

الألعاب المصغرة بكرة السلة وتأثيرها في تعلم بعض القدرات الحركية للتلاميذ بأعمار 9-10 سنوات

أسراء علي محسن عزيز

العراق . مديرية تربية بابل

asraaali00001@gmail.com

### الملخص

أن قلة التمرينات الرياضية داخل درس التربية الرياضية في المدارس الابتدائية قد يؤدي بأي حال من الأحوال الى ضعف في القدرات الحركية وخاصة في ايام الدراسة وايضا في ضل التطور التكنولوجي الذي يشهده عصرنا الحالي حيث الطفل يبقى اوقات طويلة داخل البيت او مع اجهزة الالعاب الالكترونية اكثر من السابق مما قد يؤدي الى عزله عن عالمه الذي من المفترض به ان يكون مفعم بالحيوية والنشاط , وهذا يؤدي الى ضعف في القدرات الحركية التي قد تؤدي الى عدم اكتسابه المهارات اللازمة لبناء حياته , وعليه فقد كان لزاما على الباحثة ان يحل هذه المشكلة التي تواجه العديد من اولياء الامور في عدم قدرة اطفالهم على ممارسة الانشطة الرياضية اللازمة والمنتشرة في مجتمعاتهم .

ويهدف البحث الى اعداد مجموعة من الألعاب المصغرة بكرة السلة والتعرف على تأثير هذه الألعاب المصغرة على بعض القدرات الحركية للتلاميذ بأعمار 9-10 سنوات .

الكلمات المفتاحية: الألعاب المصغرة ، كرة السلة ، القدرات الحركية

**Mini-games with basketball and their impact on learning some of the motor abilities of pupils aged 10–9 years**

**Esraa Ali Mohsen Aziz**

**Iraq. Babylon Education Directorate**

**asraaali00001@gmail.com**

**Summary**

The lack of physical exercises within the lesson of physical education in primary schools may in any way lead to a weakness in motor abilities, especially in school days, and also in light of the technological development witnessed by our current age, where the child stays for long times inside the house or with electronic game devices more than before Which may lead to his isolation from his world, which is supposed to be full of vitality and activity, and this leads to a weakness in motor abilities that may lead to his not acquiring the necessary skills to build his life, and therefore it was necessary for the researcher to solve this problem that faces many parents Things are in their children's inability to practice the necessary sports activities that are widespread in their communities.

The research aims to prepare a set of mini-games with basketball and to identify the impact of these mini-games on some of the motor abilities of students aged 10–9 years.

**Keywords: mini games, basketball, motor abilities**

**1- المقدمة:**

ظهرت الحاجة في الوقت الحاضر الى استخدام اساليب تعليمية كانت مستخدمة بشكل كبير في السبعينات والثمانينات من القرن الماضي حيث كانت تعتمد هذه الاساليب على الفرد نفسه وعلى قدراته الداخلية في التعلم والتدريب وخاصة الفئات الصغرى بالعمر , حيث التركيز على طاقة الطفل واستثمارها من خلال مجموعة من الالعب الصغرى التي تستثير قدراتهم الداخلية للعب والتنافس لتحقيق الغاية من التعلم . ومن خلال ما تقدم تظهر اهمية البحث في اعداد مجموعة من الالعب المصغرة والتي تعمل على تطوير بعض القدرات الحركية لدى التلاميذ , حيث ستعمل هذه الالعب المصغرة على زرع روح التنافس بين المجموعات والتعاون بين افراد الفريق الواحد وتكسيبهم خبرات نجاح ايجابية مشوقة تجعلهم مندفعين لتطوير القدرات الخاصة بهم .

ومن خلال خبرة الباحثة المتواضعة كونها مدرسة في تربية بابل لاحظت ان التلاميذ الاطفال بأعمار 9-10 سنوات ذوات قدرات حركية ضعيفة نوعا ما مقارنة بالمرحلة العمرية التي يمرون بها تبين ان استخدام الطرائق المعتادة بالتعلم تتسم بالرتابة وعدم الاستثارة لميول المتعلمين بالشكل المطلوب وخاصة في تطوير قدراتهم الحركية وهذا ما ينعكس سلبا في تعلم العديد من المهارات في فعاليات مختلفة , وفي هذه الفترة العمرية الحرجة للطفل يتوجب عليه تطوير اكبر قدر ممكن من القدرات الحركية التي تفيد وتعينه في جميع متطلبات حياته .

