

تأثير استخدام ألعاب الكرات في تطوير بعض القدرات الحس حركية وعلاقتها بمستوى أداء بعض مهارات الجمناستك الفني للنساء

أ.م.د. سوزان سليم داود م.د. أياد صالح سلمان
كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد

٢٠١٢م

١٤٣٣هـ

ملخص البحث

البحث إلى التعرف على تأثير استخدام ألعاب الكرات في تطوير بعض حركية ، كذلك التعرف على العلاقة بين تطوير بعض القدرات الحس حركية ء المهاري (السلاسل الحركية) لبعض مهارات الجمناستك الفني . واستخدم هج التجريبي ، واشتملت عينة البحث على طالبات الصف الثاني في كلية بية / جامعة بغداد / الجادرية ، إذ تم تقسيمهم إلى مجموعتين مجموعة أفرادها (١٠) طالبات طُبّق عليهن منهج ألعاب الكرات المقترح ، ومجموعة أفرادها (١٠) طالبات نفذت منهج الكلية التقليدي المتبع ، وبعد إجراء بلية والبعية استخدم الباحثان برنامج الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (الجة نتائج بحثهما والتي تضمنت : الوسط الحسابي ، والانحراف المعياري ، (T.t) للعينات المتناظرة والغير متناظرة ، ومعامل الارتباط بيرسون البسيط ،

ان إلى إن استخدام ألعاب الكرات في المنهج التعليمي كان له دور إيجابي
ر القدرات الحس حركية ، كما وأدى إلى زيادة فاعلية أداء الطلبات للمهارات
إنّ هناك علاقة ارتباط بين بعض القدرات الحس حركية ومستوى الأداء
، بعض أجهزة الجمناستك الفني .

The Effect of using ball games to develop some of sen Kinetic and its Relation with Artistic Performance L Gymnastics Skills for Women

By:

Asst. Prof. Dr. Suzan Salim Dawood shami
Instructure Dr. Ayad Salih Salman

The aim of study is Identifying the Effect of using bal
develop some of sensitive- Kinetic and its Relation with
Performance Level in Gymnastics Skills for Women. This researc
some artistic Gymnastics skills for women and it tackles the be
between developing some of ability of sensitive – kinetic and
skillful performance (kinetic - chains) for in Gymnastics Skills f
The researchers have been using empirical method and compris
concerning with students of college of physical educatic
university/for second section class. It divided into two groups o
experimental group was(10) students that applying the ball g
another group is précising group was (10) students that apply
traditional method which was following up . After performing the
precedent test with using statistical bag for social sciences to tackl
which was comprising arithmetic mean and and normative deviat
of analogy and non analogy subjects and joint quotient simple pers
The researchers have been reached into using ball games scientif
positive role to develop the abilities of sensitive – Kinetic to be mc
for students , in addition to that there was a relation between
Kinetic and skillful performance in artistic Gymnastic .

الباب الأول

البحث

همية البحث

عصر الحديث بالتقدم العلمي في مجالات الحياة كلها الذي جاء نتيجة لجهود
حثين في مجالات العلوم المختلفة ليفيد من تطبيقاته في التغلب على ما
ة التقدم العلمي من مشكلات ، وشمل هذا التقدم المجال الرياضي بهدف
العلمية لمشكلات التعليم ليضمن للحركة الرياضية تقدماً واسعاً وعلى
بداية .

. أهم العوامل التي تؤثر في نجاح العملية التعليمية هو إمكانية المدرس في
المتعلمة إلى ذهن المتعلم وصولاً إلى المراحل العليا في الأداء وهذا يعتمد
امل المدرس مع ما يملكه من خبرة وأجهزة وأدوات مساعدة لإخراج الدرس .
النظريات التي وضعها العلماء هدفت بوجه عام إلى تفسير مشكلات التعلم
سور في نمو القدرات الحس حركية ، وارتكزت هذه النظريات معظمها على
لثة : " إن جميع أنواع التعلم تبدأ بالحركة ، وإن الأنشطة الحركية تمثل
سيرة للنمو المعرفي والأكاديمي اللاحق " (١).

الألعاب وما فيها من حركة إذا تم توظيفها واستثمارها بالشكل الصحيح
وة الجيدة في إعداد جيل ناضج متفتح قادر على استيعاب العالم الخارجي
وذلك عندما يتم بناء عالمه الداخلي من إدراك وتحكم بمجاميعه الحركية
بأنه وحركاته متوازنة .

يمان ؛ القدرات الأبداعية - الحركية للطفل النظرية والقياس : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٥) ص

بسة الجمناستك الفني للنساء إحدى الرياضات المهمة لما لها من أهمية تكمن في تطوير النواحي البدنية والحركية ، كذلك تطوير النواحي العقلية ماس الجمالي ، كما إنَّ مهارات الجمناستك تعتبر من المهارات الصعبة التي جسمياً وبيئة مناسبة ومناهج حركية جيدة ، كما تتطلب إدراكاً حسيّاً عالياً الحركي المطلوب وذلك لما يحويه الجمناستك من تنوع في المهارات الحركية لإدراك الحس حركية له دور مهم في تنفيذ متطلبات الأداء الفني للارتقاء رات المطلوبة .

لال ما تقدم تكمن أهمية البحث في استخدام ألعاب الكرات لتطوير بعض حركية والتعرف على علاقتها بمستوى أداء بعض مهارات الجمناستك الفني ،

بحث

، عمل الباحثان كونهما تدريسيان لمادة الجمناستك الفني لاحظ أحدهما إنَّ في مستوى القدرات الحس حركية عند بعض الطالبات وعدم الاهتمام تطبيق درس الجمناستك كذلك عدم الاهتمام باستخدام ألعاب الكرات واستخدام متطورة بالاعتماد على التمرينات البدنية الشكلية الجامدة التي لا تفي طور عند الطالبات قدراتهن الإدراكية والحركية المهمة لمادة الجمناستك ، أجة الطالبات إلى أساليب بعيدة عن النمط التقليدي تبعد الملل عنهن وتزيد التعلم ولاسيما ألعاب الكرات إذ تتيح للطالبات الفرصة المناسبة للتعبير عن هن ورغباتهن فضلاً عن المتعة التي يكتسبونها من خلال مزاولتهن لتلك أكانت هذه المتعة فكرية أم نفسية أم اجتماعية .

أى الباحثان تطوير القدرات الحس حركية من خلال استخدام ألعاب الكرات ، علاقة تلك القدرات بمستوى أداء بعض مهارات الجمناستك الفني لدى ، الثاني في كلية التربية الرياضية .

بحث

الحالي الى ما يلي:-

منهاج تعليمي باستخدام ألعاب الكرات لتطوير بعض القدرات الحس حركية ، على تأثير استخدام ألعاب الكرات في تطوير بعض القدرات الحس حركية ، على العلاقة بين تطوير بعض القدرات الحس حركية ومستوى الأداء ي (السلاسل الحركية) لبعض مهارات الجمناستك الفني لدى عينة البحث .

بحث

فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في تطوير بعض ت الحس حركية للمجموعتين التجريبية والضابطة لدى عينة البحث .
فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في تطوير القدرات الحس حركية في الاختبار البعدي لدى عينة البحث.
علاقة ارتباط بين تطوير القدرات الحس حركية ومستوى الأداء المهاري (سلاسل الحركية) لبعض مهارات الجمناستك الفني لدى عينة البحث.

