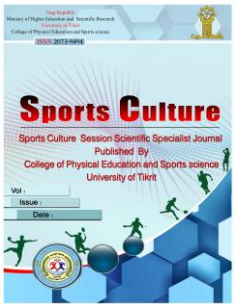
Sports Culture
IRAQI Academic Scientific Journals
العراقية المجلات الاكاديمية العلمية
http://jsc.tu.edu.iq/index.php/sport
ISSN: 2073 – 9494
E-ISSN: 2664 - 0988



The Effect of Using the Advanced Gradual Style Accompanied by Visual Immediate Feedback In Learning Over head Serve And Front Arm Pass Skill In volleyball on Female Intermediate School Students

Rabih Hazem Salman [1*]

1- AL-Hamdaniya University / College of Education / D epartment of Physical Education and Sports Science

A r t i c l e i n f o.

Article history:
-Received: 19/9/2019
-Accepted: 17/12/2019
-Available online: 31/12 /2019

Keywords:
- **Sophisticated gradient style**
- **Feedback**
- **Frontline transmission**
- **Scroll**

Abstract

The research aims to detect:Identify the Effect of Using the Advanced Gradual Style Accompanied by Visual Immediate Feedback In Learning Over head Serve And Front Arm Pass Skill In volleyball on Female Intermediate School Students . The researcher hypothesized that there is no statistically significant difference between the average scores of the experimental group studied according to the advanced gradual method associated with visual feedback and the control group in learning of performance of the skills in question . the experimental method was used.The research sample consisted of (26) female second grade students for the year (2018-2019) and distributed to two equal groups in the variables (age, height, mass and some elements of fitness) . Each group consisted of (13) students studied the experimental group in a sophisticated gradient method accompanied by immediate visual feedback . The control group in the teacher style (Traditional style). The researcher then prepared the teaching plans for the advanced gradient method accompanied by immediate visual feedback. After that, he applied the research experiment and the experiment lasted three weeks at a rate of two educational units per a week at a rate(6)educational units for each skill . the researcher applied the post tests to the two research groups The most important results:- The advanced gradient technique associated with visual feedback was better than the traditional method of teaching some volleyball skills.

Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture

* **Corresponding Author: Rabeslman03@gmail.com , AL-Hamdaniya University / College of Education / D epartment of Physical Education and Sports Science**

تاريخ البحث
- تم الاستلام :
- قبول البحث :
- متوفر على الانترنت:2019/12/31

الكلمات المفتاحية
- أسلوب المتدرج المتطور
- التغذية الراجعة
- الإرسال المواجه
- التمرير

أثر استخدام الأسلوب المتدرج المتطور المصاحب بالتغذية الراجعة الفورية البصرية في تعلم أداء مهارتي الإرسال المواجه من الأعلى والتمرير من أمام الرأس إلى الأمام بالكرة الطائرة على طالبات المرحلة المتوسطة

م.د ربيع حازم سلمان
جامعة الحمدانية/كلية التربية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

الخلاصة: يهدف البحث إلى الكشف عن اثر استخدام الأسلوب المتدرج المتطور المصاحب بالتغذية الراجعة الفورية البصرية في تعلم اداء أداء مهارتي الإرسال المواجه من الأعلى والتمرير من أمام الرأس الى الأمام بالكرة الطائرة على طالبات المرحلة المتوسطة . وافترض الباحث بأنه لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية التي درست على وفق الأسلوب المتدرج المتطور المصاحب بالتغذية الراجعة الفورية البصرية والمجموعة الضابطة في تعلم اداء مهارات قيد البحث . واستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة المشكلة . واشتملت عينة البحث على (26) طالبة من طالبات الصف الثاني المتوسط للعام (2018-2019) وزعوا إلى مجموعتين متكافئتين في متغيرات(العمر والطول والكتلة وبعض عناصر اللياقة البدنية) . وكل مجموعة تكونت من(13)طالبة درست المجموعة التجريبية بأسلوب المتدرج المتطور المصاحب بالتغذية الراجعة الفورية البصرية.والمجموعة الضابطة بأسلوب المدرس(الاسلوب التقليدي) . ثم قام الباحث بإعداد الخطط التدريسية لأسلوب المتدرج المتطور المصاحب بالتغذية الراجعة الفورية البصرية وبعدها بدأ بتطبيق تجربة البحث واستمرت التجربة ثلاثة اسابيع بواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع وبواقع (6) وحدات تعليمية لكل مهارة من مهارات قيد البحث . وفي نهاية التجربة طبق الباحث الاختبارات البعدية على مجموعتي البحث وبعد جمع نتائج الاختبارات قام الباحث بتحليل النتائج إحصائيا باستخدام الاختبار التائي للعينات المستقلة المتساوية العدد ، توصل الباحث إلى مجموعة من النتائج أهمها:إن أسلوب المتدرج المصاحب بالتغذية الراجعة الفورية البصرية كان أفضل من الأسلوب التقليدي في تعليم بعض مهارات الكرة الطائرة.وأوصى الباحث التأكيد على استخدام الأسلوب المتدرج المصاحب بالتغذية الراجعة الفورية البصرية في تدريس مادة الكرة الطائرة في المرحلة المتوسطة .

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث واهميته

إن التقدم العلمي والتطور التكنولوجي من أهم السمات المميزة للعصر الحديث ،وما ينتج عنه إعداد كبيرة من المتعلمين . يجعل من العملية التعليمية تواجه قضايا مهمة ، يأتي في مقدمتها تطوير طرائق التعليم واستخدام التقنيات التربوية على أفضل وجه بغية الوصول إلى تحقيق الأهداف التربوية المنشودة . إذ يسهم التطور الذي حصل في مجال تكنولوجيا التعليم في بلورة الدور الجديد للمدرس وتعزيزه ،وذلك إن دوره لم يعد ناقلاً للمعرفة ،بل أصبح منظماً وموجهاً ومشرفاً ومرشداً ومعداً لظروف التعلم بما يتيح لطلبته فرص التفاعل مع المواد

والأنشطة التعليمية في البرنامج التعليمي . وقد أكد الباحثون إن هناك أسسا مهمة يجب أن تراعى في بداية عملية التعلم وأثنائها والتي تعد احدى أهم الشروط الرئيسية لتعلم المهارات الحركية والممارسة لا تعدّ مجرد تكرار للحركة ،إنما هي تكرار مصحوب بتعزيز و تعديل أي ظهور تحسن تدريجي في الأداء نتيجة لتصحيح الأخطاء والثناء على الأداء الصحيح .(Derri,2007 ,94)

