الفصـــــــل الثانـي

٢ / ٠ القراءات النظرية والدراسات المرجعية

٢/ ١ القراءات النظرية

٢/١/١ماهيه البرنامج

٢ /٢/١ التعلم الحركي (مفهوم – تعريف)

٣/١/٢ التكنولوجيا (مفهوم – تعريف)

٤/١/٢ تكنولوجيا التعليم (مفهوم – تعريف)

٥/١/٢ الكمبيوتر كأحد وسائل تكنولوجيا التعليم

٦/١/٢ تكنولوجيا الوسائط المتعددة

٧/١/٢ رياضة الجودو (مفهوم – تعريف)

٨/١/٢ المهارات الحركية لرياضة الجودو (قيد البحث)

٢/٢ الدراسات المرجعية

١/٢/٢ الدراسات العربية المرتبطة برياضة الجودو

٢/٢/٢ الدراسات العربية المرتبطة بتكنولوجيا التعليم

٣/٢/٢ الدراسات الأجنبية

٤/٢/٢ التعليق علي الدراسات المرجعية

٢/٠ القراءات النظرية والدراسات المرجعية

٢/١ القراءات النظرية :

٢/١/١ ماهيه البرنامج :

يشير **محمد خليل** (٢٠٠٠ م) إلي أن البرنامج "هو جميع الخبرات التي تم تعلمها وكذلك الخبرات المتوقعة من المنهج ويتضمن أهداف التعلم وطرق التدريس والإمكانات المتاحة والوقت اللازم للتطبيق " (٣٦ : ٢٣٥) .

ويعرف **عبد الحميد شرف** (١٩٩٦ م) البرنامج بأنه " عبارة عن الخطوات التنفيذية لعملية التخطيط لخطة صممت سلفاً وما يتطلبه ذلك التنفيذ من توزيع زمني وطرق تنفيذ وإمكانات تحقيق هذه الخطة (٢٥ : ١٨) .

ويشير **محمد الحماحمي ، وأمين الخولي** (١٩٩٠م) أن برامج التربية الرياضية تسعي لتواكب التقدم العلمي الذي يتميز به العصر الحديث ، ولذا تعتمد في بنائها علي الأسس العلمية والتربوية والنفسية والاجتماعية الحديثة حتى تسهم في تحقيق احتياجات المجتمع والأفراد ، مسايرة في ذلك الفلسفة التربوية للمجتمع (٣٥ : ٣٧) .

٢/١/١/١ مبادئ تصميم البرنامج :

ويذكر **عبد الحميد شرف** (١٩٩٧م)أنه توجد مبادئ هامة يجب مراعتها أثناء عملية التصميم وهذه المبادئ تتمثل في :

- الاعتماد علي المربين المتخصصين .
- ملائمة البرنامج للمجتمع الذي صمم من أجله .
- التنوع .
- أن يراعي نوعية وعدد المشتركين .
- مراعاة الأهداف المطلوب تحقيقها .
- أن يخدم نوع الخبرات المطلوبة وينميها .
- أن يتمشي مع الإمكانات المتيسرة والوقت المتاح .
- وضوح التعليمات التي يتم من خلالها العمل (٢٦: ٨٧).

٢/١/٢ التعلم الحركي (مفهوم - تعريف) .

يري **مفتي إبراهيم** (١٩٩٨م) أن التعلم الحركي هو " مجموعة العمليات التي تحدث من خلال التمرينات أو الخبرات والتي تؤدي إلي تغير ثابت في قدرة أو مهارة الأداء" حيث أن التعلم الحركي ما هو إلا إجادة للمهارة الحركية الحسية ناتج عن قيام المتعلم بجهد ، مما يؤدي إلي تغير سلوكه الحركي إلي الأفضل (٥٠: ١٨٠- ١٨١) .

كما يري **محمد علاوي** (١٩٩٤م) أن التعلم الحركي " هو التغيير في الأداء أو السلوك الحركي كنتيجة للتدريب أو الممارسة وليس نتيجة للنضج أو التعب أو تأثير بعض العقاقير المنشطة وغير ذلك من العوامل التي تؤثر علي الأداء أو السلوك الحركي تأثيراً وقتياً معيناً " (٤٢: ٣٣٦) .

١/٢/١/٢ التعلم والأداء الحركي :

يشير **علي مصطفي** (١٩٩٩م) إلي أنه في مجال التعلم الحركي لا بد أن نفرق بين التعلم Learning وبين الأداء Performance حيث أن التعلم هو المرحلة التي يتم فيها اكتساب مهارة لم يسبق تعلمها ويتضمن أيضاً تحسين أداء أو تصحيح أخطاء مهارة سبق تعلمها، بينما الأداء هو استخدام المهارة المتعلمة لتحقيق الغرض من أدائها علي أكمل وجه بما يتناسب والقدرات البدنية للمؤدي ، وعلي هذا فإن مرحلة الأداء تلي مرحلة التعلم ، ويعتمد تحسن مستوي الأداء علي الممارسة المستمرة ، ويقاس مستوي الإنجاز بإرتفاع مستوي ناتج الأداء بما يتفق مع طبيعته وغرض المهارة الحركية المستخدمة (٣٠ :٢١) .

٢/٢/١/٢ تعلم المهارات الحركية :

يتفق كل من **عادل عبد البصير**(١٩٩٥م) ،**ومفتي إبراهيم** (١٩٩٨م)، **وأمر الله البساطي ومحمد كشك** (٢٠٠٠م)، أن عملية اكتساب المهارات الحركية تتم من خلال ثلاث مراحل رئيسية وهي:

-مرحلة اكتساب التوافق الأولي للمهارة الحركية (المرحلة العقلية)،(المرحلة الفكرية) .

-مرحلة اكتساب التوافق الجيد للمهارة الحركية (مرحلة الممارسة)،(مرحلة التمرين).

-مرحلة إتقان وتثبيت المهارة الحركية (مرحلة الآلية) .

أولاً : مرحلة اكتساب التوافق الأولي للمهارة الحركية

تشكل هذه المرحلة الأساس الأول لتعلم المهارة الحركية الجديدة التي تظهر في صورة بدائية بالنسبة لمستوي الأداء حيث تكون هذه المرحلة، الإحساس الحركي بدرجة معينة وقد

تكون غير مستكملة في بدايتها ومن خواص الحركة في هذه المرحلة أنها غير مستقرة وتتميز بالزيادة المفرطة في بذل الجهد ،وكذلك افتقار الدقة المطلوبة لزيادة عمليات الإثارة (زيادة المثيرات) ، وعدم القدرة علي الكف (إيقاف الأعضاء الغير عاملة في الحركة) .

ثانياً : مرحلة اكتساب التوافق الجيد للمهارة الحركية

تظهر هذه المرحلة بعد أن يستطيع المتعلم تكرار المهارة أو الحركة بشكل بدائي بغض النظر عن مستوي جودة الأداء وتهدف هذه المرحلة من التعلم إلي تطوير التوافق الأولي للحركة والذي يسبق استيعابه بغرض الوصول لدقة الأداء ، ويتم ذلك من خلال عمليات التوجيه والصقل والتصحيح للنواحي الهامة في الحركة من جانب المعلم أثناء ممارسة التعلم وتكراره للحركة وبانتهاء التصحيح والعمل بهذه المرحلة سوف تصبح الحركة أكثر دقة واستقراراً ويستطيع المتعلم التحكم في توجيه قواه وإحداث التوازن بين عمليات الكف والاستثارة .

ثالثاً : مرحلة إتقان وتثبيت المهارة الحركية

وفي هذه المرحلة تكون الحركة أصبحت مستقرة ويزداد ثبات واستقرار وإتقان المهارة من خلال الإكثار من التدريب تحت ظروف متغيرة ومتنوعة وعلي درجة متميزة من الصعوبة بما يتناسب ومجال تطبيق المهارة أثناء المنافسات الفعلية.

(٢٤ :٢١١-٢١٣) ، (٥٠ :١٨٤) ،(١٠: ١٦٩-١٧٢)

بينما يشير **سعيد الشاهد (١٩٩٥م)** إلي أنه عند تعليم المهارات الحركية تشترك الجوانب الحركية ، والحسية والعصبية في التعلم الحركي ولذلك يشتمل تعليم المهارة الحركية علي أربعة مراحل متتابعة وهي :

١- التعرف ٢- الممارسة ٣- التثبيت ٤- التلقائية

أولاً : مرحلة التعرف

تعتبر مرحلة التعرف علي المهارة هي الخطوة الأولي في عملية التعليم ويتم تعريف المتعلم علي المهارة عن طريق الشرح أو تقديم نموذج وبالتالي يحصل المتعلم علي تصور ذاتي أولي لما ينبغي عمله .

ثانياً : مرحلة الممارسة

يكتسب التوافق العام للمهارة الحركية المراد تعلمها من خلال مرحلة الممارسة ويفضل أن يبدأ جميع المتعلمون في محاولة أداء المهارة بعد مشاهدتها مباشرة قبل أن تتلاشى تفاصيلها من الذاكرة ، وفي حالة تعذر ذلك يفضل إعادة عرض النموذج عندما تطول الفترة الزمنية بين

العرض ومحاولة الأداء ، وتلعب التغذية الرجعية دورا هاما في هذه المرحلة ويتم فيها شـــرح مصاحب بعرض نموذج للمهارة، مع التركيز علي الأخطاء الشائعة في عملية التنفيذ ، يعد أمـرا واجبا في هذه المرحلة .

ثالثا : مرحلة التثبيت

يكتسب التوافق الجيد في مرحلة التثبيت ، ويلعب التكرار مع التغذية الرجعية الداخليـــة الناجمة عن الإدراك الحس حركي دورا حيويا في عملية التقدم بمستوي الأداء وعندما يلاحـــظ المعلم عدم وجود أخطاء واضحة مع انسيابية في الأداء يمكـــن وضـــع المـــهارة فـــي شـــكل واجب حركي.

رابعا : مرحلة التلقائية

يكتسب التلقـــــائية في الأداء من خلال مرحلة التآلف ، وفي هذه المرحلة تتـــم عمليـــة توظيف المهارة وذلك بوضعها في مواقف حـــركية متـــدرجة تنطلق بها إلي بيئة مفتوحة مـــع الأخذ في الاعتبار أن تتشابه هـــذه المواقـــف مع المواقـــف التـــي تمـــاثل المتعـــلم أثنـــاء المنافسات (١٩: ٥٤- ٥٧) .

٣/٢/١/٢ العوامل المؤثرة في التعلم الحركي :

يشير **محمد البلتاجى** (٢٠٠٠م) إلي أن العوامل المؤثرة في عملية التعلم الحركي، تـم تقسيمها إلي أربعة محاور رئيسية هي : -

أولا : عوامل متعلقة بالمتعلم مثل :

- الدافعية
- الفروق الفردية
- الذكاء
- الاستعداد للتعلم
- الانتباه
- القدرات العقلية
- القدرات البدنية
- الخبرة السابقة
- الصحة العامة
- التطور الحركي

ثانيا : عوامل متعلقة بالمعلم مثل :

- القدرة علي توصيل المعلومات
- الخبرة الشخصية
- الإعداد المهني والتطبيقي
- القدرة علي القيادة

ثالثاً : عوامل متعلقة بالإمكانيات مثل :

- إمكانيات مادية
- إمكانيات بشرية

رابعاً : عوامل متعلقة بالبرنامج التعليمي مثل :

- أدوات التعلم - تحديد ووضوح الأهداف
- التوزيع الزمني الجيد للبرنامج - طريقة التدريس المستخدمة (٤٠ : ١٧ - ١٨).

بينما يشير **جون ليونارد" Joane Leonarrd** (١٩٩٢م) إلي أن العوامل التي يمكن أن تؤثر في عملية التعلم الحركي هي :

- الفروق الفردية - الدافعية
- انتقال أثر التدريب - الممارسة
- التغذية الرجعية (٦٢ : ٣) .

٤/٢/١/٢ خصائص التعلم الحركي :

يذكر **علي مصطفي** (١٩٩٩م)التعلم الحركي بأنه يتميز بالخصائص التالية :

أولاً :- الاتصال الإدراكي - الحركي :

عادة ما ينظر إلي التعلم الحركي كخطوة نهائية في المهمة الادراكية - الحركية ، حيث يتم التزود بالمعلومات من المثيرات المستقبلية بتسلسل من الحركات المعينة ، وقد سمي هذا الاتصال الآدراكي - الحركي "

ثانياً : - تسلسل الاستجابة :

يتكون من الأنماط السلوكية الحركية من تتابع للحركات التي تعتمد فيها كل استجابة بصورة جزئية علي الأقل علي الاستجابات التي تظهر قبل تلك التي لم تصدر بعد ، وسلاسل الاستجابات هذه يمكن بدورها أن ترتبط بتسلسل أكثر عمومية للسلوك الحركي المستمر .

ثالثاً : - تنظيم الاستجابة :

وهي الخاصية الثالثة للتعلم الحركي ، وهي تبين أن تسلسل الاستجابات لا بد لها من نمط إجمالي للتنظيم حتى تكون ناجحة (٣٠: ١٩) .