بحث

بال بشري : عينة من طالبات كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد / صف الثاني/ قسم العلوم التطبيقية / فرع الألعاب الفرعية .
بال الزمني : الفترة من ٢٠١٢/١/٣٠ لغاية ٢٠١٢/٤/١٠ .
بال المكاني : قاعة الجمناستك الداخلية للبنات في كلية التربية الرياضية / الجادرية .

الباب الثاني

لنظرية والمشايمه

النظرية

ألعاب الكرات وأهميتها

العديد من الباحثين الألعاب الصغيرة في تعريفاتهم وعلى الرغم من تعدد إلا أنهم اتفقوا على أنها ألعاب سهلة التعلم ، وقواعدها مرنة ، وتمتاز بطابع من احتياجها إلى أدوات قليلة وملامتها للمراحل العمرية كافة ، كما إنها تعلم التنافس بين المتعلمين وتؤدي إلى تطوير المهارات الحركية والقدرات البدنية

، ألعاب الكرات مكانة مهمة بين مجموعة الألعاب الصغيرة المختلفة نظراً لما مزايا وفوائد مهمة ؛ إذ إنه من خلال ممارسة تلك الألعاب يكتسب المتعلمون مهارات والخبرات الحركية فضلاً عن القيمة التربوية والحيوية لهذا الألعاب .

ـ (الين وديع فرج ، ٢٠٠٢) ألعاب الكرات بأنها " تلك الألعاب التي تستلزم التحكم في الكرة ويكون التمرين على التحكم بطرائق مختلفة مثل إبعاد الكرة ، والمحاورة بالكرة حول أو فوق أشياء أو لاعبين آخرين ، وكذلك دقة توجيه ، تمريرها وقذفها ودرجتها بسرعات وارتفاعات مختلفة" (١).

حمد حسن علاوي، ١٩٩٦) بأنها : "الألعاب التي تحتوي على مختلف ألعاب نمهد لتعليم الرمي واللقف ، ودقة التصويب ، أو تجنب وتفادي الإصابة ، لإصابة المرمى أو الوصول بالكرة إلى علامة معينة " (٢).

؛ خبرات في الألعاب للصغار والكبار ، ط ٢ : (الإسكندرية ، منشأة المعارف ، ٢٠٠٢) ص ٣٣٠
علاوي ؛ موسوعة الألعاب الرياضية ، ط ٦ : (القاهرة ، دار المعارف ، ١٩٩٦) ص ١٠٣

، الباحثان ألعاب الكرات بأنها : تلك الألعاب التي يستخدم فيها الكرات ، وأشكال مختلفة وفي مواقف مختلفة الغرض منها تعلم مهارات حركية أو بدنية وحركية أو تطوير قدرات إدراكية .

ألعاب الكرات دوراً مهماً في تنمية قدرات الفرد الإدراكية إذ يتطلب العمل ارة وقدرة على الأداء والتعلم في حركات الجسم وهي تسهم بقدر كبير في ن الجسم وإكسابها السرعة والمرونة والتوافق ؛ ولذلك يمكن أهمية ألعاب ي : (١)

ألعاب الكرات الفرص المتنوعة للمتعلمين لأن يستخدموا مهاراتهم الحركية ؛ ليحققوا الأهداف في الأنشطة كافة.

ألعاب الكرات بأن يشارك كل متعلم بفكرة في العمل الجماعي لحل المشكلات ة تعاونية لتحقيق أهداف اللعبة .

الألعاب لكل متعلم بدور القائد للمجموعة ، وكذلك دور المتعلم داخلها .

يئة ألعاب الكرات يمكن أن تعلم المتعلمين معنى القوة والضعف خلال ؛تهم تحقيق أهداف اللعبة.

ألعاب الكرات بممارسة المتعلمين المخاطرة في اللعب بطريقة مرحة ، فهي سبيل المثال تسمح بأن يخاطر المتعلمين باتخاذ قرارات نتائجها غير أكيدة تحركوا في مساحات غير آمنة بدون تهديد حقيقي على الصحة أو خوفاً من ؛ لأن النتيجة ستكون غير مهمة وذلك لأنها لا تعني الحياة أو الموت .

رفقة كل متعلم لحجم ومدى قدراته وكفايته من خلال مواقف اللعب تمكنه من تستخدم هذه القدرات بنجاح في بيئة المجتمع .

حماد ؛ طرق تدريس ألعاب الكرات وتطبيقها بالمرحلتين الابتدائية والأعدادية (دليل للمعلمين والمدرسين القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٠) ص ١٨٨-١٨٩

د ألعاب الكرات المتعلمين بممارسة اللعب في وجود قواعد وقوانين معينة ،
ن محددة ومناطق داخل كل لعبة مما يعلم المتعلمين أهمية الالتزام الذاتي
ن اللعبة وتحمل المسؤولية ، سواء في موقف قيادي في اللعبة أو بالتابعة
ما يعكس أثره على تعامله بإيجابية في المجتمع خارج اللعبة.

الإدراك الحسي حركي

لحواس المدخل الذي عن طريقه يستطيع الكائن الحي التعرف على معظم
بودة في عالمه الخارجي وعن طريق الحواس يمكنه التوافق مع الاستجابات
ناسبة في المحيط الذي يعيش فيه " فعندما يقع المنبه على أحد أعضاء
جموعة من الأعضاء الحسية ينتقل أثر هذا المنبه عن طريق أعصاب خاصة
سبية في المخ ، وفي هذه المراكز تترجم هذه المنبهات إلى حالات شعورية
بالإحساس وعلى هذا الأساس فإن الإحساس هو الأثر النفسي أو الشعور
، حاسة أو من عضو حاس (١).

ك الحسي هو ليس بالعملية البسيطة وإنما هو عملية معقدة ، حيث تتدخل
راك الحسي الذاكرة والمخيلة وإدراك العلاقات في تأويل ما ندرك وفي الوقت
ن اعتباره عملية سلبية تتلخص في مجرد استقبال مثيرات حسية ،
لوحدها لا تمكنا من إدراك الأشياء وكذلك نشاط الحواس هو ليس كل شيء
دراك الحسي ، فبالإضافة إلى التنظيم الحسي الذي ينعكس من خلال تنظيم
سبية في وحدات أو في صيغ مستقلة هناك الخبرة اليومية والتعليم التي تضفي
يغ معاني ودلالات من خلال عملية التأويل .

كامل الويس ؛ علم النفس الرياضي: (بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، ١٩٩٣) ص ١٦٣

، الحس حركي بأنه " عملية تنظيم المدخلة الحسية وإعطائها معنى وبذلك مهمة وهو دليل على السلوك " (١).

الحس حركي في المجال الرياضي

، هو العملية التي من خلالها يمكن تفسير الإحساسات المنبثقة من المؤثرات أيضا العملية التي تتم بها معرفتنا لما حولنا من أشياء عن طريق الحواس نباء بمفهومها الواسع لا تقتصر على ما ندركه من مجسمات ومسطحات ما تشمل أيضا ما ندركه من أحداث كسروق الشمس أو اصطدام سيارة أو ، كما تشمل ما ندركه من صفات كلامح الحزن أو الفرح على وجه شخص ما ندركه من علاقات كأن ندرك إن هذا الخط أطول أو أقصر من ذلك أو إن بر أو أصغر.