ولتحقيق ذلك لابد من توفير بيئة ينهمك الطلاب فيها شخصياً في عملية البناء تعرف ببيئة التعليم الفعال والتي ترمي إلى مساعدة الطالب على تحصيل الأفكار وإعطاء الإحكام والقرارات المناسبة للوصول إلى الاستنتاجات الصحيحة . إن التدريس هو عملية يهدف إلى إحداث التغييرات المرغوب فيها في سلوك المتعلم وإكسابه المعلومات والمعارف والمهارات من أجل تحقيق الأهداف التعليمية التي تسعى إلى إحداث تلك التغييرات السلوكية المرغوب فيها ."والمدرس يتوجب عليه أن يقوم بنقل هذه المعارف والمعلومات المطلوبة لتحقيق التغيير السلوكي العلمي بطريقة تثير اهتمام المتعلم ورغبته وتدفعه إلى التعلم مع الأخذ بنظر الاعتبار صفاته وخصائصه النفسية والاجتماعية والعقلية والجسمية ". (الحيلة ،1999: 24- 25)

وان التغذية الراجعة من المتغيرات المهمة في عملية التعلم لما توفره من معلومات تصحيحية تعمل على تجنيب اخطاء التعلم ."وتعرف بانها المعلومات التي يحصل عليها الفرد نتيجة اداء معين" (سعدالله :2008 148،) ويضيف (لزام،2005)"إن المعلومات البصرية لها اهمية كبيرة لتعلم انماطاً مختلفة من المهارات الحركية باستخدام الافلام والنماذج الحية وكذلك الصور التوضيحية"(لزام،2005 ،371) .

كما ان استخدام التغذية الراجعة بوصفها وسيلة لتقديم المعلومات يساعد على تطوير الاداء المهاري في الالعاب والفعاليات، ولعبة الكرة الطائرة واحدة من هذه الالعاب التي هي بالتأكيد واحدة من أكثر الرياضةات انتشاراً في العالم وأصبح انتشارها أكثر وضوحاً في المدة الأخيرة . وإن المهارات الأساسية هي ضرورة حتمية يجب ان يجيدها لاعب الكرة الطائرة إجادة تامة، إذ عن طريقها وبالتعاون بين إفراد الفريق يمكن تحقيق الجانب الخططي سواء الدفاعي أو الهجومي، ولأجل ان يتقن اللاعبون المهارات الأساسية البسيطة والمفردة والمركبة ، يجب على كل من المدرس والمدرب إن يقدم لهم وسائل التدريب المتنوعة بغية الارتقاء بمستوى أداء هذه المهارات . وأن يبحث عن الأساليب التي تتناسب مع المجموعة التي يروم تعليمها.ومن هنا تكمن اهمية البحث في الكشف عن اثر استخدام الأسلوب المتدرج المتطور المصاحب بالتغذية الراجعة الفورية البصرية في تعلم أداء مهارتي الإرسال المواجه من الأعلى والتمرير من أمام الرأس إلى الأمام بالكرة الطائرة على طالبات المرحلة المتوسطة .

1-2 مشكلة البحث :

تتمثل مشكلة البحث الحالي بوجود حاجة ملحة لتحسين استراتيجيات وطرائق التدريس المستخدمة في تدريس ميدان من ميادين المعرفة في التربية الرياضية ألا وهي لعبة الكرة الطائرة . وان تعلم مهاراتها من الأمور

التي يلاقي فيها الطلاب صعوبة في إتقانها ،لذا أتت فكرة البحث في إيجاد أسلوب يمكن الطالبة من إتقان مهارتي الارسال المواجه من الاعلى والتمريرة من امام الراس الى الامام ، ومن هنا يسعى الباحث إلى التحقق تجريبيا من فاعلية الأسلوب المتدرج المتطور المصاحب بالتغذية الراجعة الفورية البصرية في تدريس مادة الكرة الطائرة لطالبات المرحلة المتوسطة. ولغرض تحديد المشكلة فان البحث يسعى للإجابة عن التساؤل الآتي :

ما أثر استخدام الأسلوب المتدرج المتطور المصاحب بالتغذية الراجعة الفورية البصرية في تعلم اداء مهارتي الارسال المواجه من الاعلى والتمرير من امام الراس الى الامام بالكرة الطائرة على طالبات المرحلة المتوسطة .

1-3 هدف البحث :

يهدف البحث الحالي إلى الكشف عن :

اثر استخدام الأسلوب المتدرج المتطور المصاحب بالتغذية الراجعة الفورية البصرية في تعلم اداء مهارتي الارسال المواجه من الاعلى والتمرير من امام الراس الى الامام بالكرة الطائرة على طالبات المرحلة المتوسطة .

1-4 فرض البحث :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية التي درست وفق الأسلوب المتدرج المتطور المصاحب بالتغذية الراجعة الفورية البصرية ومتوسط درجات المجموعة الضابطة في تعلم اداء مهارات قيد البحث .

1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : طالبات متوسطة الحمدانية للبنات .

1-5-2 المجال الزماني : إبتداءً من 20 /2019/3 ولغاية 15 /2019/4 .

1-5-3 المجال المكاني: الساحة الخارجية لمدرسة متوسط الحمدانية للبنات .

1-6 المصطلحات الواردة في البحث :

1-6-1 **الأسلوب المتدرج المتطور** : يعرفه (ألتك،1998)"هو الأسلوب المتعارف عليه في تدريس التربية الرياضية عن طريق تجزئة المهارة إلى عدّة أجزاء إذ يتم تعليم الجزء الأول ثم الانتقال إلى الجزء الثاني وبعد إتقان الجزء الثاني يتم ربط الجزء الأول والثاني،ثم الانتقال إلى الجزء الثالث وبعد اتقانه يتم ربط الجزء الأول والثاني والثالث ،ثم الانتقال إلى الجزء الرابع وهكذا".(ألتك،1998، 23)

1-6-2 التغذية الراجعة الفورية: يعرفها(حماد،2001)بأنها"تزويد المتعلم بالمعلومات أو التوجيهات أو الإشارات اللازمة لتعزيز أداءه أو تصحيحه فهي تتصل مباشرة بالسلوك الملاحظ وتعقبه مباشرة". (حماد،106،2001)

1-6-3 التغذية الراجعة البصرية : يعرفها (نبهان،2008)بأنها "وهي المعلومات التي تأتي من مصادر حسية داخلية أو تشترك فيها منظومات عصبية عدة تؤثر في السيطرة على الحركة ". (نبهان ، 2008، 24)

2-6-4 المهارات الاساسية :

عرفها (الجميلي، 2002)"بانها الحركات التي ينبغي على اللاعب تنفيذها وحسب الظروف التي تتطلبها لعبة كرة الطائرة بهدف الوصول الى نتائج ايجابية والاقتصاد في المجهود البدني وتأخر ظهور التعب على اللاعبين، لذلك يجب اتقانها اتقاناً تاماً". (الجميلي، 2002، ص 35) .

