

Research Paper

أثر نموذج لاندا المدعم بالهايبرميديا في تنمية التوافق الخاص وتعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم الخماسي للطلاب

مريم نبيل جاسم الحسني

الجامعة المستنصرية - كلية التربية الأساسية - قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة maryaim.n@uomustansiriyah.edu.iq

This open-access article is available under the Creative Commons Attribution 4.0 (CC BY 4.0) International License, which allows for unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided that the original work is properly cited

DOI: <https://doi.org/10.37655/uaspesj.2026.167328.1330>

Submission Date Online 2025-11-21

Accept Date 2026-01-03

المستخلص

تكمّن أهمية البحث في جانبيين النظري والعملي. إذ تعد دراسة انموذج لانداهي محاولة لنقل إيجابيات هذا الأنموذج من العلوم النظرية إلى العلوم التطبيقية، ومن الجانب النظري إلى الجانب العملي، إذ تسهم هذه الدراسة في الدور المساعد الكبير والفاعل في تعليم الطلاب للمهارات الأساسية بكرة القدم الخماسي لطلاب المرحلة المتوسطة، اما مشكلة البحث فتبين أن تدريس مادة كرة القدم لا تواكب الحداثة والتطور في مجال التعليم والتدريس كون لعبة كرة القدم من الألعاب الرياضية التي حظيت بالحداثة وتطبيق امكانيات وإيجابيات التكنولوجيا الحديثة واقتصر تعليم المهارات في درس التربية الرياضية على استخدام اساليب متبعة بعيدة جدا عن تكنولوجيا التعليم مما أثر في تعلم المهارات بكفاءة أقل ومن هنا ارتأت الباحثة إلى استخدام أنموذج لانداهي في تنمية التوافق الخاص وتعليم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم الخماسي والتعرف على مدى فاعلية هذا الأنموذج على تعلم المهارات لدى الطلاب. واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين التجريبية والضابطة وحددت الباحثة مجتمع البحث بطلاب مرحلة الصف الثاني متوسط في مدرسة متوسطة الفتوة للبنين للعام الدراسي 2025 - 2026 في مديرية تربية بغداد الكرخ الثالثة والبالغ عددهم 145 طالباً، اما عينة الدراسة والبحث فقد تم اختيارها بالطريقة العشوائية (القرعة) والبالغ عددهم (60) طالبا حيث كانت النسبة (37.41%) من مجتمع الأصل. واستنتجت الباحثة أن لأنموذج لانداهي المدعم بالهايبر ميديا له الأثر الإيجابي في تنمية التوافق الخاص وتعليم المهارات قيد الدراسة والبحث بكرة القدم الخماسي لطلاب الثاني متوسط. وتوصي الباحثة بضرورة العمل على الاستفادة من إنموذج (لانداهي) المدعم بالهايبر ميديا في تنمية التوافق الخاص وتطوير التعليم لمهارات كرة القدم وكافة الجوانب الأخرى كالتحصيل المعرفي والنفسي..

The effect of the Landa model supported by hypermedia in developing personal compatibility and learning some basic skills in five-

Maryam Nabil Jassim Al-Hasani

AlMustansiriya University - College of Basic Education - Department of Physical Education and Sports Sciences

Abstract

The importance of the research lies in both the theoretical and practical aspects, as the study of the Landa Model is an attempt to transfer the positive aspects of this model from theoretical sciences to applied sciences, and from the theoretical side to the practical side, as this study contributes to the great and effective helpful role in teaching Students for the basic skills of five-a-side football for middle school students. As for the problem of the research, it turns out that teaching football does not followed methods that are very far from educational technology, which affected learning skills with less efficiency. Hence, the researcher decided to use Landa's model in developing personal compatibility and teaching some Basic skills in five-a-side football and identifying the effectiveness of this model on learning skills among students. The researcher used the experimental approach by designing two equal groups, the experimental and control groups. The researcher defined the research population as second-year middle school students in Al-Futwa Intermediate School for year 2025-2026 in The third directorate of education in Baghdad, Al-Karkh, numbering 145 students. As for the study and research sample, it was chosen randomly (by lottery) and numbered (60) students, where the percentage was (37.41)% of the population of origin. The researcher concluded that the

Landa model supported by hypermedia has a positive impact on developing personal compatibility and teaching the skills under study and research in football. developing education for football skills a-side football for students and all other aspects such as cognitive and psychological achievement.

Keywords: Landa model supported by hypermedia, special compatibility, basic skills

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة واهمية البحث

حظيت طرائق التدريس واساليبها في مجال التربية الرياضية بنصيب واسع من التقدم والتطور نتيجة النهضة العلمية التكنولوجية التي اجتاحت العالم في مختلف مجالات المعرفة العلمية والإنسانية وبذلك تعددت طرائق التدريس, واستخدمت الأنموذجات والاستراتيجيات والأساليب المتعددة منها اساليب فردية وجماعية وتعد عملية التعليم والتعلم بجميع مراحلها من اهم العوامل المؤثرة في توفير متطلبات التقدم والتطور للمجتمع, فيعد التدريس هو الوسيلة التعليمية لتحقيق التواصل الحضاري عن طريق نقل الخبرات والأفكار من جيل إلى اخر, لذا يعد إنموذج لاندا من الأنموذجات الحديثة التي تنص على أن النظرية التنظيمية الاستكشافية تستند على أن العملية التعليمية لا بد أن تكون لدى المتعلم المعرفة الخاصة بالظاهرة العلمية فضلاً عن ذلك بناء مهارات خاصة بالبحث والسيطرة والتنظيم على هذه الظواهر العلمية لتنمية قدراتهم وميولهم العلمية , وأن التقدم الهائل في مفهوم تكنولوجيا التعليم ومنها (الهايبر ميديا) كان له اثر في تقدم العملية التعليمية فاصبح هناك تفاعل بين الطالب والمادة التعليمية في رفع ثقة الطالب بنفسه بوساطة التطبيق العملي, مما يكون صورة ذهنية واضحة قابلة للفهم والتفسير, والخروج برؤى واستنتاجات جديدة , ويعد التوافق الخاص من القدرات المهمة التي يستفاد منها في ممارسة أكثر الأنواع المهارات تعقيداً في التنكيك الصحيح وهذه الخاصية المتكاملة لا يتعلمها الطالب بنوع واحد من المهارة وإنما هناك مهارات مختلفة مرتبطة الواحدة بالأخرى, وإن التوافق الخاص لها أهمية كبيرة في تطوير القدرات التي تؤدي دوراً رئيساً ومهماً في الأداء الحركي من خلال تقليل الحركات الزائدة وغير الضرورية والاقتصاد بالجهد والدقة في اتخاذ القرار, وبما أن لعبة كرة القدم واحدة من الألعاب الجماعية التي استخدمت مختلف الأساليب العلمية والتربوية لتعلم واتقان مبادئ اللعبة فهي تتأثر بالتطور الحاصل في أساليب التعلم المختلفة لذا فأن استخدام التكنولوجيا يمكن أن يكون له دور في تطوير وتعلم المهارات الأساسية , ومن هنا تكمن أهمية البحث في جانبين النظري والعملي, إذ تعد دراسة أنموذج لاندا هي محاولة لنقل إيجابيات هذا الانموذج من العلوم النظرية الى العلوم التطبيقية, ومن الجانب النظري الى الجانب العملي, إذ تسهم هذه الدراسة في الدور المساعد الكبير والفاعل في تعليم الطلاب للمهارات الأساسية بكرة القدم لطلاب وخاصة المرحلة المتوسطة .

