

تأثير اسلوبي العروض التوضيحية والذاتي متعدد المستويات على تعلم بعض مهارات الجمباز لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي بدولة الكويت " دراسة مقارنة"

¹ / نواف نهار عبدالله محمد المطيري

المخلص:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على تأثير اسلوبي العروض التوضيحية والذاتي متعدد المستويات على تعلم بعض مهارات الجمباز لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي بدولة الكويت " دراسة مقارنة"، استخدم الباحث المنهج التجريبي نظرا لملاءمته لطبيعة البحث الحالي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة بإتباع القياس القبلي - البعدي، وتمثل مجتمع البحث في تلاميذ الصف الثالث من المرحلة الابتدائية بالمدرسة الأمريكية بدولة الكويت للعام الدراسي 2020/2019م ، والبالغ قوامها (62) تلميذ، اختار الباحث عينة البحث بالطريقة العمدية من تلاميذ الصف الثالث من المرحلة الابتدائية بالمدرسة الأمريكية بدولة الكويت للعام الدراسي 2020/2019م والبالغ قوامها (55)، بنسبة (88.709 %) من المجتمع الكلي، وتم تقسيم العينة إلي مجموعتين متساويتين، المجموعة التجريبية- الضابطة ، حيث بلغ عدد كل مجموعة (20) ، كما قام الباحث باختيار عينة استطلاعية قوامها (15) تلميذ من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الاساسية لاجراء المعاملات العلمية للاختبارات "قيد البحث"، وكانت اهم الاستنتاجات تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت البرنامج التعليمي المقترح باستخدام (أسلوب التعلم الذاتي متعدد المستويات) على المجموعة الضابطة التي استخدمت أسلوب الأوامر (العروض التوضيحية) في تعلم بعض الحركات الأساسية في الجمباز " قيد البحث" لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الاساسي بدولة الكويت. ، كما توصل الباحث الى أهمية استخدام أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات عند تدريس المهارات الحركية لما له من تأثير فعال في تطوير هذه المهارات.

¹ . دكتوراه التربية الرياضية - كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم - جامعة حلوان

The effect of stylistic and self-level stylistic performances on the learning of some gymnastics skills among students of the first cycle of basic education in the State of Kuwait, "a comparative study"

Nawaf Nahar Abdullah Muhammad Al-Mutairi

Abstract:

The current research aims to identify the effect of multi-level self-explanatory performances on learning some of the gymnastics skills of students in the first cycle of basic education. The research community in the second grade pupils from the elementary stage of the American School in Kuwait for the academic year 2019/2020, and its strength is (62) pupils. Primary school in the American school in the State of Kuwait for the academic year 2019/2020 AD, which has a strength of (55), at a rate of (88.709%) of the total society. An exploratory sample consisting of (15) students from the research community and from outside the basic research sample to conduct scientific transactions for the tests "under research", and the most important conclusions exceeded the experimental group that used the proposed educational program using (multi-level self-learning method) over the control group that used the method (Demo Live and model performance) in learning some basic movements in gymnastics "under discussion" among students of the first cycle of basic education in the State of Kuwait. The researcher also reached the importance of the importance of using the multi-level self-application method when teaching motor skills because of its effective impact in developing these skills.

المقدمة :

تسعى المؤسسات التعليمية إلى تحقيق الأهداف الموضوعية للعملية التعليمية بدرجة عالية من الكفاءة والجودة والإتقان والاهتمام بالفرد المتعلم وحاجاته وميوله، والسبيل إلى ذلك هو التطوير فى أساليب التدريس المستخدمة بهدف الوصول بالمتعلم إلى القدرة العالية، وتحقيق الأهداف المنشودة.

ونظرا لما تمثله عملية التدريس من أهمية فى المنظومة التعليمية، فقد ظهر العديد من أساليب التدريس الحديثة والمبتكرة والمتنوعة وقد أدرك أغلب المعلمين بمختلف المراحل التعليمية أنه من الصعب استخدام أسلوب واحد نظراً لوجود الكثير من المتغيرات المؤثرة والمؤدية لذلك ومنها طبيعة الموقف التعليمي ونوعية النشاط الممارس والمرحلة التعليمية والإمكانات المتاحة وتكنولوجيا التعليم الحديثة.

وتعد مرحلة الطفولة من أهم المراحل فى حياة الإنسان ، ففي هذه المرحلة تنمو قدرات الطفل وتتضح مواهبه ويكون قابلاً للتأثير والتوجيه. كما إنها أهم مراحل نموه وتكوينه الجسمى والعقلى والنفسى والإجتماعى والحركى ، حيث يتم فيها تشكيل شخصيته الإنسانية ووضع اللبنة الأولى لبناءه وتحديد اتجاهاته وميوله أو غرس قيم وعادات وتقاليد المجتمع لديه ، ولا تعود نتائج الاهتمام بالتلاميذ فى هذه المرحلة على هؤلاء فحسب بل تعود على المجتمع ككل .(5 : 59)

ولكي يحسن المعلم من العملية التعليمية ويزيد من فاعليتها دعى التفكير إلى الاستعانة بالأساليب الحديثة للقيام بالمهام التربوية الممكنة فلا يعنى بالضرورة تطوير التعليم والتقدم بالعملية التعليمية فى مجال التربية الرياضية بإضافة مواد أو برامج تعليمية جديدة إلى المناهج وإضافة أجهزة وآلات وأدوات إلى الأنظمة التعليمية فقط ولكن يتم ذلك عن طريق التوظيف الأمثل لاساليب التعليم التى تخدم العملية التعليمية وتساعد على تحقيق الأهداف المرجوة من التعلم (19 : 19) .

حيث حدد علماء التدريس (Harrison et all (1996) و Mosston & Ashworth (2002) الأسس التى يعتمد عليها اختيار الأسلوب التدريسي فى التربية الرياضية وهى قدرات الطلبة وعمر الطالب والمحتوى المراد تدريسه للطلاب و قدرات المدرس الذاتية والبيئية التدريسية (أدوات وتسهيلات)، الظروف الجوية، الوقت. (30 : 115) (31 : 28)

وفكرة اسلوب التدريس متعدد المستويات فى مجال الجمباز قائمة على منح الفرص للمتعلمين لتطبيق مهارة الإرسال بالكرة الطائرة حسب مستوى وقدرات اللاعبين وهذا يتيح فرص التفكير والابتكار لدى المتعلمين حسب المستويات المقدره على الملعب.

واسلوب متعدد المستويات يعتمد على النمط الجدي في التعليم حيث يضع مستويات تعليمية متعددة بين التلاميذ ويستخدم تدريباً واحداً ولكن تختلف فيه درجة الصعوبة و يختار التلميذ المستوى المناسب لقدراته وفي ضوء إبداعه وتفكيره ، ويتميز هذا الأسلوب بالاهتمام بالفروق الفردية بين التلاميذ، ويتيح الفرصة لجميع التلاميذ لممارسة التدريب ، ومن مميزات هذا الاسلوب يمنح جميع التلاميذ فرصة النجاح في أداء المهمات، ويوفر الفرص لجميع التلاميذ للقيام بأداء الواجب المكلفين بها ، ويشجع التلاميذ على تقويم أنفسهم أثناء العمل ، ويشجع التلاميذ على الاعتماد على النفس ، ويعزز احترام الذات والاستمتاع بالنشاط الرياضي.(31 : 121)

وفي هذا الأسلوب يتخذ المعلم جميع القرارات الخاصة بعملية التخطيط للتعليم والتقويم، فيما تنتقل إلى المتعلم القرارات الخاصة بالتنفيذ والأداء للمهارات الحركية الأساسية في الجمباز، وكذلك اختيار المستوى الذي يتناسب وامكاناته، وكذلك قرارات التقييم تكون بيد المتعلم .(28 : 112)

مشكلة البحث :

يعد اختيار اسلوب التدريس من المهمات الصعبة التي تقع على عاتق المدرسين ويؤثر في اختيار طريقة التدريس عدة جوانب وهي العمر وطبيعة المادة والفروق الفردية ونوع المهارة والقدرات العقلية للطالب، كما لاحظ الباحث أن هناك أسلوب واحداً للتدريس متبع هو أسلوب التدريس بالعرض التوضيحي والذي يعتمد على مصدر واحد للمعرفة وهو الشرح من جانب المعلم يتبعه عرض للنموذج دون أدنى مشاركة فعلية للمتعلمين في الموقف التعليمي.

ومن هذا الاتجاه جاءت فكرة الباحث بإمكانية التدريس باستخدام اسلوب التعلم الذاتي متعدد المستويات في تعلم بعض المهارات الاساسية لما يتميز به هذه الاسلوب بمراعاة الفروق الفردية، ويساعد المتعلمين على التفكير العلمي المنطقي المنظم، ويجعل المتعلم ينشط ويكتشف ويحصل ويمارس، كما تعمل على تشويق المتعلمين لتعلم المزيد من المهارات الحركية، وكذلك تعمل على توفير مواقف تعليمية متنوعة، وأيضاً يجعل المتعلم يتعلم من خلال اعتماده على نفسه وكذلك جهده الذاتي ويجعل المعلم مطور باحث ويتعدى ذلك إلى دور المستقصي، وكذلك تقديم المعلومات بصورة أفضل، ويفيد في تصحيح الأخطاء كما تراعى هذه الأساليب مستوى ونضج وخبرة المتعلمين، ويساعد على التعاون بين المتعلمين.

لذلك فقد سعا الباحث الى اجراء البحث الحالي الذي يستهدف تنمية وتطوير المهارت الحركية الاساسية لتلاميذ الصف الثالث من المرحلة الابتدائية باستخدام اسلوبي العروض التوضيحية والذاتي متعدد المستويات لدى أطفال المرحلة الابتدائية التي تتميز بالمرونة ويكون الطفل فيها اكثر

استجابة لتعديل السلوك والتشكيل أكثر من أي مرحلة عمرية أخرى فيكون أكثر استجابة للمواقف والخبرات والبرامج التي تقدم له فطفل المرحلة الابتدائية في حاجة دائماً إلى ما يجذب انتباهه فإن استخدام وسائل وأساليب متنوعة لجذب انتباه المتعلم أثناء التعلم تجعله أكثر فاعلية أثناء التدريس ومن خلال ماسبق فقد تحدد لدى الباحث مشكلة البحث في محاولة الاستفادة من مميزات التعلم بأسلوب العروض التوضيحية والذاتي متعدد المستويات " دراسة مقارنة " كأسلوب تربوي يحبه الصغار والكبارو يفضلونه ويرغبون فيه فالقصة الحركية يمكن أن تكون عاملاً تربوياً مهماً في نشر الاتجاهات وتعديل القيم حيث يمكن تقديم التعزيز الإيجابي لكل ما هو مرغوب فيه والتعزيز السلبي لكل ما هو ضار غير مفيد بطريقة غير مباشرة بالإضافة إلى تنمية القدرات الحركية، وذلك في إطار التصوير الفني الإبداعي وتشجيع الطفل على التركيز والانتباه وهما أمران ضروريان في حياة الطفل التعليمية وبقدر ما تكون متمشية مع نمو الطفل وقدراته واستعداداته بقدر ما تحقق له أهدافاً عدة .

وتكمن أهمية البحث الحالي في محاولة التعرف على أفضل الأساليب المستخدمة (الذاتي متعدد المستويات - العرض التوضيحي) تأثيراً في تعلم بعض المهارات الأساسية لدي طلاب المرحلة الأولى من التعليم الأساسي- حتى يمكن الاستفادة من أفضل هذه الأساليب في عمليات التعلم الحركي للمهارات المختلفة.

اهمية البحث :

1. استخدام هذه الأساليب يوضح حرية الاختيار لتعليم كل مهارة بالأسلوب الأفضل والمناسب لها وللكيفية قيد البحث .
2. استخدام بعض الأساليب التربوية في تعلم المهارات الأساسية التي تعتمد على إشراك التلاميذ بصورة فعالة في العملية التعليمية.
3. توفير الوقت والجهد في تعليم بعض المهارات الأساسية.

هدف البحث :

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على تأثير اسلوبي الأوامر "العروض التوضيحية" والذاتي متعدد المستويات على تعلم بعض مهارات الجمباز لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي " دراسة مقارنة".

فروض الدراسة:

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة " أسلوب الأوامر "العروض التوضيحية" على تعلم بعض مهارات الجباز " عينة البحث" لصالح القياس البعدي .

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبيّة " أسلوب التعلم الذاتي متعدد المستويات" على تعلم بعض مهارات الجباز " عينة البحث" لصالح القياس البعدي .

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات البعديّة للمجموعة الضابطة والتجريبية على تعلم بعض مهارات الجباز " عينة البحث" لصالح المجموعة التجريبية.

بعض المصطلحات الواردة بالبحث:

التعلم الحركي : عرف بأنه عملية تحسين التوافق الحركي ويهدف إلى اكتساب المهارات الحركية والقدرات البدنية والسلوك المناسب للمواقف المختلفة (20): (171).

أسلوب التدريس : عرف بأنه مجموعة من الإجراءات التنفيذية التي يتبعها المعلم في تنفيذ المادة التعليمية (29 : 144).

