الاساليب الحديثة من أجل السيطرة على التلاميذ والانتباه والتركيز على المعلومات الصادرة بقرارات المعلم الفردية للتلاميذ مما يؤدي الى اثاره دوافعهم نحو التعليم الصحيح ومن خلال ملاحظة ومتابعة الباحث للمراكز التدريبية التابعة للنشاط الرياضي لمديرتنا ولقاءاته مع المعنيين في طرائق التدريس الالعاب القوى خاصاً فاعاليات الرمي يستخدمون الاسلوب الامري مع فاعاليات الاركااض والقفز ولكن فاعاليات الرمي كرمي المطرقة كلعبة جديدة على تلاميذ المراكز التدريبية اقترح باستخدام هذا الاسلوب وفق كتلة الجسم واعتقد بأن هذا الاسلوب أفضل للسيطرة على التلاميذ كون العبة ذات ادوات عند إدائها تشكل خطورة في المكان السيطرة على التلاميذ وتعليم الاداء لأصحاب كتلة الجسم فوق الاربعين كغم ودون الاربعين كغم ومعرفة الاجسام قوية خلال اداء لعبة.

1-3 اهداف البحث

- 1- اعداء تدريبات الاسلوب الامري بدلالة مؤشر كتلة الجسم في مستوى الاداء مسابقة رمي المطرقة لتلاميذ 12 سنة.
- 2- التعرف على تأثير تدريبات الاسلوب الامري بدلالة مؤشر كتلة الجسم في مستوى الاداء مسابقة رمي المطرقة لتلاميذ 12 سنة.

3- التعرف على اي المجموعتين ذات الكتلة فوق الاربعين كغم دون الاربعين كغم افضل في تعليم فعالية رمي المطرقة على لتلاميذ لعمر 12 سنة

4-1 فرضيات البحث

1- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي في تعليم في فعالية رمي المطرقة للمجموعتين فوق 40 كغم ودون 40 كغم ولصالح الاختبار البعدي

2- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات البعدية في تعليم فعالية رمي المطرقة لمجموعتي البحث و لصالح المجموعة التجريبية الاولى لكتلة فوق 40كغم

5-1 مجالات البحث

*المجال البشري 20 من مرحلة السادس الابتدائي - مدرسة قتيبة بن مسلم الباهلي - تربية بغداد الرصافة2

* المجال الزمني الاربعاء 2022/10/12 ولغاية الاثنين 2022/12/12

* المجال المكاني ساحة مدرسة قتيبة بن مسلم الباهلي الترابية - تربية بغداد الرصافة2

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث

استخدم المهنج لتجريبي لملائمة مشكلة البحث ذات المجموعات المكافئة طبيعة الدراسة والذي يقوم على اساس منهج البحث العلمي

2-2 عينة البحث (تكافئ المجموعتين)

تم اختيار العينة لمجتمع الاصل المتمثل بتلاميذ مرحلة السادس الابتدائي من مدرسة قتيبة بن مسلم الباهلي- تربية بغداد الرصافة2 البالغ عددهم (36) تلميذ حيث تم اعتماد الطريقة العمدية في اختيار العينة وتم استبعاد 16 تلميذ لغرض تجربة الاستطلاعية وأصحاب الوزن الطبيعي لقللة وبذلك اصبحت العينة (20) تلميذ إذ قام الباحث (BMI)الباحث باستخدام مؤشر الكتلة لتحديد واختيار

المجموعتين التجريبيتين المتكافئتين الاولى فوق 40 كغم والثانية دون 40 كغم حسب مؤشر كتلة الجسم : معادلة مؤشر كتلة الجسم = الوزن بالكيلو الغرام / الطول بالمتر المربع

النحافة (16-17) كغم

النحافة الحقية (17-18.5) كغم

زيادة الوزن (25-30) كغم

السمنة من الفئة الاولى (30-35) كغم

السمنة من الفئة الثانية (35-40) كغم

السمنة من فئة الثالثة (اكثر من 40) كغم

جدول (1) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة المحتسبة ومستوى الخطأ في متغيرات تكافؤ مجموعتي البحث الاولى فوق 40 كغم والثانية دون 40 كغم

مجموعة الاولى	مجموعة الثانية	T المحتسبة	مستوى الخطأ	الدالة
س	ع	س	ع	
2.311	0.422	2.44	0.91	0.635
				0.643
				عشوائي

عند مستوى دلالة (0.5) ودرجة حرية (18)

