

المسرفقات

مرفق (١)

القياسات الأثرية اليومية

استمارة القياسات الأثربومترية

م	الاسم	الطول	الوزن	السن
١				
٢				
٣				
٤				
٥				
٦				
٧				
٨				
٩				
١٠				
١١				
١٢				
١٣				
١٤				
١٥				

مرفق (٢)

الاختبارات البدنية

اختبار ٣٠ متر عدو من البدء الطائر:

* غرض الاختبار:

قياس السرعة الانتقالية.

* الأدوات :

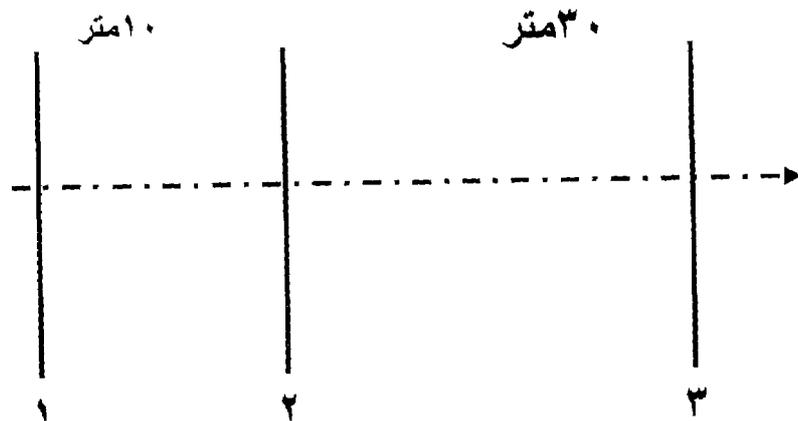
ساعة إيقاف - ثلاث خطوات متوازية مرسومة على الأرض.

* وصف الأداء:

- يقف المختبر خلف الخط الأول وعند سماع الإشارة ينطلق للعدو بأقصى سرعة إلى أن يتخطى الخط الثالث.

* حساب الدرجات:

يحتسب الزمن ابتداء من الخط الثاني وحتى الخط الثالث. (٤٨ : ٢٤٧-٢٤٩)



اختبار الوثب العريض من الثبات

* غرض الاختبار:

قياس القدرة العضلية للرجلين في الوثب للأمام.

* مستوى السن:

من ٦ سنوات وحتى المرحلة الجامعية.

* الأدوات اللازمة:

شريط قياس - بساط - استمارة تسجيل.

* وصف الأداء:

- يقف المختبر خلف خط البداية والقدمين متوازيتين وباتساع الحوض على أن يكون مشط القدم خلف خط البداية.
- يبدأ المختبر بثني الركبتين مع مرجحة الذراعين خلفا وميل الجزع أماما تمهيدا للوثب العريض للأمام بالقدمين معا لأطول مسافة ممكنة.

* حساب الدرجات:

- يتم قياس المسافة بين خط البداية حتى آخر جزء من الجسم يلمس الأرض
- يعطى للمختبر ثلاث محاولات تحسب نتيجة أفضلهما. (٤٨ : ٩٣-٩٦)



اختبار الوثب العمودي لسارجينت Sergent Jump Test

غرض الاختبار :-

قياس القدرة اللاهوائية

الأدوات :-

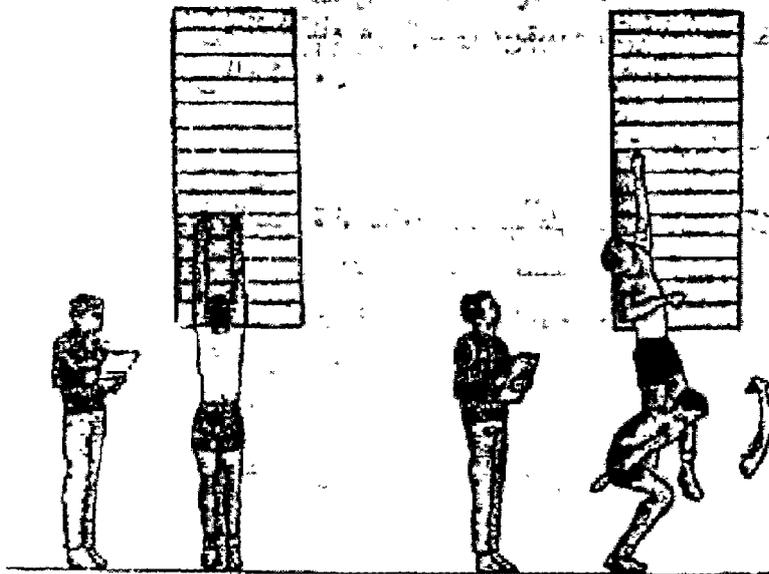
شريط قياس - حائط بارتفاع مناسب - وعاء به مسحوق جير - استمارة تسجيل

وصف الاداء :-

- يقوم المختبر بغمس كف يده في وعاء الجير ثم يقف المختبر بحيث يواجه الحائط بكتف الذراع المميزة ، ثم يقوم برفع ذراعه التي جهة الحائط لأعلى لعمل علامة على الحائط عند أقصى نقطة تصل إليها الأصابع .
- ثم يقوم المختبر بمرجحة الذراعين أسفل مع ثني الركبتين نصفاً ، ثم مرجحتها أماماً عالياً مع مد الركبتين عمودياً للوثب لأعلى ، لعمل العلامة الثانية بيد الذراع المجاورة للحائط عند أقصى نقطة تصل إليها الاصابع ، ثم يتم قياس المسافة بين العلامتين لحساب مسافة الوثب بالسنتيمتر .

حساب الدرجات :-

الفرق بين القراءتين هو درجة اللاعب. (٤٨ : ٨٤-٨٧)



اختبار جرى الزجاجى

غرض الاختبار :-

قياس القدرة على تغيير الاتجاه اثناء الجرى

الأدوات :-

شريط قياس - ساعة إيقاف - أربعة أقماع

الاجراءات :-

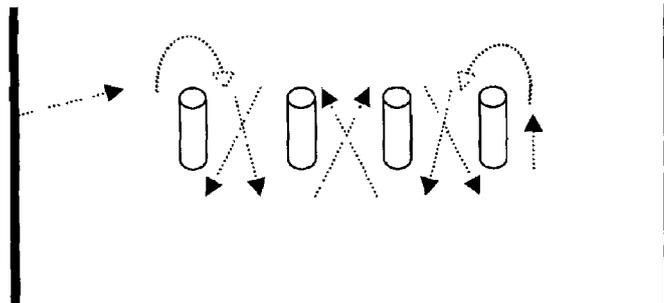
- يرسم خط البداية والنهاية طوله ٨,٨م وسمكه ٥ سم
- توضع اربعة اقماع فى مواجهة خط البداية والنهاية بحيث يكون القمع الاول منها على بعد ٣,٦م من هذا الخط و المسافة بين كل قمع و الاخر ٨,٨م.
- تحدد نقطتين عند طرفى خط البداية والنهاية للدلالة على البداية والنهاية للمختبر .

وصف الاداء :-

- عند إعطاء إشارة البدء يبدأ المختبر فى الجرى الزجاجى بين الأقماع ذهابا وإيابا حتى يتجاوز خط البداية والنهاية .

حساب الدرجات :-

درجة المختبر هى الزمن الذى يستغرقه فى أداء الاختبارات منذ لحظة إعطاءه إشارة البدء حتى يصل لنقطة النهاية لأقرب عشر ثانية (٤٨ : ٢٨٨ - ٢٩٠)



اختبار حجل ٢٥ متر

الغرض من الاختبار:
تحمل القوة العضلية للرجلين

الأدوات:

- شريط قياس.
- ساعة إيقاف.
- جير.

الإجراءات:

يقوم المختبر بالحجل على إحدى الرجلين مسافة ٢٥ متر بزمن.
تحدد نقطتين عند طرفي خط البداية والنهاية للدلالة على البداية والنهاية للمحتجل.

وصف الأداء:

عند إعطاء إشارة البدء يبدأ المختبر في الحجل من نقطة البداية حتى يتجاوز نقطة النهاية.

حساب الدرجات:

درجة المختبر هي الزمن الذي يستغرقه في أداء الاختبار منذ لحظة إعطاء إشارة البدء حتى يصل إلى نقطة النهاية لأقرب عُشر ثانية. (٤٨ : ٢٠٦)



اختبار الوثب الثلاثى

غرض الاختبار:

قياس قوة الرجل والتوافق والتسارع.

الأدوات:

طريق للأداء الوثبة عرض ١,٢٢ وطوله ٦ متر تقريباً ينتهي بحفرة للوثب لا يقل عرضها عن ٢,٧٥ شريط مقسم للقياس.

وصف الأداء:

يقوم المختبر بالدفع بالقدمين معاً لعمل حجلة ثم خطوة ثم وثبة بالحفرة.

حساب الدرجات:

درجة المختبر هي المسافة بين خط البداية وخط النهاية لأقرب اسم.



مرفق (٣)

استمارة تسجيل الأداء المهاري

استمارة تسجيل الأداء المهاري في الوثب الثلاثي

المتوسط	درجة المحاولات			الاسم	م
	٣	٢	١		
					١
					٢
					٣
					٤
					٥
					٦
					٧
					٨
					٩
					١٠
					١١
					١٢
					١٣
					١٤
					١٥

استمارة تسجيل درجات الخبراء في الأداء المهاري في الوثب الثلاثي

المتوسط (الدرجة النهائية)	درجة الخبراء			الاسم	م
	٣	٢	١		
					١
					٢
					٣
					٤
					٥
					٦
					٧
					٨
					٩
					١٠
					١١
					١٢
					١٣
					١٤
					١٥

مرفق (٤)

استمارة تسجيل المستوى الرقمي

٤/٩١

استمارة تسجيل المستوى الرقمي فى الوثب الثلاثي

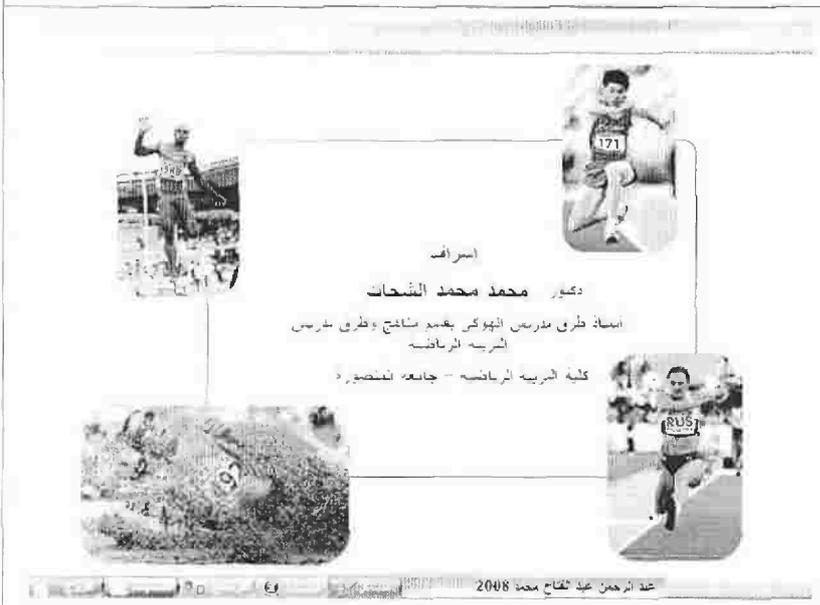
م	الاسم	المحاولات			أفضل محاولة
		١	٢	٣	
١					
٢					
٣					
٤					
٥					
٦					
٧					
٨					
٩					
١٠					
١١					
١٢					
١٣					
١٤					
١٥					

مرفق رقم (٥)

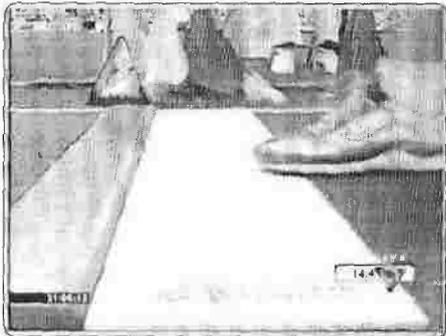
البرمجية التعليمية

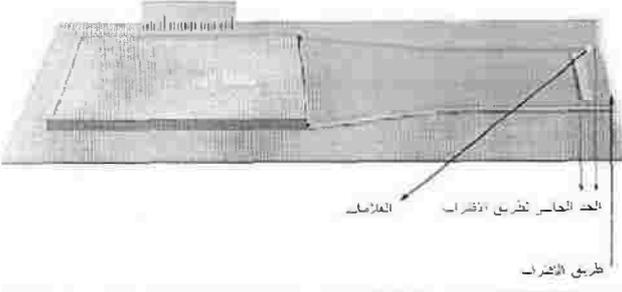
نماذج من الصورة النهائية

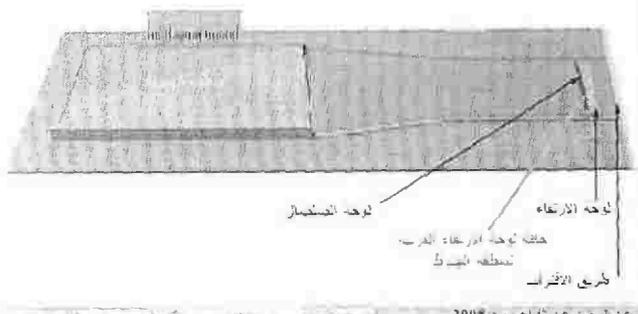
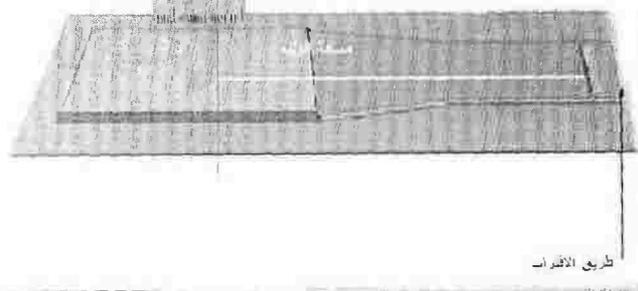
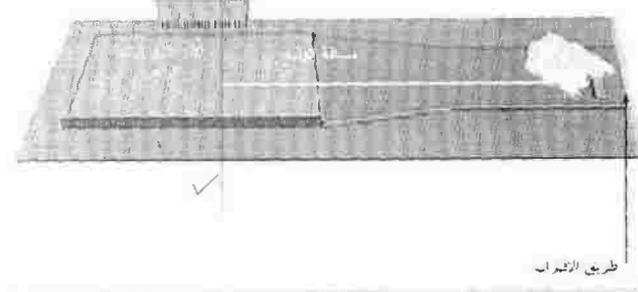
الإطار	الوصف و المكونات	م
	<p>١ مجموعة إطارات مقدمة البرمجية التعليمية وتتكون من ٨ إطارات نص ، صورة ، موسيقى</p>	
	<p>٢ تابع مجموعة إطارات مقدمة البرمجية التعليمية وتتكون من ٨ إطارات نص ، صورة ، موسيقى</p>	
	<p>٣ تابع مجموعة إطارات مقدمة البرمجية التعليمية وتتكون من ٨ إطارات نص ، صورة ، موسيقى</p>	