2-الإطار النظري:

2-1 الطريقة الجزئية:

"هي الطريقة التي تعتمد على تقسيم عناصر الحركة أو المهارة إلى أجزاء وهي تعد ذات أهمية بالغة في التعلم ، إذ يتم تعليم كل جزء من عناصر الحركة أو المهارة على انفراد ،وهذه الطريقة كثيرة الاستخدام في التعليم لما تمتاز به من سهولة وبساطة في التنفيذ إذ يمكن للمتعلم فيها إن يتفهم ويستوعب الأجزاء الرئيسة للحركة أو المهارة المراد تعلمها كما أنها فعالة جدا عند تعليم المهارات الحركية المركبة والصعبة ومن".(لزام وآخرون ،53،2005)0

2-1-1 أنماط الطريقة الجزئية:

إن هذه الطريقة تعتمد على تقسيم الحركة إلى أجزاء رئيسة ثم يبدأ في تعليم كل جزء على حدا،وبعد اتقان أجزاء الحركة يقوم المتعلمون بأداء الحركة ككل وذلك بربط الأجزاء وهناك تساؤل هو بأي جزء من الحركة تبدأ والجواب هناك طريقتان :

أولى:تعليم الجزء الرئيسي ثم الأجزاء الباقية حسب أهميتها والانتقال من جزء لآخر بعد إتقان عملية تعلم ذلك الجزء.

الثانية:تعليم الأجزاء حسب تسلسلها الحركي .

2-1-2 الأسلوب المتدرج المتطور :

هو أسلوب مشتق من الأسلوب المتدرج الاعتيادي ويحتل مركزا متطورا أو متقدما عليه ، إذ يذكر بسطويسي "(عند تعليم المهارة أو الفعالية وحسب التسلسل الحركي لها يتم ربط الجزء الأول والثاني قبل تعلم

الثالث ، ثم يربط الجزء الثالث والثاني والأول قبل تعلم الجزء الرابع وهكذا بالنسبة لبقية الأجزاء وبهذا تعاد الأجزاء المتعلمة السابقة مرات عدة عند تعلم كل جزء جديد". (بسطويسي، 1984 ، 42)

2-1- 3التغذية الراجعة :

"يعد مفهوم التغذية الراجعة من المفاهيم التربوية الحديثة التي ظهرت في النصف الثاني من القرن العشرين،غير إنها لاقت اهتماما كبيرا من التربويين وعلماء النفس على حد سواء، ومصطلح التغذية الراجعة استخدم أولا في علوم الفيزياء والهندسة وقد قصد به إرجاع قسم من مخرجات النظام إلى مدخلاته بقصد التصحيح"(flanders,1970,p.240)،ثم انتقل استعمال هذا المصطلح إلى ميادين التربية وعلم النفسإذ،يعرف بوبي (BoBBie)التغذية الراجعة بأنها"المعلومات الحسية التي تأتي للفرد وتجعل بالإمكان حصول التقدم المعرفي والمهاري"(BoBBie (blocker,1979,p81).كما أكدت بحوث كثيرة على أن معرفة المتعلم بنتائج تعلمه ومدى تقدمه تساعده على ايجادة تعلمه وزيادته من حيث مقداره وسرعته ونوعه،والمتعلم في هذه الحالة يستخدم مبدأ النشاط الذاتي وذلك في اعتماده على نفسه في البحث والتفكير وتصحيح الأخطاء التي يقع فيها، وقد لوحظ إن المعلومات التي تقدم عن طريق التغذية الراجعة تفيد التعلم الإنساني إذ إنها تقوم بدور مهم في تدعيم الاستجابة المتعلمة .(عثمان،1978،ص160-161)

2-1-3-1انواع التغذية الراجعة

اختلفت الكثير من المصادر العلمية في تحديد انواع التغذية الراجعة وأساس هذا الاختلاف هو اعتماد الباحثون على مبادئ مختلفة في تحديد انواع التغذية الراجعة،فمنهم من اعتمد على مبدأ مصدر المعلومات، وآخرون على مبدأ زمن تلقي المعلومات وغيرهم اعتمدوا على نوع المعلومات وغيرها من المبادئ .إذ قسم(السامرائي والسامرائي، 1988)"التغذية الراجعة إلى ست مجاميع معتمدا على مبادئ متعددة للوصول إلى تحديد هذه الأنواع وهي:

1. التغذية الراجعة التعزيزية . 4.التغذية الراجعة النهائية .
2. التغذية الراجعة المضخمة. 5.التغذية الراجعة المتزامنة .
3. التغذية الراجعة الإعلامية. 6.التغذية الراجعة الإضافية."(السامرائي والسامرائي،53،1988)

أما بالنسبة لزمن تقديم التغذية الراجعة هناك تأثيرات مختلفة لتوقيت إعطاء التغذية الراجعة ولا سيما تأخيرها وان عدم التوقيت الجيد في إعطاء التغذية الراجعة خلال الأداء أو بعده له تأثيرات مختلفة ولذلك سوف نتطرق لكل شكل من هذين الشكلين على حدا .

1- التغذية الراجعة الآنية (المستمرة) :

هناك بعض المهارات تتطلب استخدام هذا الشكل من التغذية الراجعة ففي المهارات التي يمكن استخدام التغذية الراجعة الداخلية الاتية لغرض التصحيح والتحكم بالأداء فان أي تأخير وحتى لو كان لجزء من الثانية

فان ذلك يؤثر سلبا في الأداء وقد كتب في هذا المجال إن البحوث المختلفة التي درست تأخير إعطاء التغذية الراجعة الحسية إذا كانت سمعية أو بصرية ، قد توصلت إلى النتائج نفسها ، وان أي تأخير سوف يؤدي إلى إرباك في السلوك الحركي .

