

تأثير استخدام بعض الوسائل التعليمية في تطوير بعض المهارات الأساسية

بكرة القدم لدى طلبة المدارس المتوسطة

م.د نبراس كامل هدايت م.د لـقاء غالب ذياب

ملخص البحث

يعد النشاط الرياضي في صورته التربوية الجديدة، وبنظمه وقواعده السليمة وبألوانه المتعددة، ميدانا هاما من ميادين التربية، فقد أصبحت التربية الرياضية فنا تربويا له أصوله وقواعده، وله أهدافه التي تتكامل مع أهداف الجوانب الأخرى للعملية التربوية، والتربية الرياضية هي محاولة لتربية الفرد تربية كاملة عن طريق نشاط عضوي وسيلته الأولى حركة الجسم ، ومن هنا تأتي أهمية البحث في استخدام الوسائل التعليمية في تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة القدم لطلبة المرحلة المتوسطة وفقاً للظروف البيئية والاجتماعية المتاحة بالبلاد، وذلك بهدف الارتقاء بهذا المجال ، أما مشكلة البحث فتمثلت في إنه يعد درس التربية الرياضية في المدارس العراقية، من الدروس المهملة في قطاع التربية والتعليم، ومن ضمن أهم المشاكل التي يعاني منها الحقل الرياضي التربوي هي عدم وجود مستلزمات الدرس والوسائل الإيضاحية لذا ارتأت الباحثة دراسة هذه المشكلة وإيجاد الحلول لها ، أما أهداف البحث فهي :-

١- تصميم برنامج تعليمي مبني على استخدام الوسائل التعليمية

٢- التعرف على مدى فعالية البرنامج التعليمي على مستوى الأداء المهاري للمهارات الأساسية في كرة القدم).

أما فرض البحث فهو توجد فروق دالة احصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات البحث.

أما مجالات البحث فقد تضمنت على :-

المجال البشري: طلبة مرحلة الثاني متوسط شعبتي (أ-ج) في متوسطة بلال الحبشي
للبنين والبالغ عددهم ٦٠ طالب

المجال الزمني: المدة من ٢٠-٢-٢٠١٠ لغاية ٢٠-٥-٢٠١٠.

المجال المكاني: الساحة الخارجية في متوسطة بلال الحبشي للبنين / بغداد.

أما الباب الثاني فقد تضمن على الدراسات النظرية والدراسات المشابهة والمتعلقة
بموضوع البحث.

أما الباب الثالث فقد تضمن على منهج البحث وإجراءاته الميدانية ، إذ تم استخدام
المنهج التجريبي لملائمته طبيعة المشكلة فضلا عن الأدوات والأجهزة المستخدمة
وتفاصيل المنهج التجريبي والوسائل الأحصائية المستخدمة لإيجاد النتائج

أما الباب الرابع فقد تضمن على عرض وتحليل ومناقشة النتائج

أما الباب الخامس فقد تضمن على الاستنتاجات والتوصيات

الاستنتاجات تضمنت على :-

١. أن للوسائل التعليمية الأثر الايجابي في سرعة تعلم التلميذ المهارة الحركية.

٢. أن الوسائل التعليمية تنمي الثقة بالنفس لدى المتلقي قبل تأديته للحركة

المهارية المطلوبة منه.

أما التوصيات فقد تضمنت على :-

١. التركيز على استخدام الوسائل التعليمية في التعلم للتلاميذ، والوسائل التعليمية
المادية.

٢. العمل على استخدام الوسائل التعليمية في التعلم الحركي، خاصة عند تعلم مهارات
الأنشطة الرياضية.

Research Abstract

The physical activity in new educational, with sound manage and rules and it's varieties, have been important fields of education, physical education has become an art of educational with his origins and rules, and has goals that are integrated with the objectives of other aspects of the educational process. Physical Education is an attempt to raise individual through complete education by organic activity the best means of the body first movement, from this the importance of research come by using teaching aids in learning some basic skills of soccer middle school students, according to environmental conditions and social opportunities in the country, the research problem was that the lesson of physical education in Iraqi schools neglected in educational sector, and among the most important problems facing the educational field sports is the lack of supplies and illustration means of the lesson and therefore the researcher tried to study this problem and find solutions .

The objectives of the research are - :

- ١ Design an educational program based on the use of teaching aids**
- ٢ To determine the effectiveness of the educational program on the level of performance of basic skills in soccer .**

The proposal of research was no statistically significant differences between pre and post tests in testing research of the experimental group .

The areas of research have included the following - :

The sample and field: 60 II divisions students in secondary school(a - c) of Bilal al-Habashi, for boys, Baghdad.

Temporal field: the study conducted from 02/21/2010 until 03/24/2010 .

The second chapter has included theoretical studies and similar studies on the subject of research .

The third chapter has included methodological research and field, procedures, experimental method, well as tools and equipment used and details of the experimental method and used statistical methods to create the results .

Part IV has included a presentation and analysis and discussion of results

The fifth section, containing the conclusions and recommendations

Conclusions included the following - :

.١)Educational means has positive effect on speed learning motor skill of student .

.٢)educational Means develop self-confidence of the receiver before its performance of the movement skills required of it .

The recommendations included the following - :

١. Focus on using teaching aids and material in learning students

٢. Work on using teaching aids in motor learning, especially when you teaching sports activities skills

الباب الاول

التعريف بالبحث

١-١ المقدمة وأهمية البحث:

يعد النشاط الرياضي في صورته التربوية الجديدة، وبنظمه وقواعده السليمة وبألوانه المتعددة، ميدانا هاما من ميادين التربية، فقد أصبحت التربية الرياضية فنا تربويا له أصوله وقواعده، وله أهدافه التي تتكامل مع أهداف الجوانب الأخرى للعملية التربوية، والتربية الرياضية هي محاولة لتربية الفرد تربية كاملة عن طريق نشاط عضوي وسيلته الأولى حركة الجسم.^(١)

كرة القدم تعد اللعبة الشعبية الأولى في العالم ، ولقد تطورت كرة القدم تطورا سريعا، وأصبحت الحاجة إلى تطوير الأداء المهاري أمرا جوهريا لملاحقة التطور والتقدم في مجال التنفيذ لتلك المهارات، والإعداد المهاري يعتبر من الأعمدة الأساسية للاعب كرة القدم للوصول إلى الأداء بصورة آية ومتقنة تحت أي ظرف من ظروف المباراة ، وتعد الوسائل التعليمية من المستلزمات الأساسية في دروس التربية الرياضية لما لها من أهمية كبيرة في عملية التعلم فهي من جانب تنمي الجانب المعرفي من خلال توضيح الأشكال والحركات اللازمة لأداء المهارة ومن جانب آخر تسهل عملية التدرج في التعلم خاصة للمبتدئين من خلال تجزئة المهارة وترتيب تسلسلها من الجزء التمهيدي والرئيسي ومن ثم الختامي.

١ - إبراهيم حنفي شعلان وعمرو أبو المجد، إستراتيجية الدفاع في كرة القدم، دار الكتاب، القاهرة، (١٩٩٦م)، ص: (٣٨، ٣٧).

ومن هنا تأتي أهمية البحث في استخدام الوسائل التعليمية في تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة القدم لطلبة المرحلة المتوسطة وفقاً للظروف الخاصة بتعلم المبتدئين، وذلك بهدف الارتقاء في الأداء لهذه المرحلة العمرية التي تعد اللبنة الأساس للاختيار والانتقاء فيما بعد .

٢-١ مشكلة البحث:

يعد درس التربية الرياضية في المدارس العراقية، من الدروس المهمة في قطاع التربية والتعليم، ومن ضمن أهم المشاكل التي يعاني منها الحقل الرياضي التربوي هي عدم وجود مستلزمات الدرس والوسائل الإيضاحية التي لها دور مهم في تطوير الجانب المعرفي من جهة وترسيخ تفاصيل وأساسيات المهارات المختلفة من جهة أخرى ، لذا تم التركيز على دراسة هذه المشكلة وتسلط الضوء عليها لإيجاد الحلول لها .

٣-١ أهداف البحث :

- ١- تصميم برنامج تعليمي مبني على استخدام الوسائل التعليمية
- ٢- التعرف على مدى فعالية البرنامج التعليمي على مستوى الأداء المهاري للمهارات الأساسية في كرة القدم).

٤-١ فرض البحث :

توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات البحث.

٥-١ مجالات البحث:

- ١-٥-١ المجال البشري: طلبة مرحلة الثاني متوسط شعبتي (أ-ج) في متوسطة بلال الحبشي للبنين والبالغ عددهم ٦٠ طالب.
- ١-٥-٢ المجال الزمني: المدة من ٢٠-٢-٢٠١١ لغاية ٢٠-٥-٢٠١١.

الباب الثاني

الدراسات النظرية والمشابهة

٢-١ الدراسات النظرية والدراسات المشابهة :-

٢-١-١ التعلم

أن التعلم يشير إلي حدوث تعديل أو تطوير في سلوك الفرد أو اللاعب نتيجة قيامه بنشاط ما^(١)، فإن وجود الحاجة إلي التعلم وكذلك إلى الدوافع الإيجابية للتعلم يعد أمراً هاماً لأحداث هذا التعديل في السلوك، ومن عوامل وشروط التعلم ما يلي:

■ النضج: إن التعلم يتوقف على درجة نمو الفرد والإمكانات العقلية والانفعالات الاجتماعية والجسمية للفرد إذ أن من العوامل الرئيسية المؤثرة في عملية التعلم هي استعدادات الفرد وقدراته العقلية وسمات الفرد الانفعالية والاجتماعية وكذلك خصائص البناء الجسمي للفرد.

