



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The effect of a manufactured educational method in improving the technical performance and digital level of the high jumping event for female students

Marawah eimad muhan ¹ Lamyah Hassan Mohamed ² haydar Mahdi eabd alsaahib ³

Mayasa Abdul Ali Kazem ⁴

University of Basra – College of Education and Sports Sciences ^{1 2 3}

University of Kufa– College of Education and Sports Sciences ⁴

Article information

Article history:

Received 20/11/2023

Accepted 8/ 1/2023

Available online 15, Jan, 2024

Keywords:

Teaching methods, artistic performance, jumping events, arena and field, teaching methods



website

Abstract

The most important objectives of the research were to prepare a proposed educational curriculum using a manufactured educational method to teach the effectiveness of high jumping to female students. As for the research hypotheses, there are differences between the pre- and post-tests for the control and experimental groups. We used the experimental approach and designed two equal groups to suit the nature of the problem to be solved. The educational program was applied to a sample of (30) female students from the first stage in the College of Physical Education at the University of Basra, with (15) female students for each group. The educational units included exercises on devices, tools, and methods. The application of the educational units continued for a period of (8) weeks, at the rate of an educational unit for each week. The researchers used the principle of gradualism in teaching a skill, and we concluded that there is a positive effect of using the manufactured educational method in providing means of safety, appreciating the educational atmosphere, and forming motivation for students. We also recommended emphasizing the design of and the use of auxiliary educational devices for their role in providing means of safety and improving the level of performance.



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تأثير وسيلة تعليميه مصنعه في تحسين الاداء الفني والمستوى الرقمي لفعالية القفز العالي للطلبات

مروة عماد موحان¹ ID ✉، لمياء حسن محمد الديوان² ID ✉، حيدر عبد المهدي عبد الصاحب³ ID ✉، مياسة عبد علي كاظم⁴ ID ✉

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة البصرة^{1 2 3}

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الكوفة⁴

المخلص

كانت اهم أهداف البحث اعداد منهاج تعليمي مقترح باستخدام وسيلة تعليمية مصنعة لتعليم فعالية القفز العالي للطلبات. اما فروض البحث هنالك فروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية. واستخدمنا المنهج التجريبي وبتصميم المجموعتين المتكافئة لملائمته لطبيعة المشكلة المراد حلها , وتم تطبيق البرنامج التعليمي على عينة قوامها (٣٠) طالبة من المرحلة الاولى في كلية التربية الرياضية جامعة البصرة، وبواقع (١٥) طالبة لكل مجموعة , وتضمن الوحدات التعليمية تمارين علي اجهزة وادوات و الوسيلة المصنعة ، واستمر تطبيق الوحدات التعليمية مدة (٨) اسابيع وبواقع وحدة تعليمية لكل اسبوع، وقد استخدم الباحثون مبدا التدرج في تعليم مهارة ، واستنتجنا وجود تأثير ايجابيا لاستخدام الوسيلة التعليمية المصنعة في توفير وسائل الامان وتقدير الاجواء التعليمية وتشكيل دافعية للطلبات كما اوصينا على التأكيد على تصميم واستخدام الأجهزة التعليمية المساعدة لدورها في توفير وسائل الامان تطوير مستوى الاداء.

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2023 / 11 / 20

القبول : 2023 / 1 / 8

التوفر على الانترنت: 15 يناير, 2024,

الكلمات المفتاحية :

الوسائل التعليمية ، الاداء الفني ، فعاليات القفز ، الساحة والميدان ، طرائق التدريس

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

أصبح على المدرس ان يهيأ للمتعلمين بيئة تعليمية تساعدهم على اكتساب المعارف بسهولة باستعمال وسائل تعليمية تعمل على الاثارة والتشويق وتؤمن مشاركة فاعلة لجميع الطلبة عند تلقي المعلومات، والتأكيد على تقديم حلول للمشكلات التي تصادف الطلبة خلال التعليم.