2- التغذية الراجعة النهائية:

"إن التغذية الراجعة الخارجية النهائية تعطي للفرد معلومات بعد انتهاء المحاولة أو الأداء وعادة تأخذ شكل المعلومات حلول النتيجة ومعلومات حول الأداء ويمكن إعطاء المعلومات حول النتيجة بعد الأداء مباشرة ويمكن أيضا تأخير إعطاء هذه المعلومات". (نبهان،2008، 33-34)

2-1-5 المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة

المهارات الأساسية في الكرة الطائرة هي مجموعة الحركات الخاصة والتي تمارس في اللعب والتمرين بهدف الحصول على أفضل نتيجة، وهي دائمة التكرار في كل نقطة من نقاط أشواط المباراة ويشتق من ذلك عدد من المهارات .

لقد تباينت التصانيف من مصدر إلى آخر في تقسيم المهارات الأساسية فهناك من قسمها إلى ست مهارات أساسية مثل. (الكاتب وآخران، 1987، ص91)، لكن الباحث يميل إلى التصنيف الذي ذكره كل من (الجميلي، 2006، ص54)، (البنا، 2008، ص79)، الذين يصنفون المهارات الى :

1. الإرسال. 2.التمرير من الأسفل (استقبال الإرسال).
3. التمرير من الأعلى. 4.الضرب الساحق.
5. الصد. 6.الدفاع عن الملعب. 7.مهارات طارئة.

2-1 -5-1 المهارات الأساسية المعنية بالدراسة :

إذ اقتصرت الدراسة على المهارات الأساسية الاتية :

1. مهارة الإرسال (الإرسال المواجه من الأعلى) .
2. مهارة التمرير من أمام الرأس للأمام .

2-1-5-1-1 مهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) :

"بعد أن يتعلم المبتدئون الإرسال من الأسفل من الضروري أن يتعلموا ارسال التنس وقبل البدء بتعلم الضرب الساحق إلى حد كبير من حيث حركة الذراع ووضع الجذع ويسمى بارسال التنس لتشابهه في الأداء بينه وبين الإرسال في التنس الأرضي من حيث حركة الذراع والكتف والجذع". (الخطايبة، 1996، ص103 . 105)

2-1-5-1-2 مهارة التمرير من أمام الرأس للأمام :

"تعد من أكثر أنواع التمريرات من الأعلى إستعمالاً وهي أساسية لتعليم جميع التمريرات لسهولة أدائها وتعلمها، بعد إتقان اللاعب هذه المهارة يستطيع أداء أوضاع مختلفة باتجاهات وأشكال متنوعة". (Kyle, 2007, p.2)

3- إجراءات البحث

3-1 منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث .

3-2 مجتمع البحث وعينه :

تمثل مجتمع البحث بطالبات المرحلة المتوسطة في قضاء الحمدانية وتم اختيار مدرسة متوسطة الحمدانية للبنات البالغ عدد طالباتها(304) طالبة بصورة عمدية(*) من مدارس القضاء البالغة (7) مدارس ومن هذه المدرسة اختار الباحث وبطريقة القرعة الصف الثاني المتوسط .

ان عينة البحث قد تم اختيارها من طالبات الصف الثاني متوسط في متوسطة الحمدانية للبنات للعام الدراسي (2018-2019) والبالغ عددهم (85) طالبة يمثلون ثلاث شعب . حيث تم اختيار شعبيتين(أ،ج) بالطريقة العشوائية (القرعة) قسمت إلى مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة.الشعبة(ج) المجموعة التجريبية درست بأسلوب المتدرج المتطور المصاحب بالتغذية الراجعة الفورية البصرية وشعبة (أ) المجموعة الضابطة درست على وفق أسلوب مدرس المادة (الاسلوب التقليدي) . وقد تم استبعاد الطالبات المؤجلات والراسبات والممارسات للعبة الكرة الطائرة وعينة التجارب الاستطلاعية .

وبذلك فقد بلغ عدد أفراد عينة البحث(26) طالبا وبواقع (13) طالبة لكل مجموعة.

3-3 التصميم التجريبي :

اعتمد الباحث على "تصميم المجموعات المتكافئة ذات الاختبار البعدي لملائمته وأهداف البحث ". (فان دالين ، 1985 ، 366).

جدول (1)

يوضح التصميم التجريبي للبحث

المجموعات	المتغير المستقل	الاختبار البعدي
التجريبية	الأسلوب المتدرج المتطور المصاحب بالتغذية الراجعة الفورية البصرية	الاداء المهاري لمهارات قيد البحث
الضابطة	الأسلوب التقليدي	

(*).تم اختيار المدرسة عمديا لكونها في الحمدانية /قره قوش وفيها ثلاثة شعب لكل مرحلة وكذلك فيها ساحة خارجية كبيرة ،بالإضافة الى التعاون الكبير من قبل ادارة المدرسة.

3-4 تحديد عناصر اللياقة البدنية والمهارات الأساسية في الكرة الطائرة واختباراتها :

استخدم الباحث أسلوب تحليل المحتوى للمصادر العلمية ذات العلاقة بموضوع البحث (ابو العلا ، 2003) (البشتاوي ، 2005) (حسين، 1985)، (Cohan,1997) ، وقت استخلص الباحث مجموعة من عناصر اللياقة البدنية المؤثرة في الاداء فضلاً عن ترشيح مجموعة من الاختبارات الخاصة بقياس مهارة (الارسال من الاعلى) ومهارة (التمرير من امام الراس الى الامام) بكرة الطائرة وهذه الاختبارات تتمتع بأسس علمية من صدق وثبات وموضوعية ، ثم تم إعداد استمارة استبيان الملحقان المرقمان (2 و3) وعرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال كرة الطائرة وعلم التدريب الرياضي والقياس والتقويم كما مبين في الملحق رقم (1) لاختيار الاختبارات المهارية والبدنية المناسبة للعينة . والملحقان المرقمان (4و5) يوضحان مواصفات العناصر البدنية والاختبارات المهارية المستخدمة في البحث والتي حصلت على موافقة المختصين بنسبة اتفاق(85%) فما فوق .

3-5 تكافؤ مجموعتي البحث :

قام الباحث بإجراء التكافؤ لمجموعتي البحث،لغرض الحد من المتغيرات الداخلية التي قد تؤثر في نتائج البحث،في عدد من المتغيرات التي قد تؤثر في المتغير التابع على حساب المتغير المستقل .

