

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الجزائرية  
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي  
المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية  
تيسمسيلت

مذكرة لنيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية  
والرياضية

تخصص: النشاط البدني الرياضي التربوي

الموضوع:

أثر برنامج تعليمي مدعم بالوسائط المتعددة

في تحسين الأداء الفني لنفج الجلة لدى طلبة السنة الثالثة تخصص ألعاب القوى

دراسة ميدانية أجريت على طلبة السنة الثالثة تخصص ألعاب القوى

إشراف:

د/ ريوح صالح

من إعداد الطالب:

بلقراوة مداني

رابح ابراهيم

السنة الجامعية: 2017/2016





## إهداء

أهدي ثمرة عملي المتواضع هذا إلى:

من قال فيهما الله عز وجل بعد بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿وقل ربي ارحمهما كما ربياني صغيراً﴾  
سورة الإسراء (23-24)

إلى الغالي الذي تعب وضحي من أجلي وشجعني على مواصلة درب العلم أبي العزيز أطال الله في  
عمره

الحاج أمحمد اهدي ثمرة جهدي و الى مثلي الأعلى في الصبر و الإيمان      بالقدر كيفما كان،  
و زرع فيّ أنبل الأخلاق والمبادئ أُمي العزيزة أطال الله في عمرها.

إلى كل أخواتي و إخوتي الكل باسمه وأبنائهم الأعداء

وأخص بالذكر رابع ، ميلود ، بن يحي ،سومية و إلى كل أصدقائي و زملائي

( ابراهيم ،مصطفى ، زاكي، محمد ، ،الاستاذ شعشوع محمد ، الاستاذ نور الدين شتوي، الأستاذ

حليف خالد، أسامة ، سيدوا،حمادة ،جيلالي، محمد أمين،بوعلام، و كل عائلة ترجي تيسمسيلت للسباحة .  
(.الكل باسمه إلى كل أساتذة وعمال معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية تيسمسيلت

أهدي هذا العمل

بلقراوة مداني

## إهداء

أهدي ثمرة جهدي هذه :

إلى من قال فيهم الله عز وجل

(وقل ربي ارحمهما كما ربياني صغيرا) سورة الإسراء (23-24)

إلى التي تحت أقدامها الجنان وبرضاها يرضى خالق الأكوان

إلى أعلى ما في الوجود أمي الغالية

إلى من جرع الكأس فارغاً ليسقيني قطرة حب، إلى من كلت أنامله ليقدّم لنا لحظة سعادة

إلى من حصد الأشواك عن دربي ليمهد لي طريق العلم

إلى الذي لا يسعني إلا أن أقف أمامه احتراما وعرفانا وطاعة وحباً ...

### والدي الغالي

إلى التي ربنتي وتعبت من أجلي ومنحتني كل العطف والحب والحنان والتي لم تبخل علي بأي

شيء "جدتي" أطال الله في عمرها وحفظها.

إلى من حبهم يجري في عروقي و يلهج بذكراهم فؤادي إلى إخوتي "منور" "خالد" "ياسين" "تضال" إلى

الأخوات "هاجر" "عدلة" "وصال"

إلى أمي الثانية " أم عدلة " أطال الله في عمرها

إلى الذين لم تلد لهم أمي: "إبراهيم" "رشيد" "عبد الحليم" "عبد الغني" "أبو معاذ"

إلى كل من علمني حرفاً أو اكسبني علماً أو منحني رأياً أو قدم لي نصحاً : إلى شيوخي

"بوزيان بن بلة" "العرجان أحمد"

إلى الأستاذ المشرف: د.ربوح صالح، كما لا أنسى الأستاذ لخضاري عبد القادر

إلى كل من اتسع لهم قلبي ولم تنتسح لهم صفحتي

رابح إبراهيم

## كلمة شكر و تقدير

الحمد و الشكر أولاً للعلّيّ القدير الذي منّ علينا بالفهم و الصّحة لإتمام هذا العمل كما نتقدم بالشكر الخاص و الجزيل إلى الدكتور "ربوح صالح" على توجيهاته الجمّة و تفضله الإشراف على هذا البحث .

و لا ننسى فضل جميع الأساتذة الذين قاموا بتوجيهنا خلال فترة التحضير لهذه المذكرة و فضل كل من الأستاذ "بومعزة محمد الأمين" و الأستاذ "مجاهد مصطفى" و كل الاساتذة والدكاترة الكل باسمه اللذين لم ييخلوا يوماً في مد يد المساعدة لإنجاز هذا البحث و الأساتذة أهل الاختصاص الذين ساهموا في تقديم يد المساعد سواء من قريب أو بعيد في البحث و أخص الذكر "الأستاذ لخضاري عبد القادر" كما أشكر مسؤولي المركب الرياضي بتيسمسيلت الذين تعاملنا معهم وكذلك طلبة السنة الثالثة ليسانس تخصص ألعاب القوى الذين مثلوا العينة المدروسة

كما أشكر كل من قدّم لنا الدعم سواء من قريب أو من بعيد

سواء كان هذا الدعم مادياً أو معنوياً



أثر برنامج تعليمي مدعم بالوسائط المتعددة في تحسين مستوى الأداء الفني لدفع الجلة

لدى طلبة السنة الثالثة تخصص ألعاب القوى

### الملخص

يهدف هذا البحث إلى إعداد برنامج تعليمي مدعم بالوسائط المتعددة لتعلم مهارة دفع الجلة (أوبراين)

و قياس مدى فاعلية هذا البرنامج على مدى التحصيل المهاري لدفع الجلة.

و اشتملت عينة البحث على (30) طالبا من طلبة السنة الثالثة تخصص ألعاب القوى بمعهد علوم

و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية تيسمسيات ، و قسمت عينة البحث إلى مجموعتين

متساويتين (15) طالبا للمجموعة التجريبية و الضابطة، و قد تم جمع البيانات من خلال القياس

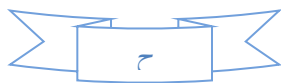
القبلي و البعدي من خلال اختبار الأداء الفني و بطاقة ملاحظة مقترحة.

و أسفرت النتائج على فاعلية البرنامج التعليمي في التحصيل المهاري لدفع الجلة.



## فهرس الجداول

| رقم الجدول | عنوان الجدول  | الصفحة |
|------------|---|--------|
| 01         | جدول يوضح توزيع المقاييس النظرية و التطبيقية للسداسي الخامس   | 50     |
| 02         | جدول يوضح توزيع المقاييس النظرية و التطبيقية للسداسي السادس   | 51     |
| 03         | جدول يبين الفروق بين المجموعتين (الضابطة و التجريبية) في الطول و الوزن و العمر  | 60     |
| 04         | جدول يوضح قيم معامل الصدق و الثبات لاختبار الأداء الفني   | 62     |
| 05         | جدول يوضح قيم متوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيم "ت" للعينتين التجريبية و الضابطة في القياس القبلي                       | 71     |
| 06         | جدول يوضح قيم متوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيم "ت" للاختبار القبلي و البعدي للعينة الضابطة في القياس القبلي و البعدي   | 73     |
| 07         | جدول يوضح قيم متوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيم "ت" للاختبار القبلي و البعدي للعينة التجريبية في القياس القبلي و البعدي | 75     |
| 08         | جدول يوضح قيم متوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيم "ت" للعينتين التجريبية و الضابطة في القياس البعدي                       | 78     |



## قائمة الاشكال البيانية

| <u>الصفحة</u> | <u>العنوان</u>  | <u>الرقم</u> |
|---------------|---|--------------|
| 71            | تمثيل بياني يوضح قيم المتوسط الانحراف و قيم "ت" في الاختبار القبلي<br>للعينتين                  | 01           |
| 73            | تمثيل بياني يوضح قيم المتوسط الانحراف و قيم "ت" في الاختبار القبلي<br>و البعدي للعينه الضابطة   | 02           |
| 75            | تمثيل بياني يوضح قيم المتوسط الانحراف و قيم "ت" في الاختبار القبلي<br>و البعدي للعينه التجريبية | 03           |
| 78            | تمثيل بياني يوضح قيم المتوسط الانحراف و قيم "ت" في الاختبار البعدي<br>للعينتين                  | 04           |

| <u>الصفحة</u> | <u>العنوان</u>   | <u>الرقم</u> |
|---------------|--|--------------|
| 71            | تمثيل بياني يوضح قيم المتوسط الانحراف و قيم "ت" في الاختبار القبلي<br>للعينتين                   | 01           |
| 73            | تمثيل بياني يوضح قيم المتوسط الانحراف و قيم "ت" في الاختبار القبلي<br>و البعدي للعيينة الضابطة   | 02           |
| 75            | تمثيل بياني يوضح قيم المتوسط الانحراف و قيم "ت" في الاختبار القبلي<br>و البعدي للعيينة التجريبية | 03           |
| 78            | تمثيل بياني يوضح قيم المتوسط الانحراف و قيم "ت" في الاختبار البعدي<br>للعينتين                   | 04           |

|    |               |
|----|---------------|
| أ  | البسمة        |
| ب  | كلمة شكر      |
| ج  | الإهداء       |
| د  | قائمة الجداول |
| هـ | قائمة الأشكال |

## محتويات البحث:

### التعريف بالبحث

|  |                                   |
|--|-----------------------------------|
|  | مقدمة                             |
|  | الإشكالية                         |
|  | فرضيات البحث                      |
|  | أهداف البحث                       |
|  | أهمية البحث                       |
|  | تحديد المصطلحات البحث             |
|  | الدراسات السابقة والمثابهة        |
|  | مدى الاستفادة من الدراسات السابقة |

## الباب الأول : الجانب النظري .

### الفصل الأول: البرنامج التعليمي و الوسائط المتعددة .

|  |  |
|--|--|
|  | تمهيد  |
|  | مفهوم البرنامج التعليمي  |
|  | كيفية تنفيذ البرنامج التعليمي  |
|  | تقويم البرنامج التعليمي  |
|  | مراحل تطور الوسائط المتعددة.   |
|  | مفهوم الوسائط المتعددة   |
|  | مكونات الوسائط المتعددة و أهميتها في العملية التعليمية.                |
|  | النص المكتوب (Text)  |
|  | الصورة (Image- Pictures)   |
|  | الصوت (Sound):   |
|  | الحركة (Animotion)   |
|  | الفيديو (Viedo)  |
|  | خصائص الوسائط المتعددة   |
|  | وظائف الوسائط المتعددة   |
|  | أهمية الوسائط المتعددة في عملية التعليم و التعلم                       |
|  | دور الوسائط المتعددة في تحسين العملية التعليمية                        |
|  | الاعتبارات التي يجب مراعاتها عند تصميم برنامج باستخدام برمجيات الوسائط |

|  |   |
|--|---|
|  | المتعددة  |
|  | مشكلات استخدام الوسائط المتعددة في المجالات الرياضية. |
|  | التمويل.  |
|  | سرعة التطور   |
|  | المهارات الأساسية للعامل البشري 31                    |
|  | أسلوب الحفظ و التخزين                                 |
|  | الوسائط المتعددة المستخدمة في الدراسة                 |
|  | خلاصة   |

### الفصل الثاني:

|  |                            |
|--|----------------------------|
|  | تمهيد                      |
|  | نبذة تاريخية عن دفع الجلة  |
|  | مواصفات وكل الأداء و الجلة |
|  | مراحل الفنية لدفع الجلة    |
|  | مسك الجلة                  |
|  | وقفة الاستعداد             |
|  | وضع الذراع الحرة           |
|  | وضع الرأس                  |
|  | مرحلة التحضير للزحف        |
|  | مرحلة الزحف                |
|  | وضع الدفع                  |

|  |   |
|--|---|
|  | مرحلة الدفع                               |
|  | مرحلة الاتزان                             |
|  | الأخطاء الشائعة في دفع الجلة بطريقة الزحف |
|  | وقفة الاستعداد                            |
|  | الزحف                                     |
|  | وضع الدفع                                 |
|  | الدفع و التخلص                            |
|  | الخلاصة                                   |

### الفصل الثالث: طالب التربية البدنية

|  |  |
|--|--|
|  | تمهيد                                  |
|  | طالب التربية البدنية                   |
|  | يضم المعهد ثلاث شعب لطلبة الماستر      |
|  | طالب التربية البدنية                   |
|  | السداسي السادس/ تخصص تربية و حركة      |
|  | السداسي الخامس/ تخصص: التربية و الحركة |
|  | خلاصة                                  |



## الباب الثاني : الجانب التطبيقي

### الفصل الأول : منهجية البحث و إجراءاته الميدانية .

|  |                                    |
|--|------------------------------------|
|  | 1-منهج البحث                       |
|  | 2-الدراسة الاستطلاعية              |
|  | 3-الدراسة الاساسية                 |
|  | 4- عينة البحث و كيفية اختيارها     |
|  | 5-ضبط المتغيرات لأفراد العينة      |
|  | 6-مجالات البحث                     |
|  | 7-الخصائص السيكومترية لأدوات البحث |
|  | 8-أدوات البحث                      |
|  | 9- العالجة الاحصائية               |
|  | خلاصة                              |

### الفصل الثاني : عرض وتحليل و مناقشة النتائج .

|    |  |
|----|--|
| 01 | عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى  |
|    | لا توجد فروق ذات لالة احصائية بين الاختبار القبلي للعينة الضابطة و التجريبية |
|    | عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية   |
|    | - توجد فروق ذات لالة احصائية بين الاختبار القبلي للعينة الضابطة              |
|    | - عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة   |

|  |  |
|--|--|
|  | توجد فروق ذات لالة احصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للعينه التجريبية |
|  | - عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة                                       |
|  | - توجد فروق ذات لالة احصائية بين عينتي البحث في الاختبار البعدي          |
|  | 1-1- الاستنتاج العام   |
|  | 1-2- الخاتمة   |
|  | 1-3- حدود البحث و فتوحاته  |

المراجع

الملاحق

ملخص البحث باللغة العربية

## 1 مقدمة :

يمثل العصر الحديث ثورة علمية متصلة تقوم ببناء صرح عالم جديد ،يتميز بالتغير المتسارع والانفتاح الإعلامي الثقافي الحضاري العالمي، مما جعل عملية التنمية الشاملة للقوى البشرية في هذا العصر من أهم عوامل التقدم و الازدهار في كافة الاتجاهات ، لذا فان دول العالم تسعى جاهدة الى الاهتمام بالعلم وتطبيقاته المختلفة في جميع المجالات ، والى تطوير نظمها التعليمية، و هذا التطوير يحتم على التربويين ضرورة مراجعة أساليب و طرق تقديم المعلومات والمناهج الدراسية و كذلك الطرق المناسبة لاستخدام التطبيقات التكنولوجية الحديثة التي تتناسب مع العملية التعليمية و مراعاة قدرات المتعلم حتى يمكن الوصول به إلى درجة عالية من التحكم و الكفاءة. الأمر الذي جعل العملية التعليمية تشهد في هذا العصر تطورا شاملا في مجال تكنولوجيا التعليم واستخدام التقنيات الحديثة ، والتي هي جزء لا يتجزأ من النظام التعليمي الشامل ، وضرورة من ضرورياته.

وقد شهدت السنوات الأخيرة طفرة هائلة في المستحدثات التكنولوجية المرتبطة بمجال التعليم وظهرت مفاهيم جديدة في ميدان التعليم كالتعليم بمساعدة الحاسوب، وتكنولوجيا الوسائط المتعددة، والتعليم عن بعد ، والمؤتمرات بالفيديو ، وشبكات الحاسوب المحلية والعلمية ، والأقراص المدمجة ، والواقع الافتراضي وأصبح واضحا ضرورة الاستفادة من هذه التكنولوجيات في العملية التعليمية.

و تعد الوسائط المتعددة إحدى الوسائل التعليمية الحديثة في عملية التعليم إذا ما استخدمت بعناية حيث أن الشرح اللفظي لا يكفي، فالمتعلم لا يستطيع أن يفهم بالشرح إلا في حدود معارفه و معلوماته و لكن يمكن باستخدام الوسائط توفير حدود أكثر وضوحا عن الخبرة و النشاط المراد تعلمه .

ومن الناحية النظرية وفي هذا الصدد أكد (عبد المنعم 1998م) على أن التدريس بتكنولوجيا الوسائط المتعددة يسهم في تحقيق الفردية في التعلم ويشجع على التعلم الذاتي حيث يراعي الفروق الفردية بين المتعلمين، وإعطاء البدائل للبدء السليم في البرنامج، بمعنى أن المتعلم يستطيع ضبط المادة التعليمية وفق استجابته، وفي إطار متنوع أساليب التدريس والتدعيم والتدريبات والأمثلة.

(عبد المنعم 1998م، ص68)

و يرى الباحثان أن استخدام تكنولوجيا الوسائط المتعددة يتيح للمدرس أن يقوم بدور تربوي حديث فبرنامج الوسائط المتعددة يسهل للمدرس تحقيق أهدافه ، و يوفر له الوقت و الجهد ، وبذلك

تتاح له فرصة مناقشة الطلبة و مراعاة ما بينهم من فروق فردية، و يستمع إلى أسئلة و آراء و وجهات نظر المتعلمين وذلك يحقق إيجابية المتعلمين في العملية التعليمية.

ونظرا لأهمية الوسائط المتعددة في التعلم فقد استخدم كثير من الباحثون هذا الأسلوب بصور مختلفة في مجال مواد العلوم التربوية المتنوعة منهم دراسة كل من (مصطفى جودت 1987م) ( رؤوف عزمي 1992م ) ( إيمان عبد الرازق 2001م).

وقد أكدت هذه الدراسات فاعلية هذا الأسلوب في تدريس الموضوعات العلمية المختلفة ، أما في تعليم مهارات الأنشطة الرياضية فلقد تناولت بعض الدراسات والبحوث أسلوب الوسائط المتعددة كدراسة كل من : (ريم محمد محسن 1995م) ( محمد سعد زغلول ، يوسف كامل 1995م ) ( هشام عبد الحليم 1999 م ) (حسين فهمي عبد الظاهر 2000 م) (إيهاب غرا 2001 م ) ولقد أظهرت نتائجها ان استخدام الوسائط يعمل على تعلم بعض مهارات الأنشطة الرياضية وعلى أهميتها في الارتقاء بالعملية التعليمية ، كما أنها تعمل وتساعد المعلم على تحقيق أهداف دروسه والتي تساهم بالاتصال التعليمي الفعال بين المعلم والمتعلم مع استخدام التغذية الرجعية السريعة والتي تساعد على تصويب الأخطاء .

و من هنا جاءت هذه الدراسة تبرز أهمية استخدام الوسائط المتعددة كوسيلة فعالة لخدمة العملية التعليمية إضافة إلى اقتراح برنامج تعليمي لتحسين الأداء الفني لمهارة دفع الجلة لدى طلبة السنة الثالثة تخصص ألعاب القوى .

ولغرض تحقيق هذه الدراسة اخترنا عينة من طلبة السنة الثالثة تخصص ألعاب القوى والذين تتراوح أعمارهم ما بين (21-25) سنة، ذكور ، مستخدما المنهج التجريبي لكشف جوانب الدراسة والتي اشتملت على بايين الباب الأول اشتمل ثلاثة فصول نظرية لها علاقة مباشرة بموضوع الدراسة والباب الثاني فشمّل فصلين يتعلّقان بالجانب التطبيقي.

و تطرقنا في الفصل التمهيدي إلى التعريف بالبحث بمختلف جوانبه من حيث الإشكالية والفروض والأهداف والدراسات السابقة.

أما في الفصل الاول النظري حيث شمل على البرنامج التعليمي المدعم بالوسائط المتعددة وتناولنا فيها تعريف البرنامج و كيفية تنفيذ البرنامج و عملية تقويم البرنامج بالإضافة إلى مكونات الوسائط المتعددة و أهميتها في عملية التعلمية .،

أما في **الفصل الثاني نظري** فقد تطرقنا إلى نبذة تاريخية عن رياضة دفع الجلة و المراحل الفنية لدفع الجلة ،بالإضافة الى موصفات و شكل الاداة و كذلك الأخطاء الشائعة في دفع الجلة بطريقة الزحف.

أما بخصوص **الفصل النظري الثالث** فتضمن تعريف الطالب الجامعي و كذلك تطرقنا الى تحديد تخصصات الموجودة في المعهد بالإضافة الى السداسي الخامس و السادس بالنسبة لطلاب السنة الثالثة .

في ما يخص الباب الثاني واشتمل على فصلين :

**الفصل التطبيقي الاول** تضمن المنهج المتبع ، الدراسة الإستطلاعية و الأدوات المستعملة في البحث و مجتمع وعينة البحث وفي الأخير عرض أهم الإجراءات الإحصائية المعتمدة في التحليل العلمي لأدوات البحث واهم الادوات الاحصائية المستعملة.

