

تصميم ميدان (حركي - مهاري) وأثره في تنمية قدرتي الاستجابة والرشاقة الحركية وتعلم مهارتي المناولة والتهديف بكرة قدم الصالات لطلاب الصف الثاني متوسط

طالب الماجستير. محمد علي فرحان

د.م.د حاتم شوكت ابراهيم

مديرية تربية ديالى

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة_ جامعة ديالى

الكلمات المفتاحية: ميدان (حركي - مهاري)، الاستجابة والرشاقة الحركية، المناولة والتهديف بكرة قدم الصالات

مستخلص البحث:

يهدف البحث الى: تصميم ميدان (حركي - مهاري). اعداد تمرينات بالأجهزة والادوات المساعدة في تنمية قدرتي الاستجابة والرشاقة الحركية وتعلم مهارتي المناولة والتهديف بكرة قدم الصالات لطلاب الصف الثاني متوسط. التعرف على تأثير الميدان (حركي - مهاري) في تنمية قدرتي الاستجابة والرشاقة الحركية وتعلم مهارتي المناولة والتهديف بكرة قدم الصالات لطلاب الصف الثاني متوسط. واستعمل الباحثان المنهج التجريبي لملائمته طبيعة البحث وتم اختيار عينة البحث من طلاب الصف الثاني متوسط في متوسطة العراق للبنين والبالغ عددهم (20) طالب، وقام الباحثان بأجراء التجانس بين المجموعتين من عينة البحث لضبط المتغيرات الاتية العمر الزمني والطول والوزن ، وتم التكافؤ فيما بين مجموعتي البحث في تنمية قدرتي الاستجابة والرشاقة الحركية وتعلم مهارتي المناولة والتهديف بكرة قدم الصالات لطلاب الصف الثاني متوسط ، واستعمل الباحثان وسائل جمع المعلومات والأجهزة والادوات المناسبة لبحثه وقام الباحثان بتحديد قدرتي الاستجابة والرشاقة الحركية وتحديد مهارتي المناولة والتهديف بكرة قدم الصالات حسب المنهج المتبع من قبل وزارة التربية ثم قام بأجراء الاختبارات القبيلة وتطبيق المنهج ثم إجراء الاختبارات البعدية بنفس ظروف الاختبارات القبيلة واستخدام الحقيبة الإحصائية SPSS لاستخراج نتائجها.

وتوصل الباحثان الى الاستنتاجات الاتية: أن الميدان (الحركي - المهاري) له فاعلية وتأثير في تنمية بعض القدرات الحركية وتعلم المهارات الأساسية بكرة القدم الصالات لدى طلاب الصف الثاني متوسط. للتمرينات المعدة بالأجهزة والوسائل المساعدة لها تأثيرا كبيرا في تنمية بعض القدرات الحركية وتعلم المهارات الأساسية بكرة القدم الصالات لدى طلاب الصف الثاني متوسط. ملائمة التمرينات المستخدمة لأعمار عينة البحث أسهم في تطبيقها بشكل صحيح ومناسب والذي ساعد كثيرا في عملية تنمية القدرات الحركية وتعلم المهارات الأساسية بكرة القدم الصالات لدى الطلاب.

Abstract

Design a dynamic _ skill field and its impact on developing the ability of response and motor agility and learning the skills of handling and scoring football in the halls for second grade students average

Hatim Shaukat Ibrahim(Ph.D.)

T- Mohammed Ali Farhan

University of Diyala College of Physical

Diyala Education Directorate

Education and Sport Sciences

Keywords: kinetic field - skill, kinetic response and agility, handling and scoring skills - futsal football

Research Summary

The research aims to:

Design a dynamic _ skill field. Preparing exercises with devices and tools to help develop response capabilities and motor agility, and learn the skills of handling and correction in soccer halls for the second year middle school students. Knowing the effect of a dynamic-skill field in developing the ability of response and kinetic agility and learning the skills of handling and aiming in soccer halls for the second year middle school students.

The researchers used the experimental approach to its relevance to the nature of the research. The research sample was chosen from the second intermediate class average students in Iraq for boys, who number (20) students. and the researchers conducted homogeneity between the two groups of the research sample to control the following variables: time age, length, and weight, and the Parity between the two research groups to develop my ability For response and kinetic agility and learning the skills of handling and scoring football futsal for second-grade students average, the researchers used methods to collect information and devices and tools appropriate for his research and the researchers identified the ability to respond and motor agility and determine the skills of handling and scoring soccer futsal according to the approach followed by the Ministry of Education and then conducted tribal tests Applying

the curriculum, then conducting dimensional tests, the conditions of the tribal tests themselves, and using the SPSS statistical bag to extract their results

The researchers reached the following conclusions: The motor-skill field has effectiveness and influence in developing some motor abilities and learning the basic skills of futsal football for the second intermediate students. Exercises prepared with equipment and aids have a significant impact on developing some motor abilities and learning basic skills in futsal football for the second year students. Appropriateness of the exercises used for the ages of the research sample contributed to applying them correctly and appropriately, which greatly assisted in the process of developing motor abilities and learning basic skills in soccer halls for students

1-المقدمة:

يعد التعلم الحركي من العلوم المهمة والرئيسة ذات العلاقة المباشرة بالإنجاز في التربية البدنية وعلوم الرياضة، مما أدى ذلك إلى اهتمام العديد من العلماء والمختصين بتقديم الدراسات العلمية والبحوث التي تهدف إلى تنمية أداء المتعلم في جميع الألعاب الرياضية. فالتعلم له أهمية بالغة في تحقيق المستويات المتقدمة في ميدان الرياضة والذي يبني بشكل متسلسل ورصين وبخطوات متتابعة ولا يقتصر على سن أو مرحلة معينة بل هو عملية مستمرة لاكتساب المعرفة المبنية على الخبرة والتجربة، يعد تصميم الميدان أحد وسائل الاتصال التي تضمنت كل ما يستجد من تحسن في أساليب الممارسة لأنواع متعددة من الفعاليات الرياضية والمهارات الحركية يجب ان تكون لدى المدرس القابلية على الإبداع لاستخدام أفضل ما يمكن استخدامه في الميدان التعليمي، فالتعلم له أهمية بالغة في تحقيق المستويات المتقدمة في الميدان الرياضي ويتصرف حسب الظروف المحيطة به ويسخر كل ما بوسعه من أجل إنجاح الدرس.

وعلى هذا الاساس يمكن ان نصف الميدان هو " أدوات مصنعة على غرار الأدوات الأصلية او الفعلية تأخذ نفس شكلها الخارجي إلى حد قريب او مطابق ما أمكن ذلك، ولا تتوفر فيها المقاييس والمواصفات القانونية للأداة الأصلية وقد تصنع من مواد متوفرة في البيئة المحلية (عفاف عبد المنعم درويش: 1998: 101)، واهتم البحث بالمكانة التي تتميز بها لعبة كرة القدم الصالات في العالم واساليب جديدة تساعد في عملية التعلم، وان العمل الميداني هو المحك الحقيقي من خلاله يتم كشف المشكلات التي تواجه عملية التعلم مما يتطلب وضع الحلول لتحقيقها.

