

المراجع

- أولاً : المراجع العربية .
- ثانياً : المراجع الإنجليزية .

أولاً - المراجع العربية :

- ١- إبراهيم وجيه على : علم النفس أسسه ونظرياته وتطبيقاته ، دار المعارف، الإسكندرية ، ١٩٩٨م .
- ٢- احسان مصطفى شعراوى : أساليب التعليم الفردى ، مطبعة أبو العنين، طنطا ، ١٩٩٤م .
- ٣- احمد احمد حمودة : " مظاهر الانتباه لدى لاعبي الهوكى وعلاقتها بدقة الأداء المهارى " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ، جامعة حلوان ، ١٩٩٥م .
- ٤- احمد امين فوزى : علم النفس الرياضى - مبادئه - وتطبيقاته ، الفنية للطباعة والنشر ، الإسكندرية ، ١٩٩٢م .
- ٥- احمد حسين اللقمانى : الوسائل التعليمية والمنهج الدراسى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ١٩٩١م .
- ٦- احمد عفت مصطفى : " فاعلية استخدام استراتيجيات كيلر لتفريد التعليم فى إتقان تلاميذ المرحلة الابتدائية للمهارات الأساسية فى الكسور العشرية " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية بالعريش ، جامعة قناة السويس ، ١٩٩٧م .
- ٧- احمد فتحى احمد الصواف : " أثر نمذجة مهارات تشغيل الأجهزة التعليمية باستخدام نظام التوجيه الكمبيوترى على مستوى الأداء المهارى والتحصيل المعرفى للطلاب المندفعين والمتروين بكليات التربية " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الأزهر ، ٢٠٠٠م .
- ٨- _____ : " أثر اختلاف نمط الوسائل المتعددة فى برنامج الكمبيوتر على تنمية مهارات إنتاج البرمجيات وتصميم المواقع التعليمية على شبكة الإنترنت " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة ، ٢٠٠٤م .

- ٩- اخلاص محمد عبد الحفيظ ، : التحليل الإحصائي فى العلوم التربوية . نظريات - تطبيقات - تدريبات ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة ، ٢٠٠٣ م .
- ١٠- اسامة احمد عبد العزيز احمد : " أثر برنامج تعليمى باستخدام الهبيرميديا على تعلم مسابقة الوثب العالى لدى المبتدئين " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالمنيا ، جامعة المنيا ، ٢٠٠١ م .
- ١١- السعيد محمد رشاد : إسهامات المجلس القومى للتعليم والبحث العلمى والتكنولوجيا فى صنع السياسة التعليمية وتوجيه مستقبلها فى مصر ، المؤتمر العلمى السنوى الرابع مستقبل التعليم فى الوطن العربى بين الإقليمية والعالمية ، الجزء الثانى ، كلية التربية ، جامعة حلوان ، إبريل ، ١٩٩٦ م .
- ١٢- الغريب زاهر اسماعيل : تكنولوجيا المعلومات وتحديث التعليم ، عالم الكتب للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠١ م .
- ١٣- النبوى عبد الخالق سلامة : " تأثير استخدام الحاسب الآلى متعدد الوسائط على تعلم بعض مهارات رياضة الجمباز " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ، جامعة حلوان ، ٢٠٠١ م .
- ١٤- امال ربيع كامل : " مهارات تدريس العلوم لدى معلمى الحلقة الثانية من التعليم الأساسى " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، القاهرة ، كلية التربية بالفيوم ، جامعة القاهرة ، ١٩٩١ م .
- ١٥- امانى رفعت بسيونى البحيرى : " تأثير التعلم الذكى باستخدام الحاسب الآلى على بعض مهارات المبارزة لدى المعاقين حركياً " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالمنيا ، جامعة المنيا ، ٢٠٠٢ م .

- ١٦- اماني صلاح محمد : " أثر استخدام الكمبيوتر على تنمية مهارات الرسم الهندسى والفنى لطلاب التعليم الثانوى الصناعى " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد الدراسات والبحوث التربوية ، جامعة القاهرة ، ١٩٩٧ م .
- ١٧- امل عبد الفتاح احمد سويدان : " فعالية التعلم الذاتى فى مجال التدوق الفنى عن طريق الوسائط التعليمية لدى الطلاب المعلمين " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، معهد الدراسات والبحوث التربوية ، جامعة القاهرة ، ١٩٩٧ م .
- ١٨- امين انور الخولى ، : مناهج التربية البدنية المعاصرة ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ٢٠٠١ م .
- ١٩- امين انور الخولى ، : المعرفة الرياضية الإطار المفاهيمى - اختبارات محمود عنان المعرفة الرياضية وأسس بناءها ونماذج كاملة منها ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٩٩ م .
- ٢٠- ايمان صلاح الدين صالح : " فاعلية بعض المتغيرات البنائية فى إنتاج برامج الكمبيوتر التعليمية " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة حلوان ، ١٩٩٨ م .
- ٢١- بارابارا سيلز ، : تكنولوجيا التعليم التعريف ومكونات المجال ، ترجمة بدر بن عبد الله صالح ، مكتبة الشقرى ، الرياض ، المملكة العربية السعودية ، ١٩٩٨ م .
- ٢٢- توفيق احمد مرعى ، : تفريد التعليم ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن ، ١٩٩٨ م .
- ٢٣- جابر عبد الحميد جابر : سيكولوجية التعلم ونظريات التعليم ، ط ٩ ، دار النهضة العربية ، القاهرة ، ١٩٩٩ م .
- ٢٤- _____ : استراتيجيات التدريس والتعلم ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٩٩ م .
- ٢٥- جمال احمد الخطيب : تحليل تجريبى لأثر بعض عناصر خطة كيلر على تحصيل الطلبة فى مساق جامعى ، مجلة اتحاد الجامعات العربية ، جامعة الدول العربية ، العدد الثامن والعشرون ، يناير ، ١٩٩٣ م .

- ٢٦- جوزيف ناجى اديب بقطر : " تأثير برنامج تعليمى باستخدام أسلوب الوسائط الفائقة على تعلم بعض المهارات الأساسية لتنس الطاولة للمبتدئين " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بمدينة السادات ، جامعة المنوفية ، ٢٠٠٣ م .
- ٢٧- حامد عبد السلام زهران : علم نفس النمو (الطفولة والمراهقة) ، ط ٥ ، دار الكتاب ، القاهرة ، ١٩٩٩ م .
- ٢٨- حسن حسين زيتون ، : تصنيف الأهداف التدريسية محاولة عربية ، دار المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٩٥ م .
- ٢٩- حسن محمد العارف : " بحث تجريبى لمقارنة مدى فاعلية استراتيجية بلوم وكيلر فى التعليم للإتقان فى تعلم المفاهيم العلمية لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائى " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية البنات ، جامعة عين شمس ، ١٩٩٢ م .
- ٣٠- حسين كامل بهاء الدين : التعليم والمستقبل ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٩٩ م .
- ٣١- حسين محمد سعد الدين : العملية التعليمية بين النمطية الذاتية والابتكارية الكشفية ، مجلة كلية التربية بدمياط ، العدد السابع عشر ، الجزء الأول ، جامعة المنصورة ، ١٩٩٢ م .
- ٣٢- حلمى احمد الوكيل ، : الاتجاهات الحديثة فى تخطيط وتطوير برنامج المرحلة الأولى ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٩٩ م .
- ٣٣- حنان احمد رشدى : كرة الهوكى ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، ٢٠٠٠ م .
- ٣٤- زاهر احمد زاهر : تكنولوجيا التعليم كفنسفة ونظام ، الجزء الأول ، المكتبة الأكاديمية ، القاهرة ، ١٩٩٦ م .
- ٣٥- زينب محمد امين : " أثر استخدام الهيبرميديا على التحصيل الدراسى والاتجاهات لدى طلاب كلية التربية " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية بالمنيا ، جامعة المنيا ، ١٩٩٥ م .

- ٣٦- زينب محمد امين ، : نظم تأليف الوسائط المتعددة باستخدام
نبيل جاد عزمى Authorware5 ، دار الهدى ، المنيا ، ٢٠٠١ م .
- ٣٧- سوزان بدران محمد سليمان : " فاعلية استخدام أساليب تكنولوجيا التعليم على تعلم
بعض المهارات الأساسية فى الكرة الطائرة " ، رسالة
ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ،
جامعة حلوان ، القاهرة ، ٢٠٠٢ م .
- ٣٨- سيتوارت هـ. هولس ، : سيكولوجية التعلم ، ط ٢ ، ترجمة فؤاد أبو حطب ،
هوارد إجت ، جميس ديز ، مرجعة عبد العزيز القوصى ، الدار
الدولية ، القاهرة ١٩٩٣ م .
- ٣٩- سيد عبد الوهاب عبد المعطى : " تأثير إلغاء قاعدة التسلل على فاعلية بعض المتغيرات
فى مباريات هوكى الميدان " ، رسالة ماجستير غير
منشورة ، كلية التربية الرياضية بالهرم ، جامعة
حلوان ، ١٩٩٩ م .
- ٤٠- ضياء الدين زاهر ، : التخطيط لمستقبل تكنولوجيا التعليم فى النظام
كمال يوسف اسكندر التربوى، مقالة تربوية ، مؤسسة الخليج العربى ،
القاهرة ، ١٩٩٤ م .
- ٤١- عادل السيد محمد سرايا : " فاعلية استخدام الكمبيوتر وبعض استراتيجيات التعليم
المفرد فى تنمية التحصيل الابتكارى والاتجاه نحو مادة
العلوم فى ضوء الأسلوب المعرفى لدى تلاميذ المرحلة
الإعدادية " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية
التربية ، جامعة طنطا ، ١٩٩٨ م .
- ٤٢- عبد الباسط محمد حسن : أصول البحث الاجتماعى ، ط ١١ ، مكتبة وهبة ،
القاهرة ، ١٩٩٠ م .
- ٤٣- عبد الحميد شرف : تكنولوجيا التعليم فى التربية الرياضية ، مركز الكتاب
للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠٠ م .
- ٤٤- عبد الرحمن العيسوى محمد : قضية التعليم المبرمج ، مجلة رسالة الخليج العربى،
العدد ٢٩ ، الرياض ، السعودية ، ١٩٩٠ م .

- ٤٥- عبد الرحمن عبد السلام جامل : " فاعلية الموديوالات التعليمية والنمط المعرفى فى تنمية كفايات القياس والتقويم لدى طلاب معاهد المعلمين باليمن " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة طنطا ، ١٩٩٥ م .
- ٤٦- عبد الرحمن محمد عيسى : علم النفس الفسيولوجى دراسة فى تفسير السلوك الإنسانى ، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية ، ١٩٩٤ م .
- ٤٧- عبد الرحيم احمد سلامة : أثر استخدام الموديلات التعليمية فى تدريس العلوم على التحصيل ونمو التفكير الابتكارى لتلاميذ الصف الرابع الابتدائى ، مجلة العلوم التربوية ، العدد الثالث ، كلية التربية بقنا ، جامعة أسيوط ، يونيو " ، ١٩٩٤ م .
- ٤٨- عبد السلام مصطفى عبد : فعالية استراتيجية التدريس الشخصية العلاجية فى تحصيل التلاميذ واتجاهاتهم نحو العلوم بالصف الثانى الإعدادى ، الجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس ، المؤتمر العلمى الرابع ، نحو تعليم أساسى أفضل ، المجلد الأول ، القاهرة ٣-٦ أغسطس ، ١٩٩٢ م .
- ٤٩- عبد العظيم الفرجانى محمود : تكنولوجيا المواقف التعليمية ، دار الهدى للنشر والتوزيع ، المنيا ، ٢٠٠٠ م .
- ٥٠- عدنان زيتون حيدر : التربية مجلة محكمة تصدر من اللجنة الوطنية القطرية للتربية والثقافة والعلوم ، العدد ١٠٢ ، مطابع وزارة التعليم والثقافة ، الدوحة ، قطر ، سبتمبر ، ١٩٩٢ م .
- ٥١- عفاف عبد الكريم : التدريس للتعلم فى التربية البدنية والرياضية ، منشلة المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٩٤ م .
- ٥٢- على محمد عبد المنعم على : مدخل تكنولوجيا التعليم والتجديد التربوى ، كلية التربية ، جامعة الأزهر ، القاهرة ، ١٩٩٢ م .
- ٥٣- _____ : تكنولوجيا التعليم والوسائل التعليمية ، النعنانى للتصوير وطباعة الأوفست ، القاهرة ، ١٩٩٦ م .

- ٥٤- على محمد عبد المنعم على : المستحدثات التكنولوجية فى مجال التعليم ، خصائصها ، نماذجها ، البحوث المرتبطة بها ، بحث مقدم إلى ورشة العمل المنعقدة بالكويت ، فى الفترة ٢٥-٢٨/٤/١٩٩٩ ، بعنوان التقنيات التربوية اللازمة لتطبيق المنهج الشامل الموحد فى اللغة العربية لمراحل التعليم العام فى دول الخليج العربية ، الكويت: المركز العربى للبحوث التربوية لدول الخليج مكتب التربية العربى لدول الخليج ، ١٩٩٩ م .
- ٥٥- غادة زكى محمد عبد الله : " فعالية أساليب من أساليب التعلم الذاتى فى تنمية المهارات المكتبية فى مادة السكرتارية التطبيقية العربية لدى طلاب الصف الاول الثانوى التجارى " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة عين شمس ، ١٩٩٧ م .
- ٥٦- غادة عبد الفتاح عبد العزيز : " فعالية برنامج تعلم ذاتى لتنمية مهارات إدارة الأزمات لدى معلمى التاريخ فى المرحلة الثانوية ، " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة عين شمس ، ٢٠٠٢ م .
- ٥٧- غدانة سعيد المقبل : " أثر استخدام طريقة كيلر على تحصيل الطالبات المعلمات فى مادة الجغرافيا وعلاقته بأنماط الشخصية والاتجاه نحو التعلم الذاتى " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية البنات ، جامعة عين شمس ، ١٩٨٩ م .
- ٥٨- فاطمة محمد امين : " أثر برنامج مقترح فى ضوء التعلم من اجل الإتقان على التحصيل المعرفى ، والاتجاهات نحو البيئة لدى تلاميذ الصف الاول الإعدادى " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة المنيا ، ١٩٩٨ م .
- ٥٩- فاطمة محمد عبد الرحمن : تنمية بعض مهارات الفهم فى القراءة الصامتة عند تلميذات الصف الثانى الإعدادى بدولة قطر واتجاهاتهن نحوها باستخدام أسلوب التعليم الفردى ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة عين شمس ، ١٩٩٠ م .

- ٦٠- فاطمة محمد محمد فليفل : " أثر برنامج تعليمى باستخدام أسلوب الهبيرميديا على تعلم مهارات كرة السلة لدى تلميذات الحلقة الثانية من التعليم الأساسى " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ٢٠٠٣ م .
- ٦١- فتح الباب عبد الحليم سيد : الكمبيوتر فى التعليم ، الجمعية المصرية لتكنولوجيا التعليم ، القاهرة ، ١٩٩٥ م .
- ٦٢- _____ : توظيف تكنولوجيا التعليم ، ط ٢ ، الجمعية المصرية لتكنولوجيا التعليم ، القاهرة ، ١٩٩٧ م .
- ٦٣- فؤاد ابو حطاب ، : القدرات العقلية ، ط ٦ ، الأنجلو المصرية ، القاهرة ، ١٩٩٦ م .
- ٦٤- فؤاد البهى السيد : علم النفس الإحصائى دراسة فى تفسير السلوك الإنسانى ، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية ، ١٩٩٨ م .
- ٦٥- فؤاد سليمان قلادة : استراتيجيات طرائق طرق التدريس والنماذج التدريسية ، الجزء الأول ، دار المعارف الجامعية ، طنطا ، ١٩٩٧ م .
- ٦٦- كرم لويىز شحاته : فعالية استخدام استراتيجية كيلر فى تفريد التعليم لتدريس بعض المهارات الرياضية الأساسية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى ، مجلة بحوث الرياضة ، الجزء الأول ، العدد الرابع ، كلية التربية الرياضية بأسيوط ، جامعة أسيوط ، ١٩٩٤ م .
- ٦٧- كمال عبد الحميد زيتون : تكنولوجيا التعليم فى عصر المعلومات والاتصالات ، عالم الكتب ، القاهرة ، ٢٠٠٢ م .
- ٦٨- كمال يوسف اسكندر : مقدمة فى التكنولوجيا التعليمية ، مكتبة الفلاح ، الكويت ، ١٩٩٤ م .
- ٦٩- ليلى عبد العزيز زهران : الأصول العلمية والفنية لبناء المناهج فى التربية الرياضية ، دار زهران للنشر والتوزيع ، القاهرة ، ١٩٩٩ م .

- ٧٠- ماجدة ابو جابر : تصميم التعليم مفهومه وأسس ومبادئه ، تكنولوجيا التعليم سلسلة دراسات وبحوث ، الجمعية المصرية لتكنولوجيا التعليم ، المجلد الخامس ، القاهرة ، ١٩٩٥ م .
- ٧١- ماجدة على محمد : الاستقلال - الاعتماد الإدراكي وأثره على التعلم الذاتى لوثية الفجوة فى الجباز الإيقاعى باستخدام الكتيب المبرمج ، مؤتمر تطوير استراتيجيات التعلم الدولى للارتقاء بمهنة التربية الرياضية والترويح فى القرن الواحد والعشرين ، المجلد الثانى ، كلية التربية الرياضية بالمنيا ، جامعة المنيا ، ١-٧ يوليو ، ١٩٩٩ م .
- ٧٢- ماهر ابراهيم ميخائيل : " كفاءة استخدام الكمبيوتر فى تنمية المهارات الهندسية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية بالإسماعيلية ، جامعة قناة السويس ، ١٩٩٧ م .
- ٧٣- محمد السيد على : فعالية أسلوب الموديلات على تحصيل طلاب الدراسات العليا بكليات التربية واتجاهاتهم نحو مادة المناهج ، مجلة كلية التربية ، جامعة المنصورة ، المجلد الثانى ، العدد ١٥ ، جامعة المنصورة ، يناير ١٩٩٧ م .
- ٧٤- محمد العربى شمعون : التدريب العقلى فى المجال الرياضى ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٩٨ م .
- ٧٥- محمد حسن علاوى : علم النفس الرياضى ، ط ٨ ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٩٢ م .
- ٧٦- محمد حسن علاوى ، : الهوكى ، ط ٢ ، مطبعة التقدم ، القاهرة ، ١٩٩٦ م .
منير جرجس
- ٧٧- محمد رضا البغدادى : الأهداف والاختبارات فى المناهج وطرق التدريس بين النظرية والتطبيق ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٩٨ م .

- ٧٨- محمد رضا البغدادي : تكنولوجيا التعليم والتعلم ، دار الفكر العربي ، القاهرة، ١٩٩٨ م .
- ٧٩- محمد سعد زغلول ، : تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام أسلوب الوسائط المتعددة على جوانب التعلم لمهارة الوثب الطويل لتلميذات المرحلة الثانوية ، مجلة نظريات وتطبيقات ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، العدد ٤٩ ، ٢٠٠٣ م .
- ٨٠- محمد سعد زغلول ، : برنامج تعليمي باستخدام الوسائط المتعددة على جوانب التعلم في كرة السلة لتلميذات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي ، المجلة العلمية للتربية البدنية ، العدد ٢٢ ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية ، ٢٠٠٢ م .
- ٨١- محمد سعد زغلول ، : تصميم وإنتاجية برمجية كمبيوتر تعليمية متعددة بتقنية الهبرميديا وأثرها على جوانب التعلم لمهارات ضربات الكرة بالرأس لطلبة كلية التربية الرياضية بطنطا ، مجلة نظريات وتطبيقات ، العدد ٤٨ ، كلية التربية الرياضية للبنين بأبو قير بالإسكندرية ، ٢٠٠٣ م .
- ٨٢- محمد سعد زغلول ، : دراسة تحليلية لجوانب المجال المعرفي لمناهج التربية الرياضية بمراحل التعليم العام ، بحث منشور ، مجلة علوم الرياضة ، المجلد التاسع ، العدد الثالث عشر ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ١٩٩٧ م .
- ٨٣- محمد سعد زغلول ، : تكنولوجيا إعداد معلم التربية الرياضية ، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية ، الإسكندرية ، ٢٠٠١ م .
- ٨٤- _____ : تكنولوجيا إعداد وتأهيل معلم التربية الرياضية ، ط٢ ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ، الإسكندرية ، ٢٠٠٤ م .

- ٨٥- محمد سعد زغلول ، : موسوعة التدريب الميدانى للتربية الرياضية ، مركز
مكارم ابو هرجه ،
رضوان محمد رضوان
الكتاب للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠٠ م .
- ٨٦- محمد سعد زغلول ، : تكنولوجيا التعليم وأساليبها فى التربية الرياضية ،
مكارم حلمى ابو هرجه ،
هاتى سعيد عبد المنعم
مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠١ م .
- ٨٧- محمد صبحى حسنين : القياس فى التربية البدنية والرياضية ، الجزء الأول ،
دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٩٥ م .
- ٨٨- محمد عطية خميس : منتوجات تكنولوجيا التعليم ، مكتبة دار الكلمة ،
القاهرة ، ٢٠٠٣ م .
- ٨٩- محمد على السيد : الوسائل التعليمية تكنولوجيا التعليم ، دار الشروق ،
عمان ، ١٩٩٧ م .
- ٩٠- محمد محمد الشحات : المبادئ الأساسية للألعاب الجماعية (الهوكى) ،
مطبعة الشروق ، المنصورة ، ١٩٩٤ م .
- ٩١- محمد محمد الشحات ، : الأسس العلمية فى هوكى الميدان ، مطبعة الأمل ،
الزقازيق ، ٢٠٠٠ م .
- ٩٢- محمد محمد المقدم : " إعداد برنامج فى تكنولوجيا التعليم قائم على الكفايات
وتحديد فعاليته باستخدام التعليم الفردى لطلاب كليات
التربية " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية
التربية ، جامعة الأزهر ، ١٩٩١ م .
- ٩٣- محمد محمد الهادى : استخدام تكنولوجيا المعلومات لتعزيز عملية التدريس
والتعلم ، تكنولوجيا التعليم ، سلسلة دراسات وبحوث ،
مج ٧ ، الكتاب الثانى ، القاهرة ، ١٩٩٧ م .
- ٩٤- محمد محمود الحياطة : " اثر نظام التعليم الشخصى فى تحصيل طلاب الصف
العاشر فى مادة الجغرافيا " ، رسالة ماجستير غير
منشورة ، جامعة اليرموك ، اربد ، الأردن ، ١٩٩٣ م .
- ٩٥- _____ : " أثر التعليم الفردى فى تحصيل طلبة الصف السابع
فى مادة العلوم (دراسة مقارنة) " ، رسالة دكتوراه
غير منشورة ، الخرطوم ، السودان ، ١٩٩٦ م .

- ٩٦- محمد محمود الحيلة : التكنولوجيا التعليمية والمعلوماتية ، دار الكتاب الجامعى ، العين ، الإمارات العربية المتحدة ، ٢٠٠١م .
- ٩٧- محمد محمود توفيق ابو الحمد : " اثر برنامج تعليمى باستخدام الـهيبيرميديا باستخدام الـهيبيرميديا على تعلم بعض مهارات كرة اليد لدى طلبة المرحلة الثانوية بمحافظة المنيا " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالمنيا ، جامعة المنيا ، ٢٠٠٣م .
- ٩٨- مدحت عزمى عياد : أثر استخدام الموديولات فى تنمية التربية العملية لتلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسى ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية بالفيوم ، جامعة القاهرة ، ١٩٩٩م .
- ٩٩- مصطفى حسين باهى : المعاملات العلمية العملية بين النظرية والتطبيق ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٩م .
- ١٠٠- مصطفى عبد السميع محمد : تكنولوجيا التعليم دراسات عربية ، تحرير مصطفى عبد السميع ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٩م .
- ١٠١- مصطفى عبد السميع محمد ، محمد لطفى جاد ، صابر عبد المنعم محمد : الاتصال والوسائط التعليمية قراءات أساسية للطلاب المعلم ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠١م .
- ١٠٢- مفتى ابراهيم حماد : المهارات الرياضية أسس التعلم والتدريب والدليل المصور ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠٢م .
- ١٠٣- مكارم حلمى ابو هرجه ، محمد سعد زغلول : مشكلات مناهج التربية الرياضية المدرسية التشخيصى والعلاج ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠٠م .
- ١٠٤- منذر محمد كمال قبساتى : " أثر استخدام مدخلين فى تدريس الرياضيات باستخدام الكمبيوتر على تحصيل تلاميذ الصف الأول الإعدادى واستبقاء أثر تعلمهم لهما واتجاهاتهم نحوها" ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، معهد الدراسات والبحوث التربوية ، جامعة القاهرة ، ١٩٩٩م .

- ١٠٥- ميرفت سمير حسين سيد : " فعالية برنامج تعليمى مقترح باستراتيجيه كيلر (تفريد التعليم) باستخدام الوسائط المتعدده على تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنيا " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ٢٠٠٣م .
- ١٠٦- نادية عبد العظيم محمد : الاحتياجات الفردية للتلاميذ وإتقان التعلم ، دار المريخ، الرياض ، ١٩٩١م .
- ١٠٧- نبيلة محمد حسن : " دراسة لفاعلية استخدام الوسائط المتعدده التعليمية المتكاملة وغير المتكاملة والتقليدية فى تدريس مهارات البالية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية ، جامعة حلوان ، ١٩٩١م .
- ١٠٨- نهى فتحى احمد صالح : " برنامج ترويحى ثقافى باستخدام الـهبرميديا على الثقافة الترويحوية الخلوية " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ٢٠٠٣م .
- ١٠٩- هاشم محمد ابراهيم : " أثر تغير تسلسل الأمثلة والتشبهات فى برامج الكمبيوتر متعددة الوسائط على تحصيل المستقلين والمعتمدين إدراكياً لمفاهيم تكنولوجيا الوسائط المتعدده، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الأزهر ، ٢٠٠٠م .
- ١١٠- هالة محمد توفيق : " فعالية استخدام استراتيجيات تعلمية مختلفة لتنمية بعض مهارات عمليات التعليم الاساسية فى تدريس العلوم لدى تلاميذ مدارس النور الابتدائية " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، معهد البحوث والدراسات التربوية ، جامعة القاهرة ، ٢٠٠٠م .
- ١١١- هدى محمود الكاشف : استراتيجيات التعلم والتعليم فى الطفولة المبكرة ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٩٣م .

- ١١٢- هـاء محمد جمال الدين : برنامج وسائط فائقة لتنمية بعض القيم البيئية لدى تلميذات المرحلة الابتدائية بالمملكة العربية السعودية، مجلة العلوم التربوية ، معهد الدراسات التربوية ، جامعة القاهرة ، يناير ، ٢٠٠٤ م .
- ١١٣- وفاء صلاح الدين إبراهيم : " أثر اختلاف التفاعل فى برامج الوسائل المتعددة الكمبيوترية على تحصيل طلاب كلية التربية فى تكنولوجيا التعليم ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة المنيا ، ١٩٩٩ م .
- ١١٤- وفيقة مصطفى سالم : تكنولوجيا التعليم والتعلم فى التربية الرياضية ، الجزء الأول ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، ٢٠٠١ م .
- ١١٥- وليم تادرس عبيد ، : تطبيقات معاصرة رؤى تربوية للقرن الحادى والعشرين ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة ، ١٩٩٤ م .
- ١١٦- يحيى محمد لطفى : فعالية الوحدات الصغيرة فى إكساب الطلاب المعلمين المتعاونين والمتنافسين مهارات صياغة وتصنيف مستويات الأهداف الإجرائية لمادة التاريخ ، دراسات فى المناهج وطرق التدريس ، العدد ٢٥ ، الجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس ، إبريل ، القاهرة ، ١٩٩٤ م .
- ١١٧- يسرى طه محمد دنيور : " فاعلية استخدام الكمبيوتر فى التحصيل الأكاديمى وتنمية القدرات الابتكارية بجانبها المعرفى والوجدانى فى الفيزياء لدى طلاب المرحلة الثانوية " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة طنطا ، ١٩٩٨ م .
- ١١٨- يعقوب حسين نشوان : التعليم المفرد بين النظرية والتطبيق ، دار الفرقان للنشر والتوزيع ، الأردن ، عمان ، ١٩٩٤ م .

ثانياً - المراجع الأجنبية :

- 119- *Australian Hockey Association* : Coaching Hockey, the Australian way yenwick pride, pty, itd, Mellourne, 1984.
- 120- *Bunzel , Mark, J. & Morris , Sandra, K.* : Multimedia Applications Development, second Edition, New York: Mc GrawHill. 1994
- 121- *Callahan , Connie and smith, Richardm .* : Keller,s personalized system of Instruction in a Junior highgiftted program roeper review , 13 (1) 39 – 44, 1990
- 122- *Cregga , Ronald, And metzle* : Pst Bn a callge and Metclen , Michal : physical educatuin Badic imituctional Pagam , Eduectiareel technalagy Magazine , 32 (8) 51 , 1992 .
- 123- *Dastbaz , M.,* : Designing interactive multimedia systems, UK: Mc Graw . Hill, Education limited. 2003
- 124- *David, H. Jonassen,* : . Hypertext/ Hypermedia, second edition, New Jersey: Englewood cliffs. 1992
- 125- *Diane, M. Gyeski* : Multimedia for learning development, Application, evaluation, New Jersey Englewood cliffs .1993
- 126- *Dillon, A., M cknight , c., and Richard son, J.,* : Hypertext: A psychological perspective, chichester, England: Ellis Horwood. Limited, pp. 169 -191. 1993
- 127- *Doran, M. S. & Klein, J. D.* : The efficts of learning structures on Student achievement and attitude using a computer simulation In proceedings of selected research and development presentations at the 1996 national convertior. of the association for educational commication and technology, 18th, indianaplois, 9 IN, 1996.
- 128- *E dJalali . Mohammad* : The effects of competency – Based Mastery learning on Aptitud, Motivation self – esteem and math anxoeity (university of kentucky) dissertation abstract international, 51 (7) 2237– A. 1991
- 129- *Eliens , A.,* : Deja -vu –Distributed Hypermedia Application framework, Netherlands Amsterdam, vrije universities Dept. of Mathematics and computer science.1993

- 130- *Eva, m. b* : The effects of liner vs, non linear computer assisted instruction on beginning reading skills of scond grade , student, mal . vol , 32 , no 3 , 2000
- 131- *Fell, T. P;* : The Keller plan in nurse education, Journal of vocational aspect of education, Vol. 41, No. 109, Aug, 1989.
- 132- *Frenrich, P.* : Practical guidelines for creating instructional multimedia applications. U. S. A.: Harcourt Brace college publishers, 1997.
- 133- *Fincher , A . L* : Effect of learning style on cognitive and psychomotor achievement and Retention when using linear and interachive vido, diss, Abst. inter . Vol . 56 , No . 6 , December - 1995.
- 134- *G . deadman,* : An analysis of pupils reflective writing with in A hypermedia framework, Journal of computer Assisted learnig vol , 15 , No , March , p.p – 16 – 25/ <http://erichae.net/ericdcdled454831.htm> . 1997
- 135- *Hannafin , R., & sorenye , w* : Technology in classroom, the teachers new role and Resistance toit, Education Technology, p . p 26 . 31, 1993.
- 136- *Hardman, L., Bullterman, D. C. A ., van Rossum G.,* : The Amsterdam hypermedia model: extrending heper text to support real multimedia (report cs-rg306), the Netherland, 1993.
- 137- *Hof Stetter, F.* : Multimedia Literacy, New York: Mc Grqw-Hill, 1995.
- 138- *Hopper , Simon ,* : Authorware: an introduction to multimedia for use with Authorware, U.S.A., New Jersey: prentice_Hall. 1997
- 139- *J ordan lois – E* : A study of learning styles the importance of individual learning preference the importance of individual learning preference the procedures to Accomodate those preferences. u.S.t Tennesse (1993)
- 140- *J. Emck and M.G Ferguson – Hessler* : A computer – Manged Kelle plan (electricity and magnetum) iop electronic journal, plyicosics Education, Tech univ of einrdhoven, Netherland, <Http://www.iop.org/fy/abstract/loo31>, 2000.
- 141- *Johanlow* : How to coach Hockey willow books, william collinis sons coltd, toronto, Jihom, Esbtg, 1990.

- 142- *Jonathan d.; glazewsti . Klista* : Hypermedia -- based problem based learning in the upper elementary grades: A developmental study research report; conference paper <http://erica.Net/ericdc/ed455760.htm> p.p (150), 2000
- 143- *Kappe, F., Maurer, H., sherbakov , N. ,* : Hyper-GA universal Hypermedia system Austria: institute for foundations of information processing and computer Supported New media (11 CM), G raz uni. of Technology 1993.
- 144- *Kevin Oliver* : Personalized system of instruction, www.keo.com. 2000.
- 145- *Kuliok , C., Baergert Driwns,r.* : Effectiveness of Mastery learning programs Ameta – Analysis “ Review/of Educational research, Vol . 60 , No 2 , pp. 266 –2901993
- 146- *Mc sparin Brend M., and other* : Student attitudes about a self-paced undergraduate statistics class paper presented at the mid-south Educational Research, 56-60 p Association Annuals Meeting (New orleans , la November, 14. 1990
- 147- *Mclaughlin . T. F* : Use of a personalized system of instruction without a same-day retake contingency on spelling performance of behaviorally of disordered children. Behavioral Disorders, 16 (2), 127-139, 1991
- 148- *Michael , N. louka ,* : A Review of Hypermedia Methodologies and Techniques, Dept of Mathematical and computing sciences, university of Surrey, UK . Available at <http://www.Ia.hiof.no/~michaell/home/hypermedia/review.html> . 2000
- 149- *Michelle , A .,* : Integrating Hypermedia to classroom instruction : Developing Non-linear Teaching style, Grand center for publications and Administration, saint -Germain, California State: University long Beach, p. p. 1. g. 1999
- 150- *Mott, michael se th, klomes Geannine M .* : The synthesis of writing. workshop and hypermedia – Authoring. [Http://eric.syr-edu/Eric,Ed458043](http://eric.syr-edu/Eric,Ed458043), 2001
- 151- *NaJJar Lawrence J. ,* : Multimedia information and learning, Journal of Educational Multimedia and Hypermedia, vol. 5, pp. 129–150. Available at http://multimedia_and_learning_html, 1996.
- 152- *Orson , Kellogg ,* : Authorware 5 Aata in Authorized U.S.A., Berkeley: Macromedia. 1999

- 153- *Paivio, A., Mental Representat* : A dual coding Approach , New York : Oxford university Press, 1991
- 154- *Passerini , Katia F Granger , Mary . l.* : Designing Multimedia for Educational Tourism in an Educational setting . <http://ericir.syr.edu/EricED422934>, 1997
- 155- *Peach , a. g* : the effect of knowledge and type of instructional objective on international learning with world wide web-based linear and hypermedia instruction dal . noi . 57 . no . h , may 1997 .
- 156- *Piiter , keiko Murata* : A comparison of traditional with self-paced instruction in computer literacy. (M. E. D. Masters university of Nevada, Reno) Masters Abstracts , 29 (3) 361 A. 1990
- 157- *Preece, I., & others* : Interaction Design, John Wiley Sons. Inc, 2002.
- 158- *Rae, A.;* : Self-paced learning With video for undergraduates Multimedia Kellerplan, British Journal of educational technology, vol. 24, No. 1, 1993.
- 159- *Reif, F. Scott, L. A.* : Student and computers caching each other- a method for teaching important thinking skills. Paper presented at the annual meeting of the American educational research association, Chicago: March 24-28, 1997.
- 160- *Rutledge & Hard man,* : A framework for generating adaptable hypermedia documents, the fifth ACM Press, Proceedings, Nov. 9 - 13, Seattle, Washington , U. S. A. 1997.
- 161- *Schroeder , Eileen E.* : Interactive Multimedia computer systems, ERIC: ED 340388, <http://ericir.syr.edu/EricED422554>, 1991
- 162- *Schwabe , D., & Rossi, C.,* : the object oriented hypermedia design model (oohdm), Available at: <http://www.inf.pucrio.br/~schwabe> (7-19) 2002.
- 163- *Spencer , ken* : Modes, media and methods : the search for educational effectiveness. British Journal of Education Technology, 23 (1) 13-21 . 1991
- 164- *Stein, Julian* : Practical new technologies in physical Education at George Mason university v: s virginia spo. 1996. P, 22 (4).
- 165- *T. t - cockerton R . shimell* : Evaluation of hypermedia document as a learning tool, Journal of computer assisted learning, vol 13, no. z, 1 June, 1997. p.p 137.

- 166- *Vockell, E. I & Schwartz, E. M.* : it the computer in the class room , New York ., Michell, Mc Grow-Hill 1992.
- 167- *Williamson, V. M & Abraham, M. R* : The effects of computer animation on the particulate mental models. Journal of research in science teaching vol. 23, No. 5, P.P. 521-534, 1995.
- 168- *wings cheung* : What Teacher Need to Know about Hypermedia. P. p. 7-14 [Http://google. com](http://google.com) New media site go, 2000
- 169- *Zeiliger, R. ,* : Conceptmap based navigation in educational hypermedia: a case study, technologie de l, education (STE), Bd. Rectcrat, 5 b32, universite de liege au start – tilman, 4000 liege Belgique : Rpeeters , vml . ulg . a c . Be, 2002
- 170- *Zencius, Arnie, H.* : Apersonalized system of instruction for teaching checking account skills to adults with mild disabilities. Journal of applied behavior analysis, 23 (2) , 245 –252, 1990

الملحقات

- ملحق (أ) : استمارة استطلاع رأى حول البرنامج التعليمى المقترح .
- ملحق (ب) : أسماء الخبراء .
- ملحق (ج) : السيناريو .
- ملحق (د) : دليل البرمجية .
- ملحق (هـ) : اختبار كاتل للقدرات العقلية
- ملحق (و) : اختبارات القدرات البدنية لرياضة الهوكى .
- ملحق (ز) : اختبارات مستوى الأداء المهارى
- ملحق (ح) : الصورة المبدئية لاستمارة تقييم شكل الأداء الفنى لبعض مهارات الهوكى .
- ملحق (ط) : الصورة النهائية لاستمارة تقييم شكل الأداء الفنى لبعض مهارات الهوكى .
- ملحق (ي) : الصورة المبدئية لاختبار التحصيل المعرفى فى مهارات الهوكى .
- ملحق (ك) : الصورة النهائية لاختبار التحصيل المعرفى ومفتاح التصحيح فى مهارات الهوكى .
- ملحق (ل) : الصورة المبدئية لاستمارة استطلاع رأى الخبراء فى بنود استبيان الآراء وانطباعات الطالبات نحو استراتيجية كيلر (تفريد التعليم) باستخدام الهيبرميديا
- ملحق (م) : الصورة النهائية لاستمارة استطلاع رأى الخبراء فى بنود استبيان الآراء وانطباعات الطالبات نحو استراتيجية كيلر (تفريد التعليم) باستخدام الهيبرميديا
- ملحق (ن) : استمارة حضور الطالبات أثناء تطبيق التجربة
- ملحق (س) : صور لبعض شاشات البرمجية
- ملحق (ع) : الوحدات التعليمية

ملحق (أ)

استمارة استطلاع رأى حول البرنامج

التعليمى المقترح

جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

الدراسات العليا - دكتوراه

السيد الأستاذ الدكتور /

تحية طيبة وبعد

تقوم الباحثة بإجراء دراسة للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة فى التربية الرياضية
بعنوان :

**” فعالية برنامج تعليمى مقترح باستراتيجية كيلر (تفريد التعليم) باستخدام الهيرميديا
على تعلم بعض مهارات الهوكى لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا ”**

وحيث أن سيادتكم من الخبراء فى هذا المجال لذا ترجو الباحثة من سيادتكم التكرم بإبداء
الرأى حول هذا البرنامج وإبداء أى ملاحظات قد تجدونها مفيدة لهذه الدراسة .

وتفضلوا سيادتكم بقبول فائق الشكر ومحظيهم الاحترام

الباحثة

سالى محمد عبد اللطيف

المدرس المساعد بقسم المناهج وطرق التدريس

كلية التربية الرياضية

جامعة طنطا

بيانات خاصة بالخبير :

الاسم :

الدرجة العلمية :

القسم :

كلية : التربية الرياضية (بنين / بنات)

جامعة :

أولاً: الهدف العام للبرنامج :

م	الهدف العام	رأى الخبير	
		نعم	لا
	<p>هل توافق سيادتكم على أن يكون الهدف العام للبرمجية :</p> <p>هو معرفة أثر استراتيجية كيلر (تفريد التعليم) باستخدام الهيبرميديا على تعلم بعض مهارات الهوكى لدى طالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا وينسب منها : هدف عام معرفى ، هدف عام مهارى ، هدف عام وجدانى</p> <p>هدف عام معرفى ويتمثل فيما يلى :</p> <p>إكساب الطالبات المعلومات من " معارف ومفاهيم وحقائق وقوانين " مرتبطة بتاريخ وقوانين رياضة الهوكى وبعض مهارات الهوكى قيد البحث .</p> <p>هدف عام مهارى ويتمثل فيما يلى :</p> <p>إكساب الطالبات كيفية أداء المهارات التالية بإتقان : مهارة دفع الكرة Push ، مهارة نظر الكرة Flick ، مهارة غرف الكرة Scoop ، مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح Hitt</p> <p>هدف عام وجدانى :</p> <p>إكساب الطالبات آراء واتجاهات إيجابية نحو استخدام استراتيجية كيلر (تفريد التعليم) باستخدام الهيبرميديا فى تعلم بعض مهارات الهوكى قيد البحث .</p>		

ثانياً : ترجمة الأهداف العامة للبرنامج التعليمى وصياغتها فى صورة سلوكية إجرائية لمستويات الطالبات الثلاثة (المنخفض - المتوسط - المرتفع):

م	الهدف العام	رأى الخبير	
		نعم	لا
	<p>تم تحديد الأهداف لكل مستوى على حدة وصياغتها فى شكل سلوك نهائى يمكن ملاحظته وقياسه أى يجب أن يدل الهدف على وصف النتيجة التى يجب أن تكون عليها الطالبة نتيجة مرورها بخبرات تعليمية محددة اكتسبتها خلال البرنامج التعليمى كالتالى :</p>		
أ-	الأهداف السلوكية المعرفية للطالبات ذات المستوى المنخفض :		
١-	أن تعرف الطالبة معلومات عن وقفة الاستعداد الصحيحة ومسك المضرب أثناء أداء مهارات الهوكى قيد البحث .		

م	الأهداف السلوكية الإجرائية		رأى الخبير	
	لا	نعم	لا	نعم
٢-				
٣-				
٤-				
٥-				
٦-				
٧-				
٨-				
٩-				
١٠-				
ب-				
١-				
٢-				
٣-				
٤-				
٥-				
٦-				

م	الأهداف السلوكية الإجرائية	رأى الخبير	
		نعم	لا
٧-	أن تحدد الطالبة المسافة المناسبة لارتفاع الكرة في مهارتي نظر ، وغرف الكرة .		
٨-	أن تعرف الطالبة كيف تنمي جوانبها العقلية كتركيز الانتباه والإدراك والتذكر عند أداء مهارات الهوكي قيد البحث .		
٩-	أن توضح الطالبة المشاكل التي تواجهها أثناء أداء مهارات الهوكي قيد البحث .		
ج-	الأهداف السلوكية المعرفية للطالبات ذات المستوى المرتفع :		
١-	أن تعرف الطالبة كيفية المفاضلة بين إحدى مهارات الهوكي قيد البحث ومهارات أخرى سبق تعلمها .		
٢-	أن توضح الطالبة كيف تستثمر الجهد المبذول أثناء أداء مهارات الهوكي قيد البحث .		
٣-	أن توضح الطالبة المشاكل التي تواجهها أثناء أداء مهارات الهوكي قيد البحث وتجد الحلول المناسبة لها .		
٤-	أن تفرق الطالبة بين الأداء الصحيح والأداء الخاطئ مهارات الهوكي قيد البحث .		
٥-	أن تعرف الطالبة كيفية ابتكار بعض التدريبات المساعدة عند تعلم مهارات الهوكي قيد البحث .		
٦-	أن تذكر الطالبة ما شاهدته في البرمجية وتتمكن من شرح مهارات الهوكي قيد البحث بأسلوبها شرحاً صحيحاً وكذلك التدرج بالمهارات للوصول إلى إتقانها .		
٧-	أن تحدد الطالبة نواحي القوة لديها فتدعمها والضعف فتعالجها عند أداء مهارات الهوكي قيد البحث .		
٨-	أن تذكر الطالبة رأيها في البرمجية التعليمية المستخدمة في تعلم مهارات الهوكي قيد البحث .		
أ-	الأهداف السلوكية المعرفية للمهارات للطالبات ذات المستوى المنخفض:		
١-	أن تستطيع الطالبة تنفيذ التعليمات الموجه إليها من المعلمة أثناء أداء مهارات الهوكي قيد البحث .		
٢-	أن تؤدي الطالبة مهارات الهوكي قيد البحث بكرة تنس ثم بكرة هوكي بالطريقة الصحيحة .		

م	الأهداف السلوكية الإجرائية		رأى الخبير	
	لا	نعم	لا	نعم
٣-		أن تستطيع الطالبة أداء مهارات الهوكى قيد البحث بالطريقة الصحيحة من مسافة ٥ ياردة .		
٤-		أن تؤدي الطالبة مهارة دفع الكرة ، ضرب الكرة بالوجه المسطح بالطريقة الصحيحة من مسافة ٧ ياردة بحيث تمر من أسفل حاجز ومهارة نظر الكرة وغرف الكرة من مسافة ١٠ ياردة بحيث تمر من أعلى حاجز .		
٥-		أن تؤدي الطالبة مهارات الهوكى بالطريقة الصحيحة قيد البحث من الثبات ثم من الحركة .		
٦-		أن تؤدي الطالبة التمرينات المخصصة لكل مهارة من مهارات الهوكى قد البحث بمستوى الإتقان المطلوب .		
٧-		أن تتمكن الطالبة من أداء مهارات الهوكى قيد البحث بالطريقة الصحيحة عقب الجرى لمسافة محددة .		
٨-		أن تستطيع الطالبة أداء مهارات الهوكى قيد البحث من مسافة ١٥ ياردة عقب الجرى ٣٠م بالطريقة الصحيحة .		
٩-		أن تتمكن الطالبة من أداء مهارات الهوكى قيد البحث بالطريقة الصحيحة فى وجود زميلة المسافة بينهما ١٠ ياردة .		
١٠-		أن تؤدي الطالبة مهارات الهوكى قيد البحث بالطريقة الصحيحة فى وجود زميلة المسافة بينهما ٢٠ ياردة .		
١١-		أن تستطيع الطالبة دفع ، نظر ، غرف ، ضرب عدد ١٠ كرات متتالية بالطريقة الصحيحة .		
ب-		الأهداف السلوكية المعرفية للمهارات للطالبات ذات المستوى المتوسط:		
١-		أن تؤدي الطالبة مهارات الهوكى قيد البحث فى وجود أكثر من زميلة بالطريقة الصحيحة .		
٢-		أن تطبق الطالبة وتنفذ ما تعلمته وتؤدي مهارات الهوكى قيد البحث بدقة وانسيابية.		
٣-		أن تستطيع الطالبة أداء مهارات الهوكى قيد البحث بالطريقة الصحيحة فى اتجاه محدد .		
٤-		أن تستطيع الطالبة التحكم فى أجزاء جسمها أثناء أداء مهارات الهوكى قيد البحث.		

م	الأهداف السلوكية الإجرائية		رأى الخبير	
	لا	نعم	لا	نعم
٥-				
٥-				
٦-				
٧-				
٨-				
٩-				
١٠-				
ج-				
١-				
٢-				
٣-				
٤-				
٥-				
٦-				
٧-				

ثالثاً - أسس وضع البرنامج المقترح لمستويات البحث الثلاث (المستوى المنخفض -
المستوى المتوسط - المستوى المرتفع) :

م	أسس البرنامج	رأى الخبير	
		نعم	لا
١-	أن يراعى خصائص الطالبات واحتياجاتهن البدنية والنفسية .		
٢-	أن يتناسب محتوى البرنامج مع مستوى الطالبات .		
٣-	أن يتميز البرنامج بالبساطة والسهولة والبعد عن التعقيد .		
٤-	أن يراعى خصائص الطالبات واحتياجاتهن البدنية والنفسية وذلك للمستويات الثلاثة.		
٥-	أن يناسب محتوى البرنامج أهدافه وذلك للمستوى (المنخفض - المتوسط - المرتفع) .		
٦-	أن يناسب محتوى البرنامج مع مستوى الطالبات (المنخفض - المتوسط - المرتفع) .		
٧-	أن تتميز البرمجية بالبساطة والسهولة والبعد عن التعقيد .		
٨-	أن يساعد البرنامج على تحقيق مبدأ التفاعلية بين الطالبات ذات المستوى (المنخفض - المتوسط - المرتفع) وبين البرنامج .		
٩-	أن يراعى توفير المكان والإمكانيات المناسبة لتنفيذ البرنامج .		
١٠-	أن يراعى عوامل الأمن والسلامة حرصاً على سلامة الطالبات .		
١١-	أن يكون البرنامج فى مستوى قدرات الطالبات ذات المستوى (المنخفض - المتوسط - المرتفع) .		
١٢-	أن يكون البرنامج بعيداً عن الملل وتجذب اهتمام الطالبات لموضوع التعلم .		
١٣-	أن يساعد البرنامج على تقوية روح التعاون بين كل مستوى والمنافسة بين المستويات (المنخفض - المتوسط - المرتفع) .		
١٤-	أن يكسب البرنامج الطالبات القدرة على استخدام الحاسب الآلى .		
١٥-	أن يتحدى محتوى البرنامج قدرات الطالبات ذات المستوى (المنخفض - المتوسط - المرتفع) بما يسمح لكل مستوى بإثارة دافعيتهم للتعلم والابتكار كلاً حسب مستواه .		

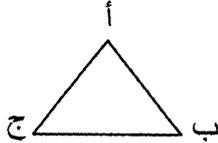
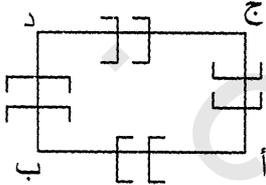
م	أسس البرنامج	رأى الخبير	
		نعم	لا
١٦-	أن يتيح البرنامج فرص الاشتراك والممارسة لكل الطالبات في وقت واحد .		
١٧-	أن يراعى البرنامج إشباع حاجة الطالبات ذات المستوى (المنخفض - المتوسط - المرتفع) من الحركة والنشاط .		
١٨-	أن يحقق الشعور بالسعادة والتجديد لرتابة الأسلوب التقليدى فى التدريس والتشويق لكل الطالبات سواء المستوى (المنخفض - المتوسط - المرتفع) .		
١٩-	أن يراعى مبدأ التدرج فى محتوى البرنامج من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب .		
٢٠-	أن يراعى مبدأ الفروق الفردية بين الطالبات .		
٢١-	أن يحقق محتوى البرنامج تكامل شخصية الطالبات من حيث علاقتها بذاتها وعلاقتها بزميلاتها.		
	ملحوظة : إذا كان المطلوب إضافة بعض الأسس فما الأسس التى ترى سيادتكم أنها مناسبة لهذا البحث		

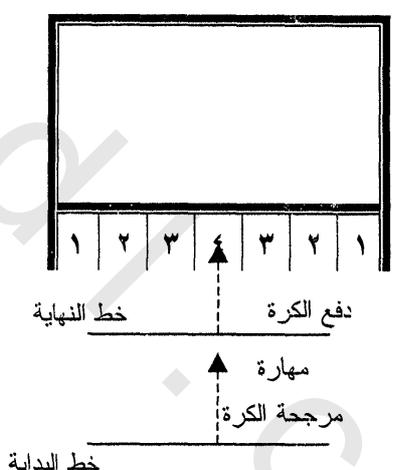
رابعاً - محتوى البرنامج :

هل توافق سيادتكم على أن يكون محتوى البرمجية المقترحة على النحو التالي :
مهارة الدفع **Push** ، مهارة النظر **Flick** ، مهارة الغرف **Scoop** ، مهارة ضرب الكرة
بالوجه المسطح فى الهوكى بداخل الهيبرميديا **Hypermidia** على النحو التالى :

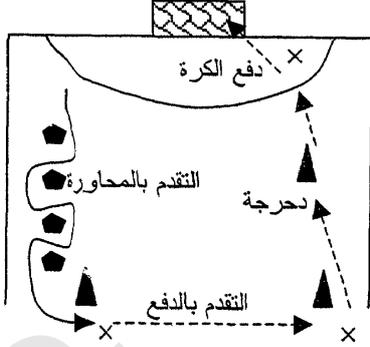
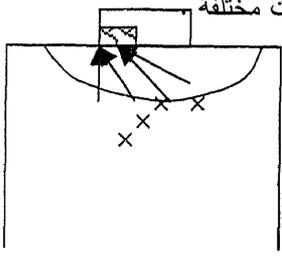
رأى الخبير		الأهداف السلوكية	المستوى المنخفض	المهارة
لا	نعم			
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة معلومات عن وقفة الاستعداد الصحيحة ومسك المضرب الصحيح أثناء أداء مهارة دفع الكرة . - أن تستطيع الطالبة تنفيذ التعليمات الموجه إليها من المعلمة . - أن تقبل الطالبة على تعلم مهارة دفع الكرة نتيجة لاستخدام البرمجية التعليمية . 	<p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقف الطالبة على مسافة ٥ ياردة من الحائط وقفة الاستعداد الصحيحة مع مسك المضرب وعمل الدفع بدون كرة 	<p>PUSH</p> <p>مهارة دفع الكرة</p>
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تتعرف الطالبة على بعض الأدوات المساعدة والبديلة . - أن تؤدي الطالبة مهارة دفع الكرة بكرة تنس من مسافة ٥ ياردة . - أن تشارك الطالبة بإيجابية أثناء أداء مهارة دفع الكرة. 	<p>التمرين الثانى :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقف الطالبة على بعد مسافة ٥ ياردة من الحائط. - تقوم بعمل دفع كرة تنس تجاه الحائط . - عمل متابعة بالمضرب للكرة بحيث يشير المضرب إلى المكان المراد وصول الكرة إليه. 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن توضح الطالبة الخطوات التعليمية لمهارة دفع الكرة. - أن تؤدي الطالبة المهارة بطريقة صحيحة بكرة الهوكى من مسافة ٥ ياردة . - أن تستجيب الطالبة لتعليمات الزميلة المعلمة. 	<p>التمرين الثالث :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقف الطالبة على بعد مسافة ٥ ياردة من الحائط . - استبدال كرة التنس بكرة الهوكى مع دفع الكرة تجاه الحائط 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيفية استغلال الإمكانيات المتاحة لديها. - أن تستطيع الطالبة أداء مهارة دفع الكرة من مسافة ٧ ياردة بحيث تمر من أسفل الحاجز . - إن تشعر الطالبة بالسعادة والتشويق أثناء الأداء . 	<p>التمرين الرابع :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقف الطالبة على مسافة تبعد ٧ ياردة من الحائط . - يوضع حاجز على مسافة ٤ ياردة من خط البداية . - تقوم الطالبة بدفع الكرة بالمضرب بحيث تمر من أسفل الحاجز. 	

رأى الخبير		الأهداف السلوكية	المستوى المنخفض	المهارة
لا	نعم			
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة النقاط الأساسية التي تلقىها عليها المعلمة. - أن تستطيع الطالبة دفع الكرة من مسافة ١٠ ياردة بحيث تمر من اسفل الحاجزين. - أن تبدى الطالبة إعجابها بالبرمجية التعليمية المستخدمة . 	<p>التمرين الخامس :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقف الطالبة على مسافة تبعد ٧ ياردة من الحائط . - يوضع عدد ٢ حاجز الأول يبعد ٢ ياردة من خط البداية والحاجز الثاني يبعد ٤ ياردة. - تقوم الطالبة بدفع الكرة بحيث تمر من أسفل الحاجزين . 	<p>PUSH</p> <p>مهارة دفع الكرة</p>
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تتعرف الطالبة على كيفية الأداء السليم لمهارة دفع الكرة. - أن تستطيع الطالبة التحرك ودفع الكرة وهي في وضع الاستعداد ومسك المضرب الصحيح . - أن تنتبه الطالبة وتتحكم في انفعالاتها أثناء أداء المهارة . 	<p>التمرين السادس :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بالجرى مسافة ٢٥ ياردة في خط مستقيم وهي تمسك المضرب . - توضع الكرة على خط نهاية ٢٥ ياردة وعند وصول الطالبة إلى الكرة . - تدفع الكرة وعمل المتابعة بالمضرب للكرة . 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيف تنمى جوانبها العقلية كتركيز الانتباه و الإدراك والتذكر عند أداء مهارة دفع الكرة. - أن تؤدي الطالبة مهارة دفع الكرة من الوقوف ثم من الحركة - أن تعدل الطالبة اتجاهاتها السلبية وتشارك بإيجابية عند أداء دفع الكرة. 	<p>التمرين السابع :</p> <ul style="list-style-type: none"> - وضع ٥ أقماع وتوزيعها على مسافة ٢٥ ياردة - تجرى الطالبة جرى زجاجى بين الأقماع وهي تمسك المضرب . - توضع الكرة على خط النهاية ٥٠ ياردة وعند وصول الطالبة إلى الكرة . - تدفع الكرة وعمل المتابعة بالمضرب للكرة . 	

رأى الخبير		الأهداف السلوكية	المستوى المتوسط	المهارة
لا	نعم			
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تحدد الطالبة التوقيت المناسب لأداء المهارة . - أن تؤدي الطالبة المهارة في وجود أكثر من زميلة. - أن تتحمس الطالبة لإعطاء تعليمات هامة للزميلة لمساعدتها على الأداء . 	<p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - مثلث من ثلاث طالبات المسافة بين كل طالبة والأخرى ٧ ياردة . - تقوم الطالبة (أ) بدفع الكرة إلى (ب) ثم تقوم (ب) بدفع الكرة إلى (ج) وهكذا 	PUSH مهارة دفع الكرة
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تفرق الطالبة بين النقاط التعليمية لأداء مهارة دفع الكرة ومهارة التقدم بالدفع والتمارين المصاحبة لإتقانها. - أن تطبق الطالبة وتنفذ ما تعلمته وتؤدي المهارة بدقة وانسيابية. - أن تجمع الطالبة بين التكيف مع زميلاتها والبعد عن حب الذات. 	<p>التمرين الثاني :</p> <ul style="list-style-type: none"> - مربع من أربع طالبات المسافة بين كل طالبة والأخرى ١٥ م . - يوجد في المسافات (بين الأضلاع) حلجين ارتفاعها ٤٠ سم. - تقوم الطالبة (أ) بدفع الكرة بحيث تمر من أسفل الحاجزين معاً إلى الطالبة (ب). - ثم تقوم (ب) بدفع الكرة إلى (ج) ثم (ج) إلى (د) وهكذا . 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تستخدم الطالبة المعلومات والمعارف التي شاهدها في البرمجية في الحد من الوقوع في الخطأ أثناء أداء مهارة دفع الكرة . - أن تستطيع الطالبة أداء المهارة في اتجاه المرمى. - أن تقيم أدائها باستمرار تقيماً صحيحاً 	<p>التمرين الثالث:</p> <ul style="list-style-type: none"> - وضع ١٠ أقماع وتوزيعها على مسافة ٥٠ ياردة. - الجري الزجاجي بين الأقماع باستخدام مهارة التقدم بالمحاور . - ثم التصويب على المرمى بمهارة دفع الكرة . 	

