

المراجع

اولا - المراجع العربية:

- ١- ابراهيم سلامه : المجلة العلمية للتربية الرياضية المعهد العالى للتربية الرياضية الاسكندرية العدد الاول ١٩٧٣ م .
- ٢- ابراهيم وجيه محمود : التعلم ، اسسه ونظرية تطبيقاته، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية ١٩٧٦ م .
- ٣- احمد امين فوزى : سيكولوجية التعلم للمهارات الحركية الرياضية، الاسكندرية دار المعارف المصرية ١٩٨٠ م .
- ٤- احمد خاطر واخرون : دراسات فى التعلم الحركي، الاسكندرية، دار المعارف المصرية ١٩٧٨ م .
- ٥- احمد زكى صالح: علم النفس التربوى ، ج ١ ، ط ١٠ ، القاهرة ، مكتبة النهضة المصرية ١٩٧٢ م .
- ٦- احمد عزت راجح : اصول علم النفس، ط ١١ ، القاهرة، دار المعارف بمصر ، ١٩٧٧ م .
- ٧- اميره جمال الدين : اثر استخدام بعض الادوات اليدوية المستعملة فى التمرينات على تنمية عنصرى التوافق ، والتوازن ، رسالته ماجستير ، كلية التربية الرياضيه للبنات ، القاهرة ١٩٨٢ م .
- ٨- امين انور الخولى ومحمود عبد الفتاح: التربية الرياضيه المدرسيه، دار الفكر، ١٩٩١ م .
- ٩- انتصار يونس: السلوك الانساني، القاهرة، دار المعارف المصرية، ١٩٧٢ م .
- ١٠- انور الشرقاوى: التعلم ، نظريات وتطبيقات ، ط ٢ ، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، ١٩٨٧ م .

- ١١- ايلين وديع فرج : خبرات في الالعاب للصغار والكبار، الاسكندرية، منشأة المعارف ١٩٨٢م.
- ١٢- _____ : فن الكرة الطائرة، ج ١، الاسكندرية، ١٩٧٠م.
- ١٣- تشارلز بيوتشر: اسس التربية البدنية، ترجمة حسن سيد معوض، كمال صالح عبده، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية ١٩٧٤م.
- ١٤- جابر عبد الحميد واحمد خيرى كاظم: مناهج البحث في التربية وعلم النفس، دار النهضة ، ١٩٧٣م.
- ١٥- حسن سيد معوض : طرق تدريس التربية الرياضيه، القاهرة، مكتبة القاهرة الحديثة ١٩٦٣م.
- ١٦- حسين سليمان قورة: الاصول التربوية في بناء المناهج ط ٥، القاهرة، دار المعارف ١٩٧٧م.
- ١٧- حمدى عبد المنعم: الكرة الطائرة، مهارات، خطط، قانون، القاهرة، ١٩٨٤م.
- ١٨- رضا عبد الله العالى: اثر ادخال الواجبات الاضافية على فاعلية درس التربية الرياضية للمرحلة الابتدائية بدولة الكويت، رسالة ماجستير كلية التربية الرياضيه للبنات بالقاهرة م
- ١٩- زينب على عمر: اثر استخدام كل من التدريب الدائرى والواجبات الاضافية على فاعلية درس التربية الرياضية في المرحلة الابتدائية مجلة دراسات وبحوث جامعة حلوان ، ١٩٨١م.
- ٢٠- _____ : اثر ادخال الواجبات الاضافية على الجزء الرئيسى من درس التربية الرياضية لتلاميذ وتلميذات الفصل السادس بالمرحلة الابتدائية مجلة حلوان . دراسات وبحوث ، ١٩٨١م.

- ٢١- زينب على عمر: مقارنة لفاعلية درس التربية الرياضية باستخدام الواجبات
الاضافية لتلميذات المرحلة الابتدائية والاعدادية بمحافظة
القاهرة، المؤتمر العلمى الثالث بكلية التربية الرياضية
بأبى قبر، ١٩٨٢م.
- ٢٢- زينب فهمى واخرون: الكرة الطائرة، دار المعارف بمصر، ١٩٧٦م
- ٢٣- سعيد جلال ومحمد حسن علاوى: علم النفس التربوى الرياضى، القاهرة،
دار المعارف بمصر، ١٩٦٩م.
- ٢٤- _____: علم النفس التربوى الرياضى، ط ٦، القاهرة، دار المعارف
بمصر، ١٩٧٨م.
- ٢٥- سعيد الشاهد: نظريات التمرينات مع تطبيقات عملية بالادوات، القاهرة ١٩٦٦م
- ٢٦- سهر بدير: المناهج فى مجال التربية الرياضية، الاسكندرية، دار المعارف
بمصر ١٩٨٠م.
- ٢٧- سيجال سعيد: تأثير استخدام بعض الادوات اليدوية فى التمرينات على
تنمية عنصر القدرة للطالبات بكلية التربية الرياضية، رسالة
ماجستير، كلية التربية الرياضيه للبنات بالقاهرة، ١٩٨٠م.
- ٢٨- عبد الفتاح لطفى: المرجع فى طرق تدريس التربية الرياضية الحديثة، الاسكندرية
دار الكتب الحديثة، ١٩٧٠م.
- ٢٩- _____: طرق تدريس التربية الرياضية والتعلم الحركى، الاسكندرية
دار الكتب الجامعية، ١٩٧٢م.
- ٣٠- عصام عبد الخالق: التدريب الرياضى، نظريات، تطبيقات، ط ٤ الاسكندرية
دار المعارف ١٩٨١م.
- ٣١- عطيات خطاب: التمرينات للبنات، ط ٦، دار المعارف ١٩٨٧م.

٣٢- عنايات على لبيب : اثر برنامج مقترح للتمرينات باستخدام الحبل على كفاءة

الجهازين الدورى والتنفسى بحث مقبول للنشر، المؤتمر

العلمى الثالث، دراسات وبحوث التربية الرياضيه جامعه

حلوان ١٩٨٢م .

٣٣- ليلى زهران : الاسس العلمية والعملية للتمرينات والتمرينات الفنيه

دار الفكر، ١٩٨٢م .

٣٤- ماجده السيد محمود : اثر استخدام التدريب الدائرى فى تقليل الوقت الضائع

فى درس التربية الرياضيه للمرحله الاعدادية . رساله

ماجستير ، كلية التربية الرياضيه للبنات بالقاهرة ١٩٧٩م .

٣٥- محسن حسيب : تأثير تعديل التوزيع الزمنى للجزء الرئيسى لـ مدرس

التربية الرياضيه على بعض المهارات الحركيه لتلاميذ

المرحله الثانويه، رساله ماجستير كلية التربية الرياضيه

بالزقازيق ١٩٩١م .

٣٦- محمد حسن علاوى : علم النفس الرياضى ، ط ٣ ، القاهرة، دار المعارف،

١٩٨٣م .

٣٧- _____ : سيكولوجية التدريب والمنافسات، ط ٥ ، القاهرة،

دار المعارف ١٩٨٣م .

٣٨- محمد حسن علاوى، محمد نصر الدين رضوان : الاختبارات المهاريه

والنفسية فى المجال الرياضى، دار الفكر العربى، ١٩٨٢م

٣٩- _____ : القياس فى التربية الرياضيه وعلم النفس ، ط ١ ، دار

الفكر العربى ١٩٧٩م .

٤٠- محمد صبحى حسانين : التقويم والقياس فى التربية البدنيه، ط ١ ، دار الفكر

العربى ، ١٩٧٩م .

٤١- ناهد عسكر : تأثير عدد الوحدات الدراسية على فاعلية الجزء الرئيسي من

درس التربية الرياضية بالمرحلة الابتدائية للبنات، رسالة
ماجستير ، كلية التربية الرياضية.