1-2 مشكلة البحث

إن كرة القدم من مفردات درس التربية الرياضية ضمن المنهاج الدراسي لدليل المرحلة المتوسطة المعد من قبل المديرية العامة للمناهج في وزارة التربية العراقية, ومن خلال عمل الباحثة في مهنة التدريس تخصص التربية الرياضية وبالاطلاع على العديد من البحوث والدراسات السابقة ضمن اختصاص طرائق تدريس كرة القدم تبين أن تدريس مادة كرة القدم لا تواكب الحداثة والتطور في مجال التعليم والتدريس كون لعبة كرة القدم من الألعاب الرياضية التي حظيت بالحداثة وتطبيق امكانيات وإيجابيات التكنولوجيا الحديثة, واقتصر تعليم المهارات في درس التربية الرياضية على استخدام اساليب متبعة بعيدة عن تكنولوجيا التعليم ما أثر في تعلم المهارات بكفاءة أقل مما هو منشود له من أهداف في العملية التعليمية بالشكل الأنسب, والأمثل ولم توظف تكنولوجيا التعليم والتصاميم وإيجابياتها التي تعمد الى اعطاء دوراً أكثر للطلاب بأن يكون محوراً للعملية التعليمية في تنويع المعرفة وإثارة الطلاب, ومن هنا ارتأت الباحثة الى استخدام أنموذج لاندا في تنمية التوافق الخاص وتعليم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم الخماسي والتعرف على مدى فاعلية هذا الأنموذج على التعلم لدى الطلاب .

1-3 اهداف البحث

1. اعداد وحدات تعليمية وفق انموذج لاندا مدعم بالهايبر ميديا في تنمية التوافق الخاص .
2. التعرف على أثر إنموذج لاندا المدعم بالهايبر ميديا في تنمية التوافق الخاص وتعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للطلاب .
3. التعرف على أفضلية تعلم المجموعتين التجريبيية والضابطة .

4-1 فرضا البحث

1. توجد فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي لمجموعي البحث في تنمية التوافق الخاص وتعليم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للطلاب وأصالح المجموعة التجريبية .
2. توجد فروق ذات دلالة احصائية بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية في تنمية التوافق الخاص وتعليم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للطلاب وأصالح المجموعة التجريبية.

5-1 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري : طلاب المرحلة الثانية متوسط في تربية بغداد الكرخ الثالثة مدرسة الفتوة للبنين للعام الدراسي 2025—2026.

2-5-1 المجال الزمني : 2025 / 2 / 16 - 2025 / 4 / 20 .

3-5-1 المجال المكاني : القاعات الدراسية والملعب الخارجي في متوسطة الفتوة للبنين .

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

2-1 منهج البحث

تعد المنهجية ذات اهمية في البحوث العلمية وذلك لان قيمة البحث العلمي ونتائجه ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالمنهج الذي يتبعه الباحث, وبما أن البحث العلمي قد حدد العديد من المناهج التي تتلاءم وطبيعة أي مشكلة علمية تستوجب الدراسة والبحث مما اعطى حرية الباحث في اختيار المنهج الذي ينسجم مع مشكلة بحثه (1) وعليه استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة لملاءمته مع طبيعة المشكلة واهداف البحث وكما مبين في جدول

جدول (1) يبين التصميم التجريبي لعينة الدراسة

الخطوات					المجموعات	رقم التصميم
الخامسة	الرابعة	الثالثة	الثانية	الاولى	المجموعة	ت
الفرق بين المجموعتين في الاختبار البعدي	الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي	اختبار بعدي	متغير مستقل أنموذج لاندا	اختبار قبلي	التجريبية	1
		اختبار بعدي	المنهج التعليمي من قبل المدرسة	اختبار قبلي	المجموعة الضابطة	2

2-2 مجتمع البحث وعينته

حددت الباحثة مجتمع البحث بطلاب مرحلة الصف الثاني متوسط في مدرسة متوسطة الفتوة للبنين للعام الدراسي 2025 - 2026 في مديرية تربية بغداد الكرخ الثالثة والبالغ عددهم 145 طالب, والمؤلفة من اربع شعب دراسية , اما عينة الدراسة فقد اختيرت بالطريقة العشوائية (القرعة) البالغ عددهم (60) طالبا من مجتمع البحث , اذ تمثلت المجموعة التجريبية في شعبة (أ) والبالغ عددهم (33) طالباً في استخدام أنموذج (لاندا) اما المجموعة الضابطة والمتمثلة بشعبة (ج) والبالغ عددهم (30) طالباً للأسلوب المتبع من قبل المدرس, واستبعد الطلاب الممارسين للعبة والراسبين واصبح العدد الكلي للعينة (60) طالباً وبنسبة (41.37) % من مجتمع البحث .

2-2-1 تجانس العينة

من اجل ضبط المتغيرات التي تؤثر على دقة نتائج البحث فقد قامت الباحثة ببعض الإجراءات على الرغم من أن العينة المختارة هي من مراحل عمرية متقاربة وكذلك لمنع المؤشرات التي قد تؤثر على نتائج التجربة من حيث الفروق الفردية لأفراد العينة, وللتأكد من تجانس العينة في متغيرات (كتلة الجسم – الطول – العمر) كما موضح في الجدول (2).