3-5-1 التكافؤ في متغيرات (الكتلة والعمر والطول) :

تم إجراء عملية التكافؤ بين أفراد عينة البحث في متغيرات الكتلة والعمر والطول ، وكما مبين في الجدول رقم (2) .

الجدول (2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحتسبة لمجموعتي البحث في متغيرات العمر والكتلة والطول

المتغير	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة t المحتسبة
	س̄	±ع	س̄	±ع	
العمر /سنة	14,38	1,26	14,15	0,375	0,674
الطول /سم	152,07	5,25	151,07	8,14	0,355
الكتلة /كغم	49	5,94	47,07	7,74	0,966

قيمة (ت) الجدولية أمام درجة حرية(24) ونسبة خطأ(0،05)= 2,08

يتبين من الجدول(1) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب المجموعتين في المتغيرات أعلاه مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين في هذه المتغيرات .

3-5-2 تكافؤ مجموعتي البحث في بعض عناصر اللياقة البدنية في الكرة الطائرة :

تم إجراء عملية التكافؤ بين أفراد عينة البحث في اختبارات بعض عناصر اللياقة البدنية، وكما مبين في الجدول رقم (3) .

الجدول (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحتسبة لمجموعتي البحث في في اختبارات عناصر اللياقة البدنية والحركية المختارة

المتغير	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة t المحتسبة
	س̄	±ع	س̄	±ع	
رمي الكرة الطبية/سم	2.54	4,46	2,22	1,34	0,982
اختبار الوثب العمودي	15,5	2,84	20,21	3,74	1,51
اختبار ركض 20م	4,25	1,29	4,49	2,34	0,475
اختبار مرونة الكتفين والمنكبين	30،34	5,47	25،88	7,21	0,879

قيمة (ت) الجدولية أمام درجة حرية(24) ونسبة خطأ(0،05)=2,08

يتبين من الجدول(1) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب المجموعتين في المتغيرات أعلاه مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين في هذه المتغيرات .

3-5-3 تكافؤ مجموعتي البحث في مهارتي الارسال والتمرير :

تم إجراء عملية التكافؤ بين أفراد عينة البحث في اختبارات مهارات قيد البحث بكرة الطائرة ، وكما مبين في الجدول رقم (4) .

الجدول (4)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحتسبة لمجموعتي البحث في في اختبارات المهارية المختارة

المتغير	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة t المحتسبة
	س̄	±ع	س̄	±ع	
اختبار مهارة الارسال	13,11	1,86	10,97	1,17	0,396
اختبار مهارة التمرير	4,21	2,53	4,92	1,97	0,843

قيمة (ت) الجدولية أمام درجة حرية(24) ونسبة خطأ(0،05)=2,08

يتبين من الجدول(1) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب المجموعتين في المتغيرات أعلاه مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين في هذه المتغيرات .

3-6 وسائل جمع البيانات :

3-6-1 المصادر والمراجع العلمية .

3- 6-2 الاختبارات والقياسات .

3-6-2-1 الاختبارات البدنية (رمي الكرة الطبية، القفز من الثبات، اختبار ركض 20م، اختبار مرونة الكتفين والمنكبين)

3-6-2-2 الاختبارات المهارية (الارسال المواجه من الاعلى والتمرير من امام الراس الى الامام) .

3-6-2-2-1 المواصفات العلمية للاختبارات المهارية :

1-الصدق:

تم اختيار مجموعة من الاختبارات المهارية ذات الشروط العلمية والتي تهدف إلى قياس مستوى الأداء للمهارات المختارة بالكرة الطائرة الملحق رقم(3) وتم عرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين في الاختبار والقياس والكرة الطائرة المحق(1) لمعرفة واختيار الاختبار الافضل الذي يهدف الى قياس مستوى الاداء المهاري للمهارات المختارة لغرض تطبيقها على عينة البحث وقد اتفق الأغلبية على اختبار دقة ارسال المواجه من الاعلى واختبار مهارة التمرير لدى لاعبي الكرة الطائرة من المنطقة الخلفية نحو الشبكة وبنسبة 100% وكما هو موضح في الملحق (4،5) .

2-الثبات:

هناك طرق عدة لحساب معامل ثبات الاختبار منها طريقة (الاختبار وإعادة الاختبار) على أفراد المجموعة نفسها بعد مدة زمنية ملائمة مع ضمان توافر ظروف مشابهة للإجراء الأول.عليه فقد أجرى الباحث الاختبارات المهارية على عينة التجربة الاستطلاعية البالغ عددهم (10) طالبات من الصف الثاني المتوسط اللواتي لم يشاركوا في التجربة الرئيسية للبحث ، وبعد أسبوع من الإجراء الأول تم إعادة الاختبار على العينة نفسها ثم تم إيجاد معامل الارتباط البسيط (معامل الثبات) بين الاجرائين الأول والثاني والبالغ (0,84) وهذا يدل على وجود ارتباط عالي وبالتالي وجود معامل ثبات عالي للاختبا .

3-7 الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث :

(كرات طائرة عدد (5)،شريط قياس،كرة طبية زنة (2) كغم.،صافرة،حزام من الجلد،ساعة توقيت،ميزان الكتروني،مسطرة،شريط لاصق) .

3-8 البرنامج التعليمي:

تضمن البرنامج التعليمي (12) وحدة تعليمية بواقع(6) وحدات لكل مهارة (الارسال،التمرير).وكان زمن الوحدة التعليمية الواحدة (40) دقيقة وبواقع وحدتين تعليميتين أسبوعيا وقام الباحث بعرض البرنامج التعليمي على مجموعة من المحكمين من ذوي الخبرة والاختصاص (الملحق (1)) في مجال طرائق التدريس وإبداء أرائهم وملاحظاتهم فيما يتعلق من :

1- التأكد من صلاحية تطبيق الخطط على أفراد عينة البحث .

2- التقسيم الزمني لأجزاء الوحدة .

3_ التمرينات التي وضعت من اجل تحقيق هدف المنهاج .

وجرى بعض التعديلات بناءً على ملاحظات المختصين وقام الباحث بتنفيذ البرنامج بعد ذلك .