3-2 أدوات البحث وسائل جمع المعلومات

1- ساحة لرمي المطرقة الترابية

2- شريط قياس وساحة توقيت

3- أداة رمي وزن 500 غم الى 1 كغم مع سلك وقبضة + عصي ماسحات واداة الصولجان

4- جيبس

5- أعلام ابيض + احمر

6- صندوق رمي (مؤمن بشبكة السلامة)

7- كاميرا تصوير لتقييم الاداء (فديوية)

8- المصادر العربية والاجنبية

2-4 الاختبارات وخطوات إجراءات البحث

2-4-1 تحديد الاختبارات الخاصة بالبحث باعداد استمارة خاصة باختبار تقييم الاداء لتلاميذ بعمر

12 سنة للاطلاع على الخبراء *

2-4-2 استمارة الملاحظة

بعد الاطلاع على العديد من المصادر والدراسات والبحوث تم التوصل الى استمارة ملاحظة تم أعدادها (محمد شيت الزبيدي 2000: 38) وهي على البنية العراقية تم عرضها على السادة الخبراء وهي تمثل ملاحظات التدريس (الشرح والعرض) للدرس والاداء الصفي في درس التربية الرياضية وتهدف الى تحديد ابعاد كل مهارة على حدا لقياس نتائج التجربة والقياس بعملية التقييم لداء افراد العينة للحركات قيد الدراسة والتي شملت وقفة البداية والمسكة - المرجحات التمهيدية (التحويط حول أكتاف الجسم)- الانتقال الى الدورة الاولى- الدوران- الرمي- التغطية (التوازن) (السعيد علي ندا . احمد ماهر 1970: 342)

لذلك تعد الاستمارة بمثابة الدليل للملاحظة لتسهيل التقديرات للاداء وفق المستويات المحددة في الاستمارة (ماهر محمد، مجيد مهدي 1995 : 113)

2-4-3 التجربة الميدانية :

أستخدم الباحث كاميرا فديو لتصوير المتغيرات لعينة البحث وذلك لمعرفة الاداء للمتطلبات وبعد الانتهاء من التصوير تم التقييم عن طريق الفلم الفيديو للاختبارات والملف , تحليل الحركات

* ا.د عبد العزيز نايف الطائي تدرييب بايو ميكانيك- كلية تربية وعلوم الرياضة- جامعة بغداد
حيدر فائق الشماع تدرييب - كلية تربية وعلوم الرياضة- جامعة بغداد
ا.م. د . عباس علي لفته - كلية تربية وعلوم الرياضة- الجامعة المستنصرية

للأداء والرمي لفعالية رمي المطرقة بالاسلوب الامري لتقييم الاداء الحركي لافراد العينة من المبتدئين التلاميذ لعمر 12 سنة من تلاميذ المرحلة السادس الابتدائي

2-4-4 التجربة الاستطلاعية

وهي دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على العينة قبل قيام البحث الرئيسي (وجيه محجوب، أحمد البدرى 2002 : 35)

لذا قام الباحث بإجراء تجربة على عينة من (10) تلاميذ بنفس العمر والمرحلة الدراسية كذلك (6) تلاميذ غير ملتزمين تم استبعادهم من التجربة الرئيسية يوم الاربعاء 2022/10/12 الساعة 10 صباحاً خلال درس التربية الرياضية كان الهدف من اجراء التجربة الاستطلاعية:

1- التعرف على الوقت المخصص لاداء الاختبارات

2- التأكد من صلاحية الاجهزة والادوات المتاحة

3- التعرف على الامور السلبية التي تواجه الباحث قبل اجراء التجربة

4- التعرف على مدى ملائمة الاختبارات لعينة البحث

5- تنظيم واجبات فريق عمل المساعد

2-4-5 الاختبار القبلي

بعد قيام الباحث بأجراء التجربة الاستطلاعية وتجهيز ادوات الاختبارات قام بأجراء الاختبار القبلي يوم الخميس بتاريخ 2022/10/13 في الساعة العاشرة صباحاً قبل بدء تنفيذ منهاج التعليمي بالتمرينات الخاصة على أفراد العينة من خلال إعطاء محاولتين لرمي المطرقة وتسجيل أحسن المحاولتين وإعطاء التقييم بالدرجة حسب صعوبة الحركة لاجزاء الجسم من خلال التصوير بالكاميرا الفيديوية.