٤٢- يوسف الشيخ : التعلم الحركي ، الاسكندرية، دار المعارف.

ثانيا - المراجع الاجنبية:

43- Bangman, John Russel: Weight Variance of Basket Balls
Related to Kinesthetic Sense in Free Throw Shooting.
D.A. Inter., Vol. 44, No. 4, 1983.

44- Baumgartner, T.A. & Jachson, A.S.: Measurement
for Evaluation in Physical Education, Boston, Houghton
Mifflin Comp., 1973.

45- Cratty, B.J.: Movement Behaviour and Motor Learning,
3rd ed., Philadelphia, Lea & Febiger, 1973.

46- Fait, H.F.: Experiences in Movement, Philadelphia,
W.B. Saunders Comp., 1976.

47- Shay, C.: Volley Ball for Boys and Girls Skills Test
Manual, Washington, Ahper Publication, 1975.

48- Singer, R.N.: Motor Learning and Human Performance,
2nd ed., N.Y. Macmillan Comp. Inc., 1975.

مرفق رقم (١)

جامعة حلوان
كلية التربية الرياضية للبنات
بالقاهرة

السيد الاستاذ / مدير ادارة جنوب القاهرة التعليمية

تحية طيبة .. وبعد

نتشرف بان نحيط سيادتكم علما بان الدارس / سيد جيوشى غنيم ابراهيم
مقيد بالدراسات العليا بالكلية . وقد اجتاز السنة الاولى والثانية ماجستير لعام ١٩٩٠ / ٨٩
٩٠ / ٨٩ - ١٩٩١ / ٩٠ . وسجل للحصول على درجة الماجستير فى التربية الرياضية
بتاريخ ١٩٩١ / ٣ / ٣١ وعنوان البحث :-

(اثر استخدام الاداة البديلة على زيادة فاعلية درس التربية الرياضية)

برجاء التكرم بتسهيل مهمته .

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام ،

رئيس القسم

الدراسات العليا

وكيل الكلية

لشئون الدراسات العليا

(أ.د / عديله طلب)

جامعة حلوان

كلية التربية الرياضية للبنات

بالقاهرة

استمارة استطلاع رأى الخبراء

فى تحديد الصفات البدنية الخاصة بمهارتى الارسال من اعلى
المواجهه والتمرير من اسفل باليدين فى الكرة الطائرة

الاستاذ الفاضل

تحية صيبة وبعد ،،،

يقوم الباحث باجراء بحث لنيل درجة الماجستير فى التربية الرياضية وعنوانه :
" أثر استخدام الاداة البدلية على زياده فاعلية درس التربية الرياضية "

والفرض من هذه الاستمارة هو تحديد اكثر عناصر اللياقة البدنية ارتباطا بمهارتى
الارسال من اعلى المواجهه - والتمرير من اسفل باليدين والتي قد تؤثر
اوتسهم فى تعلم المهارتين .

فالرجا من سيادتكم التفضل باختيار اكثر العناصر اهمية للمهارتين وكذا لستك
الاختبارات التى يمكن ان تقيس هذه العناصر وذلك باعطاء درجة من عشرة امام كل عنصر
من العناصر ووضع علامة (✓) امام الاختبار الذى يقيس هذا العنصر .

والباحث يشكر سيادتكم على حسن معاونتكم باصدار الرأى فى هذا المجال

وتفضلوا بقبول وافر الاحترام " ؛

الاشراف

الباحث

أ . د . زينب على عمير

سيد جوش غنيم

أ . د . منى محمد جسوده

المطلوب من سيادتكم تحديد الـاهمية النسبية لعناصر اللياقة البدنية لمهارة الـارسال
من اعلى الـمواجه

وذلك بوضع درجة من عشرة امام كل عنصر من العناصر

العنصر	الدرجة من عشرة
التوافق	
الدقة	
الرشاقة	
المرونة	
الاستجابة الحركية	
التوازن	
القدرة	
الجلد العضلي	

اذا كنت سيادتكم تريدون اضافة صفات اخرى

(١)

(٢)

المطلوب من سيادتكم تحديد الاهمية النسبية لعناصر اللياقة البدنية لمهارة :
التمرير من أسفل باليد اليمنى
وذلك بوضع درجة من عشرة امام كل عنصر من العناصر

الدرجة من عشرة	العنصر
	التوافق
	الدقة
	الرشاقة
	المرونة
	الاستجابة الحركية
	التوازن
	القدرة
	الجلد العضلي

اذا كنت سيادتكم تريدون اضافة صفات اخرى :

(١)

(٢)

نرجو من سيادتكم ترشيح الاختبار المناسب من بين الاختبارات الموضوعه لقياس عناصر اللياقة البدنية المرصحه بالجدول وذلك بوضع علامة (✓) امام الاختبار الذى ترونه مناسب لقياس العنصر .

الاختبار المناسب	الاختبارات المقترحة	العنصر
	<p>١ - اختبار رمى كرة على الحائط واستلامها</p> <p>٢ - الدوائر المرقمه والوثب للتنقل داخلها في أقل زمن .</p>	التوافق
	<p>١ - اختبار التصويب على الدوائر المتداخلة</p> <p>٢ - اختبار التصويب على المستحيلات المتداخلة</p>	الدقة
	<p>١ - اختبار الجرى المكوكى ٤ × ١٠ متر</p> <p>٢ - الجرى الارتدادى الجانبى (٣ خطوات متوازية المسافة بين الخط الذى فى منتصف والخطين الاخرين ٤ اقدام) .</p>	الرشاقة
	<p>١ - اختبار ثنى الجذع لمام من وضع الجلوس - الطويس .</p> <p>٢ - اختبار ثنى الجذع اماما اسفل من وضع الوقوف عال .</p>	المرونة
	<p>١ - الاستجابة الحركية الانتقالية</p> <p>٢ - اختبار المسره المدرجية</p>	سرعة الاستجابة
	<p>١ - الوقوف بالقدم (طولية على العارضيه) لاصول زمن .</p> <p>٢ - الوقوف بمشط القدم على مكعب (١٠ × ١٠ × ١٠ سم) .</p>	التوازن

العنصر	الاختبارات المقترحة	الاختبار المناسب
القدرة	١ - اختبار رمي كرة طبية لابتعد مسافة ٢ - اختبار ثني الجذع للامام من وضع الجلوس الصوييل .	
الجلد الدوري التنفسى	١ - الجوى فى المكان لمدة دقيقتين (يحسب عدد لمسات القدم اليمنى) ٢ - اختبار قوستر (جرى ١٥ ث ثم قياس سرعه البطن بعد ٤٥,٥ ث	

اختبارات أخرى ترون سيادكم اقتراحها لقياس عناصر اللياقة البدنية

العنصر	الاختبار المقترح
التوافق	
الدقة	
الرشاقة	
المرونة	
سرعه الاستجابة	
التوازن	
القدرة	
الجلد الدوري	
التنفسى	

مرفق رقم (٣)

اسماء الخبراء والمتخصصين فى الكرة الطائرة

- ١- د . ابتهاج عبدالعال
دكتوراه فى التربية الرياضية
- ٢- د . احمد كسرى
دكتوراه فى التربية الرياضية
- ٣- د . اميمه ابو الخير
دكتوراه فى التربية الرياضية
- ٤- عزمى مجاهد
مدرب قومى فى الكرة الطائرة
- ٥- د . فوقيه عبد البر
دكتوراه فى التربية الرياضية
- ٦- فؤاد عبد السلام
مدرب قومى فى الكرة الطائرة
- ٧- محمود عبد الفتاح محمود
مدرب قومى فى الكرة الطائرة
- ٨- د . منى جوده
دكتوراه فى التربية الرياضية
- ٩- د . ناهد سعد
دكتوراه فى التربية الرياضية
- ١٠- وجيه حمدي
مدرب قومى فى الكرة الطائرة