3-9 التجربة الاستطلاعية للأسلوب المتدرج المتطور :

قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية للبرنامج التعليمي بتاريخ 2019/3/18 على وفق الأسلوب **(المتدرج المتطور)** على عينة مماثلة لعينة البحث ومن غير المشتركين في مجموعتي البحث مكونة من(10) طالبة من طالبات الصف الثاني المتوسط والهدف منها :

- التحقق من مدى ملاءمة الاختبارات لإفراد العينة، وسهولة تطبيقها .
- التحقق من مدى صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث .
- التحقق من تفهم فريق العمل وكفاءتهم في إجراء القياسات، والاختبارات، وتسجيل النتائج .
- التعرف على الوقت اللازم لتنفيذ الاختبارات التحقق من ملائمة المكان .
- معرفة المعوقات التي قد تظهر، وتلافي حدوث الأخطاء، والتداخل في العمل .

3-10 تطبيق التجربة الرئيسة للبحث :

عند استكمال الباحث متطلبات إجراء التجربة من إعداد المجموعات وتحقيق التكافؤ بينها وتحديد المادة العلمية ، قامت مدرسة المادة يوم 2018/3/20 بتدريس مجموعتي البحث وكالآتي :

3-10-1 المجموعة التجريبية :

1-تم التدريس بأسلوب **(المتدرج المتطور)**

2- تقوم مدرسة المادة بإعطاء فكرة عن الموضوع السابق لكي يكون هناك ترابط بين الموضوع القديم والموضوع الجديد 0

3- ثم تقوم بشرح الموضوع الجديد(المهارة) من الجانبين النظري والعملي .

4- ثم يبدأ الجزء التطبيقي حيث تقوم المدرسة بتقسيم المهارة إلى أجزاء عده حيث تقوم بإعطاء الجزء الأول وبعد الانتهاء من تطبيقه تعرض المدرسة الصورة لذلك الجزء على الطالبات .

5- بعد ذلك تقوم المدرسة بإعطاء (الجزء الثاني) من المهارة وبعد الانتهاء من تطبيقه تعرض المدرسة الصورة لذلك الجزء على الطالبات ثم يتم ربط الجزء الأول مع الثاني .

6- بعد ذلك تقوم المدرسة بإعطاء (الجزء الثالث) من المهارة وبعد الانتهاء من تطبيقه تعرض المدرسة الصورة لذلك الجزء على الطالبات.ثم الربط بين الجزء الاول والثاني والثالث .

7- بعد ذلك تقوم المدرسة بإعطاء (الجزء الرابع) وبعد الانتهاء من تطبيقه تعرض الصورة لذلك الجزء على الطالبات ثم ربطه بالجزء الأول والثاني والثالث.اي تعليم المهارة كاملة

8- وبعد الانتهاء من تطبيق المهارة تقوم المدرسة بتقويم أداء جميع الطالبات .

3-10-2 المجموعة الضابطة:

اتستخدمت الأسلوب التقليدي وهو بان تقوم المدرسة بشرح المهارة للطالبات وإعطاء أنموذج للمهارة ثم تقوم الطالبات بتطبيق المهارة والمدرسة تقوم بتصحيح الأخطاء .

3_12 الاختبارات البعدية :

تم اجراء الاختبارات البعدية بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج التعليمي بتاريخ 2019/4/15 .

3-13 الوسائل الإحصائية : لجأ الباحث إلى استخراج جميع العمليات الإحصائية مستعيناً بالوسائل الإحصائية الآتية."(الوسط الحسابي، الانحراف المعياري،اختبار t للعينات المستقلة،معامل الارتباط البسيط)".(التكريتي،والعبيدي،1996)

4- عرض النتائج ومناقشتها :

4- 1 عرض نتائج التحصيل المهاري ومناقشتها :

تم استخدام اختبار(ت) للتعرف على الفروقات الإحصائية بين متوسطات مستوى الانجاز لمجموعتي البحث والجداول (5) يبين ذلك .

الجدول (5)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحتسبة لمجموعتي البحث في في الاختبار البعدي لمهارتي الارسال المواجه من الاعلى والتمريرة من امام الراس الى الامام

المتغير	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة t المحتسبة
	س̄	±ع	س̄	±ع	
اختبار مهارة الارسال	18,83	1,44	12,23	1,34	5,796
اختبار مهارة التمريرة	9,17	4,30	6,11	2,42	4,612

* معنوي عند نسبة خطا ≤ (0.05) ودرجة حرية (24) قيمة ت الجدولية =2,08

من الجدول (5) يتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية والضابطة ولمصلحة المجموعة التجريبية التي استخدمت الأسلوب المتدرج المتطور ، إذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة لمهارة الارسال (5,796) ولمهارة التمرير (4,612) وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية عن نسبة خطا ≤ (0.05) ودرجة حرية (24) والبالغة (2,08) .

وعلى وفق الجدول (5) ترفض فرضية البحث الصفرية وتقبل الفرضية البديلة .

ويعزو الباحث سبب ذلك إلى تأثير الأسلوب المتدرج المتطور المصاحب بالتغذية الراجعة الفورية البصرية من حيث نمط وأسلوب التدريس المستخدم وخصائصه ومزاياه والتي انعكس على مدى توافر