وتكمن مشكلة البحث فقد لاحظا الباحثان ان هناك ضعفا في تنمية قدرتي الاستجابة والرشاقة الحركية وتعلم مهارتي المناولة والتهديف حيث تتم بصورة بطيئة لدى طلاب الصف الثاني المتوسط، كونهم يمتلكون في هذه المرحلة العمرية أعلى قابليات الاستعداد للتعلم الحركي بالإضافة الى قلة الأجهزة والأدوات الرياضية التي تؤثر على تطبيق درس التربية الرياضية، لذا ارتأى الباحثان دراسة المشكلة ووضع الحلول العلمية لها من خلال تصميم ميدان (حركي _ مهاري) يساهم في تنمية قدرتي الاستجابة والرشاقة الحركية وتعلم مهارتي المناولة والتهديف بكرة قدم الصالات للطلاب.

ويهدف البحث إلى: تصميم ميدان (حركي _ مهاري). اعداد تمرينات بالأجهزة والادوات المساعدة في تنمية قدرتي الاستجابة والرشاقة الحركية وتعلم مهارتي المناولة والتهديف بكرة قدم الصالات لطلاب الصف الثاني متوسط. التعرف على تأثير الميدان (حركي _ مهاري) في تنمية قدرتي الاستجابة والرشاقة الحركية وتعلم مهارتي المناولة والتهديف بكرة قدم الصالات لطلاب الصف الثاني متوسط. وكان فرضا البحث بان: هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في قدرتي الاستجابة والرشاقة الحركية ومهارتي المناولة والتصويب بكرة القدم الصالات لطلاب الصف الثاني متوسط. هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات البعدية في متغيرات البحث بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.

2-1 منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته مع طبيعة مشكلة البحث، اذ يعد المنهج التجريبي (محاولة لضبط كل العوامل الأساسية المؤثرة في المتغير أو المتغيرات التابعة في التجربة عدا عاملاً واحداً يتحكم فيه الباحث ويغيره على نحو معين بقصد تحديد وقياس تأثيره على المتغير أو المتغيرات التابعة) (الشوك: ٢٠٠٤: 59). واختار الباحثان تصميم المجموعتين التجريبية والضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدي.

2-2 مجتمع البحث وعينته:

يعد اختيار العينة مرتبط دائماً بتمثيلها للمجتمع الاصلي وامكانية تعميم نتائجها على المجتمع الذي اختيرت منه وعليه فالعينة " هي النموذج الذي يجري الباحث مجمل ومحور عمله عليها أو هي جزء من مجتمع البحث الذي يتناوله الباحث بالبحث والتحليل بهدف تعميم النتائج التي يحصل عليها على المجتمع

الذي سحبت منه العينة " (محسن علي وسلمان عكاب: 2013 : 34) ، شمل مجتمع الاصل المدارس المتوسطة للبنين في محافظة ديالى قضاء (بعقوبة المركز) عن طريق احصائيات مديرية تربية ديالى- قسم التخطيط والمتابعة للعام الدراسي (2019 -2020) اذ بلغ عدد المدارس (22) مدرسة اذ بلغ عدد الطلاب (3412). تم اختيار (متوسطة العراق للبنين) بالطريقة العمدية، اما مجتمع البحث وهم طلاب الصف الثاني المتوسط والبالغ عددهم (100) طالب بواقع ثلاث شعب ومن بين تلك الشعب اختار الباحث وبالطريقة العشوائية وعن طريق (القرعة) شعبة (أ، ب) وتم تقسيمهم الى مجموعتين تجريبية وضابطة اي بواقع (40) طالب اذ بلغ عدد كل مجموعة (20) طالب، وبذلك شكلت نسبة العينة من مجتمع البحث (20%) وهي نسبة مناسبة لتمثيل مجتمع البحث تمثيلا حقيقيا وصادقا كما تم استبعاد كل من الطلاب غير المنتظمين. والطلاب الراسبين. والطلاب الممارسون للعبة. وطلاب التجربة الاستطلاعية والبالغ عددهم (10).

2-3 التجانس والتكافؤ :

2-3-1 تجانس عينة البحث :

من اجل معرفة تجانس أفراد عينة البحث ، قام الباحثان بجمع البيانات الخاصة (الطول والكتلة والعمر) للحد من تأثير هذه المتغيرات على نتائج التعلم ، إذ استخدم الباحث معامل الالتواء لاجراء التجانس ، وبعد ذلك جرت المعالجات الاحصائية لهذه المتغيرات عن طريق قانون معامل الالتواء وكما هو مبين في الجدول (1) .

الجدول (1)

يبين تجانس عينة البحث في متغيرات الطول والكتلة والعمر

ت	المتغيرات	وحدة القياس	عدد العينة	الوسط حسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
1	الطول	سنتيمتر	40	157.59	155	6.14	0,776
2	الكتلة	كغم		56.48	55	5.79	0,766
3	العمر	سنة		13.48	13	1.54	0,935

3-3-2 تكافؤ عينة البحث:

تم اجراء التكافؤ للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبارات القدرات الحركية في ضوء الاختبار القبلي كما مبين بالجدول (2).

الجدول (2)

يبين تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في القدرات الحركية والمهارات الاساسية (قيد البحث)

المتغيرات	وحدة القياس	المجاميع	العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t المحتسبة	نسبة الخطأ	قيمة F	نسبة الخطأ
الاستجابة	ثا	المجموعة التجريبية	20	3.433	0.234	1.426	0.162	2.345	0.134
		المجموعة الضابطة	20	3.537	0.230				
الرشاقة	ثا	المجموعة التجريبية	20	13.467	0.732	0.811	0.422	0.008	0.929
		المجموعة الضابطة	20	13.643	0.641				
المناولة	درجة	المجموعة التجريبية	20	3.600	1.142	1.659	0.105	2.632	0.113
		المجموعة الضابطة	20	3.050	0.945				
التهدف	درجة	المجموعة التجريبية	20	5.750	0.639	0.483	0.632	0.347	0.559
		المجموعة الضابطة	20	5.650	0.671				

2 - 4 الأجهزة والأدوات وسائل جمع المعلومات المستخدمة في البحث: -

ويقصد بها " الوسيلة او الطريقة التي يستطيع بها الباحث حل مشكلة مهما كانت تلك الادوات، بيانات، عينات، اجهزة، ... الخ (ربحي مصطفى عليان وعثمان محمود غنيم : 2010 : 83) .

2- 4 - 1 الأجهزة المستخدمة في البحث: - كاميرا تصوير فيديو نوع (NIKON) عدد (1). جهاز كومبيوتر نوع (Dell) كور اي 5 عدد (1). ساعة توقيت الكترونية (Fox) عدد (1). جهاز قياس الوزن (صيني المنشأ) عدد (1). حاسبة الكترونية يدوية (Casio) عدد (1).

2-4-2 الأدوات المستخدمة في البحث

ساحة المدرسة، كرات قدم صالات قانونية عدد (10) حجم (4)، أشرطة ملونة لتقسيم المرمى عرض (5سم)، اهداف صغيرة، شواخص مخروطية عدد (10)، ادريس (يلك) عدد (20)، اطواق دائرية بلاستيكية عدد (10)، شريط قياس، صافرة نوع (FOX)، أقلام جاف عدد (10)، طباشير، هدف مقسم حسب اختبار مهارة التهدف، سلم عدد (2)، الجدار السداسي، والموجه، شواخص الكترونية عدد (4).

2 - 4 - 3 وسائل جمع المعلومات :-

لغرض جمع البيانات والمعلومات والوصول الى الحقيقة استعان الباحثان بالوسائل الاتية:

المصادر والمراجع العربية والأجنبية، استمارة استبانة تحديد القدرات الحركية واختباراتها، استمارة استبانة تحديد المهارات الأساسية بكرة القدم الصالات واختباراتها، استمارة استبانة تحديد صلاحية الاجهزة والوسائل المساعدة والتمرينات، أسماء الخبراء والمختصين الذين استعان بهم الباحث، الاختبار والقياس، الوسائل الإحصائية، شبكة الانترنت العالمية، المقابلات الشخصية فريق العمل المساعد، التجارب الاستطلاعية.