جدول (2) يبين تجانس افراد عينة البحث في متغيرات (العمر – الطول – الوزن)

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	التوزيع
العمر	شهر	168,66	230	11,23	0,430	اعتدالي
الطول	سم	160,47	144	6,592	0,231	اعتدالي
الكتلة	كغم	63,36	56	8,635	0,119	اعتدالي

¹عامر ابراهيم قديلي: البحث العلمي واستخدام مصادر المعلومات التقليدية والإلكترونية, ط1, دار الكتاب للطباعة, عمان الاردن, 2008, ص141-

3-2 ادوات البحث ووسائل جمع المعلومات

- المراجع والمصادر العربية والاجنبية
- استخدام برنامج (الهايبر ميديا) لعرض الفيديو والصور
- لابتوب نوع ايسر صينية المصنع
- كاميرا نوع canon صينية الصنع
- شاشة عرض بلازما نوع LG حجم 55 صينية الصنع
- شريط قياس .
- شريط لاصق ابيض.
- صافرة نوع فوكس عدد 1.
- شواخص مخروطية الشكل عدد 15.
- كرات قدم
- ملعب كرة قدم صالات.

4-2 اجراءات البحث الميدانية

1-4-2 اختبار القدرات التوافقية:

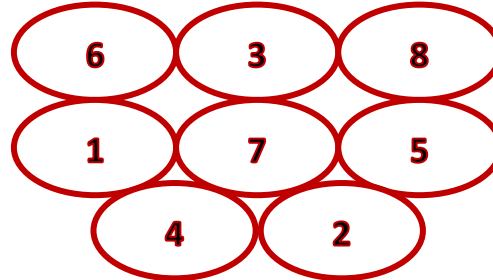
الاختبار القفز على الدوائر المرقمة (2) :

الغرض من الاختبار : قياس توافق الرجلين والعينين.

الادوات المستخدمة / ساعة ايقاف / ترسم على الأرض ثماني دوائر على أن يكون قطر كل منها 60 سم وترقم الدوائر .

مواصفات الأداء / يقف الطالب داخل الدائرة رقم واحد وعند سماع اشارة البدء تقوم بالوثب بالقدمين معاً إلى الدائرة رقم 2 ثم إلى الدائرة رقم 3 وهكذا إلى الدائرة رقم 8 وتؤدي ذلك بأقصى سرعة، ينظر شكل(1)

التسجيل / تسجل الزمن الذي استغرقته الطالب في الانتقال عبر ثماني دوائر.



شكل (1) يبين اختبار القفز على الدوائر المرقمة

2-4-2 الاختبارات المهارية بكرة القدم :

اولا:الدرجة بكرة القدم / (الدرجة بين ٥ شواخص ذهابا و ايابا) (3)

الغرض من الاختبار :المحاورة وقياس سرعة الأداء .

الادوات المستخدمة : (5) شواخص . (5) كرات قدم قانونية ساعة توقيت .

المسافة بين الشواخص (2) متر .

تعليمات الاختبار

تعطى محاولتان وتسجل الأفضل .يحسب الزمن المستغرق ذهابا وإيابا ويسجل الزمن ولأقرب 100/1 من الثانية. يمكن للاعب استخدام القدم اليمنى أو اليسرى أو كليهما .يقوم اللاعب عند الإشارة بالبدء بالجري بالكرة من خط البداية حول الشواخص، ويعود بالطريقة نفسها حتى يصل إلى نقطة البداية.

التسجيل :يحسب الزمن الأفضل ولأقرب 100/1 ثانية.

ثانياً التحكم بإيقاف الكرة (الإخماد) (4)

تم قياسها باختبار الدقة في إيقاف الكرة واستعادة التحكم فيها بالقدم أو الفخذ أو الصدر أو الرأس داخل مربع (2×2م).قياس الدقة في إيقاف الكرة (الإخماد)- استعادة التحكم فيها بجانب القدم أو بالقدم أو بالفخذ أو بالصدر.

2 محمد صبحي حسانين: القياس والتقويم في التربية البدنية , ط6، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2000 ، ص254

3 موفق اسعد الهيتي : الاختبارات والتكتيك بكرة القدم ، ط2 ، دار دجلة للطباعة ،الاردن ، 2009 ، ص55

4 غانم الصميدعي : الاحصاء والاختبارات في المجال الرياضي ، ط1، دار الكتب للطباعة الموصل ، 2010، ص154-

الأدوات المستخدمة :

كرات قدم قانونية عدد(5)

الإجراءات

- يرسم خطين متوازيين (أ،ب)المسافة بينما (6) ياردة.
- يقف اللاعب خلف خط (ب).
- يقف المعلم ومعه الكرة على خط (أ) ثم يرمي الكرة (كرة عالية) الطالب يحاول إيقاف الكرة بأي جزء من الجسم ماعدا الذراعين.

تعليمات الاختبارات

- يرمي خمس كرات عالية ومتتالية للاعب.
- يجب أن يتم إيقاف الكرة خلف الخط .

حساب الدرجات

تعطى درجتان لكل محاولة صحيحة.

- تحتسب (10)درجات لمجموع المحاولات الخمسة
- ثالثاً اختبار التمرير المرتدة على الجدار لمدة (30) ثانية (5)
- الغرض من الاختبار : قياس دقة المناولة .

الأدوات المستخدمة : جدار أملس يؤشر عليه منطقة 1,30متر X 2,30 متر ويحدد خط أمام الجدار على بعد (5)متر

(3) كرات قدم قانونية .

ساعة توقيت الكترونية .

وصف الأداء :بعد سماع إشارة البدء يقوم اللاعب الذي يقف خلف خط البداية بضرب الكرة على الجدار بشكل متتال خلال 30 ثانية وهكذا لحين انتهاء مدة الاختبار المحددة .

تعليمات الاختبارات:

- 1-أن يتم ضرب الكرة المرتدة من الجدار من خلف خط البداية .
- 2-إذا خرجت الكرة خارج سيطرة اللاعب يقوم بأخذ إحدى الكرتين الاخرتين من دون توقف.
- 3-يمكن ضرب الكرة بأي قدم وبأي جزء منها .

حساب الدرجة

يسجل عدد ضربات الكرة الصحيحة نحو الجدار خلال (30) ثانية

2-5 التجربة الاستطلاعية

من اجل اعطاء صورة واضحة ودقيقة للبحث عن مفردات الاختبارات المستخدمة لخدمة الدراسة بعد أن تم اختيار الاختبارات على العينة، أجريت التجربة الاستطلاعية للقدرات التوافقية ولاختبارات المهارية بكرة القدم على عينة الدراسة وكان عددهم (10) طلاب خارج العينة في يوم الثلاثاء الموافق (2025/2/18) في تمام الساعة (9) صباحاً.

