

The Islamic University–Gaza
Research and Postgraduate Affairs
Faculty of Education
Master of Curriculum and teaching methods



الجامعة الإسلامية – غزة
شئون البحث العلمي والدراسات العليا
كلية التربية
ماجستير مناهج وطرق تدريس

فاعلية برنامج تعليمي مقترح لتنمية مهارات كرة السلة لدى طلاب
كلية التربية البدنية والرياضة بجامعة الأقصى بغزة

The Effectiveness of a Proposed Educational Program on Developing Basketball Skills among Faculty of Physical Education and Sports' Students at Al-Aqsa University – Gaza

إعداد الباحث

مؤمن رمضان العزازي

إشراف

الدكتور

أحمد يوسف حمدان

أستاذ المناهج وطرق التدريس التربية الرياضية المشارك
جامعة الأقصى

الدكتور

محمود محمد الرنتيسي

استاذ المناهج وطرق التدريس المشارك
الجامعة الإسلامية-غزة

قُدِّمَ هَذَا الْبَحْثُ اسْتِكْمَالاً لِمُنْتَهَلَاتِ الْحُصُولِ عَلَى دَرَجَةِ الْمَاجِسْتِيرِ
فِي الْمَنَاهِجِ وَطَرِيقِ التَّدْرِيسِ بِكُلِّيَّةِ التَّرْبِيَّةِ فِي الْجَامِعَةِ الْإِسْلَامِيَّةِ بِغَزَّةِ

مارس/2017م - جمادي الثاني/1438هـ

إقرار

أنا الموقع أدناه مقدم الرسالة التي تحمل العنوان:

فاعلية برنامج تعليمي مقترح لتنمية مهارات كرة السلة لدى طلاب كلية التربية
البدنية والرياضة بجامعة الأقصى بغزة

The Effectiveness of a Proposed Educational Program on Developing Basketball Skills among Faculty of Physical Education and Sports' Students at Al-Aqsa University – Gaza

أقر بأن ما اشتملت عليه هذه الرسالة إنما هو نتاج جهدي الخاص، باستثناء ما تمت الإشارة إليه حيثما ورد، وأن هذه الرسالة ككل أو أي جزء منها لم يقدم من قبل الآخرين لنيل درجة أو لقب علمي أو بحثي لدى أي مؤسسة تعليمية أو بحثية أخرى.

Declaration

I understand the nature of plagiarism, and I am aware of the University's policy on this.

The work provided in this thesis, unless otherwise referenced, is the researcher's own work, and has not been submitted by others elsewhere for any other degree or qualification.

Student's name:	مؤمن رمضان العزازي	اسم الطالب:
Signature:		التوقيع:
Date:		التاريخ:



هاتف داخلي 1150

مكتب نائب الرئيس للبحث العلمي والدراسات العليا

الرقم: ج س غ/35/Ref:

التاريخ: 2017/04/20/Date:

نتيجة الحكم على أطروحة ماجستير

بناءً على موافقة شئون البحث العلمي والدراسات العليا بالجامعة الإسلامية بغزة على تشكيل لجنة الحكم على أطروحة الباحث/ مؤمن رمضان محمود العزازي لنيل درجة الماجستير في كلية التربية/ قسم مناهج وطرق تدريس وموضوعها:

فاعلية برنامج تعليمي مقترح لتنمية مهارات كرة السلة لدى طلاب كلية التربية البدنية والرياضة بجامعة الأقصى بغزة

وبعد المناقشة العلنية التي تمت اليوم الخميس 22 رجب 1438هـ، الموافق 2017/04/20م الساعة

الواحدة ظهراً بمبنى طيبة، اجتمعت لجنة الحكم على الأطروحة والمكونة من:

د. محمود محمد الرنتيسي مشرفاً ورئيساً

د. أحمد يوسف حمدان مشرفاً

أ.د. صلاح أحمد الناقبة مناقشاً داخلياً

د. وائل سلامة المصري مناقشاً خارجياً

وبعد المداولة أوصت اللجنة بمنح الباحث درجة الماجستير في كلية التربية/قسم مناهج وطرق تدريس.

واللجنة إذ تمنحه هذه الدرجة فإنها توصيه بتقوى الله ولزوم طاعته وأن يسخر علمه في خدمة دينه ووطنه.

والله ولي التوفيق ،،،



نائب الرئيس لشئون البحث العلمي والدراسات العليا

أ.د. عبدالرؤوف علي المسري

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

﴿إِنْ أَرِيدُ إِلَّا الْإِصْلَاحَ مَا اسْتَطَعْتُ وَمَا تَوْفِيقِي
إِلَّا بِاللَّهِ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَإِلَيْهِ أُنِيبُ﴾

صدق الله العظيم

[هود: 88]

ملخص الرسالة

هدف الدراسة: هدفت هذه الدراسة التعرف إلى فاعلية برنامج تعليمي مقترح لتنمية مهارات كرة السلة لدى طلاب كلية التربية البدنية والرياضة بجامعة الأقصى بغزة.

أدوات الدراسة: واستخدم الباحث مجموعة من الاستمارات لقياس الاختبارات المهارية، حيث تم تطبيق البرنامج التعليمي باستخدام بعض أساليب التدريس في ثمانية أسابيع.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (40) طالباً من طلاب المستوى الثاني بكلية التربية البدنية والرياضة في جامعة الأقصى مساق كرة السلة خلال الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي 2016م/2017م، وتمثلت عينة الدراسة بنسبة (32.8 %) من المجتمع الأصلي اختيرت بطريقة قصدية.

منهج الدراسة: اتبعت الدراسة المنهج شبه التجريبي ذو التصميم الثنائي لمجموعتين.

أهم نتائج الدراسة:

- وجود فروق في متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية وذلك في (مهارات التميريرة الصدرية، والمحاورة المنخفضة، والتصويب بالوثب)؛ ولصالح القياس البعدي.
- وجود فروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي، ولصالح المجموعة التجريبية.
- وجود أثر البرنامج التعليمي على معدلات التحسن في مهارات التميريرة الصدرية، والمحاورة المنخفضة، والتصويب بالوثب)
- إن البرنامج التعليمي ساهم في تحسين قدرة الطلاب على سرعة التعلم وإتقان المهارات.

أهم توصيات الدراسة:

- نشر نتائج هذه الدراسة وخطوات تطبيق هذا البرنامج التعليمي على المدارس والجامعات للاستفادة من هذه النتائج، وذلك لتعزيز عملية التعلم والطرائق المتنوعة.
- الاهتمام بإجراء البحوث والدراسات على باقي مهارات كرة السلة، والألعاب الجماعية والفردية الأخرى، لمعرفة فاعلية توظيف البرنامج التعليمي في التربية الرياضية.
- **كلمات مفتاحية:** فاعلية، برنامج تعليمي، مهارات كرة السلة، جامعة الأقصى.

Abstract

Study aim: The aim of this study was to determine the effectiveness of a proposed educational program in the development of basketball skills among Faculty of Physical Education and Sports' students at Al-Aqsa University of Gaza.

Study tools: The researcher used a set of forms to measure the skill tests, as the educational program was implemented for eight weeks using some instructional techniques.

Study sample: The study sample consisted of (40) sophomore male students from the Faculty of Physical Education and Sports in the Al-Aqsa University enrolled in the basketball course during the first semester of the academic year 2016/2017. The study sample, which was randomly chosen, represented (32.8%) of the original population.

Study approach: The study followed the quasi-experimental approach, two-group design.

Study most important findings:

- There were differences between the mean scores of the two pre- and post-measurements of the experimental group in the skills of chest pass, low bouncing, and jumping shot in favor of post-measurement.
- There were differences between the experimental group and the control group in the post measurement in favor of the experimental group.
- There was an effect of the educational program on the levels of improvement in the skills of chest pass, low bouncing, and jumping shot.
- The educational program contributed to improving the students' ability to speedily learn and master the three basketball skills.

Study most important recommendations:

- Disseminating the results of this study and the procedures of the educational program implementation to schools and universities so that they may benefit from them in enhancing the learning process and diversifying instructional methods.
- Paying attention to conducting research and studies on the rest of the basketball skills and other group and individual games to investigate the effectiveness of using the educational program in physical education.

Keywords: Effectiveness, Educational program, basketball skills, Al-Aqsa University.

الإهداء

إلى... معلم الناس الخير، وخاتم المرسلين محمد عليه أفضل الصلاة وأتم التسليم

إلى القلب الناصع بالبياض، إلى معنى الحب، وإلى معنى الحنان والتفاني، بسمة الحياة وسر الوجود

إليك والدتي الحبيبة

إلى نبراسي الذي يُنير دربي إلى من علمني أن أصمد أمام أمواج البحر الثائرة
إلى من رفعت رأسي عالياً افتخاراً به إليك يا من أفديك بروحي ..

إليك والذي الحبيب

إلى... من شقت معي الطريق خطوة بخطوة وشاركتني كل لحظة

زوجتي الطيبة، جعلها الله نبعاً للوفاء

إلى... فلذات كبدي أبنائي الأعزاء، عبدالله، إيمان، مرام، احمد، رمضان

الذين عانوا من انشغالي عنهم طيلة فترة الدراسة

إلى... إخوتي الكرام، وأخواتي الطيبات، وجميع أهلي وأقاربي

إلى... منابع العلم والعطاء، وورثة الأنبياء أعضاء الهيئة التدريسية الكرام

إلى... أصدقائي وزملاء العمل والدراسة

إلى... جميع الباحثين والباحثات في مختلف التخصصات .. أهدي هذا العمل المتواضع

شكر وتقدير

الحمد لله عالم الغيب والشهادة حمداً يليق بجلال قدره وعظيم سلطانه، الذي وفقني على إتمام هذا العمل، ويسّر لي طريق العلم والمعرفة، والصلاة والسلام على سيد الأنام، محمد عليه أفضل الصلاة والسلام وبعد،،،

بعد حمد الله والثناء عليه وانطلاقاً من قوله تعالى ﴿وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ﴾ [إبراهيم:7] ليسعني في هذا المقام وفي ختام هذا البحث أن أتقدم بجزيل الشكر والتقدير إلى مشرفي الدكتور محمود محمد الرنتيسي والدكتور أحمد يوسف حمدان على ما قدماه لي من عطاء وعون في هذه الدراسة أثناء مراحل إنجازها.

كما وأتقدم بالشكر الجزيل إلى عضوي لجنة المناقشة الكرام على تكريمهما بالموافقة على المناقشة والحكم على هذا البحث وهم:

الأستاذ الدكتور/ صلاح أحمد الناقبة حفظه الله (مناقشاً داخلياً)

الدكتور/ وائل سلامة المصري حفظه الله (مناقشاً خارجياً)

كما يسعدني أن أتقدم بالشكر الجزيل إلى عمادة كلية التربية في الجامعة الإسلامية، وإلى أعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية، على مساعدتهم لي أثناء دراستي في برنامج الماجستير.

ولا يفوتني أن أتقدم بالشكر والعرفان إلى السادة في جامعة الأقصى قسم التربية البدنية والرياضة على تيسير مهمتي وتذليل الصعاب لي في إتمام هذا البحث.

كما أخص بالشكر طلاب مساق كرة السلة المشاركين في البرنامج التعليمي، والحريصين على إنجاح هذا البرنامج التعليمي القيم.

ويسعدني أن أتقدم بجزيل الشكر والعرفان إلى الدكتور/ أحمد فارس صالح والسادة المحكمين، لما أعطوني من فكرهم، وشاركوني برأيهم وعلمهم، وتوجيهات قيمة أثناء تحكيم أدوات الدراسة.

وبما أنني بصدد ذكر الأعراء، فلا يفوتني أن أتقدم بالشكر والعرفان إلى الإخوة الزملاء في عمادة شؤون الطلبة بالجامعة الإسلامية، والشكر موصولاً أيضاً لمن قدم نصحاً، أو بذل جهداً، أو أمضى وقتاً، على إنجاز هذه الرسالة، فجزى الله الجميع عني عظيم الجزاء.

وأخيراً فما كان من توفيق لي فمن الله عز وجل، وما كان من خطأ فمن نفسي ومن

الشیطان.

الباحث/ مؤمن رمضان العزازي

فهرس المحتويات

أ.....	إقرار
ت.....	ملخص الرسالة
ث.....	Abstract
ج.....	الإهداء
ح.....	شكر وتقدير
خ.....	فهرس المحتويات
ر.....	فهرس الجداول
س.....	فهرس الأشكال
ش.....	فهرس الملاحق
1.....	الفصل الأول الإطار العام للدراسة
2.....	المقدمة:
5.....	فرضيات الدراسة:
5.....	أهداف الدراسة:
6.....	أهمية الدراسة:
6.....	حدود الدراسة:
7.....	مصطلحات الدراسة:
8.....	الفصل الثاني الإطار النظري للدراسة
9.....	أولاً: الرياضة الجامعية:
16.....	ثانياً: البرنامج التعليمي:
23.....	ثالثاً: شروط التعلم:
29.....	رابعاً: رياضة كرة السلة:

52	تعقيب عام على الإطار النظري:
54	الفصل الثالث الدراسات السابقة
56	الدراسات السابقة:
65	تعقيب عام على الدراسات السابقة:
66	ما تتميز به الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة:
66	أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:
68	الفصل الرابع إجراءات الدراسة الميدانية
69	منهج الدراسة:
69	مجتمع الدراسة:
69	عينة الدراسة:
73	متغيرات الدراسة:
74	وسائل وأدوات جمع البيانات
74	الاختبارات البدنية والمهارية المستخدمة في الدراسة
75	الدراسات الاستطلاعية:
76	صدق الأداة (اختبارات الدراسة):
78	بناء البرنامج التعليمي المقترح:
82	خطوات تنفيذ القياسات والاختبارات والبرنامج التعليمي
82	تسجيل البيانات:
83	المعالجات الإحصائية:
84	الفصل الخامس نتائج الدراسة ومناقشتها
86	أسئلة الدراسة:
99	أولاً: الاستنتاجات:

99 ثانياً: التوصيات:
101 المصادر والمراجع
112 الملاحق

فهرس الجداول

- جدول(4.1): تجانس عينة الدراسة الكلية في كل من متغيرات معدلات النمو والمتغيرات البدنية
70 والمتغيرات المهارية (ن = 40)
- جدول(4.2): اختبار مان وتني U Mann-Whitney Test للتعرف إلى الفروق بين المجموعتين
71 الضابطة والتجريبية في معدلات النمو (العمر الزمني والطول والوزن) (ن = 40)
- جدول(4.3): اختبار مان وتني U Mann-Whitney Test للتعرف إلى الفروق بين المجموعتين
72 الضابطة والتجريبية في المتغيرات البدنية (ن = 40)
- جدول(4.4): اختبار مان وتني U Mann-Whitney Test للتعرف إلى الفروق بين المجموعتين
73 الضابطة والتجريبية في المتغيرات المهارية (ن = 40)
- جدول (4.5): القدرات البدنية والمهارية قيد الدراسة والاختبارات المستخدمة في القياس
74
- جدول (4.6): معاملات الصدق الذاتي للاختبارات المهارية قيد الدراسة
77
- جدول(4.7): معاملات ثبات إعادة التطبيق للاختبارات المهارية قيد الدراسة
78
- جدول(5.1): اختبار التوزيع الطبيعي شابيرو- ويلك (Shapiro-Wilk)
85
- جدول (5.2): المتوسطات والانحرافات المعيارية ونسبة التحسن للمجموعة التجريبية لاختبارات
87 (التمريرة الصدرية، والمحاورة المنخفضة، والتصويب من الوثب) للقياسين القبلي والبعدي
- جدول (5.3): اختبار ويلكسون للرتب Wilcoxon Signed Ranks Test للتعرف علي دلالة
88 الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي لدى المجموعة التجريبية في متغيرات الدراسة(ن=20) ...
- جدول (5.4): الجدول المرجعي المقترح لتحديد مستويات حجم الأثر بالنسبة لكل مقياس من مقاييس
89 حجم الأثر
- جدول (5.5): قيمة "Z" ومربع إيتا 2 η وحجم الأثر "d" للتحقق أثر البرنامج التعليمي
89
- جدول (5.6): اختبار مان- وتني U Mann-Whitney Test للتعرف إلى الفروق بين المجموعتين
التجريبية والضابطة لاختبارات (التمرير على الحائط، والمحاورة بين الأقماع، والتصويب بالوثب)
94 للتطبيق البعدي (ن = 40)

جدول (5.7): الجدول المرجعي المقترح لتحديد مستويات حجم الأثر بالنسبة لكل مقياس من مقاييس
حجم الأثر 95

جدول (5.8): قيمة "Z" ومربع إيتا η^2 وحجم الأثر "d" للتحقق أثر البرنامج التعليمي 95

فهرس الأشكال

- شكل (2.1): النظرية الموحدة للتدريس عند موستن وأشورت 28
- شكل (2.2): المهارات الأساسية في كرة السلة 33
- شكل (2.3) النواحي الفنية للتمريرة الصدرية 36
- شكل (2.4): النواحي الفنية للمحاورة المنخفضة 42
- شكل (2.5): النواحي الفنية للتصويب من الوثب 50

فهرس الملاحق

- ملحق (1): أسماء السادة الخبراء الذين تم الاستعانة بهم في تحكيم أدوات الدراسة.....113
- ملحق (2): نموذج استمارة استطلاع رأى الخبراء لتحديد أهم الاختبارات البدنية لمهارات التمريرة الصدرية والمحاورة المنخفضة والتصويب بالوثب في رياضة كرة السلة114
- ملحق (3): استمارة تسجيل نتائج الإختبارات البدنية والمهارية للطلاب في كرة السلة125
- ملحق (4): البرنامج التعليمي المقترح126
- ملحق (5): صور خاصة بالبرنامج التعليمى158

الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

الفصل الأول الإطار العام للدراسة

المقدمة:

تعد عملية التدريس العمود الفقري للتقدم، باعتبارها عملية شاملة تتناول جميع جوانب شخصية الطالب التي تعمل على مواكبة التطور في جوانب التعلم المختلفة المعرفية والوجدانية والنفس حركية، والتي يتم فيها التفاعل بين المعلم والطالب والمادة التعليمية والخبرات بحيث يصبح الطالب محققاً أهداف وطنه، كما يعد تدريس التربية الرياضية جزء من العملية التعليمية التعلمية وظيف من أطراف التربية العامة، التي تسعى دول العالم لتحديث مفاهيمها ومعارفها. ومن هذا المنطلق واستشعاراً بضرورة مواكبة هذا المشهد العالمي سريع التطور، فلا يمكن الاستمرار في طابور المقعدين، ويتطلب ذلك ثورة هائلة في نظم تعليمنا، وبرامجنا، وطرق تدريسنا وأساليبه بمختلف المراحل التعليمية؛ لنعيد ترتيب الأوضاع في هياكل التعامل ووسائله ونظمه مع العملية التعليمية، ولا يتم ذلك إلا بالتركيز على تطوير وتحديث مناهج التدريس وطرقه(عثمان وعثمان، 2004م، ص17).

إن التربية الرياضية ليست مجرد حركات عشوائية، وإنما هي تربية كاملة عن طريق الممارسة، ونشاط وسيلته الأولى حركة الجسم، فهي تلعب دوراً مهماً في تقدم الشعوب وتنشئة جيل جديد على أسس علمية متطورة وحديثة، ويقاس هذا التقدم بمدى إبداع وابتكار أساليب ووسائل ونظريات التدريس العلمية والحديثة والتي لم تأت مصادفة أو ارتجالاً، بل لتطور أساليب البحث العلمي أثر بالغ فهي التي أدت إلى تقصي نقاط القوة والضعف في العملية التدريسية وتنميتها باستخدام أنسب الطرق والأساليب، بغرض تحقيق المستويات الرياضية العالية، والوصول إلى درجات الإنجاز الأمثل والنواة الأولى للتقدم الرياضي في المدرسة والجامعة والنادي(صالح، 2015م، ص2).

ويدرس الطلاب في المرحلة الجامعية مادة التربية الرياضية والتي تهدف إلى إكسابهم المعرفة العلمية والمهارات الحركية وتدريبهم على أسلوب التفكير العلمي. (بهجت، 2004م، ص33).

ويتضح من ذلك أن أساليب تدريس التربية الرياضية شهدت تطورات كبيرة في السنوات الأخيرة بهدف زيادة فاعلية عملية التعلم والوصول لدرجة عالية من التأثير التعليمي والتربوي

لدرس التربية الرياضية التي ينبغي على المتعلم مراعاتها مع مراعاة تطوير مستوى جميع المحاضرين بما يتناسب مع قدراتهم الوظيفية والحركية (شبل، 2010م، ص 563).

ويمثل المعلم أحد عناصر العملية التعليمية فهو قائد الموقف التعليمي وهو صانع التدريس وأداته التنفيذية كونه يتبنى اتجاهاً إيجابياً نحو مهنته مما يدفعه إلي التعميق في هذه المهنة (المطوع وبدير، 2006م، ص 265).

ويؤكد حسن (2012م، ص 7) أنه يتحتم على جميع المهتمين من مدرسين ومدرّبين بمختلف مستوياتهم وكذلك المتخصصين الأكاديميين أن يأخذوا على عاتقهم تطوير وتنمية المهارات المختلفة من خلال ابتكار مجموعة من المواقف والتدريبات الملائمة والمناسبة التي تحقق هذا التطوير.

ومن المعروف أن المهارات الأساسية تمثل ضرورة حتمية لطلاب كلية التربية البدنية والرياضة بجامعة الأقصى في مجال كرة السلة إذ يجب معالجة مشكلاتها المختلفة بالأسلوب العلمي السليم، والتي تحتاج إلى تطبيق الأساليب الحديثة لتحقيق أهدافها، والتي تتمثل في سرعة الأداء في المحاورة والتمرير والتصويب، والذي يعتبر من أهم المهارات الأساسية في رياضة كرة السلة.

وتحتوي مهارات كرة السلة على حركات الجري واللقف والرمي، لذا ينبغي أن تكون بمقدور الطالب سرعة تقدير المواقف وإدراكها وشدة التركيز والانتباه وأن يقوم مباشرة بالاستجابة الصحيحة (خميس، 2007م، ص 5).

وعند تعليم الطالب المهارات الفنية لكرة السلة لا بد من إتقان كل مهارة إتقاناً تاماً، ولا يجوز للمعلم الانتقال لتعلم مهارة أخرى إلا بعد التأكد من إتقان التلميذ المهارة السابقة مع استيعابه لمختلف طرق الأداء بسهولة ويسر (الدياسطي والدياسطي، 2000م، ص 381)

ويتضح مما سبق أن مهارات كرة السلة تتكون من مجموعة من الحركات يمكن تصنيفها إلى مهارات بسيطة ومركبة تتم تبعاً للموقف التعليمي الذي يتواجد فيه الطالب، والتي مجموعة من التحركات الهجومية والدفاعية المتسلسلة بعضها ببعض، ومركزة على مبادئ قانونية يقوم الطلاب بتطبيقها في أوضاع مختلفة بهدف تصويب الكرة في السلة ويعتمد الباحث في دراسته على المهارات التالية: (التمريرة الصدرية، المحاورة المنخفضة، التصويب بالوثب) والتي تعد توصيف مساق كرة السلة في المستوى الثاني بكلية التربية البدنية والرياضة بجامعة الأقصى.

ويتضح من ذلك أن الدراسات التي تهدف التعرف إلى تعلم المهارات الرياضية وانسجاماً مع ذلك فإن طلاب المرحلة الجامعية يكتسبون المعرفة العلمية والمهارات الحركية، من خلال أساليب متنوعة لتعلم مهارات كرة السلة، حتى يتمكنوا من تذليل الصعوبات التي تواجههم أثناء تدريس مهارات كرة السلة، والتي تعمل على تعزيز الجوانب البدنية وتكسبهم مهارات التفكير العلمي السليم، من خلال توظيف برامج متعددة ومناسبة وحديثة يتم تجربتها للتأكد من فاعليتها في الكشف عن هذه الصعوبات ومواجهتها.

وقد دفع الباحث للخوض في هذا البحث اطلعه على ما توصلت إليه كثير من الدراسات المتعلقة بإعداد البرامج التعليمية المتعددة والمنظمة في المدارس والمراكز التي تعتنى بتعلم المهارات المختلفة، مثل دراسة خميس (2007م)، ودراسة أبو عون (2015م) ودراسة عيد (2013م)، وإن هذه الدراسات أكدت أن لها أثراً وفاعلية في تنمية التعلم الحركي من خلال الطرق التربوية الحديثة، بهدف التغلب على هذه المشكلة التربوية المعقدة والتي أصبحت واحدة من أكثر المجالات التربوية والنفسية استقطاباً للاهتمام الإنساني بكل جوانبه إلا أنها تخلو من البرامج الرياضية التي تهتم برياضة كرة السلة والتي تعمل على رفع مستوى الطلاب وتحسين قدراتهم ومهاراتهم.

من خلال خبرة الباحث كرئيس قسم النشاط الرياضي بالجامعة الإسلامية ورئيس الاتحاد الرياضي في مؤسسات التعليم العالي ومتابعاً للأنشطة الرياضية، واطلعه على العديد من الدراسات السابقة، ومعايشته لأسلوب تعلم الطلاب، ومتابعته للبطولات الجامعي والمحلية لاحظ أن إجادة اللاعبين للمهارات له تأثير على نتائج المباريات ويتميز في ذلك قليل من الفرق المشاركة في تلك المباريات، الأمر الذي استرعى انتباه الباحث لهذه الظاهرة وتم مناقشتها مع العديد من معلمي التربية الرياضية، وأسفرت جميع المناقشات عن وجود ضعف في الاهتمام بالطرق الحديثة للتدريس، وقصور في مستوى أداء مهارات كرة السلة لدى طلاب المرحلة الجامعية، مما انعكس سلباً على أدائهم، وخاصة هبوط مستوى الأداء وانخفاضه عند كثير من الطلاب، فلا يستطيعون تأديتها بالشكل الصحيح، وإن غياب مثل هذه الأساليب التدريسية تجعل العملية التعليمية لدى الطلاب غير منظمة، وعشوائية، ولا تضع الجهد المبذول في مكانه الصحيح.

في ضوء ما سبق تتحدد مشكلة الدراسة في التساؤل الرئيس الآتي:

"ما فاعلية برنامج تعليمي مقترح لتنمية مهارات كرة السلة لدى طلاب كلية التربية البدنية والرياضة بجامعة الأقصى بغزة"

وينبثق عن هذا التساؤل عدد من التساؤلات الفرعية الآتية:

1- ما مهارات كرة السلة التي ينبغي تميمتها لدى طلاب كلية التربية البدنية والرياضة بجامعة الأقصى بغزة؟

2- هل توجد فروق ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في مستوى أداء مهارات كرة السلة في القياس القبلي والبعدي؟

3- هل توجد فروق ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في مستوى أداء مهارات كرة السلة في القياس البعدي؟

فرضيات الدراسة:

سعت الدراسة إلى اختبار الفرضين التاليين:

1- يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في مستوى أداء مهارات كرة السلة في القياس القبلي والبعدي ولصالح البعدي.

2- يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية (التي تستخدم البرنامج التعليمي) والمجموعة الضابطة (التي تستخدم الطريقة المعتادة) في مستوى أداء مهارات كرة السلة في القياس البعدي ولصالح المجموعة التجريبية.

أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة إلى تحقيق ما يلي:

1- إعداد قائمة بمهارات كرة السلة بناء على الأسئلة.

2- التعرف إلى فاعلية برنامج تعليمي مقترح لتنمية مهارات كرة السلة لدى طلاب كلية التربية البدنية والرياضة بجامعة الأقصى بغزة.

3- التعرف إلى الفرق بين مستوى أداء طلاب المجموعتين التجريبية: الضابطة في مستوى أداء مهارات كرة السلة في القياس البعدي.

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة من خلال النقاط الآتية:

أولاً: الأهمية العلمية

- إضافة علمية جديدة في مجال الرياضة الجامعية لرياضة كرة السلة للطلاب .
- هذه الدراسة محاولة علمية منظمة لتسهيل عميلة التعلم الحركي لمهارات كرة السلة.
- تعد هذه الدراسة ذات طابع مميز يعتمد عليه في تنفيذ مراحل التعلم للمبتدئين في اللعبة.
- تعمل هذه الدراسة على تحفيز الطالب في الاكتشاف من خلال حصوله على خبرات قيمة تسمح له بتطوير معرفته.

ثانياً: الأهمية التطبيقية

- قد يكون البرنامج التعليمي عوناً للمحاضرين في مراحل تعليم مهارات كرة السلة.
- تكمن أهمية الدراسة في إمكانية استفادة محاضري التربية الرياضية منها ومن خلال تطبيق البرنامج التعليمي مع إجراء التعديلات المناسبة على البرنامج.
- قد تكون هذه الدراسة عوناً للمحاضرين في تنمية التعلم أو الزيادة في عدد المتعلمين أو قلة الزمن المتاح لتدريس مهارات كرة السلة.
- قد توجه الدراسة أنظار الباحثين لعمل دراسات تعتمد على برامج تعليمية على غرار الدراسة الحالية.

حدود الدراسة:

سوف تقتصر الدراسة الحالية على الحدود الآتية:

- **الحد الموضوعي:** فاعلية برنامج تعليمي مقترح لتنمية مهارات كرة السلة لدى طلاب كلية التربية البدنية والرياضة بجامعة الأقصى بغزة.

- الحد البشري: عينة من طلاب المستوى الثاني - مساق كرة السلة في كلية التربية البدنية والرياضة بجامعة الأقصى.
- الحد المكاني: جامعة الأقصى بخانيونس.
- الحد الزمني: تم تطبيق الدراسة الحالية في الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي (2016م/2017م).

مصطلحات الدراسة:

➤ الفاعلية:

ويعرفها الباحث إجرائياً بأنها: قدرة الطالب على الاستغلال الأمثل للجوانب المهارية المختلفة لتوظيفها في مهارات كرة السلة من أجل تحقيق هدف البرنامج بأفضل جودة ممكنة ويقاس إحصائياً باستخدام مربع إيتا.

➤ البرنامج التعليمي:

ويعرفه الباحث إجرائياً بأنه "عبارة عن مجموعة من الدروس التعليمية والمعدة طبقاً للأهداف التعليمية والأنشطة والأساليب المحددة مسبقاً، والتي تهدف لاكتساب مهارات كرة السلة".

➤ المهارة الرياضية:

ويتبنى الباحث هذا التعريف لأنه أقرب وأنسب التعريفات للمهارة الرياضية.

➤ المهارة في المجال الرياضي:

ويعرفها الباحث إجرائياً بأنها: مدى تفاعل طلاب كلية التربية البدنية والرياضة بجامعة الأقصى في أداء مهارات كرة السلة وإتقانها وأدائها بأقصى سرعة ممكنة.

➤ مهارات كرة السلة:

ويعرفها الباحث إجرائياً بأنها: عبارة عن مجموعة من التحركات الهجومية والدفاعية المتسلسلة بعضها ببعض، ومرتكزة على مبادئ قانونية يقوم الطلاب بتطبيقها في أوضاع مختلفة بهدف تصويب الكرة في السلة وهي: (التمريرة الصدرية، المحاورة المنخفضة، التصويب بالوثب).

الفصل الثاني

الإطار النظري للدراسة

الفصل الثاني

الإطار النظري للدراسة

تمثل طرائق التدريس والأنشطة عنصراً رئيساً من عناصر المنهاج في العصر الحديث، عن طريق إعداد الموارد البشرية وتنميتها، للقيام بأعباء التنمية الشاملة، والحفاظ على الهوية القومية والمتطلبات العالمية، وهي بحاجة إلى تقويم لمعرفة مدى نجاحها في تحقيق الهدف المراد بلوغه، والاستجابة لاحتياجات فئات وشرائح المجتمع، ومن هذا المنطلق واستشعاراً بضرورة مواكبة هذا التطور العلمي، فلا بد من تطور في نظم تعليمنا، وبرامجنا، وطرق تدريسنا وأساليبه، بمختلف المراحل التعليمية، من خلال التفاعل بين المعلم والمتعلم، ومن أجل مساعدة الطلبة على تحقيق الأهداف التعليمية المرجوة، في المرحلة الجامعية، ويجب متابعة مدى تقدم الطلبة في هذه المرحلة والعمل على قياس مدى إتقانهم لمهارات التربية الرياضية والتي تتدرج تحت تصنيفات الأهداف الثلاثة: المجال المعرفي، المجال الوجداني والمجال النفس حركي.

أولاً: الرياضة الجامعية:

أ. الأهداف العامة للرياضة الجامعية في فلسطين:

تهدف الأهداف العامة للرياضة الجامعية في فلسطين إلى تحقيق التنمية الشاملة والكاملة للطلاب الجامعي والتي تتمثل في الأهداف التالية:

التربية الرياضية

تعد التربية الرياضية عضواً حديثاً نسبياً في الأسرة التربوية بالرغم من أنها أول الأنشطة التي مارسها الإنسان منذ فجر التاريخ، وقد يفهم البعض التربية الرياضية فهماً خاطئاً فمنهم من يعتقد بأنها ألعاب رياضية تمارس في الملاعب، وآخرون ينظرون إليها بأنها لعب ولهو وتسلية لبناء جسم ذي عضلات قوية، ومجموعة ثالثة تعتقد بأنها تمرينات وحركات بدنية تؤدي في المدرسة أو النادي، وبسبب البلبلة الموجودة والتعاريف التي أطلقت عبر التاريخ أصبح من الضروري إيضاح المقصود من مفهوم التربية الرياضية، فهي تعبير ذو شقين، الأول التربية والثاني الرياضة، فالرياضة" لوحدها هي ممارسة الفرد للنشاط البدني بهدف تطوير المهارات الحركية، وإذا ما أضيفت كلمة "تربية" إلى كلمة "رياضة" نحصل على مفهوم التربية الرياضية، وبذلك تكون جزءاً من التربية وأسلوباً من أساليبها يتم عن طريق النشاط الرياضي.

ويرى (يونس، 2003، ص20) أن الرياضة في اللغة ترويض الإنسان نفسه وجسده لاكتساب صفات جديدة تقويه للنفس أو الجسد باللعب، وذكر الرازي أن أصل الرياضة مأخوذ من (روض) وراض المهر يروضه ، وفلان (يروض) فلاناً على أمر كذا أي يداريه ليدخله فيه؛ لذلك فإن الألعاب الرياضية لغة ترويض النفس باللعب.

وقد تناول العديد من القادة والرواد مفهوم التربية الرياضية بأنها جزء متكامل من التربية العامة، هدفه تكوين المواطن الصالح اللائق بدنياً وعقلياً وانفعالياً واجتماعياً، وذلك عن طريق ألوان النشاط البدني، بغرض تحقيق هذه الأغراض. (فارس، 2004، ص3).

ويعرفها (الخولي، 1996، ص35) بأنها تلك الأنشطة الرياضية المختارة لتحقيق حاجات الفرد من الجوانب البدنية والعقلية والنفس حركية بهدف تحقيق النمو المتكامل للفرد عن طريق استغلال ميل الأفراد للحركة والنشاط البدني.

فالتربية الرياضية صورة للفلسفة الاجتماعية، والتربوية السائدة فطالما ارتبطت أهداف التربية الرياضية بالأهداف التربوية، ولم يذكر التاريخ نجاح أي برنامج للتربية الرياضية إلا في سياقاتها التربوية والاجتماعية. (الحمامي، والخولي، 1990، ص17)

من خلال استعراض المفاهيم السابقة التي تطرق إليها العلماء والرواد، فإنه يتضح أن هناك ثمة اتفاق في المضمون العام لهذه المفاهيم، وإن كان هناك بعض الاختلافات في الرأي، وهذا قد يعود إلى النظرة الفلسفية التي يدين بها هؤلاء العلماء؛ لهذا يعرفها الباحث بأنها "ذلك الجزء المتكامل من التربية الذي يهدف إلى صقل الفرد بدنياً وعقلياً ووجدانياً واجتماعياً، وذلك عن طريق ممارسة الأنشطة الحركية المنظمة بغرض تحقيق هذه الخصائص"

لهذا يرى الباحث أن الرياضة فيها تهذيب وتعويد للنفس على غير ما تعودت عليه، ففيها اكتساب لا يتأتى إلا بالتدريب، ولم تعد التربية الرياضية تهتم بتربية البدن فحسب، بل أصبحت تهتم بالفرد ككل، وذلك من خلال تنمية جوانبه البدنية والاجتماعية والعقلية والنفسية.

أ. الأهداف التربوية للمنهاج الفلسطيني:

تذكر (وزارة التربية والتعليم - خطة المنهاج الفلسطيني الأول 1998، ص4) مجموعة من الأهداف نجمل بعضها:-

حيث يدرك الجميع أن الاحتياجات الوطنية، والاقتصادية، والاجتماعية، والثقافية، والسياسية الحالية بحاجة إلى ترسيخ مجموعة من القيم والمفاهيم تساعد في بناء الدولة الفلسطينية، وهذا يحتاج إلى منهاج فلسطيني مسؤوليته التربوية تتمثل في:-

1- تربية الجيل الجديد على القيم الوطنية، والقومية، والدينية، والإنسانية.

- 2- إعداد جيل يعترف بهويته الوطنية الفلسطينية، وعرويته، وإسلامه، ولغته العربية، ويلتزم بها.
 - 3- توعية جيل يعتني بتراثه الوطني، ويعتز به هو يحافظ عليه، ويعمل على إحياء التراث الثقافي الفلسطيني وإثرائه.
 - 4- بناء الإنسان الفلسطيني القادر على العمل والعطاء.
 - 5- مواطن صالح له انتماء حقيقي لوطنه يعمل على نمائه، وازدهاره، ورفاهيته، والمحافظة على هو يساهم مساهمة فعالة في التنمية الشاملة.
 - 6- إعداد جيل يؤمن بأن الإنسان الفلسطيني، والثروة الحقيقية للمجتمع الفلسطيني.
 - 7- جيل يهتم بالمحافظة على الأسرة، وتماسكها، وحسن رعايتها.
 - 8- بناء جيل له القدرة على التفكير العلمي ويستخدم التفكير الناقد ويتبع الأسلوب العلمي في المشاهدة والبحث والاستكشاف والاستقصاء وحل المشكلات واتخاذ القرار.
 - 9- صقل جيل يهتم بعلم المستقبل من تكنولوجيا عصرية وعلوم تطبيقية ورياضيات وفلك وحيولوجي أو علم الحاسوب، لفهم طبيعة العلاقة بين كل من العلم والتكنولوجيا والمجتمع، ومواكبة التطورات العصرية والتكنولوجية.
 - 10- التفاعل مع التكنولوجيا فكراً، وقيماً، وأداءً، وسلوكاً بشكل موفق.
 - 11- تزويد الطلبة بالمهارات العلمية واليدوية والحياتية اللازمة.
 - 12- تهيئة المتعلمين في مختلف المراحل التعليمية للتعامل مع المستقبل، وإعدادهم إعداد يمكنهم من مسايرة التغيرات السريعة التي يستهدفها العصر الحديث، والإسهام الإيجابي فيه.
 - 13- بناء جيل يؤمن بعدالة قضيته الفلسطينية ويدافع عنها.
 - 14- إعداد جيل يؤمن بحق العودة لبلده، ويسعى لنيل حقوق هو التمسك فيها.
- ومناهجنا بوجه عام تهدف إلى أن يكون الطالب ذو شخصية مستقلة متفتح ذهنياً ذو تفكير علمي، ناضج، سوي جسمياً وفكرياً، وعقلياً، ونفسياً، واجتماعياً يحل مشاكله بنفسه، يواكب التطورات العصرية والتكنولوجية.
- ب. الأهداف العامة للرياضة الجامعية في فلسطين:**
- تنبثق الأهداف العامة للتربية الرياضية من الأهداف العامة للتربية في فلسطين والتي ترمي إلى تهيئة البيئة التربوية الملائمة لمساعدة المتعلمين على تحقيق التنمية الشاملة الكاملة والمتكاملة لشخصياتهم (البدنية، العقلية، الوجدانية).
- ومن هذا المنطلق فإن التربية الرياضية في فلسطين ترمي إلى تحقيق الأهداف التالية :-

1. غرس القيم والمبادئ الدينية والخلقية والوطنية في نفوس الطلبة والرقى بمفهوم المواطنة الصالحة لديهم.
 2. تحقيق الصحة العامة والسعي إلى إكساب الطلبة المعلومات والعادات الصحية السليمة.
 3. الارتقاء بمستوى اللياقة البدنية لدى الطلبة من خلال تنمية عناصر اللياقة البدنية المختلفة بما يتناسب مع مراحل النمو.
 4. تنمية القدرات الحركية، والمهارية للألعاب الفردية، والجماعية.
 5. تنمية العلاقات الاجتماعية من خلال العمل الجماعي بالألعاب المختلفة مثل: التعاون، والقيادة والتبعية، و تحمل المسؤولية.
 6. إكساب الثقافة والوعي الرياضي كجزء من الثقافة العامة.
 7. التمتع الكامل بالنشاط البدني، والتربوي للطلبة حسب ميولهم، وهواياتهم، والاستفادة من أوقات الفراغ.
 8. المحافظة على التراث الشعبي الفلسطيني عن طريق ممارسة الدبكات، والألعاب الشعبية والحركية والمساهمة في تطويرها.
 9. الاهتمام بالمتفوقين رياضياً، ورعايتهم، وذلك من أجل إعدادهم للاشتراك في المنتخبات الوطنية. المختلفة. (القدومي وآخرون، 2000، ص2)
- ج. الأهداف الخاصة للرياضة الجامعية:

1- المجال المعرفي (الإدراكي):

- توسيع مدارك الطلبة الثقافية في المجال الرياضي، والصحي من خلال الأنشطة المختلفة.
- إتاحة الفرصة للطلبة لتطوير الجانب التحليلي، والنقد وتوجيههم إلى الابتكار، والإبداع ضمن إمكانياتهم.
- إكساب الطلبة القدرة على استيعاب أهمية الأنشطة الحركية وفوائدها، وتمكينهم من تمييز طرق أدائها.

2- المجال النفس حركي (المهاري):

- تطوير عناصر اللياقة البدنية، والتركيز على عنصر التوافق العضلي العصبي تبعاً للتغيرات الفسيولوجية في هذه المرحلة.
- تمكين الطلبة من ممارسة الأنشطة الحركية التي تحافظ على قوام سليم ومعتدل.

- تطوير المهارات الحركية للألعاب الفردية، والجماعية في ضوء خصائص مراحل النمو المختلفة.
- إكساب العادات الصحية السليمة.
- تمكين الطلبة من ممارسة الأنشطة الحركية الإيقاعية بالإضافة إلى الرقصات والديكات الشعبية الفلسطينية.

3- المجال الوجداني (العاطفي):

- تنمية مفهوم العمل الجماعي من خلال المشاركة في النشاطات الحركية المختلفة.
- تعويد الطلبة على التحلي بالروح الرياضية، واحترام القوانين والأنظمة.
- إكساب الطلبة قيما جمالية وفنية من خلال الأداء الحركي.
- توفير المتعة والأمان والطمأنينة لدى الطلبة من خلال ممارسة الأنشطة الترويحية المختلفة (صالح، 2014م، ص20).

ب- خصائص المرحلة الجامعية من (18-22) سنة:

تتميز هذه المرحلة باعتبارها فترة انتقال من المراهقة إلى مرحلة الشباب والجامعة حيث يبرز الجسم من حيث المظهر والحجم، كما تعتبر المرحلة من (18-22 سنة) مرحلة مهمة في حياة الناشئين، تتعدد فيها حاجياتهم ودوافعهم، وتتسع مطالب نموهم، وتكثر فيها مشكلاتهم، وبذلك يكونون في أمس الحاجة إلى فهم واقعهم، وتعلم مهارات التربية الرياضية التي تسهم إسهاماً كبيراً في تقديم الكثير من الحلول المناسبة لحل المشكلات المتراكمة عن طريق إكسابهم المعارف، والمهارات الضرورية اللازمة، التي يحتاجونها في ممارسة الأنشطة الرياضية، التي يبرز دورها في تنمية الشخصية؛ ولهذا فإن معرفة خصائص الشباب الجامعيين من كافة النواحي الجسمية والانفعالية مهمة للغاية، وذلك من أجل أن يستطيع المدرس اتباع برنامج سليم، وعلى الرغم من أن غالبية الطلاب الجامعيين متماثلون جوهرياً إلى حد بعيد، ويمرون بنفس التسلسل في النمو والتطور مع اختلاف في الشخصية، إلا أن التطور في ناحية معينة عند بعض الشباب يكون أسرع أو أبطأ منه في ناحية أخرى، ويرجع السبب في ذلك إلى الإمكانيات البيئية المتاحة للبعض في التدريب من أندية أو ساحات رياضية (التغذية الوراثية، النمط الجسمي، والقدرات البدنية).

ويعد جسم الإنسان من المقومات الأساسية في تكوين شخصيته، لذلك فإن التغيرات التي تطرأ على هذا الجسم تعتبر من الأمور الهامة، من حيث تأثيرها على شخصية الشاب وعقل هو عواطفه، تتأثر كل واحدة منها بالأخرى (معوض، 1994م، ص 322).