أسلوب الأوامر (العرض التوضيحي) : عرف بأنه ذلك الأسلوب الذي يتخذ فيه المعلم الحد الأقصى من قرارات (التخطيط- التنفيذ- التقويم) ودور المتعلم هنا قاصراً على إتباع الأمر في شكل أداء حركي، وهذا الأسلوب يعلم المتعلمين الدقة في الاستجابة المباشرة، وإتباع النموذج وأن يؤدي ويطيع (31 : 6) (7 : 379).

التطبيق الذاتي متعدد المستويات : يعرف بأنه "أسلوب يعتمد على مراعاة مستويات التلاميذ أثناء التعليم من خلال تقديم المهارة في شكل خطوات تعليمية متدرجة في الصعوبة لينتقى منها التلميذ ما يتناسب مع قدراته كخطوة أولى يخطو منها إلى الواجب التالي حتى يصل إلى تحقيق متطلبات الواجب الأخير". (13 : 65)

الدراسات السابقة:

دراسة احمد يوسف عاشور (2002م) (3) بعنوان مقارنة أسلوبى التطبيق الموجه والتطبيق الذاتى متعدد المستويات على بعض المهارات الأساسية والصفات البدنية الخاصة للمبتدئين فى كرة السلة وهدفت الدراسة إلى مقارنة أسلوبى التطبيق الموجه والتطبيق الذاتى متعدد المستويات على بعض المهارات الأساسية والصفات البدنية الخاصة للمبتدئين فى كرة السلة واستخدم الباحث المنهج التجريبي وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية وبلغت قوام العينة 60 طالب من طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية ببورسعيد تم تقسيمهم إلى 3 مجموعات متساوية، مجموعتان تجريبيتان والثالثة ضابطة وكان من أهم النتائج تفوق أسلوب التطبيق الذاتى متعدد المستويات على كل من (التطبيق الموجه-المجموعة الضابطة) فى تعلم مهارتي(التمرير،التصويب) وتنمية الصفات البدنية الخاصة بكرة السلة)، تفوق أسلوبى التطبيق الموجه على كلا من(التطبيق الذاتى متعدد المستويات-المجموعة الضابطة) فى تعلم مهارة (المحاورة) وفى تنمية صفة (الرشاقة).

دراسة نجلاء عبد المنعم محمد (2003م) (27) بعنوان أثر استخدام أسلوبى التطبيق بتوجيه الأقران والتطبيق الذاتى متعدد المستويات على بعض المتغيرات الحركية والمعرفية للكرة الطائرة بدرس التربية الرياضية لطالبات المرحلة الثانوية، وتهدف الي التعرف على مدى تأثير استخدام أسلوبى التطبيق بتوجيه الأقران والتطبيق الذاتى متعدد المستويات على تنمية بعض المتغيرات الحركية والمعرفية للكرة الطائرة بدرس التربية الرياضية لطالبات المرحلة الثانوية، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي علي عينة البحث وقوامها (60) طالبة بالمرحلة الثانوية وكانت اهم النتائج أن أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران له تأثير إيجابي على تنمية الصفات البدنية والمهارية والمعرفية لكرة الطائرة، كما أن تأثيره أفضل من المجموعة الضابطة في جميع المتغيرات قيد البحث.

دراسة محمد عبد القادر الشرقاوي (2005م) (23) عنوانها "تأثير دمج بعض أساليب التدريس (التعلم التبادلي - توجيه المعلم - الأمر) على تعلم بعض المهارات الهجومية في كرة اليد" واستخدم المنهج التجريبي على عينة وقوامها(60) تلميذاً بالمرحلة الإعدادية تم تقسيمهم إلى أربع مجموعات ثلاث مجموعات تجريبية وأخرى ضابطة قوام كل منهم (15) تلميذاً، ومن أدوات البحث: إختبارات بدنية - إختبارات مهارية - البرنامج التعليمي المقترح ومن أهم النتائج: تفوق مجموعة الدمج بين أسلوبى التبادلي وتوجيه المعلم على مجموعات البحث الثلاث (التبادلي - توجيه المعلم -الأمر) فى مستوى أداء المهارات الهجومية فى كرة اليد (تنطيط الكرة - التمرير الكراجي بالإرتكاز - التصويب الكراجي بالإرتكاز).

دراسة سليلنج ومارى **Schilling & Mary2000** (32) استهدفت التعرف على تأثير كل من أسلوب توجيه الأقران وأسلوب متعدد المستويات والأسلوب التبادلي على مهارة التصويب الكراجي فى كرة اليد، واستخدم الباحثان المنهج التجريبي، وبلغ عدد أفراد العينة 120 طالب جامعي، وكانت أهم النتائج أن كل الأساليب التعليمية أدت إلى تحسين فى مهارة التصويب الكراجي، كان أسلوب متعدد المستويات أفضل الأساليب تلاه أسلوب توجيه الأقران ثم الأسلوب التبادلي.

إجراءات البحث:

منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي نظرا لملاءمة لطبيعة البحث الحالي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة بإتباع القياس القبلي - البعدي .

مجتمع البحث :

تمثل مجتمع البحث في تلاميذ الصف الثالث من المرحلة التعليم الابتدائي بالمدرسة الأمريكية بدولة الكويت، والبالغ قوامها (62) تلميذ للعام الدراسي 2020/2019م.

عينة البحث:

اختار الباحث عينة البحث بالطريقة العمدية من تلاميذ الصف الثالث من المرحلة الابتدائية بالمدرسة الأمريكية بدولة الكويت للعام الدراسي 2020/2019م والبالغ قوامها (55)، بنسبة (88.709%) من المجتمع الكلي، وتم تقسيم العينة إلي مجموعتين متساويتين، المجموعة التجريبية- الضابطة ، حيث بلغ عدد كل مجموعة (20) ، كما قام الباحث باختيار عينة استطلاعية قوامها (15) تلميذ من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الاساسية لاجراء المعاملات العلمية للاختبارات "قيد البحث".

كما قام الباحث باستبعاد الطلبة الباقون للإعادة ، والبالغ عددهم (2) تلميذ، كما تم استبعاد الطلبة المصابون ، والبالغ عددهم (2) تلميذ، كذلك استبعاد التلاميذ غير المنتظمين بالبرنامج التعليمي، والبالغ عددهم (3) تلميذ.

وبالتالي بلغ المجتمع الكلي للبحث (55) تلميذ ، ليقوم الباحث بإتمام إجراءات البحث علي عينة من هذا المجتمع.

جدول (2)

دلالة الفروق بين مجموعتي البحث (الضابطة - التجريبية) في القياسات القبليّة للمتغيرات قيد البحث

ن = (40)

قيم (T)	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	المتغيرات	
	ع	م	ع	م			
0.492	0.104	9.220	0.364	9.160	سنة	السن	التميز
0.624	.20125	137.3550	.20384	137.3950	كجم	الطول	
0.898	.31355	35.2400	.24581	35.1600	سم	الوزن	
0.724	.16944	5.3350	.13416	5.3700	المتر	اختبار رمي كرة طيية زنة 1 كجم بالسيدين.	المتغيرات البدنية
1.682	.14290	61.4400	.15761	61.5200	سم	اختبار الوثب الطويل من الثببات.	
0.565	.11192	7.4900	.11192	7.5100	ثانية	اختبار عار (30م).	
1.199	.10894	3.0150	.10195	2.9750	سم	اختبار ثني الجذع أماما أسفل من الوقوف.	
1.494	.16819	3.2750	.14868	3.2000	الثانية	اختبار الوقوف على قدم واحدة لمدته (1) دقيقة.	
1.330	.13563	21.1450	.17137	21.2100	الثانية	الجري المكوكي مختلف الأبعاد.	
1.876	.06882	3.4500	.09733	3.5000	درجة	مهارة الدرجة الأمامية المكورة.	
0.508	.15761	2.7200	.15381	2.7450	درجة	مهارة الدرجة الخلفية المكورة.	
0.860	.11286	3.2300	.10761	3.2000	درجة	مهارة الدرجة الأمامية الطائرة.	

قيمة ت الجدولية عند مستوي دلالة $0.05 = 2.042$

يتضح من جدول (2) أنقيمة ت جاءت غير دالة إحصائياً بين مجموعتي البحث الضابطة - التجريبية علي جميع قياسات السن - الطول - الوزن - والمتغيرات البدنية والمهارية في القياسات القبليّة مما يدل على تكافؤ المجموعتين في هذه القياسات.
وسائل وأدوات جمع البيانات :

قام الباحث بالاطلاع على المراجع والدراسات السابقة المشابهة بغرض الاستفادة منها في كيفية تصميم استمارة استطلاع آراء السادة الخبراء، وكذلك تحديد وإجراء الإختبارات المهارية والمعرفية .

أ / استمارة استطلاع آراء الخبراء :

- 1- استمارة تسجيل البيانات الخاصة بالاختبارات " قيد البحث". "إعداد الباحث" مرفق (3-4-5)
- 2- استمارة استطلاع آراء السادة الخبراء حول الإختبارات البدنية " قيد البحث". مرفق (6)
- 3- استمارة لتحديد الجوانب الأساسية التي يبني عليها البرنامج التعليمي المقترح خلال فترة الإعداد . مرفق (8)

الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث :

1. الأجهزة المستخدمة في البحث :

- جهاز الرستاميتير لقياس الطول مقدرا - شريط قياس مرن (بالسنتمتر).
- بالميزان طبي لقياس الوزن (بالكيلو جرام).
- ساعة إيقاف لحساب الزمن .
- كرات طبية - جهاز الديناموميتر .

وقد تم التأكد من صلاحية هذه الأجهزة من خلال الدراسة الاستطلاعية كما تم معايرة بعضها بأخذ قياسات على أجهزة علمية مماثلة ومقارنة النتائج المحصلة منها لاستبعاد أي جهاز يعطي قراءات غير مطابقة للمعايرة .

2. الاختبارات والمقاييس المستخدمة:

قام الباحث بدراسة مسحية للعديد من المراجع والدراسات والبحوث العلمية السابقة والتي لها علاقة بموضوع البحث للتعرف على المتغيرات البدنية والمهارية بالإضافة إلى التعرف على القياسات والاختبارات المناسبة لقياس تلك المتغيرات وذلك تمهيدا لتصميم استمارة استبيان لعرضها على الخبراء لتحديد أهم المتغيرات المرتبطة بموضوع البحث ، وما يمكن أن يقيسها من اختبارات حيث تم التوصل إلى عدد من المتغيرات البدنية والمهارية المرتبطة بالمهارات الأساسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية ، وقام الباحث بعرض هذه المتغيرات من خلال استمارة استطلاع رأي السادة الخبراء وذلك لتحديد أهم المتغيرات البدنية للمهارات الحركية "قيد البحث". مرفق (7)

كما قام الباحث بتقييم مستوى الاداء المهاري عن طريق لجنة تحكيم مكونة من ثلاثة

محكمين مرفق (2)

الدراسات الاستطلاعية :

قام الباحث في الفترة من يوم الاثنين الموافق 2019/4/15م إلى يوم الاثنين الموافق 2019/4/8م بإجراء الدراسة الاستطلاعية بهدف الآتي :

- حساب المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للاختبارات المستخدمة في الدراسة .
 - تجهيز الأدوات والأجهزة المستخدمة في الاختبارات والتأكد من صلاحيتها لإجراء الاختبارات .
 - تدريب المساعدين على طريقة تنفيذ الاختبارات لضمان (موضوعية ودقة القياس) وصحة البيانات
 - توزيع العمل وترتيبه وتنظيمه وتنسيقه مع المساعدين لضمان حسن سير العمل أثناء الاختبارات .
 - معرفة الزمن الذي يستغرقه كل تلميذ لكل اختبار على حدة لتحديد الزمن الذي يستغرقه في جميع الاختبارات .
 - التأكد من ملائمة البرنامج التعليمي للمرحلة السنية .
 - التعرف على الصعوبات التي من الممكن أن تواجه الباحث عند التطبيق على العينة الأساسية ومدى إمكانية التغلب على تلك الصعوبات .
- وقد تم إجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة قوامها (15) تلميذ تم اختيارهم من خارج عينة البحث ولكن مماثلين لهم حيث تم تنفيذ جميع الاختبارات والقياسات عليهم .
- وقد أسفرت نتائجها على ما يلي :

- صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة وكذا أماكن تنفيذ الاختبارات والقياسات .
 - تفهم المساعدين لطريقة أداء الاختبارات وكيفية كتابة البيانات .
 - صلاحية الاختبارات والقياسات المختارة للتطبيق على عينة البحث من خلال حساب المعاملات العلمية لهذه الاختبارات .
 - مناسبة البرنامج التعليمي المقترح للمرحلة السنية .
 - تحديد الترتيب الزمني لأداء الاختبارات والقياسات المستخدمة .
- قبل بدء التدريس : قام الباحث بتوضيح أهداف البحث إلي مدرس التربية الرياضية الثاني بالمدرسة ، وتدريبه للمساعدة في الإجراءات التالية :
- المساعدة في تطبيق وتسجيل القياسات القبلية والبعيدة للاختبارات .
 - تجهيز الملعب وتنظيم الأدوات وتنظيم التلاميذ .

أ / الاختبارات البدنية (قيد البحث): مرفق (7)

أن النجاح في أداء أي مهارة حركية يحتاج إلى تنمية صفة بدنية ضرورية تسهم في أدائها بصورة مثالية وأن هناك أكثر من عنصر بدني يسهم في أداء كل مهارة وفقاً لطبيعتها وبناء على الدراسات السابقة كدراسة سحر حر عبد المجيد (2002م) (12) ، بالإضافة إلى استطلاع رأي الخبراء مرفق (1) ، كما يتضح من جدول (3) .