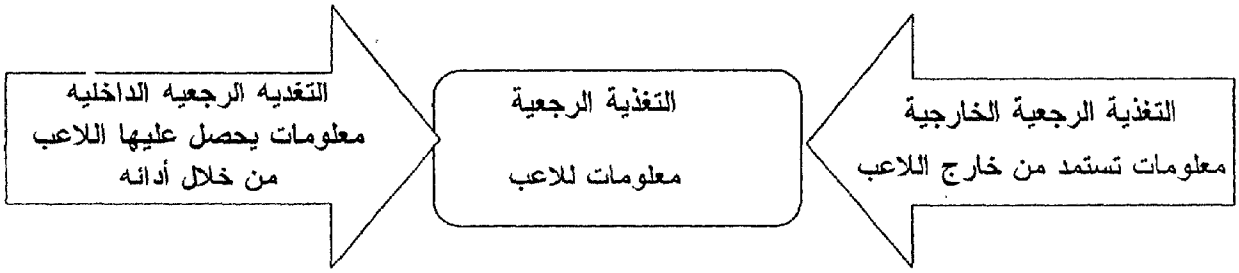
رابعاً : - التغذية الرجعية :

يتفق **سعيد الشاهد(١٩٩٥م)مع بيتر توسون (١٩٩٦م)** مفهوم التغذية الرجعية في مجال التعلم الحركي بأنها عبارة عن معلومات تشير إلي خطأ أو قصور في الأداء الحركي أو في ناتج هذا الأداء، وتلعب التغذية الرجعية بمختلف أنواعها دوراً أساسياً في التعلم الحركي ، فإذا كان التكرار يؤدي إلي حدوث التعلم ، فإن التكرار في غياب التغذية الرجعية ينتج عنه زيادة في الجهد والوقت اللازمين لحدوث التعلم، كنتيجة لعدم معرفة المتعلم بأخطائه ، كما أن التعلم الحركي المبني علي أخطاء في الأداء يؤدي إلي ثباتها في الممرات العصبية وبالتالي يصعب تصحيحها ، ويمكن تصنيف ثلاثة أنواع من المعلومات يمكن اعتبارها مصادر هامة في التعلم والتحكم الحركي وهي :

١-معلومات متوافرة من البيئة كنتيجة مترتبة عن الانقباض العضلي ويطلق عليها "تغذية رجعية استجابية أو تغذية رجعية " **Response feedback** .

٢-معلومات تتولد قبل الاستجابة من نظم معينة في الجهاز العصبي ويطلق عليها "تغذية داخلية" **Internal feedback** ، أو "تغذية أمامية" **Forward feedback** .

٣-معلومات متوافرة من البيئة كنتيجة غير مباشرة للإنقباض العضلي ، تحدد الأخطاء بالنسبة لهدف محدد ، ويعرف هذا النوع " بالتغذية الرجعية الخارجية "**External of feedback** وغالباً ما يشار إليه بـ " المعرفة بالنتائج " **Knowledge of results** ،كما يتضح من شكل رقم (١) .



شكل رقم (١)

أنواع التغذية الرجعية (١٩:٤٩-٥٠)،(١٢:١٦)

٣/١/٢ التكنولوجيا (مفهوم - تعريف) :

يشير **يسن قنديل (١٩٩٩م)** أن التكنولوجيا مصطلح شاع استخدامه في الآونة الأخيرة في كافة الأوساط الأكاديمية والشعبية وقد عرف هذا المصطلح في كثير من المصادر العربية بلفظ " التقنية" ، إلا أن كلمة تكنولوجيا **Technology** " مركبة من مقطعين هما **Techno** وهي كلمة يونانية وتعني حرفة أو صنعة ، والمقطع الأخر هو **Logy** وهي لاحقة بمعني " علم " وعلي هذا

يكون المعني الإجمالي الذي يمكن استخلاصه من ذلك هو " علم الحرفة " أو " علم الحـــرف " ويعتقد البعض أن الجزء الأول من المصطلح " تكنولوجيا " مشـــتق مـــن الكلمـــة الإنجليزيـــة Technique وتعني الأداء التطبيقي واعتماداً علي ذلك فإن مصطلح " التكنولوجيا " أو " التقنيـــة " يشير إلي العلم الذي يهتم بتحسين الأداء وإتقانه في أثناء الممارسة أو التطبيق العملي .
(٥٧: ٦٧)

وتعرف **نيفين محمود** (١٩٩٦م) التكنولوجيا " بأنها الجهد المنظم لاســـتخدام نتـــائج البحث العلمي في تطوير أساليب العمليات الإنتاجية بالمعني الواســـع الـــذي يشـــمل الخدمـــات والأنشطة الإدارية والتنظيمية والاجتماعية بهدف التوصل إلي أساليب جديدة يفترض فيها أنـــها أجدى للمجتمع (٥٤ : ٥٣).

ويشير **أحمد علي** (١٩٩٥م) إلي أن أساليب التكنولوجيا الحديثة أصبحت تعـــد مـــن الإنجازات العلمية المعاصرة التي أصبحت لها تأثير مباشر علي حياة الإنسان في وقتنا الحاضر ولا نعتقد أن المجتمعات البشرية المعاصرة تتمكن من العيش بمعزل عن الإنجازات التكنولوجية الهائلة والمثيرة ، والتي أصبحت ضرورة لا غني عنها كالماء والهواء والغذاء ، فإليـــها يعـــود الفضل في جعل العالم كله قرية صغيرة يتحاكون ويتبادلون المعلومات (٦: ١٨).

٤/١/٢ تكنولوجيا التعليم (مفهوم – تعريف) :

يشير **زاهر أحمد** (١٩٩٦م) إلي أن تكنولوجيا التعليم تعتبر عملية معقـــدة ومتكاملـــة تشمل الناس والطرق والأفكار والآلات والمؤسسات التعليمية بغرض تحليل المشكلات وتطبيـــق الحلول وتقيمها في كل وأي مجال يتعلق بتعلم الإنسان ،ولذلك فلا بد من الاســـتفادة مـــن كـــل الإمكانات المتاحة التي يمكن استخدامها في عملية التصميم والاختيار والاستخدام ، وتشمل هـــذه الإمكانيات وجود نظام إداري في المؤسسة التعليمية متعاون ومتفاهم بشرط أن ينعكـــس ذلـــك علي المتعلم (١٨ : ٣٣) .

كما يشير **أحمد حامد** (١٩٨٩م) أن تكنولوجيا التعليم تهدف إلي تطوير ورفـــع فاعليـــة النظام التعليمي ، ويتضح من ذلك أن تكنولوجيا التعليم لا تعني مجرد استخدام الآلات، والأجهزة الحديثة، ولكنها تعني طريقة التفكير لوضع منظومة تعليمية (٣: ٢٩ – ٣٠) .

بينما يري **مصطفي عبد السميع** (١٩٩٩م) أن كثير من العاملين فـــي ميـــدان التعلـــم يضعون آمالاً واسعة علي الدور الذي يمكن لتكنولوجيا التعليم أن تلعبه في العملية التربوية ، كما يؤكدون علي أن تكنولوجيا التعليم بمفهومها الحديث ، من أجهزة ، وأدوات ، ومواد ، ومواقـــف

تعليمية ، واستراتيجيات وتقييم مستمر ، وتغذية راجعة دائمة ، ودور جديد للمعلم ، ومشاركة فعالة للطلاب ، تدخل في جميع المجالات التربوية ، مما يساهم في تطوير التربية عامة وزيادة فعاليتها ، وإن نجاح التقنيات التعليمية مرهون بمدي قناعة مستخدميها بها ، ومدي تقبلهم لها (٤٨ : ٧٥).

ويعرف **الغريب زاهر، وإقبال بهبهاني** (١٩٩٩م) تكنولوجيا التعليم بأنها نظام تعليمي متكامل ، تعتمد فيه عملية التدريس علي التكنولوجيا ، وفي ضوء ذلك تحدد أدوار المعلم ومسئولياته ، فيصبح مصمماً لمتضمنات المواد التعليمية ومنتجاً لها ومحدداً لإستراتيجيات التدريس المستخدمة في الموقف التعليمي مستعيناً في ذلك بالأدوات والأجهزة التعليمية اللازمة لتطبيق المعرفة، وتعامل المتعلمين معها علي هيئة خبرات ، ومقوماً لجوانب الموقف التعليمي ومصادره المختلف (٨ : ٩) .

ويري الباحث من خلال التعريفات السابقة لتكنولوجيا التعليم "أنها التقنيات الحديثة في استخدام الأجهزة التكنولوجية للبرامج التعليمية والتدريبية ، وذلك بغرض الوصول بالفرد إلي التعلم الإيجابي لتحقيق أهداف العملية التعليمية علي الوجه الأكمل" .

١/٤/١/٢ أهمية تكنولوجيا التعليم في المجال الرياضي :

يشير **محمد زغلول وآخرون (٢٠٠١م)** أن الكثير من الأبحاث في مجال الأنشطة الرياضية أكدت علي أهمية العلاقة بين فاعلية التدريس ووسائل تكنولوجيا التعليم بما يؤدي إلي الارتقاء بالعملية التعليمية ، ويمكن توضيح أهمية تكنولوجيا التعليم في مجال تعلم أنشطة التربية الرياضية في النقاط التالية :

- جاذبية التدريس وفعاليته في استثارة وبعث النشاط في المتعلم .
- التأثير في الاتجاهات السلوكية والمفاهيم العلمية والاجتماعية للمتعلم .
- وسيلة للمقارنة
- بناء وتطور التصور الحركي
- التقليل من العيوب اللفظية
- يمكن التدريس لأعداد الكبيرة من المتعلمين
- مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين
- تكوين بيئة تعليمية مناسبة
- تعمل علي تحقيق مبدأ السرعة في عملية التعلم
- التحليل الحركي
- أداء المهارة بصورة موحدة
- التقليل من أخطاء أداء النموذج
- بقاء أثر التعليم ،.توفير الوقت
- فاعلية التدريس
- الاهتمام بالتعلم الفردي
- تعدد مصادر التعليم(٤٥ : ٢٤- ٢٥)

٢/٤/١/٢ الوسائل التعليمية من خلال المفهوم الحديث لتكنولوجيا التعليم :

يري **محمد حمدان (١٩٨٧م)** أن وسائل تكنولوجيا التعليم تجسد موضوعاً يوميا شيقاً ومحوراً لاهتمام الفكر الإنساني للحياة العصرية نظراً لتقنية هذا العصر الذي نعيشه وللاهتمام الواضح من ناحية أخرى بتجديد وتطوير أساليب التعلم والتدريس لدفع قدراتها جميعاً في الاستجابة لرغبات وخصائص المتعلمين وزيادة إنتاجياتهم التحصيلية (٤٤ : ٩) .

ويعرف **كمال زيتون (١٩٩٨م)** الوسائل التعليمية بمعناها الشامل بأنها تضم جميع المواقف والأدوات والأجهزة التي تبني ضمن إطار منظومة تدريس معينه مع بقية مكوناتها لتحقيق الأهداف التربوية المرجوه (٣٣ : ٣٨٤) .

كما يشير **مكارم أبو هرجه، وآخرون(٢٠٠٠م)** إلي أن الوسائل التعليمية تعد من العناصر الأساسية في التعليم حيث تهدف طرق التعليم الحديثة إلي استغلال جميع حواس الفرد في التعلم وذلك باستخدام الوسائل التعليمية المختلفة التي تخاطب أكثر من حاسة (٥١ :٣٧).

ويتفق مع ذلك **حمدي أحمد، وآخرون (١٩٩٧م)** حيث يشيرون إلي أن التعلم يكون أكثر فاعلية كلما زادت الحواس المستخدمة في عملية التعلم ، ومن تلك الحواس " حاسة السمع وحاسة الأبصار ، وحاسة اللمس ،ومن تلك الحواس يكتسب الكثير من نواحي المعرفة والمهارة حيث أن الاستخدام الهادف لوسائل تكنولوجيا التعليم يعمل علي توفير مواقف وخبرات تعليمية تفيد في إكساب المتعلمين قيم واتجاهات تربوية وتعليمية ، كما تساعد أيضاً وسائل تكنولوجيا التعلم علي الفردية للمتعلمين ، وبذلك يكون المتعلم أكثر إيجابية في عملية التعلم (١٥ : ٧٠ - ٧١) .

٣/٤/١/٢ الوسائل التعليمية وأهميتها في التربية الرياضية :

يشير **محمد خليل (٢٠٠٠م)** إلي أن الوسائل التعليمية أصبحت ضرورة هامة في مجال التربية الرياضية واستخدامها في مجال التدريس يلعب دوراً هاماً في تحقيق الهدف من العملية التعليمية وبما يضمن تحقيق الاستفادة والفهم لدرس التربية الرياضية ويجب مراعاة بعض الإرشادات الأساسية عند استخدام الوسائل التعليمية في التربية الرياضية ومنها :

- يجب أن تستخدم الطرق الفنية الصحيحة .
- يجب أن ترتبط بالموضوع قيد التعلم .
- يجب تجربة الوسيلة التعليمية بشكل مطلق قبل عرضها علي الطلاب .
- يجب أن تعرض الوسيلة التعليمية في توقيت ملائم من الدرس .