■ الدافعية: هي استعداد الرياضي لبذل الجهد من اجل هدف معين^(٢) فالمعلم: يساعد التلاميذ على التعلم .

■ الممارسة: هو التكرار الذي يكون مصحوباً بالتوجيه والتعليق والتغذية المرتدة: ويقصد بها المعلومات التي يمر بها المتعلم في الموقف التعليمي عن طبيعة أدائه، وقد تكون التغذية المرتدة خارجية كالتوجيه من الآخرين، أو داخلية من ذات الفرد^(٣)

٢ ١ ٢ الوسائل التعليمية المتعددة :

(١) محمود عبد الفتاح عنان ومصطفى حسين باهى، مقدمة علم نفس الرياضة، مركز الكتاب للنشر، مصر، (٢٠٠٠م)، ص: (١٥، ٢٤،

(٢٥)

(٢) أمين أنور الخولي وجمال الدين الشافعي، مناهج التربية البدنية المعاصرة، (٢٠٠٠م) ص: (٢٥)

(٣) حسن سيد معوض، طرق التدريس في التربية الرياضية، دار الفكر العربي، (١٩٨٩م)، ص: (٩٤)

هي استخدام مجموعة من الخبرات التربوية التي أحسن اختيارها بدقة ، والتي عندما تقدم للمتعلم من خلال طرق التدريس المختارة فإنها ستعزز ويقوى بعضها البعض لدرجة تمكن المتعلم من تحقيق الأهداف السلوكية المرغوب فيها (٣٥ : ١٩١)

كرة القدم هي لعبة جماعية بين فريقين يتكون كل فريق من إحدى عشر لاعبا، داخل ملعب مستطيل الشكل وتلعب الكرة بضربها بالقدم، ويسعى كل فريق لإحراز الأهداف في مرمى المنافس، ومنع الخصم من إصابة مرماه. تتميز كرة القدم بكثرة مهاراتها الأساسية وتنوعها، فالكرة تلعب بكل جزء من أجزاء الجسم وبطرق مختلفة^(١)

ويرى أن شعبية وإثارة لعبة كرة القدم ترجع إلى طبيعة أداء وتحركات اللاعبين خلال المباراة بالإضافة إلى الجوانب التالية والمتمثلة في: كثرة المهارات الأساسية في كرة القدم، وتنوعها أكثر مما هو معتاد في الألعاب الأخرى من حيث أسلوب أداء المهارات المتميز بالسرعة والدقة، مع القدرة على تغيير السرعة أو تغيير اتجاه الحركة وفي نفس الوقت استمرار السيطرة على الكرة والكرة دائما تكون مشتركة بين لاعبين متنافسين إذ يشارك جميع اللاعبين في الهجوم والدفاع خلال المباراة بواسطة الخطط.^(٢)

أن المشاهد في كرة القدم لا يمكنه أن يتوقع تماماً المهارة التي سيقوم بها اللاعب، مما تكون اللعبة أكثر إثارة إذا لعبها اللاعب بطريقة مفاجئة وملعب كرة القدم أكثر اتساعاً مقارنة بالملاعب الأخرى مما يجعل مجال التحركات والمناورات كبيراً، فكثرة اللاعبين واتساع الملعب وتنوع خطط اللعب وتتيح المجال لمهارات اللاعبين أن تطبق بصورة صحيحة ومشوقة^(٣).

إن خطوات ومراحل تعلم المهارات الحركية في التربية الرياضية بصفة عامة وفي كرة القدم بصفة خاصة تطورت مع طرق وأساليب التعلم والتدريس وذلك وفق الترتيب التالي: الشرح اللفظي، المتعلم يسمع ويفكر، تقديم نموذج للمهارة الحركية، المتعلم يشاهد ويتخيل، قيام المتعلم بالحركة تحت إرشاد المدرس لإصلاح الأخطاء، المتعلم

(١) أنور الشراوي، التعلم نظريات وتطبيقات، مكتبة الأنجلو المصرية (القاهرة) (١٩٨٧م)، ص: (١٤)

(٢) بسطويسي أحمد، أسس ونظريات الحركة، دار الفكر العربي، القاهرة (١٩٩٦م)، ص: (١٥)

(٣) حنفي محمد مختار، الاختبارات والقياسات للاعبين كرة القدم، دار الفكر العربي، (١٩٩٦م)، ص: (٧٥)

يمارس ويكتشف، تدريب المتعلم على المهارة وتكرارها بعد أن يكون قد فهم ما هو مطلوب منه والمعلم يصلح الأوضاع، المتعلم يثبت المهارة المكتسبة، التقدم بالحركة بإضافة حركات أو مهارات أخرى: المتعلم يكتسب الثقة ودقة الأداء ، وطرق تعلم المهارات الحركية في كرة القدم تنقسم إلى ثلاثة طرق رئيسية هي: الطريقة الجزئية لتعلم المهارات الحركية لكرة القدم: تقسم المهارة الحركية إلى عدة أجزاء، ويعلم كل جزء على حده. أما الطريقة الكلية لتعلم المهارات الحركية لكرة القدم: تؤدي المهارة في هذه الطريقة كوحدة واحدة، الطريقة الجزئية الكلية لتعلم المهارات الحركية لكرة القدم، يراعى في استخدامها الآتي: تعلم المهارة الحركية ككل بصورة مبسطة أولاً. ثم تعلم أجزاء المهارة الصعبة والمعقدة منفصلة مع ربط ذلك بالأداء الكلي للمهارة.

٢-١-٣ الوسائل التعليمية في تعليم مهارات كرة القدم

أولاً : الوسائل السمعية

هي الوسيلة التي تؤثر على اللاعب عن طريق استخدام الكلمة والشرح مثل التقديم اللفظي والشرح والوصف ، ثم المناقشات التي تتم بين المدرب واللاعب عند وصف المهارة وإظهار النواحي الفنية المرتبطة بها والتأكيد عليها ثم عند مناقشة اللاعبين في أسباب حدوث بعض الأخطاء وطريقة إصلاحها ، كل ذلك يتم عن طريق الكلمة المسموعة كوسيلة مساعده.

ثانيا : الوسائل البصرية

هي الوسيلة التي تعتمد على المشاهدة " التصور البصري " للمهارة الحركية مثل إجراء نموذج للمهارة بواسطة المدرب أو عند استخدام اللوحات والصور التوضيحية أو عند عرض الأفلام التعليمية التي توضح طريقة أداء المهارة في خطوات متسلسلة على أن يقوم المدرب بالتعليق والشرح عند عرض هذه الأفلام .

ثالثا : الوسائل العملية

وهي الممارسة الإيجابية للاعب نفسه في بادئ الأمر كتجربة أولية في صورة تدريب

فردى ثم ثنائى ثم جماعى ، بعد ذلك يمارس اللاعب تلك المهارات فى صورة مسابقات أو مباريات تجريبية وهكذا.

حدوث الأخطاء

إن مرحلة التعليم دائماً ترتبط بظهور بعض الأخطاء فى أداء المهارة وإن أهم الأسباب التى تؤدى إلى ظهور الأخطاء عند تعلم المهارات الجديدة فى كرة القدم ما يلى:

١. عدم مناسبة المهارة لسن ومستوى اللاعب ، بمعنى صعوبة المهارة بالنسبة للمرحلة التى يمر بها اللاعب.

٢. سوء الفهم أو التصور الخاطئ للمهارة نتيجة عدم الشرح الكافى.

٣. عدم مناسبة الاستعداد البدنى للاعب.

٤. عدم مناسبة الأدوات المستخدمة.

٥. عدم مناسبة التشكيلات أو الأساليب أو الوسائل التى يستخدمها المدرب.

كيفية إصلاح الأخطاء

قبل كل شىء يجب على المدرب أم يكون ملماً بكل أجزاء المهارة حتى يمكنه من إصلاح الأخطاء وعليه أن يتبع فى ذلك الخطوات التالية:

١. القدرة على ملاحظة اللاعبين.

٢. تواجد المدرب فى مكان مناسب ليسهل عليه متابعة اللاعبين.

٣. أن يسرع فى توضيح الخطأ وعلاجه.

٤. الاهتمام بإصلاح الأخطاء الجوهرية أى الأساسية أولاً.

٥. أن يلى إصلاح الخطأ مباشرة عمل نموذجى لمرة أو مرتين أو أكثر ويمكن

الاستعانة بالوسائل التوضيحية.

٦. تكرار التدريب على الجزء الرئيسى ثم الانتقال إلى الأجزاء الفرعية.

٧. التوجيه اللفظى المستمر من قبل المدرب أثناء تنفيذ اللاعب للمهارة وفى اللحظة

المناسبة.