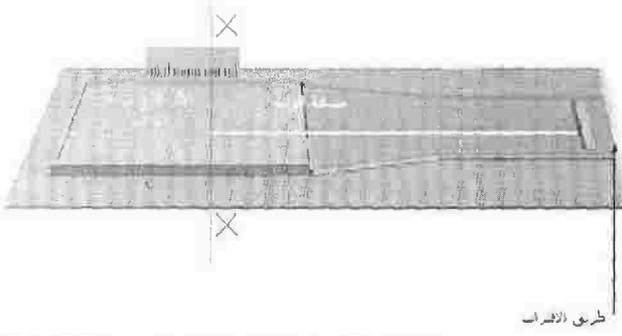
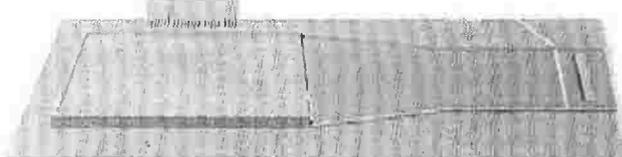
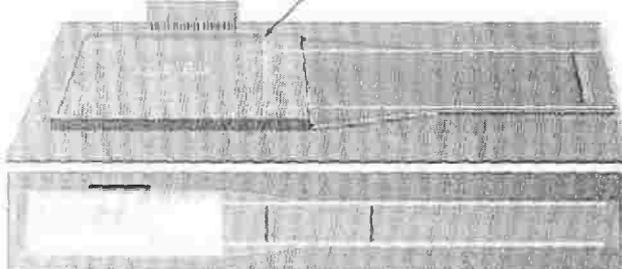
الإطار	م	الوصف والمكونات
	<p>٤</p> <p>تابع مجموعة إطارات مقدمة البرمجية التعليمية وتتكون من ٨ إطارات</p> <p>نص ، صورة ، موسيقى</p>	
	<p>٥</p> <p>تابع مجموعة إطارات مقدمة البرمجية التعليمية وتتكون من ٨ إطارات</p> <p>نص ، صورة ، موسيقى</p>	
	<p>٦</p> <p>تابع مجموعة إطارات مقدمة البرمجية التعليمية وتتكون من ٨ إطارات</p> <p>نص ، صورة ، موسيقى</p>	

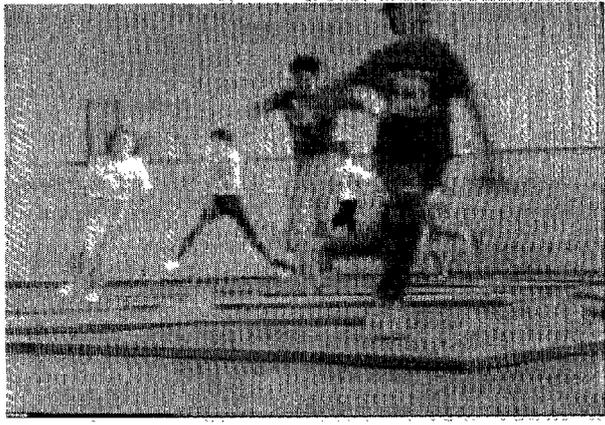
الإطار	م	الوصف و المكونات
<p style="text-align: center;">المراف</p> <p style="text-align: center;">دكتور احمد عبد الفتاح حسين مدرس معهد متاهج وطرق تدريس التربية الرياضية</p> <p style="text-align: center;">كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة</p>  <p style="text-align: center;">عبد الرحمن عبد الفتاح محقق 2008</p>	٧	<p>تابع مجموعة إطارات مقدمة البرمجية التعليمية وتتكون من ٨ إطارات</p> <p>نص ، صورة ، موسيقى</p>
<p style="text-align: center;">مسابقة الوثب الثلاثي</p> <p style="text-align: center;">الدروس التعليمية المصادر التعليمية</p>  <p style="text-align: center;">عبد الرحمن عبد الفتاح محقق 2008</p>	٨	<p>إطار اختيار نوعية البرمجية التعليمية</p> <p>نص فائق ، صورة</p>
<p style="text-align: center;">مسابقة الوثب الثلاثي</p> <p style="text-align: center;">مرحيا بكم عزيزي المتعلم</p> <p>نتيجه من دراستك لمسابقة الوثب الثلاثي ان تحقق الاتي</p> <p>معرفة المراحل الفنية للانداء وكيفية حركة الجسم في كل طرح</p> <p>فهم الانداء الصحيح لتسيابه وتصحيح الالخطاء</p> <p>فهم المواضع العالونه لكي يمكن من اداء مسابوات صحيحة</p> <p>محدد الازبعاد والمواضع المايلونه نظرا عن الاثراب ووضعه اذ ارتفاع وحده الازب</p> <p>مضيق الخطوات العتصيه والربط بينها ومن الانداء القصر لتسيابه</p> <p>١) سداد عتصيه</p> <p>٢) لمرار على الازب</p> <p>٣) تصحيح الازب</p> <p>٤) حركه عتصيه متسا</p> <p>٥) تعصب والازب</p> <p>٦) تحفة رجل الازب</p> <p>٧) لخطوات تعصب</p> <p>٨) سداد حركه الازب</p> <p>٩) الازب العتصيه</p> <p style="text-align: center;">عبد الرحمن عبد الفتاح محقق 2008</p>	٩	<p>إطار مقدمة البرمجية التعليمية</p> <p>بنظام الوسائط الفائقة</p> <p>نص ، تعليق صوتي</p>

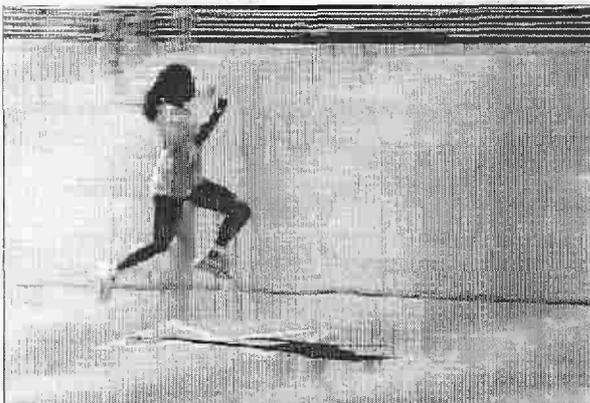
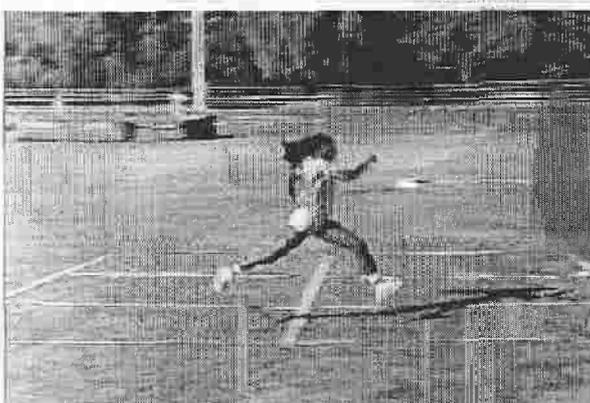
الإطار	م	الوصف و المكونات
<p>مسابقة الترتيب الثلاثي</p> <p>الاسماء بالترتيب: الأقراب الحجلة الخطوة الوثبة التهمة</p> <p>10 10</p> <p><input type="checkbox"/> مقدمة عامة</p> <p><input type="checkbox"/> اختبار خاصي</p> <p><input type="checkbox"/> تصحيح الأداء</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> تؤدي الوثبة الثلاثية بداية بالحجلة ثم الخطوة ثم الوثبة بالترتيب</p> <p>لا نعم</p> <p>عبد الرحمن عبد الفلاح معتمد 2008</p>	<p>٢٢</p> <p>إطار اختبار معلومات</p> <p>محور المراحل الفنية للأداء</p> <p>نموذج استجابة صحيحة</p>	
<p>مسابقة الترتيب الثلاثي</p> <p>الاسماء بالترتيب: الأقراب الحجلة الخطوة الوثبة التهمة</p> <p>10 10</p> <p><input type="checkbox"/> مقدمة عامة</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> اختبار خاصي</p> <p><input type="checkbox"/> تصحيح الأداء</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> تؤدي الوثبة الثلاثية بداية بالحجلة ثم الخطوة ثم الوثبة بالترتيب</p> <p>لا نعم</p> <p>عبد الرحمن عبد الفلاح معتمد 2008</p>	<p>٢٣</p> <p>إطار اختبار معلومات</p> <p>محور المراحل الفنية للأداء</p> <p>نموذج استجابة خاطئة</p>	
<p>مسابقة الترتيب الثلاثي</p> <p>الاسماء بالترتيب: الأقراب الحجلة الخطوة الوثبة التهمة</p> <p>5 4 3 2 1</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> تقس ويصبط أسئلة الأقراب باستخدام العلامة الشاذة</p> <p>لثمان مغالبة الفده لئوحة الأرخاء في نقطة صححة</p>  <p>14.49</p> <p>عبد الرحمن عبد الفلاح معتمد 2008</p>	<p>٢٤</p> <p>محور تصحيح الأداء</p> <p>عدد الصفحات ٥</p> <p>صفحة رقم ١</p> <p>نص ، صورة ، تعليق صوتي</p>	

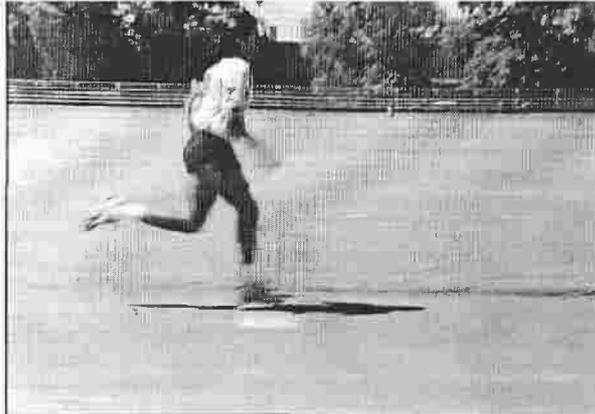
الإطار	م	الوصف و المكونات
<p>مسابقة الوثب الثلاثي</p> <p>٥ ٤ ٣ ٢ ١</p> <p>الحفاظ على السرعة إلا بعدة خلال الارتفاع الثاني والثالث تحقق ذلك من خلال :- رفع الرجل الخرد بقوة لأعلى معربة بالدرجة القوية للرفع عن القدماء ولاعلى خلال الارتفاع الثاني والثالث</p>  <p>عدد الرجع عند القفاح معمد 2008</p>	<p>٢٨</p> <p>محور تصحيح الأداء</p> <p>عدد الصفحات ٥</p> <p>صفحة رقم ٥</p> <p>نص ، صورة ، تعليق صوتي</p>	
<p>مسابقة الوثب الثلاثي</p> <p>٥ ٤ ٣ ٢ ١</p> <p>يجب أن يكون الرمل ممتسا وناعما وممتلا بالماء للحفاظ على سلامة المتسابقين</p>  <p>عدد الرجع عند القفاح معمد 2008</p>	<p>٢٩</p> <p>محور القواعد القانونية المنظمة</p> <p>عدد الصفحات ٦</p> <p>صفحة رقم ١</p> <p>نص ، صورة ، تعليق صوتي</p>	
<p>مسابقة الوثب الثلاثي</p> <p>٥ ٤ ٣ ٢ ١</p> <p>يسمح بوضع علامة أو علامتين على طول جانبي طريق الأختراب ولايسمح بوضع اي علامة داخله</p>  <p>عدد الرجع عند القفاح معمد 2008</p>	<p>٣٠</p> <p>محور القواعد القانونية المنظمة</p> <p>عدد الصفحات ٦</p> <p>صفحة رقم ٢</p> <p>نص ، صورة ، تعليق صوتي</p>	

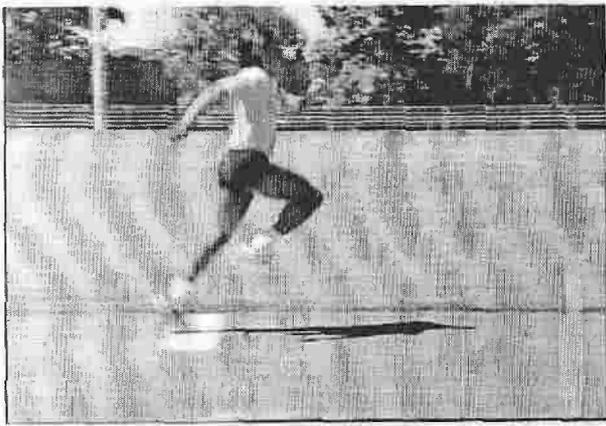
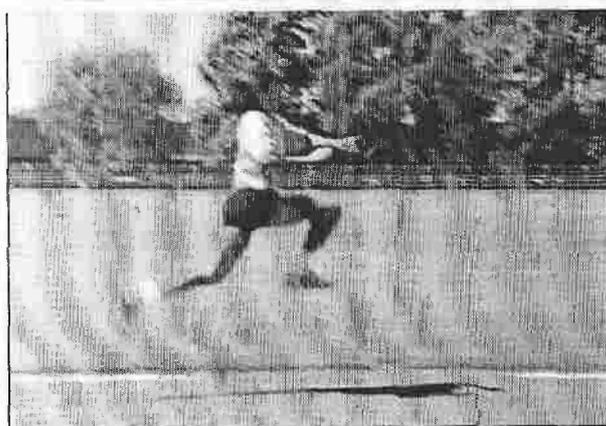
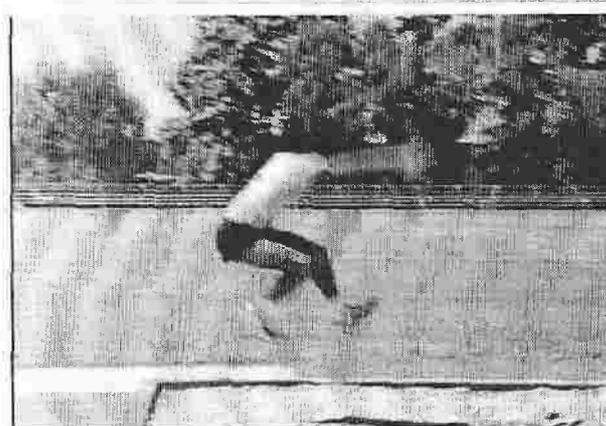
الإطار	م الوصف والمكونات
<p>مسابقة الوثب الثلاثي</p> <p>١٠ أهداف الترشح</p> <p>6 5 4 3 2 1</p> <p>يرتقى اللاعب من حافة نوحة الإرتقاء القريبة من منطقة الهبوط</p>  <p>عبد الرحمن عبد الفتاح محمد 2008</p>	<p>٣١ محور القواعد القانونية المنظمة</p> <p>عدد الصفحات ٦</p> <p>صفحة رقم ٣</p> <p>نص ، صورة ، تعليق صوتي</p>
<p>مسابقة الوثب الثلاثي</p> <p>١٠ أهداف الترشح</p> <p>6 5 4 3 2 1</p> <p>يرتقى مسافة الوثبة من أقرب أثر يتركه اللاعب في منطقة الهبوط الى حافة نوحة الإرتقاء القريبة لمنطقة الهبوط</p>  <p>عبد الرحمن عبد الفتاح محمد 2008</p>	<p>٣٢ محور القواعد القانونية المنظمة</p> <p>عدد الصفحات ٦</p> <p>صفحة رقم ٤</p> <p>نص ، صورة ، تعليق صوتي</p>
<p>مسابقة الوثب الثلاثي</p> <p>١٠ أهداف الترشح</p> <p>6 5 4 3 2 1</p> <p>إذا لمس اللاعب الأرض خارج منطقة الهبوط في مكان بعد الأثر الذي تركه بعيدا عن نوحة الإرتقاء تحسب المحاولة صحيحة</p>  <p>عبد الرحمن عبد الفتاح محمد 2008</p>	<p>٣٣ محور القواعد القانونية المنظمة</p> <p>عدد الصفحات ٦</p> <p>صفحة رقم ٥</p> <p>نص ، صورة ، تعليق صوتي</p>