جدول (3)

آراء الخبراء حول ترشيح الاختبارات البدنية الخاصة بالمهارات الأساسية "قيد البحث"

ن = (5)

النسبة المئوية	آراء الخبراء		الاختبارات	القدرات البدنية
	موافق	غير موافق		
80%	1	7	اختبار رمي كرة طبية زنة 1 كجم باليدين.	القـدرة
90%	1	8	اختبار الوثب الطويل من الثبات.	
20%	7	2	اختبار الوثب العمودي من الثبات.	
90%	1	8	اختبار العدو (30م).	السـرعة الانتقالية
20%	7	2	اختبار العدو لمدة (5) ثواني من البدء العالي.	
50%	4	5	اختبار ثني الجذع أماماً أسفل من وضع الجلوس طويلاً.	المـرونة
90%	1	8	اختبار ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف.	
30%	6	3	اختبار الوقوف بالقدم (بالطريقة الطولية) على عارضة.	التـوازن
90%	1	8	اختبار الوقوف على قدم واحدة لمدة (1) دقيقة.	
20%	7	2	اختبار الجري الزجاجي بين الحواجز.	الرشاقـة
90%	1	8	اختبار الجري المكوكي مختلف الأبعاد.	
30%	6	3	اختبار الأشكال الهندسية.	التـوافق
20%	7	2	اختبار الدوائر المرقمة.	
50%	4	5	اختبار الجري والمشي بالتبادل لمسافة (150م)	الجلد الدوري التنفسي
40%	5	4	اختبار الجلوس من الرقود 20 ثانية.	القوة العضلية
30%	6	3	اختبار الشد لأعلى على العقلة.	

يتضح من جدول (3) إن النسبة المئوية لآراء الخبراء لتحديد أهم العناصر البدنية الخاصة بالمهارات الحركية الأساسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية ما بين (80 : 100%) وعليه فقد أرتضى الباحث بالاختبارات التي حصلت على 80% فأكثر.

المعاملات العلمية للاختبارات البدنية:

أولاً : صدق الاختبارات : -

استخدم الباحث نوعان لحساب الصدق كالتالي:-

أ/ صدق المحكمين (المحتوى) :

تحقق الباحث من صدق الاختبارات المستخدمة عن طريق :

عرض استمارة استطلاع رأي تحتوي على جميع الاختبارات السابقة قبل استخدامها بهذا البحث على الخبراء لتحديد مدى صدقها في قياس ما وضعت من أجله مرفق (6) وقد اتفقوا أنها مناسبة بنسبة (80%) للاختبارات البدنية "قيد البحث"

ب/ صدق التمايز:

تحقق الباحث من صدق اختبارات البدنية "قيد البحث" باستخدام الصدق التجريبي (التمايز)، وذلك عن طريق تطبيق الاختبارات "قيد البحث" على مجموعتين متساويتين في العدد قوام كل منهم (15) تلميذ، أحدهما تمثل عينة البحث الاستطلاعية (مجموعة غير مميزة)، والمجموعة الأخرى ذات مستوى مرتفع في تلك المتغيرات (المجموعة المميزة)، وتم حساب دلالة الفروق بين المجموعتين، وذلك عن طريق اختبار "مان - وتني"، كما يتضح من جدول (4).

جدول (4)

دلالة الفروق بين المجموعتين (المميزة - غير المميزة) في اختبارات البدنية " قيد البحث" بطريقة " مان - وتني" $n=2=15$

احتمالية الخطأ (P)	Z	U	مجموع الرتب	متوسط الرتب	المجموعات المميزة	وحدة القياس	المتغيرات	
							المتغيرات البدنية	المتغيرات
0.00	4.687	0.00	345.00	23.00	المميزة	المتر	اختبار رمي كرة طبية زنة 1 كجم باليدين.	القدرة
			120.00	8.00	غير المميزة			
0.00	4.764	0.00	345.00	23.00	المميزة	سم	اختبار الوثب الطويل من الثبات.	السرعة
			120.0	8.00	غير المميزة			
0.00	4.733	0.00	120.00	8.00	المميزة	ثانية	اختبار عـدو (30م).	المرونة
			345.00	23.00	غير المميزة			
0.00	4.735	0.00	345.00	23.00	المميزة	سم	اختبار ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف.	التوازن
			120.00	8.00	غير المميزة			
0.00	4.802	0.00	345.00	23.00	المميزة	الثانية	اختبار الوقوف على قدم واحدة لمدة (1) دقيقة.	الرشاقة
			120.00	8.00	غير المميزة			
0.00	4.784	0.00	120.00	8.00	المميزة	الثانية	الجري المكوكي مختلف الأبعاد.	
			345.00	23.00	غير المميزة			
			345.00	23.00	غير المميزة			

يتضح من جدول (4) دالة احصائياً عند مستوى معنوية (0.05) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة على اختبارات القدرات الحركية / مما يشير إلي ان الاختبارات على على درجة مقبولة من الصدق.
ثانياً: معامل الثبات:-

تم حساب معامل الثبات بطريقة تطبيق الاختبارات وإعادة تطبيقه **Retest, Test**، على عينة البحث الاستطلاعية المسحوبة من داخل مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية، والبالغ عددها (15) تلميذ، وذلك يوم الاثنين الموافق 2019/4/1م، واعدت تطبيق الاختبارات بفواصل زمني (7) أيام وعلى نفس العينة يوم الاثنين الموافق 2019/4/8م ، وتم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين كدلالة لمعامل الثبات والاستقرار باستخدام قانون الارتباط البسيط (بيرسون)، كما يتضح من جدول (5) .

جدول (5)

قيم معاملات الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق في اختبارات البدنية " قيد البحث"

ن = (15)

قيمة "ر"	التطبيق الثاني		التطبيق الاول		وحدة القياس	المتغيرات	المتغيرات البدنية
	ع	م	ع	م			
0.989	.16676	6.6733	.17182	6.6667	المتر	اختباررمي كرة طبية زنة 1 كجم بالسيدين.	القدرة
0.983	1.35576	66.1333	1.38701	66.0667	سم	اختبار الوثب الطويل من الثبات.	القدرة
0.996	.40965	6.1067	.40391	6.1200	الثانية	اختبار عـدو (30م).	السرعة
0.962	.28082	4.4200	.26186	4.4000	سم	اختبار ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف.	المرونة
0.901	.59362	5.2667	.56061	5.2000	الثانية	اختبار الوقوف على قدم واحدة لمدة (1) دقيقة.	التوازن
0.933	.47056	18.6000	.48795	18.6667	الثانية	الجري المكوكي مختلف الأبعاد.	الرشاقة

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) = 0.544

يتضح من جدول (5) أن قيمة "ر" المحسوبة أكبر من قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) بين التطبيقين الأول والثاني على جميع المتغيرات البدنية ، مما يدل على وجود علاقة

ارتباط دالة إحصائياً بين التطبيق (الأول - الثاني) على اختبارات القدرات الحركية، مما يشير إلى ثبات تلك الاختبارات عند إعادة تطبيقها على عينة البحث.

ب/ الاختبارات المهارية (قيد البحث):

قام الباحث بتقييم مستوى الاداء المهاري عن طريق لجنة تحكيم مكونة من ثلاثة محكمين مرفق (2) ، كما تم تقييم مستوى الأداء المهاري لأفراد مجموعتي البحث (الضابطة - التجريبية) بدرجة من (10) درجات في كلا من القياس القبلي والقياس البعدي وفقاً لآراء الخبراء ثم قام الباحث بتسجيل النتائج في استمارة تقييم مستوى الأداء المهاري مرفق (5) وبالتالي قام بإيجاد المتوسط لدرجات المحكمين لكل تلميذ.

البرنامج التعليمي المقترح: مرفق (8)

قام الباحث بالتخطيط والإعداد للبرنامج التعليمي باستخدام أسلوب العروض التوضيحية والذاتي متعدد المستويات على تعلم بعض المهارات

الحركية الأساسية في الجمباز لدى تلاميذ الصف الثالث بالمرحلة الأولى من التعليم الأساسي بالمدرسة الأمريكية بدولة الكويت ، وقد اشتمل ذلك على الخطوات التالية:

أولاً : تحديد الأهداف التعليمية للبرنامج:

وقد قام الباحث بتحديد الأهداف العامة طبقاً لجانبي التعلم المعرفي والمهاري، وذلك عن

طريق:

- دراسة الأهداف العامة للمهارات الأساسية في الجمباز .

- والدراسة التحليلية لمحتوى الوحدات التعليمية، وبناء عليه تم تحديد :

أ/ الهدف العام المعرفي هو:

إكساب التلاميذ المعلومات والمعارف الخاصة بالمهارات الأساسية في الجمباز.

ب/ الهدف العام المهاري هو:

- أن يؤدي التلاميذ المهارات المقررة عليهم بشكل جيد.

- ترجمة الأهداف العامة للبرنامج التعليمي وصياغتها في صورة سلوكية إجرائية تبعاً

لأسلوب التدريس العروض التوضيحية والذاتي متعدد المستويات

- ترجمة الأهداف العامة للبرنامج التعليمي باستخدام أسلوب التدريس العروض

التوضيحية والذاتي متعدد المستويات في صورة سلوكية معرفياً ومهارياً.

ج/ الأهداف المعرفية لمهارات الحركية الأساسية .

1- أن يفهم التلاميذ بمعاونة المعلم القوانين الخاصة بكل مهارة من مهارات الجمباز " قيد البحث".

2- أن يوضح للتلاميذ بمساعدة زملائهم كيف يؤدي المهارات الأساسية في الجمباز " قيد البحث"

3- أن يكتشف التلاميذ بمساعدة زملائهم الاخطاء الشائعة في تعلم المهارات الأساسية في الجمباز "قيد البحث"

د / الأهداف المهارية:

1- أن يؤدي التلاميذ مهارة الدرجة الأمامية المكورة بالشكل الصحيح.

2- أن يؤدي التلاميذ مهارة الدرجة الخلفية المكورة بالشكل الصحيح.

3- أن يؤدي التلاميذ مهارة الدرجة الأمامية الطائرة بالشكل الصحيح.

ثانياً : أسس بناء البرنامج:

حرص الباحث على مراعاة مجموعة من الأسس العلمية عند تصميم البرنامج التعليمي وهي كما يأتي:

- أن يراعي خصائص التلاميذ واحتياجاتهم المعرفية والمهارية في أسلوب العروض التوضيحية والذاتي متعدد المستويات

- أن يناسب محتوى البرنامج التعليمي الأهداف الموضوعية.

- أن يناسب محتوى البرنامج التعليمي مستويات التلاميذ.

- أن يتسم البرنامج بالبساطة والسهولة والبعد عن التعقيد.

أن يساعد البرنامج التلاميذ على تحقيق مبدأ التفاعل بين التلاميذ وبعضهم البعض

وبين التلاميذ والمعلم من جهة اخرى.

- أن يراعي توفير الادوات والإمكانات المناسبة لتنفيذ البرنامج التعليمي.

- مراعاة عوامل الأمن والسلامة حرصاً على سلامة التلاميذ.

- أن يتميز البرنامج بالجاذبية والتشويق لدى التلاميذ بعيداً عن الملل والنفور منه.

- أن يعمل البرنامج على تقوية العمل التنافسي بين جميع التلاميذ في عملية التعليم.

- أن يعمل البرنامج على الوصول بالمتعلم إلى درجة التنافس في الأداء المهاري.

- أن يتحدي محتوى البرنامج قدرات التلاميذ المختلفة في الوصول الي التنافس في

التعليم.

- أن يتيح البرنامج فرص الاشتراك والممارسة لكل التلاميذ في وقت واحد.
- أن يراعي البرنامج السعادة والمرح من خلال التعاون بين التلاميذ وإتقان كل منهم لجانبى التعليم (المعرفي والمهاري) لمهارات الحركية الاساسية
- مراعاة مبدأ التدرج فى محتوى البرنامج من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب.
- مراعاة مبدأ الفروق الفردية بين التلاميذ.

ثالثاً: محتويات البرنامج:

ويتمثل محتوى البرنامج فيما يلي:

- معلومات ومعارف عن المهارات الاساسية في الجمباز قيد البحث.
- تعليم مهارات الاساسية في الجمباز "قيد البحث".

اللوحات التعليمية:

وهى تستخدم للتعليم الجمعي والتعليم الفردي، وهى عبارة عن نوعين ، هما لوحات خطية معرفية ورسومات توضيحية كبيرة وملونة، وتمتاز بالدقة العملية والتناسق.

اللوحات التعليمية (الخطية):

استعان الباحث في خطة الإعداد باللوحات التعليمية الخطية، لاستخدامها كوسيط تعليمي لتوضيح بعض الجوانب المعرفية لمهارات الاساسية في الجمباز قيد البحث

الرسوم التوضيحية:

ولقد استعان الباحث بأحد المتخصصين فى إعداد اللوحات التعليمية، ولقد تم إعداد لوحات تعليمية لكل مهارة (من المهارات الاساسية من ثلاث جوانب: (الأمامية - الجانبية - الخلفية) مع كتابة عنوان وتوضيح أسفل كل لوحة.