مرفق رقم (٤)

استعارة بيانات فردية لقياس الاختبارات البدنية والمهارية

الاسم:

الوزن:

تاريخ الميلاد:

الطول:

الصف الدراسي:

القياس البعدي	القياس القبلي	الاختبار
		الجرى
		تمرير كرة سلة على الحائط ٣٠ ثانية/عدد مرات
		التصويب باليد على الدوائر المتداخلة، مجموع الاصناب ١٠ x محاولات
		رمى كرة طبية ٥ ك لابتعد مسافة / متر
		الارسال من اعلى المواجه (تنس)
		التعريف من اسفل باليدين على الحائط

اختبارات الصفات البدنية

أ - اختبار القدرة

- اسم الاختبار : رمى الكرة الطبية لاقصى مسافة
- الغرض من الاختبار: قياس القدرة العضلية للذراع والمنكب :
- ادوات الاختبار : شريط قياس - كرة طبية ٥ كيلوجرام ويرسم خط على الارض ، يحدد امام هذا الخط قطاع الرمي يتم تقسيمه لسهولة القياس الى خطوط عرضية المسافة بينها خمس (٥) يارداً على ان يسمح قطاع الرمي بتسجيل اقصى مسافة ممكنة . كما تحدد منطقة للرمي طولها ست (٦) يارداً يقوم المختبر بالرمي من بينها .
- مواصفات الاداء : يقف المختبر خلف الخط المرسوم على الارض والذي يحدد بداية قطاع الرمي، ثم يقوم برمي الكرة الطبية لاقصى مسافة ممكنة .
- التسجيل : تقيس المسافة عمودياً من خط المرمى الى مكان سقوط الكرة على الارض

(٤٠ : ٣٨٤)

ب - اختبار الرشاقة :

- اسم الاختبار : الجرى الارتدادى الجانبي
- الغرض من الاختبار: قياس الرشاقة
- ادوات الاختبار : ساعة ايقاف
- ثلاثة خطوط متوازية المسافة بين الخط الذى فى المنتصف وكسل من الخطين الاخرين ٤ اربعة اقدام .
- مواصفات الاختبار: يقف المختبر على خط المنتصف ، عند سماع اشارة البدء يتحرك المختبر فى خطوات جانبية جهة اليمين حتى يتجاوز خط الجانب بكتنا قدميه، ثم يتحرك جهة اليسار الى ان يتجاوز خط الجانب الاخر بكتنا قدميه، وهكذا لعدة (١٠ اثنان)

التسجيل : يسجل للمختبر عدد الخطوط الجانبية التي قطعها خلال
العشر (١٠) ثوان (٤٠:٣٥٥-٣٥٦)

ج - اختينار التوافق :

اسم الاختبار : تمرير كرة السلة على الحائط لمدة (٣٠ ثانية)
الغرض من الاختبار: قياس التوافق بين العين واليد
الادوات والامكانيات: اللازمة: كرة سلة قانونية - ساعة ايقاف حائط ذو سطح ا ملس
مربع الشكل عمودى على سطح افقى .
خط البداية ومرسوم على الارض وعلى بعد (٢٧٥) متر
مواصفات الاداء : - يقف المختبر خلف خط البداية فى مواجهة الخط ومعه كرة سلة
- عند اعطاء اشارة البدء يقوم بتمرير الكرة نحو الحائط باى طريقة
براها ثم يتسلمها ثانية ليمبرها مرة اخرى وهكنا باقضى سرعة
لمدة (٣٠ ثانية)

تعليمات الاختبار:

- يجب ان يحتفظ المختبر بالقدمين خلف خط البداية اثناء تمرير
الكرة نحو الحائط .
- اذا قطع المختبر خط البداية اثناء لحظة تمرير الكرة نحو الحائط
لاحتسب التمريرة .
- اذا سقطت الكرة بين الحائط وخط البداية فـللمختبر حق اجتياز
الخط واستعادة الكرة والعودة بها خلف الخط قبل استئناف
التمرير من جديد على الحائط .

التسجيل : الدرجة النهائية هى عدد العرات الصحيحة التى تلمس فيها لكرة الحائط
خلال زمن (٣٠) ثانية فى محاولة واحدة فقط (٤٤ : ١٦١) ا

د - اختبار الدقة

- اسم الاختيار: : اختبار التصويب باليد على الدوائر المتداخلة .
- الغرض من الاختبار: قياس الدقة
- الادوات والامكانيات: كرة سلة قانونية
- حائط ذو سطح املس عمودى على سطح افقى يرسم عليه دائــــرة داخلية قطرها الخارجى (١٨) بوصة ثم يرسم دائرة وسطى (٣٨) بوصة ثم دائرة كبرى قطرها (٥٨) بوصة والحد السفلى للدائــــرة الكبرى الخارجية يرتفع عن الارض (٣) قدم .
- وخط البداية مرسوم على الارض على بعد (٢٥) قدم من الحائط
- الاجراءات : - يقف المختبر خلف خط البداية ومعه كرة السلة وفى مواجهة الحائط
- عند اعطائه اشارة البدء يقوم بتصويب الكرة على الدوائر .
- لكل مختبر (١٠) محاولات
- تعليمات الاختبار: - يجب ان يحتفظ المختبر-بالقدمين خلف خط البداية اثناء التصويب على الدوائر .
- اذا سقطت الكرة على الارض بين خط البداية والحائط فللمختبر حق استعادة الكرة .
- التسجيل - اذا ما اصابت الكرة الدائرة الصغيرة ٣ درجات والوسطى درجتان والكبرى درجة واحدة .
- اذا خرجت الكرة خارج الدوائر لايحسب له شيء .
- تحتسب درجة الدائرة اذا اصابت الكرة خطوطها
- الدرجة التى يحمل عليها المختبر هى حاصل جمع درجات ١٠ محاولات
- (٤٤ : ٢٢٥-٢٢٦)

مرفق رقم (٦)

الاختبارات المهارية

أ - اختبار الارسال (فرنش وكوبر)

الادوات :

- ملعب كرة طائرة قانوني
- شبكة كرة طائرة مثبتة تشبيها قويا
- كرة طائرة قانونية

الاجراءات:

- ١- يتسم تخطيط الملعب كمايلي:
 - يرسم خط موازي لخط النهاية وعلى بعد خمسة اقدام منه .
 - يرسم خط موازي للشبكة وعلى بعد $\frac{1}{2}$ ١٢ قدم منها
 - يرسم خطان موازيان لخطوط الجانب وعلى بعد (٥) اقدام من كل منهما
 - ويمتدان من خط المنتصف حتى ال (٥) اقدام .