وترى (فرج، 1996م، ص 119) أن خصائص النمو من (20-22) سنة تختلف عند الأفراد ويرجع السبب إلى الوراثة والجنس وطبيعة الفرد والعوامل الاقتصادية والاجتماعية.

1- النمو الجسمي:

إن نمو العضلات في هذه المرحلة يؤدي إلى زيادة حجم الجسم وتناسق الطول مع الوزن لحد كبير، ويزداد التوافق العصبي العضلي، كما ترتفع كفاءة الجهاز الدوري التنفسي مما يساعد على التناسق الحركي بين أعضاء الجسم المختلفة، وزيادة رشاقة الأداء وإمكانية الاقتصاد في بذل الجهد؛ بالإضافة إلى زيادة القدرة على التحمل، ومن خلال هذه المظاهر المختلفة والمتحسنة للنمو البدني والحركي، فإنه يطلق على هذه المرحلة من النم و مرحلة الإعداد للبطولة في كثير من الألعاب الرياضية (فوزي، 2003م، ص 66-67).

وتعد هذه المرحلة من المراحل المهمة في حياة الطالب حيث تنمو المتغيرات البارومترية المكونة من الطول والوزن بشكل مميز يميز الطالب في هذه المرحلة عن غيره من الطلاب في المراحل السابقة وتعد مرحلة النضج والوعي وتظهر الفروق جلية بين الطلاب والطالبات ويتحسن الوضع الجسمي والبدني والصحي بعد هذه المرحلة.

2- النمو الحركي:

في هذه المرحلة يتميز الشاب بالميل إلى الحركة والعمل المتواصل وعدم القابلية للتعب، لذا تصبح حركاته أكثر انسجاماً وتوافقاً ونشاطاً (معوض، 1994م، ص 340).

وفي هذه المرحلة تخف حدة الارتباك والاضطراب الحركي وتأخذ مختلف النواحي النوعية للمهارات الحركية في التحسن والرقى، لتصل إلى درجة عالية من الجودة، كما يلاحظ ارتفاع مستوى التوافق العصبي العضلي بدرجة كبيرة، ويستطيع الشاب اكتساب مختلف الحركات وتعلمها وإتقانها وتثبيتها، بالإضافة إلى زيادة قوة العضلات في هذه المرحلة يساعد كثيراً على إمكانية ممارسة كرة السلة التي تتطلب المزيد من القوة العضلية، حيث يلعب دوراً هاماً في نجاح عمليات التدريب وبلوغ درجة النجاح بسرعة (علاوي، 1998م، ص 132).

3- النمو العقلي:

إن الشاب في هذه المرحلة يميل إلى نقد الذات ونقد الآخرين، وقد يجد في أفكار زملائه جاذبية أكثر من أفكار الأسرة أو المدرسة أو الجامعة أو النادي، كما تتصف هذه المرحلة باستقرار الميول والتعلق بها، فبعد أن كان يميل إلى أكثر من موضوع في المرحلة السابقة، أصبح يركز على موضوع واحد ويعطي له كل وقته مسخراً ما لديه من إمكانيات وأفكار. (فوزي، 2003م، ص67)

ويضيف (الديري، 1993م، ص154) أن القدرات العقلية تستمر في النمو بمعدل سريع، بينما يستمر الذكاء في النم وبمعدل بطيء حتى نهاية هذه المرحلة، وتزداد في هذه المرحلة القدرة على الفهم والاستيعاب والتفكير المجرد، كما تتحسن قدرتهم على التركيز بما يجعلهم راغبين في ممارسة تمارين تستغرق وقتاً طويلاً، وتزداد قدرتهم على تعلم قواعد أكثر تعقيداً أو فهم واستخدام خطط بسيطة.

4- النمو الاجتماعي:

إن النمو الاجتماعي للشباب يتأثر بالبيئة التي ينشأ فيها الفرد كالبينة الاجتماعية والأسرية التي تحيط به، ومن أهم خصائص النمو الاجتماعي لهذه المرحلة هي اتساع دائرة التفاعل الاجتماعي للشباب نتيجة لتطور مراحل نموه، والولاء والطاعة الشديدة لجماعة الأقران، كما يميل الشاب إلى المنافسة بين الأقران، حيث تأخذ المنافسة شكلاً فردياً في مختلف الأنشطة، وقد تزداد المنافسة فتسيطر نزعة الأنانية، وتتضح في شكل صراع ومعاناة وتوتر، وتكون المنافسة ظاهرة صحية تنمي مواهب وقدرات الشاب (راتب، 1997م، ص125).

5- النمو الانفعالي:

إن هذه المرحلة تتأثر تأثراً كبيراً بطبيعة التنشئة الاجتماعية والعادات والتقاليد والأعراف السائدة في المجتمع، فإذا اعترف المجتمع بالشباب عضواً فعالاً، وبحقه في التحرر والاستقلالية وتكوين الأفكار الخاصة والتعبير عن ذاته فإن ذلك كفيل باختفاء كثير من المشكلات الانفعالية التي تظهر في هذه المرحلة (فرج، 1996م، ص123).

ويرغب الشاب في أن يكون جسمه جميلاً متناسقاً جذاباً، مما يجعله شديد الرغبة في الاشتراك في كافة النواحي التي تعود على جسمه بالقوة والجمال، كما يسعى إلى أن يكون له مركز بين جماعة الرفاق من نفس العمر، ولهذا فإن صداقة الملعب في هذه المرحلة لها صفة الدوام والاستمرار، ويشترط الشاب في هذه الصداقة أن تكون قائمة على الود والاحترام وتقدير

الأفكار والميول والاتجاهات، ويشعر في هذه المرحلة أن عليه القيام ببعض المسئوليات التي ترفع من شأن الجماعة وتزيد من قوتها وفعاليتها وهي من المتطلبات الضرورية للعب الفريق، وفي نهاية المرحلة يزداد لديه الشعور بالمسئولية والبدء في التدريب على القيادة (جاد الله، 2006م، ص57)

ويشير صالح(2011م، ص19) أنه من الضروري معرفة المدرس بخصائص النمو المختلفة لأفراد عينة الدراسة؛ لذلك ينبغي عند تخطيط وتنفيذ لبرنامج التعليمي المقترح وضع التمارين والتدريبات التي تتناسب مع حاجاتهم وميولهم واستعداداتهم وقدراتهم كدوافع لتحقيق التعلم والتدريب على نحو سليم، وأيضاً يعمل البرنامج على تنميتهم وتطوير مهاراتهم بفعالية ورفع مستواهم إلى أقصى الحدود الممكنة، لكي يكونوا لائقين بدنياً ومهارياً وخطياً للعب وممارسة رياضتهم المفضلة بشكل آمن وبنجاح، كما ينبغي أن تستمتع الطالبات بالتدريب لا بالفوز في المنافسات فقط، وإنما للاحتفاظ بلياقتهم مدى الحياة.

ويشير الباحث إلى أن نمو النواحي الجسمية والانفعالية لدى الطالب الرياضي مهمة جداً، وذلك من أجل أن يستطيع المحاضر اتباع قواعد وقوانين وأنظمة منتظمة، لأن الطلاب الجامعيين الرياضيين متماثلون جوهرياً إلى حد بعيد، ويمرون بنفس التسلسل في النمو والتطور مع اختلاف في الشخصية.

ثانياً: البرنامج التعليمي:

لقد وضعت العديد من الاستراتيجيات والبرامج التربوية التي تهدف إلى الارتقاء بمستوى التعلم عند الطلبة، ولقد قامت بعض هذه الاستراتيجيات والبرامج على أساس العمل على علاج جوانب القصور التي تؤدي إلى المشاكل الدراسية التي تهدف إلى الوصول إلى تحسين الأداء الأكاديمي، ولقد ارتكزت تلك الاستراتيجيات والبرامج على نظريات التعلم (Icol, 2000, p.12) ويعرف البرنامج بأنه "مجموعة المواقف والخبرات التي يمكن من خلالها (الأخصائي-المشرف-المدرّب-المعلم) من تغيير سلوك الفرد عن طريق تهيئة الفرص له لممارسة أنشطة هادفة". (علي، 2010م، ص38).

"وهو مجموعة من الأنشطة المخطط لها، بحيث يتضمن مجموعة من الخبرات التعليمية التعلّمية، ويُقدّم لمجموعة من الدارسين، بحيث يحتوي مجموعة من الأهداف والمحتوى والوسائل والأنشطة والتقويم لتحقيق هدف ما"(الشخريتي، 2009م، ص 119). "وهو أحد عناصر الخطة وبدونه يكون التخطيط ناقصاً، فالبرنامج هو الخطوات التنفيذية في صورة أنشطة تفصيلية من

الواجب القيام بها لتحقيق الهدف". (البيك، وعباس، 2003م، ص102)

ويعرفه زيتون (2003م، ص211) بأنه: مجموعة من الخبرات والأنشطة التعليمية والأساليب المختلفة المنظمة في خطة تعليمية منهجية يتم التخطيط لها في مادة دراسية معينة.

كما تعرفه الناشف (2003م، ص115) بأنه: "مجموعة من الأنشطة والممارسات العملية التي يقوم بها الطالب تحت إشراف المعلم وتوجيهه، وتعمل الأنشطة على إكسابه الخبرات والمعلومات والمفاهيم والاتجاهات التي من شأنها تدريبه على التفكير السليم، وحل المشكلات التي تدفعه للبحث والاستكشاف".

كما يعرفه اللقاني والجمل (1996م، ص74) بأنه "المخطط العام الذي يوضع في وقت سابق على عمليتي التعليم والتعلم في أي مرحلة من مراحل التعليم، ويتضمن الإجراءات والموضوعات التي تنظمها الجامعة خلال فترة زمنية معينة وكما يتضمن الخبرات التعليمية التي يجب أن يكتسبها المعلمون مرتبة ترتيباً يتناسب مع خصائص نموهم وحاجاتهم".

ومن خلال التعريفات السابقة يعرف الباحث البرنامج التعليمي بأنه: "مجموعة من الأنشطة والفعاليات الرياضية العملية التي يقوم بها الطالب تحت إشراف المحاضر لتنمية الخبرات والمعلومات والمفاهيم والاتجاهات.

أ- التخطيط للبرنامج التعليمي:

البرنامج هو أحد عناصر التخطيط المهمة والتي بدونها تكون عملية التخطيط غير قابلة للتنفيذ وعاجزة عن تحقيق أهدافها المرجوة، فهو عنصر أساسي لتحديد مسار العمل ويعد عملية مستمرة والعمود الفقري الذي يرتكز على سير العمل لتحقيق هدف معين، وبذلك يمكن الوصول بالطالب إلى المستوى اللائق وضمان نجاح العمل بدقة.

يذكر أبو جابر (1995م، ص108) أن البرنامج التعليمي المتكامل يشمل أربعة مكونات أساسية هي:

1. النوايا: وتشمل على الأهداف العامة والخاصة والانجازات أو النتائج العلمية.
2. المحتوى: ويتضمن المعلومات والبيانات والرسائل المراد تعليمها أو توصيلها للمتعلمين.
3. النشاطات: وتحتوي استراتيجيات التدريس وإجراءات التعلم والتدريبات التي تطرح أثناء التدريس.

4. **التقويم:** ويتضمن وضع الاختبارات وتقويم المتعلمين ومعرفة مدى تقدمهم ومدى تحقيقهم للأهداف المحددة.

ويتطلب تحقيق أهداف التدريس للطلاب القيام بعملية التخطيط للبرنامج التعليمية وبالرغم من أن عملية التخطيط تستغرق وقتاً طويلاً وتتطلب جهداً كبيراً، إلا أن التخطيط يجعل نشاط المعلم هادفاً ومنظماً، ويمكن إجمال عناصر التخطيط فيما يلي:

1. تحديد أهداف البرنامج التعليمي بحيث ترتبط بالمحتوي المراد تدريسه، وبخصائص الطلبة، بحيث تراعي ميولهم واحتياجاتهم في مادة التربية الرياضية.

2. وضع جدول زمني لتدريس البرنامج التعليمي، بحيث يناسب الأهداف الإجرائية لكل درس من دروس البرنامج (Licht, 1988, p.261).

3. تحديد أنشطة البرنامج التعليمي وكذلك التخطيط للأنشطة المختلفة وإعداد الأنشطة التي يقوم بها الطلبة بحيث تكون مناسبة لديهم، وتحديد الأدوات والمواد المستخدمة في كل نشاط، بحيث تكون مناسبة للمحتوى والأنشطة.

4. تحديد طرق التدريس وأساليبها المختلفة والتي تتطلب عدة حواس لدى الطالب، بحيث تستخدم طرق تدريس متنوعة وفقاً لطبيعة المحتوى الذي يتم تدريسه، والأنشطة والتجارب التي يتم إجراؤها. تقويم تعلم الطالب، حيث يتم التخطيط لاستخدام أساليب التقويم المختلفة، سواء كانت الأنشطة الشفهية، أو المكتوبة أو ملاحظة أداء الطالب، أو القيام بتجربة أو نشاط معين، وتستخدم نتائج التقويم في عملية تطوير البرنامج (Kelly, 1990, p.26)

وما يجب مراعاته خلال الأنشطة التدريسية ما يلي: (الزيات، 1998، ص 587)

1. إتاحة الفرصة والزمن الملائمين للممارسة المباشرة.

2. تعميم المفاهيم والمهارات المتعلمة.

3. التعامل القائم على الأخذ في الاعتبار نقاط القوة والضعف لدى الطلاب.

4. بناء أسس راسخة للمفاهيم والمهارات الرياضية.

وقد يكون من البواعث المهمة التي تدفع الطلبة للإقبال على الجامعة وما يمارسونه فيها من أنشطة منهجية وأنشطة غير منهجية، وتزداد هذه الأنشطة وتتنوع بزيادة العمر وارتفاع مستوي المرحلة التعليمية في النوادي العلمية والرياضية والثقافية.

ويري السيد (2000م، ص 311) أننا لكي نقوم بإعداد برنامج متكامل يقوم على الدمج بين العلاج والتعويض فإنه يجب أن نضع في الاعتبار الخطوات الثلاث التالية:

1. تحليل الطالب children analyses حيث يتم تقييم مستويات وطرق أداء الوظائف النفسية لدى الطالب.

2. تحليل المهمة task analysis حيث يتم في الحاسب الكشف بدقة بالغة عن متطلبات الأساسية التي يجب أن تؤخذ في الاعتبار لتفعيل العمليات النفسية الأساسية.

3. التكامل بين تحليل الطالب وتحليل المهمة integration of children and task حيث يتم المقارنة بين الوظيفة الخاصة بالعملية النفسية، وذلك في ضوء المتطلبات اللازمة للاستفادة من العملية المطلوبة كي تتم المهمة المطلوب أدائها.

وينبثق من البرنامج التعليمي ما يلي:

ب- أهداف البرامج التعليمية:

1. إشباع حاجات الأفراد.
2. تنمية مهارات الأفراد وإكسابهم خبرات جديدة.
3. إيجاد علاقة تعاونية وإكسابهم روح الفريق.
4. وقاية الشباب.
5. التربية المتكاملة للشباب (بدنياً- عقلياً- نفسياً- اجتماعياً). (زيدان، 1998م، ص18).
6. ضمان اشتراك أكبر عدد من الأفراد في أوجه النشاط حتى لا تقتصر الفائدة على عدد قليل، وعلى ذلك يمكن قياس مدى نجاح البرامج على درجة الإقبال على الاشتراك فيه، وحتى نضمن تحقق أكبر فائدة ممكنة بأقل مجهود وأقل تكاليف وأقصر وقت ممكن.
7. إتاحة الفرصة لكل فرد أن يروح عن نفسه بالتنفيس عن الرغبة المكبوتة وهذا يعتبر هدفاً وقائياً ضد الانحراف وسوء التكيف الناتج عن أنواع الصراع النفسي.
8. إتاحة الفرصة لاكتشاف القدرات الكامنة والاستعدادات والمهارات الخاصة عند الأفراد للعمل على تنميتها وتشجيعها، وليس معنى هذا الاهتمام بفئة محدودة من الأفراد هم أصحاب الكفاءات والخبرات وإهمال الآخرين فكل إنسان فيه ناحية أو أكثر من نواحي الامتياز

ومهمتنا إتاحة الفرصة لكي يكتشف نفسه ويعرف قدراته ويعمل على صقل هذه القدرات والمهارات.

9. تنمية الهوايات المرجوة لدى الأفراد وخلق هوايات جديدة وتوسيع الأفاق الفكرية والعلمية.
10. إتاحة الفرصة لتدريب الأفراد على ممارسة فن الحياة فنعيه على اكتساب المرونة الأزمة التي تساعده على التكيف في الحياة الاجتماعية وعلى تكوين العلاقات الطيبة والصفات الحميدة.

11. تدعيم أسس الديمقراطية السليمة التي لا تكتسب بالتلقين وإنما بالممارسة العملية في جميع مراحل النمو (صالح، 2014م، ص24)

ج - صفات البرامج التعليمية الناجحة:

يرى (زيدان، 1998م، ص21) ان صفات البرامج التعليمية الناجحة تتمثل في الآتي:

1. أن يكون البرنامج محققاً للأهداف التي وضع من أجلها.
2. أن يراعي البرنامج ميول الأعضاء واهتماماتهم.
3. أن يكون البرنامج متنوعاً ويستخدم طرقاً مختلفة.
4. أن يتوفر ما يحتاجه من إمكانيات للقائد المختص الكفاء.
5. أن يتيح البرنامج الفرصة لتكوين صداقات.
6. أن يشجع البرنامج الأفراد على العمل.
7. أن يضيف شيئاً إلى حياة كل شخص يشارك في البرنامج.
8. أن يتصف بالمرونة.

1. طرائق البرامج التعليمية:

يمكن للمعلم أن يعلم طلابه بثلاثة طرق: تنافسية، تعاونية، فردية(العزة، 2002م، ص

(243)

وفيما يلي الخصائص الأساسية لكل نوع:

1- **التعليم التنافسي:** في هذا النوع يتنافس الطلاب مع بعضهم لتحقيق هدف معين، ويمكن تقييمهم على أساس سرعتهم ووقتهم في إنجاز العمل، ولذلك فإن بعض الطلاب يعملون

بجدية للوصول إلى إتمام المهمة المعطاة لهم، بينما نجد بعض الطلاب لا يعملون بنفس الجدية لاعتقادهم بأنهم لن ينجحوا في ذلك.

2- **التعليم الفردي:** يعمل الطلاب لتحقيق أهداف وضعت خصيصاً وليس مقارنة بغيرهم من الطلاب ويتم تعيينهم على أساس معايير خاصة بهم، وفي هذا النوع من التعليم يحاول بعض الطلاب تحقيق نتائج مفيدة لهم شخصياً بغض النظر عن الطلاب الآخرين.

3- **التعليم التعاوني:** في هذا النوع من التعليم يعمل الطلاب معاً لتحقيق هدف عام مشترك ويتم تعيين الطلاب على أساس تحصيل المجموعة والعمل بروح الفريق، والمصلحة للمجموعة كلها، وهذا التعليم مفيد للمجموعات التي تحتوي على إمكانيات مختلفة ومتعددة، وهذا التعليم أكثر فعالية من النوعين السابقين، علاوة على أنه ينمي لدى الطلاب المتعلمين المهارات الاجتماعية.

ت- الاعتبارات التربوية التي ينبغي مراعاتها في البرامج التعليمية:

عند الحديث عن البرامج التعليمية وطرائق التدريس عند الطلاب من الضروري تذكر أنه لا يوجد حل أو صفة علمية محددة لكل البرامج التعليمية، وذلك لأن طرائق التدريس تختلف خصائصها وأسبابها بدرجات متفاوتة من طالب إلى آخر، لذا كان من الضروري البحث عن وسيلة تعليمية لكل حالة.

ويؤكد عطية (1994م، ص236) بأن هناك مجموعة من العناصر الأساسية التي من الضروري أن تراعى عند وضع برنامج تعليمي وهذه العناصر هي:

1. أهمية التخطيط والتنظيم المسبق لعملية التعليم من قبل المدرس، فقد لوحظ أن الطالب يقبل على التعلم إذا وضع الموقف التعليمي في قوالب جذابة ومحبة للتلميذ، وليس في مواقف جامدة ومتكررة تسبب للتلميذ الملل والتشتت.

2. التنوع في طرائق وأساليب التدريس، لأنه لا يوجد طريقة وحيدة فقط صحيحة لتعليم الطالب.

3. اختيار المعلم للمحتوى المراد تعليمه للتلميذ من محيطه اليومي أو مرتبطة بحياته اليومية إذ إن هذا المحتوى يعمل على زيادة دافعية الطلبة للتعلم.

ويؤكد إسماعيل (2003م، ص13) اعتبارات تربوية أخرى منها:

1. تكون اللغة في كثافة المحتوى سهلة وواضحة حتى لا تمثل عائقاً في تعلم الطلاب.

2. يشمل المحتوى على أمثلة ومسائل متنوعة ومتدرجة تناسب الطلاب.

3. تستخدم طرق للتدريس تراعى الفروق الفردية بين الطلاب.
4. يتدرج المعلم مع تلاميذه من السهل إلى الصعب، سواء في التخطيط للدرس أو أثناء التدريس في المحاضرة.

5. يعطى المعلم الطلبة الوقت الكافي لممارسة التدريبات التي تعمل على إتقان المهارات. ومما سبق يتضح أن هذه الاعتبارات إذا ما تم تنفيذها، بالشكل الصحيح من الممكن أن تساعد في التعلم، وذلك لأنها تساعد الطالب على التعرف على الأهداف المراد تحقيقها، بالإضافة إلى أنها تدعو إلى عرض المحتوى عن طريق أمثلة متنوعة ومتدرجة تناسب الطلاب ومن ثم تدعو إلى التنوع في طرق التدريس، بحيث تراعى الفروق الفردية بين الطلبة.

ومن هذه الملاحظات إذا أعطي للمعلم دور جوهري وأساسي فهو يثير دوافع الطلاب ويحفزهم لدراسة البرنامج الذي يعتمد مواجهة التعلم، ثم يتابع جدية التنفيذ والاستمرارية ويجمع اختبارات الطلاب ليتعرف على استجابات الطلاب ويفحصها، ويتناول ما ورد فيها بالتحليل والمناقشة، ويتابع مدى ما اكتسبوه من مهارات ويجب على ما يرد في أذهانهم من تساؤلات، هذا بالإضافة إلى التوجيه الإرشادي.

وفي ضوء ما سبق يلخص البحث العناصر الأساسية التي من الضروري أن تراعى عند وضع برنامج تعليمي تربوي أو خطة نشاط في الآتي:

- 1- تحديد الهدف
- 2- تحديد الوقت
- 3- تحديد الجنس
- 4- المرحلة السنوية
- 5- دراسة الأفراد
- 6- تحديد المهارات
- 7- نوعية المجتمع
- 8- الميزانية
- 9- الوقت المناسب للتنفيذ
- 10- المكان المناسب للتنفيذ
- 11- عدد المستفيدين
- 12- الإمكانيات والأدوات اللازمة
- 13- هيئة الإشراف
- 14- طريقة وأسلوب التنفيذ
- 15- أسلوب التقويم

ثالثاً: شروط التعلم:

إن التعلم يسير جنباً إلى جنب مع النواحي البدنية والعقلية والانفعالية، ومن هنا فإن أي مشكلة تواجه الطالب في أحد الجوانب خلال تعلمه تؤثر على الجوانب الأخرى في عملية النمو لمتوازن، وقد بات معروف الأثر الايجابي للأنشطة البدنية المبنية على أسس علمية واعتبارها ركناً أساسياً من التربية حيث تتناول الفرد من جميع الجوانب (البدنية والعقلية والانفعالية) (على، 2010م، ص7).

ويعتبر التعلم في المجال الرياضي عملية اكتساب الوسائل المساعدة على استيعاب الحاجات والدوافع لتحقيق الأهداف وهو ناتج عن ممارسة الإنسان للتدريب والتكرار أو نتيجة لملاحظة مشاهدة الآخرين. (محجوب، 2009م، ص9).

كما يشير فوزي (2003م، ص7) بأن التعلم نوع من أنواع التعلم الذي يتم من خلاله تغيير وتعديل الأداء الحركي للفرد من اجل التكيف البدني والحركي مع متغيرات البيئة المادية والاجتماعية، ويعتمد هذا التعلم على تكامل وتفاعل تنظيم الفرد بأبعاده الثلاثة (البدني - المعرفي الانفعالي)

إن عملية التعلم في المجال الرياضي عملية كبيرة من حيث المحتوى والتأثير حيث تشمل كافة مظاهر السلوك البدني والمعرفي والانفعالي، كون هذه العملية التعليمية شاملة ومحتوية على كافة مظاهر السلوك في المجال الرياضي، إضافة إلى التعرف على الشروط التي تسبب حدوث هذه العملية (عبد الله، 2005م، ص17)

أ. وجود الدافع الذي يدفع الطالب نحو التعلم الذي يتعلمه:

هناك قوتان تؤثران وتدفعان المتعلم باتجاه التطور وهما القوة الداخلية والقوى الخارجية، فالقوة الخارجية هي الهدف أو الباعث والقوة الداخلية هي الرغبة أو الحافز فعند ظهور الهدف يظهر الباعث وعند ظهور الرغبة يظهر الحافز فالرغبة أو الحافز هي حاجات الفرد الداخلية وميوله هو اتجاهاته (فوزي، 2003م، ص7).

ب. وجود التدريب والممارسة على المهارة المراد تعلمها:

إذ إن تعلم المهارة لا يمكن تحقيقه بالدافع فقط، بل يجب ممارستها وتكرارها، وكما هو معلوم فإن أداء المهارة الحركية في المراحل الأولى يصاحبه أخطاء كثيرة، والتي يجب على المدرب القيام بملاحظة الاستجابات الخاطئة وتزداد الاستجابات الصحيحة فتقل الأخطاء

ويتمكن اللاعب من زيادة القدرة على الربط والتنظيم والتنسيق بين حركاته (شلس ومحمود، 1993م، ص 123).

ج. المبادئ العامة للتدريس:

وضع هذه المبادئ الفيلسوف الانجليزي هربرت سبنسر Herbert spencer والتي يمكن تلخيصها فيما يلي: (حسب الله وآخرون. 2002م، ص 163)

1- التدرج من المعلوم إلى المجهول:

أي أن يبدأ المدرس من الشيء المعلوم للتلميذ ليصل به إلى ما يجعله من أمور، فتعليمه المهارات الجديدة يجب أن تبنى على ما سبق للتلميذ تعلمه من قبل من مهارات متصلة بالمهارات الجديدة، فلا يعقل تعليم أي نوع من التمريرات في كرة السلة قبل التأكد من إلمام الطلبة بالطريقة الصحيحة لمهارة مسك الكرة.

2- التدرج من السهل إلى الصعب:

وهذا معناه أن يبدأ المعلم بالأشياء السهلة التي سبق أن درست للتلميذ وترتبط بحياته وتجاربه، فمثلاً عند تدريس مهارة القفز فتحاً على حصان القفز يبدأ المدرس بتدريس المهارة في صورة سهلة، كأن يستخدم القفز فتحاً على الزميل ثم على المهر ثم القفز على الحصان بالعرض ثم بالطول.

3- التدرج من البسيط إلى المركب:

أي أن الخبرة يجب أن تبسط عند بدء تعليمها ثم يبدأ بالخبرة الأكثر تعقيداً، مثلاً يعلم الطالب دفع الجلة من الثبات قبل أن يعلم طريقة دفعها بالطريقة المعتادة.

4- التدرج من المحسوس إلى المعقول:

أي أننا يجب أن نسير في التدريس من الأمثلة والتجارب الحسية إلى المدرجات الكلية المعنوية، ففي التربية الرياضية مثلاً يجب أن يشعر الطالب بأداء المهارة قبل أن نشرح له القاعدة الميكانيكية التي يقوم عليها الأداء.

5- التدرج من الجزئيات إلى الكليات:

نبدأ بتعليم أجزاء الحركة كل جزء على حدة ثم نوصل بين هذه الأجزاء حتى تؤدي المهارة ككل.

6- الانتقال من العملي إلى النظري:

إن الطالب يصبح أكثر إدراكاً للخبرات التعليمية إذا ما بدأ تعرفه بها عن طريق الإجراء العملي حينئذ يكون من السهل عليه استنتاج أو معرفة القاعدة النظرية، كما أن طالب التربية الرياضية سيكون أكثر تمكناً من معرفة الأسلوب الفني لأداء المهارات إذا كان قد مارس هذه المهارة وأتقنها.

د. الأساليب الحديثة في تدريس التربية الرياضية:

إن فكرة التدريس الجيد قد احتلت مساحة واسعة في حقل التربية والتعليم، واهتم العاملون في هذا المحور الحيوي اهتماماً جيداً محاولين وضع مسارات علاجية لإرساء قواعد مقبولة لمهارات التقدم والتطور للعملية التدريسية، وقد تناول الباحثون والدارسون هذه الأساليب بالدراسة والتحليل والصيغة إذ أكدوا على أن العمل التدريسي لا يمكن أن تضع له قوانين وقواعد ونصحها بصورة مطلقة ولكن يمكن أن نعالج كل حالة بصورة انفرادية ونختار لها الحلول كي تكون أقرب لحسم الموضوع في حينه ولا يمكن أن يكون سابقة إلا في بعض الحالات.

إن مجموعة الأساليب التدريسية المباشرة وغير المباشرة تستند إلى مفهوم وجود اختلاف بين الأساليب من شخص لآخر أي إنها تصب في تطور استقلالية الطلبة وتعلمهم وزيادة معارفهم بالجوانب البدنية والنفسية والمعنوية وبمستويات مختلفة ولكل أسلوب قراراته في إدارة وتنظيم الصف والحوافز والوقت المخصص والتحكم بمتغيرات الدرس أو اعطاء التغذية الراجعة وأنواعها، والمعنى العام للأساليب التدريسية هي إنها قرارات السلوك التعليمي أو معرفة التعليمية وبذا فهو يختلف عن الطريقة التي هي الوسيلة للوصول إلى الهدف وبينما الأسلوب هو السلوك التدريسي للمدرس خلال الدرس (رضا، 2008م، ص 3).

وإن الهدف الأساسي للأساليب التدريسية هو تقديم نظرية متكاملة في التدريس يمكن أن تقود المعلمين إلى يكونوا أكثر قدرة على التنوع والابتكار وأكثر تأثيراً في اتخاذ قرارات التدريس أو التعلم (عبد الكريم، 1996م، ص 79).

ولذا فإن عملية التدريس في التربية الرياضية كأى عمل تربوي تحتاج إلى مدرس كفاء ومنتفهم لأهداف التربية الرياضية وخاصة بالأساليب التربوية لكي تتحقق بشكل علمي ومنشود، إذ إن التعلم هو اتخاذ سلسلة من القرارات شرط أن تكون القرارات في درس التربية الرياضية في جميع الأساليب التدريسية قرارات علمية (الديري، 1997م، ص 12).

أ- أساليب مستون لتدريس التربية الرياضية (النظرية الموحدة للتدريس):

ويعد تقسيم مستون (Mosston) لأساليب التدريس من أكثر التقسيمات شيوعاً واستخداماً في مجال البحث والدراسة في تدريس المهارات الحركية في مجال التربية الرياضية وقد وضع مستون لتلك الأساليب البنية الخاصة بها.

وتشير عبد الكريم (1990م، ص 8) إلى أساليب التدريس بأنها "سلسلة مرتبطة بعضها ببعض ولكل منها أهمية خاصة لا تغني عن الأخرى في إنماء الطالب من النواحي البدنية والمعرفية والانفعالية والاجتماعية".

ويتميز كل أسلوب ببنية نظرية تحدد الفرد الذي يتخذ القرار خلال العملية التعليمية سواء كان الطالب أو المتعلم أو كلاهما معاً، ويبدأ مستون بأسلوب التعلم بالعرض التوضيحي ثم يتدرج ليصل بالمتعلم بأنه يستطيع التعلم بذات يتم ذلك بطريقه منظمة ومرتبطة لكي تكون سلسله مترابطة من عشرة أساليب متعددة لسلوك المتعلم (عبد اللطيف، 2001م، ص 19)

ويعرض (أبو نمره، 2012م، ص 63) مجموعه الأساليب المباشرة وغير المباشرة على

النحو التالي:

ب- الأساليب المباشرة:

1. أسلوب العرض التوضيحي (التعلم بالأمر).
2. أسلوب التطبيق بتوجيه المدرس (التعلم بالممارسة).
3. أسلوب التطبيق بتوجيه الاقران (التعلم التبادلي).
4. أسلوب التطبيق الذاتي (المراجعة الذاتية).
5. أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات (أسلوب الشمول).

ت- الأساليب غير المباشرة:

1. أسلوب الاكتشاف الموجه
2. أسلوب الإنجازي المتعدد (حل المشكلات)
3. أسلوب تصميم البرنامج الفردي للمتعلم
4. أسلوب المبادرة.
5. أسلوب التدريس الذاتي.

وتتصف الأساليب الخمسة الأولى من تلك المجموعة بعدم الاهتمام بالفروق والخصائص الفردية للأفراد إذ إن المدرس هو الذي يقرر مستوى العمل الذي سوف يقوم بأدائه جميع

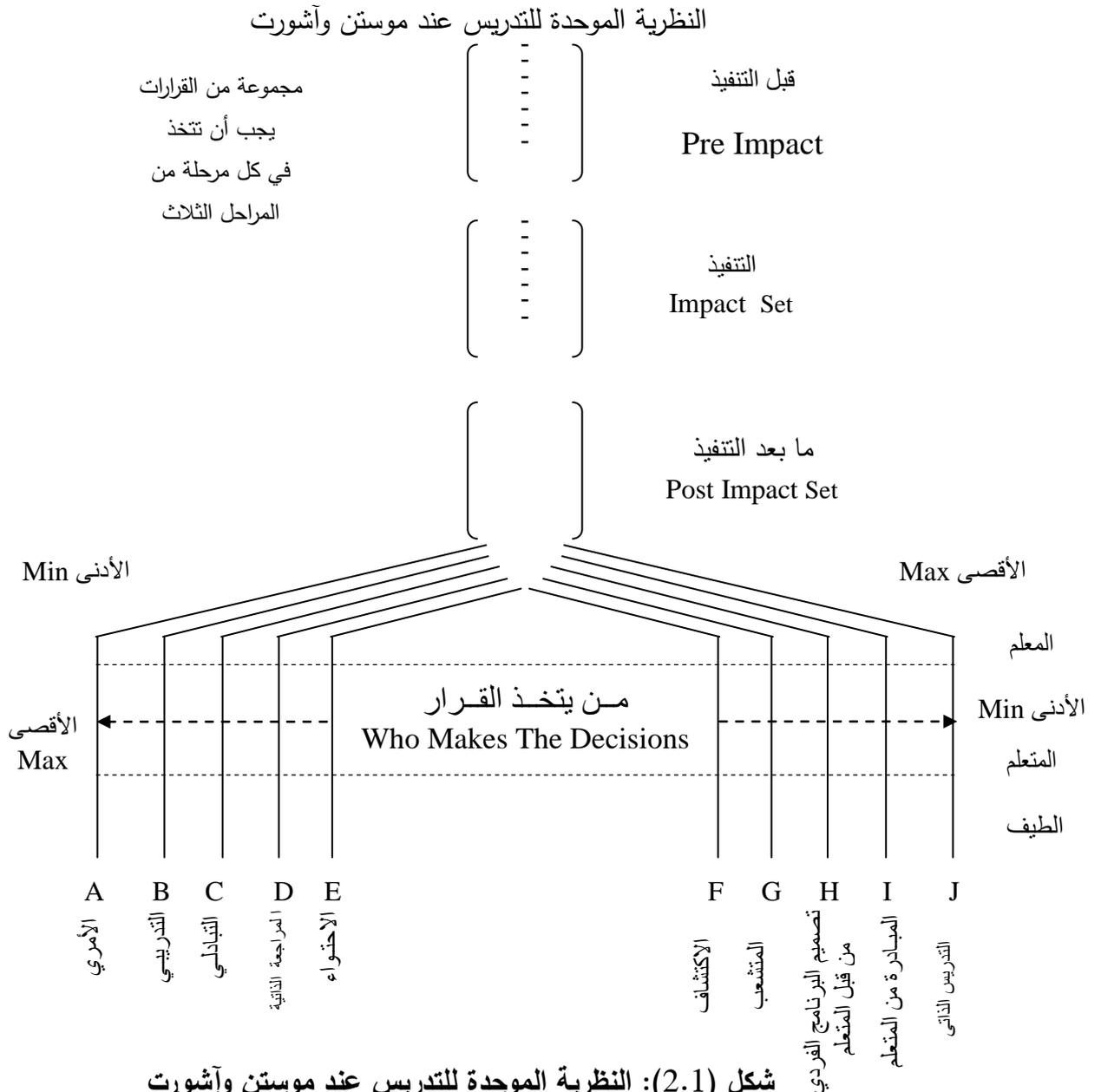
الطلبة، كذلك لم يتطلب كل من الأسلوبين الأول والثاني مستوى عالياً من العمليات الذهنية بل يتطلب فقط مستوى التذكر وفهم المعلومات الخاصة بنتائج التعلم أما الأسلوب الثالث والرابع والخامس فيتطلب مستوى أعلى لنتائج التعلم أي تتطلب من المتعلم أن يظهر مقدرته على إصدار الاحكام الصائبة بناء على معايير محده لتقويم أدائه (عبد الكريم، 1990م، ص 141) ومنذ أن قدم العالم موسكا موستن سلسلته الشهيرة في أساليب التدريس والتي أطلق عليها اسم في (spectrum of teaching styles) طيف أساليب التدريس أواسط الستينات من القرن الماضي، فقد شهد ميدان تدريس التربية الرياضية تطوراً كبيراً، وحظي باهتمام العديد من الباحثين والدارسين، حتى أن البعض وصف سلسلة أساليب موستن بأنها الحدث الذي خلق تحولاً كبيراً في ميدان تدريس التربية الرياضية في العصر الحديث. (النداف، 2004م، ص 15).

وتقسم أساليب التدريس التي قدمها موستن Mosston إلى مجموعتين رئيسيتين: الأولى تسمى أساليب التدريس المباشرة وفيها يكون المعلم صاحب القرار في اتخاذ جميع القرارات المتعلقة بالعملية التعليمية من تخطيط وتقييم وتنفيذ، أما المجموعة الثانية من الأساليب فتسمى أساليب التدريس غير المباشرة وفيها يكون الطالب محور العملية التعليمية، فهو يتعلم من خلال استخدامه لعمليات فكرية متقدمة مختلفة كالمقارنة والمضاهاة والتحليل والتصنيف وحل المشكلة والابتكار (الحايك، والحموري، 2005م، ص 207).

ومن الأساليب التي قدمها موستن، والتي يرى أنها تعمل على تطوير قدرات الطلاب ومعارفهم، أسلوب التقييم الذاتي وأسلوب الاكتشاف الموجه فأسلوب التقييم الذاتي أو المراجعة الذاتية يعتبر من الأساليب التي تعطي الطالب دوراً أكبر في مرحلتي التنفيذ والتقييم، حيث ينقل إلى الطالب عدد أكبر من القرارات، الأمر الذي يزيد من حجم المسؤوليات الذاتية التي تفرضها تلك القرارات، مما يساعد على تحفيز الطالب للتوصل إلى مجموعة جديدة من الأهداف من خلال الإدراك الحسي للمهارة (حسن وآخرون، 1991م، ص 18).

مما سبق يتضح أن الغاية من سلسلة أساليب التدريس هو ابراز مكانة كل أسلوب ومعرفة علاقته بالأساليب الأخرى وأفضل هدف لسلسلة الأساليب هو اعطاء المدرسين نظرية كاملة عن التدريس تمكنهم من ان يكونوا أكثر مرونة وأكثر تأثيراً على التعلم، كما أن هناك أساليب تدريسية مباشرة يكون فيها تأثير سلوك المدرس واضحاً في اتخاذ القرارات والعمل، وهناك أساليب تدريسية غير مباشرة ويكون تأثير سلوك الطالب واضحاً فيها من ناحية اتخاذ القرار والعمل، ويعرج الباحث على هذه الأساليب بشكل مبسط.

ويعد موسستن Mosston واحداً من أهم رواد التربية الرياضية في العصر الحديث، فقد وضع سلسلة متنوعة ومتراصة من أساليب التدريس في التربية الرياضية، أطلق عليها اسم الإطار العام لأساليب التدريس (Spectrum of Teaching Styles)، وهي سلسلة من الأساليب المتتالية المترابطة ببعضها البعض، حيث صنف موسستن وأشورن أساليب التدريس المباشرة: بحيث يكون المعلم صاحب القرار في اتخاذ جميع القرارات المتعلقة بالعملية التعليمية من تخطيط (Pre impact set) وتنفيذ (Impact set) وتقويم (Post impact set)، حيث تنتقل بعض القرارات التعليمية إلى المتعلم في هذه الأساليب بالترتيب، وتتمثل أساليب التدريس المباشرة بما يلي: (Mosston & Ashworth, 1994, p.62)



شكل (2.1): النظرية الموحدة للتدريس عند موسستن وأشورن (Mossten & Ashworth, 1994)

رابعاً: رياضة كرة السلة:

وتعد رياضة كرة السلة ثاني الألعاب الجماعية شعبيةً وانتشاراً في بلدان العالم، كما أنها رياضة جماعية تتلخص في محاولة أحد الفريقين المتنافسين إصابة هدف الفريق الآخر بأكبر عدد ممكن من الإصابات، وفي نفس الوقت يعمل على منع المنافس من إصابة سلتته.

يقوم هدف أي برنامج تعليمي في الكيفية على تعلم المهارات الجديدة واكتسابها وإتقانها وتطوير الأداء المهاري، إذ إن التعلم والعملية التي يتم فيها اكتساب المعلومات أو المهارات سواء كان ذلك نتيجة الخبرة أو الممارسة أو التدريب، كما تمتاز كل فعالية سواء كانت فردية أم فرقية بمهارات أساسية من خلالها يمكن الوصول إلى تأدية الفعالية أو اللعبة وفق الضوابط والقوانين الخاصة بها، ورياضة كرة السلة من الألعاب التي تتميز بمهارات أساسية عديدة ومختلفة تجمع بين دقة الأداء وجماله إذا ما أديت بصورة صحيحة، ويتوقف مستوى أداء هذه اللعبة على أداء المهارات الأساسية لها. (زيدان، 1998م، ص 13)

يستخلص الباحث أن رياضة كرة السلة مثيرة وجذابة لكلا الجنسين وذلك لما تتميز به هذه الرياضة من دقة وسرعة، كما أن الجمهور يستمتع ويفهم هذا الشعور مع اللاعبين ويتفاعل معه.

ويضيف عيد (2013م، ص 24) أن رياضة كرة السلة تنمي روح التماسك والتعاون بين الأفراد كفريق واحد كما أن التصويب ليس صعباً ما دام الطالب قد تعلم كيف يصوب، مما يحقق الرضا والشعور بالسعادة والنجاح بالإضافة إلى الصفات والقدرات البدنية والحركية التي يكتسبها اللاعب الممارس لها، وأهمها الدقة والرشاقة والتوافق.

كما يشير إسماعيل (2003م، ص 5) أن لاعب كرة السلة يتمتع بالقدرة العضلية والانفجارية ويظهر ذلك من خلال أداء العديد من المهارات كالتصويب والتمرير والمحاورة والاستحواذ على الكرات المرتدة وهي تساعد على تحقيق نتائج بارزة في اللعب.

واستخلص الباحث أن هذه الجوانب تحتاج إلى أساليب تعليمية منتقاه جيداً ويجب على الطلاب التدرب عليها مع استخدام أحدث الأساليب التعليمية التعليمية في التربية الرياضية.

كما يشير زيدان (1998م، ص 13) إلى أن كرة السلة نشاط جماعي يتضمن العديد من المهارات الحركية المتنوعة التي تتطلب من ممارسيها امتلاك عدد من القدرات الحركية الخاصة وبشكل خاص التوافق العصبي العضلي، والمرونة، والرشاقة، والقوة المميزة بالسرعة لكل من الذراعين والرجلين، بالإضافة إلى امتلاك العديد من القدرات البدنية العقلية النفسية مضافاً إلى

ذلك فنون اللعبة الفردية والجماعية ويضيف فوزى، سلامة بأنها تتناول محاولات أحد الفريقين إدخال الكرة في سلة الفريق الآخر أكبر عدد من المرات، مستخدمين في ذلك كل ما يوفره لهم تكتيك الهجوم في رياضة كرة السلة.

ويشير زيدان وموسى (2004م، ص18) أن كرة السلة من الأنشطة الجماعية التي تمارس بين فريقين يتنافسان في مساحة صغيرة نسبياً إذا ما قورنت بغيرها من الأنشطة الأخرى فهي تتسم بالتفاعل الإيجابي المستمر للعديد من العمليات الدفاعية والهجومية بنسبة عالية من التهديف، كما " أنها رياضة جماعية ذات شعبية واسعة، ويمارسها أعداد كبيرة من الرياضيين على مستوى العالم، وتعد واحدة من الألعاب الرياضية الأسرع تطوراً ونمواً، ويتطلب الأداء الجيد لها السرعة والتحمل ودرجة عالية من المهارة وهي تمارس على مستوى الهواية والاحتراف.