٢-٢ الدراسات المشابهة والمرتبطة :-

دراسة (نسيمه عباس) ٢٠٠٨^(١)

العنوان : تأثيرات استخدام الوسائل البصرية والسمعية لتعلم بعض المهارات الأساسية على جهاز الحركات الأرضية في الجمناستيك
أهداف البحث

١ - إعداد برنامج تعليمي في الوسائل البصرية والسمعية لتعلم بعض المهارات الأساسية على جهاز الحركات الأرضية في الجمناستيك.

٢ - التعرف على تأثيرات استخدامات الوسائل البصرية والسمعية في تعلم بعض المهارات الأساسية على جهاز حركات الأرضية في الجمناستيك.

٣ - التعرف على الفروق في تعلم بعض المهارات الأساسية على جهاز الحركات الأرضية بين مجاميع عينة البحث عند استخدام الوسائل البصرية والسمعية.

التعرف على أفضل الوسائل لتعلم بعض المهارات الأساسية على جهاز الحركات للجمناستيك.

عينة البحث:

اشتملت عينة البحث على (٤٠) طالبة من طالبات المرحلة الثانية كلية التربية الرياضية /جامعة ديالى للعام الدراسي ٢٠٠٧-٢٠٠٨ اختيرت بطريقة عشوائية عن طريق القرعة من مجتمع البحث البالغ (٦٠) طالبة من شعبة واحدة (و) وتمثل نسبة (٨٠%) من مجتمع الأصل، وتم استبعاد ٢٠ طالبة من الراسبات والمصابات واللاعبات والطالبات التي طبقت عليهن تجربة استطلاعية،

(١) نسيمه عباس ؛ تأثيرات استخدام الوسائل البصرية والسمعية لتعلم بعض المهارات الأساسية على جهاز الحركات الأرضية في الجمناستيك ، رسالة ماجستير غير منشوره ، جامعة ديالى ، كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٨ .

وقسمت العينة إلى اربعة مجموعات تجريبية وبمعدل ١٠ طالبات لكل مجموعة وتم توزيعهن إلى مجاميع عن طريق القرعة وجرى توزيع الوسائل البصرية على مجموعات بطريقة عشوائية عن طريق القرعة.

أهم الاستنتاجات :-

من خلال النتائج التي حصلت عليها الباحثة، توصلت إلى الاستنتاجات التالية:

- استخدام الوسائل البصرية والسمعية ساعدت في تعلم المهارات الأساسية على جهاز الحركات الارضية في الجمناستك.
 - استخدام الوسائل التعليمية المركبة حقق تحسنا عاليا لتعلم مهارات الأساسية على جهاز الحركات الارضية في الجمناستك.
 - التنوع في استخدام الوسائل التعليمية المتعددة أدى إلى فهم وتعلم المهارة بصورة أفضل من قبل الطالبات.
 - ظهرت أفضلية الوسائل التعليمية ضمن التجربة كما في التسلسل التالي
- ١ - المجموعة الرابعة التي استخدمت الوسيلة المركبة جاءت في المرتبة الأولى.
 - ٢ - المجموعة الثانية التي استخدمت الحاسوب جاءت في المرتبة الثانية .
 - ٣ - المجموعة الأولى التي استخدمت التلفزيون جاءت في المرتبة الثالثة .
 - ٤ - المجموعة الثالثة التي استخدمت الصور التعليمية جاءت بالمرتبة الرابعة.

الباب الثالث

٣- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

٣-١ منهج البحث:

استخدمت الباحثتان المنهج التجريبي لملائمته مشكلة البحث، وبتصميم المجموعة الواحدة ذات الاختبارين القبلي والبعدي

٢-٣ عينة البحث:

تتكون عينة البحث من طلبة الصف الثاني متوسط شعبة (ب) في متوسطة بلال الحبشي للبنين والبالغ عددهم ٣٠ طالب تم اختيارهم بالطريقة العشوائية بين (٤) شعب إذ يبلغ مجتمع البحث (١٢٠) طالب وتبلغ النسبة المئوية للعينة هي ٥٠ % .

١-٢-٣ تجانس العينة:

جدول رقم (١) يوضح متوسط أعمار وأطوال وأوزان تلاميذ عينة البحث

| متوسط العمر (سنة) | متوسط الطول (سم) | متوسط الوزن (كيلوجرام) |
|-------------------|------------------|------------------------|
| *١٠,٥ | **١٥٣,٥ | ***٥١,٣ |

يتبين من (الجدول رقم ١) أن الانحراف المعياري لمتغير السن بلغ ٠,٩٧، وللطول بلغ ٦,٧٧، وللوزن بلغ ٥,٥٣، وهي درجات أصغر مقارنة بالمتوسط الحسابي لكل من هذه المتغيرات، والذي بلغ لمتغير السن ١٠,٥، وللطول ١٥٣,٥، وللوزن ٥١,٣، مما يدل على تجانس العينة.

٣-٣ الأدوات والأجهزة والوسائل المستخدمة لجمع المعلومات:

١-٣-٣ وسائل جمع المعلومات:

١- المراجع العربية والأجنبية.

٢- الاختبارات والمقاييس

٣- الوسائل الإحصائية.

٢-٣-٣ الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

١- ملعب كرة قدم.

٢- أهداف كرة قدم.

٣- كرات قدم عدد (١٠).

٤- شواخص عدد (١٠).

* تعني الانحراف المعياري للعمر ٠,٩٧ والانحراف المعياري للطول ٦,٧٧ والانحراف المعياري للوزن ٥,٥٣

٥- شريط قياس.

٦- صور توضيحية .

٧- طباشير.

٣-٤ تصميم الوحدات التعليمية للمهارات الأساسية لكرة القدم:

قامت الباحثتان بتصميم وحدات تعليمية وقد تضمنت هذه الوحدات عرض صور توضح اغلب المهارات التي تناولها البحث (ينظر ملحق رقم ١). بهدف تعلم واكتساب المهارات الأساسية لكرة القدم لعينة البحث، مراعيه الأسس والمبادئ العلمية، مثل تحديد الهدف من كل وحدة، مدى مناسبة الوحدات لهذه الفئة، والفترة الزمنية للوحدات وعدد مرات الممارسة أسبوعياً، وزمن الوحدة، وعلى ضوء نتائج الاستطلاع، صممت الوحدات التعليمية بحيث تحتوى على ثمانية وحدات، بحيث تدرس وحدتان تعليميتان كل أسبوع بواقع مرتين غير متتاليتين أسبوعياً وتقدر الوحدة ب(٥٤) دقيقة، وقد تم تقسيم الوحدة التعليمية من حيث الواجبات إلى جزئين، الجزء الأول: حدد فيه الزمن وتاريخ الوحدة، الهدف العام والخاص للوحدة وكذلك الأهداف التربوية والنفسية. الجزء الثاني: وتكون من:

(أ) الجزء التمهيدي: والذي يتم فيه الإحماء وذلك بتهيئة العضلات والأربطة وتنشيط الدورة الدموية والجهاز العصبي، بالإضافة إلى تحقيق الأهداف التربوية من خلال تنظيم وتجهيز الأدوات والأجهزة الخاصة بالوحدة، وكذلك تحقيق الأهداف النفسية من خلال إعداد التلاميذ نفسياً وتنمية اهتماماتهم وتشويقهم للوحدة التعليمية.

(ب) الجزء الرئيسي: وفيه يتم تعليم المهارات التي تحتويها الوحدات الدراسية قيد الدراسة، حيث يتم في كل وحدة تعليم مهارة واحدة.

(ج) الجزء الختامي: يتم فيه تهدئة أجهزة الجسم المختلفة، واستغرق تنفيذ الوحدات الدراسية فترة زمنية قدرها شهرين ، تم التركيز فيها على النواحي التعليمية، ولقد راعت الباحثة في تنفيذ الوحدات التعليمية النواحي الآتية: استخدام

الإحماء المناسب للمهارة المتعلمة.^(١) واستخدام تمرينات تتناسب مع مستوى العينة من حيث الفهم ودرجة القوة والصعوبة، ومراعاة عنصر التشويق كاستخدام الألعاب الصغيرة، وتحديد عدد مرات التكرار والراحة لأداء المهارة وفقاً للأسس العلمية في علم التدريب بالإضافة إلي تخصيص فترات للعب كجانب تطبيقي للمهارات. وأن تعمل الوحدة التعليمية بقدر الإمكان على تحقيق الأهداف الموضوعية من أجلها ومراعاة زيادة متطلبات الأداء المهاري في المهارات التي تحتويها الوحدة التعليمية.

محتوى الوحدات التعليمية: تكونت الوحدات التعليمية من مجموعة المهارات الأساسية في كرة القدم، والتي تضمنت على مهارة تمرير الكرة بباطن القدم، مهارة الجري بالكرة، مهارة ركل الكرة بوجه القدم الأمامي (التصويب)، مهارة السيطرة على الكرة، مهارة ضرب الكرة بالرأس، مهارة التخلص من المنافس (المحاورة).

طريقة تدريس الوحدات التعليمية: تم التخطيط لتدريس الوحدة التعليمية المعينة باستخدام الوسائل التعليمية، حيث قام الباحث بشرح طريقة الأداء الصحيحة لكل جزء من أجزاء المهارة المتعلمة في الوحدة التعليمية، مع عرض الحركة بواسطة الباحثة أو بواسطة تلميذ ماهر، ثم يطلب من التلاميذ تجربة المهارة موضوع الدرس، وتقوم الباحثة بتوجيه التلاميذ أثناء أداء كل جزء من أجزاء المهارة توجيهها لفظياً مستخدماً فيه الألفاظ التشجيعية (التعزيزية).