2-6 الاختبارات القبليّة

أجرت الباحثة الاختبار القبلي على مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) قبل البدء بتنفيذ الوحدات التعليمية وفق (أنموذج لاندا المدعم بالهايبر ميديا في تنمية القدرات التوافقية) لذا أجرى الاختبار يوم الاربعاء (2025\2\19) للاختبارات للقدرات التوافقية واختبارات المهارية بكرة القدم وهي التمرير , الاخمد , الدرجة في متوسطة الفتوة للبنين, ولغرض التأكد من تكافؤ مجموعتي البحث في متغيرات البحث أجرت الباحثة التكافؤ باستخدام اختبار (t) للعينات المستقلة

جدول (3) يبين التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة

ت	الاختبارات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		ت محسوبة	Sig	دلالة الفروق
		س-	ع+-	س-	ع+-			
1.	تنمية التوافق الخاص	16.23	4.35	16.93	4.47	1.82	0.08	غير معنوي
2.	التمرير	12.20	2.02	13.71	1.51	400.	860.	غير معنوي
3.	الدرجة	14.20	1.64	15.24	1.50	720.	470.	غير معنوي
4.	الاخمد	7.30	1.65	8.27	0.97	60.0	860.	غير معنوي

⁵ موفق اسعد الهيتي : مصدر سبق ذكره , 2009 , ص 55

2-7 التجربة الرئيسية

تم تنفيذ المنهج التعليمي المعد من قبل الباحثة للمجموعة التجريبية باستخدام نموذج (لاندا) , ينظر ملحق (1) , وقد طبق من قبل مدرس المادة وفريق العمل المساعد فضلاً عن المجموعة الضابطة التي اعتمدت الأسلوب المتبع في التدريس. بدأ البرنامج يوم الخميس الموافق 20 / 2 / 2025 واستمر لغاية يوم الخميس الموافق 17 / 4 / 2025 .

حيث عملت الباحثة على :

رفع الجانب التعليمي من القسم الرئيسي إلى القسم التمهيدي بما يتلاءم مع إخراجية نموذج لاندا لغرض استخدام تكنولوجيا التعليم (الهايبر ميديا) في شرح وعرض المهارات قيد البحث في الصف الدراسي قبل ذهاب الطلاب الى الملعب لأداء باقي فعاليات درس التربية الرياضية بكرة القدم .

تنفيذ مبادئ نموذج (لاندا) بالتسلسل بالوحدات التعليمية من السهل الى الصعب وفق امكانيات الطلاب ومستوى تعلمهم للمهارة .

يستخدم المدرس مع الفعالية التعليمية تكنولوجيا التعليم في شرح وعرض المهارة المعطاة للطلاب بواسطة تطبيق برنامج (الهايبر ميديا) الذي يعمل على تقسيم المهارة وعرضها بأكثر من صيغة تكنولوجية .

استخدمت الباحثة ثلاث تمارينات متنوعة خلال الوحدة التعليمية الواحدة.

2-7 الوسائل الاحصائية

- استخدمت الباحثة الحقيبة الاحصائية spss

- الوسط الحسابي

- الانحراف المعياري

- اختبار (t) للعينات المترابطة

- النسبة المئوية

- اختبار (t) للعينات المستقلة

- معامل الارتباط البسيط بيرسون

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

3-1 عرض النتائج

جدول (4) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (sig) ودلالة الفروق للمجموعة الضابطة في نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية في الاختبارات المهارية

المتغير	وحدة القياس	القبلي		البعدية		قيمة (t) المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
		ع	س	ع	س			
التوافق الخاص	ثا	16.93	4.47	13.45	0.473	2.31	0.03	دال
التمرير	درجة	15.23	3.11	13.25	3.11	2.16	0.04	دال
الدرجة	ثا	16.24	0.72	13.26	0.72	5.28	0.00	دال
الاخمداد	درجة	8.41	0.05	9.28	0.05	2.43	0.02	دال

يتضح من جدول (4) ان نسب الخطأ على التوالي محصورة بين (0.00-0.04) وهي اقل من نسبة الخطأ (0.05) مما يدل على ان جميع المتغيرات دالة احصائياً .

3-2 مناقشة النتائج للمجموعة الضابطة

من جدول (4) يتضح ان هنالك فروق متباينة في نتائج البحث وتعزو الباحثة سبب هذه الفروق الى سبب المشكلات التي نعاني منها والتي اهمها قلة استخدام التكنولوجيا في عملية التعليم الذي يؤدي الى تأخر عملية التعلم وتباطئه وترى الباحثة ان المجموعة الضابطة قد تعلمت بأسلوب الشرح والعرض من قبل المدرس وهو الأسلوب المتبع في التعليم , وهذا الأسلوب لا يراعي الفروق الفردية بين الطلاب ولا يهتم بشخصية الطالب ويتغاضى عن ميولهم وعلى الطالب الانصياع للأوامر واطاعتها وهذا ما تشير اليه (دعاء محمد, 2000) على ان " الاسلوب المتبع لا يتيح فرصة للمتعلم على التفاعل الاجتماعي والتزود بالخبرات التي تساعده في التعلم ومواجهة مشكلاته " (6) , وتعزو الباحثة ان عدم تفوق طلاب المجموعة الضابطة بالمستوى المطلوب مقارنة بطلاب المجموعة التجريبية هو ان الاسلوب الامري لا يتيح فرصة للطلاب على التعبير عن رأيه ويكون مستواه المعرفي بأقل مستوى من التذكر فضلاً عن عدم

⁶دعاء محمد محي الدين : تأثير اساليب التدريس على تعلم مسابقة رمي القرص , اطروحة دكتوراه , جامعة طنطا , كلية التربية الرياضية , 2000 , ص100 .

وجود التفاعل الايجابي والاجتماعي والراحة النفسية للطلاب وهذا ما تتفق به الباحثة مع (اسماعيل عد زيد, 2009) ⁽⁷⁾ (يكون دور الطالب عند حد التلقي في الجانب المهاري اما في الجانب المعرفي فيرتكز على مستوى التذكر وهو اقل مستويات المعرفة) وتتفق الباحثة مع (يوسف كماش, 2009) الذي اكد على أنه " يجب على الطالب أتقان المهارات المختلفة , كما في الألعاب الجماعية عموماً فاذا كان الطالب يريد التقدم في مستواه المهاري عليه التعود على استخدام المهارة بثبات وآلية عالية مما يمكنه من استخدامها بصورة فردية أو جماعية ضمن خطط لعب معينة لتنفيذ الأداء الافضل"⁽⁸⁾.