ويرى الباحث ان كرة السلة تطورت وارتفعت سرعة ايقاع مهاراتها، وأصبح الأداء يتسم بالصعوبة والاثارة، وأصبحت الاستفادة من نتائج الدراسات والبحوث العلمية ضرورة ملحة حيث تتوفر أجهزة التجريب والقياس والتقويم التي تهدف إلى انتقاء وتطوير الطالب في رياضة كرة السلة.

أ- المهارات الأساسية في كرة السلة:

اجتهد العديد من الخبراء والمهتمين برياضة كرة السلة في وضع وتقسيم المهارات الأساسية لرياضة كرة السلة، وقد قام الباحث بالاطلاع على المراجع العربية والأجنبية التي تناولت تصنيف المهارات الأساسية، حيث لوحظ أن هناك إجماعاً وتوحيداً لتصنيفات المهارات الأساسية لكرة السلة؛ لأن كرة السلة تعتمد على المهارات الأساسية كقاعدة مهمة للتقدم في مستوى الأداء.

وفي هذا الصدد يذكر شبل (2010م، ص15) أن للمهارات الأساسية في كرة السلة دوراً كبيراً وفعالاً في تحديد نتيجة المباراة، إذ يعد الفريق الفائز هو الذي يحرز عدداً كبيراً من النقاط في سلة المنافس، وهذا يتوقف على مدى نجاح المهارات الأساسية في كرة السلة.

ولقد أثبتت البحوث والدراسات العلمية أن المقدرة على أداء المهارات الخاصة برياضة كرة السلة وتنوعها ليس له حدود، ويرتبط ذلك بقدرات الطالب الفردية، لذا يجب أن تشمل العملية التعليمية التعلمية الارتقاء بمستوى الأداء الأمثل. (إبراهيم، 1993، ص 23).

كما أن رياضة كرة السلة من الأنشطة الحركية التي تتميز بوجود عديد من المهارات التي تتطلب من اللاعب الاندماج في أكثر من مهارة في إطار واحد وأدائها في تناسق وتسلسل وكفاءة عالية. (شبل، 2010م، ص 16).

فالمهارات الأساسية هي جوهر المناورات التكتيكية في كرة السلة، حيث تعتمد تلك المناورات على المهارة الأساسية للطلاب في استخدام المهارات الأساسية وتنفيذ تلك المناورات بفشل ذريع في حال ضعف تلك المهارات، لذا يجب الاهتمام بها من قبل المعلمين والمدربين لتحسين مستوى الاتقان في تلك المهارات حتى تتميز بدرجة عالية من الدقة والثبات في جميع الظروف. (إسماعيل، 2006م، ص 15).

ويضيف (شبل، 2010م، ص 10) المهارات الأساسية في كرة السلة عبارة عن مجموعة من الحركات التي يؤديها اللاعب بمجرد أن يصبح في حالة الهجوم أو الدفاع، وذلك لتحقيق واجبات حركية معينة تهدف إلى إصابة سلة الخصم من الاقتراب بالكرة نحو الهدف ومحاولة إصابته.

ويرى الباحث أنه يجب على كل معلم أن يعلم طلابه على المهارات الأساسية للعبة، كل مهارة على حدة، ومن ثم ربطها مع بعضها البعض، لأنها تعد حجر الأساس لأي رياضة وخاصة كرة السلة.

ويشير معوض (1994م، ص 44) أن مرحلة تعليم المهارات الأساسية هذه أصعب مرحلة، ولكنها لازمة لرفع المستوى، وتناولت البحوث التي أجريت في هذا المجال مجموعة من التصنيفات:

1- تصنيف المهارات الأساسية في كرة السلة:

➤ التقسيم الأول:

- مسك الكرة.
- استلام الكرة.
- التميرير.
- المحاورة.
- التصويب.
- حركات القدمين.

كما أشار سالم (1991م، ص 25) أن تقسيم المهارات الأساسية كالتالي:

- مسك الكرة.
- التمرير.
- المحاورة.
- التصويب بأنواعه.
- الرمية الحرة.

➤ التقسيم الثاني:

ويركز في هذا الصدد كل من فوزي وسلامة (1996م، ص 15) على أن المهارات الأساسية لرياضة كرة السلة يمكن تقسيمها إلى مهارات هجومية، ومهارات دفاعية، ومهارات هجومية دفاعية، على النحو التالي:

ب- المهارات الأساسية الهجومية:

- التمرير.
- الاستقبال.
- المحاورة.
- التصويب.
- المتابعة الهجومية.
- الاستحواذ على الكرات المرتدة.

1. المهارات الأساسية الدفاعية:

- المكان الدفاعي.
- المتابعة الدفاعية.
- التحرك الدفاعي.
- الدفاع ضد المصوب.
- الدفاع ضد الممرر.
- الدفاع ضد الارتكاز.
- الدفاع ضد القاطع بالكرة.
- الدفاع ضد القاطع بدون كرة.

2. المهارات الأساسية الهجومية الدفاعية:

- التحكم في الجسم.
- الارتخاء والتوازن.
- تغيير الاتجاه.
- تغيير السرعة.

- القطع.
- الارتكاز.
- الجري.
- التوقف.
- القفز.

ويصنف زيدان وموسى (2004م، ص18) المهارات الأساسية في كرة السلة إلى مهارات هجومية وأخرى دفاعية والشكل (2.2) يوضح ذلك.

المهارات الأساسية في كرة السلة



شكل (2.2): المهارات الأساسية في كرة السلة

(زيدان وموسى، 2004م، ص18)

ويرى الباحث أن المتعلم الذي يتقن فنون رياضة كرة السلة يجب أن يمتلك مفتاح هذه الرياضة وهو الهجوم الجيد بأساسياته ويتمثل في المهارات الهجومية كالتمرير بأنواعه، والمحاورة، والتصويب بأنواعه وإجادة هذه المهارات يؤدي إلى تحقيق أفضل النتائج، والمعلم الجيد هو الذي يعمل على حسن إكساب المتعلمين المهارات الأساسية لرياضة كرة السلة واجادتها، وذلك لأنها هي الأساس في ممارسة اللعبة ككل ويجب عليه أيضاً أن يقيم كل مكون من مكونات تلك اللعبة من حيث المهارات المستخدمة كالتحرك بالكرة وبدونها والتمرير وغيرها من المهارات الأساسية الهجومية، حيث يتم التعرف على نقاط الضعف في تعلم تلك المهارات من منطلق أن النجاح في تعلم رياضة كرة السلة يعتمد على تعلم وإتقان المهارات الأساسية الهجومية.

كما أن تقسيم المهارات الأساسية في كرة السلة كمهارات هجومية ومهارات دفاعية أفضل تقسيم، حيث يتوجب على الطالب أن يجيد مهارات كرة السلة الأساسية بشقيها الهجومية

والدفاعية؛ إذ إن رياضة كرة السلة ليس فقط أن تعرف وتجدد التصويب على سلة المنافس، ولكن يجب على الطالب أن يعرف ويجيد الدفاع عن سلة فريقه لكي يمنع تسجيل المنافس بطرق مشروعة، وهذا لا يأتي إلا عن طريق معرفة طرق الدفاع الصحيحة بجميع أشكالها وبالتالي، فإن هذا التقسيم هو الأنسب لتقييم المهارات الأساسية في رياضة كرة السلة.

ت- المهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة:

بعد الاطلاع على المراجع العربية والأجنبية التي تناولت تحديد المهارات الهجومية في كرة السلة وبعض البحوث التي أجريت في هذا المجال، كما اتفقت العديد من الدراسات والبحوث على التقسيم الأساسي للمهارات الهجومية في كرة السلة الذي يفصل بين المهارات الهجومية بالكرة وبين المهارات الهجومية بدون كرة، وهذا ما أكده شبل (2010م، ص 26) أن المهارات الهجومية في كرة السلة تنقسم إلى:

1- مهارات هجومية بالكرة وتشمل:

- مسك واستلام الكرة.
- التميرير .
- التصويب.
- المتابعة الهجومية.

2- مهارات هجومية بدون كرة وتشمل:

- المشي.
- الجري.
- الارتكاز.
- الوثب.
- ألعاب الستار.
- التوقيت.

ويؤكد إسماعيل (2013م، ص 33) أن تقسيم المهارات الهجومية في كرة السلة كمهارات هجومية بالكرة ومهارات هجومية بدون كرة أفضل تقسيم؛ إذ إن الفريق الذي يستحوذ على الكرة يصبح أحد أعضائه مهاجماً مستحوذاً على الكرة وعليه القيام بمجموعة من المهارات بصورة (فردية أو جماعية)، وذلك للوصول إلى سلة الخصم وتحقيق النقاط، أما باقي أعضاء الفريق

فيقومون بمجموعة من المهارات الهجومية (بدون كرة) لتسهيل مهمة الزميل المستحوذ على الكرة للوصول إلى سلة المنافس.

ويرى الباحث أن طبيعة الهجوم في مباريات كرة السلة تسير في محورين، لاعب مهاجم مستحوذ على الكرة، وباقي الفريق يؤدون مهارات هجومية ولكن بدون كرة، لهذا فإن ذلك التقسيم يعد هو الأنسب والأمثل لتقييم المهارات الأساسية الهجومية في رياضة كرة السلة.

ث- التمريرة الصدرية (التمرير باليدين من أمام الصدر):

تتم هذه التمريرة من على مسافة حوالي (3-5) أمتار ويمكن أداؤها من الحركة أو الثبات، وتمرر الكرة من ارتفاع الصدر وتسلم الكرة أيضاً على ارتفاع الصدر ويطلق عليها تمريرة الفريق لأنها أكثر التمريرات شيوعاً بين الفرق، وللمستويات العليا يمكن أن تتم هذه التمريرة على مسافة حوالي 5-6 أمتار بكل دقة واتزان وسرعة وذلك لقوة الذراعين.

1- نقاط مهمة يجب مراعاتها أثناء التمريرة الصدرية وتتمثل فيما يلي:

- أن تؤدي في الوقت المناسب للزميل المناسب.
- أن تؤدي بمنتهى السرعة.
- أن تكون مناسبة لموقف الزميل المستلم.
- أن تصل الكرة إلى الزميل في الموقع الذي يسهل منه استلامها.
- أن تصل الكرة إلى الزميل في الجانب البعيد عن خصمه.
- أن يساعد الزميل على أداء المهارة التالية بسهولة.
- أن يكون خط سير الكرة موازياً لأحد جانبي الملعب كلما أمكن حتى يصعب على الخصم قطعها.
- أن يساعد الزميل على استلامها باليدين معاً. (زيدان وموسى، 2004م، ص18)

2- مزايا التمريرة الصدرية:

- طريقة مسك الكرة في هذه الطريقة هي نفس الطريقة التي تمسك بها الكرة عند التصويب.
- تسمح بالتصويب دون تعديل في مسك الكرة.
- أسهل التمريرات أداءً.
- تسمح بكثير من الخداع.

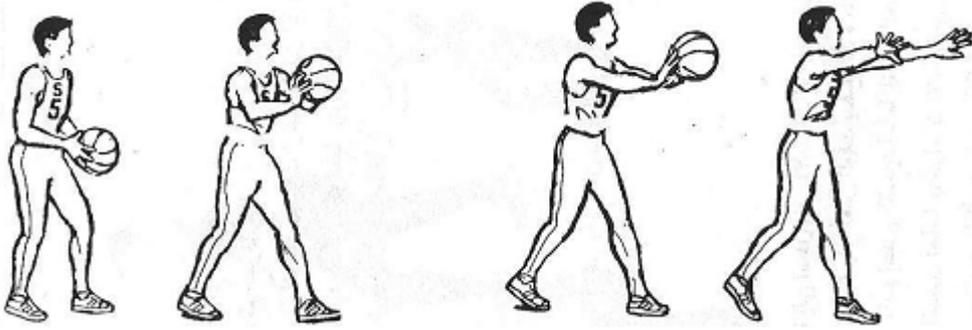
- تسمح بالمحاورة دون تغيير في طريقة مسك الكرة (عبد الدايم وحسانين، 1999م، ص 64)

3- عيوب التمريرة الصدرية:

يشير الباحث إلى أن العيب الوحيد في هذه التمريرة أنها لا تستخدم في التمرير لمسافات طويلة (من على مسافة حوالي 15 متراً تقريباً) ويستحسن ألا تستخدمها ومنافسك بينك وبين المستلم مباشرة.

4- النواحي الفنية للتمريرة الصدرية:

يمسك اللاعب الكرة بالطريقة الصحيحة وأن يحتفظ بالمرفقين في حالة انثناء وقريبة من المعصم (وقفة الاستعداد الهجومية الصحيحة)، ويدفع اللاعب الكرة باليدين من أمام الصدر وذلك بمد سريع من المرفقين وفي نفس الوقت يمد الذراعين ويدفع الكرة بأصابعه في حركة دائرية بحيث تنتهي حركة الدفع والذراعان الممتدتان إلى الأمام والكفان يتجهان لأسفل والخارج قليلاً، ولا تتوقف حركة الذراعان بعد ترك الكرة بل يستمران في حركتهما بسهولة وارتخاء، ويجب أن يأخذ اللاعب خطوة بالرجل الخلفية في اتجاه الشخص الذي سيتم تمرير الكرة إليه لإكساب الكرة القوة الدافعة اللازمة، ودقة التمريرة والحفاظ على اتزان الجسم، أما إذا كانت المسافة قريبة فينتى جذعه قليلاً للأمام بدلاً من أخذ الخطوة (الدياسطي، 1996م، ص 29)



شكل (2.3) النواحي الفنية للتمريرة الصدرية

(الدياسطي، 1996م، ص 29)

5- الخطوات التعليمية لمهارة التمريرة الصدرية:

هذه المهارة من المهارات البسيطة (غير المركبة) ولذا تعلم بالطريقة الكلية للأداء ويتبع الآتي:
- شرح طريقة الأداء الميكانيكي الصحيح للمهارة مع تأدية نموذج سليم لمشاهدة اللاعبين لأداء المهارة من زوايا مختلفة.

- من مسك الكرة الصحيح ووقفه الاستعداد الهجومية يقف اللاعب أمام حائط على بعد 3 أمتار ليؤدي الأداء الميكانيكي لمهارة التمرين مع ملاحظة ثبات الرجلين والميل قليلاً من الجذع للأمام ثم يمسك الكرة للتكرار.
- في ازدواج: يمرر الكرة للزميل المواجه لمسافة من (3-4) أمتار.
- التدريب نفسه، لكن زيادة المسافة بين الزميلين ومراعاة الدقة.
- التدريب نفسه على زيادة السرعة.
- التدريب على التمريرة العددية في اتجاهات مختلفة (فرج، 1996م، ص 176)
- 6- أهم النقاط الواجب مراعاتها عند التمريرة الصدرية:**
- أن تمتد الذراعان بفرد المرفقين إلى الأمام مباشرة.
- دفع الكرة برسغ اليد والأصابع لإكساب الكرة دوراناً عكس اتجاه عقرب الساعة.
- الوضع النهائي الكفان يتجهان لأسفل والخارج قليلاً.
- نقل الرجل الخلفية للأمام لإكساب الكرة القوة الدافعة إذا بعدت المسافة بين المسلم والمستلم للاحتفاظ بالتوازن.
- نظر المسلم إلى الأمام في اتجاه المستلم.
- أثناء تأدية التمريرة يوجد انثناء خفيف في الركبتين.
- عدم تمرير الكرة الا إذا تأكدت أنه لا توجد فرصة لقطعها من قبل الخصم.
- الاعتماد على وضعية قدمي المدافع ووضعه من الملعب.
- تحديد اللاعب المستلم مهم جداً بالنسبة للممرر. (عبد الدايم وحسانين، 1999م، ص 71)
- ويحدد زيدان وموسى (2004م، ص 74) تدريبات متقدمة للارتقاء بمهارة التمريرة الصدرية وتمثل فيما يلي:
- التمرير للزميل لمسافة قريبة من الثبات.
- التمرير للزميل على مسافة ابعده من الثبات.
- التمرير للزميل مع التحرك الخفيف (المشي).
- التمرير للزميل بالجري السريع.
- ربط التمريرة بمهارة أخرى والأداء بنفس الدقة والسرعة وفي تشكيلات مختلفة.
- التمرير في قطارات متقابلة بحيث يقف المتعلمين في قطارين متقابلين يمرر المتعلم الكرة إلى زميله المقابل ويجرى ليقف خلف القطار المقابل.

- التمرير في المثلث (سلم وأجر)، يكون المتعلمون مثلثاً ويمررون الكرة ثم يعكسوا الاتجاه ويذهبون لليسار ويضاف كرة ويكرر على الجانبين.
- التمرير في مربع (سلم وأجرى): شكل المتعلمون مربعاً ويمرون الكرة جهة اليمين ويتبعوا الكرة ثم يعكسوا الاتجاه جهة اليسار وتضاف كرة ثانية ويكرر ذلك على جانبي الملعب.
- قيام المتعلمين بالتمرير بطول الملعب: المتعلمون في قطارين خلف الحد النهائي للملعب، متعلم القطار الأيمن معه الكرة ويقوم بتبادل التمرير أماماً مع الزميل المقابل حتى نهاية الملعب.
- قيام متعلم بالتمرير لصف من المتعلمين ويمرر المتعلم بسرعة لصف من خمسة من زملائه والذين يرجعوا الكرة للممرر الأصلي.
- تمريرات مختلطة: يعمل المتعلمين في أزواج على بعد (5م) بين كل متعلم وزميله ومع كل منهم كرة - يمرر المتعلم منهم تمريرة صدرية.

ويضيف الباحث النقاط التالية:

- على الطالب أن يعرف متى تستخدم التمريرة الصدرية.
- التمرير لا يعتمد على يقظة المستلم فقط بل على يقظة الممرر أيضاً.
- أغلب التمريرات يجب أن تنفذ بحيث تستلم الكرة بين الصدر والحوض.
- مرر عالياً ضد قصار القامة ومرتدة ضد طوال القامة.
- مرر بسرعة ولكن ليس على حساب الدقة.
- الهدف من التمرير يجب أن يتم إيصال الكرة الى المستلم المحدد بسرعة وبدون تعثر في مسار الكرة.
- التمرير الى المسافات الطويلة تحتاج الى قوة وسرعة والمناولة للمسافات القصيرة تحتاج الى دقة.

الأخطاء الشائعة لمهارة التمريرة الصدرية:

- عدم ثني المرفقين.
- قلة سرعة مد المرفقين.
- عدم تمرير الكرة بين الصدر والحوض.
- عدم أخذ خطوة باتجاه التمرير.

- تؤدي بحركة بطيئة.
- ضعف الرسغين والأصابع والمرفقين.
- عدم نظر الممرر إلى الأمام في اتجاه المستلم.
- قلة ثني الركبتين أثناء تأدية التمريرة.
- عدم تحديد الممرر للاعب المستلم.
- عدم دوران الكرة عكس اتجاه عقرب الساعة.
- الكفان لا يتجهان لأسفل والخارج قليلاً في الوضع النهائي. (زيدان، 1998، ص 64)

ج- المحاورة المنخفضة (تنطيط الكرة):

1- ماهية المحاورة المنخفضة

تعد المحاورة من ثاني طرق التحرك بالكرة بعد التميرر وتليها في الأفضلية، وهي تؤدي من الثبات ومن الحركة ولذلك يجب استخدامها بدرجة عالية من الكفاءة في المواقف المناسبة. والمحاورة المنخفضة هي عملية تستخدم لحماية الكرة من المدافع، وتتم من خلال دفع الكرة بالرسغ والأصابع إلى الأرض واستقبالها لدفعها مرة أخرى بحيث تكون حركة الكرة مستمرة ومتصلة بين الأرض، واليد وهي حركة متوافقة منسجمة بين الذراع والرسغ والأصابع والرجلين والعينين والكرة. ويجب أن تتناسب قوة الدفع مع الارتفاع الذي يرغب اللاعب في أن تصل الكرة إليه عند ارتدادها من الأرض، حيث تتوقف سرعة حركة اللاعب بالكرة على مقدار زاوية الارتداد وعلى مقدار ارتفاع الكرة عن الأرض ودقة عملية الدفع. ويستخدم هذا النوع من المحاورة عند وجود المدافع، وتؤدي من خلال:

- جعل الجسم باستمرار بين الكرة والمدافع.
- المحافظة على وضع ثني الركبتين وبذلك يمكنك أداء المحاورة المنخفضة قريباً من الركبتين. (زيدان وموسى، 2004م، ص 80)

ويرى الباحث أن المحاورة هي المهارة الوحيدة في كرة السلة التي تتطلب وتتجمع فيها جميع عناصر اللياقة البدنية حيث تتطلب التوافق بين الذراع والرجلين والنظر، والقوة المميزة بالسرعة للقدمين والذراع المحاورة، والتوازن من حيث الاحتفاظ بوضع الجسم فترة طول أداء المحاورة، وسرعة الاستجابة لتحرك المنافس والدقة في وضع الكرة في المكان المناسب للجسم،

وتؤدي المحاورة سواء مرتفعة أو منخفضة أو متوسطة بنفس الكفاءة باليدين اليمنى واليسرى بنفس الدرجة من الإتقان.

والمحاورة هي الوسيلة الفنية الوحيدة لتمكيننا من الجري والمشي في الملعب بحياسة الكرة ويجب دفع الكرة في اتجاه الأرض بيد واحدة مع تباعد الأصابع، وهذه الحركة سوف تقود الكرة إلى الاتجاه المرغوب ومن الضروري تعلم استخدام كلتا اليدين (الدياسطي، 1996م، ص 38)

ويشير الباحث إلى المحاورة الدنيا هي التحرك بتنطيط الكرة في أي اتجاه مع ثني الجذع لأسفل، وهي من أصعب المهارات الفنية في كرة السلة لأنها تدل على مدى التوافق العصبي العضلي بين العينين وباقي أعضاء الجسم وقد تكون المحاورة:

- في المكان: بدفع الكرة إلى أسفل.
- مع الحركة: بدفع الكرة من الخلف أو حسب اتجاه الحركة.

2- متى تؤدي المحاورة المنخفضة:

- عندما يكون المتعلم محاصراً بشدة من الخصم ولا يستطيع أن يمرر الكرة أو يصوبها.
- عندما يجد المتعلم أن أفراد فريقه محاصرون ولا يمكن التمرير لأحدهم ولا يستطيع في نفس الوقت تصويب الكرة على الهدف لبعده عنه.
- عندما يقتنص المتعلم الكرة من أحد الخصوم ولم يجد من الزملاء من يسبقه في اتجاه الهدف.
- عند تنفيذ خطة موضوعة أو عمل جماعي معين يتطلب عمل المحاورة.
- يمكن استخدام المحاورة بالكرة بواسطة أكثر أفراد الفريق مهارة للاحتفاظ بالكرة في نهاية المباراة إذا اقتضت الظروف ذلك.
- يمكن استخدام المحاورة بالكرة لمنح الخصم فرصة ارتكاب أخطاء شخصية.
- يمكن استخدام المحاورة عقب اقتناص الكرة من خصم كان يحاور بها أو أثناء المساعدة.
- على الاستحواذ على الكرات الطائشة أو المتدحرجة على الأرض. (فوزي وسلامة، 1996م، ص 107)

3- فوائد المحاورة المنخفضة:

- يستطيع اللاعب المهاجم التقدم بالكرة أثناء الهجوم.
- مساعدة المهاجم على المراوغة والاجتياز.
- ارجاع المدافع للخلف والتقرب لغرض التهديف.

- ابقاء الكرة بعيداً عن منطقة اللعب المزدحمة ودفاعات الخصم.
- السيطرة على الكرة اثناء تطبيق الخطط.
- تعد وسيلة لقتل الوقت عندما يكون ذلك ضرورياً. (رزق، 2005م، ص 42).
- ويضيف الباحث إلى ذلك التقدم بالكرة هجومياً إذا كان التمير غير متاح، وتحسين الفرصة لتمير أو تصويب أفضل، وعمل مناورة هجومية نحو السلة، والتحرك بعيداً عن الضغط الدفاعي.

4- النواحي الفنية لمهارة المحاورة المنخفضة:

- تتم من خلال من خلال الدفع المتتابع للكرة وتوجيهها إلى الأرض بشكل متتابع ومتوافق.
- اليد التي تؤدي المحاورة تتابع الكرة باستقبالها بالرسغ والأصابع وتقوم بدفعها بنفس الرتم، أما اليد الأخرى الخالية فتقوم بحماية الكرة بانثناء الكوع.
- الجذع يميل قليلاً للأمام.
- الأصابع منتشرة بارتخاء على الكرة.
- النظر للأمام ومتابعة حركة الخصم.
- تنطيط الكرة بأصابع اليد.
- انقباض قوى للرسغ وأصابع اليد. (إسماعيل، 1995م، ص 65)
- ويضيف عبد الله وحمودان (1999م، ص 138):
- الرأس دائماً لأعلى وفي حالة متابعة ويقظة للمدافع.
- تنطيط الكرة بالقرب من الجسم.
- الجسم باستمرار بين الكرة والمدافع.
- المحافظة على وضع ثني الركبتين حتى يمكن المحاورة المنخفضة قريباً من الركبتين
- أن تكون الكرة إلى الأمام والخارج قليلاً.
- الرأس مرفوعة إلى أعلى والنظر إلى الأمام لاكتساب رؤية واسعة واضحة.
- السيطرة على حركة الكرة من مفصل الكتف.



شكل (2.4): النواحي الفنية للمحاورة المنخفضة

عبد الله وحمودان (1999م، ص 138)

5- ما يجب اتباعه عند أداء المحاورة المنخفضة:

- حاور باليد البعيدة عن المدافع على أن يكون جسم المهاجم بين الكرة والمدافع.
- كلما اقترب المدافع كلما انخفضت المحاورة لإمكان زيادة السيطرة على الكرة.
- اختيار الوقت المناسب والمكان المناسب لأداء المحاورة. (الاتحاد الدولي لكرة السلة، 1998م، ص 53)

ويضيف الباحث إلى ذلك:

- استخدم أصابعك للمحاورة وليس راحة اليد.
- حاور على الجانب من جسمك، فلا ترتد الكرة للأمام مرة بعد أخرى.
- أخفض جسمك قليلاً وبالتالي ترتد الكرة بسرعة في مستوي الوسط.
- عند تغيير الكرة من يد ليد، أضرب الكرة للجانب بقوة وسرعة.
- عند تغيير الاتجاه بدل القوة الدافعة لجسمك نحو هذا الاتجاه.
- الارتفاع بالكرة يتزايد إذا جري الطالب أسرع وإذا لم يتواجد ضغط دفاعي عليه كما يقل ارتفاع الكرة في وجود الضغط الدفاعي.
- يجب على الطالب حماية الكرة بجسمه.
- القدرة على استخدام كلتا اليدين.
- يحاور الطالب فقط عندما يكون هناك سبب للمحاورة كأن يكون بقربة مدافع.
- على الطالب أن يتذكر دائماً أن التمير أسرع من المحاورة.
- يجب على الطالب تعلم التحكم في الكرة دون النظر إليها.

6- الخطوات التعليمية لمهارة المحاورة المنخفضة:

- مقدمة يوضح فيها المدرس أهمية مهارة المحاورة واستخداماتها وأنواعها.
- شرح طريقة الأداء مع تقديم نموذج للأداء.

- يجلس الطلاب في وضع الجلوس طويلاً فتحاً ويضع كل منهم الكرة أمامه بين الرجلين، ثم يبدأ في تنطيطها حتى ترتفع عن الأرض حيث يستمر في المحاورة بها.
- وقوف الطلاب مع تباعد القدمين وتقدم الرجل اليسرى أماماً وثني الركبتين كاملاً ثم وضع الكرة على الأرض والبدء في تنطيط الكرة بالأصابع حتى ترتد عن الأرض.
- التدريب السابق مع فرد الركبتين، مع التنبيه بوضع الذراع الأخرى غير المستخدمة في وضع الحماية للكرة.
- المحاورة في المكان مع تغيير ارتفاع الكرة مع إشارة المدرس، والتنبيه بالمحافظة على النظر إلى الأمام.
- تؤدي الخطوات السابقة باليد اليسرى.
- يقف اللاعبون قطارات خلف الحد النهائي للملعب ثم المحاورة أماماً في مجموعات بطول الملعب.
- التدريب السابق مع تغير الكرة من جانب إلى جانب وتغيير اليد المحاورة وذلك عند إشارة المدرس.
- التدريب السابق مع تغيير اليد المحاورة بالارتكاز الخلفي على القدم الخلفية.
- المحاورة من الجري بسرعات مختلفة.
- المحاورة مع حماية الكرة بالجسم.
- المحاورة بين حواجز. (الدياسطي، 1996م، ص38).

7- مناورات المحاورة المنخفضة:

- المحاورة بنقل الكرة من أمام الجسم.
- المحاورة بالارتكاز الخلفي.
- المحاورة بتمرير الكرة من بين الرجلين.
- المحاورة بتمرير الكرة من خلف الظهر.
- المحاورة مع تغيير الاتجاه للجانب من أمام. (إسماعيل، 2006م، ص 19)

8- الأخطاء الشائعة لمهارة المحاورة المنخفضة:

- النظر الى الكرة دائماً.
- عدم استخدام كلتا اليدين أثناء المحاورة.
- عدم استخدام الذراع الحرة أثناء المحاورة.
- دفع الكرة براحة اليد وليس برؤوس الاصابع.

- نقطة ارتداد الكرة على الارض أمام القدم مباشرة مما يسبب ضربها بالقدم وفقدانها.
- ارتداد الكرة الى أعلى من مستوى الحوض في المحاورة المنخفضة.
- عدم دفع الكرة للأسفل ومن أمام الجسم بتغيير الاتجاه.
- عدم ارتداد الكرة في زاوية جيدة أثناء المحاورة من خلف الظهر مما يسبب تعثراً في خطوات اللاعب أثناء الاستلام.
- عدم وضع اليد المعاكسة بين الساقين وللخلف لغرض استقبال الكرة اثناء الطبطبة بين الساقين (معوض، 1994م، ص 49)

ح- التصويب:

1- ماهية التصويب:

يعد التصويب بالوثب من أهم المهارات في كرة السلة هو عملية توجيه الكرة نحو اتجاه الهدف بفن وبسرعة وبدقة دفع مناسبة باستخدام المهارات التصويبية المناسبة لمواقف اللعب وظروف الأداء وذلك حسب المسافة التي يكون عليها اللاعب من أجل التهديد وهذا الفوز لا يأتي الا من خلال التصويب الناجح فهو المحصلة النهائية بل هو الفيصل في تحديد النتيجة النهائية للأداء المهارى الهجومي.

2- أهمية التصويب:

إن الهدف في مباراة كرة السلة هو التهديد في سلة الفريق المنافس أكبر عدد من الاصابات، لأن عدد الاصابات هو الذي يحدد الفريق الفائز والفريق المهزوم، ولذلك فكل المهارات الأساسية تصبح عديمة الجدوى إذا لم تتوج في النهاية بالتصويب الناجح.

وإن اختلاف مهارة التصويب في كرة السلة عن الألعاب الجماعية الأخرى في تعدد مرات إصابة الهدف، فإصابة المرمى في كرة القدم -مثلاً- لا يتعدى أصابع اليد الواحدة كما هو الحال في الهوكي أيضاً، أما في كرة السلة فقد تصل عدد النقاط الى مائة نقطة أو أكثر وتختلف أيضاً كرة السلة في أن بعض الإصابات يحتسب بنقطة واحدة والبعض الآخر بنقطتين، وهناك نوع ثالث من التصويبات تحتسب بثلاث نقاط. (إبراهيم، 1993م، ص 53).

ويذكر فاي وواي (Fay & Way, 1994, p.36) أن كل المهارات الأساسية في رياضة كرة السلة من محاورة وتمرير وتصويب ومتابعة وحركات دفاعية تعتبر في نفس الأهمية ولكن التصويب هو أكثر المهارات أهمية، فتنفيذ تمريرات جيدة ومحاورة فعالة تستطيع أن تؤدي الى نسبة تصويب عالية، ولكن اختراق الكرة في النهاية هو الهدف من كل هذه المهارات.

ويوضح سانديب وبركة (Sandeep & Barkha, 2011, p.27) أن التصويب من الأساسيات المهمة جداً في كرة السلة بغض النظر عن اتقان الفريق لأية مهارة أخرى، فبدون التصويب الجيد لن يتمكن الفريق من الفوز بالمباراة.

ويؤكد أحمد كامل حسين أن مهارة التصويب تعتبر من أهم المهارات في كرة السلة التي يجب إجادتها من جميع أعضاء الفريق باعتبارها المرحلة النهائية لجميع الخطط المدروسة والحركات الخداعية لمجهودات اللاعبين أثناء الهجوم. (حسين وقاسم، 2012م، ص 17).

ويذكر ويكسن (Wiksten, 1998, p.75) أن المهارات الأساسية تقف على قدم المساواة في الأهمية مع التصويب، إلا أن دور التصويب يكون خطيراً في حسم الموقف وذلك بإحراز أكبر عدد من النقاط وبالتالي الفوز بالمباراة .

ويضيف جوهان وكارتي (John & Cartby, 1996, p.61) أن أهمية التصويب تكمن في التأثير على نتائج الفرق والتحكم في ظروف المباراة مما ينعكس على نتائجها والفوز بها.

كما أن الهدف الرئيس من كرة السلة هو إصابة سلة الخصم أكبر عدد من المرات خلال زمن المباراة، فإذا كانت جميع المهارات الحركية في كرة السلة لها القدر نفسه، من الأهمية إلا أن التصويب يأتي على رأس تلك المهارات، فهو المحصلة النهائية للمهارات الحركية، ففاعلية المهارات الهجومية تتضح في دقة التصويب. (إسماعيل، 2003م، ص 77).

لذلك فإن مهارة التصويب من أكثر المهارات التي تشغل بال المدربين واللاعبين على السواء، ومن المهم أن يتعلم كل لاعب كيف يصبح هدافاً وليس مصوباً فقط، ولكي نحسن نسبة التصويب يجب أن يدرك اللاعبون متى يقومون بالتصويب؟ ومتى يؤديون التمرير؟ وما هو المدى الذي يصوبون منه؟ ومن أي الأماكن يؤديون تصويباتهم؟ (النمر، والسيد، 1998م، ص 35).

ويرى جون مكارثي John p. McCarthy بأن إصابة سلة الفريق المنافس أكبر عدد من المرات خلال المباراة هو الهدف الأساس في رياضة كرة السلة، والتصويب هو العامل المؤثر في نتيجة المباراة، وإن كانت جميع المهارات الأساسية في رياضة كرة السلة على القدر نفسه من الأهمية، إلا أن مهارة التصويب هي التاج على رأس جميع المهارات الأخرى، حيث أنه هو المحطة النهائية لجميع المهارات الهجومية. (Jeryv, 2001, p.78).

ويشير النمر والسيد (1998م، ص 35) إلى أنه يجب تنمية الاتجاهات الصحيحة نحو التصويب لدى اللاعبين، ويتم ذلك من خلال التركيز أثناء أداء كل تصويبة وأن يتعلم اللاعبون كيفية إغفال الأمور التي تشتت الانتباه، وأن يروا فقط الكرة والحلقة في أذهانهم أثناء

التصويب، ومن الضروري أيضاً بناء الثقة في النفس ويتم ذلك من خلال تنمية الفرد لمهاراته الفردية الخاصة بالتصويب، وكيفية تصحيح أخطائه في غضون عملية التغذية الراجعة عقب كل تصويبة، والتغذية الراجعة الفردية تتم عن طريق تذكير وتعزيز التصويبات الناجحة أما التصويبات الفاشلة فيتم تحليلها ونسيانها.

وتشير فرج (1996م، ص183) إلى أنه يجب على اللاعب أثناء أدائه لمهارة التصويب أن يقوم بعزل نفسه عن كل المتغيرات المحيطة به، وذلك عن طريق اقتناعه بالهدوء والثقة وعدم التوتر.

ويرى الباحث أن الهدف الأساس للفريق المهاجم في مباراة كرة السلة هو تصويب الكرة لإدخالها في سلة الفريق المدافع، كما أن جميع المهارات الحركية التي تؤدي من قبل الفريق المهاجم يجب أن تنتهي بالتصويب على سلة الفريق المنافس، لما له من أهمية وخطورة هذه المهارة في رياضة كرة السلة؛ لأن كل المجهودات التي تبذل سواء كانت هجومية أو دفاعية أو تحركات بكرة أو بدون كرة، لا قيمة لها ما لم يكن هناك تصويب ناجح على سلة المنافس يستطيع من خلاله إحراز النقاط والفوز في المباراة.

ويشير الاتحاد الدولي لكرة السلة إلى أن التصويب هو امساك الكرة بيد واحدة أو باليدين، ثم إطلاقها في الهواء نحو السلة وتعتبر الإصابة صحيحة إذا وصلت الكرة وهي في حالة اللعب في السلة من أعلى الحلقة واستقرت فيها أو اخترقتها. (القانون الدولي، 1998م، ص 61).

والتصويب بالوثب هو أحد أنواع التصويب من الحركة وأكثرها استخداماً في المباريات، لذلك تتطلب منا تنميته وتحسينه لأهميته في المباراة، ولكافة المستويات تكون هذه التصويبة مهمة جداً كونها تتيح الاقتراب من الهدف، وتتيح له سلامة الأداء الحركي بعد الانتهاء من الطبطبة أو في حالة استلام الكرة أثناء القطع نحو السلة. (عبد الله وحمودان، 1999م، ص143).

ويرى الباحث أن أداء هذه المهارة من خلال تحريك الطالب بسرعة في اتجاه الهدف بعد عمل محاورة أو استلام الكرة من زميل، ويستخدم الطالب خطوات خاصة بعد انتهائه من المحاورة أو بعد استلامه للكرة حتى يتسنى له الاقتراب أكثر ما يمكن من السلة، كذلك يجب على الطالب عند أداء هذه المهارة أن يراعى قانونية هذه الخطوات حتى لا يقع في خطأ الجري بالكرة، وقد تختلف مسافة الخطوات القانونية التي يؤديها الطالب بالكرة تبعاً لاختلاف المكان الذي يبدأ منه الطالب الاقتراب للتصويب، فمن المهم أن يصوب الطالب على السلة من أقرب

مكان ممكن، ومع الوثب لأعلى لتحقيق أكبر ضمان ممكن لإصابة الهدف مع حماية الكرة من المنافس.

ويعد هذا النوع من أكثر التصويبات شيوعاً ويؤدي في حالة حركة اللاعب في اتجاه الهدف بسرعة ويمكن أن يؤدي دون محاورة إذا تسلم اللاعب الكرة وهو قريب من الهدف أو يؤدي مع المحاورة إذا كان بعيداً عن الهدف، ويستخدم اللاعب خطوات اقتراب خاصة بعد انتهائه من المحاورة أو بعد استلامه الكرة من الزميل حتى يتسنى له الاقتراب أكثر ما يمكن من السلة، وقد تختلف مسافة الخطوات القانونية التي يؤديها اللاعب بالكرة تبعاً لاختلاف المكان الذي بدأ منه اللاعب الاقتراب للتصويب وذلك لكي يصل اللاعب إلى أقرب نقطة من الهدف مع الوثب لأعلى لتحقيق أكبر ضمان ممكن لإصابة الهدف مع حماية الكرة من المنافس، ويلاحظ أن تكون خطوات الاقتراب قانونية لعدم الوقوع في مخالفة الجري بالكرة، وهي عند مسك الكرة تبدأ بخطوة كبيرة من رجل اليد المصوبة ثم يأخذ خطوة أخرى بالرجل الأخرى وهي قدم الارتقاء مع رفع اليد المصوبة لأعلى ليكتسب أعلى ارتفاع ويصل إلى الهدف وتتوقف طول الخطوة الأولى والثانية على المسافة بين مكان البدء والسلة. (عبد الدايم وحسانين، 1999م، ص51)

3- التصويب بالوثب:

يعد التصويب بالوثب من أهم التصويبات في رياضة كرة السلة وهو يشكل مع التصويب السلمي والتصويب من الرمية الحرة أكثر أهمية في رياضة كرة السلة، كما يعد أحب أنواع التصويب للاعبين وأكثرها استخداماً في رياضة كرة السلة ويؤدي التصويب بالوثب من ثلاثة أوضاع (من الوضع الثابت، ومن الطبطبة، ومن الحركة، واستلام الكرة). (بعد تمرير).

كما يعتبر التصويب بالوثب الأكثر شيوعاً ونجاحاً في المباريات وخاصة من المسافات المتوسطة كما أوضحت الاحصائيات الفنية لبطولة كأس العالم (2006م) باليابان، حيث بلغ نسبة التصويب بالوثب لفرق المقدمة من داخل المنطقة (52.2%) ومن خارج قوس الثلاث نقاط (40%). (فوزي، 2003م، ص 35).

لذا فالمهارة تحتاج إلى المزيد من الجهد في التعلم لتميتها وصقلها على مدار العام، كما أن فاعلية الهجوم في كرة السلة تتضح في دقة تصويب اللاعبين وتوجيههم لكراتهم نحو سلة المنافس. (عبد الله وحمودان، 1999م، ص149)

ويشير حمدان (2014م، ص 303) أن تطوير طرق الأداء المهاري تتلخص في أداء المهارة مع عناصر اللياقة البدنية ومهارات أخرى، لذا فعند تنمية التصويب بالوثب يجب تصميم التدريبات بشكل يخدم هذا الاتجاه مثل: الدوران حول المحور الطولي والعرضي ثم استلام الكرة والتصويب بالوثب لزيادة عنصر الرشاقة والتوازن.

4- عوامل يجب مراعاتها عند التصويب بالوثب:

- التحكم والسيطرة على العضلات ومفاصل الجسم للاستعداد للقفز والتصويب.
- يتطلب اللاعب المصوب استخدام السرعة والمباغطة عند عملية القفز.
- يتطلب من اللاعب التركيز بشكل جيد على السلة قبل وعند التصويب.
- الوصول إلى أعلى نقطة عند التصويب وبشكل عمودي، ومن ثم النزول إلى نفس النقطة تقريباً (مسلط، 1999م، ص 175).
- كما يعتمد التصويب بالوثب على عوامل أخرى منها، (إسماعيل، 2006م، ص 18)
- الرؤية الجيدة للحلقة.
- الوثب لأعلى.
- التدريب المستمر على التصويب بالوثب.
- القوة المتوسطة.
- التركيز على الحلقة قبل التصويب فقط.
- زاوية التصويب من (30) يميناً على (30) يساراً.
- زاوية سقوط الكرة على الحلقة من (30-40) درجة.
- مسك الكرة والأصابع منتشرة عليها.
- وضع القدمين على أرضية الملعب.
- ثقة اللاعب بنفسه وزملائه ومدربه.
- قربه من اللوحة أو بعده عند التصويب.
- التوافق بين الطرف السفلي والعلوي وزاوية الانطلاق.
- ويرى الباحث أن هناك عوامل محيطة بالأداء مثل: الملعب والفريق المضاد والجمهور.
- وهناك عوامل خاصة بمستوى اللاعب البدني والمهاري مثل: الدقة والسرعة والتحكم والسيطرة والأداء تحت الضغط والقدرة على الأداء في ظروف مختلفة.
- ويرى الباحث أن هناك عوامل محيطة بالأداء مثل: الملعب والفريق المضاد والجمهور.

وهناك عوامل خاصة بمستوى اللاعب البدني والمهاري مثل: الدقة والسرعة والتحكم والسيطرة والأداء تحت الضغط والقدرة على الأداء في ظروف مختلفة.