الخطة الزمنية للوحدة: قسمت الوحدة التعليمية إلي ستة عشر درس يستغرق كل درس ٦٠ دقيقة بمعدل درسين في الأسبوع، يوم الأحد – الثلاثاء وبناء على ذلك استغرق تدريس البرنامج التعليمي شهرين في الفترة من ٢٠/٢/٢٠١١م حتى ٢٠/٤/٢٠١١م، وبلغ الوقت الكلي للبرنامج ٩٦٠ دقيقة، أي ما يعادل ١٦ ساعة، وذلك بأن كان زمن وحدتان في الأسبوع ٢٤٠ دقيقة بمعدل ٤ ساعة، ولقد تم تدريس وحدات البرنامج التعليمي في صفوف ابتدائية جعفر الطيار.

(١) منصور أحمد غوني، أثر استخدام الوسائل التعليمية والمادية، للبنين بدولة المملكة العربية السعودية، (رسالة ماجستير) (١٩٩٩م)، ص(٢٩٧، ٣١١، ٣٦٨).

تطبيق البرنامج التعليمي المقترح: اختارت الباحثتان للفترة من (٢٠١١/٢/٢٠) م حتى (٢٠١١/٤/٢٠ م) لتنفيذ الوحدات التعليمية قيد الدراسة على أفراد العينة. وبعد تدريبهم على خطوات التنفيذ، وتم توفير كل أدوات وأجهزة القياس الخاصة بالاختبارات وتخطيط الميادين وفق متطلبات تنفيذ الاختبار وإعداد وتجهيز استمارات التسجيل لرصد المعلومات، تم تطبيق البرنامج على أفراد العينة الأساسية، وعددهم ٦٠ تلميذ، تم إجراء القياسات القبلية للمهارات الأساسية قيد البحث، ثم تم تنفيذ تدريس الوحدات التعليمية دون أي توقف بين الوحدات، والجداول التالية توضح الوحدات التعليمية للبرنامج (جدول رقم ٦) يوضح نموذج لتقسيمات الوحدة التعليمية من حيث الواجبات.

نموذج الوحدات التعليمية قيد البحث

الوحدة رقم ()

التاريخ: الهدف العام من الوحدة: تعليم مهارة ():

زمن الدرس: ٦٠ دقيقة، الأهداف النفس حركية: ١- تحسين الصفات البدنية.

٢- تعليم مهارة.

الفرقة الأولى: فصل أول: الأهداف التربوية: ١- تنمية حب العمل الجماعي.

٢- اكتساب النظام.

| أجزاء الوحدة | الزمن | الغرض | الأدوات | التشكيل | الإجراءات |
|----------------|-------|---------------------------------|-----------------------------|---|--|
| الجزء التمهيدي | ١٠ق | الإحماء | - |  | مشى وجرى بطول ملعب كرة القدم مع تحريك الذراعين والرجلين، تمارينات إطالة لجميع أجزاء الجسم، مع التركيز على مفاصل وعضلات الرجلين. |
| جزء الرئيسي | ٤٠ق | تعليم مهارة التمرير بباطن القدم | ملعب كرة قدم، عدد من الكرات |  | يقوم الأستاذ بشرح وتوضيح مهارة التمرير بباطن القدم، كأهم المهارات الأساسية في كرة القدم، بواسطتها يتم تبادل الكرة بين زملاء، وبواسطتها تبرز الأهداف وتمنع من ولوج المرمى، بالإضافة إلى توجيه التلاميذ إلى النواحي الفنية للمهارة، مثل مرجحة الرجل من مفصل الحوض وتوجيه قدم الرجل الضاربة |

| | | | | | | |
|--|--|--|--|---------------------------|-----|---------------|
| للخارج، والذراعين بالجانب، يقوم الأستاذ بعمل نموذج للمهارة، ويطلب من التلاميذ أداء ذلك . | | | | عودة الجسم لحالته الطبيعي | ١٠ق | الجزء الختامي |
|--|--|--|--|---------------------------|-----|---------------|

٣-٥ الوسائل الإحصائية:

* الوسط الحسابي.

* الانحراف المعياري.

* اختبار(ت) للعينات المستقلة.

الباب الرابع

٤- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها

٤-١ عرض وتحليل النتائج القبلية والبعدي للمجموعة التجريبية ومناقشتها

جدول رقم (٧)

يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة للاختبارات المهارة

| مستوى الدلالة | قيمة (ت) | القياس البعدي | | القياس القبلي | | الاختبارات |
|----------------------|----------|-------------------|-----------------|-------------------|-----------------|--------------------------------|
| | | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | |
| ٠,٠١ دال عند | ١٨,٤ | ١,٢ | ١٣,٣ | ١,٥ | ٨,٧ | ١- اختبار تمرير الكرة |
| ٠,٠١ دال إحصائيا عند | ٩,٥٨ | ٠,٤ | ١٢,٦ | ١,٨ | ١٤,٠٩ | ٢- اختبار الجري المتعرج بالكرة |
| ٠,٠١ دال إحصائيا عند | ٣٣,٢ | ٠,٧ | ٧,٧ | ٠,٨ | ١,٣ | ٣- اختبار ركل الكرة بالقدم |
| ٠,٠١ | ٦ | | | | | |

| | | | | | | |
|------------------------------|-----|-----|-----|------|------|-------------------------|
| ٤ - اختبار السيطرة على الكرة | ٣,٥ | ١,٢ | ٨,٥ | ١,١٦ | ٢٣,٠ | دال إحصائيا عند ٠,٠١ |
| ٥ - اختبار ضرب الكرة بالرأس | ٤,٦ | ١,٣ | ٩,٤ | ١,٧ | ١٧,٣ | دال إحصائيا عند ٠,٠١ |
| ٦ - اختبار التخلص من المنافس | ٣,٧ | ١,٣ | ٨,٣ | ١,٢ | ٢٠ | دال إحصائيا عند ٠,٠١ |

يتضح من (الجدول رقم ٧) أعلاه وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوي ٠,٠١ بين القياسات القبليّة والبعدية للاختبارات المهارية في الوحدات التعليمية باستخدام الوسائل التعليمية لصالح الاختبارات البعدية، حيث بلغت (ت) الجدولية ٢,٦ لكل الاختبارات، حيث بلغت (ت) المحسوبة بالنسبة لمهارة التمرير ١٨,٤، وكانت (ت) المحسوبة لمهارة الجري المتعرج بالكرة ٩,٥٨، وفي اختبار ركل الكرة، بلغت (ت) المحسوبة ٣٣,٢٦، وكانت (ت) المحسوبة لمهارة السيطرة على الكرة ٢٣,٠١، وبالنسبة لمهارة ضرب الكرة بالرأس كانت (ت) المحسوبة ١٧,٣، كما بلغت (ت) المحسوبة ٢٠ بالنسبة لمهارة التخلص من المنافس (المحاورة).

أوضحت نتائج (الجدول رقم ٧) السابق عن وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين القياسات القبليّة والبعدية لصالح القياس البعدي في المهارات الأساسية لكرة القدم، والتي تتكون من، مهارة التمرير، مهارة الجري المتعرج بالكرة، مهارة ركل الكرة، مهارة السيطرة على الكرة، مهارة ضرب الكرة بالرأس، ومهارة التخلص من المنافس (المحاورة) وهي مكونات الوحدات التعليمية قيد الدراسة، وتعزو الباحثة تأثير استخدام الوسائل التعليمية في تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة القدم إلى أن التلاميذ بحاجة إلى تقدير جهودهم عند استذكار الدروس، أو في الممارسة العملية لأي نشاط بواسطة استخدام الكلمات التشجيعية المناسبة. أضف إلى ذلك إن الوحدات التعليمية قيد الدراسة متكاملة من حيث خطوات ومراحل تعلم واكتساب المهارات الحركية. واعتمدت طريقة تدريس البرنامج على التوجيه والإرشاد أثناء

الأداء مباشرة وبعده مما أدى إلى رفع مستوى الأداء المهاري والتقدم في أداء المهارات .

وهذا يؤكد أن استخدام الوسائل التعليمية في تعلم المهارات الأساسية لكرة القدم قيد الدراسة ساهم إيجابياً في اكتساب بعض المهارات الأساسية في كرة القدم للتلاميذ وتتفق هذه النتيجة مع ما ذكره^(١) محمود عبد الفتاح ومصطفى حسين (٢٠٠٠) إلى أن "التأكيد على الوسائل التعليمية في بعض الحقائق، واستخدام تعبيرات معينة مثيرة للانتباه هي من الوسائل التي تسهل عملية التعلم، كذلك مع ما أشار إليه إلى أن من أهم آثار الثواب ما يولده في المتعلم من حالات انفعاليه سارة، فهو عادة ما يجعل المتعلم يشعر بالرضا أو اللذة أو السرور، وتتفق هذه النتيجة مع الدراسة ، والتي هدفت لمعرفة أثر الوسائل التعليمية لتلاميذ المرحلة الثانوية بالولايات المتحدة الأمريكية، وقد أظهرت النتائج أن أداء التلاميذ يرتفع باستخدام الوسائل التعليمية، كما تتفق مع الدراسة ، لمعرفة أثر استخدام الوسائل التعليمية^(١) في تدريس العلوم على تحصيل التلاميذ ، وقد أظهرت النتائج أن الوسائل التعليمية لها آثار ايجابية في أداء التلاميذ، ولكن من المتوقع أن التلاميذ كبار السن الذين يدرسون في المدارس الثانوية والكليات يحتاجون إلى الوسائل التعليمية أكثر من المادية. كما تتفق مع دراسة أمل لطفي حلمي (١٩٩١)^(٢)، في دراسة أثر استخدام بعض أنواع الوسائل التعليمية إلى إن المجموعة المستخدمة للوسائل التعليمية حصلت على أعلى متوسط في الاختبارات قيد الدراسة، وان استخدام الوسائل التعليمية بعد فترة من المواقف التعليمية تكون كفيلاً بادراك التعلم للميزات المنبعثة حوله.