- يجب أن يصاحب الوسيلة التعليمية تعليق معد من قبل المدرس .
- يجب استغلال واستخدام الإمكانات الفنية للوسائل التعليمية كالتوقف المؤقت واستخدام التغذية الرجعية .
- يجب تقييم النتائج التي تم التوصل إليها من استخدام الوسيلة التعليمية علي درجة تحصيل الطلاب .
- يجب ألا يتعارض استخدام الوسيلة مع الوقت المخصص للدرس .
- يفضل أن تكون الوسيلة التعليمية من صنع بعض الطلاب المتميزين أو المعلم(٣٦ :٢٤٤)

٥/١/٢ الكمبيوتر كأحد وسائل تكنولوجيا التعليم :

يري **يسن قنديل (١٩٩٩م)** أن جهاز الكمبيوتر **Computer** من الأجهزة التي اقتحمت كافة مجالات الحياة بما فيها التعليم بسرعة كبيرة خلال العقدين الماضيين ، ويظهر استعراض تاريخ الكمبيوتر أن هذه الآلة لم تكن معروفة تماما منذ نصف قرن حيث ظهر أول جهاز كمبيوتر عام (١٩٤٦م) ، بالولايات المتحدة الأمريكية ثم تطورت هذه الأجهزة بسرعة كبيرة خلال هذه الفترة الزمنية القصيرة ، ويستخدم جهاز الكمبيوتر للتعلم من مادة تعليمية مبرمجة ومخزونة علي أقراص خاصة تعرف بالأقراص الممغنطة **Magnetic Diskettas** كما يمكن أن يستخدم جهاز الكمبيوتر في نسخ هذه المادة من القرص الأصلي لآخر جديد ، وكما هو الحال في أجهزة عرض التسجيلات الصوتية والمرئية فإن جهاز الكمبيوتر هو الذي يحول المادة المبرمجة علي القرص إلي مادة تعليمية مرئية علي شاشة الكمبيوتر أو مسموعة بواسطة سماعات خاصة ملحقة بالجهاز (٥٧ : ٢٥٧ - ٢٥٨) .

ويشير **عبد العظيم عبد السلام (١٩٩٧م)** إلي أن هناك مسميات عديدة في اللغة العربية أطلقت علي الكمبيوتر ومنها (الحاسب الآلي - الحاسب الإلكتروني - الحاسوب) وذلك لأنه مشتق من الفعل الإنجليزي **TO-COMPUTE** بمعني يحسب كما أطلق عليه العقل الإلكتروني والحقيقة أن الكمبيوتر رغم أنه مبني أساسا علي منطق رياضي إلا أنه أصبح يؤدي العديد من المعالجات الرياضية وغير الرياضية ، ومن هنا فهو ليس حاسبا فقط ، وأيضا كلمة عقل لا تدل علي هذه الآلة فهو لا يفكر للإنسان وإنما ينجز تفكير الإنسان بسرعة فائقة ، ومن الجدير بالذكر أن المخزن وهو من أهم وحدات الكمبيوتر سمي بالمخزن **(Store)** لدي الذين يعتبرونه حاسبا ، وسمي بالذاكرة **(Memory)** لدي الذين ينزعون إلي اعتباره عقلا ، وباعتبار أن هذه المسميات غير داله تماما فلا بأس من استخدام كلمة كمبيوتر مثلما نستخدم غيرها من المسميات الأجنبية (٢٩ : ١٨٣) .

ويعرف **الغريب زاهر، وإقبال بهبهاني (١٩٩٩م)** الكمبيوتر بأنه "جهاز إلكتروني يستخدم في معالجة وتشغيل البيانات تبعا لمجموعة من القواعد أو العمليات تتم كتابتها بإحدى لغات الحاسب وتسمي برامج ، وذلك لتحويل البيانات إلي معلومات صالحة للاستخدام واستخراج النتائج المطلوبة لاتخاذ القرار" (٨ : ٢٢٣).

١/٥/١/٢ التعليم عن طريق الكمبيوتر :

كما يري **إبراهيم عبد الوكيل (١٩٩٨م)** استخدام الكمبيوتر كتكنولوجيا متطورة يعد مدخلا ومنهجا متكاملا لتعليم مختلف الموضوعات والمقررات الدراسية ولقد تطور هذا المدخل مع تطور أجهزة الكمبيوتر وتكنولوجيا المعلومات والاتصالات ونظريات التعليم والتعلم وأصبح ظاهرة لها مدلولاتها ومبرراتها وأثارها علي عمليتي التعليم والتعلم ، وقد سجلت العديد من الدراسات أن استخدام الكمبيوتر في تعليم وتعلم العديد من المقررات الدراسية أحدث تحسنا جوهريا في تحصيل الطلاب كما أحدث تغييرا إيجابيا في اتجاهاتهم نحو تلك المقررات ، وقلل الفترة الزمنية اللازمة للتعليم والتعلم سواء علي مستوي الأفراد أو الجماعات (١ : ٢٠٠).

ويذكر **فتح الباب (١٩٩٥م)** أن التعلم يتأثر بأداة التعليم التي يستخدمها المتعلم ، ومن ثم فالكمبيوتر كأداة يجعل لعملية التعليم والتعلم خصائص تختلف عن غيره من الأدوات وهما وضوح معدل تعلم الفرد ، وتقديم الرجع للمتعلم ، وكذلك تقسيم المادة المدروسة إلي سلسلة من التتابعات ، ولذلك فإن التعلم بالكمبيوتر يسمح لكل متعلم أن يخطو في تعلمه حسب جهده وسرعته الخاصة (٣١ : ٥٨) .

وتؤكد **مني محمود (٢٠٠٠م)** أن الكمبيوتر من أجهزة تكنولوجيا التعليم التي ساعدت علي سرعة نقل المعرفة والمعلومات في جميع المجالات لقدرته العالية في حفظ المعلومات اللفظية وغير اللفظية واسترجاعها وبهذا يسهل استخدامه في التعليم الفردي ، وقد أثبتت نتائج الدراسات والبحوث أن برامج الكمبيوتر متعددة الوسائل تعمل علي زيادة معدلات التذكر وتقليل الوقت المطلوب للتعلم ، ومساعدة الطلاب في تلقي المعلومات ومعالجتها وتحقيق الأهداف في الموقف التعليمي (٥٣: ١) .

ويذكر **مصطفي عبد السميع (١٩٩٢م)** أن التدريس بمساعدة الكمبيوتر ييسر تحميل وتخزين المعرفة المستمدة من مصادر التعلم المتعددة (**Multimedia**) ويساعد المتعلمين في معالجه المعلومات المتضمنة في النظام أثناء استخدامهم له ، وبذلك يمكن النظر إلي طريقة

التدريس بمساعدة الكمبيوتر علي أنها تجعل عملية التعلم مفصلة وموجهة أكثر نحو الطالب المستقل في طريقة تعلمه (٤٨ : ١٥٤) .

٢/٥/١/٢ استخدام الكمبيوتر في التربية الرياضية :

يري **عبد الحميد شرف** (٢٠٠٠م)إلي أن هناك العديد من المجالات التعليمية والتدريبية في التربية الرياضية يتم استخدام الكمبيوتر فيها ، ويتضح ذلك في النقاط التالية :

١ - التحليل :

تحليل الحركات والمهارات التي يحتويها المنهاج أو خطة التدريب وتحديد النقاط الفنية لكل مهارة وطريقة التدريب والتعلم المناسبة لها ، ومعرفة العضلات والقوانين الميكانيكية التي تساعد في عملية الأداء لكل مهارة .

٢ - حفظ البيانات :

يمكن للمدرب أو المعلم حفظ البيانات المتعلقة باللاعب أو الطالب مثل(الطول - السن- الوزن - المستوي المهارى - مستوي اللياقة البدنية - بيان بأخطاء كل فرد - نتائج الاختبارات البدنية والمهارية ..... الخ) كما يمكن حفظ البيانات المتعلقة بالمهارات التي يحتويها المنهاج أو الخطة التدريبية ومواعيد التدريب أو التدريس وكذلك حفظ البيانات التي تتعلق بمحتوى الدرس الواحد أو الوحدة التدريبية الواحدة .

٣ - التحضير والإخراج :

بيانات تتعلق بتحضير الدرس وإخراجه أو الوحدة التدريبية للمدرب ومحتوياتها .

٤ - التسجيل :

تسجيل كل ما يتعلق بالأدوات والأجهزة والوسائط والملاعب ومدي حالتها الفنية وصلاحيتها للاستخدام ونسبة الاستكمال .

٥ - التصحيح :

تصحيح أخطاء اللاعبين كل علي حدة .

٦ - التسهيل :

تسهيل عمليات التعليم والتعلم للمهارات الحركية واختصار وقت العملية التعليمية .

٧ - **المساهمة :**

المساهمة الفعالة في إجراء البحوث العلمية والبحث العلمي خاصة الأبحاث التي تتعلق بمجالات علوم الحركة ، (الميكانيكا الحيوية) (٢٧ : ١١٨ - ١١٩) .

٦/١/٢ تكنولوجيا الوسائط المتعددة :

يعرف **أبو النجا عز الدين** (٢٠٠٠م) نقلا عن **بارسون Barson** الوسائط المتعددة بأنها خطة تعليمية تسمح بتداخل المعلم والمتعلم في العملية التعليمية ، وكذلك تكون كل الأجهزة والمواد منسقة كمجموعة متداخلة من الخبرات التي صممت ورتبت طبقا لآراء الخبراء ونتائج البحوث (٢ : ١٨٩) .

ويذكر **عبد العظيم عبد السلام** (١٩٩٧م) إلي أن أفضل ما تقدمه الوسائط المتعددة للمتعلم هي إتاحة فرصة برنامج متكامل من صوت وصورة وحركة ولون ومزج متزايد للنص اللفظي والمرئي وامكانية الدخول أو التعديل في التنقل بحرية عبر خزان المعلومات ولذلك تسمي بالوسائط المتعددة التفاعلية **Interactive Multimedia** (٢٩: ٢١٢) .

١/٦/١/٢ مكونات الوسائط المتعددة :

ويذكر **عبد الحميد شرف** (٢٠٠٠م) أن الوسائط المتعددة تتكون من مجموعة من العناصر الرئيسية تتلخص في الأتي :

- النص المكتوب	**Text**	- الصورة	**Pictures-Image**
- الصوت	**Sound**	- الحركة	**Motion**
- الفيديو	**Video**		(٢٧ : ٧٧ - ٧٨)

كما يذكر **محمد زغلول ،وآخرون** (٢٠٠١م) أن مميزات الوسائط المتعددة في تعلم المهارات والأنشطة الرياضية تتمثل في الآتي :

- تجذب انتباه المتعلمين واندماجهم في التدريس .
- تعمل علي تكوين مدركات لدي المتعلم .
- تساهم في جودة التعلم .
- تساعد المتعلمين علي التفكير العلمي المنطقي والمنظم .
- تساهم في حل مشكلة الإعداد المتزايدة من المتعلمين .
- تعمل علي جعل التعلم ابقي أثرا .
- تساعد المتعلم علي إنماء الابتكار .

- تساهم في تعميق مفهوم التقويم لدي المتعلم .
- تعطي للمتعلم دافعيه من حيث إعطائه إحساسا بالمشاركة في التعلم .
- تتيح للمتعلم تكرار الأداء ومشاهدته عدة مرات .
- تسهم في تحقيق التكامل في شخصية المتعلم .
- تقلل من الجهد الذي يبذله المتعلم حيث ينتقل التعليم من خلال الوسائط من المعلم إلي المتعلم
- تعمل الوسائط المتعددة علي تغطية أي قصور موجود أثناء عملية التعلم .
- يمكن من خلالها مواجهة الفروق الفردية بين المتعلمين .
- تعمل علي تحقيق التعلم الذاتي .
- تساعد علي اكتساب الخبرات المختلفة .
- تزيد من درجة الوضوح والشرح .
- تخاطب أكثر من حاسة لدي المتعلم .
- تجعل المعلم هو الموجه الذي يعاون المتعلم في تحديد أهدافه (٤٥ : ١٠٥ - ١٠٦).

٧/١/٢ رياضة الجودو (مفهوم - تعريف) :

يشير **محمد شداد** (١٩٩١م) أن أصل هذه الرياضة يرجع إلي الجوجتسو **Jujitsu** والذي عرف لأول مرة في بلاد التبت ، ثم انتقلت إلي الصين ، ومنها إلي جزر اليابان ، وذلك في القرن السابع قبل الميلاد ، وقد عزي نقل هذه اللعبة إلي طالب يدعي " اكياما أو شيتوا " وهو من مقاطعة نجازاكي ، والذي كان يدرس العلوم في الصين ، ولاحظ تأثير العواصف علي شجرة الصفصاف الكبيرة ، فوجدها تنكسر تحت قوة الرياح ، بينما كانت فروع شجرة الكرز الرفيعة اللينة تنثني ثم تعود إلي وضعها الأول بعد انتهاء العاصفة ، وقد جذبته هذه الملاحظة ، ومن هنا عدل الحركات كما استغل معرفته بالنواحي التشريحية ، في تنفيذ هذه الحركات وأصبحت له مدرسة في الجوجتسو (٤١: ٣٣) .

ويذكر **مراد طرفه** (٢٠٠١م) أن فضل ظهور رياضية الجودو في العصر الحديث إلي " جيجوروكانوا " الذي ولد عام (١٨٦٠م) في بلدة " ميكاجوماتشي " بضاحية " موكو " باليابان ، حيث قام بتأسيس معهد الكودوكان عام (١٨٨٢م) والذي يعد منشأ رياضة الجودو علي مستوي العالم حتى الآن ، ومعني مصطلح كلمة " كودوكان " هو تجميع لثلاث كلمات في اللغة اليابانية ومعناها في اللغة العربية كما يلي :

- **كو** **KO** ومعناها التعليم أو التدريس أو التدريب .
- **دو** **DO** ومعناها القواعد أو الأسس .
- **كان** **K an** ومعناها الصالة أو مكان التدريب .