أن أحد المهام الجديدة للمدرس هي التفكير بجديّة لإدخال وسائل تعليميه مصنعه في دروسه ليستعملها في الوقت والمكان المناسبين وعليه ان يحدد أهميتها وصلاحيتها في رفد الطلبة بوسيلة تعليمية حديثة تساعدهم في الوصول إلى الهدف المطلوب تحقيقه بأقل جهد وبأسرع وقت (Oudah et al., 2022) فضلا عن تسريعه عملية التعلم اعتمادا" على المبادئ الأساسية في التعليم للمهارات الحركية , ونظرا" لأهمية فعالية القفز العالي فقد تم إدخالها في مناهج أقسام وكليات التربية الرياضية وفروع التربية الرياضية في المعاهد لغرض تخريج كوادر كفؤة تعمل في مجال التعليم والتدريب (Aldewan et al., 2015) وان هذه الفعالية تعتمد بشكل أساسي على درجة إتقان خطواتها نظرا" لما تمتاز به من متغيرات سريعة وكثيرة في الأداء والانجاز ، وهذا الأمر يتطلب بذل المزيد من الجهد والوقت من قبل المدرس لغرض إتقان هذه الفعالية لذلك قام الباحثون بتصنيع وسيلة تعليمية حديثة تعد من تقنيات التعلم للمساعدة في تعليم طالبات المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة -جامعة البصرة فعالية القفز العالي بطريقة فوسبري فلوب , لان الوسائل يمكن بواسطتها العمل على إتقان وتطوير الأداء كونها توصلنا للغاية وهي تطوير عملية التعلم والإسراع بها للوصول إلى الهدف المطلوب (M. A. R. Kazem et al., 2021) (Mustafa Abdul Reda Kazem et al., 2021)

وتكمن أهمية البحث في اعداد وابتكار وسيلة تعليمية مساعدة وأعداد وحدات تعليمية لتحسين الاداء الفني والمستوى الرقمي لفعالية القفز العالي مما قد ينشأ عنها تطوير الطرائق المستخدمة حاليا , أن هذه الدراسة ستسهم في تعريف مدرسي مادة الساحة والميدان بوسيلة تعليمية حديثة الدخول لتعليم الطالبات هذه الفعالية ويأمل الباحثون أن تضعوا جهودهم بين أيدي العاملين في العملية التعليمية من اجل الإفادة منها.

1- 2 مشكلة البحث:

الكثير من التربويين الآن ينادون بضرورة جعل المتعلم مركزا للعملية التعليمية وان يكون له دور ايجابي ومؤثر في عملية التعلم اذ يكون مشاركا فاعلا فيما يتلقاه من معرفة داخل اسوار المؤسسة التعليمية وخارجها , لذلك قام الباحثون بتصنيع تقنية تعليمية حديثة لفعالية القفز العالي بطريقة فوسبري فلوب وتعد من الوسائل التي يمكن بواسطتها العمل على إتقان وتطوير الأداء لتحقيق الغاية وهي تطوير عملية التعلم والإسراع بها للوصول إلى الهدف المطلوب . وأنه علينا أن نراعي تجريب وسائل وأجهزة عند تدريس فعاليات الساحة والميدان وبالخصوص تعليم فعالية القفز العالي بوسائل جديدة تثير اهتمام الطالبات وتدفعهم إلى التعليم وتشوقهم إلى المعرفة والمشاركة مع المدرس بخبراتهم السابقة للأداء الافضل، وتراعي الفروق الفردية (Kadhim, 2020) وتساعد على تحقيق أهداف المنهج ، وتتفق مع طبيعة النشاط العقلي للطالبات كي يترك أثراً كبيراً في تحقيق أهداف المادة ويكون دور الطالبات فيها اساسيا في جميع مراحل الدرس وهذا ما توصي به التربية الحديثة .

ولان فعالية الوثب العالي إحدى مفردات مقرر الساحة والميدان في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة (المرحلة الأولى) وينبغي على الطالبات تعلمها وإتقانها والإلمام بجوانبها الفنية والمعرفية الخاصة بها ، إذ أن بدون الإتقان الجيد للأداء سيكون من الصعب تنفيذ متطلباتها ولكون الباحثون درسوا ومارسوا هذه الفعالية لاحظوا وجود صعوبة في عملية تعلمها بسبب الاعتماد الكلي على الأساليب التعليمية المتبعة التي تعتمد في معظم الأحيان على طريقة الشرح والعرض (النموذج الحي) أي ان المدرس يعرض الحركة ثم ينفذها الطالب ، لذا ارتأى الباحثون تصنيع جهاز تعليمي واستعماله كوسيلة تعليمية أثناء التدريس ، و قمنا بأعداد وحدات تعليمية لأحدى الفعاليات الصعبة التعلم وتسهيل وضمان عملية تعلمها وتسريعها فضلا عن الاقتصاد بالجهد والوقت وتشويق المتعلم وصولاً إلى التعلم الأمثل.