2-4-6 المنهج التعليمي

قام الباحث بأعداد تمارين خاصة لتعليم مهارات التدريس بالأسلوب الامري المباشر لتقييم الأداء الحركي لأفراد العينة بدأ من يوم الاثنين الموافق 2022/10/17

1- تعرض مدة منهاج (8) اسابيع بواقع (2) وحدات تعليمية اسبوعية (الاثنين والخميس) من كل أسبوع حسب حصص مادة التربية الرياضية للمرحلة السادس الابتدائي بدأ من يوم 2022/10/17 ولغاية 2022/12/12.

2- استغرقت مدة تنفيذ المنهج التعليمي (16) وحدة تعليمية

3- احتوت التمارينات على مجموعة من الحركات لاداء فعالية مري المطرقة لأفراد العينة وللمجموعتين (فوق كتلة 40 كغم ودون كتلة 40 كغم).

4- نفذت هذه التمارينات بالأسلوب الامري المباشر من قبل المعلم

5- عمل الباحث على وضع صعوبة الاداء بحسب امكانية افراد العينة كما قدر على وضع راحة في تكرارات ومجموعات التي تنفذها العينة

2-4-7 الاختبار البعدي

بعد قيام الباحث بأجراء تطبيقات منهج تعليمي تجريبي على عينة البحث، أجرى الاختبار البعدي على عينة البحث يوم الخميس المصادف 2022/12/17 الساعة العاشرة صباحاً على ساحة المدرسة الترابية إذ قام الباحث بأستخدام نفس الطريقة التي يتبعها مراعيّاً فيها الظروف المكانية وسائل وادوات الاختبارات وطريقة العمل في الاختبار القبلي.

2-5 الوسائل الإحصائية

عن طريق جهاز الكمبيوتر في معالجة الدرجات التي Spss استخدم الباحث برنامج

تم الحصول عليها في الاختبار القبلي والبعدي (ايمن صالح سلامة 2003: 60)

1- الوسط الحسابي 2- الانحراف المعياري 3- ت المحسوبة 4- مستوى الدلالة ، ف ، ع ف

3- عرض نتائج ومناقشة الاختبار القبلي والبعدي لعينة البحث

3-1 عرض نتائج الاختبار القبلي والبعدي لاداء رمي المطرقة

جدول (2) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والفرق بين الاوساط الحسابية وانحراف الفروق وقيميتي ت المحسوبة ومستوى الخطأ والدلالة في الاختبار القبلي والبعدي لمجموعتي البحث في فعالية رمي المطرقة

الدلالة	مستوى الخطأ	T المحسوبة	ع ف	ف	ع	س	ع	س	
معنوي	0.5	10.616	1.312	4.459	0.611	6.710	0.422	2.311	مج 1 فوق 40 كغم
معنوي	0.000	9,203	1.061	3.074	0.552	5.514	0.391	2.44	مج 2 دون 40 كغم

عند مستوى خطأ (0.05) درجة الحرية (9)

يبين جدول رقم (2) النتائج الاحصائية للاختبارين القبلي والبعدي لاداء الحركي لفعالية رمي المطرقة للمجموعة الاولى وفق كتلة الجسم فوق 40 كيلو التي استخدمت الاسلوب الامري حيث كانت نتائج متغير الاداء بنسبة للوسط الحسابي القبلي (2.311) والانحراف المعياري القبلي (0.422) في حين بلغ الوصل الحسابي البعدي (6.710) والانحراف المعياري البعدي (0.611) وكانت الفروق (4.495) وانحراف الفروق (1,312) وكانت قيمة (ت) المحسوبة (10.616) ومستوى الخطأ (0.5) وعليه فأن هناك فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح البعدي.

ومن خلال جدول 2 حيث كانت النتائج الاحصائية للاختبارين القبلي والبعدي لمتغير الاداء الحركي للمجموعة الثانية وفق كتلة الجسم دون 40 كغم حيث كانت نتائج متغير الاداء بالنسبة للوسط الحسابي القبلي (2.442) والانحراف المعياري القبلي (0.391) في حين بلغ الوسط الحسابي

البعدي (5.514) والانحراف المعياري البعدي (0.552) وكانت الفروق (3.074) والانحرافات الفروق (1.061) وكانت قيمة (ت) المحتسبة (9.203) ومستوى الخطأ (0.05) وعليه لإن هناك فروق ذات دلالة معنوية وعليه تبين الاختبار القبلي والبعدي وعليه كان هناك فروق بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

جدول (3) يبين الفروق بين مجموع القيم للمجموعة الاولى لكتلة الجسم فوق 40 كغم ومجموع القيم للمجموعة الثانية لكتلة الجسم دون 40 كغم لأداء رمي المطرقة