الباب الخامس

(١) محمود عبد الفتاح عنان ومصطفى حسين باهى، مقدمة علم نفس الرياضة، مركز الكتاب للنشر، مصر، (٢٠٠٠م)، ص: (١٥)، ٢٤، (٢٥).

منصور أحمد غوني، أثر استخدام الوسائل التعليمية والمادي، (ماجستير) للبنين بدولة المملكة العربية السعودية، (١٩٩٩م)، ص (٢٩٧)، (٣٦٨، ٣١١).

(٢) أمل لطفي حلمي، أثر استخدام بعض أنواع الوسائل التعليمية على سرعة تعلم سباحة الزحف على البطن، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، العدد الثاني عشر، القاهرة أبريل (١٩٩١م)، ص: (١٨).

الاستنتاجات والتوصيات

أولاً: الاستنتاجات

٣. أن للوسائل التعليمية الأثر الايجابي في سرعة تعلم التلميذ المهارة الحركية.
٤. أن الوسائل التعليمية تنمي الثقة بالنفس لدى المتلقي قبل تأديته للحركة
المهارية المطلوبة منه.
٥. الوسائل التعليمية توفر الوقت في التدريب، فتخطيط ساعة يوفر جهد ثلاث ساعات.

ثانياً: التوصيات

- على ضوء ما تم استخلاصه من نتائج، توصي الباحثة بما يلي:
١. التركيز على استخدام الوسائل التعليمية في التعلم للتلاميذ
 ٢. العمل على استخدام الوسائل التعليمية في التعلم الحركي، خاصة عند تعلم مهارات الأنشطة الرياضية.
 ٣. إجراء دراسات لمعرفة فعالية الوسائل التعليمية على المستويات المختلفة من التلاميذ باختلاف تحصيلهم الدراسي، وضعهم الاقتصادي، الجنس، وضعهم الاجتماعي.

المصادر

- ١ - إبراهيم حنفي شعلان وعمرو أبو المجد، إستراتيجية الدفاع في كرة القدم، دار الكتاب، القاهرة، (١٩٩٦م).
- ٢ - محمود عبد الفتاح عنان ومصطفى حسين باهى، مقدمة علم نفس الرياضة، مركز الكتاب للنشر، مصر. (٢٠٠٠م).
- ٣ - أمل لطفي حلمي، أثر استخدام بعض أنواع الوسائل التعليمية على سرعة تعلم سباحة الزحف على البطن، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، العدد الثاني عشر، القاهرة أبريل، (١٩٩١م).

- ٤ - أمين أنور الخولي وجمال الدين الشافعي، ، مناهج التربية البدنية المعاصرة ، (٢٠٠٠م)
- ٥ - أنور الشرقاوي، التعلم نظريات وتطبيقات، مكتبة الأنجلو المصرية (القاهرة) ، (١٩٨٧م).
- ٦ - أسامة كامل راتب، علم نفس الرياضة، دار الفكر العربي (القاهرة) ، (١٩٩٥م).
- ٧ - بسطويسى أحمد، أسس ونظريات الحركة، دار الفكر العربي، القاهرة ، (١٩٩٦م).
- ٨ - ديوبولدن فان دالين، ، تاريخ التربية البدنية، ترجمة محمد بخيت وآخرون، مركز فرانكلين للطباعة والنشر، (١٩٨٥م) ، القاهرة .
- ٩ - حنفي محمد مختار، الاختبارات والقياسات للاعبين كرة القدم، دار الفكر العربي، (١٩٩٦م).
- ١٠ - حسن سيد معوض، ، طرق التدريس فى التربية الرياضية، دار الفكر العربي، (١٩٨٩م) .
- ١١ - أحمد آدم أحمد، أثر برنامج تعليمي مقترح لتطوير المهارات الأساسية في كرة القدم لتلاميذ كلية التربية الرياضية. أطروحة دكتوراه ، (٢٠٠٢م) .
- ١٢ - مفتى إبراهيم، ، الإعداد المهارى والخططى للاعب كرة القدم، دار الفكر العربي، مصر، (١٩٩٤م) .
- ١٣ - منصور أحمد غوني، ، اثر استخدام الوسائل التعليمية والماديه ، للبنين بدولة المملكة العربية السعودية، رسالة ماجستير غير منشوره ، ١٩٩٩م.
- ١٤ - عنايات محمد فرج، ، منهج وطرق تدريس التربية الرياضية، دار الكتاب، القاهرة ، (١٩٩٨م) .
- ١٥ - حسين ياسين، ، المبادئ الفنية والتعليمية لمهارات الألعاب الرياضية، ط١، الرياض. مصر (١٩٩٧م) .

١٦ - علاء الدين كفاي، أثر الترتيب الولادي للأطفال في التفضيل أو التشجيع كنمط من أنماط التدعيم اللفظي، كشاف حولية التربية، رسالة ماجستير غير منشوره (١٩٩٢م).

١٧ - هدايات أحمد حسين، ، أثر برنامج تدريبي لتنمية التوازن على مستوى الأداء المهاري للاعبات منتخب مصر الأولمبي للجماز)، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة- العدد الثالث والرابع عشر، يناير- أبريل ١٩٩٢م.

الملاحق

ملحق رقم (١)

اهم المهارات بكرة القدم التي تم توضيحها للتلاميذ من خلال الصور (البرنامج التعليمي المستخدم للعينة)

كرة القدم

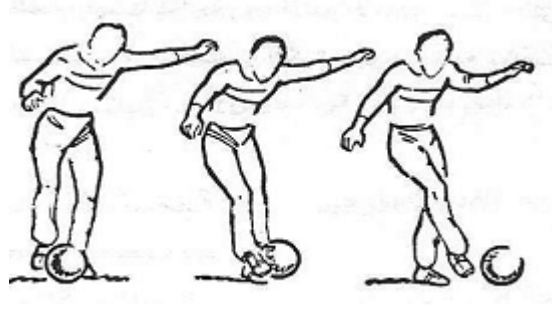
١- ركل الكرة بباطن القدم- الأداء الفني للمهارة:

الاقتراب المناسب إلى الكرة في خط مستقيم .

١. وضع القدم الضاربة للخلف من مفصل الفخذ .

٢. مرجحة القدم الضاربة للخلف من مفصل الفخذ .

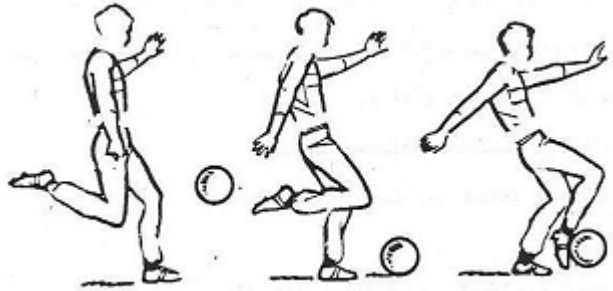
٣. ميل الجذع للأمام قليلاً في حالة ضرب الكرة .



الخطوات التعليمية

١. يؤدي نموذج واضح للمهارة (على الطريقة الكلية) .
 ٢. تؤدي حركة ضرب الكرة بباطن القدم .
 ٣. يقف التلميذ مواجهاً تلميذاً آخر والمسافة بينهما ما بين (٣ : ٥) ياردات ويقوم أحدهما بضرب الكرة لزميله فيقوم هو بدوره بإيقاف الكرة .
 ٤. يكرر نفس التمرين السابق مع زيادة المسافة من (٨ : ١٠) ياردات .
- ٢- ركل الكرة بوجه القدم الأمامي- الأداء الفني للمهارة

١. يقترب التلميذ في اتجاه مستقيم من الكرة والخطوة التي تسبق الضربة تكون أطول إلى حد ما وذلك للسماح بمرجحة القدم الضاربة خلفاً .
٢. توضع القدم غير الضاربة بجانب الكرة .
٣. ميل الجذع أماماً قليلاً في لحظة ملامسة الكرة .



الخطوات التعليمية لركل الكرة بوجه القدم الأمامي:

يمسك التلميذ الكرة بيده ثم يقوم بإسقاطها أمام القدم الضاربة ويؤدي ضربة الكرة بوجه القدم الأمامي إلى زميله الذي يبعد عنه مسافة من (٦ : ٨) ياردات .