الإدراك الحس حركي واحد من العوامل المهمة التي تتركز عليها عملية التعلم ريقة الأداء المهاري للطلاب ، الذي يجب أن يمتلك الإحساس الكافي لتفسير مجموعة من الأفعال الحركية التوافقية التي تؤدي الى التصرف الجيد في المختلفة. (٢)

خلال اطلاع الباحثان على البحوث والمصادر التي تخص موضوع الإدراك وجدا إن معظم هذه الدراسات أكدت أهمية الإدراك الحس حركي في المجال يره في الأداء المهاري ولمختلف الفعاليات الرياضية .

؛ فسيولوجيا التعلم ، ط ١ : (عمان ، دار الفكر للطباعة و النشر والتوزيع ، ٢٠٠٢) ص ١٥٣ ، الإدراك الحس حركي وعلاقته بيقة أداء بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة : (رسالة ماجستير ، ية ، جامعة بغداد ، ٢٠٠٢) ص ٤

الباب الثالث

بحث وإجراءاته الميدانية

بحث

بيعة المشكلة وأهداف البحث وفروضه هم من يحدد منهج البحث الملائم أسلوب للتفكير والعمل يعتمد على الباحث لتنظيم أفكاره وتحليلها وعرضها بهدف نتائج وحقائق معقولة حول الظاهرة موضوع الدراسة^(١) ؛ لذا استخدم ج التجريبي إذ إنَّ " التجريب هو تغيير متعمد ومضبوط للشروط المحددة لحظة التغيرات الناتجة عن المدى نفسه وتفسيرها " (٢)

بحث وعينته

الباحثان وبطريقة عمدية مجتمع البحث الذي تمثل بطالبات الصف الثاني بية الرياضية / جامعة بغداد / الجادرية للسنة الدراسية ٢٠١١-٢٠١٢ ، (٨٦) ، وعن طريق القرعة تم اختيار طالبات الصف الثاني شعبة (ط) من ح ، ط ، ي) لتمثل عينة البحث التي قام الباحثان بإجراء التجربة عليهن إذ (٢٦) طالبة وبعد استبعاد الطالبات الراسبات والموجلات واللواتي لم يلتزم عددن (٦) طالبات ، أصبح العدد الكلي لأفراد عينة البحث (٢٠) طالبة ، القرعة تم تقسيمهن إلى مجموعتين مجموعة ضابطة عدد أفرادها (١٠) وعة تجريبية عدد أفرادها (١٠) طالبات ، ولم يجري الباحثان عملية التجانس البات في عينة البحث تميزن بأنهن جميعاً لم يكن لآعبات جمناستك ، حلة عمرية ودراسية واحدة ومن الجنس نفسه ؛ وبذلك فقد توافرت شروط

١ : عليان (وآخرون) ؛ مناهج وأساليب البحث العلمي ، ط ١ : (عمان ، دار صفاء للنشر و التوزيع ،

ين ؛ مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ترجمة : محمد نبيل نوفل وآخرون : (القاهرة ، مكتبة الأنجلو

هم . لذلك اكتفى الباحثان بإجراء التكافؤ في القدرات الحس حركية بين
 حث في الاختبار القبلي وذلك عن طريق استخدام اختبار (t) للعينات غير
 المجموعتين الضابطة والتجريبية ، وقد أظهرت النتائج عدم وجود فروق
 مما يؤكد التكافؤ ، وكما موضح في الجدول (١).

محدوف: ١١

١١

الجدول (١)

المجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبار القدرات الحس حركية وقيمة (t) المحسوبة
 ودلالاتها الإحصائية

الدالة	قيمة (t) المحتسبة	الاختبار القبلي		المجموعة	وحدة القياس	م الإحصائية
		± ع	س			
غير معنوي	0.325	0.675	4.3	الضابطة	سم	بمضافة لى الأمام مين
		0.699	4.4	التجريبية		
غير معنوي	0.875	2.757	17.4	الضابطة	سم	قدم بالفراغ فقى
		3.802	18.7	التجريبية		
غير معنوي	0.344	2.201	10.2	الضابطة	سم	الذراعين غ الأفقي
		1.663	9.9	التجريبية		

منسّق: إلى اليمين، علامات
الجدولة: ليس عند ٥,٨١ سم

منسّق: متوسط، اليمين لليسا،
علامات الجدولة: ليس عند ٥,٨١ سم

محدوف: الراسي

محدوف: ٣٣,٢

عند درجة حرية (١٨)

الأدوات والوسائل المساعدة

جل تحقيق إجراءات البحث الميدانية ؛ تم الاستعانة بالأجهزة والأدوات
 بة : جهاز بساط الحركات الأرضية ، جهاز عارضة التوازن ، جهاز المتوازي
 اع ، منصة القفز ، جهاز القفاز (لوحة النهوض) ، حاسوب آلي محمول
 (Dell) ، بسط اسفنجية ، كرات مطاطية صغيرة ومتوسطة الحجم عدد (١٠)
 (١٠) ، كرات متنوعة إدرات قدم ، وكرات يد، وكرات سلة ، وكرات طائرة)
 (٨) كرات ، صافرة عدد (٢) ، شواخص عدد (٨) ، أطواق عدد (١٠) ،
 ، طباشير ، قطعة قماش (عصابة عين) ، استمارة اختبارات القدرات الحس

ابلات الشخصية ، المصادر العربية والأجنبية ، الملاحظة العلمية ؛ لتقوية المهارية من قبل المقومات .

مل المساعد

الباحثان فريق العمل المساعد** ؛ لغرض تسهيل اجراءات البحث وتطبيق على المجموعة التجريبية .

القدرات الحس حركية :

اعتماد في اختيار هذه الاختبارات على المصادر العلمية إضافة إلى أنه تم مجموعة من الخبراء*** في مجال الجمناستك وتم الاتفاق على ملائمتها.

الإدراك الحس - حركي بمسافة الوثب إلى الأمام بالقدمين⁽¹⁾

إختبار : قياس قابلية المختبر لتحسين مسافة الوثب بدون استعمال حاسة

التركيز على الإحساس بمسافة الوثب .

بابة للعنين ، وطياشير ، وشريط قياس .

محذوف:

محذوف: الإحساس برمي الكرة

منسّق: الخط: ١٤ نقطة، بلا
تسطير، خط اللغة العربية وغيرها:
Arabic Simplified, ١٤ نقطة،
(العربية وغيرها) العربية مصر

منسّق: الخط: ١٤ نقطة، عامق،
خط اللغة العربية وغيرها:
Arabic Simplified, ١٤ نقطة،
عامق، (العربية وغيرها) العربية
مصر

منسّق: الخط: ١٤ نقطة، بلا
تسطير، خط اللغة العربية وغيرها:
Arabic Simplified, ١٤ نقطة،
(العربية وغيرها) العربية مصر

منسّق: الخط: ١٤ نقطة، عامق،
خط اللغة العربية وغيرها:
Arabic Simplified, ١٤ نقطة،
عامق، (العربية وغيرها) العربية
مصر

ابراهيم رزوقي ،
شهاب أحمد
بادة مؤيد شهاب
إ.ع عبد الأمير
ماعد :

جمناستك / كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد
جمناستك / كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد

محذوف: محمد ابراهيم شحاته ومحمد
جابر بريقع ؛

محذوف: نيل، القياسات الحسية

وابختبارات الأداء الحركي: (القاهرة ، منشأة
المعارف، ١٩٩٨) ص ١٣٦، ١٣٧

جمناستك / تعلم حركي / كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد
جمناستك / اختبارات وقياس / كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد

الفتاح و محمد صبحي حسنين ؛ فسيولوجيا الرياضي وطرق القياس والتقويم ، ط ١ : (القاهرة ، دار

١٧٧ ص ١٠

١٤ : يرسم خطان متوازيان على الأرض تكون المسافة بينهما (٢٤ بوصة) (سم) يقف المختبر على خط البداية ويفحص المكان من دون غلق عينيه ، غطاء على العينين ويستعد لمدة (٥ ثا) ويثب من خط البداية محاولاً الحكم ثوب حتى يهبط بعقب القدم على خط الهدف .