والمعني الإجمالي لهذا المصطلح هو الصالة إلى تدرس فيها القواعد والأسس ويرجع سبب هذه التسمية إلي كثرة الإعداد الوافدة من مختلف بقاع العالم للاستفادة ورفع مستوي الكفاءة العلمية في هذه الرياضة ، حيث أن الدراسة متاحة للجميع في هذا المعهد وبدون تفرقة من حيث اللون أو الدين (٤٦: ٧١ - ٧٤) .

وتعرف **دائرة المعارف الرياضية الألمانية** (١٩٨٠م) رياضة الجودو بأنها رياضة شعبية عامة تمارس من الطفولة إلي مرحلة متقدمة من العمر بغرض البناء الجسماني المتكامل (٧١:٤٠٤).

ويري **يحيي الصاوى** (١٩٩٦م) أن الجودو هو مصارعه يابانية دفاعية هجومية تهدف إلي الانتصار علي المنافس ببلوغ أقصى مقدرة بأقل جهد ممكن ، مستخدما الفنون المختلفة المستندة إلي القواعد والأصول العلمية لتحقيق الكفاءة القصوى للعقل والجسم (٥٦ :١٦).

كما يشير **بات هارينجتون** (١٩٩٦م) أن الجودو هو شكل من أشكال الفنون الرياضية ووسيلة للدفاع عن النفس ويعتمد علي التدريب العقلي والبدني ومبني علي مبادئ وأسس علمية ، ويعد طريقة للتطور الإنساني الذي يمكن لجميع الأفراد تفهمه بسهولة في جميع أنحاء العالم (٦٥ : ١٤) .

ويذكر **مراد طرفه** (٢٠٠١م) نقلا عن " **جيجور كانوا** " بأن الجودو هو طريقة الاستخدام الأمثل لقوة الفرد العقلية والبدنية وذلك بالتدريب علي فنون الدفاع والهجوم حتى يستطيع الفرد الارتقاء بالحواس المستخدمة بهذه الطريقة (٤٦ : ٧٦) .

١/٧/١/٢ أهداف واتجاهات رياضة الجودو :

يشير **يحيي الصاوي** (١٩٩٦م) إلي رياضة الجودو بأنها وسيلة للدفاع عن النفس بأقل قدر من القوي المبذولة وأكبر قدر من المهارة الحركية والعقلية وذلك بالاستناد إلي مجموعة من الطرق والأساليب العلمية حيث تتمثل أهداف واتجاهات رياضة الجودو فيما يلي :

- الاستخدام الأمثل للقوي سواء كانت ميكانيكية أو تشريحية أو فسيولوجية أو نفسية ، والانتصار علي المنافس ببلوغ أقصى مقدرة بأقل مجهود لتحقيق الكفاءة القصوى للعقل والجسم .

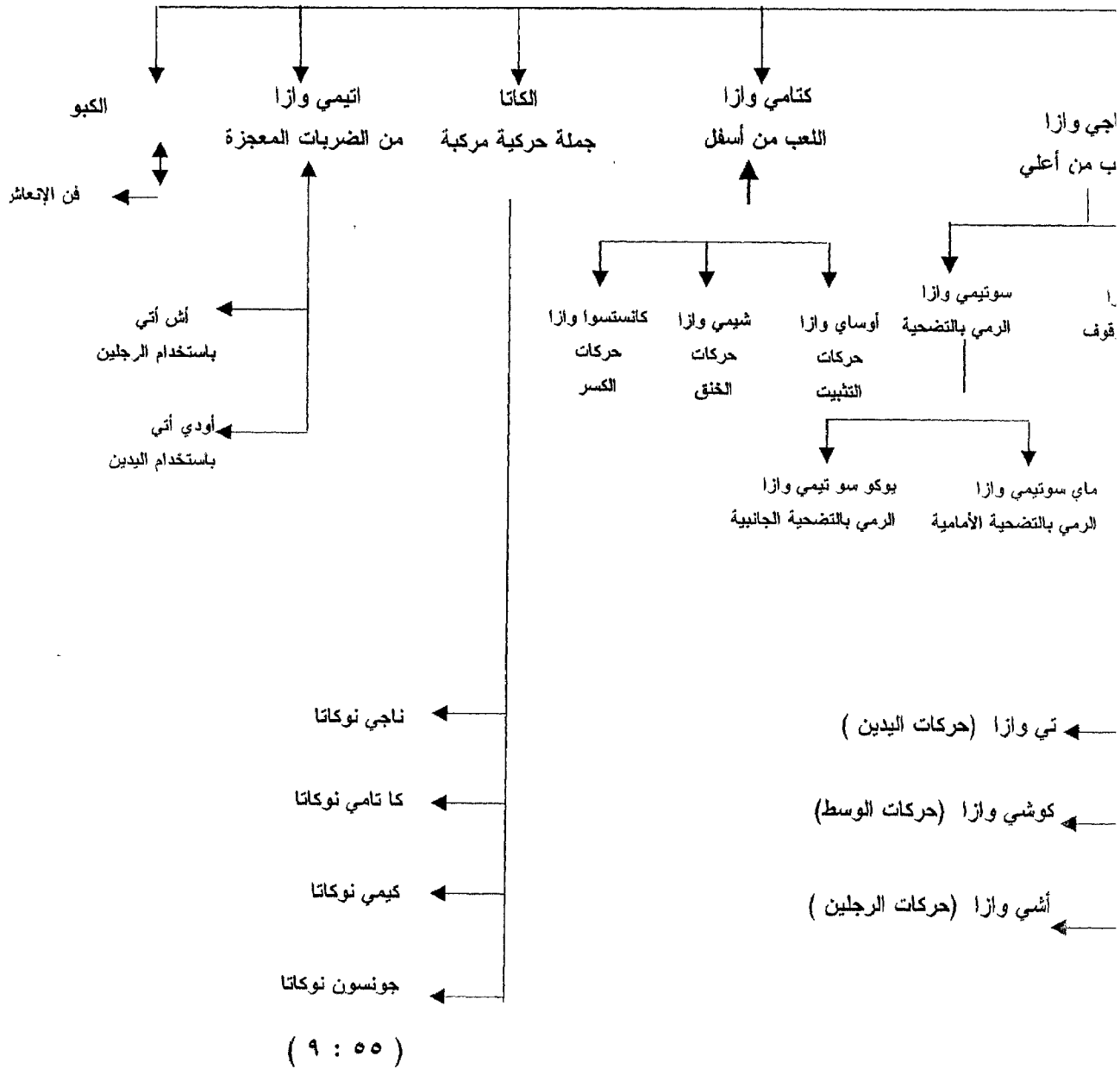
- رياضة الجودو تعمل علي تحقيق الجوانب النفسية ولذلك تعتبر من أفضل الرياضات التنافسية ، التي تعمل علي تكوين الشخصية وتنمي ثقة الفرد بنفسه والرغبة في التفوق والفوز وتنمية الشجاعة وتحقيق الشعور بالذات .

رياضة الجودو تحقق الكثير من الأهداف التربوية حيث أن آداب وتقاليد اللعبة وسلوكياتها الاجتماعية تؤثر علي الأفراد الممارسين لرياضة الجودو وبالتالي ينعكس ذلك علي المجتمع.

ممارسة رياضة الجودو كنشاط ترويحي لاستغلال أوقات الفراغ فيما يعود بالنفع علي الأفراد والمجتمع (٥٦ : ١٦ - ١٧) .

٢/٧/١/٢ التقسيم الفني لرياضة الجودو :

الجـــــودو JUDO



شكل رقم (٢)

التقسيم الفني لفنون ومهارات رياضة الجودو

٣/٧/١/٢ المهارات الحركية للعب من أعلي :

يشير **خلف الدسوقي** (٢٠٠٠م) نقلا عن مراد طرفة أن المهارات الحركية قسمت وفقا لنظام الكودوكان **Kodokan System** حيث تم وضع هذا النظام من قبل الكودوكان وبدأت الاتحادات الدولية في تنفيذ هذا البرنامج علي مستوي العالم حيث تم تقسيم المهارات الحركية للعب من أعلي ناجي - وازا (**Nage – waza**) إلي قسمين :

أ - القسم الأول ويختص بمهارات الرمي واقفا (تاتشي - وازا) (**Tachi – waza**)حيث تشتمل علي(٣٢) مهارة حركية .

- مهارات الذراعين والكتف (تي - وازا) (**Te – waza**) وفيها يتم رمي المنافس بالذراعين أو الكتف وعددها(٧)مهارات حركية .

- مهرات الرمي بالوسط كوشي - وازا (**Koshi – waza**) ويتم فيها رمي المنافس سواء عن طريق الدفع بالمقعدة مباشرة مثل مهارة (أوكي جوشي) أو من عليها مثل مهارة (أو جوشي) وعددها(١٠)مهارات .

- مهارات الرمي بالرجلين أشي - وازا (**Ashi – waza**) حيث يتم فيها رمي المنافس بواسطة الرجل مباشرة مثل مهارة (دى - أشى - براي) أو عن طريقها مثل مهارة (هيزا جورما) وعدد المهارات لهذه المجموعات (١٥) مهارة حركية .

ب - القسم الثاني : ويختص بمهارات التضحية سوتيمي - وازا (**Sutime – waza**) حيث يشتمل علي (٨)مهارات .

- مهارات الرمي والسقوط علي الظهر ماي - سوتيمى - وازا (**Mai-sutime-waza**) حدث يكون الرمي مع السقوط علي الظهر برغبته مباشرة وعددها (٤)مهارات .

- مهارات الرمي والسقوط علي الجانب يوكو - سوتيمى - وازا (**Yoko-sutime – waza**) حيث يرمي اللاعب منافسه مع السقوط علي الجانب برغبته سواء من الناحية اليمني (ميجى - **Megee**) أو الناحية اليسري (هيداري - **Heddaree**) وعدد مهارات هذه المجموعة (٤) مهارات (١٧: ١٩ - ٢٠) .

وفيما يلي توضيحا لأسماء الوحدات التعليمية الخمسة :

جدول (١) الوحدة التعليمية الأولي

١ -	دى أشى براى	- De ashi barai
٢ -	هيزا جروما	- Hiza guruma
٣ -	ساساى تسورى كومى أشى	- Sasae tsuri komi ashi
٤ -	أوكى جوشى	- Uki goshi
٥ -	أو سوتو جارى	- O soto gari
٦ -	أو جوشى	- O goshi
٧ -	أو أتشى جارى	- O u uchi gari
٨ -	سيو ناجى	- Seo nage

جدول (٢) الوحدة التعليمية الثانية

٩ -	كوسوتو - جاري	- Kosoto gari
١٠ -	كو أتشى جارى	- Kochi gari
١١ -	كوشى جروما	- Koshi guruma
١٢ -	تسورى كومى جوشى	- Tsuri komi goshi
١٣ -	أكوريه أشى براى	- Okuri ashi barai
١٤-	تاى أوتوشى	- Tai otoshi
١٥-	هراى جوشى	- Harai goshi
١٦-	أوتشى ماتا	- Uchi mata

جدول (٣) الوحدة التعليمية الثالثة

١٧-	كوسوتو جاكى	- Kosoto gake
١٨-	تسورى جوشى	- Tcori goshi
١٩-	يوكو أوتوشى	- Yoko otoshi
٢٠-	أشى جروما	- Ashi gurma
٢١-	هانى جوشى	- Hane goshi
٢٢-	هراى تسورى - كومى أشى	- Hari tsuri – komi ashe
٢٣-	توماى ناجى	- T ome nage
٢٤-	كاتا - جروما	- Kata guruma

جدول (٤) الوحدة التعليمية الرابعة

-٢٥	سومى جايشى	- Sumi gashi
-٢٦	تانى أوتوشى	- Tani otoshi
-٢٧	هانى ماكى كومى	- Hane make komi
-٢٨	سكوى ناجى	- Sukui nage
-٢٩	أو تسورى أو جوشى	- U tsuri goshi
-٣٠	أو جورما	- O gurma
-٣١	سوتو ماكى كومى	- Soto maki komi
-٣٢	أوكى أوتوشى	- Uki otoshi

جدول (٥) الوحدة التعليمية الخامسة

-٣٣	أو سوتو جروما	- O soto guruma
-٣٤	أوكى وازا	- Uki waza
-٣٥	يوكو واكارى	- Yoko wakare
-٣٦	يوكو جروما	- Yoko guruma
-٣٧	أوشيرو جوشى	- U shiro goshi
-٣٨	أورا ناجى	- Ura nage
-٣٩	سومى أوتوشى	- Sumi otoshi
-٤٠	يوكو جاكى	- Y oko Gake

(١٧ : ٢٠ -٢٢)

٤/٧/١/٢ المراحل الأساسية للمهارة في رياضة الجودو :

يشير **يحيي الصاوى** (١٩٩٦م)إلي أن كل حركة تنقسم إلي ثلاث وحدات أساسية وهي:

١ - الكوزوشى **kuzushi**

وهو إخلال توازن المنافس في الاتجاه الصحيح للحركة ويختلف في وضع الثبات عنه فـي أداء الحركة وأثناء التحرك علي البساط .

٢ - تسكورى . **Tsukuri**

وهو الدخول أو تنفيذ الحركة ويعتبر المرحلة الأساسية للأداء الحركي .

