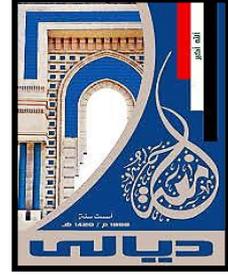




وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
رئاسة جامعة ديالى  
كلية التربية الأساسية  
قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة  
الدراسات العليا / الماجستير



تأثير تمارينات بالاسلوب التبادلي ووسائل مساعدة في بعض  
القدرات البدنية الخاصة والمتغيرات البيوميكانيكية لحركات  
الركض بأداة وبدونها للاعبين كرة القدم للمرحلة المتوسطة

رسالة ماجستير مقدمة

إلى مجلس كلية التربية الأساسية / جامعة ديالى

وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في التربية البدنية وعلوم الرياضة  
من قبل

شيماء سعدون طعمه

بإشراف

أ. د. مها محمد صالح الانصاري

2017 م

1438 هـ

## 1- التعريف بالبحث:

### 1-1 مقدمة البحث وأهميته:

إنَّ نجاح العملية التعليمية في مجال التربية الرياضية يعتمد على عدَّة عوامل لا تقتصر على القدرات الذاتية للطالب فحسب، بل تتعدى ذلك لتشمل دور المدرس، ومقدرته على التفاعل مع الطالب، وإمكانياته العلميَّة في تطبيق المنهج التعليمي بشكل أفضل لقيادة هذه العملية إلى النجاح، فضلاً عن دور كُلِّ من الطالب، والمدرس، والمنهج التعليمي، وما يتضمنه من مفردات تعليمية يأتي دور الوسائل المساعدة التي تستخدم في التعليم، ومقدار إسهام تلك الوسائل في توافر ظروف تعليمية مناسبة تلائم إمكانيات المتعلم، والوقت المخصص للتعليم، وتساعد على إدراك الشكل الصحيح للحركة، أو تساعد في تكوين تصور أولي للأداء الحركي للمهارة المطلوبة تعلمها.

إذ يشكل الركض بشكل خاص الحركة الأساسية للاعب كرة القدم التي تمثل انتقال اللاعب خلال الساحة واتخاذ الأوضاع المناسبة والانتقال بالكرة أو إرسالها وهذا يتطلب المعرفة لهذه الحركة الأساسية لكي يتم اداءها بأفضل اقتصادية سوى كان الانتقال بالجسم فقط أو بالكرة وهذا الامر يتطلب ان يقوم بتعليم الحركة وفق لمراحل مكوناتها لدى الطلبة المبتدئين والتي ايضاً تتطلب استخدام وسائل مساعدة وباحد وسائل أساليب التعليم وهو الأسلوب التبادلي .

فبالأسلوب التبادلي بوسائل مساعدة في مستوى الأداء الفني لحركات الركض بالكرة ومن دونها، إذ يدعو الأسلوب إلى زيادة أواصر العلاقة بين الطلاب عبر العمل الثنائي المشترك، وتنفيذ التغذية الراجعة من خلال دور الطالب بوصفه مؤدياً والآخر ملاحظاً ، وذلك من اجل الارتقاء بالاداء الفني الذي يعد سلوك حركي يرتبط تطبيقه بجودة الشروط الاكينماتيكية والكنتيكية المطلوب تحقيقها ضمن المسار الحركي للجسم أو جزء من الجسم في أثناء تطبيق مهارة من المهارات المرتبطة بالأداء، إذ يعتمد تدريس الأداء الفني وتدريبه على عددٍ من الموضوعات التي تمثل

المدخل العلمي لنجاح العمل في كرة القدم، فالإلمام بمحتوى المهارات الحركية وجوانبها الفنية ومعرفة أسسها الحركية يُعدُّ قاعدة أساسية للأداء الفني، من أجل معرفة الأخطار والعوامل التي تحدث تطور الأداء.

وتجلت أهمية البحث برفد المعلمين بالمعلومات الكافية عن أساليب التعليم والتأكيد على استخدام الوسائل المساعدة ، ومن ثمَّ استخدامها في تطوير قدرات الطلاب، وأنَّ معرفة المعلم لأكثر من أسلوب له أهمية، بوصفه يضيف معلومات للعملية التربوية، وتنمية شخصية المتعلم للوصول إلى المستوى الذي يهدف إليه.

## 2-1 مشكلة البحث:

إنَّ الحركات الأساسيَّة عند الإنسان بشكل عام تطبق على وفق حاجاتهم وسلوكهم اليومي، وقد يكون مؤشر هذا التطبيق في الحركات الأساسيَّة (القفز، والركض، والرمي)، إلاَّ أنَّ الحاجة إلى تقويم هذه الحركات وتطويرها كحركة الركض ، إذ لم يتم سابقاً التأكيد على أداء حركات الركض للاعبين كرة القدم وفقاً لما يجب ان تتحرك الرجلين والذراعين من خطوات وحركات متبادلة بأنسيابية وكما هو معلوم فإن أي حركات إضافية لاجزاء الجسم واطرافه اثناء أداء حركات الركض سوف تسبب مسارا حركيا غير انسيابي وبالتالي تؤثر في مستوى الأداء ، لذلك ولدت الحاجة إلى إجراء تطبيق تمارين خاصة لكي تعمل على تطوير الأداء الفني الخاص لأجزاء الجسم المشاركة في حركة الركض، لتحقيق الهدف الفني والميكانيكي، ولاسيما إذا طبقت هذه الحركة عند أداء واحدة من الفعاليات الرياضية التي يؤدي الركض فيها دوراً فعالاً في تطبيق معظم المهارات الرياضية، ولاسيما إذا تمَّ التقييم بأعمار الناشئين، إذ يُعدُّ تطبيق هذه الحركة النواة الأولى لترسيخ مساراته الفنية والحركية لهذه الفئة، وضمان الاستمرار بالأداء الصحيح من دون أخطاء، لذا أرادت الباحثة حل هذه المشكلة التي ترى أنَّها موجودة في مدارسنا وبيئتنا العراقية من حيث عدم الاهتمام بالجوانب الفنية والميكانيكية لحركات الجسم المشاركة في

هذه الألعاب، وما يتطلب من عمل لتطوير هذه الحركة على وفق مؤشرات علمية من أجل تعزيزها للاقتصاد بالجهد والزمن، والوصول إلى مستوى عالٍ من الإنجاز مستقبلاً.