م1	م2	T قيمة المحتسبة	مستوى الخطأ	الدالة
س	ع	س	ع	
6.77	0.611	5.514	0.552	معنوي
		3.411	14%	

عند مستوى خطأ (0.05) درجة حرية (18)

الاولى فوق 40 كغم ومجموع القيم للمجموعة الثانية دون 40 كغم لأداء فعالية رمي المطرقة بأسلوب الامر. حيث كانت نتائج متغير الاداء الحركي للوسط الحسابي للمجموعة الاولى (6.77) وبانحراف معياري (0.611) الوسط الحسابي لمتغير الاداء الحركي للمجموعة 2 (5.514) وبانحراف معياري (0.552) اما قيمة ت المحتسبة (3.411) ومستوى الخطأ ومستوى الخطأ (0.014) وعند دلالة معنوية .

مناقشة النتائج:

من خلال مراجعة الجدولين 2,3 اظهرت النتائج لتقييم الاداء الحركي لرمي المطرقة لعينة المجموعتين بالاسلوب الامر أن اتقان المهارة لكافة حركاتها حسب مراحل الاداء

الحركي (عنايات محمد أحمد 1998 : 111-112) كون الباحث أعطى واجبات لاداء الماهرة لتمارين خاصة تهدف لخدمة اتقان المهارة ويعزو الباحث تعلم المجموعة الاولى وفق كتلة الجسم فوق 40 كغم التي تعلمت بالأسلوب الامر حيث كان التلميذ يركز وينتبه لمعلومات المعلم أي اتخاذ قرارات

المعلم ومع أعطاء التغذية الراجعة البيئية وخلال تعلم المهارة واتقانها وتدرج من الصعب الى السهل لمساعدة المعلم وبالتكرارات التي تصدر من المعلم فقط وكانت كتلة الجسم فوق 40 كغم لها تاثير في عملية رمي المطرقة نتيجة قوى التي يمتلكها التلميذ من خلال كتلة الجسم التي ساعدت على مرجحة الأداة وتحويطها حول الجذع ورميها بقوة و يؤكد الباحث ألى أن مجموعة التمارين التي أستخدمت في الجزء الرئيسي والتي تهدف الى تعليم المهارة بحركاتها بصورة مشوقة وبالاسلوب الامري المباشر بعيداً عن الملل والرتابة في التمرينات الشكلية في الدرس، وهذا ما اشار اليه (محمد عبد القادر 1993: 30) (ان استخدام التمارين المشوقة في التدريب يعد عاملاً مهماً للارتقاء بالمستوى الفني والبدني والنفسي للاعب) وقد توصل الباحث أن ملائمة الاسلوب lan word: (1980) (إذ اشار الى ان طرائق التدريس يجب ان تكون ملائمة لاعمار التلاميذ الى ان طرائق وقدراتهم العقلية والبدنية ولا بد من مراعاة الحالة العامة والظروف المحيطة بالدرس من اجل تحقيق الاهداف المطلوبة).

وبما ان الاسلوب الامري يعتمد على المعلم إعتماًداً كلياً وهو الذي يقوم بكل شيء والتلميذ مرتبط إرتباطاً تاماً مع قرارات المعلم وإيعازاته ساعد على تركيز التلاميذ وانتباههم وعدم الشرود الذهني عن تعليم المهارة من خلال اعطاء المعلومات والتوجيهات وبقرارات فردية بخصوص بدء وانهاء الواجب الحركي.

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات

- 1-تفوق المجموعة الاولى التي استخدمت الاسلوب الامري وفق كتلة لجسم فوق 40 كغم على مجموعة الثانية التي استخدمت الاسلوب الامري وفق كتلة لجسم دون 40 كغم.
- 2- ان المنهج التجريبي باستخدام الاسلوب الامري حقق تأثير ايجابي للمجموعتين وكانت الافضلية للمجموعة الاولى فوق 40 كغم
- 3-ان الاسلوب الامري له فاعلية بتأثيره على تعليم الفئة العمرية تعليم فعالية رمي المطرقة

4- هناك كتلة جسمية يمكن الاعتماد عليها كأساس لاختيار المبتدئين لفئة 12 سنة لرمي المطرقة

2-4 التوصيات

1- اعتماد الاسلوب الامري في تعليم المهارات الصعبة من اجل السيطرة على التلاميذ للاعمار الصغيرة

1- أعتماا المنهج التعليمي باءءءءام الاسلوب الامري وفق كءلة الجسم في تعليم فعالية رمي المطرقة على التلاميذ ذوي كءلة الكبيرة في المراكز ءءربية ءابعة لمراكز ءءرب لمءيرية الرصافة.