٣ - كاكى . Kake

وهو الوضع النهائي للرمي ويتم فيه عملية المتابعة التي قد يتبعها تنفيذ أحدا الفنون المختلفة للجودو (٥٦: ١٠٨) .

٢ /١/ ٨المهارات الحركية لرياضة الجودو (قيد البحث) :

قام **الباحث** بتناول المهارات الحركية لرياضة قيد البحث وذلك طبقا لمنهاج الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية للبنين للعام الدراسي الجامعي ٢٠٠١م / ٢٠٠٢م كما يلي :

أولا : السقطات ukemi وتنقسم إلي :

- السقطة الخلفية . **Ushiro-Ukemi**
- السقطة الجانبية . **Yoko- Ukemi**
- السقطة الأمامية الدائرية . **Moi-Mawari- Ukemi**

ثانيا : مهارات الرمي باليدين Te-waza وتنقسم إلي :

- مهارة مورتيه سيو ناجى . **Morte-seoi-nage**
- مهارة ايبون سيو ناجي . **Ippon- seoi-nage**

ثالثا : مهارات الرمي بالوسط Koshi-waza وتنقسم إلي :

- مهارة أو جوشى . **O-Goshi**
- مهارة كوشى جروما . **Koshi-Guruma**

رابعا : مهارات الرمي بالرجلين Ashi-waza وتنقسم إلي :

- مهارة دي آش براى . **De-Ashi-Brai**
- مهارة أو سوتو جارى . **O-Soto-Gari**

خامسا : مهارات الرمي بالتضحيه Sutemi-Waza وتنقسم إلي :

- مهارة توماى ناجى . **Tome-Nage**

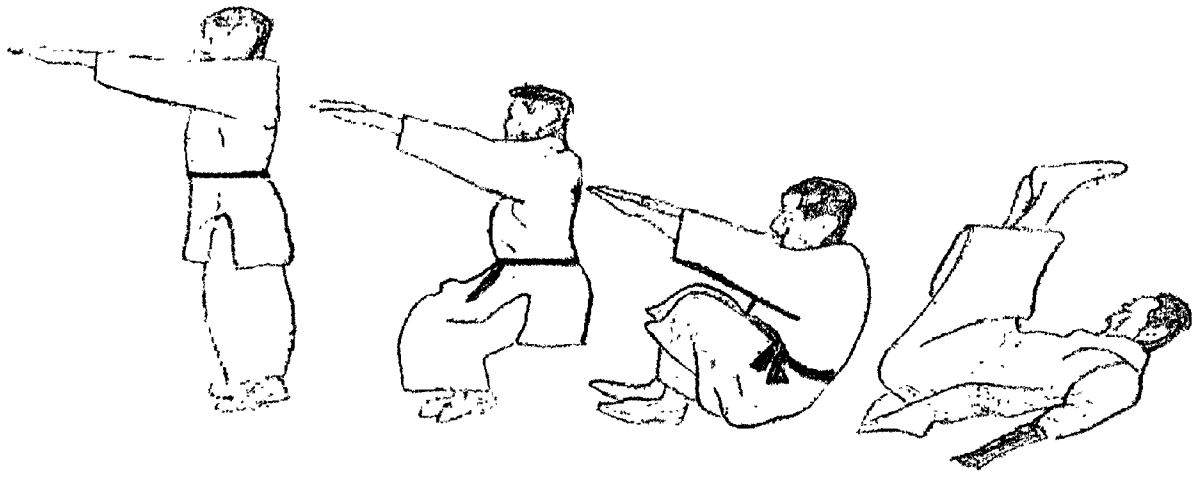
سادسا : مهارات التثبت Osai-Waza وتنقسم إلي :

- مهارة هن كيساجتاميه . **Hon-Kesa-Gatame**

وفيما يلي توضيح لأهم الخطوات التعليمية والفنية للمهارات الحركية قيد البحث :

أولا : السقطات :

١ - السقطة الخلفية (أوشيرو أوكيمي)
Ushiro-Ukemi



شكل رقم (٣)

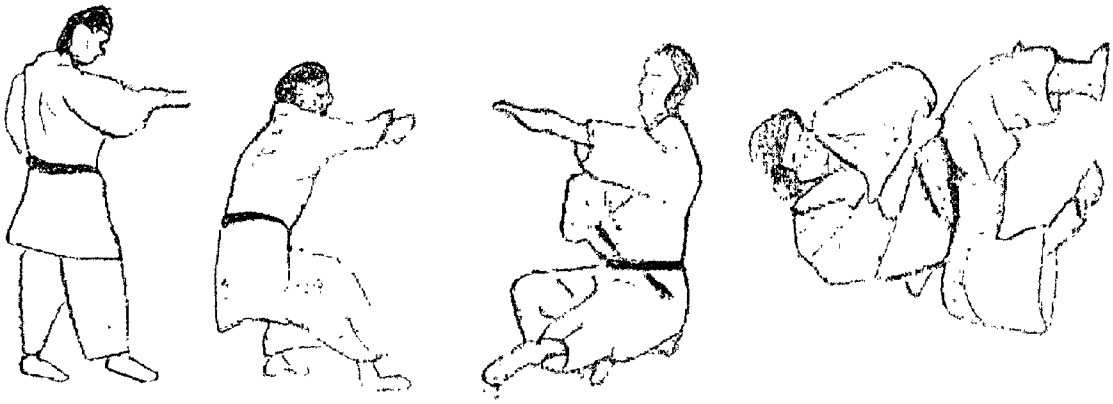
المراحل الفنية :

- من وضع الرقود علي الظهر ومد الذراعان أماما وثني الركبتين قليلا ووضع القدمين متجاورتين علي البساط ، يقوم اللاعب بضرب البساط بالذراعين .
- ان تكون الذراعان ممدودتان وتكون الزاوية بين الذراع والجسم حوالي (٤٥) درجة.
- يجب علي اللاعب أن يأخذ الذقن علي الصدر عند ضرب البساط بالذراعين .

الخطوات التعليمية :

- يقوم اللاعب بالدحرجة الخلفية من وضع الجلوس الطويل مع ضرب البساط بالذراعين .
- من وضع الوقوف علي المشطين وثني الركبتين كاملا ومد الذراعين أماما يبدأ اللاعب في التدحرج إلي الخلف علي الظهر بحيث يبدأ في لمس البساط بالمقعدة أولا ثم بالظهر ثم بمنطقة الكتفين يجب أن نلاحظ أن حركة ضرب الذراعان للبساط تبدأ مبكرا بعض الشيء قبل لمس الجسم له .
- من وضع الوقوف والذقن ملامس للصدر والنظر للبساط والذراعان ممدودتان أمام الصدر يقوم اللاعب بتنفيذ مراحل الخطوة السابقة (٥٦ : ٤٩) .

٢ - السقطة الجانبية (يوكو أوكيمي)
Yoko- Ukemi



شكل رقم (٤)

المراحل الفنية :

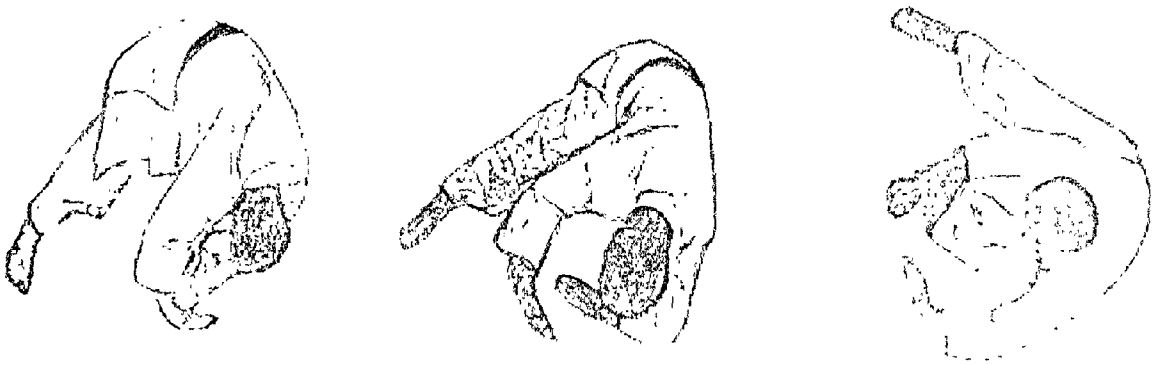
- من وضع الوقوف وإحدى الذراعين جانبا يقوم اللاعب بتحريك الرجل للأمام وللداخل مع تحريك الذراع في نفس الإتجاه .
- عندما يقترب جسم اللاعب من الأرض يسقط علي الجانب .
- زاوية الذراع الممدودة مع الجسم (٤٥)درجة تقريبا .
- يتم ضرب الأرض بالذراع بقوة عند ملامسة الجسم للبساط (**55**: ٢٧) .

الخطوات التعليمية :

- من وضع الجلوس الطويل واحد الذراعين جانبا يقوم اللاعب بالدحرجة علي الجانب مع ضرب البساط بالذراع والرجلين (يلاحظ مسك الحزام بالذراع الأخرى) .
- يؤدي التمرين السابق من وضع الوقوف بحيث يقوم اللاعب بمرجحة الرجل التي سوف يسقط جهتها للأمام وللداخل حتى تتقاطع مع الرجل الأخرى وذلك حتى يفقد اللاعب اتزانه ويتجه للسقوط ناحية الرجل التي يقوم بمرجحتها وبمجرد حدوث ذلك يقوم اللاعب بضرب البساط بالذراع القريبة مع ملاحظة أن تكون الرجل الداخلية مفرودة والخارجية مثنية والمشط علي البساط .
- من وضع الوقوف يقوم اللاعب بأخذ خطوة للأمام (في حالة السقوط علي الجانب بالأيمن تكون الخطوة بالقدم اليسرى ويكون اتجاهها للأمام وإلي الجانب مع وضع اليد اليمني علي الفخذ الأيسر ، ثم يجلس اللاعب القرفصاء مرتكزا علي الرجل اليسرى مع مرجحة الرجل اليمني للداخل والسقوط علي الجانب الأيمن (٥٦ : ٥٠) .

٣ - السقطة الأمامية الدائرية(ماي موراي أوكيمي)

Moi-Mawari-ukemi



شكل رقم (٥)

المراحل الفنية :

- وقوف علي الأربع ، ثني الجذع أماما اسفل لوضع راحتي الكفين علي البساط مع مراعاة أن تكون أصابع اليدين مضمومة وتشير للداخل وأن تكون القدم اليسرى للخلف قليلاً .
- يبدأ اللاعب في تمرير الذراع اليمني من أسفل الأبط الأيسر ثم يبدأ اللاعب في الدحرجة للأمام وللجانب الأيمن .
- توزع القوة الناتجة من تصادم الجسم بالبساط علي الأجزاء التالية علي التوالي الذراع الكتف الأيمن ثم الجانب الأيمن فالفخذين
- يجب عند البدء في تعليم هذه الخطوة أن يبدأ اللاعب بالارتكاز بالذراع التي يتدحرج عليه ثم يرتكز بعد ذلك بالذراع الأخرى التي سيقوم بضرب البساط.
- بعد تقدم اللاعب في أداء هذه السقطة يمكنه ان يقوم بفرد ذراع الارتكاز أماما وهو مرتخي وغير متصلب مع عدم الحاجة إلي السند الذراع الأخرى(اليسرى) كما يجب الدفع بالقدم للأمام .

الخطوات التعليمية :

- يتم تنفيذ السقطة الأمامية الدائرية من وضع الوقوف .
- يتم تنفيذ السقطة الأمامية الدائرية من وضع الحركة وذلك بأخذ خطوة للأمام ثم ثني الجذع أماما أسفل لتنفيذ الخطوات السابقة (٥٦ : ٥٣) .

ثانيا : المهارات الحركية .

١ - أو جوشي
O.goshi

شكل رقم (٦)

المراحل الفنية للمهارة :

أولا : إخلال التوازن (كوزوشي) :

اتجاه إخلال التوازن للأمام وفي منتصف المسافة بين قدمى الخصم حيث يقوم اللاعب بشد كم بدلة الجودو الأيمن للمنافس بيده اليسرى للأمام مع التحرك الأمامي الدائري ورفع اللاعب لأعلي ليقف علي أطراف أصابعه .

ثانيا : تنفيذ المهارة (تسكوري) :

يترك اللاعب ياقة البدلة بيده اليمني ويضعها حول وسط المنافس مع الإنثناء في الركبتين ثم فردها ورفع المنافس علي الوسط لأعلي .

ثالثا : الرمي (كاكي) :

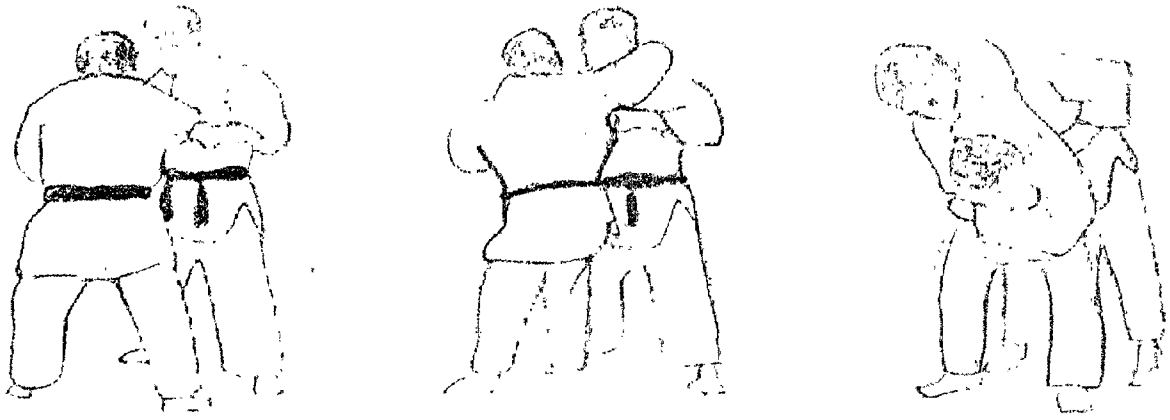
متابعة الشد باليدين مع الزحلقة من علي المقعد وذلك بمساعدة اليد اليمني لعملية الجذب .