5- النواحي الفنية للتصويب بالوثب:

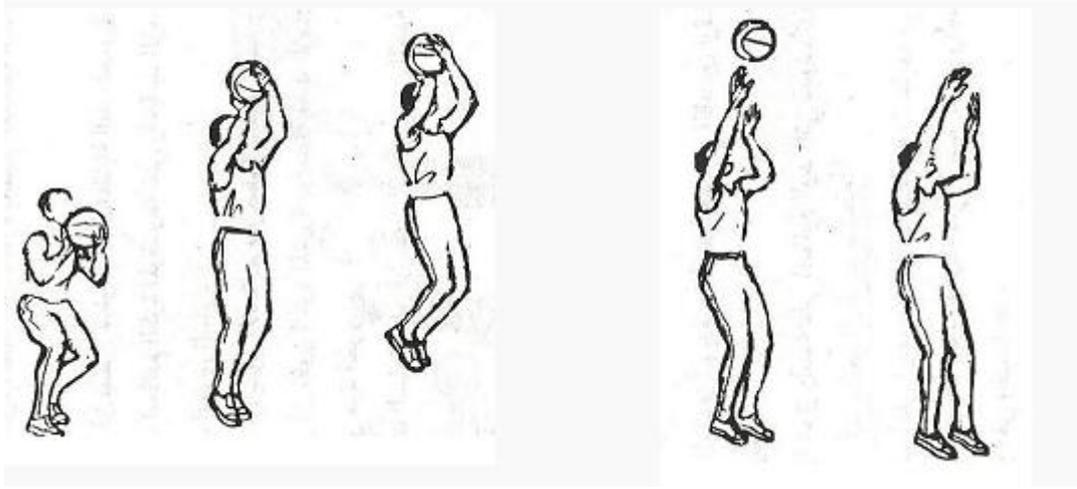
ويؤدي التصويب بالوثب بأن يقف اللاعب وهو ممسك بالكرة باليدين معاً والكتفان مواجهان للهدف والركبتان مثنيتان، ثم يقوم اللاعب بالوثب العمودي في الهواء باستخدام القدمين ويتوقف ارتفاع الوثب على الفرق بين اللاعبين، لذا تؤدي عملية الوثب بالامتداد القوى لعضلات الفخذ ومفصلي الركبتين والقدمين إلا أن الوثب يجب ألا يكون أعلى مما يكون، وذلك حتى لا يؤدي إلى تصلب الجسم، وبالتالي يؤثر على انسيابية أداء عمل الذراعين، وبالتالي التأثير على دقة التصويب، ويعد التصويب بالوثب من أهم المهارات الهجومية في رياضة كرة السلة لما يقوم به من دور متميز في نتيجة المباراة، فاللاعب الذي يجيد ويتقن مهارة التصويب بالوثب يتمتع بالقوة والثقة العالية بالنفس كونه سلاحاً مؤثراً وفعالاً ضد المنافس، والذي يصعب على المدافع إيقافه بعد أن يثب اللاعب إلى الأعلى. (علون وآخرون، 2010م، ص36)

ولضمان اصابة الهدف، يجب ملاحظة الآتي عند الأداء:

- أثناء الاقتراب في اتجاه السلة يجب أن يحتفظ اللاعب بالكرة أمام الجسم وإلى أعلى قرب الذقن.
- ثني الركبتين مع رفع العقبين والدفع للأرض بمشطي القدمين.
- يجب أن يقترب اللاعب بقدر المستطاع من السلة باستخدام خطوات كبيرة في حالة الابتعاد عنها.
- أن تكون الأصابع خلف الكرة أثناء التصويب واليد التي ستدفع الكرة مع سندها باليد الأخرى.
- أن تكون اليد المصوبة أقرب ما يمكن للسلة وفي أعلى ارتفاع لها.
- أن يكون التصويب (غير مباشر) باستعمال لوحة الهدف، بحيث توجه الكرة الى زاوية المستطيل العليا القريبة من اتجاه التصويب.
- يجب أن يركز اللاعب نظره على النقطة المحددة للتصويب أثناء توجيه الكرة بالأصابع ويتابع حركته بثني الرسغ.
- الهبوط على كلتا القدمين في وقت واحد معاً. (رزق، 2005م، ص 47).

وبضيف إسماعيل (2006م، ص19) أن المهارات الفنية تشمل:

- ثني الركبتين مع رفع العقبين ثم يدفع الأرض بمشطي القدمين ليثب لأعلى في اتجاه عمودي على الأرض.
- أثناء الوثب وضع الكرة فوق رأسه على أصابع اليد التي سوف تدفع الكرة مع سندها باليد الأخرى.
- عندما يصل الطالب إلى أقصى ارتفاع ممكن يدفع الكرة بأصابعه مع فرد الذراع للأعلى وللأمام في اتجاه الهدف ويتابع بحركة ثني الرسغ للأمام ولأسفل.
- الهبوط على كلتا القدمين في وقت واحد.



شكل (2.5): النواحي الفنية للتصويب من الوثب

(إسماعيل، 2006م، ص19)

6- الخطوات التعليمية للتصويب بالوثب:

هذا النوع من التصويب إما أن يعلم من بداية الحركة وهي من أول استلام الكرة وأخذ الخطوات للتصويب أو من نهاية الحركة التي تنتهي بالتصويب-وإني أفضل تعلم هذه المهارة من النهاية إلى البداية وذلك لأن اللاعب عندما يصوب ويصيب الهدف فإن ذلك يترك أثراً في نفس هو يكسبه ثقة في أداء المهارة ويجب أن يكررها كثيراً.

- الوثب لأعلى من المكان لمحاولة لمس لوحة الهدف بكلتا اليدين.
- الوثب لأعلى من المكان لمحاولة لمس لوحة الهدف بكلتا اليدين أكثر من مرة خلال نفس الوثبة.
- الوثب لأعلى من المكان لمحاولة لمس لوحة الهدف والحلقة والشبكة.

- التمرين السابق عقب الجري والارتقاء للوثب بكلتا القدمين.
- الجري لاستلام الكرة من الزميل والوقوف في عدة واحدة والقدمان متوازيتان للارتقاء والقفز لأعلى ثم تمرير الكرة للزميل.
- الجري لاستلام الكرة من الزميل ثم القفز لأعلى والتصويب من تحت السلة.
- يكرر التمرين السابق مع زيادة المسافة التي يصوب منها الطالب.
- المحاورة بالكرة ثم الوقوف على عدة واحدة للارتقاء والقفز لأعلى والتصويب.
- نفس التمرين السابق مع وجود منافس سلبي ثم إيجابي.
- الاندفاع وتصويب من القفز (عبد الدايم وحسانين، 1999م، ص 63)

7- الأخطاء الشائعة للتصويب بالوثب:

- عدم الاحتفاظ بالكرة أمام الجسم وإلى أعلى الرأس.
- ابتعاد اللاعب عن السلة.
- عدم وضع الأصابع خلف الكرة أثناء التصويب.
- عدم ثني الركبتين وفرد المشطين.
- الهبوط على قدم واحدة.
- عدم توجيه الكرة الى زاوية المستطيل العليا القريبة من اتجاه التصويب.
- عدم تركيز النظر على النقطة المحددة للتصويب أثناء توجيه الكرة بالأصابع. (زيدان، 1998م، ص 42)

ويرى الباحث مهارة التصويب بالوثب من أكثر المهارات شيوعاً في المباراة ومن أهم مهارات التصويب نظراً لصعوبة أدائه، فهو يحتاج الى دقة وتوازن في عملية الارتقاء مع خروج الكرة من يد اللاعب، لذلك يجب أن يكون هناك توافق عضلي عصبي في آلية الارتقاء والتصويب مع اختيار التوقيت المناسب والمكان المناسب للاعب لكي يكون التصويب ناجح.

تعقيب عام على الإطار النظري:

- تبين للباحث من خلال اطلاعه على الأدب التربوي في مجال دراسته أنه من الضروري تشخيص أساليب التدريس في التربية الرياضية في وقت مبكر من خلال توظيف برامج تعليمية مناسبة وفاعلة، حتى لا تستمر الطرق الاعتيادية مع الطالب في مراحل تعليمية متقدمة.
- وإذا تم تشخيص واكتشاف قلة استخدام الأساليب الحديثة في التدريس في وقت مبكر وبشكل سليم، فإنه من الممكن مساعدة هؤلاء الطلبة الذين يعانون من الطرق الاعتيادية في التدريس، فالطالب يحتاج إلى تعليم ملائم وقد يحتاج إلى خدمات طبية ونفسية واجتماعية وترفيهية، وعليه يجب تقديم المساعدة لهؤلاء الطلبة حتى ولو كانت في وقت متأخر فإنها تخدمهم إلى درجة ما، وتحمل جميع الجهات التي تتفاعل مع الطلبة مسؤولية تقديم المساعدة، فلكل منها دور فالجامعة والأسرة بشكل خاص مسئولتان مسؤولية تعاونية عن تقديم العون كل في نطاق الدور الذي يرسم له.
- إن إعطاء البرنامج التعليمي الأهمية القصوى من قبل المتخصصين في تعليم التربية الرياضية لم يأت من فراغ، فقد أكدت النتائج التي توصلت إليها البحوث والدراسات أنه بتدريس الطلاب عن طريق البرنامج التعليمي يصبحوا قادرين على إتقان المهارات، والمهارة تعتمد درجة إتقانها على أمرين، الأول: مدى إلمام الفرد بالمعلومات النظرية اللازمة لإتقان المهارة، والثاني: مدى ممارسة الفرد العملية لتلك المهارة واكتسابه للخبرة العملية في أداء المهارة والواقع أن اكتساب الطالب المهارة لا يمكن أن يتحقق بالمستوى المطلوب إلا إذا تحقق في المتعلم شرط اكتساب المهارة.
- وكذلك توافر رغبة وحماس الطالب لاكتساب تلك المهارة، لأنها تمثل الحافز الداخلي نحو عملية التعلم، ولكي يوجد المعلم في نفس الطالب الرغبة والحماس نحو عملية التعلم يتعين عليه مراعاة عدد من المتغيرات: أولها: شخصيته التي يجب أن تكون مقبولة ومحبوبة من قبل المتعلم، ثانيها: أسلوبه التدريسي الذي ينبغي أن يتسم بالتجديد الدائم وبالحيوية والنشاط والتفاعل التام مع الموقف والقدرة على التمثيل العملي.
- وإن من أعظم ما يثير الحماس في نفس المتعلم ويدفعه إلى المشاركة الفاعلة أثناء المحاضرة، عندما تقدم له في شكل مسابقات أو أنشطة وألعاب تمهيدية وألعاب صغيرة في صميم موضوع الدرس، من خلال المنافسة بين الطلبة ضمن مجموعات، وإذا أضيف إلى ذلك بعض الجوائز التشجيعية للمجموعات المتفوقة مما يساعد على زيادة مستوى تفاعل

ومشاركة المتعلم، الذي يؤدي في نهاية الأمر إلى اكتساب الطالب المهارة والتي تعتبر من أهم أهداف التدريس في كل محاضرة من محاضرات التربية الرياضية.

- وفي مجمل الحديث إن للبرنامج التعليمي دور مهم في العديد من المجالات ولكن يبرز هذا الدور بشكل كبير جداً في مجالات الحياة ومع هذا التطور والتقدم يتطلب البحث عن أساليب التدريس الحديثة لتذليل الصعوبات.

الفصل الثالث

الدراسات السابقة

الفصل الثالث

الدراسات السابقة

تناول الباحث في هذا الفصل الدراسات السابقة، فبعد الاطلاع على العديد من الدراسات السابقة التي تهتم بموضوع الدراسة، توصل الباحث إلى مجموعة من الدراسات المتنوعة التي تتعلق بموضوع الدراسة الحالية، وهذه الدراسات تعين الباحث على إخراج الدراسة بصورة سليمة وإلقاء الضوء على كثير من المعالم التي تفيده في دراسته، والوقوف على أهم الموضوعات التي تناولتها الدراسة، ومن خلال المسح المرجعي الذي قام به الباحث للدراسات والبحوث السابقة، التي تم تجميعها عن طريق البيئتين العربية والأجنبية، والتي تمكن من الاطلاع عليها مما توفر لديها في المكتبات المحلية والدوريات الأجنبية عبر الشبكة العنكبوتية، والمتعلقة بمجال الدراسة الحالية؛ وذلك لبيان ما وصلت إليه نتائج هذه الدراسات، والتي يهدف منها إلى الاسترشاد لأنسب الأساليب الإحصائية المناسبة للتحقق من تساؤلات الدراسة ومناقشة نتائجها، والاطلاع على الأدوات المستخدمة لقياس المتغيرات محل الدراسة، هذا بالإضافة إلى التحقق من حجم العينة المناسب لهذه الدراسة من خلال إجماع الدراسات على عينة محددة يستطيع الباحث من خلالها الاطمئنان على نتائج دراسته المنبثقة من عينة دراسته، ولقد تم استعراض الدراسات من الأحدث إلى الأقدم دون فصل الدراسات العربية عن الأجنبية، حيث بلغ إجمالي عدد الدراسات السابقة (22) دراسة عربية وأجنبية، بواقع (17) دراسة عربية، و (5) دراسات أجنبية، تراوحت فترة تطبيقها ما بين عام (2006م - 2016م).

هذا وبعد الاطلاع على الأدب التربوي تمكن الباحث من الحصول على دراسات تناولت مهارات كرة السلة منفصلة ومجمعة، وتم تناول هذه الدراسات وذلك كما يلي:

وفيما يلي عرض لهذه الدراسات الذي تم تحديدهم:

الدراسات السابقة:

1. دراسة هريدي (2016م):

هدفت الدراسة التعرف إلى برنامج تعليمي لتنمية القدرات الإدراكية الحركية وتأثيرها على مستوى أداء المهارات المنهجية في كرة السلة لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي، وقد اتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وتكونت عينة الدراسة من (86) طالباً وطالبة من طلبة الصف الثالث الأساسي بمحافظة أسيوط، اختيرت بطريقة قصدية، تم تقسيمها بالتعيين العشوائي إلى مجموعتين متساويتين (ضابطة وتجريبية)، وتكونت أداة الدراسة من اختبار القدرات الإدراكية الحركية، واختبار المهارات المنهجية في كرة السلة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات التطبيق القبلي والتطبيق البعدي لدى طلاب المجموعة التجريبية لصالح التطبيق البعدي في القدرات الإدراكية الحركية، واختبار المهارات المنهجية في كرة السلة، كما يوجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية ودرجات طلاب المجموعة الضابطة في التطبيق البعدي لصالح درجات طلاب المجموعة التجريبية في القدرات الإدراكية الحركية، واختبار المهارات المنهجية في كرة السلة.

2. دراسة عبد الحميد (2016م):

هدفت الدراسة التعرف إلى برنامج تعليمي مقترح للمهارات الهجومية في كرة السلة في ضوء أسلوب النظم وتأثيره على بعض نواتج التعلم للصف الأول الإعدادي، وقد اتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وتكونت عينة الدراسة من (40) طالبة من طلبة الصف الأول الإعدادي اختيرت بطريقة قصدية، تم تقسيمها بالتعيين العشوائي إلى مجموعتين متساويتين (ضابطة وتجريبية)، وتكونت أداة الدراسة من اختبارات مهارية في كرة السلة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى تحقيق أسلوب النظم نتائج إيجابية في القياسات البعدية عن القبالية للمجموعة التجريبية في كل من مستوى أداء المهارات الهجومية ومستوى التحصيل المعرفي لكرة السلة لتلميذات الصف الأول الإعدادي، وحقق البرنامج التعليمي المقترح لتعليم المهارات الهجومية لكرة السلة في ضوء أسلوب النظم أكثر فاعلية على نواتج التعلم (المعرفية - النفس - حركية) عن الأسلوب الاعتيادي.

وأوصت الدراسة باستخدام الوحدات التدريسية وفق أسلوب النظم في تعليم المهارات الأساسية لكرة السلة للصف الأول الإعدادي وصفوف أخرى لما يسهم به من نتائج إيجابية في تحقيق نواتج التعلم.

3. دراسة دويكات (2016م):

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى أثر برنامج تعليمي مقترح لمنحنى التغير لبعض المهارات الأساسية في كرة السلة لدى طالبات تخصص التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية. ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة مكونة من (19) طالبة من طالبات كلية التربية الرياضية ممن سجلن مساق كرة السلة (1)، حيث طبق عليهن برنامج تعليمي مقترح لبعض المهارات الأساسية في كرة السلة ولمدة (8) أسابيع، وأظهرت نتائج الدراسة أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في جميع القياسات وبين القياس الخامس (الأخير) والقياسات الأخرى لصالح القياس الخامس مما يعني ذلك أن البرنامج التعليمي المستخدم كان له الأثر الإيجابي في تحسين تطوير بعض المهارات الأساسية للطالبات في كرة السلة لجميع متغيرات الدراسة. وكانت النسبة المئوية للتغير للمتغيرات المهارية كالتالي: (1066.6%) للتمريرة الصدرية، و(840.4%) للتمريرة المرتدة، و(952.5%) لمهارة المحاورة، و(1083.3%) لمهارة الرمية الحرة، و(971.79%) لمهارة التصويبة السلمية، وأوصت الباحثة بعدة توصيات، كان من أهمها ضرورة تعميم نتائج الدراسة الحالية والبرنامج التعليمي المقترح على كليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية للاستفادة منها.

4. دراسة عوض (2016م):

هدفت الدراسة التعرف إلى تأثير استخدام بعض الأدوات المساعدة على تعلم مهارة التصويب في كرة السلة لدى تلميذات المرحلة الإعدادية، وقد اتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وتكونت عينة الدراسة من (55) طالبة من طلبة الصف الثاني الإعدادي اختيرت بطريقة قصدية، تم تقسيمها بالتعيين العشوائي إلى مجموعتين (ضابطة وتجريبية)، وتكونت أداة الدراسة من اختبارات مهارية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات التطبيق القبلي والتطبيق البعدي لدى طلاب المجموعة التجريبية لصالح التطبيق البعدي، كما يوجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية ودرجات طلاب المجموعة الضابطة في التطبيق البعدي لصالح درجات طلاب المجموعة التجريبية، وصلاحيّة استخدام بعض الأدوات المساعدة على عينة البحث ونجاحها في تعليم

مهارة التصويب في كرة السلة كما حققت الأدوات نتائج إيجابية أكثر من الطريقة المعتادة في تعليم مهارة التصويب في كرة السلة.

5. دراسة مرزوق (2015م):

هدفت الدراسة التعرف إلى تأثير استخدام أسلوب التعلم المختلط على تعلم أداء المهارات الهجومية لرياضة كرة السلة، وقد اتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وتكونت عينة الدراسة من (64) طالباً من طلبة كلية التربية بالمستوى الثالث بجامعة طنطا اختيرت بطريقة قصدية، تم تقسيمها بالتعيين العشوائي إلى مجموعتين متساويتين (ضابطة وتجريبية)، وتكونت أداة الدراسة من اختبارات بدنية ومهارية ومعرفية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات التطبيق القبلي والتطبيق البعدي لدى طلاب المجموعة التجريبية لصالح التطبيق البعدي في الاختبارات البدنية والمهارية والمعرفية، كما يوجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية ودرجات طلاب المجموعة الضابطة في التطبيق البعدي لصالح درجات طلاب المجموعة التجريبية في الاختبارات البدنية والمهارية والمعرفية.

6. دراسة محمد (2015م):

هدفت الدراسة التعرف إلى تأثير استخدام التمرينات النوعية على تعلم بعض المهارات الدفاعية في كرة السلة، وقد اتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وتكونت عينة الدراسة من (74) طالبة من طلبة كلية التربية الرياضية بالمنصورة اختيرت بطريقة قصدية، تم تقسيمها بالتعيين العشوائي إلى مجموعتين متساويتين (ضابطة وتجريبية)، وتكونت أداة الدراسة من اختبارات المهارات الدفاعية في كرة السلة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن البرنامج التعليمي المقترح أدى إلى تحسن مستوى الأداء البدني والمهاري حيث توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي وصلاحيته استخدام التمرينات النوعية على عينة البحث ونجاحها في تعلم بعض المهارات الدفاعية حقق البرنامج المقترح نتائج أكثر إيجابية من الطرق المتبعة في تعلم المهارات الدفاعية وتوجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي في المتغيرات البدنية وأوصت الدراسة بالعمل على استخدام التمرينات النوعية لما لها من تأثير إيجابي على تعلم المهارات الدفاعية وخاصة للمبتدئين وناشئي كرة السلة لما لهما من أهمية في تصحيح أخطاء الأداء المهاري وبناء المسار الحركي الصحيح لتلك المهارات ومحاولة استخدام طرق وأساليب التعليم المناسبة للارتقاء بأداء المهارات الدفاعية.

7. دراسة أبو عون (2015م):

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى أثر استخدام أسلوب التدريس المتداخل "حل المشكلات والاكتشاف الموجه" في تعلم بعض مهارات لعبة كرة السلة لدى طالبات كلية التربية البدنية والرياضة بجامعة الأقصى، واتبعت الدراسة المنهج شبه التجريبي ذي المجموعتين (تجريبية وضابطة)، وتكونت عينة الدراسة من طالبات المستوى الثاني بكلية التربية البدنية والرياضة بجامعة الأقصى للعام (2014م - 2015م) والبالغ عددهن (40) طالبة اختيرت بطريقة قصدية، واستخدمت الباحثة مجموعة من الاستمارات لقياس الاختبارات البدنية و المهارية، حيث تم تطبيق البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب التعلم المتداخل " حل المشكلات والاكتشاف الموجه " لتعليم مهارات رياضة كرة السلة (المحاورة العليا، التصويب السلمي، التمريزة الصدرية) وأهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة أثر أسلوب التدريس المتداخل "حل المشكلات والاكتشاف الموجه" على معدلات التحسن في بعض مهارات كرة السلة، حيث وصلت أعلى نسبة التحسن في مهارة التصويب السلمي إلى (29.80%) تليها مهارة المحاورة العليا وبلغت (14.22)، وأخيراً مهارة التمريزة الصدرية إلى بنسبة (13.96%)، وأوصت الباحثة بضرورة استخدام أسلوب التدريس المتداخل "حل المشكلات والاكتشاف الموجه" في تدريس مهارات كرة السلة.

8. دراسة حمدان (2014م):

هدفت الدراسة التعرف إلى تأثير استخدام أسلوب المتداخل "حل المشكلات والاكتشاف الموجه" في تعلم بعض مهارات لعبة كرة السلة (التصويب السلمي - المحاورة المنخفضة - التمريزة من خلف الظهر) لطلاب المستوى الثاني، بكلية التربية البدنية والرياضية بجامعة الأقصى، للعام الدراسي الأول (2012م-2013م) استخدم الباحث المنهج التجريبي ذا تصميم المجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، إذ اشتملت عينة الدراسة على (60) طالباً تم تقسيمهم بالتساوي إلي مجموعتين أحدهما تجريبية درست باستخدام أسلوب التعلم المتداخل "حل المشكلات والاكتشاف الموجه" والأخرى ضابطة ثم التدريس بها باستخدام الطريقة التقليدية، وأشارت أهم النتائج إلى تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في تعلم المهارات السابقة. ويوصي الباحث بإجراء المزيد من الدراسات والبحوث لاختيار اساليب حديثة في تدريس المقررات الدراسية، ومواكبة التطور الحادث في الدول المتقدمة.

9. دراسة عيد (2013م):

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى تأثير برنامج للتدريبات الموقفية على تحسين دقة التصويب للاعبين المستويات العليا لكرة السلة بدولة فلسطين، وافترض الباحث برنامج يؤدي لتحسين دقة التصويب بالنسبة (لمراكز اللعب المختلفة) وبالنسبة (التصويب السلمي - التصويب من القفز) وبالنسبة (دقة التصويبات بنقطتين وثلاث نقاط). وللكشف عن ذلك اتبع الباحث المنهج التجريبي مستخدماً تصميم مجموعته واحدة لمناسبتها لطبيعة البحث، وقد تم تطبيق البرنامج التدريبي على عينة الدراسة الأساسية المكونة من (12) لاعباً من لاعبي كرة السلة المستوى الأول للكبار لفريق خدمات البريج في فلسطين وتم تطبيق الاختبارات القبلية والبرنامج التدريبي والاختبارات البعدية وقد أظهرت نتائج الدراسة إلى أن البرنامج التدريبي حسن في دقة التصويب بنسبة بلغت (14.13%) لصالح القياس البعدي، أوصى الباحث بضرورة استخدام التدريبات الموقفية في التدريبات من قبل المدربين وضرورة تطبيق البرنامج المقترح.

10. دراسة إسماعيل (2013م):

هدفت الدراسة التعرف إلى أثر توظيف الفيديو التفاعلي في تحسين الجانب المعرفي المرتبط بمهارة التصويب في كرة السلة، وتكونت عينة الدراسة من اللاعبين الناشئين في المدارس الإعدادية بوكالة الغوث الدولية بمخيم البريج الذين تتراوح أعمارهم ما بين (14 - 16)، وعددهم (30) لاعباً، واتبع الباحث المنهج شبه التجريبي ذي المجموعتين (تجريبية وضابطة)، واتبع الباحث مجموعة من الاستمارات لقياس الاختبارات البدنية والمهارية، وأهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة أن الفيديو التفاعلي أدى إلى تحسن في مهارة التصويب (التصويب من القفز - التصويب من الرمية الحرة - التصويب السلمي) وبذلك فإن نسبة التحسن العام لجميع المهارات وصلت إلى (25.35%)، وأوصى الباحث بالاهتمام بإجراء البحوث والدراسات على باقي مهارات كرة السلة والألعاب الفردية والجماعية الأخرى لمعرفة أثر الفيديو التفاعلي في التربية الرياضية.

11. دراسة تاهارا وآخرون (Tahara et.al., 2013):

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى ارتباط التكوين الجسمي باللياقة البدنية للاعبين كرة السلة والكرة الطائرة، واتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وبلغ حجم العينة (11) لاعبة كرة سلة، (12) لاعبة كرة طائرة، وقد أظهرت أهم النتائج عدم وجود فروق في التكوين الجسمي بين لاعبات

كرة السلة والكرة الطائرة، تفوق لاعبات كرة السلة في الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين مقارنة بلاعبات الكرة الطائرة.

12. دراسة يوجاركوفاك وآخرون (Ugarkovic et.al., 2012):

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى المعايير الأنثروبومترية والتكوين الجسمي ومتغيرات القوة كمؤشر تنبؤي بأداء الوثب للرياضيين الناشئين، واتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وبلغ حجم العينة (33) لاعب كرة سلة، وقد أظهرت أهم النتائج وجود ارتباط طردي بين وزن الجسم وكتلة الجسم بدون دهن والقدرة على الوثب بلغ (71%) يمكن من خلاله التنبؤ بمستوى أداء الوثب من خلال التعرف على وزن الجسم وكتلة الجسم بدون دهن.

13. دراسة حسين وقاسم (2012م):

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى أثر استخدام أربعة أساليب تدريس في تعلم مهارة التصويب من الثبات بكرة السلة لدى طالبات كلية التربية للعلوم الإنسانية، جامعة كركوك، وتم استخدام المنهج التجريبي، وأجريت الدراسة على عينة مكونة من (88) طالبة، وتم تقسيم المتعلمين إلى أربع مجموعات؛ بواقع (22) طالبة لكل مجموعة، استخدمت المجموعة التجريبية الأولى أسلوب التضمين في التدريس، وبينما استخدمت المجموعة التجريبية الثانية نموذج الجامعات الصغيرة غير متجانسة التحصيل وبينما استخدمت المجموعة التجريبية الثالثة نموذج الجامعات الصغيرة المتجانسة التحصيل في حين استخدمت المجموعة التجريبية الرابعة أسلوب الأمري في التدريس، وبعدها تم جمع البيانات ومعالجتها إحصائياً باستخدام الوسائل الإحصائية المناسبة، وأظهرت نتائج الدراسة أن الأساليب المستخدمة أدت إلى تعلم مهارة التصويب من الثبات لدى العينة المنتخبة وتفوق الجامعات المتجانسة التحصيل، وأوصت الدراسة بضرورة استخدام أساليب التدريس الأربعة.

14. دراسة إبراهيم (2011م):

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى تأثير التدريب البصري على بعض القدرات البدنية ودقة التصويب لناشئات كرة السلة، وقد اتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وتكونت عينة الدراسة من لاعبة (26) من نادي الرواد اختيرت بطريقة قصدية، تم تقسيمها بالتعيين العشوائي إلى مجموعتين متساويتين (ضابطة وتجريبية)، وتكونت أداة الدراسة من اختبارات بدنية ومهارية وبصرية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات التطبيق القبلي والتطبيق البعدي لدى طلاب المجموعة التجريبية لصالح التطبيق البعدي في الاختبارات

البدنية والمهارية والبصرية، كما يوجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية ودرجات طلاب المجموعة الضابطة في التطبيق البعدي لصالح درجات طلاب المجموعة التجريبية.

15.دراسة حمدان (2011م):

هدفت الدراسة إلى معرفة فاعلية استخدام الفيديو التفاعلي في تطور بعض مهارات الخداع في كرة السلة، واتبع الباحث المنهج التجريبي ذي المجموعتين، وبلغ عدد أفراد العينة (14) طالباً من كلية التربية الرياضية والبدنية من جامعة الأقصى من المستوى الرابع، وكانت أدوات الدراسة عبارة عن مجموعة من مهارات الخداع بالكرة وهي (تغيير الاتجاه بالخطوة المتقاطعة، خطوة المرجحة، خداع للتصويب ثم المحاورة، خداع للتصويب ثم التصويب، المحاورة مع الارتكاز والدوران) وبدون كرة (القطع الأمامي، القطع الأمامي والعودة لنفس المكان، القطع على شكل V، القطع على شكل Z، القطع والدوران)، واستخدام الباحث اختبار ويلكوكسون للتعرف على دلالة هذه الفروق بين المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري والوزن النسبي، وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآتية وهي أن هناك فاعلية للفيديو التفاعلي في تنمية بعض مهارات الخداع في لعبة كرة السلة، ومن أهم التوصيات إجراء المزيد من الدراسات والبحوث لمعرفة فاعلية الفيديو التفاعلي في التربية الرياضية، إجراء البحوث والدراسات علي باقي مهارات كرة السلة والألعاب الفردية والجماعية الأخرى.

16.دراسة شلمبرجير (Schlumberger, 2011):

هدفت الدراسة التعرف إلى مفارقة سمبسون في كرة السلة: الرجوع إلى أمثلة التصنيفات النهائية للدوري الأمريكي للمحترفين (2011م)، وقد اتبعت الدراسة المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (عدة مباريات، وتحليلها باستخدام برنامج مفارقة سمبسون ومقارنة نسب الفرق ببعضها ومراكز اللاعبين، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن الإحصائيات التي تم تسجيلها في المباريات تعطينا فرصة لتقييم اللاعبين وتطوير قدراتهم، وتعطينا من أفضل لاعب وأفضل فريق.

17.دراسة هيروكي ومونت (Hiroki & Mont, 2010):

هدفت الدراسة التعرف إلى تحديد المعلومات لنموذج المحاكاة في كرة السلة، وقد اتبعت الدراسة المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من عدة مباريات، وتصويرها وتحليلها وتم تصوير السقوط الحر للكرة بكاميرا فيديو لتحليل مواقف محاكاة الكرة للحلقة واللوحة وتحديد

زاوية السقوط لبيان معامل الدينامكية والمحاكاة وذلك بعد معرفة وتحديد صلابة الكرة وقوة الهواء مع مراعاة احتكاك الكرة بالحلقة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى مساعدة اللاعبين على تحسين مهارة التصويب من خلال اختيار ظروف التصويب الأمثل، واختيار الوقت المناسب، والتوقع الأمثل للكرات المرتردة بمعرفة نوع التسديدة.

18.دراسة حمدان (2010م):

هدفت الدراسة التعرف إلى المواقف الشائعة للتصويب بالوثب في مباريات كرة السلة، والتعرف إلى تأثير المواقف التنافسية باستخدام التدريبات المستوحاة من اكتشاف مواقف التصويب بالوثب في كرة السلة، وتحديد نسبة التحسن لدى عينة الدراسة تبعاً لمراكز اللعب، اتبع الباحث المنهج التحليلي والمنهج الوصفي للجانب النظري والمنهج التجريبي للدراسة التجريبية باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة، تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العمدية من طلاب كلية التربية الرياضية بجامعة الأقصى والمكونة من (18) طالباً، وكانت أداة الدراسة عبارة عن اختبارات للتصويب (التقليدي، بعد التمرير، بعد خداع، بين حواجز)، وأظهرت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات اللاعبين في الاختبارات المهارية لمهارة التصويب بالوثب في التطبيقين القبلي والبعدي لصالح التطبيق البعدي، ووجود نسب تحسن في مراكز اللعب في الاختبارات المهارية لمهارة التصويب بالوثب بعد تطبيق البرنامج التدريبي المصمم من المواقف التنافسية للمباريات.

19.دراسة شبل (2010م):

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى تأثير تدريبات المنافسة على تنمية بعض المهارات الهجومية لدى ناشئي كرة السلة، وقد اتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وتكونت عينة الدراسة من (20) لاعباً من نادي طنطا الرياضي اختيرت بطريقة قصدية، تم تقسيمها بالتعيين العشوائي إلى مجموعتين متساويتين (ضابطة وتجريبية)، وتكونت أداة الدراسة من اختبارات بدنية ومهارية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات التطبيق القبلي والتطبيق البعدي لدى طلاب المجموعة التجريبية لصالح التطبيق البعدي في الاختبارات البدنية والمهارية، كما يوجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية ودرجات طلاب المجموعة الضابطة في التطبيق البعدي لصالح درجات طلاب المجموعة التجريبية.

20. دراسة شلاش (2008م):

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى تأثير استخدام أساليب التضمين والاحتواء وفحص النفس لتعلم مهاتي المناولة الصدرية والطبطة العالية بكرة السلة، والتعرف على الأسلوب الأفضل منهنما للتعلم، ولتحقيق هدف الدراسة اتبعت الباحثة المنهج التجريبي، وطُبقت الدراسة على عينة من طلاب جامعة ديالى بالعراق بلغ عددها (60) طالباً، قسمت بالتساوي إلى ثلاث مجموعات تجريبية واستخدم الباحث الاختبارات المهارية كأداة للدراسة، ولاختبار صحة فروض الدراسة عُولجت البيانات إحصائياً باستخدام اختبار (t. test)، وجاءت نتائج الدراسة لتبين أن للأساليب التدريبية التضمين (الاحتواء) والأمري وفحص النفس تأثيراً واضحاً في عملية تعلم مهاتي (المناولة الصدرية - الطبطة العالية) بكرة السلة، وذلك واضح من خلال نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة وللمجاميع الثلاثة والتي كانت لصالح الاختبارات البعديّة، وأن أسلوب التضمين (الاحتواء) أسلوب أفضل من الأسلوبين الآخرين في عملية تعلم مهاتي (المناولة الصدرية والطبطة العالية) بكرة السلة، وأن أسلوب فحص النفس تأثير أفضل من الأسلوب الأمري في تعلم مهاتي (المناولة الصدرية والطبطة العالية) بكرة السلة، وأوصى الباحث بضرورة استخدام أسلوب الاحتواء لتعلم مهاتي (المناولة الصدرية والطبطة العالية) بكرة السلة.

21. دراسة شيت وعيد (2008م):

هدفت الدراسة التعرف إلى تأثير الأسلوب التدريسي المتداخل (الأمري والتدريبي) في الاكتساب والاحتفاظ بمهاتي المحاورة والتصويب من الثبات في كرة السلة، ولتحقيق هدف الدراسة اتبع الباحث المنهج التجريبي، وطُبقت الدراسة على عينة من طلاب كلية التربية الرياضية بجامعة الموصل بواقع (40) طالباً، تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية، واستخدم الباحث الاختبارات المهارية كأداة للدراسة، ولاختبار صحة فروض الدراسة عُولجت البيانات إحصائياً باستخدام اختبار (t. test)، وجاءت نتائج الدراسة لتبين أن أسلوب التدريسي المتداخل (الأمري والتدريبي) حقق فرقاً معنوياً في الاكتساب والاحتفاظ بمهاتي المحاورة والتصويب من الثبات في كرة السلة لصالح المجموعة التجريبية، وأوصت الدراسة بضرورة استخدام أسلوب التدريس المتداخل.

22. دراسة سالفارا وآخرون (2008) (Solvara et al., 2008):

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى أثر استخدام أساليب التدريس على أهداف الطلبة واتجاهاتهم في الكرة الطائرة وكرة السلة، وتكونت عينة من (35) طالباً و(40) طالبة من طلبة

الصف السادس الأساسي تم تقسيمهم إلى أربع مجموعات: مجموعة تلقت برنامج في الرقص اليوناني بالأسلوب الأمريكي، ومجموعة تلقت برنامج في الكرة الطائرة وكرة السلة بعدة أساليب تدريسية هي: التدريبي والتبادلي والفحص الذاتي والتضميني، ومجموعة تلقت برنامج في الجمباز وكرة السلة والرقص بأسلوب الاكتشاف الموجه، ومجموعة تلقت برنامج في الجمباز بأسلوب حل المشكلة، وأظهرت النتائج أن الطلبة الذين تعلموا بالأسلوب الأمريكي أظهروا اتجاهات نحو مفهوم الأنا، كذلك أظهروا رغبتهم ليكونوا أفضل من الآخرين وكانوا قلقين من ارتكاب الأخطاء في المقابل تجاوب الطلبة في الأساليب التدريسية الأخرى بإيجابية وانخفض اتجاه الأنا لديهم وكانوا أقل قلقاً من ارتكاب الأخطاء، وأشارت النتائج إلى أن الأساليب التدريسية التي يشترك الطلبة بصنع القرار، يظهر فيها الطلبة استجابات إيجابية نحو المهمات التي يقومون بها وأشارت النتائج إلى أن المتعلمات كن أكثر دافعية من الطلاب.

تعقيب عام على الدراسات السابقة:

من خلال استعراض الباحث للدراسات التي اهتمت برياضة كرة السلة، فإنه يمكن إجمال النقاط التي توصلت إليها الدراسات العربية السابقة من حيث:

أولاً: الأهداف:

من الملاحظ أن غالبية الدراسات السابقة تناولت فاعلية البرامج التعليمية في تنمية مهارات كرة السلة لدى الطلبة، مثل دراسة (هريدي، 2016م)، ودراسة سالفارا وآخرون (Solvara et al., 2008) ودراسة (عبد الحميد، 2016م) ودراسة (عوض، 2016م) بينما تهدف الدراسة الحالية إلى فاعلية برنامج تعليمي مقترح لتنمية مهارات كرة السلة لدى طلاب جامعة الأقصى، حيث اتجه الباحث إلى اختيار هذا المجتمع وهذه العينة لشعور الباحث بأن هناك مشكلة حقيقية تعترض طرق تدريس كرة السلة، وهذا ما أكدته الدراسات السابقة، واتفقت معظم الدراسات على أهمية البرامج التعليمية في تنمية مهارات كرة السلة لدى الطلبة، وضرورة تضمينها ضمن المناهج الدراسية .

من الدراسات السابقة الدراسات الفلسطينية التي تناولت ما يخص الواقع الفلسطيني مثل دراسة (دويكات، 2016م)، ودراسة (أبو عون، 2015م) ودراسة (حمدان، 2014م) ودراسة (إسماعيل، 2013م).

ثانياً: المنهج المتبع:

من الجدير ذكره أن غالبية دراسات هذا المحور تناولت البرامج والاستراتيجيات المقترحة واستخدمت المنهج التجريبي حيث صممت التجربة باستخدام مجموعتين، الأولى تجريبية تم تدريبها على البرنامج المقترح، والثانية ضابطة لم يتم تدريبها على البرنامج.

ثالثاً: العينة:

اختلفت الدراسات السابقة في اختيارها لمجتمع كل دراسة وعينته وطرق اختيارها ويرجع ذلك لطبيعة كل دراسة وهدفها، ويلاحظ من الدراسات السابقة الاختلاف في عدد العينات فغالبيتها يتراوح عددها ما بين (12-88) فرداً، وكذلك معظم أفراد العينة من الطلاب وجميعهم تم اختيارهم بطريقة قصدية، كما أن هناك دراسات أجريت على اللاعبين مثل دراسة إسماعيل (2013م)، ودراسة شبل (2010م)، بينما استخدمت الدراسة العينة القصدية من الطلاب كما أن هناك دراسات أجريت على المباريات مثل دراسة شلمبرجير (Schlumberger, 2011)، ودراسة هيروكي ومونت (Hiroki & Mont, 2010) بينما استخدمت الدراسة العينة القصدية من الطلاب.

رابعاً: أداة الدراسة:

تنوعت الأدوات المستخدمة في الدراسات السابقة، وكان تنوعها يتفق وطبيعة تلك الدراسات، فجميع الدراسات استخدمت الاختبارات المهارية كأداة للدراسة، واستخدمت الدراسة الاختبارات المهارية كأداة لجمع البيانات.

ما تتميز به الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة:

- تعتبر هذه الدراسة الأولى في فلسطين - في حدود علم الباحث - التي تخصصت في التعرف إلى فاعلية برنامج تعليمي مقترح لتنمية مهارات كرة السلة لدى طلاب جامعة الأقصى بغزة.

أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:

لقد أمكن للباحث الاستفادة من الدراسات المرجعية السابقة فيما يلي:

- الاستفادة من الدراسات الفلسطينية فيما يخص الواقع الفلسطيني على صعيد البرامج التعليمية في تنمية مهارات كرة السلة وواقع تعليمها وأساليب وطرائق تدريسها.

- وفرت فهماً أشمل للموضوع، من خلال إلقاء الضوء على فاعلية البرامج التعليمية في تنمية مهارات كرة السلة، سواء في المناهج الجامعية أو في مجال التعليم والتربية أو في مجال التربية بما يتلاءم مع المناهج الجامعية.
- بينت الثغرات ومناطق الضعف مما أدى لاختيار مشكلة الدراسة.
- ساهمت في بناء الإطار النظري للدراسة.
- ساهمت في صياغة الأهداف ووضع التساؤلات.
- تحديد المنهج المناسب لطبيعة الدراسة وهو المنهج التجريبي
- اختيار عينة الدراسة
- تحديد مفاهيم البرامج التعليمية ومهارات كرة السلة التي تبنى عليها الدراسة.
- اختيار الأدوات الخاصة المستخدمة في الدراسة الحالية
- تحديد الخطوات المتبعة في إجراءات الدراسة سواءً من الناحية الفنية أو الإدارية.
- الاسترشاد بنتائج هذه الدراسة على ضوء نتائج الدراسات السابقة
- اختيار الأسلوب الأنسب للمعالجات الإحصائية للدرجات الخام لاستجابات عينة الدراسة

الفصل الرابع

إجراءات الدراسة الميدانية

الفصل الرابع إجراءات الدراسة

يتناول هذا الفصل عرضاً لمنهج الدراسة، ولمجتمع الدراسة وعينتها متضمناً كيفية اختيارها، والإجراءات التي تمت، ثم يتناول عرضاً تفصيلياً لكيفية بناء أدوات الدراسة وتطبيقها، يلي ذلك عرض لخطوات الدراسة، ثم الأساليب الإحصائية المستخدمة، وفيما يلي عرض لهذه الإجراءات.

منهج الدراسة:

اتبع الباحث المنهج شبه التجريبي ذي التصميم الثنائي باستخدام القياس القبلي والبعدي لمجموعتين متكافئتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية.

المنهج شبه التجريبي: "هو المنهج الذي يستخدم التجربة في إثبات الفروض واتخاذ سلسلة من الإجراءات اللازمة لضبط تأثير العوامل الأخرى غير العامل التجريبي" (عطوي، 2000م، ص193).

مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من طلاب المستوى الثاني مساق كرة السلة بكلية التربية البدنية والرياضة في جامعة الأقصى، وتتراوح أعمارهم ما بين (19-21) سنة، وعددهم (122) طالباً.

عينة الدراسة:

أجريت الدراسة على عينة قصدية قوامها (40) طالباً من طلاب المستوى الثاني مساق كرة السلة بكلية التربية البدنية والرياضة في جامعة الأقصى وتمثلت عينة الدراسة بنسبة (32.8%) من المجتمع الأصلي وزعت العينة إلى مجموعتين بالتعيين العشوائي: إحداهما ضابطة وعددها (20) طالباً وأخرى تجريبية وعددها (20) طالباً، وتم استبعاد باقي العينة نظراً لعدم وجود تجانس فيما بينهم.

ولقد عمد الباحث إلى اختيار عينته من هذه الفئة العمرية للأسباب التالية:

1- تصنيف العينة كطلاب مقرر عليهم مهارات كرة السلة في المستوى الثاني مساق كرة السلة بكلية التربية البدنية والرياضة في جامعة الأقصى

2- لم يتعرضوا لأي برنامج تعليمي آخر حتى يتم ضبط المتغيرات الدخيلة لديهم.

تجانس عينة الدراسة:

للتأكد من وقوع أفراد العينة تحت المنحنى الاعتمادي قام الباحث بإجراء التجانس بين أفراد عينة الدراسة في بعض المتغيرات المختارة، وقد تم ذلك من خلال إيجاد المتوسط الحسابي، والوسيط، والانحراف المعياري، واستخراج معامل الالتواء، والجدول (4.1) يوضح ذلك.

جدول(4.1): تجانس عينة الدراسة الكلية في كل من متغيرات معدلات النمو والمتغيرات البدنية والمتغيرات المهارية (ن = 40)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	التفطح
أولاً: المتغيرات البارامترية: (معدلات النمو)							
1	العمر الزمني	سنة	19.70	20.00	0.65	0.38	-0.636-
2	الطول	سم	176.58	177.00	6.65	0.14	1.015-
3	الوزن	كجم	66.73	70.00	8.18	0.02	-0.454-
ثانياً: المتغيرات البدنية:							
1	الوثب العمودي لسارجنت	سم	29.80	29.00	7.27	0.20	1.192-
2	دفع الكرة الطبية باليدين من الجلوس طويلاً	متر	4.32	4.20	0.42	0.34	-0.350-
3	ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف	سم	60.25	61.00	5.18	0.09	1.774-
4	العدو مسافة 30م	ثانية	5.12	5.15	0.64	-0.875-	2.48
5	الجري المتعرج	ثانية	6.08	6.00	0.47	0.32	1.302-
6	التصويب على الدوائر المتداخلة	درجة	90.28	91.00	14.67	0.05	1.270-
م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	التفطح
ثالثاً: المتغيرات المهارية:							
1	التمرير على الحائط	عدد	12.65	13	1.00	-0.517-	0.675
2	المحاورة بين الأقماع	ثانية	17.32	17.5	1.60	0.41	0.191
3	التصويب من الوثب بعد تمرير	درجة	3.10	3	0.63	0.56	1.418

يتضح من الجدول (4.1) التوصيف الإحصائي ومعامل الإلتواء لعينة الدراسة، في المتغيرات قيد الدراسة التي تتراوح ما بين (-0.875 - 0.56) مما يشير إلى تجانس العينة في تلك المتغيرات، والتي انحصرت بين (-3، +3).