**ويهدف البحث الى:**

- 1- اعداد مجموعة من الالعب المصغرة للتلاميذ بأعمار 9-10 سنوات .
- 2- التعرف على تأثير الالعب المصغرة على بعض القدرات الحركية للتلاميذ بأعمار 9-10 سنوات .

## 2- إجراءات البحث:

**2-1 منهج البحث:** استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين الضابطة والتجريبية (ذات الاختبار القبلي والبعدي) لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث. والجدول (1) يبين التصميم التجريبي لعينتي البحث .

جدول (1) يبين التصميم التجريبي لعينتي البحث

| المجاميع           | الاختبار القبلي                              | المنهج المتبع                | الاختبار البعدي                              | المقارنة                                                              |
|--------------------|----------------------------------------------|------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| المجموعة الضابطة   | اختبارات متغيرات البحث (بعض القدرات الحركية) | المنهج المتبع من قبل المدرب  | اختبارات متغيرات البحث (بعض القدرات الحركية) | المقارنة بين العينتين الضابطة والتجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي |
| المجموعة التجريبية | البحث (بعض القدرات الحركية)                  | المنهج المتبع من قبل الباحثة |                                              |                                                                       |

## 2-2 مجتمع البحث وعينته:

تم تحديد مجتمع البحث من تلاميذ مركز مدينة الحلة بأعمار 9-10 سنوات وتم اختيار عينة البحث من تلاميذ مدرسة العليم الابتدائية وعددهم 65 تلميذ وتم ذلك بأسلوب القرعة وبالطريقة العشوائية البسيطة وسيتم ذكر التفاصيل في جدول (2)

جدول (2) يبين تقسيم عينة البحث

| ت | العينة      | العدد | اسم المدرسة             |
|---|-------------|-------|-------------------------|
| 1 | الضابطة     | 25    | العليم الابتدائية/ب     |
| 2 | التجريبية   | 25    | العليم الابتدائية/أ     |
| 3 | الاستطلاعية | 10    | العليم الابتدائية/أ + ب |

## 2-2-1 تكافؤ المجموعتين:

لغرض التحقق من تكافؤ المجموعتين قامت الباحثة باستخراج نتائج اختبار (t) للعينات المستقلة لبيانات القياس القبلي لعينة البحث في المتغيرات التابعة وكما هو مبين في الجدول (3).

جدول (3) يبين تكافؤ مجموعتي البحث

| الاختبارات      | المجموعة التجريبية |      | المجموعة الضابطة |      | قيمة ت المحسوبة | الدلالة الأحصائية |
|-----------------|--------------------|------|------------------|------|-----------------|-------------------|
|                 | س                  | ع    | س                | ع    |                 |                   |
| الرشاقة         | 49,11              | 1,80 | 50,74            | 1,67 | 2,512           | 0,052             |
| توافق عين وذراع | 7,24               | 1,6  | 7,75             | 1,8  | -1,281          | 0,125             |
| توافق عين ورجل  | 11,82              | 1,23 | 11,13            | 1,25 | -0,532          | 0,141             |
| النوازن المتحرك | 11,52              | 1,91 | 11,32            | 1,82 | 0,422           | 0,051             |

قيمة t المحسوبة معنوية عند مستوى دلالة 0,05 ودرجة حرية 28

## 2-3 وسائل وادوات البحث والأجهزة المستخدمة:

### 2-3-1 وسائل جمع البيانات:

- المصادر والمراجع العربية والاجنبية
- الملاحظة
- الاستبانة
- المقابلة
- الاختبارات المهارية
- شبكة المعلومات الدولية

### 2-3-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة:

(ملعب كرة سلة , كرات سلة عدد 5 كرات , شواخص عدد (8) مصنوعة من اللدائن, صافره نوع (فوكس) عدد (2), اشرطة لاصقة, اقراص ليزرية عدد 5, حاسوب محمول نوع Dell, شريط قياس من النسيج طول 10م, ساعة توقيت عدد 2 صينية المنشأ, كاميرا رقمية عدد (1) نوع Sony , اطواق ملونه عدد 8 .