3-1 أهداف البحث:

- 1- أعداد وحدات تعليمية باستخدام وسيلة تعليمية مصنعه لتعليم فعالية القفز العالي للطالبات .
- 2- التعرف على مستوى الأداء والمستوى الرقمي في فعالية القفز العالي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة

4-1 فرضيات البحث

- 1-توجد فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث في مستوى الأداء والمستوى الرقمي في فعالية القفز العالي ولصالح المجموعة التجريبية.
- 2- توجد فروق معنوية بين الاختبارين البعديين لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في مستوى الأداء والمستوى الرقمي في فعالية القفز العالي ولصالح التجريبية.

1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: طالبات المرحلة الأولى - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة البصرة.

1-5-2 المجال المكاني: ملعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة البصرة

1-5-2 المجال الزمني: الفترة من 2022/2/25 ولغاية 2022/5/25

2- الدراسات النظرية:

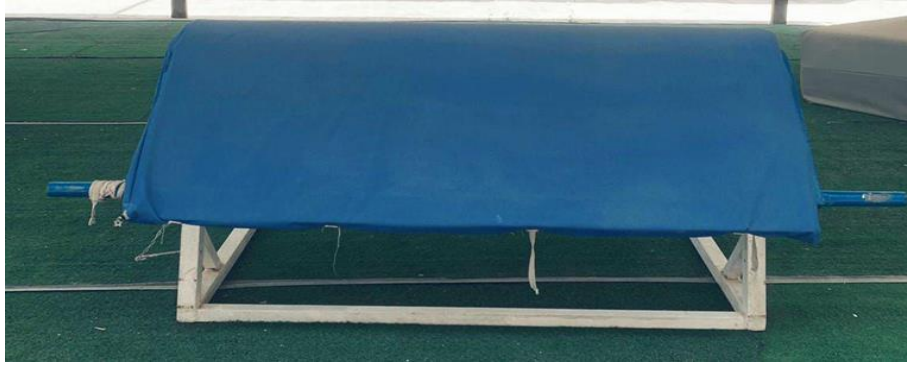
2-1 الوسائل التعليمية المساعدة: لقد اثبتت الدراسات اهمية الاستخدامات التطبيقية لبعض الادوات والاجهزة المختلفة منفردة كانت او مجتمعه في عملية التعلم وهذه الاهمية شملت في مساعدة الافراد على فهم واجتياز المراحل التعليمية المختلفة وبالتالي اسهمت في تقليل الجهد والتكاليف واختصار الوقت.

2-2 الوسيلة التعليمية المصنعة: وهي عبارة عن جهاز ميكانيكي يساعد في تعليم مرحلتي النهوض وعبور العارضة بالقفز العالي بطريقة فوسبري وصنعت الوسيلة من الحديد على شكل لوح مقوس مغلف بالإسفنج والجلد يشبه مرتبة الهبوط من ناحية الغلاف الخارجي وقابل للحركة عن طريق محور رئيسي بالإضافة الى امكانية التحكم بارتفاع الجهاز او انخفاضه حسب طول او قصر المتعلمين مع وجود وسائل اسفنجية لتوفير وسائل الحماية والامان. والاشكال (1,2) توضح الوسيلة المصنعة.



شكل (1)

يوضح الوسيلة التعليمية المصنعة من الجانب



شكل (2)

يوضح اللوح المقوس في الوسيلة التعليمية المصنعة

3-2 مواد التصنيع الوسيلة المصنعة

- 1- أنابيب معدنية ذات مقطع مدور 2- أنابيب معدنية ذات مقطع مستطيل
- 3- محور تدوير (بوربون) مع شفت 4- قبضات مطاطية (مسكات من الجانب)
- 5- وسائد اسفنجية دائرية ومسطحة

3-3 مميزات الوسيلة المصنعة

أن من اهم مميزات الوسيلة التعليمية المصنعة هو توفير الوقت والجهد وعنصر السلامة والأمان وتكسر حاجز الخوف عند المتعلم كما أنها توفر عنصر التشويق والاثارة لدى المتعلمين .