(٥٥ : ٣٥)

الخطوات التعليمية :

- يقوم اللاعب بأداء المهارة من الثبات وبدون رمي الزميل .
- يقوم اللاعب بأداء المهارة من الثبات مع رمي الزميل.
- يقوم اللاعب بأداء المهارة من الحركة وبدون رمي الزميل .
- يقوم اللاعب بأداء المهارة من الحركة مع رمي الزميل.

٢ - كوشي جروما
Koshi-Guruma



شكل رقم (٧)

المراحل الفنية للمهارة :

أولا : إخلال التوازن (كوزوشي) :

اتجاه إخلال التوازن للأمام جهة اليمين والتحرك الأمامي الدائري .

ثانيا : تنفيذ المهارة (تسكوري) :

يضع اللاعب يده اليمني حول رقبة منافسه مع ثني الركبتين والرفع بالمقعدة مع فرد الركبتين .

ثالثا : الرمي (كاكي) :

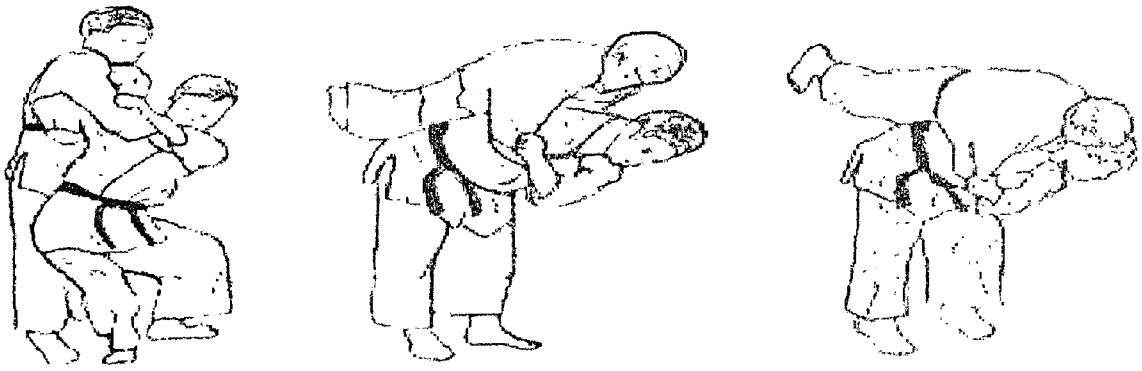
يتم الجذب باليد اليسري والدفع باليد اليمني للاعب ليسقط المنافس للأمام من علي الوسط

(٥٥ : ٥٣)

الخطوات التعليمية :

- يقوم اللاعب بأداء المهارة من الثبات وبدون رمي الزميل .
- يقوم اللاعب بأداء المهارة من الثبات مع رمي الزميل.
- يقوم اللاعب بأداء المهارة من الحركة وبدون رمي الزميل .
- يقوم اللاعب بأداء المهارة من الحركة مع رمي الزميل.

٣ - مورتيه سيو ناجي
Morte-Seoi-Nage



شكل رقم (٨)

المراحل الفنية للمهارة :

أولاً : إخلال التوازن (كوزوشي) :

يقوم اللاعب بشد منافسه للأمام ولأعلي بواسطة اليد اليسرى من كم بدلة المنافس وباليد اليمني من ياقة الجاكت مع التحرك الأمامي الدائري مع ثني الركبتين .

ثانياً : تنفيذ المهارة (تسكوري) :

يحرك اللاعب مفصل المرفق بيده اليمني ليضعه أسفل الإبط الأيمن للمنافس مع خروج جزء صغير من الكوع مع ثني الركبتين لتكون المقعدة أسفل حزام المنافس .

ثالثاً : الرمي (كاكي) :

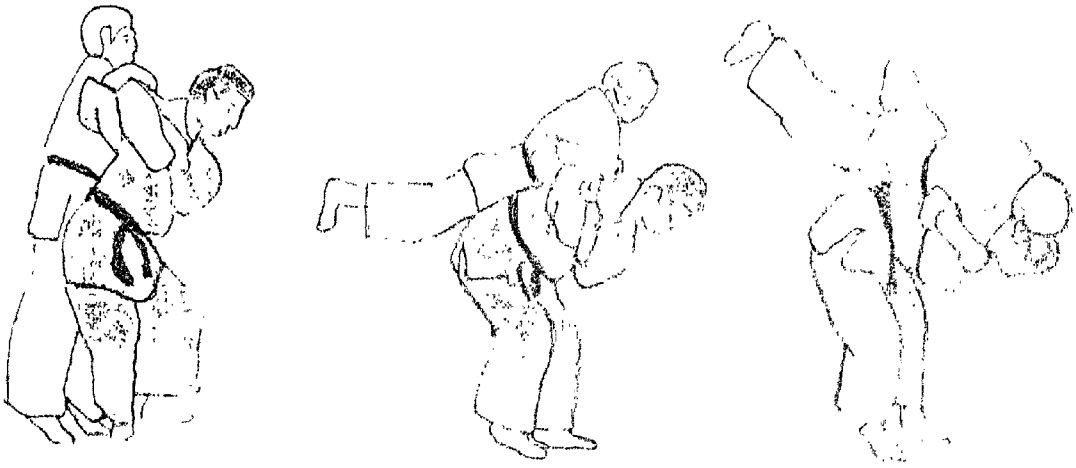
يدفع الاعب بيده اليمني بكوعه المنافس لأعلي وللأمام مع استمرار الشد باليد اليسرى للأمام ولأسفل واستخدام الظهر كإعاقة للمنافس والرمي باليدين من فوق الكتف الأيمن للاعب

(٥٥ : ٤٤)

الخطوات التعليمية :

- يقوم اللاعب بأداء المهارة من الثبات وبدون رمي الزميل .
- يقوم اللاعب بأداء المهارة من الثبات مع رمي الزميل.
- يقوم اللاعب بأداء المهارة من الحركة وبدون رمي الزميل .
- يقوم اللاعب بأداء المهارة من الحركة مع رمي الزميل.

٤ - إيبون سيو ناجي
Ippon-Seoi-Nage



شكل رقم (٩)

المراحل الفنية للمهارة :

أولا : إخلال التوازن (كوزوشي) :

يقوم اللاعب بشد منافسة للأمام ولأعلي بواسطة اليد اليسرى من كم بدله المنافس وباليد اليمني من ياقة الجاكت .

ثانيا : تنفيذ المهارة (تسكوري) :

يتم ترك ياقة بدله الجودو للمنافس باليد اليمني لتنثني حول العضد الأيمن للمنافس بحيث يدفع اللاعب مفصل المرفق لأعلي بمستوي الكتف مع ثني الركبتين لتكون المقعدة أسفل حزام المنافس .

ثالثا : الرمي (كاكي) :

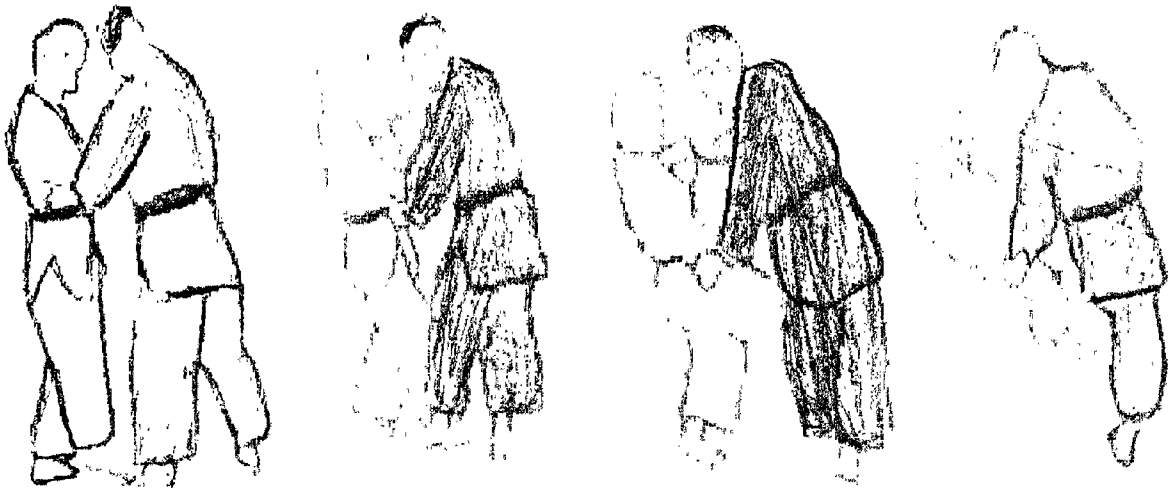
يدفع اللاعب بالعضد مع الشد باليد اليسرى لأعلي وللأمام واستخدام الظهر كإعاقة للمنافس.

(٥٥ : ٤٦)

الخطوات التعليمية :

- يقوم اللاعب بأداء المهارة من الثبات وبدون رمي الزميل .
- يقوم اللاعب بأداء المهارة من الثبات مع رمي الزميل.
- يقوم اللاعب بأداء المهارة من الحركة وبدون رمي الزميل .
- يقوم اللاعب بأداء المهارة من الحركة مع رمي الزميل.

٥ - دى آشي براى
De – Ashi – Brai



شكل رقم (١٠)

المراحل الفنية للمهارة :

أولا : إخلال التوازن (كوزوشي) :

يتم جذب الذراع اليمني للمنافس لأسفل وللداخل مع الدفع بالذراع اليمني لكتف المنافس اليسرى للجهة الخلفية ناحية اليمين .

ثانيا : تنفيذ المهارة (تسكورى) :

يتم استمرار السيطرة علي جسم المنافس باليدين مع كنس قدم المنافس اليمني بالقدم اليسرى للمهاجم .

ثالثا : الرمى (كاكي) :

يتم استمرار كنس القدم مع الدفع باليدين للجانب وللخلف ليسقط اللاعب علي جانبه .

(٥٥ : ٧٦)

الخطوات التعليمية :

- يقوم اللاعب بأداء المهارة من الثبات وبدون رمي الزميل .
- يقوم اللاعب بأداء المهارة من الثبات مع رمي الزميل.
- يقوم اللاعب بأداء المهارة من الحركة وبدون رمي الزميل .
- يقوم اللاعب بأداء المهارة من الحركة مع رمي الزميل.

٦ - أو سوتو جارى
O-Soto-Gari

شكل رقم (١١)

المراحل الفنية للمهارة :

أولا : إخلال التوازن (كوزوشى) :

يقوم اللاعب بجذب كم جاكت المنافس الأيمن لأسفل وللخلف بقوة مع وضع قدمه اليسرى بجوار قدم المنافس اليمنى ويكون إخلال التوازن للخلف مع عمل طعن خفيف في الرجل اليسرى ويضع كتفه الأيمن بجوار كتف المنافس الأيمن .

ثانيا : تنفيذ المهارة (تسكورى) :

يستمر جذب اللاعب لأسفل بالذراع اليسرى للاعب مع الضغط بالساعد الأيمن علي صدر المنافس ثم يقوم اللاعب بتمرير قدمه اليمني ومرجحة للأمام ثم للخلف وركل قدم المنافس للخلف ولأعلي علي شكل خطاف .

ثالثا : تنفيذ الرمى (كاكي) :

يتم استمرار الجذب والضغط لأسفل باليدين مع استمرار مرجحة الرجل الضاربة للخلف للوصول إلي وضع الميزان .

(٥٥ : ٧٠)

الخطوات التعليمية :

- يقوم اللاعب بأداء المهارة من الثبات وبدون رمي الزميل .
- يقوم اللاعب بأداء المهارة من الثبات مع رمي الزميل.
- يقوم اللاعب بأداء المهارة من الحركة وبدون رمي الزميل .
- يقوم اللاعب بأداء المهارة من الحركة مع رمي الزميل.

٧ - توماي ناجى
Tome-Nage

شكل رقم (١٢)

المراحل الفنية للمهارة :

أولا : إخلال التوازن (كوزوشى) :

يقوم اللاعب بإخلال توازن المنافس بالشد باليدين لأعلي وللأمام مع وضع قدمه اليسرى للأمام داخل قدمي المنافس بالطعن الخفيف للركبة .

ثانيا : تنفيذ المهارة (تسكورى) :

ينزل اللاعب مضحيا علي ظهره للخلف ثم يضع قدمه اليمني بميل علي بطن المنافس عند حزامه .