**الفصل التطبيقي الثاني** فقد شمل عرض وتحليل ومناقشة نتائج البحث والاستنتاج العام والخاتمة والخروج بجملمة من الاقتراحات.



**(1) الإشكالية:**

تعاني معظم المؤسسات التعليمية والتدريبية من عوائق كثيرة لأداء مهامها، منها: قلة عدد المدرسين المتخصصين، البطء في إدخال العلوم والتقنيات الحديثة في المناهج التعليمية، عدم التوازن بين عدد المدرسين و أعداد الطلبة لذلك كان البحث عن وسائل مساعدة للمدرسين في التعليم والتدريب أمرا في غاية الأهمية

ونظرا لزيادة أعداد المتعلمين و الأخذ بمبدأ مراعاة الفروق الفردية أصبح تعلم الأنشطة الرياضية أسوة بغيره من مجالات التعلم يحتاج إلى تطبيق الأساليب العلمية الحديثة لتحقيق الأهداف التعليمية المرغوبة ، فعندما تتعدد المهارات و تتسع المعارف و المعلومات ، وتتطور القواعد و القوانين المرتبطة بهذه الأنشطة تصبح الوسائل التقليدية المتبعة في التعليم غير كافية لتحقيق التقدم المنشود لرفع كفاءة العملية التعليمية ، لذا اتجهت الأنظار نحو الاستفادة من التطبيقات التربوية المعاصرة في استخدام و توظيف تكنولوجيا التعليم.

(عبد العزيز علي الدشتي، 1889م، ص21)

ولما كانت مهارة دفع الجلة من الأنشطة الفردية المدرجة ضمن مقياس ألعاب القوى و التي تدرّس لطلبة معاهد التربية الرياضية و تشتمل على العديد من التقنيات كتقنية الدفع بالخطوة الجانبية و تقنية الدوران و تقنية الدفع بالزحلقة ومن خلال الاحتكاك بطلبة المعهد لفت انتباه الطالب الباحث وجود صعوبة في أداء مهارة الدفع بالزحلقة، و إن عدم إتقان الطالب لهذه المهارة خلال مدة تكوينه بالمعهد سيؤثر على عمله سلبا كأستاذ في المستقبل وهذا هو مكنم المشكلة، لهذا فلا بد من استخدام بعض الوسائل المساعدة في عملية التعليم ، و مساندة للتطور الحاصل ظهر على الساحة التعليمية ما يعرف بتكنولوجيا الوسائط المتعددة و التي أخذت طريقها إلى المؤسسات التعليمية في العالم العربي و ازداد الإقبال على استخدامها بدرجات متفاوتة كجزء من انتشار التكنولوجيا في مجال التعليم.

و قد اتفق عدد من الباحثين (عبد الحليم، 1995م) (البغدادي 1998م) (عباس 2001م) على فعالية التدريس باستخدام تكنولوجيا الوسائط المتعددة ودورها في استثارة الدافعية لدى المتعلم وجذب انتباهه وتمكينه من التعلم الصحيح وتتابعه في المحتوى التعليمي، وكذلك فهم

الهيكل البنائي لأنواع المعارف بمعني تكوين معرفة متكاملة ذات معنى وليس معرفة مجزأة، وفي نفس الوقت تدعيم التعلم التعاوني عندما يعمل الطلاب في مجموعات تعاونية لمناقشة الاستراتيجيات التعليمية المختلفة في بيئة تتناول المفاهيم المجردة وطرق تبسيطها وتعلمها وفي زمن تعلم مختصر تتراوح نسبته من 20-40% من الوقت المخصص لحدوث التعلم مقارنة بالطريقة التقليدية.

(الفار إبراهيم عبد الوكيل، 1998م، ص59)

و لقد قامت عدة دراسات في مجال التربية الرياضية أشارت إلى أن طريقة التدريس بالوسائط المتعددة كانت أفضل من طريقة التدريس التقليدية في تعلم المهارات الحركية منها دراسة كل من (صبان محمد 1996م في السباحة) ، و دراسة (أسامة بن سلمان الحازمي 2004 في كرة السلة)، و دراسة (م.مختار 2007م في كرة القدم).

و من هنا برزت الحاجة إلى هذه الدراسة لتبين مدى فعالية برنامج مقترح (وحدات تعليمية) باستخدام تكنولوجيا الوسائط المتعددة في تحسين الأداء الفني لمهارة دفع الكرة. و من ثم يطرح الباحثان التساؤل التالي:

ما مدى مساهمة البرنامج المقترح والمدعم بالوسائط المتعددة في تحسين الأداء الفني لمهارة دفع الكرة لدى طلبة السنة الثالثة تخصص ألعاب القوى ؟

## 2.1) التساؤلات الجزئية:

1. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي بين العينتين التجريبية و الضابطة في مستوى الأداء الفني لمهارة دفع الكرة ؟
2. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للعينتين الضابطة في مستوى الأداء الفني لمهارة دفع الكرة ؟
3. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للعينتين التجريبية في مستوى الأداء الفني لمهارة دفع الكرة ؟



4. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار البعدي للعينتين الضابطة و التجريبية في مستوى الأداء الفني لمهارة دفع الجلة ؟

## (2) فرضيات البحث:

### 2.1 ( الفرضية العامة:

يؤثر البرنامج المقترح والمدعم بالوسائط المتعددة تأثيرا إيجابيا في تحسين الأداء الفني لمهارة دفع الجلة لدى طلبة السنة الثالثة تخصص ألعاب القوى.

### 2.2 الفرضيات الجزئية:

#### أ. الفرضية الأولى:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي بين العينتين التجريبية و الضابطة في مستوى الأداء الفني لمهارة دفع الجلة

#### ب. الفرضية الثانية:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للعيينة الضابطة في مستوى الأداء الفني لمهارة دفع الجلة.

#### ج. الفرضية الثالثة:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للعيينة التجريبية في مستوى الأداء الفني لمهارة دفع الجلة لصالح الاختبار البعدي.

#### د. الفرضية الرابعة:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين الضابطة التجريبية في القياس البعدي و لصالح العينة التجريبية.

**(3) أسباب اختيار الموضوع:**

- قلة الدراسات حول الموضوع.
- الميل الشخصي لدراسة هذه الظاهرة.
- إبراز دور تكنولوجيا الوسائط المتعددة في تحسين العملية التعليمية.
- البحث عن كل ما هو جديد فهو مطلب كل طالب أو باحث أثناء إنجازه لدراسة معينة و تدعيم و إثراء رصيدنا العلمي و المعرفي.

**(4) أهداف البحث:**

- التعرف على مدى تحكم الطلبة في مهارة دفع الجلة قبل البرنامج.
- تصميم وحدات تعليمية لمجموعة البحث.
- التعرف على مدى فعالية الوحدات التعليمية المقترحة والوسائط المتعددة في تحسين الأداء الفني لمهارة دفع الجلة.
- لفت الانتباه إلى استخدام تكنولوجيا التعليم في تدريس المواد التطبيقية في معاهد التربية البدنية.

**(5) أهمية البحث:****5-1- من الناحية العلمية :**

- إبراز أهمية تكنولوجيا الوسائط المتعددة في تحسين العملية التعليمية.
- مناقشة النتائج و الوصول إلى استنتاجات لوضع مختلف الاقتراحات و التوصيات.
- البحث عن نوع الوسائط المتعددة المناسبة لتدريس مهارة دفع الجلة.

**5-1- من الناحية العملية :**

- اعطاء أهمية بالغة للوسائط المتعددة للعملية التعليمية و التدريبية
- معرفة تأثير البرنامج التعليمي المقترح في تحسين الأداء الفني لمهارة دفع الجلة .

## 6) تحديد المفاهيم والمصطلحات:

## 1.6): البرنامج التعليمي:

## أ. التعريف الاصطلاحي:

الخطوات التنفيذية في صورة أنشطة تفصيلية من الواجب القيام بها لتحقيق الهدف.

(مفتي ابراهيم 1998 .ص:260)

## التعريف الإجرائي:

وحدات تعليمية مصممة بهدف تحسين الأداء الفني لدفع الجلة.

## 2.6) الوسائط المتعددة:

## أ. التعريف الاصطلاحي:

تتكون كلمة الوسائط المتعددة من كلمتين باللغة الإنجليزية من مقطعين **Multi\_Média** فكلمة multi تعني المتعددة و كلمة média تعني وسائل أو وسائط و التي تعني في العملية التعليمية استخدام مجموعة من الوسائط مثل الصوت و الصورة أو مقطع فيديو بصورة متناسقة و متكاملة بحيث تؤدي إلى تحسين عملية التعلم.

(عفانة ، عزو إسماعيل و الخزندار ، نانلة نجيب، 2007، ص87)

## ب. التعريف الإجرائي:

تكامل و ترابط مجموعة من الوسائل المؤتلفة (نصوص العناوين و النصوص المكتوبة والمسموعة، و الرسوم التوضيحية، والصور الثابتة والمتحركة والفيديو ) تعرض بواسطة الحاسوب الشخصي و عارضة الوسائط المتعددة (الداشو).

**3.6) الأداء الفني:****أ. التعريف الاصطلاحي:**

هو التعاقب الحركي الاتوماتيكي المنظم الحاصل نتيجة التدريب باستخدام الأداة التي يمكن بواسطتها حل الواجبات الفنية المراد تنفيذها.  
( هاشم ياسر حسن . 2011.ص29)

**ب. التعريف الإجرائي:**

هو الحل الميكانيكي الأمثل للمشكلة الحركية المطلوب القيام بها في أفضل صورة للحصول على أفضل النتائج.

**4.6) الطالب الجامعي:****أ. التعريف الاصطلاحي:**

هو الطالب المتحصل على شهادة البكالوريا و الذي تتوفر الشروط العلمية و الفكرية التي تؤهله للالتحاق بإحدى مؤسسات التعليم العالي

**ب. التعريف الإجرائي:**

هو الطالب النظامي المنخرط في الدراسة الجامعية لنيل الشهادات العليا المسجل في معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية للسنة الثالثة تخصص ألعاب القوى.

**7) الدراسات المشابهة والمرتبطة بالموضوع:****1- الدراسات الأجنبية:****أ. دراسة برميك 2001م (Permyzak j. Pieron, m Coles):**

برنامج تدريبي باستخدام الفيديو لتحسين الأخطاء في الأداء و عمليات التغذية المرتدة من قبل معلمي طلاب التربية الرياضية، أجريت الدراسة على عينة من طلاب التربية الرياضية قوامها(40) طالبا أظهرت النتائج ان التدريب باستخدام الفيديو أدى إلى تحديد الخطأ كما أدى إلى تحسين جوهرى في الجوانب الكمية والنوعية لعملية تحليل المهارة الرياضية.

**ب. دراسة ستان جوليان 1996 م :**

و استهدفت هذه الدراسة التعرف على أثر كلا من الميكروكمبيوتر و الأفلام التعليمية في تدريب ألعاب القوى و تطوير التعليم الفردي للأيروبيك ، و قد بلغ حجم العينة ( 20 ) تلميذا و استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية و الضابطة و كان من اهم النتائج أن البرنامج التكنولوجي المستخدم أدى إلى تطوير مستوى الطلاب في مسابقات الميدان و المضمار و الأيروبيك.

**2-الدراسات العربية:****أ. دراسة الفاتح، عائشة 2001 م:**

و استهدفت الدراسة تصميم برنامج باستخدام الحاسب الآلي لتعليم بعض المهارات الأساسية في المباراة " وبلغ قوام العينة ( 48 ) طالبة استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية و الضابطة و كان من أهم النتائج وجود فروق دالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية في مستوى الأداء المهاري للمهارات قيد البحث

**ب. محمود، محمد وعبد القادر، مصطفى 2002 م**

هدفت الدراسة الى التعرف على تأثير استخدام برنامج الهيريميديا على تعلم مهارتي التصويب و ضرب الكرة بالرأس لدى المبتدئين في كرة القدم و بلغ قوام عينة البحث ( 40 )مبتدئ و استخدم الباحثان المنهج التجريبي و تم تقسيم العينة الي مجموعتين إحداهما تجريبية و الأخرى ضابطة ، و قد دلت النتائج على فاعلية استخدام أسلوب الهيريميديا في تعلم التصويب و ضرب الكرة بالرأس للمجموعة التجريبية.

**ج. دراسة سليمان، 2011 م**

هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر استخدام جهاز عرض البيانات (داتاشو) في الإكساب والاحتفاظ ببعض مهارات كرة اليد، إذ أجريت الدراسة في معهد التربية الرياضية في محافظة دهوك /العراق، وقد تكونت عينة البحث من ( 30 ) طالبا، وزعوا على مجموعتين بالطريقة العشوائية، وبواقع ( 15 ) طالبا

لكل مجموعة، و قد دلت النتائج على فاعلية استخدام جهاز عرض البيانات (داتاشو) لإكساب والاحتفاظ ببعض مهارات كرة اليد "قيد البحث"

#### هـ. دراسة حسن بن محمود عبد القادر الدقل 2013 م

هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر استخدام الوسائط المتعددة في تعلم بعض مهارات كرة السلة لتلاميذ المرحلة الثانوية ، واختار الباحث عينة عمدية من مجتمع الدراسة وبلغ عددهم (60) طالبا، وزعوا على مجموعتين متكافئتين، وبواقع (30) طالبا لكل مجموعة، و قد دلت النتائج على فروق بين العينتين في القياس البعدي و لصالح العينة التجريبية.

#### 1.7) التعليق على الدراسات السابقة :

من خلال العرض السابق للدراسات السابقة والذي أشار معظمها إلى أهمية استخدام و توظيف الوسائط المتعددة في العملية التعليمية في مختلف النشاطات الرياضية ، فقد اتفقت معظم هذه الدراسات على استخدام المنهج التجريبي و ذلك لملائمته لطبيعة البحث . كما اعتمدت الدراسات السابقة في جمع البيانات على الاختبارات و القياسات الخاصة بمتغيرات البحث .

كما أجمعت كل الدراسات على أهمية استخدام الوسائط المتعددة في عملية التعلم لما لها من أهمية بالغة في و أثر كبير في تعليم الأفراد في مختلف الفعاليات الرياضية . و استفاد الباحثان من هذه الدراسات في تحديد المنهجية الصحيحة و السليمة للدراسة الحالية و أسلوب اختيار العينة و طرق معالجة النتائج و تفسيرها.



**تمهيد:**

أدت التطورات المتسارعة في السنوات القليلة الماضية في مجالات تقنيات الحاسوب وشبكة الانترنت والتكامل بينها إلى نشوء ما يسمى اليوم بتكنولوجيا الوسائط المتعددة وأدى استخدامها إلى اكتشاف إمكانيات جديدة لم تكن معروفة من قبل، ظهر أثرها بوضوح في جميع مجالات الحياة اليومية ومنها مجال التربية والتكوين لما لها من مميزات عديدة في توفير الجهد والوقت والمال، إلى جانب ما تتمتع به هذه التقنيات من إمكانية في التحوار مع المتعلم، الذي أصبح محور العملية التعليمية وبالتالي لا بد من إعطائه الدور الأكبر في تنفيذها.

و قد تناولنا في هذا الفصل مفهوم البرنامج التعليمي و كيفية تنفيذه و الأدوات المستخدمة ثم تطرقنا الى مفهوم الوسائط المتعددة و عناصرها وأهم خصائص الوسائط المتعددة وأهميتها في العملية التعليمية في ضوء تخصصنا.



**1) مفهوم البرنامج :**

يمكن تعريف البرنامج بأنه : الخطوات التنفيذية في صورة أنشطة تفصيلية من الواجب القيام بها لتحقيق الهدف " و يضيف عبد الحميد : هو عبارة عن الخطوات التنفيذية لعملية التخطيط لخطة صممت سلف ، و ما يتطلبه ذلك التنفيذ من توزيع زمني و طرق تنفيذ إمكانيات تحقيق هذه الخطة .

(مفتي ابراهيم 1998ص:260)

**1-2- كيفية تنفيذ البرنامج :**

يتم وضع الأسس و صياغة الهدف و تجميع المحتوى و تنظيم هذا المحتوى داخل البرنامج في تتابع زمني محدد و يأتي دور طرق تنفيذ هذا المحتوى و يعني هذا العنصر الأساسي بطرق و أساليب التنفيذ و يمكن أن يكون على النحو التالي :

- الاحماء
- الاعداد البدني
- الاعداد الفني و الخططي و الذهني و النفسي و العودة الى الحالة الطبيعية

**1-3- الأدوات المستخدمة في البرنامج :**

تعتبر الادوات و الأجهزة من أهم العناصر الرئيسية لنجاح أي برنامج تعليمي في مجال التربية البدنية و الرياضية ، و ذلك من الضروري توفير هذه الأدوات و تبرز أهميتها في :

- تساعد على رفع المستوى المهاري و الأداء الحركي
- تعمل على تفادي الفرد للاصابات
- تساعد المربي أو المدرب في تعليم المهارة في أقرب وقت ممكن
- وسيلة فعالة و جيدة من وسائل التشويق

(مفتي ابراهيم 1998 م . ص:260)

**1-4- تقويم البرنامج :**

التقويم هو عملية التي يتم بها إصدار الحكم على مدى وصول العملية التربوية الى أهدافها و مدى تحقيقها لأغراضها و تهدف الى مايلي :

- معرفة مدى نمو الفرد الممارس و حدود امكانياته

- الكشف عن حاجات الفرد و ميوله و قدراته
- تشخيص العقبات التي تعترض تقدم اللاعب و المدرب و المعلم
- الكشف عن الأفراد المتأخرين و أسباب هذا التأخر
- مساعدة البرنامج نفسه على معرفة مدى ما حققه من اهداف
- الحصول على المعلومات اللازمة لنقل الفرد الممارس من مرحلة الى أخرى

(عبد الحميد شرف، 1995، ص، 22)

## (2) الوسائط المتعددة (multimedia):

تطور مفهوم الوسائط المتعددة عبر مرحلتين:

### المرحلة الأولى:

بداية هذه المرحلة كانت في بداية الستينات و بالتحديد في عام 1971 م، حيث ظهر لمفهوم الوسائط المتعددة عدة تعاريف من مداخل متعددة أهمها حطة الدراسة أو المواقف التعليمية من كل جوانبها . و من أهم هذه التعاريف ما يلي:

حيث عرفها رشدي لبيب فيقول :

" مفهوم الوسائط المتعددة يعني أن يكون هناك وسائط للتعليم لا تكون اضافة لعمل المعلم و الكتاب المدرس أو مساعد لهما بل تكون الوسائط المستخدمة متكاملة مع خطة الدرس و جزء لا يتجزء منه " .

### المرحلة الثانية :

بدأت هذه المرحلة في أواخر السبعينات و بالتحديد عام 1989 م ، حيث بدأ يرتبط مفهوم الوسائط المتعددة بالتكنولوجيا و أصبح يطلق عليه تكنولوجيا الوسائط المتعددة ، و ارتبط هذا المفهوم الجديد بالكمبيوتر في معظم جوانبها من تصميم أو عرض أو انتاج .

**2-1- مفهوم الوسائط المتعددة:****يعرفها زين العابدين:**

أنها طائفة من تطبيقات الحاسب التي يمكنه تخزين المعلومات بأشكال متعددة تشتمل على النصوص والأصوات والرسوم والصور الساكنة والمتحركة وعرض هذه المعلومات بطريقة تفاعلية وفق المسارات يتحكم فيها المستخدم

(الشهران، 2003م، ص171)

**يعرفها الموسى:**

عبارة عن برامج تجمع بين مجموعة من الوسائط كالصوت والصورة والحركة والنص والرسوم والفيديو بجودة عالية وتعمل جميعها تحت تحكم الحاسب الآلي في وقت واحد.

(الموسى، 2002م، ص544)

**ويعرفها T.V Vanughan**

مزيج من النصوص المكتوبة والرسومات والأصوات والموسيقى والرسوم المتحركة والصور الثابتة والمتحركة يمكن تقديمها للمتعلّم عن طريق الكمبيوتر أو أي وسيلة إلكترونية أخرى.

(شيمي و إسماعيل، 2008م، ص263)

**2-2- مكونات الوسائط المتعددة و أهميتها في عملية التعليمية :**

تتكون الوسائط المتعددة من مجموعة من العناصر الرئيسية تتلخص كالآتي :

**2-2-1- النص المكتوب (Text):**

في الوقت الحاضر قلت أهمية النص التعليمي الى حد ما لوجود بعض الوسائل التي يمكن أن تحل محله في توصيل فحواه بصورة أفضل ، و بالرغم من هذا لا يمكن اغفاله بصورة كاملة حيث تكمن أهميته في قدراته على تفسير و توضيح المواد التي لا تعتمد على الصوت فقط .

عموما كلما استخدم النص المكتوب بكلمة قليلة وبلون معين وبخط مناسب و صوت معبر واضح يصحبه صورة بلون جذاب و تكون معبرة كان هذا افضل حيث يكون التفاعل كاملا من قبل المتعلم.