3-4 الية استخدام الوسيلة المصنعة : تثبت الوسيلة امام البساط الاسفنجي ويستعاض به عن العارضة يؤدي المتعلم مرحلة النهوض وعبور العارضة بمساعدة الوسيلة وهنا تعمل الوسيلة لمرحلة العبور فقط لأنها مصممة على أساس المتغيرات التي تصب في زيادة عملية التعلم فضلا عن ان الوسيلة تعمل من الثبات ومن خطوة اقتراب واحدة او اكثر ويعمل الجهاز على تشكيل قوس الظهر للمتعلمين اثناء الطيران والمهم لعملية الاجتياز الصحيحة ومن الممكن مساعدة المتعلم عن طريق رفع اسفل اللوح المقوس الى الامام واعطاء اللاعب قوه دفع للأعلى والخلف ليتمكن من اجتياز العارضة بنجاح بالإضافة الى ان الوسائد الاسفنجية تقلل من احتمال الاصابة فيما لو استخدم اللاعب العارضة المعدنية .

3-1 منهج البحث: لقد استخدم الباحثون المنهج التجريبي وتصميم المجموعتين المتكافئة لملائمته لطبيعة المشكلة المراد حلها .

3-2 مجتمع البحث وعينته : قام الباحثون بتحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم طلاب المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة البصرة والبالغ عددهم (189) طالباً. وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية البسيطة من شعب الطالبات فقط والبالغ عددهن (30) طالبة , وتم تقسيم العينة الى مجموعتين ومثلت شعبة (ح) المجموعة التجريبية بقوام (15) طالبة. ومثلت شعبة (ز) عينة المجموعة الضابطة بقوام (15) طالبة , إذ مثلن نسبة (15.87%) من مجتمع البحث .

الجدول (1)

يبين مجتمع وعينة البحث

المرحلة الأولى	المجموعات	العدد الكلي للشعبة	عينة البحث	النسبة المئوية	المستبعدون ن (*)	النسبة المئوية	التجربة الاستطلاعية	عينة المجموع
شعبة (ح)	المجموعة الضابطة	28	15	%50	5	53.5 %	5	15
شعبة (ز)	المجموعة لتجريبية	30	15	%50	15	%50	5	15

3-3 وسائل وأجهزة جمع المعلومات:

1- المصادر العربية والأجنبية.2- استمارة استبيان خاصة بمدى صلاحية المنهاج التعليمي .
3 - استمارة استبيان خاصة بمدى صلاحية عمل الوسيلة التعليمية 4- جهاز الرستاميتز لقياس الطول
5- ميزان طبي لقياس الوزن 6- ساعة توقيت 7-اطواق 8- كاميرا نوع كانون .
3-4 التجربة الاستطلاعية : تم اجراء وحده تعريفية وعلى افراد المجموعة التجريبية وذلك للوقوف على اهم الملاحظات للتأكد من الوقت المستغرق في تنفيذ التمارين والتعرف على الصعوبات المتوقعة عند تنفيذ الدرس ووضع الحلول المناسبة لها.

3-5 تقييم مستوى الاداء الفني للقفز العالي : تم اعداد استمارة وضعت فيها مراحل فعالية القفز العالي الاربع وقدمناها الى السادة الخبراء وطلبنا منهم أن يوزعوا ال (10) درجات وهي الدرجة النهائية للأداء على المراحل الاربعه وقد اتفقوا على ان تكون :-

1- مرحلة الاقتراب 2 درجة

2- مرحلة الارتقاء 3 درجة

3- مرحلة الطيران 3 درجة

4- مرحلة الهبوط 2 درجة

وبعد أن تم تصوير الاختبار القبلي والبعدي لأداء المجموعتان تم تهيئة قرص CD يحتوي على فيديوهات للأداء القبلي والبعدي لكل طالبة حيث لبست كل طالبة اثناء الاداء رقما يدل تسلسل اسمها في استمارة التقييم ليكون واضحا أمام لجنة التحكيم

3-6 تقييم المستوى الرقمي لفعالية القفز العالي

تؤدي الطالبة القفز العالي وتقوم مدرسة المادة بتقييمها بعد منح كل طالبة ثلاث محاولات لكل ارتفاع , وتختار اعلى محاولة ناجحة حققتها كل طالبة

3-5 الاختبار القبلي : تم اجراء الاختبارات القبالية للأداء الفني للمجموعتين بتاريخ 1 / 3 / 2022 في ملعب الكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة البصرة .