بار : لكل مختبر محاولتان .

١٥ ت : يقاس عدد السنتيمترات التي يقوم المختبر بوثبها بين خط الهدف من بعيداً عن خط المقاس إلى أقرب سنتيمتر . وتكون درجة المختبر النهائية د السنتيمترات مقاسة

١٦ الإحساس بالقدم (اختبار ويب) (1)

١٧ اختبار : قياس القدرة على الإحساس بالمسافة الجانبية ؛ إذ تدل على دقة دمين جانباً للمسافة المحددة مسبقاً على ارتفاع مستوى الإحساس شريطة ه حاسة البصر .

بابة للعينين ، وطباشير ، وشريط قياس .

١٨ : يرسم خطان على الأرض تكون المسافة بينهما (١٢ بوصة) أي (٢٩.٤ ختير بحيث تكون إحدى قدماه موازية للخط الأيسر أي قدمه اليمنى قريبة الأيسر ويترك للمختبر فرصة لتقدير المسافة بالنظر ثم تعصب عيناه ، يقوم قدمه اليمنى جانباً إلى الخط الثاني الذي يبعد (١٢ بوصة)

بار : لكل مختبر محاولتان .

ت : تحسب المسافة من القدم حتى الخط الثاني بالسنتيمتر .

الفتاح و محمد صبحي حسنين ؛ المصدر نفسه ، ص ١٧٧

منسّق: الخط: ١٤ نقطة، بلا
تسطير، خط اللغة العربية وغيرها:
Arabic Simplified، ١٤ نقطة،
(العربية وغيرها) العربية مصر

منسّق: الخط: ١٤ نقطة، غامق،
خط اللغة العربية وغيرها:
Arabic Simplified، ١٤ نقطة،
غامق، (العربية وغيرها) العربية
مصر

منسّق: الخط: ١٤ نقطة، غامق،
خط اللغة العربية وغيرها:
Arabic Simplified، ١٤ نقطة،
(العربية وغيرها) العربية
مصر

منسّق: الخط: ١٤ نقطة، بلا
تسطير، خط اللغة العربية وغيرها:
Arabic Simplified، ١٤ نقطة،
(العربية وغيرها) العربية مصر

منسّق: الخط: ١٤ نقطة، غامق،
خط اللغة العربية وغيرها:
Arabic Simplified، ١٤ نقطة،
(العربية وغيرها) العربية
مصر

منسّق: الخط: ١٤ نقطة، بلا
تسطير، خط اللغة العربية وغيرها:
Arabic Simplified، ١٤ نقطة،
(العربية وغيرها) العربية مصر

منسّق [1] ...

منسّق: المسافة البادئة: السطر
الأول: ٠ سم، علامات الجدولة:
ليس عند ٥,١٧ سم

محدوف: الغرض من الاختبار :

قياس الإحساس بمسافة الرمي [2] ...

منسّق: الخط: ١٤ نقطة، غامق،
خط اللغة العربية وغيرها: ١٤
نقطة، غامق

محدوف: محمد إبراهيم شحاته ومحمد
جابر بريق

محدوف: نيل القياسات الجسمية
بإختبارات الأداء

محدوف: الحركي: (القاهرة ، منشأة
المعارف ، ١٩٩٨)

محدوف: ١٣٧، ١٣٦

الإدراك الحس حركي للذراعين بالفراغ الأفقي^(١)

لاختبار : قياس الإحساس الحركي الأفقي للذراعين من وضع الجلوس على
بر مواجهه للحائط ،

بأية للعينين ، ومسطرة ، وكروسي .

: توضع مسطرة تثبت على الحائط في وضع أفقي بحيث يكون طرفها السفلي
ن الأرض يوازي مستوى نظر المختبر وهو في وضع الجلوس على المقعد ،
ة معينة على المسطرة ويطلب من المختبر بعد الجلوس على المقعد تقدير
ية على المسطرة ، ثم تعصب عيناه ويطلب منه الإشارة بوضع السبابة على
ة وهو معصوب العينين .

بار : لكل مختبر محاولتان.

ت: تسجل المسافة بين مكان ملامسة سبابة المختبر على المسطرة والعلامة
بها بالسنتيمتر .

لاستطلاعية

ن التجربة الاستطلاعية يوم الاثنين المصادف ٢٠١٢/١/٣٠ على عينة
خارج عينة البحث ، والبالغ عددها (١٠) طالبات من الصف الثاني شعبة
الغرض من إجراء التجربة الاستطلاعية الوقوف على الصعوبات والمعوقات
ربية الرئيسة ؛ وذلك لغرض تلافئها ، ومعرفة الوقت اللازم للألعاب .

منسّق: المسافة البادئة: السطر
الأول: ٠ سم، علامات الجدولة:
ليس عند ٥,١٧ سم

محدوف: فيدلوجيا الرياضي، طرق
القياس والتقويم، ط ١: (القاهرة ، دار
الفكر العربي، ١٩٩٧) ص ١٧٧

الفتاح و محمد صبحي حسائين ؛ المصدر نفسه ، ص ١٧٩

بحث الميدانية

رات القبليية

الباحثان اختبارات القدرات الحس حركية يوم الخميس المصادف م ، وقد تم تثبيت جميع الظروف المتعلقة بالاختبارات ؛ وذلك لخلق الظروف رات البعيدة .

لننهج المستخدم في البحث

باحثان بإعداد منهج تعليمي مقترح بألعاب الكرات لتطوير بعض القدرات ، وتضمن المنهج مجموعة من التمارين وألعاب الكرات ، وتم تطبيق المنهج ، المجموعة التجريبية والذي استغرق (٨) أسابيع ، إذ ابتدأ يوم الثلاثاء (٢٠١٢/٢) م وانتهى يوم الخميس المصادف ٢٠١٢/٣/٢٩ م ، وبواقع يتين بالأسبوع وبذلك بلغت عدد الوحدات التعليمية الكلية (١٦) وحدة تعليمية الوحدة في القسم الرئيس من الدرس ويزمن قدره (٣٠) دقيقة ، وتم تطبيق ألعاب الكرات وعددها (٢٠) لعبة خلال مدة تطبيق مدة التجربة وبواقع لعبتين ت في كل وحدة وقد تم تعويض العطل الرسمية في أيام آخر ، وفيما يلي ، المنهج المعد :

منهج بالشهر (شهران).