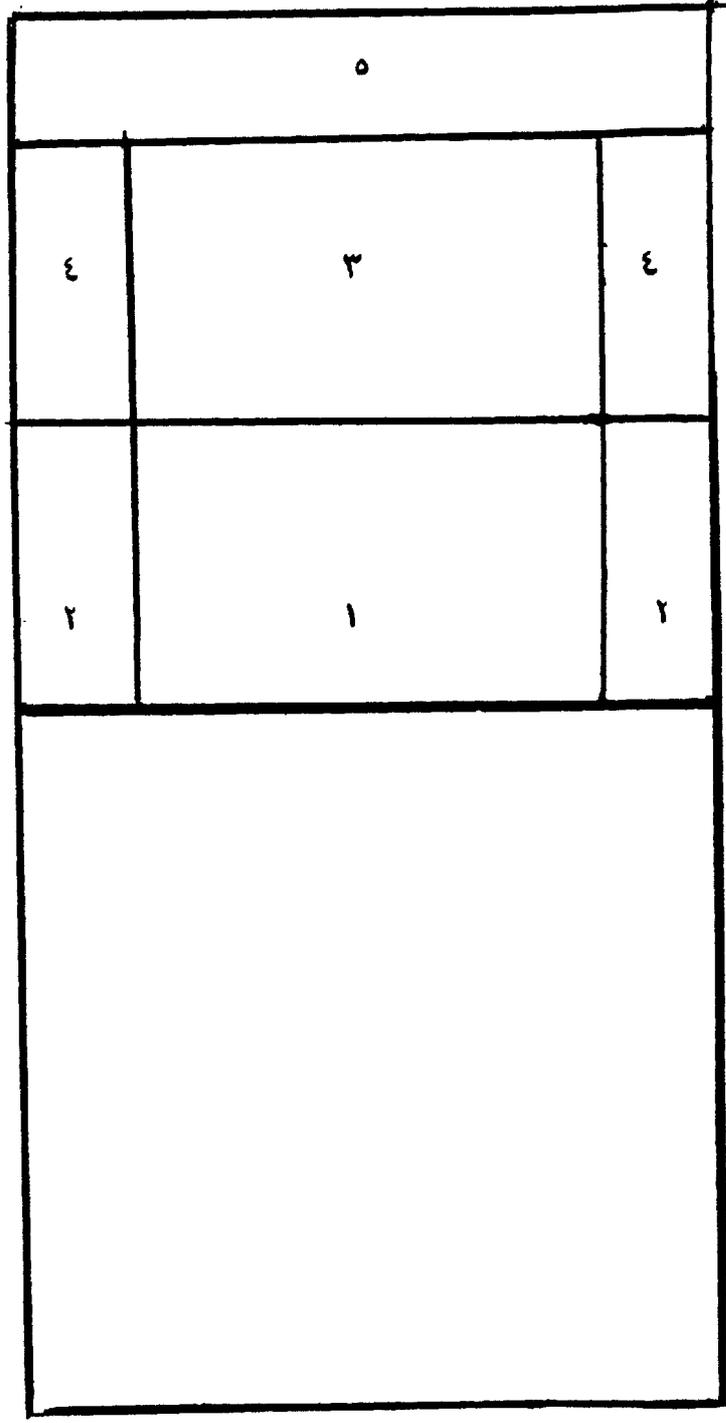
حساب الدرجات :

- يتم حساب درجات كل محاولة وفقا لدرجة المنطقة التي تسقط فيها الكرة
- اذا سقطت الكرة على اي خط من الخطوط تحتسب للاعب الدرجة الاعلى للمنطقة المجاورة التي يشترك فيها الخط الذي سقطت عليه الكرة .
- اي خطأ قانوني لارسال تحتسب ا لمحاولة من رصيد اللاعب ولايمنح اي درجة حتى لو عبرت الكرة الشبكة وسقطت في اي منطقة من المناطق المحددة بالملعب .
- الارقام الموجودة داخل المناطق المبينة بالشكل رقم (١) تدل على الدرجة التي يحصل عليها اللاعب عندما تسقط الكرة في المنطقة وفقا لشروط الاختبار
- تتراوح الدرجات ما بين (١-٥) درجات
- يقف اللاعب في منطقة الارسال ثم يقوم بارسال عشر مرات لتعريفها فسوق الشبكة لتسقط في النصف الاخر من الملعب في اي منطقة من المناطق التي تم تحديدها بالشكل رقم (١)

مكل (١)

اختبار فرنش وكوبر للارسل في

الكورة الطايرة



الشبكة

x
المرسل

- يقف ا لمحكم على مقعد مرتفع على ا امتداد الشبكة وعلى بعد مناسب.

(٣٨ : ٣١٥)

ب - اختبار كلفتون للكرة الطائرة (التمرير)

الغرض من الاختبار : قياس المهارة فى الكرة الطائرة (التمرير)

الادوات اللازمة :

- كرة طائرة قانونية
- ساعة ايقاف
- حائط املس عمودى على الارض ، يرسم عليه خط موازى للارض طوله عـشر اقدم ، وارتفاعه عن الارض (٧¼) قدم
- : يلاحظ ان تكون المسافة الموجودة اعلى خط الـ ١٠ اقدم كافية لتمرير الكرة على الحائط دون خروج من فوق الحائط.
- يرسم خط للبداية على الارض يكون موازيا للحائط وعلى بعد ٧ اقدم منها .

الاجراءات:

- يقف المختبر ومعه الكرة خلف خط البداية، وعند اعطائه لاشارة البدء يقوم برمي الكرة نحو الحائط، وعندما ترتد الكرة يقوم بتمريرها .
- يجب ان يكون تمرير الكرة بطريقة قانونية وفقا لقواعد لعبة الكرة الطائرة .
- يجب ان يوءدى التمرير من خلف خط البداية
- انا فقد اللاعب الكرة فانه يستعيدها ويستأنف الاختبار برمي الكرة من خلف خط البداية .

- يعطى لكل تلميذ محاولتين بينهما دقيقتان للراحة .

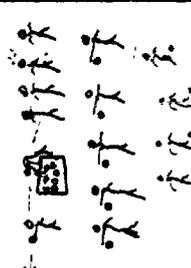
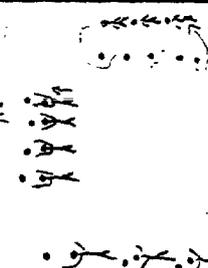
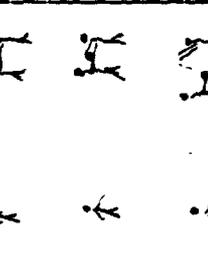
حساب الدرجات:

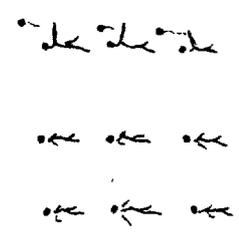
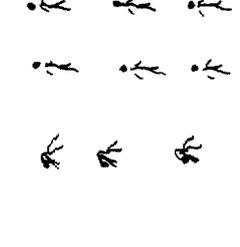
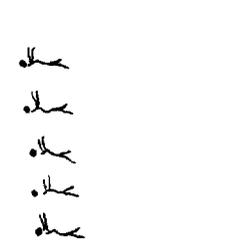
- تحسب عدد المرات التى تلمس فيها الكرة الحائط فوق خط التمرير خلال

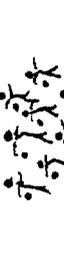
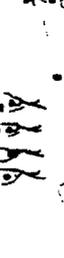
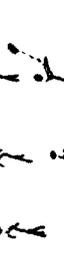
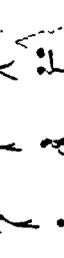
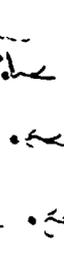
زمن (٣٠ ث)

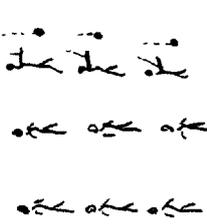
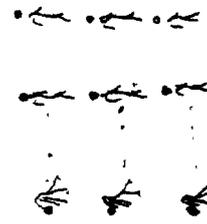
- لا تحسب العدات اذا تم تعبير الكرة بطر بقة لا تقرها قواعد لعبة الكرة الطائرة
لو اذا اجتاز اللاعب خط البداية .
- يعطى درجة واحدة لكل تعبرة صحيحة تلمس فيها الكرة منطقة التمير .
- اذا لمست الكرة خط التمير على الحائط تحتسب الكرة كأنها لمست منطقة التمير .
- درجة اللاعب هي مجموع الدرجات التي يحصل عليها في المحاولتين معا .