### 2-4 تحديد متغيرات البحث والخاصة بالمهارات الاساسية بكرة السلة واختباراتها

قام الباحثان بتحديد بعض القدرات الحركية على اساس الفئة العمرية ومستوى التعلم وهي (الرشاقة , توافق عين وذراع , توافق عين ورجل , المرونة الحركية)

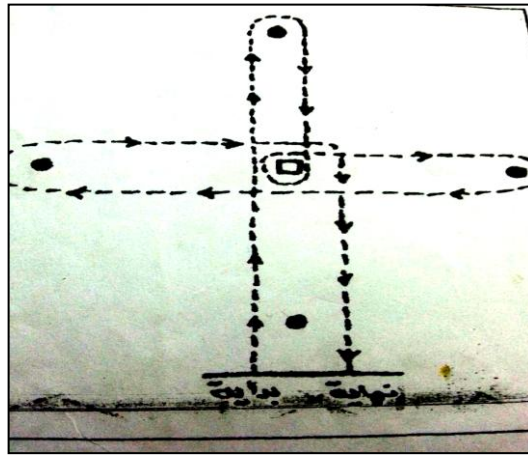
ولقد قام الباحث بتحديد الاختبارات الخاصة بمتغيرات البحث من المصادر المعتمدة وللعمر المناسب للعينة وهي كالتالي:

#### 1- اختبار الرشاقة (محمد صبحي حسانين ، 2000 ، ص 279)

- اسم الاختبار: الجري متعدد الجهات .
- الغرض من الاختبار: قياس الرشاقة .
- الأدوات: اربع كرات طبية ، كرسي بدون ظهر ، ساعة أيقاف .
- مواصفات الأداء: توضع الكرات الطبية كما هو موضح بالشكل (1) ، المسافة بين الكرات الاربعة والتي في الاطراف والكرسي الذي في المنتصف 4,5 متر ، المسافة بين خط البداية أول كرة طبية متر واحد .
- طريقة الاداء: عند سماع شارة البدء يقوم المختبر بالجري من عند النقطة البداية متبعاً خط السير الموضع في الشكل (1) حتى يتجاوز خط النهاية من عند النقطة النهاية . ويحسب له الزمن الذي أستغرقه في قطع هذه المسافة طبقاً للمواصفات المطلوبة .

- توجيهات:

- 1- يجب اتباع خط السير أثناء الجري .
  - 2- اي مخالفة لخط السير المحدد يوقف الاختبار ويعاد مرة اخرى على المختبر بعد أن يحصل على الراحة الكافية
  - 3- يجب عدم لمس الكرات الطبية أثناء الجري .
- التسجيل: يحسب الزمن الذي قطعه المختبر من بدء إشارة المحكم حتى تخطية خط النهاية على ان يكون قد اتبع خط السير المحدد في مواصفات الاداء.

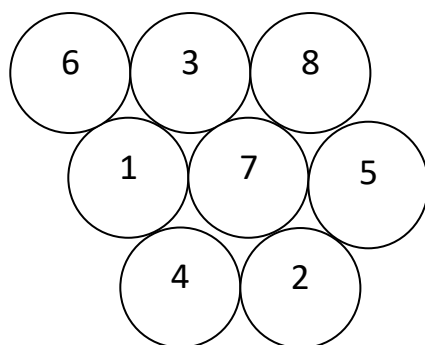


الشكل (1) يوضح اختبار الرشاقة

2- اختبار التوازن الحركي

- الغرض من الاختبار: قياس التوازن من خلال الحركة
- الأدوات: عارضة توازن بعرض (10) سم وطول (4) م وسمك (3-5) سم ، ارض مستوية ، ساعة توقيت .
- مواصفات الاختبار: عند سماع الإشارة بالبداية يقوم المختبر بالمشي على العارضة إلى النهاية ثم الدوران والرجوع مرة أخرى إلى نقطة البداية بأقصى سرعة وبدون لمس أي جزء من الجسم الأرض خارج العارضة .
- التسجيل: يحسب الزمن المستغرق في المشي على العارض إلى اقل 10/1 ثانية عند ملامسة أي جزء من الجسم الأرض خارج العارضة تضاف ثانية للوقت المستغرق.
- 3- اختبار التوافق (عين وذراع) .