2-3- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات قيد البحث للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي و البعدي وكما مبين بالجدول (5) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ونسبة الخطأ والدلالة المعنوية لمتغيرات البحث للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي جدول(5) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ونسبة الخطأ والدلالة المعنوية لمتغيرات البحث للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي.

المتغير	وحدة القياس	القبلي		البعدي		قيمة (t) المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
		ع	س	ع	س			
التوافق الخاص	ثا	4.35	16.23	3.91	14.41	6.00	0.000	دال
التمرير	درجة	2.02	14.72	1.87	16.63	7.75	0.000	دال
الدرجة	ثا	1.64	17.85	1.26	14.24	6.32	0.000	دال
الاخمداد	درجة	1.65	7.30	0.88	9.09	6.82	0.000	دال

3-3 مناقشة نتائج المجموعة التجريبية

وتعزو الباحثة سبب هذه الفروق التي حصلت بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في تعلم القدرات التوافقية والمهارات بكرة القدم الخماسي قيد البحث الى التكرار والممارسة المستمرة في عملية التعلم وسلامة المنهج التعليمي وتصحيح الاخطاء في الاداء العملي للطلاب, وهذا ما أكده (ظافر هاشم, 2002) بانه " من الظواهر الطبيعية لعملية التعلم انه لا بد ان يكون هنالك تطوراً في التعلم مادام المدرب يتبع الخطوات الاساسية السليمة للتعلم والتعليم والتمرن على الاداء الصحيح والتركيز على المحاولات التكرارية بشكل متواصل لحين ترسيخ وثبات الاداء"⁽⁹⁾ وهذا يحقق الهدف والفرض الاول للبحث وهو توجد فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي لمجموعة البحث في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم, وتعزو الباحثة هذا الفرق المعنوي في تعلم المهارات قيد البحث إلى المنهج التعليمي والانتظام واستمرار الطلاب في التعلم وفق انموذج (لاندا) , لدى افراد المجموعة التجريبية ادى الى نتائج جيدة , وتعزو الباحثة سبب تعلم المهارات لأسباب عدة في العملية التعليمية منها التدرج من السهل الى الصعب باستخدام التمرينات المهارية وهذا ما يطابق انموذج (لاندا) حيث يقوم الأنموذج بالتدرج في استخدام التكنولوجيا من المستوى الأدنى إلى المستوى الأعلى وترى الباحثة ان ما اثبتته نتائج البحث إلى أن استخدام التقنيات والبرمجيات الحديثة في التعليم والتي من شأنها ان تحسن عملية التعليم الخاصة في انموذج (لاندا) وتتفق الباحثة على ما جاء به (اسماعيل عبد, 2019) ان التصميم التعليمي يوفر للمدرس والمتعلم بيئة تعليمية مبنية وفق اسس تكنولوجية عالية تسمح للمدرس بأداء مهمته بشكل ناجح كما وتكسب المتعلم كفايات مهنية عالية,⁽¹⁰⁾ وعلى هذا فانه لم تدمج التقنية بشكل عرضي او عشوائي, بل دمجت بشكل منظم, ومخطط, ومتدرج, ومتسلسل وفق هرم بلوم, وهذا سوف يرفع بالتأكيد من مستوى الاداء المهاري لدى الطلبة حيث كان له أثر إيجابي فيه عن طريق دمج التكنولوجيا مع انموذج (لاندا) التي من شأنها ان يجعل الطلبة اكثر انخراطاً في عملية التعلم, وهذا يؤكد زيادة مستوى التعلم, وكذلك فإن الفروق قد تعزى إلى أن جيل اليوم هو جيل رقمي يفضل استخدام الأجهزة والإنترنت, بل ويستمتع في استخدامها, وهذا سوف يؤثر في

⁷ اسماعيل عبد زيد, عماد طعمة: أساسيات التدريس في التربية البدنية, دار دجلة للطباعة, عمان, الاردن, 2016, ص97.

⁸ يوسف لازم كماش: التدريس والتعليم الميداني, ط1 بغداد, دار الكتاب والوثائق, 2009, ص16.

⁹ ظافر هاشم اسماعيل: الاسلوب التدريسي المتداخل وتأثيره في التعلم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة تعلم التنس, اطروحة دكتوراه, جامعة بغداد, كلية التربية الرياضية, 2002, ص102.

¹⁰ اسماعيل عبد زيد: الجديد في التصميم التعليمي وتكنولوجيا التعليم, دار الكتب والوثائق, المتبني, بغداد, 2019, ص117.

رغبته في التعلم، وأ نموذج مثل أنموذج (لاندا) المدعم بالهايبر ميديا التي تجعل من عرض الفيديوات وتصحيح الأخطاء أمام الطلاب يحثهم على توظيف كل ما هو جديد في التقنية والبحث مما جعل الطلبة منهمكين في تنفيذ المهام مما أضاف على حصيلتهم المعرفية وبالتالي انعكس على تعلمهم المهارات و ترى الباحثة أن من العوامل التي ساعدت على تحسن القدرات التوافقية والمهارات الأساسية بكرة القدم بالنسبة للمجموعة التجريبية هو أثر الوسائط فائقة التداخل (الهايبرميديا) التي استخدمتها الباحثة إذ أن هذه الوسائط قد سهلت من عملية فهم وإدراك الأجزاء التفصيلية للقدرات التوافقية وتعلم المهارات قيد البحث وذلك من خلال التدرج الواضح في عرض المهارة وشرحها عبر الشاشة وتصحيح الأخطاء عبر الفيديوهات، وهذا ما أكده (احمد عبد، 2001) بأن استخدام برامج الوسائط فائقة التداخل من خلال جهاز الحاسوب في الوحدات التعليمية يؤدي إلى وضوح الواجبات التعليمية المطلوب تنفيذها في أثناء فعاليات الوحدة التعليمية مما يؤدي إلى فهم أوضح للحركات التي تؤدي ومن ثم يتمكن الطلاب من إنجاز الواجب الحركي بدقة واقتصاد في الوقت والجهد وينعكس ذلك على مستوى الأداء الحركي. (11)

3-4 عرض وتحليل ومناقشة الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة للاختبارات قيد البحث

جدول (5) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ونسبة الخطأ والدلالة المعنوية لمتغيرات البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة

المتغير	وحدة القياس	الضابطة		التجريبية		قيمة (t) المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
		ع	س	ع	س			
التوافق الخاص	ثا	4.47	17.45	2.91	11.41	3.64	0.00	معنوي
التمرير	درجة	3.11	15.25	1.87	16.63	3.43	0.00	معنوي
الدرجة	ثا	0.72	17.85	1.26	16.24	4.32	0.00	معنوي
الاخمداد	درجة	0.05	8.41	0.88	9.30	9.59	0.00	معنوي

يعزى سبب معنوية الفروق وما تضمنه من الوحدات التعليمية من أثر أنموذج لاندا وفاعليته الإيجابية لتعليم في كيفية استقبال المعلومات ومن خلال استخدام الوسائط التكنولوجية من عرض وشرح المهارة والتعرف على أخطاء المهارة إذ سهل عملية التعلم من خلال استخدام التكنولوجيا وما يشاهده الطلاب من دقة في عرض المهارات، فضلاً عن فاعلية العرض البطني وهذا ما يجعل الطالب يحصل على فرص جيدة في معرفة كيفية أداء الحركات وسرعة استيعابها حسب حاجته واستخدام وسائل تعليمية حديثة وهذا يعني الخروج من النمط التقليدي والأسلوب التقليدي واللجوء إلى الأساليب الحديثة في تعلم المهارات بكرة القدم من أجل تحقيق التنوع في استخدام التقنية والوسائط التعليمية حتى يتمكن الطالب من مشاركة أكثر من حاسة في استقبال المعلومات وهذا ما تتفق الباحثة مع (نادر فهمي، 1999) " أن الوسائط التعليمية تساعد على تكامل الحواس عند المتعلم وجعل عملية التعلم أكثر يسراً وسهولة وأكثر جذبا وتشويقاً نتيجة لاقتران الصوت والصورة في الفلم المعروض (12) وبما أن أنموذج لاندا الذي استخدمته الباحثة لما فيه من خطوات ووسائل تخدم عملية التعليم وتجعله أكثر سهولة وتكامل لفهم العملية التعليمية بصورتها الصحيحة ومراعات الفروق الفردية، واعطاء فرصة للطلاب للتفاعل والتزود بالخبرات التي تساعده في عملية التعلم من خلال استخدام التكنولوجيا التي توفر أكبر قدر ممكن من المعلومات واستخدامها كوسيلة للتغذية الراجعة وتصحيح الأخطاء إذ أن تعلم طلاب المجموعة التجريبية على كيفية تعلمهم من تميز مثير بين عدة مثيرات بأكبر سرعة ممكنة ساعد في بناء وامتلاك بنية معرفية عميقة من خلال دمج المعلومات الجديدة مع المعلومات السابقة للمهارات وترسيخها في الدماغ وهذا ساعد في تعزيز قدرتهم على تخزين المعلومات في الذاكرة الطويلة الأمد بحيث يساعد على تقليل من احتمال النسيان للمعلومات لذلك قد يكون للمعلومات السابقة فاعلية في انجذاب المتلقي إليها وأن هذه المعلومات تتحسن باستمرار مع الحصول على المعلومات الجديدة وارتباطها بالمعلومات المخزونة سابقا في الذاكرة طويلة الأمد حتى الوصول إلى الأداء الأمثل وهذا ما تتفق به الباحثة مع (مفتي ابراهيم، 2001) (13) أن تحسن الإدراك الذي يتضمن تفاعل المعلومات المتعارف عليها من قبل الحواس

¹¹ احمد عبد الفتاح حسين : فاعلية بعض أساليب استخدام الكمبيوتر في تعلم مسابقة 110م حواجز ، رسالة ماجستير ، جامعة الزقازيق ، كلية التربية الرياضية للبنين ، 2001 ، ص 142.

¹² نادر فهمي الزيدون : التعلم والتعليم الصفي ، ط4 ، عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، 1999 ، ص 162

¹³ مفتي ابراهيم حماد : التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة، ط1 القاهرة، دار الفكر العربي، 2001، ص 227

مع المعلومات الموجودة في الذاكرة والخبرات الإدراكية الواسعة والتي تسهم في انتقاء نماذج من الخبرات السابقة التي اكتسبها الفرد في الموقف الذي يمر فيه "

4- الاستنتاجات والتوصيات

1-4 الاستنتاجات

- 1- لأنموذج لاندأ المدعم الهايبر ميديا له الأثر الإيجابي في تنمية التوافق الخاص و تعليم المهارات قيد البحث بكرة القدم الخماسي لطلاب.
- 2- ان استخدام التقنيات والبرمجيات الحديثة كان لها الأثر الفاعل في تحسين عملية تنمية التوافق الخاص والتعلم المهاري بكرة القدم الخماسي للطلاب.
- 3- أنموذج (لاندا) المدعم بالهايبر ميديا عمل على تغيير بيئة التعلم وجعلها بيئة تعليمية مبنية على أسس تكنولوجيا فاعلة لدور المدرس والطالب .
- 4- عمل أنموذج (لاندا) المدعم بالهايبر ميديا على اشراك الطلاب في عملية التعليم والتعلم وجعلهم نشطين في إداء الأنشطة التعليمية.

2-4 التوصيات

- 1- التأكيد على استخدام تكنولوجيا التعليم الحديثة في تعليم المهارات الحركية للألعاب الرياضية وبالخصوص لعبة كرة القدم الخماسي.
- 2- ضرورة العمل على الاستفادة من أنموذج (لاندا) المدعم بالهايبر ميديا في تنمية التوافق الخاص وتطوير التعليم لمهارات كرة القدم وكافة الجوانب الأخرى كالتحصيل المعرفي والنفسي.
- 3- ضرورة اكساب المعلمين والمدرسين لأهم المستجدات في تكنولوجيا التعليم لتغيير بيئة التعلم وتفعيل دور الطالب فيها .
- 4- التأكيد على اجراء بحوث مشابهة باستخدام نماذج تكنولوجيا التعليم الحديثة على مهارات اخرى بكرة القدم وعينات مختلفة.