رأى الخبير		الأهداف السلوكية	المستوى المتوسط	المهارة
لا	نعم			
		<p>التمرين الرابع :</p> <ul style="list-style-type: none"> - أن توضح الطالبة كيفية الربط بين مهارة دفع الكرة ومهارة سبق تعلمها. - أن تستطيع الطالبة التحكم فى أجزاء جسمها أثناء أداء مهارة دفع الكرة - أن تنتبه الطالبة وتوازن بين النظر إلى الكرة وكذلك إلى المربع المطلوب وصول الكرة إليه. 	<p>التمرين الرابع :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بالجرى بدأ من خط البداية باستخدام مهارة التقدم بالدرجة حتى خط النهاية الموضع ويكون ذلك لمسافة ٣٠ ياردة ثم تقوم الطالبة - بأداء الدفع على حائط مواجهة من الخشب ارتفاعه ١٠ ياردة . - مقسم الضلع السفلى للمربع إلى (٧) مربعات. - تقوم الطالبة بدفع الكرة إلى المربع رقم (٤). 	PUSH مهارة دفع الكرة
		<p>التمرين الخامس :</p> <p>نفس التمرين السابق مع</p> <ul style="list-style-type: none"> - أداء الطالبة دفع الكرة تجاه المربع (٣) يمين ، يسار . - ثم دفع الكرة تجاه المربع (٢) يمين ، يسار . - ثم دفع الكرة تجاه المربع (١) يمين، يسار . 		

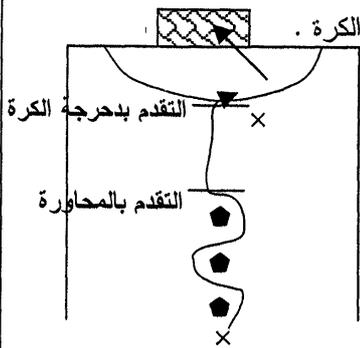
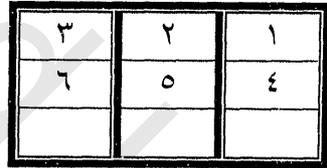
رأى الخبير		الأهداف السلوكية	المستوى المتوسط	المهارة
لا	نعم			
		<p>التمرين السادس :</p> <ul style="list-style-type: none"> - يقسم الطالبات إلى قاطرتين (أ) ، (ب) المسافة بين الطالبة الأولى فى القاطرة (أ) والطالبة الأولى فى القاطرة (ب) ١٢ ياردة . - ويوضع فى منتصف هذه المسافة كرتين طبيبتين بالعرض المسافة بينهما ٣٠سم تدفع الطالبة الكرة إلى الزميلة فى القاطرة الأخرى ثم تقف آخر القاطرة وهكذا . 	<p>المهارة</p> <p>PUSH</p> <p>مهارة دفع الكرة</p>	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تذكر الطالبة أهمية مهارة دفع الكرة. - أن تتقن الطالبة دفع الكرة إلى الزميلة فى خط مستقيم . - إن تتعاون الطالبة مع زميلاتها فى أداء ما يطلب منها وفى الوقت نفسه تصحيح الأخطاء. 		

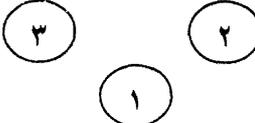
رأى الخبير		الأهداف السلوكية	المستوى المرتفع	المهارة
لا	نعم			
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيفية المفاضلة بين مهارة دفع الكرة وبين مهارات أخرى سبق تعلمها. - أن تستطيع الطالبة الربط في الأداء بين مهارة دفع الكرة وأكثر من مهارة مما سبق تعلمها . - أن تشعر الطالبة بالثقة في النفس وبأدائها في للمهارة تدعم نواحي القوة وتعالج نواحي الضعف . 	<p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - الجرى الزجاجى بين الكرات الطيبة باستخدام مهارة التقدم بالمحاورة ثم الجرى بالكرى باستخدام مهارة التقدم بالدفع. - ثم الجرى بالكرة باستخدام مهارة التقدم بالدرجة . - ثم التصويب على المرمى باستخدام مهارة دفع الكرة . 	PUSH مهارة دفع الكرة
		<ul style="list-style-type: none"> - أن توضح الطالبة كيف تستثمر الجهد المبذول أثناء أداء المهارة. - أن تنطبق الطالبة وتنفذ ما تعلمته عند أداء المهارة. - أن تقيم الطالبة أدائها وأداء زميلاتها باستمرار تقيما صحيحا 	<p>التمرين الثاني :</p> <ul style="list-style-type: none"> - عشرة كرات هوكى أمام المرمى . - تقوم الطالبة بتصويب الكرات (الواحدة تلو الأخرى) على المرمى باستخدام مهارة دفع الكرة في أقل زمن ممكن . 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تحدد الطالبة افضل الطرق المناسبة للارتقاء بمهارة دفع الكرة . - أن تتقن المهارة وتكتسب القدرة على استمرارية الحركة وأن تتمكن من دفع الكرة في أكثر من اتجاه . - أن تشارك الطالبة بحماس أثناء أداء المهارة وتتخلى عن الغرور وحب الذات . 	<p>التمرين الثالث :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تصويب ١٠ كرات امام المرمى بمهارة دفع الكرة على مرمى مصغر داخل المرمى من اتجاهات مختلفة 	

رأى الخبير		الأهداف السلوكية	المستوى المرتفع	المهارة
لا	نعم			
		<ul style="list-style-type: none"> - أن توضح الطالبة المشاكل التي تواجهها أثناء أداء المهارة وتجد لها الحلول المناسبة . - أن تستطيع الطالبة التصويب نحو الهدف المحدد باستخدام مهارة دفع الكرة بدقة. - أن تشارك الطالبة بإيجابية وتتخطى عن السلبية. 	<p>التمرين الرابع :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بالتصويب على كرة سلة عدد ٥ كرات هوكى باستخدام مهارة دفع الكرة بحيث تلمس كرة الهوكى كرة السلة من مسافة ٧ ياردة 	<p>PUSH</p> <p>مهارة دفع الكرة</p>
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تفرق الطالبة بين الأداء السليم والأداء الخاطئ لمهارة دفع الكرة . - أن تستطيع الطالبة توجيه الكرة إلى الهدف المحدد بأقصى سرعة . - أن تنتبه الطالبة وتوازن بين النظر إلى الكرة وكذلك إلى الهدف المطلوب دفع الكرة عليه. 	<p>التمرين الخامس :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بالتصويب على كرة يد عدد ١٠ كرات هوكى باستخدام مهارة دفع الكرة بحيث تلمس كرة الهوكى كرة اليد كل مرة فى أقل زمن ممكن من مسافة ٧ ياردة. 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تتذكر الطالبة ما شاهدته فى البرمجية من معارف ومعلومات البرمجية وتعليمات موجهة إليها أثناء أداء المهارة. - أن تستطيع الطالبة دفع الكرة على كرة يد من مسافة ٧ ياردة - أن تشعر الطالبة أثناء الأداء المهارى بالسعادة والتشويق . 	<p>التمرين السادس :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بالتصويب على كرة يد عدد ١٥ كرة هوكى باستخدام مهارة دفع الكرة بحيث تلمس كرة الهوكى كرة اليد وتحاول الطالبة دفع أكبر عدد من الكرات فى أقل زمن ممكن من مسافة ٧ ياردة. 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تتعرف الطالبة على كيفية تنظيم الأدوات أثناء أداء المهارة. - أن تستطيع الطالبة متابعة الكرة بالمضرب بطريقة صحيحة. - أن تتعاون الطالبة مع وزميلاتها عند أداء المهارة 	<p>التمرين السابع :</p> <ul style="list-style-type: none"> - طالبتان (أ) ، (ب) تقوم الطالبة (أ) بتمرير الكرة بمهارة الدفع للطالبة (ب) - ثم تقوم بالجري الزجاجي بأقصى سرعة بين الكرات الطبية بدون كرة لمسافة ٥ ياردة. - الطالبة (ب) تقوم بالجري بالكرة مهارة المحاورة إلى حدود دائرة التصويب لتمرير الكرة لزميلتها (أ) لتقوم بتصويب الكرة مباشرة على المرمى بمهارة الدفع . 	

رأى الخبير		الأهداف السلوكية	المستوى المنخفض	المهارة
لا	نعم			
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة معلومات عن وقفة الاستعداد الصحيحة ومسك المضرب الصحيح أثناء أداء مهارة نظر الكرة . - أن تستطيع الطالبة تنفيذ التعليمات الموجه إليها من المعلمة . - أن تشعر الطالبة بالسعادة والنشويق أثناء الأداء . 	<p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقف الطالبة وقفة الاستعداد الصحيحة والمضرب مائل جهة القدم اليمنى والمضرب يصنع زاوية ٤٥ درجة مع الأرض والوجه المسطح للمضرب يشير إلى جهة اليسار وتقوم الطالبة بأداء المهارة بدون كرة . 	<p style="text-align: center;">FLICK</p> <p style="text-align: center;">مهارة نظر الكرة</p>
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تتعرف الطالبة على بعض الأدوات المساعدة والبدلية. - أن تؤدي الطالبة المهارة بطريقة صحيحة بكرة الهوكي. - أن تنتبه الطالبة وتحكم في المضرب والكرة 	<p>التمرين الثاني :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بأداء المهارة بكرة التنس . - ثم استبدالها وأداء المهارة بكرة الهوكي . 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تشرح الطالبة مهارة نظر الكرة شرحاً صحيحاً . - أن تستطيع الطالبة نظر الكرة لمسافة ٥ ااردة لتصل لزميلتها . - أن تتعاون الطالبة مع زميلاتها عند أداء المهارة وتحافظ على سلامتها . 	<p>التمرين الثالث :</p> <ul style="list-style-type: none"> - طالبتان (أ ، ب) مواجهتان المسافة بينهما ٥ ااردة تقوم الطالبة (أ) بنظر الكرة لتصل إلى الطالبة (ب) [يتم التبديل] 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيفية اكتشاف نواحي القوة والضعف عند أداء المهارة . - أن تستطيع الطالبة نظر الكرة لمسافة ٥ ااردة لتصل لزميلتها . - أن تحافظ الطالبة على سلامة زميلاتها عند أداء مهارة نظر الكرة. 	<p>التمرين الرابع :</p> <ul style="list-style-type: none"> - طالبتان (أ ، ب) مواجهتان المسافة بينهما ٥ ااردة . - تقوم إحدى الطالبتين بنظر الكرة للأخرى على أن تعبر الكرة حاجز ارتفاعه ٥٠ سم موجود في منتصف المسافة (يتم التبديل) 	

رأى الخبير		الأهداف السلوكية	المستوى المنخفض	المهارة
لا	نعم			
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيفية اختيار أفضل الطرق لتعليم المهارة . - أن تستطيع الطالبة نظر الكرة لمسافة ١٥ ياردة على أن تعبر الكرة حاجز ارتفاعه ١ ياردة . - أن تفضل تعلم مهارة نظر الكرة باستخدام البرمجية التعليمية . 	<p>التمرين الخامس :</p> <ul style="list-style-type: none"> - طالبتان (أ ، ب) مواجهتان المسافة بينهما ١٥ ياردة تقوم إحدى الطالبتين بنظر الكرة للآخرى على أن تعبر الكرة حاجز ارتفاعه ١ ياردة موجود في منتصف المسافة . (يتم التبديل) 	<p>FLICK مهارة نظر الكرة</p>
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيفية استغلال الإمكانيات المتاحة عند أداء المهارة. - أن تستطيع الطالبة أداء المهارة من الحركة - أن تتجه الطالبة إلى الاعتماد على النفس والتخلي عن السلبية . 	<p>التمرين السادس :</p> <ul style="list-style-type: none"> - توزع عدد ٥ أقماع على مسافة ٢٥ ياردة تقوم الطالبة بالجري الزجاجي بين الأقماع وهي ممسكة بالمبرب وعند الوصول إلى خط النهاية تقوم بنظر الكرة . 	

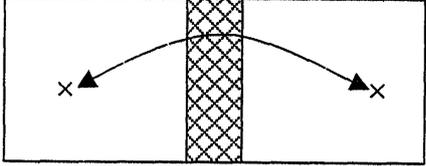
رأى الخبير		الأهداف السلوكية	المستوى المتوسط	المهارة
لا	نعم			
		<ul style="list-style-type: none"> - أن توضح الطالبة كيفية الربط بين مهارة نظر الكرة ومهارة أخرى تعلمتها . - أن تطبق الطالبة وتنفذ ما تعلمته عند أداء المهارة. - أن تعدل الطالبة اتجاهاتها السلبية وتكتسب القدرة على المبادرة في العمل . 	<p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - التقدم بالمحاورة بين ٥ كرات طبية موزعة على مسافة ٢٠ ياردة ثم التقدم بالدرجة لمسافة ١٠ ياردة ثم التصويب على المرمى باستخدام مهارة نظر الكرة . 	FLICK مهارة نظر الكرة
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تفرق الطالبة بين الطرق المختلفة لتعلم مهارة نظر الكرة وتحدد أفضل طرق التدريس المناسبة لتعلمها . - أن تستطيع الطالبة توجيه الكرة بدقة إلى المربع المشار إليه . - أن تنتبه الطالبة وتركز عند أداء المهارة. 	<p>التمرين الثاني :</p> <ul style="list-style-type: none"> - التصويب باستخدام مهارة نظر الكرة على حائط مقسم إلى أجزاء .  <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بالتصويب على مربع (٤) ثم مربع (٥) ثم مربع (٦) 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيف تنمي جوانبها العقلية كتركيز الانتباه والإدراك والتذكر عند أداء مهارة نظر الكرة . - أن تستطيع الطالبة التحكم في أجزاء جسمها أثناء أداء المهارة. - أن تشارك الطالبة بإيجابية أثناء أداء المهارة وتستجيب لتعليمات الزميلة والمعلمة . 	<p>التمرين الثالث :</p> <ul style="list-style-type: none"> - نفس التمرين السابق بحيث تقوم الطالبة بالتصويب بمهارة نظر الكرة على مربع (١) ثم مربع (٢) ثم مربع (٣) 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة وتوضح المشاكل التي تواجهها أثناء أداء المهارة . - أن تؤدي الطالبة مهارة نظر الكرة بتوافق عضلي وعصبي في الاتجاه المطلوب وصول الكرة إليه - أن تنتبه توازن الطالبة بين النظر الى الكرة وكذلك الى المربع المطلوب وصول الكرة إليه. 	<p>التمرين الرابع :</p> <ul style="list-style-type: none"> - التصويب بمهارة نظر الكرة على مربع (٢) ثم (٤) ثم (٦) - وبالتالي مربع (١) ثم (٣) ثم (٥) 	

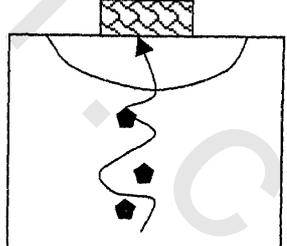
رأى الخبير		الأهداف السلوكية	المستوى المرتفع	المهارة
لا	نعم			
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيفية ابتكار بعض التدريبات عند أداء المهارة . - أن تستطيع الطالبة نظر الكرة على الدائوة المرسومة على الأرض من مسافة ٦ ياردة - أن تهتم الطالبة وتعمل على تدعيم نقاط القوة وعلاج نقاط الضعف . 	<p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - التصويب بمهارة نظر الكرة على الدائرة المرسومة على الأرض [يمكن الاستعانة بطوق بدلاً من الرسم على الأرض] من مسافة ٦ ياردة. 	<p>FLICK</p> <p>مهارة نظر الكرة</p>
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تذكر الطالبة ما شاهدته في البرمجية وتتمكن من شرح المهارة بأسلوبها شرحاً صحيحاً وكذلك التدرج بالمهارة للوصول إلى إتقانها . - أن تستطيع الطالبة نظر الكرة في الدائرة المرسومة رقم (١) من على بعد ٧ ياردة. - أن تنتبه وترتكز الطالبة عند أداء المهارة. 	<p>التمرين الثاني :</p> <ul style="list-style-type: none"> - رسم ثلاث دوائر مرقمة على الأرض أو استبدال ذلك بأطواق  <ul style="list-style-type: none"> - تقف الطالبة على بعد ٧ ياردة ثم تقوم بنظر الكرة على الدائرة رقم (١) 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تحدد الطالبة نواحي القوة لديها فتدعما والضعف فتعالجها عند أداء المهارة . - أن تستطيع الطالبة نظر الكرة على الدوائر المشار إليها من على بعد مسافة ٧ ياردة. - أن تشارك الطالبة بإيجابية أثناء أداء المهارة وتمد يد العون لكل زميله محتاجة إلى ذلك . 	<p>التمرين الثالث :</p> <ul style="list-style-type: none"> - نفس التمرين السابق تقوم الطالبة بنظر الكرة على الدائرة رقم (٢) ثم رقم (٣) 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة وتحدد التوقيت المناسب والمكان المطلوب لأداء المهارة. - أن تستطيع الطالبة التصويب على هدف مثبت في المرمى من مسافة ٧ ياردة. - أن تنتبه الطالبة وتوازن بين النظر الى الكرة وكذلك الى الهدف المطلوب وصول الكرة إليه وتصابر على بذل الجهد حتى يكتمل الأداء . 	<p>التمرين الرابع :</p> <ul style="list-style-type: none"> - التصويب على هدف مثبت اعلى المرمى من مسافة ٧ ياردة .  <ul style="list-style-type: none"> - التصويب بمهارة نظر الكرة على الهدف ١ . - ثم التصويب على الهدف ٢ . 	

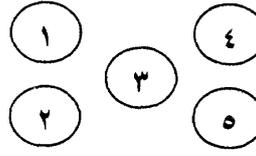
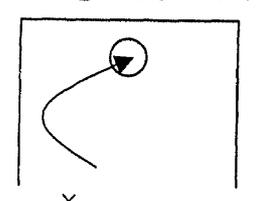
رأى الخبير		الأهداف السلوكية	المستوى المرتفع	المهارة
لا	نعم			
		<ul style="list-style-type: none"> - أن توضح الطالبة كيفية توزيع الجهد المبذول خلال فترة أداء المهارة . - أن تستطيع الطالبة تصويب ١٠ كرات على المرمى من مسافة لا ياردة. - أن تقيم الطالبة نفسها وزميلاتها باستمرار تقيماً صحيحاً . 	<p>التمرين الخامس :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تصويب ١٠ كرات هوكى على المرمى بمهارة نظر الكرة من مسافة لا ياردة على أن تحتسب الكرة التي تدخل فى الهدف . 	<p>FLICK</p> <p>مهارة نظر الكرة</p>
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيفية إبداء رأيها فى البرمجية التعليمية المستخدمة فى تعلم مهارة نظر الكرة . - أن تؤدى الطالبة المهارة فى وجود زميلة وكذلك مع الحركة. - أن تكتسب الطالبة القدرة على العمل الجماعى ومد يد العون لكل زميله محتاجة لذلك . 	<p>التمرين السادس :</p> <ul style="list-style-type: none"> - طالبتان (أ ، ب) على خط واحد تقوم الطالبة (ب) بالجرى السريع للأمام لاستقبال الكرة القادمة من الطالبة (أ) ليجرى بها فى خط مستقيم ليمررها مرة أخرى إلى من الطالبة (أ) بعد ما ينتهي من اجتياز الحواجز المفتوحة ليستقبل الكرة على حدود دائرة التصويب ويدخل بها الدارة ويصوب على المرمى . - مع ملاحظة أن جميع التمريرات والتصويبات على المرمى باستخدام مهارة نظر الكرة . 	

رأى الخبير		الأهداف السلوكية	المستوى المنخفض	المهارة
لا	نعم			
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة معلومات عن وقفة الاستعداد الصحيحة ومسك المضرب الصحيح أثناء أداء مهارة غرف الكرة. - أن تستطيع الطالبة تنفيذ التعليمات الموجه إليها من المعلمة . - أن تتقبل الطالبة توجيهات المعلمة أثناء أداء المهارة وتشعر بالسعادة والنشويق أثناء الأداء . 	<p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقف الطالبة وقفة الاستعداد الصحيحة مع مسك المضرب . - تقوم الطالبة بأداء المهارة ولكن بدون كرة وذلك بعمل الحركة العكسية باليدين (حركة الجاروف). 	SCOOP مهارة غرف الكرة
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيفية استخدام الأدوات البديلة وكيفية التعامل معها أثناء تعلم مهارة غرف الكرة . - أن تتمكن الطالبة من أداء المهارة بكرة الهوكي. - أن تجمع الطالبة بين تحمل المسؤولية وحب العمل واحترامه . 	<p>التمرين الثاني :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بأداء المهارة ولكن بكرة تنس وتحاول غرف الكرة إلى أقصى مدى . 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تكتب الطالبة بإيجاز الخطوات التعليمية الخاصة بأداء مهارة غرف الكرة. - أن تتمكن الطالبة من غرف الكرة إلى الزميلة في خط مستقيم . - أن تتعاون الطالبة مع زميلاتها وتحافظ على سلامتها عند أداء المهارة . 	<p>التمرين الثالث :</p> <ul style="list-style-type: none"> - غرف الكرة باستخدام كرة الهوكي بين طالبتين المسافة بينهما ١٦ ياردة . 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة وتحدد أفضل الطرق المناسبة لتعليم مهارة غرف الكرة . - أن تتمكن الطالبة من غرف الكرة لمسافة ١٥ ياردة. - أن تستجيب الطالبة لتعليمات الزميلة . 	<p>التمرين الرابع :</p> <ul style="list-style-type: none"> - غرف الكرة بين طالبتين المسافة بينهما ١٦ ياردة على أن تعبر الكرة الحاجز ارتفاعه ١ ياردة في المنتصف . 	

رأى الخبير		الأهداف السلوكية	المستوى المنخفض	المهارة
لا	نعم			
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيفية استغلال الإمكانيات المتاحة لها عند تعلم مهارة غرف الكرة - أن تستطيع الطالبة غرف الكرة لسافة ٢٠ ياردة على أن تعبر الكرة حاجز ارتفاعه ١ ياردة. - أن تهتم الطالبة عوامل الامن والسلامة أثناء أداء المهارة. 	<p>التمرين الخامس :</p> <ul style="list-style-type: none"> - غرف الكرة بين طالبتين المسافة بينهما ٢٠ ياردة 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تفهم الطالبة كيفية ربط جوانب تعلم مهارة غرف الكرة . - أن تتمكن الطالبة من أداء المهارة عقب الجري ٣٠ ياردة . - أن تنتبه الطالبة وتركز عند أداء مهارة غرف الكرة. 	<p>التمرين السادس :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بالجري ٢٥ ياردة وعند خط النهاية توضع الكرة وعند وصول الطالبة إليها تقوم بغرف الكرة وعمل المتابعة بالمضرب للكرة . 	

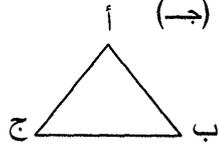
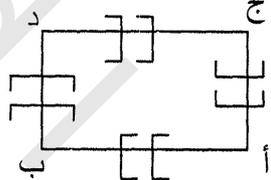
رأى الخبير		الأهداف السلوكية	المستوى المتوسط	المهارة
لا	نعم			
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تحدد الطالبة المسافة المناسبة لارتفاع الكرة في مهارة غرف الكرة. - أن تتمكن الطالبة من غرف الكرة في وجود خصم سلبي . - أن تحافظ الطالبة على سلامة زميلاتها أثناء أداء مهارة غرف الكرة. 	<p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - غرف الكرة بين طالبتان المسافة بينهما ١٦ ياردة على أن تعبر الكرة الحاجز الموجود في المنتصف . <p>[شبكة ملعب كرة طائرة]</p> 	<p>SCOOP</p> <p>مهارة غرف الكرة</p>
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة وتحدد المكان المتوقع سقوط الكرة فيه عند أداء المهارة. - أن تتمكن الطالبة من غرف الكرة في وجود زميلة لها . - أن تتعاون الطالبة مع زميلاتها وتحافظ على سلامتها أثناء أداء المهارة . 	<p>التمرين الثاني :</p> <ul style="list-style-type: none"> - طالبتان مواجهتان المسافة بينهما ٢٠ ياردة وطالبة ثالثة في المنتصف تحاول إعاقة التميريرة . 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيف تنمى قدراتها العقلية كتركيز الانتباه والإدراك والتذكر عند أداء المهارة . - أن تستطيع الطالبة أداء مهارة غرف الكرة على في اتجاه المربع (٣) . - أن تقيم أدائها باستمرار تقيماً صحيحاً . 	<p>التمرين الثالث :</p> <ul style="list-style-type: none"> - التصويب باستخدام مهارة غرف الكرة على حائط مقسم إلى أجزاء وتقوم الطالبة بغرف الكرة في المربع (٢) 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن توضح الطالبة المشاكل التي تواجهها الطالبة أثناء أداء المهارة. - أن تؤدي الطالبة التصويب باستخدام مهارة غرف الكرة نحو المربع المطلوب بدقة . - أن تنتبه الطالبة وتوازن بين النظر الى الكرة وكذلك الى المربع المطلوب غرف الكرة في اتجاه . 	<p>التمرين الرابع :</p> <ul style="list-style-type: none"> - نفس التمرين السابق ولكن تقوم الطالبة في هذا التمرين بغرف الكرة (١) جهة اليمين ثم في المربع (١) جهة اليسار 	

رأى الخبير		الأهداف السلوكية	المستوى المتوسط	المهارة
لا	نعم			
		<ul style="list-style-type: none"> - أن توضح الطالبة كيفية الربط بين مهارة غرف الكرة ومهارة سبق تعلمها. - أن تستطيع الطالبة التحكم فى أجزاء جسمها أثناء أداء مهارة غرف الكرة. - أن تشعر الطالبة بتحمل المسؤولية والانضباط والصبر حتى يكتمل الأداء . 	<p>التمرين الخامس :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بالجرى بدأ من خط البداية باستخدام مهارة التقدم بالدحرجة حتى خط النهاية [على بعد ٧ ياردة من المربع المقسم] - تقوم الطالبة بغرف الكرة فى المربع (٢) يمين - ثم فى المربع (١) وأخيراً فى المربع (٢) يسار . 	<p>SCOOP</p> <p>مهارة غرف الكرة</p>
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة وتحدد التوقيت المناسب لأداء مهارة غرف الكرة. - أن تستطيع الطالبة الربط بين مهارة سبق تعلمها [المحاورة و بين مهارة غرف الكرة] - أن تشجع الطالبة زميلاتها أثناء أداء المهارة . وتقيم زميلاتها تقيماً صحيحاً باستمرار . 	<p>التمرين السادس :</p> <ul style="list-style-type: none"> - التقدم بالمحاورة بين الكرات الطيبة ثم التصويب على المرمى بمهارة غرف الكرة 	

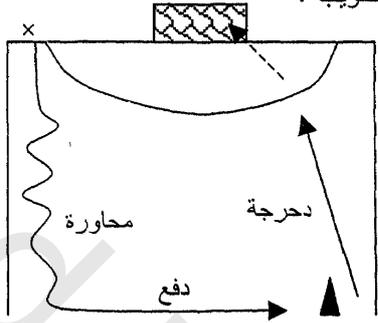
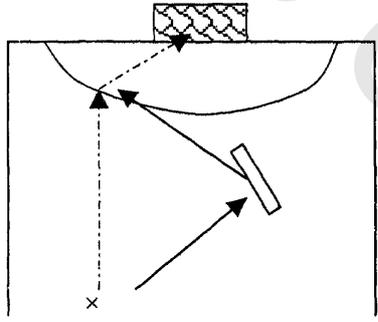
رأى الخبير		الأهداف السلوكية	المستوى المرتفع	المهارة
لا	نعم			
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيفية ابتكار بعض التدريبات المساعدة عند تعلم المهارة . - أن تستطيع الطالبة غرف الكرة من مسافة ٧ ياردة بحيث يتم نزولها فى الطوق الموضوع على الأرض . - أن تشعر الطالبة بالثقة فى نفسها وعند أدائها المهارة . 	<p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقف الطالبة على بعد ٧ ياردة من دائرة مرسومة على الأرض أو طوق . - ثم تقوم بالتصويب باستخدام مهارة غرف الكرة بحيث يتم نزول الكرة فى الطوق الموضوع على الأرض . 	<p>SCOOP</p> <p>مهارة غرف الكرة</p>
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيف تتمى جوانبها العقلية كتركيز الانتباه والإدراك والتذكر عند أداء المهارة . - أن تستطيع الطالبة غرف الكرة على الدائرة المذكورة من مسافة ١٠ ياردة. - أن تشارك الطالبة بإيجابية أثناء أداء المهارة وتتخلى عن السلبية أثناء أداء المهارة . 	<p>التمرين الثاني :</p> <ul style="list-style-type: none"> - رسم خمس دوائر مرقمة على الأرض أو استبدال ذلك بأطواق .  <ul style="list-style-type: none"> - تقف الطالبة على بعد ١٠ ياردة ثم تقوم بغرف الكرة على الدائرة رقم (٣) ثم (٥) ثم رقم (٢) 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن توضح الطالبة كيفية توزيع الجهد المبذول خلال فترة أداء المهارة . - أن تطبق الطالبة وتنفذ ما تعلمته عند أداء المهارة . - أن تنتبه الطالبة وتركز عند أداء المهارة غرف الكرة وتشعر بالسعادة والتشويق . 	<p>التمرين الثالث :</p> <ul style="list-style-type: none"> - نفس التمرين السابق وتقوم الطالبة بغرف الكرة على الدائرة رقم (٤) ثم رقم (١) 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تحدد الطالبة كيفية المفاضلة بين مهارة غرف الكرة ومهارات أخرى سبق تعلمها . - أن تستطيع الطالبة التصويب على الطوق من مسافة ١٠ ياردة. - أن تشعر الطالبة بالالتزام وتعمل على تنمية السمات الشخصية الحميدة . 	<p>التمرين الرابع :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تثبيت طوق فى عارضه المرمى . - تقوم الطالبة بالتصويب على الطوق من مسافة ٧ ياردة . 	

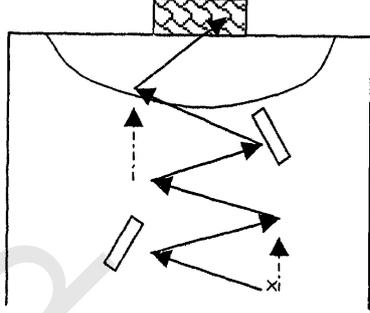
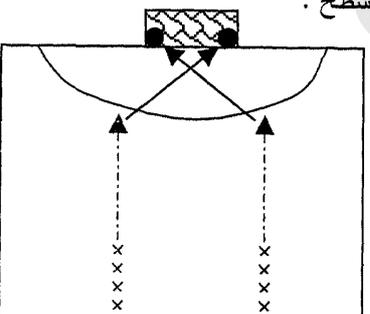
رأى الخبير		الأهداف السلوكية	المستوى المرتفع	المهارة
لا	نعم			
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تذكر الطالبة ما شاهدته في البرمجية وتتمكن من الارتقاء بالمهارة للوصول إلى إتقانها . - أن تستطيع الطالبة تصويب ١٠ كرات على الهدف المثبت في المرمى من مسافة ٨ ياردة. - أن تشعر الطالبة بالثقة في النفس والتحكم في انفعالاتها أثناء أداء المهارة . 	<p style="text-align: center;">التمرين الخامس :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تصويب ١٠ كرات على الهدف (طوق) المثبت في المرمى من مسافة ٧ ياردة . 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تذكر الطالبة وتبدي رأيها في البرمجية التعليمية المستخدمة في تعلم مهارة غرف الكرة . - أن تستطيع الطالبة تصويب ١٥ كرة على الهدف المثبت في أقل زمن ممكن - أن تجمع الطالبة بين الصبر على بذل الجهد والسعادة وحب العمل وذلك حتى يتم أداء المهارة بالصورة المطلوبة . 	<p style="text-align: center;">التمرين السادس :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تصويب ١٥ كرة على الهدف المثبت (طوق) في المرمى في أقل زمن ممكن . 	

رأى الخبير		الأهداف السلوكية	المستوى المنخفض	المهارة
لا	نعم			
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تتعرف الطالبة على أجزاء جسمها المستخدمة أثناء أداء المهارة . - أن تستطيع الطالبة تنفيذ التعليمات الموجهة إليها من المعلمة . - أن تشعر الطالبة بالسعادة والتشويق وتكتسب الروح الرياضية . 	<p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقف الطالبة وقفة الاستعداد مع مسك المضرب . - تقوم الطالبة بأداء المهارة بدون كرة لأخذ الإحساس بحركة المرحة وضرب الكرة . 	ضرب الكرة بالوجه المسطح Hitt
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تتعرف الطالبة على الخطوات التعليمية لمهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . - أن تتمكن الطالبة من ضرب الكرة بالوجه المسطح بكرة الهوكي. - أن تنتبه الطالبة وتستطيع التحكم فى الانفعالات أثناء أداء المهارة . 	<p>التمرين الثانى :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بأداء المهارة ولكن بكرة تنس وتحاول ضرب الكرة بالوجه المسطح . 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تتعرف الطالبة على كيفية الأداء السليم لمهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . - أن تستطيع الطالبة أداء المهارة من مسافة ١٠ ياردة . - أن تشعر الطالبة بتحمل المسؤولية وروح التعاون بين الجماعة . 	<p>التمرين الثالث :</p> <ul style="list-style-type: none"> - ضرب الكرة بالوجه المسطح باستخدام كرة هوكي بين طالبتين المسافة بينهما ١٠ ياردة . 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تتذكر الطالبة النقاط الأساسية التى تلقىها عليها المعلمة فى البرمجية . - أن تودى الطالبة المهارة من مسافة ١٥ ياردة - أن تتعاون الطالبة مع زميلاتها عند أداء المهارة وتنمى القدرة على العمل الجماعى 	<p>التمرين الرابع :</p> <ul style="list-style-type: none"> - ضرب الكرة بالوجه المسطح بين طالبتين المسافة بينهما ١٥ ياردة . 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تتذكر الطالبة المعارف والمعلومات التى شاهدتها فى البرمجية المتعلقة بمهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . - أن تودى الطالبة المهارة من مسافة ٢٥ ياردة على أن تمر بين قائمين بمثبتين فى الأرض المسافة بينهما ١٠ ياردة . - أن تتقبل الطالبة توجيهات الزميلة وتحافظ على سلامتها عند أداء المهارة. 	<p>التمرين الخامس :</p> <ul style="list-style-type: none"> - ضرب الكرة بالوجه المسطح بين طالبتين المسافة بينهما ٢٥ ياردة على أن تمر الكرة من بين قائمين مثبتين فى الأرض المسافة بينهما ١٠ ياردة. 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة وتحدد أجزاء الجسم العاملة أثناء أداء المهارة . - أن تتمكن الطالبة من أداء المهارة لمسافة ٣٠ ياردة . - أن تشارك الطالبة بإيجابية وتتخلى عن السلبية أثناء أداء المهارة . 	<p>التمرين السادس :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بالجري ٣٠ ياردة وعند خط النهاية توضع الكرة وعند وصول الطالبة إليها تقوم بأداء المهارة لمسافة ٣٠ ياردة . 	

رأى الخبير		الأهداف السلوكية	المستوى المتوسط	المهارة
لا	نعم			
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تحدد الطالبة التوقيت المناسب لأداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . - أن تؤدي الطالبة المهارة في وجود زميلة. - أن تعدل الطالبة اتجاهاتها السلبية وتعمل على التعاون مع زميلاتها وإنماء الروح الرياضية أثناء أداء المهارة . 	<p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - مثلث من ثلاث طالبات المسافة بين كل طالبة والأخرى ١٠ ياردة . - تقوم الطالبة (أ) بضرب الكرة بالوجه المسطح إلى الطالبة (ب) وتقوم هي بالتوالي بضرب الكرة إلى الطالبة (ج) - 	ضرب الكرة بالوجه المسطح Hitt
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تفرق الطالبة بين الطرق المختلفة لتعلم مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح وتحدد أفضل طرق التدريس المناسبة لتعلمها . - أن تؤدي الطالبة المهارة بدقة وانسيابية . - أن تنقد الطالبة زميلاتها باستمرار نقداً صحيحاً وفي نفس الوقت تشجيعهم على الأداء الصحيح . 	<p>التمرين الثاني :</p> <ul style="list-style-type: none"> - مربع من أربع طالبات المسافة بين كل طالبة والأخرى ٢٠ ياردة . - يوجد من المسافات (بين الأضلاع) قوائم مثبتة (في كل ضلع قائمين المسافة بينهما ٤ ياردة) . - تقوم الطالبة (أ) بضرب الكرة بحيث تمر من بين القائمين إلى الطالبة (ب) ثم تقوم (ب) بضرب الكرة إلى (ج) ثم (ج) إلى (د) 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة وتوضح المشاكل التي تواجهها أثناء أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . - أن تطبق الطالبة وتنفذ ما تعلمته عند أداء المهارة . - ان تشعر الطالبة بالثقة في أدائها وتتعلم التحكم في انفعالاتها أثناء أداء المهارة . 	<p>التمرين الثالث :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بالتصويب على المر في من خارج دائرة التصويب على هدف «صغر (طوق)» داخل المرعى من اتجاهات مختلفة لزيادة دقة الأداء . 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن توضح الطالبة كيفية الربط بين مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح ومهارة أخرى سبق تعلمها - أن تستطيع الطالبة تحقيق التوافق العضلي العصبي أثناء أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . - أن تشعر الطالبة بتحمل المسؤولية وحب العمل واحترامه . 	<p>التمرين الرابع :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بالجري الزجاجي بين الكرات الطبية بطريقة التقدم بالمحاورة مع التصويب على المرعى باستخدام مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . 	

رأى الخبير		الأهداف السلوكية	المستوى المتوسط	المهارة
لا	نعم			
		<ul style="list-style-type: none"> - ان تستخدم الطالبة المعلومات والمعارف التي شاهدها في البرمجية في الحد من الوقوع في الخطأ عند أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . - أن تستطيع الطالبة أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح في اتجاه المربع المطلوب وصول الكرة إليه . - أن تنتبه الطالبة وتوازن بين النظر إلى الكرة وكذلك إلى المربع المطلوب وصول الكرة إليه . 	<p>التمرين الخامس :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بالجرى بدء من خط البداية باستخدام مهارة التقدم بالدرجة حتى خط النهاية الموضوع ويكون ذلك لمسافة ٣٠ ياردة . - ثم تقوم الطالبة بأداء الدفع على حائط مواجهة من الخشب ارتفاعه ١ ياردة وعرضه ١٠ ياردة مقسم الضلع السفلى للمربع إلى ٧ مربعات . - تقوم الطالبة بضرب الكرة بالوجه المسطح إلى المربع رقم (٤) . 	ضرب الكرة بالوجه المسطح Hitt
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيف تتمى جوانبها العقلية كتركيز الانتباه والإدراك والتذكر عند أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . - أن تتقن الطالبة أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح في اتجاه المربع المطلوب وصول الكرة إليه . - أن تشعر الطالبة بالرغبة في الصبر على بذل الجهد والتحكم في انفعالاتها حتى يكتمل الأداء . 	<p>التمرين السادس :</p> <p>نفس التمرين السابق مع</p> <ul style="list-style-type: none"> - أداء الطالبة ضرب الكرة بالوجه المسطح على المربع رقم (٣) يمين ويسار ثم ضرب الكرة بالوجه المسطح على المربع (٢) يمين ويسار ثم المربع (١) يمين ويسار . 	

رأى الخبير		الأهداف السلوكية	المستوى المرتفع	المهارة
لا	نعم			
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيفية توزيع الجهد المبذول خلال فترة أداء المهارة . - أن تستطيع الطالبة الربط بين مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح بأكثر من مهارة سبق تعلمها . - أن تشعر الطالبة بالرغبة فى المبادأة والانضباط فى العمل أثناء أداء المهارة . 	<p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بالتقدم بالكرة من بين الكرات الطيبة باستخدام مهارة التقدم بالمحاورة ثم - تقوم بالتغير بعد آخر كرة طيبة إلى التقدم بالدرجة ثم - تقوم بحركة دوران حول القمع ليكمل التقدم بالكرة باستخدام مهارة التقدم بالدفع . - لتقوم بالتصويب على المرمى بمهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح من على حدود دائرة التصويب . 	ضرب الكرة بالوجه المسطح Hitt
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تتعرف الطالبة على كيفية استخدام الأدوات والتعامل معها أثناء أداء المهارة . - أن تتمكن الطالبة من أداء المهارة فى وجود خصم سلبي . - أن تشارك الطالبة بإيجابية وتتخلى عن السلبية أثناء أداء المهارة . 	<p>التمرين الثانى :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بالتصويب على مقعد سويدى مقلوب والجرى بأقصى سرعة لاستقبال الكرة مرة أخرى والدخول فى دائرة التصويب للتصويب على المرمى . 	

رأى الخبير		الأهداف السلوكية	المستوى المرتفع	المهارة
لا	نعم			
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تذكر الطالبة وتبدي رأيها في البرمجية التعليمية المستخدمة في تعلم مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . - أن تتمكن الطالبة أداء المهارة بانسيابية ودقة وبالتسلسل المطلوب منها . - أن تشعر الطالبة بتحمل المسؤولية والسعادة والتشويق أثناء أداء المهارة . 	<p>التمرين الثالث :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بالتصويب من الجهة اليمنى على مقعد سويدي مقلوب في الجهة اليسرى وتجرى بأقصى سرعة لاستقبال الكرة ومرة أخرى لتتقدم بها بصورة قطرية في الملعب جهة اليسار لتصوبها مرة أخرى على مقعد سويدي مقلوب في الجهة اليمنى وتجرى بسرعة لاستقبالها على حدود دائرة التصويب لتصويبها بقوة داخل المرمى . 	<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">ضرب الكرة بالوجه المسطح Hitt</p>
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيفية المفاضلة بين مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح ومهارات أخرى سبق تعلمها . - إن تطبق الطالبة وتنفذ ما تعلمته من البرمجية عند أداء المهارة . - أن تقيم الطالبة نفسها وزميلاتها باستمرار تقيماً صحيحاً . 	<p>التمرين الرابع :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بالتقدم بالمحاورة بين الكرات الطيبة للوصول إلى الحاجز الأول والقيام بدورة كاملة من حوله للوصول إلى الحاجز الثاني فتقوم الطالبة بدفع الكرة بين القائمين والجرى من خارجهم للحاق بالكرة ودخول دائرة التصويب على المرمى بمهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . 	

رأى الخبير		الأهداف السلوكية	المستوى المرتفع	المهارة
لا	نعم			
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تحدد الطالبة المشاكل التى توجهها أثناء أداء المهارة. - أن تستطيع الطالبة تصويب ١٠ كرات على هدف مصغر داخل المرمى فى أقل زمن مع حساب عدد التصويبات الناجحة للزيادة من دقة الأداء . - أن تنتبه الطالبة وترکز عند أداء المهارة. 	<p>التمرين الخامس :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بتصويب ١٠ كرات على هدف مصغر داخل المرمى من على حدود الدائرة فى أقل زمن مع حساب عدد التصويبات الناجحة للزيادة من دقة الأداء . 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تحدد الطالبة نواحي القوة لديها فتدعمها والضعف فتعالجها عند أداء المهارة. - أن تستطيع الطالبة تصويب ١٠ كرات هوكى باستخدام مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح على كرة سلة من مسافة ٢٠ ياردة . - أن تنتبه الطالبة وتوازن بين النظر إلى الكرة وكذلك إلى كرة السلة المطلوب وصول الكرة إليها . 	<p>التمرين السادس :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بالتصويب على كرة سلة باستخدام مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح عدد ١٠ كرات هوكى بحيث تلمس كرة السلة كل مرة فى أقل زمن ممكن من مسافة ٢٠ ياردة (مع احتساب عدد التصويبات الصحيحة) . 	
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعمل الطالبة على ابتكار بعض التدريبات عند أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . - أن تستطيع الطالبة تصويب ١٠ كرات هوكى باستخدام مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح على كرة يد ثم صولوجان من مسافة ٢٠ ى . - أن تقيم الطالبة نفسها وزميلاتها تقيماً صحيحاً باستمرار . 	<p>التمرين السابع :</p> <ul style="list-style-type: none"> - نفس التمرين السابق مع - استخدام كرة يد ثم صولوجان 	

خامساً - أساليب التدريس (نمط التعلم المستخدم) :

م	نمط التعلم	رأى الخبير	
		نعم	لا
	هل توافق سيادتكم على استخدام التعليم الفردي نظرية كيلر (تفريد التعلم) باستخدام الهيرميديا أثناء تنفيذ البرنامج .		
	ملحوظة : إذا كان المطلوب تعديل أو إضافة أنماط تعلم أخرى ، فما هي اقتراحات سيادتكم		

سادساً - قيادات تنفيذ البرنامج المقترح :

م	قيادات تنفيذ البرنامج	رأى الخبير	
		نعم	لا
١-	هل توافق سيادتكم أن تقوم الباحثة بتنفيذ البرنامج المقترح .		
٢-	هل توافق سيادتكم أن يتم تنفيذ البرنامج بمساعدة (٦) ستة من الطالبات المعلمات بالفرقة الرابعة حيث لديهن خبرة سابقة بمهارات الهوكي والكمبيوتر .		
	ملحوظة : إذا كان المطلوب تعديل أو إضافة قيادات أخرى لتنفيذ البرنامج فما هي اقتراحات سيادتكم		

سابعاً - : الإمكانيات اللازمة لتنفيذ البرنامج :

م	الأدوات والتجهيزات	رأى الخبير	
		نعم	لا
	هل توافق سيادتكم على أن تركز الأدوات والأجهزة المستخدمة بالبرنامج التعليمي لمعرفة فاعلية برنامج تعليمي مقترح باستراتيجية كليلر (تفريد التعليم) باستخدام الهبيرميديا على تعلم بعض مهارات الهوكي لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا .		
-١	<p>جهاز كمبيوتر IBM أو متوافق معه بالمواصفات التالية :</p> <ul style="list-style-type: none"> - معالجة طراز بنتيوم ٤ بسرعة ٤٣٣ ميجا هيرتز . - نظام ويندو (٩٥ ، ٩٨ ، ٢٠٠٠ ، ME ، XP) يدعم اللغة العربية . - بطاقة شاشة ٦٠٠×٨٠٠ ذات تحليل لوني عالي 16 Bit . - بطاقة صوت 16 Bit . - مشغل أقراص مدمجة CD-ROM بسرعة (١٥٠×٥٠) كيلو بايت/ثانية - شاشة ملونة . - سماعات خارجية ويفضل سماعات للأذن . - ذاكرة ممتدة 132 Ram ميجا بايت . - لوحة مفاتيح وفأرة . 		
-٢	معامل للدراسة مجهز بأجهزة الكمبيوتر .		
-٣	القرص الضوئي المدمج CD-Rom المخزن عليه برمجة الهبيرميديا .		
-٤	ملعب هوكي .		
-٥	مضارب هوكي .		
-٦	كرات هوكي .		
-٧	أقماع .		
-٨	كرات طبية .		
-٩	كرات سلة .		
-١٠	كرات يد .		

م	تابع الأدوات والتجهيزات		رأى الخبير	
	لا	نعم	لا	نعم
١١-				
١٢-				
١٣-				
١٤-				
١٥				
ملحوظة :				
إذا كان المطلوب تعديل أو إضافة بعض الإمكانيات ، فما هي اقتراحات سيادتكم				
.....				

ثامناً - : الإطار الزمني العام لتنفيذ البرنامج :

م	الإطار الزمني		رأى الخبير	
	لا	نعم	لا	نعم
أ-				
ب-				
ج-				
د-				
هـ-				

رأى الخبير		تابع الإطار الزمني	م
لا	نعم		
		<ul style="list-style-type: none"> - الجزء الرئيسي (التطبيق العملى) (٦٠ ق) . - الجزء الختامى (٣ ق) . - علماً بأن زمن المحاضرة (٩٠ دقيقة) 	
		<p>ملحوظة :</p> <p>إذا كان المطلوب إضافة موضوعات أخرى للإطار الزمني العام أو ترتيب أجزاء الدرس فما هي اقتراحات سيادتكم ؟</p> <p>.....</p>	

تاسعاً - أساليب التقويم المقترحة للبرنامج :

م	أساليب التقويم		رأى الخبير
	لا	نعم	
			هل توافق سيادتكم على أن يكون أساليب التقويم للبرنامج المقترح على النحو التالي :
-١		<p>التقويم المبدئى أو التمهيدى .</p> <p>ويتم قبل البدء فى تنفيذ البرنامج ويعطى معلومات مهمة عن تحديد مستوى التعلم والنقطة التى يبدأ منها المتعلم وكذلك تصنيف المتعلمين الى مجموعات متجانسة وتحديد نقاط القوة والضعف منذ بداية التنفيذ ، وقد تم ذلك من خلال التطبيق القبلى لأدوات القياس التى اشتملت على :</p> <ul style="list-style-type: none"> - اختبار التحصيل المعرفى . - اختبارات الأداء المهارى . 	
-٢		<p>التقويم البنائى أو التكوينى أو التطويرى :</p> <p>ويتم أثناء تنفيذ العملية التعليمية فى فترات مختلفة ومن خلال نتائجه تكون عملية تطوير البرنامج ويفيد فى تحديد جوانب القصور منذ البداية وتصحيح مسار العملية التعليمية على أساس علمى والتعرف على جدوى كل جزء من جزئيات البرنامج وقد تم ذلك من خلال تأكد الباحثة من تحقيق الأهداف السلوكية الموجودة فى كل وحدة تعليمية .</p> <p>التقويم الختامى أو النهائى أو التجمعى :</p> <p>ويتم هذا النوع فى نهاية التفاعل مع البرنامج للوقوف على مدى ما تحقق من الأهداف لتقدير أثره بعد أن اكتمل تطبيقه وقد تم ذلك التقويم من خلال تطبيق أدوات القياس ومن خلاله تم تقدير مدى تحصيل الطالبات ومدى تقدمهم .</p> <p>التقويم التتبعى :</p> <p>هو الذى يجرى بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج وبعد فترة من التقويم الختامى حيث انه من المفروض أن يكون للبرنامج آثار باقية تؤثر فى عمل المتعلم.</p>	
		ملحوظة :	
		إذا كان المطلوب إضافة أساليب تقويم أخرى فما هى اقتراحات سيادتكم	
		ملحوظة :	
		إذا كان المطلوب إضافة موضوعات أخرى للإطار الزمنى العام أو ترتيب أجزاء الدرس فما هى اقتراحات سيادتكم ؟	

ملحق (ب)

أسماء الخبـراء

أسماء الخبراء

م	الاسم	الوظيفة
١	احمد فتحى الصواف	مدرس تكنولوجيا التعليم بقسم تكنولوجيا التعليم - كلية التربية النوعية - جامعة طنطا .
٢	ايمن عبد الفتاح الباسطى	أستاذ مساعد الهوكى - كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الزقازيق .
٣	بلانش سلامة منيـاس	أستاذ طرق التدريس المتفرغ بقسم المناهج وطرق التدريس والتدريب - كلية التربية الرياضية - جامعة حلوان .
٤	جمال الشـافعى	أستاذ بقسم المناهج وطرق التدريس - كلية التربية الرياضية بالهرم - جامعة حلوان.
٥	حسنى عز الدين	أستاذ الإحصاء بقسم الإدارة الرياضية - كلية التربية الرياضية بالهرم - جامعة حلوان .
٦	حسين عبد العزيز الدرينى	أستاذ علم النفس التعليمى بقسم علم النفس - كلية التربية - جامعة الأزهر
٧	رياض زكريا المنشاوى	أستاذ علم النفس الرياضى بقسم علم النفس - كلية التربية الرياضية - جامعة طنطا .
٨	زكية ابراهيم	أستاذ طرق التدريس بقسم الرياضة المدرسية - كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية
٩	ثناء محمد عمارة	أستاذ طرق التدريس - كلية التربية الرياضية بالجزيرة - جامعة حلوان .
١٠	شريف فتحى صالح	مدرس ألعاب المضرب بقسم التدريب الرياضى - كلية التربية الرياضية - جامعة طنطا .
١١	صفية منصور محمد	أستاذ الألعاب الجماعية - كلية التربية الرياضية للبنات - جامعة حلوان .
١٢	عبد الوهاب ابراهيم كامل	أستاذ علم النفس التعليمى بقسم علم النفس - كلية التربية - جامعة طنطا .
١٣	على عبد المجيد على	أستاذ طرق التدريس بقسم المناهج وطرق التدريس - كلية التربية الرياضية بالهرم - جامعة حلوان .
١٤	فاروق فريد على	مدرس الهوكى بقسم التدريب الرياضى - كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا .
١٥	محسن اسماعيل ابراهيم	أستاذ طرق التدريس بقسم المناهج وطرق التدريس - كلية التربية الرياضية بالمنيا - جامعة المنيا .
١٦	محمد أحمد عبد الله الشاذلى	أستاذ مساعد الهوكى بقسم الألعاب - كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الزقازيق .

تابع أسماء الخبراء

م	الاسم	الوظيفة
١٧	محمد كمونة على	مدرس تكنولوجيا التعليم بقسم المناهج وطرق التدريس - كلية التربية - جامعة طنطا
١٨	محمد محمد الشحات	أستاذ طرق تدريس الهوكي بقسم المناهج وطرق التدريس - كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة .
١٩	مصطفى السايح محمد احمد	أستاذ طرق التدريس بقسم الرياضة المدرسية - كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية
٢٠	مصطفى حسين باهى	أستاذ علم النفس الرياضى بقسم علم النفس الرياضى - كلية التربية الرياضية بالمنيا - جامعة المنيا .
٢١	مكارم حلمى ابو هرجه	أستاذ طرق التدريس المتفرغ بقسم المناهج وطرق التدريس - كلية التربية الرياضية بالمنيا - جامعة المنيا .
٢٢	منتصر مصطفى محمد	مدرس الهوكي بقسم التدريب الرياضى - كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا .
٢٣	نادية محمد متولى	أستاذ طرق التدريس المتفرغ بقسم طرق التدريس والتدريب - كلية التربية الرياضية بالجزيرة - جامعة حلوان .

* تم ترتيب أسماء الخبراء هجائياً .