- اسم الاختبار: رمي كرة التنس واستقبالها على الجدار  
(محمد محمود عبد الدايم وحمد صبحي حسانين ، 2008 ، ص211)
- الغرض من الاختبار: قياس التوافق بين العين والذراع
- الأدوات: كرة تنس ، حائط ، يرسم خط على بعد 5 م من الحائط .
- الأداء: يقف المختبر أمام الحائط وخلف الخط المرسوم على الأرض والذي يبعد (5) م حيث يتم الاختبار وفقاً للتسلسل الآتي:
- رمي كرة التنس خمس مرات متتالية باليد اليمنى على أن يستقبل المختبر الكرة بعد ارتدادها من الحائط بنفس اليد .
- رمي كرة التنس خمس مرات متتالية باليد اليسرى على أن يستقبل المختبر الكرة بعد ارتدادها من الحائط بنفس اليد .
- رمي كرة التنس خمس مرات متتالية باليد اليمنى على أن يستقبل المختبر الكرة بعد ارتدادها من الحائط باليد اليسرى .
- حساب الدرجة: لكل محاولة صحيحة تحسب درجة للمختبر والدرجة النهائية تكون (15)
- 4- اختبار التوافق (عين ورجل) .
- اسم الاختبار: اختبار الدوائر المرقمة:
- (محمد محمود عبد الدايم وحمد صبحي حسانين ، 2008 ، ص215)
- الغرض من الاختبار: قياس التوافق بين (الرجلين والعينين) .
- الأدوات : ساعة توقيت ، يرسم على الأرض (8) دوائر مرقمة من (1-8) على أن يكون قطر كل منها 60 سم
- أداء الاختبار: يقف المختبر داخل دائرة (1) وعند سماع إشارة البدء يقوم بالوثب تباعاً وحسب تسلسل الأرقام حتى الدائرة رقم (8) .
- حساب الدرجة: يسجل الزمن الذي استغرقه المختبر في الانتقال على الدوائر الثمانية .



شكل (2) يوضح اختبار الدوائر المرقمة

## 2-5 الأسس العلمية للاختبارات:

تؤدي الشروط العلمية للاختبار والمتمثلة بمعامل الصدق والثبات والموضوعية دوراً مهماً بشأن تحديد صلاحية الاختبار وإمكانية تطبيقه بشكل جيد . وللتأكد من الشروط العلمية للاختبارات سيقوم الباحث بتطبيق الاختبارات قيد البحث في التجربة الاستطلاعية على مجموعة من التلاميذ والبالغ عددهم (10) تلميذاً كما مبين في الجدول (4).

جدول (4) يبين لنا درجات الصدق والثبات والموضوعية لجميع الاختبارات المستخدمة في البحث

| نوع الدلالة     | قيمة (ر) المحتسبة |              | وحدة القياس              | الاختبارات      |
|-----------------|-------------------|--------------|--------------------------|-----------------|
|                 | معامل الموضوعية   | معامل الثبات |                          |                 |
| معنوي           | 0,95              | 0,91         | ثا                       | الرشاقة         |
| معنوي           | 0,91              | 0,83         | عدد                      | توافق عين وذراع |
| معنوي           | 0,88              | 0,79         | عدد                      | توافق عين ورجل  |
| معنوي           | 0,87              | 0,76         | ثا                       | التوازن المتحرك |
| درجة الحرية (8) |                   |              | قيمة (ر) الجدولية (3,18) |                 |

## 2-6 الاجراءات الميدانية للبحث:

## 2-6-1 التجربة الاستطلاعية للبحث:

تعد التجربة الاستطلاعية من الخطوات المهمة في تنفيذ البحوث العلمية, اذ يحصل الباحث من خلالها على معلومات كثيرة وملاحظات تخص تنفيذ إجراءات بحثه , لذا سيقوم الباحث بأجراء تجربة استطلاعية في يوم (الاحد) المصادف (2022/11/6) على عينة من تلاميذ مدرسة العليم الابتدائية وكان عددهم (10) تلميذا وكان الغرض منها:

1- معرفة الوقت المستغرق لأداء الاختبار.