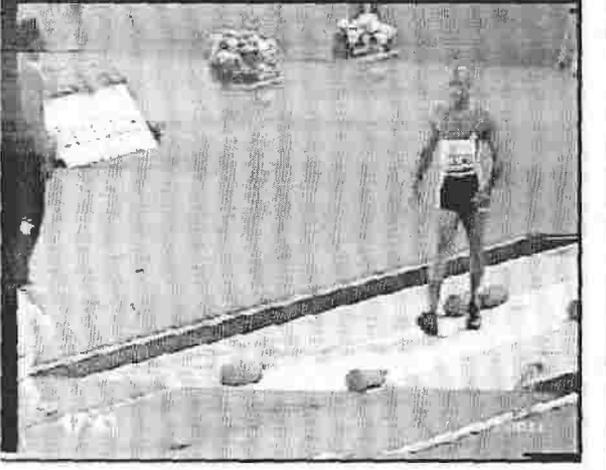
الإطار	م الوصف والمكونات
<p>مسابقة الوثب الثلاثي</p> <p>٥ ٤ ٣ ٢ ١</p> <p>إذا لمس اللاعب الأرض خارج منطقة التبوط في مكان قبل الأثر الذي تركه بعيدا عن لوحة الإنزلاق، تحسب المحاولة خاطئة</p>  <p>عبد الرحمن عبد الفتاح معد 2008</p>	<p>٣٤ محور القواعد القانونية المنظمة</p> <p>عدد الصفحات ٦</p> <p>صفحة رقم ٦</p> <p>نص ، صورة ، تعليق صوتي</p>
<p>مسابقة الوثب الثلاثي</p> <p>٥ ٤ ٣ ٢ ١</p> <p>سروج عرض طريق الإنزلاق من 1.22 م إلى 1.25 م</p>  <p>عبد الرحمن عبد الفتاح معد 2008</p>	<p>٣٥ محور الملعب والأدوات</p> <p>عدد الصفحات ٥</p> <p>صفحة رقم ١</p> <p>نص ، صورة ، تعليق صوتي</p>
<p>مسابقة الوثب الثلاثي</p> <p>٥ ٤ ٣ ٢ ١</p> <p>بعد الانسحاب عرض مسطحة التبوط 2.75 م على أن يتخطى طريق الإنزلاق</p>  <p>عبد الرحمن عبد الفتاح معد 2008</p>	<p>٣٦ محور الملعب والأدوات</p> <p>عدد الصفحات ٥</p> <p>صفحة رقم ٢</p> <p>نص ، صورة ، تعليق صوتي</p>

الإطار	م	الوصف والمكونات
<p>مسابقات الوثوب</p> <p>أهداف البرنامج</p> <p>تعد . رجل الارتفاع</p> <p>قدم الارتفاع</p> <p>هي التي يتم وضعها على اللوحة التصبية (لوحة الارتفاع) في نهاية طريق الانزلاب</p> <p>رجل الارتفاع</p> <p>هي التي يتم دفع الأرض بها لترتفع الجسم في الهواء</p> <p>مقدمة حياصة</p> <p>المرحل الفنية للأداء</p> <p>تصحيح الأداء</p> <p>المواد القوية المنظمة</p> <p>تغلب والآلات</p> <p>تحديد رجل الارتفاع</p> <p>الخطوات التعليمية</p> <p>تتمثل حركي للأداء</p> <p>مشاهدة مسابقات</p> <p>الزمن من الفتح سنة 2008</p>	<p>٤٠</p> <p>محور تحديد رجل الارتفاع</p> <p>عدد الصفحات ٥</p> <p>صفحة رقم ١</p> <p>نص ، تعليق صوتي</p>	
<p>مسابقات الوثوب</p> <p>أهداف البرنامج</p> <p>تحديد رجل الارتفاع</p> <p>الوثوب بالقدمين معا على علامات أو مرناب غير منتظمة الترتيب</p>  <p>مقدمة حياصة</p> <p>المرحل الفنية للأداء</p> <p>تصحيح الأداء</p> <p>المواد القوية المنظمة</p> <p>تغلب والآلات</p> <p>تحديد رجل الارتفاع</p> <p>الخطوات التعليمية</p> <p>تتمثل حركي للأداء</p> <p>مشاهدة مسابقات</p> <p>الزمن من الفتح سنة 2008</p>	<p>٤١</p> <p>محور تحديد رجل الارتفاع</p> <p>عدد الصفحات ٥</p> <p>صفحة رقم ٢</p> <p>نص ، تعليق صوتي ،</p> <p>مشاهدة الأداء</p>	
<p>مسابقات الوثوب</p> <p>أهداف البرنامج</p> <p>سدديد رجل الارتفاع</p> <p>أداء خطوات متسعة على العلامات الأرضية</p>  <p>مقدمة حياصة</p> <p>المرحل الفنية للأداء</p> <p>تصحيح الأداء</p> <p>المواد القوية المنظمة</p> <p>تغلب والآلات</p> <p>تحديد رجل الارتفاع</p> <p>الخطوات التعليمية</p> <p>تتمثل حركي للأداء</p> <p>مشاهدة مسابقات</p> <p>الزمن من الفتح سنة 2008</p>	<p>٤٢</p> <p>محور تحديد رجل الارتفاع</p> <p>عدد الصفحات ٥</p> <p>صفحة رقم ٣</p> <p>نص ، تعليق صوتي ،</p> <p>مشاهدة الأداء</p>	

الإطار	م	الوصف والمكونات
<p>مسابقة الوثبة الثلاثي</p> <p>الهدف التربوي: أداء حركته مع حثوة</p> <p>الهدف الوظيفي الحركي والربط بين الحركه والخطوة</p> <p>1 2 3 4 5 6</p>  <p>إطار تعليمي</p> <p>عند الرخص عند الفلاح محمد 2008</p>	<p>٤٦</p> <p>محور الخطوات التعليمية</p> <p>عدد الصفحات ٦</p> <p>صفحة رقم ٢</p> <p>نص ، تعليق صوتي ، مشاهدة الأداء</p>	
<p>مسابقة الوثبة الثلاثي</p> <p>الهدف التربوي: الحركه من على علامته واداء الحثوة على مستوى الخطى - اليد للبيوط في الحركه</p> <p>الهدف اكتساب الوثائق الحركي لتلاوه ككل</p> <p>1 2 3 4 5 6</p>  <p>إطار تعليمي</p> <p>عند الرخص عند الفلاح محمد 2008</p>	<p>٤٧</p> <p>محور الخطوات التعليمية</p> <p>عدد الصفحات ٦</p> <p>صفحة رقم ٣</p> <p>نص ، تعليق صوتي ، مشاهدة الأداء</p>	
<p>مسابقة الوثبة الثلاثي</p> <p>الهدف التربوي: أداء المسابقه كامله من السرايه بصر مع تنفيذ مسابقه الحركه والخطوة</p> <p>الهدف تنمية القدرة على توزيع الاداء الحركي على التلاوه وبناب</p> <p>1 2 3 4 5 6</p>  <p>إطار تعليمي</p> <p>عند الرخص عند الفلاح محمد 2008</p>	<p>٤٨</p> <p>محور الخطوات التعليمية</p> <p>عدد الصفحات ٦</p> <p>صفحة رقم ٤</p> <p>نص ، تعليق صوتي ، مشاهدة الأداء</p>	

الإطار	م	الوصف والمكونات
<p>مسابقة الوثب الثلاثي</p> <p>الهدف المسابقة ككل من المراتب توسط المسابقة</p> <p>الهدف تحسين الأداء للمسابقة ككل</p> <p>6 5 4 3 2 1</p>  <p>عبد الرحمن عبد الفتاح محمد 2008</p>	<p>٤٩</p> <p>محور الخطوات التعليمية</p> <p>عدد الصفحات ٦</p> <p>صفحة رقم ٥</p> <p>نص ، تعليق صوتي ، مشاهدة الأداء</p>	
<p>مسابقة الوثب الثلاثي</p> <p>الهدف المسابقة من اقتراب كامل</p> <p>الهدف الوصول لمرحلة الأداء تجنبا للمسابقة</p> <p>6 5 4 3 2 1</p>  <p>عبد الرحمن عبد الفتاح محمد 2008</p>	<p>٥٠</p> <p>محور الخطوات التعليمية</p> <p>عدد الصفحات ٦</p> <p>صفحة رقم ٦</p> <p>نص ، تعليق صوتي ، مشاهدة الأداء</p>	
<p>مسابقة الوثب الثلاثي</p> <p>الاقتراب</p> <p>15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1</p>  <p>عبد الرحمن عبد الفتاح محمد 2008</p>	<p>٥١</p> <p>محور التسلسل الحركي للأداء</p> <p>عدد الصفحات ١٥</p> <p>صفحة رقم ١</p> <p>نص ، صور ثابتة ، صور متحركة</p>	

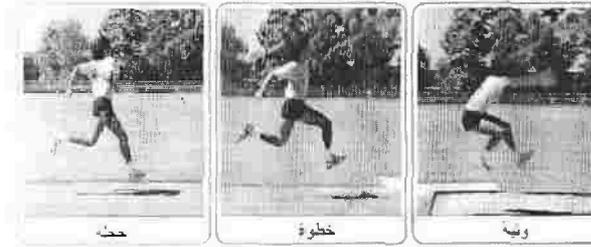
الإطار	م	الوصف و المكونات
<p>مسابقة الوثب الثلاثي</p> <p>الحجلة</p>  <p>عبد الرحمن عبد القاه محمد 2008</p>	<p>٥٢</p> <p>محور التسلسل الحركي للأداء</p> <p>عدد الصفحات ١٥</p> <p>صفحة رقم ٤</p> <p>نص ، صور ثابتة ، صور متحركة</p>	
<p>مسابقة الوثب الثلاثي</p> <p>الخطوة</p>  <p>عبد الرحمن عبد القاه محمد 2008</p>	<p>٥٣</p> <p>محور التسلسل الحركي للأداء</p> <p>عدد الصفحات ١٥</p> <p>صفحة رقم ٨</p> <p>نص ، صور ثابتة ، صور متحركة</p>	
<p>مسابقة الوثب الثلاثي</p> <p>التهبسط</p>  <p>عبد الرحمن عبد القاه محمد 2008</p>	<p>٥٤</p> <p>محور التسلسل الحركي للأداء</p> <p>عدد الصفحات ١٥</p> <p>صفحة رقم ١٢</p> <p>نص ، صور ثابتة ، صور متحركة</p>	

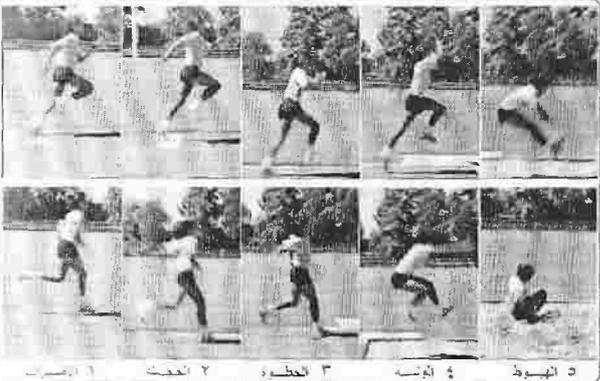
الإطار	م	الوصف و المكونات
<p>مسابقة الوثب الثلاثي</p> <p>الهيوط</p>  <p>15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1</p> <p>عد الزمحل عد الفلاح معد 2008</p>	<p>٥٥</p> <p>محور التسلسل الحركي للاداء</p> <p>عدد الصفحات ١٥</p> <p>صفحة رقم ١٤</p> <p>نص ، صور ثابتة ، صور متحركة</p>	
<p>مسابقة الوثب الثلاثي</p>  <p>18 17 16 15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1</p> <p>عد الزمحل عد الفلاح معد 2008</p>	<p>٥٦</p> <p>محور مشاهدة المسابقة</p> <p>عدد الصفحات ١٠</p> <p>صفحة رقم ١</p> <p>مشاهدة فيديو ، مع إمكانية التحكم في سرعة عرض الأداء</p>	
<p>مسابقة الوثب الثلاثي</p> <p>تعليمات استخدام البرنامج</p> <p>1 2 3</p> <p>نحوي عشر تنفيذ لمسابقة الوثب الثلاثي والتعريف بالمسابقة في ثلاث صفحات</p> <p>تمكنة التنقل بين الصفحات باحسار رقم الصفحة في الاعلى او عن طريق الزر</p> <p>الصفحات في عشر اخص</p>  <p>عد الزمحل عد الفلاح معد 2008</p>	<p>٥٧</p> <p>تعليمات استخدام البرمجية والمساعدة</p>	