ملحق (ج)

السیناریو

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
١	بسم الله الرحمن الرحيم هذا البرنامج ضمن بحث دكتوراه بعنوان " فعالية برنامج تعليمي مقترح بأسس اتجحية كبلر (لتفريد التعليم) باستخدام الـ هجبر ميديا لتعلم بعض مهارات الهوكي لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا " جامعة طنطا كلية التربية الرياضية قسم المناهج وطرق التدريس	بسم الله الرحمن الرحيم النص بمصاحبة الموسيقى التنص بمصاحبة الموسيقى مع مقاطع من شريط فيديو بالإضافة إلى رسومات متحركة	تظهر البسلة مع الموسيقى وتثبت في منتصف الشاشة حتى ينتهي الموسيقى يسحب تتر العنوان البحث من أسفل إلى أعلى حتى يستقر في منتصف الشاشة . يسحب تتر جامعة طنطا - كلية التربية الرياضية الرياضية قسم المناهج وطرق التدريس من اليسار إلى اليمين حتى يستقر في منتصف الشاشة ثم يختفي ليظهر مرة ثانية في الجزء الأيمن العلوي من الشاشة ويسحب تتر اسم الباحثة وأسماء الإساتذة المشرفين من أسفل إلى أعلى مع أقطعة فيديو للمهارات التعليمية كخفية التتر وذلك بعمل Mix بينهما . نوع الخط : Simplified Arabic حجم الخط : 20/18 لونه : بيج ولون الخلفية ازرق داكن
٢	بسم الله الرحمن الرحيم تصميم وإنتاجية برمجية تعليمية لتعلم بعض مهارات الهوكي إعداد سالي محمد محمد عبد اللطيف المدرس المساعد بقسم المناهج وطرق التدريس إشراف الأستاذ الدكتور الأستاذ الدكتور محمّد سميح زغبول أستاذ بقسم المناهج وطرق التدريس وركييل كلية التربية الرياضية للر اسات العليا- جامعة طنطا		
٣	مكتوبة زينا اسماعيل محمد مدرس بقسم المناهج وطرق التدريس كلية التربية الرياضية جامعة طنطا		

وصف الإطار	الجانب المسموع	الجانب المرئي	رقم الإطار
<p>ظهور تدريجي في منتصف الشاشة على أن يظهر عنوان (عزيرتي الطالبة في بروز باللون الأحمر الداكن وتصميم الشاشة بحيث يوجد على يمين الصفحة مسطرة يوجد عليها سهمين سهم رأسه لأعلى لقراءة النص مرة أخرى وسهم رأسه لأسفل لقراءة النص التالي .</p> <p>يوجد كلمة مهارات الهوكي باللون الأزرق عند الضغط عليها يبحر البرنامج إلى شاشة إضافية أو نافذة إضافية عن مهارات الهوكي المتضمنة في البرمجية</p>	<p>النص بمصاحبة الموسيقى</p> <p>إذا ضغطت مرة واحدة بالفأرة على السهم الذي يشير إلى أسفل تحريك الشاشة ليظهر النص التالي ثم الضغط على كلمة مهارات الهوكي ذات اللون الأزرق فيبحر البرنامج إلى شاشة إضافية كالتالي .</p>	<p>عزيرتي الطالبة :</p> <p>أهلاً ومرحباً بكى أسمى لكى التوفيق والاستمتاع باللرمجية عزيرتي الطالبة :</p> <p>هذه البرمجية تعتبر مرشك الخاص للاعتماد على نفسك واستخدام احداث الأساليب التكنولوجية لتعلم مهارات الهوكي</p> <p>وتشمل هذه البرمجية على أربعة أنواع من ضربات الكرة وتختلف كلاً منهم عن الأخرى فى طريقة الأداء والحاجة إلى استخدامها فى الملعب لما تتطلب مواقف للعب وهى :</p> <ul style="list-style-type: none"> - مهارة دفع الكرة .push - مهارة نظر الكرة .Flick - مهارة غزف الكرة .Scoop - مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح .Hitt <p>هدف البرنامج</p> <p>تاريخ رياضة الهوكي</p> <p>قانون رياضة الهوكي</p> <p>مهارة دفع الكرة</p> <p>مهارة نظر الكرة</p> <p>مهارة غزف الكرة</p> <p>مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح</p>	<p>4</p>

وصف الإطار	الجانب المسموع	الجانب المرئي	رقم الإطار
<p>ظهور تدريجي من أعلى إلى أسفل الشاشة على أن يظهر العنوان (الهدف العام للبرمجة) بلون بيج ثم ظهور باقي المحتوى بلون بيتي بعد ذلك على أن يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 20/18</p> <p>لونه : بيتي داكن ويكون لون الخلفية أزرق</p>	<p>توجيه</p> <p>- إذا ضغطتني مرة واحدة بالفأرة على الهدف العام للبرمجة تظهر لكي الشاشة كالتالي</p> <p>- إذا ضغطتني مرة واحدة بالفأرة على السهم الذي يشير إلى أسفل لتحريك الشاشة ليظهر: ينص التالي</p> <p>- إذا ضغطتني مرة واحدة بالفأرة على القائمة الرئيسية ثم الضغط على تاريخ رياضة الهوكي</p> <p>- إذا ضغطتني مرة واحدة بالفأرة على تاريخ رياضة فتظهر لها الشاشة التالية</p> <p>عزيزتي الطالبة :</p> <p>تقدم لكي تاريخ رياضة الهوكي في شاشات متتالية تقسمها إلى أجزاء صغيرة لتسهيل عملية التعلم</p> <p>المطلوب منك</p> <p>مشاهدة تلك الشاشات ثم الإجابة على أسئلة التقييم</p>	<p>الهدف العام للبرمجة</p> <p>عزيزتي الطالبة :</p> <p>تهدف هذه البرمجة إلى :</p> <p>□ اكتساب طالبات الفرقة الثالثة المعلومات والمفاهيم والحقائق وقوانين ومعلومات مرتبطة بالتطور التاريخي للعبة والمحتوى المهارى وبعض مواد القانون .</p> <p>□ إكساب طالبات الفرقة الثالثة كيفية أداء المهارات بدقة ومسرة (دفع الكرة -نظر الكرة -حرف الكرة - ضرب الكرة بوجه المضرب المسطح).</p> <p>التعرف على الأراء والانطباعات الوجدانية لطالبات الفرقة الثالثة</p> <p>△ نحن استخدام البرمجة الكمبيوترية .</p> <p>خروج</p> <p>مهاره نظر الكرة</p> <p>مهاره عرف الكرة</p> <p>مهاره ضرب الكرة بالمسطح</p> <p>القائمة الرئيسية</p> <p>تاريخ رياضة الهوكي</p> <p>قانون رياضة الهوكي</p> <p>مهاره دفع الكرة</p> <p>الضغط على تاريخ رياضة الهوكي</p>	<p>٥</p>

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار	
٦	<p>الأهداف المعرفية</p> <p>المحتوى</p> <p>التقويم</p> <p>الأهداف المعرفية :</p> <p>١- أن تتعرف الطالبة على التطور التاريخي للهوكي .</p> <p>٢- أن تستطيع الطالبة معرفة متى أدركت رياضة السهوكي ضمن الألعاب الأولمبية .</p> <p>٣- أن تستطيع الطالبة معرفة متى بدأت رياضة الهوكي وتراجع نشأة رياضة الهوكي من الرياضات التي لا يعرف تاريخ بدايتها وترجع نشأة رياضة الهوكي إلى عصر قدماء المصريين حيث أقيمت القورش المرسومة على مقبرة الأمير كيتي بنى حسن مسافيد نشأة رياضة الهوكي .</p> <p>توجيهه</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على السهم الذي يشير إلى أسفل لتحريك الشاشة يظهر النص التالي</p>	<p>توجيهه</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على الأهداف المعرفية فيظهر لها الشاشة التالية</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على كلمة هوكي ذات اللون المختلف (الأحمر) لكي تبحر الطالبة إلى نافذة إضافية</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على السهم الذي يشير إلى أسفل لتحريك الشاشة يظهر النص التالي</p>	<p>توجيهه</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على الأهداف المعرفية فيظهر لها الشاشة التالية</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على كلمة هوكي ذات اللون المختلف حتى تجسُر إلى نافذة إضافية .</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على السهم الذي يشير إلى أسفل لتحريك الشاشة يظهر النص التالي</p>	<p>تظهر تدريجي من اليمين إلى اليسار على أن يظهر العنوان الأهداف المعرفية بلون بيج ثم ظهور باقي المحتوى على أن يكون :</p> <p>نوع الخط Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط 20/18</p> <p>لونه : بيج فيما عدا كلمة باللون الأحمر عند الضغط عليها يبحر البرنامج إلى شاشة إضافية أو نافذة إبحار تتضمن معلومات إضافية عن بداية رياضة الهوكي .</p> <p>ظهور تدريجي من أعلى إلى أسفل على أن يظهر المحتوى باللون التيتي فيما عدا كلمة باللون الأزرق عند الضغط عليها يبحر البرنامج إلى شاشة إضافية أو نافذة إبحار تتضمن معلومات إضافية عن مراحل تطور رياضة الهوكي وفي نهاية الفقرة توجد كلمة أخرى بلون أحمر عند الضغط عليها يبحر البرنامج إلى شاشة إضافية أخرى أو نافذة إبحار تتضمن معلومات إضافية عن المضرب والكرة :</p>
٧	<p>الأهداف المعرفية</p> <p>المحتوى</p> <p>التقويم</p> <p>الأهداف المعرفية :</p> <p>١- أن تتعرف الطالبة على التطور التاريخي للهوكي .</p> <p>٢- أن تستطيع الطالبة معرفة متى أدركت رياضة السهوكي ضمن الألعاب الأولمبية .</p> <p>٣- أن تستطيع الطالبة معرفة متى بدأت رياضة الهوكي وتراجع نشأة رياضة الهوكي من الرياضات التي لا يعرف تاريخ بدايتها وترجع نشأة رياضة الهوكي إلى عصر قدماء المصريين حيث أقيمت القورش المرسومة على مقبرة الأمير كيتي بنى حسن مسافيد نشأة رياضة الهوكي .</p> <p>توجيهه</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على السهم الذي يشير إلى أسفل لتحريك الشاشة يظهر النص التالي</p>	<p>توجيهه</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على الأهداف المعرفية فيظهر لها الشاشة التالية</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على كلمة هوكي ذات اللون المختلف حتى تجسُر إلى نافذة إضافية .</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على السهم الذي يشير إلى أسفل لتحريك الشاشة يظهر النص التالي</p>	<p>توجيهه</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على الأهداف المعرفية فيظهر لها الشاشة التالية</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على كلمة هوكي ذات اللون المختلف حتى تجسُر إلى نافذة إضافية .</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على السهم الذي يشير إلى أسفل لتحريك الشاشة يظهر النص التالي</p>	<p>تظهر تدريجي من اليمين إلى اليسار على أن يظهر العنوان الأهداف المعرفية بلون بيج ثم ظهور باقي المحتوى على أن يكون :</p> <p>نوع الخط Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط 20/18</p> <p>لونه : بيج فيما عدا كلمة باللون الأحمر عند الضغط عليها يبحر البرنامج إلى شاشة إضافية أو نافذة إبحار تتضمن معلومات إضافية عن بداية رياضة الهوكي .</p> <p>ظهور تدريجي من أعلى إلى أسفل على أن يظهر المحتوى باللون التيتي فيما عدا كلمة باللون الأزرق عند الضغط عليها يبحر البرنامج إلى شاشة إضافية أو نافذة إبحار تتضمن معلومات إضافية عن مراحل تطور رياضة الهوكي وفي نهاية الفقرة توجد كلمة أخرى بلون أحمر عند الضغط عليها يبحر البرنامج إلى شاشة إضافية أخرى أو نافذة إبحار تتضمن معلومات إضافية عن المضرب والكرة :</p>

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
١-٧	<p>المرحلة البدائية :</p> <p>ويمارس فيها اللعبة المجتمع بأسرة أى بين طفلين ويبدأ اللعب فى منتصف المسافة بينهما وتنتهى بفوز من يصل بالكرة إلى ميدان منافسة أو لا وكانت اللعبة تخلق من عنصر المنافسة .</p> <p>4/1</p> <p>التالى</p> <p>المسابق</p> <p>القائمة الرئيسية</p> <p>خروج</p>	<p>إذا ضعفتى مرة واحدة بالقارة على السهم الذى يشير إلى اليسار  والبرواز حتى تنتقل إلى التالى</p>	<p>ظهور تدريجى لمرحلة تطور رياضة السهوكى على ان يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 20/18</p> <p>لونه : بيج ويكون لون الخلفية أزرق داكن</p>
٢-٧	<p>المرحلة الشعبية :</p> <p>وفىها تنتقل للعبة إلى عنصر المنافسة بين مجتمع اكبر ولكن كان يتفصها عنصر التنظيم .</p> <p>4/2</p> <p>التالى</p> <p>المسابق</p> <p>القائمة الرئيسية</p> <p>خروج</p>		
٣-٧	<p>المرحلة القومية :</p> <p>وفىها يبدأ التنظيم المبدئى للعبة ووضع القوانين لتحديد مقاييس اللعب</p>		

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٤-٧	<p>والمرمى .</p> <p>المرحلة العالمية :</p> <p>ويكون التنظيم قد أخذ فيها طريقة ووصل مداه إلى درجة تسمح له بالانتقال إلى مجتمعات خارجية .</p> <p>4/3</p> <p>4/4</p> <p>6/3</p> <p>6/4</p> <p>التالي</p> <p>السابق</p> <p>القائمة الرئيسية</p> <p>الخروج</p> <p>التالي</p> <p>السابق</p> <p>القائمة الرئيسية</p>	<p>إذا ضغطتني مرة واحدة بالفأرة على التالي الذي يوجد أسفل الشاشة انتقل إلى القائمة التالية</p> <p>إذا ضغطتني مرة واحدة بالفأرة على المسهم الذي يشير إلى أسفل لتحريك الشاشة ليظهر النص التالي</p> <p>إذا ضغطتني مرة واحدة بالفأرة على كلمة المضرب ذات اللون الأحمر حتى تبصر إلى شاشة إضافية</p> <p>موسيقى :</p> <p>إذا ضغطتني مرة واحدة بالفأرة على السهم</p>	<p>وصف الإطار</p>
٥-٧	<p>ولقد اختلفت طريقة ممارسة رياضة الهوكي من دولة لأخرى ومهما كان هذا الاختلاف وتعد إلا أن جميع الدول الممارسة للعبة اتحدت في الأدوات المستخدمة في اللعب وأولهما المضرب وثانياً الكرة</p> <p>أولاً : المضرب " Stick "</p> <p>هي الأداة الأساسية للاعب الهوكي ووظيفتها</p>	<p>٥-٧</p>	<p>٥-٧</p>
٦-٧	<p>٦-٧</p>	<p>٦-٧</p>	<p>ظهور عنوان المضرب " العصا " stick في بروجز نيتسي اللون ثم ظهور باقي المحتوى بعد ذلك على أن يكون</p>

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٧-٧	<p>يصبح لاعب غير قانوني ولا يسمح له بالاشتراك في المباراة . وقيماً استخدم قدماء المصريين فروع الأشجار وجريد النخل بدلاً من العصا وتطورت عصا الهوكي، إلى أن أصبحت تصنع من نوع معين من الخشب المتميز بقرته على تحمل صدمات الكرة الصلبة مما يستلزم أن يكون الخشب من النوع المرن نوعاً ما .</p> <p>4/1   4/1</p> <p>التالي   السابق</p> <p>مقطع من شريط فيديو لمضارب الهوكي</p> <p>توجيه :</p>	<p>الذي يشير إلى أسفل لتحريك الشاشة ليظهر النص التالي</p> <p>إننا ضغطتني مرة واحدة بالفأرة على المربع الذي يوجد به السهم الذي يشير إلى اليسار لتظهر الشاشة كالتالي</p> <p>إننا ضغطتني مرة واحدة بالفأرة على المربع الذي يوجد فيه السهم الذي يشير إلى اليسار لتظهر الشاشة كالتالي</p>	<p>نوع الخط : Simplified Arabic حجم الخط : 20/18 لونه : بيج ويكون لون الخلفية أرق داكن</p>
٧-٨			

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٨-٧	<p>الجزء الأعلى من العصا هو مقبض وحجم العصا حيث يلف هذا الجزء بعد لصقه برأس العصا والجزء الموجود بالنهاية السفلى ، وذلك بمساحة لاصقة بجيوب قوية لتحفظ صلابته وتعمل على عدم انفصال جزئي العصا ويلاحظ أن يكون الجزء الموجود بالنهاية السفلى من الخشب مقوس ولا يجوز أن يكون مديباً أو مثنياً به معن أو أى مادة أخرى أو يوجد به أى حافة حادة أو جبيرة خطيرة . لا تكون مربعة أو مديبية ولكن مستديرة الطرف ، وهناك نوعان من المضارب (١) النوع الإنجليزي (٢) النوع الهندي ، و المضرب الإنجليزي يتميز بالخشاه مفتوح وطويل بعض الشيء والاختفاء مقبول وقصير فى المضرب الهندي</p> <p>وقد اتضح ان المضرب الهندي يتفوق على المضرب الإنجليزي فى التحكم والسيطرة على الكرة وهذا يرجع إلى الاقتمام الكبير فى السهتد بلعبة الهوكى ونشرها لتصنيع اللعبة الشعبية الأولى فيها بين الأطفال والكبار من الجنسين مما جعل مصانعها تهتم بتصنيع العصا بالشكل الذى يتناسب مع مراحل السن المختلفة وذلك للتشويق والعمل على نشرها والتعرف على :</p> <p>طرق صيانة العصا</p>	<p>موسيقى : إذا ضغطتلى مرة واحدة بالقبارة على السهم الذى يشير إلى أسهل لتحريك الشاشنة ليظهر النص التالى</p> <p>إذا ضغطتلى مرة واحدة بالقبارة على الكلمة ذات اللون المختلف حتى تبحر إلى نافذة أو شاشنة إضافية</p>	<p>تظهر النص فى بروتان باللون البيج وتصميم الشاشنة بحيث يوجد على اليمين الصفحة مسطرة يوجد عليها سهمين سهم رأسه لأعلى لقراءة النص مرة أخرى وسهم رأسه لأسفل لقراءة النص التالى</p> <p>على أن يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 20/18</p> <p>لونه : بيج فيما عدا كلمة باللون الأحمر عند الضغط عليها يبحر البرنامج إلى شاشنة إضافية أو نافذة إحصار تتضمن معلومات عن المضرب الهندي ، طسرق صيانة عصا الهوكى ويكون لون الخلفية أرق دالكن .</p>

وصف الإطار	الجانب المسموع	الجانب المرئي	رقم الإطار
<p>ظهور عنوان الكرة The Ball باللون البيج ثم ظهور باقي المحتوى بتصميم الشاشة بحيث يوجد على يمين الصفحة مسطرة يوجد عليها سهمين سهم رأسه لأعلى لقراءة النص مرة أخرى وسهم لأسفل لقراءة النص التالي على أن يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 20/18</p> <p>لونه : بيج والخلفية لونها ازرق داكن</p>	<p>إذا ضغطت مرة واحدة بالفأرة على كلمة الكرة ذات اللون الأحمر حتى تحو إلى نافذة أو شاشة إضافية .</p> <p>إذا ضغطت مرة واحدة بالفأرة على السهم الذي يشير إلى أسفل لتحريك الشاشة ليظهر النص بمصاحبة لقطة فيديو كالتالي</p> <p>إذا ضغطت مرة واحدة بالفأرة على المربع الذي يوجد به السهم الذي يشير إلى اليسار لتظهر لها الشاشة التالية</p> <p>إذا ضغطت مرة واحدة بالفأرة على السهم الذي يشير إلى أسفل لتحريك الشاشة يظهر النص التالي</p>	<p>The Ball الكرة هي الأداء الرئيسية الثانية بعد العصا وكرة الهوكي كما هو الحال بالنسبة للعصا قد مرت بتطورات عديدة حتى وصلت للشكل القسائوني الحالي قديماً استخدام الأجداد نهايات عظام الحيوانات التي تكون المفصل وذلك لتحقيقها ولأنها تأخذ الشكل النقيبه كروي ، ثم استخدم قطع الأخشاب الصغيرة ، ثم صنعوا كرات من اللبف المستخرج من النخيل المصنوع أن يتوافر فيها الموصفات القانونية الموضوعه لها وللتأكيد على المحافظة على الكرة</p> <p>لقطة فيديو توضح كرة الهوكي</p> <p>1/1</p> <p>التالي السابق</p> <p>يجب المحافظة على الكرة شكلاً وصلابة ولوناً بوضعها في مكان جاف ودهنا بالطلاء الأبيض لضمان وضوحها وتمسك جدها .</p> <p>أما الكرة التي تصنع من البلاستيك فيوضع بداخلها كذلك فلين مضغوط ثم يغطى بطبقة سميكة من البلاستيك الأبيض وقد صنعت هذه الكرات لأول مرة في أمانيا الغربية وهي تتميز عن سابقتها بتماسكها لمدة طويلة وعدم تأثيرها بالمياه أو العوامل الجوية .</p>	<p>٩-٧</p> <p>١٠-٧</p>

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
١١-٧	<p>وكان نادي ويمبلدون أول من قام بوضع قانون اللعب عام ١٨٨٣م وبعدھا بدأ الميل نحو ممارسة اللعبة وزيادتها شعبيتھا وتكونت اتحادات اللعبة وتجمعت لتكون اتحاد دولي يضم كل من أيرلندا ، إنجلترا ، ويلز ، اسكتلندا عام ١٨٨٦م .</p> <p>التالي</p> <p>السابق</p>	<p>توجيه إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على مربع التالي لتظهر لها نقطة فيديو بمصاحبة النص كالتالي</p> <p>توجيه إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على مربع التالي ليظهر لك النص التالي</p>	<p>تظهر نقطة فيديو أعلى النص على أن يكون نوع الخط : Simplified Arabic حجم الخط : 20/18 لونه : بيج والخلفية لونها أزرق داكن</p>
١٢-٧	<p>أقيمت أول مباراة بين إنجلترا وأيرلندا عام ١٨٩٥م وأول مباراة دولية بين إنجلترا وفرنسا عام ١٩٠٧م . أما على المستوى المحلي فقد أقيمت أول مباراة للهوكي في مصر عام ١٩٣٢م بين الزقازيق الثانوية ومدرسة روض الفرج الثانوية .</p> <p>التالي</p> <p>السابق</p>	<p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على مربع التالي ليظهر صورة ثابتة بمصاحبة النص</p>	<p>ظهور تدريجي للنص من أعلى إلى أسفل على أن يكون لون الخط بيج والخلفية لونها أزرق داكن</p>

وصف الإطار	الجانب المسموع	الجانب المرئي	رقم الإطار
<p>ظهور تدريجي لصور ثابتة ثم ظهور النص وتصميم الشاشة بحيث تظهر الصورة في دائرة ثم يليها النص باللون البيج والخلفية باللون الأزرق</p> <p>ظهور النص ثم لقطة الفيديو أعلاه في بروجيكتور أسود ولون النص بيج والخلفية أزرق غامق</p>	<p>توجيه</p> <p>إذا ضغطت مرة واحدة بالفأرة على مربع التالي يظهر لها النص بمصاحبة لقطة فيديو وتعليق حواري مع موسيقى تعليمية كالتالي</p> <p>توجيه</p> <p>إذا ضغطت مرة واحدة بالفأرة على القائمة الرئيسية للرجوع إلى القائمة الرئيسية</p> <p>إذا ضغطت مرة واحدة بالفأرة على التتويج تظهر لك الشاشة التالية</p> <p>عزيزتي الطالبة</p> <p>نقدمي لك قانون رياضة الهوكي في شاشات متتالية نقسمه إلى أجزاء صغيرة لتسهيل عملية التعلم المطلوب منك مشاهدة تلك الشاشات ثم الإجابة على أسئلة التتويج</p>	<p>صورة ثابتة توضح تاريخ رياضة الهوكي</p> <p>تم إنشاء الاتحاد المصري للهوكي عام ١٩٤٣م وبدأ نشر رياضة الهوكي بين الأندية في المدن المختلفة وانضمت إلى الاتحاد الدولي في نفس العام .</p> <p>التالي</p> <p>6/5</p> <p>المتعلق</p> <p>لقطة فيديو توضح انضمام الهوكي للألعاب الأولمبية</p> <p>وتعتبر رياضة الهوكي ضمن الألعاب الأولمبية الجامعية حيث أدرجت ضمن الألعاب الأولمبية بلندن عام ١٩٠٨م</p> <p>التالي</p> <p>6/6</p> <p>المتعلق</p> <p>القائمة الرئيسية</p> <p>خروج</p> <p>التتويج</p> <p>قانون رياضة الهوكي</p>	١٣-٧
			١٤-٧

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٨	أصل كلمة هوكي مأخوذاً من الاسم الفرنسي (Hoque) والتي تعني عصا الراعي . أ- عصا الراعي . ب- العصا . ج- المضرب .		ظهور تدريجي لأستئلة التوزيع على أن يظهر (اختارى الإجابة الصحيحة فيما يلى) من اليمين إلى اليسار وتحتوى الشائنة على مفتاحين إحدهما السابق والآخر التالى وذلك للتقل ما بين ٢٠ سؤال يتم الإجابة عليها من خلال الضغط على أى من الاختيارات الثلاثة (أ ، ب ، ج) وذلك بالضغط مرة أخرى بالفأرة على الإجابة المختارة مع ظهور تعزيز فورى لإجابة الطالبة
٨-١	أصل كلمة هوكي مأخوذاً من الاسم الفرنسي (Hoquet) والتي تعني عصا الراعي . أ- الأمريكي . ب- الفرنسي . ج- الإنجليزي . صنفت على (أ) إجابة خاطئة الإجابة : يذكر بعض المؤرخين أن ظهور رياضة الهوكي بصورتها الحالية كان في فرنسا وكانت تمارس في العصور الوسطى وكان اسم رياضة الهوكي مأخوذ من الاسم الفرنسي القديسم هوكية أى عصا الراعي . مرت رياضة الهوكي في تطورها كالألعاب الجماعية الأخرى	صوت كسر زجاجي مؤثر صوتي	ظهور علامة (x) باللون الأحمر في يسار الشاشة ، وظهور عبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر فى يمين الشاشة ثم ظهور فقرة تحتوى على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة .
٨-٢	أ- بخمس مراحل . ب- بستة مراحل . ج- بأربع مراحل .		

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٤-٨	<p>مرت رياضة في تطور ما كألعاب الجماعية الأخرى بأربع مراحل</p> <p>أ- الهوكي .</p> <p>ب- التنس .</p> <p>ج- الاسكواش .</p> <p>الإجابة : المرحلة البدائية والمرحلة الشعبية والمرحلة القومية والمرحلة العالمية هي المراحل الأربع التي مرت بها رياضة الهوكي في تطورها كالألعاب جماعية تروحية .</p> <p>ترجع نشأة رياضة الهوكي إلى عصر</p> <p>أ- قداماء المصريين .</p> <p>ب- الفونسيين .</p> <p>ج- الألمان .</p> <p>صنعت على (أ) إجابة صحيحة</p> <p>ترجع رياضة الهوكي إلى عصر قداماء المصريين .</p> <p>أ- تطور .</p> <p>ب- نشأة .</p> <p>ج- تنظيم .</p> <p>صنعت على (أ)</p> <p>الإجابة : أثبتت اللقوش المرسومة على مقبرة الأميرة " كيتي " بمساعدة بنى حسن في عهد الأسرة الحادية عشرة أن نشأة رياضة الهوكي يرجع إلى عصر القداماء المصريين</p>	<p>صوت تصفيق</p> <p>مؤثر صوتي</p>	<p>ظهور علامة () باللون الأخضر في يسار الشاشة ،</p> <p>عبارة (إجابة صحيحة) باللون الأخضر في يمين الشاشة</p> <p>اسفل السؤال</p>
٧-٨	<p>أدرجت رياضة الهوكي ضمن الألعاب الأولمبية بتدن عام</p>		

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٨-٨	<p>١٩٠٨ - أ</p> <p>١٩٨٠ - ب</p> <p>١٩٨٨ - ج</p> <p>أدرجت رياضة الهوكي ضمن الألعاب الأولمبية عام ١٩٠٨</p> <p>أ- فرنسا .</p> <p>ب- بأستراليا .</p> <p>ج- بلندن .</p> <p>ضغظت على (أ) الإجابة خاطئة</p> <p>الإجابة : تعد رياضة الهوكي من الألعاب الأولمبية التي أدرجت ضمن الألعاب الأولمبية بلندن عام ١٩٠٨ .</p> <p>نادي ويمبلدون بلندن أول من قام بوضع قانون اللعبة عام .</p> <p>أ- ١٩٧٢ .</p> <p>ب- ١٨٨٢ .</p> <p>ج- ١٨٩٢ .</p> <p>نادي بلندن أول من قام بوضع قانون اللعبة عام ١٩٨٢</p> <p>أ- الأهلي .</p> <p>ب- السكة الحديد .</p> <p>ج- ويمبلدون .</p> <p>ضغظت على (أ) إجابة خاطئة</p> <p>الإجابة : يشير كريك Creak إلى أن نادي ويمبلدون بلندن أول من قام</p>	<p>صوت كسر زجاج مؤثر صوتي</p>	<p>تظهر علامة (x) باللون الأحمر في يسار الشاشة ، وتظهر عبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر في يمين الشاشة ثم تظهر فقرة تحتوي على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة .</p>
٨-٩	<p>١٠-٨</p>	<p>صوت كسر زجاج مؤثر صوتي</p>	<p>تظهر علامة (x) باللون الأحمر في يسار الشاشة ، وتظهر عبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر في يمين الشاشة ثم تظهر فقرة تحتوي على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة .</p>

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
١١-٨	<p>بوضع قانون اللعبة عام ١٨٨٢ وبعدها بدأ الميل نحو ممارسة اللعبة وزادت شعبيتها</p> <p>أقيمت أول مباراة للهوكي في مر عام بين الزقازيق الثانوية ومدرسة روض الفرج الثانوية</p> <p>أ- ١٩٣٣ .</p> <p>ب- ١٩٣٢ .</p> <p>ج- ١٩٣١ .</p>	<p>صوت كسر زجاج مؤثر صوتي</p>	<p>ظهور علامة (x) باللون الأحمر في يسار الشاشة ، وظهور عبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر في يمين الشاشة ثم ظهور فترة تحتوي على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة .</p>
١٢-٨	<p>أقيمت في مصر عام ١٩٣٢ بين الزقازيق الثانوية ومدرسة روض الفرج الثانوية</p> <p>أ- ثاني مباراة للهوكي .</p> <p>ب- ثالث مباراة للهوكي .</p> <p>ج- أول مباراة للهوكي .</p> <p>صنفت على (ب) إجابة خاطئة</p> <p>الإجابة : بدأ ظهور لعبة الهوكي بصورتها الحالية بمدرسة الزقازيق الثانوية عام ١٩١٩ على يد المدرس الانجليزي لوكر Locker ثم مدرسة روض الفرج الثانوية كما كانت تمارس بتلدى الجزيرة ، ونادى ضباط الشرطة بواسطة بعض الأجانب وأقيمت أول مباراة للهوكي في مصر عام ١٩٣٢ بين مدرسة الزقازيق الثانوية وروض الفرج الثانوية أقيمت أول مباراة دولية بين إنجلترا وفرنسا عام</p> <p>أ- ١٩٠٨ .</p>		

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
١٤-٨	<p>ب- ١٩٠٧ .</p> <p>ج- ١٩٠٩ .</p> <p>أقيمت أول مباراة دولية بين و عام ١٩٠٧م</p> <p>أ- إنجلترا وأستراليا .</p> <p>ب- فرنسا وروما .</p> <p>ج- إنجلترا وفرنسا .</p> <p>ضغظت على (ب) إجابة خاطئة</p> <p>الإجابة : تأسس الاتحاد الدولي لرياضة الهوكي عام ١٩٢٤ والاتحاد الدولي لهوكي السيدات عام ١٩٢٧ وشمل الاتحاد الدولي لهوكي الرجال هو (FIH) وللسيدات (IFWHI) وأقيمت أول مباراة دولية بين إنجلترا وفرنسا عام ١٩٠٧م .</p>	صوت كس زجاج مؤثر صوتي	<p>ظهور علامة (X) باللون الأحمر في يسار الشاشة ،</p> <p>وظهور عبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر في يمين الشاشة ثم ظهور فترة تحتوي على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة .</p>
١٥-٨	<p>تكوّنت الاتحادات للعبة الهوكي وتجمعت لتكوين اتحاد دولي يضم كل من</p> <p>أيرلندا ، إنجلترا ، ويلز ، اسكتلندا علم</p> <p>أ- ١٨٨٦ .</p> <p>ب- ١٩٨٦ .</p> <p>ج- ١٧٨٦ .</p>		
١٦-٨	<p>تكوّنت الاتحادات للعبة الهوكي وتجمعت لتكوين اتحاد دولي يضم كل من</p> <p>..... ، ، ، علم ١٨٨٦</p> <p>أ- اليابان ، إنجلترا ، ويلز ، اسكتلندا .</p> <p>ب- أيرلندا ، فرنسا ، اسكتلندا ، روما .</p>		

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
١٧-٨	<p>ج- أيرلندا ، إنجلترا ، ويلز ، اسكتلندا . ضعفت على (أ) إجابة خاطئة الإجابة : فى الدورة الأولمبية موسكو ١٩٨٠ أول فريق أفريقي ليهوكى السيدات يفوز بميدالية ذهبية هو فريق دولة زيمبابوى وانتشرت اللعبة وذات شعبيتها وتكونت اتحادات اللعبة وتكونت لتكوين اتحاد دولى يضم كل من أيرلندا ، إنجلترا ، ويلز ، اسكتلندا عام ١٨٨٦م .</p> <p>تم إنشاء الاتحاد المصرى للهوكى عام أ- ١٨٤٣ . ب- ١٩٤٣ . ج- ١٩٣٤ .</p>	<p>صوت كسر زجاج مؤثر صوتى</p>	<p>ظهور علامة (X) باللون الأحمر فى سبسل الشاشة ، وظهور عبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر فى يمين الشاشة ثم ظهور فقرة تحوى على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة .</p>
١٨-٨	<p>تم إنشاء للهوكى عام ١٩٤٣م أ- الاتحاد الدولى . ب- الاتحاد المصرى . ج- الاتحاد الأوروبى .</p> <p>ضعفت على (أ) إجابة خاطئة الإجابة : بدء ظهور رياضة الهوكى كان فى مدرسة الزقازيق الثانوية عام ١٩١٩ وفاز نادى الشرقية ببطولة أفريقيا بمدى اثنى عشر عام وتم إنشاء الاتحاد المصرى للهوكى عام ١٩٤٣ ويدعم نشر رياضة الهوكى بين الأندية فى المدن المختلفة وانضمت إلى الاتحاد الدولى فى نفس العام .</p>		

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
١٩-٨	<p>استخدم قديماً فروع الأشجار وجريد النخل بدلاً من العصا .</p> <p>أ- قماماء اليونانيون .</p> <p>ب- قماماء المصريين .</p> <p>ج- قماماء الفرنسيون .</p> <p>استخدم قماماء المصريين قديماً فروع الأشجار وجريد النخل بدلاً من</p> <p>أ- الكرة .</p> <p>ب- العصا .</p> <p>ج- الاليتين معاً .</p> <p>ضعفت على (أ) إجابة خاطئة</p> <p>الإجابة : المصرب " العصا " هي الأداة الأساسية للاعب السهوكي وقديماً استخدم قماماء المصريين فروع الأشجار وجريد النخل بدلاً من العصا .</p> <p>نجاح مبهز لعهد عظيم إلى اللقاء في بقية البرمجية</p>	<p>لقد حصلت على نسبة أكبر من ٧٠% لذا فإنك لست بحاجة لدراسة هذه الوحدة مرة أخرى</p> <p>انتقل للدراسة قانون رياضة السهوكي</p>	<p>ظهور علامة (x) باللون الأحمر في مسلسل الشاشة ، وظهور عبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر في يمين الشاشة ثم ظهور قفزة تحتوي على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة .</p> <p>صوت كسر زجاج مؤثر صوتي</p>
٢٠-٨			

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار	
9	<p>قانون رياضة الهوكي</p> <p>لقطات متتالية لرسمات متحركة توضح الأبعاد القانونية لملاعب الهوكي</p> <p>ملعب الهوكي مستطيل الشكل يبلغ طوله ١٠٠ ياردة وعرضه ٦٠ ياردة ، ويحاط بملاعب الهوكي بحواجز خلفية طولها ١٢ قدم وارتفاعها ١٨ بوصة ، وجميع خطوط ملعب الهوكي يعرض ٣ بوصة ، ويتم تثبيت قوائم الرليات في كل ركن من أركان الملعب ويتراوح ارتفاعها من ٤ إلى ٥ قدم</p> <p>تبعد دوائر التصوير عن الحد النهائي لملاعب الهوكي مسافة ١٦ ياردة ، وتبعد دوائر التصوير عن الحد النهائي لملاعب الهوكي مسافة ١٦ ياردة</p> <p>التالي 3/1 السابق</p> <p>لقطه فيديو توضح عدد اللاعبين وعدد الأخطاء وعدد الحكام</p> <p>يبلغ زمن المباراة في رياضة الهوكي ٧٠ دقيقة ويبلغ عدد أشواط المباراة شوطين وتتراوح فترة الراحة بين الشوطين من ٥ إلى ١٠ دقيقة، ويتكون الفريق من ١١ لاعب ويبلغ عدد الحكام في رياضة الهوكي حكمان</p>	<p>إذا ضغطت مرة واحدة بالفأرة على السهم الذي يشير إلى أسفل لتحريك الشاشة يظهر النص التالي</p> <p>توجيه</p> <p>إذا ضغطت مرة واحدة بالفأرة على مربع التالي ليظهر لك النص بمصاحبة لقطة الفيديو وتعليق صوتي مع موسيقى كالتالي</p>	<p>ظهور تدريجي للنص مع لقطات متتالية لرسمات متحركة توضح الأبعاد القانونية لملاعب الهوكي والمرمى في برواز أسود</p> <p>وتصميم الشاشة بحيث يوجد على يمين النص مسطرة يوجد عليها سهمين سهم رأسه لأعلى لقراءة النص مرة أخرى وسهم رأسه لأسفل لقراءة النص التالي على أن يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 20/18</p> <p>لونه : بيج والخلفية لونها أزرق داكن موسيقى</p> <p>تعلق حواري</p>	وصف الإطار

رقم الإطار	الجانب المرئى	الجانب المسموع	وصف الإطار
١-١٠	ملعب الهوكى مستطيل الشكل يبلغ طوله وعرضه ٦٠ ياردة أ- ١٥٠ ياردة . ب- ١٠٠ ياردة . ج- ٩٠ ياردة . ملعب الهوكى مستطيل الشكل يبلغ طوله ١٠٠ ياردة وعرضه أ- ٧٠ ياردة . ب- ٨٠ ياردة . ج- ٦٠ ياردة . ضعفتى على (ب) إجابة خاطئة . الإجابة : تقام مباريات الهوكى على ملاعب عشبية وهو مستطيل الشكل ويبلغ طوله ١٠٠ ياردة وعرضه ٦٠ ياردة يبلغ زمن المباراة فى رياضة الهوكى مقسمة على شسوطين زمن كل شوط (٣٥) خمس وثلاثون دقيقة أ- ٧٠ ق . ب- ٨٠ ق . ج- ٩٠ ق . ضعفت على (أ) إجابة صحيحة يبلغ زمن المباراة فى رياضة الهوكى (٧٠) سبعون دقيقة مقسمة على أ- ثلاث أشواط .	صوت كسر زجاج مؤثر صوتى	ظهور تدريجى لأسئلة التوقيت على أن يظهر (الختارى الإجابة الصحيحة فيما يلى) من اليمين إلى اليسار وتحتوى الثنائية على مفتاحين إحدهما السابق والآخر التالى وذلك للتقل ما بين ٢٠ سؤال يتم الإجابة عليها من خلال الضغط على أى من الاختيارات الثلاثة (أ ، ب ، ج) وذلك بالضغط مرة أخرى بالفأرة على الإجابة المختارة مع ظهور تعزيز فورى إجابة الطالبية ظهور علامة (×) باللون الأحمر فى يسار الثنائية ، وظهور عبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر فى يمين الثنائية ثم ظهور قفزة تحتوى على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة . ظهور علامة (؟) باللون الأخضر فى يسار الثنائية ، عبارة (إجابة صحيحة (باللون الأخضر فى يمين الثنائية اسفل السؤال
١-٤		صوت تصفيق مؤثر صوتى	

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار	
١-٥	<p>٦- شوطين .</p> <p>ج- أربعة أشواط .</p> <p>ضغطت على (أ) إجابة خاطئة</p> <p>الإجابة : تستمر مباراة الهوكي على شوطين مدة كلاً منهما (٣٥) خمسة وثلاثون دقيقة مع فترة استراحة بين الشوطين مدتها من (٥) خمسة إلى (١٠) عشرة دقائق وقد يسمح بوقت بدل ضائع تبعاً لأحداث المباراة .</p> <p>يحكم مباراة الهوكي ويتكون الفريق من (١١) إحدى عشر لاعباً فيهم حارس المرسي</p> <p>أ- حكم واحد .</p> <p>ب- حكمان .</p> <p>ج- ثلاث حكام .</p> <p>ضغطت على (ب) إجابة صحيحة</p> <p>يحكم مباراة الهوكي حكمان ويتكون الفريق من لاعباً بما فيهم حارس المرسي</p> <p>أ- (١٢) اثني عشر لاعباً .</p> <p>ب- (١٣) ثلاث عشر لاعباً .</p> <p>ج- (١١) إحدى عشر لاعباً .</p> <p>ضغطت على (ب) إجابة خاطئة .</p>	<p>صوت كسر زجاجي</p> <p>مؤثر صوتي</p> <p>صوت تصفيق</p> <p>مؤثر صوتي</p> <p>صوت كسر زجاج مؤثر صوتي</p>	<p>ظهور علامة (×) باللون الأحمر في يسار الشاشة ، وظهور عبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر في يمين الشاشة ثم ظهور فقرة تحتوي على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة .</p> <p>ظهور علامة (؟) باللون الأخضر في يسار الشاشة ، عبارة (إجابة صحيحة) باللون الأخضر في يمين الشاشة أسفل السؤال</p> <p>ظهور علامة (×) باللون الأحمر في يسار الشاشة ، وظهور عبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر في يمين الشاشة ثم ظهور فقرة تحتوي على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة .</p>	<p>ظهور علامة (×) باللون الأحمر في يسار الشاشة ، وظهور عبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر في يمين الشاشة ثم ظهور فقرة تحتوي على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة .</p>

رقم الإطّار	الجانب المرئى	الجانب المسموع	وصف الإطّار
٧-١٠	(١٠) لاعبين فى الملعب وحارس للمرمى من الممكن إجراء ثلاث تغيرات واللاعب الذى يتم استبداله لا يعود مرة أخرى وقبل لحظات من بداية المباراة يحتل كل فريق نصف ملعبه عن طريق القرعة ، يحكم المباراة حكمان .	صوت تصفيق مؤثر صوتى	ظهور علامة (؟) باللون الأخضر فى يسار الشائشة ، عبارة (إجابة صحيحة) باللون الأخضر فى يمين الشائشة اسفل السؤال
٨-١٠	يتراوح وزن المصرب ويشترط قانونية استخدام أى مصرب أن تس منه حلقة قطرها ٥,١ سم أ- من ١٢ إلى ٢٠ أوقية . ب- من ١١ إلى ٢٢ أوقية . ج- من ١٢ إلى ٢٨ أوقية . ضغطت على (ج) إجابة صحيحة	صوت كسر زجاجى مؤثر صوتى	ظهور علامة (×) باللون الأحمر فى يسار الشائشة ، وظهور عبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر فى يمين الشائشة ثم ظهور فقرة تحتوى على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة .
٩-١٠	يتراوح وزن كرة الهوكى من إلى	صوت تصفيق	ظهور علامة (؟) باللون الأخضر فى يسار الشائشة ،

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
١٠-١٠	<p>أ- من ٦,١ إلى ٦,٧٥ أوقية .</p> <p>ب- ٥,٥ إلى ٥,٧٥ أوقية .</p> <p>ج- ٧,٧ إلى ٧,٧٥ أوقية .</p> <p>ضعفت على (ب) إجابة صحيحة</p> <p>يتراوح وزن الهوكي من ٥,٥ إلى ١٥,٧٥ أوقية</p> <p>أ- عصا .</p> <p>ب- كرة .</p> <p>ج- الاثنتين معاً .</p> <p>ضعفت على (أ) الإجابة خاطئة .</p> <p>الإيجابية : يتم اللعب بالكرة التي تصنع من مادة البلاستيك أو الجلد المضغوط ويكون ذات سطح أملس ويتراوح وزن الكرة من ٥,٥ إلى ٥,٧٥ أوقية .</p> <p>يحاط ملعب الهوكي بحواجز خفيفة طولها أ- ١٤ قدم . ب- ١٣ قدم . ج- ١٢ قدم .</p>	<p>مؤثر صوتي</p> <p>صوت كسر زجاجي</p> <p>مؤثر صوتي</p>	<p>عبارة (إجابة صحيحة) باللون الأخضر في يمين الشاشة</p> <p>اسفل السؤال</p> <p>ظهور علامة (x) باللون الأحمر في يسار الشاشة ، و ظهور عبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر في يمين الشاشة ثم ظهور فقرة تحتوي على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة .</p>
١٠-١٢	<p>يحاط ملعب الهوكي طولها ١٢ قدم</p> <p>أ- حواجز أمامية .</p> <p>ب- حواجز خلفية .</p> <p>ج- حواجز جانبية .</p> <p>ضعفت على (ج) إجابة خاطئة</p>	<p>صوت كسر زجاج</p> <p>مؤثر صوتي</p>	<p>ظهور علامة (x) باللون الأحمر في يسار الشاشة ، و ظهور عبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر في يمين الشاشة ثم ظهور فقرة تحتوي على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة .</p>

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار	
١٠-١٣	<p>الإجابة : يجب ان تكون الحواجز الخلفية مدمومة بلون داكن من الداخل ومثبتة على الأرض وفي نهاية الحواجز الجانبية ويبلغ طولها ١٢ قدم يتراوح محيط كرة الهوكي من إلى</p> <p>أ- ٢٢,٤ إلى ٢٣,٥ سم .</p> <p>ب- ١١,٤ إلى ١٢,٥ سم .</p> <p>ج- ٢,٤ إلى ٢١,٥ سم .</p> <p>ضعفت على (أ) إجابة صحيحة</p> <p>يتراوح كرة الهوكي من ٢٢,٤ إلى ٢٣,٥ سم .</p> <p>أ- وزن .</p> <p>ب- قفل .</p> <p>ج- محيط .</p> <p>ضعفت على (أ) إجابة خاطئة</p> <p>الإجابة : الكرة هي الأداة الرئيسية الثانية بعد العصا ويتراوح محيطها من ٢٢,٤ إلى ٢٣,٥ سم وقد مرت بتطورات عديدة حتى ولت للشكل القانوني الحالي .</p> <p>يبلغ ارتفاع الحواجز الخلفية.....</p> <p>أ- ١٧ بوصة .</p> <p>ب- ١٨ بوصة .</p> <p>ج- ١٥ بوصة .</p> <p>يبلغ ارتفاع ١٨ بوصة</p>	<p>صوت تصفيق</p> <p>مؤثر صوتي</p> <p>صوت كسر زجاج</p> <p>مؤثر صوتي</p>	<p>ظهور علامة () باللون الأخضر في يسار الشاشة ،</p> <p>عارة (إجابة صحيحة) باللون الأخضر في يمين الشاشة</p> <p>اسفل السؤال</p> <p>ظهور علامة (x) باللون الأحمر في يسار الشاشة ،</p> <p>و ظهور عارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر في يمين الشاشة ثم ظهور فقرة تحتوي على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة .</p>	<p>ظهور علامة (x) باللون الأحمر في يسار الشاشة ،</p> <p>ظهور علامة () باللون الأخضر في يمين الشاشة ،</p>

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
١٧-١٠	<p>أ- الحواجز الجانبية .</p> <p>ب- الحواجز الخلفية .</p> <p>ج- الحواجز الأمامية .</p> <p>ضعفت على (أ) إجابة خاطئة</p> <p>الإجابة : يحاط ملعب الهوكي بحواجز جانبية طولها ٤ قدم (حدانتي) وارتفاعها ١٨ بوصة وحواجز خلفية طولها ١٢ قدم وارتفاعها ١٨ بوصة.</p>	<p>مؤثر صوتي</p>	<p>وتظهر عبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر في يمين الشاشة ثم ظهور فقرة تحتوي على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة .</p>
١٧-١٠	<p>يتم تثبيت قوائم الاريات في كل ركن من أركان الملعب ويستراوح ارتفاعها من إلى</p> <p>أ- ٣ إلى ٢ قدم .</p> <p>ب- ٦ إلى ٧ قدم .</p> <p>ج- ٤ إلى ٥ قدم .</p> <p>ضعفت على (ج) إجابة صحيحة</p> <p>يتم تثبيت قوائم الاريات في من أركان الملعب ويستراوح ارتفاعها من ٤ إلى ٥ قدم</p> <p>أ- كل ركن .</p> <p>ب- ركن واحد .</p> <p>ج- ركنان فقط .</p> <p>ضعفت على (ج) الإجابة خاطئة</p> <p>الإجابة : يتم تثبيت قائم واحد على كل خط الـ ٢٥ ياردة خارجية</p>	<p>صوت تصفيق</p> <p>مؤثر صوتي</p> <p>صوت كسر زجاج</p> <p>مؤثر صوتي</p>	<p>تظهر علامة (؟) باللون الأخضر في يسار الشاشة ، عبارة (إجابة صحيحة) باللون الأخضر في يمين الشاشة اسفل السؤال</p> <p>ظهور علامة (x) باللون الأحمر في يسار الشاشة ، و ظهور عبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر في يمين الشاشة ثم ظهور فقرة تحتوي على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة .</p>

رقم الإطار	الجانب المرئى	الجانب المسموع	وصف الإطار
١٩-١٠	<p>الخطوط الجانبية وعلى بعد ١ ياردة منها ويتم تثبيت قوائم الارباب فى كل ركن من أركان الملعب ويثبت على القوائم ارباب لا تزيد عن ١٢ بوصة عرضاً أو طولاً .</p> <p>جميع خطوط ملعب الهوكى يعرض أ- ٤ بوصة . ب- ٣ بوصة . ج- ٢ بوصة .</p> <p>ضعفت على (ب) اجابة صحيحة جميع خطوط ملعب الهوكى ٣ بوصة أ- يعرض . ب- بطول . ج- بارتفاع .</p> <p>ضعفت على (ب) اجابة خاطئة الإجابة : يوصى بمراعاة ان يكون هناك مساحات بعد أنى ٥ ياردة خارج الخطوط الخلفية ، ٤ ياردة خلف الخطوط الجانبية بالنسبة لملاعب الهوكى و عرض جميع خطوط الملعب ٣ بوصة . نجاح مبهر لجهه عظيم فى اللقاء فى بقية البرمجية</p>	<p>صوت تصفيق مؤثر صوتى صوت كسر زجاج مؤثر صوتى</p>	<p>ظهور علامة (؟) باللون الأخضر فى يسار الشاشة ، عبارة (اجابة صحيحة (باللون الأخضر فى يمين الشاشة اسفل السؤال</p> <p>ظهور علامة (x) باللون الأحمر فى يسار الشاشة ، و ظهور عبارة (اجابة خاطئة) باللون الأحمر فى يمين الشاشة ثم ظهور قكرة تحوى على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة .</p>
		<p>لقد حصلتى على نسبة أكبر من ٧٠% لذا فإنك لست بحاجة لدراسة هذه الوحدة مرة أخرى انتقى لدراسة مهارة دفع الكرة</p>	

وصف الإطار	الجانب المسموع	الجانب المرئي	رقم الإطار
<p>ظهور عنوان مهارة دفع الكرة ثم ظهور باقي المحتوى بعد ذلك على ان يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 20/18</p> <p>لونه : أسود ويكون لون الخلفية أزرق داكن</p> <p>ظهور تدريجي لكل من الأهداف المعرفية ، المهارية ، الوجدانية يمين الشاشة في بروز ان أسود مع خلفية بييج داكن</p> <p>ظهور تدريجي من أعلى إلى أسفل على أن يظهر العنوان (الأهداف المعرفية) باللون البيج ثم ظهور باقي المحتوى بعد ذلك على أن يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 20/18</p>	<p>عزيزتي الطالبة :</p> <p>نقدم لكي مهارة دفع الكرة Push في شاشات متتالية تقسمها إلى أجزاء صغيرة لتسهيل عملية التعليم</p> <p>المطلوب منك مشاهدة تلك الشاشات ثم التوجه إلى الملعب لتأدية ما تم اكتسابه من مهارات</p> <p>توجيه</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على الأهداف السلوكية ليظهر لها الشاشة التالية</p> <p>توجيه</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على الأهداف المعرفية</p> <p>نصن الأهداف المعرفية</p> <p>توجيه</p> <p>عزيزتي الطالبة</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على الأهداف</p>	<p>لقطة فيديو توضح مهارة دفع الكرة</p> <p>طريقة الأداء</p> <p>أسباب تعلم المهارة</p> <p>مستويات التمرين</p> <p>الأهداف السلوكية</p> <p>تدري</p> <p>الأهداف المعرفية</p> <p>الأهداف اللغوية حركية</p> <p>الأهداف الوجدانية</p> <p>مادة</p> <p>الأهداف المعرفية</p> <p>أ- أن تعرف الطالبة كيفية الالتزام بالتعليمات الموجودة في البرمجية والتي تلقها عليها المعلمة .</p> <p>ب- ان تعرف الطالبة وتتمكن من شرح مهارة دفع الكرة .</p>	<p>١١</p> <p>١-١١</p>

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار	
٢-١١	<p>ج- أن تعرف الطالبة كيفية توضيح المشاكل التي تواجهها أثناء أداء المهارة .</p> <p>د- أن تعرف الطالبة أهمية مهارة دفع الكرة واستخدامها .</p> <p>هـ- أن تتذكر الطالبة ما شاهدته في البرمجية .</p> <p>الأهداف النفس حركية</p> <p>أ- أن تستطيع الطالبة دفع الكرة بالطريقة الصحيحة .</p> <p>ب- أن تؤدي الطالبة المهارة على أن يكون المضرب ملاصق للكرة والوجه المسطح جهة اليسار ويشير للمكان المراد وصول الكرة إليه .</p> <p>ج- أن تؤدي الطالبة المهارة على ألا ترتفع الكرة من على الأرض عند لعبها نهائياً .</p> <p>الأهداف الوجدانية</p> <p>أ- أن تشارك الطالبة بإيجابية أثناء أداء مهارة دفع الكرة .</p> <p>ب- أن تتعاون الطالبة مع زميلاتها وتحافظ على سلامتهم عند أداء المهارة .</p> <p>ج- أن تعمل الطالبة اتجاهاتها السلبية وتكتسب الثقة بالنفس وبأدائها للمهارة .</p>	<p>النفس حركية فيظهر لها التالي</p> <p>نص الأهداف مهارية</p> <p>إذا ضعتي مرة واحدة على مربع عودة</p> <p>الوجدانية فقطظهر لها الأهداف المعرفية الناشئة التالية</p> <p>إذا ضعتي مرة واحدة على مربع عودة</p> <p>انتظر الشاشة الرئيسية للمهارة ثم الضغظ مرة واحدة بالفأرة على أسباب تعلم المهارة فيظهر لها الشاشة التالية</p>	<p>ظهور تدريجي من أعلى إلى أسفل على ان يظهر العنوان (الأهداف الوجدانية) باللون البيج ثم ظهور المحتوى بعهد ذلك على أن يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 20/18</p> <p>لونه : بيج ويكون لون الخلفية أزرق داكن</p> <p>ظهور تدريجي من أسفل لأعلى للنص ويوجد أسفله مربع السابق لإمكانية إعادة الشاشة مرة أخرى ومربع التالي لانتقال الطالبة إلى الإطار التالي ثم يظهر أعلى النص في منتصف الشاشة مقطع من شريط فيديو ويوجد أسفله مفتاح للتقديم وآخر للرجوع وآخر للتوقف عند لحظة معينة ومستطيل آخر للتسجيل</p>	<p>لونه : بيج ويكون لون الخلفية أزرق داكن</p>

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
١٢	عزيزتي الطالبة أبني، يتعلم مهارة دفع الكرة للأسياب الآتية نقطة فيديو توضح المهارة أثناء أدائها في مباراة	توجيه إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على مربع التالي فتظهر لك الشاشة التالية	مفتاح للتقديم وآخر للرجوع وآخر للتوقف عند نقطة معينة ومستطيل آخر للتشغيل
١-١٢	سهولتها وسرعة أدائها بما يحبك في ممارستها وبالتالي إجابتها . كثرة استخدامها في التمريرات القصيرة المباشرة والتمريرات البينية وخصيات الجزاء الركنية	إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على مربع التالي ليظهر لك الشاشة الإضافية تتضمن أقسام فيديو بمصاحبة تعليق صوتي إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على مربع التالي ليظهر لك النص بمصاحبة تعليق صوتي كالتالي	ظهور تدريجي للنص من أعلى إلى أسفل على أن يكون نوع الخط : Simplified Arabic حجم الخط : 20/18 لونه : بيج فيما عدا كلمة باللون الأحمر عند الضغط عليها يصر البرنامج إلى شاشة إضافية أو نافذة إبحار تتضمن معلومات إضافية عن ضربة الجزاء الركنية
٣-١٢	وكذلك عن تخطي منافستك وذلك بدفع الكرة تجاه يسار اللاعب المنافسة ثم الدوران من اليمين والجرى للاستحواذ على الكرة	توجيه إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على مربع التالي ليظهر لها النص بمصاحبة تعليق صوتي كالتالي	ظهور تدريجي للنص من اليسار إلى منتصف الشاشة مع التعليق الصوتي ويوجد أسفل النص مفتاح السابق ، مفتاح التالي ولون خط النص بيج والخلفية أزرق داكن
٤-١٢	يمكنك القيام بأداء تلك المهارة في أي اتجاه في مواجهة اللاعب وذلك	توجيه إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على مربع التالي ليظهر لها النص بمصاحبة تعليق صوتي كالتالي	

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار	
١٣	<p>بدون استخدام حركات القدمين تقريباً .</p> <p>4/4</p> <p>السابق</p> <p>التالي</p> <p>وتختلف مهارة دفع الكرة عن باقي المهارات في طريقة الأداء</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>نقطة فيديو توضح طريقة أداء مهارة دفع الكرة والاستقبال</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>نقطة فيديو توضح طريقة أداء مهارة دفع الكرة من الثبات ثم من الحركة</p> </div> </div> <p>صند تادية مهارة اللقعة توضع العصا خلف الكرة مباشرة وتسحب اليد اليسرى للخلف وتوقع اليد اليمنى للأمام الممسكة من منتصف العصا مثل الراقعة فتدفع الكرة للأمام مع مراعاة متابعة النزاعسان لللقعة لإكمالها القوة المطلوبة .</p> <p>موسيقى عزيرتي الطالبة تذكرى :</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>نقطة فيديو توضح طريقة اللقعة على المضرب في مهارة دفع الكرة</p> </div>	<p>إذا ضغطت مرة واحدة بالفأرة على طريقة الأداء تظهر لها الشاشة التالية</p> <p>إذا ضغطت مرة واحدة بالفأرة على الكلمة ذات اللون المختلف (الأحمر) حتى تبحر إلى نافذة أو شاشة إضافية ويظهر فيها لقطات فيديو بمصاحبة النص والموسيقى</p> <p>إذا ضغطت مرة واحدة بالفأرة على السهم الذي يشير إلى أسفل لتحريك الشاشة ليطهر النص التالي</p> <p>إذا ضغطت مرة واحدة بالفأرة على تذكرى فظهر لك الشاشة بها النص بمصاحبة لقطة فيديو وموسيقى كالتالي</p>	<p>ظهور تدريجي من اليمين إلى اليسار حتى يستقر النص في الجانب الأيمن من الشاشة على أن يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 20/18</p> <p>لونه : بيج ما عدا كلمة باللون الأحمر</p> <p>عند الضغط عليها يحمر البرنامج إلى شاشة إضافية أو نافذة إحدار تتضمن معلومات إضافية عن طريقة الأداء ويكسون لون خلفية الشاشة باللون الأزرق الداكن .</p> <p>ظهور تدريجي من أعلى إلى أسفل للعنوان (عزيرتي الطالبة تذكرى) ثم لقطة فيديو ثم النص مع مصاحبة الموسيقى التعليمية وفي أسفل الشاشة مربع السابق مربع التالي</p>	

رقم الإطّار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطّار
١-٤	عزبتي الطالبة تذكرى : اليد اليسرى تقبض من أعلى المصا واليمنى أسفلها ، وتمد عنها مسافة قبضتي يد تقريباً .	إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على التالي فظهر لها الشاشة بها لقطة فيديو بمصاحبة صورة ثابتة بالإضافة إلى النص والموسيقى كالتالي	ظهور تدريجي من اليسار إلى اليمين حيث يظهر في يسار الشاشة لقطة فيديو ثم في الجانب الأيمن صورة ثابتة ويوجد أسفل الصورة سهم يشير إلى اليمين وذلك لإمكانية الرجوع مرة أخرى لأي صورة لمشاهدتها ويوجد سهم يشير إلى اليسار لإمكانية متابعة مشاهدة الصور حتى إكمال المهارة ويظهر في أسفل الشاشة النص على أن يكون نوع الخط : Simplified Arabic حجم الخط : 20/18 لونه : بيج ويكون لون الخلفية أرق داكن
٢-١٤	بقى الجذع والركبتان وتكون القدم اليسرى أماماً واليمنى خلفاً . تفعل قبيو: توضح وضع الكرة في مهارة دفع الكرة تفعل قبيو: توضح وضع الكرة في مهارة دفع الكرة	توجيه إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على التالي فظهر لك الشاشة بها لقطة فيديو بمصاحبة النص بالإضافة إلى الموسيقى كالتالي توجيه إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على التالي فظهر لها الشاشة بها صورة ثابتة بالإضافة إلى النص كالتالي	
٣-١٤	يركز النظر للمكان المراد دفع الكرة إليه تفعل قبيو: توضح وضع الكرة في مهارة دفع الكرة	توجيه إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على التالي فظهر لها الشاشة بها صورة ثابتة بالإضافة إلى النص كالتالي	
٤-١٤	الكرة أمامك وإلى جانبك الأيمن قليلاً ، وأقرب إلى قدمك اليسرى من اليمنى تفعل قبيو: توضح كيفية القيام بعملية دفع الكرة	توجيه إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على التالي فظهر لها الشاشة بها صورة ثابتة بالإضافة إلى النص كالتالي	

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٥-١٤	<p>عند القيام بعملية الدفع تكون الكرة ملاصقة للوجه المسطح والعصا ، وأن تكون أعلى العصا مائلة قليلا ليسر تجاه جسم اللاعب .</p> <p>اللقطة فيديو توضح المرحلة الأساسية في دفع الكرة</p> <p>اللقطة التالية</p> <p>7/5 السابق</p>	<p>توجيه</p> <p>إذا ضغطتني مرة واحدة بالفاة على التالي فيظهر لها الشاشة بها لقطة فيديو بمصاحبة النص بالإضافة إلى الموسيقى كالتالي</p>	<p>ظهور تدريجي للصورة الثابتة في منتصف الشاشة يليها النص في برزاز أسود ويوجد على يمينه مسطرة يوجد عليها سهمين سهم رأسه لأعلى لقراءة النص مرة أخرى وسهم رأسه لأسفل لقراءة النص التالي والذي يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic حجم الخط : 20/18 لونه : بيج ويكون لون الخلفية أزرق داكن</p>
٦-١٤	<p>قومي عزبتي الكرة بدفع الكرة واتجاه الدفع يتأني بتوجيه اليد اليسرى للاراحة السفلى للعصا بينما تقوم النراع بدفع الكرة</p> <p>اللقطة التالية</p> <p>7/5 السابق</p> <p>صورة ثابتة توضح عملية المتابعة في مهارة دفع الكرة</p>	<p>توجيه</p> <p>إذا ضغطتني مرة واحدة بالفاة على التالي فيظهر لها الشاشة بها صورة ثابتة بمصاحبة النص كالتالي :</p>	<p>ظهور تدريجي لتارين المستوى المنخفض على ان يكون عنوان التارين أعلى اللقطة الموضحة باللون البيج ثم ظهور باقي المحتوى</p>
٧-١٤	<p>بعد القيام بدفع الكرة تسير الذراعان وهما في كامل امتدادهما والجسم في الحركة التكميلية (المتابعة)</p> <p>اللقطة التالية</p> <p>7/7 السابق</p> <p>تارين المستوى المنخفض</p>	<p>توجيه</p> <p>تقوم الطالبة بالضغط مرة واحدة بالفاة على مستويات التارين فيظهر لها الشاشة التالية</p>	