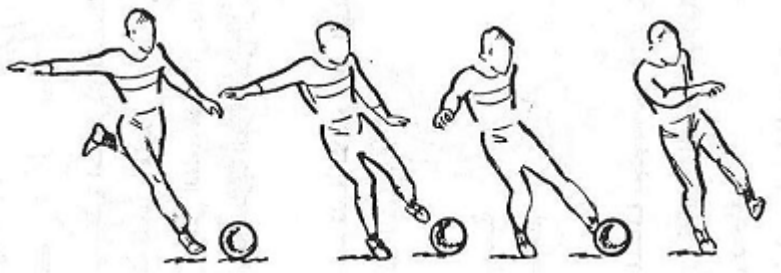
١. يمسك التلميذ الكرة بيده ثم يجري من ثلاث إلى أربع خطوات ويقوم برميها بارتفاع الصدر وفي أثناء ذلك يقوم بمرجحة القدم الضاربة للخلف ليضرب الكرة وهي طائرة إلى زميل أمامه يبعد عنه من (٨):
١٠ أمتار .

٢. يؤدي نفس التمرين السابق ولكن يقوم بضربها قبل أن تلامس الأرض .

٣- ركل الكرة بوجه القدم الداخلي- الأداء الفني للمهارة:

يكون الاقتراب من مسافة (٦ : ٧) ياردات في حالة الكرات الثابتة على الأرض .

١. توضع قدم الرجل غير الضاربة بجانب الكرة وإلى الخلف قليلاً .
٢. في لحظة ضرب الكرة يتجه الكتف المقابل للرجل غير الضاربة للأمام قليلاً .



الخطوات التعليمية:

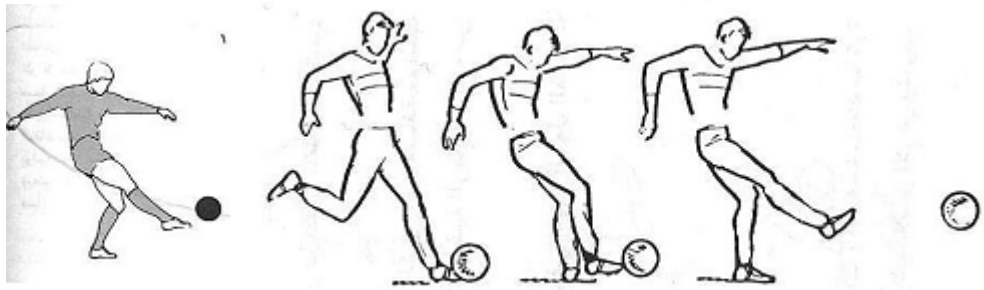
١. يقف التلميذ بجانب الكرة بحيث يواجه كتف الرجل غير الضاربة المكان المطلوب توصيل الكرة إليه ويؤخذ الوضع الصحيح دون ضربها ويكرر الأداء.

٢. يؤدي التلميذ التمرين السابق ولكن بعد الاقتراب من (٤ : ٥) ياردات .
٣. تلميذان المسافة بينهما من (١٠ : ١٥) ياردة يقومان بضرب الكرة إلى بعضهما .

٤- ركل الكرة بوجه القدم الخارجي- الأداء الفني للمهارة:

يمكن أن يكون الاقتراب للكرة إما على خط مستقيم مع المكان المطلوب توصيل الكرة إليه أو بالانحراف للخارج قليلاً .

١. توضع القدم غير الضاربة إلى الخلف قليلاً إلى جانب الكرة وعلى مسافة مناسبة حتى تسمح للقدم الضاربة بحرية الحركة على أن تثني ركبة الرجل الثابتة من مفصل الركبة قليلاً .
٢. يميل الجزء العلوي للجسم قليلاً للأمام وإلى الجانب في اتجاه الرجل الضاربة وتعمل الذراعان على حفظ التوازن .



الخطوات التعليمية:

١. عمل نموذج واضح .

٢. تلميذان متواجهان المسافة بينهما من (٥ : ٧) ياردات وأحدهما يمسك بالكرة ويسقطها في اتجاه القدم الضاربة وللخارج قليلاً وقبل أن تلامس الأرض يضربها بوجه القدم الخارجي إلى زميله .
٣. يكرر نفس التمرين السابق مع زيادة المسافة تدريجياً .
٤. يكرر نفس التمرين السابق ولكن يأخذ التلميذ الضارب عدداً من الخطوات لضرب الكرة قبل أن تسقط على الأرض .

٥- الجري بالكرة باستخدام وجه القدم الخارجي- الأداء الفني للمهارة:



١. توضع قدم الرجل غير الدافعة للكرة للخلف قليلاً وإلى جانب الكرة وهي منثنية من الركبة وينتقل عليها مركز ثقل الجسم .
٢. تتحرك الرجل الدافعة للكرة من الخلف للأمام على أن يدور سن القدم للداخل قليلاً، وتكون مرتخية بصورة مناسبة في أثناء دفع الكرة حتى لا تبتعد الكرة كثيراً .
٣. يميل الجذع للأمام قليلاً على أن تعمل الذراعان على توازن الجسم وتركيز النظر على الكرة .

الخطوات التعليمية:

عمل نموذج واضح مع الشرح المختصر .

١. توضع الكرة أمام التلميذ ويتخذ الوضع الصحيح للجري بالكرة .
٢. يتخذ التلميذ الوضع الصحيح للجري بالكرة ثم يمشي بالكرة للأمام بقدم واحدة .
٣. الجري بالكرة للأمام باستخدام القدمين بالتبادل .

٤. الجري بالكرة للأمام باستخدام القدمين بسرعة .
٥. الجري بالكرة للأمام باستخدام القدمين بخط متعرج .

٦- الجري بالكرة باستخدام وجه القدم الداخلي:

١. توضع قدم الرجل غير الدافعة للكرة للخلف قليلاً وإلى جانب الكرة منثنية من الركبة وينتقل عليها مركز ثقل الجسم .
٢. تتحرك الرجل الدافعة للكرة من الخلف للأمام على أن يدور سن القدم للخارج قليلاً .
٣. يميل الجذع للأمام قليلاً كوضع الجري العادي على أن تعمل الذراعان على حفظ التوازن .



الخطوات التعليمية:

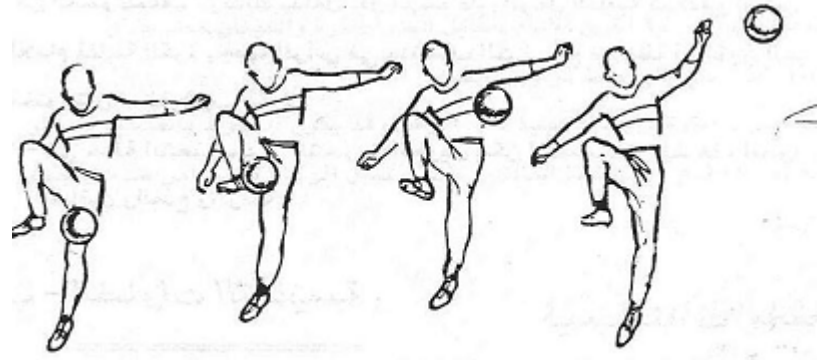
١. تؤدي نفس الخطوات في الجري بوجه القدم الخارجي .

٧- استلام الكرة بباطن القدم- الأداء الفني للمهارة:

يقترّب التلميذ من الكرة وهو مواجه لها إلا أن كتفه الأيسر يكون في اتجاه الكرة قليلاً إذا كان الاستلام بالقدم اليمنى والعكس .

١. القدم غير المستلمة توضع على الأرض على أن يشير سن القدم إلى الاتجاه الذي تأتي منه الكرة على أن تثني الركبة قليلاً وينقل على هذه القدم مركز ثقل الجسم .

٢. في لحظة ملامسة الكرة لباطن القدم تسحب لامتصاص قوة الكرة وإيقافها مع ملاحظة أن يكون مفصل القدم مرتخياً والقدم مرتفعة قليلاً عن الأرض .



الخطوات التعليمية:

عمل نموذج واضح مع الشرح المبسط .

١. يؤدي التلميذ حركة الاستلام بباطن القدم .

٢. يبدأ التمرين بأن يدحرج التلميذ الكرة ببطء ليقوم باستلامها بباطن القدم وهو واقف مكانه .

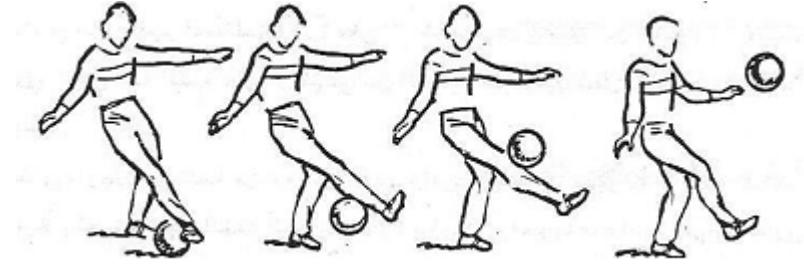
٣. يكرر نفس التمرين السابق مع زيادة قوة دحرجة الكرة .

٨- استلام الكرة بوجه القدم الخارجي- الأداء الفني للمهارة:

يقترّب التلميذ من الكرة وهو مواجه للمكان الذي تأتي منه الكرة .