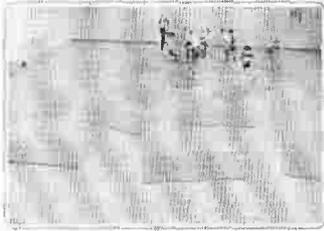
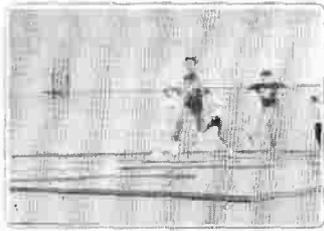
الإطار	م	الوصف والمكونات
<p>تعليمات استخدام البرنامج</p> <p>يحتوي محور المراحل الفنية على تقسيم لمراحل الأداء الفني للمسابقة</p> <p>يمكنك اقصار المرحلة المراد دراستها بالضغط عليها</p> <p>كما يمكنك مشاهدة الاداء بالضغط مرة اخرى</p> <p>ويظهر اسفل زر المشاهدة اخبار المعلومات الاضافة اذا كنت ترغب في الحصول على معلومات تفصيلية</p> <p>كما يمكنك اختيار معلومات باختيار علامة الاختيار في نهاية محور المراحل الفنية</p>	<p>٥٨</p> <p>تابع تعليمات استخدام البرمجية والمساعدة</p>	
<p>تعليمات استخدام البرنامج</p> <p>يحتوي محور تصحيح الأداء على معلومات تؤكد الاداء الصحيح</p> <p>كما يصاحب الشرح مجموعه من الصور التوضيحية</p> <p>كما يمكنك ان تختبر معلوماتك بالضغط على علامة الاختيار في نهاية محور تصحيح الاداء</p>	<p>٥٩</p> <p>تابع تعليمات استخدام البرمجية والمساعدة</p>	
<p>تعليمات استخدام البرنامج</p> <p>يحتوي محور الفوائد القانونية المنظمة على بعض المعلومات الضرورية والهامة التي يجب التعرف عليها جيدا خلال أداء مسابقة التولاب</p> <p>كما يصاحب الشرح مجموعه من الصور التوضيحية</p>	<p>٦٠</p> <p>تابع تعليمات استخدام البرمجية والمساعدة</p>	

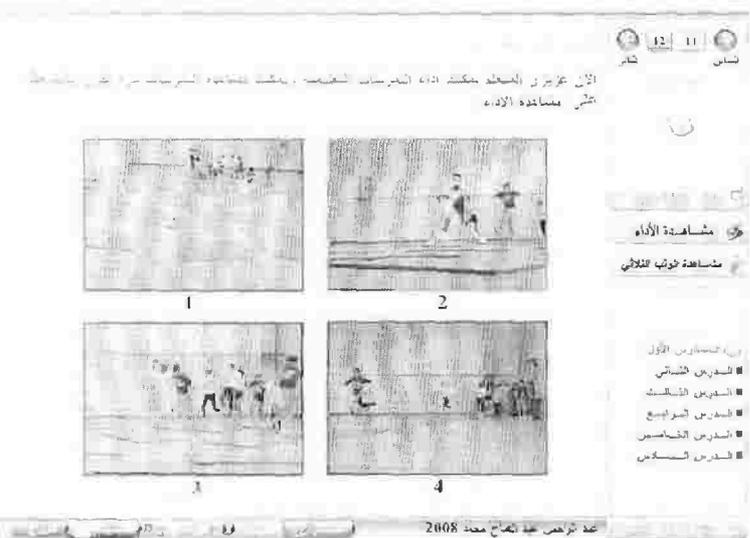
الإطار	م	الوصف والمكونات
<p>مسابقة لعبة الوثب الثلاثي</p> <p>أهداف البرنامج</p> <p>تعليمات استخدام البرنامج</p> <p>يحتوي محور الملعب والأدوات على المعلومات الخاصة بأبعاد الملعب ومقاييس الأدوات المستخدمة في مسابقة الوثب الثلاثي والتي يحددها الاتحاد الدولي للعبة</p> <p>كما يصاحب الشرح مجموعة من الصور التوضيحية</p> <p>مقدمة حساسة</p> <p>المرحلة الفنية للأداء</p> <p>تصحيح الأداء</p> <p>القواعد القوتوية المنظمة</p> <p>الملابس والأدوات</p> <p>تحديد رجل الارتقاء</p> <p>الخطوات التعليمية</p> <p>تتمثل حركي للأداء</p> <p>المساعدة مسبقاً</p> <p>الرجوع إلى البرنامج مسابقة 2008</p>	<p>٦١</p> <p>تابع تعليمات استخدام البرمجية والمساعدة</p>	
<p>مسابقة لعبة الوثب الثلاثي</p> <p>أهداف البرنامج</p> <p>تعليمات استخدام البرنامج</p> <p>يحتوي محور تحديد رجل الارتقاء التمرينات التي تساعدك على التعرف على رجل الارتقاء المناسبة لأن لكل لاعب الحرية في اختيار رجل الارتقاء كما يناسبه</p> <p>كما يصاحب الشرح المشاهدة العملية ممارسة للتمرين مع التعليق الصوتي</p> <p>مقدمة حساسة</p> <p>المرحلة الفنية للأداء</p> <p>تصحيح الأداء</p> <p>القواعد القوتوية المنظمة</p> <p>الملابس والأدوات</p> <p>تحديد رجل الارتقاء</p> <p>الخطوات التعليمية</p> <p>تتمثل حركي للأداء</p> <p>المساعدة مسبقاً</p> <p>الرجوع إلى البرنامج مسابقة 2008</p>	<p>٦٢</p> <p>تابع تعليمات استخدام البرمجية والمساعدة</p>	
<p>مسابقة لعبة الوثب الثلاثي</p> <p>أهداف البرنامج</p> <p>تعليمات استخدام البرنامج</p> <p>يحتوي محور الخطوات التعليمية على التمرينات التعليمية التي تساعدك على تعلم مسابقة الوثب الثلاثي بالتدرج من السهل إلى الصعب حتى تتعلم المسابقة بالكامل</p> <p>كما يصاحب الشرح المشاهدة العملية ممارسة للتمرين مع التعليق الصوتي</p> <p>يجب أن نعلم عزيزي المتعلم أن فهمك الجيد للمعلومات الواردة بالبرنامج وتعاونك مع معلمك في تطبيق الجزء العملي بالملعب هو الذي يحقق لك النجاح في التعلم وليس استخدامك للبرنامج فقط</p> <p>مقدمة حساسة</p> <p>المرحلة الفنية للأداء</p> <p>تصحيح الأداء</p> <p>القواعد القوتوية المنظمة</p> <p>الملابس والأدوات</p> <p>تحديد رجل الارتقاء</p> <p>الخطوات التعليمية</p> <p>تتمثل حركي للأداء</p> <p>المساعدة مسبقاً</p> <p>الرجوع إلى البرنامج مسابقة 2008</p>	<p>٦٣</p> <p>تابع تعليمات استخدام البرمجية والمساعدة</p>	

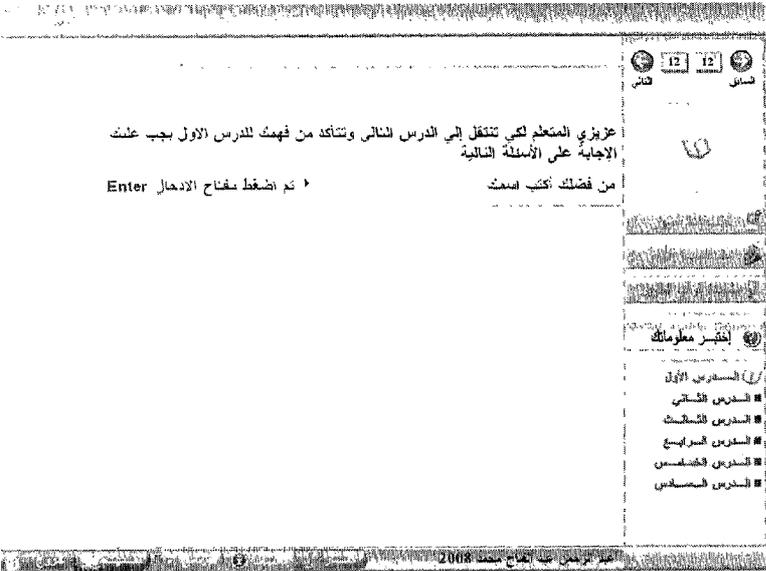
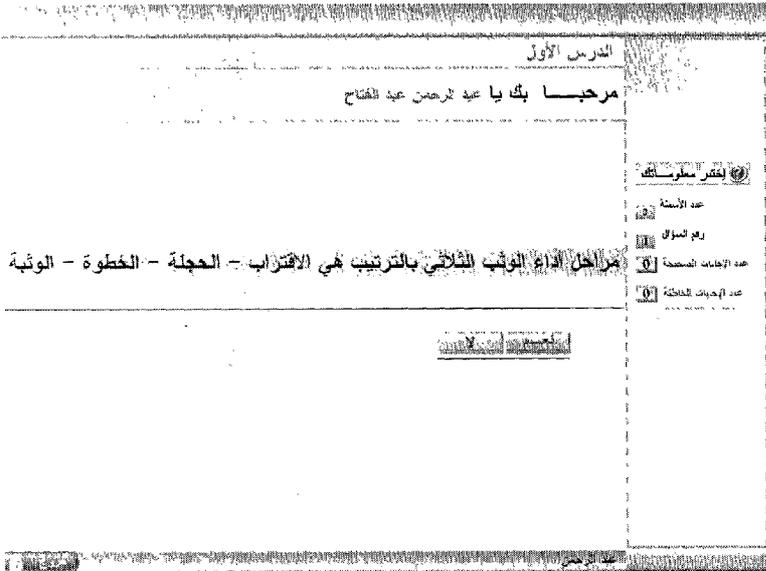
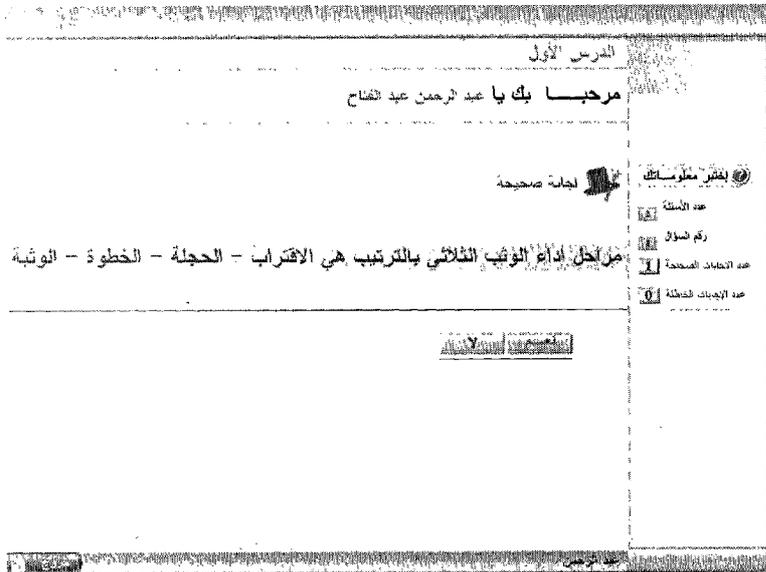
الإطار	الوصف والمكونات	م
<p>تعليمات استخدام البرنامج</p> <p>يحتوي محور التسلسل الحركي على صور لتأداء مسلسلة ومرتببة من البداية للنهاية تعمل بصورة تلقائية</p> <p>كما يصاحب كل صورة من الصور توضيح لمرحلة الفينة الخاصة بالصورة يمكنك إعادة عرضها تلقائيا أو بصفتها مورد شو الأخرى أو بصفتها بدون ترتيب</p> <p>البرنامج 2008</p>	<p>تابع تعليمات استخدام البرمجية والمساعدة</p>	<p>٦٤</p>
<p>تعليمات استخدام البرنامج</p> <p>يحتوي محور مشاهدة المسابقات على لقطات متنوعة لإبطال العالم في مسابقة الوثب الثلاثي</p> <p>كما يمكنك إعادة العرض مرة أخرى أو مشاهدة الأداء بالبطرس</p> <p>البرنامج 2008</p>	<p>تابع تعليمات استخدام البرمجية والمساعدة</p>	<p>٦٥</p>
<p>مع أطيب التمنيات بالتوفيق</p>	<p>إطار الخروج من البرمجية التعليمية</p>	<p>٦٦</p>

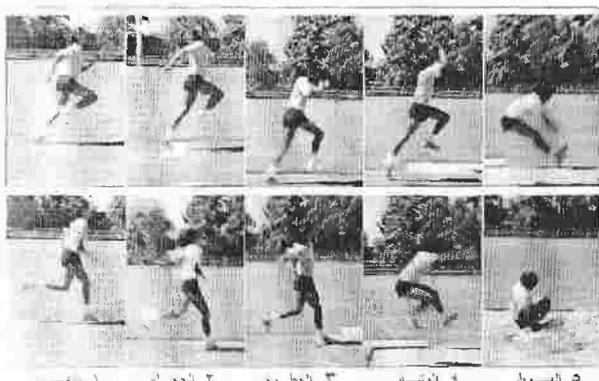
الإطار	الوصف والمكونات	الوحدة / الإطار	م
<p>مرحباً بك عزيزي المتعلم</p> <p>تعلم الوثب العالي مع مجموعة من التمرينات السهلة والسريعة يمكنك حفظ التمرين بسهولة عن طريق زر الذاكرة سوف نتابع التمرين معك في كل مرة من أجل تحقيق أفضل النتائج يمكنك التمرين في أي وقت وأي مكان إذا كنت ترغب في مساعدة أصدقائك يمكنك إرسال التمرين</p>  <ul style="list-style-type: none"> ■ التمرين الأول ■ التمرين الثاني ■ التمرين الثالث ■ التمرين الرابع ■ التمرين الخامس ■ التمرين السادس <p>أعد التمرين: عبد القادر محمد 2008</p>	<p>إطار الترحيب بالمتعلم في البرمجية التعليمية بنظام الوسائط المتعددة</p>		١
<p>مرحباً بك عزيزي المتعلم مع التمرين الأول لتعلم مسابقة الوثب العالي</p> <p>يهدف هذا التمرين إلى التعرف على مسابقة الوثب العالي</p> <p>ظهرت مسابقة الوثب العالي لأول مرة في الألعاب الأولمبية في أثينا 1896 وانجلترا</p> <p>انطلقت الوثبة العالية كمنافسة رسمية في الدورة الأولمبية في أثينا عام 1896.</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ التمرين الأول ■ التمرين الثاني ■ التمرين الثالث ■ التمرين الرابع ■ التمرين الخامس ■ التمرين السادس <p>أعد التمرين: عبد القادر محمد 2008</p>	<p>نص ، تعليق صوتي ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	١ / ١	٢
<p>في البداية لم يكن القادون على طريقة أداء متحده لثوبه العالي</p> <p>ثم حدث القادون طريقة الأداء بالترتيب الآتي :-</p> <p>حمله - خطوة - وثبة</p> <p>كان أول قفز الوثب كان مسابق الحركي اسمه كوجنر وينت بسنة 1872</p>  <ul style="list-style-type: none"> ■ التمرين الأول ■ التمرين الثاني ■ التمرين الثالث ■ التمرين الرابع ■ التمرين الخامس ■ التمرين السادس <p>أعد التمرين: عبد القادر محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	٢ / ١	٣