3-6 الوحدات التعليمية : قام الباحثون بأعداد الوحدات التعليمية باستخدام الوسيلة المصنعة بالاستعانة بمصادر طرائق التدريس ورياضة الساحة والميدان مع الاستفادة من اراء الخبراء والمختصين , ولمدة (4) أسابيع تم تطبيق (8) وحدات تعليمية بواقع وحدتين تعليمية في الاسبوع وحسب جدول الدروس المقرر من قبل الفرع العلمي ويزمن (90) دقيقة للوحدة التعليمية الواحدة , تنقسم الى ثلاث اقسام , القسم الاول (التمهيدي) الذي كان مدته (20) دقيقة يحتوي على تمارين الاحماء من اجل تهيئه الجسم لنوع النشاط الممارس , اما القسم الرئيسي (65) دقيقة وكان زمن النشاط التعليمي(15) دقيقة حيث تقوم المدرسة بشرح المهارة المطلوبة مع العرض والاداء مع الاستعانة بالوسائل المساعدة (المصنعة). اما النشاط التطبيقي فقد اخذ من الزمن (50) دقيقة , و (10) دقائق للقسم الختامي .

13-7 الاختبارات البعدية: تم اجراء الاختبارات القبالية لعينة البحث للأداء الفني باستخدام الوسيلة المصنعة للمجموعتين التجريبية والضابطة بتاريخ 3 / 5 / 2022 في ملعب الكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة البصرة.

3-8 الوسائل الإحصائية: استعمل الباحثون الحقيبة الإحصائية SPSS,Ver16 لتحليل النتائج

4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج

الجدول (2)

يبين قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمته(ت) المحسوبة والجدولية لدرجات تقييم الأداء الفني للمجموعتين في الاختبارين القبلي والبعدي

النتيجة	قيمة (ت) المحسوبة	البعدي		القبلي		مراحل الاداء	المجموعات
		ع	س	ع	س		
معنوي	7,2	0,16	1,23	0,15	0,80	الاقترب	المجموعة الضابطة
معنوي	7,7	0,24	1,64	0,23	0,94	الارتقاء	

معنوي	9	0,22	1,65	0,21	0,89	الطيران	المجموعة التجريبية
معنوي	3,5	0,20	1,13	0,12	0,91	الهبوط	
معنوي	9,4	0,14	1,25	0,21	0,78	الاقتراب	
معنوي	10	0,23	1,71	0,16	1,00	الارتقاء	
معنوي	11,6	0,20	1,77	0,11	1,06	الطيران	
معنوي	7,6	0,20	1,29	0,13	0,82	الهبوط	

*قيمة (ت) الجدولية تحت درجة حرية (14) ومستوى معنوية (0,05) = 2,14

جدول (3)

يبين قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية للمستوى الرقمي القبلي والبعدي لمجموعتين الضابطة والتجريبية

النتيجة	قيمة (ت) المحتسبة	البعدي		القبلي		المستوى الرقمي
		ع	س	ع	س	
معنوي	4	2,78	1,13	1,14	94,2	المجموعة الضابطة
معنوي	5	2,21	1,22	1,27	95,6	المجموعة التجريبية