### 2-2-2- الصورة (Image- Pictures):

وهي عنصر هام من عناصر الوسائط المتعددة و تأخذ أشكالا عديدة منها .  
الصورة الثابتة -الصور المتحركة ، و قد تكون بشكل تتابعي لتكوين حركة متكاملة و هي كثيرة الاستخدام في مجالات التربية الرياضية ، حيث توضح المراحل المختلفة للمهارة الحركية و مراحل خط سير الحركة و اتجاهاتها حيث تتكون الصورة المتحركة عادة من الصورة و الحركة و الصوت و لا ننسى فإن إضافة الصورة المتحركة إلى الكمبيوتر الشخصي كان لها تأثيرها الفعال و المؤثر في الوسائط المتعددة .  
و يجب أن لا ننسى أن تكون الصورة معبرة و متصلة بالموضوع المراد تعلمه اتصالا وثيقا و أن تكون على درجة عالية من الوضوح .

### 2-2-3- الصوت (Sound):

في كثير من الأحيان يستخدم الصوت كبديل عن النص المكتوب في العملية التعليمية . و قد يكون الصوت للتعبير عن لغة منظومة ، وقد يكون صوت موسيقي ولكل منهما استخداماتها و أهدافه.

### 2-2-4- الحركة (Animotion):

مما لا شك فيه أن الصورة المتحركة لها تأثير ايجابي أكثر من الصورة الثابتة ، حيث يتضمن عامل التشويق الخاص في مفردات و مهارات الأنشطة الخاصة بالتربية الرياضية و قد يكون هناك رسوم متحركة و الحركة لها علاقة وثيقة تربط بين النص و الصورة ، ولا ننسى أن الحركة تزيد من عملية التفاعل بين المتعلم و البرنامج أو المادة المراد تعلمها

## 2-2-5- الفيديو (Viedo):

يعتبر الفيديو من أهم عناصر الوسائط المتعددة ، حيث يحمل بين طياته الصوت و الصورة و الحركة التي قد تعبر عن نص قد لا يقرأ و لكن يفهم بمجرد استخدام الفيديو .

( عبد الحميد شرف، 2000م، ص76 )

## 3-2- خصائص الوسائط المتعددة:

- الوسائط التعليمية جزء متكامل مع ما يتضمنه المنهج من مقررات، ولا تفصل عنه.
- الوسائط التعليمية تستخدم في جميع المراحل التعليمية، ومع جميع التلاميذ على اختلاف مستوياتهم العقلية.
- الوسائط التعليمية ليست بديلة عن الكتاب المدرسي أو المدرس الجيد.
- الوسائط التعليمية لا تعني الترفيه عن عناء وتعب الدراسة الأكاديمية.
- الوسائط التعليمية تعني الوسائط الأساسية في العملية التربوية التي عناصرها كل من المعلم والسبورة والكتاب، كما تعني أيضا لوسائط المعينة في العملية التربوية، مثل : الوسائط البصرية، والوسائط السمعية والوسائط البصرية السمعية.

(حاتم يوسف 2006م، ص12)

## 4-2- وظائف الوسائط المتعددة:

من أهم وظائف الوسائط المتعددة أنها تساعد الأستاذ في توصيل المعلومات والحقائق للتلاميذ بطريقة يسيرة ، كما أنها تعمل على تعزيز الخبرة الإنسانية، وتقديم حقائق هادفة ذات معنى، علاوة على أنها تقلل من جهود المعلم المبذولة في شرح ما يصعب شرحه من الحقائق والمفاهيم والتعميمات، كما أنها تثير الاهتمام ويساعد ذلك على توجيه استجابة الطالب نحو الهدف المنشود، كما أنها تعمل على تقبل السلوك حيث أن أثرها كبير في عملية التدريس حيث تساعد الأساتذة على رفع كفاءاتهم التدريسية وتحول آراء الأستاذ من شارح للدرس وملقن إلى مشرف وموجه لتلاميذه، كما أنها تتغلب على الحدود الطبيعية وتتعداها إلى الأفاق البعيدة ويساعد ذلك على حل المشكلات.

(منى خالد، محمود عياد، 2007م، ص15)

## 2-5- أهمية الوسائط المتعددة في عملية التعليم والتعلم:

- تسهيل العملية التعليمية وعملية عرض المادة المطلوبة.
- يمكن استخدامها في انتاج المواد التعليمية بنماذج مختلفة لعرض المادة التعليمية.
- تحفيز الطلبة على التفاعل بشكل أكبر مع المادة التعليمية وتحفيز العمل الجماعي.
- تسهل عمل المشاريع التي يصعب عملها يدويا وذلك باستخدام طرق المحاكاة في الحاسوب.
- يمكن عرض القصص والأفلام الأمر الذي يزيد من استيعاب الطلبة للمواضيع المطروحة.
- إمكانية استخدام الانترنت بشكل فاعل من خلال الوصلات التشعبية.
- تثير اهتمام التلاميذ كثيرا.
- تقدم أساسا ماديا للتفكير الإدراكي الحسي وتقلل من استخدام التلاميذ لألفاظ لا يفهمون معناها .
- ترسخ المعلومات في أذهان التلاميذ.
- توفر خبرات واقعية وحيوية تدفع التلاميذ إلى النشاط الذاتي.
- تزيد من ترابط الأفكار في ذهن الطالب.
- تساعد على نمو المعاني وزيادة الثروة اللغوية عند التلاميذ.
- أن استخدام الوسائط المتعددة يعتمد على دمج أكثر من وسيلة، كما تحقق عنصر التغذية الراجعة ، بما يؤدي إلى ارتباط الطالب بالبيئة التعليمية وشعوره بالإنجاز والفاعلية ، كما أن برامج الوسائط المتعددة تراعي تعلم الطالب تبعا لسرعته وقدرته الذاتية.

(منى خالد، محمود عياد، مرجع سابق، ص16)

## 2-6- دور الوسائط المتعددة في تحسين العملية التعليمية:

- إثراء التعليم :توسيع خبرات المتعلم وتيسير بناء المفاهيم.
- اقتصادية التعليم :فقد وفرت الوسائط المتعددة التكلفة في الوقت والجهد والمصادر.
- استثارة اهتمام المتعلم وإشباع حاجته للتعلم من خلال استخدام الوسائط المتعددة

- يستثار اهتمام المتعلم من خلال الخبرات الواقعية والتي تصبح لها معنا ملموسا وتوثيق الصلة بالأهداف التي يسعى المعلم إلى تحقيقها والرغبات التي يتوق إلى إشباعها.
- تساعد على زيادة خبرة المتعلم مما تجعله أكثر استعدادا للتعلم.
- تساعد على إشراك جميع حواس المتعلم، مما يؤدي إلى ترسيخ التعلم وتعميقه.
- تساعد على تحاشي الوقوع في اللفظية ، والمقصود في اللفظية استعمال المدرس ألفاظا ليست عند المتعلم ذات الدلالة التي لها عند المدرس ولا يحاول توضيح هذه الألفاظ.

(عبادات، 2004م، ص210)

## 2-7- الاعتبارات التي يجب مراعاتها عند تصميم برنامج باستخدام برمجيات الوسائط المتعددة:

- توفير مئات الوسائط المتعددة لا يعني أنه يجب تضمينها جميعا بالبرنامج التعليمي، فعليه الاختيار الدقيق من بينها ما يناسب محتوى المادة التعليمية فقط.
- جميع الوسائل المتوفرة بالبرنامج يجب أن تتضمن المحتوى التعليمي و يكون الهدف منها هو توصيل المعلومات إلى الطلاب بسهولة و سرعة و دقة وإتقان.
- الابتعاد عن كل ما يشتت انتباه الطالب أثناء دراسته للبرنامج حتى و إن كانت تلك الوسيلة أو السمة جذابة و مقبولة شكلا.
- الابتعاد عن كل ما يسبب الضيق للطلاب أثناء عرض البرنامج، فمثلا إذا كانت حركة النص على الشاشة متدفقة من اليمين إلى اليسار و ذلك يسبب للطلاب الضيق فعلى المعلم إلغائها.
- أن يجعل المبرمج شاشات البرنامج منسجمة و ليست متكررة مع بعضها من حيث الحركة و الانتقال من شاشة لأخرى و أحجام العناوين و النصوص والألوان و نوع الخط و غيرها من الوسائل التي يجب تضمينها بالبرنامج.
- ألا يستخدم المبرمج أكثر من ثلاثة أنواع خطوط داخل البرنامج التعليمي.
- أن يعتمد المبرمج على التناقض بين لون خلفية الشاشة و لون كتابة النص التعليمي.

- يرتب المبرمج مكونات الشاشة بنظام محدد يتم إتباعه في جميع الشاشات و يفضل أن تكون الرسومات أو الصور في بداية الشاشة و يأتي بعدها النص المعبر عنها ليشرحها.
- أن يركز المبرمج على جزئية واحدة في كل شاشة لكي يتمكن الطالب من استيعابها.
- أن يحدد المبرمج توقيت عرض الأفلام بدقة مع تزامن الحركة مع الصوت.
- أن يجعل المبرمج أماكن المفاتيح على الشاشة ثابتة و محددة.
- أن يكون الطالب قادرا على عرض تعليمات البرنامج و الرجوع للشاشات السابقة والخروج من البرنامج في أي وقت يريد ذلك.

(اسماعيل 2001م، ص 179)

## 2-8-8- مشكلات استخدام الوسائط المتعددة في المجالات الرياضية :

هناك مشكلات كثيرة تعترض عملية استخدام الوسائط المتعددة في المجالات الرياضية المختلفة نوجز منها مايلي:

### 2-8-1- التمويل :

بكل أسف لا زالت النظرة الى التربية الرياضية على أنها أحد كماليات الحياة و أنها غير ضرورية ، و هذا لا يتفق مع الحقيقة في شيء. ومن هنا لا يتحمس كثيرا من المسؤولين سواء عن التعليم أو الأندية أو مراكز الشباب على توفير الاعتمادات المالية الضرورية لشراء أو انتاج مثل هذه الوسائط المتعددة خاصة و أن هذه الوسائط المتعددة الحديثة مكلفة ماديا و تحتاج الى الكثير من الاعتمادات المالية .

### 2-8-2- سرعة التطور :

ان الوسائط المتعددة تتطور بسرعة مذهلة و مسايرة هذا التطور في الحصول على الجديد من الوسائط عملية مكلفة للغاية هذا جانب ومن جانب آخر الاجراءات البيروقراطية التي تتم لشراء أحد الوسائط المتعددة و التي تستغرق الكثير من الوقت . و بعد أن ننجح في الحصول على هذا الوسيط تكون قد قلت تقنيته بظهر أخرى أكثر تطورا و تقدما .



**2-8-3-المهارات الأساسية للعامل البشري:**

ونعني هنا المدرس و التلميذ و المدرب و اللاعب و درجة تأهيلهم لاستخدام مثل هذا النوع من الوسائط و التعامل معها فهناك أمية تكنولوجية و بذلك نجد صعوبة كبيرة في التعامل مه هذا النوع المتقدم من الوسائط المتعددة سواء كان ذلك في الاستخدام و الاصلاحات لبعض الاعطال البسيطة أو اعداد هذه الاجهزة للعمل مع الوضع في اعتبار سرعة تطورها بشكل يصعب ملاحقته مع هذه الأمية التكنولوجية

**2-8-4-أسلوب الحفظ و التخزين :**

لا زال حتى الآن أسلوب الحفظ و التخزين لهذه الوسائط المتعددة ليس على مستوى التقنيات العالية لها مما يعرضها الى الكثير من الأعطال في فترة مبكرة .

( عبد الحميد شرف، مرجع سابق،ص79 )

## خلاصة:

أصبحت العملية التعليمية، في ظل العصر التقني الحديث، تعتمد بشكل قوي على الوسائط المتعددة، مما أدى إلى تمايز فريقين أحدهما يتقن استخدام هذه الأدوات والتقنيات دون التوفر على الخبرة الكافية في أساليب وطرق التدريس، وفريق آخر لديه المعرفة والخبرة في العملية التعليمية التعلمية دون تلبية حاجيات المتعلمين من التشويق والإبداع التي تنتجها هذه الوسائط.

**تمهيد:**

تعتبر ألعاب القوى من أقدم أنواع الرياضة التي مارسها الإنسان، وتتضمن فروعاً متعددة مثل الجري والقفز والرمي، ويرجع تاريخ مسابقات ألعاب القوى إلى أقدم العصور وارتبطت هذه المسابقة بتاريخ الإنسان منذ فجر التاريخ حيث كان مضطراً للسعي وراء رزقه فيجوب الغابات والصحاري لجلب قوته وقوت أولاده.

و قد ظهرت مسابقة دفع الجلة منذ قديم الزمن في حياة الإنسان على رغم عدم إدراجها ضمن برنامج الألعاب الأولمبية القديمة، و يرجع الفضل في ظهورها إلى قوة الطبيعة التي حتمت على الإنسان أن يتمتع بقوة بدنية فائقة و صحة قوية حتى يتمكن من محافظة على بقاءه من خلال طرق الدفع المختلفة خلال العصور الوسطى.

## 01-نبذة تاريخية عن دفع الجلة:

يعتبر نشاط قذف الجلة من أعرق النشاطات الممارسة في ألعاب القوى، غير أنه لم تعطي تسميتها الصحيحة آنذاك، وكان لظهورها تطورا واضحا وبارزا منذ عام 1887م حتى عام 1910م عند رمي "جراي" الجلة مسافة قدرها (13,39) وكانت الطريقة الفنية إن صح التعبير حينها محدودة ثم تلاه رياضي آخر في هذه الفترة يدعى "رالف روز" الذي بلغت أحد رمياته (15.55)، وبعد ذلك تطورت الأساليب العلمية للرمي و تطور مستوى الأداء الحركي حتى بروز طريقة الزحلقة إلى الخلف عام 1952م ويعود الفضل في ذلك إلى الأمريكي "أوبرايان" وقد سميت نسبة له...

(حسن قاسم حسين، 1990، ص 480)

لكن لم تكن مدرجة في الألعاب الأولمبية القديمة حتى عام 1896م بأثينا، ويرجع الفضل في ذلك إلى الإنجليز الذين كانوا يستعملون المدافع الثقيلة توضع على دوائر شوكيه قطرها (07) أقدام، وكانت هذه المدافع ترمي قذائف كروية الشكل من صنع حديدي وزن الواحدة منها (16) رطل. وبعد التخلي عن عمل المدافع و أزيلت من أماكنها، بقيت الدوائر مرسومة على الأرض فاغتنمت الفرصة من قبل الشباب وأخذوا يرمي تلك الكرات من الدوائر وكان هدفهم في ذلك هو القياس بقوة المدافع.

ثم أضيفت بعد ذلك إلى برنامج المسابقات العشارية في الدورة الثالثة "بسان لويس" عام 1904م وفي الدورة الرابعة "بلندن" عام 1908م ألغيت المسابقة العشارية لكن بقية مسابقة دفع الجلة مستقلة بذاتها لكن أدخلت عليها تعديلات بدورة "ستوكهولم" عام 1912م حيث أضيفت لها مسابقة أخرى من نفس النوع وهي دفع الجلة باليد اليمنى ثم اليسرى على أن تجمع المسافات إلى بعضها لتحديد الفائز.

في سنة 1920م أعيدت من جديد إلى المسابقات، إلى جانب كونها ضمن المسابقات العشارية للرجال و السباعية للسيدات فقد كانت تؤدي بيد واحدة و ترمى من الثبات، ثم من حركة جانبية عند الألمان و الفنلنديين قبل أن يطورها الأمريكي أوبراين..

(الفيسي، ق. ج ، 1989 ، ص 89)

## 2- مواصفات وشكل الأداة أو الجلة:

يختلف الأداء الحركي لدفع الجلة من الناحيتين الفنية و القانونية عن مسابقات الرمي من حيث انه تدفع الجلة ولا ترمى وبالتالي وضعت لها مواصفات وقوانين مضبوطة من قبل الإتحاد الدولي لألعاب القوى.

فالجلة كروية الشكل، سطحها أملس مصنوعة من الحديد أو النحاس أو الصلب أو من معدن آخر لا يقل في ليونته عن معدن النحاس وتزن الجلة عند الرجال 7.260 كغ، وعند النساء 4 كغ، أما بالنسبة للتكنيك فهي لا تختلف بين الرجال والنساء.

**دائرة دفع الجلة:** تقذف الجلة من دائرة قطرها 2.135م على سطح مدكوك بموازية الأرض.

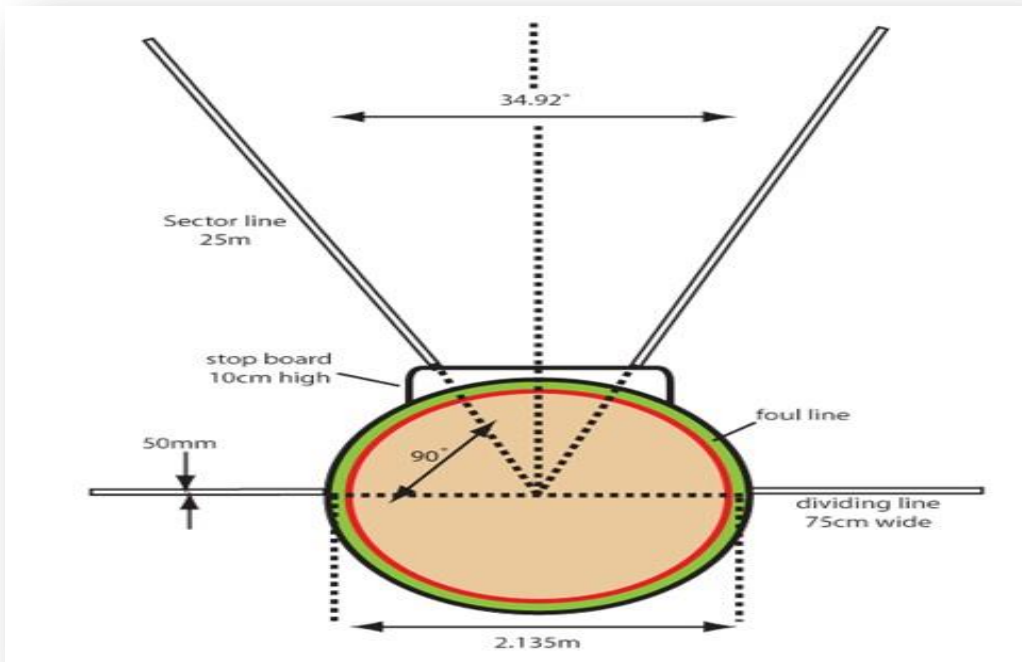
**لوحة الإيقاف:** تثبت اللوحة بإحكام في الجزء المتوسط من النصف الأمامي لمحيط الدائرة.

**صنع اللوحة:** تصنع اللوحة من الخشب المدهون أو بالخشب الأبيض.

**شكل اللوحة:** يكون شكل اللوحة مقوسا. سمك اللوحة: 1.4سم.

**طول اللوحة:** يكون طولها 1.22م أو 1.25م. إرتفاع اللوحة: 15سم.

(القيسي ق.ح. 1889 ص67)



### 3- المراحل الفنية لدفع الجلة (باستخدام الزحف):

يمكننا أن نقسم المراحل الفنية لدفع الجلة باستخدام الزحف إلى عدة خطوات ، و إن التقسيم هنا بغرض التحليل لكل جزء من أجزاء الحركة و لابد لهذه الأجزاء أن تؤدي كوحدة واحدة حيث تتم الحركة بتتابع دقيق دون فصل أو توقف حتى التخلص من الأداة. ومن هذه المراحل هي :

1. مسك الجلة ( Holding of the shot )

2. وقفة الاستعداد ( The starting position )

3. التحضير للزحف ( Starting Glide )

4. الزحف ( The Glide )

5. وضع الدفع ( The Delivery Position )

6. الدفع ( The Put )

7. التخلص و الاتزان ( The Recovery )

(س.ع. عمر، س.أ. الشرنوبلي، وآخرون ، 2002 ،ص30)

### 3-1-3- مسك الجلة :

تعتبر طريقة مسك الجلة من أهم النقاط بالنسبة لكل متسابق و تتوقف طريقة حملها على كيفية توزيع الأصابع و هناك ثلاث طرق لحمل الجلة :

أ. توضع الأصابع السبابة و الوسطى و البنصر خلف الجلة بينما ينتهي الخنصر ليساعد الإبهام في سند الجلة من الجانبين.

ب. وتختلف هذه الطريقة عن الأولى في عمل الإصبع الصغير فليس عمله في هذه الطريقة هو حفظ توازنها بل يساعد في دفعها للأمام و هذه الطريقة صعبة في التنفيذ و لا يستعملها إلا الأبطال العالميون.

ت. تكون الجلة في هذه الطريقة أكثر انخفاضا على سلمييات الأصابع حتى راحة اليد و يلاحظ أن هذه الطريقة تتاسب الأصابع القصيرة .