2-5 تصميم الميدان التعليمي :-

قام الباحثان بتصميم الميدان (الحركي - المهاري) وهو عبارة عن مجموعة من الأجهزة والادوات المساعدة، وهي ادوات صنعت محليا وتتوفر فيها عوامل الامان وتزيد من التكرارات في الاداء واثارة التشويق للمتعلمين، وتهدف إلى تنمية وتعليم متغيرات قيد البحث لعينة البحث التجريبية. مراعى في تخطيط وإعداد الميدان المقترح الأسس العلمية ومبدأ التخطيط بشكل متدرج ولقد تم عرض استبانة استطلاع آراء الخبراء والمختصين لتحديد صلاحية الأجهزة والادوات المساعدة في تنمية قدرتي الاستجابة والرشاقة الحركية وتعلم مهارتي المناولة والتهديف بكرة قدم الصالات، لتحديد فاعليتها وملائمتها في تعلم المهارات قيد البحث ولقد اجمع اغلب الخبراء على صلاحية تلك الأجهزة والوسائل مع اجراء تعديلات بسيطة عليها وهذه الوسائل هي.

2-5-1 الجدار السداسي:

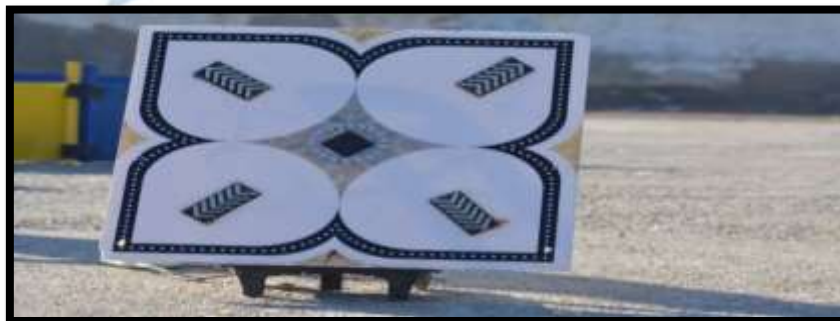
هو عبارة عن شكل سداسي من الخشب طول كل ضلع (1,20م) وبارتفاع (40سم) الخشب المسند عرض (3×3سم) وارتفاع (50سم) تربط القطع من الخارج عن طريق قطع حديديه (10×5سم) وعددهن (12) قطعة ، كل ضلعين متقابلين بنفس اللون والمسافة بين الضلعين المتقابلين هو (2,53م)، تستعمل هذه الوسيلة المساعدة بأخذ المتعلم الوضع الصحيح في المناولة بالتتابع وبصورة متكررة لزيادة الاحساس بالكرة وذلك بالسيطرة عليها من خلال تحكمه بالكرة لتوفير الوقت في تعلم المهارة اذ يقوم الطالب عند دخول الوسيلة التعليمية بعمل مناولة على وفق التمرينات المعدة من قبل الباحث في تنمية الاستجابة والرشاقة الحركية.



الشكل (1) يوضح تصميم الجدار السداسي

2-5-2 الموجة:

هو عبارة عن جهاز مكون من لوحة بلاستيكية ابعادها (60×60سم) مقسمة الى خمس اقسام اربع اقسام تتجه الى الزوايا الاربعة والقسم الخامس في الوسط تربط هذه الاشارات في بطارية نوع (Y.L.T) وبتيار (12 فولت)، تحمل اللوحة على قاعده ابعادها (10×20سم) وانبوبان الألمنيوم بطول (40سم)، الهدف من التصميم تنمية الرشاقة و الاستجابة الحركية للمبتدئين وتعلم مهارتي المناولة والتهديف، حيث يقوم الزميل بالمناولة ويقوم الطالب بالدرجة بين الشواخص الضوئية لحظة اشتغال القسم الوسط من الجهاز الموجه في اللوحة الالكترونية وهي اشارة بدء الطالب في الدرجة وبعدها يعمل الطالب في الدرجة بين الشواخص الضوئية وعند لحظة اجتياز الشاخص الاخير يشغل احد اجزاء الاقسام الاربعة وهو التوجه بعمل درجة او تهديف على وفق التمرينات المعدة من قبل الباحث .



الشكل (2) يوضح تصميم النفق الحديدي

2-6 تحديد متغيرات البحث:

بعد إجراء عملية المسح لمحتوى العديد من المصادر العلمية والدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع بحثه واستطلاع آراء المختصين عمد الباحث الى اعداد استمارات استبانة لتحديد أهم القدرات الحركية والمهارات الاساسية بكرة القدم الصالات واختباراتها بما يتلائم مع البحث وعينته.

3 - 6 - 1 تحديد أهم القدرات الحركية:

قام الباحثان بتصميم استمارة استبانة موضحاً فيها أهم القدرات الحركية واختباراتها التي اجتمعت المصادر عليها وبعد عرضها على المختصين وبعد تفريغ البيانات أستخرج الباحث النسبة المئوية للقدرات أذ أعتمد الباحث القدرات التي حصلت أعلى نسبة مئوية من الاتفاق، وكانت القدرات هي **(الاستجابة الحركية - الرشاقة)** واختباراتها.

2-6 - 2 تحديد أهم المهارات الأساسية بكرة القدم الصالات:

تعتبر المهارات الأساسية بكرة القدم الصالات هناك ترابط في المهارات بنسبة أهميتها، بالرغم من ان الطالب يتطلب عليه اتقان كل المهارات الأساسية في لعبة كرة القدم الصالات، قام الباحث في اعداد استمارة استبيان لتحديد اهم المهارات الأساسية بكرة القدم الصالات والتي تهتم هذه المرحلة الدراسية على مجموعة من الخبراء والمختصين وعند طريق استمارة تفريغ البيانات التي أعدها الباحث، أذ أعتمد الباحث المهارات التي حصلت أعلى نسبة مئوية من الاتفاق، وكانت المهارات هي **(المناولة- التهديف)** واختباراتها.

2-7 إعداد التمرينات الخاصة بالمنهج التعليمي:

من أجل تحقيق أهداف البحث وللتوصل الى أدق النتائج لحل المشكلة واتباع السياق العلمي السليم اطلع الباحثان على المصادر العلمية العربية والاجنبية والدراسات المتوفرة وشبكة الانترنت العالمية وبذلك صمم الباحثان مجموعة من التمرينات بهدف تنمية قدرتي الاستجابة والرشاقة الحركية وتعلم مهارتي المناولة والتهديف بكرة قدم الصالات لطلاب الصف الثاني متوسط.

2- 8 مواصفات الاختبارات: -

2 - 8 - 1 مواصفات الاختبارات المختارة للقدرات الحركية: -

3 - 8 - 1 - 1 اختبار الرشاقة (محمد صبحي حسنين :1999: 369).

اسم الاختبار اسم الاختبار :الجري المكوكي (4×10متر)

الغرض من الاختبار :قياس الرشاقة.