الفرص التعليمية لكل طالبة ، إذ إن من مزايا هذا الأسلوب هو التكرار عن طريق إعادة الأجزاء فعند تطبيق الجزء الثاني يتم ربط الأول والثاني وعند تطبيق الجزء الثالث يتم ربط الجزء الأول والثاني والثالث وهكذا حتى يتم الوصول للجزء الأخير ومما يدعم رأي الباحث ما ذكره جيمس "بأن هذا الاسلوب يتميز بان الطالب يعيد الجزء السابق الذي تم تعلمه وربطه مع بقية الاجزاء أول بأول بحيث يبقى التصور الذهني للمهارات لدى الطالب طيلة مدة التعلم مما يؤدي إلى الاداء الجيد" . (بسطويسي،1984).أما التسلسل المنطقي للمهارة المراد تعلمها بالأسلوب المتدرج المتطور فهو عامل مساعد في تعلم المهارات الحركية ، إذ يؤكد شلش ومحمود(1994) " إن تعلم المهارة يتم عن طريق الممارسة والتدريب المنظم وفقا لخطوات تعليمية بسيطة ثم الانتقال التدريجي من السهل إلى الصعب"(شلش ومحمود ،1994، 130) كذلك يمكن عزو هذه النتيجة أيضا إلى التغذية الراجعة الفورية البصرية التي تلقاها أفراد المجموعة التجريبية في أثناء أداء المهارات مما أتاح الفرصة لهم للاستفادة من هذه التغذية الفورية البصرية في تصحيح الأداء بشكل مباشر وهذا ما أكده (خيون، 2002) على" أهمية التغذية الراجعة الفورية ولا سيما عند تعلم المهارات مع المبتدئين،حيث انه من السهل عليهم استيعاب الملاحظات والتعديلات مباشرة ؛ لذا فان أي تأخير حتى وان كان لجزء من الثانية يؤثر سلبا في الاداء ، ويؤدي إلى إرباك السلوك الحركي سواء أكان تأخير التغذية الراجعة الحسية أم السمعية أم البصرية ليتمكن الطالب من إصلاح الحركة الخاطئة وتعديلها".(خيون،73،2002) وهذا ما أكده النبهان" إن أحسن توقيت لإعطاء التغذية الراجعة هو بعد انتهاء اللاعب من الاداء وضمان تركيزه على المدرس لغرض فهم التغذية واستثمارها بشكل جيد".(نبهان،2008، 34)ويذكر الحيلة أيضا أن" الوسائل التعليمية تخاطب حواس الإنسان ومداركه ،كما يؤدي إلى فهمه للمحتوى العلمي وليس حفظه الأمر الذي يجعل التعلم ابقي أثرا " (الحيلة،2001، 54) وتعدّ التغذية الراجعة البصرية من أهم وسائل التغذية الراجعة التي توفر المعلومات للمتعلم،وتلعب دورا مهماً وفعالا في تعلم المهارات الحركية ،"إذ إنها تعد من أهم العوامل المؤثرة في الأداء ،حيث أن الصور تتناسب مع طبيعة الاداء، ويتيح للمتعلم فرصة الرجوع إليها لمشاهدة الاداء الأمثل ومحاولة تقليده والتعرف على الأخطاء ومحاولة تصحيحها ، كما تزيد من رغبة المتعلم وطموحه في تحقيق مستوى أفضل".(خيون ، 2002، 56)

5- الاستنتاجات والتوصيات :

5-1 الاستنتاجات :

من خلال النتائج التي تم التوصل إليها الباحث استنتج ما يأتي :

5-1-1 إن الأسلوب المتدرج المتطور والاسلوب المتبع من قبل المدرس (التقليدي)كانا مؤثرين في تعليم المهارات المختارة .

5-1-2 إن الأسلوب المتدرج المتطور المصاحب بالتغذية الراجعة الفورية البصرية كان أفضل من الأسلوب التقليدي في تعلم المهارات المختارة .

5-2 التوصيات :

5-2-1 التأكيد على استخدام الأسلوب المتدرج المتطور المصاحب بالتغذية الراجعة الفورية البصرية في تدريس مهارات الكرة الطائرة على طالبات المرحلة المتوسطة في قضاء الحمدانية .

المصادر العربية والأجنبية

1.بسطويسي،احمد والسامرائي، عباس(1984): **طرق التدريس في مجال التربية الرياضية** ، جامعة الموصل.

2.شلش ،نجاح مهدي و محمود،أكرم محمد صبحي(1994):**التعلم الحركي** ،دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة البصرة .

3.فان دالين ، ديوبولت وآخرون(1985) : **مناهج البحث في التربية وعلم النفس** ، ترجمة،

4.سعدا لله ،فرات جبار، (2008):مفاهيم عامة في التعلم الحركي، (العراق، المطبعة المركزية جامعة ديالى.

5.لزام قاسم واخرون(2005): **أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم** ،ب.م،جامعة بغداد.

6.النبهان،يحيى محمد (2008):**الأسئلة السابرة والتغذية الراجعة**،اليازوري للنشر ،عمان،الأردن.

7.التك، قتيبة زكي(1998): **تأثير استخدام أساليب تعليمية من الطريقة الجزئية في اكتساب واحتفاظ بعض مهارات الجمناستك** ،أطروحة دكتوراه كلية التربية الرياضية ،جامعة الموصل

8.البنا ، ليث محمد داود (2001) : **اثر استخدام جدولة الممارسة اليومية للوحدة التعليمية في اكتساب واحتفاظ فن الأداء ودقة بعض الإرساليات السهلة والصعبة بالكرة الطائرة** ،اطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة الموصل.

9.حماد ،مفتي إبراهيم.(2001): **التدريب الرياضي الحديث ،تخطيط وتطبيق وقيادة**، دار الفكر العربي ،القاهرة، مصر .

10الحيلة ، محمد محمود (1999) : **التصميم التعليمي ، نظرية وممارسة** ، ط1 ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، عمان، الأردن .

11.خيون ،يعرب (2002) :**التعلم الحركي بين النظرية والتطبيق**، مكتب الصخرة للطباعة ، بغداد ،العراق.

12.الزوبعي ، عبد الجليل والغنام محمد (1981) : **مناهج البحث في التربية** ، ج1 ، مطبعة التعليم العالي ، بغداد ، العراق .

13.السامرائي ،عباس احمد والسامرائي،عبد الكريم محمود (1988) :**كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية الرياضية** ،دار الحكمة، البصرة0

14.ابو العلا، احمد نصر الدين (2003) : **فسيلوجية اللياقة البدنية** ، دار الفكر العربي ، القاهرة

15.البشتاوي، مهند حسين الخواجة ، احمد ابراهيم (2005): **مبادى التدريب الرياضي** ، ط1، دار وائل للنشر و التوزيع ، عمان – الاردن.

16. التكريتي، وديع ياسين والعبيدي، حسن محمد عبد (1999): **التطبيقات الأحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية**، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل.

17.الجميلي ،سعد حماد (2006): **الكرة الطائرة مبادئها وتطبيقاتها الميدانية**، ط1، دار دجلة، عمان . الأردن.

18.الجميلي، سعد حماد (2002): **الكرة الطائرة والأعداد المهاري والخططي**، دار الزهران، عمان . الأردن.

19.حسين، قاسم حسن (1985): **تدريب اللياقة البدنية والتكنيك الرياضي للألعاب الرياضية**، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل.

20.خطايبة، اكرم زكي (1996): **موسوعة الكرة الطائرة الحديثة**، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع، عمان . الأردن.

21. عثمان، محمد حسن (1987): **التعلم الحركي والتدريب الرياضي**، ط1، دار العلم للنشر والتوزيع، الكويت.