١. توضع القدم غير المستلمة الكرة على الأرض بحيث يشير سن القدم إلى الاتجاه الذي تأتي منه الكرة على أن تثني من الركبة قليلاً وينتقل عليها مركز ثقل الجسم .

٢. تثني الرجل المستلمة من مفصل الفخذ والركبة كما يستدير سن القدم للداخل قليلاً يتصدى وجه القدم مرتخياً لامتصاص قوة اندفاع الكرة .



الخطوات التعليمية

١. نفس الخطوات في استلام الكرة بباطن القدم .

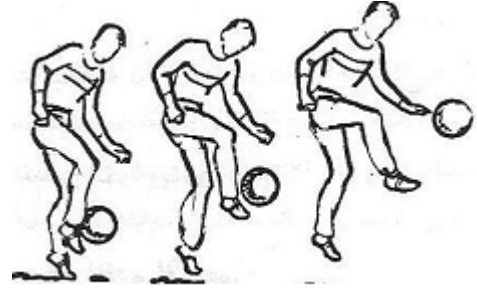
٩- امتصاص الكرة بوجه القدم الأمامي- الأداء الفني للمهارة:

يقترّب التلميذ بالجري إلى المكان المتوقع سقوط الكرة فيه .

١. الرجل غير الممتصة للكرة يرتكز عليها التلميذ بحيث ينتقل عليها مركز ثقل الجسم ويكون الارتكاز على مشط القدم على أن تثني من الركبة قليلاً .

٢. ترتفع القدم الممتصة للكرة لأعلى وذلك بثني مفصل الفخذ كما تثني الركبة ويفرد مفصل القدم بحيث يواجه وجه القدم الأمامي مسار الكرة وهو مرتخ .

٣. في اللحظة التي تسبق ملامسة الكرة بوجه القدم تنخفض القدم لأسفل لامتصاص اندفاعها وتقليل سرعتها .



الخطوات التعليمية

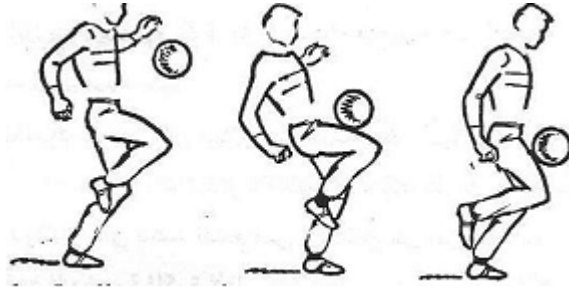
١. عمل نموذج مع الشرح المبسط .
٢. يؤدي التلميذ مهارة امتصاص الكرة بوجه القدم بدون كرة .
٣. يمسك التلميذ لكرة بيده ثم يسقطها أمامه مباشرة ثم يقوم بأداء امتصاصها بوجه القدم الأمامي .
٤. نفس الخطوات السابقة ولكن يسقط التلميذ الكرة من ارتفاع صدره ويقوم بعملية الامتصاص .
٥. يقوم التلميذ برمي الكرة لأعلى بارتفاع أعلى من رأسه ثم يقوم بعملية الامتصاص .
٦. تلميذان متقابلان يمسك أحدهما الكرة والمسافة بينهما من (٥ : ٦) ياردات ويقوم برميها إلى زميله بحيث تسقط أمامه ليقوم بعملية الامتصاص .
٧. يكرر نفس التمرين السابق مع زيادة المسافة .

10- امتصاص الكرة بالفخذ- الأداء الفني للمهارة:

يتجه التلميذ إلى الكرة وهو مواجه لها بحيث يكون خط سيرها أمامه تماماً .

١. ينقل التلميذ ثقل جسمه على الرجل غير الممتصة للكرة التي تكون منثنية من الركبة .

٢. ترتفع ركبة الرجل الممتصة للكرة لأعلى بحيث يصبح الفخذ موازياً للأرض تقريباً ومواجهاً لمسارها .
٣. يلاحظ أن تكون عضلات الفخذ الأمامية مرتخية بقدر الإمكان .
٤. في لحظة ملامسة الفخذ للكرة ينخفض الفخذ لأسفل بسرعة تتناسب مع سرعتها لامتصاص قوتها .



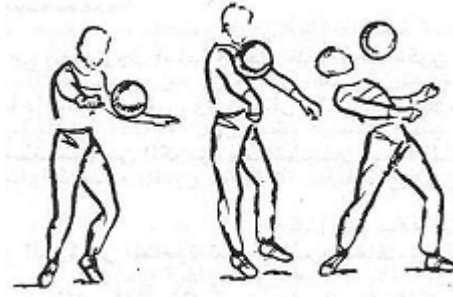
الخطوات التعليمية لامتصاص الكرة بالفخذ:

عمل نموذج مع الشرح المختصر .

١. يؤدي التلميذ الحركة بدون كرة .
٢. يمسك التلميذ المتعلم الكرة بيده أمام الصدر ويقوم بإسقاطها على فخذة وامتصاصها .
٣. يمسك التلميذ الكرة بيده ويسقطها من فوق رأسه على فخذة ثم تقوم بالامتصاصها .
٤. تلميذان متواجهان المسافة بينهما (٦) ياردات أحدهما ممسك بالكرة ويقوم برميها إلى زميله في مسار منحنى ليقوم زميله بالامتصاص بواسطة الفخذ .
٥. يكرر نفس التمرين السابق مع زيادة في المسافة تدريجياً .

11- امتصاص الكرة بالصدر- الأداء الفني للمهارة

١. يقترب التلميذ في اتجاه سير الكرة على أن يقطع خط سيرها .
٢. يتباعد الساقان عن بعضهما بالمسافة التي تريح التلميذ والركبتان مثنيتان قليلاً ويتوزع ثقل الجسم على الساقين .
٣. يميل الجذع للخلف قليلاً ويتم ذلك برجوع الرأس للخلف وتكون نتيجة تقوس الظهر للخلف مع بروز الصدر للأمام .
٤. في لحظة ملامسة الكرة فإن عضلات الصدر تكون مرتخياً تماماً .
٥. تعمل الذراعان على حفظ التوازن .



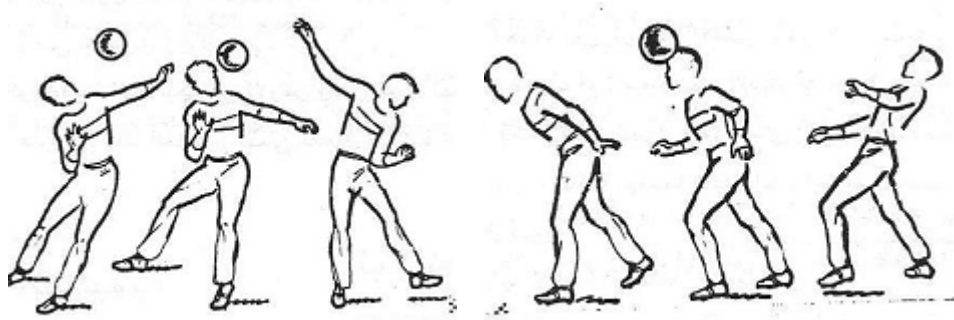
الخطوات التعليمي

١. عمل نموذج للحركة مع شرح موجز .
٢. يقوم التلميذان بأداء الحركة بدون كرة .
٣. يقوم التلميذ برمي الكرة إلى صدره مباشرة ليؤدي حركة الامتصاص بالصدر .
٤. يقوم التلميذ بمسك الكرة بيده ويقوم برميها فوق رأسه قليلاً ويمتصها بصدرة .
٥. تلميذان المسافة بينهما (٦) يارادات يقوم أحدهما برمي الكرة ويقوم

الثاني بامتصاصها بصدرة .

12-ضرب الكرة بالرأس من الثبات للأمام- الأداء الفني للمهارة:

1. يقف التلميذ مع وضع رجل أماماً ورجل خلفاً أو قد تكون القدمان متجاورتان والمسافة بينهما باتساع الحوض والركبتان مثنيتان قليلاً وترتفع الذراعان قليلاً إلى الجانب مثنيتين من الكوعين ومرتختين لحفظ التوازن وسهولة أداء الحركة .
2. عندما تقترب الكرة من التلميذ تميل الرأس للخلف وبذلك يميل الجزء العلوي من الجسم للخلف، وبذلك ينتقل ثقل الجسم على الرجل الخلفية ثم تدفع الرأس للأمام لمقابلة الكرة بجبهة الرأس في منتصف الكرة مع ملاحظة أن تكون العينان مفتوحتان لحظة ضرب الكرة .
3. في حالة التصويب أو التمرير الطويل يمكن للتلميذ توليد هذه القوة من الساقين والجذع والرقبة .



الخطوات التعليمية

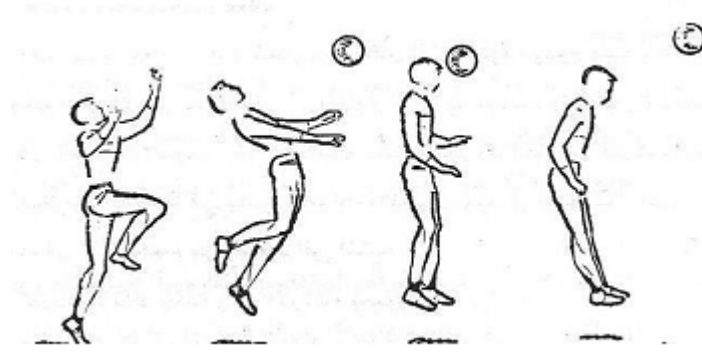
1. عمل نموذج مع الشرح المبسط .
2. إمساك الكرة بكلتا اليدين وضربها بالرأس مرة واحدة ثم يمسك بالكرة مرة أخرى وهكذا .