أولاً: ضبط متغيرات معدلات النمو (العمر الزمني والطول والوزن):

جدول (4.2): اختبار مان وتني U Mann-Whitney Test للتعرف إلى الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في معدلات النمو (العمر الزمني والطول والوزن) (ن = 40)

المتغيرات	المجموعة	المتوسط الحسابي	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة Z	مستوى الدلالة
العمر الزمني	التجريبية	19.65	20	19.6	392	182	0.541	غير دالة
	الضابطة	19.75	20	21.4	428			
الطول	التجريبية	176.95	20	21.05	421	189	0.298	غير دالة
	الضابطة	176.20	20	19.95	399			
الوزن	التجريبية	66.40	20	20.23	404.5	194.5	0.15	غير دالة
	الضابطة	67.05	20	20.78	415.5			

القيمة الحرجة المطلقة للدرجة المعيارية عند مستوى دلالة (1.64=0.05) وعند (2.33=0.01)

يتضح من الجدول (4.2) اختبار مان وتني U Mann-Whitney Test أن قيمة "Z" غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) لجميع الاختبارات، وهذا يعني أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في جميع الاختبارات، وهذا يدل على تكافؤ المجموعتين في جميع متغيرات معدلات النمو.

ثانياً: ضبط المتغيرات البدنية:

لتحقيق التكافؤ لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة قام الباحث بإيجاد الفروق بين المجموعتين في القياس القبلي لبعض المتغيرات البدنية، وذلك كما يوضحها الجدول (4.3)

جدول (4.3): اختبار مان وتني Mann-Whitney Test U للتعرف إلى الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات البدنية (ن = 40)

المتغيرات	المجموعة	المتوسط الحسابي	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة Z	مستوى الدلالة
الوثب العمودي لسارجنت	التجريبية	28.50	20	18.68	373.5	163.5	0.992	غير دالة
	الضابطة	31.10	20	22.33	446.5			
دفع الكرة الطبية باليدين من الجلوس طويلاً	التجريبية	4.39	20	22.48	449.5	160.5	1.083	غير دالة
	الضابطة	4.26	20	18.53	370.5			
ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف	التجريبية	60.20	20	20.83	416.5	193.5	0.179	غير دالة
	الضابطة	60.30	20	20.18	403.5			
العدو مسافة 30م	التجريبية	5.17	20	20.78	415.5	194.5	0.149	غير دالة
	الضابطة	5.07	20	20.23	404.5			
الجري المتعرج	التجريبية	6.06	20	19.78	395.5	185.5	0.393	غير دالة
	الضابطة	6.10	20	21.23	424.5			
التصويب على الدوائر المتداخلة	التجريبية	91.35	20	21.28	425.5	184.5	0.421	غير دالة
	الضابطة	89.20	20	19.73	394.5			

القيمة الحرجة المطلقة للدرجة المعيارية عند مستوى دلالة ((1.64=0.05) وعند (2.33=0.01)

يتضح من الجدول (4.3) اختبار مان وتني Mann-Whitney Test U أن قيمة "Z" غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) لجميع الاختبارات، وهذا يعني أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في جميع الاختبارات، وهذا يدل على تكافؤ المجموعتين في جميع المتغيرات البدنية.

ثالثاً: ضبط المتغيرات المهارية:

لتحقيق التكافؤ لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة قام الباحث بإيجاد الفروق بين المجموعتين في القياس القبلي لبعض المتغيرات المهارية المختارة (قيد الدراسة)، وذلك كما يوضحها الجدول (4.4)

جدول(4.4): اختبار مان وتني **U Mann-Whitney Test** للتعرف إلى الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات المهارية (ن = 40)

المتغيرات	المجموعة	المتوسط الحسابي	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة Z	مستوى الدلالة
التمرير على الحائط	التجريبية	12.60	20	19.68	393.5	183.5	0.474	غير دالة
	الضابطة	12.70	20	21.08	421.5			
المحاوره بين الأقماع	التجريبية	17.08	20	19.6	392	182	0.496	غير دالة
	الضابطة	17.56	20	21.4	428			
التصويب من الوثب بعد تمرير	التجريبية	3.25	20	22.7	454	156	1.437	غير دالة
	الضابطة	2.95	20	18.3	366			

القيمة الحرجة المطلقة للدرجة المعيارية عند مستوى دلالة ((1.64=0.05) وعند (2.33=0.01)

يتضح من الجدول (4.4) اختبار مان وتني **U Mann-Whitney Test** أن قيمة "Z" غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) لجميع الاختبارات، وهذا يعني أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في جميع الاختبارات، وهذا يدل على تكافؤ المجموعتين في جميع المتغيرات المهارية المختارة (قيد الدراسة).

متغيرات الدراسة:

قام الباحث بحصر وضبط المتغيرات التي تلعب دوراً في نتائج الدراسة، وتم حصرها فيما يلي:

أ. متغيرات (معدلات النمو):

(العمر الزمني -الطول- الوزن).

ب. المتغيرات البدنية:

1. الوثب العمودي لسارجنت

2. دفع الكرة الطبية باليدين من الجلوس طويلاً

3. التصويب على الدوائر المتداخلة

4. العدو مسافة (30م).
 5. الجري المتعرج
 6. ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف
- ج. المتغيرات المهارية:
1. التمرير على الحائط
 2. التصويب من الوثب بعد تمرير
 3. المحاورة بين الأقماع

وسائل وأدوات جمع البيانات

استند الباحث لجمع المعلومات والبيانات المتعلقة بهذه الدراسة إلى الوسائل والأدوات التالية:

1. استمارة تسجيل معدلات النمو والاختبارات البدنية والمهارية الخاصة بتجانس عينة الدراسة. ملحق (4).
2. استمارة تسجيل أسماء ونتائج الاختبارات البدنية والمهارية القبلية والبعديّة لطلاب المجموعة الضابطة والتجريبية والاستطلاعية. ملحق (5).

الاختبارات البدنية والمهارية المستخدمة في الدراسة

الاختبارات البدنية:

قام الباحث بعمل استطلاع على الدراسات والمراجع لتحديد الاختبارات البدنية المرتبطة بكرة السلة وذلك كما هو موضح في دراسة كل من دراسة خميس (2007م)، ودراسة أبو عون (2015م) ودراسة عيد (2013م)، فبعد الاطلاع على المراجع والدراسات السابقة، وبعد استطلاع آراء السادة الخبراء تم التوصل إلى (6) متغيرات بدنية (اختبارات بدنية) كما هو موضح في الجدول (4.5).

جدول (4.5): القدرات البدنية والمهارية قيد الدراسة والاختبارات المستخدمة في القياس

م	القدرات البدنية والمهارية	الاختبار المستخدم	وحدة القياس	النسبة%
1	القوة المميزة بالسرعة للرجلين	الوثب العمودي لسارجنت	سم	84.6%
2	القوة المميزة بالسرعة للذراعين	دفع الكرة الطبية باليدين من الجلوس طويلاً	متر	100%
3	المرونة الأمامية	ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف	سم	92.3%
4	السرعة	العدو مسافة 30م	ثانية	100%
5	الرشاقة	الجري المتعرج	ثانية	100%

م	القدرات البدنية والمهارية	الاختبار المستخدم	وحدة القياس	النسبة%
6	الدقة	التصويب على الدوائر المتداخلة	درجة	84.6%
7	التمرير	التمرير على الحائط	عدد	100%
8	المحاورة	المحاورة بين الأقماع	ثانية	92.3%
9	التصويب	التصويب بالوثب بعد تمرير	درجة	92.3%

اختيار المساعدين:

اختار الباحث مجموعة من المساعدين من معلمي التربية الرياضية، ملحق(1)، وتم تعريفهم بجوانب الدراسة وأهدافها وكيفية قياس الاختبارات البدنية و المهارية، وتم الاستعانة بهم - أيضاً - في تجهيز الأدوات اللازمة في عملية الدراسة.

الدراسات الاستطلاعية:

الدراسة الاستطلاعية الأولى:

قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية قبل البدء بالتجربة الأصلية على عينة قوامها (6) طلاب من خارج عينة الدراسة الأساسية، وذلك بكلية التربية البدنية والرياضة على طلاب المستوى الثالث، وذلك يوم الخميس الموافق (20/10/2016م). وأسفرت نتائج الدراسة الاستطلاعية الأولى عن:

- التأكد من سلامة الأدوات والأجهزة المستخدمة في الاختبارات.
- تفهم العينة الاستطلاعية لكيفية أداء الاختبارات.
- معرفة الوقت المستغرق لإجراء الاختبارات.
- التعرف على مناسبة التدريبات المختارة وإمكانية تطبيقها.

الدراسة الاستطلاعية الثانية:

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية الثانية يوم الأحد الموافق (24/10/2016م)، وذلك على عينة قوامها (6) طلاب من خارج عينة الدراسة وهم نفس العينة الاستطلاعية الأولى وذلك بكلية التربية البدنية والرياضة على طلاب المستوى الثالث، وتضمنت الدراسة تطبيق وحدة تعليمية من البرنامج بهدف التأكد من:

- ملائمة محتوى البرنامج التعليمي للمرحلة العمرية (عينة الدراسة).
- التعرف على الصعوبات التي قد تواجه الباحث عند تطبيق البرنامج.

- التأكد من صلاحية المكان ومناسبته للبرنامج التعليمي.
- التأكد من إحكام البرنامج التعليمي وإمكانية تنفيذه.
- استيعاب الطلاب للتعليمات الفنية المرتبطة بكل تدريب.
- تحديد الزمن الذي يستغرقه لتنفيذ المهارات قيد الدراسة.
- مناسبة ترتيب استخدام التقسيمات لأسلوب التدريس بالبرنامج.

المعاملات العلمية للاختبارات المهارية

سعى الباحث إلى اعتماد الأسس العلمية في عملية تطبيق الاختبارات على الرغم من كونها اختبارات مقننة لغرض تحديد مدى عملية هذه الاختبارات المختارة وملاءمتها للمرحلة العمرية.

صدق الأداة (اختبارات الدراسة):

صدق المحكمين:

يعد الاختبار صادقاً إذا كان يقيس ما أعد لقياسه فقط، ولا يقيس غيره، ويستطيع التمييز بين الأفراد في السمة المقاسة" (عويس، 1999م، ص53).

أساسية على مدى إمكانية تمثيل الاختبار للمواقف والجوانب التي يقيسها تمثيلاً صادقاً ومتجانساً لتحقيق الهدف الذي وضع من أجله، وتم تحديد أهداف الاختبارات بشكل واضح وتفصيلي، لذا قام الباحث بعرض الاختبارات المقترحة استخدامها في تجربة الدراسة على مجموعة من المحكمين والمختصين، في مجال المناهج وطرق التدريس والاختبار والقياس ومجال رياضة كرة السلة والتدريب الرياضي؛ لإبداء آرائهم ومقترحاتهم، وقد أجمعوا بأن هذه الاختبارات تعكس الواقع الحركي والمهاري المراد قياسه ملحق (2)، وتم الاعتماد أيضاً على عدد من المصادر التي أثبتت أن هذه الاختبارات تقيس هذه الصفة.

الصدق الذاتي للأداة:

قام الباحث بتطبيق الاختبارات المهارية، والمتمثلة في (التمرير على الحائط، والمحاورة بين الأقماع، والتصويب بالوثب بعد تمرير)، وذلك على عينة استطلاعية من مجتمع الدراسة، من غير العينة الأصلية، والبالغ عددها (6) طلاب من المستوى الثاني بكلية التربية البدنية والرياضة.

أعيدت الاختبارات على نفس المجموعة بفاصل زمني قدره (6) أيام بين التطبيقين، وتم إيجاد الصدق من خلال حساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات الناتج من تطبيق الاختبار، ثم إعادة تطبيقه، والجدول (4.6) يوضح المعاملات العلمية لصدق الاختبارات.

جدول (4.6): معاملات الصدق الذاتي للاختبارات المهارية قيد الدراسة

الصدق الذاتي	معامل الثبات	المتغيرات
0.991	0.982	التمرير على الحائط
0.963	0.928	المحاورة بين الأقماع
80.99	0.997	التصويب بالوثب بعد تمرير

يتبين من الجدول (4.6) أن معاملات الصدق للاختبارات المهارية تراوحت بين (0.963 – 0.998)، وهي قيم مرتفعة تدل على أن المقياس يتسم بدرجة جيدة من الصدق الذاتي وقد تحققت عن طريق إيجاد الجذر التربيعي لمعامل الثبات.

ثبات الاختبارات:

إن الاختبار الثابت هو الذي يعطي نفس النتائج أو نتائج متقاربة إذا أعيد تطبيقه أكثر من مرة على نفس الأفراد وفي نفس الظروف (أبو علام، 2001م، ص455).

قام الباحث بحساب معامل الثبات باستخدام طريقة تطبيق الاختبار ثم إعادة تطبيقه بفاصل زمني قدره ستة أيام بين التطبيقين على نفس العينة الاستطلاعية (Test- Retest) الأولى وعددها (6) طلاب، وهي من مجتمع الدراسة، ومن خارج عينة الدراسة الأصلية المتمثلة بالمستوى الثاني بكلية التربية البدنية والرياضة، مع مراعاة توحيد نفس ظروف القياس وباستخدام نفس الأدوات والمساعدين، وتم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني باستخدام معامل الارتباط بيرسون والجدول (4.7) يوضح معاملات الثبات للاختبارات المهارية قيد الدراسة.

جدول (4.7): معاملات ثبات إعادة التطبيق للاختبارات المهارية قيد الدراسة

مستوى الدلالة	معامل الثبات	القياس الثاني		القياس الأول		وحدة القياس	المتغيرات
		ع±	س	ع±	س		
0.01	0.982	0.49	13.92	0.63	14	عدد	التمرير على الحائط
0.01	0.928	1.08	15.87	1.33	16.1	ثانية	المحاورة بين الأقماع
0.01	0.997	0.41	3.38	0.39	3.4	درجة	التصويب بالوثب بعد تمرير

قيمة ر الجدولية (درجات حرية ن=2=4) عند مستوى (0.811=0.05)، وعند مستوى (0.917=0.01)

يتبين من الجدول (4.7) أن معاملات الثبات بين درجات التطبيقين الأول والثاني للاختبارات المهارية تراوحت بين (0.928-0.997)، وهي قيم مرتفعة تدل على أن الاختبارات يتسم بدرجة جيدة من الثبات.

بناء البرنامج التعليمي المقترح:

فكرة حول البرنامج التعليمي:

يعتمد البرنامج التعليمي المقترح على سرعة الأداء للمهارات الأساسية أي إعطاء بعض التدريبات للمهارات بحساب الزمن حيث أن مهارات كرة السلة أثناء المباراة تخضع لعامل الزمن مثل قاعدة (3) ثواني والتي يجب فيها على اللاعب أن لا يبقى في المنطقة المحرمة للمنافسين أكثر من (3) ثواني متواصلة عندما يكون فريقه مسيطراً على كرة حية في المنطقة الأمامية وساعة المباراة في حالة دوران.

➤ قاعدة 5 ثواني خمسة ثواني

- يكون اللاعب الممسك لكرة حية داخل الملعب مطبقاً عليه عندما يكون منافس في وضع دفاعي قانوني فعال على مسافة لا تزيد عن (1) متر واحد.
- يجب على اللاعب المطبق عليه أن يمرر. يصوب أو يحاور بالكرة خلال (5) خمس ثواني.

➤ قاعدة 8 ثواني ثمان ثواني

- يحقق لاعب السيطرة على كرة حية في منطقتة الخلفية.
- من رمية ادخال تلمس الكرة أو تلمس بطريقة مشروعة من قبل أي لاعب في المنطقة الخلفية وتبقى السيطرة على الكرة في المنطقة الخلفية لفريق ذلك اللاعب المنفذ لرمية

الادخال، يجب على ذلك الفريق أن يتسبب في نقل الكرة الى منطقتة الأمامية بمعنى أن يتخطى نصف الملعب خلال (8) ثوان.

➤ قاعدة (24) ثانية

- يحقق لاعب السيطرة على كرة حية على أرض الملعب.
- من رمية ادخال، تلمس الكرة أو تلمس بطريقة مشروعة من قبل أي لاعب على أرض الملعب وتبقى السيطرة على الكرة لفريق ذلك اللاعب المنفذ لرمية الادخال.
- يجب على ذلك الفريق أن يحاول التصويب لإصابة ميدانية خلال (24) ثانية.
- يجب أن تترك الكرة يد (يدي) اللاعب قبل أن تنطلق اشارة ساعة التسديد.
- بعد أن تترك الكرة يد (يدي) اللاعب، يجب أن تلمس الكرة الحلقة أو أن تدخل السلة.

➤ إعادة ضبط (14) ثانية

- بعد أن لمست الكرة حلقة الفريق المنافس، يجب إعادة ضبط ساعة التسديد إلى:
 - (14) ثانية، إذا كان الفرق الذي استعاد السيطرة على الكرة هو نفس أو ذات الفريق الذي كان مسيطراً على الكرة قبل لمسها للحلقة.
- ومما سبق تم تصميم البرنامج التعليمي على سرعة الأداءات المهارية أثناء التدريب والتعليم للمهارات بكرة السلة وحساب ذلك بزمن بحيث يصل المتعلم الى اقل زمن ممكن في أداء المهارة، وهذا ينعكس بالإيجاب على الأداء الكلى للمهارة في النهاية، وهذه المهارات المستخدمة مهارة التصويب والتمرير والمحاورة بجميع أنواعها.

أهداف البرنامج التعليمي:

قام الباحث بوضع الأهداف العامة للبرنامج في ثلاثة أهداف وهي:

1. **هدف معرفي:** ويتضمن اكتساب الطلاب المعلومات من مفاهيم وحقائق مرتبطة بأهمية مهارات التمريرة الصدرية، والمحاورة المنخفضة، والتصويب من الوثب في كرة السلة، وتأثيرها على الأداء وعلى نتيجة المباريات ودورها المهم في تحديدها لمن الذى سوف يفوز في المباريات.
2. **هدف مهارى:** ويشمل اكتساب الطلاب (المجموعة التجريبية) الطريقة الصحيحة وكيفية أداء مهارات التمريرة الصدرية، والمحاورة المنخفضة، والتصويب بالوثب في كرة السلة بالطريقة النموذجية الصحيحة من خلال توظيف البرنامج التعليمي.

3. هدف وجداني: ويشمل اكتساب الطلاب (المجموعة التجريبية) اتجاهات إيجابية نحو استخدام البرنامج التعليمي في تعلم مهارات التمريرة الصدرية، والمحاورة المنخفضة، والتصويب بالوثب في كرة السلة.

أسس وضع البرنامج التعليمي:

- تحقيق الأهداف التي وضع من أجلها.
- مناسبة محتوى البرنامج للمرحلة العمرية.
- تحديد مهارات التمريرة الصدرية، والمحاورة المنخفضة، والتصويب بالوثب في كرة السلة لطلاب المستوى الثاني.
- تحديد محتوى الوحدات التعليمية وأزمنتها.
- مراعاة الفروق الفردية بين الطلاب
- مراعاة عوامل الأمن والسلامة.
- أن يتميز البرنامج بالتدرج من السهل إلى الصعب والتنويع والتشويق.
- أن يحقق مبدأ التفاعلية بين الطلاب والبرنامج.

الإمكانات اللازمة والأدوات المستخدمة لتنفيذ البرنامج:

- ملعب كرة سلة مجهز تجهيز كامل.
- أقماع
- جهاز قياس الوزن.
- شريط قياس الطول.
- كرات سلة عدد (20)
- شواخص
- ساعة توقيت الكترونية.

زمن وعدد الوحدات التعليمية للبرنامج التعليمي:

اتفقت معظم الدراسات ذات الصلة مثل خميس (2007م)، ودراسة أبو عون (2015م) ودراسة عيد (2013م) أن طلاب هذه المرحلة يحتاجون إلى ممارسة الأنشطة التي تُتيح لهم فرصة بذل أقصى ما يمكن من الوقت المخصص من خلال أنشطة تتسم بالنشاط والحيوية، وزمن الوحدة التعليمية (120 د) بواقع (2) وحدة أسبوعياً.

وبناءً على ما سبق وما قام به الباحث من مسح مرجعي للدراسات والبحوث التي تناولت تصميم البرامج التعليمية، فقد حدد الباحث مدة البرنامج شهرين (8 أسابيع، وعدد مرات التدريب الأسبوعية (2) وحدة تعليمية أسبوعياً بواقع (16) وحدة تعليمية للتجربة، وزمن الوحدة (120 د).

أجزاء الوحدة التعليمية:

اتفقت الدراسات التي أجريت في رياضة كرة السلة على أن الوحدة التعليمية تنقسم إلى ثلاثة أجزاء:

1. **جزء الإحماء والتهيئة:** ويشتمل على تمارينات التهيئة البدنية والفيولوجية لأجهزة الجسم لممارسة الأنشطة التي ستتضمنها الوحدة التعليمية وينقسم إلى ثلاثة أقسام:

أ. المقدمة والأعمال الإدارية (10د)، وتتضمن تهيئة وتجهيز لكافة الأدوات وأيضاً لتسجيل الحضور والغياب.

ب. الإحماء العام (10د)، ويشتمل على تمارينات مرونة وإطالة لتهيئة الجسم، أيضاً يشتمل على تمارينات الإحساس بالكرة.

ج. التمارينات البدنية إعداداً بدني خاص: (10 د)، ويشتمل على تمارينات شاملة ومتنوعة ومن أوضاع مختلفة، وتخدم مهارات (التمريرة الصدرية، والمحاورة المنخفضة، والتصويب بالوثب) في كرة السلة.

2. **الجزء الرئيس:** (40 د)، ويشتمل على تدريبات مختلفة خاصة بأساليب التدريس المختلفة لمهارات (التمرير الصدرية، والمحاورة المنخفضة، والتصويب بالوثب) في كرة السلة، وتشمل التدريبات المراد تحسينها والتي لها التأثير الرئيسي في تحقيق أهداف الوحدة التعليمية وذلك بالتنوع باستخدام التمارينات والأدوات اللازمة لتطبيق التمرين بحيث التدرج فيها من البسيط إلى المركب ومن السهل إلى الصعب، والتي تسهم في تطوير الحالة التدريبية للطلاب، ويمثل أكبر زمن في أجزاء الوحدة التعليمية.

3. **تدريبات الارتقاء بالمهارة:** (40 د)، ويشتمل على تدريبات مختلفة ذات مهارة عالية بأساليب التدريس المختلفة لمهارات (التمريرة الصدرية، والمحاورة المنخفضة، والتصويب بالوثب) في كرة السلة بهدف تفعيل عملية التعلم والارتقاء بمستوى الأداء المهاري في مهارات كرة السلة، وكذلك إشراك الطلاب بصورة إيجابية في العملية التعليمية والتغلب على نواحي القصور في التدريس بالطريقة الاعتيادية من خلال زيادة فاعلية التعليم ومراعاة الفروق الفردية بين المستويات المتباينة لجعل نسب كبيرة من الطلاب تصل لمستوى

الارتقاء، بما يتلاءم مع المستوى العمري وطبيعة المهارة ليصل الطلاب الي السرعة في الاداء والدقة والتركيز وانجاز المهارات في اسرع وقت ممكن.
4. **الجزء الختامي:** (10د)، ويشتمل على تمارين متنوعة مثل تمارين الاسترخاء التي تهدف الى عودة الطالب إلى حالته الطبيعية.

خطوات تنفيذ القياسات والاختبارات والبرنامج التعليمي

تم اختيار العينة الاستطلاعية وأجريت الدراسة الاستطلاعية الأولى في يوم الخميس الموافق (20/10/2016م).

- أجريت الدراسة الاستطلاعية الثانية في يوم الأحد الموافق (24/10/2016م).
- اختيار الاختبارات المهارية (التمرير الصدرية، والمحاورة المنخفضة، والتصويب بالوثب
- إجراء القياسات القبليية لمهارات (التمريرة الصدرية، والمحاورة المنخفضة، والتصويب بالوثب) على المجموعتين التجريبيية والضابطة وهم طلاب المستوى الثاني بكلية التربية البدنية والرياضة في جامعة الأقصى، وتتراوح أعمارهم ما بين (19-21) سنة، وأجريت الاختبارات في يومين متتاليين (26-27/10/2016م).
- تطبيق البرنامج التعليمي لمهارات (التمريرة الصدرية، والمحاورة المنخفضة، والتصويب بالوثب) والذي كان في الفترة من (5/11/2016م) وحتى (5/1/2017م) واستغرق تطبيق البرنامج (8) أسابيع بواقع (2) وحدة تعليمية أسبوعياً وزمن كل وحدة (120د)
- إجراء القياسات البعديية لمهارات (التمرير الصدرية، والمحاورة المنخفضة، والتصويب بالوثب) على المجموعتين التجريبيية والضابطة وأجريت القياسات في يومين متتاليين (7-8/1/2017).

تسجيل البيانات:

تم عمل المراجعة النهائية والتأكد من أداء كل طالب لجميع المحاولات في الاختبارات البدنية والاختبارات المهارية (قيد الدراسة)، وتسجيل معدلات النمو في الاستثمارات المخصصة لذلك، تمهيداً لمعالجتها إحصائياً.

المعالجات الإحصائية:

للتحقق من صحة الفروض استخدمت الباحث الأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري.
- معامل الالتواء.
- التقلطح.
- معامل الارتباط بيرسون للتأكد من الثبات.
- الجذر التربيعي للتأكد من الصدق.
- اختبار شايبيرو- ويلك لمعرفة هل البيانات تتبع التوزيع الطبيعي أم لا؟
- اختبار مان وتني Mann-Whitney Test للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات عينتين مستقلتين.
- اختبار ويلكسون للرتب Wilcoxon Signed Ranks Test للفروق بين متوسطات درجات عينتين مرتبطتين.
- مربع إيتا: لتحقق من حجم فعالية البرنامج في تحسين المتغيرات المهارية المختارة (قيد الدراسة).

الفصل الخامس

نتائج الدراسة ومناقشتها

الفصل الخامس

نتائج الدراسة ومناقشتها

لتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق أدوات الدراسة على أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة وعددهم (40) طالباً من طلاب المستوى الثاني بكلية التربية البدنية والرياضة في جامعة الأقصى مساق كرة السلة، كما تم تفرغ البيانات التي حصل عليها باستخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS، وتم استخدام اختبار "شابيرو - ويلك" (Shapiro-Wilk) لمعرفة هل البيانات تتبع التوزيع الطبيعي أم لا؟ ويستخدم في حالة أن يكون حجم العينة أقل من (50)، وهو اختبار ضروري، لأن معظم الاختبارات المعلمية تشترط أن يكون توزيع البيانات طبيعياً، وإن لم يكن التوزيع طبيعياً يمكن استخدام الاختبارات اللابارامترية (مان وتي لعينتين مستقلتين) و(ويلكسون لعينتين مرتبطتين) للعينات التي عددها أقل من (30)، ويوضح الجدول (8) نتائج الاختبار، حيث إن قيمة مستوى الدلالة لكل اختبار أقل من $(0.05 > 0.05)$ ، وهذا يدل على أن البيانات لا تتبع التوزيع الطبيعي، ويمكن استخدام الاختبارات اللابارامترية (مان وتي لعينتين مستقلتين)، و(ويلكسون لعينتين مرتبطتين) والجدول (5.1) يوضح ذلك.

جدول (5.1): اختبار التوزيع الطبيعي شابيرو- ويلك (Shapiro-Wilk)

مسلسل	المتغيرات	قيمة Z	القيمة الاحتمالية (الدلالة)
1	التمريرة الصدرية	0.961	0.01
2	المحاورة المنخفضة	0.863	0.01
3	التصويب بالوثب	0.964	0.01

بالنظر لمستوى الدلالة في العينات نجد أنه دال إحصائياً، حيث إنه أصغر من (0.01)، وبالتالي نرفض الفرض الصفري بوجود توزيع اعتدالي في الاختبارات المهارية، ونقبل الفرض البديل في عدم جود توزيع اعتدالي، وبالتالي يمكن استخدام اختبار (مان وتي لعينتين مستقلتين)، واختبار (ويلكسون لعينتين مترابطتين) اللابارامتريين.

أسئلة الدراسة:

السؤال الأول: ما مهارات كرة السلة التي ينبغي تنميتها لدى طلاب كلية التربية البدنية والرياضة بجامعة الأقصى بغزة؟

فقد تمت الإجابة على التساؤل الأول من خلال ما يلي:

1. مراجعة الأدب التربوي والدراسات الخاصة بمهارات كرة السلة المراد تنميتها لدى طلاب المستوى الثاني بكلية التربية البدنية والرياضة على وجه الخصوص.
2. تم تحديد قائمة مهارات كرة السلة اللازمة، وبعد ذلك قام الباحث بعرض القائمة على الخبراء والمحكمين والمختصين من ذوى الخبرة ملحق (3) لإبداء رأيهم في مهارات كرة السلة المراد تنميتها لدى طلاب كلية التربية البدنية والرياضة والجدول (4:5) في الفصل الرابع من الدراسة يوضح ذلك.

السؤال الثاني: هل توجد فروق ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha = 0.05$) بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية (التي تستخدم البرنامج التعليمي المقترح) في مستوى أداء مهارات كرة السلة في القياس القبلي والبعدي؟

وللإجابة عن هذا السؤال تم اختبار صحة الفرضية الأولى والتي تنص على:

يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha = 0.05$) بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في مستوى أداء مهارات كرة السلة في القياس القبلي والبعدي ولصالح البعدي.

للتحقق من هذا الفرض تمت المقارنة بين متوسطي درجات الطلاب أفراد العينة (ن=20) على اختبارات (التمريرة الصدرية، والمحاورة المنخفضة، والتصويب بالوثب) في القياسين القبلي والبعدي، باستخدام اختبار و ويلكسون للرتب Wilcoxon Signed Ranks Test للفروق بين متوسطات درجات عينتين مرتبطتين وذلك لصغر حجم العينة، كما يوضحه جدول (5.2) وجدول (5.3).

جدول (5.2): المتوسطات والانحرافات المعيارية ونسبة التحسن للمجموعة التجريبية لاختبارات (التمريرة الصدرية، والمحاورة المنخفضة، والتصويب من الوثب) للقياسين القبلي والبعدي

المتغيرات	التطبيق	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	نسبة التحسن %
التمرير على الحائط	قبلي	20	12.6	1.046	25.79
	بعدي	20	15.9	0.366	
المحاورة بين الأقدام	قبلي	20	17.08	1.554	10.40
	بعدي	20	15.3	0.733	
التصويب بالوثب	قبلي	20	3.25	0.716	14.46
	بعدي	20	3.72	0.644	

يتضح من جدول (5.2)، وجود فروق في متوسطات الدرجات ووجود تحسن بين القياسين القبلي والبعدي وذلك في اختبارات (التمريرة الصدرية، والمحاورة المنخفضة، والتصويب بالوثب) في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية؛ ولصالح القياس البعدي، حيث تراوحت نسب التحسن بين (10.40-25.79%)، ومتوسط نسبة التحسن العام للمتغيرات مجتمعةً (16.88%).

كما أدى انخفاض قيمة الانحراف المعياري للمجموعة التجريبية في التطبيق البعدي عن نظيره في التطبيق القبلي عن نظيره في التطبيق القبلي مما يشير إلى زيادة تمركز درجات الطلاب حول المتوسط، وهو يعني قلة تشتت درجات التطبيق البعدي، ويشير هذا إلى التحسن الملحوظ في مستوى الأداء في مهارات كرة السلة المتضمنة بالاختبارات. وهذا يؤكد أن البرنامج التعليمي أسهم بدرجة كبيرة في تحسين هذه المتغيرات لدى أفراد العينة.

جدول (5.3): اختبار ويلكسون للترتيب Wilcoxon Signed Ranks Test للتعرف علي دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي لدى المجموعة التجريبية في متغيرات الدراسة (ن=20)

مستوى الدلالة	قيمة الدلالة	قيمة Z	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	المتغير
0.001	0.001	3.966	0	0	0	رتب سالبة
			210	10.5	20	رتب موجبة
					0	تعادل
					20	المجموع
0.001	0.001	3.425	163	10.87	15	رتب سالبة
			8	2.67	3	رتب موجبة
					2	تعادل
					20	المجموع
0.001	0.008	2.66	11.5	11.5	1	رتب سالبة
			93.5	7.19	13	رتب موجبة
					6	تعادل
					20	المجموع

القيمة الحرجة المطلقة للدرجة المعيارية عند مستوى دلالة (1.64=0.05) وعند (2.33=0.01)

يتضح من الجدول (10) أيضاً أن قيمة (Z) دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)، حيث كانت قيمة (Z) أعلى من القيمة الحرجة عند (0.01)، والتي تبلغ (2.33)، وهذا يؤكد أن البرنامج التعليمي أسهم بدرجة كبيرة في تحسين هذه المتغيرات لدى أفراد العينة.

توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات (التمريرة الصدرية، والمحاورة المنخفضة، والتصويب بالوثب) في القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي.

وللتحقق من هذا الفرض تم حساب حجم الأثر باستخدام مربع إيتا (η^2) (منصور، 1997م، ص57)، من خلال المعادلة التالية:

$$\eta^2 = \frac{Z^2}{Z^2 + 4}$$

وعن طريق " η^2 " أمكن حساب القيمة التي تعبر عن حجم الأثر للبرنامج المقترح باستخدام المعادلة التالية:

$$D = \frac{2\sqrt{\eta^2}}{\sqrt{1 - \eta^2}}$$

جدول (5.4): الجدول المرجعي المقترح لتحديد مستويات حجم الأثر بالنسبة لكل مقياس من مقاييس حجم الأثر

حجم الأثر				الأداة المستخدمة
كبير جداً	كبير	متوسط	صغير	
1.1	0.8	0.5	0.2	D
0.20	0.14	0.06	0.01	η^2

ولقد قام الباحث بحساب حجم الأثر باستخدام المعادلات السابقة والجدول (12) يوضح حجم الأثر بواسطة كلٍ من " η^2 " ، "d".

جدول (5.5): قيمة "Z" ومربع إيتا η^2 وحجم الأثر "d" للتحقق أثر البرنامج التعليمي

حجم الأثر	قيمة d	η^2	$Z^2 + 4$	Z^2	قيمة (Z)	المتغيرات
كبير جداً	8.34	0.80	19.73	15.73	3.966	التمرير على الحائط
كبير جداً	6.33	0.75	15.73	11.73	3.425	المحاورة بين الأقسام
كبير جداً	3.98	0.64	11.08	7.08	2.66	التصويب بالوثب

يتبين من الجدول (5.5) أن أثر البرنامج التعليمي كان كبيراً على جميع متغيرات الدراسة، فقد تراوحت قيم مربع إيتا بين (0.64 – 0.80 %) للمجموعة التجريبية من أفراد العينة وهي قيم تدل على وجود أثر كبير، مما يشير إلى أثر البرنامج التعليمي الذي أسهم بدرجة كبيرة في تحسين هذه المتغيرات لدى أفراد عينة المجموعة التجريبية.

1. مناقشة نتائج الفرض الأول:

من خلال الإطار النظري، ومن واقع البيانات، واستناداً إلى حدود وطبيعة الدراسة من حيث أهدافها وفروضها والعينة والمنهج المستخدم، والأدوات والأجهزة المتاحة في هذا المجال، واسترشاداً بالمراجع العلمية والدراسات السابقة، وفي ضوء النتائج التي تم التوصل إليها، وتمت

معالجتها إحصائياً، سوف يقوم الباحث بمناقشة النتائج التي توصل إليها في ضوء العرض السابق لها.

فيما يتعلق بالفرض الأول الخاص بوجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي في مهارات (التمريرة الصدرية، والمحاورة المنخفضة، والتصويب بالوثب) لدى المجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي، وما أسفرت عنه نتائج الجداول (9، 10، 12) من وجود فروق دالة في جميع المتغيرات قيد الدراسة لصالح القياس البعدي، وأن قيمة (Z) المحسوبة أكبر من قيمة (Z) الجدولية، حيث كانت قيمة (Z) أعلى من القيمة الحرجة عند (0.05)، والتي تبلغ (1.64)، فقد تراوحت جميع قيم (Z) المحسوبة بين (2.66 - 3.966) وجميعها أعلى من قيمة (Z) الجدولية، مما يبين وجود دلالة عند مستوى (0.01)، وتراوحت نسب التحسن لمهارات (التمرير الصدرية، والمحاورة المنخفضة، والتصويب بالوثب) بين (10.40 - 25.79%)، ومتوسط نسبة التحسن العام للمتغيرات مجتمعةً (16.88%)، والتي تم حسابها بجمع نسب التحسن في مهارات (التمريرة الصدرية، والمحاورة المنخفضة، والتصويب بالوثب) قيد الدراسة وتقسيماها على عددها، وتعتبر نسبة التحسن هذه جيدة، ولذلك فإنه في ضوء هذه النتيجة يتبين أن البرنامج التعليمي الذي قام الباحث بتطبيقه على المجموعة التجريبية قد انعكس إيجاباً على تحسين مهارات (التمرير الصدرية، والمحاورة المنخفضة، والتصويب بالوثب).

ويُرجع الباحث تقدم أفراد المجموعة التجريبية في البرنامج التعليمي القائم على توظيف أساليب التدريس المختلفة، وللتنوع والتطوير المتعاقب في استعمال هذه الأساليب لاعتمادها على تنمية القدرات الإبداعية والابتكار ولتوفير عنصر الاثارة والتشويق وبثير حماس الطلاب للعمل فضلاً عن أنه أحسن وسائل التشويق والتنويع وأفضلها تأثيراً في تحقيق الفائدة من الناحية البدنية والمهارية والخبرة التربوية، كذلك تعمل أساليب التدريس المختلفة على تقوية القدرات البدنية، ويساهم في تعلم المهارة لأن المتعلم يكون فيها محور العملية التعليمية مما يزيد من دافعيته نحو عملية التعلم كما أنه يعمل على توفير وقت كافي لتطبيق وتقديم المعلومات وتصحيح الأخطاء مما أتاح فرصة أكبر للتدريب على المهارة، فضلاً عن تطوير بعض القدرات المرتبطة بمهارات (التمريرة الصدرية، والمحاورة المنخفضة، والتصويب بالوثب) كرة السلة قيد الدراسة الذي جاء نتيجة التمرينات التي يؤديها المتعلمين في جزء الإعداد البدني الخاص في كل وحدة تعليمية.

كما أن أساليب التدريس في التربية الرياضية تؤدي إلى زيادة انتباه الطالب واستثارته وتشويقه لأن ذلك يُعد من عوامل التعلم الحركي، حيث لا يوجد إتقان للتعلم إلا بوجود إثارة أو رغبة في العمل، إذ إنه يستخدم في أداء المهارات التي تسهل إمكانية تعلم الحركات الصعبة فتجعل الطالب أكثر تركيزاً على المهارات المراد تعلمها، كما أنها تساعد في التغلب على الخوف، لذلك فهو يعتبر من العوامل التربوية المهمة بالإضافة إلى دورها في مساعدة المعلم على تنويع التعليم مما يستثير ميول الطلاب لتحسين الأداء الأفضل في عملية تعلم المهارات ويؤدي إلى بناء وتطوير التصور الحركي عند الفرد المتعلم، وتحسين مواصفات الأداء، والتأثير في سرعة التعلم، وتكوين الاتجاهات الايجابية في العمل وتحسين الأداء، وتوفير وقت وجهد المعلم وتساعد الطلاب على تأدية المهارة بشكل أفضل.

ويؤكد الباحث على ما سبق بأن البرنامج التعليمي كان له الدور البارز والواضح في تحسن مهارات (التمريرة الصدرية، والمحاورة المنخفضة، والتصويب بالوثب) بكرة السلة قيد الدراسة، فتسلسل توظيف الأساليب في طريقة عرض المهارة بالتدرج العلمي الصحيح والأسلوب والطريقة التي استخدمت في توضيح المهارة بالنموذج جعلت هناك نوعاً من التشويق والإجذاب نحو الطلاب مع دور المعلم في التوجيه والإرشاد، أيضاً ما يقوم به الأسلوب من تكرار ممارسة المهارة لأكثر من مرة وبنماذج مختلفة ساعد وبشكل كبير على فهم واستيعاب المهارة، وهذا مما جعل طريقة التعلم أكثر جدية وسرعة في الاداء واستغلالاً لعامل الزمن لكي يتم الاستفادة من البرنامج التعليمي، وهذا بدوره أدى إلى نجاح البرنامج التعليمي الذي اعتمد عليه الباحث في دراسته.

ويرى الباحث أن البرنامج التعليمي المقترح بأساليب تدريس التربية الرياضية معد على أسس علمية جيدة، وأيضاً دقة تحديد الأدوات المناسبة للمرحلة العمرية، حيث راعى قدرات الطلاب مهارية وعمل على اختيار الأدوات المناسبة للمرحلة الجامعية والظروف الخاصة بطلاب المرحلة الجامعية الذين يحتاجون لبرنامج خاص يمكنهم من مواجهة القصور والعقبات التي تمنعهم من الارتقاء بمستوى مهارات (التمريرة الصدرية، والمحاورة المنخفضة، والتصويب بالوثب) بكرة السلة وتطبيقهم للبرنامج، أدى إلى ارتفاع مستوى سرعة الأداء المهاري لدى أفراد العينة عقب القياس البعدي، الذي يزيد من تكيف الطلاب، وتحسن من تركيزهم، وردود أفعالهم للتمتع بالدروس وتم بناء البرنامج التعليمي المقترح بعيداً عن الطريقة الاعتيادية في التعلم.

ويُشير الباحث أن التنويع وحسن استخدام أساليب تدريس التربية الرياضية ساهم إلى حد كبير في قدرة الطلاب على سرعة التعلم وإتقان المهارات وزيادة فاعلية الدرس، إذ إن ما

يكتسبه الطالب في المرحلة الأولى من التعلم، ينعكس إيجابياً أو سلبياً على مستوى الاحتفاظ، ولما كان الاكتساب في الوحدة التعليمية بصورة أفضل من المجموعة الضابطة الأخرى، فإن الاحتفاظ سيكون أفضل من تلك المجموعة الضابطة أيضاً وهذا يعني أنه لضمان احتفاظ واستذكار جيدين بعد مرور زمن ما على التعلم، فإن هناك حاجة لأن يتم التعلم بشكل جيد، وهذا زاد من دافعتهم نحو أداء التمارين بحماس، وأبعد عنهم عامل الملل والرتابة.

فضلاً عن ذلك فإن وجود أساليب تدريس التربية الرياضية في التمارين سوف يجبر المتعلم على المراجعة الذهنية لأدائه، طبقاً للنتيجة التي حصل عليها في الأداء، فإذا كانت النتيجة سلبية، فإنه سيعمل على تحسين أدائه من أجل الحصول على نتيجة جيدة وهذا التحسن يأتي من خلال تصحيح سرعة وارتفاع الكرة، وزاوية التنطيط ومكان ضرب الكرة والجزء المستخدم من الذراع كل تلك الأمور سوف تجعله يراجع أدائه ذهنياً، ويتصور المهارة بين ممارسة وأخرى، أو تكراراً وأخرى، وهذا يمنحه فرصة كبيرة لإتقان استجاباته الحركية التي تلزم للمهارة وذلك عن طريق تثبيتها وتنظيمها، كما يؤدي إلى بناء التصور الحركي وتطوره عند المتعلم من خلال تكرار الأداء، ويؤدي إلى إطالة تذكره لأداء المهارات الحركية بإتقان، مما يؤدي إلى الأداء الآلي، كما يساعد على تطوير الإدراك الحس حركي للمهارات، والتي تنعكس إيجابياً على دقة أداء المهارات، إذ يتوقف الإدراك الحس حركي على العديد من العمليات الفسيولوجية، والتي تشمل نشاط الجهاز العصبي والجهاز العضلي.