وتم رسم المهارات التعليمية لمهارات الحركية الاساسية على لوحات ورقية.

الإمكانات اللازمة لتنفيذ البرنامج:

- حواجز .
- أحبال بلاستيكية .
- رسوم توضيحية .
- بطاقة ملاحظة .
- اقماع .
- لوحة تعليمية .
- صور فوتوغرافية .

رابعاً: الجزء التعليمي :-

أولاً: المجموعة الضابطة (اسلوب الاوامر) :

- قام الباحث بتنفيذ نفس محتوى الدروس التعليمية لكل من المهارات "قيد البحث" حيث كان الاعتماد والعبء الاكبر يقع علي الباحث في شرح المهارات المتعلمة وعمل النماذج الحركية للمهارات قيد البحث ، وتصحيح الاخطاء للتلاميذ ومتابعة وتوجيه وتعزيز الاداء الصحيح ، وكان دور التلميذ هو الاداء ، وفقاً لما يشير اليه الباحث .
- وقد تم تطبيق الدروس بهذا الاسلوب ومراعاة ضبط جميع المتغيرات ما عدا (اسلوب التدريس) اي (المتغير التجريبي) مثل : زمن الاداء لكل تلميذ ، كما تم مراعاة توافر نفس شروط التطبيق عند تعليم المهارات " قيد البحث" .
- ولقد قام الباحث بتوجيه التشجيع ووضع الدرجات لكل تلميذ بذاته وليس ثنائي العمل ، وتم تقويم اداء التلاميذ كل تلميذ علي حده في الجزء التقويمي من الدرس ويؤكد ذلك علي الفردية والتنافس بين التلاميذ والعمل الفردي.

ثانياً: المجموعة التجريبية اسلوب التطبيق الذاتي+:

- قام الباحث (المعلم) بتحديد القرارات التي تتم قبل الاتصال وجه لوجه مع المتعلم كما ان التحويل يتم في بعض القرارات من المعلم الي المتعلم والتي تتم في مرحلة التنفيذ ، بينما قرارات التخطيط والتقويم في يد المعلم والمراد تنفيذها.
- يقوم المعلم باتخاذ قرار مدروس .
- يضع المعلم ثقته في المتعلمين خلال الممارسة ليتخذوا بعض القرارات .
- كما يمكن للمتعلمين ان يمارسوا الاستقلالية في اول عملية اعطاء تغذية راجعة الي المتعلمين اثناء التنفيذ .
- يمنح وقت كاف للمتعلم ليؤدي ويمارس عملاً فردياً وخاصاً .
- الوقت خلال الدرس كاف للمعلم بحيث يوجه (تغذية راجعة) لكل متعلم علي حده وبشكل خاص نحو العملية التعليمية بوجه عام .
- في اسلوب التطبيق الذاتي يمكن تطوير التفاعل بين المعلم والمتعلم .
- تنمي المهارات العملية نتيجة للممارسات الذاتية (الفردية) من قبل المتعلم .

خامساً: زمن البرنامج :

استغرق تطبيق البرنامج التعليمي المقترح بأسلوب الذاتي متعدد المستويات (6) أسابيع بواقع (2) وحدة تعليمية في كل أسبوع ، بإجمالي عدد وحدات (12) وحدة تعليمية، بزمان (45) دقيقة للوحدة التعليمية.

سادساً: التوزيع الزمني للوحدة التعليمية:

تم توزيع زمن كل وحدة (45) دقيقة على أجزاءه (5ق الإحماء ، 10ق لياقة بدنية 25ق الجزء الأساسي (التعليمي والتطبيقي) ، 5ق ختام) ، ويتم ذلك علي المجموعتين (التجريبية والضابطة) بنفس الترتيب ونفس التوقيت والمحتوي في كل أجزاء الوحدة لكل من المجموعتين ماعدا النشاط التعليمي والتطبيقي ، يتم باستخدام اسلوب التعلم الذاتي متعدد المستويات للمجموعة التجريبية، اسلوب العروض التوضيحية (الاوامر) للمجموعة الضابطة .

تنفيذ تجربة البحث:

تطبيق تجربة البحث :

اتبع الباحث الخطوات التالية في تطبيق تجربة البحث .

خطوات تنفيذ البحث :

بعد إجراء الدراسات الاستطلاعية و ما أسفرت عنه قام باستكمال أوجه القصور التي لاحظها والتأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في الاختبارات "قيد البحث" للتلاميذ عينة البحث قبل بدء تنفيذ قياسات البحث على المجموعتين التجريبية والضابطة حيث تمت الإجراءات كما يلي :

أ/ القياس القبلي :

قام الباحث بإجراء القياس القبلي في الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة وذلك خلال الفترة من يوم السبت الموافق 2019/4/13م الى يوم الأثنين الموافق 2019/4/15م بهدف تحقيق التكافؤ بين المجموعتين .

ب/ تنفيذ البرنامج التعليمي المقترح :

قام الباحث بتطبيق البرنامج التدريبي المقترح على المجموعة التجريبية وفي نفس الوقت الذي كان يطبق فيه البرنامج التقليدي علي المجموعة الضابطة مع ملاحظة أن زمن البرنامج للمجموعة الضابطة مساويا لزمن البرنامج المجموعة التجريبية وتم تنفيذ تجربة البحث لكلا المجموعتين في خلال الفترة من يوم الثلاثاء الموافق 2019/4/16م الى يوم الثلاثاء الموافق 2019/5/28م ، بواقع وحدتين تعليمية اسبوعياً، بزمن (45 دقيقة) للوحدة التعليمية.

ج/ القياس البعدي :

بعد انتهاء كلا من المجموعتين التجريبية والضابطة من تنفيذ البرنامج التدريبي الخاص بكل منهما قام الباحث بإجراء القياس البعدي في الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث وذلك خلال الفترة يوم الاربعاء الموافق 2019/5/29م الى يوم الخميس الموافق 2019/5/30م ، كما تم القياس البعدي بنفس طريقة القياس القبلي .

المعالجات الإحصائية:

استخدم الباحث المعالجات الإحصائية للبيانات الأساسية داخل هذا البحث باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية :

(Statistical Package for Social Science (SPSS) .

- 1- المتوسط الحسابي Mean
- 2- الوسيط Median.
- 3- الانحراف المعياري. Standard Deviation.
- 4- معامل الالتواء. Skewness.
- 5- معامل الارتباط. Correlation Coefficient.
- 6- اختبار مان ويتني لحساب الصدق
- 7- إختبار "ت" T test .
- 8- معامل التغيير (التحسن) Change Ratio

عرض ومناقشة النتائج:

أولاً: عرض النتائج:

أ / عرض نتائج الفرض الاول :

جدول (6) دلالة الفروق بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في المتغيرات
المهارية "قيد البحث" ن=20

م	الاختبارات	القياسات القبليّة		القياسات البعدية		م.ف	ع.ف	قيمة ت	نسبة التحسن
		ع	م	ع	م				
1.	مهارة الدرجة الأمامية المكورة.	0.09733	3.5000	0.399	4.290	0.790	0.389	9.078	22.6
2.	مهارة الدرجة الخلفية المكورة.	.15381	2.7450	0.483	4.050	1.305	0.566	10.309	47.5
3.	مهارة الدرجة الأمامية الطائرة.	.10761	3.2000	0.718	5.100	1.900	0.768	11.057	59.4

قيمة (ت) الجدولية = 2.093

يتضح من جدول (6)، وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في المتغيرات "قيد البحث" ولصالح القياسات البعدية في المتغيرات المهارية "قيد البحث"، وهذا يعني وجود فروقاً ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الاختبارين القبلي والبعدى في اختبارات المهارات الأساسية لتلاميذ المجموعة الضابطة (اسلوب العروض التوضيحية) وبهذا يتحقق الفرض الأول بالنسبة للمجموعة الضابطة.

ب - عرض نتائج الفرض الثاني :

جدول (7) دلالة الفروق بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في المتغيرات
المهارية "قيد البحث" ن=20

م	الاختبارات	القياسات القبليّة		القياسات البعدية		م.ف	ع.ف	قيمة ت	نسبة التحسن
		ع	م	ع	م				
4.	مهارة الدرجة الأمامية المكورة.	.06882	3.4500	.58714	5.1500	1.700	0.604	12.579	49.3
5.	مهارة الدرجة الخلفية المكورة.	.15761	2.7200	.44426	5.2500	2.530	0.424	26.66	93.0
6.	مهارة الدرجة الأمامية الطائرة.	.11286	3.2300	.68633	5.9500	2.720	0.670	18.152	84.2

قيمة (ت) الجدولية = 2.093

يتضح من جدول (7)، وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية في المتغيرات "قيد البحث"، ولصالح القياس البعدي. في المتغيرات المهاريّة "قيد البحث"، وهذا يعني وجود فروقاً ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الاختبارين القبلي والبعدي في اختبارات المهارات الأساسية وهذا يعني ان هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الاختبارين القبلي والبعدي ولمصلحة الاختبار البعدي في اختبارات المهارات الأساسية على العموم لتلاميذ المجموعة التجريبية ، لصالح القياسات البعديّة.

ج - عرض نتائج الفرض الثالث :

جدول (8)

دلالة الفروق بين القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات المهاريّة "قيد البحث" $n=1$ $n=2$ $20=2$

قيمة T	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	المتغيرات
	ع	م	ع	م		
5.414	.58714	5.1500	.39987	4.2900	درجة	مهارة الدرجة الأمامية المكورة.
8.169	.44426	5.2500	.48395	4.0500	درجة	مهارة الدرجة الخلفية المكورة.
3.827	.68633	5.9500	.71818	5.1000	درجة	مهارة الدرجة الأمامية الطائرة.

قيمة (ت) الجدولية = 2.045

يتضح من جدول (8) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين القياسات البعديّة لمجموعتي البحث الضابطة - التجريبية في المتغيرات "قيد البحث" ، ولصالح المجموعة التجريبية، في المتغيرات المهاريّة "قيد البحث"، وهذا يعني وجود فروقاً ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الاختبارين القبلي والبعدي في اختبارات المهارات الأساسية وهذا يعني ان هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الاختبارين القبلي والبعدي ولمصلحة الاختبار البعدي في اختبارات المهارات الأساسية لتلاميذ المجموعة التجريبية ، لصالح المجموعة التجريبية.

ثانياً : مناقشة النتائج:

أ / مناقشة نتائج الفرض الأول من فروض البحث :

يتضح من جدول (6) ان قيمة ت المحسوبة جاءت دالة احصائياً بين القياسات القبليّة والبعديّة لدي المجموعة الضابطة على القياسات المهاريّة ولصالح القياسات البعديّة

ويعود السبب في تطوير المهارات الاساسية " قيد البحث " تطبيقياً إلى اسلوب العروض التوضيحية الذي يتضمن التدريبات المستخدمة في البرنامج التعليمي حيث أن من طبيعة التعلم الأولي يستطيع المتعلم أن يحقق تحسن ولو كان ملحوظاً تحت أمر مدرس المادة في تطبيق أداء المهارات الاساسية "قيد البحث" حسب التسلسل المرحلي للتعلم، إذ ان أسلوب الأوامر " العروض التوضيحية" يحقق تحسن في مجال تعلم المهارات الاساسية ، وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة (رشيد بن عبدالله محمد، 2007م) (9) أن أسلوب الأوامر " العروض التوضيحية" يحسن في الأداء المهاري الرياضي بالمقارنة بين القياس البعدي والقبلي ولصالح البعدي.

وفي هذا الصدد يذكر احمد ماهر واخرون (2007م)(2) ان اسلوب العروض التوضيحية يحتاج لمجهود كبير من المعلم والذي يقوم بالتحضير للدرس ولجميع اجزائه ويحدد المهارات والانشطة المراد تعليمها وان يطبق التلاميذ ما تعلموه حسب تعليمات واوامر المعلم. وبهذا تتحقق صحة الفرض الأول والذي ينص علي "توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $\alpha 0.05 \geq$ بين القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة، لصالح القياسات البعديّة.

ب/ مناقشة نتائج الفرض الثاني من فروض البحث :

يتضح من جدول (7) ان قيمة ت المحسوية جاءت دالة احصائياً بين القياسات القبليّة والبعديّة لدي المجموعة التجريبية على القياسات البدنية ولصالح القياسات البعديّة، والفضل لذلك يعود الى استخدام الاسلوب التدريسي متعدد المستويات الذي أعطى للتلميذ الفرصة أن يفكر ويبتكر في البحث عدة مستويات حسب قدرات المتعلم ، بأعتبار ان أسلوب متعدد المستويات يأخذ مستويات المتعلمين كافة مراعيًا الفروق الفردية بشكل دقيق فالمتعلم يؤدي المهارة من المستوى الذي يستطيع تنفيذه، فضلا عن الاستعانة بورقة العمل الأمر الذي أدى إلى زيادة فرصة تكرار التمرين لكل مهارة في كل وحدة تعليمية. ، ويؤكد (جمال الربابعة، 2011م)(8) بأن الاسلوب التدريسي الجيد هو الذي يحفز القدرات العقلية لإيجاد الحلول للوصول إلى التعلم المهاري والحيلة المعرفية.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة (الربابعة ، 2011) بأن اسلوب متعدد المستويات له اثر ايجابي في تحسن مهارات الكرة الطائرة ، ومع دراسة (عصام الدين محمد عزمي(1993م) (15) أن اسلوب متعدد المستويات ساهم في تطوير القدرات البدنية لدي تلاميذ الحلقة الثانية بالتعليم الاساسي

، ومع دراسة (محمد حسين شواط، 1998م) (21) بان اسلوب متعدد المستويات ساهم في تحسن بعض المهارات الأساسية لناشئ كرة اليد تحت 15 سنة .