٣. تكرر الخطوة السابقة ولكن التلميذ يضرب الكرة برأسه مرتين قبل أن
يمسكها بيده .
٤. يحاول التلميذ أن يضرب الكرة برأسه أكبر عدد ممكن من المرات .
٥. تلميذان متواجهان المسافة بينهما (٤) ياردات وأحدهما يمسك بالكرة
ويرميها إلى زميله في مسار مقوس في اتجاه رأسه ليقوم بضربها
برأسه بالتبادل .
٦. يكرر نفس التمرين السابق مع زيادة المسافة تدريجياً .

13-ضرب الكرة بالرأس من الوثب بعد الاقتراب -الأداء الفني للمهارة:

١. يقترب التلميذ بعدة خطوات للمكان الذي سوف يقوم فيه بالارتقاء
ليرتفع جسمه عن الأرض عالياً على أن يحاول أن يزيد من سرعته
خلال مسافة الاقتراب .
١. في الخطوة الأخيرة يقوم التلميذ بثني رجل الارتقاء من الركبة بصورة أكبر
قليلاً من انثنائها في باقي خطوات الاقتراب وينقل عليها ثقل الجسم كله على أن
ينتقل ثقل الجسم من الكعب إلى المشط .
١. تفرد بعد ذلك ركبة رجل الارتقاء بصورة فجائية وسريعة .
٢. تندفع الرأس مرة أخرى للأمام لتقابل الجبهة الكرة والعينان مفتوحتان .
٣. تعمل الذراعان على حفظ توازن الجسم .
٤. بعد ضرب الكرة يهبط التلميذ على الأرض وقد يكون الهبوط بالقدمين
معاً أو بقدم تتلوها قدم، وفي كلتا الحالتين تثني مفصل الركبة لامتناس

صدمة الجسم بالأرض .



الخطوات التعليمية لضرب الكرة بالرأس من الوثب بعد الاقتراب:

عمل نموذج حركة مع الشرح .

١. يؤدي التلميذ الحركة دون كرة من الاقتراب من (٣) 4) خطوات .
٢. يقوم التلميذ بضرب كرة معلقة من الاقتراب من (٣) 4) خطوات على أم تكون الكرة أعلى من قمة الرأس بحوالي (١٥) سم ويزداد الارتفاع بعد ذلك تدريجياً .
٣. تلميذان متواجهان المسافة بينهما (٨) ياردات وأحدهما ممسك بالكرة يقوم برميها لزميله في شكل قوس .
٤. يكرر التمرين بينما تزداد المسافة بينهما تدريجياً .

14- مهاجمة الكرة من الجانب- الأداء الفني للمهارة:

١. يجري المدافع بجانب التلميذ المستحوذ على الكرة حتى يجاريه في السرعة ويصبح متمكناً من الكرة .
٢. تأخذ الرجل غير المهاجمة حركة الجري العادي .
٣. بعد الخطوة الأخيرة قبل مهاجمة الكرة مباشرة تسحب الرجل من على الأرض ويفرد مشط القدم في اتجاه الكرة لضربها بوجه القدم الأمامي أو بباطن القدم للجانب .
٤. يتخذ الجذع وضع الجري العادي وتعمل الذراعان على الاحتفاظ باتزان الجسم والنظر مُركز على الكرة .





الخطوات التعليمية:

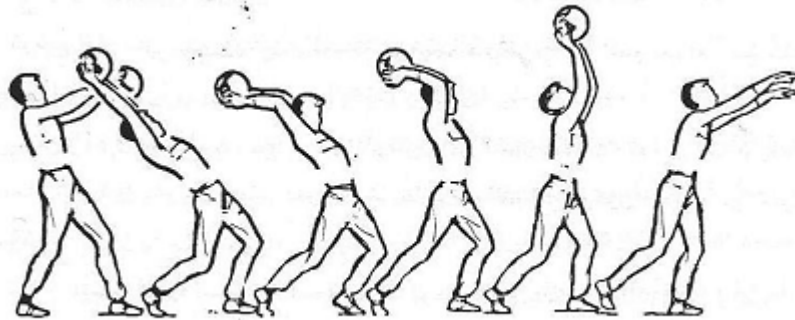
١. عمل نموذج للحركة مع الشرح المبسط.
٢. يؤدي التلميذ مهاجمة الكرة من الجانب بدون كرة.
٣. توضع كرة أمام التلاميذ وعلى بعد (٣) ياردات منه يضرب التلميذ الكرة ويؤدي مهاجمة الكرة من الجانب.
٤. تلميذان أحدهما مدافع والآخر مهاجم ويقفان بجانب بعضهما بحيث يكون اتجاهها واحداً والكرة مع التلميذ المهاجم الذي يقوم بدفع الكرة أمامه وبعيداً عن سيطرته لمسافة من (٥ : ٦) ياردات ويؤدي التلميذ المدافع مهاجمة الكرة من الجانب.
٥. نفس التمرين السابق ولكن يحاول التلميذ المهاجم السيطرة على الكرة ويحاول التلميذ المدافع مهاجمة الكرة في الوقت المناسب.

15- رمية التماس

١. يقترب التلميذ بعدة خطوات مقترَباً من خط التماس تتسم بتزايد

السرعة .

٢. تمسك الكرة باليدين معاً على أن يكون إحكام القبض عليها بواسطة أصابع اليد بحيث تواجه راحتا اليدين الاتجاه الذي يريد التلميذ رمي الكرة إليه مع ملاحظة أن الإبهامين يكونان متجاورين .
٣. ترفع اليدين الكرة فوق الرأس على أن تثني من الكوعين ثم تستمر الحركة بالكرة حتى تصل خلف الرأس .
٤. يثنى الجذع للخلف مع رجوع الكرة للخلف أيضاً كما يحدث انثناء في مفصل الركبتين بحيث تندفع الركبتان للأمام قليلاً .
٥. تفرد الذراعان بسرعة وبقوة مع اندفاع الجذع للأمام في اتجاه الرمي ويتم ذلك بدفع الأرض بالقدمين وفرد الركبتين مما يضيف قوة مولدة من الرجلين تُضاف على القوة المولدة من الذراعين والجذع وتتابع الذراعين الكرة .



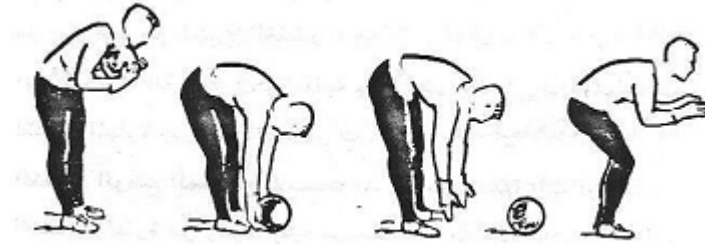
الخطوات التعليمية لرمية التماس:

١. عمل نموذج واضح مع الشرح .

٢. يتعلم التلميذ أولاً كيف يقبض على الكرة قبضاً صحيحاً ويضعها خلف الرأس .
٣. يقبض التلميذ على الكرة ثم يضعها خلف الرأس ويحاول رميها بدون رجوع الجذع للخلف حتى يتسنى للمعلم التركيز على قيام الذراعين بأداء الرمية رمياً صحيحاً .
٤. يؤدي التلميذ مهارة رمية التماس كاملة من الوقوف بدون كرة .
٥. يؤدي التلميذ مهارة رمية التماس كاملة من الوقوف بالكرة .
٦. أداء رمية التماس كاملة مع الاقتراب .

16- إمساك حارس المرمى الكرة وهو واقف- الأداء الفني للمهارة:

١. توضع القدمان متوازيتين والمسافة بينهما حوالي (12 : 8) سم تقريباً مع عدم ثني الركبتين .
٢. يثنى الجذع أماماً أسفل مع إنزال الذراعين إلى أسفل بحيث تكونان متوازيتين أمام الساقين تقريباً ويمكن لمس الأرض بأطراف الأصابع ويكون الكفان مواجهين للكرة .
٣. ترفع اليدين بمجرد الحصول عليها لوضعها بين الكفين والذراعين والصدر .
٤. يوجه النظر للكرة حتى تتم السيطرة عليها تماماً ثم يوجه بعد ذلك



الخطوات التعليمية:

١. عمل نموذج واضح مع الشرح المختصر .
٢. يجب التأكد من إطالة العضلات الخلفية جيداً حتى يتسنى أداء المهارة بسهولة .
٣. يؤدي التلميذ المهارة بدون كرة عدة مرات .
٤. يؤدي التلميذ الوضع الصحيح للإمساك بالكرة من رميها إليه أرضية ببطء .
٥. يؤدي التلميذ المهارة من رميها إليه من مسافة (٨) (ياردات ثم يغير الرامي مكانه في كل مرة .
٦. يؤدي التلميذ المهارة بعد تصويب الكرة إليه أرضية من على خط منطقة الجراء .