كما يعزو الباحث تلك الفروق والتفوق، إلى أن أفراد المجموعة التجريبية استفادت من خلال الممارسة الكثيرة في الإحساس بالكرة، وتوجيهها إلى المكان المناسب من خلال البرنامج التعليمي، إذ إن التكرار الكثير والممارسة المستمرة على مهارات (التمرير على الحائط، والمحاورة بين الأقماع، والتصويب بالوثب) بكرة السلة ساعد المتعلم على التعود على استخدام الجزء الصحيح من اليد والإحساس بالمكان الصحيح لتمرير وتصويب الكرة واعتماده على ذاته في تصحيح الأخطاء (التغذية الراجعة الذاتية)، وتأدية التمارين بوجود أدوات مختلفة، جعلت المتعلم يستخدم طرق متعددة من المعالجة الأمر، الذي يؤدي إلى ترميز وتمييز المعلومات أثناء أداء المهارة، أو المهارات المتعلمة، مما يعطي الفرصة لمعرفة أوجه التشابه والاختلاف بين المهارات المتعلمة، وهذا ضروري ومهم لتثبيت المعلومات في الذاكرة طويلة الأمد، كما أن تكرار المهمة لمدة زمنية معينة وبتكرارات كثيرة يترك أثراً أو صوراً مخزونة في ذاكرة المتعلم، وهذه الصورة تستخدم من قبل المتعلم لتعديل أو تطوير الحركات اللاحقة، إذ أن تكرار المهارة عدة مرات سيؤدي إلى تحول المعلومة من الذاكرة قصيرة الأمد إلى الذاكرة طويلة الأمد مما يجعل

سهولة استحضار واسترجاع هذه المعلومة في أي لحظة. كما أن إقبال الطلاب على البرنامج بشكل واضح لأنه تعدى إحدى وسائل الخروج من الصورة الجامدة للدرس وذلك لمناسبته لقدرات وإمكانات وحواس وانفعالات الطلاب ويساعد على إزالة الملل من نفوسهم وبالتالي الإقبال على الأداء بشكل أفضل.

وتتفق النتائج السابقة مع الدراسات السابقة التي أجريت كدراسة عيد (2013م) ودراسة أبو عون (2015م) ودراسة خميس (2007م) على أن البرنامج التعليمي أكثر جاذبية ومنتعة حيث يستمتع الطالب بحسن عملية التعلم، ويزيد من قدرتها على حل الصعوبات التي تواجهها وبالتالي تعزز عامل الثقة بالنفس في القدرة على حل المشكلات، لما لها من تأثير إيجابي في تطوير وتحسين المهارات مما أدى إلى التحسن في مهارات (التمريرة الصدرية، والمحاورة بين الأقماع، والتصويب بالوثب) بكرة السلة قيد الدراسة بشكل ملحوظ.

ويرى الباحث أن النتائج جاءت على هذا النحو للأسباب التالية:

- البرنامج كان واضح ودقيق وبه تكرر لأداء المهارات مما أدى إلى اتقان الطلاب لهذه المهارات.
- تسلسل في أداء المهارات من السهل إلى الصعب والتنوع في الأساليب والطرائق التعليمية أدى إلى تحسن المستوى.
- اتقان المهارات أدى إلى السرعة في تطبيقها، مما جعلها تؤدي بأسرع زمن ممكن.

السؤال الثالث: هل توجد فروق ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha = 0.05$) بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية (التي تستخدم البرنامج التعليمي) والمجموعة الضابطة (التي تستخدم الطريقة المعتادة) في مستوى أداء مهارات كرة السلة في القياس البعدي؟

وللإجابة عن هذا السؤال تم اختبار صحة الفرضية الثانية والتي تنص على:

يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha = 0.05$) بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية (التي تستخدم البرنامج التعليمي) والمجموعة الضابطة (التي تستخدم الطريقة المعتادة) في مستوى أداء مهارات كرة السلة في القياس البعدي ولصالح المجموعة التجريبية.

للتحقق من هذا الفرض تمت المقارنة بين متوسطي درجات الطلاب أفراد العينة ($n=40$) على اختبارات (التمرير على الحائط، والمحاورة بين الأقماع، والتصويب بالوثب) في

التطبيق البعدي، باستخدام اختبار (مان ويتي) Mann-Whitney Test للفروق بين متوسطات درجات عينتين مستقلتين وذلك لصغر حجم العينة، كما يوضحه الجدول (5.6).

جدول (5.6): اختبار مان- ويتي Mann-Whitney Test U للتعرف إلى الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة لاختبارات (التمرير على الحائط، والمحاورة بين الأقماع، والتصويب بالوثب) للتطبيق البعدي (ن = 40)

المتغيرات	المجموعة	المتوسط الحسابي	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة Z	مستوى الدلالة
التمرير على الحائط	التجريبية	15.85	20	30.2	604	6	5.53	0.01
	الضابطة	13.7	20	10.8	216			
المحاورة بين الأقماع	التجريبية	15.3	20	13.65	273	63	3.84	0.01
	الضابطة	17.16	20	27.35	547			
التصويب بالوثب	التجريبية	3.72	20	23	460	150	1.40	0.05
	الضابطة	3.25	20	18	360			

القيمة الحرجة المطلقة للدرجة المعيارية عند مستوى دلالة ((1.64=0.05) وعند (2.33=0.01)

يتضح من الجدول (5.6) اختبار مان- ويتي Mann-Whitney Test U أن قيمة "Z" دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) و (0.05) لجميع الاختبارات، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية على القياس البعدي بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة ولصالح المجموعة التجريبية، وهذا يؤكد أن البرنامج التعليمي ساهم بدرجة فاعلة في تحسين هذه المتغيرات لدى أفراد العينة.

وللتحقق من هذا الفرض تم حساب حجم الأثر باستخدام مربع إيتا (η^2) (منصور، 1997م، ص57)، من خلال المعادلة التالية:

$$H^2 = \frac{Z^2}{Z^2 + 4}$$

وعن طريق " η^2 " أمكن حساب القيمة التي تعبر عن حجم الأثر للبرنامج المقترح باستخدام المعادلة التالية:

$$D = \frac{2\sqrt{\eta^2}}{\sqrt{1 - \eta^2}}$$

جدول (5.7): الجدول المرجعي المقترح لتحديد مستويات حجم الأثر بالنسبة لكل مقياس من مقياس حجم الأثر

حجم الأثر				الأداة المستخدمة
كبير جداً	كبير	متوسط	صغير	
1.1	0.8	0.5	0.2	D
0.20	0.14	0.06	0.01	η^2

ولقد قام الباحث بحساب حجم الأثر باستخدام المعادلات السابقة والجدول (5.7) يوضح حجم الأثر بواسطة كلٍ من " η^2 "، "d".

جدول (5.8): قيمة "Z" ومربع إيتا η^2 وحجم الأثر "d" للتحقق أثر البرنامج التعليمي

حجم الأثر	قيمة d	η^2	$Z^2 + 4$	Z^2	قيمة (Z)	المتغيرات
كبير جداً	15.79	0.884	34.61	30.61	5.533	التمرير على الحائط
كبير جداً	7.84	0.79	18.73	14.73	3.838	المحاورة بين الأقسام
كبير جداً	1.34	0.33	5.95	1.95	1.396	التصويب بالوثب

يتبين من الجدول (5.8) أن أثر البرنامج التعليمي كان كبيراً على جميع متغيرات الدراسة، فقد تراوحت قيم مربع إيتا بين (0.33 – 0.884 %) للمجموعة التجريبية من أفراد العينة وهي قيم تدل على وجود أثر كبير، مما يشير إلى أثر البرنامج التعليمي الذي أسهم بدرجة كبيرة في تحسين هذه المتغيرات لدى أفراد عينة المجموعة التجريبية.

2. مناقشة نتائج الفرض الثاني:

فيما يتعلق بالفرض الثاني الخاص بوجود فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي في مهارات (التمرير الصدرية، والمحاورة المنخفضة، والتصويب بالوثب) لصالح المجموعة التجريبية، وما أسفرت عنه نتائج الجداول (13، 15) من وجود فروق دالة في جميع المتغيرات قيد الدراسة لصالح المجموعة التجريبية في القياس البعدي، وأن قيمة (Z) المحسوبة أكبر من قيمة (Z) الجدولية، حيث كانت قيمة (Z) أعلى من القيمة الحرجة عند (0.05)، والتي تبلغ (1.64)، فقد تراوحت جميع قيم (Z) المحسوبة بين (1.396 – 5.533) وجميعها أعلى من قيمة (Z) الجدولية والتي تبلغ (1.64)، مما يبين وجود دلالة إحصائية عند مستوى (0.01، 0.05)، ولذلك فإنه في ضوء هذه النتيجة يتبين أن البرنامج

التعليمي الذي قام الباحث بتطبيقه على المجموعة التجريبية قد انعكس إيجاباً على تحسين مهارات (التمريرة الصدرية ، والمحاورة المنخفضة، والتصويب بالوثب).

ويُرجع الباحث تقدم أفراد المجموعة التجريبية في البرنامج التعليمي على توظيف الأدوات والوسائل التعليمية، وللتنوع والتطوير المتعاقب في استعمال تلك الأدوات لتوفير عنصر الاثارة والتشويق وتثير حماس الطلاب للعمل فضلاً عن أنها أحسن وسائل للتشويق والتنوع وافضلها تأثيراً في تحقيق الفائدة من الناحية البدنية والمهارية والخبرة التربوية كذلك يعمل البرنامج التعليمي على تقوية القدرات البدنية وتساعد الطلاب على استخدام الفراغ.

ويعزو الباحث تقدم أفراد المجموعة التجريبية إلى البرنامج التعليمي المُعد بأساليب التدريس والتي راعت مستويات وقدرات وميول الطلاب، وذلك بتجزئة المهارة إلى أجزاء صغيرة، وبشكل متتابع تسهل عملية إدراك الحركة، أو المهارة وتسرع من فهمها وإتقانها، أيضاً احتواء أساليب تدريس التربية الرياضية على التنوع في مصادر التعلم من صور متسلسلة وأشكال ورسوم توضيحية، الأمر الذي يزيد من قدرة المتعلم على استيعاب وفهم المهارة والإسراع في عملية التعلم، بحيث يقوم بتبسيط المهارة وتحليلها، بحيث يمكن للمتعلم أن يحدث عملية تغذية راجعة لكل جزئية، وبالتالي يؤدي المهارة بالشكل المطلوب.

كذلك تحتوي أساليب تدريس التربية الرياضية على خصائص ومميزات يمكن أن ترقى بعملية تعلم المهارات الحركية، وبالتالي يعتمد الطالب على الإحساس، أو الشعور بالحركة، فالطالب هو محور العملية التعليمية، وفيه يتم مراعاة الفروق الفردية، ومساعدة الطلاب على تطوير المفهوم الذاتي لكل منهم في حدود قدراتهم، وتطوير مفردات الحركة والتعبير عن أنفسهم والابداع، وتشجيعهم على التفكير وتطوير الاتجاهات الذاتية أثناء محاولة التعلم، وهذا يعتبر أحد الأساليب الحديثة المستخدمة في تحسين وتطوير العملية التعليمية والتدريبية.

ويعزو الباحث ذلك إلى أن استخدام الطالب للتغذية الراجعة لنفسه من خلال ورقة العمل التي أعدها المدرس وهذا يساعده على زيادة فترة ممارسة الفعالية والمهارة للطالب أثناء الدرس بالإضافة إلى ذلك فان ورقة العمل تؤدي إلى تقليل زمن النشاط التعليمي عن طريق تقليل عدة مرات إعادة المعلم للمهارة لاحتواء ورقة العمل على خطوات الأداء الفني للمهارة.

وكذلك من الأمور الجوهرية في كيفية إيصال المعلومات والتي تتمركز حول الطالب نفسه وتصحيحه أخطائه سوف تزيد من تصوره الحركي وتبين له مدى التقدم والتطور الذي وصل إليه من خلال تلقي المعلومات بطريقة أخرى غير كلام المعلم بإيجاد وإبداع طرائق بغية إيصال

المعلومات إلى الطلاب، وتقليل كلام المعلم هو واحد من أهم التحديات لتحسين التدريس في التربية الرياضية " وهنا يجب على الدارسين والمدرسين التنوع في استخدام الأساليب الحديثة والمتنوعة التي تلائم المرحلة العمرية ونوع المهارة بحيث تكون ملائمة لأعمار الطلاب وقدراتهم العقلية والبدنية ولا بد من مراعاة الحالة العامة والظروف المحيطة بالدرس من أجل تحقيق الأهداف المطلوبة .

وخلاصة القول أن هذا التطور في مستوى التعلم لدى أفراد عينة البحث يرجع إلى استخدام البرنامج التعليمي ولهذا البرنامج مفهوماً مختلفاً في أداء الواجب المناط بالمتعلم حيث يتم فيه تحديد مستويات متعددة من الأداء لنفس الواجب مقسم على جميع الطلاب كل حسب إمكانيته الفنية في الأداء، يعني هذا في أي مستوى يبدأ بالأداء.

ومن هنا يتضح مهام المدرس كونه المسؤول المنفذ للعملية التعليمية من خلال استخدامه أسلوب تدريسي معين يحقق الغرض المطلوب من المفهوم التربوي أولاً باحتوائه لجميع الطلاب وبنفس الوقت يعمل على تطوير الأداء المهاري للطلاب إضافة إلى فاعلية الوحدات التعليمية باستخدام أساليب تدريس التربية الرياضية التي أسهمت في تطوير القابليات البدنية والمهارية.

ولأن عينة الدراسة من الطلاب المبتدئين، وبالتالي لأن كل ما يقدم لهم سيكون جديداً، مما يظهر مستوى التقدم بشكل واضح، لأن البرنامج التعليمي يقدم من خلالها بأسلوب جديد وطريقة تختلف عن الطريقة الاعتيادية التي قد تسبب الملل، فهي تعمل على جذب انتباه الطلاب، والاحتفاظ بنشاطهم فترة أطول، وأيضاً تعمل على مساعدتهم على معاشتهم الفعالية للظروف المحيطة بهم، وتصحيح الأخطاء أولاً بأول، مما يزيد من خبراتهم وانتباههم للدرس.

وتتفق النتائج السابقة مع الدراسات السابقة التي أجريت كدراسة عيد (2013م) ودراسة أبو عون (2015م) ودراسة خميس (2007م) على أن البرنامج التعليمي لا يتم إلا من خلال استخدام أساليب تدريسية متنوعة في عملية التدريس تحقق الغرض المنشود، لأنها عبارة عن نظرية بين المعلم والطالب والواجب الذي يقومون به ومدى تأثير ذلك في الطالب (المتعلم)، لذلك هذه النظرية تختار الأسلوب الملائم للتوصل إلى مجموعة معينة من الأهداف المرجوة، وبهذا يكون الباحث قد حقق أهدافها وفروضها.

ويخلص الباحث الأسباب التي أدت إلى الأثر الإيجابي للبرنامج:

1. الوقت: وفر البرنامج التعليمي الوقت وزاد من فرص استخدام الطالب للأدوات والوسائل التعليمية مما يعزز عملية التعلم.

2. **الفروق الفردية:** لقد ساعدت البرنامج التعليمي بشكل كبير على مراعاة الفروق الفردية بين الطلاب، إذ بين البرنامج التعليمي أن هناك طلاب استطاعوا التعلم بعدد قليل من المحاولات، إلا أن هناك طلاب احتاجوا محاولات أكثر، وبذلك خدم البرنامج التعليمي مبدأ التدرج في التعليم، وحسب مقدرة كل طالب بشكل منفرد.
3. **الجانب الصحي:** لم تحدث أي إصابة على الإطلاق، وهذا عكس ما كانت عليه الطريقة الاعتيادية.
4. **الجانب التربوي:** تلاشي الخوف عند الطلاب، وإمكانية استخدام الأدوات من قبل أكثر من طالب في ذات الوقت، دفع كل الطلاب للمشاركة في الدرس، مما ولد شعور بالتنافس بينهم، وولد شعور بالمتعة، ووفر عامل التشويق في عملية التعلم، وأصبح الطلاب يتجرؤوا على استخدام الأدوات والأجهزة بشجاعة، وتحول الخوف إلى جراءة وتغيرت النتيجة.
- ملاءمة البرنامج التعليمي للأعداد الكبيرة من الطلاب:** عندما تكون أعداد الطلاب كبيرة يتم تقسيمهم إلى صفين متقابلين، ولا شك أن هذا كان له الأثر الكبير على عملية التعلم.

أولاً: الاستنتاجات:

من خلال ما تحقق من فروض الدراسة، ووفقاً لما أشارت إليه نتائج الدراسة، وفي ضوء عرض ومناقشة النتائج، وفي حدود عينة الدراسة والأدوات المستخدمة، ومن خلال جمع المعلومات الدقيقة، تم التوصل إلى النتائج التالية:

- أثر البرنامج التعليمي على معدلات التحسن في بعض مهارات كرة السلة، حيث وصلت أعلى نسبة تحسن في مهارة التمرير على الحائط إلى (25.79%) تليها مهارة التصويب من الوثب بعد تمرير وبلغت (14.46)، وأخيراً مهارة المحاورة بين الأقماع بنسبة (10.40%)، ووصلت نسبة التحسن مجتمعة إلى (16.88%).
- يزيد البرنامج التعليمي لدى الطلاب القدرة على فهم المهارات الحركية المعقدة والصعبة
- يوفر عنصر التشويق والتعزيز والإثارة لدى الطلاب ويعمل على اختصار الزمن المخصص لتعليم المهارات.
- تنمية الإحساس الحركي عند الطلاب مما يكسب المهارات نوعاً من الحيوية.
- إن التنوع وحسن توظيف البرنامج التعليمي ساهم في قدرة الطلاب على سرعة التعلم وإتقان المهارات واستخدام القدرات العقلية قبل وأثناء تطبيق المهارات الأساسية في رياضة كرة السلة كالتصور الذهني والتحليل والتخيل.

ثانياً: التوصيات:

- في ضوء حدود عينة الدراسة وخصائصها وبعد عرض النتائج يوصي الباحث بما يلي:
- ضرورة توظيف البرنامج التعليمي، والذي تساعد في سرعة تعلم وإتقان مهارات (التمريرة الصدرية، والمحاورة المنخفضة، والتصويب من الوثب) في كرة السلة.
 - تزويد المدارس والكليات والمعاهد في محافظات غزة بالبرنامج التعليمي وذلك لتعزيز عملية التعلم والطرائق المتنوعة.
 - تعميم البرنامج التعليمي على جميع المهارات الأخرى للعبة كرة السلة.
 - تدريب المدرسين على استخدام البرنامج التعليمي.
 - نشر نتائج هذه الدراسة وخطوات تطبيق هذا البرنامج التعليمي على المدارس للاستفادة من هذه النتائج.

ثالثاً: المقترحات

- الاهتمام بإجراء البحوث والدراسات على باقي مهارات كرة السلة، والفردية الأخرى، لمعرفة فاعلية توظيف البرنامج التعليمي في التربية الرياضية.
- إجراء المزيد من الدراسات والبحوث لاختيار أساليب حديثة في تدريس المقررات الدراسية، ومواكبة التطور الحادث في الدول المتقدمة.
- الاهتمام بإجراء البحوث والدراسات على باقي الألعاب الجماعية، لمعرفة فاعلية توظيف البرنامج التعليمي في التربية الرياضية.
- الاهتمام بإجراء البحوث والدراسات على الألعاب الفردية الأخرى، لمعرفة فاعلية توظيف البرنامج التعليمي في التربية الرياضية.

المصادر والمراجع

المصادر والمراجع

القرآن الكريم

السنة النبوية

أولاً: المراجع العربية

إبراهيم، آيات. (2011م). تأثير التدريب البصري على بعض القدرات البدنية ودقة التصويب لناشئات كرة السلة (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية التربية الرياضية، جامعة الزقازيق.

إبراهيم، شعبان. (1993م). دراسة نتيجة التصويب للاعبين كرة السلة في ظروف التدريب والمنافسات (رسالة دكتوراه غير منشورة). كلية التربية الرياضية للبنين، الإسكندرية.

إسماعيل، حسن. (2013م). أثر توظيف الفيديو التفاعلي لتحسين مهارة التصويب في كرة السلة لدى اللاعبين الناشئين بمحافظة غزة (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة الأزهر، غزة.

إسماعيل، محمد. (2006م). كرة السلة تطبيقات عملية. (د.ط)، الإسكندرية: منشأة المعارف.
إسماعيل، محمد. (2003م). الأساسيات المهارية والخططية الهجومية في كرة السلة. ط2. الإسكندرية: منشأة المعارف.

إسماعيل، محمد. (1995م). الهجوم في كرة السلة. (د.ط)، الاسكندرية: منشأة المعارف.
بهجت، محمود. (2004م). أساليب التعلم للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة. ط1. القاهرة: عالم الكتب للنشر.

البيك، علي وعباس، عماد الدين. (2003م). المدرب الرياضي في الألعاب الجماعية تخطيط وتصميم البرامج والأحمال التدريبية، نظريات وتطبيقات. (د.ط). الإسكندرية: منشأة المعاهد.

جاد الله، وسام. (2006م). فاعلية التدريب البليومتري على بعض القدرات البدنية ومهارات الكرة الطائرة للناشئين بدولة فلسطين (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة الإسكندرية، مصر.

أبو جابر، ماجد. (1995م). تصميم التعليم ومفهومه وأساسه ومبادئه. تكنولوجيا التعليم سلسلة دراسات وبحوث، مصر: الجمعية المصرية لتكنولوجيا التعليم.

الحايك، صادق والحموري، وليد. (2005م). درجة تفضيل طلبة كلية التربية الرياضية لأساليب التدريس المستخدمة في تدريس مناهج كرة السلة والعباب المضرب واتجاهاتهم نحوها. مجلة العلوم التربوية والنفسية - جامعة البحرين، 6 (3)، 200-223.

حسب الله، على وآخرون. (2002م). الحديث في طرق تدريس كرة السلة. (د.ط.). القاهرة: مؤسسة العبير للطباعة.

حسن، جمال وآخرون. (1991م). تدريس التربية الرياضية. (د.ط.). بغداد: وزارة التعليم العالي والبحث

حسن، زكي. (2012م). الاستراتيجيات الحديثة في تدريس المهارات الأساسية في الكرة الطائرة. (د.ط.). مصر: دار الكتاب الحديث.

حسين، أمينة وقاسم، فريق. (2012م). أثر استخدام أربعة أساليب تدريس في تعلم مهارة التصويب من الثبات بكرة السلة لدى طالبات كلية التربية للعلوم. مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية، 12 (2)، 1-22.

حماد، مفتي. (2002م). المهارات الرياضية أسس التعلم والتدريب والدليل المصور. (د.ط.). القاهرة: مركز الكتاب للنشر.

حمدان، أحمد. (2010م). المواقف الشائعة للتصويب بالوثب في مباريات كرة السلة، والتعرف إلى تأثير المواقف التنافسية باستخدام التدريبات المستوحاة من اكتشاف مواقف التصويب بالوثب في كرة السلة. مجلة جامعة النجاح للأبحاث - العلوم الإنسانية، 24 (10)، 3035-3078.

حمدان، أحمد. (2014م). تأثير استخدام أسلوب التدريس المتداخل في تعلم بعض مهارات لعبة كرة السلة. مجلة جامعة الأقصى، 2 (1)، 51-82.

حمدان، أحمد. (2011م). فاعلية استخدام الفيديو التفاعلي في تطوير بعض مهارات الخداع في كرة السلة لدى طلاب التربية البدنية والرياضية بجامعة الأقصى. مجلة الراقدین للعلوم الرياضية، جامعة الموصل، 18 (58)، 241-255.

خميس، إسماعيل. (2007م). فاعلية برنامج تعليمي لمواجهة صعوبات التعلم التي تواجه التلاميذ أثناء تعليم مهارات كرة السلة (رسالة دكتوراه غير منشورة). جامعة حلوان، القاهرة.

خير الله، سيد والكناني، ممدوح. (1996م). سيكولوجية اللعب بين النظرية والتطبيق. (د.ط.). القاهرة: دار النهضة العربية.

الدياسطي، عصام الدين والدياسطي، وائل. (2000م). كرة السلة تطبيقات عملية وطرق التدريس والتعلم. ط2. القاهرة: شركة الماجيري للطباعة والنشر.

الدياسطي، عصام الدين. (1996م). كرة السلة والقانون الدولي لكرة السلة تطبيقات عملية، كلية التربية الرياضية بالهرم.

الديري، علي. (1993م). مناهج التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق. (د.ط.). عمان: دار الفرقان للنشر.

الديري، علي. (1997م). أساليب تدريس التربية الرياضية. (د.ط.). الأردن: دار الأول للطباعة والنشر.

دويكات، أسماء عباس. (2016م). أثر برنامج تعليمي مقترح لمنحنى التغيير لبعض المهارات الأساسية في كرة السلة لدى طالبات تخصص التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية (رسالة دكتوراه غير منشورة). جامعة النجاح الوطنية، نابلس.

راتب، أسامة. (1997م). احتراق الرياضي بين ضغوط التدريب والإجهاد الانفعالي. (د.ط.). القاهرة: دار الفكر العربي.

رزق، إيمان (2005م). فاعلية استخدام بعض معينات التعلم على مهارة التصويب في كرة السلة (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة الإسكندرية، مصر.

رضا، إسماعيل. (2008م). تأثير استخدام بعض أساليب تدريس التربية الرياضية في تعلم بعض مهارات كرة اليد، مجلة علوم التربية الرياضية، 1 (9)، 1-33.

الزيات، فتحي. (1998م). صعوبات التعلم الأسس النظرية والتشخيصية والعلاجية، ط1. القاهرة: دار النشر للجامعات.

زيتون، كمال. (2003م). التدريس لذوي الاحتياجات الخاصة. ط1. القاهرة: عالم الكتب للنشر.

زيدان، مصطفى وموسى، جمال. (2004م). تعليم ناشئي كرة السلة، ط2. القاهرة: دار الفكر العربي.

زيدان، مصطفى. (1998م). كرة السلة للمدرب والمدرس. (د.ط.). القاهرة: دار الفكر العربي.

سالم، مختار. (1991م). مع كرة السلة. (د.ط.). بيروت: مؤسسة المعارف.

سليمان، منتصر. (2007م). فعالية التدريب على العزو السببي وما وراء الذاكرة، وأثره في تحسين الدافعية الأكاديمية، والكفاءة الذاتية، والفهم القرائي لدى تلاميذ ذوي صعوبات التعلم (رسالة دكتوراه غير منشورة). جامعة أسيوط، القاهرة.

السيد، عاطف. (2000م). تكنولوجيا التعليم والمعلومات واستخدام الكمبيوتر والفيديو في التعليم والتعلم. (د.ط.). الإسكندرية: مطبعة رمضان وأولاده.

شبل، أحمد. (2010م). تأثير تدريبات المنافسة على تنمية بعض المهارات الهجومية لدى ناشئي كرة السلة (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة طنطا، القاهرة.

الشخريتي، سوسن. (2009م). أثر برنامج مقترح في تنمية بعض مهارات القراءة لدى تلاميذ الصف الثالث الأساسي في مدارس وكالة الغوث الدولية بشمال غزة (رسالة ماجستير غير منشورة). الجامعة الإسلامية غزة.

شلاش، بشائر (2008م). تأثير استخدام أسلوب التضمين (الاحتواء) وفحص النفس لتعلم مهارتي المناولة الصدرية والطبوبة العالية بكرة السلة. مجلة علوم التربية الرياضية، 5 (1)، 16-38.

شلس، نجاح ومحمود، أكرم. (1993م). اتعلم الحركي. (د.ط.). العراق: جامعة البصرة.

شيت، اياد وعيد، زياد. (2008م). الأسلوب التدريسي المتداخل في الاكتساب والاحتفاظ بمهارتي المحاور والتصويب من الثبات في كرة السلة. مجلة الرافدين للعلوم الرياضية، 48 (14)، 25 - 44.

صالح، أحمد. (2011م). فاعلية برنامج تدريبي مقترح لتحسين القدرات البدنية الخاصة بمهارة الضربة الهجومية لدى ناشئي الكرة الطائرة في شمال غزة (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة الأزهر، غزة.

صالح، أحمد. (2014م). فاعلية برنامج تعليمي مقترح لمواجهة صعوبات التعلم لمهارة الضربة الساحقة في الكرة الطائرة لدى طلاب المرحلة الثانوية (رسالة دكتوراه غير منشورة). معهد البحوث والدراسات العربية، القاهرة.

صالح، أحمد. (2015م). فاعلية برنامج تعليمي مقترح لمواجهة صعوبات التعلم لمهارة الضربة الساحقة في الكرة الطائرة لدى طلاب المرحلة الثانوية، مجلة جامعة الأزهر- غزة (سلسلة العلوم الإنسانية) 17 (1)، 458-437.

الصوفي، عبد الله. (2000م). معجم التقنيات التربوية. ط2. عمان: دار المسرة للتوزيع والنشر.

عبد الحميد، ايناس (2016م). برنامج تعليمي مقترح للمهارات الهجومية في كرة السلة في ضوء أسلوب النظم وتأثيره على بعض نواتج التعلم للصف الاول الإعدادي. (رسالة ماجستير غير منشورة) جامعة الإسكندرية، مصر.

عبد الدايم، محمد وحسانين، محمد صبحي. (1999م). الحديث في كرة السلة الاسس العلمية والتطبيقية (تعليم -تدريب-قياس-انتقاء-قانون). ط2. القاهرة: دار الفكر العربي.

عبد الكريم، عفاف. (1990م). التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضة أساليب- استراتيجيات - تقويم. (د.ط). الإسكندرية: منشأة المعارف.

عبد الكريم، عفاف. (1996م). التدريس للتعلم في التربية الرياضية والبدنية. (د.ط). الإسكندرية: مطبعة منشأة المعارف.

عبد اللطيف، سالي. (2001م). تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات على تعلم بعض مهارات السلاح والهوكي لدى طالبات كلية التربية الرياضية (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة طنطا، مصر.

عبد الله، معين. (2005م). فاعلية استخدام معلمي التربية الرياضية لأسلوب التدريس العلاجي لنوعي صعوبات التعلم الحركي في درس التربية الرياضية (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية التربية الرياضية، القاهرة.

عبد الله، مؤيد وحمودان، فايز. (1999م). كرة السلة. ط2. العراق: دار الكتاب للطباعة والنشر.

عثمان، عثمان وعثمان، هشام. (2004م). تأثير برنامج تعليمي باستخدام أسلوب الهيربرميديا على تعلم بعض المهارات بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية". مجلة علوم وفنون الرياضة، 20 (1)، 210-229.

العزة، سعيد (2002م). صعوبات التعلم المفهوم - التشخيص - الأسباب. (د.ط). عمان: الدار العلمية الدولية ودار الثقافة.

عطية، إبراهيم. (1994م). صعوبات تعلم تلاميذ الصف الخامس الابتدائي لموضوعات الكسور في منهج الرياضيات بالمملكة العربية السعودية مجلة دراسات في المناهج وطرق التدريس، العدد (28).

عطوي، أحمد جودت. (2000م). أساليب البحث العلمي مفاهيمه-أدواته-طرقه الإحصائية، ط1، عمان. دار الثقافة للنشر والتوزيع، والدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع.

عويس، خير الدين. (1999م). دليل البحث العلمي، القاهرة: دار الفكر العربي.

أبو علام، رجاء محمود. (2001م). مناهج البحث العلمي. ط3. دار النشر للجامعات، مصر.

علاوي، محمد. (1998م). علم النفس الرياضي. (د.ط)، القاهرة: دار المعارف.

علون، عبد الأمير وآخرون. (2010م). دراسة مقارنة في الشغل العمودي المنجز وزاوية إطلاق الكرة بين التصويب الناجح والفاشل المحتسب بثلاث نقاط بكرة السلة، مجلة ميسان لعلوم التربية الحديثة، العدد (3).

علي، شيماء. (2010م). تأثير برنامج مقترح على مستوى أداء بعض مهارات كرة السلة لذوي صعوبات التعلم فئة الدسبركسيا. (رسالة ماجستير غير منشورة) جامعة حلوان، القاهرة.

عوض، زينب الحديدي (2016م). تأثير استخدام بعض الأدوات المساعدة على تعلم مهارة التصويب في كرة السلة لدى تلميذات المرحلة الإعدادية (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة المنصورة، القاهرة.

أبو عون، شيرين. (2015م). أثر استخدام أسلوب التدريس المتداخل "حل المشكلات والاكتشاف الموجه" في تعلم بعض مهارات لعبة كرة السلة لدى طالبات كلية التربية البدنية والرياضة بجامعة الأفضى (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة الأزهر، غزة.

عيد، محمد. (2013م). تأثير برنامج للتدريبات الموقفية على تحسين دقة التصويب للاعبين المستويات العليا لكرة السلة بدولة فلسطين (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة الإسكندرية، مصر.

فرج، إيلين. (1996م). خبرات في ألعاب الصغار والكبار. (د.ط.). الإسكندرية: منشأة المعارف.

فوزي، أحمد وسلامة، محمد. (1996م). كرة السلة للناشئين. ط3. الإسكندرية: الفنية للطباعة والنشر.

فوزي، أحمد. (2003م). مبادئ علم النفس الرياضي. (د.ط.). القاهرة، دار الفكر العربي. القدومي، عبد الناصر وآخرون. (2002م). دليل المعلم في التربية الرياضية للصف الثامن الأساسي، رام الله: منشورات وزارة التربية والتعليم الفلسطينية، مركز المناهج.

اللقاني، أحمد والجمال، علي. (1996م). معجم المصطلحات التربوية المعرفية في المناهج وطرق التدريس. (د.ط.). القاهرة: عالم الكتب.

محجوب، وجيه حسين. (2007م). التعلم الحركي. الأردن: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع. مرزوق، السيد يسن. (2016م). تأثير استخدام أسلوب التعلم المختلط على تعلم أداء المهارات الهجومية لرياضة كرة السلة (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة طنطا، مصر.

مسلط، سمير. (1999م). البايومتك الرياضي. ط2. الموصل: دار الكتاب للطباعة والنشر.

المطوع، بدر وبيدر، سهير. (2006م). التربية البدنية مناهجها وطرق تدريسها، الجمعية الكويتية للدراسات والبحوث التخصصية، القاهرة: مركز الكتاب.

معوض، حسن. (1994م). كرة السلة للجميع. ط6. القاهرة: دار الفكر العربي.

الناشف، سلمى (2003م). تصميم البرامج التعليمية لأطفال ما قبل المدرسة. (د.ط.). القاهرة: دار الكتاب الحديث.

النداف، عبد السلام. (2004م). أثر استخدام ثلاثة أساليب تدريسية على مستوى وتكرار أداء مهارتي الإرسال الطويل والإرسال القصير في الريشة الطائرة. مجلة دراسات: العلوم التربوية، 1 (31)، 88-104.

النمر، عبد العزيز و السيد، مدحت صالح (1998م). كرة السلة، القاهرة، الأمانة للنشر والتوزيع .

أبو نمر، محمد وآخرون. (2012م). التربية الرياضية وطرائق تدريسها، عمان: منشورات جامعة القدس المفتوحة.

هريدي، أحمد. (2016م). برنامج تعليمي لتنمية القدرات الادراكية الحركية وتأثيرها على مستوى أداء المهارات المنهجية في كرة السلة لتلاميذ الحلقة الاولى من التعليم الأساسي. (رسالة ماجستير غير منشورة) جامعة أسيوط، مصر.

(د.م). (1998م)، القانون الدولي لكرة السلة. القاهرة: دار نوبار للطباعة.

ثالثاً: المراجع الأجنبية

- Fay. T & Way .c.(1994). *Winning Basketball for Girls, library of 30 Congress cataloging in publication data U.S.A.*
- Hiroki, H. & Mont, O. (21 march 2010). *Identification of basketball parameters for a simulation model*. Paper presented to 8th Conference of the International Sports Engineering Association (ISEA).
- Icol, A. (2000). *Building based with computer-assisted vs. teacher-assisted* .Teacher education Quarterly.
- Kelly ,B. Gersten, R., & Carnine D. (1990). Student error patterns as a function of curriculum design: Teaching fractions to remedial high school students and high school students with learning disabilities. *Journal of Learning Disabilities*, 23(1), 23-29.
- Licht B. (1988). basic research and treatment of learning disabilities. *Journal of Learning Disabilities*, 21 (5), 260.
- Mosston, M & Ashworth, S. (1994). *Teaching Physical Education*. 4^{ed}, Macmillan College.
- Sandeep. K. & Barkha. (2011). Relationship among Selected Biomechanical Variables with Lay Up Shot Performance of Basketball Players ‘VSRD Technical & Non- Technical *JOURNAL ‘VSRD-TNTJ*, 2 (5), 2011, 229-233 Available ONLINE
- Schlumberger, G. (2011). Simpson's Paradox and Other Reversals in Basketball: Examples from 2011 NBA Playoffs International *Journal of Sports Science and Engineering*, 5 (3), 145-154
- Solvara. M, et.al., (2006). *School of education innov- tion and teacher preparation*, Retrived: 16 Feb 2016, from: www. Access my library. Usa-gymnastics.
- John P. Mc Cartby, Hr (1996). *Youth Basketball the guide for coaches & parents*, 2nd Ed., Batter way Books.
- Jeryv. K. (2001). *Basketball shills* leisure press, U.S.A.
- Tahara,Y. et.al., (2013). Body composition and physical fitness of female volleyball and basketball players of the Japan inter-high school championship teams. *J Physiol Anthropol Appl Human Sci*. 22(4), 195-201

- Ugarkovic, D. et.al., (2012). Standard anthropometric, body composition, and strength variables as predictors of jumping performance in elite junior athletes. *J Strength Cond Res.* 16 (2), 227-30.
- Wiksten, D., L.(1998). The effectiveness of an interactive computer program versus traditional lecture in athletic training education, *Dallas Journal of athletic training, refs.* 29 P. (238-243), U. S. A. July / Sept. 1998.

الملاحق

الملاحق

ملحق (1): أسماء السادة الخبراء الذين تم الاستعانة بهم في تحكيم أدوات الدراسة

م	الاسم	الوظيفة
1.	أ.د. عزو عفانة	أستاذ المناهج وطرق التدريس بالجامعة الاسلامية بغزة
2.	أ.د. محمد أبو شقير	أستاذ المناهج وطرق التدريس ونائب عميد كلية التربية بالجامعة الاسلامية بغزة
3.	أ.د. صلاح الناقه	أستاذ المناهج وطرق التدريس بالجامعة الاسلامية بغزة
4.	د. صادق فروانة	أستاذ مساعد بالمناهج وطرق التدريس ورئيس قسم المناهج بالجامعة الاسلامية بغزة
5.	د. نبيل دخان	أستاذ مساعد علم النفس ورئيس قسم علم النفس بالجامعة الاسلامية بغزة
6.	د. محمد حسين العجوري	أستاذ التدريب الرياضي المساعد بكلية التربية البدنية والرياضة في جامعة الأقصى
7.	د. أحمد فارس صالح	أستاذ مشارك المناهج وطرق التدريس المساعد بجامعة القدس المفتوحة-شمال غزة
8.	د. محمد حسين أبو عودة	أستاذ التدريب الرياضي المساعد ومعلم بمدارس وزارة التربية والتعليم.
9.	د. محمد إسماعيل عيد	دكتوراه في التربية الرياضية (تخصص كرة سلة) ومدرب لكرة السلة.
10.	د. حسين أبو شرار	أستاذ التدريب الرياضي المساعد بكلية التربية البدنية والرياضة في جامعة الأقصى
11.	د. نادر إسماعيل حلاوة	أستاذ التدريب الرياضي المساعد بكلية التربية البدنية والرياضة في جامعة الأقصى
12.	د. وسام موسى جادالله	أستاذ التدريب الرياضي المساعد بكلية التربية البدنية والرياضة في الكلية الجامعية
13.	حسن يحيي إسماعيل	ماجستير كرة سلة ومعلم بمدارس وزارة التربية والتعليم.

ملحق (2): نموذج استمارة استطلاع رأى الخبراء لتحديد أهم الاختبارات البدنية لمهارات
التمريرة الصدرية والمحاورة المنخفضة والتصويب بالوثب في رياضة كرة السلة

السيد الدكتور: تحية طيبة وبعد،،

يقوم الباحث / مؤمن رمضان العزازي.

بإجراء دراسة تهدف الى التعرف على: " فاعلية برنامج تعليمي مقترح لتنمية مهارات كرة
السلة لدى طلاب كلية التربية البدنية والرياضة بجامعة الأقصى بغزة " ، وذلك ضمن متطلبات
الحصول على درجة الماجستير في المناهج وطرق التدريس بالجامعة الإسلامية بغزة، فالرجاء
من سيادتكم المساهمة بأفكاركم البناءة في تحديد أهم الاختبارات البدنية لمهارات التمريرة
الصدرية والمحاورة المنخفضة والتصويب بالوثب في رياضة كرة السلة للفئة العمرية (19 -21)
سنة لتكون ضمن محتوى البرنامج، وذلك من وجهة نظر سيادتكم.

وتفضلوا سيادتكم بقبول التقدير والاحترام،،

م	المتغير البدني	العناصر المنبثقة عن المتغير البدني	الاختبارات البدنية	أوافق	أوافق بشدة	لا أوافق
1	القوة المميزة بالسرعة	القدرة للرجلين	الوثب العمودي من الحركة.			
			الوثب العمودي لسارجنت من الثبات.			
	الوثب العريض من الثبات.					
	القدرة للذراعين العضلية للرجلين القدرة العضلية الذراعين	دفع كرة طبية(1.5) كغم باليدين من الجلوس طويلاً.				
رمي كرة طبية لأبعد مسافة بيد واحدة وزن (1.5) كجم.						
2	المرونة		ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف.			
			رفع الجذع خلفاً من الانبطاح.			
			رفع المنكبين خلفاً من الانبطاح.			
			ثني الجذع أماماً من الجلوس طويلاً			
3	السرعة		سرعة دوران الذراع حول السلة.			

م	المتغير البدني	العناصر المنبثقة عن المتغير البدني	الاختبارات البدنية	أوافق	أوافق بشدة	لا أوافق
4	الرشاقة		الجري في المكان مدة (15) ث			
			العدو لمسافة (30) متر.			
			الجري متعدد الاتجاهات.			
			لمس المستطيلات الأربعة.			
			جري المتعرج.			
			الجري اللولبي .			
			الجري الارتدادي الجانبي .			
			الجري مختلف الأبعاد (9+3+6+3+9).			
5	الدقة		الجري المكوكي (5×5م).			
			التصويب على الدوائر المتداخلة.			
			التصويب على المستطيلات المتداخلة.			
			ضرب الكرة إلى مركز محدد على هدف صغير			
			التصويب على مربع في (30) ث			

آراء أخرى يمكن اضافتها:

.....

.....

.....

اختبارات القدرات البدنية والمهارية المستخدمة في الدراسة

الاختبار الأول: اختبار الوثب العمودي

- **الهدف:** اختبار قياس القدرة الرياضية للرجلين معاً.
 - **مستوى السن:** من (9) سنوات إلى ما بعد البلوغ.
 - **الجنس:** يصلح هذا الاختبار للبنين والبنات.
 - **الأدوات والأجهزة:** عصا مترية للقياس - قطع من الطباشير - حائط أملس بارتفاع (12) قدماً.
 - **التعليمات:**
 - يقف المختبر بإحدى جانبيه مواجه الحائط، والكعبين معاً، مع مسك الطباشير بيده القريبة من الحائط مع الاحتفاظ بكعبيه على الأرض. ويضع علامة بالطباشير على الحائط في أعلى مكان تصل إليه الطباشيرة التي بين أصابع يديه.
 - يقوم المختبر بثني الركبتين لأسفل مع الاستمرار في رفع يده إلى أعلى.
 - يقوم المختبر بالوثب لأعلى بقدر المستطاع ويضع علامة أخرى بنفس اليد في أعلى مكان وصل إليه بالقفز لأعلى مع الاحتفاظ باستقامة جسمه.
 - **حساب الدرجة:**
 - يعطى المختبر من ثلاث إلى خمس محاولات متتالية:
 - تحتسب عدد البوصات أو السننيمترات بين العلامة التي سجلها المختبر عند وقوفه على الأرض والعلامة المسجلة لأحسن محاولة في القفز لأعلى ويتم القياس لأقرب نصف بوصة.
 - **تعليمات إضافية:**
 - عدم أداء محاولتين أو اهتزازات متكررة للاستعداد للوثب لأعلى.
 - أن تكون الطباشيرة عند أصبعه الأوسط والذراع الأخرى بجانب الجسم.
- يقوم المختبر بثني الركبتين لأخذ الدفعة للوثب لأعلى. (فرحات، 2007م، ص 228)

الاختبار الثاني: دفع الكرة الطبية باليدين

- الغرض من الاختبار: قياس القدرة للذراعين وحزام الكتفين.
- مستوى السن: من (12) سنة حتى الجامعة.
- الجنس: للبنين والبنات.
- الأدوات والأجهزة:
 - كرة طبية (4) كيلو جرام.
 - علامات من الطباشير أو شريط لاصق.
 - حبل صغير – كرسي – شريط قياس.
- التعليمات:
 - من وضع الجلوس على الكرسي والظهر مستقيماً.
 - يتم مسك الكرة الطبية باليدين أمام الصدر وأسفل الذقن.
 - يتم ربط المختبر بالحبل حول صدره ويمسك من خلف الكرسي وذلك لمنع حركة الجسم للأمام مع الكرة.
 - يتم دفع الكرة للأمام باليدين.
- * حساب الدرجة:
 - تحسب المسافة التي تقطعها الكرة في اتجاه أمام الكرسي لأحسن المحاولات الثلاث.
 - تحسب لأقرب سم وتسجل.
 - يمكن إعطاء محاولة قبل القياس.
- تعليمات إضافية:
 - يعطي المختبر ثلاث محاولات ناجحة.
 - تقاس المسافة من أمام رجل الكرسي لأقرب نقطة تتركها الكرة على الأرض من ناحية الكرسي. (فرحات، 2007م، ص 235)

الاختبار الثالث: اختبار ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف

• **الهدف:** قياس مرونة الثني الأمامي للعمود الفقري.