ويعزي الباحث هذه النتائج الي اهمية الاساليب التعليمية وبخاصة انماط الاسلوب التدريسي الذاتي متعدد المستويات والتي تم استخدام في المجموعة التجريبية وكان لذلك الاثر الايجابي في نتائج القياسات البعدية في المجموعة، وتتمثل الاسباب في ذلك ان انماط الاسلوب الذاتي متعدد المستويات اهتم بتكرار التعلم في هذا الاسلوب وقد ساعد علي توضيح الاداء الحركي بصورة وبشكل تربوي افضل كما ان الاسلوب الذاتي ساعد في تثبيت الاداء بشكل عملي ودقيق ، اضافة الي ان المحتوى التعليمي اتاح للتلميذ فرصة كبيرة لاستيعاب المهارة من خلال الاساليب التعليمية المستخدمة قيد البحث يستطيع المعلم تعليم المهارة باحترافية افضل وتفهم لأمر كثيرة هي مفاتيح النجاح للتوصل الي نتائج ايجابية لمراعاة مأخذ اساليب قديمة وتقليدية حيث تم مراعاة الفروق الفردية في التعليم بين التلاميذ.

ويرى الباحث أن التحسن التفوق والفرق المعنوي في مستوي تعليم المهارات قيد البحث يعزو الي التأثير الايجابي في المجموعة التجريبية (اسلوبي التطبيق الذاتي) عن المجموعة الضابطة (اسلوب العروض التوضيحية) ومن خلال استخدام هذه الاساليب التطبيق الذاتي متعدد المستويات امكن التغلب علي عيوب أسلوب الأوامر " العروض التوضيحية"، ويضيف الباحث بعد عرض اسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات عند استخدامه ان يمارس العمل تحت ظروف الحصول علي التغذية الراجعة من الزميل (الملاحظ) ، ويمنح التلميذ القدرة علي مناقشة معينة من العمل مع الزميل ، كما يتيح تصور فهم الاجزاء وتعاقبها في اداء العمل ، كما يمكن هذا الاسلوب من تصحيح الاخطاء من الملاحظ وتقديم المساعدة للزميل المؤدي من خلال ورقة المعيار التي صممها المعلم ، كما يوضح التعود للتلاميذ علي انفسهم في عمليتي التنفيذ والتقويم ، كما يوضح ان هذا الاسلوب يتميز بأن له ورقة معيار لكل مهارة ولها خطواتها المقننة التي من خلالها خطة التعليم في هذا الاسلوب .

ومن خلال ما سبق يوضح الباحث ان الاسلوب الذاتي متعدد المستويات قد وفر البيئة التعليمية ومواجهه ظاهرة الفروق الفردية بالتنوع في استخدام انماط من اساليب تعليمية بشكل متوازن ومتكامل وذلك لتوفير بيئة تعليمية جيدة ومواقف تعليمية متنوعة ومناسبة لأكثر عدد من المتعلمين ، كما ان هذا الاسلوب الذاتي اصبح يسمح للمتعلم ان يسير في التعلم وفقا لقدراته

وخصائصه وميوله ورغباته واتجاهاته في ظل التشوق والاثارة والمتعة ، كما طرح هذا الاسلوب اساليب قدمت خبرات للتلاميذ لتضاف لما سبق ليتم من هذا الأسلوب المتباين تحقيق الاهداف المطلوبة .

وبذلك تتحقق صحة الفرض لثاني والذي ينص علي توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $\alpha 0.05 \geq$ بين بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية " اسلوب التعلم الذاتي متعدد المستويات" لصالح القياس البعدي.

ج/ مناقشة نتائج الفرض الثالث من فروض البحث:

يتضح من جدول (8) ان قيمة ت المحسوية جاءت دالة احصائيا بين المجموعتين الضابطة والتجريبية على القياسات المهارية فى القياسات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية. ويعزي الباحث هذا الفرق المعنوي بين المجموعتين قيد البحث ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية (الذاتي متعدد المستويات) عن المجموعة الضابطة (اسلوب الاوامر) في تعليم بعض مهارات الحركية الاساسية .

يمكن تفسير هذا التطور إلى طبيعة البرنامج التدريسي باستخدام اسلوب متعدد المستويات الذي ساعد المتعلم في تحسن مستوى المهارات الاساسية للاطفال " المجموعة التجريبية" حسب القدرات البدنية والتطبيقية فى تطوير تلك المهارات الحركية "قيد البحث"، في ضوء تقسيم الملعب الى مستويات متعددة حيث ان هذا الاسلوب منح كل متعلم الفرصة في تطبيق المهارات الاساسية "قيد البحث" وخصوصاً في الجزء التنفيذي إذ يعطي للتلميذ الحرية في إتخاذ القرار في المستوى الذي يناسبة ومن ثم يتدرج في مستويات التعلم إلى أن يصل إلى مرحلة الأداء الجيد، واسلوب متعدد المستويات يعتمد على النمط الجدي في التعليم حيث يضع مستويات تعليمية متعددة بين المتعلمين ولكن تختلف فيه درجة الصعوبة إذ يختار المتعلم المستوى المناسب لقدراته وفي ضوء إبداعه وتفكيره ، ويشير(علا عبد العال إبراهيم ، 2010) (16) ينبغي أن يتميز الفرد في النواحي العملية التطبيقية بالذكاء والتفكير. وأسلوب متعدد المستويات شجع التلميذ أن يفكر في الجزء التنفيذي ، ويؤكد (أمين أنور الخولي، أسامة كامل، 1982) (6) بأن التفكير يتيح للفرد ان يعبر عن قدراته الفردية واستدعاء الخبرات السابقة لانتاج قدرات حركية ناتجة عن مثير معين لإنتاج حركات غير شائعة ومبتكرة. بما أن الاسلوب يتيح الفرصة للتلميذ أن يفكر في كيفية أداء المهارات الاساسية "قيد البحث" تطبيقاً ايضاً ساهم في تطوير تلك المهارات، واتقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة (جمال

الربابعة، 2011، (8)، علي حسين مبارك، (2011، 17) بأن اسلوب متعدد المستويات ساهم في تطوير بعض المهارات الاساسية " قيد البحث" .

كما يعزي الباحث التفوق والتحسن للمجموعة التجريبية (التطبيق الذاتي متعدد المستويات) في القياس البعدي في تعليم بعض مهارات الحركية الاساسية قيد البحث وان يأتي في المرتبة الثانية لان المعلم يتخذ في هذا الاسلوب القرارات والتي تتم قبل الاتصال بالمتعلم ، وفي هذا الاسلوب يتم تحويل بعد ذلك بعض القرارات من المعلم للمتعلم والتي تتم في مرحلة التنفيذ بينما قرارات التخطيط والتقويم بيد المعلم ، كما ان المعلم يعطي ثقته في المتعلمين ليتخذوا بعض القرارات ، ويمكن في هذا الاسلوب ان يمارس المتعلمين الاستقلالية في اول عملية اعطاء للتغذية الراجعة الي المتعلم اثناء التنفيذ ، ويتم في هذا الاسلوب اعطاء وقت كاف للمتعلم ليؤدي ويمارس عملاً فردياً وخصوصاً ، لكن هذا الاسلوب الوقت غير كاف للمعلم ليووجه (التغذية الراجعة) لكل فرد علي حده وبشكل خاص .

وتتفق نتائج دراسات كل من جمال الربابعة (2011م) (8)، عصام الدين محمد عزمي(1993م) (15)، علا عبد العال إبراهيم (2010م) (16)، مرفت سمير حسن(1999م) (24)، نجلاء عبدالمنعم محمد(2003م) (27) بان هناك تأثير ايجابي في القياسات البعديّة المهارية باستخدام التطبيق الذاتي متعدد المستويات مقارنة بالأساليب التعليمية الأخرى المستخدمة في هذه البحوث مع اختلاف الأنشطة بينهم .اثبتت هذه الدراسة ان اسلوب متعدد المستويات يثير القدرات الفردية للمتعلم ويضعه في عدة مستويات للوصول الى الاداء المهاري الامثل كما ينشط القدرات الابداعية للوصول الى مستويات متقدمة في تعلم المهارات الحركية .

وبهذا تتحقق صحة الفرض الثالث والذي ينص علي " توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $\alpha 0.05 \geq$ بين القياسات البعديّة للمجموعة الضابطة والتجريبية لصالح المجموعة التجريبية.

الاستنتاجات والتوصيات:

اولاً: الاستنتاجات :

1- الاسلوب التعليمي باستخدام (العرض التوضيحي) كان له بعض التأثير على تعلم المتغيرات

" قيد البحث" لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الاساسي بدولة الكويت.

2- تفوق المجموعة التي استخدمت البرنامج التعليمي المقترح باستخدام (أسلوب التعلم الذاتي

متعدد المستويات) في القياسات البعديّة للمتغيرات" قيد البحث" لدى تلاميذ الحلقة الأولى من

التعليم الاساسي بدولة الكويت.

3- تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت البرنامج التعليمي المقترح باستخدام (أسلوب التعلم الذاتي متعدد المستويات) على المجموعة الضابطة التي استخدمت أسلوب (العروض التوضيحية وأداء النموذج) فى تعلم بعض الحركات الأساسية فى الجمباز " قيد البحث" لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الاساسي بدولة الكويت.

ثانيا : التوصيات :

- 1- أهمية استخدام أسلوب التطبيق الذاتى متعدد المستويات عند تدريس المهارات الحركية لما له من تأثير فعال فى تطوير هذه المهارات.
- 2- أهمية تجريب استخدام أسلوب التطبيق الذاتى متعدد المستويات فى أجزاء أخرى من الدرس للوقوف على مدى مناسبته كأسلوب تعليمى فى إنجاح عملية التعلم فى هذه الأجزاء.
- 3- تشجيع معلمي ومعلمات التربية الرياضية على تجريب استخدام أساليب مختلفة لتدريس التربية الرياضية المدرسية والإقلال إلى حد كبير من استخدام أسلوب الأوامر بالدرس.
- 4- الاهتمام بإجراء دراسة مماثلة على باقى الأنشطة الرياضية الأخرى وعلى عينات مختلفة وباستخدام أكثر من أسلوب تدريس.

قائمة المراجع:

أولاً: المراجع باللغة العربية:

1. الاتحاد الدولي لألعاب القوى لألعاب القوى (2006م) القاهرة.
2. احمد ماهر انور حسن ، وآخرون (2007م) القاهرة .
3. احمد يوسف محمد عاشور (2002) مقارنة أسلوبى التطبيق الموجه والتطبيق الذاتى متعدد المستويات على بعض المهارات الأساسية والصفات البدنية الخاصة للمبتدئين فى كرة السلة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة السويس.
4. أسامة كامل الراتب (1999م) النمو الحركي. القاهرة: دار الفكر العربي.
5. إسماعيل عبد الفتاح عبد الكافي (2005م) الابتكار وتنميته لدى الأطفال ، مكتبة الدار العربية للكتاب ، القاهرة .
6. أمين أنور الخولي، أسامة كامل راتب (1982م) التربية الحركية للطفل، دار الفكر العربي، القاهرة.
7. جابر عبد الحميد جابر (1976م) "سيكولوجية التعليم ونظريات التعلم"، ط3، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
8. جمال الربابعة (2011م) "أثر استخدام أسلوبى التدريس (متعدد المستويات وتقييم الأداء الذاتى) على بعض القدرات العقلية والمهارية فى الكرة الطائرة، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، الجامعة الاردنية.
9. رشيد بن عبدالله محمد (2007م) تأثير استخدام اسلوب التطبيق الذاتى متعدد المستويات فى دروس التربية البدنية على الجانب المهارى والانفعالى لدى طلاب الصف السادس الابتدائى ، رسالة ماجستير غير منشوره ، كلية التربية قسم التربية البدنية وعلوم الحركة ، جامعة الملك سعود ، المملكة العربية السعودية .
10. سامي ابراهيم نصر (1984م) خصائص نمو القدرات الحركية الخاصة لمسابقات الميدان والمضمار لمرحلتى الطفولة المتأخرة والمراهقة المبكرة، بحض منشور فى مؤتمر الرياضة للجميع، مجلد رقم (1) ، كلية التربية الرياضية للبنين-جامعة حلوان.
11. سامي ابراهيم نصر (1984م) خصائص نمو القدرات الحركية الخاصة لمسابقات الميدان والمضمار لمرحلتى الطفولة المتأخرة والمراهقة المبكرة، بحض منشور فى مؤتمر

الرياضة للجميع، مجلد رقم (1) ، كلية التربية الرياضية للبنين-جامعة حلوان..

12. سحر حر عبد المجيد
(2002م)
اثر استخدام الاسلوبين المنفرد والمزدوج في درس التربية الرياضية لتطوير بعض المهارات الهجومية بكرة السلة (رسالة ماجستير جامعة ديالى كلية المعلمين .

13. سعيد خليل
الشاهد(1997م)
طرق تدريس التربية الرياضية، مكتبة الطلبة، القاهرة.