2- عمل ءورات ءءربة للمعلمين لءءريفهم بالاساليب ءءلومة ءءبئة لءءقف وءوعية المعلمين على ضرورة اسءءءام الاساليب ءءي ءعلم حسب قءرات وعقلية التلاميذ وخاصة اساليب(موسءن)

3- اءءيار المبتءئين وفق كءلة الجسم المناسبة وءءي ءرج بها الباءء لءورها الفاعل في ءءنك



المصادر

- 1- أطروحة دكتوراة (غير منشورة) كلية التربية الرياضية الموصل 2000 .
- 2- اليعيد علي ندا، أحمد ماهر: الرمي في سباقات الميدان والمضمار، دار الكتب الجامعية .. الاسكندرية 1970، ص 342
- 3- ماهر محمد، مجيد مهدي: اساسيات طرائق التدريس العامة ، دار الحكمة للطباعة والنشر، 1995.
- 4- وجيه محجوب، احمد بدري: البحث العلمي (بغداد، مطابع التعليم العالي، 2002)
- 5- ايمن صالح سلامة: الاحصاء اسس ومبدئ ط 1: (عمان، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، 2003)
- 6- عنايات محمد احمد فرج : مناهج طرائق التدريس للتربية الرياضية: (القاهرة، مدينة نصر، دار الفكر العربي، 1998)، ص 111-112
- 7- محمد عبد القادر: التربية الرياضية الحديثة: (بيروت، دار الجبل، 1993، ص 30).
- 8- Lan word: phvisical eduction elementary school in england : cultural company , London,1980.

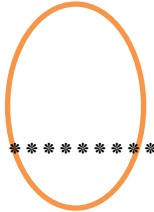
الملحق

نموذج لوحدة تعليمية للمجموعتين التجريبيتين

اليوم / التاريخ: 2022/10/17 الاثنين
 الفئة العمرية/ تلاميذ الصف السادس لعمر 12 سنة
 الوقت: 40 دقيقة
 الهدف التعليمي/ تعليم الاداء الحركي لفعالية رمي المطرقة
 الادوات/ كرات متنوعة الاوزان - اسلاك - صولجان

ت	اقسام الوحدة التعليمية	الزمن	تفاصيل مفردات الوحدة التعليمية	التنظيم	الملاحظات
1	القسم الاعدادي (التحضيرى)	10د/د	2د أخذ الغياب وتهئية كافة الادوات خاصة كالكرات والعصي والصولجان والاسلاك ووضعها في الساحة 4د أخذ أحماء عام لكافة اعضاء الجسم والهرولة حول الساحة مع حركات الذراعين والورك ورفع الركبتين للأمام مع ضرب العقب بالورك 4د تهيئة خاصة للمفاصل والعضلات العاملة التي تعمل على داء حركات اداء رمي المطرقة وكافة اجزاء الجسم	*  * ***** ***** * ***** *	اخذ الغياب الهدوء والنظام والاحترام السيطرة على اداء التمارين بؤامر المعلم
2	قسم الرئيسي * جزء التعليمي	25د	10د لشرح الاداء للحركي للفعالية لكافة حركاتها من قبل المعلم وانتباه والتركيز قرارته منقبل التلاميذ ثم تطبيق المهارة من قبل احد التلاميذ الجديدين بعد تقسيم افراد العينة الى مجموعتين امام المعلم		



تصحيح الاخطاء بشكل اني	* * * * * *	15/د يقسم افراد العينة الى موعتين والقيام بعملية رمي الكرات أو العصي او الصولجان بعد مسكها وتحويط الاداة حول الجزع والبدء بدورة ثم رمي الاداة الى الامام في داخل مجال الرمي مع ملاحظة المعلم بالتصحيح الانبي خلال التعليم وفق قانون العبة وبعده تكرارات حسب المجاميع بتوجيهات وقرارات المعلم		* الجزء التطبيقي	*
تأكيد على رمي الكرة بشكل صحيح الانصراف للصف	 ***** * * * * * * * *	4 لعبة صغيرة كالعبة صيد الحمام أي رمي الكرة على مجموعة داخل الدائرة من قبل مجموعة تقف على قوس الدائرة مع توجيه وإرشاد المعلم 1د/ وقوف منسق مع صيحة (رياضة نشاط) ثم الانصراف الى الصف	5/د	القسم الختامي	3 —