منهج بالأسابيع (٨) اسابيع .

الكلية للوحدات التعليمية (١٦) وحدة.

التي تم تطبيق المنهج فيها (الثلاثاء ، الخميس) من كل اسبوع.

لوحة التعليمية الواحدة (٣٠) دقيقة .

لتعليم الكلية بالدقائق (٤٨٠) دقيقة.

لتعليم الكلية بالساعات (٨) ساعات.

رح الألعاب وعرضها من قبل مدرسة المادة *، والتي قامت بالإشراف على والتي كانت من ضمن فريق العمل المساعد .

رات البعدية

لانتهاء من تنفيذ المنهج التعليمي المقترح على المجموعة التجريبية والمنهج لمجموعة الضابطة ، تم اجراء الاختبارات البعدية للقدرات الحس حركية التجريبية والضابطة في يوم الثلاثاء المصادف ٢٠١٢/٤/٣ وقام الباحثان ب المناسبة من حيث الزمان و المكان والأدوات للاختبارات البعدية وتنفيذ بعة نفسها في الاختبارات القبليّة.

ت الأداء الفني

يل معرفة العلاقة بين القدرات الحس حركية ومستوى الأداء المهاري ، قام ء اختبارات الأداء المهاري والذي تضمن سلسلة حركية على بساط الحركات نت مجموعة من الدرجات الأمامية والخلفية (ضماً وفتحاً) ، الغطس ، الديدن ، العجلة البشرية ، ومجموعة من حركات الربط الإيقاعية والموازين . سلسلة الحركية على العارضة فقد تضمنت حركة الطلوع السرجي بالاستناد يزان ونهوض ، ثم الدرجة الخلفية ومجموعة من حركات الربط الإيقاعي على القدم ثم حركة الهبوط نجمة .

يخص السلسلة الحركية على المتوازي مختلف الارتفاع فقد تضمن الطلوع تاد الامامي ثم الجلوس السرجي تعلق ركبة ، تليها المرجحة ونقل الذراعين السفلى إلى العارضة العليا ثم الطلوع بالدورة الخلفية إلى العارضة العليا ثم رى أمامية ثم دوران الرجلين نحو الأمام وأداء حركة الهبوط كب.

هنا منصة القفز فقد تضمن اختبار القفز ضمناً ، وقد تم إجراء الاختبارات
يس المصادف ٢٠١٢/٤/٥ م ، ويوم الثلاثاء المصادف ٢٠١٢/٤/١٠
التجريبية والضابطة.

أ،

تم تقويم السلاسل الحركية من (١٠) درجات لكل سلسلة ، وتم التقويم من قبل
وقد تم حذف أعلى وأقل درجة من درجات المقومات ثم جمعت الدرجات
مما على اثنين لتكون الدرجة النهائية . (١)

الإحصائية

تم الباحثان الحقيقية الإحصائية للعلوم الاجتماعية spss والتي ساعدتهما في
بحثهما وإظهارها ، والتي تضمن الوسائل الآتية :

١- الحسابي .

٢- الف المعياري .

٣- (t.test) للعينات المتناظرة .

٤- (t.test) للعينات الغير متناظرة .

٥- الارتباط البسيط بيرسون .

الباب الرابع

نتائج وتعليقها ومناقشتها

القانون الدولي لجمناستك النساء : (بغداد ، مكتب العادل للطباعة الفنية ، ٢٠٠١) ص ١١

نتائج وتحليلها

**نتائج اختبارات T.test بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات
في القدرات الحس حركية وتحليلها .**

الجدول (٢)

وساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة T.test المحسوبة ودلالة الفروق لاختبارات
حس حركية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي وللمجموعتين الضابطة والتجريبية

الدالة الإحصائية	الدلالة * الحقيقية	قيمة (T) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		مج	ت
			ع+	س-	ع +	س -		
معنوي	٠.٠٠١	٤.٧٤٣	٠.٨٢٣	٣.٣	٠.٦٧٤	٤.٣	ض	٤
معنوي	٠.٠٠٠	١٣.٠٧٧	٠.٦٩٩	٠.٦	٠.٦٩٩	٤.٤	ت	٤
معنوي	٠.٠٠٠	٥.٥٢٤	١.١٣٥	١٢.٨	٢.٧٥٧	١٧.٤	ض	٤
معنوي	٠.٠٠٠	١٣.٦١٩	٢.١١١	٥.٧	٣.٨٠٢	١٨.٧	ت	٤
معنوي	٠.٠٠٠	٨.١٨٨	٢.١٣٢	٧.١	٢.٢٠١	١٠.٢	ض	٤
معنوي	٠.٠٠٠	١٧.٢٧٠	٠.٩٤٩	٣.٧	١.٦٦٣	٩.٩	ت	٤

٠. عند درجة حرية (٩)

معرفة معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في اختبارات القدرات ، قام الباحثان باستخدام اختبار (t.test) للعينات المتناظرة وكما موضح في ، إذ يبين من خلال النتائج المعروضة في الجدول بأن الدلالة الإحصائية هي ، بي الدلالة (٠.٠٥) فهذا يدل على وجود فروق معنوية لصالح الاختبارات

**نتائج اختبارات القدرات الحس - حركية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في
عدية وتحليلها**

الجدول (٣)

يساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفروق في الاختبارات
لبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات القدرات الحس حركية

الدالة الإحصائية	الدالة الحقيقية *	قيمة (T) المحسوبة	الاختبار البعدي		المجموعة	لم الإحصائية
			ع +	س		
معنوي	٠.٠٠٠٠	٧.٩٠٥	٠.٨٢٣	٣.٣	الضابطة	ب إلى الأمام ن / سم
			٠.٦٩٩	٠.٦	التجريبية	
معنوي	٠.٠٠٠٠	٩.٣٦٨	١.١٣٥	١٢.٨	الضابطة	؛ الرأسى سم
			٢.١١١	٥.٧	التجريبية	
معنوي	٠.٠٠٠٠	٤.٦٠٨	٢.١٣٢	٧.١	الضابطة	لفراغ الأفقى م
			٠.٩٤٩	٣.٧	التجريبية	

≥ 0.05 عند درجة حرية (١٨)

، المقارنة بين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية
أ الأفضل ؛ فقد تم استخدام اختبار (t.test) بين عينتين مستقلتين لمعرفة
ق بينهما ، وكما مبين في الجدول (٣) ، إذ توضح النتائج بأن الدلالة
نت (٠.٠٠٠٠) وهي أقل من مستوى الدلالة (٠.٠٠٥) فهذا يدل على وجود
؛ لصالح المجموعة التجريبية في الاختبارات البعدية ، وهذا يعني أن
جريبية قد تطورت بشكل أفضل من المجموعة الضابطة.