وصف الإطار	الجانب المسموع	الجانب المرئي	رقم الإطار
<p>على أن يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 20/18</p> <p>لونه : بيج ولون الخلفية أزرق داكن</p>	<p>توجيه</p> <p>إذا ضغطتني مرة واحدة بالفارة على المستوى المنخفض يظهر لها الشاشة التالية</p> <p>إذا ضغطتني مرة واحدة بالفارة على الكلمة ذات اللون المختلف</p>	<p>التمرين الأول</p> <p>نقطة فيديو توضح أداء التمرين الأول</p> <p>تقني على مسافة ٤ ياردة من الحائط وقومي بالرفع بون مرة مع مراعاة وقفة الاستعداد الصحيحة وكذلك مسك المضرب</p> <p>تمارين المستوى المتوسط</p> <p>تمارين المستوى المرتفع</p> <p>عودة</p> <p>التالي 6/1 السابق</p>	<p>١-١٥</p>
<p>يظهر تدريجي لتمرين المستوى المنخفض على التوالي في كل مرة تضغط فيها الطالبة مرة واحدة بالفارة على التالي ويظهر عنوان التمرين أعلى اللقطة والتي تكون في منتصف الشاشة يوجد أسفها مفتاح للتقديم وآخر للرجوع وآخر للتوقف عند نقطة معينة مفتاح أخير للتسجيل مرة أخرى ثم يظهر أسفل لقطة الفيديو النص على أن يكون نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 20/18</p> <p>لونه : نيتي غامق فيما عدا الكلمة باللون الأزرق عند الضغط عليها</p> <p>يحر البرنامج إلى شاشة إضافية أو نافذة إبحار تتضمن معلومات إضافية عن مسك المضرب</p> <p>ظهور تدريجي للنص يمين الشاشة على أن يكون العنوان (مسك المضرب) في بروتاز نيتي ويظهر باقي النص</p>	<p>توجيه</p> <p>إذا ضغطتني مرة واحدة بالفارة على الكلمة ذات اللون المختلف (الأزرق) حتى تبصر إلى</p>	<p>مسك المضرب :</p> <p>لعبة الهوكي من الألعاب التي تحتاج إلى مستوى عال من التوافق وخاصة بين حركة الرسغين . وحركة القدمين مع العين . ولا يمكن الفصل بين أحدهما ويساعد على ذلك رشاقة الجسم .</p>	<p>١ ٢ ٣ ٤</p>

وصف الإطار	الجانب المسموع	الجانب المرئي	رقم الإطار
<p>باللون البيج وتكون الخلفية لونها أزرق</p> <p>ظهور تدريجي لكل تمرين من أعلى إلى أسفل على ان يظهر العنوان التمرين الثاني أعلى لقطة الفيديو ثم ظهور باقي المحتوى على أن يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 20/18</p> <p>لونه : بيج ويكون لون الخلفية أزرق</p>	<p>نافذة أو شاشة إضافية تتضمن نص بمصاحبة الموسيقى</p> <p>إذا ضغطتى مرة واحدة بالفأرة على مربع التالي فتظهر لقطة فيديو بمصاحبة النص كالتالي</p> <p>إذا ضغطتى مرة واحدة بالفأرة على التالي يظهر لقطة فيديو بمصاحبة النص التالي</p>	<p>وهذا الترافق يظهر واضحا في مهارة مسك العصا ومن المعروف أنها أول وأهم المهارات لهذه اللعبة ، فإذا لم تكن المسكة الصحيحة لا يمكن التحكم في العصا ووضعها في المكان المناسب لصد أو ضرب الكرة ولذا يجب على المعلمة ان تهتم كثيرا بتعليم المسكة الصحيحة لعصا الهوكي لأنها أساس جميع الضربات وتحركات اللاعب .</p> <p>التمرين الثاني</p> <div data-bbox="805 1433 909 1859" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>لقطة فيديو توضح أداء التمرين الثاني</p> </div> <p>قفى على مسافة ٥ ياردة من الحائط . قومي بعمل دفع كرة تنس تجاه الحائط . عمل متابعة بالمضرب للكرة بحيث يشير المضرب إلى المكان المراد وصول الكرة إليه</p> <div data-bbox="502 1433 566 1556" style="border: 1px solid black; padding: 2px; text-align: center;">التالي</div> <div data-bbox="502 1612 550 1668" style="text-align: center;">6/2</div> <div data-bbox="502 1724 566 1848" style="border: 1px solid black; padding: 2px; text-align: center;">السابق</div> <div data-bbox="279 1433 359 1870" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>لقطة فيديو توضح التمرين الثالث</p> </div> <p>التمرين الثالث</p>	<p>٢-١٥</p> <p>٣-١٥</p>

رقم الإطار	الجانب المرئى	الجانب المسموع	وصف الإطار	
٤-١٥	<p>التدريب الرابع</p> <p>قفى على مسافة تبعد ٥ ياردة من الحائط . استبدلى كرة التنس بكرة الهوكى مع دفع الكرة تجاه الحائط</p> <p>التالى السابق</p> <p>6/3</p> <p>نقطة فيديو توضح التمرين الرابع</p> <p>قفى على مسافة تبعد ٧ ياردة من الحائط . يوضع حاجر على مسافة ٤ ياردة من خط البداية قومي بدفع الكرة بحيث تمر من أسفل الحاجر</p> <p>التالى السابق</p> <p>6/4</p> <p>التدريب الخامس</p> <p>نقطة فيديو توضح التمرين الخامس</p> <p>تقوم الطالبة بالجرى مسافة ٢٥ ياردة فى خط مستقيم وهى تمسك المضرب . توضح الكرة على خط نهاية ٢٥ ياردة وعند وصول الطالبة إلى الكرة تدفع الكرة وعمل المتابعة بالمضرب للكرة .</p> <p>التالى السابق</p> <p>6/5</p>	<p>توجيه</p> <p>إذا ضغطتى مرة واحدة بالفأرة على التالى ليظهر لها الشاشة كالتالى</p> <p>توجيه</p> <p>إذا ضغطتى مرة واحدة بالفأرة على التالى فتظهر الشاشة التالية</p>	<p>نوع الخط : Simplified Arabic حجم الخط : 20/18 لونه : بيج ويكون لون الخلفية أرق</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic حجم الخط : 20/18 لونه : بيج ويكون لون الخلفية أرق</p>	<p>نوع الخط : Simplified Arabic حجم الخط : 20/18 لونه : بيج ويكون لون الخلفية أرق</p>

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار	
١٦	<p>التمرين السادس</p> <p>لقطة فيديو توضح التمرين السادس</p> <ul style="list-style-type: none"> - وضع ٥ أقماع وتوزيعها على مسافة ٢٥ ياردة . - تحرى الطالبة جرى زجراجي بين الأقماع وهي تملك المضرب . - توضع الكرة على خط النهاية ٥٠ ياردة و عند وصول الطالبة إلى الكرة تتفجع الكرة و عمل المتابعة بالمضرب للكرة . <p>تمارين المستوى المتوسط</p> <p>التمرين الأول</p> <p>رسومات متحركة توضح التمرين الأول</p> <p>لقطة فيديو توضح التمرين الأول</p>	<p>توجيه</p> <p>عزيزتي الطالبة</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على التالي</p> <p>فتظهر الشاشة التالية</p> <p>توجيه</p> <p>عزيزتي الطالبة</p> <p>ذات المستوى المتوسط</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على تمارين المستوى المتوسط فتظهر لك الشاشة التالية</p>	<p>ظهور رسومات متحركة أعلى منتصف الشاشة ويوجد أصلاها عنوان (التمرين الأول) باللون البيج ثم يلي ذلك ظهور لقطة فيديو توضح نفس التمرين ثم ظهور النص أسفل لقطة فيديو باللون البيج ولون الخلفية أزرق داكن .</p>	<p>١-١٦</p> <p>١٦</p>
	<p>وضع ١٠ أقماع وتوزيعها على مسافة ٥٠ ياردة .</p> <p>- الجرى الزجراجي بين الأقماع باستخدام مهارة التقدم بالمحارة .</p> <p>- ثم التصويب على المرعى بمهارة دفع الكرة .</p>	<p>التالي 6/1 السابق</p>		

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٢-١٦	<p>التمرين التالي</p> <p>نقطة فيديو توضح التمرين الثاني</p> <p>- مثلت من ثلاث طالبات المسافة بين كل طالبة والأخرى ٧ ياردة .</p> <p>- تقوم الطالبة (أ) بدفع الكرة إلى (ب) ثم تقوم (ب) بدفع الكرة إلى (ج) وهكذا .</p> <p>التالي 6/2 السابق</p> <p>التمرين الثالث</p> <p>نقطة فيديو توضح التمرين الثالث</p> <p>- مربع من أربع طالبات المسافة بين كل طالبة والأخرى ١٦ ياردة .</p> <p>- يوجد في المسافات (بين الأضلاع) حاجر ارتفاعها ٤٠ سم .</p> <p>- تقوم الطالبة (أ) بدفع الكرة بحيث تمر من أسفل الحاجزين معاً إلى الطالبة (ب) .</p> <p>- تم تقوم (ب) بدفع الكرة إلى (ج) ثم (د) إلى (هـ) وهكذا .</p> <p>التالي 6/3 السابق</p>	<p>توجيه</p> <p>عزيزتي الطالبة</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفاة على التالي</p> <p>تظهر لك الشاشة التالية</p>	<p>ظهور لقطة الفيديو أعلى منتصف الشاشة ويوجد أعلاها عنوان التمرين ثم ظهور النص أسفل لقطة الفيديو على أن يكون</p> <p>Simplified Arabic : نوع الخط : حجم الخط : 20/18 لونه : يبيج ويكون لون الخلفية أزرق</p>
٣-١٦			

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار	
٤-١٦	<p>التمرين الرابع</p> <p>نقطة فيديو توضح التمرين الرابع</p> <p>قومي بالجري بدأ من خط البداية باستخدام مهارة التقدّم بالمرحّة حتى خط النهاية الموضّح ويكون ذلك لمسافة ٣٠ ياردة ثمّ تقوم الطالبة بإداء الدفع على حائط مواجّهة من الخشب ارتفاعه ١ ياردة وعرضه ١٠ ياردة .</p> <p>- مقسم الضلع السفلي للمربع إلى ٧ مربعات .</p> <p>- قومي بدفع الكرة إلى المربع رقم ٤ .</p> <p>التالي 6/4 السابق</p> <p>التمرين الخامس</p> <p>نقطة فيديو توضح التمرين الخامس</p> <p>- نفس التمرين السابق مع دفع الكرة على (٣) يمين ، يسار .</p> <p>- ثمّ ادفعي الكرة (٢) يمين ، يسار . ثمّ (١) يمين ، يسار .</p> <p>التالي 6/5 السابق</p> <p>التمرين السادس</p> <p>نقطة فيديو توضح التمرين السادس</p>	<p>توجيه</p> <p>عزيزتي الطالبة</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالكرة على التالي تظهر لك الشاشة التالية</p>	<p>عزيزتي الطالبة</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالكرة على مربع التالي تظهر لك الشاشة التالية</p>	<p>ظهور لقطة الفيديو أعلى منتصف الشاشة ويوجد إعلانها</p> <p>عنوان (التمرين الرابع) ثمّ ظهور النص أسفل لقطة الفيديو على أن يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 20/18</p> <p>لونه : بيج ويكون لون الخلفية أزرق داكن</p>

وصف الإطار	الجانب المسموع	الجانب المرئي	رقم الإطار
<p>ظهور رسومات متحركة أعلى منتصف الشاشة ويوجد أعلامها عنوان (التمرين الأول) باللون البيج . ثم يلي ذلك ظهور لقطة فيديو توضح نفس التمرين ثم ظهور النص أسفل لقطة الفيديو أسفل لقطة الفيديو باللون البيج والحلفية أزرق داكن</p> <p>ظهور لقطة فيديو أعلى منتصف الشاشة ويوجد أعلامها عنوان (التمرين الثاني) ثم ظهور النص أسفل لقطة الفيديو على أن يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 20/18</p> <p>لونه : بيج ويكون لون الحلفية أزرق</p>	<p>توجيه</p> <p>عزيزتي الطالبة : ذات المستوى المرتفع إذا ضغطتي مرة واحدة بالفاة على مستطيل تمارين المستوى المرتفع تظهر لك الشاشة التالية</p> <p>توجيه</p> <p>عزيزتي الطالبة</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفاة على التالي تظهر لك الشاشة التالية</p>	<p>يقسم الطالبة إلى قاطرتين (أ) ، (ب) المسافة بين الطالبة الأولى في القاطرة (أ) والطالبة الأولى في القاطرة (ب) ١٢ ياردة .</p> <p>ويوضع في منتصف هذه المسافة كرتين طبيتين بالمعرض لمسافة بينها ٣٠ سم تدفع الطالبة الكرة إلى الزميلة في القاطرة الأخرى ثم تقف آخر القاطرة الأخرى وهكذا .</p> <p>تمارين المستوى المرتفع</p> <p>التمرين الأول</p> <p>رسومات متحركة توضح التمرين الأول</p> <p>لقطة فيديو توضح التمرين الأول</p> <p>الجرى الزجراجي بين الكرات الطيبة باستخدام مهارة التقدم بالمحاور ثم الجرى بالكرة باستخدام مهارة التقدم بالدفع .</p> <p>ثم الجرى بالكرة باستخدام مهارة التقدم بالمرجة .</p> <p>ثم التصويب على المرمى باستخدام مهارة دفع الكرة .</p> <p>التالي 7/1 السابق</p> <p>لقطة فيديو توضح التمرين الثاني</p> <p>التمرين الثاني</p>	<p>١٧</p> <p>١٧-١</p> <p>١٧-٢</p>

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار	
٣-١٧	<p>التدريب الثالث</p> <p>عشرة كرات هوكي أمام المرمرى .</p> <p>تقوم الطالبة بتصويب الكرات (الواحدة تلو الأخرى) على المرمرى باستخدام مهارة دفع الكرة في أقل زمن ممكن .</p> <p>التالي 7/2 السابق</p> <p>لقطة فيديو توضيح التمرين الثالث</p> <p>تصويب ١٠ كرات أمام المرمرى بمهارة دفع الكرة على مرمرى مصغر داخل المرمرى من اتجاهات مختلفة</p> <p>التالي 7/3 السابق</p> <p>لقطة فيديو توضيح التمرين الرابع</p> <p>التدريب الرابع</p>	<p>توجيه : عزيزتي الطالبة</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على التالي تظهر لكى الشاشة التالية</p> <p>توجيه عزيزتي الطالبة</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على التالي يظهر لكى الشاشة التالية</p>	<p>ظهور لقطة فيديو أعلى منتصف الشاشة ويوجد أعلاها عنوان (التمرين الرابع) ثم ظهور النص أسفل لقطة الفيديو على أن يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 20/18</p> <p>لونه : بييج ويكون لون الخلفية أرق</p>	وصف الإطار
٤-١٧	<p>التدريب الرابع</p> <p>تقوم الطالبة بتصويب على كرة السلة باستخدام مهارة دفع الكرة بحيث تلمس كرة الهوكي كرة السلة من مسافة ٧ ياردة .</p> <p>التالي 7/4 السابق</p>	<p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على التالي يظهر لكى الشاشة التالية</p>		

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٥-١٧	<p>التمرين الخامس</p> <p>لقطة فيديو توضح التمرين الخامس</p> <p>- تقوم الطالبة بالتصويب على كرة يد عدد ٥ كرات هوكي باستخدام مهارة دفع الكرة بحيث تلمس كرة اليد كل مرة في أقل زمن ممكن من مسافة ٧ ياردة .</p> <p>التالي 7/5 السابق</p>	<p>توجيه</p> <p>عزيزتي الطالبة</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفاة على التالي</p> <p>تظهر لك الشاشة التالية</p>	<p>ظهور لقطة الفيديو أعلى منتصف الشاشة ويوجد اعلاها عنوان (التمرين السادس) ثم ظهور النص أسفل لقطة الفيديو على أن يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 20/18</p> <p>لونه : بيج ويكون لون الخلفية أزرق داكن</p>
٧-١٧	<p>التمرين السابع</p> <p>لقطة فيديو توضح التمرين السابع</p> <p>- تقوم الطالبة بالتصويب على كرة يد عدد ١٠ كرات هوكي باستخدام مهارة دفع الكرة من مسافة ٧ ياردة بحيث تلمس كرة اليد كل مرة أكبر عدد من الكرات في أقل زمن .</p> <p>التالي 7/6 السابق</p>	<p>توجيه</p> <p>عزيزتي الطالبة</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفاة على التالي</p> <p>تظهر لك الشاشة التالية</p>	

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار	
١٨	<p>طالبان (أ) ، (ب) تقوم الطالبة (أ) بتدريب الكرة بمهارة الدفع للطالبة (ب) . ثم تقوم بالجرى الأجزاء بأقصى سرعة بين الكرات الطيبة بون كرة لمسافة ٥ ياردة .</p> <p>- الطالبة (ب) تقوم بالجرى بالكرة مهارة المحاورة إلى حدود دائرة التصويب لتمرر الكرة لزميلتها (أ) لتقوم بتصويب الكرة مباشرة على المرعى بمهارة الدفع .</p> <p>التالي</p> <p>7/7</p> <p>السابق</p> <p>التقويم</p> <p>اختر الإجابة الصحيحة فيما يلي :</p> <p>تعتبر مهارة دفع الكرة إحدى مهارات</p> <p>أ- التقدم بالكرة .</p> <p>ب- ضربات الكرة .</p> <p>ج- استقبال الكرة .</p> <p>التالي</p> <p>20/1</p> <p>السابق</p> <p>القائمة الرئيسية</p>	<p>توجيه</p> <p>عزيزتي الطالبة</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على عودة</p> <p>تظهر لكى شكل تخطيطى يوضح القائمة الرئيسية لمهارة دفع الكرة</p> <p>إذا ضغطتي على التقويم تظهر لكى الشاشة التالية</p>	<p>يظهر فى يمين الشاشة مربع عودة فى برونز أسود ولون الخلفية بييج غامق</p> <p>ظهور شاشة يوجد أعلاها عنوان (اختر الإجابة الصحيحة فيما يلي) يظهر من اليمين إلى اليسار باللون البييج وأسفله السؤال فى برونز رمادى غامق على أن يكون نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 20/18</p> <p>لونه : بييج ويكون لون الخلفية أزرق</p> <p>ويوجد أسفل السؤال مفتاحين أحدهما السابق والآخر التالي وذلك للتنقل ما بين ٢٠ سؤال يتم الإجابة عليهما من خلال الضغط على الإجابة المختارة مرة واحدة بالفأرة .</p>	١٨-١

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٢-١٨	<p>عند أداء مهارة دفع الكرة يكون</p> <p>أ- الكنتف الأيمن مواجِه للمكان المراد وصول الكرة إليه .</p> <p>ب- الكنتف الأيسر مواجِه للمكان المراد وصول الكرة إليه .</p> <p>ج- الصد مواجِه للمكان المراد وصول الكرة إليه .</p> <p>ضعفت على (ج) إجابة خاطئة</p> <p>الإجابة : مهارات ضربات الكرة تشمل على خمسة أنواع إحداهما مهارة دفع الكرة</p> <p>يشترط في مهارة دفع الكرة</p> <p>٣-١٨</p>	<p>صوت كسر زجاجي</p> <p>مؤثر صوتي</p>	<p>ظهور علامة (x) باللون الأحمر في يسار الشاشة ، وظهور عبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر في يمين الشاشة ثم ظهور فقرة تحتوي على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة .</p>
٤-١٨	<p>الإجابة : من أهم المراحل القليلة لمهارة دفع الكرة أن يكون الكنتف الأيسر مواجِه للمكان المراد وصول الكرة إليه</p> <p>في مهارة دفع الكرة يكون المتعلم حريصاً على</p> <p>أ- مرحة المضرب وإزالة المضرب بسرعة وقوة على الكرة .</p> <p>ب- استمرار أن يكون المضرب ملاصق للكرة . وعمل دفع للكرة .</p> <p>ج- مرحة المضرب وعدم إزال المضرب بسرعة وقوة على الكرة .</p> <p>الإجابة : تتميز مهارة دفع الكرة بالسهولة والسرعة في الأداء ويجب ألا ترتفع نهائياً عن الأرض عند لعبها</p> <p>٤-١٨</p>		

وصف الإطار	الجانب المسموع	الجانب المرئي	رقم الإطار
		<p>تكون عملية المتابعة في مهارة دفع الكرة</p> <p>أ- بالمضرب للكرة على المكان المراد وصول الكرة إليه .</p> <p>ب- بالكرة للمضرب على المكان المراد وصول الكرة إليه .</p> <p>ج- بالمضرب فقط على المكان المراد وصول الكرة إليه .</p> <p>الإيجابية : يفضل البدء بتعليم مهارة دفع الكرة للمتعلم والذي يجب أن يكون حريصاً على استمرار أن يكون المضرب ملاصق للكرة وعمل دفع للكرة</p> <p>عند أداء مهارة دفع الكرة يكون النظر</p> <p>أ- لأمام المكان المراد تمرير الكرة إليه .</p> <p>ب- لأسفل المكان المراد تمرير الكرة إليه .</p> <p>ج- موزع بين الكرة والمكان المراد تمرير الكرة إليه .</p> <p>الإيجابية : تقوم المتعلمة بعملية دفع الكرة عن طريق المضرب مع عمل متابعة بالمضرب للكرة بحيث يشير المضرب على المكان المراد وصول الكرة إليه</p> <p>في مهارة دفع الكرة تكون الكرة</p> <p>أ- أمام الجسم وتصبح خط مستقيم مع القدمين .</p> <p>ب- أمام الجسم وتصبح رأس مائل مع القدمين .</p> <p>ج- خلف الجسم وتصبح رأس مائل مع القدمين .</p> <p>الإيجابية : تستخدم مهارة دفع الكرة في أداء ضربات الجزاء ولذلك يجب أن يكون الناظر موزع بين الكرة والمكان المراد تمرير الكرة إليه</p>	<p>٥-١٨</p> <p>٦-١٨</p> <p>٧-١٨</p>

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٨-١٨	<p>اليد اليسرى تقبض على المضرب من</p> <p>أ- المنتصف .</p> <p>ب- أعلى .</p> <p>ج- أسفل .</p> <p>الإجابة : عند أداء مهارة دفع الكرة يكون المضرب ملاصق للكرة والتي تصنع رأس مثلث مع القدمين</p> <p>عند أداء مهارة دفع الكرة تقبض اليد اليمنى على العصا من</p> <p>أ- أسفلها .</p> <p>ب- منتصفها .</p> <p>ج- أعلاها .</p>		<p>ظهور تدريجي لكل سؤال من أعلى إلى أسفل الشاشنة على أن يكون</p> <p>Simplified Arabic : نوع الخط</p> <p>حجم الخط : 20/18</p> <p>لونه : بييج ويكون لون الخلفية أرق</p>
٩-١٨	<p>تتطلب رياضة الهوكي التوافق بين حركتي الرسغين فهما المتحكمان الأساسيان في المضربو تكون اليد اليسرى قابضة عليه من أعلى من مهارة دفع الكرة</p> <p>اتجاه الدفع يأتي توجيهه اليد للاتجاه السفلى للعصا</p> <p>أ- اليمنى .</p> <p>ب- اليسرى .</p> <p>ج- اليمنى و اليسرى معاً .</p> <p>الإجابة : تتطلب طريقة أداء بعض المهارات استخدام يد واحدة في القبض على المضرب ولكن مهارة دفع الكرة تتطلب القبض عليه باليدين اليسرى من أعلى واليمنى من أسفل</p>		

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
١١-١٨	تعتبر مهارة إحدى مهارات ضرب الكرة . أ- التقدم بالدرجة . ب- التقدم بالمحاوره . ج- دفع الكرة . الإجابة : تقوم المتعلمة بعملية دفع الكرة عن طريق المضرب مع عمل متابعة بالمضرب للكرة بحيث يشير المضرب على المكان المراد وصول الكرة إليه ١٢-١٨ عند أداء مهارة يكون الكتف الأيسر مواجهاً للمكان المراد وصول الكرة إليه أ- غرف الكرة . ب- التقدم بالدفع . ج- دفع الكرة .	صوت تصفيق مؤثر صوتي	ظهور علامة (؟) باللون الأخضر في يسار الشاشة ، عبارة (إجابة صحيحة) باللون الأخضر في يمين الشاشة اسفل السؤال
١٣-١٨	يُستَطرَقُ في مهارة ألا ترتفع الكرة نهائياً عن الأرض عند لعبها أ- دفع الكرة . ب- نظر الكرة . ج- غرف الكرة .		

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
١٤-١٨	<p>في مهارة يكون المتعلم حريصاً على استمرار أن يكون المضرب ملاصق للكرة وعمل دفع للكرة .</p> <p>أ- نظر الكرة .</p> <p>ب- دفع الكرة .</p> <p>ج- التقدم بالمحاورة .</p>		<p>ظهور تدريجي لكل سؤال في منتصف الشاشة على أن يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 20/18</p> <p>لونه : بيج ويكون لون الخلفية أرق</p>
١٥-١٨	<p>تكون في مهارة دفع الكرة بالمضرب للكرة على المكان المراد الوصول إليه</p> <p>أ- عملية الدفع .</p> <p>ب- عملية المتابعة .</p> <p>ج- عملية التأهب .</p>		
١٦-١٨	<p>عند أداء مهارة دفع الكرة يكون موزع بين الكرة والمكان المراد تمرير الكرة إليه</p> <p>أ- السمع .</p> <p>ب- الإحساس .</p> <p>ج- النظر .</p>		
١٧-١٨	<p>في مهارة دفع الكرة تكون الكرة الجسم وتضع راس مثلك مع القدمين</p> <p>أ- أمام .</p> <p>ب- جانب .</p> <p>ج- الجانب .</p>		

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
١٨-١٨	<p>اليد تقبض على المضرب في مهارة دفع الكرة من أعلى</p> <p>أ- اليمنى .</p> <p>ب- اليسرى .</p> <p>ج- اليمنى واليسرى .</p> <p>عند أداء مهارة دفع الكرة تقبض اليد على العصا من أسفل</p> <p>أ- اليمنى .</p> <p>ب- اليسرى .</p> <p>ج- اليمنى واليسرى .</p> <p>اتجاه الدفع يأتى بتوجيه اليد اليسرى للاحتواء.....</p> <p>أ- العلوى .</p> <p>ب- السفلى .</p> <p>ج- العلوى والسفلى معاً .</p> <p>العودة إلى قائمة الاختبارات الرئيسية</p> <p>موسيقى</p> <p>نجاح مبهر لجهد عظيم إلى اللقاء في بقية البرمجية</p>	<p>صوت كسر زجاج مؤثر صوتي</p> <p>لقد حصلت على نسبة أكبر من ٨٠٥ لانا فإناك</p> <p>لست بحاجة للدراسة هذه مرة أخرى انتقلني الآن لأداء المهارة عملياً .</p> <p>توجيه عزيزتي الطالبة</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالقرعة على القائمة الرئيسية يظهر لكى شكل توضيحي للقائمة الرئيسية</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالقرعة على مهارة نظر الكرة تظهر لكى الشاشة التالية التالية تظهر لكى الشاشة التالية</p> <p>لقد حصلت على نسبة أكبر من ٧٠% لانا فإناك</p> <p>لست بحاجة للدراسة هذه الوحدة مرة أخرى انتقلني للدراسة مهارة نظر الكرة</p>	<p>ظهور علامة (x) باللون الأحمر في يسيلر الشاشة ، عبارة (اجابة خاطئة) باللون الأحمر في يمين الشاشة أسفل السؤال .</p>
١٨-٢٠			

وصف الإطار	الجانب المسموع	الجانب المرئي	رقم الإطار
<p>يظهر تدريجي من أعلى إلى أسفل على أن يظهر العنوان (مهارة نظر الكرة) باللون البيج ثم ظهور باقي المحتوى بعد ذلك على أن يكون :</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic حجم الخط : 20/18 لونه : بيج ويكون لون الخلفية أزرق داكن</p>	<p>عزيزتي الطالبة تقدم لك مهارة نظر الكرة Flick في شاشات متتالية تقسمها إلى أجزاء صغيرة لتسهيل عملية التعلم . المطلوب منكى ملاحظة: تلك الشاشات تم التوجه إلى الملعب لتأدية ما تم اكتسابه من مهارات توجيه هذا هو محتوى البرمجة وعليكى اختيار المنصر الذى تريدى مشاهدته من الشاشة التى أمامك بالضغط مرة واحدة بالفأرة عزيزتى الطالبة موسيقى إذا ضغطتى مرة واحدة بالفأرة على عنصر الأهداف السلوكية تظهر لك الشاشة التالية</p>	<p>مهارة نظر الكرة نقطة فيديو يوضح مهارة نظر الكرة</p> <p>طريقة الأداء مقدمة مستويات التمرين الأهداف المعرفية الأهداف النفس حركية الأهداف الوجدانية تذكيرى</p> <p>التقويم الأهداف عقدة</p>	<p>١٩</p>

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار			
١-١٩	<p>الأهداف المعرفية</p> <p>أ- أن تعرف الطلبة كيفية تحديد أفضل الطرق المناسبة لتعليم مهارة نظر الكرة .</p> <p>ب- ان تعرف الطلبة التوقيت المناسب لأداء مهارة نظر الكرة .</p> <p>ج- أن تعرف الطلبة كيفية تصحيح الأخطاء التي تحدث أثناء أداء مهارة نظر الكرة .</p> <p>د- أن تعرف الطلبة كيفية المفاضلة بين مهارة نظر الكرة وبين مهارة أخرى سبق تعلمها .</p> <p>الأهداف الحركية</p> <p>أ- أن تستطيع الطلبة نظر الكرة لمسافة ١٥ ياردة لتصل لزميلتها .</p> <p>ب- أن تستطيع الطلبة توجيه الكرة بدقة إلى المربع المشار إليه باستخدام مهارة نظر الكرة .</p> <p>ج- أن تستطيع الطلبة التحكم في أجزاء جسمها أثناء أداء المهارة .</p> <p>الأهداف الوجدانية :</p> <p>أ- أن تهتم الطلبة وتعمل على تدعيم نقاط القوة وعلاج نقاط الضعف</p> <p>ب- أن تقيم الطلبة نفسها باستمرار تقيماً صحيحاً .</p> <p>ج- أن تجمع الطلبة بين تحمل المسؤولية وحب العمل واحترامه .</p>	<p>توجيه</p> <p>عزيزتي الطالبة</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على الأهداف المعرفية تظهر لك الشاشة التالية</p> <p>توجيه</p> <p>عزيزتي الطالبة</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على مقدمة تظهر لك الشاشة التالية</p>	<p>ظهور تدريجي من اليمين إلى اليسار على أن يظهر العنوان (الأهداف المعرفية) باللون البيج ثم ظهور باقي المحتوى بعد ذلك على أن يكون :</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 20/18</p> <p>لونه : بيج ويكون لون الخلفية أزرق داكن</p>			
٢٠	<p>أخطاء فنية في مهارة</p> <table border="1"> <tr> <td>١</td> <td>٢</td> <td>٣</td> </tr> </table>	١	٢	٣		
١	٢	٣				

وصف الإطار	الجانب المسموع	الجانب المرئي	رقم الإطار
<p>ظهور تدريجي للقطاعات في منتصف القائمة من أعلى ثم يليها عنوان (مهارة نظر الكرة) باللون اللبني ثم النص على أن يكون :</p> <p>Simplified Arabic : نوع الخط : حجم الخط : 20/18 لونه : بييج ويكون لون الخلفية أزرق داكن</p>	<p>توجيه عزيزتي الطالبة إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على التالي تظهر لك القائمة التالية</p>	<p>مهارة نظر الكرة <input checked="" type="checkbox"/></p> <p>مهارة نظر الكرة من المهارات السريعة وذلك لعدم وجود أي حركات تمهيدية من الأرجحة الخافية للعصا . وتعتمد قوة النظر على دقة التوقيت عند الأداء والتوافق بين حركات القدمين والرسغين ودقة استخدام الجزء الصحيح في العصا المستخدم لنظر العصا وكذلك حركة المتابعة التي تقوم بها اللاعب بعد نظر الكرة وتستخدم هذه المهارة <input checked="" type="checkbox"/></p> <p>التالي 4/1 السابق</p> <p>نقطة فيديو توضح التوقيت الصحيح لمهارة نظر الكرة</p> <p>التدريب لازميلة في الأوقات التي تتطلب منك دفع الكرة اعلى المنافسين وذلك لصعوبة إيعاقتها من المنافسة ولعدم توقع اتجاهها بسهولة</p> <p>التالي 4/2 السابق</p> <p>نقطة تشير إلى استخدام مهارة نظر الكرة</p> <p>وذلك تستخدم للتغلب على صعوبة الأرض الغير مستوية</p> <p>التالي 4/3 السابق</p>	<p>١-٢٠</p> <p>٢-٢٠</p>

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٣-٢٠	<p>كما يمكن استخدامهما في التصويب على المرمى خاصة في الضربات الركنية الجزئية لصعوبة إحاقها بواسطة حارس المرمى</p> <p>ألفاظ متتالية توضح ملابس حارس المرمى</p> <p>ألفاظ متتالية توضح تدريبات حارس المرمى</p> <p>ألفاظ توضح تحركات حارس المرمى</p>	<p>إذا ضغطتي على التالة سوف يظهر لك النص التالي ولكن لاحظي عزيزتي الطالبة أنه يوجد عبارة ذات لون مختلف عن النص (ذات لون أحمر) إذا ضغطتي عليها يحر البرنامج إلى نافذة أو شاشة إضافية يظهر فيها أقطاعات بمصاحبة التعليق الحواري .</p> <p>توجيه إذا ضغطتي على طريقة الأداء سوف يظهر لك الشاشة التالية إذا ضغطتي على العبارة ذات اللون الأحمر حتى يحر البرنامج إلى إحدى وصلات الهير مدينا</p>	<p>ظهور تدريجي للأقطاعات في منتصف الشاشة ثم يليها النص على أن يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic حجم الخط : 20/18</p> <p>لونه : ينج فيما عدا عبارة (حارس المرمى) باللون الأحمر عند الضغط عليها يحر البرنامج إلى شاشة إضافية أو نافذة إحر تتضمن معلومات إضافية عن حارس المرمى بالإضافة إلى التعليق الصوتي ويكون لون الخلفية أزرق داكن</p>
٢-٢٠	<p>عزيزتي الطالبة أنتهى تختلف مهارة نظر الكرة عن باقي المهارات في طريقة الأداء</p> <p>عند أداء النظر يتم لف العصا حتى يصبح الإرخاء السفلي للعصا مواجهاً للأمام وجزء منه أسفل الكرة تقريباً ثم تضغط اليد اليسرى العصا لأسفل واليمنى تدفع للأمام لأعلى قليلاً فتخرج الكرة عالية نصف متر تقريباً عن الأرض</p>		
٢١	<p>ألفاظ متتالية توضح خطوات أداء المهارة</p>		
٢٢	<p>صورة تالية متتالية توضح أداء المهارة</p>		

وصف الإطار	الجانب المسموع	الجانب المرئي	رقم الإطار
<p>تظهر لقطات متتالية في يسار الشاشة ويـالـتـتـريـج يظهر صور ثابتة على يمين الشاشة وأسفلها يظهر النص على أن يكون العنوان (عزيزتي الطالبة تذكري) في بروجيكتي ثم ظهور باقي المحتوى على أن يكون :</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic حجم الخط : 20/18 لونه : بيج ويكون لون الخلفية أرق داكن</p>	<p>عزيزتي الطالبة إذا ضغطتي على تذكري يظهر لك الشاشة التالية موسيقى</p>	<p>عزيزتي الطالبة تذكري</p> <ol style="list-style-type: none"> أ- القمان متباعدتان بانساع الحوض أو أكثر قليلاً . ب- مشط القدم يشير للأمام . ج- ثقل الجسم موزع على القدمين بالتساوي . د- الركبتين بهما انثناء خفيف . هـ- الجذع مائل للأمام ولأسفل قليلاً . و- الكتف الأيسر مواجه للمكان المراد وصول الكرة إليه . ز- النظر موزع بين الكرة والمكان المراد وصول الكرة إليه . ح- اليد اليسرى تقبض على المضرب من أعلى واليد اليمنى تقبض على المضرب من أسفل وعلى بعد قبضتين يد تقريباً . ط- الكرة أمام الجسم وتمثل رأس مثاآ مع القدمين تميل ناحية القدم اليسرى قليلاً . ي- المضرب مائل جهة القدم اليمنى ويصنع زاوية ٤٥ درجة مع الأرض والوجه المسطح للمضرب يشير إلى جهة اليسار وأقصى انحناء للمضرب تحت الكرة . ك- تقوم الطالبة بعمل طعن (سوستة) على الرجل اليمنى وللجانب وبذلك ينتقل مركز ثقل الجسم الأكبر ليقع على القدم اليمنى حتى يستطيع اللاعب بالميل بالمضرب لأقصى درجة ممكنة تمكنه من أداء المهارة بسهولة . 	

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٢٣	<p>تمارين المستوى المنخفض</p> <p>تمارين المستوى المتوسط</p> <p>تمارين المستوى المرتفع</p> <p>عودة</p> <p>المستوى المنخفض</p> <p>لقطة توضيح التمرين الأول</p> <p>التمرين الأول :</p>	<p>توجيه</p> <p>عزيزتي الطالبة</p> <p>إذا ضغطتي مرفق واحدة بالقبضة على مستويات التمرين يظهر لكى شكل تخطيطى يوضح المستويات الثلاث كالتالى :</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالقبضة على المستوى المنخفض تظهر الشاشة التالية</p>	<p>ظهور تدرجى لتمارين المستوى المنخفض على التالى فى كل مرة تضغط الطالبة مرة واحدة بالقبضة على التالى ويظهر عنوان التمرين أعلى اللقطة الموضحة له ويظهر باقى المحتوى على ان يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 20/18</p> <p>لونه : بيج ولون الخلفية أرق داكن</p>
٢٣-٢	<p>قضى عزيزتى الطالبة وقفة الاستعداد الصحيحة هو الوضع الذى يكون عليه اللاعب قبل القيام بأداء أية مهارة من مهارات اللعبة المتعددة وهذا يتطلب أن يكون اللاعب فى وضع مريح يسهل فيه الحركة لأى اتجاه . والمضرب مائل جهة القدم اليمنى والمضرب يصنع زاوية ٤٥ درجة مع الأرض والوجه المسطح للمضرب يشير إلى جهة اليسار وتقوم الطالبة بأداء المهارة بدون كرة .</p> <p>لقطة توضيح التمرين الثاني</p>	<p>موسيقى</p>	

رقم الإطار	الجانب المرئى	الجانب المسموع	وصف الإطار
٣-٢٣	<p>نقطة توضح التمرين الثالث</p> <p>طالبان (أ ، ب) مواجهتان المسافة بينهما ١٠ ياردة تقوم الطالبة (أ) بنظر الكرة لتصل إلى الطالبة (ب)</p> <p>نقطة توضح التمرين الرابع</p>		
٤-٢٣	<p>طالبتان (أ ، ب) مواجهتا المسافة بينهما ١٥ ياردة .</p> <p>تقوم إحدى الطالبتين بنظر الكرة للاخرى على أن تعبر الكرة - حاجز ارتفاع ٥٠ سم موجود في منتصف المسافة (يتم التبديل) .</p> <p>نقطة توضح التمرين الخامس</p>		
٦-٢٣	<p>طالبتان (أ ، ب) مواجهتان المسافة بينهما ١٥ ياردة تقوم إحدى الطالبتين بنظر الكرة للاخرى على أن تعبر الكرة حاجز ارتفاعه ٩٠ سم موجود في منتصف المسافة . (يتم التبديل)</p> <p>نقطة توضح التمرين السادس</p>		

- توزع عدد ٥ أقماع على مسافة ٢٥ ياردة ، قومي عزيرتي بالجرى الزجراجي بين الأقماع وهي ممسكة بالمضرب و عند الوصول إلى خط النهاية تقوم بغرف الكرة .

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٢٤	<p>التمرين الأول</p> <p>المستوى المتوسط</p> <p>نقطة توضيح التمرين الأول</p>	<p>توجيه</p> <p>إذا ضعفتي على المستوى المتوسط يظهر تمارين هذا المستوى على التوالي في كل مرة تضعطي لمرة واحدة بالفترة على مربع التالي ويتضمن لقطات بمصاحبة النص بالإضافة إلى الموسيقى إذا ضعفتي على عبارة (التقدم بالكرة) ذات اللون المختلف (الأحمر) عن باقي النص سوف يبصر البرنامج إلى وصلة من وصلات الهيبر ميديا لكي يرض شاشة كالتالي</p>	<p>تظهر تدريجي لتمارين المستوى المتوسط من أعلى إلى أسفل على التوالي في كل مرة تضغط فيها الطالب مرة واحدة على التالي يظهر عنوان التمرين أعلى اللقطة الموضحة ثم يلها النص على أن يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 20/18</p> <p>لونه : بيج فيما عدا عبارة (التقدم بالمحاوره) باللون الأحمر إذا ضعطي عليها يبصر البرنامج إلى شاشة إضافية ويظهر لقطات متتالية في يمين الشاشة</p> <p>عند الضغط على عبارة (مهارة خداعية) يبحر البرنامج مرة أخرى إلى وصلة إضافية من وصلات الهيبر ميديا .</p>
١-٢٤	<p>- تقمي بالمحاوره بين ٥ كرات طيبة موزعة على مسافة ٢٠ ياردة باستخدام مهارة التقدم بالمحاور .</p> <p>نقطة توضيح مهارة التقدم بالمحاوره من الثبات</p> <p>نقطة توضيح مهارة التقدم بالمحاوره من الحركة</p> <p>نقطة توضيح التدريب على مهارة التقدم بالمحاوره بين الأقسام</p> <p>نقطة توضيح التدريب على مهارة التقدم بالمحاوره في خط مستقيم</p>	<p>إذا ضعفتي على عبارة (مهارة خداعية) ذات اللون المختلف (الأزرق) عن باقي النص</p>	
	<p>هذه المهارة الغرض فيها التقدم بالكرة كذلك لقطع مسافة من الملعب ولكن في حالة وجود منافس وهي مهارة يصعب على المنافس تشتيتها أو أخذها لأنها عبارة عن ضرب الكرة باستخدام الوجه المسطح أماماً يساراً أو المعكوس أماماً يميناً بطريقة معينة بحيث أنه من الصعب على اللاعب المنافس التنبؤ بما ينوي اللاعب القيام به أو معرفة الطريق الذي يسلكه فهي مهارة خداعية .</p>		

وصف الإطار	الجانب المسموع	الجانب المرئي	رقم الإطار
	<p>سوف يبحر البرناجح إلى وصلة من وصلات الهير ميديا لكي يعرض الشاشة التالية</p>	<p>لقطة توضح مهارة الخداع</p> <p>الخداع هو عبارة عن حركات تؤدي بالقمين أو بالجسم أو بالمعسا والكرة أو كلها مجتمعة مع بعضها يؤديها لاعب الهجوم المستحوذ على الكرة مستخدماً فيها ذكاؤه لانتهاز اللحظة المناسبة للتخلص من المدافع والاستحواذ والاحتفاظ بالكرة والتقدم بها .</p> <p>ثم التقيم بالدرجة لمسافة ١٠ ياردة ثم التصويب على المرمى باستخدام مهارة نظر الكرة .</p> <p>التمرين الثاني :</p> <p>لقطة توضح التمرين الثاني</p> <ul style="list-style-type: none"> - التصويب باستخدام مهارة نظر الكرة على حائط مقسم إلى أجزاء . - قومي بالتصويب على مربع (٧) ثم مربع (٨) ثم مربع (٩) . <p>التمرين الثالث :</p> <p>لقطة توضح التمرين الثالث</p> <ul style="list-style-type: none"> - نفس التمرين السابق ولكن في هذا التمرين قومي عزيزتي الطالبة بالتصويب بمهارة نظر الكرة على مربع (٤) ثم مربع (٥) ثم مربع (٦) . - وبالتوالي (١) ثم (٢) ثم (٣) . 	<p>٢-٢٤</p> <p>٣-٢٤</p>

موسيقى

رقم الإطار	الجانب المرئى	الجانب المسموع	وصف الإطار
٤-٢٤	<p>التمرين الرابع :</p> <p>لقطة توضح التمرين الرابع</p> <p>- التصويب بهارة نظر الكرة على مربع (٩) ثم (٥) ثم (١١) .</p> <p>- وبالتالي إلى مربع (٧) ثم (٥) ثم (٣)</p> <p>المستوى المرتفع</p>	<p>توجيه</p> <p>إذا ضغطت على المستوى المرتفع يظهر</p> <p>تمارين هذا المستوى على التوالى فى كل مرة</p> <p>تضغطى لمرة واحدة بالفأرة على مربع التالى</p> <p>ويتضمن لقطات بمصاحبة النص بالإضافة إلى الموسيقى كالتالى</p>	<p>ظهور تدريجى للتمرين المستوى المرتفع على التوالى فى كل مرة تضغط فيها الطالبة مرة واحدة بالفأرة على التالى ويظهر عنوان التمرين أعلى اللقطة الموضحة ثم يليها النص على أن يكون :</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 20/18</p> <p>لونه : بييج ويكون لون الخلفية أزرق</p>
٢٥	<p>التمرين الأول :</p> <p>لقطة توضح التمرين الأول</p> <p>- التصويب بهارة نظر الكرة على الدائرة المرسومة على الأرض (يمكن الاستعانة بطوق بدلاً من الرسم على الأرض) من مسافة ٦ ياردة .</p> <p>التمرين الثانى :</p> <p>لقطة توضح التمرين الثانى</p> <p>رسم ثلاث دوائر مرقمة على الأرض أو استبدال ذلك بأطواق . تقف الطالبة على بعد ٧ ياردة ثم تقوم بنظر الكرة على الدائرة رقم (١) .</p>		

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٤-٢٥	<p>التمرين الرابع : لقطة توضيح التمرين الرابع</p> <ul style="list-style-type: none"> - التصويب على هدف مثبت أعلى المرمى مسافة ٧ ياردة . - التصويب بمهارة نظر الكرة على الهدف (١) . - ثم التصويب على الهدف (٢) . <p>التمرين الخامس: لقطة توضيح التمرين الخامس</p> <ul style="list-style-type: none"> - تصويب ١٠ كرات هوكي على المرمى بمهارة نظر الكرة من مسافة ٧ ياردة على أن تحتسب الكرة التي تدخل في الهدف . <p>التمرين السادس لقطة توضيح التمرين السادس</p> <ul style="list-style-type: none"> - طالبان (أ ، ب) على خط واحد تقوم الطالبة (ب) بالجرى السريع للأمام لاستقبال الكرة القادمة من الطالبة (أ) لجرى بها فسي خط مستقيم لتمررها مرة أخرى إلى الطالبة (أ) بعد ما ينتهي من اختيار الحواجز ليستقبل الكرة على حدود دائرة التصويب ويخسل بها الدائرة ويصوب على المرمى . - مع ملاحظة أن جميع التمرينات والتصويبات على المرمى باستخدام مهارة نظر الكرة . <p>اقتز الإجابة الصحيحة فيما يلي</p> <p>التقويم</p>	<p>توجيه</p> <p>عزيرتي الطالبة</p> <p>إذا ضغظتي مرة واحدة بالفاة على مربع صورة سوف تظهر الشاشة الرئيسية لمهارة نظر الكرة .</p> <p>موسيقى</p>	<p>ظهور تدريجي لأسئلة التقويم على أن يظهر (الختاري الإجابة الصحيحة فيما يلي) من اليمين إلى اليسار وتحتوي الشاشة على مفتاحين إحداهما السابق والآخر التالي وذلك للتقل ما بين ٢٠ سؤال يتم الإجابة عليها من خلال الضغظ على أي من الاختيارات الثلاثة (أ ، ب ، ج) وذلك بالضغظ مرة أخرى بالفاة على الإجابة المختارة مع ظهور تعزيز فورى لإجابة الطالبة</p>
٢٦	<p>توجيه</p> <p>عزيرتي الطالبة</p> <p>إذا ضغظتي على التقويم تظهر لكى الشاشة التالية</p>		

رقم الإطار	الجانب المرئى	الجانب المسموع	وصف الإطار
١-٢٦	<p>مهارة نظر الكرة تستخدم في التمرير للزميل في الأوقات التي تتطلب دفع الكرة من</p> <p>١- أعلى المنافسين .</p> <p>٢- جانب المنافسين .</p> <p>٣- أمام المنافسين .</p> <p>المتالى</p> <p>20/1</p> <p>المتالى</p> <p>ضعطت على (أ) إجابة صحيحة</p> <p>مهارة تستخدم في التمرير للزميل في الأوقات التي تتطلب دفع الكرة من أعلى المنافسين .</p> <p>١- دفع الكرة .</p> <p>٢- التقدم بالدرجة .</p> <p>٣- نظر الكرة .</p> <p>ضعطت على (ب) إجابة خاطئة</p> <p>الإجابة : نظر الصموية إعاقة مهارة نظر الكرة من المنافس ولعدم توقع اتجاهها تستخدم في التمرير للزميل في الأوقات التي تتطلب دفع الكرة من أعلى المنافسين</p> <p>تستخدم مهارة نظر الكرة في حالة</p> <p>١- صموية الأرض الغير مستوية .</p> <p>٢- سهولة الأرض المستوية .</p> <p>٣- في جميع الحالات .</p>	<p>صوت تصفيق</p> <p>مؤثر صوتى</p>	<p>ظهور علامة (؟) باللون الأخضر على يسار الشاشنة وعجارة (إجابة صحيحة) باللون الأصفر في يمين الشاشنة</p>
٢-٢٦	<p>صوت كسر زجاج</p> <p>مؤثر صوتى</p>	<p>ظهور علامة (x) باللون الأحمر في يسار الشاشنة وعجارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر في يمين الشاشنة ثم ظهور فقرة على يسار كلمة الإجابة باللون الأسود .</p>	

رقم الإطار	الجانب المرئى	الجانب المسموع	وصف الإطار
٤-٢٦	تستخدم مهارة فى حالة صعوبة الأرض الغير مستوية . أ- نظر الكرة . ب- دفع الكرة . ج- التقدم بالمحاورة . تكون العصا ملاصقة للكرة فى مهارة نظر الكرة . أ- وظهرها لجهة اليمين . ب- وظهرها لجهة اليسار . ج- وجهها لجهة اليسار وظهرها لجهة اليمين ضغظت على (ج) إجابة صحيحة	صوت تصفيق مؤثر صوتى	ظهور تدريجى لأسئلة التقويم حيث تحتوى الشائشة على مفتاحين إحداهما السابق والآخر التالى وذلك للتقل ما بين ٢٠ سؤال يتم الإجابة عليها من خلال الضغظ على أى من الإجابات الثلاث (أ) ، (ب) ، (ج) وذلك بالضغظ مرة واحد بالقلارة على الإجابة المختارة ظهور علامة (؟) باللون الأخضر فى يسار الشائشة ، عبارة (إجابة صحيحة) باللون الأخضر فى يمين الشائشة اسفل السؤال
٦-٢٦	تكون العصا للكرة فى مهارة نظر الكرة وجهها لجهة اليسار وظهرها لجهة اليمين . أ- قريبة . ب- ملاصقة . ج- بعيدة . ضغظت على (ج) إجابة خاطئة	صوت كسر زجاج مؤثر صوتى	ظهور علامة (×) باللون الأحمر فى يسار الشائشة وظهور عبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر فى يمين الشائشة ثم ظهور فترة تحتوى على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة .

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٧-٢٦	<p>عند أداء مهارة نظر الكرة يكون المضرب مائل جهة اليمين ويضع زاوية قدرها</p> <p>أ- ٦٠ درجة .</p> <p>ب- ٤٥ درجة .</p> <p>ج- ٩٠ درجة .</p>	<p>صوت تصفيق</p> <p>مؤثر صوتي</p>	<p>ظهور تدريجي لكل سؤال على أن يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 20/18</p> <p>لونه : أسود ويكون لون الخلفية بيج داكن</p>
٨-٢٦	<p>عند أداء مهارة نظر الكرة يكون المضرب ويصنع زاوية قدرها</p> <p>٤٥ درجة</p> <p>أ- مائل جهة اليسار .</p> <p>ب- مائل جهة اليمين .</p> <p>ج- عمودي .</p> <p>ضغطت على (ب) إجابة صحيحة</p>	<p>صوت تصفيق</p> <p>مؤثر صوتي</p>	<p>ظهور علامة (?) باللون الأخضر في يسار الشاشة ، عبارة (إجابة صحيحة) باللون الأخضر في يمين الشاشة اسفل السؤال</p>
٩-٢٦	<p>عند بداية التأهب ينظر الكرة يقوم المتعلم بعمل طعن (سوستة) على الرجل</p> <p>أ- اليمن وللجانب .</p> <p>ب- اليسرى وللجانب .</p> <p>ج- اليمنى فقط .</p> <p>ضغطت على (أ) إجابة صحيحة</p>	<p>صوت تصفيق</p> <p>مؤثر صوتي</p>	<p>ظهور علامة (?) باللون الأخضر في يسار الشاشة ، عبارة (إجابة صحيحة) باللون الأخضر في يمين الشاشة اسفل السؤال</p>
١٠-٢٦	<p>عند ينظر الكرة يقوم المتعلم بعمل طعن (سوستة) على الرجل</p>		

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
١١-٢٦	<p>اليمين وللجانب</p> <p>أ- بداية التأهب .</p> <p>ب- نهاية التأهب .</p> <p>ج- بداية المتابعة .</p> <p>ضغطت على (ج) إجابة خاطئة</p> <p>الإجابة تقوم المتعلمة بعمل طعن (بوسطة) على الرجل اليميني وللجانب في بداية التأهب بنظر الكرة .</p> <p>عند أداء مهارة نظر الكرة يكون الوجه المسطح للمضرب يشير إلى</p> <p>جهة</p> <p>أ- اليسار .</p> <p>ب- اليمين .</p> <p>ج- للأمام .</p> <p>مهارة نظر الكرة تكون القدم اليميني خلفاً واليسرى</p> <p>أ- جانباً .</p> <p>ب- أماماً .</p> <p>ج- خلفاً .</p> <p>ضغطت على (ج) إجابة خاطئة</p> <p>الإجابة : يراعى عند أداء مهارة نظر الكرة ألا تشمل خطوطه على</p>	<p>صوت كسر زجاج</p> <p>مؤثر صوتي</p>	<p>ظهور علامة (×) باللون الأحمر في يسار الشاشة وعبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر في يمين الشاشة ثم ظهور تصحيح للإجابة بطريقة غير مباشرة</p>
١٢-٢٦	<p>صوت كسر زجاج</p> <p>مؤثر صوتي</p>	<p>ظهور علامة (×) باللون الأحمر في يسار الشاشة وعبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر في يمين الشاشة ثم ظهور</p>	

رقم الإطوار	الجانب المرئى	الجانب المسموع	وصف الإطوار
١٣-٢٦	<p>المنافس وتكون القدم اليمنى خلفاً واليسرى أماماً .</p> <p>في مهارة نظر الكرة تكون القدم اليسرى خلفاً واليمنى أماماً .</p> <p>ب- اليسرى واليمنى على خط واحد .</p> <p>ج- اليمنى خلفاً واليسرى أماماً .</p> <p>ضعفت على (ج) الإجابة صحيحة</p>	صوت تصفيق مؤثر صوتى	<p>تصحيح للإجابة بطريقة غير مباشرة باللون الأسود .</p> <p>ظهور علامة (?) باللون الأخضر في يسار الشاشة ، عبارة (إجابة صحيحة) باللون الأخضر في يمين الشاشة اسفل السؤال</p>
١٤-٢٦	<p>في مهارة يكون ثقل الجسم موزع على القدمين بالتساوى</p> <p>أ- للتقدم بالدفع .</p> <p>ب- للتقدم بالدرجة .</p> <p>ج- نظر الكرة .</p> <p>ضعفت على (ب) إجابة خاطئة</p> <p>الإجابة : في مهارة نظر الكرة تكون القدمان متباعدتان بالتساوى .</p> <p>أو أكثر قليلاً وثقل الجسم موزع على القدمين بالتساوى .</p> <p>في مهارة نظر الكرة يكون ثقل الجسم</p> <p>أ- على القدم اليمنى .</p> <p>ب- موزع على القدمين بالتساوى .</p> <p>ج- على القدم اليمنى .</p>	صوت كسر زجاج مؤثر صوتى	<p>ظهور علامة (x) باللون الأحمر في يسار الشاشة ، وظهور عبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر فى يمين الشاشة ثم ظهور فقرة تحوى على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة .</p>
١٦-٢٦	<p>في مهارة نظر الكرة يكون الكتف مواجِه للمكان المراد وصول</p>		ظهور تدريجى لكل سؤال على أن يكون

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار	
١٧-٢٦	<p>الكرة إليه</p> <p>أ- الأيسر .</p> <p>ب- الأيمن .</p> <p>ج- الاثني معاً .</p> <p>ضعفت على (ج) إجابة خاطئة</p> <p>الإجابة : من أهم المراحل الفنية لمهارة نظر الكرة أن يكون الكتف الأيسر مواجهة للمكان المراد وصول الكرة إليه .</p> <p>في مهارة نظر الكرة يكون</p> <p>أ- الكتف الأيسر مواجهة للمكان المراد وصول الكرة إليه .</p> <p>ب- الكتف الأيمن مواجهة للمكان المراد وصول الكرة إليه .</p> <p>ج- الصدر مواجهة للمكان المراد وصول الكرة إليه .</p> <p>ضعفت على (أ) إجابة صحيحة</p> <p>عند أداء مهارة نظر الكرة تكون أقدام الجسم وتضع رأس</p> <p>..... مع القدمين</p> <p>أ- مربع .</p> <p>ب- مثلث .</p> <p>ج- مستطيل .</p> <p>ضعفت على (أ) إجابة خاطئة</p> <p>الإجابة : يراعى في مهارة نظر الكرة أن يكون النظر موزع بين الكرة والتي تكون أمام الجسم وتضع رأس القدمين وتقبل ناحية</p>	<p>صوت كسر زجاج</p> <p>مؤثر صوتي</p> <p>صوت تصفيق</p> <p>مؤثر صوتي</p>	<p>تظهر علامة (×) باللون الأحمر في يسار الشاشة وعبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر في يمين الشاشة ثم ظهور تصحيح الإجابة بطريقة غير مباشرة</p> <p>تظهر علامة (?) باللون الأخضر في يسار الشاشة ، عجلة إجابة صحيحة) باللون الأخضر في يمين الشاشة أسفل السؤال</p>	<p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 20/18</p> <p>لونه : أسود ويكون لون الخلفية بيج داكن</p>
١٨-٢٦	<p>صوت كسر زجاج</p> <p>مؤثر صوتي</p>	<p>ظهور علامة (×) باللون الأحمر في يسار الشاشة وعبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر في يمين الشاشة ثم ظهور تصحيح الإجابة بطريقة غير مباشرة</p>	<p>ن</p> <p>١</p> <p>٢</p>	

رقم الإطار	الجانب المرئى	الجانب المسموع	وصف الإطار
١٩-٢٦	<p>القدم اليسرى قليلاً والمكان المراد وصول الكرة إليه .</p> <p>عند أداء مهارة نظر الكرة تكون أمام الجسم وتضخ رأس مع القدمين</p> <p>أ- وتميل ناحية القدم اليسرى قليلاً .</p> <p>ب- وتميل ناحية القدم اليمنى قليلاً .</p> <p>ج- تقع في منتصف القدمين .</p>	<p>صوت تصفيق</p> <p>مؤثر صوتى</p>	<p>ظهور علامة (?) باللون الأخضر في يسار الشاشة ، عجلة (إجابة صحيحة) باللون الأخضر في يمين الشاشة اسفل السؤال</p>
٢٠-٢٦	<p>عند أداء مهارة نظر الكرة يكون للمضرب يشير إلى جهة اليسار</p> <p>أ- الوجه المسطح .</p> <p>ب- الوجه المعكوس .</p> <p>ج- الانحناء السفلى .</p> <p>صغمت على (ج)</p> <p>إجابة خاطئة</p> <p>الإجابة : تقوم المتعامدة بعمل طعن على الرجل اليمنى وللجانب حتى تستطيع الميل بالمضرب لأقصى درجة ممكنة تمكثها من أداء المهارة بسهولة ويكون الوجه المسطح للمضرب يشير جهة اليسار</p> <p>نجاح مبرر لجهودك العظيم إلى اللقاء في بقية البرمجة</p>	<p>صوت كسر زجاج</p> <p>مؤثر صوتى</p>	<p>ظهور علامة (x) باللون الأحمر في يسار الشاشة ، وظهور عبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر فسى يمين الشاشة ثم ظهور فقرة تحتوي على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة .</p>

وصف الإطار	الجانب المسموع	الجانب المرئي	رقم الإطار
<p>ظهور تدريجي لمحتوى القائمة الرئيسية بتأثير فلاس على ان يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط 18/20</p> <p>لونه : اسود والخلفية بيج داكن</p>	<p>عزيرتي الطالبة</p> <p>تقدم لكي مهارة غرف الكرة في شاشات متتالية</p> <p>نقسمها إلى أجزاء صغيرة لتسهيل عملية التعلم</p> <p>المطلوب منك :</p> <p>مشاهدة تلك الشاشات ثم التوجه إلى الملعب</p> <p>تأدية ما تم إكتسابه من مهارات</p> <p>موسيقى</p> <p>إذا ضغطتي على الأهداف السلوكية تظهر لكي الشاشة التالية</p> <p>وإذا ضغطتي على الأهداف المعرفية تظهر لك الشاشة التالية</p>	<p>مهارة غرف الكرة</p> <p>استعمال مهارة الغرف</p> <p>مستويات التمرين</p> <p>مقدمة</p> <p>تذكيري</p> <p>التقويم</p> <p>الأهداف السلوكية</p> <p>طريقة الأداء</p> <p>الأهداف المعرفية</p> <p>الأهداف النفس حركية</p> <p>الأهداف الوجدانية</p> <p>الأهداف المعرفية</p> <p>١-٢٧</p> <p>أ- أن تعرف الطالبة وتتمكن من شرح مهارة غرف الكرة .</p> <p>ب- أن تعرف الطالبة كيفية الاضرام بالتعليمات الموجودة في البرمجية .</p> <p>ج- أن تعرف الطالبة وتحدد أفضل طرق التدريس المناسبة لتعلم مهارة غرف الكرة .</p>	<p>٢٧</p>

رقم الإطار	الجانب المرئى	الجانب المسموع	وصف الإطار
٢٧-٢	<p>د- أن تعرف الطالبة كيفية المفاضلة بين مهارة غرف الكرة وبين مهارة أخرى سبق تعلمها .</p> <p>الأهداف النفس حركية</p> <p>١- أن تستطيع الطالبة أداء المهارة على أن تكون الكرة موزية لمشط القدم اليمنى وداخل الجسم (أمام القدم اليسرى) .</p> <p>ب- أن تتقن الطالبة أداء حركة عكسية للبين وذلك لضمان رفع الكرة من على الأرض .</p> <p>ج- أن تؤدي .</p> <p>الأهداف الوجدانية</p> <p>١- أن تتشارك الطالبة ببطيحية وتتحدى عن السلبية أثناء أداء مهارة غرف الكرة .</p> <p>ب- أن تحافظ الطالبة على سلامة زميلاتها عند أداء مهارة غرف الكرة .</p> <p>ج-</p>	<p>إذا ضغطتي على الأهداف النفس حركية تظهر لكى الشاشة التالية</p> <p>إذا ضغطتي على الأهداف الوجدانية تظهر لكى الشاشة التالية</p> <p>توجيه</p> <p>إذا ضغطتي على عودة سوف تظهر لكى الشاشة الرئيسية اضغطي على القائمة تظهر لكى الشاشة التالية</p>	<p>ظهور تدريجي من اليمين إلى يسار الشاشة على أن يكون نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 18/20</p> <p>لونه : بييج والخلفية يكون لونها أزرق داكن</p>
٢٨	<p>مهارة غرف الكرة :</p> <p>مهارة صعبة الأداء تحتاج لتوافق كبير وتدريب مستمر لإجرائها وتحتاج أيضاً لآلة متطاهية فى الأداء ممعاً الإصباية وتستخدم فى التمرير</p> <p>الغرفة توضح أداء مهارة غرف الكرة فى المبلارة</p>	<p>ظهور تدريجي مع ظهور العنوان (مهارة غرف الكرة) فى برواز نيتي اللون على أن يكون نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 18/20</p> <p>لونه : بييج ويكون لون الخلفية أزرق داكن</p>	<p>ن</p> <p>١</p> <p>٢</p>

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٢٩-١	<p>في التعبير الطويل خلف الدفاع</p> <p>نقطة توضح استخدام مهاجم عرف الكرة</p> <p>التالي</p> <p>3/1</p> <p>السابق</p> <p>نقطة توضح الاستخدام التالي للمهاجم في الملعب</p>	<p>توجيه</p> <p>عزيزتي الطالبة</p> <p>إذا ضغطتي على استعمال مهارة العزف تظنر لكي الشاشمة التالية</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالكرة على التالي سوف يظهر لكي الشاشمة التالية</p>	<p>ظهور تدريجي للقطات التي توضح استخدام مهارة عزف الكرة مع التعليق الصوتي ثم يظهر أسفها النص في برواز باللون البيتي الغامق ويوجد أسفل النص مقتطع السباق للإعادة مرة أخرى ومفتاح التالي لمواصلة المشاهدة .</p>
٢٩-٢	<p>التصويب على المرمى عندما تكون الكرة على يسار اللاعب والمرمى على يمينه وليس لدى اللاعب فرصة لاتخاذ وضع أنسب.</p> <p>3/2</p> <p>التالي</p> <p>السابق</p> <p>نقطة توضح الاستخدام الثالث للمهاجم في الملعب</p> <p>التصويب على المرمى في حالة تقدم حارس المرمى وترك منطقهه فيقوم اللاعب برفع الكرة عاليًا بواسطة اللاعب فوق حارس المرمى.</p>	<p>موسيقى</p> <p>توجيه</p> <p>عزيزتي الطالبة</p> <p>إذا ضغطتي على طريقة الأداء تظهر لكي الشاشمة التالية</p>	

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٣٠	<p>لاحظي عزيزتي الطالبة أن هذه المهارة تغطي ارتفاعاً أكبر من مهارة نطر الكرة ولكن مسافة الطيران للكرة في الهواء أقصر عنها في مهارة الكرة ، ولذلك هناك اختلاف بينهما في</p> <p>طريقة الأداء</p> <p>تعرف الكرة لأعلى ولأمام بحركة مشتركة من الذراعين اليسرى تضغط على العصا لأسفل واليمنى بقوة لأعلى ولأمام ويراعى متابعة الجسم والذراعين لعملية الغرف ويكون مسار الكرة لأعلى ولأمام .</p>	<p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على (طريقة الأداء) ذات اللون المختلف (الأحمر) عن بقية النص سوف يحمر البرنامج إلى وصلة من وصلات الهير ميديا .</p> <p>عزيزتي الطالبة إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على تذكري تظهر لك الشاشة التالية</p>	<p>ظهور عبارة باللون الأحمر (طريقة الأداء) وبإلى النص باللون البيج وعند الضغط عليها يحمر البرنامج إلى نفساافة إضافية لتوضيح طريقة الأداء .</p> <p>ويظهر النص في يمين الشاشة باللون النيتي الغامق وإلى جانبه لقطات متتابعة بالإضافة إلى التعليق الصوتي .</p>
٣١	<p>لقطات متتالية توضح أداء مهارة غرف الكرة</p> <p>لقطات متتالية توضح خطوات أداء مهارة غرف الكرة</p> <p>صور ثابتة متتالية توضح خطوات أداء مهارة غرف الكرة</p> <p>عزيزتي الطالبة تذكري :</p> <ol style="list-style-type: none"> القدم اليمنى أماماً واليسرى خلفاً بانتساح الحوض . نقل الجسم موزع على القدمين بالتساوي . مسط القدم اليمنى يشير للأمام عمودي على القدم اليسرى . الركبتين أثناء خفيف . 	<p>عزيزتي الطالبة إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على تذكري تظهر لك الشاشة التالية</p>	<p>ظهور تدريجي للصور الثابتة في يمين الشاشة وظهور لقطات فيديو متتابة في يسار الشاشة وأسفلها النص على أن يكون عنوان</p>

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٣٢	<p>تمارين المستوى المنخفض</p> <p>تمارين المستوى المتوسط</p> <p>تمارين المستوى المرتفع</p> <p>صورة</p> <p>تمارين المستوى المنخفض</p> <p>لقطة توضيح التمرين الأول</p> <p>التمرين الأول :</p> <p>- قفي عزيزتي وقفة الطالبة وقفة الاستعداد الصحيحة مع مسك المضرب .</p> <p>- تقوم الطالبة بأداء المهارة ولكن بدون كرة وذلك بعمل الحركة العكسية باليمين (حركة الجاروف) .</p> <p>التالي 6/1 السابق</p> <p>التمرين التالي :</p> <p>قومي عزيزتي الطالبة بأداء المهارة ولكن بكرة تنس وتحاول غرف الكرة إلى أقصى مدى .</p>	<p>توجيه</p> <p>عزيزتي الطالبة</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على مستويات التمرين سوف تظهر لكى الشاشة التالية</p> <p>إذا ضغطتي على تمارين المستوى المنخفض يظهر لكى الشاشة التالية</p> <p>إذا ضغطتي على التالى يظهر لكى الشاشة التالية</p> <p>موسيقى</p> <p>إذا ضغطتي على التالى تظهر لكى الشاشة التالية</p>	<p>ظهور تدريجي لتمرين المستوى المنخفض على أن يكتب عنوان التمرين أعلى اللقطة الموضحة للتمرين وذلك عندما تضغط الطالبة مرة واحدة بالفأرة مرة واحدة على مربع التالى وأسفل اللقطة يظهر النص على أن يكون .</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 18/20</p> <p>لونه : بيج ويكون لون الخلفية أرزق داكن</p>
٣٢-٣٢			

رقم الإهار	الجانب المرئى	الجانب المسموع	وصف الإطار
٣-٣٢	<p>التمرين الثالث :</p> <p>نقطة توضح التمرين الثالث</p> <p>غرف الكرة باستخدام كرة الهوكي بين طالبين المسافة بينهما ٦ ياردة .</p> <p>التمرين الرابع :</p> <p>نقطة توضح التمرين الرابع</p> <p>غرف الكرة بين طالبين المسافة بينهما ١٦ ياردة على أن تعبر الكرة حاجز ارتفاعه ٦٠ سم .</p> <p>التمرين الخامس :</p> <p>نقطة توضح التمرين الخامس</p> <p>غرف الكرة بين طالبين المسافة بينهما ٢٠ ياردة على أن تعبر الكرة حاجز ارتفاعه ٩٠ سم .</p> <p>التمرين السادس :</p> <p>نقطة توضح التمرين السادس</p> <p>قومي عزيزتي الطالبة بالجرى ٢٥ ياردة وعند خط النهاية توضح الكرة وعند وصول الطالبة إليها تقوم بغرف الكرة وعمل المتابعة بالمضرب للكرة .</p>		<p>ظهور تدريجي للتمرين على أن يظهر لقطه الفيديو في منتصف الشاشة يليها النص وأسفل النص مفتاح المسابح لإعادة التمرين مرة أخرى ومفتاح التالي للتحرك أو الانتقال إلى تمرين آخر .</p>
٤-٣٢			
٥-٣٢			
٦-٣٢			

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٣٣-١	<p>التمرين الأول :</p> <p>نقطة توضح التمرين الأول</p> <p>غرف الكرة بين طالبات المسافة بينهما ١٦ ياردة على أن تعبر الكرة الحاجر الموجود في المنتصف (شبكة ملعب كرة طائرة)</p>	<p>توجيه</p> <p>عزيزتي الطالبة</p> <p>إذا ضغطتي على تمارين المستوى المتوسط تظهر لكى الشاشة التالية</p>	<p>ظهور تدريجي لتمرين للمستوى المتوسط على أن يكون عنوان التمرين أعلى اللقطة الموضحة للتمرين ويليها النص ويوجد أسفل النص مفتاح السابق وذلك لإعادة التمرين مرة أخرى ومفتاح التالي للانتقال إلى مشاهدة التمرين الثالث حتى يتم مشاهدة ست (٦) تمارين على أن يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 18/20</p> <p>لونه : بييج فيما عدا التمرين السادس</p>
٣٣-٢	<p>التمرين الثالث :</p> <p>نقطة توضح التمرين الثالث</p> <p>طالبتان مواجهتان المسافة بينهما ١٥ ياردة وطالبة ثالثة فى المنتصف تحاول إعاقة التمريرة</p>		
٣٣-٣	<p>التمرين الثالث :</p> <p>نقطة توضح التمرين الثالث</p> <p>التقدم بالمحاورة بين الكرات اللطيفة ثم التصويب على المرمى بمهارة غرف الكرة .</p>		
٣٣-٤	<p>التمرين الرابع :</p> <p>نقطة توضح التمرين الرابع</p> <p>التصويب باستخدام مهارة غرف الكرة على حائط مقسم إلى أجزاء وتقوم الطالبة بغرف الكرة فى اتجاه المربع .</p>		

وصف الإطار	الجانب المسموع	الجانب المرئي	رقم الإطار
<p>تظهر كلمة ذات لون أحمر إذا ضغطت عليها الطالبة يبحر البرنامج إلى شائئة أو نافذة إضافية ويظهر لقطات متتابعة فسي يسرل الشائئة توضح مهارة اللقمة بالدرجة بلها النص باللون اللبتي العمق ويوجد على يمين الشائئة مسطر بها سهم يشير إلى أعلى لإعادة قراءة النص مرة أخرى وسهم يشير إلى أسفل لتحريك الشائئة لقراءة النص التالي بالإضافة إلى موسيقى تعليمية</p> <p>ظهور تدريجي لتمارين المستوى المرتفع على ان يكون عنوان التمرين أعلى اللقمة الموضحة للتمرين وبلها النص ويوجد أسفل النص مفتاح السابق وذلك لإعادة التمرين مرة أخرى ومفتاح التالي للتعلم حتى يقسم مشاهدة ست (٦) تمارين على أن يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic حجم الخط : 18/20</p> <p>لونه : يبيح ويكون لون الكلمة أزرق داكن</p>	<p>توجيه عزيزتي الطالبة إذا ضغطت على الكلمة ذات اللون الأحمر سوف يبحر البرنامج إلى الشائئة الإضافية التالية</p>	<p>التمرين الخامس</p> <p>لقطة توضح التمرين الخامس</p> <p>فيس التمرين السابق ولكن تقوم الطالبة في هذا التمرين بعرف الكرة في اتجاه المربع (٢) ثم في اتجاه المربع (١).</p> <p>التمرين السادس</p> <p>لقطة توضح التمرين السادس</p> <p>قومي عزيزتي الطالبة بالجرى بدأ من خط البداية باستخدام مهارة اللقمة بالدرجة حتى خط النهاية (على بعد ٧ ياردة من المربع المقسم) وذلك باستخدام مهارة اللقمة بالدرجة</p> <p>لقطة توضح مهارة اللقمة بالدرجة</p> <p>تتميز هذه المهارة ببلاصفة الكرة للمضرب باستمرار وفي كل فترات اللقمة ويستخدم هذا النوع من طرق اللقمة بالكرة اما لاكتساب مساحة من الأرض أو الجرى من مناطق قصيرة تتطلب تغيير الاتجاه بسرعة .</p> <p>قومي بعرف الكرة في المربع (٣) ثم في المربع (٢) وأخيراً في المربع (١).</p> <p>تمارين المستوى المرتفع</p>	<p>٥-٣٣</p> <p>٦-٣٣</p> <p>٧-٣٣</p> <p>٣٤</p>

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
١-٣٤	<p>التمرين الأول :</p> <p>نقطة توضح التمرين الأول</p> <p>- تقف الطالبة على بعد ٧ ياردة من دائرة مرسومة على الأرض أو طرق .</p> <p>- ثم تقوم بالتصويب باستخدام مهارة غرف الكرة بحيث يتم نزول الكرة في الطوق الموضوح على الأرض .</p> <p>التمرين الثاني :</p> <p>نقطة توضح التمرين الثاني</p> <p>- رسم خمس دوائر مرقمة على الأرض أو استبدال ذلك بالطوق .</p> <p>- تقف الطالبة على بعد ١٠ ياردة ثم تقوم بعرف الكرة فسي اتجاه الدائرة رقم (٣) ثم (٥) ثم (٢) .</p> <p>التمرين الثالث :</p> <p>نقطة توضح التمرين الثالث</p> <p>- نفس التمرين السابق وتقوم الطالبة بعرف الكرة في اتجاه الدائرة رقم (٤) ثم رقم (١)</p> <p>التمرين الرابع :</p> <p>نقطة توضح التمرين الرابع</p> <p>- تثبت طرق في عارضة المرمرى .</p> <p>- تقوم الطالبة بالتصويب على الطوق من مسافة لا تقل عن ٧ ياردة</p>	<p>موسيقى</p> <p>توجيه</p> <p>عزيزتي الطالبة</p> <p>إذا ضغطتي على تمارين المستوى المرتفع تظهر لك الشاشة التالية</p> <p>موسيقى</p> <p>موسيقى</p> <p>موسيقى</p>	
٢-٣٤			
٣-٣٤			
٤-٣٤			

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٥-٣٤	<p>التمرين الخامس</p> <p>نقطة: توضح التمرين الخامس</p> <p>- تصويب ١٠ كرات على الدف المثبت في المرعى من مسافة لا تقل عن ٧ ياردة .</p> <p>التمرين السادس</p> <p>نقطة: توضح التمرين السادس</p> <p>- تصويب ١٥ كرة على الهدف المثبت على المرعى في أقل زمن ممكن .</p>	<p>موسيقى</p> <p>موسيقى</p>	<p>ظهور تدريجي لأسئلة التوقيت على أن يظهر (اختار الإجابة الصحيحة فيما يلي) من اليمين إلى اليسار وتحتوى النقشة على مفتاحين إحدهما السابق والآخر التالى وذلك للتنقل ما بين ٢٠ سؤال يتم الإجابة عليها من خلال الضغط على أى من الاختيارات الثلاثة (أ ، ب ، ج) وذلك بالضغط مرة أخرى بالفأرة على الإجابة المختارة مع ظهور تعزيز فورى لإجابة الطالبية</p>
٦-٣٤	<p>التقويم</p> <p>اختار الإجابة الصحيحة فيما يلي</p>	<p>توجيه الطالبية</p> <p>إذا ضغطت مرة واحدة بالفأرة على التوقيت تظهر شاشة التالى تحتوى على مربع السابق والآخر التالى للتنقل ما بين (٢٠) سؤال يتم الإجابة عليها من خلال الضغط على الإجابة الصحيحة من بين (أ) ، (ب) ، (ج)</p>	<p>ظهور تدريجي لأسئلة التوقيت على أن يظهر (اختار الإجابة الصحيحة فيما يلي) من اليمين إلى اليسار وتحتوى النقشة على مفتاحين إحدهما السابق والآخر التالى وذلك للتنقل ما بين ٢٠ سؤال يتم الإجابة عليها من خلال الضغط على أى من الاختيارات الثلاثة (أ ، ب ، ج) وذلك بالضغط مرة أخرى بالفأرة على الإجابة المختارة مع ظهور تعزيز فورى لإجابة الطالبية</p>

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار	
١-٣٥	<p>عند أداء مهارة غرف الكرة تكون</p> <p>أ- القدم اليمنى أماماً واليسرى خلفاً .</p> <p>ب- القدم اليسرى أماماً واليمنى خلفاً .</p> <p>ج- القدمان على خط واحد .</p> <p style="text-align: center;">التالي السابق</p> <p>ضعفتي على (أ) إجابة صحيحة</p> <p>عند أداء مهارة غرف الكرة تكون القدم اليمنى أمام واليسرى أ- جانباً . ب- خلفاً . ج- على خط واحد مع القدم اليمنى . ضعفتي على (أ) إجابة خاطئة</p> <p>الإجابة : أولى المراحل القليلة لمهارة غرف الكرة أن توضع القدم اليمنى أماماً واليسرى خلفاً بانساع الحوض .</p> <p>ارتفاع الكرة في مهارة غرف الكرة يكون</p> <p>أ- أقل من مهارة نظر الكرة . ب- أكثر من مهارة نظر الكرة . ج- مساوي لمهارة نظر الكرة في الارتفاع .</p>	<p>صوت تصفيق مؤثر صوتي</p> <p>صوت كسر زجاج مؤثر صوتي</p>	<p>ظهور علامة (؟) في يسار الشاشة باللون الأخضر وعارة الإجابة صحيحة في يسار الشاشة باللون الأخضر بالإضافة إلى صوت تصفيق كتعزيز فوري لإجابة الطالبية.</p> <p>ظهور علامة (×) في يسار الشاشة باللون الأحمر وعارة الإجابة خاطئة في يسار الشاشة باللون الأحمر بالإضافة إلى صوت كسر الزجاج كتعزيز فوري لإجابة الطالبية ويظهر الإجابة الصحيحة أسفل السؤال .</p>	<p>وصف الإطار</p>

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٤-٣٥	ارتفاع الكرة في مهارة يكون أكثر من مهارة نظر الكرة أ- دفع الكرة . ب- التقدم بالمحاورة . ج- غرف الكرة . ضعطت على (ب) إجابة خاطئة الإجابة : تستخدم مهارة غرف الكرة في التمرير للزميلة وذلك عندما تريد اللاعب دفع الكرة إلى ارتفاع أعلى عن طريقة نظر الكرة مسافة الطيران للكرة في الهواء لمهارة غرف الكرة يكون أ- أقصر عنها في مهارة نظر الكرة . ب- الهول عنها في مهارة نظر الكرة . ج- مساوي لها في مهارة نظر الكرة . مسافة الطيران للكرة في الهواء لمهارة يكون أقصر عنها في مهارة نظر الكرة . أ- غرف الكرة . ب- التمد بالدفع . ج- دفع الكرة . ضعطت على (أ) إجابة صحيحة	صوت كسر زجاج مؤثر صوتي	ظهور علامة (x) في يسار الشاشة باللون الأحمر وعبرة الإجابة خاطئة في يسار الشاشة باللون الأحمر بالإضافة إلى صوت كسر الزجاج كتعزيز فوري لإجابة الطالبه ويظهر الإجابة الصحيحة في أسفل السؤال .
٢-٣٥		صوت تصفيق مؤثر صوتي	ظهور علامة (?) باللون الأخضر في يسار الشاشة ، ، عبرة (إجابة صحيحة) باللون الأخضر في يمين الشاشة أسفل السؤال

رقم الإطار	الجانب المرئى	الجانب المسموع	وصف الإطار
٧-٣٥	<p>فى مهارة غرف الكرة يكون</p> <p>أ- الكتف الأيسر مواجه للمكان المراد وصول الكرة إليه .</p> <p>ب- الكتف الأيمن مواجه للمكان المراد وصول الكرة إليه .</p> <p>ج- الصدر مواجه للمكان المراد وصول الكرة إليه .</p> <p>ضغطت على (ج) إجابة صحيحة</p>	<p>صوت تصفيق</p> <p>مؤثر صوتى</p>	<p>ظهور علامة (?) باللون الأخضر فى يسار الشاشة ، جولة (إجابة صحيحة) باللون الأخضر فى يمين الشاشة اسفل السؤال</p>
٨-٣٥	<p>فى مهارة يكون الصدر مواجه للمكان المراد وصول الكرة إليه</p> <p>أ- التقدم بالدفع .</p> <p>ب- نظر الكرة .</p> <p>ج- غرف الكرة .</p> <p>ضغطت على (أ) الإجابة خاطئة</p> <p>الإجابة : من أهم المراحل التقنية لمهارة غرف الكرة أن يكون الصدر مواجه للمكان المراد وصول الكرة إليه .</p>	<p>صوت كسر زجاج</p> <p>مؤثر صوتى</p>	<p>ظهور علامة (x) باللون الأحمر فى يسار الشاشة ، وظهور عبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر فى يمين الشاشة ثم ظهور فقرة تحوى على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة .</p>
٩-٣٥	<p>أ- مائل جهة القدم اليمنى .</p> <p>ب- مائل جهة القدم اليسرى .</p> <p>ج- مواجه للأمام .</p>		

رقم الإطّار	الجانب المرئى	الجانب المسموع	وصف الإطّار
١٠-٣٥ للمضرب فى مهارة غرف الكرة يكون مواجه للأمام أ- الوجه المعكوس . ب- الوجه المسطح . ج- كليهما . ضعفت على (ب) إجابة صحيحة	صوت تصفيق مؤثر صوتى	ظهور علامة (?) باللون الأخضر فى يسار الشاشة ، عبارة (إجابة صحيحة) باللون الأخضر فى يمين الشاشة اسفل السؤال
١١-٣٥	المضرب مائل للخلف على الأرض فى مهارة غرف الكرة بزاوية أ- ٤٥ درجة . ب- ٧٥ درجة . ج- ٩٠ درجة . المضرب على الأرض فى مهارة غرف الكرة بزاوية ٤٥ درجة أ- مائل للأمام . ب- مستقيم . ج- مائل للخلف . ضعفت على (أ) إجابة خاطئة	صوت كسر زجاج مؤثر صوتى	ظهور علامة (×) فى يسار الشاشة باللون الأحمر و عبارة الإجابة خاطئة فى يسار الشاشة باللون الأحمر بالإضافة إلى صوت كسر الزجاج كتعزيز فورى لإجابة الطالبية ويظهر الإجابة الصحيحة فى أسفل السؤال .
١٢-٣٥	تكون الكرة فى مهارة غرف الكرة أ- موازية لمسطح القدم اليسرى وداخل الجسم . ب- موازية لمسطح القدم اليمنى وداخل الجسم . ج- موازية لمسطح القدم اليسرى وخارج الجسم .		ظهور تدرجى للأسئلة على ان يكون نوع الخط : Simplified Arabic حجم الخط : 18/20 لونه : أسود والخلفية بييج داكن

رقم الإطار	الجانب المرئى	الجانب المسموع	وصف الإطار
١٤-٣٥	تكون الكرة فى مهارة غرف الكرة موازية لمشط القدم..... ولداخل الجسم أ- اليمنى . ب- اليسرى . ج- اليمنى و اليسرى . يقوم المتعلم فى مهارة غرف الكرة بعمل حركة أ- عكسية لليدين . ب- تبادلية لليدين . ج- غير عكسية لليدين . ضغطت على (أ) إجابة صحيحة يقوم المتعلم فى مهارة..... بعمل حركة عكسية لليدين أ- دفع الكرة . ب- استقبال الكرة . ج- غرف الكرة . ضغطت على (أ) إجابة خاطئة يقوم المتعلم بغرف الكرة بواسطة حركة اليد أ- اليمنى . ب- اليسرى . ج- اليمنى و اليسرى معاً . ضغطت على (أ) إجابة صحيحة	صوت تصفيق مؤثر صوتى	ظهور علامة (?) باللون الأخضر فى يسار الشاشة ، عبارة (إجابة صحيحة) باللون الأخضر فى يمين الشاشة اسفل السؤال
١٦-٣٥	يقوم المتعلم فى مهارة..... بعمل حركة عكسية لليدين أ- دفع الكرة . ب- استقبال الكرة . ج- غرف الكرة . ضغطت على (أ) إجابة خاطئة يقوم المتعلم بغرف الكرة بواسطة حركة اليد أ- اليمنى . ب- اليسرى . ج- اليمنى و اليسرى معاً . ضغطت على (أ) إجابة صحيحة	صوت كسر زجاج مؤثر صوتى	ظهور علامة (x) باللون الأحمر فى يسار الشاشة ، وظهور عبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر فى يمين الشاشة ثم ظهور قفزة تحوى على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة .
١٧-٣٥	يقوم المتعلم فى مهارة..... بعمل حركة عكسية لليدين أ- دفع الكرة . ب- استقبال الكرة . ج- غرف الكرة . ضغطت على (أ) إجابة خاطئة يقوم المتعلم بغرف الكرة بواسطة حركة اليد أ- اليمنى . ب- اليسرى . ج- اليمنى و اليسرى معاً . ضغطت على (أ) إجابة صحيحة	صوت تصفيق مؤثر صوتى	ظهور علامة (?) باللون الأخضر فى يسار الشاشة ، عبارة (إجابة صحيحة) باللون الأخضر فى يمين الشاشة اسفل السؤال

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
١٨-٣٥	يقوم المتعلم بعزف الكرة بواسطة حركة اليمنى أ- الرجل . ب- اليد . ج- الساق .	أصغتي عزيزتي لقد حصلتى على نسبة أكبر من ٧٠% لذا فأناك لست بحاجة لمراسة هذه مرة أخرى انتقلى لإداء المهارة عملياً .	ظهور علامة (x) فى يسار الشاشة باللون الأحمر وعبرة الإجابة خاطئة فى يسار الشاشة باللون الأحمر بالإضافة إلى صوت كسر الزجاج كتعزيز فوري لإجابة الطالبية ويظهر الإجابة الصحيحة فى أسفل السؤال .
١٩-٣٥	فى مهارة عزف الكرة تعمل اليد اليسرى على توجيهه أ- اليمنى . ب- اليسرى . ج- اليمين معاً .	صوت كسر زجاج مؤثر صوتى	
٢٠-٣٥	فى مهارة عزف الكرة تعمل اليد اليسرى على توجيهه أ- الكرة . ب- المضرب . ج- النظر . ضغطت على (ب) إجابة خاطئة الإجابة : فى الحركة التكميلية ينتقل ثقل الجسم أماماً مع القدم اليمنى وذلك بعد ان تعمل اليد اليسرى على توجيه الكرة نجاح ميهز لجهد عظيم إلى اللقاء فى بقية البرمجية		

وصف الإطار	الجانب المسموع	الجانب المرئي	رقم الإطار																		
<p>ظهور تدريجي لمحتوى القائمة الرئيسية بتأثير فلاتش على أن يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 18/20</p> <p>لونه : بيج ويكون لون الخلفية أزرق داكن</p>	<p>عزيزتي الطالبة</p> <p>نقدم لكى مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح فى شاشات متتالية تقسمها إلى أجزاء صغيرة لتسهيل عملية التعلم المطلوب منكى :</p> <p>مشاهدة تلك الشاشات ثم التوجه إلى الملعب لتأدية ما تم اكتسابه من مهارات موسيقى</p> <p>إذا صغفطى على الأهداف السلوكية تظهر لكى شاشة اصغفطى على الأهداف المعرفية تظهر لكى الشاشة التالية</p>	<p>مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح</p> <table border="1" data-bbox="1021 1254 1284 1971"> <tr> <td>طريقة الأداء</td> <td>مقدمة</td> <td>الأهداف السلوكية</td> </tr> <tr> <td>التقويم</td> <td>مستويات التمرين</td> <td>تلك سوى</td> </tr> <tr> <td></td> <td>الأهداف المعرفية</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>الأهداف النفس حركية</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>الأهداف الوجدانية</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>عسيرة</td> <td></td> </tr> </table>	طريقة الأداء	مقدمة	الأهداف السلوكية	التقويم	مستويات التمرين	تلك سوى		الأهداف المعرفية			الأهداف النفس حركية			الأهداف الوجدانية			عسيرة		٣١
طريقة الأداء	مقدمة	الأهداف السلوكية																			
التقويم	مستويات التمرين	تلك سوى																			
	الأهداف المعرفية																				
	الأهداف النفس حركية																				
	الأهداف الوجدانية																				
	عسيرة																				
<p>ظهور تدريجي من اليمين إلى اليسار على أن يكون عنوان (الأهداف المعرفية)</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 18/20</p> <p>لونه: بيج داكن فيما عدا مهارة استقبال الكرة باللون الأحمر عند الضغط عليها يحمر البرنامج إلى وصلة من وصلات الهير ميديا وتظهر شاشة إضافية على أن يكون مهارة استقبال الكرة فى بروتازن نيتى أعلى يمين الشاشة ثم لقطه توضح المهارة بلها النص وتكون الخلفية باللون الأخضر</p>	<p>إذا صغفطى على مهارة استقبال الكرة ذات اللون (الأحمر) المختلف عن باقى النص سوف ييحر البرنامج إلى الشاشة الإضافية التالية</p>	<p>الأهداف المعرفية :</p> <p>١- أن تعرف الطالبة وتحدد أفضل طرق التدريس المناسبة لتعليم مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح .</p> <p>٢- أن تتذكر الطالبة الخطوات التعليمية الخاصة بأداء المهارة .</p> <p>٣- أن تعرف الطالبة كيفية المفاضلة بين مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح وبين مهارة استقبال الكرة .</p> <p>لقطة فيديو توضح مهارة استقبال الكرة</p>	٣٢-١																		
١			٣١-٢																		
٢			٣١-٢																		

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
	<p>تعتبر مهارة استقبال الكرة من أهم المهارات على الإطلاق ، لأنه لسو لا الاستقبال المتين والجيد للكرة والسيطرة عليها مع صغر حجمها ما كان يتم أي تمرير أو تصويب ولا لعب الذي يجيد الاستقبال يكون لأصعب متميز في فريق الهوكي وخاصة عند تنفيذ الضربات الركبية الجزائية . ويمكن استقبال الكرة وإيقافها إما بالعصا أو براحة اليد (الكف) ذلك طبقاً لمستوى ارتفاع الكرة .</p> <p>د- أن تعرف الطالبة كيفية التعبير عن فائدة أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح .</p> <p>هـ- أن تعرف الطالبة كيفية معالجة الأخطاء التي تحدث أثناء أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح</p> <p>الأهداف (النفس) حركية :</p> <p>أ- أن تستطيع الطالبة أداء المهارة على أن تكون اليد اليسرى تقبض على المضرب من أعلى واليد اليمنى ملاصقة تماماً لليد اليسرى لزيادة ذراع القوة مما يؤدي إلى قوة وسرعة الأداء .</p> <p>ب- أن تستطيع الطالبة أداء المهارة أن يكون ثقل الجسم يقع على القدم اليسرى والقدم اليمنى مرتكزة على المشط .</p> <p>ج- أن تستطيع الطالبة مرحة المضرب إلى الجانب الأيمن حتى يصل إلى مستوى الكتف مع ثقل الجسم على القدم اليمنى الخلفية .</p>	<p>إذا ضغطتي على الأهداف النفس حركية تظهر لكي الشاشة التالية</p>	<p>ظهور تدريجي من أسفل إلى أعلى على أن يكون Simplified Arabic : نوع الخط حجم الخط : 18/20 لونه : بيج ويكون لون الخلفية أزرق داكن</p>

وصف الإطار	الجانب المسموع	الجانب المرئي	رقم الإطار
<p>ظهور تدريجي للنص باللون البيج فيما عدا الكلمة باللون الأحمر في نهاية النص إذا ضغطت عليها الطالبية ويحمر البرنامج إلى وصلة من وصلات التمييز مبدئياً ويظهر النص على اليمين باللون البنفسجي الغامق ويميز الفاشية تظهر أقطاب متتالية توضح استخدام المهارة</p>	<p>إذا ضغطتني على الأهداف الوجدانية تظهر لكي الشاشة التالية</p> <p>توجيه عزيرتي الطالبة إذا ضغطتني على مقدمة تظهر لكي الشاشة التالية الشاشة إذا ضغطتني على الكلمة ذات اللون المختلف (الأحمر) سوف يحمر البرنامج إلى الشاشة الإضافية التالية</p>	<p>ان تؤدي الطالبة المهارة على أن يكون الوجه المسطح للمضرب مواجها للأرض .</p> <p>ان تستطيع الطالبة أداء المهارة على ان لا ترتفع الكرة من على الأرض .</p> <p>الأهداف الوجدانية :</p> <p>أ- أن تتشارك الطالبة بليجابية أثناء أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح .</p> <p>ب- أن تحافظ الطالبة على زميلاتها أثناء أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح .</p> <p>ج- أن تتعاون مع زميلاتها أثناء أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح .</p> <p>مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح تعد من أهم الضربات في رياضة الهوكي فهي تستخدم في</p> <p>أ- تمرير الكرة لمسافات بعيدة نسبياً خاصة عند التمرير الطويل من المدافعين للمهاجمين حتى يصعب إعاقتها من المنافسين .</p> <p>ب- كذلك يستخدم المهاجمين تلك المهارة بكثرة في التصويب على المرمى لما تتمتع به هذه المهارة من قوة في الأداء الأمر الذي ينعكس على سرعة الكرة مما يصعب على حارس المرمى التصدي لها .</p>	<p>٣١٦-٤</p> <p>٣١٧</p>

وصف الإطار	الجانب المسموع	الجانب المرئي	رقم الإطار
<p>ظهور شاشة أو نافذة إضافية تحتوي على صور في يمين الشاشة ونقطة فيديو في يسار الشاشة وبليها النص بساللون البيج والخلفية تكون أزرق غامق هذا بالإضافة إلى التعليق الصوتي</p>	<p>توجيه عزيرتي الطالبة إذا ضغطتي على طريقة الأداء تظهر لكى الشاشة التالية</p>	<p>وتعتمد قوة الضربة على سرعة العصا والتوقيت الصحيح عند ضرب المصرب للكرة بعد الانتهاء من عملية المرجحة الخلفية للمصرب وكذلك استغلال قوة الرفعين والذراعين والذراع ، وذلك فهي تختلف عن باقي المهارات فى طريقة الأداء .</p>	٣٨
<p>إذا ضغطتي على الكلمة ذات اللون المختلف الأحمر سوف يحمر البرنامج إلى الشاشة التالية</p>	<p>موسيقى توجيه عزيرتي الطالبة إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على تلكرى يظهر لكى الشاشة التالية</p>	<p>عند تأدية هذه الضربة تخرج العصا للخلف ثم للأمام لضرب الكرة بالوجه المسطح للعصا مع مراعاة أن تكون الأرجحة الخلفية سريعة حتى تتم الضربة بنجاح وتعتمد قوة الضربة على سرعة العصا وقوة الرفعين وتوقيت ومكان اصطدام الوجه المسطح للعصا بالكرة .</p>	٣٨-١
<p>موسيقى توجيه عزيرتي الطالبة إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على تلكرى يظهر لكى الشاشة التالية</p>	<p>نقطة توضح طريقة أداء المهارة</p> <p>صور متتالية توضح طريقة أداء المهارة</p> <p>نقطات متتالية توضح المراحل الفنية للمهارة</p> <p>١- القدم اليسرى أماماً والقدم اليمنى خلفاً والمسافة بينهما حسب ارتفاع اللاعب .</p> <p>ب- نقل الجسم يقع على القدم اليسرى والقدم اليمنى مرتكزة على المشط الراكبتين بها انثناء خفيف .</p>	٣٩	

رقم الإطار	الجانب المرئى	الجانب المسموع	وصف الإطار
□	<p>الجذع مائل قليلاً للأمام والأسفل ولكن ليس بنفس نسبته المسهلات (دفع الكرة) - - نظر الكرة - - غرف الكرة) .</p> <p>الكتف الأيسر مواجه للمكان المراد وصول الكرة إليه .</p> <p>النظر موزع على الكرة والمكان المراد وصول الكرة إليه .</p> <p>اليد اليسرى تقبض على المضرب من أعلى واليد اليمنى ملاصقة تماماً لليد اليسرى .</p> <p>الكرة أمام مشط القدم اليسرى وللاخل قليلاً .</p> <p>تقوم الطالبة بدرجة المضرب إلى الجانب الأيمن حتى يصل إلى مستوى الكتف مع ثقل الجسم على القدم اليمنى الخلفية على ان يكون الوجه المسطح للمضرب في هذا الوضع مواجه للأرض .</p> <p>تقوم الطالبة بإزالة المضرب بسرعة وقوة على الكرة (منها لمنتصف) مع عمل حركة المتابعة بالمضرب للكرة ، مع ثقل تقبل الجسم مرة أخرى على القدم اليسرى ويراعى ان يشير المضرب في حركة المتابعة على المكان المراد وصول الكرة إليه على ألا يتخطى المضرب ارتفاع الكتف الأيسر ويكون الوجه المسطح للمضرب في هذا الوضع مشيراً لأعلى .</p>		<p>تظهر أقطاب متتالية في منتصف الشائبة ويلدها النص ويوجد على يمينه مسطرة يوجد بها سهم يشير لأعلى لإعادة النص مرة أخرى وسهم يشير لأسفل لقراءة النص التالي على أن يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 18/20</p> <p>لونه : بيج ويكون لون الخلفية أزرق داكن</p>

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٤٠	<p>تمارين المستوى المنخفض</p> <p>تمارين المستوى المتوسط</p> <p>تمارين المستوى المرتفع</p> <p>تمارين المستوى المنخفض</p> <p>التمرين الأول :</p> <p>قومي عزيزي الطالبة و قفة الاستعداد مع مسك المضرب .</p> <p>قومي عزيزتي الطالبة المهارة بدون كرة لأخذ الإحساس بحركة المرجحة وضرب الكرة .</p> <p>التمرين الثاني :</p> <p>قومي عزيزي الطالبة بأداء المهارة ولكن بكرة يد وتحاول ضرب الكرة بقوة بسيطة نسبياً .</p> <p>- ثم استبدلي كرة اليد بكرة تنس وأداء المهارة.</p>	<p>موسيقى</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على مستويات التمرين يظهر لكى الشاشة التالية</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على تمارين المستوى المنخفض تظهر لكى الشاشة التالية</p> <p>موسيقى</p>	<p>ظهور تدريجي لتمارين المستوى المنخفض على التوالي فى كل مرة تضغط فيها الطالبة مرة واحدة بالفأرة على مفتاح التالي ويظهر عنوان التمرين أعلى اللقطة الموضحة له على أن يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 18/20</p> <p>لونه : بيج ويكون لون الخلفية أزرق داكن هذا بالإضافة إلى الموسيقى</p>
٤٠-١		موسيقى	
٤٠-٢		موسيقى	

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٤١	<p>تسارين المستوى المتوسط</p> <p>نقطة توضح التمرين الأول</p> <p>التمرين الأول</p> <p>مثت من ثلاث طالبات المسافة بين كل طالبة والأخرى ١٠ ياردة.</p> <p>قومي عزيزتي الطالبة (أ) بضرب الكرة بالوجه المسطح إلى الطالبة (ب) وتقوم هي بالتالي بضرب الكرة إلى الطالبة (ج).</p> <p>التمرين الثاني :</p> <p>نقطة توضح التمرين الثاني</p> <p>مربع من أربع طالبات المسافة بين كل طالبة والأخرى ٢٠ ياردة .</p> <p>يوجد من المسافات (بين الأضلاع) قوائم متبينة (في كل ضلع قائمين المسافة بينهما ٤ ياردة).</p> <p>قومي عزيزتي الطالبة (أ) بضرب الكرة بحيث تفسر من بين القائمين إلى الطالبة (ب) ثم تقوم (ب) بضرب الكرة إلى (ج) ثم (ج) إلى (د) .</p> <p>التمرين الثالث :</p> <p>نقطة توضح التمرين الثالث</p> <p>قومي عزيزتي الطالبة بالتصويب على المرمرى من خارج دائرة التصويب على هدف مصغر داخل المرمرى من اتجاهات مختلفة لزيادة دقة الأداء .</p>	<p>توجيه عزيزتي الطالبة</p> <p>إذا ضغطتي مرة واحدة بالفأرة على تسارين المستوى المتوسط يظهر لك الشاشة التالية</p>	<p>ظهور تدريجي لتسارين المستوى المتوسط على التوالى فى كل مرة تضغط فيها الطالبة مرة واحدة بالفأرة على مفتاح التالي ويظهر عنوان التمرين أعلى اللقطة الموضحة له على ان يكون</p> <p>نوع الخط : Simplified Arabic</p> <p>حجم الخط : 1820</p> <p>لونه : بيج ويكون لون الخلفية أزرق داكن</p>
٤١-١			
٤١-٢			
٤١-٣			

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٤-٤١	<p>التمرين الرابع :</p> <p>لقطة توضح التمرين الرابع</p> <p>- قومي عزيزتي الطالبة بالجرى الزجراجي بين الكرات الطبيعية بطريقة التقدم بالمحاوره مع التصويب على المرمى باستخدام مهاره ضرب الكرة بالوجه المسطح .</p> <p>التمرين الخامس</p> <p>لقطة توضح التمرين الخامس</p> <p>- قومي عزيزتي الطالبة بالجرى بدء من خط البداية باستخدام مهاره التقدم بالدرجه حتى خط النهاية الموضوع ويكون ذلك لمسافه ٣٠ ياردة .</p> <p>- قومي عزيزتي الطالبة بأداء الدفع على حائط مواجهه من الخشب ارتفاعه ١ يارده وعرضه ١٠ يارده مقسم الضلع السفلي للمربع إلى ٧ مربعات .</p> <p>- قومي عزيزتي الطالبة بضرب الكرة بالوجه المسطح إلى المربع رقم (٤) .</p> <p>التمرين السادس</p> <p>لقطة توضح التمرين السادس</p> <p>- نفس التمرين السابق مع ضرب الكرة بالوجه المسطح على المربع رقم (٣) يمين ويسار ثم ضرب الكرة بالوجه المسطح على المربع (٢) يمين ويسار ثم المربع (١) يمين ويسار .</p>	<p>موسيقى</p> <p>موسيقى</p> <p>موسيقى</p>	<p>وصف الإطار</p>
٤-٤١			

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٤٢	تمارين المستوى المرتفع	توجيه عزيزتي الطالبة إذا ضغطتي على تمارين المستوى المرتفع يظهر لكى الشاشة التالية	ظهور تدريجي لتمرينين للمستوى المرتفع على التوالي فى كل مرة تضغط فيها الطالبة مرة واحدة بالفاصلة على مفتاح التالى ويظهر عنوان التمرين أعلى اللقطة الموضحة له على ان يكون نوع الخط : Simplified Arabic حجم الخط : 18/20 لونه : ينج فيما عدا عبارة (التصويب على المرمى) ذات لون أحمى عند الضغط عليها يحى البرنامج إلى شاشة أو نافذة إضافية تحوى على معلومات عن التصويب على المرمى .
١-٤٢	التمرين الأول : لقطة توضيح التمرين الأول	موسيقى	
٢-٤٢	التمرين الثانى لقطة توضيح التمرين الثانى	إذا ضغطتي على التصويب على المرمى ذات اللون (الأحمى) المختلف عن باقى النص سوف يحى البرنامج إلى الشاشة الإضافية التالية	
٣-٤٢	التمرين الثالث لقطة توضيح التمرين الثالث		

وصف الإطار	الجانب المسموع	الجانب المرئي	رقم الإطار
	<p>موسيقى</p>	<p>التصويب هو نتائج المهارات الحركية الأساسية في لعبة الهوكي ، ومن المعروف أن الهدف من إقامة المباريات هو تحقيق الفوز والفوز هنا لا يتحقق بإحراز الأهداف ، لذلك نجد أن التصويب أوى سلاح تستخدمه الفرق لتسجيل الأهداف في مرعى المنافس . والفريق الذى يمتلك قوة ودقة فى التصويب دائما تتخاه الفرق المنافسة لذلك أصبح التدريب على التصويب أولى وأهم أهداف التدريب اليومي للاعبين بعد اكتساب الأداة المتميز للمهارات الأساسية .</p> <p>نقطة توضح التمرين الثالث</p> <p>التمرين الثالث :</p> <p>- قومي عزيزتى الطالبة بالتصويب من الجهة اليمنى على مقعد سويدي مقوب فى الجهة اليسرى وتجرى بأقصى سرعة لاستقبال الكرة ومرة اخرى لتتقدمى بها بصورة قطرية فى الملعب جهة اليسار لتصويبها مرة أخرى على مقعد سويدي مقوب فى الجهة اليمنى وتجرى بسرعة لاستقبالها على حدود دائرة التصويب لتصويبها بقوة داخل المرعى .</p> <p>نقطة توضح التمرين الرابع</p> <p>التمرين الرابع :</p> <p>- قومي عزيزتى الطالبة بالتقدم بالمحاصرة بين الكرات الطبيعية للوصول إلى الحاجز الأول والقيام بدورة كاملة من حوله للوصول إلى الحاجز الثاني قومي بفتح الكرة بين القائمين والجرى من خارجها للحاق بالكرة ودخول دائرة التصويب على المرعى بمهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح .</p>	<p>٤-٤٢</p> <p>٥-٤٢</p>

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٦-٤٢	<p>التمرين الخامس</p> <p>نقطة توضح التمرين الخامس</p> <p>- قومي عزيزتي الطالبة بتصويب ١٠ كرات على هدف مصغر داخل المرعى من على حدود الدائرة في أقل زمن مع حساب عدد التصويبات الناجحة للزيادة من دقة الأداء .</p> <p>التمرين السادس :</p> <p>نقطة توضح التمرين السادس</p> <p>- قومي عزيزتي الطالبة والتصويب على كرة سلة باستخدام مهاراة ضرب الكرة بالوجه المسطح عدد ١٠ كرات هوكي بحيث تلمس كرة السلة كل مرة في أقل زمن ممكن من مسافة ٢٠ ياردة (مسح احتساب عدد التصويبات الصحيحة)</p> <p>اكثر الإجابة الصحيحة فيما يلي.</p>	<p>موسيقى</p> <p>توجيه عزيزتي الطالبة إذا ضغطتي مرة واحدة بالفاة تظهر شاشة التالية</p>	<p>ظهور تدريجي لأسئلة التوقيت على أن يظهر (اختارى الإجابة الصحيحة فيما يلي) من اليمين إلى اليسار وتحتوى الشاشة على مفتاحين إحداهما السابق والآخر التالي وذلك للتحقق ما بين ٢٠ سؤال يتم الإجابة عليها من خلال الضغط على أى من الاختيارات الثلاثة (أ ، ب ، ج) وذلك بالضغط مرة أخرى بالفاة على الإجابة المختارة مع ظهور تعزيز فورى لإجابة الطالبة</p>
٧-٤٢			

رقم الإطار	الجانب المرئى	الجانب المسموع	وصف الإطار
١-٤٣	عند أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح تكون أ- القدم اليسرى خلفاً والقدم اليمنى أماماً . ب- القدمان على خط واحد . ج- القدم اليسرى أماماً والقدم اليمنى خلفاً . ضغطت على (ب) الإجابة صحيحة	صوت تصفيق مؤثر صوتى	ظهور علامة (؟) فى يسار الشاشة باللون الأخضر وعيارة الإجابة صحيحة فى يسار الشاشة باللون الأخضر بالإضافة إلى صوت تصفيق كتعزيز فورى لإجابة الطلبة.
٢-٤٣	عند أداء مهارة تكون القدم اليسرى أماماً والقدم اليمنى خلفاً . أ- غرقت الكرة . ب- ضرب الكرة بالوجه المسطح . ج- ضرب الكرة بالوجه المعكوس . ضغطت على (أ) الإجابة خاطئة	صوت كسر زجاج مؤثر صوتى	ظهور علامة (x) فى يسار الشاشة باللون الأحمر وعيارة الإجابة خاطئة فى يسار الشاشة باللون الأحمر بالإضافة إلى صوت كسر الزجاج كتعزيز فورى لإجابة الطلبة ويظهر الإجابة الصحيحة فى أسفل السؤال .
٣-٤٣	فى مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح يكون : أ- الجذع مائل قليلاً للأمام ولأسفل . ب- الجذع مائل قليلاً للخلف ولأسفل . ج- الجذع على كامل استقامته . ضغطت على (ج) الإجابة صحيحة	صوت تصفيق مؤثر صوتى	ظهور علامة (؟) فى يسار الشاشة باللون الأخضر وعيارة الإجابة صحيحة فى يسار الشاشة باللون الأخضر بالإضافة إلى صوت تصفيق كتعزيز فورى لإجابة الطلبة.
٤-٤٣	فى مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح يكون مسائل للأمام ولأسفل أ- الجذع . ب- الحوض . ج- الرأس .		

رقم الإطّار	الجانب المرئى	الجانب المسموع	وصف الإطّار
٥-٤٣	عند أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح يكون أ- الكتف الأيمن للطالبة موجه للمكان المراد وصول الكرة إليه . ب- الكتف الأيسر للطالبة موجه للمكان المراد وصول الكرة إليه . ج- الصدر موجه للمكان المراد وصول الكرة إليه . عند أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح يكسون مواجه للمكان المراد وصول الكرة إليه أ- الكتف الأيمن . ب- الكتف الأيسر . ج- الصدر موجه . في مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح يكون ثقل الجسم أ- موزع على القدمين بالتساوى . ب- يقع على القدم اليمنى والقدم اليسرى مركزة على المشط . ج- يقع على القدم اليسرى والقدم اليمنى مركزة على المشط . صغفنت على (ج) إجابة صحيحة	صوت تصفيق، مؤثر صوتى	ظهور علامة (؟) باللون الأخضر فى يسار الشاشة ، عبارة (إجابة صحيحة) باللون الأخضر فى يمين الشاشة اسفل السؤال
٦-٤٣			

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
٨-٤٣	<p>في مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح يقع ثقل الجسم على القدم اليسرى والقدم اليمنى.....</p> <p>أ- بكاملها على الأرض .</p> <p>ب- مرتكزة على المشط .</p> <p>ج- مرتكزة على الكعب .</p> <p>ضعفت على إجابة خاطئة</p> <p>الإجابة : عند أداء مهارة ضرب الكرة تقوم اللاعب بمرحلة المضرب إلى الجانب الأيمن حتى يصل إلى مستوى الكعب مع ثقل الجسم الراجع على القدم اليسرى إلى القدم اليمنى الخلفية المرتكزة على المشط.</p> <p>عند أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح تكون الركبتين</p> <p>أ- على استقامتها .</p> <p>ب- بهما انثناء خفيف .</p> <p>ج- اليمنى يوجد بها انثناء فقط .</p> <p>ضعفت على (ب) إجابة صحيحة</p> <p>عند أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح تكون بها انثناء خفيف</p> <p>أ- الارتفاعان .</p> <p>ب- الساقان .</p> <p>ج- الركبتان .</p>	<p>صوت كسر زجاج</p> <p>مؤثر صوتي</p>	<p>ظهور علامة (x) باللون الأحمر في يسار الشاشة ، وظهور عيارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر في يمين الشاشة ثم ظهور فقرة تحتوي على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة .</p>
٩-٤٣	<p>صوت تصفيق،</p> <p>مؤثر صوتي</p>	<p>ظهور علامة (؟) باللون الأخضر في يسار الشاشة ، عيارة (إجابة صحيحة) باللون الأخضر في يمين الشاشة اسفل السؤال</p>	

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
١١-٤٣	يكون النظر في مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح أ- موزع بين الكرة والمكان المراد وصول الكرة إليه . ب- على الكرة فقط . ج- على المكان المراد وصول الكرة إليه فقط .	صوت كسر زجاج مؤثر صوتي	ظهور علامة (x) باللون الأحمر في يسار الشاشة ، وظهور عبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر في يمين الشاشة ثم ظهور قفزة تحتوي على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة .
١٢-٤٣	يكون في مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح موزع بين الكرة والمكان المراد وصول الكرة إليه أ- النظر . ب- السمع . ج- الإحساس . ضعفت على (ب) إجابة خاطئة الإجابة : من المراحل الفنية لمهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح أن يكون النظر موزع بين الكرة والمكان المراد وصول الكرة إليه . تكون الكرة في مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح أ- أمام القدم اليمنى وللداخل قليلاً . ب- أمام مشط القدم اليسرى وللداخل قليلاً . ج- في المسافة بين القدمين . ضعفت على (ب) إجابة صحيحة	صوت تصفيق مؤثر صوتي	ظهور علامة (؟) باللون الأخضر في يسار الشاشة ، عبارة (إجابة صحيحة) باللون الأخضر في يمين الشاشة اسفل السؤال

رقم الإطار	الجانب المرئي	الجانب المسموع	وصف الإطار
١٤-٤٣	تكون الكرة في مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح أمام مشط القدم وللاخل قليلاً أ- اليمنى . ب- اليسرى . ج- اليمنى واليسرى معاً . ضعفت على (أ) إجابة خاطئة الإجابة : يراعى فى ضرب الكرة بالوجه المسطح أن تكون الكرة على الأرض وخاصة فى الكرات الثابتة وتكون الكرة أمام مشط القدم اليسرى وللاخل قليلاً . عند أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح يقبض من أعلى أ- اليد اليسرى . ب- اليد اليمنى . ج- اليسرى واليمنى معاً . عند أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح يقبض من اليد اليسرى أ- أعلى . ب- أسفل . ج- المنتصف . ضعفت على (أ) إجابة صحيحة	صوت كسر زجاج مؤثر صوتى	ظهور علامة (x) باللون الأحمر فى يسار الشاشة ، وظهور عبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر فى يمين الشاشة ثم ظهور فقرة تحوى على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة .
١٥-٤٣	عند أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح يقبض من أعلى أ- اليد اليسرى . ب- اليد اليمنى . ج- اليسرى واليمنى معاً . عند أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح يقبض من اليد اليسرى أ- أعلى . ب- أسفل . ج- المنتصف . ضعفت على (أ) إجابة صحيحة	صوت تصفيق مؤثر صوتى	ظهور علامة (؟) باللون الأخضر فى يسار الشاشة ، عبارة (إجابة صحيحة) باللون الأخضر فى يمين الشاشة أسفل السؤال

رقم الإطار	الجانب المرئى	الجانب المسموع	وصف الإطار
١٧-٤٣	<p>فى حركة المتابعة بعد أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح ينتقل ثقل الجسم أماماً</p> <p>أ- على القدم اليمنى .</p> <p>ب- لا ينتقل أسامياً .</p> <p>ج- على القدم اليسرى .</p>	<p>صوت كسر زجاج</p> <p>مؤثر صوتى</p>	<p>ظهور علامة (x) باللون الأحمر فى يسار الشاشة ، وظهور عبارة (إجابة خاطئة) باللون الأحمر فى يمين الشاشة ثم ظهور فقرة تحتوي على تصحيح الإجابة الخاطئة بطريقة غير مباشرة .</p>
١٨-٤٣	<p>فى حركة المتابعة بعد أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح ينتقل ثقل القدم اليمنى</p> <p>أ- أماماً .</p> <p>ب- خلفاً .</p> <p>ج- جانبياً .</p> <p>ضعفت على (ج) إجابة خاطئة</p> <p>العجاية : يراعى أن يشير المضرب فى حركة المتابعة على المكان المراد وصول الكرة إليه مع ثقل الجسم مرة أخرى على القدم اليسرى</p>	<p>صوت تصفيق</p> <p>مؤثر صوتى</p>	<p>ظهور علامة (?) باللون الأخضر فى يسار الشاشة ، عبارة (إجابة صحيحة) باللون الأخضر فى يمين الشاشة أسفل السؤال</p>
١٩-٤٣	<p>مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح هى إحدى مهارات</p> <p>أ- استقبال الكرة .</p> <p>ب- المحاورة بالكرة .</p> <p>ج- ضربات الكرة .</p> <p>ضعفت على (ج) إجابة صحيحة</p>		

رقم الإطار	الجانب المرئى	الجانب المسموع	وصف الإطار
٢٠-٤٣	<p>مهارة..... المسطح هو إحدى مهارات ضربات الكرة</p> <p>أ- ضرب الكرة بالوجه المسطح .</p> <p>ب- التقدم بالدفع .</p> <p>ج- الترقم بالدرجة .</p> <p>نجاح مبهر لجهد عظيم</p>	<p>أحسنتى عزيزتى</p> <p>لقد حصلتى على نسبة أكبر من ٧٠% لذا فأنا فإناك</p> <p>لستى بحاجة لدراسة هذه المهارة مرة أخرى</p> <p>انتقلى لأداء المهارة صلياً .</p>	

ملحق (د)

دليل البرمجية

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم المناهج وطرق التدريس

دليل البرمجية
الخاص بتعلم بعض مهارات الهوكي

أولاً - متطلبات تشغيل البرنامج :

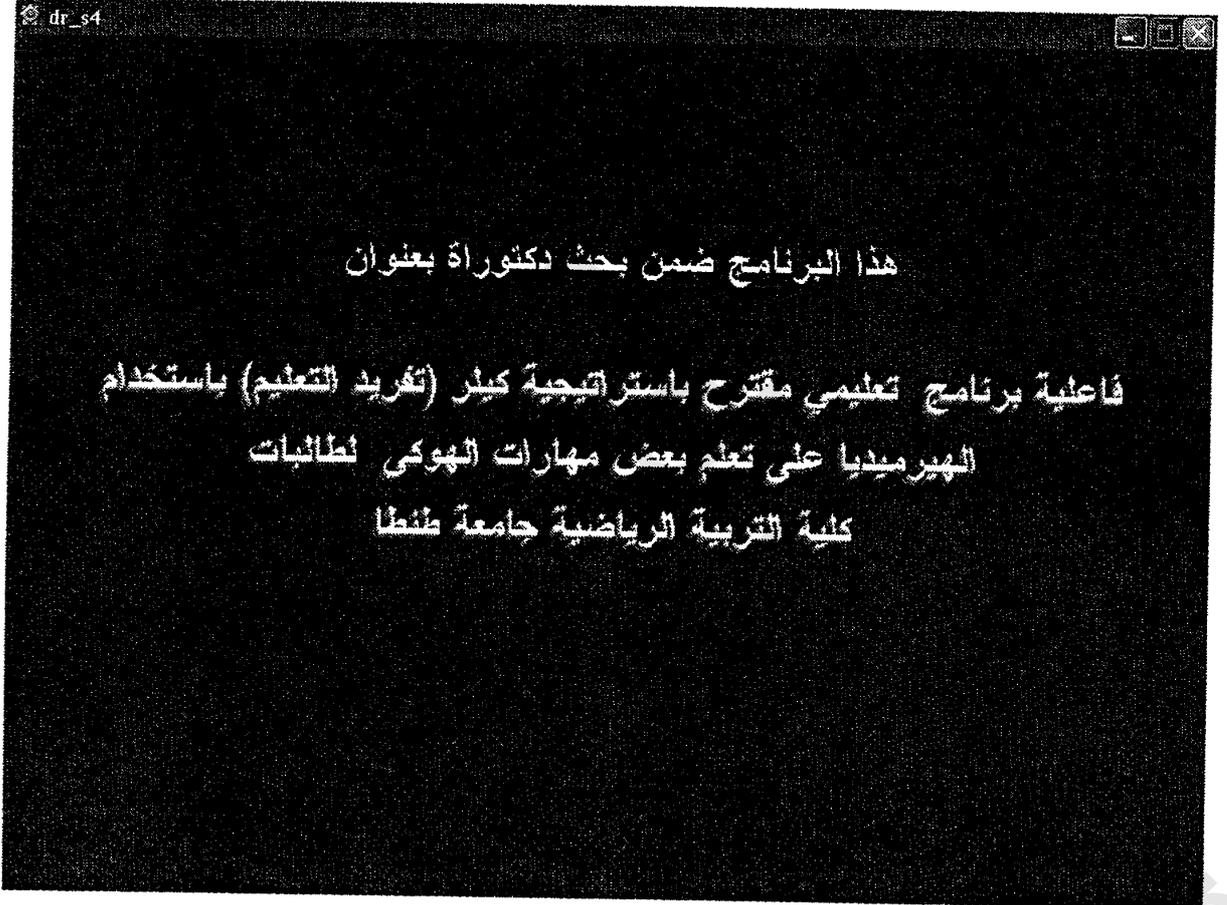
- جهاز كمبيوتر IBM أو متوافق معه .
- معالج طراز بنتيوم ٤ بسرعة ٤٣٣ ميجا هرتز .
- نظام ويندوز (Windows) (XP, Me, 2000, 98, 95) بدعم اللغة العربية .
- بطاقة صوت 16 Bit .
- مشغل أقراص مدمجة CD-Rom بسرعة 50X (50 × 50) ١ كيلو بايت / ثانية
- شاشة ملونة .
- سماعات خارجية ويفضل سماعات للأذن .
- ذاكرة ممتدة 64 ميجابايت .
- لوحة مفاتيح وفأرة .