2- التأكد من الأسس العلمية للاختبارات.

3- التعرف على الصعوبات التي قد تواجه الباحث في مجريات عمله ووضع الحلول المناسبة لها.

4- التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة.

5- التأكد من كفاية فريق العمل المساعد .

6- التعرف على الأخطاء مسبقا قبل إجراء التجربة الرئيسية.

## 2-6-2 الاختبارات القبلية لعينتي البحث:

قامت الباحثة بإجراء الاختبارات القبلية لعينة البحث والتي جرت يوم (2022/11/13) المصادف في يوم (الاحد) صباحا وعلى الساحة الخارجية لمدرسة العليم الابتدائية.

## 2-6-3 المنهج التعليمي بالألعاب المصغرة بالاسلوب التنافسي وطرق تنفيذه \*:

قامت الباحثة بجمع واعداد وتصميم مجموعة من الألعاب المصغرة بالاسلوب التنافسي بكرة السلة وبالاعتماد على المراجع العلمية والدراسات السابقة التي تناولت وضع برامج لتطوير القدرات الحركية باستخدام الأسلوب التنافسي (الزوجي , الجماعي) ثم تم وضع محتوى المنهج التطويري بعد إجراء بعض التعديلات من حذف وإضافة وتم وضع البرنامج بصورته النهائية والتي تتناسب مع الفئة العمرية للعينة (9-10 سنوات) ويراعى فيها التدرج من السهولة للصعوبة في مهارات كرة السلة ومراعاة التنوع والتشويق واثارة الرغبة في اللعب لخدمة اغراض البحث في تطوير بعض القدرات الحركية وتم تطبيق الالعب ضمن الجزء الرئيسي من وحدة الدرس الاساسية للعينة التجريبية وبواقع 2 وحدات تعليمية في الاسبوع ولمدة شهر (8) وحدة درس وستتضمن كل وحدة 3 العاب صغيرة بكرة السلة , وستتضمن كل وحدة درس من (الجزء التمهيدي 10 دقائق ,الجزء الرئيسي 25 دقيقة ,الجزء الختامي 5 دقائق) بداية المنهج كانت يوم 2022/11/18 ونهاية المنهج ستكون 2023/1/21 .

## 2-6-4 الاختبارات البعدية:

اجريت الاختبارات البعدية لعينة البحث لاختبارات بعض القدرات الحركية في يوم (2023/1/25) في الساحة الخارجية لمدرسة العليم الابتدائية وقد روعي نفس الظروف التي جرت بها الاختبارات القبلية.

## 2-7 الوسائل الاحصائية:

تم تحليل بيانات البحث باستخدام الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية spss

## 3- عرض ومناقشة النتائج:

3-1 عرض ومناقشة نتائج البحث لبعض القدرات الحركية وللختبارات القبلية وللعينتين التجريبية والضابطة .

## 3-1-1 نتائج الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في اختبارات بعض القدرات الحركية

الجدول (5) يبين نتائج الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في اختبارات القدرات الحركية

| المتغيرات       | الاختبار القبلي |      | الاختبار البعدى |      | قيمة t المحسوبة | الدلالة الاحصائية |
|-----------------|-----------------|------|-----------------|------|-----------------|-------------------|
|                 | س               | ع    | س               | ع    |                 |                   |
| الرشاقة         | 49,11           | 1,80 | 44,06           | 0,82 | 14,291          | معنوي             |
| توافق عين وذراع | 7,24            | 1,6  | 10,49           | 0,78 | 5,830           | معنوي             |
| توافق عين ورجل  | 11,82           | 1,23 | 9,92            | 0,63 | 7,051           | معنوي             |
| التوازن المتحرك | 11,52           | 1,91 | 9,61            | 1,12 | 3,241           | معنوي             |

عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (29)