الإطار	الوصف والمكونات	الوحدة / الإطار	م
<p>تعتبر مسابقة الوثب الثلاثي من مسابقات التوب في ألعاب القوى التي يفتتد بها تحقيق أكبر نجاح، وقد تم التطرق لها في الوحدة السابقة. اضغط على مساهمة الصور</p>  <p>عبد الرحمن عبد الفاح محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٣ / ١</p>	<p>٤</p>
<p>مراحل أداء الوثب الثلاثي يقدم الأداء في مسابقة الوثب الثلاثي التي</p>  <p>عدو الزمن عبد الفاح محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٤ / ١</p>	<p>٥</p>
<p>حدث رجل الأرقام ولكن بؤرة تمرير المعلم للمنافسة حتى يحصلوا على أعلى رجل الأرقام اضغط على مشاهدة الصور لتعرفنا على رجل الأرقام</p>  <p>عدو الزمن عبد الفاح محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٥ / ١</p>	<p>٦</p>

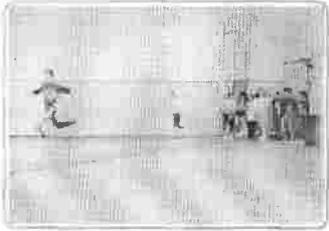
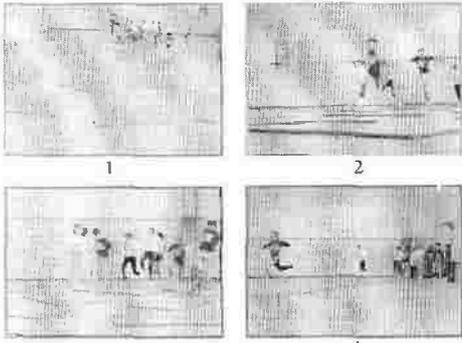
الإطار	الوصف والمكونات	الوحدة / الإطار	م
<p>حدث رجل الأثقال</p> <p>عززي المنجد كل لاعب بعد رجل الأثقال حيا من قبلها من بين لاعبي المسابقة لا يتروك رجل الأثقال بعدها وثبات بعدها من الترتيب ثم يركض من بعد رجل الأثقال نحو الأضواء</p>  <p>عززي المنجد</p> <p>عبد الرحمن عبد المجاح محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٦ / ١</p>	<p>٧</p>
<p>حدث رجل الأثقال</p> <p>الوجه بالقدس بنا على تلاتة مرات عن منطقة الترتيب</p> <p>اضغط عززي المنجد على مشاهدة الأداء لكي تعرف كيف تراه على العرض التليفزيوني</p>  <p>عبد الرحمن عبد المجاح محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٧ / ١</p>	<p>٨</p>
<p>حدث رجل الأثقال</p> <p>أداء خطوات مسجعة على الإعلانات الأضواء</p> <p>لاحظ عززي المنجد أن الأداء في هذه التمرين شبه الخطأ المتأخر فيه</p> <p>اضغط عززي المنجد على مشاهدة الأداء لكي تعرف كيف تراه على العرض التليفزيوني</p>  <p>عبد الرحمن عبد المجاح محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٨ / ١</p>	<p>٩</p>

الإطار	الوصف والمكونات	الوحدة / الإطار	م
	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٩ / ١</p>	<p>١٠</p>
	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>١٠ / ١</p>	<p>١١</p>
	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>١١ / ١</p>	<p>١٢</p>

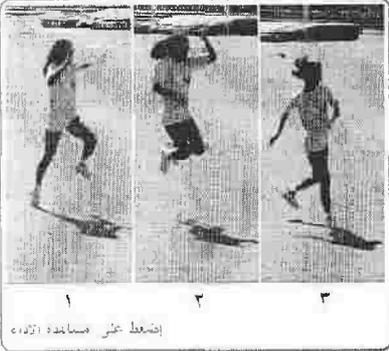
الإطار	الوصف والمكونات	الوحدة / الإطار	م
	إطار تسجيل الدخول لاختبار معلومات الدرس الأول	١٢ / ١	١٣
	نموذج سؤال صواب أو خطأ		١٤
	نموذج استجابة صحيحة		١٥

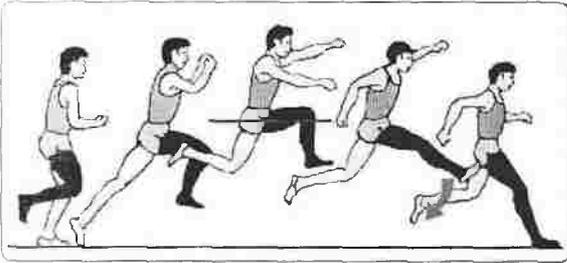
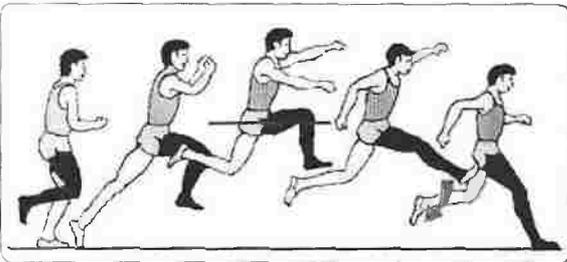
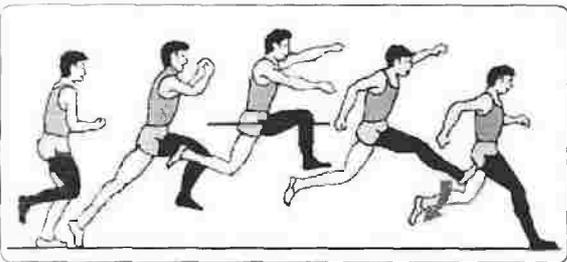
الإطار	الوصف والمكونات	الوحدة / الإطار	م
<p>درس الأول</p> <p>مرحباً بك يا معلم هذا الدرس</p> <p>اختيار خاطئ</p> <p>التصحيح</p> <p>مراحل أداء الوثب الثلاثي بالترتيب هي الإقتراب - الحجلة - الخطوة - الوثب</p> <p>بسم الله</p>	<p>نموذج استجابة خاطئة</p>		١٦
<p>مرحباً بك عزيزي المتعلم مع الدرس الثاني نتعلم الوثب الثلاثي</p> <p>بهدف هذا الدرس الي المراجعة عن كيفية تحديد رجل الإرتقاء</p> <p>مشاهدة وثب ثلاثي</p> <p>الدرس الأول</p> <p>الدرس الثاني</p> <p>الدرس الثالث</p> <p>الدرس الرابع</p> <p>الدرس الخامس</p> <p>الدرس السادس</p> <p>عدد الدروس: 6</p> <p>عدد التمرين: 2408</p>	<p>نص ، تعليق صوتي ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	١ / ٢	١٧
<p>مراحل أداء الوثب الثلاثي</p> <p>بهدف الازداه في مسابقة الوثب الثلاثي الي</p>  <p>مشاهدة الوثب ثلاثي</p> <p>الدرس الأول</p> <p>الدرس الثاني</p> <p>الدرس الثالث</p> <p>الدرس الرابع</p> <p>الدرس الخامس</p> <p>الدرس السادس</p> <p>عدد الدروس: 6</p> <p>عدد التمرين: 2408</p>	<p>نص ، تعليق صوتي ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	٢ / ٢	١٨

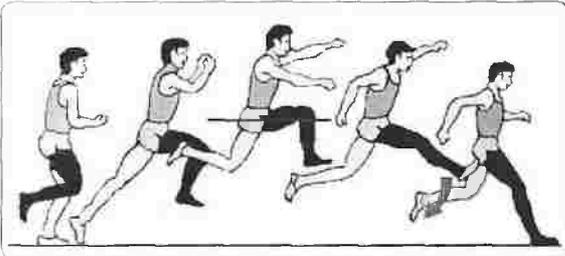
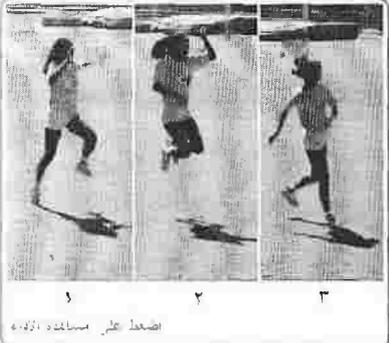
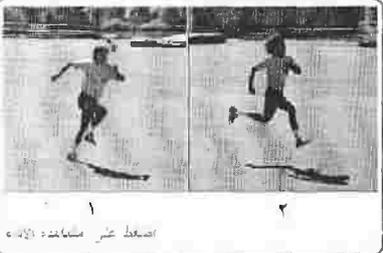
الإطار	الوصف و المكونات	الوحدة / الإطار	م
<p>تحدث رجل الأربعة</p> <p>والكر عازي السعد الساعه بحدو صححه بعد ان حده رجل الأربعة ، اصعد على مساعده الصور لتعرف ناصر رجل الأربعة</p>  <p>شاهد الصور</p> <p>مساعدة الوثائق التالي</p> <ul style="list-style-type: none"> المرتبة الأولى المرتبة الثانية المرتبة الثالثة المرتبة الرابعة المرتبة الخامسة المرتبة السادسة <p>عبد الرحمن عبد القاه سعد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٣ / ٢</p>	<p>١٩</p>
<p>تحدث رجل الأربعة</p> <p>عزير السعد كز لاعب حدة رجل الأربعة مما ساعد في نجاحه ان ان يواظب على مساعده ان مسو ط رجل الأربعة حدة و هناك مجتمع من المشركين التي يمكن ان حدة رجل الأربعة ، مسعد</p> <p>اسفل ابي ناصر</p>  <p>شاهد الصور</p> <p>مساعدة الوثائق التالي</p> <ul style="list-style-type: none"> المرتبة الأولى المرتبة الثانية المرتبة الثالثة المرتبة الرابعة المرتبة الخامسة المرتبة السادسة <p>عبد الرحمن عبد القاه سعد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٤ / ٢</p>	<p>٢٠</p>
<p>تحدث رجل الأربعة</p> <p>المحل بالسرور على انه الأربعة فوق العاتبات الأربعة لا حظ عزير السعد ان الأداء لم هذا السعد بعد حدة على كل من اصعد على مساعده على مساعده الأداء كمر بعد مساعده هذا السعد</p>  <p>شاهد الأداء</p> <p>مساعدة الوثائق التالي</p> <ul style="list-style-type: none"> المرتبة الأولى المرتبة الثانية المرتبة الثالثة المرتبة الرابعة المرتبة الخامسة المرتبة السادسة <p>عبد الرحمن عبد القاه سعد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٥ / ٢</p>	<p>٢١</p>

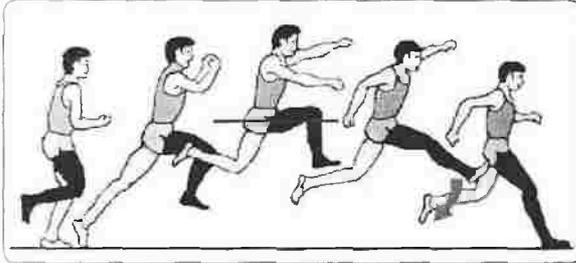
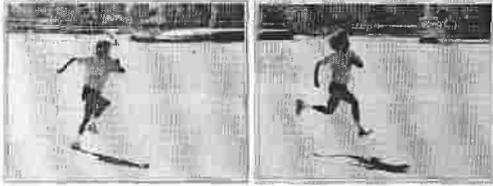
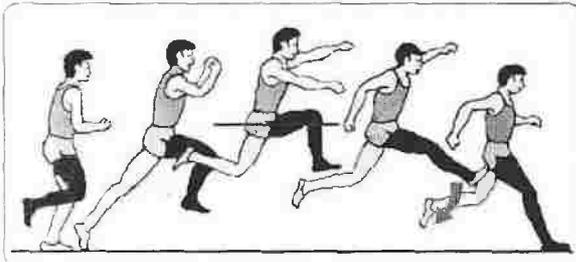
الإطار	الوصف و المكونات	الوحدة / الإطار	م
<p>محدد رجل الارتفاع</p> <p>أحصل على بعد الخاص من خط سير أو ملاء خطه والتمثيل</p> <p>تحت قمرى الخطه انه حد من الزهر انه يحضر من السموات من تحت</p> <p>الارتفاع بصورة العنق</p> <p>اصطف عزم و الصفا على مساعده الارتفاع على تعرف كطريق ما كرس</p>  <p>مشاهدة الأداء</p> <p>مشاهدة الوثبة الثلاثي</p> <ul style="list-style-type: none"> الدرس الأول الدرس الثاني الدرس الثالث الدرس الرابع الدرس الخامس الدرس السادس <p>أداء الرجل عند القفاح محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ،</p> <p>تعليق صوتي ،</p> <p>مشاهدة الأداء ،</p> <p>مشاهدة فيديو</p> <p>للمسابقة</p>	<p>٦ / ٢</p>	<p>٢٢</p>
<p>الآن عزم و الصفا يمكنه أداء التمرينات العنق و يمكنه مساعده التمرينات على مساعده</p> <p>على مساعده الأداء</p>  <p>مشاهدة الأداء</p> <p>مشاهدة الوثبة الثلاثي</p> <ul style="list-style-type: none"> الدرس الأول الدرس الثاني الدرس الثالث الدرس الرابع الدرس الخامس الدرس السادس <p>أداء الرجل عند القفاح محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ،</p> <p>تعليق صوتي ،</p> <p>مشاهدة الأداء ،</p> <p>مشاهدة فيديو</p> <p>للمسابقة</p>	<p>٧ / ٢</p>	<p>٢٣</p>
<p>مرحبا بته عزيزي المتعلم</p> <p>سوف نعرف في هذا الدرس على الارتفاع الأول و هو الحمله</p> <p>بهدف هذا الدرس ان معرفة الحمله</p> <p>كيفية أداء الحمله بصورة صحيحة</p>  <p>مشاهدة الصور</p> <p>مشاهدة الوثبة الثلاثي</p> <ul style="list-style-type: none"> الدرس الأول الدرس الثاني الدرس الثالث الدرس الرابع الدرس الخامس الدرس السادس <p>أداء الرجل عند القفاح محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ،</p> <p>تعليق صوتي ،</p> <p>مشاهدة صور ،</p> <p>مشاهدة فيديو</p> <p>للمسابقة</p>	<p>١ / ٣</p>	<p>٢٤</p>