المراجع

- احمد عبد الفتاح حسين : فاعلية بعض أساليب استخدام الكمبيوتر في تعلم مسابقة 110م حواجز ، رسالة ماجستير ، جامعة الزقازيق ، كلية التربية الرياضية للبنين ، 2001.
- اسماعيل عبد زيد ، عماد طعمة : أساسيات التدريس في التربية البدنية ، دار دجلة للطباعة ، عمان ، الاردن ، 2016.
- اسماعيل عبد زيد : الجديد في التصميم التعليمي وتكنولوجيا التعليم ، دار الكتب والوثائق ، المتنبى ، بغداد ، 2019.
- دعاء محمد محي الدين : تأثير اساليب التدريس على تعلم مسابقة رمي القرص ، اطروحة دكتوراه ، جامعة طنطا ، كلية التربية الرياضية ، 2000.
- ظافر هاشم اسماعيل : الاسلوب التدريسي المتداخل وتأثيره في التعلم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة تعلم التنس ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002.
- عامر ابراهيم قنديلجي: البحث العلمي واستخدام مصادر المعلومات التقليدية والإلكترونية ، ط1، دار الكتاب للطباعة ، عمان الاردن.
- غانم الصميدعي : الاحصاء والاختبارات في المجال الرياضي ، ط1، دار الكتب للطباعة الموصل ، 2010.
- محمد صبحي حسانين: القياس والتقويم في التربية البدنية ، ط6، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2000.
- مفتي ابراهيم حماد : التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة، ط1 القاهرة، دار الفكر العربي، 2001.
- موفق اسعد الهيتي : الاختبارات والتكتيك بكرة القدم ، ط2 ، دار دجلة للطباعة ، الاردن ، 2009.
- نادر فهمي الزيدون : التعلم والتعليم الصفي ، ط4 ، عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، 1999.
- يوسف لازم كماش : التدريس والتعليم الميداني ، ط1 بغداد ، دار الكتاب والوثائق ، 2009.

الملاحق

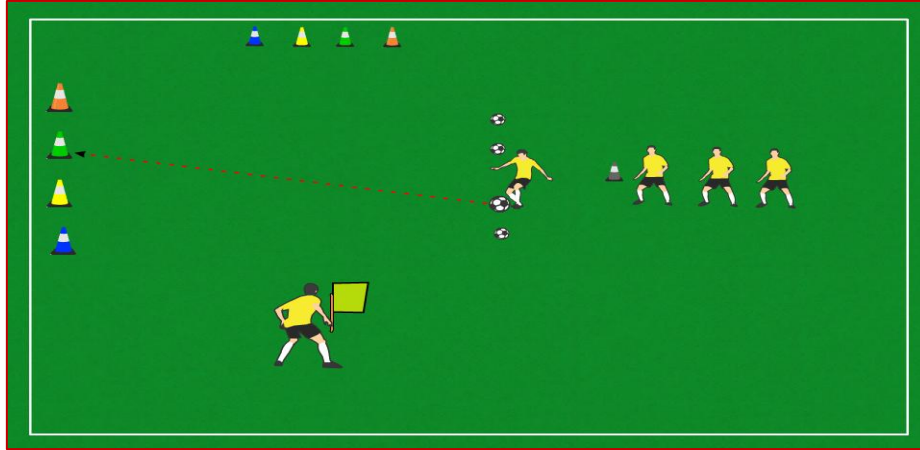
ملحق (1) يبين التمرينات التوافقية والمهارية

التمرين الاول :

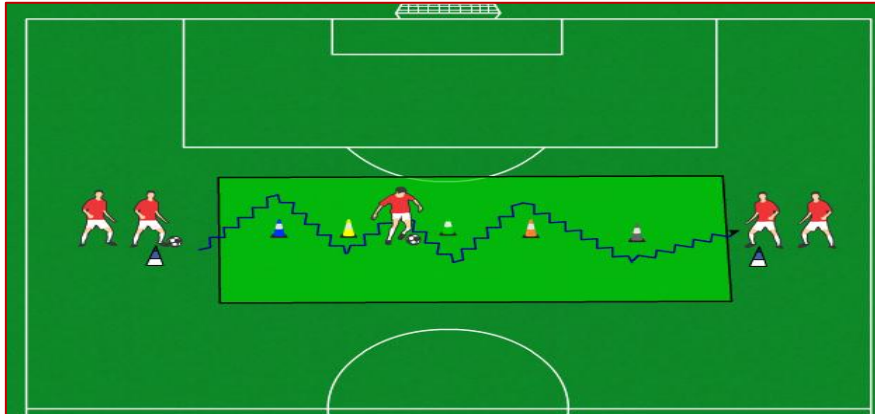
الهدف من التمرين : تنمية القدرات التوافقية ، ومهارة التمرير
التنظيم : مجموعة من 5 طلاب تقف على شكل رتل خلف الشاخص
الادوات : كرات قدم شواخص مرقمة ، كرات قدم ، صافرة ، ساعة توقيت
شرح التمرين: تقف كل مجموعة بشكل رتل وامامهم اربع شواخص ملونة وبنفس ترتيب الشواخص الثابتة وبعد سماع الايعاز من قبل المدرس يقوم الطالب المؤدي بمناولة الكرة للشواخص التي امامه وبعكس ترتيب الشواخص الثابتة وكمايلي .



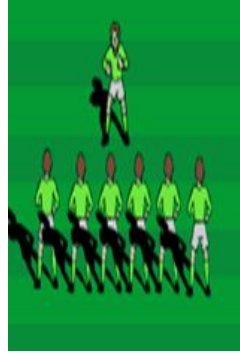

التمرين الثاني
الهدف من التمرين : تنمية القدرات التوافقية , سرعة التمرير بطروف اللعب
التنظيم : مجموعة من (5) طلاب يقفون على شكل رتل
عدد الطلاب : 5 طلاب ,, الادوات : شواخص ملونة , اعلام ملونة , كرات قدم , صافرة , ساعة توقيت
شرح التمرين : تقف المجموعة بشكل رتل خلف الشاخص المحدد وامامهم مجموعة من الشواخص الملونة وبنفس ترتيب
الشواخص الثابتة وامام كل مجموعة لاعب مساعد يقوم بإعطاء الايعاز برفع علم بلون معين ليقوم الطالب المؤدي بمناولة
الكرة للشواخص وبعكس لون العلم وبعكس الترتيب , مثال يقوم الطالب المساعد برفع العلم الاصفر فيقوم الطالب المؤدي
بمناولة الكرة الى الشاخص الاخضر (عكس الترتيب) كما مبين بالشكل .