وتعزو الباحثة سبب تطور المجموعة التجريبية الى فعالية استخدام الألعاب المصغرة بالاسلوب التنافسي والتي اثارت لدى المتعلم الرغبة والاثارة لتطوير القدرات الحركية قيد البحث لما اثارته فيهم من روح التحدي والاثارة والتشويق حيث كانت الالعاب تتضمن مهارات الركض والمشي والرمي والركل وغيرها وهذه الألعاب المصغرة تبدأ بأنشطة مبسطة تشمل بعض الحركات والتي تؤدي إلى المزيد من القدرات المعقدة وكذلك تعزو الباحثة تطور القدرات الحركية البعدية للعينة التجريبية الى اتباع الباحث للاسس العلمية من التسلسل من السهل والصعب ومراعاة الفئة العمرية للمتعلمين , اذ ان "تحقيق واكتساب افضل درجات الكفاية في المواقف التعليمية يعود الى المنهج التعليمي لانه طريقة لتنظيم المادة الدراسية على اساس خطوات متدرجة بحيث يمكن للمتعلم اكتسابها بسهولة"

(عبد الفتاح لطفي ، 1972 ، ص466)

## 3-1-2 نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات القدرات الحركية.

جدول (6) يبين نتائج الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات القدرات الحركية

| المتغيرات       | الاختبار القبلي |      | الاختبار البعدي |      | قيمة t | الدلالة الاحصائية |
|-----------------|-----------------|------|-----------------|------|--------|-------------------|
|                 | س               | ع    | س               | ع    |        |                   |
| الرشاقة         | 50,74           | 1,67 | 47,26           | 1,32 | 3,492  | معنوي             |
| توافق عين وذراع | 7,75            | 1,8  | 10,25           | 0,4  | 6,925  | معنوي             |
| توافق عين ورجل  | 11,13           | 1,25 | 10,04           | 0,71 | 4,836  | معنوي             |
| التوازن المتحرك | 11,32           | 1,82 | 10,16           | 1,21 | 7,954  | معنوي             |

وتعزو الباحث الفروق المعنوية في اختبارات القدرات الحركية قيد البحث الى مفردات المنهج المستخدم من قبل مدرس التربية الرياضية في المدرسة اذ ان المنهج المستخدم كان مخططا ومدرسا وفق أسس علمية صحيحة مما ادى الى تحقيق التطور بالقدرات الحركية للتلاميذ.

## 3-1-3 عرض نتائج الاختبارات البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات القدرات الحركية

قيد البحث وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (7) يبين نتائج المجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات القدرات الحركية البعدي

| المتغيرات       | المجموعة التجريبية |      | المجموعة الضابطة |      | قيمة ت | الدلالة الإحصائية |
|-----------------|--------------------|------|------------------|------|--------|-------------------|
|                 | س                  | ع    | س                | ع    |        |                   |
| الرشاقة         | 44,06              | 0,82 | 47,26            | 1,32 | 8,383  | 0,000             |
| توافق عين وذراع | 10,49              | 0,78 | 10,25            | 0,4  | 4,291  | 0,001             |
| توافق عين ورجل  | 9,92               | 0,63 | 10,04            | 0,71 | 7,260  | 0,000             |
| التوازن المتحرك | 9,61               | 1,12 | 10,16            | 1,21 | 3,515  | 0,000             |

عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (28)

وتعزو الباحثة سبب الاختلاف بين نتائج المجموعتين الا ان المنهج المتبع من قبل الباحثة قد اسهم في تطوير المجموعة التجريبية رغم الحصول على نتائج ايجابية ايضا من المجموعة الضابطة وهذا يدل على ان المنهج المتبع من قبل مدرس التربية الرياضية للمجموعة الضابطة قد ساعدت تماريناته على الاسهام في رفع مستوى القدرات الحركية موظوع الدراسة , اما المجموعة التجريبية فقد كانت لها الافضلية في الحصول على الافضلية بالاوساط الحسابية والانخفاض في الانحرافات المعيارية وهو دليل على ان المنهج المتبع من قبل الباحثة قد راعى الاسس العلمية في الاعداد للالعاب المصغرة بالاسلوب التنافسي والتمارين التي اتسمت اتسمت بالتسلسل واثارة رغبة المتعلمين باتجاه التطور بالقدرات الحركية اذ يرى