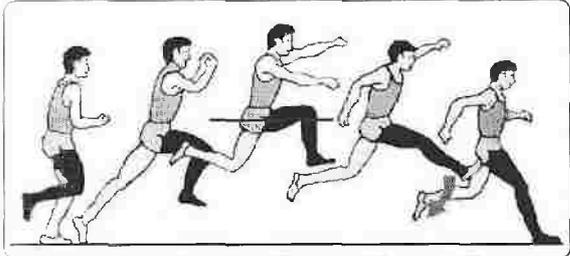
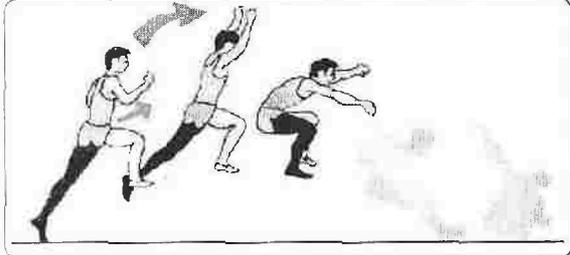
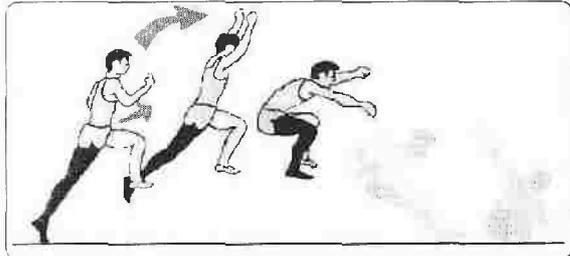
الإطار	الوصف والمكونات	الوحدة / الإطار	م
<p>مرحلة الححلة</p> <p>تؤدي الححلة في الاتجاه الأمامي</p>  <p>عبد الرحمن عبد الحجاج محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٢ / ٣</p>	<p>٢٥</p>
<p>مرحلة الححلة</p> <p>تتفاعل لمدد الارتفاع مع توجّه الارتفاع على أشد مدد ما ضمن الغدّة مساط</p>  <p>عبد الرحمن عبد الحجاج محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٣ / ٣</p>	<p>٢٦</p>
<p>مرحلة الححلة</p> <p>نتميز الحجلة عن غيرها من المراحل حسب كون لمدد الارتفاع هي نفسها لمدد الهبوط بعد نهاية الحجلة.</p>  <p>عبد الرحمن عبد الحجاج محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٤ / ٣</p>	<p>٢٧</p>

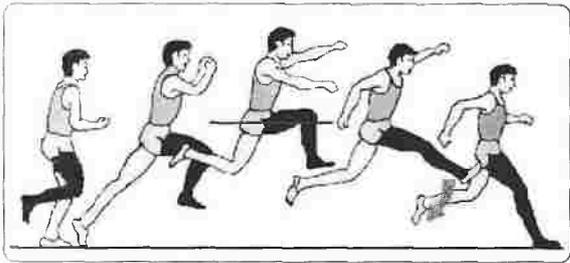
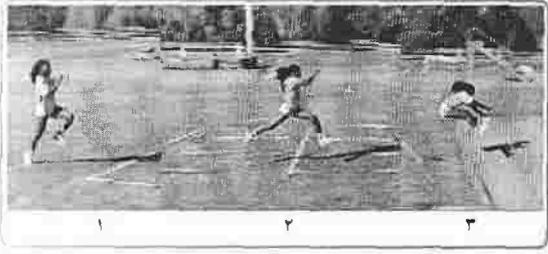
الإطار	الوصف و المكونات	الوحدة / الإطار	م
<p>المرحبات التلميذ للحج.</p> <p>أداء حركات أساسية مع الحذاء</p> <p>الهدف اكتساب انماط الحركي والاحساس بحركه الحجة</p>  <p>إضبط على مساندة الأداء</p> <p>التمرين الأول التمرين الثاني التمرين الثالث التمرين الرابع التمرين الخامس التمرين السادس</p> <p>التمرين الأول التمرين الثاني التمرين الثالث التمرين الرابع التمرين الخامس التمرين السادس</p> <p>التمرين الأول التمرين الثاني التمرين الثالث التمرين الرابع التمرين الخامس التمرين السادس</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٥ / ٣</p>	<p>٢٨</p>
<p>ملاحظات عامة</p> <p>تؤدي الحجة في الإسجاد الأفقي</p> <p>تقابل قدم الارتفاع مع نوحه الارتفاع على الكعب نه باطن القدم بقاوت</p> <p>تتميز الحجة عن غيرها من المراحل حيث يكون قدم الارتفاع في نفسية قدم الخطوة بعد نهاية الحجة</p> <p>مشاهدة الصور مشاهدة الأداء مشاهدة توثيق التلاميذ</p> <p>التمرين الأول التمرين الثاني التمرين الثالث التمرين الرابع التمرين الخامس التمرين السادس</p> <p>التمرين الأول التمرين الثاني التمرين الثالث التمرين الرابع التمرين الخامس التمرين السادس</p> <p>التمرين الأول التمرين الثاني التمرين الثالث التمرين الرابع التمرين الخامس التمرين السادس</p>	<p>نص ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٦ / ٣</p>	<p>٢٩</p>
<p>مرحلة الحجة</p> <p>مرحبا بك عزيزي المتعلم</p> <p>في التمرين الرابع سوف نتذكر مالم تعرفه عن الحجة وسعرف على مرحلة الحجة</p> <p>تؤدي الحجة في الاتجاه الأفقي</p> <p>تقابل قدم الارتفاع مع نوحه الارتفاع على الكعب نه باطن القدم بقاوت</p> <p>تتميز الحجة عن غيرها من المراحل حيث يكون قدم الارتفاع في نفسية قدم الخطوة بعد نهاية الحجة</p>  <p>إضبط على مساندة الأداء</p> <p>التمرين الأول التمرين الثاني التمرين الثالث التمرين الرابع التمرين الخامس التمرين السادس</p> <p>التمرين الأول التمرين الثاني التمرين الثالث التمرين الرابع التمرين الخامس التمرين السادس</p> <p>التمرين الأول التمرين الثاني التمرين الثالث التمرين الرابع التمرين الخامس التمرين السادس</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>١ / ٤</p>	<p>٣٠</p>

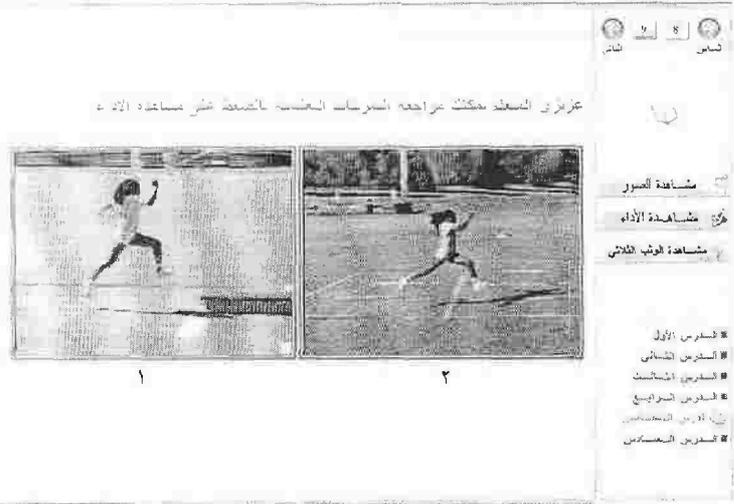
الإطار	الوصف والمكونات	الوحدة / الإطار	م
<p>الخطوة بم الارتفاع أثناء بعد الحمله</p> <p>الخطوة عن المرحلة الثالث بعد الالتراب والخطية</p> <p>بدا الخطوة بنفس ثناء الهبوط للحمله وتسير على القدم الاخرى</p>  <p>عبد الرحمن عبد الفتاح محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٢ / ٤</p>	<p>٣١</p>
<p>تكون مسافة الخطوة بقصر بين المسافة المقطوعة في الحمله</p> <p>الحفاظة على الراس وانحطع في وضع عمود غير الارض</p>  <p>عبد الرحمن عبد الفتاح محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٣ / ٤</p>	<p>٣٢</p>
<p>تتحرك الذراعين في توافق مع حركة الرجلين وساعده في حفظ التوازن</p> <p>تتحرك فخذ الرجل الحرة الى اعلى للاعداد لتبنيوت لتقابل بقدم الارض بالكامل امام الجسم</p>  <p>عبد الرحمن عبد الفتاح محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٤ / ٤</p>	<p>٣٣</p>

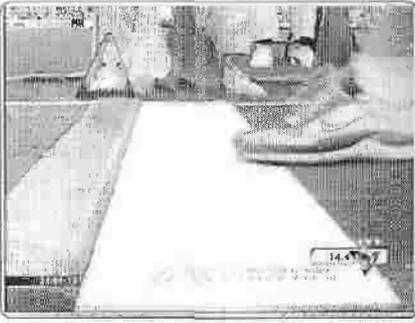
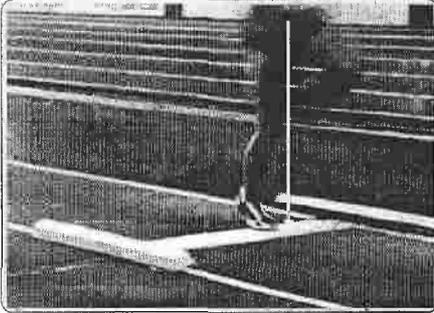
الإطار	الوصف والمكونات	الوحدة / الإطار	م
<p>كما زادت سرعة التلاعب في الاتجاه الأخرى كلما زادت مسافته وضع الكفة على الأرض للأمام</p>  <p>تعد الوثمن عبد الفتاح محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٥ / ٤</p>	<p>٣٤</p>
<p>اداء حطين مسالين مع السبيل الهدف اكتساب التوافق الحركي والاحساس بحركة الحبل</p>  <p>تعد الوثمن عبد الفتاح محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٦ / ٤</p>	<p>٣٥</p>
<p>اداء حخته بد خطوط الهدف التوافق الحركي والربط بين المحل والمحل</p>  <p>تعد الوثمن عبد الفتاح محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٧ / ٤</p>	<p>٣٦</p>

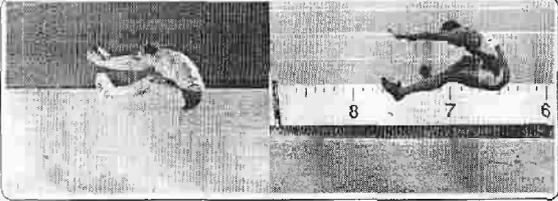
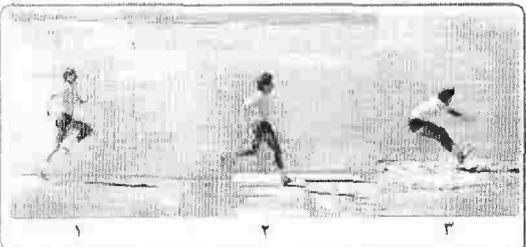
الإطار	الوصف والمكونات	الوحدة / الإطار	م
<p>تحقق ارتفاع قوي يجب ان يحقق التوافق بين المرجحة بالتراعن وعن الدفع بالرجل</p>  <p>عبد الرحمن عبد الفلاح محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٨ / ٤</p>	<p>٣٧</p>
<p>عزيمى السعد يمكنه مراجعة التمرينات المخططه بالتميز على مساهمة الأداء</p>  <p>عبد الرحمن عبد الفلاح محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٩ / ٤</p>	<p>٣٨</p>
<p>مرحبا بك عزيزى السعد في التمرين الخامس سوف نتذكر دائما معلومة عن الحجت- والحظوة والسعد ترحب- اليه تعاقل قدم الارتفاع مع لوحه الارتفاع على الكعب نه باطن القدم يتساوى تنميل الحجت عن عزيمى من المراحل حسب يكون هذه الارتفاع مر بعدها لده التباطؤ من جابه الحجت نبدأ الخطوة بنفس قدم التباطؤ للحجت- ونشبه على القدم الأخرى</p>  <p>عبد الرحمن عبد الفلاح محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>١ / ٥</p>	<p>٣٩</p>

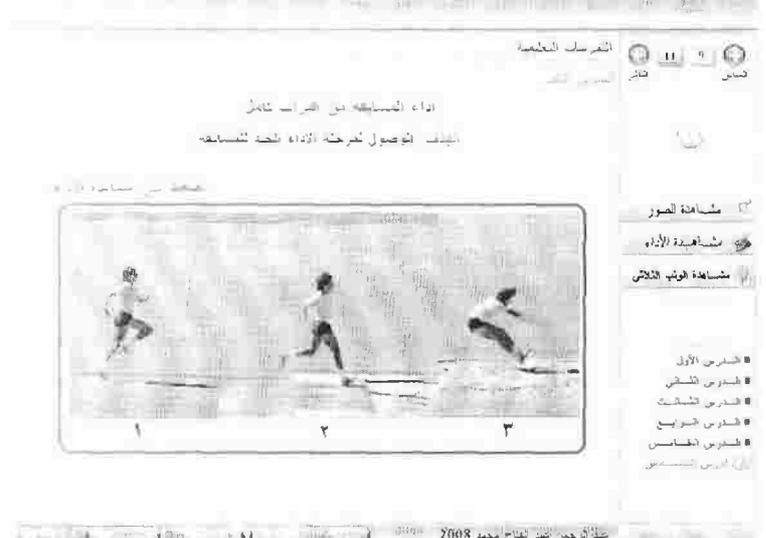
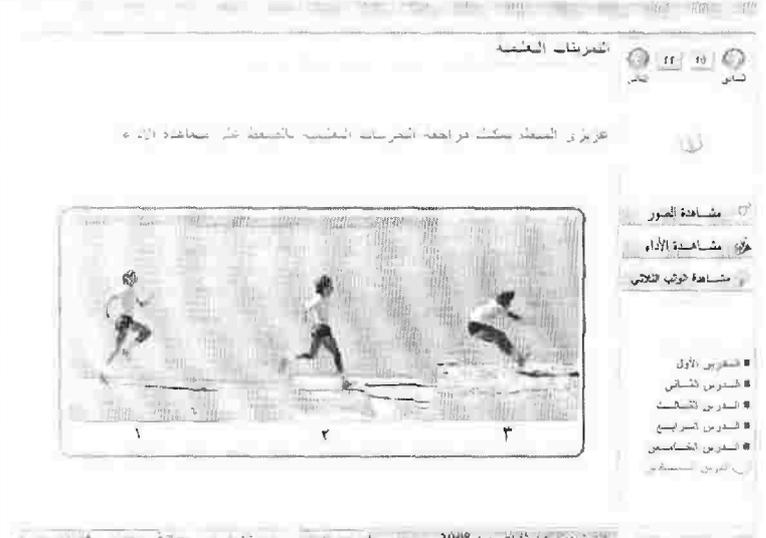
الإطار	الوصف والمكونات	الوحدة / الإطار	م
<p>مرحلة الخطوة</p> <p>الخطوة هي المرحلة الثالثة بعد الإقلاع والتجذير</p> <p>بدأ الخطوة بنفس قدم التثبيت لتجعله يشبه على القدم الأخرى</p> <p>تكون مسافة الخطوة أقصر من المسافة المغطاة في المرحلة</p> <p>الحفاظ على الرأس والذراع في وضع عمودي على الأرض</p>  <p>مشاهدة الصور</p> <p>مشاهدة الأداء</p> <p>مشاهدة الوثب الثلاثي</p> <ul style="list-style-type: none"> التدريس الأول التدريس الثاني التدريس الثالث التدريس الرابع التدريس الخامس التدريس السادس <p>عبد الرحمن عبد الفتاح صحت 2008</p>	<p>نص ، صورة ،</p> <p>تعليق صوتي ،</p> <p>مشاهدة صور ،</p> <p>مشاهدة الأداء ،</p> <p>مشاهدة فيديو</p> <p>للمسابقة</p>	<p>٢ / ٥</p>	<p>٤٠</p>
<p>مرحلة الوثبة</p> <p>تتبع الوثبة في طريقة الأداء الوثب الطويل</p> <p>تؤدي الوثبة بطريقة التثني أو التكور أو بالسر في الهواء</p>  <p>مشاهدة الصور</p> <p>مشاهدة الأداء</p> <p>مشاهدة الوثب الثلاثي</p> <ul style="list-style-type: none"> التدريس الأول التدريس الثاني التدريس الثالث التدريس الرابع التدريس الخامس التدريس السادس <p>عبد الرحمن عبد الفتاح صحت 2008</p>	<p>نص ، صورة ،</p> <p>تعليق صوتي ،</p> <p>مشاهدة صور ،</p> <p>مشاهدة الأداء ،</p> <p>مشاهدة فيديو</p> <p>للمسابقة</p>	<p>٣ / ٥</p>	<p>٤١</p>
<p>مرحلة الوثبة</p> <p>يجب على اللاعب في الوثبة أن تحقق الاتي</p> <p>الحفاظ على السرعة الأفقية وذلك عن طريق الإرخاء السريع</p> <p>الإعداد الجيد لعضلة التثبيت الأخرى في الخطوة</p>  <p>مشاهدة الصور</p> <p>مشاهدة الأداء</p> <p>مشاهدة الوثب الثلاثي</p> <ul style="list-style-type: none"> التدريس الأول التدريس الثاني التدريس الثالث التدريس الرابع التدريس الخامس التدريس السادس <p>عبد الرحمن عبد الفتاح صحت 2008</p>	<p>نص ، صورة ،</p> <p>تعليق صوتي ،</p> <p>مشاهدة صور ،</p> <p>مشاهدة الأداء ،</p> <p>مشاهدة فيديو</p> <p>للمسابقة</p>	<p>٤ / ٥</p>	<p>٤٢</p>