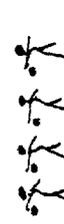
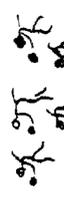
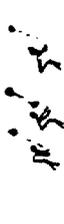
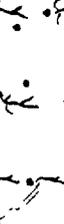
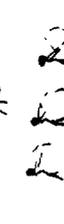
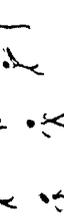
(٣٨ : ٣٢٥)

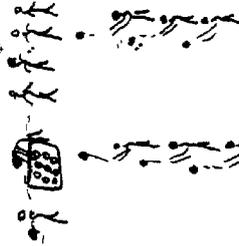
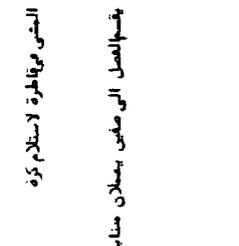
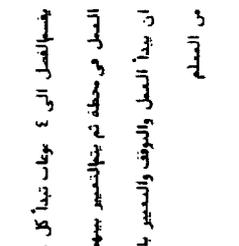
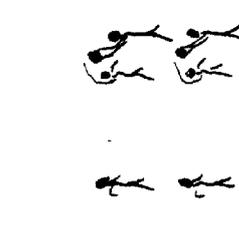
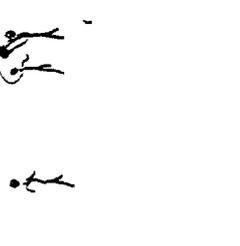
الهدف	طريقة التنفيذ	الاجراء	محتوى النشاط	نوع النشاط	الزمن	اجزاء السرون
استلام الاجراس تشبيك الكرة النوية	المشي في قاطرة لاستلام الكرة المشي في قاطرة تطبيق الكرة يوجهي التلاميذ منتشرين		اصطفاء واحدا لاصطفاء واستلام الاجراس (وقوف - مسك الكرة باليمين) الشيا بما مع تطبيق الكرتي الارض باليمين بالتبادل (وقوف - مسك الكرة باليمين) الجري اما مع تطبيق الكرتي على الارض وعلى اشارة المعلم تشبيك الكرة على الارض والجري حولها	استلام الادوات	١٥ دقيقة	الاصطفاء الاجراس الاصطفاء الاجراس
تقوية عضلات الرجلين وتوافق الدراعين تشبيك الكرة على تشبيك اجزاء الجسم تشبيك الكرة بين العنق والكسرة تشبيك الكرة في نزول الكسرة في دائرة	يقسم الفصل الى مجموعات تبدأ كل مجموعة العمل في محطة ثم مع كل اشارة للمعلم يبدأ العمل والوقوف وتغيير المحطات		(وقوف - مسك الكرة باليمين) رشي الكرة عاليه ثم انا مع رفع الدراعين عاليه للقف (وقوف - الكرات مع واحطى الارض) الجري رجراج من بين الكرات (وقوف - مسك الكرة بيد واحدة) رشي الكرة عاليه بيد ثم بعدها باليد (وقوف - مسك الكرة باليمين) رشي الكرة عاليه لسوطها اما الجسم داخل الدائرة.	فكرة رشاقة توافق	١٥ دقيقة	الاصطفاء الاجراس الاصطفاء الاجراس
تكوين شعور بحركي للبهارة تكوين احساس حركي للبهارة	يقسم الفصل الى ثلاث مجموعات مع مسك الكرة والصف الثاني يوجهي البهارة الصف الثالث ببدأ العمل بعد انتهائها الصف الثاني		شرح البهارة عرض يوضح (وقوف مواجسه) أ - مسك الطالب الكرة باليمين الدراعين اما مالا عاليه ب - ينف الطالب وقت الاستعداد ثم يحاول اداء البهارة بمسك الركبتين مع رفع الساعدين للمس الكرة بسطقة السيرور (:)	توافق من سفل باليمين	١٠ دقائق	الاصطفاء الاجراس الاصطفاء الاجراس
الاحساس الحركي بحركة يد الركبتين وكان مقابلة الكرة بالساعدين التدريب على الوقفة الصحيحه وحركة يد الركبتين اثناء اداء البهارة	الصف الثالث يحمل : ا - الصف الصف الثاني يوجهي بحركي حمل الصف الاول الذي يتحرك كان الصف الثالث		(وقوف مواجسه) أ - مسك الطالب الكرة باليمين والدراعين اما عاليه ثم بيزها لسطح اسفل (:) ب - يحاول الطالب المواجه ان يسفل الكرة بيد الركبتين واداء السيرور بالساعدين (:)	توافق من سفل باليمين	١٠ دقائق	الاصطفاء الاجراس الاصطفاء الاجراس

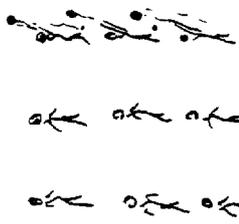
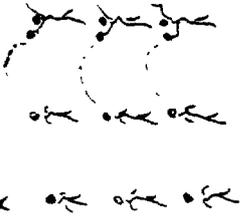
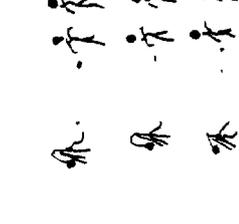
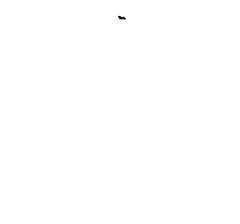
الهدف	طريقة التنفيذ	الاشـراج	محتوى النشاط	نوع النشاط	الزمن	اجزاء التمرين
التدريب على المحرك بجاء الكرة	التمرين على سرعة التحرك بجاء الكرة		<p>محتوى النشاط</p> <p>(وقوف - ملك الكرة باليدس) يقوم الطالب برمي الكرة عاليا ثم مع سقوط الكرة يتشمسي الركض قليلا من الوقوف</p> <p>الوضع اما ما تم محاكته اداء التمرين باليدس من اسفل</p> <p>(وقوف - ملك الكرة باليدس) يمرر الطالب الكرة في الارض ثم يقوم بالتحرك في اتجاهه</p> <p>الكرة مع اداء التمرين باليدس .</p>	التمرير من اسفل باليدس		النشاط التلخيصي
التدريب على سرعة التحرك بجاء الكرة وتحويلها	التمرين على ثلاث صفوف يتم العمل سبائل المصنوعات بالساوب		<p>(وقوف مواجه - رمل سلة الكرة) أ - يقوم ضرب الكرة في الارض</p> <p>ب - يتحرك خطاه الكرة بعد ارتدادها من الارض لتحويلها باليدس من اسفل (:)</p>	العاثقوي المدا السحوي	10 دقائق	
تعليم الاطلاق كمية اعداد وضع خستك مكافئ من البدء المصحف	تعليم الفصل الى حصوتين سبأ المصنوعة الاولى ثم سبأ المصنوعة الثانية		<p>عدد سماع المعلم - حد مكافئ</p> <p>أ - وضع ركة القدم الخلفية في محارة حسب القدم لامتصاص المساحة من القدمين باسراع الحوي .</p> <p>ب - المساحة من القدم الامامية وحط العنابيه سراج بين قدم و قدم وضعت .</p> <p>(وقوف) التي اما ما تم احاطه وضع حد مكافئ .</p>			
تهيئة الجوه المصوية	يشي التلاهي في قاطره		<p>(وقوف) التي اما مع موجهه التراجيح اما اسفل</p>			النشاط الختامي