(ر.خ. مجيد و ع. م. الأنصاري، 2002، ص 217)

## 3-2- وقفه الاستعداد:

يقف فيها الرياضي عند مؤخرة الدائرة (النصف الخلفي للدائرة) مواجهها بظهره لمقطع الرمي بحيث تكون القدم اليمنى على خط الدفع و يرتكز الرياضي على خط الدفع بالقدم اليمنى بحيث يكون وزن الجسم على القدم اليمنى أما الرجل اليسرى فتكون للخلف على مسافة قدم واحد من الرجل اليمنى على أن ترتكز الرجل اليسرى على المشط و يكون الجذع مستقيما و الحوض متقدما للأمام بعض الشيء و ترفع الذراع اليسرى لأعلى و الجانب و ذلك لحفظ الاتزان و الرأس في وضعه الطبيعي و النظر متجه للأمام . مع عدم ميل اللاعب إلى اليمين او اليسار بحيث يكون ارتكاز الرياضي على الهيكل العظمي دون إحداث توتر لعضلات الجسم و من ثم يجهد الرياضي

( س.ع عمر، س.أ الشرنوبلي، وآخرون ، 2002 ، ص169 )

## 3-2-1- وضع الذراع الحرة:

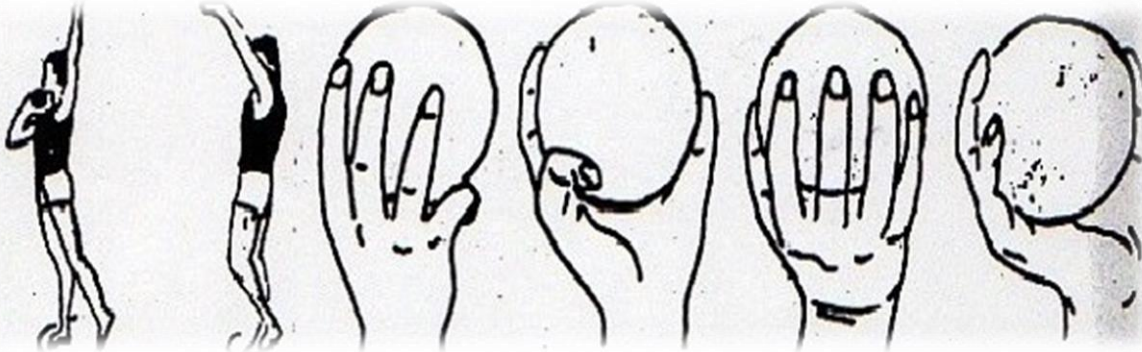
ويمكن للذراع أن تتخذ أحد الأوضاع التالية :

1. برفع الذراع الحرة عاليا.
2. برفع الذراع الحرة أماما.
3. طريقة أوبراين للذراع الحرة، وفيها يرفع الذراع عاليا بميل بسيط للأمام مع انثناء بسيط من مفصل المرفق و يكون الرسغ في حالة استرخاء كامل.

## 3-2-2 وضع الرأس:

يكون وضع الرأس عمودي و في امتداد الجسم ، و غير مسموح بميله للأمام أكثر من اللازم أو دفعه للخلف و يكون النظر على خط مستقيم في اتجاه مضاد لاتجاه الدفع.

(ر.خ مجيد و ع . م الأنصاري، 2002، ص 223)

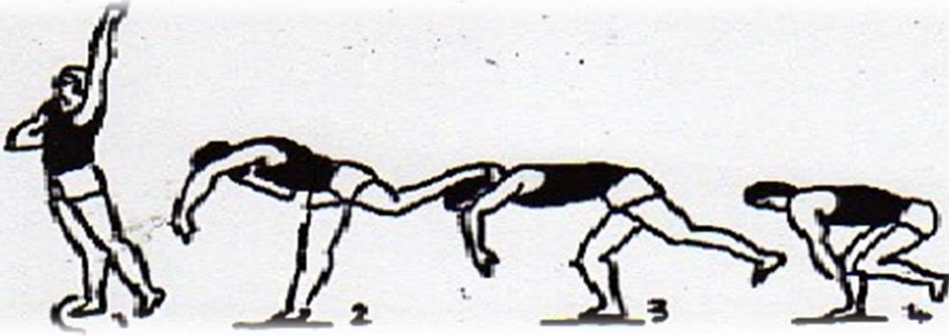


شكل رقم (02) يمثل كيفية مسك الجلة ووقفه الاستعداد

**3-2-مرحلة التحضير للزحف:**

من الوضع السابق يقوم الرياضي بثني الجذع للأمام بحيث يخرج الجزء العلوي من الجسم خارج الدائرة و في نفس الوقت ترفع الرجل اليسرى للخلف و لأعلى إلى المستوى الذي يصل فيه الجذع إلى الوضع الأفقي الموازي للأرض و الرجل اليسرى دون المستوى الأفقي بقليل و تكون الرجل اليمنى بها انثناء خفيف في مفصل الركبة و يقع وزن الجسم على القدم اليمنى مع احتفاظ الرياضي بالجلة في مكانها الصحيح و لا يتغير وضع الرأس بالنسبة للجذع و عندما يصل الجذع للوضع الأفقي يبدأ الرياضي بسحب الرجل اليسرى تجاه الرجل اليمنى حيث تنتهي الرجل اليمنى في مفاصل الفخذ و الركبة و القدم ، حيث تصل درجة انثناء ركبة الرجل اليمنى إلى 90° تقريبا و ينحني الجذع للأمام مقتربا في ذلك من فخذ الرجل اليمنى، و في نفس الوقت الذي ينحني فيه الجذع للأمام تسحب الرجل اليسرى نحو الرجل اليمنى و يرتفع كعب القدم اليمنى قليلا و يصبح وزن الجسم على مقدمة القدم اليمنى و النظر باتجاه الأمام و لأسفل و هذا الوضع يهدف إلى الوصول بالأداة إلى الوضع الذي يحقق لعملية دفع أطول و أنسب خط تؤثر فيه قوى الجسم على الجلة .

( س.ع عمر، س.أ الشرنوبلي، وآخرون ، 2002 ،ص 170 )



شكل رقم (03) يبين حركة التحضير للزحف

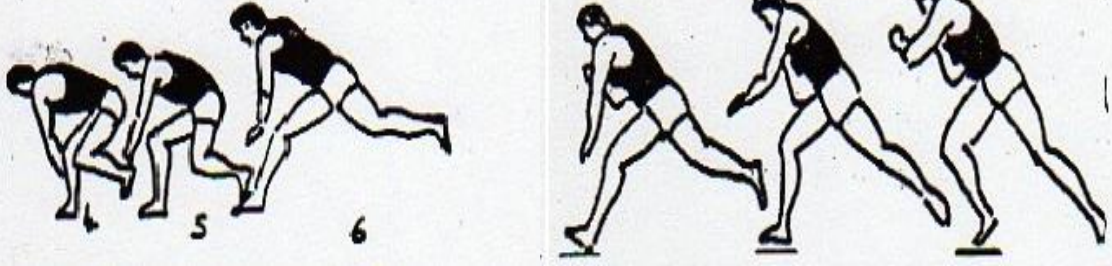
**3-4-مرحلة الزحف:**

عندما يبدأ الرياضي حركة الزحف عبر الدائرة ، فإن قدم الرجل اليسرى تمرجح للخلف في اتجاه مقطع الرمي من مفصلي الركبة و الفخذ بحركة قوية في اتجاه الحافة الداخلية للدائرة من الأمام و لوحة الإيقاف من الداخل حتى تمتد الركبة على كاملها تقريبا و ترفع اليد اليسرى نحو الأعلى حتى مستوى الكتفين لمنع دورانها نحو اليسار مبكرا و يظل النظر باتجاه أمامي-سفلي و نتيجة لذلك يرتفع مشط القدم اليمنى لأعلى و تركز القدم اليمنى على الكعب و عندما يقترب مشط القدم اليسرى من الأرض تبدأ الرجل اليمنى حركة زحف سريعة و قوية للخلف على الكعب مباشرة إلى منتصف الدائرة و قبل أن تصل القدم اليمنى



إلى منتصف الدائرة يتم لف مشط القدم إلى الداخل لتصنع زاوية  $120^\circ$  تقريبا ويجب أن تختتم الرجل اليمنى (رجل الارتكاز) و الرجل اليسرى (الحرّة) حركتهما في آن واحد على أن تصل الرجل اليسرى على مقدمة القدم حيث ينحرف مشط القدم في اتجاه الدفع.

(س.ع. عمر، س.أ. الشرنوبلي، وآخرون ، 2002 ،ص 171)



شكل رقم (04) يبين حركة الزحف

### 3-5- وضع الدفع:

بمجرد وضع كلا القدمين على الأرض بعد حركة الزحف يكون الجسم بذلك و الأداة قد اكتسبت سرعة في اتجاه الدفع و يطلق على هذا الوضع (وضع الدفع) في هذا الوضع يقع مركز ثقل الجسم على مقدمة القدم اليمنى (رجل الارتكاز) و ذلك في منتصف الدائرة ، فتكون زاوية ركبة رجل الارتكاز من  $115^\circ - 125^\circ$  ، و الرجل اليسرى (الحرّة) ممتدة من الركبة و مرتكزة على الحافة الداخلية الجانبية للقدم في مواجهة لوحة الإيقاف ، على أن تكون على الجانب الأيسر لخط الدفع ، وبمعنى آخر يكون مشط القدم اليسرى في محاذاة رجل قدم الارتكاز اليمنى مع بقاء الظهر مواجه لمقطع الرمي ، على أن يكون الجذع و الجانب الأيسر من المقعدة و الرجل اليسرى على امتداد واحد. مع وجود انثناء خفيف في مقدمة الرجل الحرّة (زاوية الركبة من  $150^\circ - 155^\circ$ ) و غلى حد ما يجب أن يسبق الفخذ الأيمن مفصل الكتف الأيمن (اليد الحاملة للأداة). و تهدف هذه المرحلة إلى الوصول بالجسم إلى وضع التحفز قبل إطلاقه للجلة .

(س.ع. عمر، س.أ. الشرنوبلي، وآخرون ، 2002 ،ص 172)



شكل رقم (05) يبين وضع الدفع

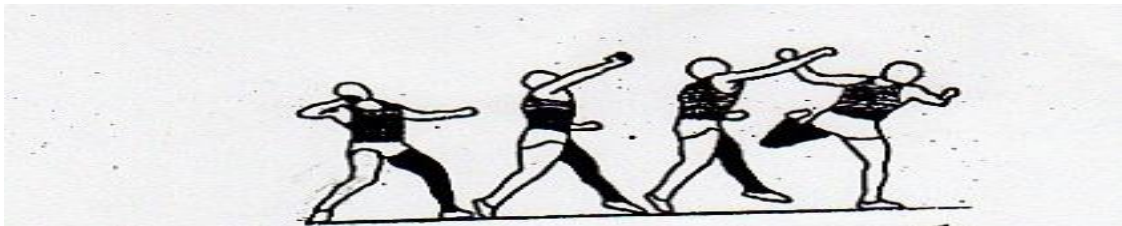
**3-6-مرحلة الدفع:**

الدفع هو المرحلة الرئيسية و التي تهدف إلى نقل قوى المتسابق الكامنة إلى الأداة في اتجاه الدفع ، و حركة الدفع تنتقل للجلة بواسطة كل من سرعة المد للرجلين و رفع و دوران الجذع ثم دفع الذراع الحاملة للجلة ، من خلال ذلك تكتسب الجلة أفضل تعجيل ، كما أن زاوية الانطلاق و ارتفاع نقطة التخلص من الأداة تعتمد على حركة القيادة للذراع الدافعة ، و من أجل الحصول على أفضل نتيجة يجب مراعاة أن الدفع الأخير بالذراع يبدأ بامتداد الرجل المرتكزة (اليمنى) من مفصل الكعب ثم الركبة فمفصل الفخذ ، مع حركة رفع الجذع لأعلى يلف الجذع للأمام و لأعلى في اتجاه حركة الدفع ، مع الاحتفاظ بوضع الجلة إلى جانب الرقبة و فوق الترقوة عند بداية حركة المد للرجل اليمنى و الوضع العمودي للجذع ، وبمجرد مواجهة الصدر اتجاه الدفع تقوم الذراع اليمنى الحاملة للأداة بحركتها (دفع الجلة للأمام و لأعلى بزاوية  $39^{\circ}$ - $42^{\circ}$ ) مع مراعاة أن يكون مفصل المرفق دائما خلف الأداة مباشرة ، أيضا أثناء حركة المواجهة بالصدر يلف مشط القدم اليمنى و اليسرى في اتجاه الدفع ، كذلك تعمل الرجل اليسرى كدعامة الارتكاز ، و أن تبقى ثابتة لا تستسلم للضغط الواقع عليها ، أما بالنسبة للذراع اليسرى فإن مرجحتها تكون بحركة دورانية سريعة على المستوى الأفقي في عكس اتجاه الدفع

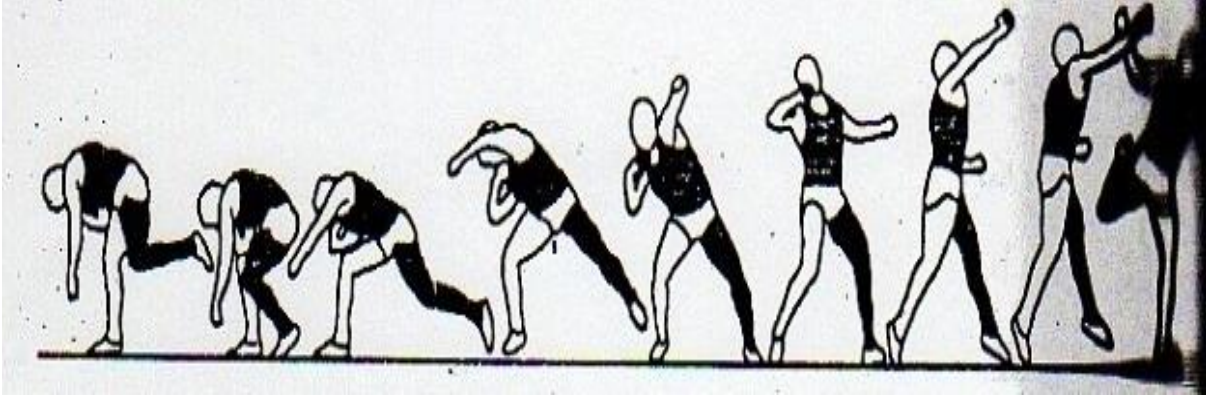
(س.ع. عمر، س.أ. الشرنوبلي، وآخرون ، 2002 ، ص 173)

**3-7- مرحلة الاتزان:**

تهدف هذه المرحلة على إيقاف كمية الحركة التي لم تنزل تدفع الجسم للأمام بعد التخلص من الأداة ، أي العمل على إيقاف إندفاع الجسم للأمام و حفظه داخل الدائرة. و من ثم يجب على الرياضي تبديل وضع القدمين في الدائرة فتنقل القدم اليمنى (الخلفية) للأمام خلف لوحة الإيقاف و تتحرك القدم اليسرى (الأمامية) إلى الخلف و لأعلى لمنع خروج اللاعب من الدائرة. (س.ع. عمر، س.أ. الشرنوبلي، وآخرون ، 2002 ، ص 174)



شكل رقم (6) يبين مرحلة الدفع و الاتزان



شكل رقم (7) يبين تسلسل تكنيك الزحقة في قذف الجلة

#### 04- الأخطاء الشائعة في دفع الجلة بطريقة الزحف:

##### 4-1- وقفة الاستعداد :

الخطأ: التصاق مفصل المرفق بالذراع أو رفعه لأعلى بزاوية 90 فأكثر.

السبب: عدم حمل الجلة بالطريقة السليمة.

إصلاح الخطأ: حمل الجلة بالطريقة السليمة مع وضع الأصابع خلف الجلة. على أن

يصنع العضد مع الذراع زاوية 45° و يتجه للأمام و الجنب.

الخطأ: الميل للأمام أو للجانب و سقوط مركز ثقل الجلة أمام أو جانب قدم الارتكاز

السبب : عدم حمل الجلة بالطريقة السليمة مع عدم اتخاذ الوضع السليم داخل الدائرة.

إصلاح الخطأ: التدريب على وقفة الاستعداد الصحيحة و حمل الجلة بطريقة سليمة.

##### 4-2- الزحف:

الخطأ: عمل وثبة و ليست زحفة.

السبب: مرجحة القدم الحرة لأعلى مع الدفع بقدم الارتكاز لأعلى و بشدة.

إصلاح الخطأ: الزحف على الكعب+ مرجحة الرجل الحرة للأمام و لأسفل.

الخطأ: الدوران بالحوض مبكراً أثناء الزحف

السبب: عدم الاحتفاظ بمحور الكتفين بشكل متعامد مع خط الدفع- أرجحة الذراع الحرة

للجانب.

**إصلاح الخطأ:** توجيه نظر اللاعب إلى مستوى الأرض و الاحتفاظ بالرأس و الكتفين في خط مستقيم مع وضع الذراع الحرة أمام و ليس لجانب.

#### 4-3- وضع الدفع:

**الخطأ:** إنحراف مركز ثقل اللاعب عن قدم الارتكاز :  
**السبب :** رفع الجذع عاليا أثناء الزحف - مع ارتفاع الرجل الحرة بشكل مبالغ فيه.  
**إصلاح الخطأ:** مرجحة الرجل الحرة للخلف لا يتعدى مستوى الجذع و في اتجاه الدفع.

#### 4-4- الدفع و التخلص:

**الخطأ:** سبق الكتفين للحوض أثناء الدفع  
**السبب:** الدوران المبكر بالجذع في اتجاه الدفع قبل اكتمال الزحف.  
**إصلاح الخطأ:** إستخدام تدريبات الدخول بالحوض بمساعدة الزميل.  
**الخطأ:** عدم مد مفصل الجسم أثناء الدفع  
**السبب:** ضعف مستوى القوى العضلية لدى اللاعب. وعدم التوافق الحركي للأداء.  
**إصلاح الخطأ:** تنمية اللياقة البدنية - استخدام التوقيت الحركي المتسلسل للأداء الفني (ركبة، فخذ، كتف، ذراع).  
**الخطأ:** عدم انسيابية الحركة بشكل عام و حدوث توقف بعد أداء الزحفة.  
**السبب:** التأخر في وضع القدم الحرة على الأرض.  
**إصلاح الخطأ:** وضع القدم الحرة بسرعة وذلك باستخدام التوقيت أثناء الأداء.

(س.ع. عمر، س.أ. الشرنوبلي، وآخرون ، 2002 ، ص 178)

**خلاصة :**

من خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل نستنتج أن الأداء المهاري الجيد في دفع الجلة هو ثمار العمل المتواصل للرياضي، فإذا كان الأداء جيد فإن الرياضي يتحرر من جميع النواحي البدنية والتقنية والنفسية، فالأداء والمهارة عاملين خارجين عن نطاق طاقة الرياضي، وحسب العناصر السالف ذكرها في هذا الفصل نكون قد أعطينا نظرة شاملة عن الأداء الفني للرياضي في دفع الجلة و كيفية تعلمه للوصول بهذا الأداء إلى أعلى مستوى.

**تمهيد:**

يعتبر الطلبة في كل مجتمع القوة الفاعلة التي تلعب دورًا بارزًا في عمليات التغيير والابداع ، لأنهم قادة المستقبل ، حيث تأمل كثير من المؤسسات التربوية في أن الدور سيكون حتمًا في خدمة المجتمع وتطوره إذا ما تم إعدادهم بشكل تربوي سليم ووفق أسس علمية وبرامج تنموية لتحقيق الأهداف العامة.

وقد أخذ مفهوم التخصص في الدراسات الرياضية وخلال العقدين الأخيرين من تاريخ كلية التربية الرياضية بالتوسع والتعمق ونظرًا لتطور علوم الرياضة ودخول أساليب متطورة في علم التدريب الرياضي تطورت مناهج الكلية وفق أسس تربوية لتتسجم مع التطور الحاصل في المجتمع ووفق حاجاته.

**01- الطالب في الجامعة :**

الطالب هو محور العملية التعليمية ، و الهدف الأساسي من التعليم في الجامعة هو الإسهام في بناء شخصية الطالب بحيث تصل هذه الشخصية إلى أبعادها المتكاملة في النمو ، شخصية تتمتع بالاتزان الانفعالي و الضبط الذاتي ، بعيدة عن الارتجال و العصبية ، يستخدم المنهج العلمي في حل المشكلات ، متفتحا على البيانات و الحقائق ، ترى الحقيقة ضالتها وتنشدها أينما وجدت ، تستوعب تشابك المصالح في شبكة العلاقات الاجتماعية على مستوى المجتمع الوطني و المجتمع العربي و العالم ككل.

ولكي يسهم الأستاذ في بناء شخصية كهذه ، يحتاج لأن يعي دوره كمرشد و كأستاذ و كنموذج للعدل و الموضوعية و الديمقراطية و المنهج العلمي في التفكير، فدور الأستاذ لا يقتصر على تقديم المعلومات بل يتعدى ذلك إلى ما هو أهم و هو الإسهام في تحقيق النمو المتكامل في شخصية الطالب ، هذا الطالب الذي سوف يسلم فيما بعد القيادة الاجتماعية ، ليسهم في توجيه المجمع في مجال تخصصه متأثرا إلى درجة كبيرة بخبراته في مرحلة الجامعة بما فيها من معلومات و علاقات و مهارات و نماذج سلوكية .