الادوات المستخدمة : (ساعة توقيت الكترونية، صافرة، خطان متوازيان المسافة بينهما 10 م)

مواصفات الاختبار - يقف المختبر خلف خط البداية، عندما يسمع إشارة البدء يقوم بالجري بأقصى سرعة الى الخط المقابل ليتجاوزهُ بكلا القدمين ثم يستدير ليعود مرة أخرى ليتخطى خط البداية بالأسلوب نفسه، ثم يكرر هذا العمل مرة أخرى، أي ان المختبر يقطع مسافة (40 م) ذهاباً وإياباً . كما موضح في الشكل (3)

التسجيل :- يسجل للمختبر الزمن الذي يقطعه في جري المسافة المحددة (4×10متر) من لحظة اشارة البدء حتى يتجاوز الخط بعد ان يكون قد قطع مسافة (40 م) ذهاباً وإياباً.



شكل (3) يوضح اختبار الرشاقة

2 - 8 - 1 - 2 اختبار نيلسون للاستجابة الحركية (لؤي غانم الصميدعي (وآخرون) :2012: 411 . (

• الهدف من الاختبار: قياس قدرة الاستجابة والتحرك بسرعة وفقاً لاختبار المثير .

• الادوات: مساحة من الارض بطول (20) م وعرض (2) م، ساعة إيقاف، شريط قياس.

• مواصفات الاداء :

✎ تخطط منطقة الاختبار بثلاثة خطوط المسافة بين كل خط وآخر (6,40) م وطول الخط (1) م.

◀ يقف اللاعب عند أحد نهايتي خط المنتصف في مواجهة الحكم الذي يقف عند نهاية الطرف الآخر.
 ▶ يتخذ اللاعب وضع الاستعداد بحيث يكون خط المنتصف بين القدمين والجسم ينحني إلى الأمام قليلاً.

◀ يمسك الحكم بساعة الإيقاف بإحدى يديه ويرفعها إلى الأعلى ثم يقوم بسرعة بتحريك ذراعه أما ناحية اليسار أو اليمين وفي الوقت نفسه يقوم بتشغيل الساعة.

◀ يستجيب اللاعب لإشارة البدء ويحاول الركض بأقصى سرعة ممكنة في الاتجاه المحدد للوصول إلى الخط الجانبي الذي يبعد عن خط المنتصف بمسافة (6,40) م.

◀ عندما يقطع اللاعب خط الجانب الصحيح يقوم الحكم بإيقاف الساعة.

◀ اذا بدأ اللاعب الركض في الاتجاه المعاكس، فان الحكم يستمر في تشغيل الساعة حتى يغير اللاعب اتجاهه ويصل إلى خط الجانب.

◀ يعطى المختبر (10) محاولات متتالية بين كل محاولة وأخرى (20) ثا وبواقع (5) محاولات في كل جانب.

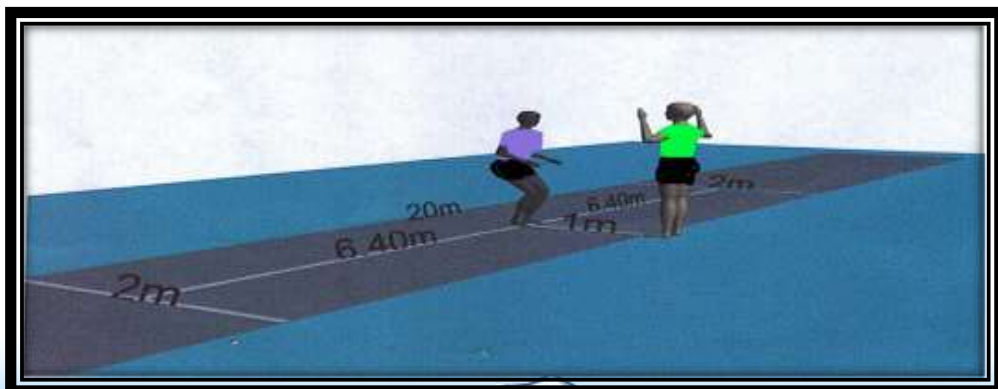
◀ نختار المحاولات في كل جانب بطريقة عشوائية متعاقبة.

• شروط الاختبار:

◀ يعطى اللاعب عدداً من المحاولات خارج القياس وذلك للتعرف على إجراءات القياس.
 ▶ يجب عدم معرفة اللاعب بأن المطلوب منه أداء (10) محاولات موزعة (5) محاولات في كل اتجاه للحد من موقع اللاعب.

◀ يجب تنبيه اللاعب علماً أن عدد المحاولات التي سيؤديها ليست موزعة على الاتجاهين بالتساوي وإنما يحتمل أن يكون عدد المحاولات اتجاه أكثر من الآخر وأن ترتيب أداء المحاولات عشوائياً وهو يختلف من لاعب لآخر، كما في الشكل (4)

التسجيل: يحتسب الزمن الخاص لكل محاولة ودرجة المختبر هي متوسط المحاولات العشر.



الشكل (4) يوضح اختبار نيلسون للاستجابة الحركية

2 - 8 - 2 مواصفات الاختبارات المختارة للمهارات الاساسية بكرة القدم الصالات: -

2 - 8 - 2 1 اختبار مهارة المناولة (ثامر محسن إسماعيل وآخرون :1991: 77).

• أسم الاختبار: اختبار المناولة نحو هدف صغير يبعد مسافة 10 متر.

• الهدف من الاختبار: قياس دقة المناولة

• الأدوات المستخدمة: كرات قدم صالات عدد (5)، وهدف صغير أبعاده (110سم×63سم).

• إجراءات الاختبار: يرسم خط بطول (1م) على مسافة (10م) عن الهدف الصغير، وتوضع كرة ثابتة على خط البداية بحسب ما موضح في الشكل (17).

• وصف الاختبار: يقف اللاعب خلف خط البداية مواجهاً للهدف الصغير، ويبدأ عند إعطاء الإشارة بمناولة الكرة نحو الهدف لتدخل اليه، وتعطى لكل لاعب (5) خمس محاولات متتالية.

• التسجيل: تحسب الدرجة بمجموع الدرجات التي حصل عليها اللاعب من مناولة الكرات الخمس وعلى النحو الآتي:

▪ درجتان لكل محاولة صحيحة تدخل إلى الهدف الصغير .

▪ درجة واحدة إذ مست الكرة القائم أو العارضة ولم تدخل الهدف .

▪ صفر في حالة خروج الكرة عن الهدف الصغير.



الشكل (5) يوضح اختبار المناولة نحو هدف صغير يبعد مسافة 10 متر

2- 8 - 2 اختبار مهارة التهديف (بعث عبد المطالب عبد الحمزة: 2011: 203).

اسم الاختبار: -اختبار التهديف نحو هدف كرة القدم للصالات مقسم على مربعات مرقمة من الجانبين.

الغرض من الاختبار: -قياس دقة التهديف نحو الهدف المقسم.

الادوات: -كرات قدم (للصالات) عدد (5)، شريط لتعيين منطقة التهديف للاختبار، هدف كرة القدم للصالات، ملعب كرة القدم للصالات.

وصف الأداء: -توضع (5) كرات في أماكن مختلفة ومحددة بمسافة (10م) عن الهدف إذ يقوم المختبر بالتهديف في المناطق المؤشرة في الاختبار على وفق أهميتها وصعوبتها وبشكل متسلسل الواحد بعد الآخر المسافة بين كرة وأخرى (50) سم. كما موضح بالشكل (6).

شروط الأداء: -يبدأ الاختبار من الكرة (1) وينتهي بالكرة رقم (5).