الإطار	الوصف والمكونات	الوحدة / الإطار	م
<p>كما زادت سرعة اللاعب في الإحاديث كلما زادت مسافة وضع القدم على الأرض للأمام</p>  <p>عدد الزعمان عند القفاح: وحدة 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٥ / ٥</p>	<p>٤٣</p>
<p>الحجل من فوق علامة على الأرض في أداء الخطوة على حدة من خطه ويتم تثبيت قدمه في الحقل الهدف: حساب التوافق الحركي للأداء ككل</p>  <p>عدد الزعمان عند القفاح: وحدة 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٦ / ٥</p>	<p>٤٤</p>
<p>أداء المسابقة قائمة من القدرات فتميز مع حدة مسافات التحمل في الخطه الهدف: تنمية القدرة على توزيع الأداء الحركي على التلال ، ساد</p>  <p>عدد الزعمان عند القفاح: وحدة 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٧ / ٥</p>	<p>٤٥</p>

الإطار	الوصف والمكونات	الوحدة / الإطار	م
<p>عزيزي السعد يمكنك مراجعة الصور الخمسة بالصيغة غير مساعده الاء</p> 	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٨ / ٥</p>	<p>٤٦</p>
<p>مرحا بت عزيزي المصنف في الدرس السادس سوف نعلم كيفه اداء الهبوط الصحيح وسوف نراجع بعض الملاحظات الهامة</p> 	<p>نص ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>١ / ٦</p>	<p>٤٧</p>
<p>مرحلة الهبوط تم مرحلة الهبوط بعد امتداد الرجل تماما ، وبيوط الذراعين لأسفل عندما تلامس الكعبين حفره الرمل حتى الركبتين لتضمنوا رضاء الجسم مع استكمال التذكرة للامانة</p> 	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٢ / ٦</p>	<p>٤٨</p>

الإطار	الوصف و المكونات	الوحدة / الإطار	م
<p>ملاحظات عامة</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> نعتن وصيغ مسأله، إضراب باستخدام العلامه الصحاحه لضمان تعابه العتم لفرجه الارغاء لم تغطه صححه</p>  <p>عند الرجوع على الفتح محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٣ / ٦</p>	<p>٤٩</p>
<p>ملاحظات عامة</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> الربط والتوافق بين عمل رجل الارغاء وفرجه كرم من الترميز والرجل بحره لك الارغاء يندفع ذلك بوضع قدم الارغاء بالغرب من مركز على الجسم</p>  <p>عند الرجوع على الفتح محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٤ / ٦</p>	<p>٥٠</p>
<p>ملاحظات عامة</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> الحفاظ على مسور مرتفع للحسه اثناء انطرافه سحق ذلك من خلال :- تنبيه كل من مكون القود والسرعه ربط عمليه الارغاء بالمرجه وحسينها . الممرن على الارغاء في وضع كرمه لسه . و حاضر قبل حفرة الهبوط</p>  <p>عند الرجوع على الفتح محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٥ / ٦</p>	<p>٥١</p>

الإطار	الوصف والمكونات	الوحدة / الإطار	م
<p>ملاحظات عامة</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> الحفاظ على الرضخ مرتفعاً لأطول فترة ممكنة قبل توقفهما عن الرضخ.</p> <p>تحقق ذلك من خلال :- نعوية عضلات البطن وخلف الفخذين ميل الجذع للأمام مع يدانه الميوط في الحفر اكتساب لصور صحيح للثقت</p>  <p>علا الرحمن عبد الفتاح محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٦ / ٦</p>	<p>٥٢</p>
<p>ملاحظات عامة</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> الحفاظ على السرعة الأفضى خلال الإزغاء لتأخر والتأخر</p> <p>تحقق ذلك من خلال :- رفع الرجل الجرد بعدد لأكثر بفترة بالمرحة القاب لتقار من تلامه ، لاغتر خلال الإزغاء التأخر والتأخر</p>  <p>علا الرحمن عبد الفتاح محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٧ / ٦</p>	<p>٥٣</p>
<p>ملاحظات عامة</p> <p>إداء المسابقة ككل من التمرين بوقت الحسنة</p> <p>الهدف : تحسين الإداء للمسابقة ككل</p> <p>صمغ كتر مشاهدة الأداء</p>  <p>علا الرحمن عبد الفتاح محمد 2008</p>	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٨ / ٦</p>	<p>٥٤</p>

الإطار	الوصف والمكونات	الوحدة / الإطار	م
	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>٩ / ٦</p>	<p>٥٥</p>
	<p>نص ، صورة ، تعليق صوتي ، مشاهدة صور ، مشاهدة الأداء ، مشاهدة فيديو للمسابقة</p>	<p>١٠ / ٦</p>	<p>٥٦</p>
	<p>إطار توثيق البرمجية التعليمية</p>		<p>٥٧</p>

ملخصات البحث

- ملخص البحث باللغة العربية.
- مستخلص البحث باللغة العربية.
- ملخص البحث باللغة الإنجليزية.
- مستخلص البحث باللغة الإنجليزية.

مقدمة

تشهد العملية التعليمية تطوراً شاملاً في مجال تكنولوجيا التعليم والتي هي جزء لا يتجزأ من النظام التعليمي الشامل وضرورة من ضرورياته ومن سمات العالم المعاصر التقدم العلمي وما يصاحبه من تطبيقات تكنولوجية تسهم بشكل ملموس في تطوير مختلف مجالات الحياة الإنسانية وكل ما يواجهها من مشكلات وهذا التطور يحتم على التربويين ضرورة مراجعة وتطوير أساليب وطرق تقديم المعلومات والمناهج الدراسية وإيجاد الطرق المناسبة لاستخدام التطبيقات التكنولوجية الحديثة التي تناسب التدريس والتعليم مع مراعاة قدرات المتعلم حتى يمكن الوصول به إلى درجة عالية من التحكم والكفاءة العالية .

وقد ساعد التطور التكنولوجي على ظهور أنظمة وأساليب جديدة في التعليم منها التعليم المفرد ، Individualized-Learning ، والتعليم بمساعدة الفيديو التفاعلي Interactivevideo Learning ، ونظام التعليم الشخصي Personalized System of Instruction والتعليم بمساعدة الكمبيوتر Computer-Assisted in Surrection والهيبرفيديو Hypervedeo والهيبرجرافيك Hypergraphic ، كما ساعد هذا التطور أيضاً إلى ظهور مصطلح الوسائط الفائقة Hypermedia ، وتعتبر الهيبرميديا تقنية جديدة في مجال التعليم والتعلم حيث تزود المتعلم بمناخ تربوي تعليمي تتوفر فيه الوسائط التعليمية المتعددة في وحدة متكاملة لأشكال البيانات والمعلومات المستقطعة والمنقاة من مصادر عدة لتكون في نسق نظامي واحد ، ذلك النظام الموحد الذي يمكن أن يديره الحاسب الآلي ويتحكم فيه ، ويتضمن أنواعاً من الوسائط المتعددة كتسجيلات صوتية ، ورسوم أو صور متحركة ، وبعض المشاهد من شرائط الفيديو ، ولقطات من الأفلام التعليمية ، مع خلفية من الموسيقى التصويرية المناسبة لما هو معروض ، كل ذلك بهدف مساعدة المتعلم على تحقيق أهداف واضحة سبق تحديدها ويتوقع إنجازها بدرجة عالية من الكفاءة جراء التعامل المباشر للمتعلم مع البرنامج على جهاز الحاسب الآلي.

مشكلة البحث وأهميته :

إن الهدف من العملية التعليمية هو الوصول إلى اتقان المتعلم للأداء من خلال الاقتصاد في الجهد وتقليل الأخطاء واختصار زمن التعلم لمساعدة المتعلم على الفهم الصحيح للأداء ومن ثم الممارسة الصحيحة لتحقيق الهدف من العملية التعليمية كما أن تكتيك مسابقات الميدان والمضمار قد يمثل صعوبة في الاستيعاب والأداء لدى الطلاب نظراً لتعدد هذه المسابقات واختلاف طرق أدائها وكذلك اختلاف الأدوات من حيث الشكل والوزن مما يستوجب العناية في

التخطيط لتعليم هذه المسابقات مما يستوجب التخطيط لتعليم هذه المسابقات في ضوء الاتجاهات الحديثة للتدريس وتوظيف الوسائل والمستحدثات التكنولوجية التي قد يكون لها أثر إيجابي على دور المعلم والمتعلم خلال العملية التعليمية .

حيث لاحظ الباحث من خلال عمله كمدرس للتربية الرياضية بالمرحلة الإعدادية واشتراكه في مسابقات ألعاب القوى على مستوى الإدارة التعليمية ومديرية التربية والتعليم قلة عدد الطلاب المشاركين في مسابقة الوثب الثلاثي وكذلك لاحظ أن عدد كبير من المشاركين يتم استبعادهم للأداء الخاطئ وقد لاحظ الباحث أنه عند تعليم مهارة الوثب الثلاثي المقررة على طلاب المرحلة الإعدادية صعوبة تعلم الطلاب لهذه المهارة مما يتطلب استخدام وسائل تعليمية تكنولوجية حديثة تساهم في تعلم الطلاب لهذه المهارة بصورة صحيحة وأكثر وضوحاً ونظراً لتوفر معمل مناهل المعرفة والحاسب الآلي بالمدرسة والذي يوجد به جهاز كمبيوتر لكل طالب في الفصل ومقرر له حصة كل أسبوع لكل مادة دراسية مما حدا بالباحث إلى الإقدام على محاولة إعداد برنامج تعليمي وفق خصائص الوسائط المتعددة وآخر وفق خصائص الوسائط الفائقة في تعليم مسابقة الوثب الثلاثي وعمل مقارنة بين البرنامجين وذلك في محاولة لتحسين عملية التعلم لدى التلاميذ والتدريب على أفضل الوسائل عند تعليم مسابقة الوثب الثلاثي لذلك أجرى الباحث هذه المقارنة للتعرف على تأثير استخدام الوسائط المتعددة والفائقة التداخل على تعلم الوثب الثلاثي لتلاميذ المرحلة الإعدادية .

هدف البحث :

يهدف البحث إلى التعرف على مايلي :

- ١- التعرف على تأثير برنامج تعليمي باستخدام الوسائط المتعددة على تعلم الوثب الثلاثي لطلاب المرحلة الإعدادية.
- ٢- التعرف على تأثير برنامج تعليمي باستخدام الوسائط الفائقة التداخل على تعلم الوثب الثلاثي لطلاب المرحلة الإعدادية.
- ٣- التعرف على الفرق بين استخدام أسلوب الوسائط المتعددة والوسائط فائقة التداخل على تعلم الوثب الثلاثي لتلاميذ المرحلة الإعدادية .

فروض البحث :

١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التي تستخدم الوسائط المتعددة لصالح القياس البعدي في تعلم الوثب الثلاثي لتلاميذ المرحلة الإعدادية قيد البحث.

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التي تستخدم الوسائط الفائقة لصالح القياس البعدي في تعلم الوثب الثلاثي لتلاميذ المرحلة الإعدادية قيد البحث.

٣- لا توجد فروق دالة إحصائية بين فرق الفروق للمجموعتين في تعلم الوثب الثلاثي لتلاميذ المرحلة الإعدادية قيد البحث.

إجراءات البحث

أولاً منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته مع طبيعة البحث ، وقد استعان الباحث بالتصميم التجريبي لمجموعتين تجريبيتين إحداهما تستخدم الوسائط المتعددة المالتيميديا والأخرى الوسائط الفائقة الهايبرميديا .

ثانياً مجتمع البحث :

يتمثل مجتمع البحث في تلاميذ الحلقة الثانية من مرحلة التعليم الاساسى بإدارة دكرنس التعليمية بمدرسة نجير الاعدادية .

ثالثاً عينة البحث

تم اختيار عينة البحث الاساسية بالطريقة العمدية من تلاميذ مدرسة نجير الاعدادية بالمرحلة الاعدادية وبلغ عددهم ٣٠ طالباً تم تقسيمهم لمجموعتين تجريبيتين الأولى وقوامها ١٥ طالباً والثانية قوامها ١٥ طالباً ، بينما تم اختيار ٣٠ طالباً لاجراء الدراسة الاستطلاعية عليهم.

أدوات جمع البيانات:

- المراجع العلمية.
- الأبحاث والدراسات السابقة.
- المقابلات الشخصية مع خبراء تكنولوجيا التعليم بكليات التربية والتربية الرياضية وكذلك خبراء مسابقات الميدان والمضمار.

القياسات الأنثروبومترية :

- قام الباحث بإجراء القياسات الأنثروبومترية التالية:
- العمر ويقاس بالسنة.
- الطول ويقاس بالسنتيمترات.
- الوزن ويقاس بالكيلو جرام.