(سعيد التل، 1997، ص453 )

تم تطبيق المنهج الدراسي الموحد الصادر من وزارة التعليم العالي عن طريق الندوة الوطنية لإعداد البرامج في تخصص علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية في الموسم الدراسي 2013/2014

- يضم المعهد ثلاث شعب لطلبة الماستر هي :  
( النشاط البدني الرياضي المدرسي - التدريب الرياضي النخبوي - التحضير البدني ) ، كما يحوي تخصصين لطلبة الليسانس هما ( التربية و علم الحركة- التدريب الرياضي التنافسي).
- تم بناء المنهج الدراسي وفق نظام الفصول على ستة فصول دراسية خلال ثلاث سنوات دراسية.
- قسمت المواد الدراسية حسب أهميتها و علاقتها بالاختصاص الرياضي.

**02- التخصص في التربية البدنية و الرياضية:**

و لأجل التعرف على ماهية التخصص في التربية الرياضية يقول : (إسماعيل محمد رضا)



" إن مفهوم التخصص يعني دراسة الطالب لمادة واحدة على الأقل أو مادتين كي يكون متمكنا منها و دارسا لكافة جوانبها النظرية و التطبيقية، و إن التربية الرياضية بحد ذاتها تخصص و علاقتها بالتخصصات الباقية (العلوم الأخرى) متشعبة و متداخلة و لا يمكن الاستغناء عن هذه العلوم و العكس صحيح ، إلا أن كثرة تشعب فروع التربية الرياضية و جب تحديدها و بصورة عامة بما يفيد القصر "

( إسماعيل محمد رضا، 1990م، ص 75 )

و لإعطاء صورة واضحة حول كيفية بناء التخصص في المعهد يجري العمل على محورين أساسيين مع الإبقاء على مبدأ التكامل بين التدريس و التدريب في أقسام الكلية وفق منظور مستقبلي بعد تخرجهم . أي أن جميع الطلبة يمرون بنفس عدد الوحدات الدراسية للسنوات الثلاث و الاختلاف يكون في مضمون التخصص فقط ، حيث يتم على محورين مهمين يستفيد الطالب منهما في حياته العملية.

المحور الأول أن يفهم مهامه المستقبلية التي سوف تقع على عاتقه خلال عمله في المدارس أو في المؤسسات الأخرى و يتمثل هذا المحور في العملية التعليمية لكافة الألعاب الرياضية خلال سنوات الدراسة و التي تتلخص في تعلم المبادئ الأساسية لهذه الألعاب و كيفية تعليمها و التي سوف يحتاجها في مهامه التدريسية.

أما المحور الثاني فهو يركز على كيفية تدريب الناشئين في الفرق الرياضية لأغلب الألعاب الرياضية و بذلك يصبح الطالب مؤهلا للعملية التدريبية في المدارس و فرق النشاط المدرسي.

### 3- أسس بناء التخصص في المعهد:

تم استخدام ثلاثة فروع في المعهد هي:

- 3-1-1- فرع العلوم النظرية : حيث يشرف على تدريس كافة الموضوعات في علوم النظرية و التربية خلال السنوات الثلاث.
  - 3-1-2- فرع الألعاب الجماعية: و يشرف على تدريس كرة القدم و السلة و الطائرة و كرة اليد و التي تتوزع في المراحل الدراسية الأولى و الثانية
  - 3-1-3- فرع الألعاب الفردية: و يشرف على تدريس الألعاب الفردية مثل السباحة و ألعاب القوى و الجمناستيك....إلخ
- و في السنة الثالثة يبدأ الطلبة باختيار واحد من الألعاب الرياضية سواء كانت جماعية أم فردية للتخصص فيه بشكل أكثر تعمقا و يمثل الجدولين التاليين توزيع المحاضرات و الأعمال التطبيقية للسداسيين الخامس و السادس لطلبة السنة الثالثة تخصص التربية و الحركة



4- السداسي الخامس/ تخصص: التربية و الحركة

| نوع التقييم | الأرصدة | المعامل   | الحجم الساعي الأسبوعي |             |             | الحجم الساعي السداسي | وحدة التعليم                  |   |
|-------------|---------|-----------|-----------------------|-------------|-------------|----------------------|-------------------------------|---|
|             |         |           | أعمال تطبيقية         | أعمال موجهة | محاضرة      |                      |                               |   |
| متواصل      | إمتحان  |           |                       |             |             | 14 أسبوع             |                               |   |
|             |         | <b>21</b> | <b>14</b>             |             |             |                      | <b>وحدات التعليم الأساسية</b> |   |
| /           | /       | 07        | 05                    | 04          | //          | 1.30                 | 77                            | تخصص رياضة جماعية                       |
| /           | /       | 07        | 05                    | 04          | //          | 1.30                 | 77                            | تخصص رياضة فردية                        |
| /           | /       | 08        | 05                    | 04          | //          | 1.30                 | 42                            | علم الحركة                              |
| /           | /       | 08        | 05                    | 10          | //          | 1.30                 | 63                            | مذكرة التخرج                            |
|             |         | <b>09</b> | <b>06</b>             |             |             |                      |                               | <b>وحدات التعليم المنهجية</b>           |
|             |         |           |                       |             |             | 1.30                 | 42                            | تكنولوجيا التعليم و النشاط الرياضي      |
|             |         |           |                       |             |             | 1.30                 | 42                            | التوجيه و الانتقاء الرياضي التربوي      |
|             |         |           |                       |             |             | 1.30                 | 21                            | مناهج التربية و التدريب الرياضي المقارن |
|             |         | <b>30</b> | <b>20</b>             | <b>08</b>   | <b>07.5</b> | <b>10.5</b>          | <b>364</b>                    | <b>مجموع السداسي 5</b>                  |

## السادسي السادس/ تخصص: التربية و الحركة

| نوع التقييم | الأرصدة | المعامل | الحجم الساعي الأسبوعي |             |               | الحجم الساعي السداسي | وحدة التعليم           |
|-------------|---------|---------|-----------------------|-------------|---------------|----------------------|------------------------|
|             |         |         | محاضرة                | أعمال موجهة | أعمال تطبيقية |                      |                        |
| متواصل      | إمتحان  |         |                       |             |               | 14 أسبوع             |                        |
|             |         | 30      | 20                    |             |               | 371                  | وحدات التعليم الأساسية |
| /           | /       | 07      | 05                    | 04          | //            | 1.30                 | تخصص رياضة جماعية      |
| /           | /       | 07      | 05                    | 04          | //            | 1.30                 | تخصص رياضة فردية       |
| /           | /       | 08      | 05                    | 04          | //            | 1.30                 | التريص الميداني        |
| /           | /       | 08      | 05                    | 10          | //            | //                   | مذكرة التخرج           |
|             |         | 30      | 20                    | 22          | //            | 04.30                | مجموع السداسي 6        |

جدول رقم(02) يوضح توزيع المقاييس النظرية و التطبيقية للسداسي السادس

5- السداسي السادس/ تخصص تربية و حركة

5-1 عنوان الوحدة: وحدة التعليم الأساسية

5-2 المادة: تخصص رياضة فردية

5-3 أهداف التعليم:

القواعد الأساسية و المعارف النظرية و التطبيقية المرتبطة بالتخصص.

الرفع من المستوى البدني و التقني و الخططي للطالب في التخصص.

**4-5 المعارف السابقة المطلوبة:**

معرفة القواعد الأساسية للتخلص من خلال التوجيهات و المفاهيم ذات الصلة .  
الاطلاع على أهم النظريات المختلفة في التدريب ووظائف أعضاء الجسم.

**5-6 محتوى المادة:**

1. تاريخ و فلسفة النشاط
2. القوانين و التحكيم
3. أشكال التحضير و الإعداد الرياضي ( البدني الفزيولوجي، الوظيفي، النفسي، العقلي، الفني و المهاري، الخططي الاستراتيجي)
4. أساليب الاكتشاف و التوجيه و الانتقاء الرياضي.
5. تقييم و تقويم الصفات البدنية
6. التخطيط و البرمجة
7. مبادئ و قواعد اللعبة

( اصابة السنة الثالثة تربية و حركة )

**خلاصة:**

تعتبر الجامعة العنصر الأساسي الذي ينبعث منها شعاع الأمل في العلم والمعرفة، وتظهر أهميتها في قيامها بالابتكارات و إنتاج المعرفة في كل المجالات ، وخاصة في ظل العالم المتصارع والتطور التكنولوجي في كافة مجالات الحياة، لذا ينبغي مواكبة هذه التغيرات لمواجهة المعرفة المتزايدة، لأن حاجات الطلبة للتعلم تتزايد لمواجهة حياة العمل التي تتطلب نموا زائدا في جميع النواحي الفردية و الاجتماعية .

**تمهيد:**

إن كل باحث من خلال بحثه يتحقق من الفرضيات التي وضعها، ويتم ذلك التجريب العلمي باستخدام مجموعة من المواد العلمية، للوصول إلى نتائج ومعارف دقيقة ودائمة الصلاحية، وذلك بإتباع منهج يتلاءم وطبيعة الدراسة، وعلى هذا الأساس وبعد دراستنا للجانب النظري نتطرق إلى الجانب التطبيقي وذلك بالقيام لدراسة ميدانية عن طريق تجريب البرنامج على عينة من طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بتسميلت والذي يتمحور حول الفرضيات التي قمنا بها.

ويشتمل الجانب التطبيقي لبحثنا هذا على فصلين، الفصل الأول ويمثل الطرق المنهجية للبحث والتي تشتمل على الدراسة الاستطلاعية والمجال الزمني والمكاني وكذا الشروط العلمية للأداة مع ضبط متغيرات الدراسة كما اشتمل على عينة البحث وكيفية اختيارها والمنهج المستخدم وأدوات الدراسة وكذلك إجراءات التطبيق الميداني وحدود الدراسة.

أما الفصل الثاني فيحتوي على عرض وتحليل نتائج الدراسة، ومناقشتها في ضوء الفرضيات مع الخلاصة العامة للبحث.

**1-1 المنهج العلمي المتبع:**

تختلف مناهج البحث باختلاف المشكلات البحثية، فالمنهج هو: "الطريقة أو مجموعة الطرق التي يتبعها الباحث للوصول إلى الحقيقة وإلى نتائج ذات قيمة مستلهمًا معطيات العقل والوجدان ومستندًا إلى الوثائق التي يتحراها".  
(صلاح الدين شروخ، 2003م، ص23)

إن كثيرًا من الظواهر لا يمكن دراستها إلا من خلال منهج معين يتلاءم والمشكلة إذ أن طبيعة المشكلة هي الأساس الذي على ضوئه يتم اختيار منهج الدراسة، وانطلاقًا من محاولة الوقوف على تأثير برنامج تعليمي مدعم بالوسائط المتعددة، ونظرًا لما يتطلبه البحث، فقد اعتمد الطالب الباحث على المنهج التجريبي باعتباره من أنسب المناهج العلمية صدقًا والموثوق بنتائجها وكذا توافقه مع طبيعة الاختبارات المطبقة على عينة البحث، إذ يعرف المنهج التجريبي بأنه: "تغير معتمد ومضبوط للشروط المحددة لحادث ما وملاحظة التغيرات الناتجة في الحادثة نفسها وتفسيرها".  
(وجيه محبوب، 2005م، ص269)

**1-1- ضبط متغيرات الدراسة:**

إن الدراسة الميدانية تتطلب ضبطًا للمتغيرات قصد التحكم فيها قدر الإمكان وقد تم ضبط المتغيرات البحث على النحو التالي :

**أ. المتغير المستقل:**

ب. يسمى في بعض الأحيان بالمتغير التجريبي، وهو الذي يحدد المتغيرات ذات الأهمية، أي لم يقوم الباحث بتثبيتها يتأكد من تأثير حدث معين، وتعتبر ذات أهمية خاصة وأنها تساهم على التحكم في المعالجة والمقارنة، والمتغير المستقل عبارة عن المتغير الذي يفترض الباحث أنه السبب أو أحد الأسباب لنتيجة معينة ودراسة تؤدي إلى معرفة تأثير على متغير آخر.

وفي دراستنا هذه تم تحديد المتغير المستقل وهو البرنامج التعليمي المدعم بالوسائط المتعددة حيث تم تطبيقه على عينة من الطلبة.

### ج. المتغير التابع:

د. وهي المتغيرات الناتجة من العمليات التي تعكس الأداء أو السلوك، وعلى ذلك فإن المثير هو المتغير المستقل بينما الاستجابة تمثل المتغير التابع والذي يلاحظه الباحث من خلال معالجته للظروف المحيطة بالتجربة. (مروان عبد المجيد إبراهيم، 2000م، ص134)

هـ. ومن خلال موضوع الدراسة فإنه تم تحديد المتغير التابع بأنه الأداء الفني لدفع الجلة.

### 1-2 المعينة:

ينظر إلى العينة على أنها جزء من الكل أو البعض من المجتمع تتلخص في محاولة الوصول إلى تعميمات لظاهرة معينة.

(محسن حسن علاوي وأسامة كمال راتب، 1999م، ص244)

وهي النموذج الأول الذي يعتمد عليه الباحث لإنجاز العمل الميداني وبالنسبة لعلم النفس وعلوم التربية البدنية والرياضية تكون "أشخاص" والعينة هي المجموعة الفرعية من عناصر مجتمع بحث معين وفي بحثنا شملت جزءا من مجتمع طلبة ألعاب القوى.

فهي عينة قصدية (عمدية) أي التي يعتمد الباحث فيها أن تتكون من وحدات معينة اعتقادا منه أنها تمثل المجتمع الأصلي، ويلجأ الباحث إلى هذه الطريقة فيما إذا كان مجتمع الدراسة كبيرا وكانت إمكانياته لا تسمح له إلا بدراسة عينة حجمها صغير بالنسبة لمجتمع الدراسة، وهذه تعطي نتائج أقرب ما تكون إلى النتائج التي يمكن أن يصل إليها الباحث بمسح المجتمع كله.

لقد قام الباحثان باختيار طلبة السنة الثالثة تخصص ألعاب القوى كمجتمع للدراسة وتم تقسيمه إلى عينتين ضابطة و أخرى تجريبية.

### أ. عينة تجريبية:

تم استخدام عينة مكونة من 15 طالبا تتراوح أعمارهم ما بين 21 - 24 سنة.

### ب. عينة ضابطة:

تم استخدام عينة مكونة من 15 طالبا تتراوح أعمارهم ما بين 21 - 25 سنة.

### 1-2- ضبط المتغيرات لأفراد العينة:

و هي متعددة و قد تم ضبطها على النحو التالي:

- يتم تطبيق البرنامج المقترح في نفس الوقت ( الفترة الصباحية ) و في نفس الظروف المناخية.

- تعمل العينتين في نفس المكان ( المركب الرياضي).
- الفروقات المورفولوجية تم ضبطها هي الأخرى و الجدول التالي يوضح النتائج.

| المتغير | المجموعة | العدد | المتوسط | الانحراف المعياري | "ت" المحسوبة | "ت" الجدولية | مستوى الدلالة |
|---------|----------|-------|---------|-------------------|--------------|--------------|---------------|
| الطول   | تجريبية  | 15    | 170.33  | 4.17              | 1.22         | 1.70         | 0.01          |
|         | ضابطة    | 15    | 172     | 4.11              |              |              |               |
| العمر   | تجريبية  | 15    | 22.46   | 0.56              | 1.39         | 1.70         | 0.01          |
|         | ضابطة    | 15    | 22.26   | 0.85              |              |              |               |
| الوزن   | تجريبية  | 15    | 67.23   | 5.74              | 0.38         | 1.70         | 0.01          |
|         | ضابطة    | 15    | 68.66   | 5.73              |              |              |               |

جدول رقم(01) يبين الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في (الطول والوزن والعمر)

### 1-3- مجالات البحث:

#### أ. المجال البشري:

تتكون عينة البحث من 30 طالبا ، تم إختيارهم بصفة مقصودة ، بحيث 15 طالبا اختيروا كعينة ضابطة، و 15 طالبا اختيروا كعينة تجريبية والعينة كلها متحدة الجنس (ذكور)، تتراوح أعمارهم ما بين 21 - 25 سنة.

#### ب. المجال المكاني :

قمنا بتطبيق البرنامج المقترح على عينة البحث بالمركب الرياضي لولاية تيسمسيلت .



**ج. المجال الزمني:**

بالنسبة للمجال الزمني فقد أجري في الفترة الممتدة بين فيفري و أفريل حيث بدأنا الجانب النظري في شهر جانفي و أنهينا في شهر مارس.

أما الجانب التطبيقي فقد استغرقت فترة العمل من 2016/02/08 إلى غاية 2016/04/25، بحيث تم إجراء الاختبار القبلي بتاريخ 2015/12/10 ، بعدها قمنا بتطبيق البرنامج المقترح على العينة التجريبية إلى غاية 2016/04/19 بمعدل حصة واحدة أسبوعيا ،في الفترة الصباحية، وأخيرا تم إجراء الاختبار البعدي بتاريخ 2016/04/20، بعد ذلك تم تحليل النتائج و مناقشة الفرضيات.

وأخيرا تم الطبع و التغليف في شهر ماي.

**1-4- التجربة الاستطلاعية:**

وهي دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثه بهدف اختيار أساليب البحث وأدواته. (مصطفى عادل، 1996م، ص79)

و على هذا الأساس قام الباحث بتحديد العينة الاستطلاعية و ثم إجراء التجربة على 05 طلبة تم استبعادهم فيما بعد من عينة البحث وقد تمت هذه التجربة يوم 2015/12/03 وذلك لغرض:

- التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المساعدة.
- كيفية تعامل الباحثان مع هؤلاء الطلبة وكيفية توصيل المعلومات وتقديم نصائح وإرشادات قبل البدء بالتجريبية الميدانية
- التأكد من كفاءة الباحثان ومدى تفهماهما لتنفيذ الاختبارات.
- التأكد من سهولة تطبيق الاختبارات ومدى ملاءمتها لمستوى العينة.
- معرفة المعوقات التي قد تظهر وتلاقي حدوث الأخطاء والتداخل في العمل.
- معرفة رأي الطلبة حول الوسائط المستخدمة.

### 1-5- التجربة الأساسية:

تم تطبيق البرنامج التعليمي (وحدات تعليمية) المدعم بالوسائط المتعددة على المجموعة التجريبية لتحسين الأداء المهاري لدفع الجلة بطريقة الزحلقة بواقع حصة واحدة أسبوعيا و كان تنفيذ التجربة على النحو التالي :

#### أ. قبل العرض:

- يقوم الباحثان بمراجعة التمارين المقترحة ضمن البرنامج التعليمي، بالإضافة إلى مشاهدة جزء برنامج الوسائط المتعددة المحدد لتحقيق الهدف الإجرائي الخاص بالحصة مع تدوين الأسئلة التي يمكن مناقشتها مع عينة البحث و تحديد الفترة الزمنية للعرض و تعيين اللقطات التي يمكن الوقوف عندها أو الرجوع إليها حسب ما يتطلبه الموقف التعليمي.
- ترتيب المكان الذي سيتم فيه المشاهدة و ضبط الأجهزة و التوصيلات الكهربائية من حيث وضوح الرؤية .
- تجميع العينة في قاعة العرض و تحديد الأهداف العامة و المرحلية و يستغرق العرض ( 10د-15د).

#### ب. أثناء العرض:

- عرض الجزء الخاص من المهارة على الطلبة مع مراعاة ضمان المشاهدة للجميع.
- توجيه انتباه الطلبة أثناء العرض لما يجب التركيز عليه.
- إيقاف العرض و التعليق على بعض الأجزاء المهمة من المهارة.

#### ت. بعد العرض:

- يحدد الباحثان أهم التمارين التي يجب ممارستها في المركب و خاصة ما هو متعلق بالجزء المعروف في القاعة.
- النزول من قاعة العرض إلى المركب الرياضي أين يقوم الطلبة بالإحماء العام لمدة (10د) يليه إحماء خاص (10د) ثم تطبيق عملي للمهارة من خلال تمارين مقترحة لمدة (30د) و تختم الحصة بتمارين تهدئة لمدة (10د).

بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج تم القياس البعدي للأداء الفني لدفع الجلة

## 1-6- الصدق و الثبات:

تم عرض بطاقة الملاحظة المقترحة و كذا البرنامج المقترح على مجموعة من الأساتذة والمختصين في مجال ألعاب القوى في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمركز الجامعي تيسمسيلت وبلغ عددهم 3 أساتذة، حيث طلب منهم تقييم البرنامج و البطاقة المقترحة ، و إعطاء وجهة نظرهم فيما كانا فعلا مناسبين للموضوع المراد دراسته باتفاق الأساتذة المحكمين.