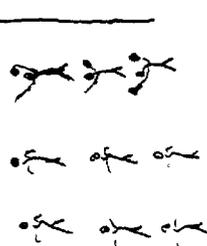
الهدف	طريقة التنفيذ	الاشارة	محتوى النشاط	نوع النشاط	الزمن	اجزاء الجسم
الاصحاب	الشي في فاطرة لاصحاب الكره		الاصطفاة واحد المصاب واصلام الادوات	اصلام	٣ ق	الاصابع
تنشيط الدورة الدموية	الشي والحري في فاطرة		(ووف . سلك الكره باليدني) الشي اماما مع سطيبة الكره على اليدين ثم الحري اماما مع سطيبة الكره على الارض	الادوات	٤ ق	الادوية
تسمية سوره الطيبه والاستجابة	تشكل انشار حر فريد		(ووف . سلك الكره باليدني) ووف الكره عاليًا ثم اليوت عاليًا مع شي الركنين على الصبر	قدره		الاجزاء
تعوية عضلات الرطين والاراضين	بضم الفصل الي ٤ حصوات بيدا كسل		للمصا باليدني طلع الكره	رفاهة	١٥ دقيقة	اليدين
تسمية الفرة على سعيور اتجاها لاجم	مجموعة العمل في محطة تهبداً كل جموه		(ووف . الكره اماما على الارض - آم) الحري اماما للسن الكره باليد ثم الحري طفا	تواصي		
تسمية المواقع بين اليمن والكرية	مع اشارة من المعلم العمل ومع الاشارة		(ووف مواجحه . سلك الكره باليدني) رمى الكره اماما عاليًا للربط ثم محاولة لعد كرهه (:)	دهسة		
تسمية الفرة على حسن توجيه الكره لهدف معين .	الوقوف ومع اشارة بضمير المحطات		(ووف مواجحه . سلك الكره باليدني) رمى الكره اماما عاليًا لسقوطها غير اس للربط (:)			
التدريب على الاصحاب بتغير الكسرة	بضم الفصل الي ثلاث حصوات		(ووف سلك الكره باليدني) رمى الكره عاليًا ثم اداء تيرير من اسفل باليدني			
بالصاحين	بيد المجموعه العمل ثم بدل جملها		(ووف سلك الكره باليدني) رمى الكره عاليًا ثم اداء اكثر من تيرير باليدني من اسفل	اصفيل		
التدريب على اداء اكثر من تيرير	المجموعه التايه لتأخذ الحصوة الثالثة		(ووف مواجحه . سلك الكره باليدني) رمى الكره عاليًا ثم اداء اكثر من تيرير باليدني من اسفل	باليدني		
التدريب مع التحرك للامام	مكان المجموعه الثانية		(ووف . سلك الكره باليدني) رمى الكره عاليًا ثم محاولة اداء تيرير باليدني من اسفل مع التحرك للامام			
التدريب على سرعة التحرك لتأدية الكره	بضم الفصل الي ثلاث حصوات، تمسك بالتأوت		(ووف . سلك الكره باليدني) صرب الكره في الارض ثم التحرك في اجاه الكسرة لاداء اكثر من تيرير			

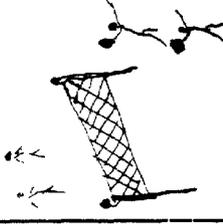
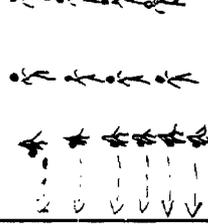
الهدف	طريقة التدريس	الاختراع	محتوى النشاط	نوع النشاط	الزمن	اجراءات الترميز
التدريب على اعطاء سرعة الحرك للاسسام والحلف لسور الكره			<p>أ- يوق مواجده . سلك الكره باليمن) أ - صوب الكره في الارض</p> <p>ب - يتحرك في اتجاه اربدا الكره للامام او للخلف اداءه السور من اسفل باليمن (:)</p>	التصوري البداهي		
تعليم التلاميذ التحول من وضع حذوكمالك لوضع اسمعع التركز على ان يكون الطرف اسفله من واحد اماما	يفصل العمل الى مجموعتين يعملان بالناوب		<p>أ- من وضع حد حذوكمالك وعند سماع كنهه اسمععوم الطالب بعد الركبتين على ان يذرع نقل الجسم على الرجل الاماميواليمين</p> <p>ب - النظر لسفاهه من واحد امام حذو السدانه</p> <p>الشي اماما ثم اذرع وضع حد حذوكمالك وعند سماع المعلم اسمععحد التلاميذ لوضع الصحيح ثم الاطلاق بالحري</p>	تعليم وضع "اسمعد" في البدء الصفحي	١٠ دقائق	
يشي الحرة العموية	تقسم التلاميذ الى مجموعتين يتمم لجان بالناوب		<p>الشي اماما مع رجحة الترامين اماما اسفل فاماا عاليا</p>	(وصوف)	٣ دقائق	النشاط الحقيقي

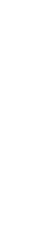
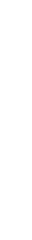
الهدف	طريقة التنفيذ	الأجـزاع	محتوى النشاط	نوع النشاط	الزمن	أجزاء البرنامج
اسلام الأدوات	الشي في قاطرة لاسلام كرة		اصطفاء واحد الشباب واسلام الأدوات	اصطفاء	٢٣ دقائق	الاصعمال
تنشيط الدورة الدموية	الشي في قاطرة واحدة		(ووف. ملك الكرة باليدى) الشي اماما والجرى في المكان مع سطيبة الكرة على الارض والصرب على العندين	الادوات	٤٣	الادارية
تقوية عضلات الرطين، والمراصين	انتشار حمر		(ووف. الكرة اماما على الارض) شي الحدع اماما اسفل لدرجة الكرة اماما والجرى خلفها	قوة	١٥	الاصعداد
تنشيط اتجاه الحس	يقسم العسل الى مجموعات للمعمل		باليدى فالووف للعب الكرة	رشفة	دقيقة	اليدى
تسمية التوافق بين العين والكرة واليد	يقسم العسل الى مجموعات للمعمل		(ووف. واحدة. الكرة على الارض) الجرى اماما للشي كرة الرميل (:) اسير	مواقي		
اصابه الكرة ليدف معين	في حطاب		(ووف. واحدة. ملك الكرة باليدى) أـ شي الحدع اماما اسفل لدرجة الكرة للرميل ثم (رشي الحدع للعب كرة الرميل)			
التدريب على تنبيه الاحساس بتغير الكرة من اسفل باليدى .	يقسم العسل الى ثلاث مجموعات للمعمل بالتناوب		ب - رمي الكرة اماما عاليا ثم شي الحدع اماما اسفل لاصطفاء كرة الرميل	دعوة		
			أـ ووف المراغان عاليا ملك الكرة باليدى			
			ب - رمي الكرة عاليا لمعاله اصابه كرة الرميل			
			(ووف. مواجهة. حافظ ملك الكرة) اداء التمرب من اصطفاء باليدى		١٠ دقائق	النشاط
				اسفل باليدى		التشليم