• **الأدوات والأجهزة:**

- مقعد بدون ظهر ارتفاعه (50) سم
- مسطرة غير مرنة مقسمة من صفر الى (100) سم، مثبتة عمودياً على المقعد بحيث يكون رقم (50) موازياً لسطح المقعد ورقم (100) موازياً للحافة السفلى للمقعد.
- مؤشر خشبي يتحرك على سطح المسطرة .

• **تعليمات الاداء:**

- يقف المختبر فوق المقعد والقدمان مضمومتان مع تثبيت اصابع القدمين على حافة المقعد، والاحتفاظ بالركبتين مفردتين ويقوم المختبر بثني جذعه الى الامام والأسفل بحيث يدفع المؤشر بأطراف، أصابعه إلى أبعد مسافة ممكنة على أن تثبت عند آخر مسافة يصل لها لمدة ثانيتين .

• **الشروط:**

- يجب عدم ثني الركبتين أثناء الأداء.
- للمختبر محاولتان تسجل لهما أفضلهما.
- يجب أن يتم ثني الجذع ببطء.
- يجب الثبات عند آخر مسافة يصل إليها المختبر لمدة ثانيتين.

• **التسجيل:**

- يسجل المختبر المسافة التي حققها في المحاولتين وتحسب له المسافة الأكبر بالسنتيمتر. (حسنين، 2001م، ص 23)

الاختبار الرابع: اختبار العدو (30) متر.

- الهدف: قياس السرعة.
- الإجراءات:
 - يفضل اشتراك اثنين من المتسابقين.
 - تحدد منطقة للسباق بخطين أحدهما للبداية والآخر للنهاية بحيث تكون المسافة بينهما (45) متر.
 - يقف المتسابق خلف خط البداية في وضع الاستعداد.
 - يقوم منظم السباق برفع يده وينادي "استعدا (Ready) ثم يخفض ذراعه ويأمر بالانطلاق (go)
 - بداية حساب الزمن وتشغيل ساعة الإيقاف من بعد الانطلاق ب (15) متر الأولى.
 - يجري المختبر بأقصى سرعة لديه لقطع خط النهاية.
 - المسافة المقطوعة هي (45-15=30) متر
- حساب الدرجة:
 - نتيجة السباق تحسب على أساس الوقت الذي استغرقه المتسابق من لحظة وصوله خط ال15 متر حتى عبور خط النهاية ويسجل الزمن لأقرب (0.1) من الثانية. (فرجات، 2007م، ص 320)

الاختبار الخامس: اختبار الجري المتعرج

- الهدف: قياس الرشاقة.
- الأدوات والأجهزة:
- مساحة أرض مسطحة طولها (11) ياردة (10.058 سم) وعرضها (15) قدماً (4.50 سم)، تقسم هذه المساحة إلى خمس حارات (عرض كل حارة (3) أقدام (90سم)، توضع أربعة حواجز (حواجز ألعاب القوى)، مع مراعاة المقاييس والأبعاد الموضحة، ساعة إيقاف.
- التعليمات:
- يبدأ المختبر الاختبار من خلف الحاجز الأول متبوعاً السهم، حتى يعوج مرة أخرى إلى الحاجز الأول.
- حساب الدرجة:
- يحسب الزمن من بداية الجري من خلف الحاجز الأول وحتى تخطي المختبر لنفس الحاجز بعد أداء الدورة المحددة. ولكل مختبر محاولة واحدة على الاختبار. (عبد الدايم ومحمد، 1999م، ص 115)

الاختبار السادس: اختبار التصويب على الدوائر المتداخلة (التمرير بالدفع)

• **الهدف:** قياس سرعة ودقة التمرير.

• **الأدوات والأجهزة:** حائط أملس، كرة سلة، ساعة إيقاف.

- يرسم خط على الأرض وعلى بعد (10) أقدام (3م) من الحائط، ويرسم على الحائط ثلاث دوائر متداخلة ذات مركز واحد نصف قطر كل منها هو: الكبرى (30) بوصة (76.2سم)، وللوسطى (20) بوصة (50.8سم)، وللصغرى (10) بوصات (25.4سم)، والحافة الخارجية السفلى للدائرة الكبرى تبعد (24) بوصة (60.96سم) عن الأرض. كما يرتفع مركز الدائرة الصغرى عن الأرض بمقدار أربعة أقدام وست بوصات (135.24م).

• **التعليمات:**

- يقف المختبر خلف الخط المرسوم على الأرض ويبعد عن الحائط بمقدار (10) أقدام، وعند سماع إشارة البدء يقوم المختبر بالتمرير نحو الحائط باستخدام اليدين (التمريرة الصدرية)، على أن يحاول إصابة الدوائر المرسومة على الحائط، ثم يعاود التقاط الكرة بعد ارتدادها من الحائط ليعاود مرة أخرى التصويب من خلف الخط المرسوم على الأرض.

يكرر الأداء بأسرع ما يمكن لأداء أكبر عدد من التمريرات في (30) ثانية.

• **الشروط:**

1. تحسب نتائج الإصابات خلال الـ (30) ثانية فقط.

2. يجب أن تكون قدما المختبر خلف الخط المرسوم على الأرض سواء عند التمرير أو الاستلام.

3. يسمح للمختبر بمحاولتين على الاختبار، على أن يحسب له أفضلهما.

4. الخطوط المرسومة على الحائط تعتبر داخل مقاييس الدوائر

• **التسجيل:**

تحسب النقاط لكل إصابة صحيحة يقوم بها المختبر خلال الثلاثين ثانية المقررة للاختبار، وذلك وفقاً للشروط التالية:

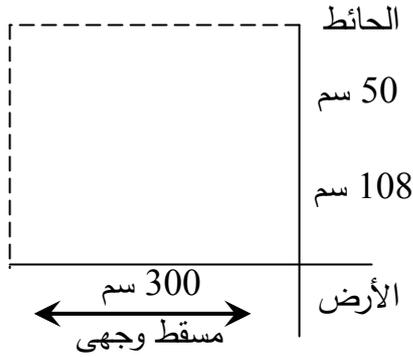
1. إذا أصابت الكرة الدائرة الصغيرة يحصل المختبر على 5 درجات.

2. إذا أصابت الكرة الدائرة المتوسطة يحصل المختبر على 3 درجات.

3. إذا أصابت الكرة الدائرة الكبرى يحصل المختبر على درجة واحدة.
4. إذا خرجت الكرة عن جميع الدوائر يحصل المختبر على صفر. (عبد الدايم ومحمد، 1999م، ص 99)

الاختبار السابع: التمرير الصدرية على حائط

- الهدف من الاختبار:
- قياس دقة وسرعة التمريرة من الصدر.
- الأدوات المستخدمة:
- كرة سلة - حائط أملس لا يقل ارتفاعه عن (108.15سم) من الأرض - طباشير - ساعة إيقاف - متر القياس.



- شرح الاختبار: يرسم على الحائط خطين:
- أ- الخط الأول على بعد (108.15سم) من الأرض.
- ب- الخط الثاني على بعد (50سم) أعلى الخط الأول.
- يرسم خط البداية يبعد عن الحائط بمقدار (3م).
- يقف المختبر خلف خط البداية ومع إشارة البدء يقوم بالتمرير من الصدر في اتجاه الحائط بين الخطين المرسومين عليه (المدة 20ث).
- التسجيل:
- تحتسب المحاولات الناجحة في المسافة المحصورة بين المحيطين خلال الزمن المحدد.
- لا تحتسب كل تمريره عقب استلام الكرة من الأرض.

- لا تحتسب كل تمريره لا مست الحائط من نقطة تحت الخط المرسوم أسفل وفوق الخط المرسوم أعلى أو عليهما.
- احتساب عدد التمريرات الصحيحة التي قام بها المختبر خلال الزمن المحدد (20ث).
(زيدان وموسى، 2004م، ص 213)

الاختبار الثامن: المحاورة بين الاقماع

- الهدف: قياس التحكم في الكرة
- الادوات المستخدمة: كرة سلة/ كملعب سلة/ ساعة ايقاف/ صافرة
- شرح الاختبار:
- يقف اللاعب المختبر من خط البداية للملعب ومن ثم يحاور الكرة بين الاقماع لمنتصف الملعب ومن ثم العودة لخط البداية
- تعليمات الاختبار:
- يعطى اللاعب (3) محاولات
- المسافة بين الاقماع (60) سم
- قياس الاختبار/ تحسب المحاولة التي استغرقت أقل زمن (إسماعيل، 2006، ص 171)

الاختبار التاسع: التصويب بالوثب بعد تمرير

• الغرض من الإختبار:

- قياس مهارة التصويب بالوثب بعد تمرير.

• الأدوات المستخدمة:

- كرات سلة - ساعة توقيت - هدف كرة سلة - مساعدين.

• شرح الإختبار:

- يقوم اللاعب بالتصويب من المنطقة المتوسطة من السلة وذلك بعد أن يقوم المساعد بتمرير الكرة للاعب المصوب ومن ثم يقوم بالتصويب.

• تعليمات الإختبار:

- لكل لاعب (3) محاولات على هدف السلة.

• قياس الإختبار:

- تحتسب درجتان لكل تصويبة ناجحة تدخل الكرة فيها في السلة.

- تحتسب درجة واحدة لكل تصويبة تلمس فيها الكرة الحلقة ولا تدخل السلة.

- لا تحتسب درجات عندما تلمس الكرة اللوحة ولا تدخل فيها الكرة السلة أو لا تلمس

الحلقة. (عبد الدايم وحسانين، 1999م، ص 184)

ملحق (3): استمارة تسجيل نتائج الإختبارات البدنية والمهارية للطلاب في كرة السلة

اسم الطالب:

ملاحظات	الدرجة	عدد المحاولات					عرض ونوع الإختبار		اسم الإختبار	م
		5	4	3	2	1	النوع	الغرض		
								القدرة	الوثب العمودي لسارجنت	1
								القدرة	دفع الكرة الطيبة باليدين من الجلوس طويلاً	2
								المرونة	ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف	3
								السرعة	العدو مسافة 30م	4
							بدني	الرشاقة	الجري المتعرج	5
								الدقة	التصويب على الدوائر المتداخلة	6
							مهارى	التمريرة الصدرية	التمرير على الحائط	7
								المحاورة المنخفضة	المحاورة بين الأقماع	8
								التصويب بالوثب	التصويب بالوثب بعد تمرير	9

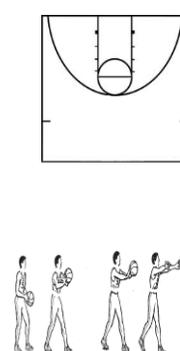
ملحق (4): البرنامج التعليمي المقترح

الأسبوع الأول/ الوحدة التدريسية الأولى والثانية

زمن الوحدة: 120 دقيقة

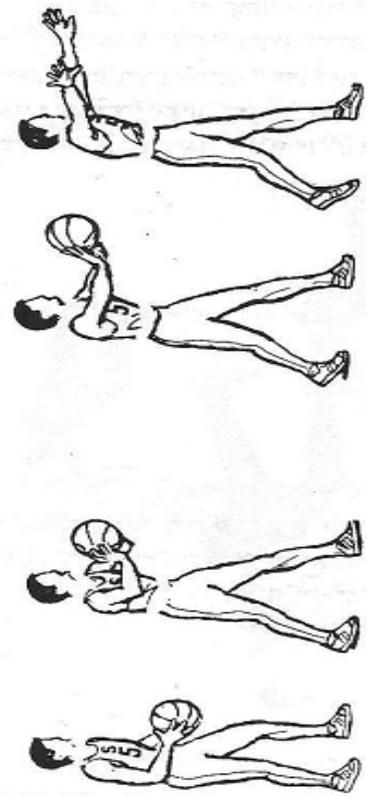
الهدف المهارى: يؤدي مهارة التميريرة الصدرية

التقويم	البرنامج التعليمي المقترح	الأدوات	الجانب التنظيمي	المحتوى	الأهداف	الزمن	أجزاء الوحدة
الملاحظة والمتابعة	-تقسيم الطلاب حسب الفروق الفردية في المجموعات.	سجل غياب- صافرة	وقوف الطلاب فى قاطرات X X X X X X X X X X X X	-أخذ الغياب وتغيير الملابس وتجهيز الأدوات	-يدرك أهمية الإحماء الجيد -يساهم في حفظ النظام وتنفيذ التعليمات والتوجيهات -ينشط قدرات العمل الجماعي والتعاون -يقترح وقفات مريحة أثناء الأداء والاصطفاف.	10 ق	أعمال إدارية
	-تقسيم المهارة إلى أجزاء فرعية. -تقديم التوجيهات الضرورية للطلاب أثناء وبعد تطبيق المهارة.	صافرة- ساعة إيقاف أفصاح	الجرى فى صفوف انتشار حر == == == == X X X X X X X X	-العدو حول ملعب كرة السلة لمدة 15 ثانية - تبادل ميل الجذع على الجانبين - مد الذراعين أماماً - الوثب بالتبادل أماماً وخلفاً - عمل دوائر بالذراعين أماماً وخلفاً .	- تعدو حول ملعب كرة السلة لمدة 15 ثانية . -يبتدع المنوعات الممكنة داخل بنية الاحماء -يكتشف تدريبات تساعد على التهيئة البدنية. - أن يؤدي الطالب تمرينات بدنية لعناصر (القدرة للذراعين – القدرة للرجلين – السرعة – المرونة) .	10 ق	إحماء عام
تصحيح الأخطاء	-التدرج من السهل للصعب. -تقديم التغذية الراجعة.	كرات سلة		-تمرير الكرة للزميل المواجه لمسافة من 3-4 متر. -نفس التدريب، لكن زيادة المسافة بين الزميلين ومراعاة الدقة. -تمرير الكرة من أمام الجسم والتقاطها من الخلف -نفس التدريب على زيادة السرعة.	- يساهم في دقة الأداء الصحيح. - يكتشف تدريبات تمهيدية للمهارة المعتادة . - يكتسب الإحساس بالتوقيت الزماني والمكاني - يكتسب القدرة على أداء تدريبات مختلفة بالكرة . - يكتسب التوافق والتوقيت المناسب الذى يؤهله للأداء المهارى.	10 ق	إعداد بدنى خاص

التقويم	البرنامج التعليمي المقترح	الأدوات	الجانب التنظيمي	المحتوى	الأهداف	الزمن	أجزاء الوحدة
الملاحظة وتصحيح الأخطاء	تنوع المثيرات السمعية والبصرية. -استخدام التعزيز والتشجيع والتحفيز أثناء التدريس.	كرات سلة		<p>-يمسك الكرة بالطريقة الصحيحة ويحتفظ بالمرفقين في حالة انثناء وقربية من المعصم (وقفة الاستعداد الهجومية الصحيحة).</p> <p>-يدفع باليدين من أمام الصدر وذلك بمد سريع من المرفقين وفي نفس الوقت يمد الذراعين ويدفع بالأصابع في حركة دائرية بحيث تنتهي حركة الدفع والذراعان الممتدان إلى الأمام والكفان يتجهان لأسفل والخارج --أخذ خطوة بالرجل الخلفية في اتجاه الشخص الذي سيتم تمرير الكرة إليه لإكساب الكرة القوة الدافعة اللازمة، ودقة التمريرة والحفاظ على اتزان الجسم،</p>	<p>- ينمي الصبر في القدرة على الاكتشاف المطلوبة منها للأداء الصحيح - ينشط القدرات الفكرية لحل مشكلة مهارية - ينشط القدرات الفكرية لإيجاد بدائل وخيارات لكل مثير (سؤال رياضي)</p> <p>- أن يتمكن من أداء مهارة التمريرة الصدرية .</p> <p>- أن يحل مشكلة أداء مهارة التمرير الصدرية بالرسيين والأصابع.</p> <p>ينمي ملكة التبصر في بنية المهارة أو النشاط</p> <p>- يكتشف المعارف والمعلومات الخاصة بالتمريرة الصدرية</p> <p>- يدرك العلاقة بين التمريرة الصدرية والمثير (السؤال) المقدم من قبل المعلم</p> <p>- يدرك أن التمرير هو أقصر الطرق للوصول للهدف ولن يتم ذلك إلا عن طريق العمل الجماعي الذي يسعد الفرد والجماعة</p>	40ق	الجزء الرئيس

التقويم	البرنامج التعليمي المقترح	الأدوات	الجانب التنظيمي	المحتوى	الأهداف	الزمن	أجزاء الوحدة
الملاحظة وتصحيح الأخطاء	- استخدام القياس معرفة مدى نجاح المهارة. - ربط المهارة الحالية بالمهارات السابقة. - التنوع في طريقة أسلوب التدريس (التعلم بالأقران) - التقويم في ظروف وأوقات مختلفة.	كرات سلة أقماع	X X X X X X مثلث X X X X X X صفوف متقابلة X X X X X X X X جري حول الملعب	- التمريرة الصدرية في مثلث. - التمريرة الصدرية في صفوف متقابلة. - التمريرة الصدرية بطول الملعب بالجرى.	- أن يحل مشكلة الأداء الجيد لمهارة التمريرة الصدرية من الجرى مع اختلاف المسافات. يصل لمستوى الأمان الإنفعالي للتعبير عن الاستجابات المتوقعة والمألوفة - يقترح حلاً للقدرة على التكيف مع الزملاء والبعد عن حب الذات. - يكتسب القيم النابعة من ممارسة نشاط كرة السلة. يتحقق من الحلول وتنظيمها لأغراض خاصة. - يتيح الفرصة لينمي الاستجابة للطالب - يتعرف أهمية تدريبات الإرتقاء بالمهارة. - يبتدع المنوعات الممكنة داخل بنية التمريرة الصدرية من مسافة 1 م. - يساهم في الأداء الجيد لمهارة التمريرة الصدرية من الثبات ومن مسافة 2م.	40 ق	تدريبات الإرتقاء بالمهارة
المتابعة والتقويم		بدون أدوات	انتشار حر X X X X X X X X X	تمرينات تهدئة لجميع أجزاء الجسم	- يتيح الفرصة لأداء تمرينات التهدئة بعد الدرس . - يبتدع تمرينات لتهدئة عضلات الجسم العاملة أثناء الأداء المهاري . - يكتشف الشعور بالاسترخاء والراحة النفسية من خلال التنفس العميق. - يصل لمستوى الشعور بالثبات الانفعالي والثقة بالنفس .	10 ق	الجزء الختامي

الأسبوع / الأول ورقة عمل (1) اليوم والتاريخ/ الموضوع العام/ كرة السلة الموضوع الخاص/ التمريرة الصدرية

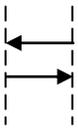
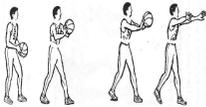
التوضيح	(الملاحظة) تعليمات وإرشادات	المؤدي		التكرار	وصف العمل	الزمن	أجزاء الدرس
		✗	✓				
	<ul style="list-style-type: none"> • أن تمتد الذراعان بفرد المرفقين إلى الأمام مباشرة. • ثني المرفقين. • زيادة سرعة مد المرفقين. • تمرير الكرة بين الصدر والحوض. • أخذ خطوة باتجاه التمرير. • تؤدي بحركة سريعة. • قوة الرسغين والأصابع والمرفقين . • نظر الممرر إلى الأمام في اتجاه المستلم. • زيادة ثني الركبتين أثناء تأدية التمريرة. • تحديد الممرر للاعب المستلم. • دوران الكرة عكس اتجاه عقرب الساعة. • الكفان يتجهان لأسفل والخارج قليلاً في الوضع النهائي 			10-15 مرة	<p>يتم مسك الكرة كما في مهارة مسك الكرة.</p> <p>الوقوف والقدمان متباعدتان باتساع الحوض والقدم اليسرى متقدمة عن اليمنى والامشاط تشير للأمام.</p> <p>ثقل الجسم موزعاً على القدمين بالتساوي.</p> <p>اثني الركبتين قليلاً مع ميل الجذع للأمام.</p> <p>النظر يكون للأمام .</p> <p>قم بتحريك اليدين لرسم دائرة صغيرة بالكرة بعيداً عن الجسم وامام الصدر وذلك لاسفل وللداخل ثم لاعلى مكان بداية الحركة على شكل دائرة</p> <p>قم اثناء تحريك الكرة لاسفل وللداخل بثني الركبتين قليلاً.</p> <p>استمر في حركة التمرير وذلك بمدالذراعين في خط مستقيم مع مدالجذع لأعلى وللأمام في اتجاه التمرير.</p>	25 دقيقة = 5 ق شرح ونموذج من الباحث + 20 ق تطبيق لورقة العمل	الجزء الرئيسي + جزء التقويم

الأسبوع الثاني/ الوحدة التدريسية الثالثة والرابعة

زمن الوحدة: 120 دقيقة

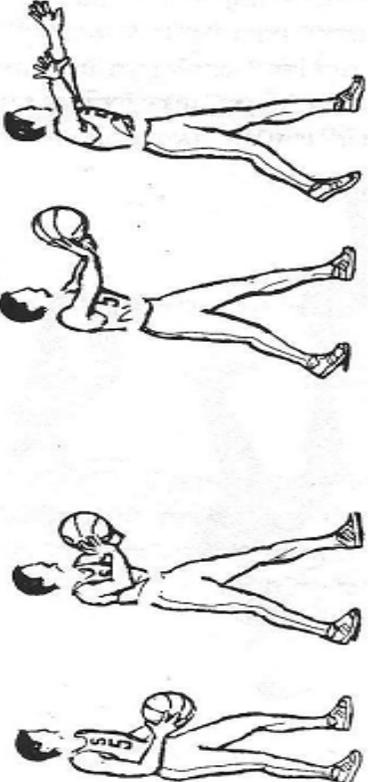
الهدف المهاري: يؤدي مهارة التميريرة الصدرية

التقويم	البرنامج التعليمي المقترح	الأدوات	الجانب التنظيمي	المحتوى	الأهداف	الزمن	أجزاء الوحدة
الملاحظة والمتابعة	-تقسيم الطلاب حسب الفروق الفردية في المجموعات. -تقسيم المهارة إلى أجزاء فرعية.	سجل غياب- صافرة	وقوف الطلاب في قاطرات X X X X X X X X X X X X	-أخذ الغياب وتغيير الملابس وتجهيز الأدوات	-يساهم في حفظ النظام وتنفيذ التعليمات والتوجيهات -ينشط قدرات العمل الجماعي والتعاون -يقترح وقفات مريحة أثناء الأداء والاصطفاف. -يدرك أهمية الإحماء الجيد	10 ق	أعمال إدارية
	-تقديم التوجيهات الضرورية للطلاب أثناء وبعد تطبيق المهارة. -التدرج من السهل للصعب. -تقديم التغذية الراجعة.	صافرة- ساعة إيقاف أفمخ	الجرى في صفوف = = = = انتشار حر X X X X X X X X X	-الجرى حول ملعب كرة السلة -الوثب بالتبادل أماماً وخلفاً -أداء دوائر بالذراعين أماماً وخلفاً -تبادل ضغط الرقبة على الجانبين -تبادل ضغط الرقبة على الجانبين	-يجري حول ملعب كرة السلة. -يؤدي تمارين بدنية لعناصر (القدرة للذراعين - القدرة لرجلين - مرونة - تحمل - سرعة) -ينشط القدرات البدنية للوصول إلى السعادة أثناء الأداء - يكتشف أهم العضلات العاملة في المهارة.	10 ق	إحماء عام
تصحيح الأخطاء	تنوع المثيرات السمعية والبصرية. -استخدام التعزيز والتشجيع والتحفيز أثناء التدريس.	كرات سلة		-تمرير الكرة حول الجذع . - يجب مراعاة عدم لمس الكرة للجسم . تمرير الكرة من أمام الجسم والتقاطها من الخلف	- يكتسب القدرة على أداء تدريبات مختلفة بالكرة . - يكتسب التوافق والتوقيت المناسب الذي يؤهله للأداء المهاري. - يمرر الكرة من مختلف الاتجاهات. - يقترح تدريبات بالكرة حول أجزاء مختلفة للجسم. - يساهم في تأدية الأداء الصحيح.	10 ق	إعداد بدني خاص

التقويم	البرنامج التعليمي المقترح	الأدوات	الجانب التنظيمي	المحتوى	الأهداف	الزمن	أجزاء الوحدة
الملاحظة وتصحيح الأخطاء		كرات سلة	صفيين متواجهين  	- شرح طريقة الأداء الميكانيكي الصحيح للمهارة مع تأدية نموذج سليم لأداء المهارة من زوايا مختلفة. - مسك الكرة الصحيح ووقفسة الاستعداد الهجومية يقف اللاعب أمام حائط على بعد 3 أمتار ليؤدي الأداء الميكانيكي لمهارة التمرين مع ملاحظة ثبات الرجلين والميل قليلاً من الجذع للأمام ثم يمسك الكرة للتكرار. -التدريب على التمريرة العديدة في اتجاهات مختلفة.	- يكتسب المعارف والمعلومات الخاصة بالتمريرة الصدرية - يكتسب القدرة على الوصول الى معرفة خطوات الأداء المهارى والفن الصحيح للتمريرة الصدرية - يتمكن من أداء مهارة التمريرة الصدرية - يحل مشكلة أداء مهارة التمريرة الصدرية بالرسيغين والأصابع . - يتيح الفرصة للمتابعة باليدين والقدمين والنظر بعد أداء المهارة . - ينشط القدرة و المثابرة على بذل الجهد.	40ق	الجزء الرئيس
الملاحظة وتصحيح الأخطاء	-استخدام القياس معرفة مدى نجاح المهارة. -ربط المهارة الحالية بالمهارات السابقة. -التنوع في طريقة وأسلوب التدريس(التعلم بالأقران) -التقويم في ظروف وأوقات مختلفة.	كرات سلة أقمار	$\begin{matrix} X & X \\ X & X \\ X & X \end{matrix}$ صفوف متقابلة $\begin{matrix} & & X \\ X & \bigcirc & X \\ & & X \end{matrix}$ $\begin{matrix} & & X & \bigcirc & X \\ & & & & \\ & & \bigcirc & & \end{matrix}$ $\begin{matrix} & & & & \\ & & X & & X \end{matrix}$	- التمريرة الصدرية لصف من الطلاب والذين يرجعون الكرة للممر الأصلي . - أداء تمريرات مختلطة بين كل إنسان من الطلاب . - التمريرة الصدرية في صفوف متقابلة .	- أن يصل الطالب الى درجة عالية من الأداء المهارى الصحيح والسريع والذى يتميز بالدقة . - أن يقترح الطالب حلاً للقدرة على تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل لتمرير الزميل . - أن ينشط قدرات العمل الجماعى والتعاون مع الزميلة . - أن يكتسب الطالب القدرة على أداء الواجب المطلوب منها حتى يكتمل الأداء . - أن يساهم الطالب في المثابرة على بذل الجهد . - أن يكتسب الطالب القدرة على الملاحظة والتفكير في ابتكار تدريبات جديدة لتطوير الأداء .	40 ق	تدريبات الارتقاء بالمهارة

التقويم	البرنامج التعليمي المقترح	الأدوات	الجانب التنظيمي	المحتوى	الأهداف	الزمن	أجزاء الوحدة
المتابعة والتقييم		بدون أدوات	انتشار حر X X X X X X X X X X	تمرنات تهدئة لجميع أجزاء الجسم	<ul style="list-style-type: none"> - يتيح الفرصة لأداء تمرينات التهدئة بعد الدرس . . - يبتدع تمرينات لتهدئة عضلات الجسم العاملة أثناء الأداء المهاري .. - يكتشف الشعور بالاسترخاء والراحة النفسية من خلال التنفس العميق - - يصل مستوى الشعور بالثبات الانفعالي والثقة بالنفس . 	10 ق	الجزء الختامي

الأسبوع / الثاني ورقة عمل (2) اليوم والتاريخ/ الموضوع العام/ كرة السلة الموضوع الخاص/ التمريرة الصدرية

التوضيح	(الملاحظة) تعليمات وإرشادات	المؤدي		التكرار	وصف العمل	الزمن	أجزاء الدرس
		✗	✓				
	<ul style="list-style-type: none"> • أن تمتد الذراعان بفرد المرفقين إلى الأمام مباشرة. • دفع الكرة برسغ اليد والأصابع لإكساب الكرة دوران عكس اتجاه عقرب الساعة. • الوضع النهائي الكفان يتجهان لأسفل والخارج قليلاً. • نقل الرجل الخلفية للأمام لإكساب الكرة القوة الدافعة إذا بعدت المسافة بين المسلم والمستلم للاحتفاظ بالتوازن. • نظر المسلم إلى الأمام في اتجاه المستلم. • أثناء تأدية التمريرة يوجد انثناء خفيف في الركبتين. • عدم تمرير الكرة الا اذا تأكدت انه لا توجد فرصة لقطعها من قبل الخصم . • الاعتماد على وضعية قدمي المدافع ووضعه من الملعب. • تحديد اللاعب المستلم مهم جداً بالنسبة للممرر 			15-10 مرة	<ul style="list-style-type: none"> • شرح طريقة الأداء الميكانيكي الصحيح للمهارة مع تأدية نموذج سليم لمشاهدة اللاعبين لأداء المهارة من زوايا مختلفة. • من مسك الكرة الصحيح ووقفة الاستعداد الهجومية يقف اللاعب أمام حائط على بعد 3 أمتار ليؤدي الأداء الميكانيكي لمهارة التمرير مع ملاحظة ثبات الرجلين والميل قليلاً من الجذع للأمام ثم يمسك الكرة للتكرار. • في ازدواج: يمرر الكرة للزميل المواجه لمسافة من 3-4 متر. • نفس التدريب، لكن زيادة المسافة بين الزميلين ومراعاة الدقة. • نفس التدريب على زيادة السرعة. • التدريب على التمريرة العددية في اتجاهات مختلفة. 	25 دقيقة = 5 ق شرح ونموذج من الباحث + 20 ق تطبيق لورقة العمل	الجزء الرئيسي + جزء التقويم

الأسبوع الثالث/ الوحدة التدريسية الخامسة والسادسة

زمن الوحدة: 120 دقيقة

الهدف المهارى: يؤدي مهارة المحاورة المنخفضة

التقويم	البرنامج التعليمي المقترح	الأدوات	الجانب التنظيمي	المحتوى	الأهداف	الزمن	أجزاء الوحدة
الملاحظة والمتابعة	تقسيم الطلاب حسب الفروق الفردية في المجموعات.	سجل غياب- صافرة	وقوف الطلاب في قاطرات X X X X X X X X X X X X	-أخذ الغياب وتغيير الملابس وتجهيز الأدوات	-يساهم في حفظ النظام وتنفيذ التعليمات والتوجيهات -ينشط قدرات العمل الجماعي والتعاون --يقترح وفقات مريحة أثناء الأداء والاصطفاف. -يدرك أهمية الإجماع الجيد	10 ق	أعمال إدارية
	تقسيم المهارة إلى أجزاء فرعية.	صافرة- ساعة إيقاف أقماع	الجرى في صفوف == == == == انتشار حر X X X X X X X X X X	-الجرى حول ملعب كرة السلة . - الجرى في المكان مع تبادل رفع الركبتين عالياً. - تبادل ثني الجذع أماماً مع القبض على رسغ القدم . - ثني الجذع أماماً للمس الأرض مع مد الرجلين.	-يكشف تدريبات تساعد على التهيئة البدنية. - أن يؤدي الطالب تمرينات بدنية لعناصر (القدرة للذراعين - القدرة للرجلين - السرعة - المرونة - الرشاقة- التحمل) . - يجري حول ملعب كرة السلة	10 ق	إجماع عام
تصحيح الأخطاء	التوجيهات الضرورية للطلاب أثناء وبعد تطبيق المهارة. -التدرج من السهل للصعب. -تقديم التغذية الراجعة.	كرات سلة	انتشار حر X X X X X X 	- من وضع نصف الجثو : - يقوم الطالب بعمل محاورة حول الرجل الأمامية ثم حول الجسم وهكذا مع تبديل اليدين مرة باليمين والشمال . - وضع هدف أمام الطالب والتركيز عليه - من وضع الوقوف : - يقوم الطالب بتبادل قذف أماماً وتمير الكرة بين الرجلين (تكرر التدريبات حتى الإتقان) .	- يكتسب القدرة على أداء تدريبات مختلفة بالكرة - يكتسب التوافق والتوقيت المناسب الذي يؤهله للأداء المهارى. - أن يكتسب الطالب القدرة على الأداء باليدين بنفس الكفاءة . - أن يكتسب الطالب القدرة على أداء المحاورة خارج القدم اليمنى إذا كانت باليمين والعكس . - أن يكتسب الطالب على التألف والإحساس بالكرة بجميع أجزاء جسمها . - أن يستطيع الطالب من التعرف على العضلات وأجزاء الجسم المشتركة في أداء مهارة المحاورة - أن تعرف الطالب أهمية مهارة المحاورة بالنسبة لنشاط كرة السلة - أن يكتسب الطالب الرضا والشعور بالسعادة .	10 ق	إعداد بدنى خاص

التقويم	البرنامج التعليمي المقترح	الأدوات	الجانب التنظيمي	المحتوى	الأهداف	الزمن	أجزاء الوحدة
الملاحظة وتصحيح الأخطاء	تنوع المثيرات السمعية والبصرية - استخدام التعزيز والتشجيع والتحفيز أثناء التدريب.	كرات سلة		<p>1- أن تكون الكرة إلى الأمام والخارج قليلاً.</p> <p>2- الرأس مرفوعة إلى أعلى والنظر إلى الأمام لاكتساب رؤية واسعة واضحة.</p> <p>3- السيطرة على حركة الكرة من مفصل الكتف.</p>	<p>- يكتسب المعارف والمعلومات الخاصة بالمحاورة المنخفضة</p> <p>- يكتسب القدرة على الوصول الى معرفة خطوات الأداء المهارى والفن الصحيح بالمحاورة المنخفضة</p> <p>- أن يتمكن الطالب من أداء مهارة المحاورة .</p> <p>- أن يتمكن الطالب من أداء المحاورة بالأصابع والمتابعة بالرسغ والأصابع .</p> <p>- أن يتمكن الطالب من أداء المحاورة والنظر للأمام .</p> <p>- يتعرف خطوات أداء مهارة المحاورة .</p> <p>- أن يتزود الطالب الحقائق والمفاهيم والمعارف الميصلة بمهارة المحاورة .</p> <p>- ينمى التوافق الحركى بين كل من اليد والكرة والعين</p>	40ق	الجزء الرئيس

التقويم	البرنامج التعليمي المقترح	الأدوات	الجانب التنظيمي	المحتوى	الأهداف	الزمن	أجزاء الوحدة
الملاحظة وتصحيح الأخطاء	-استخدام القياس معرفة مدى نجاح المهارة. -ربط المهارة الحالية بالمهارات السابقة. -التنوع في طريقة وأسلوب التدريس(التعلم التعاوني) -التقويم في ظروف وأوقات مختلفة.	كرات سلة أقماع	X X X X X X صقوف متقابلة X X O X X مربع ناقص ضلع 	- الوقوف إحدى القدمين تتقدم الأخرى وأداء المحاورة المنخفضة مع انثناء عميق للركبتين ثم الارتفاع التدريجي بالكرة وفرد الركبتين تدريجياً حتى يصل لمستوى حزام الوسط . (التكرار حتى الإتقان) .	- أن يكتسب الطالب التدرج من أداء المحاورة الى أداء المحاورة المرتفعة . - أن يكتسب الطالب التوافق والدقة والتوقيت السليم للأداء . - أن يكتسب الطالب على أداء المحاورة حول معلب كرة السلة في أقل زمن ممكن . - أن يكتسب الطالب الكفاءة في أداء المحاورة باليدين اليمنى واليسرى بنفس الدرجة . - أن يتدرب الطالب على الملاحظة والتفكير في إبتكار تدريبات مختلفة لينمي المحاورة . - أن يكتسب الطالب القدرة على التعبير الصادق عن الذات .	40 ق	تدريبات الارتقاء بالمهارة
المتابعة والتقويم		بدون أدوات	انتشار حر X X X X X X X X X X	تمرنات تهدئة لجميع أجزاء الجسم	- يتيح الفرصة لأداء تمرينات التهدئة بعد الدرس . - يتدع تمرينات لتهدئة عضلات الجسم العاملة أثناء الأداء المهاري - يكتشف الشعور بالاسترخاء والراحة النفسية من خلال التنفس العميق - - يصل لمستوى الشعور بالثبات الانفعالي والثقة بالنفس .	10 ق	الجزء الختامي

الأسبوع / الثالث ورقة عمل (3) اليوم والتاريخ/ الموضوع العام/ كرة السلة الموضوع الخاص/ المحاور المنخفضة

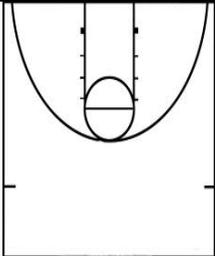
الاسم/ مجموعة التعلم التعاوني أسماء فريق العمل: (1) قائد (2) ملاحظ (3) مؤدي (4) مقرر (5) مشجع

أجزاء الدرس	الزمن	الواجب الحركي	وصف العمل	(الملاحظة) تعليمات وإرشادات	التوضيح
الجزء الرئيسي + جزء التقويم	25 دقيقة = 5 ق شرح ونموذج من الباحث + 20 ق تطبيق لورقة العمل	(1)	• مقدمة يوضح فيها المدرس أهمية مهارة المحاوره واستخداماتها وأنواعها.	• تتم من خلال من خلال الدفع المتتابع للكرة وتوجيهها إلى الأرض بشكل متتابع ومتوافق.	
		(2)	• شرح طريقة الأداء مع تقديم نموذج للأداء.	• اليد التي تؤدي المحاوره تتابع الكرة باستقبالها بالرسغ والأصابع ويقوم بدفعها بنفس الرتم،	
		(3)	• ووقوف الطلاب مع تباعد القدمين وتقدم الرجل اليسرى أماماً وثني الركبتين كاملاً ثم وضع الكرة على الأرض والبدء في تنطيط الكرة بالأصابع حتى ترتد عن الأرض.	• أما اليد الأخرى الخالية فيقوم بحماية الكرة بانثناء الكوع .	
		(4)	• التدريب السابق مع فرد الركبتين، مع التنبيه بوضع الذراع الأخرى غير المستخدمة في وضع الحماية للكرة.	• الجذع يميل قليلاً للأمام .	
		(5)	• المحاوره في المكان مع تغيير ارتفاع الكرة مع إشارة المدرس، والتنبيه بالمحافظة على النظر إلى الأمام.	• الأصابع منتشرة بارتخاء على الكرة .	
		(6)	• تؤدي الخطوات السابقة باليد اليسرى.	• النظر للأمام ومتابعة حركة الخصم .	
		(7)	• يقف اللاعبون قطارات خلف الحد النهائي للملعب ثم المحاوره أماماً في مجموعات بطول الملعب.	• تنطيط الكرة بأصابع اليد .	
		(8)	• تغيير اليد المحاوره وذلك عند إشارة المدرس.	• انقباض قوى للرسغ وأصابع اليد .	
		(9)	• المحاوره من الجري بسرعات مختلفة المحاوره مع حماية الكرة بالجسم . المحاوره بين حواجز .	• الرأس دائماً لأعلى وفي حالة متابعة وبقطة للمدافع.	

الهدف المهارى: يؤدي مهارة المحاوره المنخفضة

الأسبوع الرابع/ الوحدة التدريسية السابعة والثامنة زمن الوحدة: 120 دقيقة

التقويم	البرنامج التعليمي المقترح	الأدوات	الجانب التنظيمي	المحتوى	الأهداف	الزمن	أجزاء الوحدة
الملاحظة والمتابعة	-تقسيم الطلاب حسب الفروق الفردية في المجموعات.	سجل غياب- صافرة	وقوف الطلاب فى قاطرات X X X X X X X X X X X X	-أخذ الغياب وتغيير الملابس وتجهيز الأدوات	-يساهم في حفظ النظام وتنفيذ التعليمات والتوجيهات -ينشط قدرات العمل الجماعى والتعاون --يقترح وقفات مريحة أثناء الأداء والاصطفاف.	10 ق	أعمال إدارية
	-تقسيم المهارة إلى أجزاء فرعية. -تقديم التوجيهات الضرورية للطلاب أثناء وبعد تطبيق المهارة. -التدرج من السهل للصعب. -تقديم التغذية الراجعة.	صافرة- ساعة إيقاف أقماع	الجرى فى صفوف == == == == انتشار حر X X X X X X	- الجرى حول ملعب كرة السلة . - الوثب مع تباعد القدمين .- تبادل الطعن لليمين واليسار . - ثنى الجذع أمام وأسفل والضغط . - دوائر بالذراعين أماماً وخلفاً .- دوائر لرسغ اليدين في جميع الاتجاهات - دوائر بالرقبة .	-يكتشف تدريبات تساعد على التهيئة البدنية. - أن يؤدي الطالب تمرينات بدنية لعناصر (القدرة للذراعين - القدرة للرجلين - السرعة - المرونة- الرشاقة- التحمل) . - يجري حول ملعب كرة السلة .	10 ق	إحماء عام
تصحيح الأخطاء	كرات سلة			- يقوم الطالب بتمرير الكرة باليدين من أمام الصدر . - يقوم الطالب بثنى الجذع أماماً وإمرار الذراعين بين الرجلين لإلتقاط الكرة . - يقوم الطالب بتبادل قذف أماماً وتمرير الكرة بين الرجلين (تكرر التدريبات حتى الإتقان) .	- يكتسب القدرة على أداء تدريبات مختلفة بالكرة - يكتسب التوافق والتوقيت المناسب الذى يؤهله للأداء المهارى. - أن يكتسب الطالب القدرة على التعايش والتأقلم مع الكرة ومصاحبتها وهو عامل هام لأداء مهارة المحاوره . - أن يكتسب الطالب القدرة على اشتراك جميع العضلات العاملة فى الأداء لمهارة المحاوره. - أن يكتسب الطالب القدرة على الأداء الحركى .	10 ق	إعداد بدنى خاص

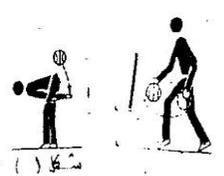
التقويم	البرنامج التعليمي المقترح	الأدوات	الجانب التنظيمي	المحتوى	الأهداف	الزمن	أجزاء الوحدة
الملاحظة وتصحيح الأخطاء	تنوع المثبرات السمعية والبصرية. -استخدام التعزيز والتشجيع والتحفيز أثناء التدريس.	كرات سلة		شرح طريقة الأداء مع تقديم نموذج للأداء. يجلس اللاعبون في وضع الجلوس طولاً فتحاً ويضع كل منهم الكرة أمامه بين الرجلين، ثم يبدأ في تنطيطها حتى ترتفع عن الأرض حيث يستمر في المحاورة بما، وقوف اللاعبون مع تباعد القدمين وتقدم الرجل اليسرى أماماً وثني الركبتين كاملاً ثم وضع الكرة على الأرض والبدء في تنطيط الكرة بالأصابع حتى ترتد عن الأرض. التدريب السابق مع فرد الركبتين، مع التنبيه بوضع الذراع الأخرى غير المستخدمة في وضع الحماية للكرة.	- يكتسب المعارف والمعلومات الخاصة بالمحاورة المنخفضة - يكتسب القدرة على الوصول الى معرفة خطوات الأداء المهارى والفن الصحيح بالمحاورة المنخفضة - أن يتمكن الطالب من أداء مهارة المحاورة بسرعة ودقة. - أن يتمكن الطالب من أداء المحاورة والنظر لكل ما يدور بالملعب . - أن يكتسب الطالب القدرة على أداء الخطوات التعليمية كما شاهدها في الوسائط . - أن يكتسب الطالب المعارف والمعلومات المرتبطة بمهارة المحاورة . - أن يدرك الطالب أن المحاورة هي أسرع الطرق وأسهلها للوصول الى الهدف .	40ق	الجزء الرئيس
الملاحظة وتصحيح الأخطاء	-ربط المهارة الحالية بالمهارات السابقة. -التنوع في طريقة أسلوب التدريس(التعلم التعاوني)	كرات سلة أقماع		- الوقوف مع فتح القدمين وأداء المحاورة باليد اليمنى والتبديل لليسرى مع وضع أى مثير بصري أمام الخطوة . شكل - أداء المحاورة في خطوط مستقيمة.	- أن يكتسب الطالب القدرة على أداء المهارة باليدين بنفس الكفاءة . - أن يكتسب الطالب القدرة على تركيز الانتباه والدقة . - أن يكتسب الطالب التوافق والتوقيت السليم . - أن يكتسب الطالب القدرة على أداء المحاورة في خط مستقيم في أقصر وقت ممكن. - أن يكتسب الطالب التحكم في العواطف والقدرة على ضبط النفس في المواقف التي تثير الإنفعال .	40 ق	تدريبات الارتقاء بالمهارة

التقويم	البرنامج التعليمي المقترح	الأدوات	الجانب التنظيمي	المحتوى	الأهداف	الزمن	أجزاء الوحدة
المتابعة والتقويم		بدون أدوات	انتشار حر X X X X X X X X X X	تمرنات تهدئة لجميع أجزاء الجسم	<ul style="list-style-type: none"> - يتيح الفرصة لأداء تمرينات التهدئة بعد الدرس . . - يبتدع تمرينات لتهدئة عضلات الجسم العاملة أثناء الأداء المهارى .. - يكتشف الشعور بالاسترخاء والراحة النفسية من خلال التنفس العميق - يصل مستوى الشعور بالثبات الانفعالى والثقة بالنفس . 	10 ق	الجزء الختامى

الأسبوع / الرابع ورقة عمل (4) اليوم والتاريخ/ الموضوع العام/ كرة السلة الموضوع الخاص/ المحاورة المنخفضة
اسم/ مجموعة التعلم التعاوني أسماء فريق العمل: (1) قائد (2) ملاحظ (3) مؤدي (4) مقرر (5) مشجع

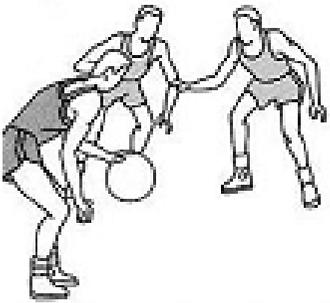
أجزاء الدرس	الزمن	الواجب الحركي	وصف العمل	(الملاحظة) تعليمات وإرشادات	التوضيح
الجزء الرئيسي + جزء التقييم	25 دقيقة = 5 ق شرح ونموذج من الباحث + 20 ق تطبيق لورقة العمل	(1) جعل الجسم باستمرار بين الكرة والمدافع (2) المحافظة على وضع ثني الركبتين. أداء المحاورة المنخفضة قريبا من الركبتين. (3) التقدم بالكرة أثناء الهجوم . مساعدة المهاجم على المراوغة والاجتياز . (4) ارجاع المدافع للخلف والتقرب لغرض التهديد . (5) ابقاء الكرة بعيداً عن منطقة اللعب المزدحمة ودفاعات الخصم . (6) السيطرة على الكرة اثناء تطبيق الخطط. (7) قتل الوقت عندما يكون ذلك ضرورياً . (8) التقدم بالكرة هجومياً إذا كان التمرير غير متاح، تحسين الفرصة لتمرير أ و تصويب أفضل (9) عمل مناورة هجومية تحت السلة. التحرك بعيداً عن الضغط الدفاعي.	<ul style="list-style-type: none"> • استخدم أصابعك للمحاورة وليس راحة اليد. • حاور على الجانب من جسمك، فلا تترد الكرة للأمام مرة بعد أخرى. • أخفض جسمك قليلا وبالتالي تترد الكرة بسرعة في مستوي الوسط. • عند تغير الكرة من يد ليد، أضرب الكرة للجانب بقوة وسرعة. • عند تغير الاتجاه بدل القوة الدافعة لجسمك نح و هذا الاتجاه. • الارتفاع بالكرة يتزايد إذا جري الطالب أسرع وإذا لم يتواجد ضغط دفاعي عليه كما يقل ارتفاع الكرة في وجود الضغط الدفاعي. • يجب على الطالب حماية الكرة بجسمه . • القدرة على استخدام كلا اليدين . • يحاور الطالب فقط عندما يكون هناك سبب للمحاورة كأن يكون بقربة مدافع. • على الطالب أن يتذكر دائما أن التمرير أسرع من المحاورة . • يجب على الطالب تعلم التحكم في الكرة دون النظر إليها . 		