## 1-7- الموضوعية:

لقد تم اعتماد هذا النوع من البرامج و بطاقات الملاحظة في العديد من الدراسات ما يدل على موضوعية نتائجها و بعدها عن التحيز و الذاتية

من العوامل الهامة التي يجب أن تتوفر في المقياس هي الموضوعية، والتي تعني التحرر من التمييزو التعصب في الآراء ، فالموضوعية تعني أن توصف قدرات الفرد كما هي موجودة فعلا، حيث أن أهم صفات القياس الجيد أن يكون موضوعيا لقياس الظاهرة التي اعد أصلا لقياسها، وأن هناك فهما كاملا من جميع عينة البحث بما

سيؤدونه

(ماضي إبراهيم حماد: 2000، ص155)

## أدوات البحث:

- المراجع و المصادر.
- الاختبارات و القياسات.
- بطاقة ملاحظة مقترحة.
- كاميرا عالية الجودة.
- كمبيوتر محمول Lenovo G50.
- جهاز عرض البيانات Acer.
- عتاد البحث والمتمثل في "كرات طبية، كرات سلة، جلات، أحبال، ميفاتي، صفارة، دائرة الرمي".
- الطرق الإحصائية.

### 1-8- صعوبات البحث:

- نقص المراجع وندرتها في المكتبة الجامعية.
- تأثير الاضطرابات الجوية على تسلسل الحصص.
- الإضرابات التي عرقلت السير الحسن للبرنامج

### 1-9- المعالجة الإحصائية:

علم الإحصاء هو ذلك العلم الذي يبحث في جمع البيانات و تنظيمها و عرضها و تحليلها و إتخاذ القرارات بناءا عليها.  
 (قيس ناجي عبد الجبار، 1988، ص53)

ومن بين التقنيات الإحصائية المستعملة في بحثنا هي:

#### a. المتوسط الحسابي:

$$\bar{S} = \frac{\text{مجم س}}{n}$$

حيث:

س: يمثل المتوسط الحسابي.

ن: عدد القيم.

مجم س: مجموع القيم.

#### b. (ت) ستيودنت:

في حال وجود عينتين ( تجريبية ، ظابطة )

وهي طريقة إحصائية من الطرق التي تستخدم في حساب الفروق بين المتوسطات الحسابية، ويستخدم هذا الاختبار لقبول أو رفض العدم بمعنى آخر اختبار (ت) يستطيع تقييم

الفرق بين المتوسطات الحسابية تقييما مجردا من التدخل الشخصي و في حالة العينات الأقل من 30 لاعب تستخدم الصيغة التالية:

$$t = \frac{\bar{s}_1 - \bar{s}_2}{\sqrt{\frac{(1ع)^2 + (2ع)^2}{1 - ن}}}$$

- س1: المتوسط الحسابي للمجموعة الأولى (القبلي).  
 س2: المتوسط الحسابي للمجموعة الثانية (البعدي)  
 ع<sup>2</sup><sub>1</sub>: مربع الانحراف المعياري للمجموعة الأولى.  
 ع<sup>2</sup><sub>2</sub>: مربع الانحراف المعياري للمجموعة الثانية.  
 ن: عدد العينة.

في حال وجود عينة واحدة ( إختبار قبلي، بعدي )

$$t = \frac{\bar{s}_ف}{\sqrt{\frac{مج ح ف^2}{ن(1-ن)}}}$$

بحيث:

- س ف: متوسط الفروق بين المتوسطين .  
 ح ف<sup>2</sup>: الانحراف عن متوسط الفروق =  $\bar{س} - ف$ .

c. درجة الحرية:

درجة الحرية = ن - 1.

d. الإنحراف المعياري :

$$ع = \sqrt{\frac{\text{مج (س - س̄)}^2}{ن}}$$

بحيث :

- ع : الإنحراف المعياري .
- س̄ : مجموع القيم .
- س : المتوسط الحسابي .
- ن : عدد العينة .

e. التباين :

التباين = ع<sup>2</sup>.

وقد تمت المعالجة الإحصائية عن طريق برنامج الحزم الإحصائية SPSS وهو عبارة عن حزم حاسوبية متكاملة لإدخال البيانات وتحليلها، ويستخدم عادة في جميع البحوث العلمية التي تشتمل على العديد من البيانات الرقمية، كما له القدرة الفائقة في معالجة البيانات وتوافقه مع معظم البرمجيات المشهورة جعل منه أداة فاعلة لتحليل شتى أنواع البحوث العلمية.

**خاتمة:**

تمحور محتوى هذا الفصل حول مجموعة من الإجراءات الميدانية التي شملت و بصفة دقيقة عينات البحث و مختلف مجالاته الدراسية، إضافة إلى شرح مفصل عن طبيعة الاختبارات الميدانية من حيث الأهداف و مواصفات تطبيق الاختبار و كذلك المعالجة الإحصائية. لقد سمحت لنا هذه الإجراءات بالاستخدام المنظم لعدد من الأساليب التي تسمح بالحصول على وسيلة مساعدة لتحليل النتائج المحصل عليها، إضافة إلى توظيف العمل الميداني في أسلوب منهجي الذي يعتبر القاعدة الرئيسية لأي بحث.

### تمهيد:

يتضمن هذا الفصل عرض النتائج وتحليلها، وفقا للنتائج المحصل عليها من خلال الدراسة، وهذا لتوضيح الاختلافات و التشابهات التي يصل إليها الباحث و التي تساعدنا في معرفة مدى صحة تطابق نتائج البحث مع الأهداف الموضوعية و يحتوي هذا الفصل على عرض و تحليل النتائج المتوصل إليها لتوضيح مدى ارتباط المتغيرات المدروسة.



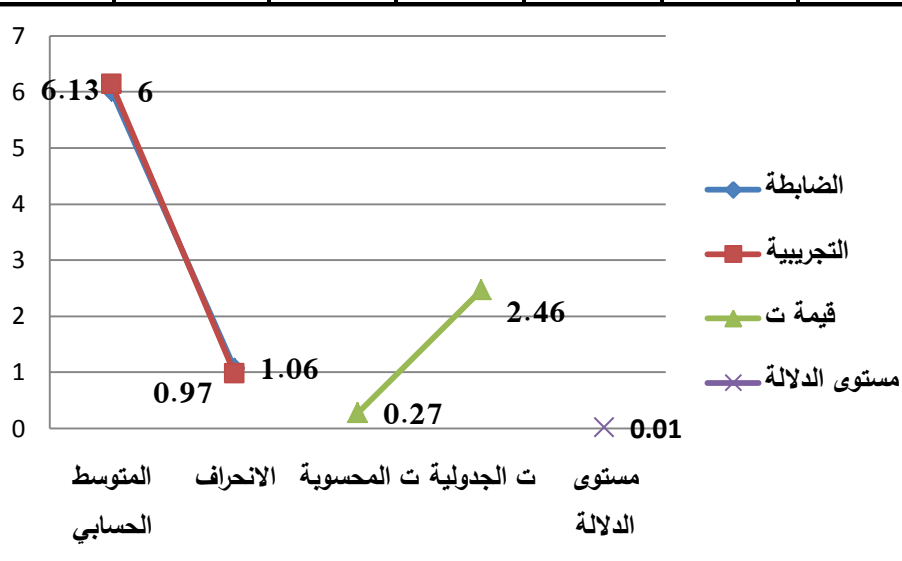
1-2- عرض و تحليل ومناقشة النتائج :

1-1-2- تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الاولى: والتي تنص على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين عيني البحث في الاختبار القبلي

- نتائج قيم الاختبار القبلي للعينتين الضابطة و التجريبية :

جدول رقم (03) يوضح: قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم T للعينتين التجريبية و الضابطة في القياس القبلي

| المتغير          | العدد N | المتوسط الحسابي X | الانحراف المعياري S | درجة الحرية df | مستوى الدلالة & | قيمة T المحسوبة | قيمة T الجدولة | الدلالة |
|------------------|---------|-------------------|---------------------|----------------|-----------------|-----------------|----------------|---------|
| القبلي (ضابطة)   | 15      | 6.00              | 1.06                | 28             | 0.01            | 0.27            | 2.46           | غير دال |
| القبلي (تجريبية) |         | 6.13              | 0.97                |                |                 |                 |                |         |



التمثيل البياني رقم (01) يوضح قيم المتوسط و الانحراف و قيم T للاختبار القبلي للعينتين

يتبين من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (07) أن المتوسط الحسابي للاختبار القبلي للعيينة الضابطة قد بلغ (6) وهذا بانحراف معياري قدر بـ (1.06) وتباين قدره (1.12) في حين بلغ المتوسط الحسابي للاختبار القبلي للعيينة التجريبية (6.13) بانحراف معياري مقداره (0.97) وتباين قدره (0.94)

و بإجراء مقارنة بين المتوسطين الحسابيين لدى العينتين الضابطة و التجريبية يتبين أن قيمة المتوسط الحسابي للعيينة الضابطة كانت أصغر أي ( $6 > 6.13$ ) كما أن الانحراف المعياري للعيينة الضابطة كان أصغر مقارنة بالعيينة التجريبية، أما فيما يخص قيمة (T) المحسوبة والمقدرة بـ (0.27) فقد كانت أصغر من قيمة (T) المجدولة أي: ( $0.27 > 0.365$ ) وهذا عند مستوى الدلالة (0.01) وهي درجة غير دالة إحصائياً تدل على عدم وجود فروق في الاختبار القبلي للعينتين .

#### - مناقشة فرضية البحث الأولى:

من خلال فرضية البحث الأولى والتي تشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات القبلية للعينتين ، ومن خلال نتائج البحث المتحصل عليها في الجدول رقم (02) حيث لم توجد هناك فروق دالة إحصائياً في مستوى الأداء الفني لدفع الجلة وهذا ما دفعنا لمواصلة إنجاز البحث.

وهذه النتائج تدل على ان المجموعتين متكافئتين من حيث الخصائص .....  
و من خلال هذا كله نقول أن فرضية البحث الأولى قد تحققت.

2-1-2- تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية: والتي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للعينه الضابطة  
 - نتائج قيم الاختبار القبلي والبعدي للعينه الضابطة:

جدول رقم (04) يوضح: قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم T للعينات المترابطة للاختبار القبلي والبعدي للعينه الضابطة

| المتغير | العدد<br>n | المتوسط<br>الحسابي<br>X | الانحراف<br>المعياري<br>s | درجة<br>الحرية<br>df | مستوى<br>الدلالة<br>& | قيمة<br>T<br>المحسوبة | قيمة<br>T<br>المجدولة | الدلالة |
|---------|------------|-------------------------|---------------------------|----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|---------|
| القبلي  | 15         | 6.00                    | 1.06                      | 14                   | 0.01                  | 0.23                  | 2.62                  | غير دال |
|         |            | 6.06                    | 0.88                      |                      |                       |                       |                       |         |

التمثيل البياني رقم (02) يوضح قيم المتوسط و الانحراف وقيم ت للاختبار القبلي و البعدي للعينه الضابطة

يتبين من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (07) أن المتوسط الحسابي للاختبار القبلي قد بلغ (6) وهذا بانحراف معياري قدر بـ (1.06) وتباين قدره (1.12) في حين بلغ المتوسط الحسابي للاختبار البعدي (6.06) بانحراف معياري مقداره (0.88) وتباين قدره (0.77).

وبإجراء مقارنة بين المتوسطين الحسابيين لدى العينة الضابطة نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي للاختبار القبلي أصغر أي ( $6 < 6.06$ ) كما أن الانحراف المعياري للاختبار القبلي كبير مقارنة بالاختبار البعدي، أما فيما يخص قيمة (T) المحسوبة والمقدرة بـ (0.23) فقد كانت أصغر من قيمة (T) المجدولة أي: ( $2.62 < 0.23$ ) وهذا عند مستوى الدلالة (0.01) وهي درجة غير دالة إحصائياً تعبر عن عدم وجود فروق بين الاختبار القبلي والبعدي للعينة الضابطة.

ومنه ومن خلال ما سبق يتبين لنا أن الاختبارين القبلي و البعدي للعينة الضابطة كانا متقاربين إلى حد كبير ، مما يوضح عدم حدوث تحسن في مستوى الأداء الفني لدفع الجلة .

#### - مناقشة فرضية البحث الثانية:

من خلال فرضية البحث الثانية والتي تشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ايجابية بين الاختبار القبلي والبعدي للعينة الضابطة و لصالح الاختبار البعدي.

وعلى ضوء النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم (03) حيث لم توجد هناك فروق دالة إحصائياً في مستوى الأداء الفني لدفع الجلة بين الاختبار القبلي و البعدي للعينة الضابطة، و يرجع الباحثان ذلك إلى أن الأسلوب التقليدي والذي يعتمد غالباً على الشرح و الإلقاء من جانب المعلم يفتقر إلى عامل المشاركة الإيجابية و التشويق كما أنه لا يراعي مبدأ الفروق الفردية بين الطلبة.

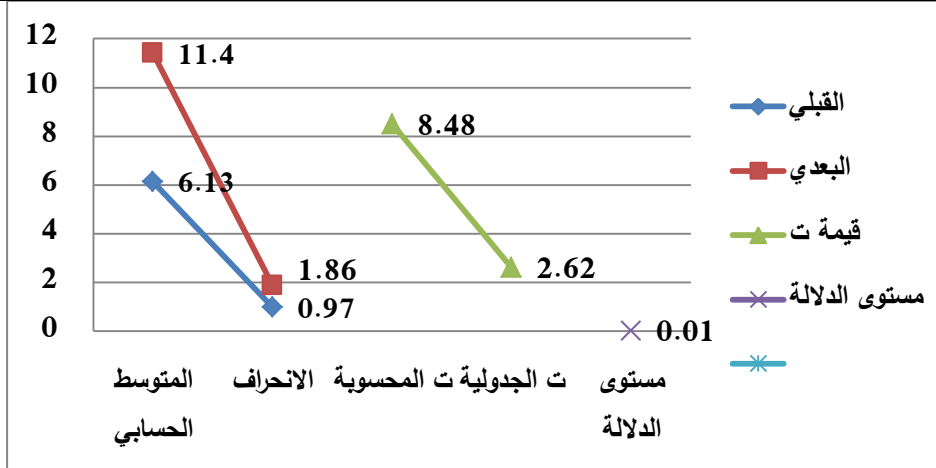
وبهذا نقول أن فرضية البحث الثانية لم تتحقق.

3-1-2 تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية: والتي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للعينه التجريبية

- نتائج قيم الاختبار القبلي والبعدي للعينه التجريبية

جدول رقم (05) يوضح: قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم T للعينات المترابطة للاختبار القبلي والبعدي للعينه التجريبية

| المتغير | العدد n | المتوسط الحسابي X | الانحراف المعياري S | درجة الحرية df | مستوى الدلالة & | قيمة T المحسوبة | قيمة T المجدولة | الدلالة |
|---------|---------|-------------------|---------------------|----------------|-----------------|-----------------|-----------------|---------|
| قبلي    | 15      | 6.13              | 0.97                | 14             | 0.01            | 8.48            | 2.62            | دال     |
| بعدي    |         | 11.4              | 1.86                |                |                 |                 |                 |         |



التمثيل البياني رقم (03) يوضح قيم المتوسط و الانحراف و قيم ت للاختبار القبلي و البعدي للعينه التجريبية

يتبين من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (04) أن المتوسط الحسابي للاختبار القبلي قد بلغ (6.13) وهذا بانحراف معياري قدره بـ (0.97) وتباين قدره (0.94) في حين بلغ المتوسط الحسابي للاختبار البعدي (11.4) بانحراف معياري مقداره (1.86) و تباين قدره (3.45) .

وبإجراء مقارنة بين المتوسطين الحسابيين لدى العينة التجريبية نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي للاختبار القبلي أصغر أي (6.13 < 11.4) كما أن الانحراف المعياري للاختبار القبلي أصغر مقارنة بالاختبار البعدي، أما فيما يخص قيمة (T) المحسوبة و المقدرة بـ (8.48) فقد كانت أكبر من قيمة (T) المجدولة أي: (2.62 < 8.48) و هذا عند مستوى الدلالة (0.01) وهي درجة دالة إحصائياً تعبر عن وجود فروق بين الاختبار القبلي والبعدي للعينة التجريبية.

ومنه ومن خلال ما سبق يتبين لنا أن نتائج الاختبار أصغر مقارنة بنتائج اختبار البعدي، مما يوضح مدى مساهمة البرنامج التعليمي المدعم بالوسائط المتعددة في تحسين مستوى الأداء الفني لدفع الجلة .

#### مناقشة فرضية البحث الثالثة:

من خلال فرضية البحث الثالثة والتي تشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ايجابية بين الاختبار القبلي والبعدي للعينة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي.

ومن خلال نتائج البحث المتحصل عليها في الدراسة الميدانية وتحديدًا في الجدول رقم (04) حيث وجد أن هناك فروق دالة إحصائياً في مستوى الأداء الفني قبل تطبيق البرنامج وبعده لصالح الاختبار البعدي، و هذا التقدم يعتبر مؤشراً لفاعلية البرنامج المقترح و الذي أدى إلى تحسين مستوى الأداء الفني وتتفق هذه النتائج مع نتائج العديد من الدراسات كدراسة (ستان جوليان 1996 م) ودراسة ( الفاتح عائشة 2001 م) ويعزو الباحثان حدوث ذلك إلى تأثير توظيف الوسائط المستخدمة و التي شملت النص و الصور الثابتة و الفيديو و الصوت التي أسهمت في تحسين مستوى الأداء الفني لدفع الجلة إذ أن المشاهدة لخط سير الحركة تسهم في اكتساب

المراحل الفنية صورتها النهائية و بصورة دقيقة ويرى الباحثان أيضا أن طبيعة عرض تلك الوسائط و ما تحتويه من مراحل و خطوات متتابعة و متسلسلة تتيح الفرصة لمشاهدة المهارة المطلوبة بطريقة تفصيلية توضح مراحل الأداء أولا بأول، ويرى (العبيدي 2004م) أن الوسائل التقنية تقدم للطلاب و المتدرب أساسا ماديا للتفكير الإدراكي الحسي و من ثم فهي تقلل من استخدام الطالب لألفاظ لا يفهم لها معنى ، كذلك تقدم خبرات واعية تدعو الطلبة و المتدربين إلى النشاط الذاتي

(العبيدي 2004م، ص72)

و يضيف (سليمان 2011م) " أن استخدام تقنيات حديثة أثناء التعلم يؤدي إلى تحسين مستوى الأداء المهاري بوصفها إحدى وسائل التفاعل و تصحيح المسارات و زيادة الدافعية فضلا عن مشاهدة الأداء الأمثل للمهارة وتعزيز الأداء الصحيح و استيعابه و من ثم الارتقاء بمستوى التعلم"

(سليمان 2011م، ص93)

كذلك استخدام جهاز عرض البيانات (DATA SHOW) سهل عملية الشرح و من ثم فإن استخدام الحاسوب و أجزاءه يتميز بتوفير الإثارة و التشويق و توفير الوقت و الجهد فضلا عن تقديم المادة العلمية بصورة سلسة وسهلة و تتفق هذه النتيجة مع ما جاءت به دراسة (سليمان 2011م)، كما يرجع الباحثان تحسن مستوى الأداء الفني لدى العينة التجريبية إلى تقسيم المهارة إلى خطوات صغيرة بالترتيب المنطقي المتسلسل ضمن الوحدات التعليمية المقترحة التي تعلم بها طلبة المجموعة التجريبية و الذي ساهم في تفهم أجزاء المهارة كما ساعد على ممارسة كل جزء من أجزاء المهارة على حده، مما أدى إلى سهولة التعلم و إتاحة الفرصة للتمرين عليها، و بالتالي ارتفاع مستوى التحصيل المهاري و يتفق الباحثان في ذلك مع ما جاء به

حيث أكد على أن تقسيم الموقف التعليمي إلى خطوات صغيرة يؤدي إلى زيادة فرص النجاح

(رضا البغدادي 1976م، ص143)

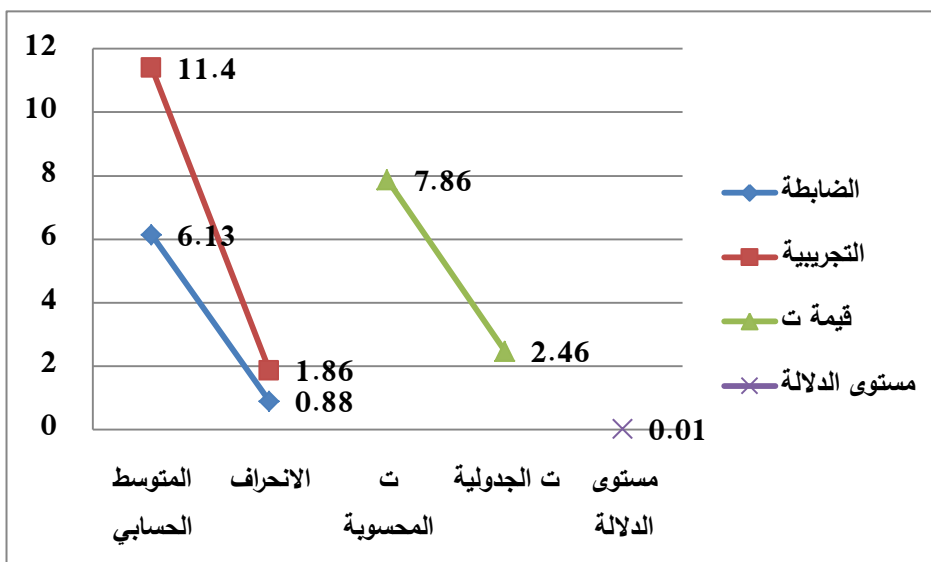
و تقليل فرص الخطأ.