ثالثا : الرمى (كاكي) :

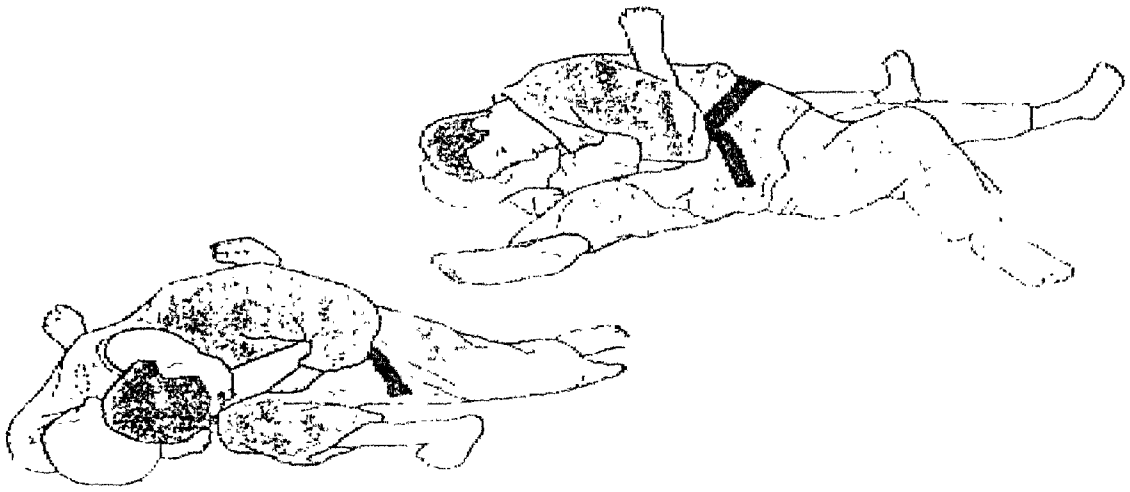
يقوم اللاعب بالدفع بالقدم اليمني لأعلي مع الشد باليدين لأسفل .

(٥٥ : ٨٨)

الخطوات التعليمية :

- يقوم اللاعب بأداء المهارة من الثبات وبدون رمي الزميل .
- يقوم اللاعب بأداء المهارة من الثبات مع رمي الزميل.
- يقوم اللاعب بأداء المهارة من الحركة مع رمي الزميل.

٨ - هن كيسا جتاميه
Hon – Keca – Gatame



شكل رقم (١٣)

المراحل الفنية للمهارة :

أولا : المدخل :

هناك العديد من الدخلات منها اللاعب بين رجلي المنافس أي المنافس علي ظهره فيقوم اللاعب بمسك بنطلون المنافس من الركبة ليضع رجله علي البساط ثم يحرك رجله البعيدة ليضعها علي فخذ المنافس لتكون مثل الهلب وهو ممسك كم بدلة المنافس المتجه نحوه .

ثانيا : الوضع النهائي :

يقترب اللاعب من جنب المنافس ويمرر رجله القريبة للأمام وتليها رجله البعيدة التي فوق فخذ المنافس وإذا ضم المنافس رجليه علي قدم اللاعب يمكن دفع رجليه بقدمه الخارجة لتتمكن القدم الثانية من الخروج حيث تصل إلي وضع الحواجز ، يأخذ كم بدلة المنافس تحت إبطه واليد الأخرى تلتف حول الرقبة لتمسك ياقة بدلة المنافس من خلف رأسه ، ووضع رأس اللاعب لأسفل حتى لا يقلبه المنافس للجهة الأخرى (٥٥ : ١٠٣) .

الخطوات التعليمية :

- أداء المهارة في عدتين ثم عدة واحدة والمدافع سلبي .
- أداء المهارة والمدافع ايجابي .
- أداء المهارة والمنافس مدافع ومهاجم أيضا .

٢ / ٢ الدراسات المرجعية :

٢ / ٢ /١ الدراسات العربية المرتبطة برياضة الجودو

جدول (٦)

م	اسم الباحث	عنوان الدراسة	أهم أهداف الدراسة	المنهج المستخدم	عينه الدراسة	أهم النتائج
١/١/٢/٢	شريف هنوهم رسالة ماجستير ١٩٩٤م (٢٠)	أثر استخدام التعليم المبرمج علي تعليم بعض المهارات لرياضة الجودو	١ - إعداد وحدات مبرمجة لتعليم بعض مهارات الجودو ٢ - التعرف علي تأثير استخدام التعليم المبرمج في تعليم بعض مهارات الجودو	المنهج التجريبي	٦٦ طالب	١- تأثير طريقة التعليم المبرمج كإحدى طرق التعليم تأثيراً إيجابياً فعالاً على تعلم مهارات الجودو ٢- هذه الطريقة تراعي الفروق الفردية بين الطلاب
٢/١/٢/٢	مجدي زارع رسالة ماجستير ١٩٩٥م (٣٤)	تأثير استخدام التعليم المبرمج علي سرعة وإتقان تعلم بعض المهارات الأساسية لرياضة الجودو	١- التعرف علي تأثير طريقة التعليم المبرمج علي سرعة إتقان تعلم بعض المهارات الأساسية لرياضة الجودو ٢- التعرف علي تأثير طريقة التعليم المبرمج علي التحصيل النظري لبعض المهارات الأساسية لرياضة الجودو	المنهج التجريبي	٦٠ طالب	تأثير استخدام طريقة التعليم المبرمج في تعلم مهارات رياضة الجودو
٣/١/٢/٢	خلف الدسوقي رسالة ماجستير ١٩٩٦م (١٦)	وضع بطارية اختبار لبعض عناصر الصفات البدنية الخاصة والقياسات الأنثروبومترية لتاشئ الجودو	١- وضع بطارية لقياس بعض الصفات البدنية الخاصة والقياسات الأنثروبومترية لتاشئ رياضة الجودو للمرحلة السنية من (١٠-١٢) سنة.	المنهج الوصفي	٧٢ ناشئ	الإختيارات البدنية والقياسات الأنثروبومترية المستخلصة تعتبر من أفضل المقاييس المرشحة لقياس العوامل المقبولة في هذه الدراسة والتي تمثلت في بطارية الإختبارات البدنية وبطارية القياسات الأنثروبومترية

تابع جدول (٦)

م	اسم الباحث	عنوان الدراسة	أهم أهداف الدراسة	المنهج المستخدم	عينه الدراسة	أهم النتائج
٤/١/٢/٢	طارق عوض رسالة دكتوراه ١٩٩٧م (٢٢)	تأثير برنامج تدريبي مقترح على بعض المتغيرات البدنية والمهارية والنفسية لدى الناشئين في رياضة الجودو.	تأثير البرنامج التدريبي المقترح على تحسين بعض المتغيرات البدنية والمهارية والنفسية لدى الناشئين تحت ١٦ سنة في رياضة الجودو.	المنهج التجريبي	٣٠ ناشئ	البرنامج التدريبي المقترح قد أثر تأثيراً إيجابياً وبصورةأفضل من البرنامج التقليدي على تحسن مستوى أداء المتغيرات البدنية والمهارية والنفسية قيد البحث
٥/١/٢/٢	محمد السيد رسالة دكتوراه ١٩٩٨م (٣٨)	تقويم البناء الديناميكى لمهارات رياضة الجودو كدالة لتوجيه برامج تدريب الناشئين	١- التعرف على البناء الديناميكى لمهارات رياضة الجودو. ٢- تصنيف وترتيب هذه المهارات من حيث البناء الديناميكى داخل المجموعات.	المنهج الوصفي	لاعب واحد	١- إعادة النظر في البرنامج المتبع من قبل الإتحاد المصرى للجودو لإعداد الناشئين بالنسبة للفئة العمرية تحت ١٠ سنوات ٢- درجة الإتزان لدى اللاعب تكون قليلة فى حالة السن الصغيرة لذلك لابد من اختيار المهارات التي تتسم بدرجة عالية من الإتزان عند بداية التعلم.
٦/١/٢/٢	خلف الدسوقى رسالة دكتوراة ٢٠٠٠م (١٧)	أثر برنامج تدريبي للإعداد البدني الخاص على مستوى أداء بعض المهارات الحركية للرمي من أعلى والتثبيت الأرضي للناشئين في الجودو	التعرف على تأثير البرنامج التدريبي على مستوى الصفات البدنية الخاصة وعلى بعض المهارات الحركية للعب من أعلى والتثبيت الأرضى لناشئ الجودو	المنهج التجريبي	١٦ لاعب	أظهر برنامج الإعداد البدني الخاص للمجموعة التجريبية تحسناً معنوياً في مستوى الصفات البدنية الخاصة ومستوى المهارات الحركية قيد البحث وظهرت فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في جميع المتغيرات.
٧/١/٢/٢	محمد السيد بحث ترقي ٢٠٠١م (٣٩)	تأثير استخدام بعض أساليب التغذية الرجعية علي مستوي أداء الجملة الحركية المركبة(الكاتا) للاعبي الدرجة الأولي في رياضة الجودو	التعرف علي تأثير التغذية الرجعية علي مستوى أداء الجملة الحركية المركبة الأولى (ناجى نوكاتا)	المنهج التجريبي	٤٠ لاعب	التدريب باستخدام التغذية الرجعية أدي إلي التحسن في مستوى الأداء وخاصة مع المهارات الرياضية الصعبة كما أدي إلي توفير الوقت والجهد فى عملية التدريب .

تابع جدول (٦)

م	اسم الباحث	عنوان الدراسة	أهم أهداف الدراسة	المنهج المستخدم	عينه الدراسة	أهم النتائج
١/٢/٢/٢	أحمد عبد الله رسالة دكتوراه ١٩٩٥م (٥)	تأثير استخدام تكنولوجيا التعليم فى تعلم بعض المهارات الحركية والمعرفية في كرة السلة	١-التعرف علي تأثير استخدام جهاز الفيديو وجهاز الكمبيوتر في تعلم مهارات كرة السلة والمعارف النظرية للقانون. ٢-مقارنة استخدام وسائل التكنولوجيا الفيديو - الكمبيوتر بالطريقة التقليدية فى التعليم	المنهج التجريبي	٤٠ ناشئ	١-ارتفاع نسبة التقدم في المستوي المهاري والمعرفي للمجموعة التجريبية التي استخدمت وسائل تكنولوجيا التعليم عن المجموعة الضابطة التي تعلمت بإستخدام الطريقة التقليدية . ٢-فاعلية استخدام جهازى الفيديو والكمبيوتر في تعلم بعض مهارات كرة السلة وتعلم المعارف النظرية للقانون
٢/٢/٢/٢	شريف هنوهم رسالة دكتوراه ١٩٩٩م (٢١)	تقويم استخدام الأجهزة الإلكترونية فى تحكيم بعض رياضات المنازلات	التعرف علي نتائج استخدام الأجهزة الإلكترونية فى تحكيم بعض رياضات المنازلات	المنهج الوصفي	٨٠ لاعب	الأجهزة الإلكترونية تساعد اللاعبين في الارتقاء بالنواحي الخططية والفنية للمهارات
٣/٢/٢/٢	مصطفي عبد القادر رسالة دكتوراه ٢٠٠٠م (٤٩)	تصميم منظومة للوسائط المتعددة وأثرها علي تعلم بعض مهارات كرة القدم للمبتدئين	تصميم برنامج تعليمى باستخدام منظومة للوسائط المتعددة ومعرفة أثرها علي تعلم بعض مهارات كرة القدم للمبتدئين	المنهج التجريبي	٦٠ لاعب	تأثير اسلوب الوسائط المتعددة علي تعلم مهارات كرة القدم وعلي مستوي التحصيل المعرفى للمبتدئين عن الأسلوب التقليدي.

تابع جدول (٦)

م	اسم الباحث	عنوان الدراسة	أهداف الدراسة	المنهج المستخدم	عينة الدراسة	أهم النتائج
٤/٢/٢/٢	محمد البلتاجي رسالة ماجستير ٢٠٠٠م (٤٠)	تأثير استخدام الوسائل السمعية البصرية علي تعلم السباحة.	١-التعرف علي تأثير استخدام الوسائل السمعية البصرية علي مستوى الأداء الحركي والتحصيل المعرفي لمهارات السباحة. ٢ - التعرف علي الفروق بين مجموعات العرض الضوئي والعرض المجرد والتقليدي	المنهج التجريبي	٣٦ طالب	١-يوجد تأثير إيجابي للوسائل السمعية البصرية علي مستوي الأداء المهاري للسباحة . ٢-يوجد تأثير إيجابي لوسائل العرض الضوئي علي مستوي الأداء المهاري فى السباحة ٣-وسائل العرض الضوئي والأفلام التعليمية - ثقافيات - الفيديو ، لها تأثير إيجابي أفضل في الجانب المعرفي والمهاري عن مجموعة العرض المجرد . ٤-الوسائل البصرية ترفع من مستوي الأداء المهاري للمتعلمين في النواحي المهارية .
٥/٢/٢/٢	مني محمود رسالة دكتوراه ٢٠٠٠م (٥٣)	فاعلية برامج الكمبيوتر متعددة الوسائل القائمة علي الرسوم والصور المتحركة في تعليم المهارات الحركية	١-التعرف علي الأسلوب الأمثل لتقديم عرض المهارة الحركية رسوم متحركة أم صور متحركة أم الرسوم المتحركة والصور المتحركة معا ٢ - سرعة العرض المثلي لتقديم المهارة الحركية في برامج الكمبيوتر متعددة الوسائل (بطيء أم واقعي)	المنهج التجريبي	٩٦ طالبه	اختيار أسلوب جمع الرسوم والصور المتحركة معا عند إنتاج برامج الكمبيوتر متعددة الوسائل لتعليم المهارات وخاصة الحركية ومراعاة البدء بالصور المتحركة لعرض الحركة كاملا ثم استخدام الرسوم فى تجزئه المهارة
٦/٢/٢/٢	أحمد عبد الفتاح رسالة ماجستير ٢٠٠١م (٤)	فاعلية بعض أساليب استخدام الكمبيوتر فى تعلم مسابقة ١١٠ متر حواجز	التعرف على فاعلية بعض أساليب استخدام الكمبيوتر في تعلم مسابقة ١١٠ متر الحواجز	المنهج التجريبي	١١٥ طالب	يؤدي استخدام برامج الوسائط المتعددة من خلال الكمبيوتر داخل الوحدات التعليمية إلي تأثير إيجابي في تعلم مسابقة ١١٠ متر حواجز