نتائج اختبارات القدرات الحس - حركية

لنا من النتائج المبينة في الجدول (٢) والجدول (٣) أن هناك فرقا معنويا
القبلي والبعدي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة

الباحثان سبب هذا التطور إلى تأثير المنهج التعليمي وما تحتويه الوحدة
ألعاب صغيرة ومتنوعة أعطت فرصة للمتعلمة من استثمار ما تعلمته في
الحس حركية ، كما إنَّ الوحدة التعليمية أعطت قدراً كافياً من التكرارات
دون الوصول إلى حالة الملل إذ إنَّ " التعلم يتصاعد عن طريقة التكرار
كرار الإدراك للمسار الصحيح إلى أن يصل المتعلم إلى أعلى قيمة أو إنجاز "
أكده (وجيه محبوب ، ١٩٨٩) أيضاً إذ ذكر بأنَّ " الإدراك لا يأتي فجأةً إذ
لممارسة والتكرار يطور الإدراك الحسي لدى المتعلم " (٢). كما إنَّ الإدراك
المكاني له أهمية كبيرة في تطوير إدراك المسافات والحيز والعمق ، وتأتي
لية واستخدام الألعاب في تطوير هذا المدرك (٣).

الباحثان سبب ذلك التطور في مستوى القدرات الحس - حركية إلى إدخال
ت المختلفة الأحجام والأوزان والألوان في المنهج التعليمي المقترح المعد من
إذ إنَّ "تحضير الأدوات بمختلف أنواعها وتوافرها بصورة ملائمة يعد من أهم
ن في الدرس ، ومن أهم عوامل نجاحه وتحقيق أغراضه وأهدافه" (١).

؛ أثر بعض طرائق التعلم في الاكتساب وتطور مستوى الأداء في المهارات المغلقة والمفتوحة : (طروحة
ية الرياضية ، جامعة بغداد ، ١٩٩٧) ص ٣٤

؛ علم الحركة ، التعلم الحركي ، ط ١ : (بغداد ، دار الكتب للطباعة ، ١٩٨٩) ص ٣٣

منصور ؛ القدرة على التصور العقلي البصري المكاني وبعض القدرات التوافقية وعلاقتها بمستوى الأداء
التوازن والحركات الأرضية ، لبحوث مؤتمر الرياضة للجميع الرابع ، القاهرة ، ١٩٩٤) ص ٣٧

عم ودين ياسين ؛ الألعاب الصغيرة (جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٨١) ص ٧٨

٤ " الألعاب الصغيرة [باستخدام الكرات] تزيد من درجة ميل الفرد نحو ط الرياضي وتعمل على الارتقاء بمستوى قدراته " (٢) ، فضلاً عن عامل حفيز من قبل مدرسة المادة الذي كان له دور إيجابي ودافع قوي لتكرار ل منظم ومن ثم انعكس هذا إيجابياً على تطوير مستوى القدرات الحس تعد الإثابة من العوامل المهمة في تنشيط الدافعية على التعلم إذ تؤدي إلى بالرضا والسرور وتزيد من بذل الجهد لتكرار الاستجابات الناجحة " (٣)

ة القول إنَّ منهج العاب الكرات كان له خصوصية في إدخال عامل الفرح نويق إلى الدرس وإبعاد عامل الملل الموجود في الاسلوب أو النمط التقليدي ءاء فضلاً عن استخدام اسلوب التنوع والتجديد في الألعاب واستثمار أوقات جيد من خلال زيادة عدد التكرارات الذي بدوره ساعد في تطوير مستوى ، حركية عند الطالبات وبذلك فقد تحقق هدف البحث الأول وفرضاه الأول

جد وجمال اسماعيل النمكي ؛ الألعاب التكتيكية والتروحية الحديثة لتطوير برامج التدريب للكبار والناشئين

١ : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ٢٠٠١) ص ٢٠

ين ؛ مصدر سابق ، ص ١٨١

تأثير علاقة الارتباط بين القدرات الحس حركية ومستوى الأداء في الجمناستك.

الجدول (٤)

تأثيرات الارتباط بين القدرات الحس حركية واختبارات الأداء المهاري للمجموعة التجريبية

القفز ضمناً على منصة القفز		سلسلة على عارضة التوازن		سلسلة على جهاز المتوازي مختلف الارتفاع		سلسلة حركية على بساط الحركات الأرضية	
معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية sig	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية
-٠.٤٢٨	٠.٢١٨	٠.٤٢٩	٠.٢٨٣	٠.٥٠٧	٠.٢٣٨	٠.٠٠٩*	٠.٧*
-٠.١٢٠	٠.٧٤٢	٠.٦٥١	-٠.١٦٤	٠.٣٧٤	-٠.٣١٦	٠.٠٥٠*	-٠.٦
٠.٢١٨	٠.٥٤٥	٠.٦٦٧	٠.١٥٦	٠.٦٢٧	٠.١٧٦	٠.٢٤٢	٠.٤٠

تأثيرات قيمة الدلالة الإحصائية مساوية (٠.٠٥) أو أقل فهذا دليل على وجود ، أما في حال كانت قيمة الدلالة الإحصائية أكبر من (٠.٠٥) فهذا دليل على علاقة ارتباط

الجدول (٥)

عوامل الارتباط بين القدرات الحس حركية واختبارات الأداء المهاري للمجموعة الضابطة

القفز ضمناً على منصة القفز		سلسلة على عارضة التوازن		سلسلة على جهاز المتوازي مختلف الارتفاع		لحة حركية على بساط الحركات الأرضية	
الدلالة الإحصائية	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية sig	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية	معامل ارتباط
٠.٧٦٧	-٠.١٠٨	٠.٨٨٠	٠.٠٥٥	٠.٧٢٤	-٠.١٢٨	٠.٢١٤	٠.٤٢
٠.٣٧٩	٠.٣١٣	٠.٩٤٢	-٠.٠٢٧	٠.٩٤٢	-٠.٠٢٧	٠.٧٩٩	-٠.٠
٠.١٥٨	٠.٤٨٢	٠.٤١٧	٠.٢٩٠	٠.٢١٤	٠.٤٣١	٠.١٦٢	٠.٤١

نتائج علاقة الارتباط

من خلال عرض نتائج الجدول (٤) والجدول (٥) وجود علاقة ارتباط بين اس بمسافة الوثب إلى الأمام واختبار أداء السلسلة الحركية على بساط نية للمجموعة التجريبية ، كما توجد علاقة ارتباط بين اختبار إحساس القدم ، واختبار أداء السلسلة الحركية على بساط الحركات الأرضية للمجموعة ما بقية الأجهزة فقد أظهرت النتائج عدم وجود علاقة ارتباط بين اختبارات ، حركية ومستوى الأداء المهاري على أجهزة الجمناستيك الفني هذا فيما رعة التجريبية ، أما المجموعة الضابطة فقد أظهرت النتائج عدم وجود بين اختبارات القدرات الحس حركية ومستوى الأداء المهاري على أجهزة نني .

النتائج بأنَّ تطوير القدرات الحس حركية عن طريق استخدام ألعاب الكرات وير إحساس المتعلم بجسمه مما ساهم في تطوير مستوى أداء السلسلة ١. ما ظهر واضحاً من خلال علاقة الارتباط بين اختبارات الإحساس بمسافة مام واختبار إحساس القدم بالفراغ الأفقي مع أداء السلسلة الحركة على بساط نية .