22.الكاتب، عقيل عبدالله وأخران (1987): **الكرة الطائرة التكنيك والتاكتيك الفردي**، مطبعة التعليم العالي، بغداد.

المصادر الأجنبية:

23-Derri,V,M.(1996**). Motor skills and concepts acquisition and retention a comparison between two styles of teaching** Revista Internacional de Ciencias del Deport .

24-Flanders ,N.A. (1970). **Analyzing teaching Behavior** , Philippines, Wesley Addison.

25-Cohom, Robert (1997): **Power volley ball drills,** United States volle ball association Holly Wook: CA, U.S.A

26. Kyle TeMpliN (2007): Vally ball, set Vol Keller, **National Coaches Certification Program, Level-1**, Technical Modale Asics Tiger Company, Huntigton Beach, U.S.A.

27. hOPMHblX , (1975): cnopmubHbr uzpbl, yze - gu , uH – Mab, M,

28-. BoBBie blocker (1979): **Action volleyball,** a complete analysis of the junior high school gou Me volley ball.

ملحق (1)
أسماء المحكمين والخبراء الذين تمت الاستعانة بهم

ت	اسم المحكم	الاختصاص	العناصر البدنية	الاختبارات المهارية	البرنامج التعليمي
-1	أ.دایاد محمد شیت	طرائق تدريس/يد		/	/
-2	أ.م.دخالد عبد المجيد عبد الخطيب	تعلم حركي /طائرة	/	/	
-3	أ.م.دامال نوري بطرس	طرائق تدريس			/
-4	أ.م.د سلوان خالد محمود	طرائق تدريس/مصارعة	/		/
-5	أ.م.د جمال شكري	طرائق تدريس	/		/
-6	ا.م.د محمد سهيل نجم	طرائق تدريس	/		/
-7	أ.م.د احمد هشام	قياس وتقويم	/		
-8	م.دعدنان هادي موسى	تعلم حركي /طائرة	/	/	
-9	م.د احمد سالم	قياس وتقويم	/		
-10	م.م سعد بهنان جرجيس	طرائق تدريس/طائرة	/	/	/
-11	م.م استيفان ججو	قياس وتقويم	/		

ملحق(6)

استبيان آراء الخبراء للوحدة التعليمية

الأستاذ الفاضل ..... المحترم .

يروم الباحث إجراء بحثهما الموسوم بـ (**اثر استخدام اسلوب المتدرج المتطور المصاحب للتغذية الراجعة الفورية البصرية على مستوى اداء مهارتي الارسال المواجه من الاعلى والتمرير من امام الراس الى الامام بالكرة الطائرة على طالبات المرحلة المتوسطة**) ، ونظرا لما تتمتعون به من خبرة في هذا المجال تأمل الباحثتان مساعدتكم وإسهامكم الخيّر في إبداء آرائكم حول صلاحية الوحدة التعليمية وفق (الأسلوب المتدرج المتطور)والمعدة لهذا الغرض .

مع فائق الشكر والتقدير

خطة درس التربية الرياضية للمرحلة المتوسطة بالاسلوب المتدرج المتطور المصاحب للتغذية الراجعة الفورية البصرية

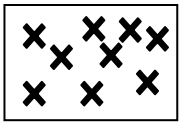
الهدف السلوكي: أن تؤدي الطالبة مهارة التمرير من امام الرأس للأمام بالكرة الطائرة بصورة جيدة

الزمن : 40 دقيقة

الأدوات : كرة طائرة (5)

عدد الطالبات : (13) طالبة

أقسام الخطة	الزمن	الفعالية أو النشاط	الجانب التنظيمي	الملاحظات
أولا. الإعدادي المقدمة	2 د	نزول الطالبات إلى الساحة والوقوف على شكل نسق وترديد الشعار	× م	التاكيد على الهدوء
الاحماء	5 د	السير + السير على الامشاط + السير على الكعبين + هرولة + هرولة مع تدوير الذراع اليمنى+هرولة مع تدوير ذراع اليسار+ هرولة مع تدوير الذراعين+هرولة جانبية+هرولة مع لمس الأرض	× م	التاكيد على الاحماء الجيد
التمارين البدنية	8 د	(الوقوف ، فتحا ، تخصرا) فتل الجذع للجنبين (4 ع) (الوقوف ،فتحا ، تخصرا) بالتبادل رفع الذراعين جانبا(4ع) (الجلوس الطويل) بالتعاقب رفع وخفض الذراعين عاليا (4 ع) فتحا) ثني ومد الجذع أماما (2 ع)–(الوقوف	× م	التاكيد على الاداء الصحيح للتمرينات
ثانيا. الرئيس أ. التعليمي	8 د	شرح مهارة التمرير من امام الرأس للأمام بصورة مفصلة مع تقديم النموذج من قبل المدرسة.	× م	الانتباه الى شرح وعرض المدرس للنموذج.

ب. التطبيقي	12 د 3د 3د 3د	-تقسم المدرسة المهارة إلى اربعة أجزاء - تقوم المدرسة بإعطاء (الجزء الأول) من المهارة وبعد الانتهاء من تطبيقه تعرض الصورة لذلك الجزء على الطالبات. - بعد ذلك تقوم المدرسة بإعطاء (الجزء الثاني) وبعد الانتهاء من تطبيقه تعرض الصورة لذلك الجزء على الطالبات ثم ربطه بالجزء الأول . - بعد ذلك يتقوم المدرسة بإعطاء (الجزء الثالث) من المهارة وبعد الانتهاء من تطبيقه تعرض المدرسة الصورة لذلك الجزء على الطالبات . ثم الربط بين الجزء الاول والثاني والثالث. - بعد ذلك نقوم المدرسة بإعطاء (الجزء الرابع) وبعد الانتهاء من تطبيقه تعرض الصورة لذلك الجزء على الطالبات ثم ربطه بالجزء الأول والثاني والثالث.اي تعليم المهارة كاملة.	× م	التاكيد على تصحيح الاخطاء
ثالثا. الختامي 5د لعبة صغيرة		لعبة (عكس الإشارة) ينتشر الطلاب داخل الشاحة وعند أعطاء الاشارة ينطلق الطلاب نحو الاتجاه المعاكس وتستمر اللعبة حتى يبقى الطالب واحد يعتبر فائز		التاكيد على المشاركة
الانصراف		التجمع واطلاق شعار الانصراف		التاكيد على الاداء بصوت عالي