* قيمة (ت) الجدولية تحت درجة حرية (14) ومستوى معنوية (0,05) = 2,14

ومما تقدم يرى الباحثون ان هناك تطورا واضحا في الأداء الفني والمستوى الرقمي ويعزو الباحثون ذلك الى التمارين التي احتوتها الوحدات التعليمية باستخدام الوسيلة التعليمية المصممة والتي ساعدت في توفير متطلبات الاداء بنوعها الاولى هو المتطلبات التعليمية من حيث توفير وسائل الامان والذي ساهم في اعداد عينة البحث من الناحية النفسية والمعنوية فضلا عن المساهمة في تطوير مرحلة النهوض وعبور العارضة عن طريق اعطاء العينة القوة المساعدة الازمة لتحويل مسار مركز ثقل الجسم من الاتجاه الافقي الى الاتجاه الاعلى - الامام وكذلك اعطاء قوس الظهر الشكل الملائم لعملية الاجتياز بطريقة فوسبوري فلوب والذي يعمل على ابعاد جسم الطالبة عن العارضة بأفضل مسافة ممكنة للمحافظة على مستوى رقمي جيد اذ ان طريقة فوسبوري فلوب تعمل على مرور جسم الطالبة من فوق العارضة حيث يمركز ثقل الجسم من اسفلها لحظة الاجتياز وهذا هو السبب الرئيسي لكون هذه الطريقة من خلالها تتحقق الارقام القياسية " ان هناك كم كبير من الأبحاث تظهر ان التعليم باستخدام وسائل تعليمية واستخدام تعلم تعاوني يمكن ان يكون استراتيجية فعالة جداً مما تؤثر على دوافعنا تجاه هذا النوع من التعلم " (Yasmine, 1997)

(Aldewan & Al-Temimy, 2013) والثاني هو التطور الذي حصل في مقدار القوة الانفجارية لعضلات الساق الناهضة والذي تسبب في ارتفاع اعلى لمركز ثقل الجسم عند الطيران وان التكرارات التي استخدمها الباحثون في الوحدات التعليمية والتي جاءت ملائمة لمستوى افراد عينه البحث قد

سببت ذلك فضلا عن الدور الذي قامت به الوسيلة التعليمية المصنعة كبديل لعارضة جهاز القفز العالي كونه اكثر وضوحا واكثر امانا بتوفر الوسائد الاسفنجية التي تغطي الوسيلة وقد شكل كل ذلك حافزا لأفراد عينة البحث للطيران الاعلى دون تردد وخوفا من الاصابات " فان الجسم يكتسب سرعة على قدر مسافة تأثير هذه القوة فكلما زادت مسافة تأثير القوة ازدادت سرعة الجسم النهائية اثناء القفز العالي والعكس صحيح لذا فمن المهم في اثناء مرحلة الارتقاء ان يحتفظ اللاعب يقدم الارتقاء متصللة بالأرض حتى يكتمل امتداد قدم ورجل الارتقاء " (Kazem et al., 2021) .

5- الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات:

- 1- اتضح هناك تأثير ايجابيا لاستخدام الوسيلة التعليمية المصنعة في توفير وسائل الامان وتقدير الاجواء التعليمية وتشكيل دافعية للطلبة المتعلمين.
- 2- ظهر ان لتصميم الوسيلة التعليمية اثر في تطوير شكل الاداء لمرحلة النهوض وقوس الظهر عند عبور العارضة.
- 3- ان للوحدات التعليمية اثر في تطوير القوه الانفجارية به للسائقين وكذلك مقدار السرعة العمودية الازمه لأداء مرحلة الطيران.
- 4- ان جميع المتغيرات سالفه الذكر كان لها اثر كبير في زيادة المستوى الرقمي لأداء فعالية القفز العالي لدى افراد عينة البحث.

2-5 التوصيات:

- 1- التأكيد على تصميم واستخدام الوسائل التعليمية والتدريبية المساعدة لما لها من دور في توفير وسائل الامان والمساهمة الفعالة في تطوير مستوى التعلم الحركي.
- 2- ضرورة احتواء الوحدات التعليمية على تمارين تساهم في تنميه القدرات الخاصة بالفعاليات الرياضية.
- 3- التأكيد على تطوير الجوانب البدنية والمهارية وذلك لكونها اساس زيادة مستوى انجاز الفعاليات الرياضية بالخصوص العاب القوى.
- 4- ضرورة اجراء بحوث مشابهه تتناول فعاليات اخرى ومختلف العينات.