ثانياً - خطوات تشغيل البرنامج :

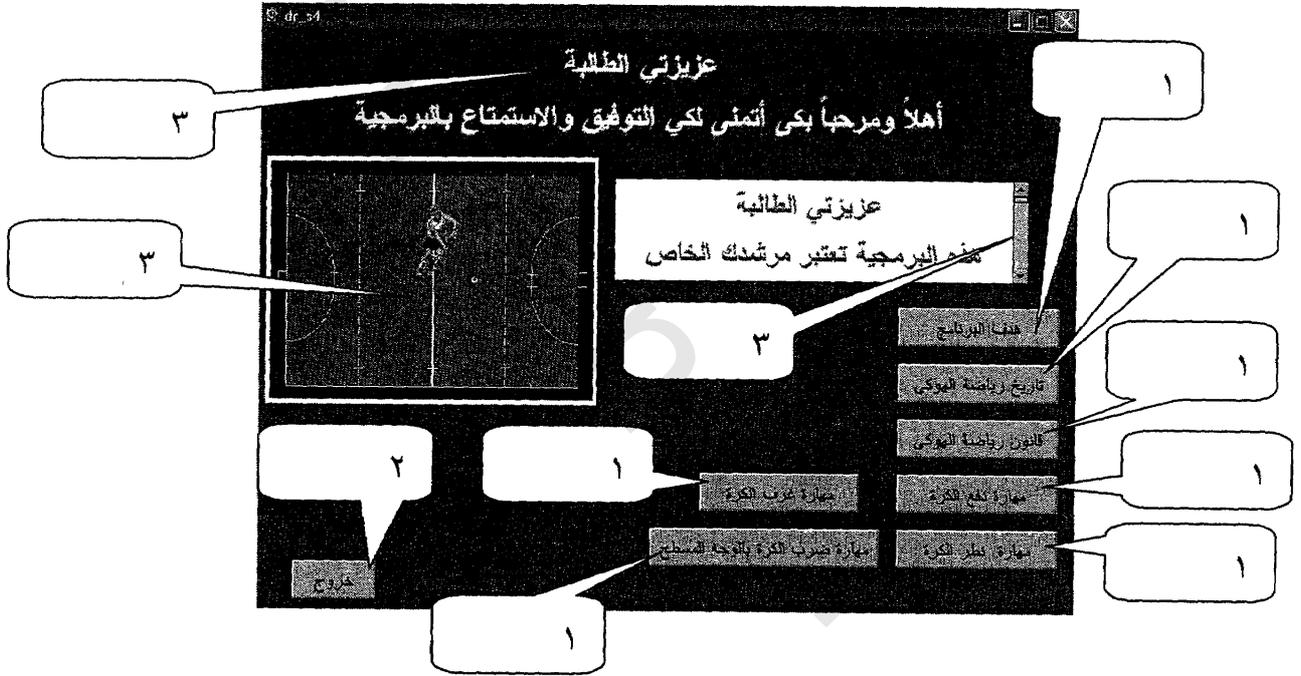
- ١- بعد تشغيل جهاز الكمبيوتر .
- ٢- ضعي القرص المدمج في مشغل الأقراص (البرنامج يعمل بطريقة تلقائية Auto run) .
- ٣- إذا لم يعمل البرنامج بطريقة تلقائية قومي بفتح نافذة جهاز الكمبيوتر My Computer
- ٤- اختاري رمز مشغل الأقراص المدمجة وأنقرى عليه نقراً مزدوجاً .

الملف التنفيذي Dr.s.exe

شاشة توثيق البرنامج



وظائف مفاتيح البرنامج



حيث :

- ١- مفاتيح اختيارات مهارات الدراسة .
- ٢- مفتاح خروج : عند الضغط عليه يتم إنهاء تنفيذ البرنامج .
- ٣- مفتاح (شريط التمرير) يستخدم فى التحرك داخل النص من أعلى إلى أسفل والعكس .

تابع وظائف مفاتيح البرنامج

الهدف العام للبرمجة

عزيزتي الطالبة

تهدف هذه البرمجة إلى

١ وهوالتين ومعلومات مرتبطة بالتطور التاريخي للمعبة والمحتوى المهاري وبعض مواد القانون

١ أسباب طائبات الفرقة الثالثة كيفية أداء المهارات بدقة وبسرعة (دفع الكرة - نظر الكرة - غرف الكرة - ضرب الكرة بوجه

٣ التعرف على الأوامر والانتباغات الوجدانية لطائبات الفرقة الثالثة نحو استخدام البرمجة الكمبيوترية

أ

ب

ج

القائمة الرئيسية

خروج

حيث :

١- الهدف العام للبرمجة .

٢- القائمة الرئيسية .

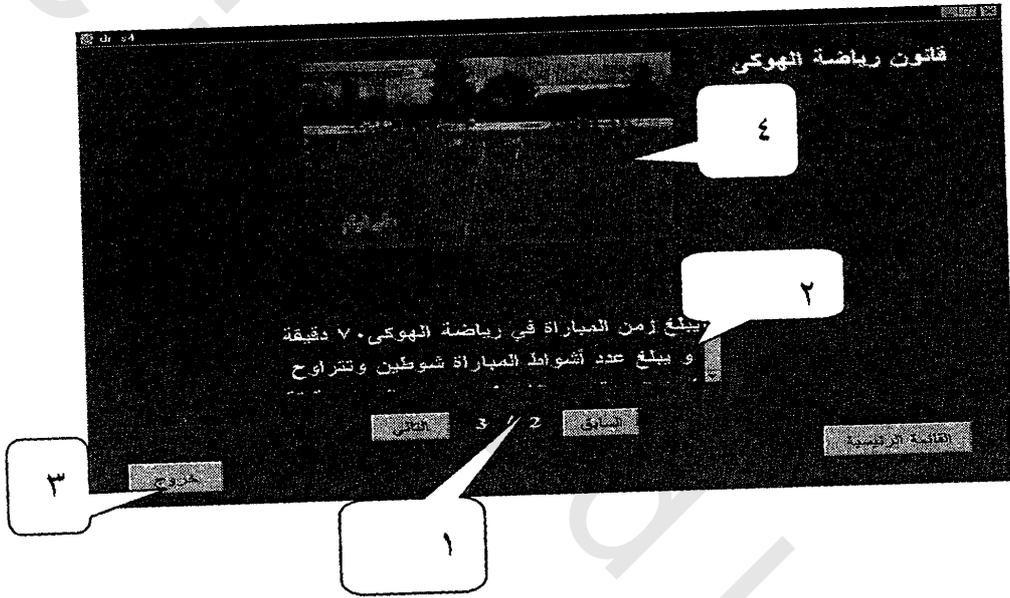
٣- خروج .

تابع وظائف مفاتيح البرنامج



- ١- بقعة معينة **Link** عند الضغط عليها تصل إلى منطقة أخرى .
- ٢- لقطات فيديو .
- ٣- القائمة الرئيسية : عند الضغط عليها يتم الرجوع إلى القائمة الرئيسية .
- ٤- شريط التمرير يستخدم في التحرك داخل النص من أعلى إلى أسفل والعكس .

تابع وظائف مفاتيح البرنامج



- ١- ترقيم الأنشطة : ويحتوى على رقمين الأيمن يدل على رقم النشاط الحالي والأيسر يدل على الرقم الكلى للأنشطة
- ٢- شريط التمرير يستخدم فى التحرك داخل النص من أعلى إلى أسفل والعكس .
- ٣- خروج .
- ٤- لقطة فيديو .

ملحق (هـ)

اختبار كاتل للقدرات العقلية

اختبار كاتل للذكاء

كراسة الأسئلة

إعداد

دكتور / أحمد عبد العزيز سلامة / دكتور / عبد السلام عبد الغفار

القاهرة

١٩٧٠

لا تقلب هذه الصفحة حتى يؤذن لك

الاختبار الثاني

اشارة:

د	س	ع	ح	ا	١
					٢
د	س	ع	ح	ا	٢
					٣

د	س	ع	ح	ا	١
					١
د	س	ع	ح	ا	٢
					٢
د	س	ع	ح	ا	٣
					٣
د	س	ع	ح	ا	٤
					٤
د	س	ع	ح	ا	٥
					٥
د	س	ع	ح	ا	٦
					٦

الجزء الأول
الاختبار الأول

إشارة:

١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩
١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩
١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩

١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩
١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩
١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩
١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩
١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩

6

7

8

9

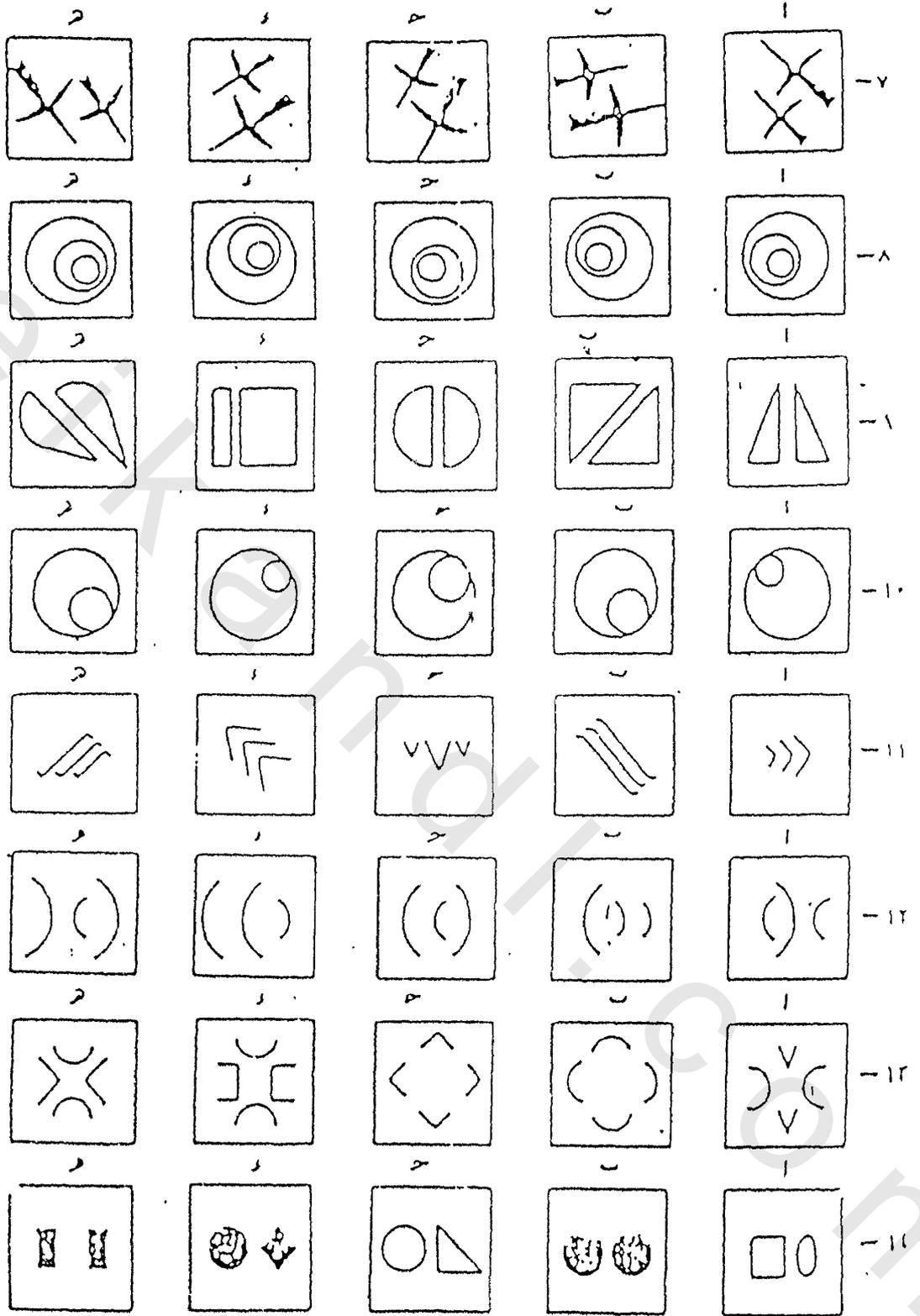
10

11

12

— انہی الاختیار الأول —

لا تطلب هذه الامثلة حتى يولف لك

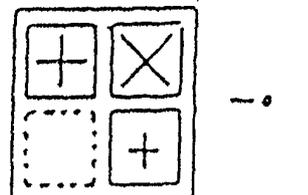
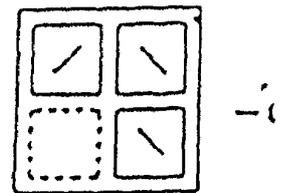
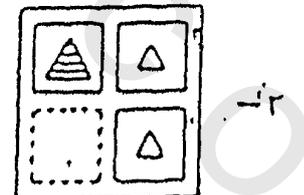
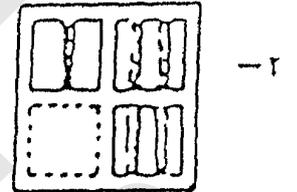
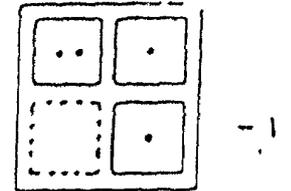
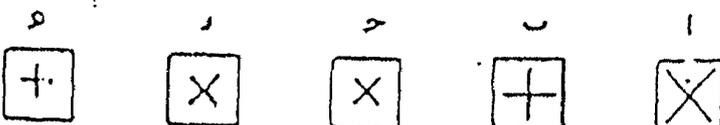
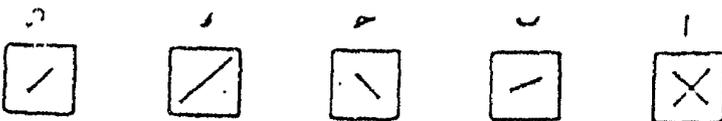
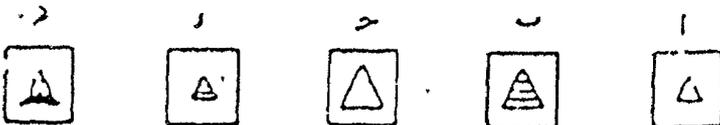
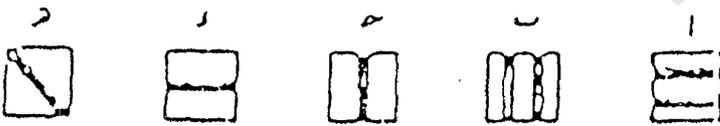
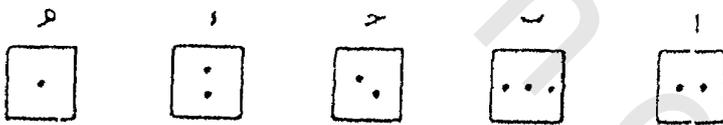
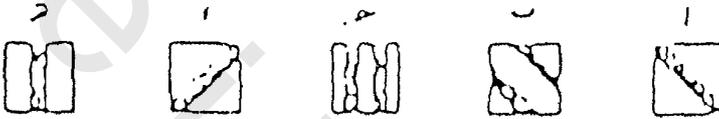
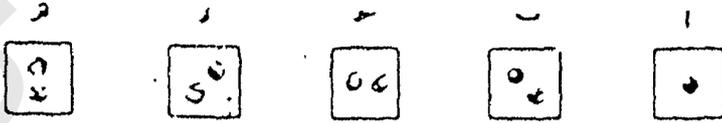
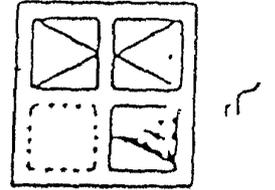
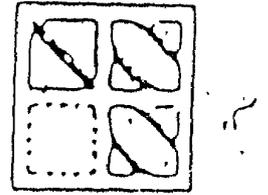
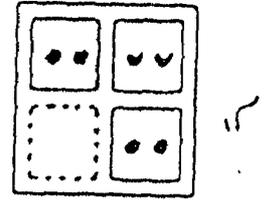


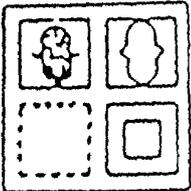
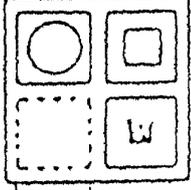
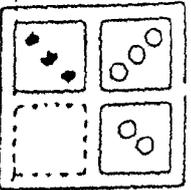
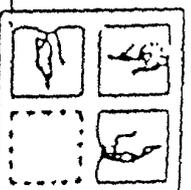
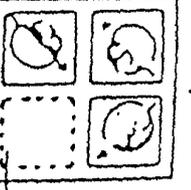
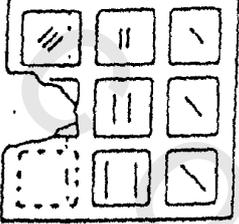
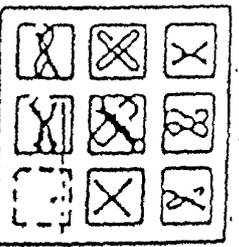
- انتہی الاختیار اتان -

لا تطلب هذه الصفحة حتى يؤذن لك

الاختبار الثالث

أمثلة:



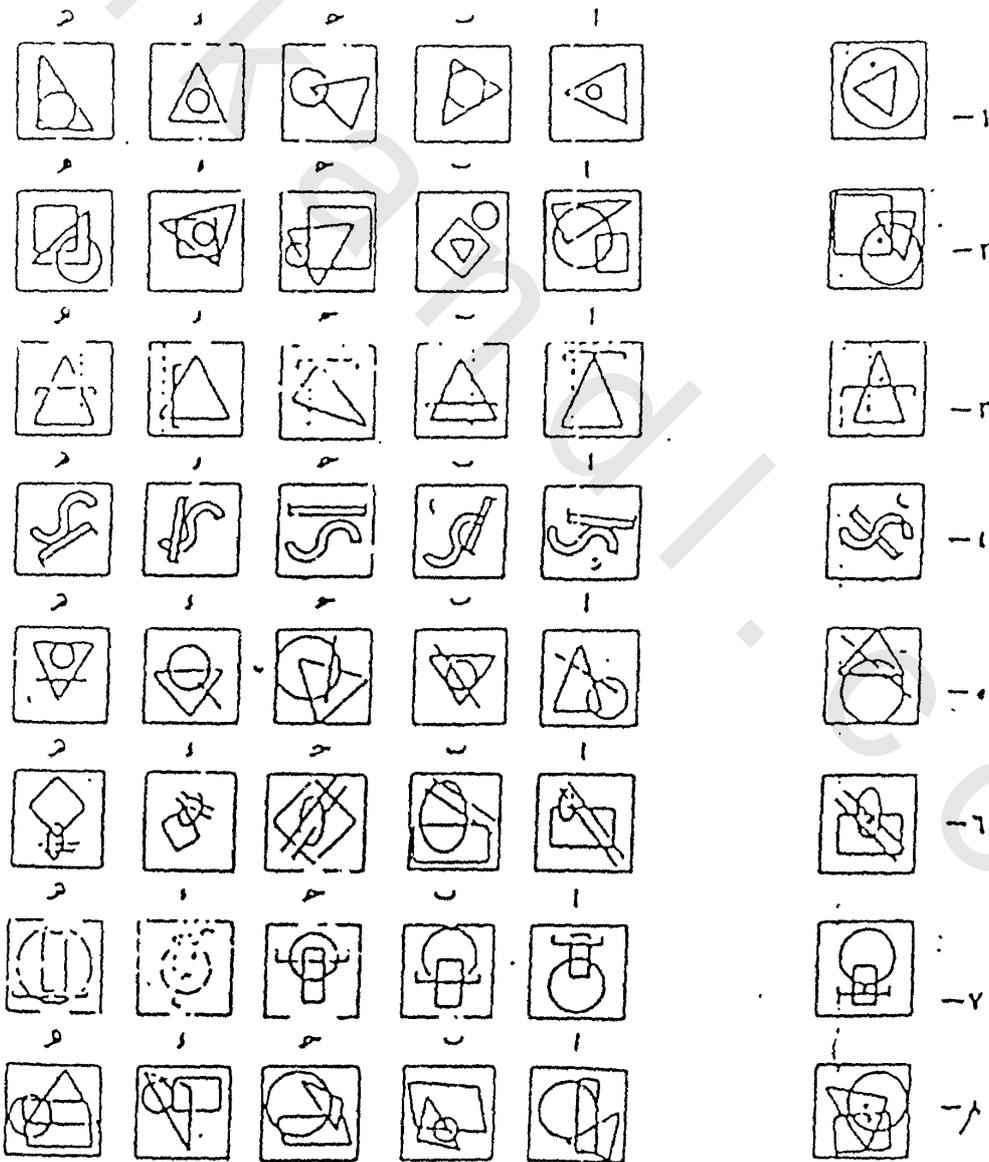
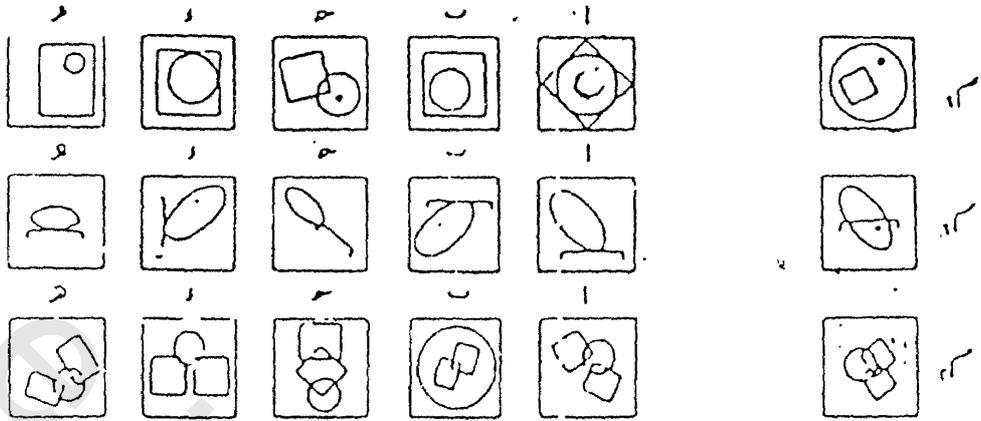
					<p>1</p> 						
						<p>2</p> 					
							<p>3</p> 				
								<p>4</p> 			
									<p>5</p> 		
										<p>6</p> 	
											<p>7</p> 

انتخب الاختيار الثالث -

لا تكتب الاسئلة حتى يزدن لك

الاختبار الرابع

امثلة:

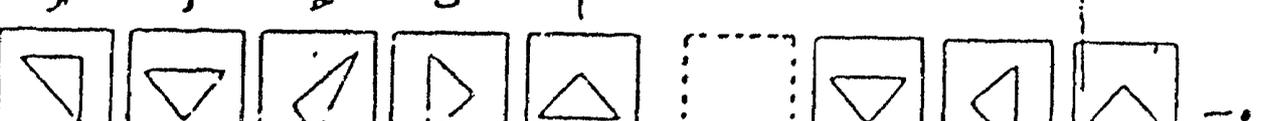
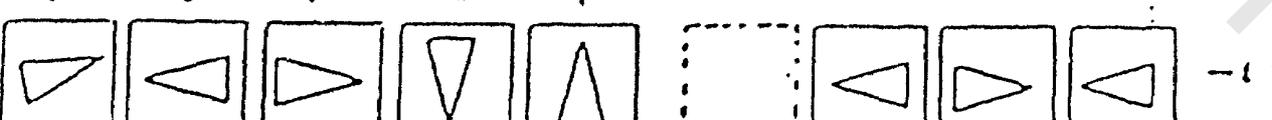
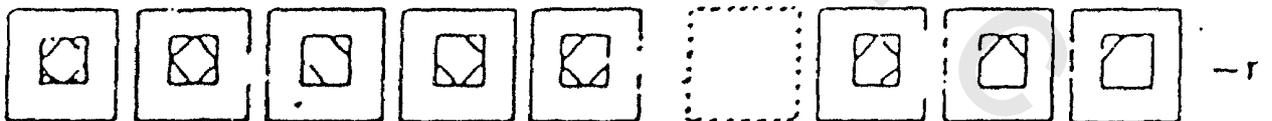
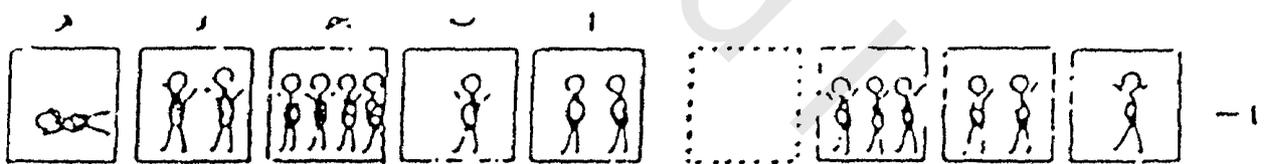
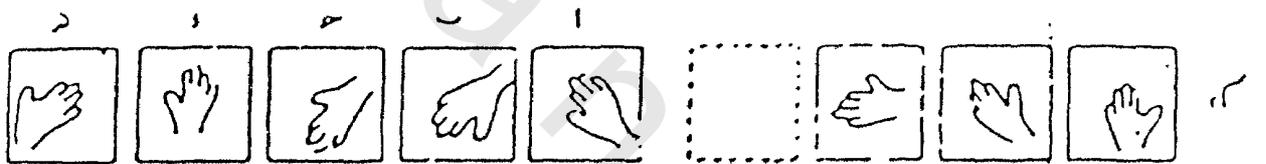
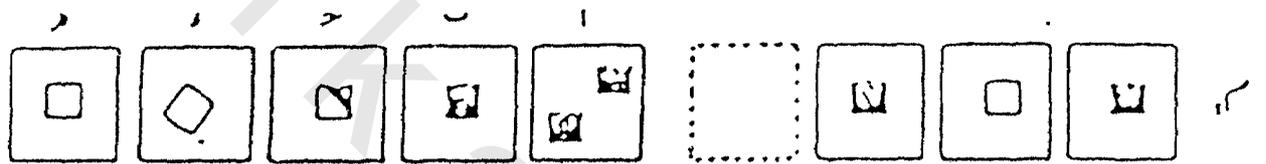
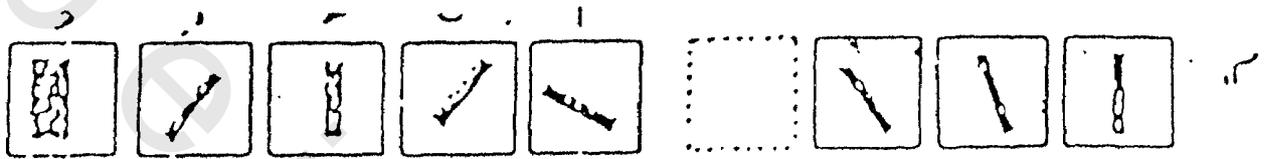


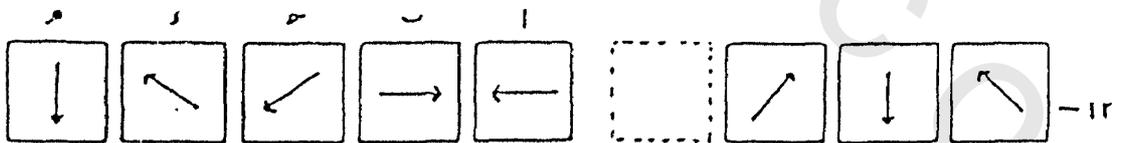
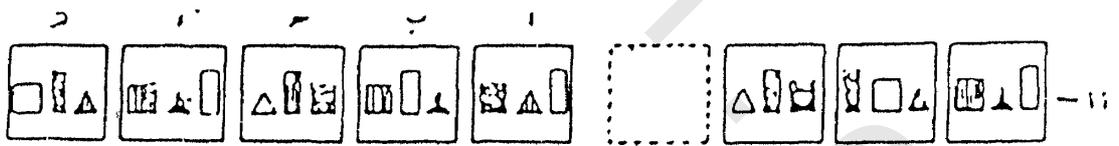
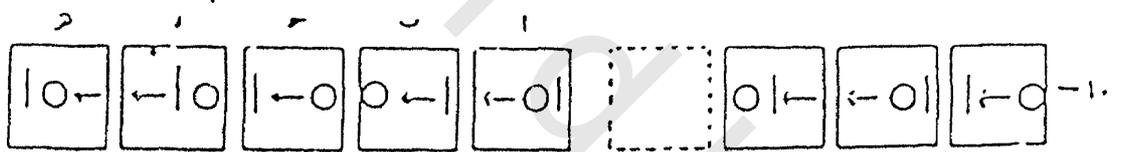
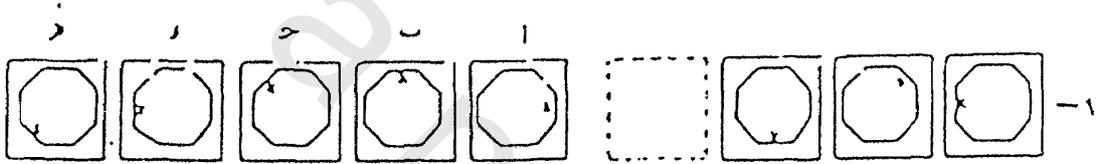
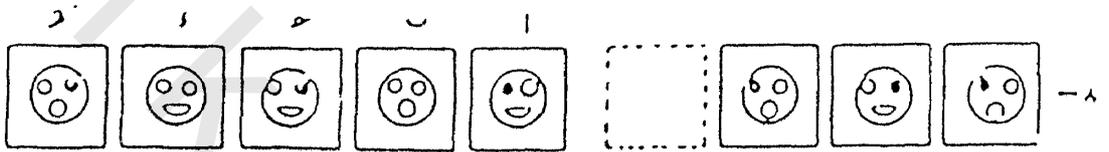
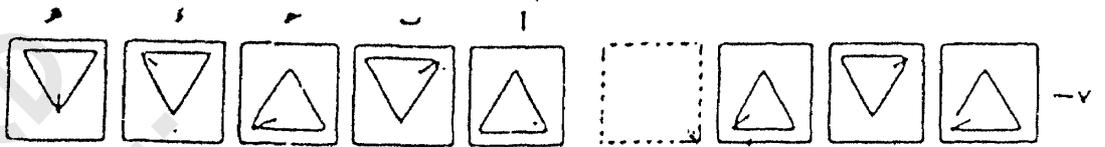
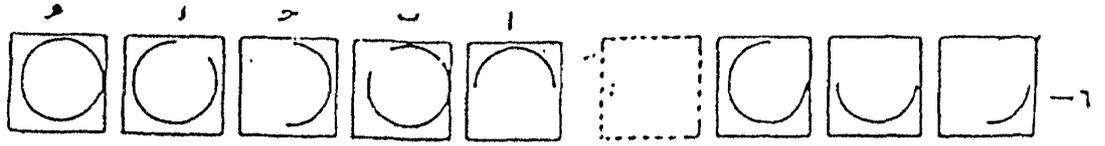
- انتبه الاختبار الرابع -

لا تطلب السمعة - من يزدن لك

الجزء الثاني
الاختبار الأول

امثلة:



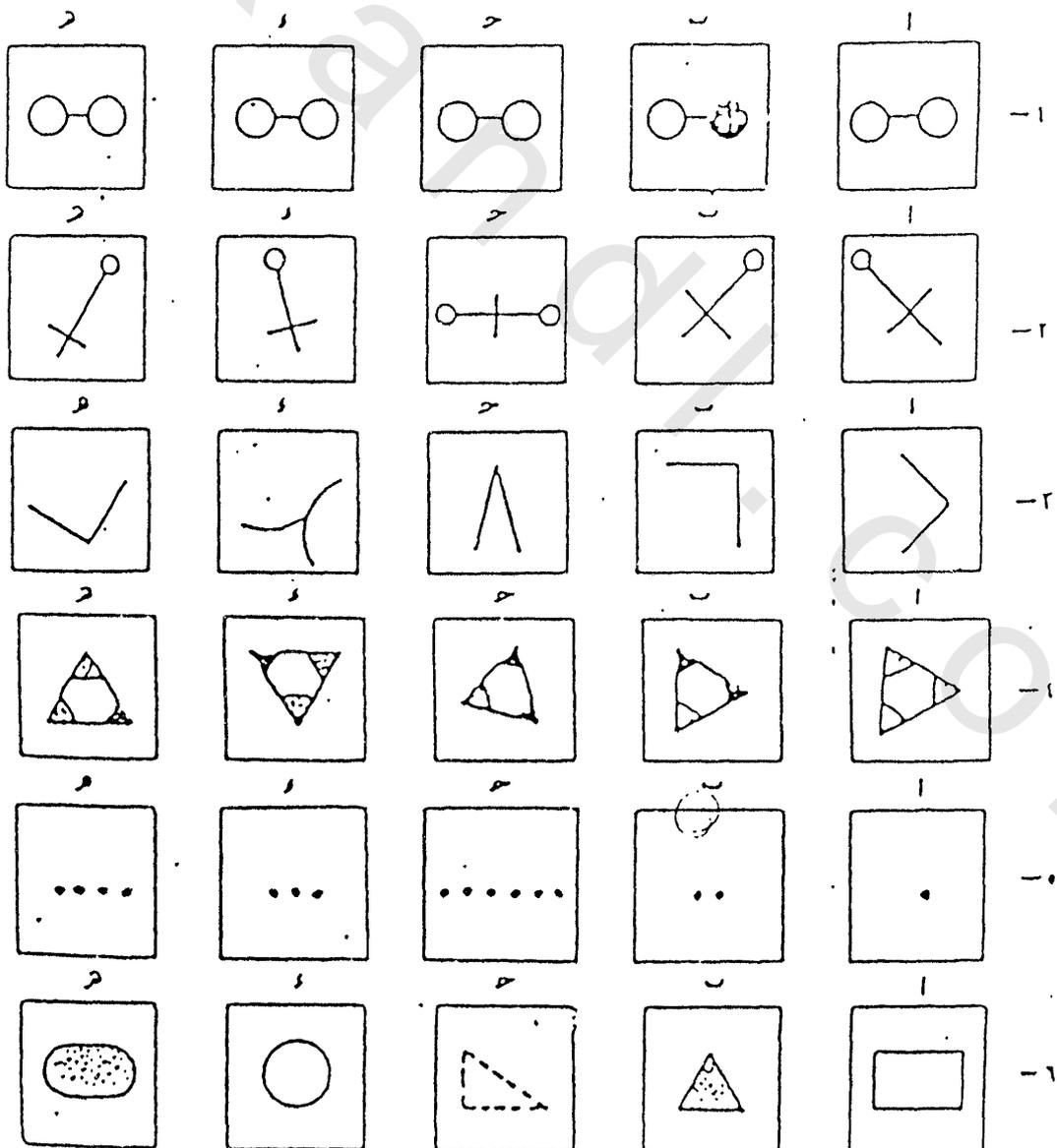
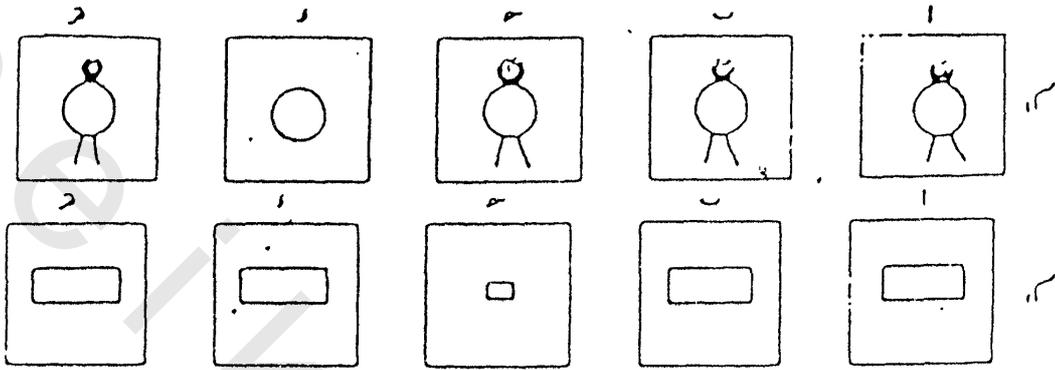


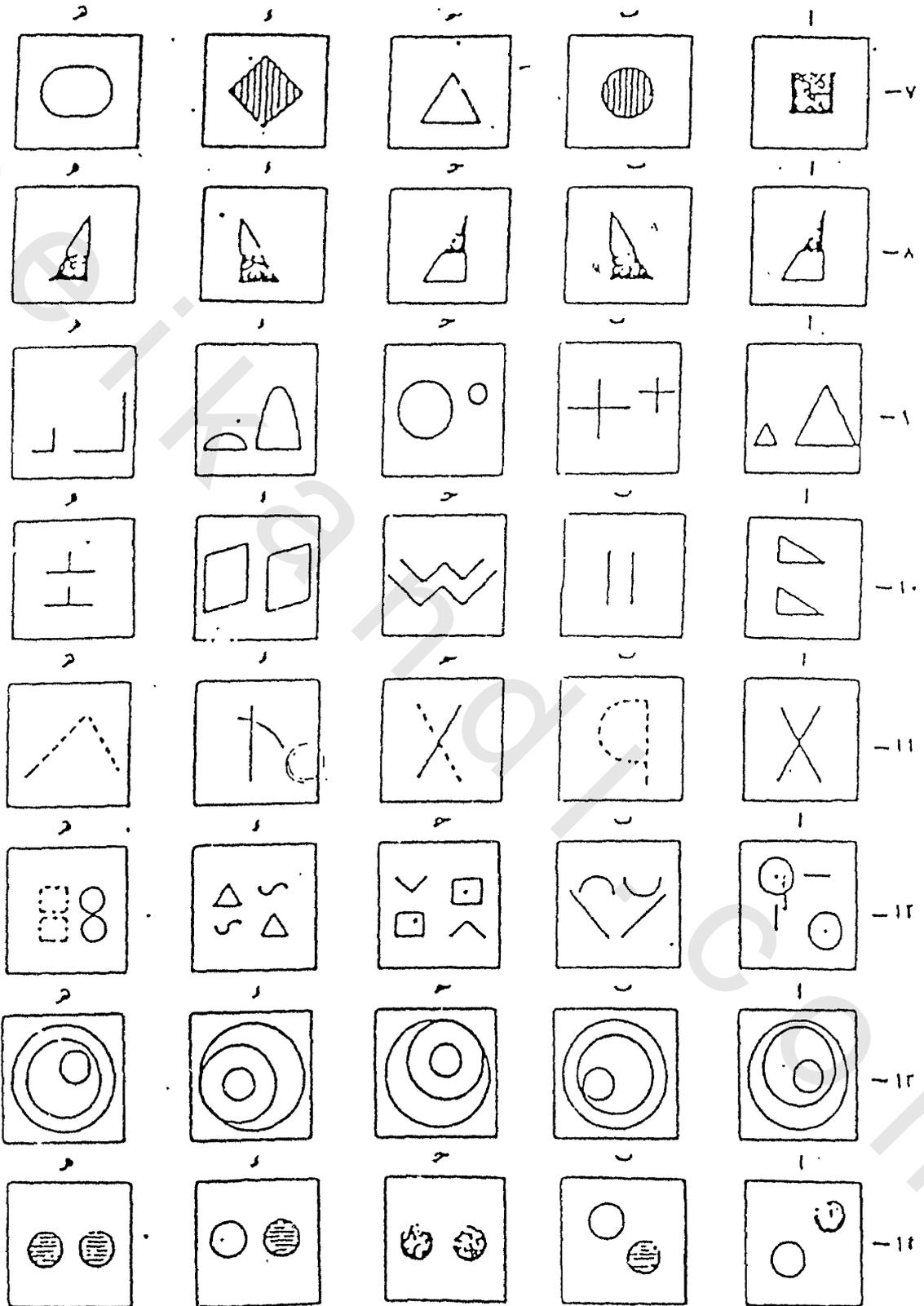
- انتهى الاختبار الأول -

لائحة العنفة - من يزدنك

الاختبار الثاني

مسئلة:



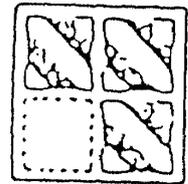


- اتمن الاختيار: التان -

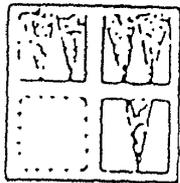
لانقلب السنمة حتى يزودن لك

الاختبار الثالث

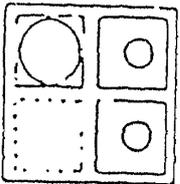
أمثلة:



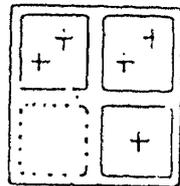
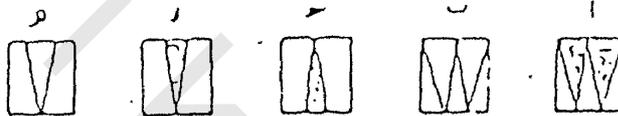
١



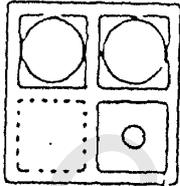
٢



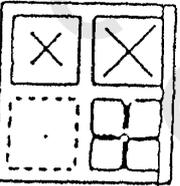
٣



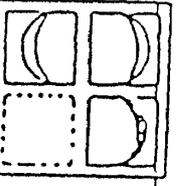
١



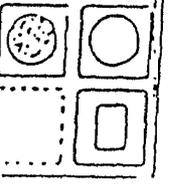
٢



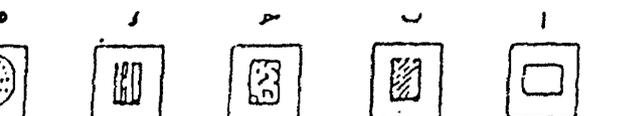
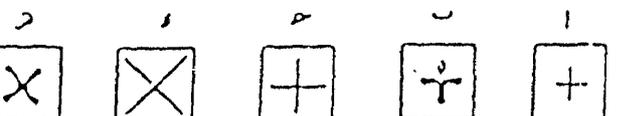
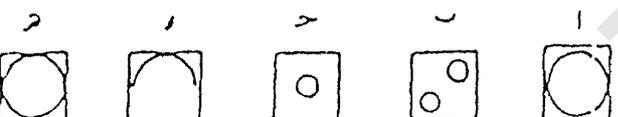
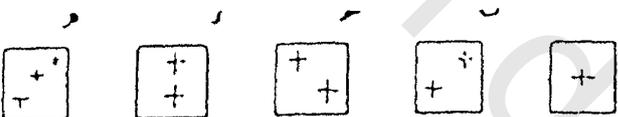
٢

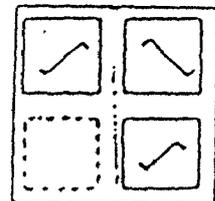


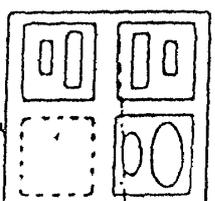
١

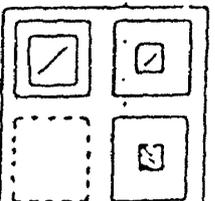


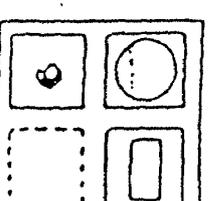
١

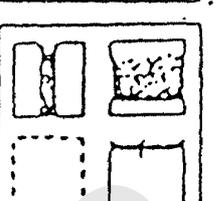


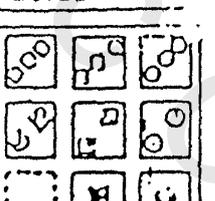
١- 

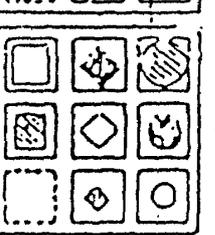
٢- 

٣- 

٤- 

٥- 

٦- 

٧- 

١- 

٢- 

٣- 

٤- 

٥- 

١- 

٢- 

٣- 

٤- 

٥- 

١- 

٢- 

٣- 

٤- 

٥- 

١- 

٢- 

٣- 

٤- 

٥- 

١- 

٢- 

٣- 

٤- 

٥- 

١- 

٢- 

٣- 

٤- 

٥- 

١- 

٢- 

٣- 

٤- 

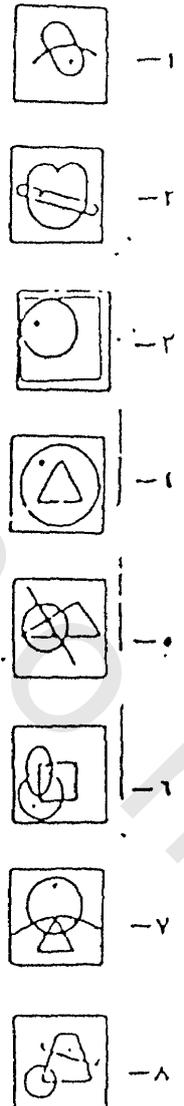
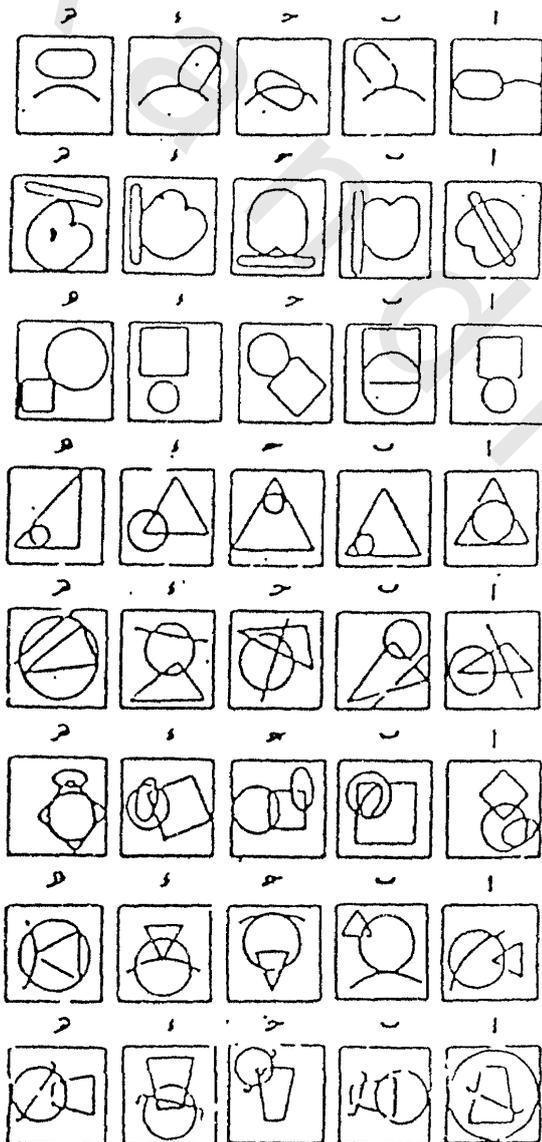
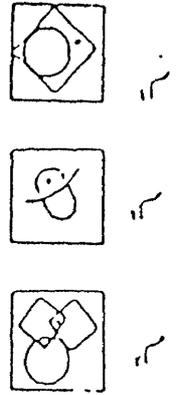
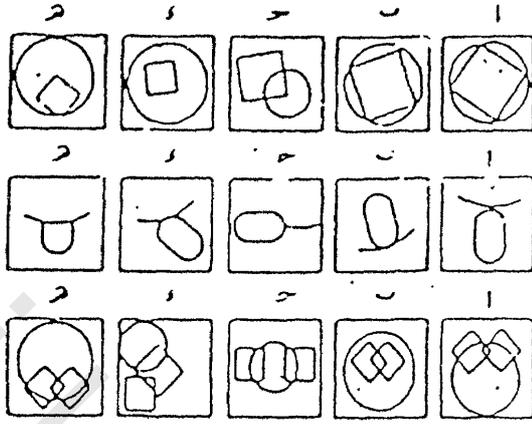
٥- 

- اتبني الاختيار لكناك -

لا تطلب المنفعة من يزدن لك

الاختبار الرابع

أسئلة



اختبار كاتل للمذكاء

مفتاح التصحيح

الجزء الأول والنسبة إلى

الاختبار الأول	الاختبار الثاني	الاختبار الثالث	الاختبار الرابع
الصفحة ١٠٠٢	الصفحة ١٤٠٦	الصفحة ١٢٠٤	الصفحة ١٦٠٨
١٢ <input type="checkbox"/>	١٢ <input type="checkbox"/>	١٢ <input type="checkbox"/>	١٢ <input type="checkbox"/>
٢٢ <input type="checkbox"/>	٢٢ <input type="checkbox"/>	٢٢ <input type="checkbox"/>	٢٢ <input type="checkbox"/>
٣٢ <input type="checkbox"/>	٣٢ <input type="checkbox"/>	١ - <input type="checkbox"/>	٣٢ <input type="checkbox"/>
١ - <input type="checkbox"/>	١ - <input type="checkbox"/>	٢ - <input type="checkbox"/>	١ - <input type="checkbox"/>
٢ - <input type="checkbox"/>	٢ - <input type="checkbox"/>	٣ - <input type="checkbox"/>	٢ - <input type="checkbox"/>
٣ - <input type="checkbox"/>	٣ - <input type="checkbox"/>	٤ - <input type="checkbox"/>	٣ - <input type="checkbox"/>
٤ - <input type="checkbox"/>	٤ - <input type="checkbox"/>	٥ - <input type="checkbox"/>	٤ - <input type="checkbox"/>
٥ - <input type="checkbox"/>	٥ - <input type="checkbox"/>	٦ - <input type="checkbox"/>	٥ - <input type="checkbox"/>
الصفحة ١١٠٣	الصفحة ١٥٠٧	الصفحة ١٣٠٥	الصفحة ١٦٠٨
٦ - <input type="checkbox"/>	٦ - <input type="checkbox"/>	٧ - <input type="checkbox"/>	٦ - <input type="checkbox"/>
٧ - <input type="checkbox"/>	٧ - <input type="checkbox"/>	٨ - <input type="checkbox"/>	٧ - <input type="checkbox"/>
٨ - <input type="checkbox"/>	٨ - <input type="checkbox"/>	٩ - <input type="checkbox"/>	٨ - <input type="checkbox"/>
٩ - <input type="checkbox"/>	٩ - <input type="checkbox"/>	١٠ - <input type="checkbox"/>	٩ - <input type="checkbox"/>
١٠ - <input type="checkbox"/>	١٠ - <input type="checkbox"/>	١١ - <input type="checkbox"/>	١٠ - <input type="checkbox"/>
١١ - <input type="checkbox"/>	١١ - <input type="checkbox"/>	١٢ - <input type="checkbox"/>	١١ - <input type="checkbox"/>
١٢ - <input type="checkbox"/>	١٢ - <input type="checkbox"/>	١٣ - <input type="checkbox"/>	١٢ - <input type="checkbox"/>
	١٣ - <input type="checkbox"/>	١٤ - <input type="checkbox"/>	

(ورقة الإجابة)

الإسم :

تاريخ الميلاد :

تاريخ تأدية الإختبار : / /

الجزء الثاني				الجزء الأول			
الإختبار الرابع	الإختبار ثالث	الإختبار ثاني	الإختبار الأول	الإختبار الرابع	الإختبار ثالث	الإختبار ثاني	الإختبار الأول
الصفحة ١٦	الصفحة ١٤	الصفحة ١٢	الصفحة ١٠	الصفحة ٨	الصفحة ٦	الصفحة ٤	الصفحة ٢
<input type="checkbox"/> ١م	<input type="checkbox"/> ١م	<input type="checkbox"/> ١م	<input type="checkbox"/> ١م	<input type="checkbox"/> ١م	<input type="checkbox"/> ١م	<input type="checkbox"/> ١م	<input type="checkbox"/> ١م
<input type="checkbox"/> ٢م	<input type="checkbox"/> ٢م	<input type="checkbox"/> ٢م	<input type="checkbox"/> ٢م	<input type="checkbox"/> ٢م	<input type="checkbox"/> ٢م	<input type="checkbox"/> ٢م	<input type="checkbox"/> ٢م
<input type="checkbox"/> ٣م	<input type="checkbox"/> ٣م	<input type="checkbox"/> -١	<input type="checkbox"/> ٣م	<input type="checkbox"/> ٣م	<input type="checkbox"/> ٣م	<input type="checkbox"/> -١	<input type="checkbox"/> ٣م
<input type="checkbox"/> -١	<input type="checkbox"/> -١	<input type="checkbox"/> -٢	<input type="checkbox"/> -١	<input type="checkbox"/> -١	<input type="checkbox"/> -١	<input type="checkbox"/> -٢	<input type="checkbox"/> -١
<input type="checkbox"/> -٢	<input type="checkbox"/> -٢	<input type="checkbox"/> -٣	<input type="checkbox"/> -٢	<input type="checkbox"/> -٢	<input type="checkbox"/> -٢	<input type="checkbox"/> -٣	<input type="checkbox"/> -٢
<input type="checkbox"/> -٣	<input type="checkbox"/> -٣	<input type="checkbox"/> -٤	<input type="checkbox"/> -٣	<input type="checkbox"/> -٣	<input type="checkbox"/> -٣	<input type="checkbox"/> -٤	<input type="checkbox"/> -٣
<input type="checkbox"/> -٤	<input type="checkbox"/> -٤	<input type="checkbox"/> -٥	<input type="checkbox"/> -٤	<input type="checkbox"/> -٤	<input type="checkbox"/> -٤	<input type="checkbox"/> -٥	<input type="checkbox"/> -٤
<input type="checkbox"/> -٥	<input type="checkbox"/> -٥	<input type="checkbox"/> -٦	<input type="checkbox"/> -٥	<input type="checkbox"/> -٥	<input type="checkbox"/> -٥	<input type="checkbox"/> -٦	<input type="checkbox"/> -٥
	الصفحة ١٥	الصفحة ١٣	الصفحة ١١		الصفحة ٧	الصفحة ٥	الصفحة ٣
<input type="checkbox"/> -٦	<input type="checkbox"/> -٦	<input type="checkbox"/> -٧	<input type="checkbox"/> -٦	<input type="checkbox"/> -٦	<input type="checkbox"/> -٦	<input type="checkbox"/> -٧	<input type="checkbox"/> -٦
<input type="checkbox"/> -٧	<input type="checkbox"/> -٧	<input type="checkbox"/> -٨	<input type="checkbox"/> -٧	<input type="checkbox"/> -٧	<input type="checkbox"/> -٧	<input type="checkbox"/> -٨	<input type="checkbox"/> -٧
<input type="checkbox"/> -٨	<input type="checkbox"/> -٨	<input type="checkbox"/> -٩	<input type="checkbox"/> -٨	<input type="checkbox"/> -٨	<input type="checkbox"/> -٨	<input type="checkbox"/> -٩	<input type="checkbox"/> -٨
	<input type="checkbox"/> -٩	<input type="checkbox"/> -١٠	<input type="checkbox"/> -٩		<input type="checkbox"/> -٩	<input type="checkbox"/> -١٠	<input type="checkbox"/> -٩
	<input type="checkbox"/> -١٠	<input type="checkbox"/> -١١	<input type="checkbox"/> -١٠		<input type="checkbox"/> -١٠	<input type="checkbox"/> -١١	<input type="checkbox"/> -١٠
	<input type="checkbox"/> -١١	<input type="checkbox"/> -١٢	<input type="checkbox"/> -١١		<input type="checkbox"/> -١١	<input type="checkbox"/> -١٢	<input type="checkbox"/> -١١
	<input type="checkbox"/> -١٢	<input type="checkbox"/> -١٣	<input type="checkbox"/> -١٢		<input type="checkbox"/> -١٢	<input type="checkbox"/> -١٣	<input type="checkbox"/> -١٢
		<input type="checkbox"/> -١٤				<input type="checkbox"/> -١٤	

معامل الذكاء	الجزء الثاني		الجزء الأول	
	الدرجة	الإختبار	الدرجة	الإختبار
	—	١	—	١
	—	٢	—	٢
	—	٣	—	٣
	—	٤	—	٤
الدرجة النهائية	مجموع الدرجات ()		مجموع الدرجات ()	

ملحق (و)

اختبارات القدرات البدنية لرياضة الهوكي

الاختبار الأول : اختبار عدو ٣٠ م من بدء عال باستخدام العصا

الغرض من الاختبار :

قياس السرعة الانتقالية .