(وجيه محجوب ، ٢٠٠١ ، ص167)

"أن للتمارين أهمية كبرى في الإعداد البدني العام والخاص والإعداد المهاري إذ كان للمبتدئين أو المستويات العليا"

وايضا راعت هذه الالعب المصغرة بالاسلوب التنافسي الفروق الفردية بين التلاميذ مما ساهم في انخفاض مستوى الانحراف المعياري لها , وهنا فقد اتمت الباحثة حدود فرضياته في اعداد الالعب المصغرة ومعرفة مدى تأثيرها في العينة التجريبية ومعرفة التطور الحاصل بين المجموعتين ولاي مجموعة كانت الافضلية .

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات:

##### 4-1 الاستنتاجات:

1- ان الالعب المصغرة هي من الاساليب الفعالة في تطوير بعض القدرات الحركية للتلاميذ بأعمار 9-10 سنوات .

2- ان تطور المجموعة التجريبية كان من جراء اتباعها للمنهج المعد من قبل الباحثة .

3- ان تطور المجموعة الضابطة كان بفعل خبرة ودراسة المدرس الاصلي وامكانياته .

##### 4-2 التوصيات:

1- ضرورة الاهتمام بالتلاميذ الصغار واستخدامهم في بحوث اكثر لتطوير هذه العينات من جميع النواحي البدنية والحركية .

2- ان استخدام الالعب المصغرة ذو فائدة حيث تعمل على جذب العينات ذات الفئات العمرية الصغيرة وحثهم على الحركة والنشاط الصفي واللاصفي .

3- استخدام الالعب المصغرة لتعلم قدرات ومهارات رياضية لاعلعب مختلفة .

#### المصادر

- عبد الفتاح لطفي: طرائق تدريس التربية الرياضية والتعلم الحركي: (الاسكندرية, دار الكتب الجامعية (1972,

- محمد محمود عبد الدايم ومحمد صبحي حسانين: القياس في كرة السلة ، دار الفكر العربي ، 1984

- محمد محمود عبد الدايم ومحمد صبحي حسانين: القياس في كرة السلة ، ط4، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2008 .

- محمد صبحي حسانين: القياس والتقويم في التربية والرياضة ، ج1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2000

- وجيه محجوب موسوعة علم الحركة: التعلم وجدولة التدريب الرياضي ، عمان ، دار وائل للنشر ، ٢٠٠١ .

ملحق (1)

(وحدات تعليمية باستخدام الالعاب المصغرة بالأسلوب التنافسي)

الأسبوع: الأول      اليوم: الاربعاء      الوحدة التعليمية: الاولى  
التاريخ: 2022/11/18      عدد الطلاب: 30      زمن الوحدة التعليمية: 40 د  
الأهداف التعليمية: تطوير بعض القدرات الحركية .

الأهداف التربوية: يتعلم الطالب روح التعاون - الصبر - والقيادة - الثقة بالزميل .

الأدوات والأجهزة: الأدوات والأجهزة : كرات سلة (5) - شواخص (10) - ساعة توقيت (1) - استمارة تسجيل - شريط لصق .

| ت | اقسام الوحدة<br>التعليمي | الوقت | محتوى الوحدة التعليمية                                                               | التنظيم                                                                                                             | الملاحظات                                                           |
|---|--------------------------|-------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| 1 | القسم الإعدادي           | 10د   |                                                                                      |                                                                                                                     |                                                                     |
| أ | الاحماء العام            | 5 د   | تمارين تهيئة عامة لكافة عضلات ومفاصل الجسم من اجل رفع كفاءة الجهاز الدوري والتنفسي . | xxxxxxxxxxxx<br>xxxxxxxxxxxx<br> | وقوف الطلاب بانتظام والتأكيد على الإحماء الصحيح                     |
| ب | الاحماء الخاص            | 5د    | تمارين بدنية متخصصة .                                                                | xxxxxxxxxxxx<br>xxxxxxxxxxxx<br> |                                                                     |
| 2 | القسم الرئيسي            | 60 د  |                                                                                      |                                                                                                                     |                                                                     |
| أ | الجزء التعليمي           | 15د   | - شرح الالعاب التي ستؤدى بالجزء التطبيقي من الوحدة التعليمية .                       | X  X<br>X X<br>X X<br>X X<br>X X | المحافظة على المسافات وشرح التمارين وتطبيقها من قبل تلميذين أو أكثر |
| ب | الجزء التطبيقي           | 25د   |                                                                                      |                                                                                                                     | 1- زمن التمرين                                                      |