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا وتقديرنا لعينة البحث المتمثلة طلاب المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة البصرة

تضارب المصالح

يعلن المؤلفون انه ليس لديهم أي تضارب في المصالح

References

- Aldewan, L. H., & Al-Temimy, S. L. A. (2013). Formative assessment to the method of teaching methods according to the model of Rosenberg. . . *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 36, 95–108. .<https://www.iasj.net/iasj/article/94544>
- Aldewan, L. H., Mohammed, R., & AbdulQadir, A. (2015). Building and the application of a measure to evaluate the curriculum volleyball according to the overall quality from the standpoint of the teaching staff standards. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 44, 21–45. <https://www.iasj.net/iasj/article/108021>
- Kadhim, M. A. A. (2020). The effect of instant feedback on performance at the digital level on discus effectiveness. *Indian Journal of Forensic Medicine & Toxicology*, 14(4). <https://doi.org/10.37506/ijfmt.v14i4.11907>
- Kazem, M. A. A., Abd Fares, M. N., & AL-DEWAN, L. H. M. (2021). The educational bag by the method of self-competition and its impact on learning skill performance And the achievement of discus throwing for female students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 68, 11–22. <https://www.iasj.net/iasj/article/213162>
- Kazem, M. A. R., Aldewan, L. H., & Azzal, Y. H. (2021). The effectiveness of the formative learning model in raising the level of cognitive achievement of swimming subject for first-stage students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 69, 11–22. <https://www.iasj.net/iasj/article/213027>
- Mustafa Abdul Reda Kazem, Lamia Hassan Muhammad Al-Diwan, & Yassin Habib Ezzal Al-Amarah. (2021). The effectiveness of the formative learning model in raising the level of cognitive achievement of swimming subject for first-stage student. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 31(4), 11–22.
- Oudah, A. Y., Shehab, S. G., & Aldewan, L. H. (2022). *The effect of the interactive blended learning strategy in learning the skill of crushing hitting in volleyball for students*. 6(6), 2860–2867. <https://journalppw.com/index.php/jpsp/article/view/7736>
- Yasmine, Z. H. (1997). The effectiveness of using the strategies of group cooperative learning and individual competition on mathematics achievement and alleviating mathematical anxiety among first-year middle school students,. *Journal of Education and Psychology*, .Minya University, 11(2), 37

التاريخ : 13-15 / 2022/3

الوحدة التعليمية الاولى والثانية

المرحلة : الاولى

الوقت : 90

عدد الطالبات : 15

الهدف التربوي: تعليم الطالبات على النظام والهدوء

الهدف السلوكي : تحفيز الطالبات على تعلم اداء فعالية القفز العالي

الهدف التعليمي عرض الحركة كاملة امام الطالبات ثم تعليمهم الركضة التقريبية

الملاحظات	الجانب التنظيمي	محتوى الوحدة التعليمية	الزمن	اقسام الوحدة التعليمية
			25د	القسم التحضيري
	***** ▲ ***** ***** ▲ *****	الحضور للملعب و تسجيل الحضور واعطاء بعض التوجيهات	5د	المقدمة
التأكيد على صحة الازواج الابتدائية		سير اعتيادي - هرولة اعتيادية - هرولة مع تدوير الذراعين اماما - وخلفا - الهرولة الجانبية - هرولة مع رفع الركبتين عاليا- الهرولة للمس الارض باليدين بالتعاقب +الركض بسرعة الى نهاية الملعب -الوقوف) قفزات موزونة على البقعة بثلاث عدات وفي العدة الرابعة القفز عاليا -الوقوف) الطعن اماما بالتعاقب -الوقوف) القفز المتعرج فوق المصطبة	20د	التمارين البدنية
			55د	القسم الرئيسي
-التعريف بفعالية القفز العالي		- عرض الفعالية امام الطالبات ثم اعادة مرحلة الركضة التقريبية -عرض طريقة استخدام العلامة الضابطة من قبل المدرس	10د	نشاط تعليمي
ربط المعلومات الجديدة مع المعلومات السابقة		- الركض والنهوض في أي مكان (اكتشاف قدم النهوض) -الركض مسافة 10×50 مرات في المنحنى -قياس الركضة التقريبية من 3 خطوات مع استخدام العلامة الضابطة (يكرر التمرين 3مرات) - نفس التمرين السابق مع زيادة الخطوات الى 5خطوة	45د	نشاط تطبيقي
			10د	القسم الختامي
التأكد على الهدوء والنظام	***** ▲ *****	-الجلوس الطويل المفتوح) ثني الجذع اماما اقل وضغطه بالوضع ثلاث مرات وفي المرة الرابعة رفعه عاليا (يكرر التمرين 5 مرات) -تمارين تهدئة وتنفس		