طريقة التسجيل: -تحتسب عدد الإصابات التي تدخل الأهداف أو تمس جوانبها وكالاتي: -

- (4) درجات عند التهديف في المجال رقم (4).
- (3) درجات عند التهديف في المجال رقم (3).
- (2) درجتان عند التهديف في المجال رقم (2).
- (1) درجة واحدة عند التهديف في المجال رقم (1).
- (صفر) خارج حدود الهدف.
- يعطى المختبر محاولة واحدة.



الشكل (6) يوضح اختبار مهارة التهديف

2 - 9 التجارب الاستطلاعية:

التجربة الاستطلاعية هي "دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثه، بهدف اختيار أساليب البحث وادواته" (نوري الشوك ورافع الكبيسي: 2011: 203):

2-9-1 التجربة الاستطلاعية الاولى: -

قام الباحث بأجراء التجربة الاستطلاعية الاولى للاختبارات القدرات الحركية يوم الاحد الموافق (24/11/2019) في تمام الساعة (9,00) صباحا على عينة مكونة من (10) طلاب تم اختيارهم عشوائيا.

2-9-2 التجربة الاستطلاعية الثانية: -

قام الباحث بأجراء هذه التجربة لاختبارات المهارات الاساسية وذلك في يوم الاثنين الموافق 2019/11/25 ومن خلال هذه التجربة تم التعرف والتوصل الى ما يلي: معرفة مدى ملائمة الاختبارات المهارية لمستوى العينة. ومعرفة الصعوبات والمشكلات عند تنفيذ هذه الاختبارات. وصلاحيه العينة المختارة ومدى استجابتها لهذه الاختبارات. واختبار صلاحية الادوات والاجهزة المستخدمة في البحث.

2-9-3 التجربة الاستطلاعية الثالثة: -

أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية الثالثة والمكونة من (10) طلاب يوم الاربعاء الموافق (27/ 11/ 2019) لأجل التأكد من مدى صلاحية الأجهزة والادوات المساعدة المصممة وكيفية العمل عليها والتأكد من ملائمة التمرينات لمستوى العينة.

2-10-10 الاجراءات الميدانية: -

2-10-2 الاختبارات القبلية:

اجريت الاختبارات القبلية في القدرات الحركية وهي (الاستجابة الحركية - الرشاقة) والمهارات المختارة قيد البحث (المناوله- التهديف) وذلك بعد تحديدها من قبل السادة الخبراء ، لمجموعتي البحث والبالغ عددهم (20) طالباً في يومي الاربعاء والخميس الموافق (4-5/ 12/ 2019) في الساعة (1.00) ظهراً في ساحة متوسطة العراق للبنين ، وبعد تثبيت الظروف المتعلقة بالاختبار من حيث الزمان والمكان والادوات المستخدمة وطريقة تنفيذ الاختبارات ، وبإشراف مباشر من قبل الباحثان بعد تهيئة الاستمارات الخاصة بأسماء الطلاب لتسجيل النتائج .

2-10-2 التجربة الرئيسية: -

تم تنفيذ المنهج التعليمي للمجموعة التجريبية في الفصل الدراسي الاول للعام الدراسي (2019- 2020) للمدة من (8/12/2019) ولغاية (28/1/2020) في ساحة متوسطة العراق موزعة على الشكل الاتي:

-

اولا: القسم التحضيري: (الزمن الكلي للقسم التحضيري (10) دقيقة ويتضمن)

- 1- المقدمة والإحماء: إذ يتم إيقاف الطلاب بنسق موحد وأخذ غياباتهم وترديد الصيحة الرياضية لبداية الدرس ومدتها (2د) بعد ذلك الاحماء اي إعطاء تمارين عامة لأعضاء الجسم كله وتكون مدة هذا الجزء (3د) دقائق.

2- التمرينات البدنية: ويتم في هذا الجزء إعطاء تمارين خاصة لأجزاء الجسم العاملة في الأداء والتركيز على العضلات التي يقع عليها الثقل الأكبر في أثناء عملية أداء المهارات قيد الوحدة التعليمية مثل تمارين (للذراعين - للجذع - للساقين) وتكون مدة هذا الجزء (5) دقائق.

ثانيا: القسم الرئيسي: (يكون في هذا القسم العمل بالتمرينات المعدة ضمن المنهج من خلال تطبيقها لتعلم المهارات قيد البحث وتكون مدته (30) دقيقة ويتضمن جزئيين).

1-النشاط التعليمي: يتم في هذا الجزء شرح المهارة وعرضها امام الطلاب وبهذا تكون مدة الجزء التعليمي (7) دقيقة.

2-النشاط التطبيقي: ويتم في هذا الجزء ممارسة التمرينات بالأجهزة والادوات المساعدة ضمن الوحدات التعليمية في القدرات الحركية والمهارات قيد البحث من قبل الطلاب إذ يتم إجراء التصحيحات لأخطاء الأداء المهاري من قبل المدرس كذلك إعطاء التغذية الراجعة للطلاب وتكون مدة هذا الجزء (23) دقيقة ، يتم خلالها تطبيق التمرينات اذ تم تطبيق اربع تمرينات في كل وحدة تعليمية مدة كل تمرين (5) خمس دقائق والتنتقل من محطة الى اخرى بزمان (3) دقائق ويكون بذلك المجموع (23) دقيقة ، تضمنت التجربة (10) وحدة تعليمية بواقع حصتين في الأسبوع وحسب جدول الحصص للدروس الاسبوعية لمدة (5) أسابيع وكانت في يوم الاحد والثلاثاء علماً أن زمن الوحدة التعليمية (45) دقيقة.

ثالثا: القسم الختامي: وتكون مدة هذا القسم (5) دقائق يتم في هذا القسم اعطاء لعبة صغيرة لغرض تخفيف الجهد وبث الاثارة والتشويق والحماسة بين الطلاب ثم إعطاء بعض النصائح والتوجيهات والوقوف بنسق وانهاء الوحدة التعليمية بالانصراف الى الصف. اذ استخدم الباحثان الأجهزة والادوات المساعدة المعدة من قبله في التمرينات التي وضعت في الوحدات التعليمية للمجموعة التجريبية في القسم الرئيسي اما المجموعة الضابطة فقد طبق عليها المنهج المتبع في دروس التربية الرياضية المعد من قبل الوزارة.

2-10-3 الاختبارات البعدية: -

عمد الباحثان الى اجراء الاختبارات البعدية بعد اكمال المنهج التعليمي ووحداته البالغة (10) وحدة وللمجموعتين (التجريبية والضابطة) في يوم الاحد والاثنين الموافق (2-3 / 2 / 2020) مراعيًا في ذلك جميع الظروف والشروط واجراءات الاختبارات القبلية من مكان وادوات وطريقة تنفيذ والفريق المساعد نفسه وذلك لغرض الحصول على نتائج دقيقة.

11-2 الوسائل الإحصائية: -

استخدم الباحثان الوسائل الإحصائية المناسبة لمعالجة البيانات الناتجة من خلال الاختبارات القبلية والبعديّة عن طريق نظام (SPSS).

3- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

في ضوء النتائج التي توصل اليها الباحثان سيحاولان عرضها ثم مناقشتها طبقاً لأهداف وفروض البحث

3- 1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للقدرات الحركية والمهارات الأساسية (قيد

البحث) للمجموعتين التجريبية والضابطة: -

3- 1 - 1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية في القدرات الحركية

والمهارات الأساسية (قيد البحث): -

جدول (3)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ونسبة الخطأ للاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية في القدرات الحركية والمهارات الأساسية (قيد البحث)

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبارات	الوسط الحسابي	N	الانحراف المعياري	نسبة الخطأ
الاستجابة	ثا	الاختبار القبلي	3.433	20	0.234	0.052
		الاختبار البعدي	2.511	20	0.258	0.058
الرشاقة	ثا	الاختبار القبلي	13.467	20	0.732	0.164
		الاختبار البعدي	11.017	20	0.624	0.140
المناولة	درجة	الاختبار القبلي	3.600	20	1.142	0.255
		الاختبار البعدي	6.450	20	1.099	0.246
التهديف	درجة	الاختبار القبلي	5.750	20	0.639	0.143
		الاختبار البعدي	9.000	20	0.725	0.162

(T) الجدولية (2.09) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية (19)

3 - 1 - 2 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة في القدرات الحركية والمهارات الأساسية (قيد البحث): -

جدول (4)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ونسبة الخطأ للاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة في القدرات الحركية والمهارات الأساسية (قيد البحث): -

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبارات	الوسط الحسابي	N	الانحراف المعياري	نسبة الخطأ
الاستجابة	ثا	الاختبار القبلي	3.537	20	0.230	0.051
		الاختبار البعدي	3.087	20	0.513	0.115
الرشاقة	ثا	الاختبار القبلي	13.643	20	0.641	0.143
		الاختبار البعدي	12.993	20	0.543	0.121
المناولة	درجة	الاختبار القبلي	3.050	20	0.945	0.211
		الاختبار البعدي	4.000	20	0.459	0.103
التهدف	درجة	الاختبار القبلي	5.650	20	0.671	0.150
		الاختبار البعدي	6.000	20	0.459	0.103

(T) الجدولية (2.09) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية (19)

3 - 1 - 3 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية وللمجموعتين التجريبية والضابطة في القدرات الحركية والمهارات الأساسية (قيد البحث) :-

جدول (5)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة وقيم الدلالة في الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في القدرات الحركية والمهارات الأساسية (قيد البحث)

المتغيرات	وحدة القياس	N	المجموعات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	قيم الدلالة	الدلالة
الاستجابة	ثا	20	المجموعة التجريبية	2.511	0.258	4.485	0.000	معنوي
		20	المجموعة الضابطة	3.087	0.513			
الرشاقة	ثا	20	المجموعة التجريبية	11.017	0.624	10.690	0.000	معنوي
		20	المجموعة الضابطة	12.993	0.543			
المناولة	درجة	20	المجموعة التجريبية	6.450	1.099	9.200	0.000	معنوي
		20	المجموعة الضابطة	4.000	0.459			
التهدف	درجة	20	المجموعة التجريبية	9.000	0.725	15.630	0.000	معنوي
		20	المجموعة الضابطة	6.000	0.459			

(T) الجدولية (2.021) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية (18)

3-2 مناقشة النتائج:

ويعزو الباحثان هذه الفروق الى ما يأتي :-

يرى الباحثان أن الطريقة التي اعتمدها في اعداد التمرينات التطبيقية على وفق استخدام الأجهزة والوسائل المساعدة داخل إطار المحطات التعليمية وفي طول فترة تنفيذ مفردات المنهج جعل التفوق للمجموعة التجريبية الخاضعة للتمرينات المعدة لتنمية قدرتي الاستجابة والرشاقة الحركية التي وضعت واثمرت فاعليتها باستخدام الاجهزة والوسائل المساعدة التي صممها الباحثان ، مع التركيز على إعطاء التكرارات المناسبة والمبرمجة بشكل دقيق يتناسب مع قدرات الطلاب في هذه المرحلة العمرية، والتوجيهات المستمرة من قبل المدرس في تحفيز الطلاب في تنفيذ هذه التمرينات مع العمل على تصحيح الأخطاء عن طريق الإعادة بالتكرارات المبرمجة الموضوعة اصلاً في الوحدة التعليمية لتنفيذها من قبل العينة

ساهمت بالتأثيرات الايجابية على مستوى الطلاب ، وهذا ما أكدته (سلمى زكي الناشف: 2015 : 49) " ان مجموعة الاجهزة والوسائل المساعدة التي يستخدمها اللاعبون وحسب توجيهات المدرب تستخدم لتغطية النقص الحاصل سواء بالجانب البدني أو المهاري ، وإن التدريب المجرد بدون استخدام الأداة لا يؤدي إلى الوصول نحو النتيجة الأفضل، أن التنوع في الوسائل المساعدة وفي التمرينات تزيد من استثارة الطلاب وزيادة دافعيتهم نحو التقدم والارتفاع بالمستوى الرياضي كلما زادت الدافعية أدى ذلك الى زيادة نشاط الطالب وتنمية مستواه البدني والمهاري ، وهذا ما أكدته (أحمد أمين فوزي :2013 : 26) " تعد الاجهزة والادوات الرياضية المساعدة احد الاساليب المهمة لزيادة الدافعية لدى اللاعب في أثناء التدريب اذ يعد التنوع في الادوات وتمارينها كل ذلك من شأنه استثارة اللاعبين وزيادة دافعيتهم نحو التقدم والارتفاع بالمستوى، وكذلك يعزو الباحثان الى الفروق في تعلم مهارتي المناولة والتهديف بكرة قدم الصالات الى الميدان التعليمي المصمم والاستفادة من والأجهزة والوسائل المساعدة التي حققت هدفها وهي تقليل الوقت والجهد في تعلم المهارات وبهذا تكون قد اتفقت مع مفردات المنهج وهذا ما أكدته (هاني الدسوقي ابراهيم: 2013: 166) بأن الاجهزة والادوات " تساعد على انتقال المعرفة والمعلومات والمهارات المختلفة والمتعددة وترفع من قدرة اللاعب على اكتساب المهارة من خلال الحواس المختلفة وبالتالي تعمل على التأثير الايجابي في سرعة تعلم المهارات الاساسية وتحسين مواصفات أداء الخططي والمهاري.

أن تعلم مهارتي المناولة والتهديف بكرة قدم الصالات للمجموعة التجريبية يعود الى التمرينات باستخدام الأجهزة والوسائل المساعدة المعدة على وفق اسس علمية مبنية على التكرار والتدرج من السهل الى الصعب ومن البسيط الى المركب وذلك ما يؤكده (الزغبى والخياط :2016: 57) " الى ان التدرج للوصول الى أحسن مستوى من الأداء أصبح قاعدة مهمة في التعلم وان التدرج يعني سير خطة التعليم وعلى وفق الاتي التدرج من السهل الى الصعب ومن البسيط الى المركب. ويعزو الباحثان الى أن التعلم الحاصل للمجموعة التجريبية يعود الى فاعلية التمرينات المبنية على وفق اسلوب علمي ودقيق، والتمرينات التي أعدها الباحث هي تمرينات متنوعة منها السهلة والصعبة والبسيطة بالإضافة الى الاختيار الجيد لنوعية التمارين المختارة أعطت الطالب القدرة على استيعابها وإعطاء الطالب الحرية في الحركة والانتقال بانسيابية وسرعة جيدة والتفاعل مع أجواء الدرس بروح من التحدي والتشويق دون حصول الملل أو التعب إثناء الأداء ، وهذا ما أكدته (الزغبى ، 2014) " ان المتعلم يتوجه للرياضة

لغرض المتعة التي توفرها الممارسة ، ومن المعروف أيضا ان المتعلم الصغير يصيبه الملل بسرعة مقارنة بالأكبر عمرا ، لذلك فان استخدام اكبر قدر من التمارين وتنويعها في الوحدة التعليمية الواحدة ليس فقط لغرض تنمية القدرات المهارية وانما حتى لا يصاب المتعلم بالملل ، ونتيجة لما تقدم فان المدرس الجيد هو الذي يستعين بأكبر عدد ممكن من الأدوات ويبتكر بعض الأدوات المساعدة التي تساعد على التنمية الحركية والمهارية (اسماعيل محمود طه : 2018 : 86) . وبهذا فقد تحققت اهداف البحث وفروضه.