عملية تطوير القدرات الحس حركية للمتعم لها أهمية فهي تساعد المتعلم بناء المكاني والزماتي والذنان يعدان مطلبين ضروريين في تنفيذ المهارات ساهم في تكوين حركات الجسم في صورتها المثلى للأداء^(١) . كما إن يستطيع إدراك توالي الحركات يكون قادراً على تنمية الاندماج في الحركة كنه من تعلم الحركة بسرعة ويكون قادراً على تنمية قدراته الحسية بدرجة ماء^(٢) . والتي بدورها تساعد في الوصول إلى مستوى متقدم في رياضة أمر الذي يشير إلى مدى أهمية القدرات الحس حركية في رفع مستوى الأداء

عزو الباحثان سبب ظهور علاقة ارتباط بين اختباري الإحساس بمسافتي مام وإحساس القدم بالفراغ الأفقي مع مستوى أداء السلسلة الحركية على الأرضية إلى إن بساط الحركات الأرضية يتمتع بخصوصية الأداء عليه ماحتة ١٢ × ١٢ متر مربع وتعدد إتجاه أداء الحركات عليه ، وكثرة الحركات

ن مرسى ؛ الإدراك الحس . حركي والتفكير الابتكاري وعلاقتها بمستوى الأداء بكرة السلة : (بحث منشور للرياضة والمرأة ، ٢٧.٢٤ أكتوبر ، في كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الاسكندرية ، ١٩٩٥) ص

(وأخرون) ؛ الإدراك الحسي العضلي وعلاقته ببعض المهارات الأساسية بكرة اليد : (بحث منشور في وثق التربية الرياضية ، مجلة (٧) العدد (١) ، ١٩٩٩) ص ١٨٥ طولان ؛ أثر ممارسة رياضة الجمباز على نمو الإحساس العضلي . الحركي . البعدي لدى تلاميذ المرحلة مكندرية : (بحث منشور في مجلة المعهد العالي للصحة العامة ، الاسكندرية ، ١٩٨٢) ص ٣٠

لديه وتنوعها من حيث صعوبتها ، أما مع بقية الأجهزة فلم تظهر النتائج رتباط .

سبب في عدم وجود علاقة ارتباط بين القدرات الحس حركية ومستوى الأداء ، أجهزة (عارضه التوازن ، والمتوازي مختلف الارتفاع ، ومنصة القفز) هو أن أجهزة تختلف الواحدة عن الأخرى وتختلف عن بساط الحركات الأرضية ، إذ اء المهارات على جهازي عارضه التوازن والمتوازي صغيرة ؛ لطبيعة هذه ر اتجاه الحركة على هذه الأجهزة محدود فضلاً عن قلة المهارات المقررة ن الثاني التي تؤدي على هذين الجهازين، أما منصة القفز فإنّ المهارة هي القفز ضمناً وهي مهارة بسيطة ولا يوجد فيها تغيير في الاتجاه ؛ لذلك ج عدم وجود علاقة ارتباط بين القدرات الحس حركية (موضوع البحث) اء المهاري على أجهزة الجمناستيك (عارضه التوازن ، المتوازي مختلف صة القفز).

سمة القول فإن التعلم المثمر هو ما كان مبنياً على مواقف تعليمية تتضمن ة والحقيقية لموضوع التعلم وهذا ما أكده واحتواه المنهج التعليمي المقترح ن الحس حركية ، فقد ساهم المنهج في تطوير القدرات الحس حركية والذي في تحسين مستوى أداء الطالبات للسلاسل الحركية(على بساط الحركات .. وبهذا يكون الباحثان قد حققا هدف البحث الثاني وجزء من فرضه الثالث على وجود علاقة ارتباط بين تطوير القدرات الحس حركية ومستوى الأداء سل الحركية (بساط الحركات الأرضية فقط) لبعض مهارات الجمناستيك الفني

الباب الخامس

ت التوصيات

تات

متخدام ألعاب الكرات في المنهج التعليمي كان له دور إيجابي كبير في تطوير
ت الحس حركية وزيادة فاعلية أداء الطالبات للمهارات الحركية .
تطوير القدرات الحس حركية كان لها تأثيراً إيجابياً وفعالاً في أداء السلاسل
ية على أجهزة الجمناستك الفني .

منهج التقليدي المستخدم في درس الجمناستك الفني يحتاج إلى بعض
ير والتحسين من خلال الاهتمام بالتمارين التي تؤدي إلى تطوير القدرات
حركية ؛ وذلك لأنَّ المنهج التقليدي لم يكن بالمستوى المطلوب ولا يحقق
ف المطلوبة لتطوير القدرات الحس حركية إذ كان تأثيره ضعيفاً .

رة الإحساس بمسافة الوثب إلى الأمام وقدرة إحساس القدم بالفراغ الأفقي
علاقة ارتباط بأداء السلسلة الحركية على بساط الحركات الأرضية لما يتمتع
ذا الجهاز من مساحة واسعة وقدرة الطالبة على تغيير الاتجاه والسرعة
اع .

ت

لال ما تقدم يوصي الباحثان بما يلي :

رورة الاهتمام بتطوير القدرات الحس حركية وذلك لعلاقتها بالأداء المهاري .
براء دراسة مشابهة تعني بضرورة الاهتمام بعمل مناهج تعليمية لتطوير
حس . حركية ولمستويات عمرية مختلفة .
براء دراسات مشابهة على فعاليات رياضية أخرى .

المصادر

محدوف: محمد إبراهيم شحاته ومحمد
جابر بريقع ؛

علا عبد الفتاح و محمد صبحي حساتين ؛ فسيولوجيا الرياضي وطرق

، و التقويم ، ط ١ : (القاهرة ، دار الفكر العربي، ١٩٩٧).

عمر سليمان ؛ القدرات الإدراكية - الحركية للطفل النظرية والقياس : (القاهرة
الفكر العربي ، ١٩٩٥)

ديع فرج ؛ خبرات في الألعاب للصغار والكبار ، ط ٢ : (الإسكندرية ، منشأة
ف ، ٢٠٠٢)

فان دالين ؛ مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ترجمة : محمد نبيل
وآخرون : (القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية ، ١٩٨٤)

مصطفى عليان (وآخرون) ؛ مناهج وأساليب البحث العلمي ، ط ١ :
، دار صفاء للنشر و التوزيع ، ٢٠٠٠)

، فرغلي منصور ؛ القدرة على التصور العقلي البصري المكاني وبعض
، التوافقية وعلاقتها بمستوى الأداء على جهاز عارضة التوازن والحركات
ية ، (بحوث مؤتمر الرياضة للجميع الرابع ، القاهرة ، ١٩٩٤)

أبو المجد وجمال اسماعيل النمكي ؛ الألعاب التكتيكية والترويحية الحديثة
برامج التدريب للكبار والناشئين في كرة القدم ، ط ١ : (القاهرة ، مركز
، للنشر ، ٢٠٠١)

نزام صبر ؛ أثر بعض طرائق التعلم في الاكتساب وتطور مستوى الأداء في
ات المغلقة والمفتوحة : (طروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة
، ١٩٩٧)

عبد المنعم ودين ياسين ؛ الألعاب الصغيرة (جامعة الموصل ، دار الكتب
ة والنشر ، ١٩٨١)

حسن علاوي ؛ موسوعة الألعاب الرياضية ، ط ٦ : (القاهرة ، دار
ف ، ١٩٩٦)

إبراهيم حماد ؛ طرق تدريس ألعاب الكرات وتطبيقها بالمرحلتين الابتدائية
أولية (دليل للمعلمين والمدربين وأولياء الأمور) : (القاهرة ، دار الفكر العربي
٢٠٠٠)