### 3-1 هدفا البحث:

1. إعداد تمارين ركض بالكرة ومن دونها بالأسلوب التبادلي ووسائل مساعدة.
2. تعرّف على تأثير تمارين الركض بالكرة ومن دونها بالأسلوب التبادلي ووسائل مساعدة في مستوى الأداء الفني لعينة البحث.

### 4-1 فروض البحث:

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأداء الفني لحركات الركض بكرة القدم ومن دونها.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في متغيرات الدراسة وللمجموعة التجريبية .
3. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدية لصالح المجموعة التجريبية في مستوى الأداء الفني لحركات الركض بكرة القدم ومن دونها.

### 5-1 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: مجموعة من طلاب الصف الأول في ثانوية الجواهري للبنين.

2-5-1 المجال الزمني: المدة من 2016/8/29 ولغاية 2017/4/25 .

3-5-1 المجال المكاني: ملعب ديالى الرياضي.

## مستخلص الرسالة

### تأثير تمارينات بالأسلوب التبادلي ووسائل مساعدة في بعض القدرات البدنية الخاصة والمتغيرات البايوميكانيكية لحركات الركض بأداة وبدونها للاعبين كرة القدم للمرحلة المتوسطة

الباحثة : شيماء سعدون طعمه محمود العزاوي

اشراف

أ.د. مها محمد صالح الانصاري ... كلية التربية الاساسية / جامعة ديالى

2017

إنَّ نجاح العملية التعليمية في مجال التربية الرياضية يعتمد على عدة عوامل لا تقتصر على قدرات الطالب بل تشمل المدرس وقدرته على التفاعل مع الطلاب حيث اتجهت الباحثة لتطوير وتحسين مستوى الاداء الفني لحركات الركض بالكرة وبدونها من خلال استخدام تمارينات بوسائل مساعدة بالاسلوب التبادلي في تحسين وتعليم وادراك الشكل الصحيح للحركة.

لذا جاءت هذه الدراسة لتبين اهمية البحث برفد المعلمين بالمعلومات الكافية عن اساليب التعليم ثم استخدامها في تطوير قدرات الطلاب وتنمية شخصية المتعلم للوصول الى المستوى الذي يهدف اليه .

فالاختبارات والتحليل الحركي يتطلب فهماً عالياً من قبل المدربين والباحثين في الجوانب التشريحية والوظيفية والالمام بالمفاهيم الهندسية والرياضيات لتحديد المعلومات الكافية بكمية الحركة والازمان والمسافات .

ولاحظت الباحثة ان هناك مشكلة او حاجة الى تقويم وتطوير الركض الذي يعتبر من اهم الحركات الاساسية بحيث تكون هذه الحركة ذات هدف من تطبيقها وتطويرها وفق مؤشرات علمية لتعزيزها والاقتصاد بالجهد .

وهدف البحث الى إعداد تمارينات ركض بالكرة ومن دونها بالأسلوب التبادلي ووسائل مساعدة، والتَّعَرُّف على تأثير تمارينات الركض بالكرة ومن

دونها بالأسلوب التبادلي ووسائل مساعدة في مستوى الأداء الفني لعينة البحث. وفرضت الباحثة بتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأداء الفني لحركات الركض بكرة القدم ومنونها، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في متغيرات الدراسة وللمجموعة التجريبية ، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدية لصالح المجموعة التجريبية في مستوى الأداء الفني لحركات الركض بكرة القدم ومنونها. واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي ، وتم اجراء التصوير الفيديوي لمحاولات العينة لاستخراج المتغيرات البايوميكانيكية وبعض المتغيرات الخاصة للركض كزاوية دفع الجسم زاوية ميلان الجذع ، زاوية الكاحل ، زاوية الركبة ، زمن الخطوة وسرعة الخطوة فضلاً عن الاختبارات للمهارات الاساسية وبعض القدرات البدنية بكرة القدم ومنونها التي شملت ( اختبار المناولة ، الدرجة ) واختبار (الركض والوثب ) وتم تطبيق التمارين على افراد عينة البحث لمدة لا تقل عن 8 اسابيع بواقع وحدتين كل اسبوع ثم اجريت الاختبارات البعدية بعد ذلك وخرجت الباحثة بعدة استنتاجات منها :

1. إنَّ استخدام التمرينات بوسائل مساعدة الاثر الواضح في مستوى

الاداء الفني لحركات الركض بالكرة وبدونها بكرة القدم .

2. إنَّ استخدام الاسلوب التبادلي ساهم في حدوث التطور لافراد العينة .

واوصت الباحثة بضرورة:

1. التأكيد على استخدام الوسائل المساعدة في عملية التعلم لما تحدثه

من اثر تطور في مستوى الاداء .

2. استخدام الاسلوب التبادلي في عملية التعلم للمهارات الاساسية بكرة

القدم لما يحدثه من تطور واضح في مستوى الاداء الفني .