الاختبارات:

- المستوى الرقمي ويقاس بمسافة الوثب الثلاثي.
- المستوى المهارى ويقاس من خلال استمارة تقييم الأداء المهارى مرفق (١) .

الأجهزة والأدوات:

- حفرة وثب ثلاثي .
- أجهزة كمبيوتر.
- ميزان طبي.
- كاميرا فيديو.
- مقاعد سويدية.
- صندوق مقسم.
- حبال.
- حفرة وثب.
- ساعة إيقاف.
- مراجع ألعاب قوى

إعداد الأماكن وتجهيزها :

- ملعب مدرسة نجير الاعدادية لإجراء اختبارات الوثب الثلاثى و تطبيق البرنامج به.
- معمل مناهل المعرفة بمدرسة نجير الاعدادية لإجراء البرنامج التجريبي به .

بطاقات تسجيل وتفريغ البيانات :

- كشف لتفريغ البيانات الخاصة بالقياسات الأنثروبومترية.
- كشف لتفريغ البيانات الخاصة بالاختبارات البدنية.
- كشف لتفريغ درجات القياس الرقعى من خلال المحكمين.
- كشف لتفريغ القياس للمستوى المهارى من خلال المحكمين.

الإمكانات البشرية :

اختيار المساعدين:

قام الباحث باختيار مساعدين من المدرسين بالمدرسة وخصائى الحاسب الالى بمدرسة نجير الاعدادية .

اختيار المحكمين:

استعان الباحث المحكمين فى القياس البعدى للتجربة من أساتذة ومدرسين مسابقات الميدان والمضمار بكليات التربية الرياضية بالمنصورة ، ودمياط .

الدراسة الاستطلاعية الأولى:

- تم إجراء الدراسة الاستطلاعية بهدف التحقق من :
- ملائمة المكان والأدوات والأجهزة واختبارها.
 - تدريب المساعدين وتوضيح مواصفات الاختبارات وطرق القياس.

وأسفرت النتائج عن:

- صلاحية وكفاية الأدوات والأجهزة المستخدمة.
- فهم المساعدين لطرق القياس والتسجيل.

الدراسة الاستطلاعية الثانية:

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية الثانية بهدف التعرف على مناسبة البرنامج التعليمي من حيث الألفاظ وزمن الأداء ومدى تفهم الطلاب لهذا النوع الجديد من التدريس ومدى استيعابهم له وكذلك التعرف على ميول واتجاهات الطلاب نحو التدريس بهذه الطريقة. وأسفرت نتائج الدراسة عن:

- وجد الطلاب أسلوباً جديداً في التدريس وأصبحوا مقبلين بشغف.
- تعديل بعض المصطلحات الغير معروفة وتبسيطها للقدره على فهمها بسرعة.
- لا يجيد معظم الطلاب تشغيل الأجهزة المستخدمة فوضعت بصورة يسهل على الطالب تشغيلها.

المعالجات الإحصائية

- استخدم الباحث المعاملات الإحصائية التالية :
- المتوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- الوسيط .
- معامل الالتواء
- اختبار (ت) لدلالة الفروق بين مجموعتين مختلفتين ومتساويتين في العدد
- اختبار (ت) لدلالة الفروق بين قياسين مختلفين لنفس المجموعة (قبلي بعدى)
- معامل الارتباط البسيط لبيرسون

الاستنتاجات و التوصيات

الاستنتاجات:

من واقع البيانات والمعلومات التي توصل إليها الباحث وفي حدود مشكلة البحث ونطاق عينة البحث وطبيعته وأهدافه وفي ضوء فروض البحث والمعالجات الإحصائية للبيانات ومن خلال مناقشة النتائج توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية:

- استخدام الوسائط الفائقة "الهيبر ميديا" حقق نتائج ايجابية دالة فى تعلم الوثب الثلاثى .
- استخدام الوسائط المتعددة "المالتي ميديا" حقق نتائج ايجابية دالة فى تعلم الوثب الثلاثى.
- يحقق استخدام الوسائط الفائقة "الهيبرميديا" ايجابية وفاعلية أفضل من أسلوب الوسائط المتعددة "المالتي ميديا" فى تعلم الوثب الثلاثى.
- أسلوب التعلم باستخدام الوسائط الفائقة "الهيبر ميديا" حقق نتائج ايجابية أفضل من أسلوب الوسائط المتعددة "المالتي ميديا" فى فاعلية المستوى المهارى للوثب الثلاثى.

التوصيات:

بناء على النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة وفي حدود عينة البحث والبحث، يوصى الباحث بما يلي:

- الاستعانة ببرنامج الوسائط الفائقة " الهيبر ميديا" لتعلم الوثب الثلاثى لطلاب المرحلة الاعدادية لما لها من فاعلية على المستوى المهارى والرقمى ولتوفر معامل مناهل المعرفة بالمدارس.
- تصميم مجموعة من برامج الوسائط الفائقة "الهيبر ميديا" بغرض تعلم بعض مسابقات الميدان والمضمار لطلاب المرحلة الاعدادية.
- تصميم بعض من برامج الوسائط الفائقة "الهيبر ميديا" للأنشطة الرياضية المختلفة بمقرر التربية الرياضية لطلاب المرحلة الاعدادية لما لها من أثر واضح فى تحقيق أهداف التعلم.
- توفير البرامج التعليمية لمقرر التربية الرياضية فى المعامل والمختبرات العلمية بالمدارس أسوة بالمقررات الدراسية للمواد الأخرى.
- الاستعانة بكل ما هو جديد فى مجال تكنولوجيا التعليم فى مجال التعلم الحركى.
- تدريب القائمين بعملية التدريس على كيفية استخدام الأجهزة التكنولوجية الحديثة واستخدامها فى مجال التعليم.

مستخلص البحث

عبد الرحمن عبد الفتاح محمد أحمد

تأثير استخدام الوسائط المتعددة الرقمية والفائقة التداخل على تعلم الوثب الثلاثي لتلاميذ المرحلة الإعدادية "دراسة مقارنة"

رسالة ماجستير - كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة - ٢٠٠٨

هدف البحث إلى التعرف على تأثير برنامج تعليمي باستخدام الوسائط المتعددة الرقمية وآخر باستخدام الوسائط الفائقة التداخل والتعرف على الفرق بين الأسلوبين على تعلم الوثب الثلاثي لطلاب المرحلة الإعدادية، وقد استخدم المنهج التجريبي لمجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة، وتم اختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العمدية من تلاميذ مدرسة نجير الإعدادية وبلغ عددهم ٣٠ طالباً مقسمين إلى مجموعتين متساويتين المجموعة التجريبية الأولى تتعلم باستخدام الوسائط المتعددة والمجموعة التجريبية الثانية تتعلم باستخدام الوسائط الفائقة التداخل وتم تنفيذ التجربة الأساسية بواقع حصتين أسبوعياً وزمن الحصاة (٤٥) دقيقة لمدة (٦) أسابيع بواقع (١٢) وحدة تعليمية لكل مجموعة، وكانت أهم النتائج أن استخدام الوسائط المتعددة الرقمية "المليديا" والوسائط الفائقة "الهايبرميديا" حقق نتائج إيجابية دالة في تعلم الوثب الثلاثي، كما حقق استخدام الوسائط الفائقة "الهايبرميديا" إيجابية وفاعلية أفضل من أسلوب الوسائط المتعددة "المليديا" في تعلم الوثب الثلاثي، ويوصي البحث بالاستعانة ببرنامج الوسائط الفائقة "الهايبرميديا" لتعلم الوثب الثلاثي لطلاب المرحلة الإعدادية لما لها من فاعلية على المستوى المهاري والرقمي.



Mansoura University
Faculty Of physical Education
Department of curricula and
Teaching methods

The Effect of Using Digital Multi Media and Hypermedia
on Learning Triple Jump for Preparatory Stage students
"Comparative Study"

Prepared by :

Abd Al-Rahman Abd Al-Ftah Mohammed

Physical Education Teacher

Submitted for Partial Fulfillment for the Requirements of Master
degree in Sports education

The Supervision

Supervisors

Prof. Dr.

Mohammed Mohammed El-Shahat

The Professor of Teaching Hockey Methods,
In Department of Curricula and Teaching
Method Agent of Faculty for Community
Service and Environment Developing,
Faculty of Physical Education,
Mansoura University

Dr.

Ahmed Abd Al-Fttah Hossen

Lecturer in Teaching Methods Department
Faculty of Physical Education
Mansoura University



Mansoura University
Faculty Of physical Education
Department of curricula and
Teaching methods

The Effect of Using Digital Multi Media and Hypermedia
on Learning Triple Jump for Preparatory Stage students
"Comparative Study"

Prepared by :

Abd Al-Rahman Abd Al-Ftah Mohammed

Physical Education Teacher

Submitted for Partial Fulfillment for the Requirements of Master
degree in Sports education

The Supervision

Supervisors

Prof. Dr.

Mohammed Mohammed El-Shahat

The Professor of Teaching Hockey Methods,
In Department of Curricula and Teaching
Method Agent of Faculty for Community
Service and Environment Developing,
Faculty of Physical Education,
Mansoura University

Dr.

Ahmed Abd Al-Fttah Hossen

Lecturer in Teaching Methods Department
Faculty of Physical Education
Mansoura University

Introduction

The educational process faces a global development in the field of educational technology which is a part of educational system and become a necessary in the modern world and what accompany with it of application technology contribute in development in all life society and what faces this from development , the educational workers have to go with development in life and use the modern application technology which suit with teaching and learning, taking care the learner abilities in order to achieve a high level of control and better efficiency.

This technological development helped of appearance new systems of learning. Individualized learning , interactive video learning, personalized system of instruction, computer – Assisted in surjection, Hyper video, Hyper- graphic, and this development helped of appearance the concept of Hypermedia which considered a new " tech " in learning which make educational environment to learner where multimedia are being in a whole unit of data, graphics and information which drived from several resources to make one complete system and this system is controlled and managed by computers, which includes several kinds of multimedia as records , graphics motions, video tapes and from educational films with parts musical background to what shown, all of this aim to help learner to achieve clear aims, which are determined and it's expected to achieve in high level of efficiency due to the dealing with this program indirectly.

The problem and importance of the research :

The object of education process is to reach to a good performance of learner through the least time and effort to make a good understanding then a real practicing to achieve the educational process objectives. The technique of race competition represents a hardships to students due to the variety of games and the difference of methods and the variety of objects which demanded a good planning and making use of a modern technology which has a positive on teacher and learner.

The researcher notice through his job as a teacher of Ph.E in preparatory stage and his participation in Athletics on the department. that there is only a few student join in treble jump and he noticed than when we teach the skill of treble jump on prep stage there are a lot difficulties to learn which demanded the use of modern technology methods which eases the learning in a correct way and more clear and this due to the presence of technology lab in the school where there is a computer to each student in a week, and so the researcher work on using hypermedia in tribble jump in his attempt to improve learning, the researcher held a comparison between the effect of using hyperdulia media on learning the treble jump on preparatory stage.

The researcher objective :

This research aims to know knowing the effect of using hyper multimedia on treble jump on prep stage.

The effect of using educational program of hyper media on treble jump

The different between the two programs

The research hypothesizes :

Through the theoretical reading and the previous studies we can make these hypothesizes .

There is statically differences between the pre and post measure to the group which used the multimedia to the post measurement on learning the treble jump on prep stage.

There is no statically differences between the two groups on learning the treble jump on prep stage.

The research procedures :

The research method :

The researcher use the experimental method which go with the nature of research and he use the experimental design " experimental group and controlling group "

The research society :

The second stage of Negeer Preparatory in Dekerness department

The research sample :

The sample was selected with irregular method from Negeer preparatory student 30 student was divided into two group each 15 while 30 student were chosen to make prediction.

Data Collection tools :

The research is depending on some method in data collection.

- The previous researches.
- Personal meeting.
- Anthropology measurements " age " length " weight " .
- Scientific books.
- Tests.
- Digital level with the measurement of treble jump.
- Skilful level through evaluation.
- The reached make questionair to determine evaluation of skilful level .
- equipments and tools.
- Treble jump hole.
- Computers.
- Medical measurement.
- Video camera .
- Sweden seats.
- Divided bor .
- Ropes.
- jump hole.
- stop watch
- revisioner of Athelitics.
- The places of testes wer determined as follow.
- Playground of Negeer prep school for jump tests and program
- Method of knowledge lab for experimental program.
- Cards of recording and data .
- The researcher make these cards as follow .
- a paper for Anthropology data .
- paper for physical tests.
- paper for records and marks .
- paper for skilful measurement.
- Human abilities.
- choosing assistants.
- the researcher choose assistants from school teachers, computer specialist at Negeer prep.
- Choosing referees .
- The researcher depend on the help of the prof(s" of race competition and teachers from faulty of physical education at Mansoura.

Survey study :

it has done for

- test the place tools and equipment.
- being accurate for assistants thorny measurement and recording.
- Second survey study it has done.

to know how this program go with teaching method.

- the results are .
- The students found this method a new one, they fond of it.
- using some concepts which known to students.
- most students are not good at dealing with computers so the program are put in easy way .
- the statistics treatment
Average, standard deviation T-test , correlation, percentage related factors.
- The average of improvement.

The deduction :

In the limits and aims of the research and from its treatment method, the researcher deduced the following :

- Using hyper media made a positive results in treble jump.
- Using multimedia made positive results in treble jump.
- Using hypermedia made a positive result in better than using multimedia in learning treble jump.
- Using hypermedia made positive result better than multimedia at skilful level in treble jumps.

The recommendation :

In the light of the research targets and deduction the researcher recommend following :

- Using hypermedia to learn treble jump for prep student make positive result in skilful and digital level.
- Designing some programs of hypermedia in order to learn race competition.
- Saving educational programs for physical educational teacher in labs at schools as another subjects.
- The necessity of using the new at technology field in motion learning.
- Training teachers , how can they use modern technology equipments and how can they use it in studying.

Summary

Abd Al-Rahman Abd Al-Fatah Mohammed

**The Effect of using Digital Multi Media and Hypermedia on
learning triple Jump for preparatory stage student
"Comparative Study" Master degree
Mansoura University, Faculty of Physical Education**

This research aim to the effectiveness of using education program of multi media on learning triple jump for prep students and other by using hypermedia, and knowing the differences between them, the researcher used the experimental method to go with the researcher nature and he used and experimental group 1, and experimental group 2. The sample was selected with irregular method from Negeer prep students.

And they are 30 student who divided into two groups in same numbers, the experimental group 1 uses multimedia and the experimental group 2 uses learning by hypermedia. The main experiment was done by two lessons a week 45 minute for six weeks in 18 modules to each group the most important result was using hypermedia program for learning triple jump for prep student stage achieve positively results on digital and skilful level better than using multi media programs and the researcher recommend by using the hypermedia programmer for learning triple jump for prep student stage.