14. السيد عبد المقصود عامر
(1986م)
نظريات الحركة ، منشأة المعارف ، الإسكندرية.

15. عصام الدين محمد
عزمي(1993م)
" فاعلية استخدام أسلوب التطبيق الموجه علي تنمية بعض مكونات اللياقة بجزء الإعداد البدني بدرس التربية الرياضية لتلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي بمدينة المنيا " ، رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا .

16. علا عبد العال إبراهيم
(2010م)
فعالية أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات والاكتشاف الموجه على تعلم بعض مهارات الجمباز لتلميذات الحلقة الأولى من التعليم الأساسي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا، .

17. علي حسين مبارك
(2014م)43
فاعلية استخدام أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات على تعلم سباحة الصدر للتلاميذ بدولة الكويت، مجلة بحوث التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق-المجلد 48، العدد 94، أبريل-ج1

18. فتح الباب عبد الحليم سيد ،
إبراهيم ميخائيل حفظ الله
(2003م)
وسائل التعليم والأفلام ، ط5 ، عالم الكتب ، القاهرة.

19. محسن حسيب السيد وياسر
عابدين(2007م)
تأثير دمج بعض أساليب التعلم على مستوى الأداء البدني والمهاري والفسولوجي في ألعاب القوى لتلاميذ المرحلة الثانوية، المؤتمر العلمي الدولي الثاني، المجلد الثاني، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.

20. محمد حسن
علاوي(1997م)
"علم النفس المدرب والتدريب الرياضى"، دار المعارف، القاهرة.

21. محمد حسين شواط،
(1998م)
اثر استخدام أسلوب التعلم الذاتي على تعلم بعض المهارات الأساسية لناشئ كرة اليد تحت 15 سنة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا .

22. محمد صبحي حسنين، (1990م)
القياس والتقويم في التربية الرياضية، ط 3، ج 1، دار الفكر العربي،

قائمة المرفقات

مرفق (1)

اسماء السادة الخبراء

م	الاسم	المسمى الوظيفي
1-	أ.د/ محسن رمضان على	أستاذ أصول التربية الرياضية ورئيس قسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية- كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم- جامعة حلوان
2-	أ.د/ أيمن محمود عبد الرحمن	أستاذ المناهج بقسم مناهج وطرق تدريس التربية الرياضية- كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم- جامعة حلوان
3-	أ.د/ عبدالله عيد الغصاب	أستاذ علوم الحركة بقسم التربية البدنية- كلية التربية الاساية- جامعة الكويت
4-	أ.د/ بادي حسين الدوسري	أستاذ الجمار بقسم التربية البدنية- كلية التربية الاساية- جامعة الكويت
5-	أ.د/ حسين الهدبا الرشيدى	أستاذ الجمار بقسم التربية البدنية- كلية التربية الاساية- جامعة الكويت

مرفق (2)

أسماء السادة المحكمين

م	الاسم	المسمى الوظيفي
1-	أ.م.د/ أفراح عبد النبي حجي	أستاذ مساعد دكتور بقسم التربية البدنية - كلية التربية الأساسية - جامعة الكويت
2-	أ.م.د صقر انم الملا	أستاذ مساعد دكتور بقسم التربية البدنية - كلية التربية الأساسية - جامعة الكويت
3-	أ.م.د/ حسن أحمد عطية	أستاذ مساعد دكتور بقسم التربية البدنية - كلية التربية الأساسية - جامعة الكويت

مرفق (3)

استمارة تسجيل متغيرات النمو (السن - والطول - الوزن)

الاسم	السن	الطول	الوزن	م
				1
				2
				3
				4
				5
				6
				7

م

رفق (4)

استمارات تسجيل المتغيرات (البدنية)

م	الاسم	اختبار رمي كرة طبيعية زنة 1 كجم بالسيدين.	اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبساط المائل مع وضع الركبتين على الأرض	اختبار الوثب الطويل من التثبيات.
		المتر	عدد	سم
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				

مرفق (4)

تابع استمارات تسجيل المتغيرات (البدنية)

م	الاسم	اختبار عدو (30م) من البدء العالي.	اختبار ثني الجذع أماما أسفل من الوقوف.	اختبار الوقوف على قدم واحدة لمدته (1) دقيقة.	اختبار الجري المكوكي مختلف الأبعاد.
		ثانية	سم	الثانية	الثانية
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					

مرفق (5)

استمارة تسجيل المتغيرات (المهارية)

رقم	الاسم	الطول	الوزن	السن	مهارة الدرجة الأمامية المكورة.		مهارة الدرجة الخلفية المكورة.		مهارة الدرجة الأمامية الطائفة.
					بمجي	قاي	بمجي	قاي	
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									

مرفق (6)

استمارة استطلاع آراء السادة الخبراء حول الصفات البدنية الخاصة بالمهارات

الحركية " قيد البحث "

السيد الأستاذ الدكتور /

تحية طيبة وبعد ،،،

يقوم الباحث / بدراسة عنوانها " تأثير اسلوبي العروض التوضيحية والذاتي متعدد المستويات على تعلم بعض مهارات الجمباز لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الاساسي ولتحقيق الهدف من الدراسة يقوم الباحث بالتعرف علي وجهه نظر سيادتكم لما تتميزون به سيادتكم من خبرة علمية وعملية في هذا المجال ، ويأمل الباحث مساهمة سيادتكم في تحديد الآتي :

- تحديد أهم الصفات البدنية الخاصة ببعض المهارات الحركية " قيد البحث" لتلاميذ الصف الثالث من المرحلة الابتدائية.
- إضافة صفات بدنية خاصة ببعض مهارات المهارات الاساسية لتلاميذ الصف الثالث الابتدائي من المرحلة الابتدائية ترون سيادتكم ضرورة إضافتها
- تحديد أهم الاختبارات البدنية التي تقيس الصفات البدنية الخاصة ببعض المهارات الحركية " قيد البحث" لتلاميذ الصف الثالث الابتدائي من المرحلة الابتدائية.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام

الباحث

بيانات خاصة بالخبير :

الاسم :-..... الدرجة العلمية :-.....

القسم :-..... عدد سنوات الخبرة :-.....

استمارة استطلاع رأي الخبراء في تحديد اهم الاختبارات

البدنية " قيد البحث "

النسبة المئوية	آراء الخبراء		الاختبارات	القدرات البدنية
	موافق	غير موافق		
			اختبار رمي كرة طبية زنة 1 كجم باليدين.	القـدرة
			اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل مع وضع الركبتين على الأرض.	
			اختبار الوثب الطويل من الثبات.	
			اختبار الوثب العمودي من الثبات.	
			اختبار عدو 30 م من البدء العالي.	السـرعة الانتقالية
			اختبار العدو لمدة (5) ثواني من البدء العالي.	
			اختبار ثني الجذع أماماً أسفل من وضع الجلوس طويلاً.	المـرونة
			اختبار ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف.	
			اختبار الوقوف بالقدم (بالطريقة الطولية) على عارضة.	التـوازن
			اختبار الوقوف على قدم واحدة لمدة (1) دقيقة.	
			اختبار الجري الزجاجي بين الحواجز.	الرشاقـة
			اختبار الجري المكوكي مختلف الأبعاد.	
			اختبار الأشكال الهندسية.	التـوافق
			اختبار الدوائر المرقمة.	

مرفق (7)

اختبارات القدرة البدنية " قيد البحث "

اولاً: اختبار دفع الكرة الطبية (1 كجم) باليدين

غرض الاختبار:

- قياس القدرة العضلية لمنطقتى الذراعين والكتفين.

الأدوات:

- حبل صغير - كرات طبية زنة الواحدة 3 كجم - كرسى - أقماع بلاستيك - شريط قياس.

وصف الأداء:

- يجلس المختبر على الكرسى ممسكا بالكرة الطبية باليدين بحيث تكون الكرة أمام الصدر وتحت مستوى الذقن، كما يجب أن يكون الجذع ملاصقا لحافة الكرسى.
- يوضع حول صدر المختبر حبل بحيث يمسك من الخلف عن طريق محكم وذلك بغرض منع حركة المختبر للأمام أثناء دفع الكرة باليدين.
- تتم حركة دفع الكرة باستخدام اليدين فقط.

تعليمات الاختبار:

- يعطى المختبر ثلاث محاولات متتالية.
- يعطى المختبر محاولة مستقلة فى بداية الاختبار كتدريب على الأداء.
- عندما يهتز المختبر أو يتحرك على الكرسى أثناء أداء إحدى المحاولات لا تحتسب النتيجة ويعطى محاولة أخرى بدلا منها.

إدارة الاختبار:

- مسجل : يقوم بالنداء على المختبرين وتسجيل النتائج.
- محكم : يقوم بتثبيت الحبل وملاحظة الأداء والقياس.
- مراقب : ويقوم بتعيين مكان سقوط الكرة والقياس.

حساب الدرجات:

- درجة كل محاولة هي : المسافة بين الحافة الأمامية للكرسى وبين أقرب نقطة تضعها الكرة على الأرض ناحية الكرسى مقربة لأقرب 15 سم.
- درجة المختبر هي : درجة أحسن محاولة من المحاولات الثلاث.

ثانياً: اختبار العدو 30 متر من البدء العالي

غرض الاختبار:

- قياس السرعة القصوى في الجري تحت ظروف متغيرة بالنسبة للقصور الذاتي لوزن الجسم وسرعة در الفعل .

الأدوات اللازمة :

- مضمار ألعاب القوى أو منطقة فضاء طولها لا يقل عن 30 متر وعندما يقطع المختبر خط النهاية يقوم الميقاتي بتشغيل الساعة مع هذه الإشارة .
- وحساب الزمن الذى يستغرقه المختبر ما بين الإشارة التى يملئها المراقب ولحظة اجتيازه خط النهاية .

تعليمات الاختبار:

- يؤدى كل متسابقين الاختبار معا لضمان توافر عامل المنافسة .
- على كل مختبر أن يجرى فى الحارة المخصصة له .
- يتخذ المختبر وضع البدء العالي عند خط البدء الأول .
- يعطى لكل مختبر محاولتين بين كل محاولة والأخرى كدقائق .

حساب الدرجة :

- - يحتسب أفضل زمن حققه ويقرب لأقرب 0.1 من الثانية .

ثالثاً: اختبار الوثب الطويل من الثبات

غرض الاختبار:

- قياس قدرة عضلات الرجلين .

الأدوات اللازمة :

- مقياس أطوال لقياس المسافة التي يحققها المختبر .

الإجراءات:

- تحدد منطقة لإجراء الاختبار بمسافة لا تقل عن (3 متر) يحدد لها خط بداية فقط .

وصف الأداء:

- يقف المختبر خلف خط البداية بسنتمترات .
- يقوم المختبر بمرجحة الذراعين أثناء الوقوف قبل عملية الوثب لإعطائه أكبر مسافة يمكن أن يحققها عند الوثب من الثبات .

تعليمات الأداء:

- يقام الاختبار على سطح خشن يسمح بإعطاء ادفع المطلوب .
- يؤخذ الارتقاء بالقدمين معا وليس بقدم واحدة .
- يسمح بالإحماء قبل أداء الاختبار .
- يجب تجنب السقوط للخلف قدر الإمكان .
- لكل مختبر ثلاث محاولات متتالية تحتسب له درجة أحسن محاولة.
- يسمح بأداء الاختبار بالحذاء أو عاري القدمين .

إدارة الاختبار :

- مسجل: يقوم بالنداء على المختبر وتسجيل النتائج .
- مساعد: لقياس المسافة التي يحققها المختبر من الوثب .

حساب الدرجة:

- تقاس المسافة ما بين خط البداية وآخر جزء من الجسم ناحية خط البداية.
- خط البداية يتكون بعرض 5سم ويدخل في القياس .
- تقاس كل محاولة لأقرب 5سم .
- تحتسب للمختبر درجات أحسن محاولة .

رابعاً: اختبار المرونة (ثني الجذع من الوقوف)

الغرض من الاختبار :

- قياس مرونة الجذع والفخذ في حركات الثني للأمام من وضع الوقوف.

الأدوات :

- مسطرة مدرجة طولها 50سم ، مكعب من الخشب طول ضلعه 50سم ، ثبتت القياس المدرج بحافة المكعب بحيث يكون نصف القياس أعلي حافة المكعب والنصف الآخر أسفل الحافة .

طريقة الأداء:

- من وضع الوقوف علي المكعب يثني المختبر الجذع أماما أسفل بحيث يصبح اليد أمام القياس و من هذا الوضع يحاول المختبر ثني الجذع لأقصى مدى ممكن بقوة و ببطيء مع مراعاة عدم تصلب عضلات الذراعين وعدم ثني الركبتين كما يجب أن يحتفظ بوضعه النهائي من 2-4 ثوان .

التسجيل:

- يسجل للمختبر أقصى نقطة تصل إليها أطراف الأصابع علي القياس وتكون الدرجة بالسالب في حالة وضع أطراف الأصابع علي القياس في النصف أعلي الحافة وتكون بالموجب في حالة وضع أطراف الأصابع أعلي القياس في النصف أسفل الحافة .

خامساً: اختبار جرى الزجراج:

غرض الاختبار :

- قياس القدرة على تغيير الاتجاه أثناء الجري.

الأدوات:

- شريط قياس - ساعة إيقاف - عدد 4 أقماع بلاستيك.