الأدوات المستخدمة :

ساعة إيقاف ، خطان موازيان مرسومان على الأرض المسافة بين الخط الأول والثاني

(٣٠) ثلاثون متراً كما هو موضح بالرسم .

طريقة أداء الاختبار :

يقف المختبر خلف الخط الأول من بدء عال ، وعند سماع إشارة يقوم بالعدو والعصا

ممسوكة بيده اليمنى إلى أن يتخطى الخط الثاني (خط النهاية) .

التسجيل :

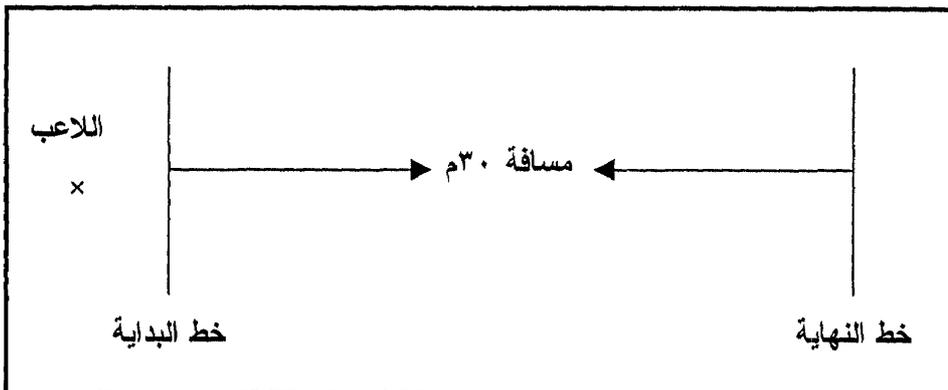
يسجل للمختبر الزمن الذي استغرقه في قطع مسافة (٣٠) ثلاثون متراً .

تعليمات الاختبار :

- يقام الاختبار على سطح خشن يسمح بإعطاء الدفع المطلوب .
- يؤخذ الارتقاء بالقدمين معاً وليس بقدم واحدة .
- يسمح بالإحماء قبل أداء الاختبار .
- يجب تجنب السقوط للخلف قدر الإمكان .
- لكل مختبر ثلاث محاولات متتالية تحتسب له أحسن درجة من هذه المحاولات .
- المرجحة بالذراعين للأمام ولأعلى للمساعدة في الدفع .

حساب الدرجات :

- يكون القياس من خط البداية حتى آخر جزء من الجسم يلمس الأرض ناحية هذا الخط .
- خط البداية يكون بعرض ٥ سم ويدخل في القياس .
- تقاس كل محاولة لأقرب ٥ سم (٩١)



الاختبار الثانى : اختبار الجرى المتعرج لقليشمان بالعصا

الغرض من الاختبار :

قياس قدرة الشخص على تغيير اتجاه حركة الجسم على الأرض .

الأدوات المستخدمة :

عصا هوكى ، ستة كراسى توضع كما هو موضح بالرسم ، ساعة إيقاف .

طريقة أداء الاختبار :

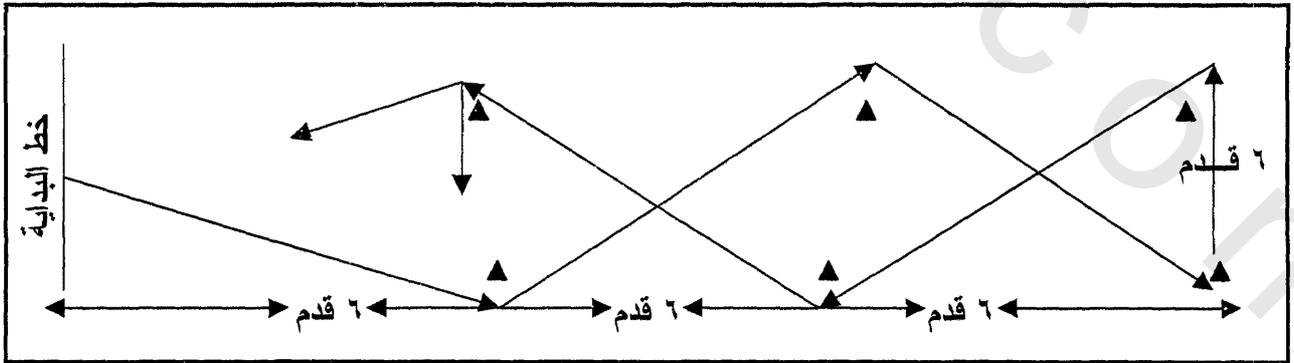
يقف المختبر خلف خط البداية ، وعند سماع إشارة البدء يقوم المختبر بالجرى تبعاً لخط السير الموضح بالرسم على أن يقوم بعمل دورتين على أن تنتهى الدورة الثانية بتجاوزه لخط البداية.

توجيهات :

- يجب اتباع خط السير المحدد .
- إذا أخطأ المختبر يوقف الاختبار ويعاد بعد أن يحصل المختبر على الراحة الكافية .
- يجب عدم لمس الكراسى أثناء الجرى .

التسجيل :

- يسجل للمختبر الزمن الذى يقطع فيه الدورتين . (٩١)



الاختبار الثالث : اختبار الوثب الطويل من الثبات

الغرض من الاختبار :

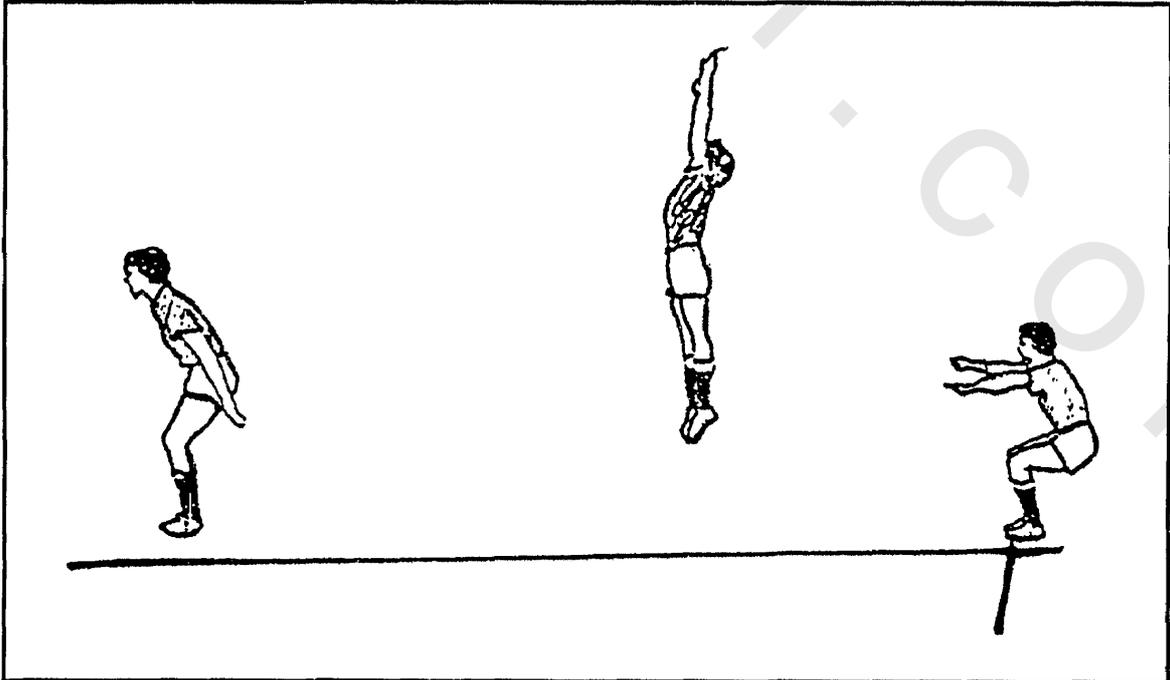
قياس القدرة العضلية للرجلين في الوثب للأمام .

الأدوات المستخدمة :

مكان مناسب للوثب بعرض $1\frac{1}{2}$ وبطول $3\frac{1}{2}$ م ، ويراعى أن يكون المكان مستوياً وخالياً من العوائق وغير أملس - شريط قياس ، قطع ملونة من الطباشير كما هو موضح بالرسم .

وصف الأداء :

- يقف المختبر خلف خط البداية والقدمان متباعدتان قليلاً ومتوازيتان وبحيث يلامس مشط القدمين خط البداية من الخارج .
- يبدأ المختبر بمرجحة الذراعين للخلف مع ثني الركبتين والميل للأمام قليلاً ، ثم يقوم بالوثب للأمام لأقصى مسافة ممكنة ، عن طريق مد الركبتين والدفع بالقدمين مع مرجحة الذراعين للأمام . (٩٠)



الاختبار الرابع : اختبارات التحركات بالواجهة والظهر لمسافة ٦٠٠ م بالعصا

الغرض من الاختبار :

قياس التحمل (الجلد الدورى التنفسى) .

الأدوات المستخدمة :

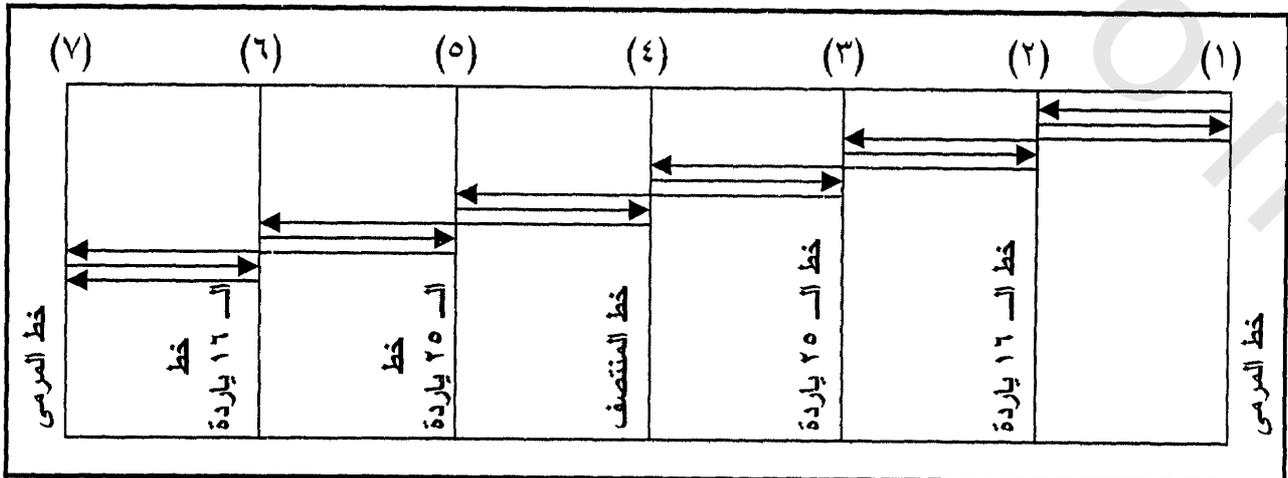
ساعة إيقاف ، يرسم ملعب هوكى بالموصفات القانونية ويرسم داخل الملعب بدلاً من دائرتى التصويب خطان متوازيان على بعد ١٦ ياردة من خطى المرمى كما هو موضح بالرسم .

طريقة أداء الاختبار :

يقف المختبر خلف خط المرمى رقم (١) وعند سماع إشارة البدء ، يبدأ المختبر بالجرى بالواجهة لخط الـ ١٦ ياردة رقم (٢) ثم يبدأ الجرى بالظهر إلى خط المرمى رقم (١) ثم يبدأ الجرى بالواجهة إلى خط الـ ٢٥ ياردة رقم (٣) ثم الجرى بالظهر إلى خط الـ ١٦ ياردة رقم (٢) ثم الجرى بالواجهة إلى خط المنتصف رقم (٤) ثم الجرى بالظهر إلى خط الـ ٢٥ ياردة رقم (٣) ثم الجرى بالواجهة إلى خط الـ ١٦ ياردة رقم (٤) ثم الجرى بالظهر إلى خط الـ ٢٥ ياردة رقم (٥) ثم الجرى بالظهر إلى خط المنتصف رقم (٤) ثم الجرى بالواجهة إلى خط الـ ١٦ ياردة رقم (٦) ثم الجرى بالظهر إلى خط الـ ٢٥ ياردة رقم (٥) ثم الجرى بالواجهة إلى خط المرمى رقم (٧) ثم الجرى والعودة بالظهر إلى خط الـ ١٦ ياردة رقم (٦) ثم الجرى بالواجهة إلى خط المرمى إلى خط المرمى رقم (٧) (وهذا هو خط نهاية الدورة الأولى لمسافة [٣٠٠ م])
يبدأ اللاعب مباشرة بدون توقف بإعادة نفس الدورة بمجرد وصوله إلى نهاية خط المرمى رقم (٧) لينهى الدورة الثانية بنفس الطريقة إلى أن يصل إلى خط المرمى رقم (١) مرة ثانية وبذلك يكون قد انتهى المختبر من الدورة الثانية لمسافة ٦٠٠ م .

التسجيل :

يسجل للمختبر الزمن الذى استغرقه فى الدورة الثانية (٦٠٠ م) . (٩٠)



الاختبار الخامس : اختبار قوة القبضة

الغرض من الاختبار :

قياس قوة القبضة اليمنى أو اليسرى . (حسب اليد المستخدمة) .

الأدوات المستخدمة :

جهاز الدينوميتر ، مسحوق ماغنسيوم .

طريقة أداء الاختبار :

يمسك المختبر بالجهاز فى قبضة اليد . ثم يقوم بالضغط بقوة على الجهاز ويجب ملاحظة عدم لمس الذراع الحامل للجهاز لأى جسم خارجى أو جسم المختبر نفسه ، كما يجب تجنب حركات نظر ومرجحة الذراع عند الأداء .

التسجيل :

تسجل القراءة لأقرب $\frac{1}{4}$ كيلو جرام ، كما يلاحظ إرجاع المؤشر إلى صفر التدرج عقب كل محاولة ، ويعطى للمختبر ثلاث محاولات ويسجل أفضلهم .

ملاحظة :

يفضل مسح اليد بمسحوق الماغنسيوم لمنع انزلاق الجهاز . (٨٧)

الاختبار السادس : اختبار ثنى الجذع للأمام من الوقوف

الغرض من الاختبار :

يقاس مرونة العمود الفقري على المحور الأفقى .

الأدوات المستخدمة :

مقعد بدون ظهر ارتفاعه (٥٠ سم) ، مسطرة غير مرنة مقسمة من صفر إلى ١٠٠ اسم مثبتة عمودياً على المقعد بحيث يكون رقم (صفر) موازياً لسطح المقعد ، ورقم (٥٠) خمسون موازياً للحافة السفلى ، مؤشر خشبي يتحرك على سطح المسطرة كما هو موضح بالرسم .

طريقة أداء الاختبار :

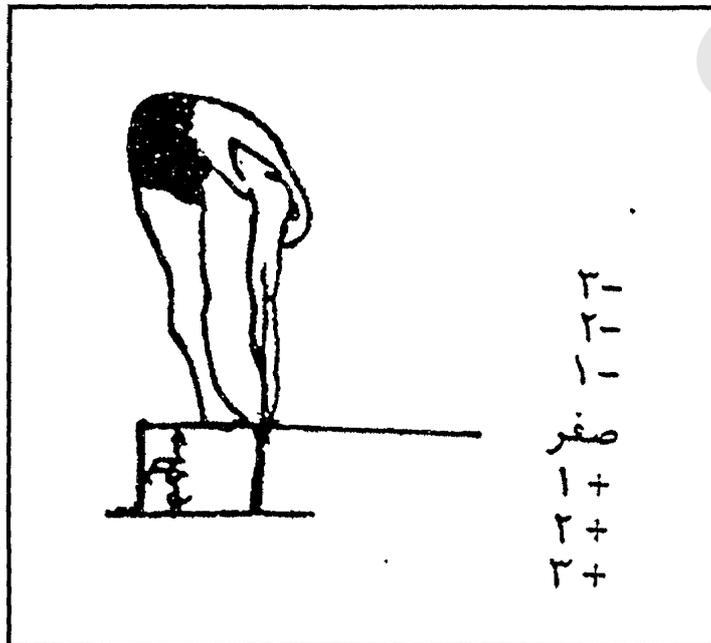
يقف المختبر فوق المقعد والقدمان مضمومتان مع تثبيت أصابع القدمين على حافة المقعد مع الاحتفاظ بالركبتين مفرودتين . يقوم المختبر بثنى جذعه للأمام ولأسفل بحيث دفع المؤشر بأطراف أصابعه إلى أبعد مسافة ممكنة على أن ثبت عند آخر مسافة يصل لها لمدة ثانييتين .

توجيهات :

- يجب عدم ثنى الركبتين أثناء الأداء .
- للمختبر محاولتان تسجل له أفضلهما .
- يجب الثبات عند آخر مسافة يصل إليها المختبر لمدة ثانييتين .

التسجيل :

تسجل للمختبر المسافة التي حققها في المحاولتين وتحسب له المسافة الأكبر بالسنتيمتر حيث تعتبر القراءة فوق صفر التدريج سالبة ، وأسفله موجبة . (٨٧)



ملحق (ز)

اختبارات مستوى الأداء المهاري لمهارات الهوكي

قيد البحث

الاختبار الأول :

مهارة الدفع : اختبار لقياس قوة الدفع

الغرض من الاختبار :

قياس قوة دفع الكرة .

الأدوات المستخدمة :

مساحة من الأرض الممهدة طولها ٧ ياردات (٦,٤٠ م) ٣ كرات هوكي ، شريط قياس ،

حائط ، عصا هوكي .

مواصفات الأداء :

يقف المختبر خلف خط البداية وأمامه مساحة من الأرض الممهدة طولها ٧ ياردات

(٦,٤٠ م) المنتهية بحائط وعند رؤية إشارة البدء يقوم المختبر بدفع ثلاث كرات هوكي الواحدة الى

الأخرى والموضوعة على صف واحدة على خط البداية ، تجاه الحائط الذي يبعد عن خط البداية

بمقدار ٧ ياردات (٦,٤٠ م) ، يعطى للمختبر ثلاث محاولات لكل كرة محاولة واحدة ، شكل (١)

الشروط :

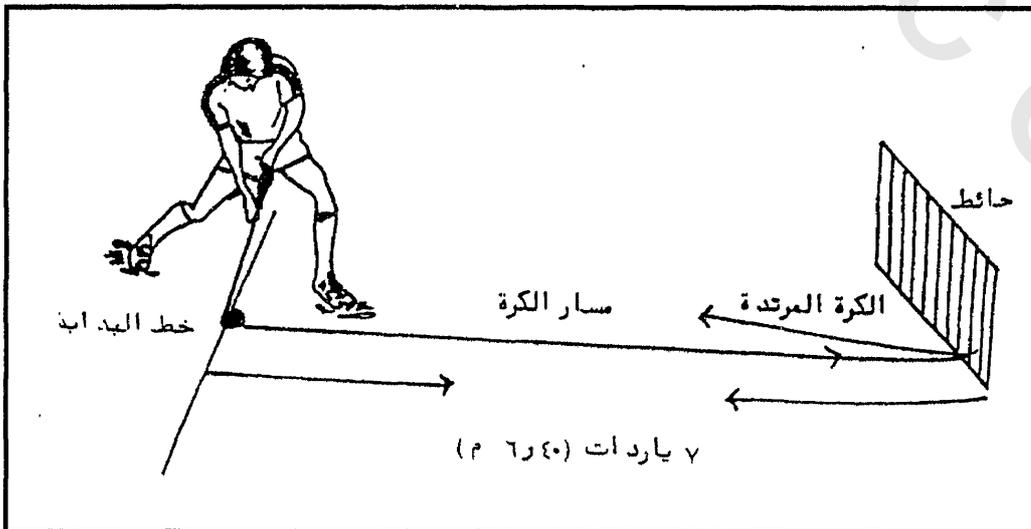
لا يسمح للمختبر باستخدام أى مهارة غير مهارة الدفع ويعطى للمختبر ثلاث محاولات لكل

كرة محاولة واحدة .

التسجيل :

تقاس أطول مسافة ارتدتها الكرة من الحائط .

رسم الاختبار :



شكل (١)

الاختبار الثانى :

اختبار لقياس دقة الدفع :

الغرض من الاختبار :

قياس دقة دفع الكرة .

الأدوات المستخدمة :

٥ مكعبات من الخشب مقاس ١٥ سم × ١٥ سم ، شريط قياس ، عصا هوكى ، ٥ كرات

هوكى .

مواصفات الأداء :

يقف المختبر خلف خط البداية وأمامه مساحة من الأرض الممهدة طولها ٧ ياردات (٦,٤٠ م) تنتهى بوضع ٥ مكعبات من الخشب مقاس كل منها ١٥ سم × ١٥ سم على صف واحد بحيث تكون المسافة بين المكعب والآخر ١٠ سم ويقوم المختبر بدفع الكرات الخمس الواحدة تلى الأخرى على أن يبدأ الدفع من الجهة اليمنى ، شكل (٢)

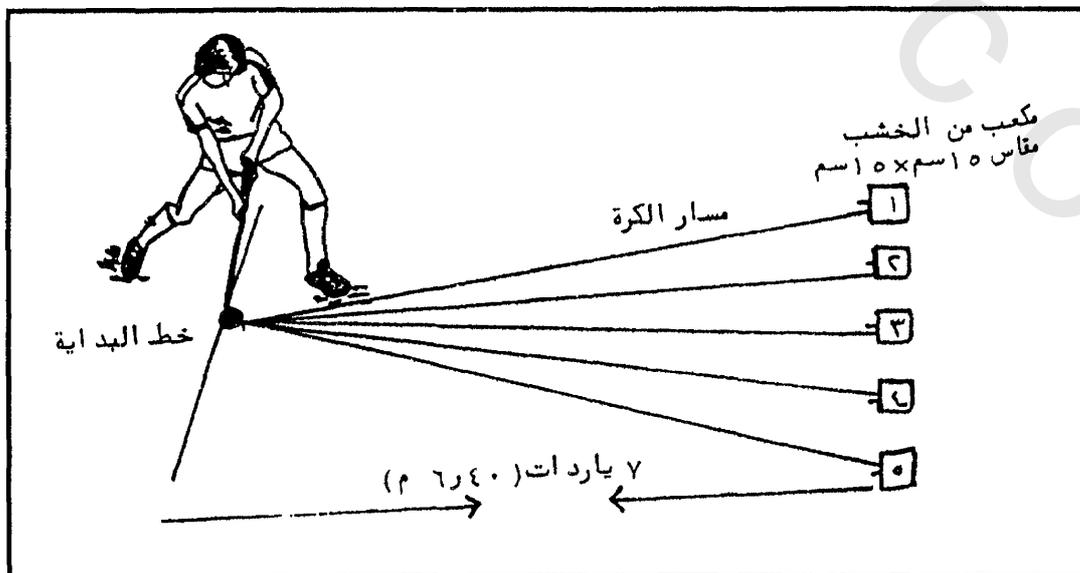
الشروط :

لا يسمح للمختبر باستخدام أى مهارة غير مهارة الدفع يعطى لكل كرة محاولة واحدة فقط ولا تحسب المحاولة التى لا تصيب المكعب المحدد من قبل المحكم .

التسجيل :

تسجل عدد الكرات التى تصيب المكعبات المشار إليه من قبل المحكم .

رسم الاختبار :



شكل (٢)

الاختبار الثالث :

اختبار لقياس سرعة الدفع :

الغرض من الاختبار :

قياس سرعة دفع الكرة .

الأدوات المستخدمة :

ساعة إيقاف ، أرض ممهدة ، عصا هوكي ، ٢٠ كرة هوكي .

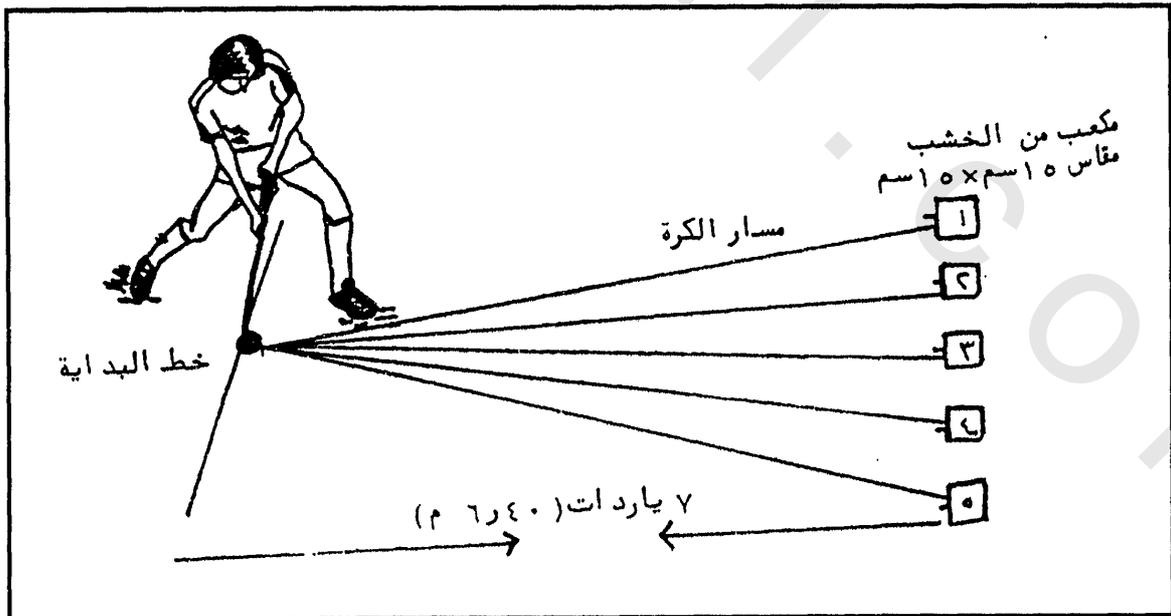
مواصفات الأداء :

يقف المختبر خلف خط البداية وأمامه ٢٠ كرة هوكي موضوعة على صف واحد ويقوم بدفع الكرات الواحدة تلى الأخرى بأقصى سرعة ويحسب له الزمن المستغرق دفع الكرات بالثانية ، شكل (٣) .

الشروط :

لا يسمح للمختبر باستخدام أى مهارة غير مهارة الدفع يعطى للمختبر محاولة واحدة فقط ولا تحسب الكرة التى تدفع لأقل من ٧ ياردات (٦,٤٠ م) .

رسم الاختبار :



شكل (٣)

الاختبار الرابع :

مهارة النظر : اختبار لقياس قوة النظر :

الغرض من الاختبار :

قياس قوة نظر الكرة .

الأدوات المستخدمة :

حائط ، شريط قياس ، عصا هوكي ، مساحة من الأرض الممهدة طولها ٧ ياردات

(٦,٤٠م).

مواصفات الأداء :

يقف المختبر على بعد ٧ ياردات (٦,٤٠م) من الحائط وعند رؤية إشارة البدء يقوم المختبر

بنظر ٣ كرات هوكي الواحدة تلى الأخرى والموضوعة على صف واحد على خط البداية والمواجه

للحائط وعلى بعد ٧ ياردات منه ، شكل (٤)

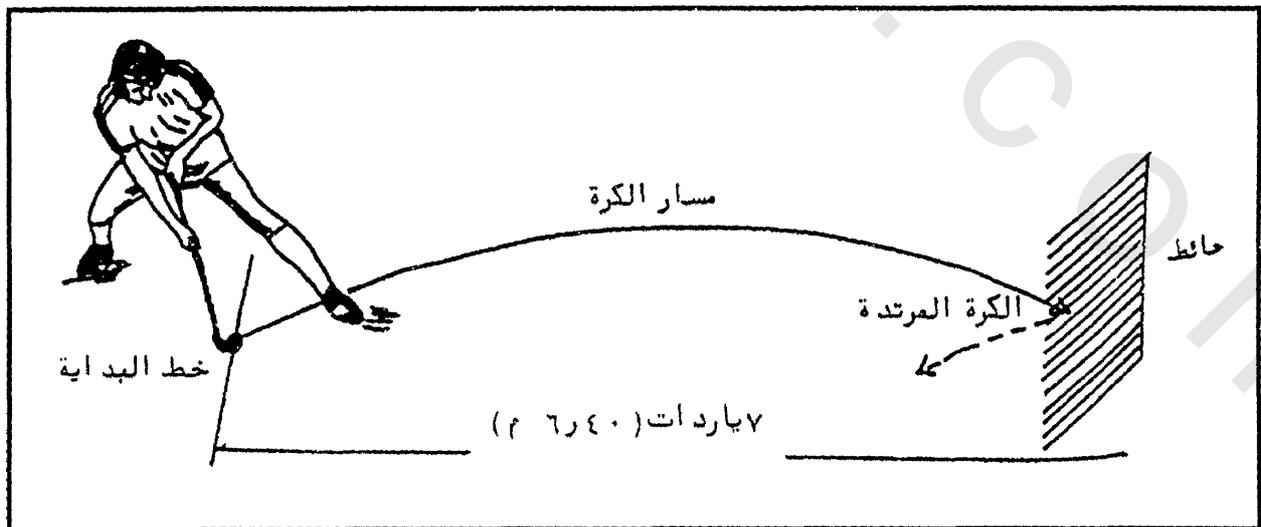
الشروط :

لا يسمح للمختبر باستخدام أى مهارة غير مهارة نظر الكرة ، لا يعطى للمختبر إلا ثلاث

محاولات فقط لكل كرة محاولة واحدة ولا تحسب المحاولة التى تقل نظرها عن ١ ياردة (٩١سم).

يسجل للمختبر أحسن مسافة مرتدة من الحائط من الثلاث محاولات .

رسم الاختبار :



شكل (٤)

الاختبار الخامس :

اختبار لقياس قوة النظر :

الغرض من الاختبار :

قياس دقة نظر الكرة .

الأدوات المستخدمة :

مرمى هوكى باتساع ٤ ياردة وارتفاعه ٧ قدم مقسم لأشكال مختلفة ، ١٠ كرات هوكى ،

عصا هوكى ، حبال .

مواصفات الأداء :

يقف المختبر خلف خط البداية الذى يبعد عن مرمى الهوكى المقسم بـ ٧ ياردات (٦,٤٠م) ومعه مضرب هوكى وعلى خط البداية يوجد ١٠ كرات هوكى موضوعة على صف واحد وعند رؤية إشارة البدء يقوم المختبر بنظر الـ ١٠ كرات هوكى الواحدة تلو الأخرى على المرمى المقسم مع مراعاة توزيع الدرجات بحيث يكون التقسيم الرابع يأخذ أعلى الدرجات يليه التقسيم الثالث ثم التقسيم الثانى بالتقسيم الأول . شكل (٥)

الشروط :

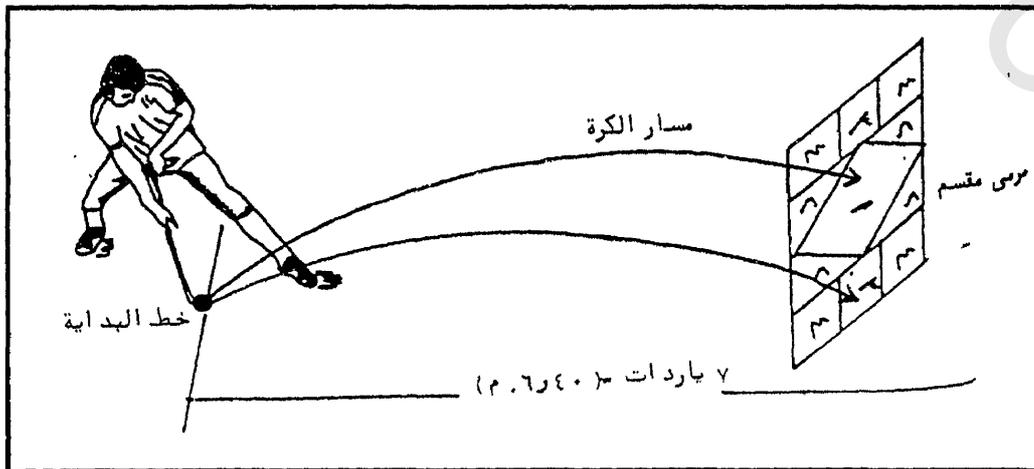
لا يسمح للمختبر باستخدام أى مهارة غير مهارة النظر ، يعطى للمختبر لكل كرة محاولة واحدة فقط ، الكرة التى تخرج خارج التقسيم تعتبر محاولة فاشلة .

التسجيل :

تحسب الدرجات وفقاً لإصابة المرمى فى ضوء التوزيع الموضوع وذلك للمحاولات

المسموح بها .

رسم الاختبار :



شكل (٥)

الاختبار السادس :

اختبار لقياس سرعة نظر الكرة :

الغرض من الاختبار :

قياس سرعة نظر الكرة .

الأدوات المستخدمة :

ساعة إيقاف ، ٢٠ كرة هوكي ، عصا هوكي ، أرض ممهدة ، حامل ارتفاعه ٩١سم .

مواصفات الأداء :

يقف المختبر خلف خط البداية وأمامه ٢٠ كرة هوكي موضوعة على صف واحد على خط البداية وعند رؤية إشارة البدء يقوم المختبر بنظر أكبر عدد ممكن من الكرات ٢٠ ثانية ، على ان تتخطى الكرة حامل ارتفاعه ياردة واحدة (٩١سم) ، شكل (٦)

الشروط :

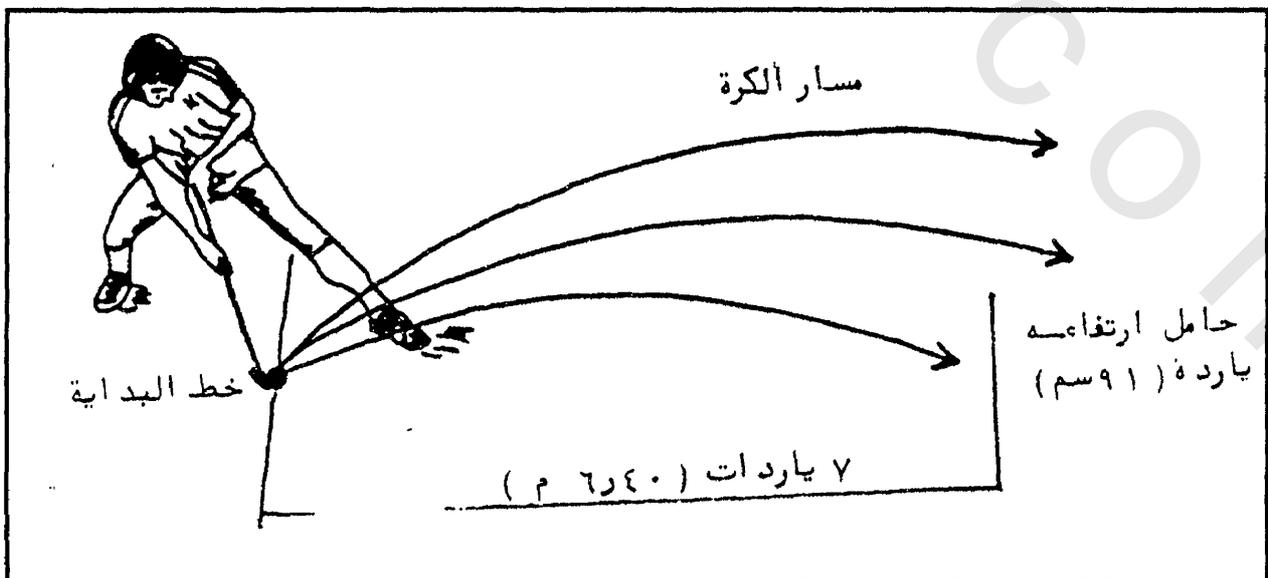
لا يسمح للمختبر باستخدام أى مهارة النظر ، يعطى للمختبر محاولة واحدة فقط ولا تحسب الكرة التى تم نظرها بارتفاع أقل من ياردة واحدة (٩١سم) والموضوعة على بعد ٧ ياردات (٦,٤٠م) من خط البداية .

التسجيل :

يحسب عدد الكرات التى تم نظرها فى مدة ٢٠ ثانية والتى تتخطى ارتفاع واحد ياردة

(٩١سم) .

رسم الاختبار :



شكل (٦)

الاختبار السابع :

مهارة غرف الكرة : اختبار لقياس قوة الغرف :

الغرض من الاختبار :

قياس قوة غرف الكرة .

الأدوات المستخدمة :

حائط ، شريط قياس ، عصا هوكي ، ٣ كرة هوكي .

مواصفات الأداء :

يقف المختبر على بعد ٧ ياردات (٦,٤٠م) من الحائط وأمامه ثلاث كرات هوكي موضوعة على صف واحد على خط البداية وعند رؤية إشارة البدء يقوم المختبر بغرف الثلاث كرات الواحدة تلى الأخرى تجاه الحائط ، شكل (٧) .

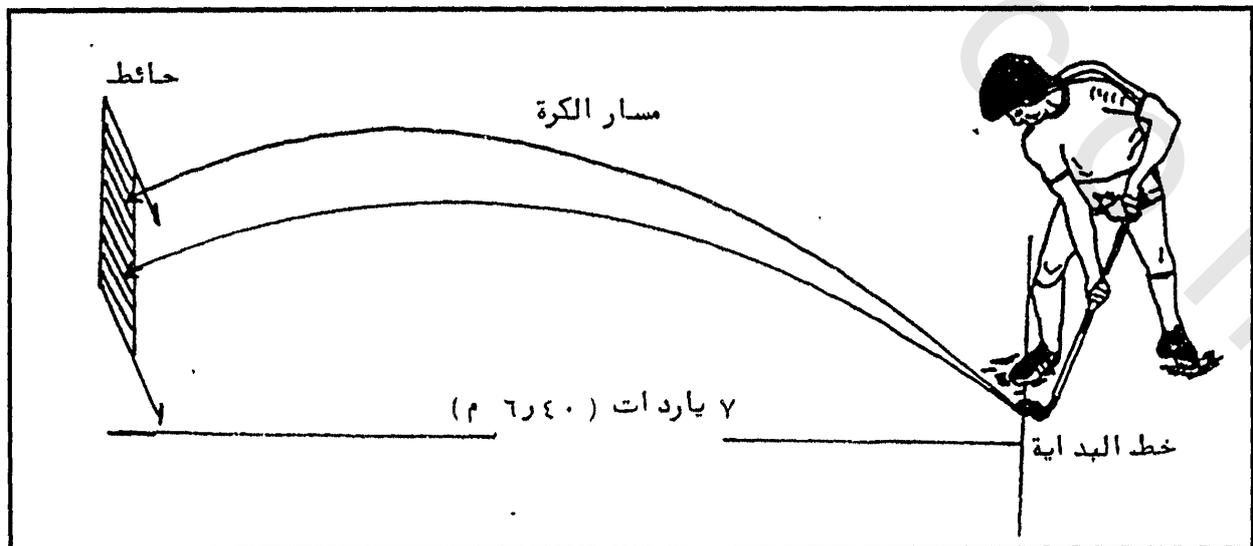
الشروط :

لا يسمح للمختبر باستخدام أى مهارة غير مهارة غرف الكرة ، لا تحسب الكرة التى تم غرفها بارتفاع يقل عن ١ ياردة (٩١سم) على الحائط الذى يبعد عن خط البداية بـ ٧ ياردات (٦,٤٠م) .

التسجيل :

يسجل أعلى ارتفاع من المحاولات الثلاثة .

رسم الاختبار :



شكل (٧)

الاختبار الثامن :

اختبار لقياس دقة الغرف :

الغرض من الاختبار :

قياس دقة غرف الكرة .

الأدوات المستخدمة :

ملعب هوكي مخطط ، عصا هوكي ، ٣ كرات هوكي ، ٣ دوائر مرسومة قطرة على منها

٥٠ سم ، شريط قياس .

مواصفات الأداء :

يقف المختبر على بعد ٧ ياردات (٦,٤٠م) من دائرة التصويب بملعب الهوكي وأمامه ٣٠

كرة هوكي على صف واحد على خط واحد على خط البداية ويرسم على يسار ويمين دائرة

التصويب دائرتان قطر كل منهما ٥٠ سم ودائرة ثالثة على نقطة الجزاء بنفس القطر .، وعند رؤية

إشارة البدء يقوم المختبر بغرف الثلاثين كرة هوكي الواحدة تلى الأخرى بواقع ١٠ كرات لكل

دائرة وتوجه الكرات للدوائر التي يحددها له المحكم ، شكل (٨)

الشروط :

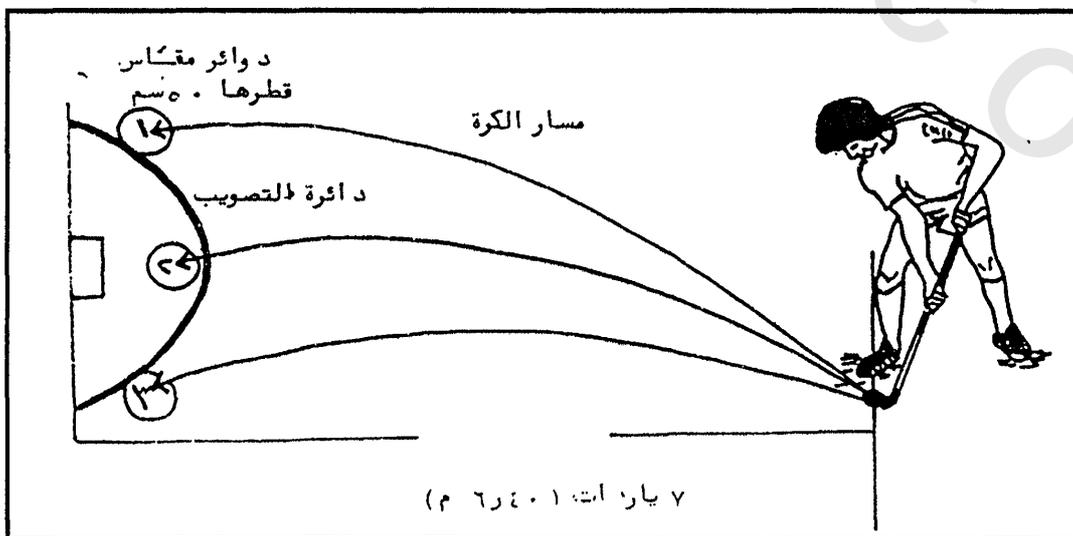
لا يسمح للمختبر باستخدام أى مهارة غير مهارة الغرف ، ويعطى للمختبر محاولة واحدة

لكل كرة .

التسجيل :

تقاس عدد الكرات الصحيحة من الثلاثين التي تم غرفها داخل الدوائر بالعدد .

رسم الاختبار :



شكل (٨)

الاختبار التاسع :

اختبار لقياس سرعة الغرف :

الغرض من الاختبار :

قياس سرعة غرف الكرة .

الأدوات المستخدمة :

ساعة إيقاف ، عصا هوكي ، ٢٠ كرة ، مساحة من الأرض الممهدة ، حامل ارتفاعه ١

ياردة (٩١سم) .

مواصفات الأداء :

يقف المختبر خلف خط البداية وأمامه (٢٠) كرة هوكي موضوعة على صف واحد على

خط البداية وعند رؤية إشارة البدء يقوم المختبر بغرف كرات الهوكي الواحدة تلى الأخرى ، على

ان تتخطى الكرة الحامل الذى يرتفع عن الأرض بياردة واحدة والموضوع على بعد ٧ ياردات

(٦,٤٠م) من خط البداية . شكل (٩)

الشروط :

لا يسمح للمختبر باستخدام أى مهارة غير مهارة الغرف ، يعطى للمختبر محاولة واحدة

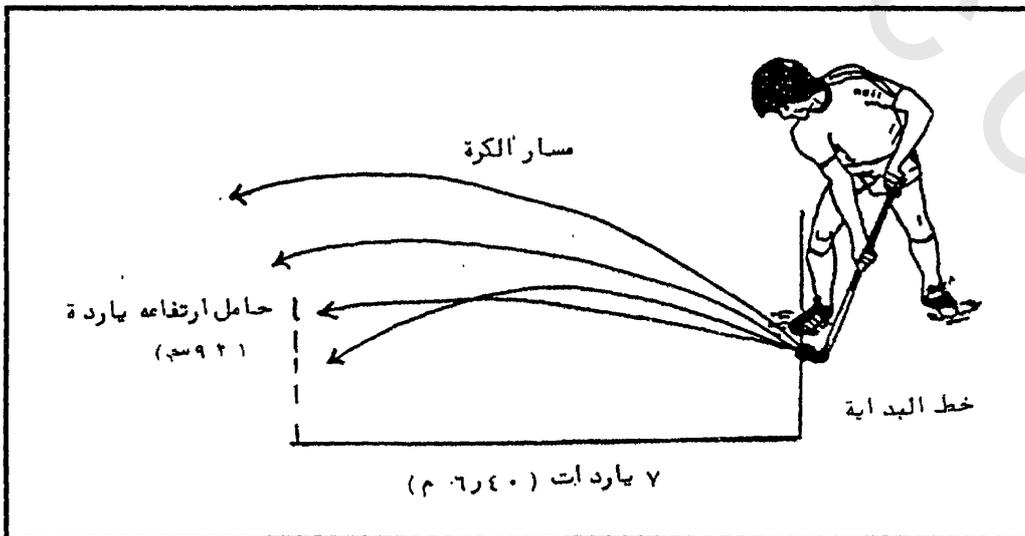
فقط ولا تحسب الكرة التى يتم غرفها بارتفاع يقل عن ١ ياردة (٩١سم) .

التسجيل :

يحسب عدد الكرات التى تم غرفتها الطالبة فى مدة ٢٠ ثانية والتي تتخطى ارتفاع ياردة

واحدة (٩١سم) .

رسم الاختبار :



شكل (٩)

الاختبار العاشر :

مهارة الضرب بالوجه المسطح للمضرب :

اختبار لقياس قوة الضرب بالوجه المسطح :

الغرض من الاختبار :

قياس قوة ضرب الكرة بالوجه المسطح .

الأدوات المستخدمة :

مساحة من الأرض الممهدة طولها ٢٠ ياردة (١٨,٢٠م) منتهية بحائط ، هصا هوكي ، ٣

كرات هوكي ، شريط قياس .

مواصفات الأداء :

يقف المختبر خلف خط البداية وأمامه من مساحة الأرض الممهدة طولها ٢٠ ياردة

(١٨,٢٠م) المنتهية بحائط وعند رؤية إشارة البدء يقوم المختبر بضرب ثلاث كرات هوكي بالوجه

المسطح للعصا الواحدة تلى الأخرى والموضوعة على صف واحد على خط البداية تجاه الحائط

وتحسب مسافة ارتداد الكرة من الحائط ، كما هو موضح بالشكل .

الشروط :

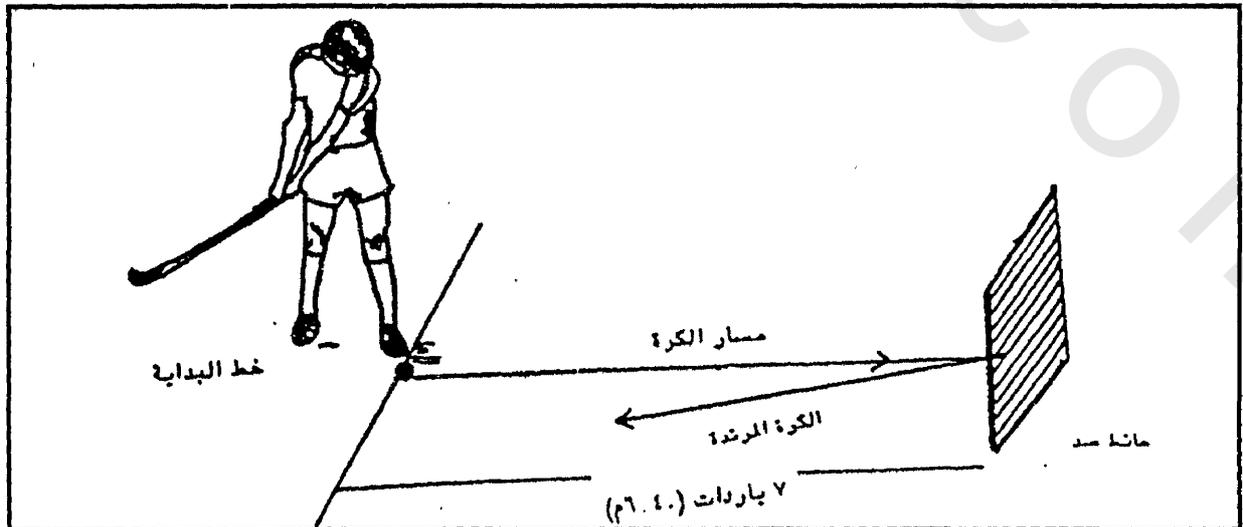
لا يسمح للمختبر باستخدام أى مهارة غير مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح ويعطى

المختبر ثلاث محاولات لكل كرة محاولة واحدة فقط .

التسجيل :

تقاس أحسن مسافة ارتدتها الكرة من ثلاث كرات .

رسم الاختبار :



شكل (١٠)

الاختبار الحادي عشر :

اختبار لقياس دقة الضرب بالوجه المسطح للمضرب

الغرض من الاختبار :

قياس دقة الضرب بالوجه المسطح للمضرب .

الأدوات المستخدمة :

مساحة من الأرض الممهدة طولها ٢٠ ياردة (١٨,٢٠ م) ، مستطيل طوله ١٠٠ سم وعرضه

٣٠ سم ، هدف مصنع مساحته ٥٠ سم وارتفاعه ١٠٠ سم ، عصا هوكي ، ٥ كرات هوكي ، شريط قياس .

مواصفات الأداء :

يقف المختبر خلف خط البداية وأمامه مساحة من الأرض الممهدة طولها ٢٠ ياردة

(١٨,٢٠ م) ويوضع في نهاية المسافة هدف مصنع مساحته ٥٠ سم وارتفاعه ١٠٠ سم وعلى بعد منه

بمساحة ٤ ياردات (٣,٦٤ م) وإلى الداخل ويرسم مستطيل طوله ١٠٠ سم وعرضه ٣٠ سم ، ويقوم

المختبر بضرب ٥ كرات هوكي موضوعة على صف واحد على خط البداية ، الواحدة تلي الأخرى في اتجاه المستطيل والهدف ، كما هو موضح بالشكل .

الشروط :

غير مسموح باستخدام أى مهارة غير مهارة الضرب بالوجه المسطح ويعطى خمس

محاولات لكل كرة محاولة واحدة فقط .

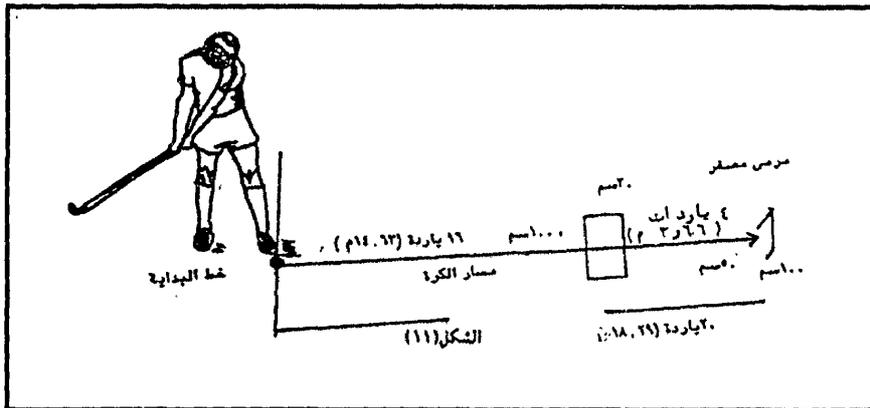
التسجيل :

يسجل عدد الكرات التي دخلت المرمى والمستطيل ، والمرمى فقط والمستطيل فقط وتحسب

كدرجات (حدود المستطيل ٢ درجة ، الهدف ٣ درجة ، المستطيل والهدف ٥ درجات ، كرات

خارج المستطيل والهدف صفر) .

رسم الاختبار :



شكل (١١)

الاختبار الثانى عشر :

اختبار لقياس سرعة الضرب بالوجه المسطح :

الغرض من الاختبار :

قياس سرعة ضرب الكرة بالوجه المسطح .

الأدوات المستخدمة :

ساعة إيقاف ، عصا هوكى ، ٢٠ كرة هوكى ، مساحة من الأرض الممهدة .

مواصفات الأداء :

يقوم المختبر خلف خط البداية وأمامه مساحة من الأرض الممهدة ، وعند رؤية إشارة البدء يضرب عدد ٢٠ كرة هوكى الواحدة تلى الأخرى والموضوعة على صف واحد على خط البداية ، كما هو موضح بالشكل .

الشروط :

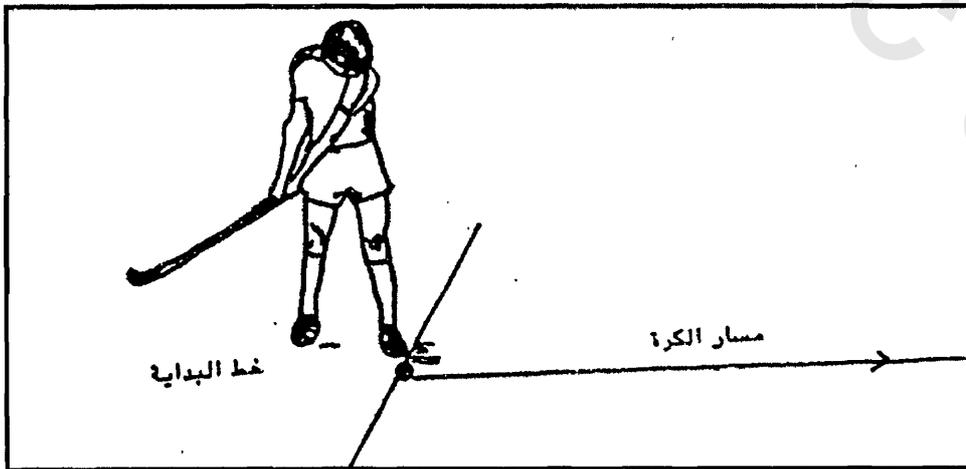
لا يسمح للمختبر باستخدام أى مهارة غير مهارة الضرب بالوجه المسطح للعصا ، يعطى للمختبر محاولة واحدة فقط ، لا تحسب الكرة التى يقل ضربها عن ١٦ ياردة (٤,٥٦ م) .

التسجيل :

يسجل الزمن الذى استغرقه المختبر فى ضرب الـ ٢٠ كرة هوكى بالزمن إلى أقرب

١/١٠ من الثانية .

رسم الاختبار :



ملحق (م)

**الصورة المبدئية لاستمارة تقييم شكل الأداء الفنى
لبعض مهارات الهوكى**

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
الدراسات العليا - دكتوراه

**استمارة استطلاع رأي السادة الخبراء حول بطاقة الملاحظة المقننة
لقياس شكل الأداء الفني لبعض مهارات الهوكي .**

السيد الأستاذ الدكتور /

تحية طيبة وبعد

تقوم الباحثة بإجراء دراسة للحصول على درجة دكتوراة الفلسفة فى التربية الرياضية
بعنوان :

” فعالية برنامج تعليمى مقترح باستراتيجية كيلر (تفريد التعليم) باستخدام الهيبرميديا

على تعلم بعض مهارات الهوكي لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا ”

وهذا يتطلب أن تقوم الباحثة بتصميم بطاقة الملاحظة المقننة لقياس شكل الأداء الفني
للمهارات قيد البحث والمرجو من سيادتكم الاطلاع عليها وإبداء آرائكم ومقترحاتكم لإفادة الباحثة
منها .

وتفضلوا سيادتكم بقبول فائق الشكر ومحظيتم الاحترام

الباحثة

سالى محمد عبد اللطيف

المدرس المساعد بقسم المناهج وطرق التدريس

كلية التربية الرياضية

جامعة طنطا

بيانات خاصة بالخبير :

الاسم :

الدرجة العلمية :

القسم :

كلية : التربية الرياضية (بنين / بنات)

جامعة :

بطاقة الملاحظة المقننة لقياس شكل الأداء الفني للمهارات قيد البحث

المهارة	النواحي الفنية فى المهارة	الدرجة المثالية	رأى الخبير		درجة أداء الطالبة
			نعم	لا	
مهارة نفع الكرة Push	الكتف الأيسر مواجه للمكان المراد توصيل الكرة إليه وفتح القدمين باتساع الحوض مع تقدم الرجل اليسرى للأمام وثنى الركبتين قليلاً .	٢			
	نقل ثقل الجسم قليلاً على الرجل اليمنى وضع الكرة يصنع مثلث مع القدمين والمضرب ملاصق لها ويصنع معها زاوية حادة .	٣			
	تتم الحركة برفع قبضة اليد اليسرى تجاه جسم اللاعب وبالتالي يتحرك تقوس المضرب من أسفل دافعاً الكرة لكى تتحرك للأمام فى المسار المتجه اليه .	٥			
المجموع		١٠			
	ملحوظة : إذا كان لسيادتكم تعديلات أو إضافات أخرى برجاء ذكرها				

درجة أداء الطالبة	رأى الخبير		الدرجة المثالية	النواحي الفنية فى المهارة	المهارة
	لا	نعم			
			٢	الكتف الأيسر مواجهه إلى الاتجاه المراد نظر الكرة إليه وفتح القدمين بانتساع الحوض وثنى الركبتين .	مهارة نظر الكرة Flick
			٣	عمل طعن (سوستة) على الرجل اليمنى للجانب لينتقل ثقل الجسم الأكبر ليقع عليها وأقصى انحناء للمضرب تحت الكوة ويصنع المضرب زاوية ٤٥° مع الأرض .	
			٥	الميل بالمضرب لأقصى درجة ممكنة مع إتمام الحركة بواسطة التحكم بالقبضة اليسرى من أعلى المضرب بحيث يتحرك تقوس المضرب من أسفل الكرة لأعلى للوصول للمكان المحدد .	
			١٠		المجموع
				ملحوظة : إذا كان لسيداتكم تعديلات أو إضافات أخرى برجاء ذكرها	

درجة أداء الطالبة	رأى الخبير		الدرجة المثالية	النواحي الفنية فى المهارة	المهارة
	لا	نعم			
			١	الصدر مواجه للمكان المراد وصول الكرة اليه والقدم اليمنى للأمام واليسرى للخلف بحيث يكون الارتكاز على الرجل اليمنى مع وجود انثناء خفيف من الركبتين.	مهارة غزف الكرة Scoop
			٢	الوجه المسطح للمضرب مواجه للأمام والمضرب مائل للخلف على الأرض بزاوية ٤٥ درجة وتحت الكرة مباشرة والتسى تكون موازية لمشط القدم اليمنى ولداخل الجسم .	
			٣	عمل حركة عكسية باليدين فاليد اليمنى تقوم بغزف الكرة من أسفل لأعلى واليد اليسرى تقوم بحركة عكسية لأسفل .	
			٤	تتحدد اليدين اليمنى واليسرى لرفع الكرة للأمام ولأعلى مع فرد الرجل اليسرى تدريجياً .	
			١٠		المجموع
				ملحوظة : إذا كان لسيادتكم تعديلات أو إضافات أخرى برجاء ذكرها	

المهارة	النواحي الفنية فى المهارة		الدرجة المثالية	رأى الخبير		درجة أداء الطالبة
	نعم	لا				
ضرب الكرة بالوجه المسطح Hitt	٢	مواجه الكتف الأيسر للمكان المراد وصول الكرة اليه والقدم اليسرى أماماً واليمنى خلفاً ومرتكزة على المشط مع ثنى الركبتين قليلاً ويقع ثقل الجسم على القدم اليسرى .				
	٣	القبض على المضرب باليد اليسرى من أعلى واليد اليمنى ملاصقة تماماً لليد اليسرى والكرة أمام مشط القدم اليسرى وللداخل قليلاً .				
	٣	مرجحة المضرب الى الجانب الأيمن حتى يصل الى مستوى الكتف وإنزال المضرب بسرعة وقوة على الكرة .				
	٢	ضرب (لطم) الكرة بالوجه المسطح للمضرب .				
المجموع	١٠					
ملحوظة : إذا كان لسيداتكم تعديلات أو إضافات أخرى برجاء ذكرها						

ملحق (ط)

الصورة النهائية لاستمارة تقييم شكل الأداء الفنى

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
الدراسات العليا - دكتوراه

**استمارة استطلاع رأي السادة الخبراء حول بطاقة الملاحظة المقننة
لقياس شكل الأداء الفني لبعض مهارات الهوكي .**

السيد الأستاذ الدكتور /

تحية طيبة وبعد

تقوم الباحثة بإجراء دراسة للحصول على درجة دكتوراة الفلسفة فى التربية الرياضية
بعنوان :

” فعالية برنامج تعليمى مقترح باستراتيجية كيلر (تفريد التعليم) باستخدام الهيبرميديا

على تعلم بعض مهارات الهوكي لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا ”

وهذا يتطلب أن تقوم الباحثة بتصميم بطاقة الملاحظة المقننة لقياس شكل الأداء الفنى
للمهارات قيد البحث والمرجو من سيادتكم الاطلاع عليها وإبداء أرائكم ومقترحاتكم لإفادة الباحثة
منها .