4-الخاتمة:

في ضوء النتائج التي توصل اليها الباحثان تم استنتاج ، أن الميدان (الحركي _ المهاري) له فاعلية وتأثير في تنمية قدراتي الاستجابة والرشاقة الحركية وتعلم مهارتي المناولة والتهديف بكرة قدم الصالات لدى طلاب الثاني متوسط ، وان للتمرينات المعدة بالأجهزة والوسائل المساعدة لها تأثيرا كبيرا في تنمية قدراتي الاستجابة والرشاقة الحركية وتعلم مهارتي المناولة والتهديف بكرة قدم الصالات لدى طلاب الثاني متوسط، وكذلك ملائمة التمرينات المستخدمة لأعمار عينة البحث أسهم في تطبيقها بشكل صحيح ومناسب والذي ساعد كثيرا في عملية تنمية قدراتي الاستجابة والرشاقة الحركية وتعلم مهارتي المناولة والتهديف بكرة قدم الصالات لدى الطلاب ، وان طلاب المجموعة التجريبية التي تم تعليمها بالأجهزة والوسائل المساعدة قد تفوقت على طلاب المجموعة الضابطة التي تم تعليمها من دون ادوات مساعدة في جميع متغيرات البحث ، واستكمالا لاستنتاجات البحث يوصي الباحثان، ان استخدام الميدان (الحركي _ المهاري) في تعلم المهارات الأساسية بجميع الألعاب الفرقية الاخرى ، والتأكيد على استخدام الأجهزة والوسائل المساعدة في تعلم المهارات الأساسية للألعاب الفرقية الأخرى كونها أكثر تأثيراً في مختلف

مراحل التعلم وتكون جزءاً أساسياً في محتوى المنهج الدراسي ، وأجراء بحوث مستقبلية على فئات عمرية أخرى مع الأخذ بنظر الاعتبار اقتراح أو إضافة أدوات لتطوير الميدان (الحركي _ المهاري)

المصادر:

- أحمد أمين فوزي؛ سيكولوجية التعلم للمهارات الحركية الرياضية، (الاسكندرية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، 2013)
- اسماعيل محمود طه؛ التعلم الحركي بين النظرية والتطبيق، ط1 (القاهرة، دار الفكر العربي، 2018)
- بعث عبد المطالب عبد الحمزة، تصميم وتقنين بطاريتي اختبار (بدنية - مهارية) لاختيار ناشئي خماسي كرة القدم في بغداد بأعمار (14 - 16) سنة (جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، رسالة ماجستير، 2011).
- ثامر محسن إسماعيل وآخرون؛ الاختبار والتحليل بكرة القدم: (الموصل، مطبعة جامعة الموصل، 1991).
- ربحي مصطفى عليان وعثمان محمود غنيم؛ مناهج البحث العلمي والنظرية والتطبيق: (عمان، دار صفاء للنشر، 2010).
- سلمى زكي الناشف؛ تكنولوجيا الرياضة، ط1 (عمان، الاردن، دار المناهج للنشر والتوزيع، 2015)
- صالح عبد الله الزغبى وماجد محمد الخياط؛ التعلم الحركي وتطبيقاته العلمية، ط1 (الاردن، عمان، دار الراية للنشر والطباعة، 2016)
- لؤي غانم الصميدعي (آخرون)؛ الاحصاء والاختبار في المجال الرياضي، ط1: (اربيل، 2012).
- محسن علي وسلمان عكاب؛ ادوات البحث العلمي في التربية الرياضية، ط1: (عمان، مكتبة المجتمع العربي للنشر، 2013).
- محمد صبحي حسانين؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية: ط4، (القاهرة، دار الفكر العربي، 1999)
- نوري الشوك ورافع الكبيسي؛ دليل البحوث في كتابة الابحاث في التربية الرياضية : (بغداد، جامعة بغداد، 2004).

هانى الدسوقي ابراهيم؛ الحديث في الوسائل المعينة والاجهزة الرياضية، ط1 (الاسكندرية، دار
الوفاء لدنيا للطباعة والنشر، 2013)

التمرينات المعدة :

1 - هدف التمرين: -تنمية التوافق الحركي ومهارة المناولة

الادوات المستخدمة: الجدار السداسي وكرة قدم صالات منطقة التمرين
(10×10 م).

توصيف التمرين:

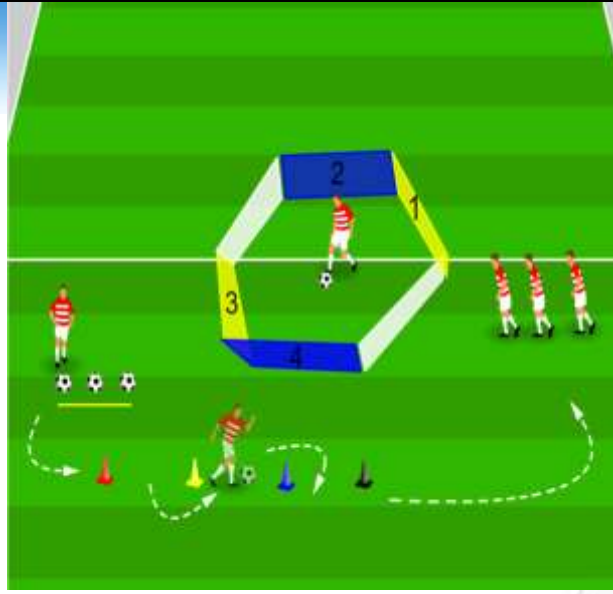
عند دخول الطالب الى داخل الوسيلة التعليمية وعند اشارة البدء من قبل
المدرس بالصافرة يبدأ الطالب في مناولة الكرة على الجدار السداسي
وارتداد الكرة الى الطالب وتكون المناولة نحو جدار واحد والاستدارة
ومناولة الكرة على نفس اللون في المناولة الاولى بمعنى مناولة الكرة
وارتدادها من جدار لون اصفر ثم يستدار على نفس اللون وهو جدار لون
اصفر وبعدها يكمل على بقية الألوان يكون زمن الاداء (1) دقيقة لكل
طالب.

2 - هدف التمرين: -تنمية التوافق الحركي ومهارة المناولة

الادوات المستخدمة: الجدار السداسي وكرة قدم صالات (5) أطواق
منطقة التمرين (10×10 م).

توصيف التمرين:

يقف الطلاب بنسق ويكون امامهم (5) اطواق وعند اشارة البدء من قبل
المدرس بالصافرة يبدأ الطالب القفز على الاطواق ثم دخول الطالب الى
داخل الوسيلة التعليمية يبدأ الطالب في مناولة الكرة على الجدار السداسي
وارتداد الكرة الى الطالب
وتكون المناولة متسلسلة بمعنى مناولة الكرة وارتيادها من جدار لون
اصفر ثم جدار ازرق وثم جدار ابيض وهكذا يكون زمن الاداء (1) دقيقة
لكل طالب.