الإجراءات:

- ملعب كرة سلة، مساحة محددة طولها 9 م وعرضها 2 م.
- يرسم خط للبداية طوله 1.80 م ، وسمكه 5 سم.
- توضع أربع أقماع فى مواجهة خط البداية ، بحيث يكون القمع الأول منها على بعد 3.60م من هذا الخط ، والمسافة بين كل خط والآخر 1.80م.
- تحدد نقطتين عند طرفى خط البداية والنهاية، ولتكن هاتين النقطتين أ ، ب.

وصف الأداء :

- يتخذ المختبر وضع الاستعداد من البدء العالى خلف خط البداية وعند الطرف الأيمن للخط عند النقطة (أ).
- عند إعطاء المختبر إشارة البدء يبدأ المختبر فالجري بين الكراسي أو الحواجز على شكل (B) ، ثم يدور المختبر حول الحاجز الأخير ، ثم يستمر في الجري بين الحواجز بنفس الطريقة السابقة، وعندما يصل إلى الحاجز ينطلق منه ليقطع خط البداية والنهاية عند الطرف الآخر عند النقطة (ب).

تعليمات الاختبار :

- يبدأ المختبر الجري من وضع الوقوف عن النقطة (أ).
- ينتهى الاختبار بأن يقطع المختبر خط النهاية بأقصى سرعة ممكنة عند النقطة (ب).
- يعطى المختبر محاولة واحدة فقط.

إدارة الاختبار:

- ميقاتى : ويقوم بإعطاء إشارة البدء وحساب الزمن.
- مسجل : ويقوم بحساب الأخطاء وتسجيل الزمن.

حساب الدرجات:

- درجة كل مختبر هى الزمن الذى يستغرقه فى أداء الاختبار من لحظة إعطائه إشارة البدء وحتى يقطع خط النهاية لأقرب 1/10 من الثانية.

مرفق (8)

البرنامج التعليمي المقترح

المدرسة :	المدرسة الامريكية	الصف :	الزمن :	45 دقيقة
الوحدة :	الأولى	الموضوع :	التاريخ :	
الاسبوع :	الأول	الهدف :	عدد التلاميذ :	20
				أن يؤدي الطلبة مهارة الميزان الأمامي.

نوع النشاط	الزمن	النشاط البدني والمهاري	الأساليب والأنشطة	الادوات	التقويم
الجزء التمهيدي (الاحماء العام-الخاص)	10 د	<ul style="list-style-type: none"> - الامور الادارية - الجري حول الملعب مع التدوير بالذراعين اماما ثم خلفا . - (الوقوف) لف الرأس يمينا (1-2)، يساراً (3-4). - (جلوس التريبع ، ثبات الحوض) دوران الرأس يمينا ويساراً بالتبادل. - (وقوف فتحاً، الذراعان جانباً) التصفيق (3) مرات. - (وقوف ، المد عرضاً) مرحة الذراعين بالتقاطع أمام الصدر في المستوي الأفقي. 	<ul style="list-style-type: none"> - وقوف الطلبة علي شكل مربع ناقص ضلع. - وقوف الطلبة علي شكل قاطرة. - شرح التمرين من قبل المعلم مع اداء نموذج. 		<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظه مدي دقة العمل لدي التلاميذ. - اتباع تعليمات الإحماء بشكل دقيق.
الجزء الرئيسي " التعليمي "	10 د	<ul style="list-style-type: none"> - إعطاء مقدمة عن المهارة واهميتها. - شرح النواحي الفنية للمهارة. - عرض صور توضيحية للمهارة. - أداء نموذج من قبل المعلم. - أداء نموذج من قبل أحد الطلبة المتميزين. 	<ul style="list-style-type: none"> - استخدام صورته توضيحية للمهارة. - استخدام بطاقة الفعاليات لهذه المهارة. - اتباع الخطوات التعليميه لهذه المهارة. 		<ul style="list-style-type: none"> - التاكيد علي حركة أجزاء الجسم. - الاجابة علي اي استفسار من التلاميذ. - مراعاة عوامل الامن والسلامة.
الجزء التطبيقي	20 د	<ul style="list-style-type: none"> - الجثو الأفقي ، والارتكاز علي الذراعين ، ورفع الرجل الحرة إلي الخلف مع مراعاة شد الركب والأمشاط والنظر للأمام. - الخطوة الساقية نفسها مع محاولة رفع الذراعين جانبا والنظر للأمام . - من وضع الارتكاز علي الحائط الذراعين اماما فرد الرجل الحرة للخلف والارتكاز علي القدم الأخرى. - التمرين السابق نفسها مع دفع الحائط قليلا والذراعان جانبا ،والارتكاز علي الرجل الأخرى للوصول إلي وضع الميزان الأمامي. 			
الجزء الختامي	5 د	<ul style="list-style-type: none"> - المشي العادي. - شهيق وزفير . - الانصراف. 	<ul style="list-style-type: none"> - وقوف الطلبة علي شكل قاطرة. 		<ul style="list-style-type: none"> - التاكيد علي مشاركة جميع التلاميذ في النشاط . - اجراء عملية التغذية الراجعة.

المدرسة :	المدرسة الأمريكية	الصف :	الصف	الزمن :	الزمن : 45 دقيقة
الوحدة :	الثانية	الموضوع :	الميزان الأمامي	التاريخ :	
الاسبوع :	الثاني	الهدف :	أن يؤدي الطلبة مهارة الميزان الأمامي.	عدد التلاميذ :	20

نوع النشاط	الزمن	النشاط البدني والمهاري	الأساليب والأنشطة	الادوات	التقويم
الجزء التمهيدي (الاحماء العام-الخاص)	10 د	<ul style="list-style-type: none"> - الأمور الادارية . - لعبة صغيرة (القفز علي القدم). - (وقوف فتحاً، انثناء عرضاً) ضغط المنكبين خلفاً. - (وقوف، الذراعان جانباً) تبادل مرجحة الذراعين اليمني يساراً، والذراع اليسري يميناً. - (وقوف) عمل دوائر أمامية بالكتفين معاً. - (جلوس الترتيب) دوران الكتفين مرة أو أكثر أماماً وخلفاً. 	<ul style="list-style-type: none"> - وقوف الطلبة علي شكل مربع ناقص ضلع. - وقوف الطلبة علي شكل قاطرة. - شرح التمرين من قبل المعلم مع اداء نموذج. 		<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظة مدى استمتاع الطلبة باللعبة . - تشجيع التلاميذ.
الجزء الرئيسي " التعليمي "	10 د	<ul style="list-style-type: none"> - مراجعه للنواحي الفنية لمهارة الميزان الأمامي . - مراجعة للأخطاء الشائعة لمهارة الميزان الأمامي . - أداء نموذج منقبل المعلم. 	<ul style="list-style-type: none"> - عمل نموذج من قبل المعلم . - صورة توضيحية للمهارة. - استخدام ورقة فعاليات المهارة. - استخدام ورقة تعليمات المهارة. 		<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظة أداء الطلبة. - الاستماع لأي استفسار من الطلبة. - التأكد من اداء جميع الطلبة للمهارة. - مراعاة عوامل الامن والسلامة.
الجزء التطبيقي	20 د	<ul style="list-style-type: none"> - إعادة الخطوات السابقة. - أداء المهارة بشكل كامل بمساعدة الزميل. - أداء المهارة بشكل كامل بدون مساعدة الزميل. - أداء المهارة بشكل كامل مع الثبات لمدة (2) ثانية. 			
الجزء الختامي	5 د	<ul style="list-style-type: none"> - المشي حول الملعب . - شهيقي زفير . - الانصراف. 	<ul style="list-style-type: none"> - وقوف الطلبة علي شكل قاطرة . - انتشار حر . 		<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظة انسجام الحركة. - ملاحظة طريقة الانصراف والذهاب إلي غرفة الصف بانتظام.

المدرسة :	المدرسة الأمريكية	الصف :		الزمن :	45 دقيقة
الوحدة :	الثالثة	الموضوع :	الدرجة الأمامية المكورة	التاريخ :	
الاسبوع :	الثالث	الهدف :	أن يؤدي الطلبة مهارة الدرجة الأمامية المكورة.	عدد التلاميذ :	20

نوع النشاط	الزمن	النشاط البدني والمهاري	الأساليب والأنشطة	الادوات	التقويم
الجزء التمهيدي (الاحماء العام-الخاص)	10 د	<ul style="list-style-type: none"> - الأمور الإدارية - مراجعة للمهارة السابقة . - جري عادي حول الملعب ، والجري ثلاث خطوات ، ثم لمس الارض من جهة اليسار ثم اليمين ، وتبادل رفع القدمين اماما ورفع الكعبين للمس المقعده. - (وقوف)رفع الذراعين أماما عاليا(1-2)، خفض الذراعين جانبا أسفل (3-4). - (الانبطاح المائل) رفع الذراعين عن الأرض والتصفيق. - (الرقود على الظهر، الذراعان عالياً) ثني الجذع و لمس الركبة اليمنى باليد اليسرى، ومن ثم تكرار العمل في الجهة الأخرى (3) مرات. - (وقوف فتحاً) ثني الجذع خلفاً ومحاولة لمس الكعبين بالأصابع. 	<ul style="list-style-type: none"> - وقوف الطلبة علي شكل مربع ناقص ضلع. - وقوف الطلبة علي شكل قاطرة. - شرح التمرين من قبل المعلم مع اداء نموذج. 		<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظة مدى تذكر التلاميذ للمهارة السابقة. - ملاحظة اداء الطلبة.
الجزء الرئيسي " التعليمي "	10 د	<ul style="list-style-type: none"> - إعطاء مقدمة عن المهارة وأهميتها. - شرح النواحي الفنية للمهارة. - عرض صور توضيحية للمهارة. - أداء نموذج من قبل المدرس. - أداء نموذج من قبل أحد التلاميذ المتميزين. 	<ul style="list-style-type: none"> - التسلسل في أداء المهارة. - استخدام ورقة الفعاليات . - استخدام ورقة تعليمات الخاصة بالمهارة. 		<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظة مدى تفاعل التلاميذ . - ملاحظة أداء التلاميذ . - مراعاة عوامل الامن والسلامة.
الجزء التطبيقي	20 د	<ul style="list-style-type: none"> - جلوس مع مسك الركبتين من وضع التكور الكامل ، وعمل اهتزاز للخلف وللأمام. - من وضع الجلوس علي طرف الفرشة بارتفاع (20) سم مع اداء الاهتزازات السابقة للوصول إلي وضع الجلوس علي أربع . - الخطوة السابقة نفسها مع أداء الدرجة للأمام للوصول إلي الجلوس علي أربع بمساعدة الزميل. - الخطوة السابقة نفسها من وضع الوقوف الذراعان عالياً، والجلوس علي أربع ، واداء الحرجة بشكل كامل بمساعدة الزميل للوصول إلي الوضع الابتدائي. 			
الجزء الختامي	5 د	<ul style="list-style-type: none"> - تمرينات استرخائية حول الملعب . - الانصراف. 	<ul style="list-style-type: none"> - وقوف الطلبة علي شكل قاطرة. 		<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظة طريقة الانصراف والذهاب إلي غرفة الصف بانتظام.

المدرسة :	المدرسة الامريكية	الصف :		الزمن :	45 دقيقة
الوحدة :	الرابعة	الموضوع :	الدرجة الامامية المكورة.	التاريخ :	
الاسبوع :	الرابع	الهدف :	أن يؤدي الطلبة مهارة الدرجة الامامية المكورة.	عدد التلاميذ :	20

نوع النشاط	الزمن	النشاط البدني والمهاري	الأساليب والأنشطة	الادوات	التقويم
الجزء التمهيدي (الاحماء العام-الخاص)	10 د	<ul style="list-style-type: none"> - الأمور الادارية - الجري الخفيف حول الملعب . - (وقوف) رفع الذراعين أماماً عالياً مع رفع العقبين عالياً (3مرات). - (جلوس طويل، الذراعان جانباً) فتح وضم الرجلين بالتبادل. - (إقعاء) الوثب أماماً باليدين والقدمين . - (جلوس التربع، الذراعان جانباً) محاولة لمس الجبهة للركبة اليمنى واليسرى بالتبادل. 	<ul style="list-style-type: none"> - وقوف الطلبة علي شكل مربع ناقص ضلع. - وقوف الطلبة علي شكل قاطرة. - شرح التمرين من قبل المعلم مع اداء نموذج. 		<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظة مدي تفاعل التلاميذ . - ملاحظة أداء التلاميذ .
الجزء الرئيسي " التعليمي "	10 د	<ul style="list-style-type: none"> - التركيز علي المراحل التعليمية والنواحي الفنية لمهارة الدرجة الامامية المكورة من خلال : - عرض نموذج من قبل المعلم. - عرض نموذج من قبل احد التلاميذ المتميزين. 	<ul style="list-style-type: none"> - عمل نموذج من قبل أحد التلاميذ . - التسلسل في أداء الحركة. - ربط شرح المهارة مع ورقة الفعاليات. - التركيز علي النواحي الفنية للمهارة. 		<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظة مدي انتباه الطلبة. - ملاحظة أداء الطلبة. - إعطاء تغذية لفظية سريعة بعد الانتهاء من الاداء. - مراعاة عوامل الامن والسلامة.
الجزء التطبيقي	20 د	<ul style="list-style-type: none"> - غعادة للخطوات السابقة بشكل سريع. - أداء الدرجة بشكل كامل بمساعدة الزميل. - أداء الدرجة بشكل كامل بدون مساعدة الزميل. - الخطوة السابقة نفسها مع أداء الدرجة علي البساط الأرضي بشكل كامل. 			
الجزء الختامي	5 د	<ul style="list-style-type: none"> - تمرينات استرخائية. - شهيق وزفير . - الانصراف. 	<ul style="list-style-type: none"> - علي شكل انتشار حر . 		<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظه مشاركة جميع التلاميذ .