التمرين الثالث :
الهدف من التمرين : دقة التمرير و الدرجة الكرة بين الشواخص, وتنمية القدرات التوافقية .
التنظيم : تقسم المجموعة الى قسمين خارج المستطيل (2) طالب من كل جانب
عدد الطلاب : (4) طلاب , الادوات : شواخص , صافرة , ساعة توقيت , كرات قدم .
شرح التمرين : يقسم الطلاب الى مجموعتين وينظم التمرين داخل مستطيل (3×10 م) ويوجد في داخله خمسة شواخص
لكل مجموعة والمسافة بين شاخص واخر 1,5م ويقوم الطالب بالدرجة بين الشواخص ذهابا وايابا وتسليم الكرة الى
الطالب الذي يليه وهكذا .



عدد الطلاب: 30 المجموعة التجريبية رقم الوحدة: 1 الثاني متوسط شعبة أ
 الاجهزة والادوات : سبورة – حاسوب (لاب توب) (جهاز العرض داتا شو)- شواخص , اعلام , كرات قدم
 كرة القدم (مهارة التهديف بكرة القدم) المكان : القاعة الدراسية وملعب المدرسة الخارجي
 الاهداف التعليمية : تعليم الطلاب مهارة التمرير بكرة القدم
 تعزيز الطلاب الرياضة حب - طاعة - احترام
 الوقت 45 الاهداف التربوية : تنمية روح التعاون بين الطلاب

نوع النشاط	الوقت	الاهداف السلوكية	التفاصيل	التنظيم	شكل التمرين	الملاحظات
الجزء الاعدادي	15د	<ul style="list-style-type: none"> ان يلتزم الطالب بالهدوء عند الذهاب الى الصف 	تهيئة الأدوات واخذ الحضور. يبدأ استاذ المادة بعرض الدرس واستخدام مبدا التغير الادراكي ليتعرض الطالب لبعض مكونات المهارة (خطوات الاداء الفني لمهارة التمرير بكرة القدم واخذ فكرة عن المفهوم من خلال أنشطة متنوعة (شرح المهارة من قبل المدرس , عرض الفديوات التوضيحية ...) ليني الطالب مفهوم عن مكونات المهارة ويرسم البرنامج الحركي داخل الدماغ بدقة وهذه الانشطة مهمة لتعليم المهارة)	<p>.....</p> <p>□</p> <p>• • •</p> <p>• * •</p> <p>• • •</p>		التأكيد على اخذ الغياب والحضور والالتزام بالزري الرياضي
التهيئة	5د	<ul style="list-style-type: none"> ان يتعرف الطالب على مهارة (التمرير بكرة القدم 				يبدأ استاذ المادة بعرض الدرس باستخدام جهاز لعرض (عن طريق الهايبر ميديا) لعرض وشرح مهارة التمرير امام الطلاب بالصور والفيديو و الافلام التعليمية وتوضيح الخطوات التعليمية والفنية لمهارة التمرير بأنواعه من خلال (برنامج الهايبرميديا) ويذكر الاستاذ ما سبق من الدرس السابق والتذكير بذلك عن طريق الاسئلة ، كما يعطي فكرة عما سوف يدرس في هذه المحاضرة ومدى الارتباط بين المحاضرتين .
الجانب التعليمي من القسم الرئيسي	10د	<ul style="list-style-type: none"> ان يكون الطالب مفاهيم عن مكونات مهارة التمرير بأنواعها 				
الجزء الرئيسي	25د	<ul style="list-style-type: none"> ان يؤدي الطالب الايقاع الحركي للتمرير بشكل متزامن 	<ul style="list-style-type: none"> السير__ الهرولة الخفيفة__ الهرولة برفع الذراعان للأعلى__ هرولة__ هرولة يمس الارض مع الصافرة__ هرولة – هرولة مع رفع الركبتين للأعلى__ هرولة مع مس الكعبين بالوركين 	<p>•</p> <p>• • •</p> <p>• • •</p> <p>• • •</p> <p>•</p>		في هذا الدرس قام مدرس المادة بتعليم الطلاب مهارة التمرير بكرة القدم بمبدأ (مرحلة القاعده او الفكرة الاساسية) يقوم الطالب من خلال العرض بناء فكرة عامة عن المهارة , بعدها يبدأ المدرس بسؤال الطلاب لتبدأ الخطوة الثانية من الامتداد وهي (التحليل) يقوم الطالب بتحليل المهارة وادراكها , الخطوة الثالثة من الامتداد هي (تحديد الحاجات) وهي بعد السؤال والاجابة وفهم المهارة يقوم الطالب بتحديد صعوبة المهارة من خلال مشاهدة من فديوات مثلا مهارة التمرير اين صعوبتها التهديف القريب او البعيد.
الاحماء	3د					الخطوة الرابعة هي تحديد خصائص المتعلم من خلال
التمارين	2د					

<p>المدرس يلاحظ مدى فهمهم للمهارة ومدى استعدادهم لتطبيق المهارة الخطوة الخامسة تحديد المحتوى التعليمي من خلال تطبيق المهارة خارج القاعة وبصورة عملية وجعل التمرينات على شكل منافسة بين الطلاب ويتم التأكيد على استخدام التكنولوجيا والتقنية من قبل الطلاب لزيادة معلوماتهم الذاتية ولمشاركة جميع الطلاب الفعالة في تنفيذ الواجبات التي يكلفهم بها مدرس المادة من خلال مقاطع الفيديو الموجودة على الانترنت ومناقشتها اثناء الدرس وقراءة الخطوات التعليمية والفنية لمهارة التمرير بكرة القدم الخماسي .</p>			<p>● تمارين اطالة للعضلات</p>			البدنية
<p>التأكيد على استخدام مبدا (التغير الرياضي) في هذا الجانب واستخدام (اللعب الموجه) واعطاء تمرينات تمهيدية ومنظمة وتدريبية وكذلك اعطاء تمرينات تنمية التوافق الخاص وجعل التمرينات مشابهة لظروف اللعب وبالتدرج من السهل الى الصعب</p>			<p>التمرينات المهارية(تمرينات التمرير) تمرين رقم (1), (2), (3)</p>	<p>ان يحاكي الطالب التمرينات الخاصة التمرير ان يتقن الطالب المهارة والربط بين خطواتها</p>	20 /د	الجانب التطبيقي
<p>التأكيد على التمارين التهدئة والوقوف خط واحد ومن ثم الصيحة الرياضية والانصراف</p>			<p><input type="checkbox"/> لعبة ترويحية. <input type="checkbox"/> تمارين تهدئة مع إنهاء الوحدة بصيحة <input type="checkbox"/> ختام الوحدة <input type="checkbox"/> الوقوف للانصراف</p>	<p>ان يحاكي الطالب التمرينات اثناء اللعب</p>	5 /د	الجزء الختامي