|                                                                                                                     |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |    |  |                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|--|--------------------|
| <p>يتضمن التكرار<br/>واوقات الراحة<br/>2-المنافسة متنوعة<br/>3- الالتزام<br/>بالمهارات التي يتم<br/>تعلمها فقط.</p> |  | <p>كل تلميذ بحوزته كرة ويقفون<br/>امام المدرس بشكل عشوائي<br/>يقوم المدرس بأطلاق صافرة<br/>وتحديد احد الاتجاهات الاربعه<br/>بالاضافة الى الاعلى والاسفل<br/>بيده , يقوم كل التلاميذ<br/>بالتحرك بأستخدام الطبطبة<br/>العالية فقد مع الاتجاه الذي<br/>يحدده المدرب , يكون التلميذ<br/>خاسرا باللعبه اذا اخطأ<br/>بالاتجاه او اذا اخطأ بالطبطبة<br/>العالية , يكون الفوز لآخر<br/>تلميذ يتبع التعليمات بنجاح</p>                                                                                                                   | د7 |  | <p>تمرين<br/>1</p> |
|                                                                                                                     |  | <p>تقسم المجموعة الى فريقين<br/>بالتساوي , تقف كل مجموعة<br/>اسفل السلة متوجهين الى<br/>منتصف الساحة ومع كل قائد<br/>فريق كرة سلة, توضع امام كل<br/>فريق وفي منتصف الساحة<br/>(8) اقماع بلاستيكية , يقوم<br/>المدرب بأطلاق صافرة لبداية<br/>المنافسة , ينطلق التلميذ الاول<br/>من كل فريق الى منتصف<br/>الساحة بأستخدام الطبطبة<br/>العالية فقط لاحضار احد<br/>الاقماع والرجوع الى خط<br/>الانطلاق , يعاود اللاعب<br/>الثاني لاداء نفس التكرار ,<br/>الفريق الذي يجمع جميع<br/>الاقماع عند خط البداية هو<br/>الفريق الفائز .</p> | د7 |  | <p>تمرين<br/>2</p> |

|                    |                      |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |                                                                                                                                         |
|--------------------|----------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>تمرين<br/>3</p> |                      | <p>د7</p> | <p>تقسم المجموعة الى فريقين بالتساوي ويقفون اما المدرس وتعزل كل مجموعة عن الاخرة للتمييز بينهما , يقوم المدرس بأطلاق صافرة وتحديد احد الاتجاهات الاربعة بالاضافة الى الاعلى والاسفل بيده , يقوم كل التلاميذ بالتحرك بأستخدام الطبطبة العالية فقد مع عكس الاتجاه الذي يحدده المدرب , يكون الفريق خاسرا باللعبة اذا خرج جميع اعضاء الواحد تلو الاخر بسبب خطأ في تحديد الاتجاه او خطأ بأداء الطبطبة العالية , بفوز الفريق الذي يتبقى اخر اعضاءه داخل الساحة بسبب استجابتهم للاتجاهات وصحة اداءهم للطبطبة العالية .</p> |  |                                                                                                                                         |
| <p>3</p>           | <p>القسم الختامي</p> | <p>د5</p> | <p>- لعبة ترويحية صغيرة -<br/>إرشادات تربوية<br/>- الانصراف</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | <p>- العمل على<br/>استرخاء<br/>التلاميذ ورجوعهم<br/>الى الوضع<br/>الطبيعي .<br/>- استنكار ما تم<br/>تعلمه خلال الوحدة<br/>التعليمية</p> |