المدرسة :	المدرسة الامريكية	الصف :	الصف	الزمن :	45 دقيقة
الوحدة :	الخامسة.	الموضوع :	الدرجة الخلفية المكورة.	التاريخ :	
الاسبوع :	الخامس	الهدف :	أن يؤدي الطلبة مهارة الدرجة الخلفية المكورة.	عدد التلاميذ :	20

نوع النشاط	الزمن	النشاط البدني والمهاري	الأساليب والأنشطة	الادوات	التقويم
الجزء التمهيدي (الاحماء العام-الخاص)	10 د	<ul style="list-style-type: none"> - الأمور الادارية - الجري الخفيف حول الملعب. - (وقوف، الذراعان عالياً) ضغط الجذع أماماً أسفل، وفي العد الرابع رفعه عالياً. - (وقوف فتحاً) رفع الذراعين أماماً مع ثني الركبتين (4 عدات). - (وقوف، الذراعان أماماً) دفع ومد الذراعين اماماً. - (وقوف، فتحاً، انثناء عرضاً) ضغط المنكبين خلفاً. 	<ul style="list-style-type: none"> - وقوف الطلبة علي شكل مربع ناقص ضلع. - وقوف الطلبة علي شكل قاطرة. - شرح التمرين من قبل المعلم مع اداء نموذج. 		<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظة طريقة الاداء.
الجزء الرئيسي " التعليمي "	10 د	<ul style="list-style-type: none"> - إعطاء مقدمة عن المهارة وأهميتها. - شرح النواحي الفنية للمهارة. - عرض صورة توضيحية للمهارة. - أداء نموذج من قبل المدرس. - أداء نموذج من قبل احد التلاميذ المتميزين. 	<ul style="list-style-type: none"> - عمل نموذج من قبل المعلم. - استخدام ورقة الفعاليات الخاصة بالمهارة. - استخدام ورقة التعليمات الخاصة بالمهارة. 		<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظة مدى متابعة الطلبة لعملية الشرح . - متابعة اي استفسار من الطلبة. - ملاحظة اداء الطلبة للمهارة. - مراعاة عوامل الامن والسلامة.
الجزء التطبيقي	20 د	<ul style="list-style-type: none"> - جلوس القرفصاء عمل المرجحة خلفاً وأماماً . - المرجحة خلفاً للوقوف علي الكتفين. - تكرار الحركة السابقة نفسها مع وضع اليدين أسفل الكتفين والأصابع تشير للخلف. - الحركة السابقة نفسها مع مساعدة الزميل بمسك وسط زميلة عندما يكون في وضع القرفصاء ويرفعة لأعلي لمساعدته علي الدفع بيديه لأعلي وذلك لعمل فراغ لمرور الرأس . - الخطوة السابقة نفسها مع التكرار حتي يأخذ الطالب إحساس الدفع باليدين. 			
الجزء الختامي	5 د	<ul style="list-style-type: none"> - عمل تمارينات استرخائية. - شهيق وزفير. - الانصراف. 	<ul style="list-style-type: none"> - وقوف الطلبة علي شكل انتشار حر . 		<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظة انتظام الطلبة اثناء الانصراف.

المدرسة :	المدرسة الامريكية	الصف :	الصف	الزمن :	45 دقيقة
الوحدة :	السادسة.	الموضوع :	الدرجة الخلفية المكورة.	التاريخ :	
الاسبوع :	السادس.	الهدف :	أن يؤدي الطلبة مهارة الدرجة الخلفية المكورة.	عدد التلاميذ :	20

نوع النشاط	الزمن	النشاط البدني والمهاري	الأساليب والأنشطة	الادوات	التقويم
الجزء التمهيدي (الاحماء العام-الخاص)	10 د	<ul style="list-style-type: none"> - الأمور الإدارية - الجري العادي -جري سريع مع مرجحة الذراعين أماما جانبا عاليا أسفل. - (الوقوف على الظهر، الذراعان عالياً) ثني الجذع ولمس الركبة اليمين باليد اليسري ومن ثم تكرار العمل في الأخرى (3 مرات). - (انبطاح مائل، إحدى الرجلين أماما)تبادل قذف الرجلين أماما وخلفاً. - (وقوف) رفع الذراعين أماما عالياً مع رفع العقبين عالياً (3 مرات). - (الوقوف) مع مرجحة الذراعين جانبياً، الحجل أماما. 	<ul style="list-style-type: none"> - وقوف الطلبة علي شكل مربع ناقص ضلع. - وقوف الطلبة علي شكل قاطرة. - شرح التمرين من قبل المعلم مع اداء نموذج. 		<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظة مدى انسجام الحركة اثناء الجري .
الجزء الرئيسي " التعليمي "	10 د	<ul style="list-style-type: none"> - مراجعة للمراحل التعليمية والنواحي الفنية لمهارة الدرجة الخلفية المكورة من خلال: - عمل نموذج من قبل المعلم. - عمل نموذج من قبل التلاميذ المتميزين. - صور توضيحية للمهارة. 	<ul style="list-style-type: none"> - صور توضيحية للمهارة. - التركيز علي الأداء الفني للمهارة. - ربط المهارة بورقة الفعاليات وورقة العمليات الخاصة بالمهارة. - الاستعانة ببعض التلاميذ المتميزين بهذه المهارة. 		<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظة أداء الطلبة . - الاستماع لأي استفسار من الطلبة. - ملاحظة طريقة الدرجة. - مراعاة عوامل الامن والسلامة.
الجزء التطبيقي	20 د	<ul style="list-style-type: none"> - إعادة للخطوات السابقة بشكل سريع. - أداء المهارة كلها بشكل مفصل وسريع من جلوس القرفصاء بمساعدة الزميل من وسطة ورفعة لاعلي في الوقت المناسب . - عمل الحركة السابقة بدون مساعدة الزميل بشكل سريع والوصول إلي الوقوف الذراعان عاليا . - أداء المهارة علي البساط الأرضي بشكل كامل. 			
الجزء الختامي	5 د	<ul style="list-style-type: none"> - المشي حول الملعب مع تمرينات خفيفة. - الانصراف. 	<ul style="list-style-type: none"> - وقوف الطلبة علي شكل انتشار حر. 		<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظة مدى محافظة الطلبة علي النظام.

المدرسة :	المدرسة الامريكية	الصف :		الزمن :	45 دقيقة
الوحدة :	السابعة.	الموضوع :	الدرجة الامامية الطائرة.	التاريخ :	
الاسبوع :	السابع	الهدف :	أن يؤدي الطلبة الطلبة مهارة الدرجة الامامية الطائرة.	عدد التلاميذ :	20

نوع النشاط	الزمن	النشاط البدني والمهاري	الأساليب والأنشطة	الادوات	التقويم
الجزء التمهيدي (الاحماء العام-الخاص)	10 د	<ul style="list-style-type: none"> - الأمور الادارية - الجري حول الملعب مع عمل دوائر بالذراعين للأمام وللخلف. - (وقوف، حمل ثقل باليدين علي الكتفين) رفع العقبين عن الأرض والمشي أماما. - (كل ..) وجهاً وجهاً لوجه الوقوف مع المسك أماما) ثني الركبتين وجلس القرفصاء. - (وقوف، مواجهة السلة) الوثب بالقدمين معاً مع محاولة لمس السلة. - (وقوف، مواجهة مجموعة من الكرات) الوثب أماما وتعدية الكرات . 	<ul style="list-style-type: none"> - وقوف الطلبة علي شكل مربع ناقص ضلع. - وقوف الطلبة علي شكل قاطرة. - شرح التمرين من قبل المعلم مع اداء نموذج. 		<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظة مدى استمتاع الطلبة باللعبة .
الجزء الرئيسي " التعليمي "	10 د	<ul style="list-style-type: none"> - إعطاء مقدمة عن المهارة وأهميتها. - شرح النواحي الفنية للمهارة. - عرض صورة توضيحية للمهارة. - أداء نموذج من قبل المدرس. - أداء نموذج من قبل احد التلاميذ المتميزين. 	<ul style="list-style-type: none"> - عرض نموذج للمهارة من خلال المعلم . - عرض المهارة من خلال فلم مصور لمهارة الدرجة الامامية الطائرة. - استخدام ورقه الفعاليات الخاصة بالمهارة. - استخدام ورقة التعليمات الخاصة بالمهارة. 		<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظة اداء الطلبة لمهارة الدرجة الامامية الطائرة. - ملاحظة مدى طريقة السند ومتابعة ذلك. - الاهتمام بالأداء الجيد. - تقديم معلومات عن اداء الطلبة للمهارة بعد الانتهاء مباشرة. - مراعاة عوامل الامن والسلامة.
الجزء التطبيقي	20 د	<ul style="list-style-type: none"> - إعادة علي مهارة الدرجة الامامية المكورة. - من وضع الوقوف الذراعين عاليا، دفع الأرض بالامشاط قليلا للارتكاز علي الفرشه. - الخطوة السابقة نفسها مع الدفع للأمام للوصول إلي وضع التكور. - الخطوة السابقة نفسها للوصول إلي الجلوس علي أربع. - يقوم الطالب بأداء المهارة بمساعدة زميلين بحيث يمسك الزميلان الطالب من تحت الصدر والفخذين لمساعدة علي الطيران والثبات في هذا الوضع. 			
الجزء الختامي	5 د	<ul style="list-style-type: none"> - مشي خفيف حول الملعب . - عمل تمارينات استرخائية. - الانصراف. 	<ul style="list-style-type: none"> - وقوف الطلبة علي شكل انتشار حر . 		<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظة مدى تناسق الحركة أثناء المشي.

المدرسة :	المدرسة الأمريكية	الصف :	الدرجة الأمامية الطائرة.	الزمن :	45 دقيقة
الوحدة :	الثامنة.	الموضوع :	الدرجة الأمامية الطائرة.	التاريخ :	
الاسبوع :	الثامن.	الهدف :	أن يؤدي الطلبة الطلبة مهارة الدرجة الأمامية الطائرة.	عدد التلاميذ :	20

نوع النشاط	الزمن	النشاط البدني والمهاري	الأساليب والأنشطة	الادوات	التقويم
الجزء التمهيدي (الاحماء العام-الخاص)	10 د	<ul style="list-style-type: none"> - الأمور الادارية - الجري حول الملعب. - (وقوف، مواجهة الزميل، حمل كرة طبية باليدين معا أمام الصدر) دفع الكرة للزميل مع أخذ خطوة للأمام. - (وقوف، الوضع أماما، الذراعان عالياً ، حمل كرة طبية) رمي الكرة من فوق الرأس للزميل . - (وقوف ، ثبات الوسط) الطعن أماما. - (وقوف ، الذراعان عالياً) خفض الذراعين مع ثني الجذع أماما أسفل لملاسة كفي اليدين للأرض. 	<ul style="list-style-type: none"> - وقوف الطلبة علي شكل مربع ناقص ضلع. - وقوف الطلبة علي شكل قاطرة. - شرح التمرين من قبل المعلم مع اداء نموذج. 		<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظة اداء الطلبة.
الجزء الرئيسي " التعليمي "	10 د	<ul style="list-style-type: none"> - شرح المراحل التعليمية والنواحي الفنية لمهارة الدرجة الأمامية الطائرة. - صور توضيحية للمهارة. - عرض نموذج من قبل المعلم. - عرض نموذج من قبل التلاميذ. 	<ul style="list-style-type: none"> - عرض نموذج متكامل من خلال عرض بعض الصور. - ربط المهارة من خلال شرحها في ورقة - الفعاليات مع الصور المخصصة لهذة المهارة. - اتباع الخطوات التعليمية لهذة المهارة. 		<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظة اداء الطلبة . - الاجابة عن استفسار من الطلبة. - الاهتمام بالأداء الجيد. - مراعاة عوامل الامن والسلامة.
الجزء التطبيقي	20 د	<ul style="list-style-type: none"> - إعادة سريعة لما اخذ في الحصة السابقة. - تحديد نقطة للوضع الابتدائي للمهارة مع فرد الجسم كاملا إلي النقطة الثانية (الفرشة). - الخطوة السابقة نفسها مع زيادة المسافة ما بين نقطة البدء والنقطة الثانية. - الخطوة السابقة نفسها مع وجود مرتفع (حبل) بين زميلين بين جانبي الفرشة. - الخطوة السابقة نفسها مع زيادة الارتفاع بمساعدة الزميل. - أخذ بعض الخطوات (1-2) خطوة ، وعمل المهارة مع مساعدة الزميل في عملية الطيران للأمام. 			
الجزء الختامي	5 د	<ul style="list-style-type: none"> - مشي خفيف عمل تمرينات خفيفة. - الانصراف. 	<ul style="list-style-type: none"> - وقوف الطلبة علي شكل انتشار حر . 		<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظة ومتابعة طريقة الانصراف.