الأسبوع الخامس/ الوحدة التدريسية التاسعة والعاشره من الوحدة: 120 دقيقة الهدف المهاري: يؤدي مهارة المحاوره المنخفضة

التقويم	البرنامج التعليمي المقترح	الأدوات	الجانب التنظيمي	المحتوى	الأهداف	الزمن	أجزاء الوحدة
الملاحظة والمتابعة	-تقسيم الطلاب حسب الفروق الفردية في المجموعات. -تقسيم المهارة إلى أجزاء فرعية.	سجل غياب- صافرة	وقوف الطلاب في قاطرات X X X X X X X X X X X X	-أخذ الغياب وتغيير الملابس وتجهيز الأدوات	-يساهم في حفظ النظام وتنفيذ التعليمات والتوجيهات -ينشط قدرات العمل الجماعي والتعاون -يقترح وقفات مريحة أثناء الأداء والاصطفاف. -يدرك أهمية الإحماء الجيد	10 ق	أعمال إدارية
	-تقديم التوجيهات الضرورية للطالب أثناء وبعد تطبيق المهارة. -التدرج من السهل للصعب. -تقديم التغذية الراجعة. تنوع المثبرات السمعية والبصرية.	صافرة- ساعة إيقاف أقماع	الجرى في صفوف == == == انتشار حر X X X X X X X X X	-الجرى حول ملعب كرة السلة . - الوثب مع تباعد الطعن جانباً . - الوثب مع تباعد القدمين . -ثني الركبتين كاملاً مع ثبات الكعبين . - ميل الجذع للأمام مع القبض على المشطين . - دوائر بالذراعين أماماً وخلفاً . - دوائر للرسغين في جميع الاتجاهات .	-يكتشف تدريبات تساعد على التهئية البدنية. - أن يؤدي الطالب تمرينات بدنية لعناصر (القدرة للذراعين - القدرة للرجلين - السرعة - المرونة_ الرشاقة- التحمل) - يجري حول ملعب كرة السلة .	10 ق	إحماء عام
تصحيح الأخطاء	-استخدام التعزيز والتشجيع والتحفيز أثناء التدريس.	كرات سلة		- من وضع الوقوف فتحاً: - ثني الركبتين نصفاً . - تبادل تمرير الكرة بين القدمين . - مراعاة النظر للأمام . - يقوم الطالب بعمل محاورة حول الرجل الأمامية ثم حول الجسم وهكذا (تكرر التدريبات حتى الإتقان) ..	- يكتسب القدرة على أداء تدريبات مختلفة بالكرة - يكتسب التوافق والتوقيت المناسب الذي يؤوله للأداء المهاري. - أن يكتسب الطالب القدرة على الأداء باليدين بنفس الكفاءة . - أن يكتسب الطالب القدرة على تركيز النظر للأمام عند أداء المحاورة . - أن يستطيع الطالب من أداء المحاورة في جميع الاتجاهات بنفس الكفاءة . - أن يستطيع الطالب من تغيير الإتجاه بالمحاورة لأكثر عدد من المرات .	10 ق	إعداد بدني خاص

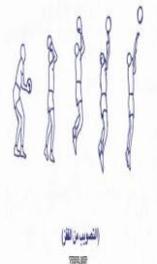
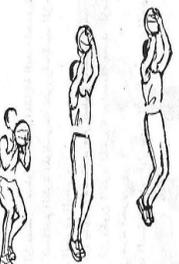
التقويم	البرنامج التعليمي المقترح	الأدوات	الجانب التنظيمي	المحتوى	الأهداف	الزمن	أجزاء الوحدة
الملاحظة وتصحيح الأخطاء		كرات سلة		<p>-المحاورة في المكان مع تغيير ارتفاع الكرة مع الإشارة ، بالمحافظة على النظر إلى الأمام.</p> <p>-يؤدي الخطوات السابقة باليد اليسرى.</p> <p>-يقف اللاعبون قطارات خلف الحد النهائي للملعب ثم المحاورة أماماً في مجموعات بطول الملعب.</p> <p>-التدريب السابق مع تغير الكرة من جانب إلى جانب وتغيير اليد المحاورة وذلك عند الإشارة</p> <p>-التدريب السابق مع تغيير اليد المحاورة بالارتكاز الخلفي على القدم الخلفية.</p>	<p>- يكتسب القدرة على الوصول الى معرفة خطوات الأداء المهارى والفن الصحيح بالمحاورة المنخفضة</p> <p>- أن يكتسب الطالب المعلومات والمعارف الخاصة بنوعى المحاورة المنخفضة والعالية والفرق بينهم .</p> <p>- أن يكتسب الطالب فهم العلاقة بين مهارة المحاورة وحركات الجسم وتكوينه لأداء هذه المهارة .</p> <p>- أن يصل الطالب الى مرحلة الإتقان لأداء مهارة المحاورة .</p> <p>- أن تنمى للطالب الإعتماد على النفس وقوة الإرادة والتصميم .</p>	40ق	الجزء الرئيس
الملاحظة وتصحيح الأخطاء	<p>-استخدام القياس معرفة مدى نجاح المهارة.</p> <p>-ربط المهارة الحالية بالمهارات السابقة.</p> <p>-التنوع في طريقة وأسلوب التدريس(التعلم التعاوني)</p> <p>-التقويم في ظروف وأوقات مختلفة.</p>	كرات سلة أقماع		<p>- تعليم المحاورة مع تغيير الاتجاه ووجود خصم ، والتبديل باليد اليمنى واليسرى .</p> <p>- التدريب على المحاورة ، مرتبطة بمهارة التميرية الصدرية</p>	<p>أن يكتسب الطالب القدرة على أداء المحاورة في جميع الاتجاهات .</p> <p>- أن يكتسب الطالب القدرة على أداء المحاورة باليدين بنفس الكفاءة .</p> <p>- أن يكتسب الطالب القدرة على ربط المحاورة بمهارات أخرى .</p> <p>- أن يكتسب الطالب التوافق والدقة .</p> <p>- أن يتدرب الطالب على الأداء في نفس ظروف المنافسة .</p> <p>- أن يكتسب الطالب الشعور بالإثارة والتشويق بوجود خصم .</p> <p>- أن يشبع الطالب الميل الى الهواية أو اللعبة</p>	40ق	تدريبات الارتقاء بالمهارة

التقويم	البرنامج التعليمي المقترح	الأدوات	الجانب التنظيمي	المحتوى	الأهداف	الزمن	أجزاء الوحدة
المتابعة والتقييم		بدون أدوات	انتشار حر X X X X X X X X X X	تمارين تهدئة لجميع أجزاء الجسم	<ul style="list-style-type: none"> - يتيح الفرصة لأداء تمارين التهدئة بعد الدرس . . - يبتدع تمارين لتهدئة عضلات الجسم العاملة أثناء الأداء المهاري . - يكتشف الشعور بالاسترخاء والراحة النفسية من خلال التنفس العميق - يصل لمستوى الشعور بالثبات الانفعالي والثقة بالنفس. 	10 ق	الجزء الختامي

أجزاء الدرس	الزمن	الواجب الحركي	وصف العمل	(الملاحظة) تعليمات وإرشادات	التوضيح
الجزء الرئيسي + جزء التقييم	25 دقيقة = 5 ق شرح ونموذج من الباحث + 20 ق تطبيق لورقة العمل	(1)	<ul style="list-style-type: none"> • قم بنفس العمل السابق ولكن مع الجري للامام على أن تكون درجة انثناء الركبتين كبيرة مع دفع الكرة من أعلى وللخلف وبزاوية ميل حتى تستطيع التقدم للأمام. 	<ul style="list-style-type: none"> • دفع الكرة أمام الجسم وللخارج قليلاً. • دفع الكرة بزاوية. • الجذع يميل قليلاً للأمام. • الأصابع منتشرة بارتخاء على الكرة. • النظر للأمام ومتابعة حركة الخصم. • تنطيط الكرة بأصابع اليد . • انقباض قوى للرسغ وأصابع اليد. • الرأس دائماً لأعلى وفي حالة متابعة ويقظة للمدافع. 	
		(2)	<p>مسابقات بين المجموعات</p> <ul style="list-style-type: none"> • تقف المجموعة عند خط البداية. • عند الصافرة ينطلق الطالب الاول بالجري بين الحواجز حتى النهاية ويعود ويسلم الكرة لزميله حتى تنتهي المجموعة. • المجموعة التي تنتهي أولاً هي الفائزة. • ومن الممكن عمل مسابقة لكل مجموعة على حدة مع حساب الزمن 	<ul style="list-style-type: none"> • تنطيط الكرة بالقرب من الجسم. • الجسم باستمرار بين الكرة والمدافع. • المحافظة على وضع ثني الركبتين حتى يمكن المحاورة المنخفضة قريباً من الركبتين • أن تكون الكرة إلى الأمام وللخارج قليلاً. 	

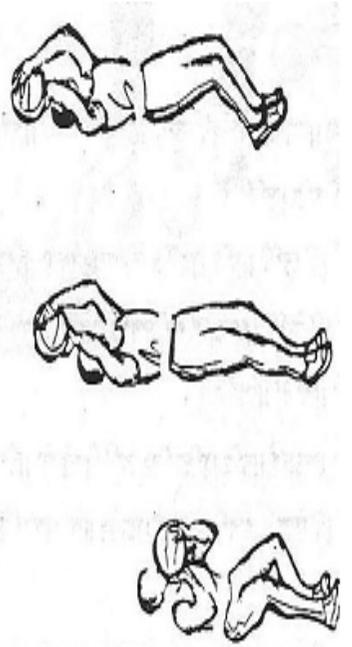
الأسبوع السادس/ الوحدة التدريسية الحادية عشر والثانية عشر زمن الوحدة: 120 دقيقة الهدف المهاري: يؤدي مهارة التصويب بالوثب

التقويم	البرنامج التعليمي المقترح	الأدوات	الجانب التنظيمي	المحتوى	الأهداف	الزمن	أجزاء الوحدة
الملاحظة والمتابعة	-تقسيم الطلاب حسب الفروق الفردية في المجموعات.	سجل غياب- صافرة	وقوف الطلاب في قاطرات X X X X X X X X X X X X	-أخذ الغياب وتغيير الملابس وتجهيز الأدوات	-ينشط قدرات العمل الجماعي والتعاون --يقترح وقات مرحة أثناء الأداء والاصطفاف. -يدرك أهمية الإحماء الجيد	10 ق	أعمال إدارية
	-تقسيم المهارة إلى أجزاء فرعية. -تقديم التوجيهات الضرورية للطلاب أثناء وبعد تطبيق المهارة.	صافرة- ساعة إيقاف أقمار	الجرى في صفوف == == == انتشار حر X X X X X X	-الجرى حول ملعب كرة السلة . - الوثب أماماً وخلفاً بالتبادل . - تبادل مد الذراع أماماً مع ثبات الحوض . - الارتكان على الكفين مع ثني الجذع أماماً	-يكتشف تدريبات تساعد على التهيئة البدنية. - أن يؤدي الطالب تمرينات بدنية لعناصر (القدرة للذراعين - القدرة للرجلين - السرعة - المرونة- الرشاقة- التحمل) . - يجري حول ملعب كرة السلة.	10 ق	إحماء عام
تصحيح الأخطاء	-التدرج من السهل للصعب. -تقديم التغذية الراجعة. تنوع المثيرات السمعية والبصرية. استخدام التعزيز والتشجيع والتحفيز أثناء التدريب.	كرات سلة	انتشار حر X X X X X X X X X X 	من وضع الوقوف : - الكتف الأيسر مواجه للحائط . - يقوم الطالب بعمل تمريرات برسغ اليد والأصابع من خلف الظهر باليد اليمنى واستقبالها والتصويب مرة أخرى تجاه هدف على الحائط	- أن يكتسب الطالب القدرة على تركيز النظر للأمام عند أداء التصويب على الهدف . - أن يكتسب الطالب القدرة على التألف مع الكرة لأنه عنصر أساسي لأداء المحاورة . - أن يكتسب الطالب المعارف والمعلومات عن الأجزاء الرئيسة التي يجب التركيز عليها لأداء مهارة التصويب من القفز . - أن يتعود الطالب على التفكير السليم في الربط بين تدريب أجزاء مختلفة من الجسم على الأداء . - أن يستطيع الطالب القدرة على التحكم في العواطف والقدرة على ضبط النفس	10 ق	إعداد بدني خاص

التقويم	البرنامج التعليمي المقترح	الأدوات	الجانب التنظيمي	المحتوى	الأهداف	الزمن	أجزاء الوحدة
الملاحظة وتصحيح الأخطاء		كرات سلة		<ul style="list-style-type: none"> - يجب أن يحتفظ اللاعب بالكرة أمام الجسم وإلى أعلى قرب الذقن. - يجب أن يقترب اللاعب بقدر المستطاع من السلة باستخدام خطوات كبيرة في حالة بعده عنها. - أن تكون الأصابع خلف الكرة أثناء التصويب. - أن تكون اليد المصوبة أقرب ما يمكن للسلة وفي أعلى ارتفاع لها. - أن يكون التصويب (غير مباشر) باستعمال لوحة الهدف، بحيث توجه الكرة الى زاوية المستطيل المنخفضة القريبة من اتجاه التصويب. - يجب أن يركز اللاعب نظره على النقطة المحددة للتصويب أثناء توجيه الكرة بالأصابع 	<ul style="list-style-type: none"> - أن يكتسب الطالب القدرة على أداء خطوات القدمين للتصويب . - أن يكتسب الطالب القدرة على أداء التصويب باليدين نحو الهدف . - أن يكتسب الطالب القدرة والربط بين خطوات القدمين والتصويب باليدين نحو الهدف . - أن يكتسب الطالب القدرة على تركيز الانتباه على الهدف الذي يتم التصويب عليه . - أن يستطيع الطالب إختيار التوقيت السليم لبداية خطوات القدمين . - أن يستطيع الطالب أداء التصويب دون يصلب رسغ اليد . - أن يتمكن الطالب من التوافق بين حركات القدمين واليدين والعين . 	40ق	الجزء الرئيسي
الملاحظة وتصحيح الأخطاء	<ul style="list-style-type: none"> -استخدام القياس معرفة مدى نجاح المهارة. -ربط المهارة الحالية بالمهارات السابقة. استخدام الرسوم والصور الموضحة لتسلسل المهارة -التنوع في طريقة وأسلوب التدريس(التعلم التعاوني) -التقويم في ظروف وأوقات مختلفة. 	كرات سلة أقماع		<ul style="list-style-type: none"> - يقوم الطالب بالوقوف مقابل اللوحة فيقوم بفرد الذراع الى أعلى مع دفع الكرة بالرسغ والأصابع تجاه اللوحة للهدف فتترد الكرة من اللوحة الى الهدف. - تكرار ما سبق (10) مرات مع مراعاة المتابعة بالرسغ والأصابع وضبط الزوايا . 	<ul style="list-style-type: none"> - أن يتمكن الطالب من ضبط زاوية التصويب من القفز. - أن يستطيع الطالب من أداء التصويب بالرسغ والأصابع . - أن يكتسب الطالب الدقة . - أن يستطيع الطالب التصويب من المكان المناسب من الهدف . - أن يتمكن الطالب من ارتداد الكرة في اللوحة قبل نزولها في الهدف . - أن يستطيع الطالب من تذكر ما اكتشفته عن أهمية الربط بين أجزاء الجسم المشتركة في أداء التصويب من القفز . - أن يكتسب الطالب مهارات عقلية كالتصور العقلي للمهارة قبل الأداء . - أن يكتسب الطالب القدرة على التعبير الصادق عن الذات . 	40 ق	تدريبات الارتقاء بالمهارة

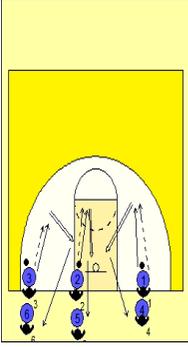
التقويم	البرنامج التعليمي المقترح	الأدوات	الجانب التنظيمي	المحتوى	الأهداف	الزمن	أجزاء الوحدة
المتابعة والتقييم		بدون أدوات	انتشار حر X X X X X X X X X X	تمرنات محدثة لجميع أجزاء الجسم	<ul style="list-style-type: none"> - يتيح الفرصة لأداء تمرينات التهدئة بعد الدرس . . - يبتدع تمرينات لتهدئة عضلات الجسم العاملة أثناء الأداء المهاري .. - يكتشف الشعور بالاسترخاء والراحة النفسية من خلال التنفس العميق - - يصل لمستوى الشعور بالثبات الانفعالي والثقة بالنفس . 	10 ق	الجزء الختامي

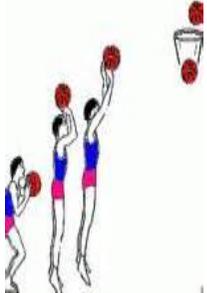
الأسبوع / السادس ورقة عمل (6) اليوم والتاريخ / الموضوع العام / كرة السلة الموضوع الخاص / التصويب بالوثب
اسم/ مجموعة التعلم التعاوني أسماء فريق العمل: (1) قائد (2) ملاحظ (3) مؤدي (4) مقرر (5) مشجع

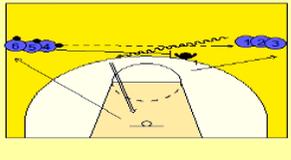
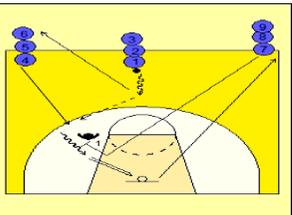
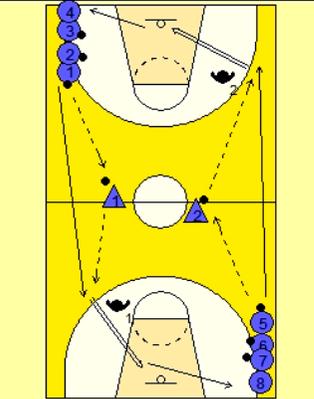
أجزاء الدرس	الزمن	الواجب الحركي	وصف العمل	(الملاحظة) تعليمات وإرشادات	التوضيح
الجزء الرئيسي + جزء التقويم	25 دقيقة = 5 ق شرح ونموذج من الباحث + 20 ق تطبيق لورقة العمل	(1)	• الوثب لأعلى من المكان لمحاولة لمس لوحة الهدف بكلتا اليدين.	• الاحتفاظ بالكرة أمام الجسم وإلى أعلى الرأس.	
		(2)	• الوثب لأعلى من المكان لمحاولة لمس لوحة الهدف بكلتا اليدين أكثر من مرة خلال نفس الوثبة.	• قرب اللاعب عن السلة.	
		(3)	• الوثب لأعلى من المكان لمحاولة لمس لوحة الهدف والحلقة والشبكة.	• وضع الأصابع خلف الكرة أثناء التصويب.	
		(4)	• التمرين السابق عقب الجري والارتقاء للوثب بكلتا القدمين.	• ثني الركبتين وفرد المشطين.	
		(5)	• الجري لاستلام الكرة من الزميل والوقوف في عدة واحدة والقدمان متوازيتان للارتقاء والقفز لأعلى ثم تمرير الكرة للزميل.	• الهبوط على قدمين	
		(6)	• الجري لاستلام الكرة من الزميل ثم القفز لأعلى والتصويب من تحت السلة.	• توجيه الكرة الى زاوية المستطيل العليا القريبة من اتجاه التصويب.	
		(7)	• يكرر التمرين السابق مع زيادة المسافة التي يصوب منها الطالب.	• تركيز النظر على النقطة المحددة للتصويب	
		(8)	• المحاورة بالكرة ثم الوقوف على عدة واحدة للارتقاء والقفز لأعلى والتصويب.	• أثناء توجيه الكرة بالأصابع.	
		(9)	• نفس التمرين السابق مع وجود منافس سلبي ثم إيجابي.		
		(9)	• الاندفاع وتصويب من القفز.		

الأسبوع السابع/ الوحدة التدريسية الثالثة عشر والرابعة عشر زمن الوحدة: 120 دقيقة الهدف المهاري: يؤدي مهارة التصويب بالوثب

التقييم	البرنامج التعليمي المقترح	الأدوات	الجانب التنظيمي	المحتوى	الأهداف	الزمن	أجزاء الوحدة
الملاحظة والمتابعة	-تقسيم الطلاب حسب الفروق الفردية في المجموعات. -تقسيم المهارة إلى أجزاء فرعية.	سجل غياب- صافرة	وقوف الطلاب في قاطرات X X X X X X X X X X X X	-أخذ الغياب وتغيير الملابس وتجهيز الأدوات	-يساهم في حفظ النظام وتنفيذ التعليمات والتوجيهات -ينشط قدرات العمل الجماعي والتعاون --يقترح وقفات مريحة أثناء الأداء والاصطفاف.	10 ق	أعمال إدارية
	-تقديم التوجيهات الضرورية للطلاب أثناء وبعد تطبيق المهارة.	صافرة- ساعة إيقاف أقمار	الجرى في صفوف == == == == انتشار حر X X X X X X X	-الجرى حول ملعب كرة السلة . - الجرى في المكان مع تبادل رفع الركبتين عالياً. - الجرى في المكان مع لمس الركبتين للمقعدة - دوران الذراعين أماماً وخلفاً . - تبادل ثني الركبتين مع مد إحدى الأمشاط خلفاً وميل الجذع للأمام .	-يكتشف تدريبات تساعد على التهيئة البدنية. - أن يؤدي الطالب تمرينات بدنية لعناصر (القدرة للذراعين - القدرة للرجلين - السرعة - المرونة - الرشاقة- التحمل) .	10 ق	إحماء عام
تصحيح الأخطاء	-التدرج من السهل للصعب. -تقديم التغذية الراجعة. تنوع المثيرات السمعية والبصرية. -استخدام التعزيز والتشجيع والتحفيز أثناء التدريس.	كرات سلة	انتشار حر X X X X X X X X X X X X 	- من وضع الوقوف فتحاً: - يقوم الطالب بتمرير الكرة من الخلف للأمام من بين الرجلين . (التمرير الارتدادى والعكس) - ويتم ضم الرجلين بعد مرور الكرة من بين الرجلين . (التكرار حتى الإتقان)	- يكتسب القدرة على أداء تدريبات مختلفة بالكرة - يكتسب التوافق والتوقيت المناسب الذي يؤهله للأداء المهاري. - أن يكتسب الطالب التوافق بين عمل اليدين والرجلين والعين - أن يكتسب الطالب الإحساس بالمسافة والمكان . - أن يكتسب الطالب ضبط المسافة والتوقيت المناسب للأداء . - أن يستطيع الطالب من أداء المحاورة بأكثر من وضع لأجزاء الجسم والربط بمهارة أخرى. - أن يكتسب الطالب المعارف والمعلومات المرتبطة بأهمية عناصر اللياقة البدنية لمهارة التصويب بالوثب	10 ق	إعداد بدني خاص

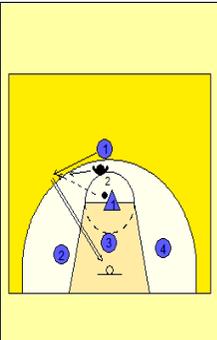
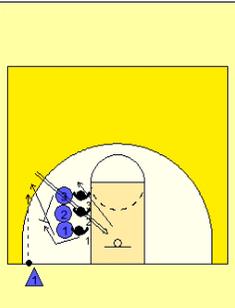
التقويم	البرنامج التعليمي المقترح	الأدوات	الجانب التنظيمي	المحتوى	الأهداف	الزمن	أجزاء الوحدة
الملاحظة وتصحيح الأخطاء		كرات سلة		<p>-وقفة الاستعداد وبزاوية 45 على اللوحة.</p> <p>-الساعد والعضد لليد المصوبة زاوية قائمة والعضد والجسم زاوية قائمة.</p> <p>-فرد هذه الذراع إلى أعلى مع دفع الكرة بالرسغ والأصابع تجاه لوحة الهدف وفي أعلى المستطيل فوق الحلقة فترتد الكرة من اللوحة إلى الهدف.</p> <p>نفس التمرين السابق إلا أنه يرفع رجل اليد المصوبة مع الذراع المصوبة ليأخذ إحساس دفع الكرة مع رفع الركبة وهو الوضع النهائي.</p>	<p>- يكتسب القدرة على الوصول الى معرفة خطوات الأداء المهارى والفسن الصحيح بالتصويب بالوثب</p> <p>- أن يكتسب الطالب القدرة على أداء الخطوات التعليمية لمهارة التصويب السلمى .</p> <p>- يؤدي المهارة بتوافق بين حركة اليدين ووالعين .</p> <p>- يؤدي المهارة يؤدي المهارة في التوقيت السليم .</p> <p>- أن يكتسب الطالب معلومات ومعارف عن أهمية الاحساس بالمكان والمسافة وكيفية تطبيقها في مهارة التصويب بالوثب .</p> <p>- أن يكتسب الطالب القدرة على تركيز الانتباه .</p> <p>- أن يكتسب الطالب القدرة على تصور التصويب بالوثب عقلياً قبل التطبيق العملي لها .</p>	40ق	الجزء الرئيس

التقويم	البرنامج التعليمي المقترح	الأدوات	الجانب التنظيمي	المحتوى	الأهداف	الزمن	أجزاء الوحدة
الملاحظة وتصحيح الأخطاء	<p>-استخدام القياس معرفة مدى نجاح المهارة.</p> <p>-ربط المهارة الحالية بالمهارات السابقة.</p> <p>استخدام الرسوم والصور الموضحة لتسلسل المهارة</p> <p>-التنوع في طريقة وأسلوب التدريس(التعلم التعاوني)</p> <p>-التقويم في ظروف وأوقات مختلفة.</p>	كرات سلة أقماع		<p>- من على الجانب المناسب للطالب يمين أو يسار ارفع الركبة اليمنى أو اليسرى والتصويب (حسب جهة المصوبة).</p> <p>- يأخذ الطالب خطوة بالقدم اليسرى ويصوب.</p> <p>- يقوم الطالب بأخذ خطوة يمين ثم خطوة يسار والتصويب (التكرار 10 مرات)</p>	<p>- أن يتدرب الطالب على رفع ركبة القدم اليمنى أو اليسرى الارتفاع المناسب الذي يؤهله للتصويب .</p> <p>- أن يتدرب الطالب على أداء خطوات القدمين وضبط المسافات .</p> <p>- أن يستطيع الطالب الربط بين خطوات القدمين والتصويب نحو الهدف .</p> <p>- أن يتدرب الطالب على الارتفاع بقوة الارتفاع للوصول للارتفاع المناسب للتصويب.</p> <p>- أن يكتسب الطالب المعلومات الكافية عن وصول الجسم لأقصى مد ممكن لعضلاته أثناء التصويب .</p> <p>- أن يكتسب الطالب القدرة على إتقان أداء خطوات التصويب السليمة والتصويب</p> <p>- أن يعود الطالب بتكرار الأداء على تثبيت وإتقان المهارة .</p> <p>- أن يكتسب الطالب الصبر والمثابرة .</p>	40 ق	تدريبات الارتفاع بالمهارة
المتابعة والتقويم		بدون أدوات	انتشار حر	تمرنات تهدئة لجميع أجزاء الجسم	<p>- يتيح الفرصة لأداء تمرينات التهدئة بعد الدرس . .</p> <p>- يتدع تمرينات لتهدئة عضلات الجسم العاملة أثناء الأداء المهاري ..</p> <p>- يكتشف الشعور بالاسترخاء والراحة النفسية من خلال التنفس العميق</p> <p>- - يصل لمستوى الشعور بالثبات الانفعالي والثقة بالنفس .</p>	10 ق	الجزء الختامي

أجزاء الدرس	الزمن	الواجب الحركي	وصف العمل	(الملاحظة) تعليمات وإرشادات	التوضيح
الجزء الرئيسي + جزء التقييم	25 دقيقة= 5 ق شرح ونموذج من الباحث + 20 ق تطبيق لورقة العمل	(1)	<ul style="list-style-type: none"> ● يقف اللاعبان في مجموعتين (أ-ب) متقابلتين على جانب الملعب - يقوم اللاعب الأول من المجموعة (ب) بتمرير الكرة للاعب الأول من المجموعة (أ) ويقوم بعمل حجز له - لاعب المجموعة (أ) يستلم الكرة ويقوم بعمل محاوره مستفيدا من الحجز والتصويب من المنطقة الثلاثية . - يتم انتقال اللاعبين كالتالي : لاعب المجموعة (أ) يستحوذ الكرة وينتقل إلى المجموعة (ب) ولاعب المجموعة (ب) ينتقل للمجموعة (أ) ● يقف اللاعبون في ثلاث مجموعات (أ- ب - ج) عند منتصف الملعب كما في الشكل رقم (2) 	<ul style="list-style-type: none"> ● مراعاة سرعة خروج الكرة من يد اللاعب وارتفاعها لتكون الكرة بعيدة عن الخصم ● مراعاة السرعة والدقة معاً ● التركيز على أهمية الدقة كعنصر هام في مراحل أداء الحركة وتحقيق هدفها بدفع وتوجيه الكرة بإمعان وتدقيق اتجاه السلة وخاصة " نقطة التنشين" المتناهية الدقة التي يركز عليها اللاعب في تصويباته ● التحكم والسيطرة في الأداء. ● الأداء تحت ضغوط (التعب). ● القدرة على الأداء في الظروف المختلفة ● إتقان استراتيجيات الحركة المخصصة لاستخدام التصويب تساعد على إتقان عملية التصويب ● كلما قلت المسافة زادت دقة التصويب ● الاستفادة من اللاعبين طوال القامة للتصويب من المناطق القريبة من السلة 	
		(2)	<ul style="list-style-type: none"> - لاعب المجموعة (ب) يقوم باستلام الكرة وعمل ستار على المدافع عند خط الرمية الحرة - لاعب المجموعة (ب) يقوم بالقطع وعمل ستار على المدافع عند خط الرمية الحرة - لاعب المجموعة (ب) يقوم باستلام الكرة وعمل محاورة والدخول مستفيدا من الحجز على السلة والتصويب من القفز تحت ضغط دفاع . - يتم انتقال اللاعبين كالتالي : لاعب المجموعة (أ) ينتقل إلى المجموعة (ب) لاعب المجموعة (ب) ينتقل للمجموعة (ج) لاعب المجموعة (ج) ينتقل للمجموعة (أ) ● يقف اللاعبان في مجموعتين كما في الشكل رقم (3) - يقوم اللاعب الأول في كل مجموعة بتمرير الكرة للمدرب الموجود في منتصف الملعب والانتقال إلى الملعب الآخر . - يقوم المدرب بتمرير الكرة للاعب الأول من كل مجموعة عند خط الرمية الثلاثة 		
		(3)	<ul style="list-style-type: none"> - يقوم اللاعب باستلام الكرة والتصويب من خارج منطقة الثلاث نقاط تحت ضغط من المدافع . يتم تنقل اللاعبين كالتالي : بعد التصويب يستحوذ على الكرة وينتقل اللاعب إلى المجموعة الأخرى كما في الشكل (3) 		

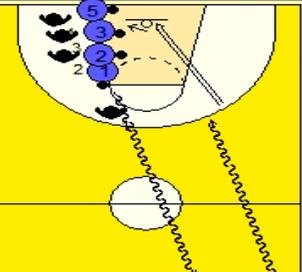
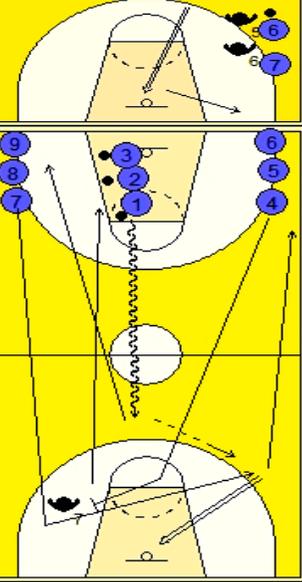
الأسبوع الثامن/ الوحدة التدريسية الخامسة عشر والسادسة عشر زمن الوحدة: 120 دقيقة الهدف المهاري: يؤدي مهارة التصويب بالوثب

التقويم	البرنامج التعليمي المقترح	الأدوات	الجانب التنظيمي	المحتوى	الأهداف	الزمن	أجزاء الوحدة
الملاحظة والمتابعة	-تقسيم الطلاب حسب الفروق الفردية في المجموعات. -تقسيم المهارة إلى أجزاء فرعية.	سجل غياب- صافرة	وقوف الطلاب في قاطرات X X X X X X X X X X X X	-أخذ الغياب وتغيير الملابس وتجهيز الأدوات	-يساهم في حفظ النظام وتنفيذ التعليمات والتوجيهات -ينشط قدرات العمل الجماعي والتعاون -يقترح وقفات مريحة أثناء الأداء والاصطفاف.	10 ق	أعمال إدارية
	-تقديم التوجيهات الضرورية للطلاب أثناء وبعد تطبيق المهارة. -التدرج من السهل للصعب. -تقديم التغذية الراجعة. تنوع المثبرات السمعية والبصرية.	صافرة- ساعة إيقاف أقمار	الجرى في صفوف انتشار حر X X X X X X X X X	-الجرى حول ملعب كرة السلة . - الوثب أماماً وخلفاً ، وفتح وضم الرجلين . - تبادل ثني الركبتين وميل الجذع خلفاً . - لف الحوض للدخل مع ثبات الظهر للأرض	-يكتشف تدريبات تساعد على التهيئة البدنية. - أن يؤدي الطالب تمارين بدنية لعناصر (القدرة للذراعين - القدرة للرجلين - السرعة - المرونة - الرشاقة - التحمل) . - يجري حول ملعب كرة السلة.	10 ق	إحماء عام
تصحيح الأخطاء	-استخدام التعزيز والتشجيع والتحفيز أثناء التدريس.	كرات سلة	انتشار حر X X X X X X X X X 	- من الجلوس : - يقوم الطالب بأداء التصويب تجاه الحائط باليدين مع مراعاة المتابعة بالرسغ ثم ترتد الكرة من الحائط الى الأرض ثم الطالب للتكرار مرة أخرى .(تكرار التمرين لأكبر عدد من المرات حتى الإتقان)	- يكتسب القدرة على أداء تدريبات مختلفة بالكرة - يكتسب التوافق والتوقيت المناسب الذي يؤهله للأداء المهاري. - أن يكتسب الطالب القدرة على التصويب باليدين وتكون المتابعة برسغ اليدين . - أن يركز على مكان التصويب على الحائط . - أن يكتسب الطالب القدرة تحليل مهارة التصويب بالوثب حركياً قبل الأداء . - أن يكتسب الطالب القدرة على الاعتماد على النفس وقوة الإرادة والتقييم .	10 ق	إعداد بدني خاص

التقويم	البرنامج التعليمي المقترح	الأدوات	الجانب التنظيمي	المحتوى	الأهداف	الزمن	أجزاء الوحدة
الملاحظة وتصحيح الأخطاء		كرات سلة		<ul style="list-style-type: none"> -تمرنات لتعليم التصويب بالوثب من اليمين واليسار، باليد اليمنى واليسرى. -من على جانب السلة، الكرة منخفضة ارفع الركبة اليمنى وصوب باليد اليمنى. -خطوة وصوب. -خطوتين ثم التصويب. -اليدين لأعلى والاندفاع وتصويب من القفز. -بدء المحاورة ومسك الكرة مع الوثب. -الاندفاع وتصويب من القفز. 	<ul style="list-style-type: none"> - أن يكتسب الطالب القدرة على أداء التصويب بالوثب بتوقيت سليم ودقة عالية. - أن يستطيع الطالب الوصول الى الآلية في الأداء . - أن يصل الطالب الى أعلى درجات التوافق بين الخطوات للقدمين والتصويب باليدين والنظر للهدف - أن يكتسب الطالب مهارات عقلية كالتصور العقلي لمهارة التصويب بالوثب قبل الأداء مباشرة . - أن يكتسب الطالب على تنشيط أجزاء مختلفة في المخ للعمل كالقدرة على التذكر وتركيز الانتباه . - أن ينشط الطالب القدرات الإبداعية والإبتكارية لديها . - أن يكتسب الطالب القدرة على التعبير الصادق عن الذات . 	40ق	الجزء الرئيس
الملاحظة وتصحيح الأخطاء	<ul style="list-style-type: none"> -استخدام القياس معرفة مدى نجاح المهارة. -ربط المهارة الحالية بالمهارات السابقة. استخدام الرسوم والصور الموضحة لتسلسل المهارة -التنوع في طريقة وأسلوب التدريس(التعلم التعاوني) -التقويم في ظروف وأوقات مختلفة. 	كرات سلة أقماع		<ul style="list-style-type: none"> - أداء المحاورة باليد اليمنى ثم أخذ الخطوات ثم التصويب . - أداء التمرير من فوق الرأس بواسطة زميل ثم المحاورة ثم التصويب بالوثب . (التكرار 10 مرات) 	<ul style="list-style-type: none"> - أن يكتسب الطالب القدرة على الربط بين المهارات قيد البحث بدقة وتوافق . - أن يساهم الطالب في الأداء مع زميلة بتوافق وتوقيت سليم . - أن يكتسب الطالب القدرة على ضبط المسافة والإحساس بها. - أن يحل مشكلة القدرة على فهم العلاقة بين التمرير من فوق الرأس والمخاطرة والتصويب السلمي - أن يستطيع الطالب القدرة على التقويم الذاتي . - أن يكتسب الطالب الخلق الرياضي كالصدق والأمانة واحترام السلطة . - أن ينشط قدرات العمل الجماعي والتعاون . 	40ق	تدريبات الارتقاء بالمهارة

التقويم	البرنامج التعليمي المقترح	الأدوات	الجانب التنظيمي	المحتوى	الأهداف	الزمن	أجزاء الوحدة
المتابعة والتقويم		بدون أدوات	انتشار حر X X X X X X X X X X	تمرنات تهدئة لجميع أجزاء الجسم	<ul style="list-style-type: none"> - يتيح الفرصة لأداء تمرينات التهدئة بعد الدرس. - يتدع تمرينات لتهدئة عضلات الجسم العاملة أثناء الأداء المهاري. - يكتشف الشعور بالاسترخاء والراحة النفسية من خلال التنفس العميق - يصل لمستوى الشعور بالثبات الانفعالي والثقة بالنفس 	10 ق	الجزء الختامي

اسم/ مجموعة التعلم التعاوني أسماء فريق العمل: (1) قائد (2) ملاحظ (3) مؤدي (4) مقرر (5) مشجع

أجزاء الدرس	الزمن	الواجب الحركي	وصف العمل	(الملاحظة) تعليمات وإرشادات	التوضيح
الجزء الرئيسي + جزء التقويم	25 دقيقة = 5 ق شرح ونموذج من الباحث + 20 ق تطبيق لورقة العمل	(1)	<ul style="list-style-type: none"> يقسم اللاعبين إلى نصفين فريق مصوب وفريق مدافع يقف اللاعبون عند المنطقة المحرمة في كل ملعب كما في الشكل رقم (1) ومعه الكرة ويقابله مدافع . يقوم اللاعب المصوب من كل مجموعة بالمحاورة بطول الملعب تحت ضغط من المنافس والتصويب من منطقة الثلاث نقاط . بحسب التدريب بالتكرار 10 تكرارات لكل لاعب وتحب نسبة النجاح. نقل كل لاعب إلى المجموعة الأخرى بعد الاستحواذ على الكرة كما في الشكل (1) 	<ul style="list-style-type: none"> التحكم والسيطرة على العضلات ومفاصل الجسم للاستعداد للقفز والتصويب. يتطلب اللاعب المصوب استخدام السرعة والمباغثة عند عملية القفز. يتطلب من اللاعب التركيز بشكل جيد على السلة قبل وعند التصويب. الوصول إلى أعلى نقطة عند التصويب وبشكل عمودي، ومن ثم النزول إلى نفس النقطة تقريباً الرؤية الجيدة للحلقة. الوثب لأعلى. التدريب المستمر على التصويب بالوثب. القوة المتوسطة. التركيز على الحلقة قبل التصويب فقط. زاوية التصويب من 30 يميناً على 30 يساراً. زاوية سقوط الكرة على الحلقة من 30-40 درجة. مسك الكرة والأصابع منتشرة عليها. وضع القدمين على أرضية الملعب. ثقة اللاعب بنفس هو زملائه مدربه. قربه من اللوحة أو بعده عند التصويب. التوافق بين الطرف السفلي والعلوي وزاوية الانطلاق. 	
		(2)	<ul style="list-style-type: none"> يقف اللاعبون في ثلاث مجموعات (أ- ب - ج) لاعب المجموعة الأولى يقوم بالمحاورة للوصول لمنتصف الملعب الأخر . لاعب المجموعة (ب) لاعب رقم (7) كما في الشكل رقم (2) يقوم بالقطع من خلف الستار واستلام الكرة من (1) والتصويب على السلة . لاعب المجموعة (ج) يقوم بالقطع وعمل ستار للاعب المصوب من المجموعة (ب) . انتقال اللاعبين كالتالي : لاعب المجموعة (أ) ينتقل إلى المجموعة (ب) لاعب المجموعة (ب) ينتقل للمجموعة (ج) لاعب المجموعة (ج) ينتقل للمجموعة (أ) كما في الشكل (2) 		

ملحق (5): صور خاصة بالبرنامج التعليمي