2-1-4- تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية: والتي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار البعدي للعينين

نتائج قيم الاختبار البعدي للعينتين التجريبية و الضابطة:

جدول رقم (06) يوضح: قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم T للعينات المستقلة للاختبار البعدي بين العينة التجريبية و الضابطة.

| المتغير   | العدد n | المتوسط الحسابي X | الانحراف المعياري S | درجة الحرية df | مستوى الدلالة & | قيمة T المحسوبة | قيمة T الجدولية | الدلالة |
|-----------|---------|-------------------|---------------------|----------------|-----------------|-----------------|-----------------|---------|
| الضابطة   | 15      | 6.13              | 0.88                | 28             | 0.01            | 7.86            | 2.46            | دال     |
| التجريبية |         | 11.4              | 1.86                |                |                 |                 |                 |         |



التمثيل البياني رقم (04) يوضح قيم المتوسط و الانحراف و قيم ت للاختبار البعدي للعينتين



يتبين من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (10) أن المتوسط الحسابي للعينه التجريبية قد بلغ (11.4) وهذا بانحراف معياري قدر بـ (1.86) وتباين قدره (3.45) في حين بلغ المتوسط الحسابي للعينه الضابطة (6.13) بانحراف معياري مقداره (0.88) وتباين قدره (0.77).  
وبإجراء مقارنة بين المتوسطين الحسابيين لدى العينتين يتبين أن قيمة المتوسط الحسابي للعينه التجريبية أكبر أي (6.13 < 11.4) كما أن الانحراف المعياري كان عند العينه التجريبية أكبر مقارنة بالعينه الضابطة، أما فيما يخص قيمة (T) المحسوبة والمقدرة بـ (7.86) فقد كانت أكبر من قيمة (T) المجدولة أي: (2.46 < 7.86) وهذا عند مستوى الدلالة (0.01) وهي درجة دالة إحصائياً تعبر عن وجود فروق بين نتائج العينه التجريبية و الضابطة.

ومنه ومن خلال ما سبق يتبين لنا مدى مساهمة البرنامج التعليمي المقترح في تحسين الأداء الفني لمهارة دفع الجلة مقارنة بالبرنامج التقليدي.

#### مناقشة فرضية البحث الرابعة :

يتضح من خلال نتائج الجدول رقم (06) تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في مستوى الأداء الفني لدفع الجلة وتتفق هذه النتائج مع نتائج العديد من الدراسات كدراسة (محمود، محمد وعبد القادر، مصطفى 2002م) ودراسة (م. مختار 2007م) ودراسة (حسن بن محمود عبد القادر الدقل 2013 م) ويرجع الباحثان ذلك إلى أن برنامج التعليم باستخدام تكنولوجيا الوسائط المتعددة يتيح الفرصة للمتعلم لمعايشة معلومات معروضة لحل مشكلة أو أكثر لبناء معارفه في محتوى تعليمي محدد كأن يستخدم مثلا الرسوم المتحركة والنصوص وصور الفيديو معروضة بصريا مع نصوص منطوقة وبالرجوع إلى نظرية الترميز المزدوج نجد أنه عند عرض المادة على الشاشة بالشرح اللفظي فإن المتعلم يكون مشبعا عقليا في الذاكرة العاملة وعندما يتم شرح المادة بالتوضيح البصري يكون مميذا عقليا داخل الذاكرة كل هذا يساهم كثيرا في استيعاب المفاهيم والموضوعات المعروضة عبر الشاشة وبالتالي يخلق إدراك افضل ومساعدة جيدة لاكتساب مهارات عملية متنوعة. وعلية فان التعليم عن طريق تكنولوجيا الوسائط المتعددة يعطى المتعلم فرصة القيام بعمليات عقلية متنوعة (آمال جابر متولي، مها محمد أمين)

كما أن زيادة استخدام الوسائط التعليمية المختلفة المثيرة للاهتمام بالصور والرسوم والأجهزة والأدوات المختلفة تساعد الطلاب ذوي صعوبات التعلم على توسيع الذاكرة ، وتسهيل تعلم المفاهيم المعقدة ، كما أنها تعالج أوجه القصور في الوظائف اللغوية والرياضية من خلال عمل التلميذ على الذكاءات والقدرات الأخرى ، كما أنها تزيد من دافعيته ، تحمسه للتعلم و تساعد على الضبط الداخلي

( أحمد ، نعيمة حسن و آخرون 2000م)

و يضيف العجواني(2003م) قائلاً "إن طريقة الوسائط المتعددة تقوم على مبدأ التعلم الذاتي والتكيف مع المستوى التعليمي للطالب مما يمكنه من السير في التعلم حسب سرعة استيعابه وتصحيح أخطائه دون خجل من زملائه ، كما تتاح له إعادة استعراض المادة التعليمية المبرمجة مرات عديدة دون الشعور بالحرَج أو الملل فضلا عن أنها تأخذ بمبدأ التعزيز والتشجيع الذي يقابل الاستجابة الصحيحة للطالب مما يزيد من دافعيته للتعلم، هذا بالإضافة إلى تجسيم المفاهيم مثل تصور الأبعاد الثلاثية والمستويات في الفضاء بما توفره من ألوان وصور متحركة ونماذج محاكاة ومؤثرات صوتية وهذه عوامل تترك أثر في التعلم أكبر مما تعطيه الكلمات المكتوبة كما أن التعلم بالحاسوب يعطي فرصة كبيرة لتعدد الأمثلة والتدريبات مما يزيد من كفاءته ويرسخ المفاهيم بصورة عميقة بنيته المعرفية"

(العجواني 2003م، ص60)

كما يرجع الباحثان تحسن مستوى الأداء الفني لدفع الجلة إلى أسلوب عرض الفيديو بالسرعة البطيئة المعتمد في الدراسة الميدانية و الذي تكون فيه سرعة العرض أبطأ من سرعة الحركة الحقيقية، و هذا يعطي تصورا لتتابع الحركة و التسلسل للمراحل الحركية لأداء المهارة و يساعد ذلك الطلبة على ملاحظة كل مرحلة من مراحل الأداء التي يصعب ملاحظتها و تأملها وفحصها، و قد أكد ذلك ما أشار إليه (جابر عبد الحميد 1976م) إلى أن أسلوب العرض بالسرعة البطيئة يؤدي إلى سرعة اكتساب المهارة و يعطي سرعة أكبر للتعلم.

(جابر عبد الحميد 1979م، ص217)

كما بينت و أكدت نتائج دراسة (الضهراوي 1999م ) على أن عرض شريط الفيديو بالسرعة البطيئة كان له أثر في تحسين عملية التعلم وتتفق هذه النتائج مع دراسة برميزك 2001م (Permyzak j. Pieron, m Coles).

### 3- الاستنتاج العام

في ضوء عينة البحث و أهدافه و فروضه و من خلال التحليل الاحصائي للبيانات تمكن الباحثان من التوصل إلى الاستنتاجات التالية:

- استخدام البرنامج التعليمي (الوحدات التعليمية) كان له تأثيرا إيجابيا في تحسن مستوى الأداء الفني لدفع الجلة.
- استخدام الوسائط المتعددة كان له تأثيرا إيجابيا في تحسن مستوى الأداء الفني لدفع الجلة.

4- الخاتمة :

انطلاقاً من الجانب التمهيدي الذي يحتوي على الإشكالية المطروحة للدراسة و الفرضيات المصاغة كمشروع للبحث و الدراسات السابقة التي وضعت كخلفية نظرية و مروراً بالجانب النظري الذي حاولنا فيه تناول كل ما له علاقة بالموضوع ( أثر برنامج تعليمي مدعم بالوسائط المتعددة في تحسين مستوى الأداء الفني لدفع الجلة لدى طلبة السنة الثالثة تخصص ألعاب القوى ) من خلال تقسيمه إلى ثلاثة فصول تناولنا في الفصل الأول كل ما له علاقة بالبرنامج التعليمي و الوسائط المتعددة و عناصرها و أهميتها في العملية التعليمية ... إلخ ، كما تطرقنا في الفصل الثاني إلى الأداء الفني لمهارة دفع الجلة و المراحل الفنية للأداء و كذا الأخطاء الشائعة في كل مرحلة ، لنصل إلى الفصل الثالث الذي تناولنا فيه طالب التربية البدنية ومفهوم التخصص ... إلخ و ذلك لتكوين سند و خلفية نظرية نعتمد عليها لتدعيم نتائج الدراسة الميدانية المتوصل إليها، وصولاً للجانب الميداني في ختام هذه الدراسة و الذي كان الهدف منه اختبار الفرضيات الموضوعية كمشروع للبحث قصد إثبات أو نفي صحتها و كانت على الشكل التالي :

أ - الفرضية الأساسية الأولى :

▪ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القياس القبلي للعينتين

ب - الفرضية الأساسية الثانية :

▪ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي للعينة الضابطة

في مستوى الأداء الفني لدفع الجلة و لصالح القياس البعدي

ج. الفرضية الأساسية الثالثة :

▪ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي للعينة التجريبية

في مستوى الأداء الفني لدفع الجلة و لصالح القياس البعدي

د . الفرضية الأساسية الرابعة :

▪ توجد فروق دالة احصائيا في القياس البعدي للعينتين و لصالح العينة

التجريبية

إعتمدنا في هذه الدراسة على المنهج التجريبي نظرا لملائمته لطبيعة الموضوع المدروس، و تمت الدراسة على عينة قوامها ( 15 طالبا ) ، و هذا قصد دراسة الفروق الإحصائية في مستوى الأداء الفني بين مجموعتي البحث ، و قد إعتمدنا على اختبار الأداء الفني لدفع الجلة و بطاقة ملاحظة مقترحة لتقييم الأداء كأدوات لجمع البيانات من الميدان، و ذلك بعد التأكد من خصائصه السيكومترية ( الصدق والثبات، الموضوعية ) مع الإستعانة بالوسائل و التقنيات الإحصائية الوصفية و الاستدلالية لتحويل البيانات الكيفية إلى بيانات كمية قابلة للتحليل و القياس، لنتقل إلى مرحلة تفرغ نتائج الدراسة الميدانية التي توصلنا فيها إلى تحقق ثلاث فرضيات جزئية ممثلة في الفرضية الأساسية الأولى و الثالثة و الرابعة في حين أنه لم تتحقق الفرضية الجزئية الثانية.

### -حدود البحث و فتوحاته -

إنطلاقا من النتائج السابقة نأمل أن تكون الدراسة الحالية خطوة أولى لقيام بدراسات مستقبلية بهدف التعرف على أثر العوامل السابقة الذكر في تحسين الأداء الفني أو دراسات أخرى مكملة للدراسة الحالية و في الأخير نوفي ببعض الاقتراحات العلمية و العملية التي نرى بأنها بالغة الأهمية.

- الإستفادة من الجانب العلمي لهذا البحث في عملية التكوين لأساتذة التربية البدنية والرياضية والاطلاع على الوسائل و المناهج الحديثة في هذا المجال.
- استخدام تكنولوجيا الوسائط المتعددة في تعليم مهارة دفع الكرة .
- إعداد برامج تعليمية أخرى في باقي المهارات الخاصة بميدان ألعاب القوى باستخدام تكنولوجيا الوسائط المتعددة .
- عقد دورات تدريبية لأساتذة التربية الرياضية عن كيفية إعداد و استخدام الوسائل الحديثة في التعليم .
- تمويل مخابر التربية البدنية بأشرطة الفيديو التعليمية من المراكز العالمية المتخصصة في تعليم المهارات الحركية للاستفادة منها في تعليم مهارات الانشطة الرياضية.
- تجهيز بيئة تعليمية حديثة لتطبيق نماذج التعليم بالتكنولوجيا بتزويد قاعات التدريس بأدوات ومواد مناسبة.



## **Coclusion**

The effect of educational programme supported by the media to devolop the skill of the shot put

This research aims at preparing an istructional program supported by the media to devolop the skill of the shot put (**O'Brien**) and measure the effectiveness of this program over the collection skills to push the shot put.

The sample of this research contained of (30) male students , from the third year specialization of athletics at the Institute for Science and techniques physical and sport activities Tissemsilt , they dicided into (2) groups, equal and exprimental (15) all information were collected throught the after and before measure by using shot put test and a suggestion card of observation.

Results showed the effectiveness of this educational programme in improving the movment performance of learned skill



وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

المركز الجامعي تيسمسيلت

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

بطاقة الملاحظة موجهة إلى الأساتذة

في إطار إنجاز مذكرة لنيل شهادة الماستر ( النشاط البدني الرياضي المدرسي)

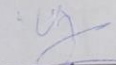
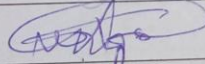
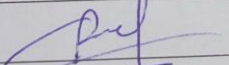
تحت عنوان

إقتراح برنامج تعليمي مدعم بالوسائط المتعددة لتحسين الأداء الفني في مهارة دفع الجلة لدى طلبة

السنة الثالثة تخصص ألعاب القوى

فمن هذا المنطلق كان لنا الشرف أن نضع بين أيديكم هذه البطاقة راجين منكم تقييمها

و أخيرا لكم منا جزيل الشكر و التقدير

| الإمضاء   | الدرجة العلمية | إسم و لقب الأستاذ  |
|---|----------------|--------------------|
|  | استاذ أ        | لخضاري عبد القادر  |
|  | استاذ مساعد    | مجاهد مصطفى        |
|  | استاذ مساعد    | بومعزة محمد الأمين |

السنة الدراسية 2016/2017

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

المركز الجامعي تيمسويلت

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

برنامج تعليمي مقترح موجه للأساتذة

في إطار إنجاز مذكرة لنيل شهادة الماستر ( النشاط البدني الرياضي المدرسي)

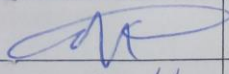
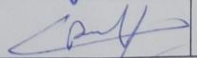
تحت عنوان

إقتراح برنامج تعليمي مدعم بالوسائط المتعددة لتحسين الأداء الفني في مهارة دفع الكرة لدى طلبة

السنة الثالثة تخصص ألعاب القوى

فمن هذا المنطلق كان لنا الشرف أن نضع بين أيديكم هذه البرنامج التعليمي راجين منكم تقييمها

و أخيرا لكم منا جزيل الشكر و التقدير

| الإسضاء   | الدرجة العلمية | إسم و لقب الأستاذ  |
|---|----------------|--------------------|
| Y.A   | ماجستير        | لخضاري عبد القادر  |
|  | ماجستير        | بجاهد مصطفى        |
|  | أستاذ مساعد أ  | بومعزة محمد الأمين |

السنة الدراسية 2015/2016

| مذكرة :<br>01  |       | النشاط: دفع الجلة   | الوسائل المستخدمة : جمل                              |
|--|-------|---|--|
| الهدف<br>الإجرائي:   |       |   | أن يتقن الطالب مسك الأداة و يدرك مكان توضعها المناسب |
| معايير النجاح  | المدة | ظروف الانجاز  |  |
| الانضباط داخل الفوج<br>الجري داخل الأفواج<br>إعطاء الوقت اللازم لكل حركة   | 10د   | تعريف الطلبة بطرق مسك الجلة و مكان توضعها عن طريق الصورة و النص   | مرحلة<br>التحضير                                     |
|  | 15د   | الاصطفاف، المناداة، شرح موجز لهدف الحصة<br><u>الإحماء العام :</u><br>- جري حول المضمار بشدة متوسطة<br><u>الإحماء الخاص :</u><br>- التركيز على المجموعات العضلية المقصودة بالعمل |  |
| الانضباط داخل الفوج<br>الجري داخل الأفواج<br>إعطاء الوقت اللازم لكل حركة   | 5د    | <u>ح ت 1 :</u><br>( وقوف فتحا-مسك الجلة) تبادل نقل الجلة بين اليدين لعمل دوائر حول الجسم.   | المرحلة الرئيسية                                     |
| تمرير الجلة في شكل 8   | 5د    | <u>ح ت 2 :</u><br>(وقوف فتحا الذراعين أماما - ثني الجذع أماما أسفل مسك الجلة بإحدى اليدين) تمرير الجلة بين الرجلين.   |  |
| إستخدام عضلات الرسغ و أصابع اليد   | 5د    | <u>ح ت 3 :</u><br>من الوقوف يتم تبادل دفع الجلة بين اليدين أمام الصدر   |  |
| التقاط الأداة قبل وصولها إلى الأرض   | 5د    | <u>ح ت 4 :</u><br>(وقوف مسك الجلة ) ترك الجلة تسقط ثم محاولة التقاطها قبل وصولها إلى الأرض.   |  |
| وضع الجلة أسفل الذقن و فوق الترقوة و على جانب الرقبة<br>مسك الأداة بالطريقة السليمة<br>مفصل المرفق متجه إلى الأسفل | 5د    | <u>ح ت 5 :</u><br>(وقوف فتحا-الجلة على الأرض) ثني الجذع لمسك الجلة ثم مده عاليا لوضع الجلة في المكان المناسب  |  |
| التخلص من التعب<br>إبراز النقاط المسجلة  | 10د   | مارين الإطالة العضلية<br>فتح مجال النقاش للطلبة   | مرحلة التقييم  |

| مذكرة: 02        |   | النشاط: دفع الجلة | الوسائل المستخدمة: جمل   |
|------------------|---|-------------------|--|
| الهدفالإجرائي    |   |                   | أن يتقن الطالب وقفة الاستعداد الصحيحة  |
| مراحل التعلم     | ظروف الانجاز  | المدة             | معايير النجاح  |
| مرحلة التحضير    | يتم عرض وقفة الاستعداد عن طريق الصورة و النص<br>الاصطفاف، المنادة، شرح موجز لهدف الحصة<br><u>الإحماء العام :</u><br>- جري حول المضمار بشدة متوسطة<br><u>الإحماء الخاص :</u><br>- التركيز على المجموعات العضلية المقصودة بالعمل  | 10د<br>15د        | الانضباط داخل الفوج<br>الجري داخل الأفواج<br>إعطاء الوقت اللازم لكل حركة   |
| المرحلة الرئيسية | <u>ح ت 1 :</u><br>(وقوف فتح الجلة على الأرض ) ثني الجذع أماما لمسك الجلة ثم وضعها في المكان المناسب<br><u>ح ت 2 :</u><br>نفس التمرين السابق مع إضافة رفع الذراع اليسرى أماما عاليا ونقل القدم اليسرى للخلف على المشط<br><u>ح ت 3 :</u><br>بمساعدة الزميل يميل اللاعب جذعه إلى الأمام و يرفع رجله الحرة خلفا عاليا للوصول لوضع شبه الميزان | 7د<br>8د<br>10د   | وضع الجلة أسفل الذقن و فوق الترقوة و على جانب الرقبة<br>الجذع مستقيم و الحوض متقدم للأمام بعض الشيء<br>الجذع موازي للأرض و الرجل الحرة دون المستوى الأفقي بتقليل |
| مرحلة التقييم    | تمارين الإطالة العضلية<br>فتح مجال النقاش للطلبة  | 10د               | التخلص من التعب<br>إبراز النقائص المسجلة   |

| النشاط: دفع الجلة   |       | الوسائل المستخدمة: جلل   | مذكرة: 03        |
|---|-------|--|------------------|
| أن يتمكن الطالب من القيام بحركة تحضير جيدة تمهيدا للزحف   |       |  | الهدفالإجرائي    |
| معاييرالنجاح  | المدة | ظروف الانجاز   | مراحل التعلم     |
| الانضباط داخل الفوج<br>الاجري داخل الأفواج<br>إعطاء الوقت اللازم لكل حركة   | 10د   | يتم عرض مرحلة تحضير الزحف بواسطة الصورة و النص و الفيديو   | مرحلة التحضير    |
|   | 15د   | الاصطفاف، المناداة، شرح موجز لهدف الحصبة<br><u>الإجماء العام :</u><br>- جري حول المضمار بشدة متوسطة<br><u>الإجماء الخاص :</u><br>- التركيز على المجموعات العضلية المقصودة بالعمل |                  |
| الرجل الحرة دون مستوى الكتفين<br>إنخفاض مستوى الجذع تزامنا مع حركة الرجل الحرة<br>الجذع موازي للأرض<br>الحفاظ على التوازن أثناء العمل | 7د    | <u>ح ت 1 :</u><br>بمساعدة الزميل رفع الرجل الحرة للوصول لوضع شبه الميزان   | المرحلة الرئيسية |
|   | 8د    | <u>ح ت 2 :</u><br>نفس التمرين السابق معضم الرجل الحرة جهة رجل الارتكاز   |                  |
|   | 10د   | <u>ح ت 3 :</u><br>محاولة الربط بين التمرنين السابقين مع حمل الجلة  |                  |
| التخلص من التعب<br>إبراز النقائص المسجلة  | 10د   | تمارين الإطالة العضلية<br>فتح مجال النقاش للطلبة   | مرحلة التقييم    |