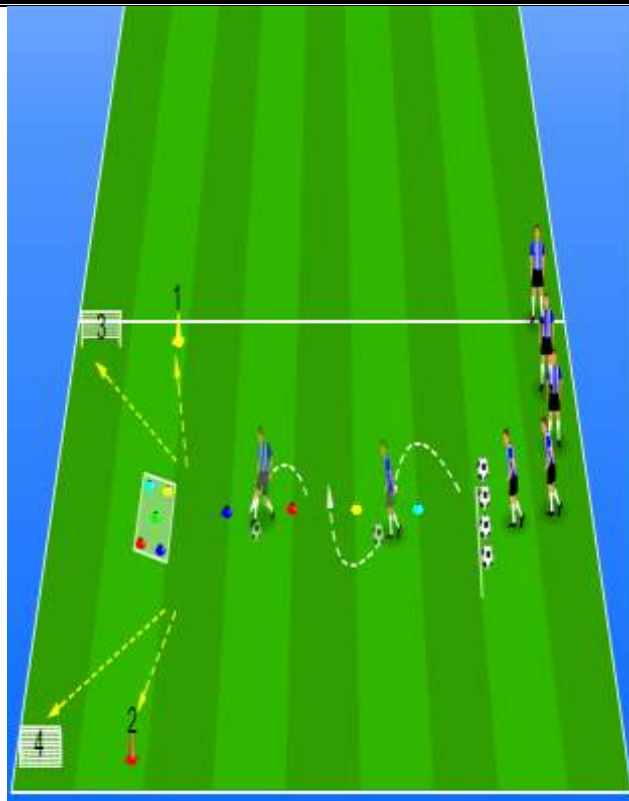


3-هدف التمرين: -تنمية التوافق الحركي والرشاقة ومهارة المناولة والدرجة

الادوات المستخدمة: الجدار السداسي (5) كرات قدم صالات (4) شواخص

توصيف التمرين:

عند دخول الطالب الى داخل الوسيلة التعليمية وعند اشارة البدء من قبل المدرس بالصافرة يبدأ الطالب في مناولة الكرة على الجدار السداسي وارتداد الكرة الى الطالب وتكون المناولة نحو جداران متسلسلان بمعنى مناولة الكرة وارتدادها من جداران لون اصفر ثم ازرق (2,1) وبعدها يستدار ويناول الكرة نحو نفس لون الجداران الموجودان خلفه (4,3) ثم الخروج من الوسيلة والدرجة بين الشواخص وارجاع الكرة وهكذا، يكون زمن أداء التمرين (5) دقيقة.



4 -هدف التمرين: -تنمية الرشاقة والاستجابة الحركية وتعلم مهارة الدرجة والتهديف

الادوات المستخدمة: جهاز الموجه رقم (2) (5) كرات قدم صالات (4) شواخص ضوئية، شاخصان في مكان (2,1) وهدفان في رقم (4,3) منطقة التمرين (10×10 م).

توصيف التمرين:

وقوف الطالب على خط البداية وعند اشارة البدء هي الاشارة الضوئية الموجودة في لوحة جهاز الموجه يبدأ الطالب بدرجة الكرة بين الشواخص الضوئية وعند لحظة اجتياز الشاخص الاخير يشغل احدى الاشارات الضوئية الاربعة يكون في الجوانب شاخصان في مكان (2,1) وهدفان في رقم (4,3) إذا كانت الاشارة نحو رقم (2,1) يدرج الطالب الكرة نحو الشاخص وثم الرجوع اما إذا كانت الاشارة نحو رقم (4,3) يركل الطالب الكرة نحو الهدف، تكون المسافة من خط البدء الى الشاخص الأول (2م) والمسافة بين الشواخص (150سم) والمسافة بين الشاخص الأخير والجهاز الموجه (2م) , زمن أداء التمرين (5) دقيقة .



5-هدف التمرين: -تنمية الرشاقة والاستجابة الحركية وتعلم مهارة

الدرجة والتهديف

الادوات المستخدمة: جهاز الموجه رقم (2) (5) كرات قدم صالات

(4) شواخص ضوئية، شاخصان في مكان (3,2) وهدفان في رقم

(4,1) وسلم

توصيف التمرين:

وقوف الطالب على السلم يبدأ الطالب عند سماع صافرة المدرس بالقفز على السلم وعندما يصل الطالب الى الدرجة بين الشواخص الضوئية تكون إشارة البدء الإشارة الضوئية الموجودة في لوحة جهاز الموجه بداية بالدرجة وعند لحظة اجتياز الشاخص الاخير يشغل احدى الاشارات الضوئية الاربعة يكون في الجوانب حسب الأماكن المرقمة في مكان (3,2) شاخصان في رقم (4,1) هدفان إذا كانت الإشارة نحو رقم (4,1) يركل الطالب الكرة الى الهدف وثم الرجوع اما إذا كانت الإشارة نحو رقم (3,2) يدرج الطالب الكرة نحو الشاخص وثم الرجوع، زمن أداء التمرين (5) دقيقة

الأهداف

عدد المدرسة: م / العراق للبنين

1- تنمية القدرات

2 تعويدهم على

الأهداف التعليمية

1 تعويدهم على الضبط والنظام

الوحدة التعليمية الأولى

التربية

الطلاب : 20 طالب

الحركية

اليوم : الأحد

الصف: الثاني المتوسط

الثقة بالنفس 2 تعلم مهارة المناولة - تعلم مهارة التهديف

2019-12-8

الوقت: 45 دقيقة

نوع النشاط	الوقت	النشاط البدني والمهاري	التنظيم	الملاحظات
الجزء الإعدادي	10 د	تهيئة الأدوات واخذ الغياب وترديد صيحة بداية الدرس	●●●●●●●● *	التأكيد على النظام.
المقدمة	2 د	السير الاعتيادي تمارين مختلفة من السير الاعتيادي هرولة اعتيادية تمارين مختلفة من الهرولة زحلقة جانبية السير الاعتيادي الوقوف.	● ● ● ● * ● ● ● ●	التأكيد على وجود مسافات بين الطلاب أثناء السير والهرولة والأداء الصحيح مع الصفرة.
تمارين بدنية	5 د	تمرين الذراعين (الوقوف، الانثناء العرضي) ضغط الذراعين إلى الجانب ومدهما (4) عادة. تمرين الجذع (جلوس طويل، ضمًا) الذراعين عاليًا ثني الجذع للأمام والثبات (10) عادة. تمرين الساقين (الوقوف تخصر) القفز بتبادل القدمين أمامًا خلفًا (2) عادة.	● ● ● ● * ● ● ● ●	التأكيد على الذراعين أثناء الأداء. التأكيد على عدم ثني الركبتين. التأكيد على مد الساقين.

الجزء الرئيسي	30 د		
النشاط التعليمي	7 د	شرح وعرض التمارين المعدة وكيفية العمل على الأجهزة والوسائل المساعدة وعملية الدوران بين المحطات من قبل المدرس وعرضها وتطبيقها من قبل الطلاب.	
النشاط التطبيقي	23 د 5 د 5 د 5 د 5 د 3 د	تطبيق تمرين (1) تطبيق تمرين (2) تطبيق تمرين (4) تطبيق تمرين (5) دوران بين المحطات	التأكيد على الأداء السليم للمهارات مع تصحيح الأخطاء حال حدوثها. مع اعطاء الطالب فرصة لتصحيح أخطائه
الجزء الختامي	5 د		التأكيد على الالتزام بقواعد اللعبة.
	4 د	لعبة ترويحية. لعبة صغيرة (الدوران حول رئيس الفرقة)	
	1 د	تمارين تهدئة مع إنهاء الدرس بصيحة ختام الدرس.	التأكيد على النظام والانصراف بهدوء.