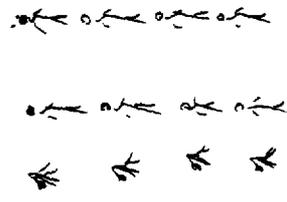
المهـمـة	طريقة التفهيم	الاصـوغ	محتوى النشاط	نوع النشاط	الزمن	اجزاء الفرع
استلام الادوات بنظام	الشيء من قاطرة لاستلام كرة		الاصطفاف واحد الادوات	استلام الادوات	أق	الاصـمـال
تنشيط الدورة الدموية	يقسم الفصل الى طين بخلان متقابلان		(وقوف) سلك الكرة باليدى (المتى اما مع سبطك الكرة ثم رفعها عاليا باليدى من خلف الظهر		أق	الاصـمـال
طوبه عضلات الذراعين واليدى	يقسم الفصل الى ٤ عوابع تبدأ كل مجموعة السمل في محطة ثم يتناقصير بينها على ان يبدأ السمل والوقوف والمسير بارشادات من السمل		(وقوف) سلك الكرة باليدى (الحرى اما مع سبطك الكرة ثم رفع الكرة عاليا مع رفع الذراعين جانباً ووسطها خلفاً ،	مـبـرة	١٥ دقيقة	الاصـمـال
تنشيط وضع الجسم من الهواء			للوصول للاسطح السائل	رفافة		الاصـمـال
سمية الوثائق بين العين واليدى والكرة			(وقوف) سلك الكرة باليدى (ارفع الكرة عاليا ثم الصرب باليدى على العندين ثم شهيمها على الكعبين صدهما للعب الكرة.	نوافس		الاصـمـال
سمية النقة نحو امارة هدف معين			(وقوف) سلك الكرة باليدى (ارفع الكرة عاليا مع عمل % لله في الهواء ، طفف	فـمـة		الاصـمـال
			ت - رمى الكرة اما عاليا لمحاولة اصابه كرة الرطل			الاصـمـال
الاحساس بحركة الجذع بالقبوس وحركة الذراع	يقسم الفصل الى ثلاث عوابع الصف الاول سلك للكرة الثاني يوسى العبارة الثالث ينظر ليجل حل الصف الثاني والسفلى يجل حل الصف الاول		شرح العبارة - اما صوغ (وقوف) وواحه تليها يمسك كرة باليدى (ا - يمسك الكريمايدى والذراعين اما عاليا	الارسال من الطى		الاصـمـال

الهدف	طريقة التدريس	الادراج	محتوى النشاط	عزم النشاط	الزمن	احصاء الدرس
التدريب على رمي الكرة للارتفاع المناسب	بمما الفصل الى ثلاث مجموعات تتمثل بالساوب		(يوفى . سلك الكرة باليدس) يقوم التلميذ برفع الكرة عاليا وذلك بوضعها باليدس لسفط امام الكعب الايسر	من الارسال من	١٠ دقائق	النشاط
الاحساس بصوت الكرة بلك اليد	بمما الفصل الى صفتين يمثلان بالساوب		(يوفى . سلك الكرة باليدس ارضي الكرة لاني تم ضربها بك اليد الاغلى والماهيضه . على ارض عسر	على المواضع	دقائق	التعليق
التعود على ضرب الكرة للارتفاع لا على			(يوفى مواضع المساهه ٢ متر) ان زحني الكرة عاليا ثم ضربها بك اليد للارتفاع للربط			
التدريب على حايبة النراج للكرة			ب - رفع اليراعس عاليا للعب الكرة ب - رفع اليراعس الصاربه ب - سلك الكرة ثم اداء نفس العمل			
تدريب التلاميذ على الاطلاق من خلف			الاطلاق من وضع اليد . السحفي (يوفى . مواضع ٢٠ م) التدريب على وضع حد كلك واسند ثم الاطلاق والسمل	الانبات قوي	١٠ دقائق	
حط البداية			بالتساوب التركز على وضع اليراعس واليدس خلف خط البداية .	البدء بالسحفي		
نهضة الدورة التدريبية	بمما التلاميذ في فاطره واحده		(وسوف) المشاياما تالزوف مرحة اليراعس اما عاليا . فاما اسفل مع نسبي الحدع اما اسفل .	بهدسه	١٥ دقائق	النشاط الخاصي

المهــــــــــــد	طريقة التدريســــــــــــ	الامــــــــــــام	محتــــــــــــوى النشاط	مخــــــــــــرج النشاط	الزــــــــــــمن	الامــــــــــــداد المستــــــــــــخدم
اسلام الاديوات نظام	الشي في فاطرة لاسلام الكره		الاصطفاط واحد الصياب واسلام الاديوات	اســــــــــــلام الاديوات	٢ دقائق	الاصصال الاداريه الاجماء
تنشيط اللوة النبويــــــــــــه	الشي مع تنطيط الكره في فاطرظــــــــــــم مع اشارة المعلم كل تنطيان واجهان		(يقوف . سلك الكره بالبيس)الشي اماما مع سطيط الكره وبما اشارة مواجهه رسيــــــــــــل وحاوله اخذ كرهه (يقوف . سلك الكره بالبيس) الجري اماما مع سطيط الكره ثم مع الاشارة ضرب الكره فسي الارض بقوه بالبيد .		٤ ق	
بقوه عضلات البراعم والبيطن	بشم الضل الي ٤ مجموعات سبداً كل مجموعه العمل في حطه ثم مع كل اشارة للمعلم بيداً الضل واليووع والضمير بيــــــــــــن الخطاب		(يقوف . سلك الكره بالبيس) شي الركنس كاعلا ليوع الكره على الارض ثم هدف الرطبيــــــــــــس حطاعا (يقوف . سلك الكره بالبيس) ارفع الكره عالما ثم الوبت عاليتاع عمل لعه كاماله بالحبــــــــــــس في الهواء . . .	مــــــــــــدره رناقصه	١٥ دقيقه	الاصداد البيس
تنبيه المواضع بين الضمن والهد والكزه تنبيه الضفتي صابه الكزه لهدت مضمين			(يقوف مواجهه . سلك الكره بالبيس) ارفع الكره عالما ثم الجري اماما للعد كزه الرسل (:) (يقوف . مواضع سلك الكره بالبيس) أب روع الكره عالما ب - ضرب الكره في الارض لاصابه كزه الرسل بعد ارتدادها	مواضع ظفــــــــــــه		
التدريب على التفوق للخلل لاطلا . الإرسال قوة			(يقوف مواضع حافظ) روع الكره ثم ادا لارسال من اعلى مع الركنس الضفون وظل غفل الحصبي الرطل الحلميه	الارسال من اعلى	١٠ دقائق	النشاط العلمي
التدريب على صفة الادا . من حــــــــــــسنت ضرب الكزه بلك اليد .			(يقوف مواضع . المساهه لاسر) ركل الكره ثم ادا لارسال مع الركنس على صفة الادا . من حيث ضرب الكزه بلك اليد	المواضع		

الهدف	طريقة التدريس	الاجراء	محتوى النشاط	نوع النشاط	الزمن	اجزاء الدرس
التدريب على اربطاء الكرة بالشبكة	يقسم الفصل الى ثلاث مجموعات ويضع الفصل بمطلة مجموعتان ثم يتم التبادل للمجموعة الثالثة		اذا لا ارسال في الملعب مع التركيز على الارتفاع لتغطية الشبكة	الارسال من اعلى الساحة		النشاط التنموي
تدريب التلاميذ على الجري في شكل مسافات من البدء المنخفض	يقسم الفصل الى صفوف كل صف مكون من ثمان طلاب للتمارين الجري		الاطلاق من البدء المنخفض أ - عمل مسافات بين كل 8 طلاب على ان يكون التركيز على وضع اليدين خلف خط البداية اتناء حركتك ب - التركيز على ملل غل الجسم على اليدين والرجل الامامية اتنا وضع اسفد ج - سرعة الاطلاق وولاهي حركة اليراعين مع الرضين اتنا لعدو	المات هوى البداء المنخفض	١٠ دقائق	
تهيئة الدورة التدريبية	يسمى التلاميذ في طابور واحدة		الشي اما تها يروف ومل الجدد اما تاسل ومل اصرارات لليراعين.	يهتفه	١٣ دقائق	النشاط التنموي