طالب ، كامل الويس ؛ علم النفس الرياضي : (بغداد ، دار الحكمة للطباعة
١٩٩٣ ،

محجوب ؛ فسيولوجيا التعلم ، ط ١ : (عمان ، دار الفكر للطباعة و النشر
٢٠٠٢ ،

محجوب؛ علم الحركة ، التعلم الحركي ، ط ١ : (بغداد ، دار الكتب للطباعة ،
١)

جاسم ؛ الإدراك الحس حركي وعلاقته بدقة أداء بعض المهارات الأساسية في
لطانة : (رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ٢٠٠٢)
خيون ؛ القانون الدولي لجناساتك النساء : (بغداد ، مكتب العادل للطباعة
٢٠٠١ ،

الملاحق

لكرات التي استخدمت في المنهج

- لعبة : **الجميع الآن في سباق الكرة** .
- ت : طباشير و كرات (سلة ، طائرة ، يد) و ساعة توقيت .
- ٤ من اللعبة : تطوير الإتجاهية و الجانبية والتوازن الحركي .
- لعبة : **ظهراً لظهر نعمل الكرة**
- ت : طباشير و كرات مطاطية مختلفة وشواخص عدد (٢) .
- ٤ من اللعبة : تطوير الإتجاهية و الجانبية والتوازن الحركي .
- لعبة : **الكرة الطوافة**
- ت : كرة مطاطية صغيرة الحجم أو متوسطة الحجم .
- ٤ من اللعبة : التوافق بين العين واليد وإدراك المسافة .
- لعبة : **إصابة الهدف المتحرك**
- ت : أطواق وكرات تنس أو كرات مطاطية صغيرة ومتوسطة .
- ٤ من اللعبة : التوافق بين العين واليد وإدراك المسافة .
- لعبة : **كرة الوقوف**
- ت : كرة مطاطية أو كرة قماش .
- ٤ من اللعبة : تطوير سرعة الاستجابة .
- لعبة : **تتابع التبادل**
- ت : كرات مطاطية صغيرة ومتوسطة وكبيرة الحجم وكرات يد .
- ٤ من اللعبة : التوافق بين العين واليد .
- لعبة : **تتابع جمع الكرات**
- ت : سلة و أربع كرات تنس و أربع كرات مطاطية لكل فريق وطباشير .
- ٤ من اللعبة : التوافق بين العين واليد .
- لعبة : **تتابع التمرير فوق الرأس**
- ت : كرة كبيرة لكل قاطرة (كرة سلة أو طائرة أو يد) أو كرة مطاطية متوسطة الحجم .

٤ من اللعبة : سرعة الاستجابة.

لعبة : تتابع التمرير بين الرجلين

ت : كرة كبيرة لكل قاطرة .

٤ من اللعبة : سرعة الاستجابة.

لعبة : الكرة الدائرية (الكرة الجواله)

ت : مجموعة من الكرات المطاطية الصغيرة والكبيرة وكرات تنس وكرات يد.

٤ من اللعبة : التوافق بين العين واليد وسرعة الاستجابة.

لعبة : درجة كرة السلة أو الكرة الطائرة

ت : كرة سلة أو كرة طائرة ومجموعة كرات تنس وكرات مطاطية صغيرة ومتوسطة الحجم

٤ من اللعبة : إدراك المسافة.

لعبة : كرة الحائط

ت : كرات مطاطية صغيرة ومتوسطة الحجم

٤ من اللعبة : إدراك المسافة و سرعة الاستجابة وتمييز الفراغ.

لعبة : درجة الكرة والركض لمسكها

ت : كرات مطاطية صغيرة أو متوسطة الحجم .

٤ من اللعبة : إدراك المسافة

لعبة : الكرة الطائرة

٤ : مجموعة من الكرات المطاطية الصغيرة

٤ من اللعبة : التوافق بين العين واليد وتمييز الفراغ .

لعبة : لمس الكرة

ت : أربع كرات مطاطية صغيرة أو متوسطة الحجم

٤ من اللعبة : التوافق بين العين واليد وسرعة الاستجابة.

لعبة : أحضر الكرة

ت : كرات مطاطية صغيرة ومتوسطة الحجم .

٤ من اللعبة : سرعة الاستجابة والتوقع.

لعبة : عبور الحواجز و التهديف

- ت : حواجز مختلفة (كراسي ،أطواق ،شواخص) كرات مطاطية صغيرة ومتوسطة الحجم،سلة عدد (٣)
- ، من اللعبة : سرعة الاستجابة و التوقع.
- لعبة : أهرب من الكرة
- ت : كرة مطاطية صغيرة
- ، من اللعبة : التوافق بين العين واليد.
- لعبة : الركض المتعرج
- ت : خمس شواخص
- ، من اللعبة : تطوير الاتجاهية والجانبية والسرعة الحركية.
- لعبة : حرب الكرات
- ت : مجموعة من الكرات المطاطية .
- ، من اللعبة : سرعة الاستجابة وتطوير الاتجاه

نموذج لوحدّة تعليمية باستخدام ألعاب الكرات

التاريخ :	:
الزمن : ٣٠ دقيقة	ثاني ط :
الهدف التربوي :تعويد	تطوير التوافق بين العين
	الطالبات
الضبط والالتزام ، بث روح	واليد والإدراك بالمسافة
	المرح
والفرح والتنافس بين الطالبات	

الأدوات :

أطواق ، كرات تنس أو كرات مطاطية صغيرة
أو متوسطة الحجم وكرات يد وكرات سلة

الملاحظات	التنظيم والإخراج	التفاصيل	الوقت
	xxxxxxxxxxx x x x x	شرح وعرض ألعاب الكرات مع التأكيد على كيفية تنفيذ الألعاب	٣٠ د ١٠ د
على المدرسة أن تعرض نموذج مع شرح اللعبة للتأكيد على الأداء الصحيح	∅ ثلاث فرق x x x x x x x x x	طريقة أداء اللعبة - لعبة إصابة الهدف المتحرك	٢٠ ٧ د
	∅	- لعبة تتابع التبادل	٧ د
	فريقين فريقين	- لعبة بدرجة كرة السلة أو الطائرة	٦ د

الصفحة ١٢٨ : [١] منسق
الفهد
٢٠١٢/٠٦/٠٥ :٢٩:٠٠ م
الخط: ١٤ نقطة، غامق، خط اللغة العربية وغيرها: Simplified Arabic، ١٤ نقطة، غامق، (العربية وغيرها) العربية مصر

الصفحة ١٢٨ : [٢] محذوف
الفهد
٢٠١٢/٠٦/٠٥ :٣١:٠٠ م

الغرض من الاختبار : قياس الاحساس بمسافة الرمي.

الأدوات : كرة طبية ٣ كغم ، عصاة للعينين ، وطباشير ، وشريط قياس .

وصف الأداء : يرسم خطان المسافة بينهما ٥٠ بوصة يقف الطالبة قبل الخط البداية ، وتقوم

برمي الكرة وهي معصوبة العينين ، بعد إعطاءها مدة خمس ثواني ؛ لتقدير المسافة بينها وبين

خط النهاية المطلوب الرمي إليها .

تعليمات الاختبار : لكل مختبر محاولتان.

حساب الدرجات : تسجيل المسافة سلبيا أو إيجابيا قبل الخط أو بعده .