تابع جدول (٦)

م	اسم الباحث	عنوان الدراسة	أهداف الدراسة	المنهج المستخدم	عينة الدراسة	أهم النتائج
٧/٢/٢/٢	النبوي عبدالخالق رسالة ماجستير ٢٠٠١م (٩)	تأثير إستخدام الحاسب الآلي متعدد الوسائط على تعلم بعض مهارات رياضة الجمباز.	التعرف على تأثير إستخدام الحاسب الآلي متعدد الوسائط على تعلم بعض مهارات رياضة الجمباز.	المنهج التجريبي	٣٠ طالب	التعلم بواسطة الحاسب الآلي متعدد الوسائط لبعض مهارات رياضة الجمباز يؤدي إلى نتائج أفضل مهاريا ومعرفيا عن التعلم بالطريقة التقليدية.
٨/٢/٢/٢	ايهاب فتحي رسالة دكتوراه ٢٠٠١م (١١)	استخدام منظومة وسائط متعددة وتأثيرها على تعلم بعض المهارات الأساسية لدى المبتدئين فى الملاكمة	إعداد برنامج تعليمى باستخدام الوسائط المتعددة ومعرفة أثره علي تعلم بعض المهارات الأساسية والتحصيل المعرفي والجانب الوجداني لمبتدئين فى الملاكمة	المنهج التجريبي	٦٠ طالب	١- أسلوب الوسائط المتعددة باستخدام الصور والشرائح والفيديو والمعلم ساهم بطريقة إيجابية فى تعلم مهارات الملاكمة ٢ - أسلوب الوسائط المتعددة كان أكثر تأثيراً علي تعلم المهارات الملاكمة عن الأسلوب التقليدي
٩/٢/٢/٢	حسام الدين نبيه رسالة ماجستير ٢٠٠٢م (١٤)	تأثير استخدام بعض وسائل تكنولوجيا التعليم في تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة اليد	التعرف على تأثير استخدام بعض وسائل تكنولوجيا التعليم في تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة اليد	المنهج التجريبي	٩٠ طالب	جميع الأساليب المستخدمة في البحث لتعليم المهارات الأساسية للعبة كرة اليد لها تأثيراً إيجابي على ارتفاع مستوى الأداء المهاري.

تابع جدول (٦)

م	اسم الباحث	عنوان الدراسة	أهداف الدراسة	المنهج المستخدم	عينة الدراسة	أهم النتائج
١/٣/٢/٢	سكينيلى- ام برودى -دي Skinsly M Brodie D ١٩٩٠م (٦٧)	دراسة فعالية التعليم المرتبط بالكمبيوتر في التربية الرياضية	التعرف على دراسة فعالية التعليم المرتبط بالكمبيوتر لتدريس لعبة كرة الريشة.	المنهج التجريبي	١٢ طالب	التعليم باستخدام الكمبيوتر كان أكثر فعالية عن التعليم بالطريقة التقليدية.
٢/٣/٢/٢	أوستين - اس ميللر - ال Austin S Miller L ١٩٩٢م (٥٨)	دراسة تجريبية لشريط االفيديو على رياضة الجولف.	التعرف على كفاءة شريط الفيديو كوسيلة لتعليم رياضة الجولف.	المنهج التجريبي	١٠ طلاب	ارتقاء نسبة التحسن في المستوى التعليمي للمجموعة التجريبية التي استخدمت شريط الفيديو كوسيلة للتعليم عن المجموعة الضابطة التى استخدمت الطريقة المتبعة.
٣/٣/٢/٢	جوثرى بي-إم ، مكفيرسون -إم Guthrie B.M Mcpherson M (١٩٩٢م) (٦٠)	تقويم بمساعدة الكمبيوتر فى التدريب البدنى لطلاب كلية التربية الرياضية	تقييم عملية إدخال وسيلة اعتيادية في التعليم بواسطة الكمبيوتر	المنهج التجريبي	٤٥ طالب	أهمية استخدام الكمبيوتر كمساعد في العملية التعليمية ويكمل للطريقة التقليدية فى التعليم

تابع جدول (٦)

م	اسم الباحث	عنوان الدراسة	أهداف الدراسة	المنهج المستخدم	عينة الدراسة	أهم النتائج
٤/٣/٢/٢	سكينسلي - إم ، بر ودي - دي Skinsly M Brodie D (١٩٩٢م) (٦٨)	الوعي الكمبيوتري والخبرة بين مدرسي التربية الرياضية	تقييم مستويات الوعي والخبرة في الاستخدام الكمبيوتر لمدرسى التربية الرياضية	المنهج الوصفي	٣٧٢ مدرسى	أهمية تعليم مدرسي التربية الرياضية علي استخدام الكمبيوتر التعليمى فى التدريس
٥/٣/٢/٢	شونج -تي - وون Chung Tae Won (١٩٩٢م) (٥٩)	فعالية التعليم بفيديو اتصال ملحق بالكمبيوتر علي كفاءة التحليل المهاري لمعلمي التربية الرياضية فى تعليم لعبة التنس	تحديد فعالية نظام التعليم بالفيديو الاتصال الملحق بالكمبيوتر علي القدرة التحليلية للمهارات الحركية في لعبة التنس لمدرسي التربية الرياضية	المنهج التجريبي	٢١ طالب	استخدام التعليم بالفيديو الاتصال الملحق بالكمبيوتر في التحليل المهاري لمدرسي التربية الرياضية للعبة التنس كان ذو تأثير إيجابى عن الطريقة التقليدية فى التعليم
٦/٣/٢/٢	ماثياس -كي إي Mathias K. E (١٩٩٢م) (٦٤)	فعالية الفيديو التفاعلي في تعليم القدرة علي تحليل مهارتين حركيتين في السباحة (دراسة مقارنة)	تطوير تطبيق شرائط الفيديو التفاعلية وتقديم مقارنة في تعليم الفيديو التفاعلي والطرق التقليدية لتعليم الطلاب كيفية تحليل مهارتين حركيتين في السباحة	المنهج التجريبي	١٧ طالب	التعليم بشرائط الفيديو التفاعلي له فعالية وتأثير إيجابي عن فاعلية التعليم التقليدي عند تعليم الطلاب كيفية تحليل مهارتين حركيتين فى السباحة

تابع جدول (٦)

م	اسم الباحث	عنوان الدراسة	أهم أهداف الدراسة	المنهج المستخدم	عينة الدراسة	أهم النتائج
٧/٣/٢/٢	هاربر - رونالد كليفتون Harber – Ronald Clifton (١٩٩٤م) (٦١)	تأثير برنامج بقرص الفيديو التعليمي على مقدرة رواد التربية الرياضية لملاحظة أداء المهارات الحركية للشباب في مرحلة المراهقة	التعرف علي تأثير البرنامج التعليمي بقرص الفيديو علي قدرة رواد التربية الرياضية علي ملاحظة أداء المهارات الحركية	المنهج التجريبي	٤١ مدرس	استخدام البرنامج التعليمي عن طريق قرص الفيديو له تأثير إيجابي علي قدرة رواد التربية الرياضية لملاحظة الأداء المهارات الحركية
٨/٣/٢/٢	ساريسكساني . إم بيتجرو . إف . Sariscsany. M Pettigrew. F (١٩٩٧م) (٦٦)	فاعلية التعليم بالفيديو التفاعلى .	طريقة المقارنة بين استخدام التعليم بالفيديو والتعليم بالطريقة التقليدية في العملية التعليمية	المنهج التجريبي	٣٠ تلميذ	البرنامج التعليمي بالفيديو كان أكثر فاعلية بالمقارنة بطرق التدريس التقليدية .
٩/٣/٢/٢	ويكستن دى إل باترسن بي Wiksten D. L. Patterson. P (١٩٩٨م) (٧٠)	مقارنة فعالية برنامج بالكمبيوتر والمحاضرة التقليدية فى تعليم التدريب الرياضى	التعرف على فاعلية البرنامج التعليمى بالكمبيوتر	المنهج التجريبي	٦٤ طالب	استخدام البرنامج التعليمي بالكمبيوتر كان ذو فاعلية بالمقارنة بالتعليم بالطريقة التقليدية

٤/٢/٢ التعليق علي الدراسات المرجعية :

يتضح من خلال عرض الدراسات والبحوث المرجعية التي أمكن الباحث التوصل إليها والتي أجريت في الفترة الزمنية من (١٩٩٠م) إلي (٢٠٠٢م) وقد بلغ عددها (٢٥) دراسة مرجعية، تم احصائها كالأتي :

- عدد (١٦) ستة عشر دراسة عربية بنسبة ٦٤% من إجمالي الدراسات المرجعية .
- عدد (٩) تسع دراسات أجنبية بنسبة ٣٦% من إجمالي الدراسات المرجعية .

ومن خلال عرض الدراسات المرجعية تبين للباحث، أن عدد الدراسات التي أجريت في مجال رياضة الجودو بلغ عددها (٧)سبع دراسات بنسبة ٢٨% من إجمالي الدراسات المرجعية كما بلغ عدد الدراسات التي أجريت باستخدام الوسائل التكنولوجيا علي أنشطة أخرى (١٨) ثمانية عشر دراسة بنسبة ٧٢% ، وقد أشارات نتائج تحليل الدراسات المرجعية إلي ما يلي :

١/٤/٢/٢ بالنسبة للمنهج المستخدم :

اتفقت غالبية الدراسات المرجعية علي استخدام المنهج التجريبي ، وذلك لملاءمته لطبيعة هدف ونوعية هذه الدراسات، حيث بلغ عددها (٢١)إحدى وعشرون دراسة ، بنسبة ٨٤% من إجمالي الدراسات المرجعية ، كما تم استخدام المنهج الوصفي لعدد (٤) أربع دراسات بنسبة ١٦% من إجمالي الدراسات المرجعية .

٢/٤/٢/٢ بالنسبة للعينة :

تراوحت حجم العينة في الدراسات المرجعية فيما بين (١ : ٣٧٢) فرد ، واختلفت نوعية العينة المستخدمة ما بين (طلاب - طالبات - لاعبين - ناشئين - معلمين)، وقد اتفقت غالبية الدراسات المرجعية، وعددها (١٤) دراسة بنسبة ٥٦% من إجمالي الدراسات في اختيارها للعينة علي نوعية (طلاب) الجامعات .

٣/٤/٢/٢ بالنسبة لوسائل الاختبارات المستخدمة في القياس :

تنوعت الاختبارات والمقاييس المستخدمة في الدراسات المرجعية تبعا لنوع ومتغيرات الدراسة ، ونجد أن بعض الدراسات قد تناولت الاختبارات المعملية والميدانية ، والبعض الأخر تناول المتغيرات البدنية والمهاريه وكذلك اختلفت أجهزة القياس المستخدمة في الاختبارات .

٤/٤/٢/٢ بالنسبة للمعالجات الإحصائية :

اختلفت وتعددت الأساليب الإحصائية المستخدمة لبيانات كل دراسة علي حـــدة إلا أنـــها اتفقت علي استخدام بعض الأساليب الإحصائية الأولية مثل (المتوسط الحســـابي - الانحـــراف المعياري)، ويرجع ذلك إلي هدف الدراسة المراد تحقيقه .

٥/٤/٢/٢ بالنسبة للنتائج :

اتضح للباحث من خلال عرض نتائج الدراسات المرجعية التـــي اســـتخدمت الوســـائل التكنولوجية في تدريس مختلف الأنشطة الرياضية، تفوق المجموعات التجريبية التي تم التدريس لها بهذه الوسائل بالمقارنة بالمجموعة الضابطة التي تـــم التدريـــس لـــها بالطريقـــة المتبعـــة (أسلوب الأوامر) ، مما أحدث تأثيرا فعالا في الارتقاء بالعملية التعليمية ،مواكبة فـــي ذلـــك التطور الحادث استخدام الوسائل التكنولوجية في العصر الحديث .

٦/٤/٢/٢ مدي استفادة الباحث من الدراسات المرجعية :

في ضوء ما أشارت إليه الدراسات المرجعية استفاد الباحث بما يلي :

- تحديد المنهج المستخدم في التجربة وكذلك تحديد حجم العينة، التي تناسب الدراسة الحالية .
- تحديد الإطار العام للدراسة الحالية وكذلك الخطوات المتبعة في إجراءات البحث سواء فـــي النواحي الفنية أو الإدارية .
- الاستفادة من كيفية الاستعانة بالأدوات والأجهزة المستخدمة .
- التعرف علي أحدث الوسائل التكنولوجية ومدى مناسبتها لتعلم الأنشطة الحركية .
- التعرف علي أنسب الأساليب والمعالجات الإحصائية للاستفادة في الدراسة الحالية .
- الاستفادة من نتائج الدراسات المرجعية في مناقشة نتائج الدراسة الحالية .