المهم	طريقة التدريس	الاجراء	محتوى النشاط	نوع النشاط	الزمن	المواد المرتبطة
اسلام الاذونات بنظام	الشي من بطاقة اسلام كزه		اصطفاك واحد العياد واسلام الاذونات	اسلام اذونات	٢ و	الاصصال الاذنانه
تنشيط القوة البدنيه	الشي في صفين خلف بعضهم السافقه بينهما كاهيه		(يومون . صلك الكزه بالنفيس) الهدم اماما بالوثق وبهاضاره مواحه رمل وحصاره دعممه بالبدين .	الاجزاء	٤ ق	
عويه عملاء الدراما والبطن	بسم الفصل الي ٤ مجموعات بياد كسل		خطا فتي البراس	فسطره	١٥ دقيقه	الاصصاد البدي
التدريب على سعيه اوضاع الجسم وسريه التحرك	مجموعه السطل في حطه شم مع كسل		(يومون . الكزه اما على الارض) التحرك على الحانس بالسيامل محطوط مع لس الكسره بالبدين بالسيامل .	رصاصه		
تسيه النواص بين الصن واليدان والكزه	اشاره من السطل بياد العمل والتوصف والسعيه بين الحطاب		كزه الرطل (:)	بواصن		
تسيه الكفه في اصابعه هدف صحن			(يومون مواحه . صلك الكزه بالبدين) صوت الكركمك اليد في الارض لمحاوكه اصابعه الرطل . (:)	دقه		
التدريب على توجيه الكزه نحو هدف			(يومون مواحه الشبك مرسوم مربع على الارض) اما . الارسال مع التركيز على حطى الشبك ومرر الكزه داخل البرع	الارسال من		
التدريب على قوة الارسال			(يومون مواحه الشبك . الرطل في صف الشلمت) اما . الارسال مع التركيز على حط الشبك ووه الارسال حياه الرطل	اعلى المواحه		
التدريب على اداء مهارات مركبه من الارسال من	بسم الفصل الي ثلاث مجموعاه مجموعتان		(يومون مواحه الشكوالرطل) x اما . الارسال عوه ل سمر الكزه الشكه x الرطل اسفلال الكزه بالبدين من اسفل (:)			
اعلى المواحه والتدريب من اسفل والبدين	عنوان بالارسال ومجموعه تقوم باستفصال الكزاب .					

الهدف	طريقته المتعمد	الاجزاء	محتوى النشاط	نوع النشاط	الزمن	اجزاء الدرس
تدريب الطلاب على الانطلاق من البدء المصحف والناس مع الجرى في حارات	بمطابق الطلاب الى مجموعات وممثل سباقات للجرى مع الترام كل طالب داخل حارته.		الانطلاق من البدء المصحف عمل مسافات تناهضه بين الطلاب من خلال الجرى في حارات مع التركيز على البدء المصحف والجرى داخل الحارات. (ووف) احد الوضع الماسد مع بناء المعلم اعد مكانك - اسعد) تم الانطلاق والالتزام داخل الحارة.	المصحف	١٥ دقائق	١٠ دقائق
مهنة الدورة الدموية	التي في عاظرها حده		(ووف) التي اما تم مرحلة الترام اما في الجدي اما اسفل مع مرحلة الترام اسفل حلقا .	مهنة	١٥ دقائق	المشاط الخاص

ملخص البحث باللغة العربية

مشكلة البحث:

درس التربية الرياضية في المرحلة الثانوية يمثل الوحدة الاساسية في منهاج التربية الرياضية المدرسية والحجر الاساسي لمزاولة النشاط الرياضى بهدف المساهمة في تربية النشء واعداده اعدادا متكاملًا متزنًا . وان العمل على زيادة فاعلية الدرس من العوامـل الهامة التى تزيد من قيمة وفاعلية المنهج ككل .

وقد لاحظ الباحث من خلال عمله في مجال تدريس مادة التربية الرياضية بالمرحلة الثانوية التجارية قلة فاعلية الجزء الرئيسى بالدرس ، وقد يرجع ذلك الى قلة الامكانات والادوات وخاصة الكرات . ومن هنا جاءت فكرة البحث في محاولة استخدام اداة بديلة هي كرة من المطاط تشبه الكرة الطائرة في بعض مواصفاتها لمعرفة اثار استخدامها على زيادة فاعلية الجزء الرئيسى بدرس التربية الرياضية من خلال معرفة مدى مساهمتها في تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة .

اهداف البحث:

يهدف هذا البحث الى :

- 1- التعرف على اثر استخدام كلا من الكرة الطائرة والاداة البديلة (الكرة المطاط) فى الجزء الرئيسى من درس التربية الرياضية على تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة .
- 2- مقارنة بين اثر استخدام الاداة البديلة (الكرة المطاط) والكرة الطائرة على تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة .

فروض البحث :

- 1- توجد فروق دالة احصائيا للمجموعتين التجريبية والضابطة بين القياس القبلى والقياسى البعدى فى المستوى المهارى لمهارة الارسال من اعلى المواجه (تنس) ومهارة التمير من اسفل باليدين لصالح القياس البعدى .

٢- لا توجد فروق دالة احصائيا بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في المستوى المهارى لمهارة الارسال من اعلى العواجه (تنس) ومهارة التعبير من اسفل باليدين •

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي وذلك لمناسبته لطبيعة البحث واهدافه كما اختار الباحث احدى تصميمات المنهج التجريبي وهو القياس القبلي والبعدي لكلامن المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة •

عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث من طلاب الصف الاول الثانوى التجارى

ادوات البحث:

استمارة استبيان - اختبارات الصفات البدنية - اختبارات المهارات الحركية - القياسات الجسمية •

نتائج البحث:

- ١- توجد فروق دالة احصائيا بين القياس القبلي والقياس البعدى للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في مهارة الارسال من اعلى العواجه و مهارة التعبير من اسفل باليدين لصالح القياس البعدى •
- ٢- لا توجد فروق دالة احصائيا بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في المستوى المهارى لمهارة الارسال من اعلى العواجه ومهارة التعبير من اسفل باليدين •

THE PROBLEM OF THE RESEARCH

The physical education lesson represents the basic unity in the method of the school physical education and the corner stone for practising the physical activity aiming at bringing up the young in a completely and comprehensively. The attempt to increase the effect of the lesson is one of the most important factors which helps and increases the value and effect as a whole teaching the subject of the physical education in the secondary stage of commerce. The researcher noticed that the lack of tool particularly the balls. This led to the idea of the research trying to use the alternative tool (rubber ball) similar to the legal volleyball in some of its characteristics to know the effects of its use on increasing the effect of the main part of the physical education lesson and how to contribute to learning the skills of the volleyball.

The aim of the research

The aim of the research is to know the effect of using the alternative tool on increasing the

effect of the physical education lesson through the following

A- Recognizing the effect of using alternative ball in the main part of the lesson on learning some skills of the volley ball.

B- Comparison between the effect of using the alternative ball and the legal one on learning some skills of the volley ball.

The method of research

The research applied the experimental for fitting the nature of research and its aims. Besides the researcher selected one of the designs concerning the experimental method, namely, pre and post measurements for the experimental and control group.

The sample of the research

1st year students of Helmya Secondary School of Commerce for boys.

Tools of collecting data

- Physical fitness tests.
- Motor skills tests.

The results

There are no differences between the experimental group which uses the alternative ball and the control group which uses the volley ball in the skilled level for the skill of the overhand service and underhand pass.