|  |       |   |                   |
|--|-------|---|-------------------|
|  |       | النشاط: د<br>فع الجلسة  | مذكرة: 04         |
|  |       | الوسائل المستخدمة: جلل - كرات طبية - شواخص - صافرة  |                   |
| أن يتمكن الطالب من القيام بزحلقة قوية و سريعة في اتجاه الرمي |       |   | الهدف<br>الإجرائي |
| معايير النجاح  | المدة | ظروف الانجاز  | مراحل التعلم      |
| الانضباط داخل الفوج  | 15د   | يتم عرض مرحلة الزحف بواسطة الصورة و النص و الفيديو  | مرحلة التحضير     |
| الحري داخل الأفواج<br>إعطاء الوقت اللازم لكل تمرين           | 15د   | الاصطفاف، المناذاة، شرح موجز لهدف الحصه<br><u>الإحماء العام :</u><br>- جري حول المضمار بشدة متوسطة<br><u>الإحماء الخاص :</u><br>- أداء بعض التمرينات التمهيدية :<br>الحجل بالقدمين للخلف مع ملامسة الأرض باستمرار<br>الزحلقة على القدم للخلف بمسك و شد القدم الأخرى من الزميل |                   |
| النظر باتجاه الأمام و لأسفل                                  | 15د   | <u>ح ت 1 :</u><br>توضع خلف اللاعب كرة طبية يقوم بدفعها بأسفل القدم الحرة باستمرار   | المرحلة الرئيسية  |
| إمتداد الرجل الحرة<br>التنسيق بين عمل الرجلين                | 15د   | <u>ح ت 2</u><br>(وقوف . مواجهة الزميل . تشبيك اليدين أماما) ميل الجذع أماما مع رفع الرجل الحرة خلفا ثم الزحف على كعب قدم الارتكاز مع وضع مشط القدم الحرة على الأرض  |                   |
| التخلص من التعب<br>إبراز النقائص المسجلة                     | 10د   | تمارين الإطالة العضلية<br>فتح مجال النقاش للطلبة  | مرحلة التقييم     |

|  |       |   |                       |                   |
|--|-------|---|-----------------------|-------------------|
|  |       | الوسائل المستخدمة : جمل   | النشاط: دفع<br>الجملة | مذكرة : 05        |
| أن يتقن الطالب دفع الأداة بالشكل السليم              |       |   |                       | الهدف<br>الإجرائي |
| معايير النجاح  | المدة | ظروف الانجاز  |                       | مراحل التعلم      |
| الانضباط داخل الفوج                                  | 10د   | يتعرف الطلبة على الطريقة السليمة لدفع الجملة بواسطة الصورة و النص و الفيديو   |                       | مرحلة التحضير     |
| الجري داخل الأفواج<br>إعطاء الوقت اللازم لكل حركة    | 15د   | الاصطفاف، المناداة، شرح موجز لهدف الحصّة<br><u>الإجماء العام :</u><br>- جري حول المضمار بشدة متوسطة<br><u>الإجماء الخاص :</u><br>- التركيز على المجموعات العضلية المقصودة بالعمل  |                       |                   |
| لف مشط القدمين إلى الداخل                            | 5د    | <u>ح ت 1 :</u><br>(وقوف القدم اليسرى أماما ) مسك الذراع الحرة من طرف الزميل ثم أداء الدفع   |                       | المرحلة الرئيسية  |
| إمتداد رجل الدفع                                     | 8د    | <u>ح ت 2 :</u><br>(وقوف القدم اليسرى أماما - حمل الجملة ) ثني ركبة الرجل اليمنى ثم مدها مع دفع الجملة أماما عاليا   |                       |                   |
| لف مشط القدمين إلى الداخل<br>لف الجذع للأمام و لأعلى | 12د   | <u>ح ت 3 :</u><br>(وقوف القدم اليسرى أماما -حمل الجملة أسفل الذقن و فوق عظم الترقوة) ثني ركبة الرجل اليمنى مع لف الجذع ليواجه الظهر مقطع الرمي ثم لف الجذع مرة أخرى لمواجهة مقطع الرمي ثم الدفع بالذراع مع المحافظة على اتزان الجسم |                       |                   |
| التخلص من التعب<br>إبراز النقائص المسجلة             | 10د   | تمارين الإطالة العضلية<br>فتح مجال النقاش للطلبة  |                       | مرحلة التقسيم     |

| مذكرة: 06        |  | النشاط: دفع<br>الجلّة | الوسائل المستخدمة : جمل مختلفة الأحجام – حبال                |
|------------------|--|-----------------------|--|
| الهدف الإجرائي   |  |                       | أن يتمكن الطالب من التنسيق بين عمل الرجلين خلال مراحل الحركة |
| مراحل التعلم     | ظروف الانجاز   | المدة                 | معايير النجاح  |
| مرحلة التحضير    | يتعرف الطلبة على عمل الرجلين خلال مراحل الحركة بواسطة النص و الفيديو   | 10د                   | الانضباط داخل الفوج  |
|                  | الاصطفاف، المناداة، شرح موجز لهدف الحصّة<br><u>الإحماء العام :</u><br>- جري حول المضمار بشدة متوسطة<br><u>الإحماء الخاص :</u><br>- التركيز على المجموعات العضلية المقصودة بالعمل | 15د                   | الجرى داخل الأفواج<br>إعطاء الوقت اللازم لكل حركة            |
| المرحلة الرئيسية | <u>ح ت 1 :</u><br>حمل الجلّة أسفل الذقن و عمل زحلقات إلى الخلف مع حركة قدم الارتكاز إلى الداخل تارة و إلى الخارج تارة أخرى   | 10د                   | الحفاظ على التوازن أثناء العمل                               |
|                  | <u>ح ت 2 :</u><br>حمل الجلّة أسفل الذقن و عمل زحلقات مع دفع الأداة   | 10د                   | التنسيق بين عمل الرجلين                                      |
|                  | <u>ح ت 3 :</u><br>مرحة الرجل الحرة إلى الخلف و تثبيتها ثم سحب رجل الارتكاز ثم دفع الأداة   | 10د                   | عدم حركة الرجل الحرة أثناء الدفع                             |
| مرحلة التقييم    | تمارين الإطالة العضلية<br>فتح مجال النقاش للطلبة   | 10د                   | التخلص من التعب<br>إبراز النقائص المسجلة                     |



|   |       |   |                  |
|---|-------|---|------------------|
| النشاط: دفع<br>الجلسة   |       | الوسائل المستخدمة : جمل مختلفة الأحجام – حبال   | مذكرة: 07        |
| أن يتعلم الطالب الربط بين مرحلتي الزحف و الدفع  |       |   | الهدف الإجرائي   |
| معايير النجاح   | المدة | ظروف الانجاز  | مراحل التعلم     |
| الانضباط داخل الفوج<br>الجرى داخل الأفواج<br>إعطاء الوقت اللازم لكل حركة  | 10د   | يتعرف الطلبة على كيفية الربط بين مرحلتي الزحف و الدفع بواسطة النص و الفيديو   | مرحلة التحضير    |
|   | 15د   | الاصطفاف، المناداة، شرح موجز لهدف الحصه<br><u>الإجماء العام :</u><br>- جري حول المضمار بشدة متوسطة<br><u>الإجماء الخاص :</u><br>- التركيز على المجموعات العضلية المقصودة بالعمل |                  |
| ثقل الجسم على مقدمة قدم الارتكاز<br>النظر باتجاه الأمام و لأسفل<br><br>الاحتفاظ بالتوازن<br>إمتداد الرجل الحرة<br>التنسيق بين عمل الرجلين<br>تبديل مكان القدمين | 15د   | <u>ح ت 1 :</u><br>( وقفة الاستعداد- الظهر مواجه الحبل بارتفاع 120سم ) ثم الزحف من أسفل الحبل للوصول لوضع الدفع  | المرحلة الرئيسية |
|   | 15د   | <u>ح ت 3 :</u><br>(وقفة الاستعداد- حمل جلة خفيفة ) أداء الحركة كاملة مع دفع الجلة   |                  |
| التخلص من التعب<br>إبراز النقائص المسجلة  | 10د   | تمارين الإطالة العضلية<br>فتح مجال النقاش للطلبة  | مرحلة التقويم    |

| الوسائل المستخدمة : جمل   |       | النشاط: دفع<br>الجلسة  | ملكرة :08           |
|---|-------|--|---------------------|
| أن يتمكن الطالب من تحقيق أحسن تقنية للدفع بالزحلقة  |       |  | الهدف الإجرائي      |
| معايير النجاح   | المدة | ظروف الانجاز   | مراحل التعلم        |
| الانضباط داخل الفوج   | 10د   | يتم عرض تقنية الدفع كاملة بواسطة العرض البطيء للفيديو  | مرحلة               |
| الجري داخل الأفواج  | 15د   | الاصطفاف، المناداة، شرح موجز لهدف الحصّة<br><u>الإحماء العام :</u><br>- جري حول المضمار بشدة متوسطة<br><u>الإحماء الخاص :</u><br>- التركيز على المجموعات العضلية المقصودة بالعمل | التحضير             |
| وضع الجلسة أسفل الذقن و فوق<br>الترقوة و على جانب الرقبة<br>الجذع مستقيم و الحوض متقدم<br>للأمام بعض الشيء<br>الجذع موازي للأرض و الرجل الحرة<br>دون المستوى الأفقي بقليل<br>الزحف على كعب رجل الارتكاز<br>الدفع بقوة لأعلى<br>تبديل مكان الرجلين | 15د   | <u>ح ت 1 :</u><br>تقسيم الطلبة إلى ثلاثة أفواج ، أداء تقنية الزحلقة كاملة ( مسك<br>الجلسة- وقفة الإستعداد - التحضير للزحف - الزحف - الدفع و<br>الاتزان )                         | المرحلة<br>الرئيسية |
| التنظيم والانضباط<br>المنافسة بروح رياضية   | 15د   | <u>ح ت 2 :</u><br>نفس العمل السابق على شكل منافسة  |                     |
| التخلص من التعب<br>إبراز النقائص المسجلة  | 10د   | تمارين الإطالة العضلية<br>فتح مجال النقاش للطلبة   | مرحلة<br>التقييم    |

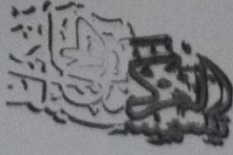
ملحق رقم 03: تقييم لبطاقة الملاحظة حسب آراء كل من "هوفمان، احمد بسطويسي، ايتسولد

| المراحل                             | التسلسل الحركي للأداء                          | المعايير   | تقييم هوفمان | تقييم بسطويسي | تقييم ايتسولد |
|-------------------------------------|--|--|--------------|---------------|---------------|
| المرحلة الإعدادية ( مرحلة التحفز)   | 1- حمل الجلة<br>2- وقفت الاستعداد              | - وضع اللاعب الأداة في انصب موضع استعدادا لبدئ الحركة ،<br>و التأقلم مع الجلة.   | 08           | 09            | 07            |
| المرحلة الانتقالية ( الزحفة)        | - بداية الزحف                                  | - اكتساب السرعة لكل من اللاعب و الأداة عن طريق الانتقال الحركي<br>من الأطراف إلى الجذع، خلق أول سرعة لعملية الدفع.                           | 05           | 06            | 05            |
| المرحلة الرئيسية ( الاستعداد للرمي) | 1- الزحف<br>2- الوصول إلى مرحلة الدفع          | - انتقال الحركة من الجذع إلى الأداة بأسرع ما يمكن مع توجيهها بالزاوية<br>الصحيحة لأبعد مسافة ممكنة، استعداد الجسم لأخذ وضع الدفع.            | 02           | 02            | 03            |
| المرحلة النهائية ( الدفع)           | 1- حركة الدفع<br>2- التخلص و الاحتفاظ بالتوازن | - الوصول إلى أكبر قوة للدفع و التخلص مع تبديل مكان الرجلين في الهواء تكون<br>الرجل اليمنى الى الأمام و اليسرى بالى الخلف للحفاظ على التوازن، | 02           | 00            | 02            |
| المجموع                             |  |  |              |               |               |
| 17                                  |  |  |              |               |               |

بطاقة الملاحظة المقترحة حسب تقييم إيتسولد

| التقييم | المعايير  | التسلسل الحركي للأداء   | المراحل            |
|---------|---|---|--------------------|
| 07      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- تحمل الجلة وتكون اليد أسفل الذقن و فوق عظم الترقوة حيث تكون الأصابع خلف الجلة</li> <li>-المسافة بين القدمين باتساع الحوض،ثقل الجسم على الرجل الأمامية و تتركز القدم الخلفية على المشط</li> <li>- ترفع الذراع الحرة عاليا بميل بسيط للأمام .</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>1- حمل الجلة</li> <li>2- وقفت الاستعداد</li> </ul>             | المرحلة الإعدادية  |
| 05      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- دفع الرجل الخلفية للخلف بقوة و تمتد الرجل الأمامية مع مراعاة عدم تجاوز الحرة لمستوى الكتفين.</li> <li>- انثناء الجذع للأمام و سحب الرجل اليسرى نحو الرجل اليمنى مع مراعاة عدم تجاوز مستوى الركبة اليسرى لليمنى .</li> </ul>                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>- التحضير الزحف</li> </ul>                                     | المرحلة الانتقالية |
| 03      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- مرجحة الرجل اليسرى للخلف في اتجاه مقطع الرمي مع رفع اليد اليسرى نحو الأعلى</li> <li>- زحف الرجل اليمنى إلى الخلف عندما يقترب مشط القدم اليسرى من الأرض</li> <li>- يلف المتسابق الجذع لمواجهة مقطع الرمي مع دوران قدم الارتكاز على المشط</li> </ul>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>1- الزحف</li> <li>2- وضع الدفع</li> </ul>                      | المرحلة الرئيسية   |
| 02      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- تقوم الذراع الحاملة للأداة بدفع الجلة للأمام و للأعلى</li> <li>- تبديل مكان وضع القدمين للمحافظة على الاتزان وعدم خروج اللاعب من الدائرة</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- حركة الدفع</li> <li>2- التخلص و الاحتفاظ بالتوازن</li> </ul> | المرحلة النهائية   |
| 17      | المجموع   |   |                    |





الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

المركز الجامعي بـمـصـمـيلـتـه

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

المرجع: ..... 2016/م.ع.ت.ن.ب.ا.م.ج.ت.

تيسمـيـلـت: 2016/05/11

## رخصة إجراء البحث

إلى السيد: ... مدير معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

في إطار إجراء بحوث ميدانية لطبة قسمنا يرجى من حضرتكم السماح لهم بمباشرة الأعمال في مؤسستكم.

الاسم: ... محمد بن ...

اللقب: ... محمد بن ...

الأستاذ المشرف: ... محمد بن ...

عنوان البحث: ... أثر برنامج تدريبي ...

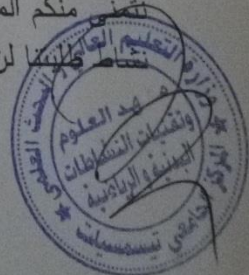
مجسّمون: ...

مدة البحث من 2016/04/25 إلى 2016/05/08

نتمنى منكم المساهمة في تكوين طلبتنا وإمدادهم بالمساعدات اللازمة كما نؤكد لكم أن نشاط طلبتنا لن يعرقل السير الحسن لنشاطاتكم الداخلية.

تقبلوا منا فائق الاحترام والتقدير.

ع مدير الدراسات:



بسم الله الرحمن الرحيم  
رئيس قسم التربية البدنية والرياضية

العرف بالحد

الباب الأول  
الجانب النظري



# الفصل الأول

## البرنامج التعليمي و الوسائط المتعددة

# الفصل الثاني

## الأداء الفني لرمي الجلة

# الفصل الثالث

## طالب التربية البدنية

الباب الثاني  
الجانب التطبيقي

# الفصل الأول

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

الفصل الثاني  
عرض، تحليل  
و مناقشة النتائج

# قائمة المراجع

الملاحق



## قائمة المراجع باللغة العربية

1. القرآن الكريم
2. أبو زائدة، حاتم يوسف فعالية برنامج بالوسائط المتعددة لتنمية المفاهيم و الوعي الصحي في العلوم لدى طلية الصف السادس الأساسي كلية التربية غزة.
3. أحمد ، نعيمة حسن، عبد الكريم ، سحر محمد: أثر التدريس بنموذج اجتماعي في تنمية المهارات التعاونية واتخاذ القرار والتحصيل لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي ذوي صعوبات التعلم في مادة العلوم، مجلة التربية العلمية المجلد الثالث ، العدد الرابع، .
4. إسماعيل محمد رضا، تطوير مناهج كليات التربية الرياضية، رسالة ماجستير غير منشورة بغداد ، 1990م.
5. إسماعيل، الغريب زاهر تكنولوجيا المعلومات وتحديث التعليم، عالم الكتب للنشر 2001م.
6. تأثير برنامج باستخدام تكنولوجيا الحاسوب على مستوى التحصيل المعرفي لمفهوم الحركات الرياضية و مستوياتها المختلفة لدى طلاب قسم التربية الرياضية جامعة البحرين
7. جابر عبد الحميد، الوسائل التعليمية و المنهج ، دار النهضة القاهرة 1979م.
8. حسن قاسم حسين التدريب بألعاب الساحة و الميدان، مطبعة دار الحكمة بغداد 1990م.
9. رضا البغدادي : التعليم المبرمج ، مطابع جامعة الرياض ، السعودية 1976م.
10. ريسان خريبط مجيد، عبد الرحمان مصطفى الأنصاري ألعاب القوى، الدار العلمية الدولية للنشر ودار الثقافة للنشر الأردن 2002م.
11. س.ع عمر، س.أ الشرنوبي، ع.م هريدي، أ.م بو طبل نظريات و تطبيقات مسابقات الميدان و المضمار الجزء الأول مطبعة الإشعاع الفنية 2002م.
12. الشهران ، جمال عبد العزيز الوسائل التعليمية ومستجدات التكنولوجيا والتعليم ، مطابع الحميض ، الرياض 2001م.
13. شيمي ، نادر ، و إسماعيل ،سامح، مقدمة في تقنيات التعليم ، دار الفكر ، عمان ، ط1 2008.
14. صلاح الدين شروخ، منهجية البحث العلمي للجامعيين، 2003م.
15. عبد الحميد شرف، البرنامج في التربية الرياضية بين النظرية و التطبيق 1995م.

16. عبد الحميد شرف، تكنولوجيا التعليم في التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، ط1 2000م.
17. عبد العزيز علي الدشتي تكنولوجيا التعليم في تطوير المواقف التعليمية ، الطبعة الأولى، مكتبة الفلاح ، الكويت 1989.
18. عبد المنعم علي، المدخل إلى تكنولوجيا التعليم، دار البشري الاسكندرية 1998م.
19. العجواني ، خالد : أثر طريقة عرض المادة التعليمية باستخدام الحاسوب على تحصيل طلبة كلية العلوم التربوية في الجامعة الأردنية . دراسات. العلوم التربوية ، المجلد 30 العدد1ص 2003م.
20. عفانة ، عزو إسماعيل و الخزندار ، نائلة نجيب التدريس الصفي بالذكاوات المتعددة، ط 1، آفاق فلسطين 2007م.
21. عيادات يوسف أحمد الحاسوب التعليمي و تطبيقاته التربوية، دار المسيرة للنشر عمان 2004م .
22. الفار إبراهيم عبد الوكيل، تربويات الحاسوب وتحديات مطلع القرن الحادي والعشرين، دار الفكر العربي القاهرة 1998م.
23. قيس ناجي عبد الجبار، شامل كامل محمد، مبادئ الإحصاء في التربية البدنية، بغداد، 1988م.
24. القيسي محاضرات ألعاب القوى منشورات جامعية 1989م.
25. الكلوب بشير ، التكنولوجيا في عملية التعليم و التعلم دار الشروق للنشر و التوزيع الأردن 1995م.
26. محمد الضهراوي و عبد الحميد الديب : تأثير استخدام المعرفة الفورية على تعلم مهارات الكرة الطائرة و ألعاب القوى لتلاميذ المرحلة الاعدادية ، مجلة علوم و فنون ، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة العدد الثاني عشر 1999م.
27. محمد حسن علاوي وأسامة كمال راتب، البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي للطبع والنشر، مصر، 1999م.
28. مروان عبد المجيد إبراهيم أسس لبحث العلمي، مؤسسة الوراق ط1 الأردن 2000م.
29. مصطفى عادل، مجمع اللغة العربية، مجمع علم النفس و التربية، القاهرة، ط1، 1996م.
30. مفتي إبراهيم، البرامج التدريبية المخططة لفريق كرة القدم 1998م.

31. منى خالد، محمود عياد أثر برنامج بالوسائط المتعددة في ضوء نظرية الذكاءات المتعددة على اكتساب المفاهيم التكنولوجية و بقاء أثر التعلم لدى طالبات الصف السابع بغزة.
32. الموسى، عبد الله بن عبد العزيز استخدام الحاسب الآلي في التعليم مكتبة تربية الغد الرياض، ط.2، 2002م
33. وجيه محبوب أصول البحث العلمي و مناهجه ، دار المناهج للنشر و التوزيع ط2 الأردن 2005م.