وتفضلوا سيادتكم بقبول فائق الشكر ومحظية الاحترام

الباحثة

سالى محمد عبد اللطيف

المدرس المساعد بقسم المناهج وطرق التدريس

كلية التربية الرياضية

جامعة طنطا

بيانات خاصة بالخبير :

الاسم :

الدرجة العلمية :

القسم :

كلية : التربية الرياضية (بنين / بنات)

جامعة :

بطاقة الملاحظة المقننة لقياس شكل الأداء الفني للمهارات قيد البحث

المهارة	النواحي الفنية فى المهارة	الدرجة المثالية	درجة أداء الطالبة
مهارة دفع الكرة Push	الكتف الأيسر مواجهه للمكان المراد توصيل الكرة إليه وفتح القدمين باتساع الحوض مع تقدم الرجل اليسرى للأمام وثنى الركبتين قليلاً .	١	
	نقل ثقل الجسم قليلاً على الرجل اليمنى وضع الكرة يصنع مثلث مع القدمين والمضرب ملاصق لها ويصنع معها زاوية حادة .	٢	
	تتم الحركة برفع قبضة اليد اليسرى تجاه جسم اللاعب وبالتالي يتحرك تقوس المضرب من أسفل دافعاً الكرة لكى تتحرك للأمام فى المسار المتجه اليه .	٤	
	عمل حركة المتابعة بالمضرب للكرة بحيث يشير المضرب إلى المكان المراد وصول الكرة اليه ولا يتخطى ارتفاع الكتف الأيسر ويكون الوجه المسطح للمضرب يشير لأعلى .	٣	
المجموع		١٠	

المهارة	النواحي الفنية فى المهارة	الدرجة المثالية	درجة أداء الطالبة
مهارة نظر الكرة Flick	الكتف الأيسر مواجهه إلى الاتجاه المراد نظر الكرة إليه وفتح القدمين باتساع الحوض وثنى الركبتين .	١	
	عمل طعن (سوستة) على الرجل اليمنى للجانب لينتقل ثقل الجسم الأكبر ليقع عليها وأقصى انحناء للمضرب تحت الكوة ويصنع المضرب زاوية ٤٥ مع الأرض .	٢	
	الميل بالمضرب لأقصى درجة ممكنة مع إتمام الحركة بواسطة التحكم بالقبضة اليسرى من أعلى المضرب بحيث يتحرك تقوس المضرب من أسفل الكرة لأعلى للوصول للمكان المحدد .	٤	
	عمل متابعة بالمضرب للكرة ويشير المضرب على المكان المراد وصول الكرة إليه ولا يتخطى ارتفاع الكتف الأيسر .	٣	
المجموع		١٠	

المهارة	النواحي الفنية فى المهارة	الدرجة المثالية	درجة أداء الطالبة
مهارة غرقة الكرة Scoop	الصدر مواجه للمكان المراد وصول الكرة اليه والقدم اليمنى للأمام واليسرى للخلف بحيث يكون الارتكاز على الرجل اليمنى مع وجود انثناء خفيف من الركبتين.	١	
	الوجه المسطح للمضرب مواجه للأمام والمضرب مائل للخلف على الأرض بزاوية ٤٥ درجة وتحت الكرة مباشرة والتى تكون موازية لمشط القدم اليمنى ولداخل الجسم .	١	
	عمل حركة عكسية باليدين فاليد اليمنى تقوم بغرقة الكرة من أسفل لأعلى واليد اليسرى تقوم بحركة عكسية لأسفل .	٣	
	تتحد اليدين اليمنى واليسرى لرفع الكرة للأمام ولأعلى مع فرد الرجل اليسرى تدريجياً .	٣	
	عمل متابعة بالمضرب للكرة ويشير المضرب على المكان المراد وصول الكرة إليه ولا يتخطى ارتفاع الكتف الأيسر .	٢	
المجموع		١٠	

المهارة	النواحي الفنية في المهارة	الدرجة المثالية	درجة أداء الطالبة
ضرب الكرة بالوجه المسطح Hitt	مواجه الكتف الأيسر للمكان المراد وصول الكرة اليه والقدم اليسرى أماماً واليمنى خلفاً ومرتكزة على المشط مع ثنى الركبتين قليلاً ويقع ثقل الجسم على القدم اليسرى .	١	
	القبض على المضرب باليد اليسرى من أعلى واليد اليمنى ملاصقة تماماً لليد اليسرى والكرة أمام مشط القدم اليسرى وللداخل قليلاً .	٢	
	مرجحة المضرب الى الجانب الأيمن حتى يصل الى مستوى الكتف وإنزال المضرب بسرعة وقوة على الكرة .	٣	
	ضرب (لطم) الكرة بالوجه المسطح للمضرب .	١	
	عمل متابعة بالمضرب للكرة ويشير المضرب إلى المكان المراد وصول الكرة اليه ولا يتخطى المضرب ارتفاع الكتف الأيسر والوجه المسطح للمضرب يشير لأعلى .	٣	
		١٠	
المجموع			

ملحق (٥)

الصورة المبدئية لاختبار التحصيل المعرفى

لمهارات الهوى

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم المناهج وطرق التدريس

استمارة استطلاع رأى السادة الخبراء حول بنود
اختبار التحصيل المعرفى لبعض مهارات الهوكى

السيد الدكتور /

تحية طيبة وبعد ،

تقوم الباحثة بتصميم اختبار التحصيل المعرفى لبعض مهارات الهوكى (دفع الكرة - نطر الكرة - غرف الكرة) لدى طالبات الفرقة الثالثة كلية التربية الرياضية جامعة طنطا وقد تم وضع قائمة الأهداف المعرفية المرغوب قياسها للمهارات قيد البحث وحيث أن سيادتكم من الخبراء فى هذا المجال الرجاء الإطلاع على محاور الاختبار والتوجيه والتعديل المطلوب الذى يوافق سيادتكم مع التكرم بإبداء الرأى فى الأهمية النسبية لكل محور .

الأهمية النسبية	محاور القياس	مسنسل
	تاريخ الهوكى	١
	المحتوى المهارى	٢
	القانون	٣
	الإصابات الشائعة	٤

هل ترى سيادتكم إضافة محاور أخرى لأختبار التحصيل المعرفى ؟

لسيادتكم الشكر والتحية ،

الباحثة

م.م/ سالى محمد عبد اللطيف

مسلسل	الأسئلة	رأى الخبير	
		نعم	لا
١-	أولاً : تاريخ اللعبة ترجع نشأة رياضة الهوكى إلى : (أ) قدماء المصريين (ب) الفرنسيين (ج) الألمان		
٢-	أقيمت اول مباراة للهوكى فى مصر عام (أ) ١٩٣٠ (ب) ١٩٣٥ (ج) ١٩٣٢		
٣-	تم إنشاء الأتحاد المصرى للهوكى عام (أ) ١٩٥٠ (ب) ١٩٤٠ (ج) ١٩٤٣		
٤-	أدرجت رياضة الهوكى ضمن الألعاب الأولمبية بنندن عام (أ) ١٩٠٨ (ب) ١٨٠٨ (ج) ١٩١٠		
٥-	حصل الفريق القومى المصرى على المركز فى الدورة التي اقيمت فى نابولى عام ١٩٦٣ (أ) الرابع (ب) الاول (ج) الثالث		
٦-	جاء أصل كلمة هوكى مؤخذاً من الأسم الفرنسى (هوكية) (Hoquet) تعنى (أ) عصا الراعى (ب) العصا (ج) المضرب		
٧-	تأسس الأتحاد الدولى لرياضة الهوكى عام (أ) ١٩٢٢ (ب) ١٩٢٤ (ج) ١٩٢٥		
٨-	أول ميدالية أولمبية فى رياضة الهوكى فازت بها (أ) أمريكا (ب) اسكتلندا (ج) إنجلترا		
٩-	شعار الأتحاد الدولى لهوكى الرجال هو (أ) T.T.F (ب) H. S. A (ج) F.I.H		

مسلسل	الأسئلة	رأى الخبير	
		نعم	لا
١٠-	بدء ظهور رياضة الهوكى كان فى مدرسة الزقازيق الثانوية عام (أ) ١٩٢٠ (ب) ١٩١٩ (ج) ١٩٢١		
١١-	فاز نادى الشرقية بإحدى البطولات الكبرى لمدة اثنى عشر عاماً متتالياً وهى بطولة : (أ) العالم (ب) أفريقيا (ج) الافراوربية		
١٢-	أقيمت أول بطولة كأس عالم للسيدات فى رياضة الهوكى عام (أ) ١٩٧١ (ب) ١٩٧٤ (ج) ١٩٧٥		
١٣-	تأسس الاتحاد الدولى لهوكى السيدات عام (أ) ١٩٢٥ (ب) ١٩٣٠ (ج) ١٩٢٧		
١٤-	شعار الاتحاد الدولى لهوكى السيدات هو : (أ) IFWHI (ب) FHWI (ج) HIFW		
١٥-	فى الدورة الأولمبية موسكو ١٩٨٠ أول فريق أفريقى لهوكى السيدات يفوز بميدالية ذهبية هو فريق دولة (أ) مصر (ب) ليبيا (ج) زيمبابوى		
١٦-	فى آخر بطولة عالم للرجال ٢٠٠٢ فازت بالميدالية الذهبية دولة (أ) مصر (ب) روسيا (ج) ألمانيا		
١٧-	فى آخر بطولة عالم للسيدات ٢٠٠٢ فازت بالميدالية الذهبية دولة (أ) الأرجنتين (ب) الصين (ج) روسيا		

مسئله	رأى الخبير	
	نعم	لا
١٨-		
١٩-		
٢٠-		
٢١-		
٢٢-		
٢٣-		
٢٤-		

مسلسل	الأسئلة	رأى الخبير	
		نعم	لا
٢٥-	<p>وضع المضرب فى مهارة دفع الكرة يكون</p> <p>(أ) المضرب مائل جهة القدم اليمنى ويضع زاوية ٤٥ درجة مع الأرض .</p> <p>(ب) المضرب ملاصق للكرة والوجه المسطح للمضرب جهة اليسار .</p> <p>(ج) الوجه المسطح للمضرب مواجهة للأمام والمضرب مسائل للخلف ويضع زاوية ٤٥ درجة وتحت الكرة مباشرة .</p>		
٢٦-	<p>يشترط فى مهارة دفع الكرة</p> <p>(أ) ان ترتفع الكرة عن الأرض حوالى ٥٠ سم .</p> <p>(ب) ان ترتفع الكرة عن الأرض حوالى ٦٠ سم .</p> <p>(ج) ألا ترتفع الكرة نهائياً عن الأرض عند لعبها</p>		
٢٧-	<p>فى مهارة دفع الكرة يكون المتعلم حريصاً على</p> <p>(أ) مرجحة المضرب و إنزال المضرب بسرعة وقوة على الكرة</p> <p>(ب) استمرار أن يكون المضرب ملاصق للكرة وعمل دفع للكرة</p> <p>(ج) مرجحة المضرب وعدم إنزال المضرب بسرعة وقوة على الكرة .</p>		
٢٨-	<p>اليـد اليسرى تقبض على المضرب من ...</p> <p>(أ) المنتصف (ب) أعلى (ج) أسفل</p>		
٢٩-	<p>يقوم المتعلم بنقل ثقل الجسم قليلاً على القدم</p> <p>(أ) اليسرى (ب) اليمنى(ج) لا يوجد نقل لثقل الجسم</p>		
٣٠-	<p>عند أداء مهارة دفع الكرة تقبض اليد اليمنى على العصا من</p> <p>(أ) أسفلها (ب) منتصفها (ج) أعلاها</p>		

مسئله	رأى الخبير	
	لا	نعم
٣١-		<p>اليدين اليسرى والقابضة على المضرب تبعد مسافة عن اليدين اليمنى والقابضة عليه فى مهارة دفع الكرة (أ) ثلاث قبضات (ب) أربع قبضات (ج) قبضتين</p>
٣٢-		<p>اتجاه الدفع يتأتى بتوجيه اليد للانحناء السفلى للعصا (أ) اليمنى (ب) اليسرى (ج) اليمنى واليسرى معا</p>
٣٣-		<p>الذراع الرئيسية فى عملية دفع الكرة هى (أ) اليمنى (ب) اليسرى (ج) الاثنتين معا</p>
٣٤-		<p>تكون عملية المتابعة فى مهارة دفع الكرة (أ) بالمضرب للكرة على المكان المراد وصول الكرة إليه (ب) بالكرة للمضرب على المكان المراد وصول الكرة إليه (ج) بالمضرب فقط على المكان المراد وصول الكرة إليه</p>
٣٥-		<p>عند أداء مهارة دفع الكرة تكون (أ) القدم اليمنى أماماً واليسرى خلفاً (ب) القدم اليسرى أماماً واليمنى خلفاً (ج) القدم اليمنى واليسرى على خط مستقيم واحد</p>
٣٦-		<p>مهارة نظر الكرة تستخدم فى التمرير للزميل فى الأوقات التي تتطلب دفع الكرة من (أ) أعلى المنافسين (ب) جانب المنافسين (ج) أمام المنافسين</p>
٣٧-		<p>تستخدم مهارة نظر الكرة فى حالة (أ) صعوبة الأرض الغير مستوية (ب) سهولة الأرض المستوية (ج) فى جميع الحالات</p>

رأى الخبير		الأسئلة	مسلسل
لا	نعم		
		عند أداء مهارة نظر الكرة يراعى وجود مسافة يبين اللاعب والمنافس المواجهة له لا تقل عن (أ) ٧ ياردة (ب) ٨ ياردة (ج) ٥ ياردة	-٣٨
		عند أداء مهارة نظر الكرة تكون القدمان (أ) متباعدتان باتساع الحوض (ب) غير متباعدتان (ج) متباعدتان أقل من اتساع الحوض	-٣٩
		مشط القدم فى مهارة نظر الكرة يشير إلى (أ) للخلف (ب) للأمام (ج) للجانب	-٤٠
		فى مهارة نظر الكرة تكون القدم (أ) اليسرى خلفا واليمنى أماماً (ب) اليسرى واليمنى على خط واحد (ج) اليمنى خلفا واليسرى أماماً	-٤١
		فى مهارة نظر الكرة يكون ثقل الجسم (أ) على القدم اليمنى (ب) موزع القدمين بالتساوى (ج) على القدم اليسرى	-٤٢
		فى مهارة نظر الكرة تكون الركبتين (أ) مفرودتان (ب) بها انثناء خفيف (ج) اليمنى بها انثناء واليسرى مفردة	-٤٣
		فى مهارة نظر الكرة يكون (أ) الكتف الأيسر مواجه للمكان المراد وصول الكرة إليه . (ب) الكتف الأيمن مواجه للمكان المراد وصول الكرة إليه . (ج) الصدر مواجه للمكان المراد وصول الكرة إليه .	-٤٤

رأى الخبير		الأسئلة	مسئله
لا	نعم		
		<p>عند أداء مهارة نظر الكرة تكون الكرة أمام الجسم وتصنع رأس مثلث مع القدمين</p> <p>(أ) وتميل ناحية القدم اليسرى قليلاً (ب) وتميل ناحية القدم اليمنى قليلاً (ج) تقع فى منتصف القدمين</p>	-٤٥
		<p>تكون العصا ملاصقة للكرة فى مهارة نظر الكرة</p> <p>(أ) وظهرها لجهة اليمين (ب) وظهرها لجهة اليسار (ج) وجهها لجهة اليسار وظهرها لجهة اليمين</p>	-٤٦
		<p>عند أداء مهارة نظر الكرة يكون المضرب مائل جهة اليمين ويصنع زاوية قدرها</p> <p>(أ) ٦٠ درجة (ب) ٤٥ درجة (ج) ٩٠ درجة</p>	-٤٧
		<p>عند بداية التأهب بنظر الكرة يقوم المتعلم بعمل طعن (سوستة) على الرجل</p> <p>(أ) اليمنى وللجانب (ب) اليسرى وللجانب (ج) اليمنى فقط</p>	-٤٨
		<p>عند أداء مهارة نظر الكرة يكون الوجه المسطح للمضرب يشير إلى جهة</p> <p>(أ) اليسار (ب) اليمين (ج) للأمام</p>	-٤٩
		<p>فى مهارة نظر الكرة رسغ اليد الأساسى الذى يقوم بعملية نظر الكرة هو رسغ اليد</p> <p>(أ) اليسرى (ب) اليمنى (ج) الرسغين معاً</p>	-٥٠

رأى الخبير		الأسئلة	مسلسل
لا	نعم		
		عند أداء مهارة غرف الكرة تكون (أ) القدم اليمنى أماماً واليسرى خلفاً (ب) القدم اليسرى أماماً واليمنى خلفاً (ج) القدمان على خط واحد	-٥١
		ارتفاع الكرة فى مهارة غرف الكرة يكون (أ) أقل من مهارة نظر الكرة (ب) أكثر من مهارة نظر الكرة (ج) مساوى لمهارة نظر الكرة فى الارتفاع	-٥٢
		مسافة الطيران للكرة فى الهواء لمهارة غرف الكرة يكون (أ) أقصر عنها فى مهارة نظر الكرة (ب) أطول عنها فى مهارة نظر الكرة (ج) مساوى لها فى مهارة نظر الكرة	-٥٣
		عند أداء مهارة غرف الكرة يكون الجذع مائلاً (أ) للأمام (ب) للخلف (ج) للجانب الأيمن	-٥٤
		فى مهارة غرف الكرة يكون (أ) الكتف الأيسر مواجهة للمكان المراد وصول الكرة إليه . (ب) الكتف الأيمن مواجهة للمكان المراد وصول الكرة إليه . (ج) الصدر مواجهة للمكان المراد وصول الكرة إليه .	-٥٥
		يكون النظر فى مهارة غرف الكرة (أ) على الكرة فقط (ب) على المكان المراد وصول الكرة إليه فقط (ج) موزع بين الكرة والمكان المراد وصول الكرة إليه	-٥٦
		الوجه المسطح للمضرب فى مهارة غرف الكرة يكون (أ) مائل جهة القدم اليمنى (ب) مائل جهة القدم اليسرى (ج) مواجه للأمام	-٥٧

مسلسل	الأسئلة	رأى الخبير	
		نعم	لا
٥٨-	المضرب مائل للخلف على الأرض في مهارة غرف الكرة بزواوية (أ) ٤٥ درجة (ب) ٧٥ درجة (ج) ٩٠ درجة		
٥٩-	تكون الكرة في مهارة غرف الكرة (أ) موازية لمشط القدم اليسرى ولداخل الجسم (ب) موازية لمشط القدم اليمنى ولداخل الجسم (ج) موازية لمشط القدم اليسرى وخارج الجسم		
٦٠-	يقوم المتعلم في مهارة غرف الكرة بعمل حركة (أ) عكسية لليدين (ب) تبادلية لليدين (ج) غير عكسية لليدين		
٦١-	يقوم المتعلم بغرف الكرة بواسطة حركة اليد (أ) اليمنى (ب) اليسرى (ج) اليمنى واليسرى معاً		
٦٢-	في مهارة غرف الكرة تعمل اليد على توجيه الكرة (أ) اليمنى (ب) اليسرى (ج) الإثنين معاً		
٦٣-	تعتبر مهارة غرف الكرة إحدى مهارات (أ) ضربات الكرة (ب) التقدم بالكرة (ج) استقبال الكرة		
٦٤-	عند أداء مهارة غرف الكرة يراعى ترك مسافة بين اللاعب والمنافس له لا تقل عن (أ) ٥ ياردة (ب) ٦ ياردة (ج) ٤ ياردة		
٦٥-	في حركة المتابعة بعد أداء مهارة غرف الكرة ينتقل ثقل الجسم أماماً (أ) على القدم اليسرى (ب) على القدم اليمنى (ج) لا ينتقل أساساً		

رأى الخبير		الأسئلة	مسلسل
لا	نعم		
		<p>عند أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح تكون :</p> <p>(أ) القدم اليسرى خلفا والقدم اليمنى اماماً .</p> <p>(ب) القدمان على خط واحد .</p> <p>(ج) القدم اليسرى اماماً والقدم اليمنى خلفاً .</p>	-٦٦
		<p>فى مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح يكون :</p> <p>(أ) الجذع مائل قليلاً للأمام ولأسفل .</p> <p>(ب) الجذع مائل قليلاً للخلف ولأسفل .</p> <p>(ج) الجذع على كامل استقامته .</p>	-٦٧
		<p>عند أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح يكون :</p> <p>(أ) الكتف الأيمن للطالبة موجه للمكان المراد وصول الكرة إليه</p> <p>(ب) الكتف الأيسر للطالبة موجه للمكان المراد وصول الكرة إليه</p> <p>(ج) الصدر موجه للمكان المراد وصول الكرة إليه</p>	-٦٨
		<p>فى مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح يكون ثقل الجسم :</p> <p>(أ) موزع على القدمين بالتساوى .</p> <p>(ب) يقع على القدم اليمنى والقدم اليسرى مرتكزة على المشط .</p> <p>(ج) يقع على القدم اليسرى والقدم اليمنى مرتكزة على المشط .</p>	-٦٩
		<p>عند أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح تكون الركبتين :</p> <p>(أ) على استقامتها .</p> <p>(ب) بهما انثناء خفيف .</p> <p>(ج) اليمنى يوجد بها انثناء فقط .</p>	-٧٠
		<p>يكون النظر فى مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح :</p> <p>(أ) موزع بين الكرة والمكان المراد وصول الكرة إليه .</p> <p>(ب) على الكرة فقط .</p> <p>(ج) على المكان المراد وصول الكرة إليه فقط .</p>	-٧١

مسائل	الأسئلة	رأى الخبير	
		نعم	لا
٧٢-	تكون الكرة فى مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح : (أ) أمام القدم اليمنى وللداخل قليلاً . (ب) أمام مشط القدم اليسرى وللداخل قليلاً . (ج) فى المسافة بين القدمين .		
٧٣-	عند أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح يقبض من أعلى : (أ) اليد اليسرى (ب) اليد اليمنى (ج) اليسرى واليمنى معاً		
٧٤-	فى حركة المتابعة بعد أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح ينتقل ثقل الجسم أماماً (أ) على القدم اليمنى (ب) لا ينتقل أساساً (ج) على القدم اليسرى		
٧٥-	مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح هى احدى مهارات (أ) استقبال الكرة (ب) المحاورة بالكرة (ج) ضربات الكرة		
٧٦-	ثالثاً : قانون اللعبة ملعب الهوكي مستطيل الشكل يبلغ طوله (أ) ٨٠ ياردة (ب) ١٠٠ ياردة (ج) ١٢٠ ياردة		
٧٧-	يبلى زمن المباراة فى رياضة الهوكي (أ) ٧٠ دقيقة (ب) ٩٠ دقيقة (ج) ٦٠ دقيقة		
٧٨-	يتكون فريق رياضة الهوكي من (أ) ١٠ لاعبين (ب) ١٢ لاعب (ج) ١١ لاعب		
٧٩-	يبلى عدد أشواط مباراة الهوكي (أ) أربعة أشواط (ب) خمسة أشواط (ج) شوطين		

مسلسل	الأسئلة	رأى الخبير	
		نعم	لا
-٨٠	عرض ملعب الهوكي يبلغ (أ) ٥٠ ياردة (ب) ٦٠ ياردة (ج) ٧٠ ياردة		
-٨١	يحاط ملعب الهوكي بحواجز خلفية (أ) طولها ١٢ قدم وارتفاعها ١٨ بوصة (ب) طولها ١٠ قدم وارتفاعها ١٥ بوصة (ج) طولها ١٢ قدم وارتفاعها ٢٠ بوصة		
-٨٢	جميع خطوط ملعب الهوكي بعرض (أ) ٥ بوصة (ب) ٣ بوصة (ج) ٧ بوصة		
-٨٣	يتم تثبيت قوائم الريات فى كل ركن من أركان الملعب ويتراوح ارتفاعها : (أ) من ٤ إلى ٥ قدم (ب) من ٧ إلى ٨ قدم (ج) من ٩ إلى ١١ قدم		
-٨٤	يتراوح وزن كرة الهوكي ما بين (أ) من ٦ ½ إلى ٦ ¾ أوقية (ب) من ٥ ½ إلى ٥ ¾ أوقية (ج) من ٤ ½ إلى ٤ ¾ أوقية		
-٨٥	يبلغ محيط كرة الهوكي (أ) من ٢٢,٥ إلى ٢٣,٥ سم (ب) من ٢١,٤ إلى ٢٥,٥ سم (ج) من ٢٢,٩ إلى ٢٤,٥ سم		
-٨٦	يتراوح وزن المضرب من (سيدات) (أ) من ١٢ إلى ٢٨ أوقية (ب) من ١١ إلى ٢٨ أوقية (ج) من ١٢ إلى ٢٥ أوقية		
-٨٧	يشترط لقانونية استخدام أى مضرب أن تمر منه حلقة قطرها (أ) ٦ سم (ب) ٥,٥ سم (ج) ٥,١ سم		

مسلسل	الأسئلة	رأى الخبير	
		نعم	لا
٨٨-	تبعد دائرتى التصويب عن الحد النهائي لملاعب الهوكي مسافة (أ) ١٠ ياردة (ب) ١٤ ياردة (ج) ١٦ ياردة		
٨٩-	تصنع كرة الهوكي من (أ) الجلد (ب) البلاستيك (ج) مواد أخرى		
٩٠-	يبلغ عدد الحكام فى رياضة الهوكي (أ) حكم واحد (ب) حكمان (ج) ثلاث حكام		
٩١-	من أهم الأسباب التى تؤدى إلى حدوث إصابات للاعبين (أ) عدم الإحماء الجيد (ب) الحالة النفسية (ج) الإعداد الخطئى الخاطئ (د) الأداء الخاطئ (هـ) كل ما سبق		
٩٢-	من الأسباب الشائعة لحدوث الإصابات فى رياضة الهوكي (أ) عدم قانونية الملعب (ب) الاحتكاك بين اللاعبين (ج) نوعية الملابس		
٩٣-	يمكن التعرف على الكسور عن طريق ظهور (أ) ورم سريع (ب) إحمرار فى الجلد . (ج) قطع فى الجلد		
٩٤-	لحسن أداء اللاعب للنواحي المهارية (أ) نظافة الملابس غير ضرورية (ب) نظافة الملابس ضرورية (ج) تغيير الملابس ضرورية		
٩٥-	من الأسباب الشائعة لحدوث الإصابات فى رياضة الهوكي (أ) النظر إلى الكرة فقط (ب) النظر إلى الملعب فقط (ج) النظر إلى المنافس فقط (د) كل ما سبق		

مفتاح تصحيح الاختبار المعرفى

الاجابة الصحيحة	مسل	الاجابة الصحيحة	مسل	الاجابة الصحيحة	مسل
أ.	-٦١	ج	-٣١	أ	-١
ب.	-٦٢	ب.	-٣٢	ج	-٢
أ.	-٦٣	أ	-٣٣	ج	-٣
أ	-٦٤	أ	-٣٤	أ	-٤
ب.	-٦٥	ب.	-٣٥	ب.	-٥
ب.	-٦٦	أ	-٣٦	أ	-٦
أ	-٦٧	أ	-٣٧	ب.	-٧
ب.	-٦٨	ج	-٣٨	ج	-٨
ج	-٦٩	أ	-٣٩	ج	-٩
ب.	-٧٠	ب.	-٤٠	ب.	-١٠
أ	-٧١	ج	-٤١	ب.	-١١
ب.	-٧٢	ب.	-٤٢	ب.	-١٢
ج	-٧٣	ب.	-٤٣	ج	-١٣
ج	-٧٤	أ	-٤٤	أ	-١٤
ج	-٧٥	أ	-٤٥	ج	-١٥
ب.	-٧٦	ج	-٤٦	ج	-١٦
أ	-٧٧	ب.	-٤٧	أ	-١٧
ج	-٧٨	أ	-٤٨	ج	-١٨
ج	-٧٩	أ	-٤٩	ب.	-١٩
ب.	-٨٠	ب.	-٥٠	ج	-٢٠
أ	-٨١	أ	-٥١	ب.	-٢١
ب.	-٨٢	ب.	-٥٢	ب.	-٢٢
أ	-٨٣	أ	-٥٣	ج	-٢٣
ب.	-٨٤	أ	-٥٤	ب.	-٢٤
أ	-٨٥	ج	-٥٥	ب.	-٢٥
أ	-٨٦	ج	-٥٦	ج	-٢٦
ج	-٨٧	ج	-٥٧	ب.	-٢٧
ج	-٨٨	أ	-٥٨	ب.	-٢٨
أ	-٨٩	ب.	-٥٩	ب.	-٢٩
ب.	-٩٠	أ	-٦٠	أ	-٣٠

ملحق (ك)

**الصورة النهائية لاختبار التحصيل المعرفي
ومفتاح التصحيح لمهارات الهوكي**

بيانات الطالبة :

الاسم : الشعبة :

تعليمات الاختبار :

عزيزتي الطالبة :

الاختبار الذى أمامك ليس امتحاناً وإنما هو محاولة للتعرف على معلوماتك فى رياضة الهوكى وتستخدم نتائجه لأغراض البحث العلمى فقط ولذلك يجب مراعاة التعليمات التالية قبل الإجابة على الأسئلة :

- سجلى بياناتك فى المكان المخصص لها .
- الأسئلة التالية خاصة بتاريخ رياضة الهوكى ، ومهارة (دفع ، نطر ، غرف) الكرة ، ومهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح .
- يتكون الاختبار من () .
- سؤالاً من نوع الاختيار من متعدد
- كل سؤال من هذه الأسئلة يتبع ثلاثة إجابات يشار عليها بالحروف (أ) ، (ب) ، (ج) .
- يوجد لكل سؤال إجابة واحدة صحيحة فقط وعليكى ان تختارها بدقة من بين البدائل الثلاثة بوضع علامة () فوق الحرف الذى يمثل الإجابة الصحيحة .
- تعد الإجابة لاغية عند وضع أكثر من علامة على السؤال الواحد .
- لا تعتمد على التخمين .
- حاولى توزيع زمن الإجابة على جميع الأسئلة .
- تأكدى فى نهاية الاختبار أنكى أجبتى على جميع الأسئلة .
- لا تبدئى فى الإجابة قبل أن يؤذن لكى .
- زمن الإجابة على الاختبار () دقيقة

مسلسل	الأسئلة
-١	أولاً : تاريخ اللعبة ترجع نشأة رياضة الهوكى إلى : (أ) قدماء المصريين (ب) الفرنسيين (ج) الألمان
-٢	أقيمت اول مباراة للهوكى فى مصر عام (أ) ١٩٣٠ (ب) ١٩٣٥ (ج) ١٩٣٢
-٣	تم إنشاء الأتحاد المصرى للهوكى عام (أ) ١٩٥٠ (ب) ١٩٤٠ (ج) ١٩٤٣
-٤	أدرجت رياضة الهوكى ضمن الألعاب الأولمبية بلندن عام (أ) ١٩٠٨ (ب) ١٨٠٨ (ج) ١٩١٠
-٥	حصل الفريق القومى المصرى على المركز فى الدورة التى أقيمت فى نابولى عام ١٩٦٣ (أ) الرابع (ب) الاول (ج) الثالث
-٦	جاء أصل كلمة هوكى مؤخذاً من الأسم الفرنسى (هوكية) (Hoquet) تعنى (أ) عصا الراعى (ب) العصا (ج) المضرب
-٧	تأسس الأتحاد الدولى لرياضة الهوكى عام (أ) ١٩٢٢ (ب) ١٩٢٤ (ج) ١٩٢٥
-٨	أول ميدالية أولمبية فى رياضة الهوكى فازت بها (أ) أمريكا (ب) اسكتلندا (ج) إنجلترا
-٩	الاتحاد الدولى لهوكى الرجال هو (أ) T.T.F (ب) H.S.A (ج) F.I.H
-١٠	بدء ظهور رياضة الهوكى كان فى مدرسة الزقازيق الثانوية عام (أ) ١٩٢٠ (ب) ١٩١٩ (ج) ١٩٢١
-١١	فاز نادى الشرقية بإحدى البطولات الكبرى لمدة اثنى عشر عاماً متتالياً وهى بطولة : (أ) العالم (ب) أفريقيا (ج) الافراوربية

مسلسل	الأسئلة
١٢-	أقيمت أول بطولة كأس عالم للسيدات فى رياضة الهوكى عام (أ) ١٩٧١ (ب) ١٩٧٤ (ج) ١٩٧٥
١٣-	تأسس الاتحاد الدولى لهوكى السيدات عام (أ) ١٩٢٥ (ب) ١٩٣٠ (ج) ١٩٢٧
١٤-	شعار الاتحاد الدولى لهوكى السيدات هو : (أ) IFWHI (ب) FHWI (ج) HIFW
١٥-	أول فريق لهوكى السيدات فى الدورة الأولمبية موسكو ١٩٨٠ يفوز بميدالية ذهبية هو فريق دولة (أ) مصر (ب) ليبيا (ج) زيمبابوى
١٦-	فى آخر بطولة عالم للرجال ٢٠٠٢ فازت بالميدالية الذهبية دولة (أ) مصر (ب) روسيا (ج) ألمانيا
١٧-	فازت بالميدالية الذهبية فى آخر بطولة عالم للسيدات ٢٠٠٢ دولة (أ) الأرجنتين (ب) الصين (ج) روسيا
١٨-	فى الدورة الأولمبية سيدنى ٢٠٠٠ فازت بالميدالية الذهبية لهوكى الرجال دولة (أ) الكويت (ب) الإمارات (ج) هولندا
١٩-	فى الدورة الأولمبية سيدنى ٢٠٠٠ فازت بالميدالية الذهبية لهوكى السيدات دولة (أ) كندا (ب) استراليا (ج) أمريكا
٢٠-	أدرجت رياضة هوكى السيدات لأول مرة فى الأولمبياد عام ... (أ) ١٩٧٥ (ب) ١٩٧٩ (ج) ١٩٨٠
٢١-	ثانياً : المحتوى المهارى (دفع الكرة - نظر الكرة - غرف الكرة - ضرب الكرة بوجه المضرب المسطح) تعتبر مهارة دفع الكرة إحدى مهارات (أ) التقدم بالكرة (ب) ضربات الكرة (ج) استقبال الكرة

مسئله	الأسئلة
٢٢-	<p>عند أداء مهارة دفع الكرة يكون</p> <p>(أ) الكتف الأيمن مواجه للمكان المراد وصول الكرة إليه</p> <p>(ب) الكتف اليسر مواجه للمكان المراد وصول الكرة إليه</p> <p>(ج) الصدر مواجه للمكان المراد وصول الكرة إليه</p>
٢٣-	<p>عند أداء مهارة دفع الكرة يكون النظر</p> <p>(أ) للأمام لمكان المراد تمرير الكرة إليه</p> <p>(ب) أسفل لمكان المراد تمرير الكرة إليه</p> <p>(ج) موزع بيد الكرة والمكان المراد تمرير الكرة إليه</p>
٢٤-	<p>في مهارة دفع الكرة تكون الكرة</p> <p>(أ) أمام الجسم وتصنع خط مستقيم مع القدمين</p> <p>(ب) أمام الجسم وتصنع رأس مثلث مع القدمين</p> <p>(ج) خلف الجسم وتصنع رأس مثلث مع القدمين</p>
٢٥-	<p>وضع المضرب في مهارة دفع الكرة يكون</p> <p>(أ) المضرب مائل جهة القدم اليمنى ويضع زاوية ٤٥ درجة مع الأرض .</p> <p>(ب) المضرب ملاصق للكرة والوجه المسطح للمضرب جهة اليسار .</p> <p>(ج) الوجه المسطح للمضرب مواجه للأمام والمضرب مائل للخلف ويضع زاوية ٤٥ درجة وتحت الكرة مباشرة .</p>
٢٦-	<p>يشترط في مهارة دفع الكرة</p> <p>(أ) ان ترتفع الكرة عن الأرض حوالى ٥٠ سم .</p> <p>(ب) ان ترتفع الكرة عن الأرض حوالى ٦٠ سم .</p> <p>(ج) ألا ترتفع الكرة نهائياً عن الأرض عند لعبها</p>
٢٧-	<p>في مهارة دفع الكرة يكون المتعلم حريصاً على</p> <p>(أ) مرجحة المضرب و إنزال المضرب بسرعة وقوة على الكرة</p> <p>(ب) استمرار أن يكون المضرب ملاصق للكرة وعمل دفع للكرة</p> <p>(ج) مرجحة المضرب وعدم إنزال المضرب بسرعة وقوة على الكرة .</p>

مسئله	الأسئلة
٢٨-	اليد اليسرى تقبض على المضرب من ... (أ) المنتصف (ب) أعلى (ج) أسفل
٢٩-	يقوم المتعلم بنقل ثقل الجسم قليلاً على القدم (أ) اليسرى (ب) اليمنى (ج) لا يوجد نقل لثقل الجسم
٣٠-	عند أداء مهارة دفع الكرة تقبض اليد اليمنى على العصا من (أ) أسفلها (ب) منتصفها (ج) أعلاها
٣١-	اليد اليسرى القابضة على المضرب تبعد مسافة عن اليد اليمنى القابضة عليه في مهارة دفع الكرة (أ) ثلاث قبضات (ب) أربع قبضات (ج) قبضتين
٣٢-	اتجاه الدفع يتأى بتوجيه اليد للانحاء السفلى للعصا (أ) اليمنى (ب) اليسرى (ج) اليمنى واليسرى معا
٣٣-	الذراع الرئيسية في عملية دفع الكرة هي (أ) اليمنى (ب) اليسرى (ج) الاثنتين معا
٣٤-	تكون عملية المتابعة في مهارة دفع الكرة (أ) بالمضرب للكرة على المكان المراد وصول الكرة إليه (ب) بالكرة للمضرب على المكان المراد وصول الكرة إليه (ج) بالمضرب فقط على المكان المراد وصول الكرة إليه
٣٥-	عند أداء مهارة دفع الكرة تكون (أ) القدم اليمنى أماماً واليسرى خلفاً (ب) القدم اليسرى أماماً واليمنى خلفاً (ج) القدم اليمنى واليسرى على خط مستقيم واحد
٣٦-	مهارة نظر الكرة تستخدم في التمرير للزميل في الأوقات التي تتطلب دفع الكرة من (أ) أعلى المنافسين (ب) جانب المنافسين (ج) أمام المنافسين

مسائل	الأسئلة
٣٧-	تستخدم مهارة نظر الكرة في حالة (أ) صعوبة الأرض الغير مستوية (ب) سهولة الأرض المستوية (ج) في جميع الحالات
٣٨-	عند أداء مهارة نظر الكرة يراعى وجود مسافة يبين اللاعب والمنافس المواجهة له لا تقل عن (أ) ٧ ياردة (ب) ٨ ياردة (ج) ٥ ياردة
٣٩-	عند أداء مهارة نظر الكرة تكون القدمان (أ) متباعدتان باتساع الحوض (ب) غير متباعدتان (ج) متباعدتان أقل من اتساع الحوض
٤٠-	مشط القدم في مهارة نظر الكرة يشير إلى (أ) للخلف (ب) للأمام (ج) للجانب
٤١-	في مهارة نظر الكرة تكون القدم (أ) اليسرى خلفا واليمنى أماماً (ب) اليسرى واليمنى على خط واحد (ج) اليمنى خلفا واليسرى أماماً
٤٢-	في مهارة نظر الكرة يتون ثقل الجسم (أ) على القدم اليمنى (ب) موزع القدمين بالتساوى (ج) على القدم اليسرى
٤٣-	في مهارة نظر الكرة تكون الركبتين (أ) مفرودتان (ب) بها انثناء خفيف (ج) اليمنى بها انثناء واليسرى مفرودة

مسئله	الأسئلة
٤٤-	<p>فى مهارة نظر الكرة يكون</p> <p>(أ) الكتف الأيسر مواجه للمكان المراد وصول الكرة إليه .</p> <p>(ب) الكتف الأيمن مواجه للمكان المراد وصول الكرة إليه .</p> <p>(ج) الصدر مواجه للمكان المراد وصول الكرة إليه .</p>
٤٥-	<p>عند أداء مهارة نظر الكرة تكون الكرة أمام الجسم وتصنع رأس مثلث مع القدمين</p> <p>(أ) وتميل ناحية القدم اليسرى قليلاً</p> <p>(ب) وتميل ناحية القدم اليمنى قليلاً</p> <p>(ج) تقع فى منتصف القدمين</p>
٤٦-	<p>تكون العصا ملاصقة للكرة فى مهارة نظر الكرة</p> <p>(أ) وظهرها لجهة اليمين (ب) وظهرها لجهة اليسار</p> <p>(ج) وجهها لجهة اليسار وظهرها لجهة اليمين</p>
٤٧-	<p>عند أداء مهارة نظر الكرة يكون المضرب مائل جهة اليمين ويسنع زاوية قدرها</p> <p>(أ) ٦٠ درجة (ب) ٤٥ درجة (ج) ٩٠ درجة</p>
٤٨-	<p>عند بداية التأهب بنظر الكرة يقوم المتعلم بعمل طعن (سوستة) على الرجل</p> <p>(أ) اليمين وللجانب (ب) اليسرى وللجانب</p> <p>(ج) اليمنى فقط</p>
٤٩-	<p>عند أداء مهارة نظر الكرة يكون الوجه المسطح للمضرب يشير إلى جهة</p> <p>(أ) اليسار (ب) اليمين (ج) للأمام</p>
٥٠-	<p>فى مهارة نظر الكرة رسغ اليد الأساسى الذى يقوم بعملية نظر الكرة هو رسغ اليد</p> <p>(أ) اليسرى (ب) اليمنى (ج) الرسغين معاً</p>
٥١-	<p>عند أداء مهارة غرف الكرة تكون</p> <p>(أ) القدم اليمنى أماماً واليسرى خلفاً</p> <p>(ب) القدم اليسرى أماماً واليمنى خلفاً</p> <p>(ج) القدمان على خط واحد</p>

مسلسل	الأسئلة
٥٢-	ارتفاع الكرة فى مهارة غرف الكرة يكون (أ) أقل من مهارة نظر الكرة (ب) أكثر من مهارة نظر الكرة (ج) مساوى لمهارة نظر الكرة فى الارتفاع
٥٣-	مسافة الطيران للكرة فى الهواء لمهارة غرف الكرة يكون (أ) أقصر عنها فى مهارة نظر الكرة (ب) أطول عنها فى مهارة نظر الكرة (ج) مساوى لها فى مهارة نظر الكرة
٥٤-	عند أداء مهارة غرف الكرة يكون الجذع مائلاً (أ) للأمام (ب) للخلف (ج) للجانب الأيمن
٥٥-	فى مهارة غرف الكرة يكون (أ) الكتف الأيسر مواجهة للمكان المراد وصول الكرة إليه . (ب) الكتف الأيمن مواجهة للمكان المراد وصول الكرة إليه . (ج) الصدر مواجهة للمكان المراد وصول الكرة إليه .
٥٦-	يكون النظر فى مهارة غرف الكرة (أ) على الكرة فقط (ب) على المكان المراد وصول الكرة إليه فقط (ج) موزع بين الكرة والمكان المراد وصول الكرة إليه
٥٧-	الوجه المسطح للمضرب فى مهارة غرف الكرة يكون (أ) مائل جهة القدم اليمنى (ب) مائل جهة القدم اليسرى (ج) مواجها للأمام
٥٨-	المضرب مائل للخلف على الأرض فى مهارة غرف الكرة بزواوية (أ) ٤٥ درجة (ب) ٧٥ درجة (ج) ٩٠ درجة

مسئله	الأسئلة
٥٩-	تكون الكرة في مهارة غرف الكرة (أ) موازية لمشط القدم اليسرى ولداخل الجسم (ب) موازية لمشط القدم اليمنى ولداخل الجسم (ج) موازية لمشط القدم اليسرى وخارج الجسم
٦٠-	يقوم المتعلم في مهارة غرف الكرة بعمل حركة (أ) عكسية لليدين (ب) تبادلية لليدين (ج) غير عكسية لليدين
٦١-	يقوم المتعلم بغرف الكرة بواسطة حركة اليد (أ) اليمنى (ب) اليسرى (ج) اليمنى واليسرى معاً
٦٢-	في مهارة غرف الكرة تعمل اليد على توجيه الكرة (أ) اليمنى (ب) اليسرى (ج) الإثنين معاً
٦٣-	تعتبر مهارة غرف الكرة إحدى مهارات (أ) ضربات الكرة (ب) التقدم بالكرة (ج) استقبال الكرة
٦٤-	عند أداء مهارة غرف الكرة يراعى ترك مسافة بين اللاعب والمنافس له لا تقل عن (أ) ٥ ياردة (ب) ٦ ياردة (ج) ٤ ياردة
٦٥-	في حركة المتابعة بعد أداء مهارة غرف الكرة ينتقل ثقل الجسم أماماً (أ) على القدم اليسرى (ب) على القدم اليمنى (ج) لا ينتقل أساساً
٦٦-	عند أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح تكون : (أ) القدم اليسرى خلفاً والقدم اليمنى أماماً . (ب) القدمان على خط واحد . (ج) القدم اليسرى أماماً والقدم اليمنى خلفاً .
٦٧-	في مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح يكون : (أ) الجذع مائل قليلاً للأمام ولأسفل . (ب) الجذع مائل قليلاً للخلف ولأسفل . (ج) الجذع على كامل استقامته .

مسائل	الأسئلة
-٦٨	عند أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح يكون : (أ) الكتف الأيمن للطالبة موجه للمكان المراد وصول الكرة إليه (ب) الكتف الأيسر للطالبة موجه للمكان المراد وصول الكرة إليه (ج) الصدر موجه للمكان المراد وصول الكرة إليه
-٦٩	في مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح يكون ثقل الجسم : (أ) موزع على القدمين بالتساوي . (ب) يقع على القدم اليمنى والقدم اليسرى مرتكزة على المشط . (ج) يقع على القدم اليسرى والقدم اليمنى مرتكزة على المشط .
-٧٠	عند أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح تكون الركبتين : (أ) على استقامتها . (ب) بهما انثناء خفيف . (ج) اليمنى يوجد بها انثناء فقط .
-٧١	يكون النظر في مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح : (أ) موزع بين الكرة والمكان المراد وصول الكرة إليه . (ب) على الكرة فقط . (ج) على المكان المراد وصول الكرة إليه فقط .
-٧٢	تكون الكرة في مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح : (أ) أمام القدم اليمنى وللداخل قليلاً . (ب) أمام مشط القدم اليسرى وللداخل قليلاً . (ج) في المسافة بين القدمين .
-٧٣	عند أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح يقبض من أعلى : (أ) اليد اليسرى (ب) اليد اليمنى (ج) اليسرى واليمنى معاً
-٧٤	في حركة المتابعة بعد أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح ينتقل ثقل الجسم أماماً (أ) على القدم اليمنى (ب) لا ينتقل أساساً (ج) على القدم اليسرى

مسلسل	الأسئلة
-٧٥	مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح هي احدى مهارات (أ) استقبال الكرة (ب) المحاورة بالكرة (ج) ضربات الكرة
-٧٦	ثالثاً : قانون اللعبة ملعب الهوكي مستطيل الشكل يبلغ طوله (أ) ٨٠ ياردة (ب) ١٠٠ ياردة (ج) ١٢٠ ياردة
-٧٧	يبلغ زمن المباراة فى رياضة الهوكي (أ) ٧٠ دقيقة (ب) ٩٠ دقيقة (ج) ٦٠ دقيقة
-٧٨	يتكون فريق رياضة الهوكي من (أ) ١٠ لاعبين (ب) ١٢ لاعب (ج) ١١ لاعب
-٧٩	يبلغ عدد أشواط مباراة الهوكي (أ) أربعة أشواط (ب) خمسة أشواط (ج) شوطين
-٨٠	عرض ملعب الهوكي يبلغ (أ) ٥٠ ياردة (ب) ٦٠ ياردة (ج) ٧٠ ياردة
-٨١	يحاط ملعب الهوكي بحواجز خلفية (أ) طولها ١٢ قدم وارتفاعها ١٨ بوصة (ب) طولها ١٠ قدم وارتفاعها ١٥ بوصة (ج) طولها ١٢ قدم وارتفاعها ٢٠ بوصة
-٨٢	جميع خطوط ملعب الهوكي بعرض (أ) ٥ بوصة (ب) ٣ بوصة (ج) ٧ بوصة
-٨٣	يتم تثبيت قوائم الريات فى كل ركن من أركان الملعب ويتراوح ارتفاعها : (أ) من ٤ إلى ٥ قدم (ب) من ٧ إلى ٨ قدم (ج) من ٩ إلى ١١ قدم

مسلسل	الأسئلة
٨٤-	يتراوح وزن كرة الهوكي ما بين (أ) من ٦ ½ إلى ٦ ¾ أوقية (ب) من ٥ ½ إلى ٥ ¾ أوقية (ج) من ٤ ½ إلى ٤ ¾ أوقية
٨٥-	يبلغ محيط كرة الهوكي (أ) من ٢٢,٥ إلى ٢٣,٥ سم (ب) من ٢١,٤ إلى ٢٥,٥ سم (ج) من ٢٢,٩ إلى ٢٤,٥ سم
٨٦-	يتراوح وزن المضرب من (سيدات) (أ) من ١٢ إلى ٢٨ أوقية (ب) من ١١ إلى ٢٨ أوقية (ج) من ١٢ إلى ٢٥ أوقية
٨٧-	يشترط لقانونية استخدام أى مضرب أن تمر منه حلقة قطرها (أ) ٦ سم (ب) ٥,٥ سم (ج) ٥,١ سم
٨٨-	تبعد دوائر التصويب عن الحد النهائي لملاعب الهوكي مسافة (أ) ١٠ ياردة (ب) ١٤ ياردة (ج) ١٦ ياردة
٨٩-	تصنع كرة الهوكي من (أ) الجلد (ب) البلاستيك (ج) مواد أخرى
٩٠-	يبلغ عدد الحكام فى رياضة الهوكي (أ) حكم واحد (ب) حكمان (ج) ثلاث حكام
٩١-	من أهم الأسباب التى تؤدى إلى حدوث إصابات للاعبين (أ) عدم الإحماء الجيد (ب) الحالة النفسية (ج) الإعداد الخطئى الخاطئ (د) الأداء الخاطئ (هـ) كل ما سبق
٩٢-	من الأسباب الشائعة لحدوث الإصابات فى رياضة الهوكي (أ) عدم قانونية الملعب (ب) الاحتكاك بين اللاعبين (ج) نوعية الملابس

ك - ١٣

مسئله	الأسئلة
٩٣-	يمكن التعرف على الكسور عن طريق ظهور (أ) ورم سريع (ب) إمرار في الجلد . (ج) قطع في الجلد
٩٤-	لحسن أداء اللاعب للنواحي المهارية (أ) نظافة الملابس غير ضرورية (ب) نظافة الملابس ضرورية (ج) تغيير الملابس ضرورية
٩٥-	من الأسباب الشائعة لحدوث الإصابات في رياضة الهوكي (أ) النظر إلى الكرة فقط (ب) النظر إلى الملعب فقط (ج) النظر إلى المنافس فقط (د) كل ما سبق

مفتاح تصحيح الاختبار المعرفي

الاجابة الصحيحة	مسل	الاجابة الصحيحة	مسل	الاجابة الصحيحة	مسل
ب.	-٦٥	أ	-٣٣	أ	-١
ب.	-٦٦	أ	-٣٤	ج	-٢
أ	-٦٧	ب	-٣٥	ج	-٣
ب.	-٦٨	أ	-٣٦	أ	-٤
ج	-٦٩	أ	-٣٧	ب	-٥
ب.	-٧٠	ج	-٣٨	أ	-٦
أ	-٧١	أ	-٣٩	ب	-٧
ب.	-٧٢	ب	-٤٠	ج	-٨
ج	-٧٣	ج	-٤١	ج	-٩
ج	-٧٤	ب	-٤٢	ب	-١٠
ج	-٧٥	ب	-٤٣	ب	-١١
ب.	-٧٦	أ	-٤٤	ب	-١٢
أ	-٧٧	أ	-٤٥	ج	-١٣
ج	-٧٨	ج	-٤٦	أ	-١٤
ج	-٧٩	ب	-٤٧	ج	-١٥
ب.	-٨٠	أ	-٤٨	ج	-١٦
أ	-٨١	أ	-٤٩	أ	-١٧
ب.	-٨٢	ب	-٥٠	ج	-١٨
أ	-٨٣	أ	-٥١	ب.	-١٩
ب.	-٨٤	ب	-٥٢	ج	-٢٠
أ	-٨٥	أ	-٥٣	ب.	-٢١
أ	-٨٦	أ	-٥٤	ب.	-٢٢
ج	-٨٧	ج	-٥٥	ج	-٢٣
ج	-٨٨	ج	-٥٦	ب.	-٢٤
أ	-٨٩	ج	-٥٧	ب.	-٢٥
ب.	-٩٠	أ	-٥٨	ج	-٢٦
ب	-٩١	ب	-٥٩	ب.	-٢٧
ب.	-٩٢	أ	-٦٠	ب.	-٢٨
ب.	-٩٣	أ	-٦١	ب.	-٢٩
أ	-٩٤	ب	-٦٢	أ	-٣٠
ب	-٩٥	أ	-٦٣	ج	-٣١
		أ	-٦٤	ب.	-٣٢

ملحق (ج)

الصورة المبدئية لاستمارة استطلاع رأى الخبراء فى بنود استبيان آراء وانطباعات الطالبات نحو استراتيجية كيلر (تفريد التعليم) باستخدام الهميرميديا

الصورة المبدئية لاستمارة استطلاع رأى الخبراء فى بنود استبيان آراء وانطباعات
الطالبات نحو استراتيجية كيلر (تفريد التعليم) باستخدام الهيبرميديا

م	العبارات	رأى الخبير	
		نعم	لا
١	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا يساعدى على معرفة النقاط العصبية أثناء تعلم مهارات الهوكى .		
٢	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا جعلني أشعر بالملل أثناء تعلمي مهارات الهوكي .		
٣	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا جعلني اشعر بالأمان فى تعلم مهارات الهوكي .		
٤	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا ساعدى على اكتساب طريقة جديدة لتعليم الهوكي .		
٥	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا ليس مفيد ومضيق للوقت .		
٦	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا ساعدى على تعلم المهارات بالتدرج من السهل إلى الصعب .		
٧	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا ساعدى على الاعتماد على النفس أثناء تعلم مهارات الهوكى .		
٨	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا لم يجعلني أشعر بالسعادة عند تعلم مهارات الهوكي .		
٩	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا ساعدى على تفهم تسلسل الأداء المهارى لمهارات الهوكي .		
١٠	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا ساعدى على التعرف على أهمية مهارات الهوكي .		
١١	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا لم يفيدني فى تعلم مهارات الهوكى .		
١٢	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا ساعدى على الانتباه لأجزاء المهارة بدقة .		
١٣	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا غير مشوق .		

م	العبارات	رأى الخبير	
		نعم	لا
١٤	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا يعطينى الدافع نحو تعلم مهارات الهوكي .		
١٥	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا جعلني أكثر حماساً أثناء تعلم مهارات الهوكي .		
١٦	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا جعلني أشعر بالضيق عند تعلم مهارات الهوكي .		
١٧	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا جعلني أشعر بالراحة أثناء تعلم مهارات الهوكي .		
١٨	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا ساعدني على إتقان المهارات، تبعا لقدراتي.		
١٩	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا جعلني أشعر بالضيق للتقسيم إلى مجموعات وفقا للمستوى المهارى .		
٢٠	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا لا ينمى مواهب المتفوقات فى رياضة الهوكي .		
٢١	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا جعلني متقبلة المستوى المهارى لأدائى .		
٢٢	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا لا يكسبني المعلومات والحقائق والمفاهيم المتصلة برياضة الهوكي .		
٢٣	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا يشعرني بأني فاشلة .		
٢٤	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا ساعدني على بذل المزيد من الجهد أثناء أداء المهارات فى رياضة الهوكى .		
٢٥	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا جعلني أقوم بتنفيذ النقاط التعليمية الخاصة برياضة الهوكي .		
٢٦	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا جعلني أشعر بقيمة الأداء الحركى .		
٢٧	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا جعل عندي الرغبة فى شرح مهارات الهوكى لزميلاتي .		

م	العبارات	رأى الخبير	
		نعم	لا
٢٨	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا جعلني لا أشعر بالتقديم فى مستوى الأداء المهاري لى .		
٢٩	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا جعلني أشعر بعدم الرغبة فى التعاون مع زميلاتي أثناء تعلم مهارات الهوكى .		
٣٠	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا جعلني أشرك بطريقة أفضل أثناء أداء مهارات الهوكي		
٣١	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا ساعدني على تنمية قدراتي العقلية أثناء أداء مهارات الهوكي .		
٣٢	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا ساعدني على ابتكار بعض التدريبات عند أداء مهارات الهوكي .		
٣٣	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا لم يجعلني أركز ومشتتة عند أداء مهارات الهوكي.		
٣٤	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا جعلني قادرة على تحديد أفضل الطرق المناسبة لتعليم مهارات الهوكى .		
٣٥	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا ساعدني على تطبيق ما شاهدته من خلال الكمبيوتر .		
٣٦	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا ساعدني على أداء مهارات الهوكى بانسيابية.		
٣٧	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا لم يجعلني أتنقل توجيهات زميلة عند أداء مهارات الهوكي .		
٣٨	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا ساعدني على نقد زميلاتي باستمرار نقداً صحيحاً		
٣٩	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا ساعدني على إبراز الناحية الجمالية أثناء أداء مهارات الهوكي .		
٤٠	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا ساعدني على إبراز نواحي القوة والضعف عند أداء مهارات الهوكي .		

ملحق (م)

الصورة النهائية لاستمارة استطلاع رأى الخبراء فى بنود استبيان آراء وانطباعات الطالبات نحو استراتيجية كيلر (تفريد التعليم) باستخدام الهمبرميديا

الصورة النهائية لاستمارة استطلاع رأى الخبراء فى بنود استبيان آراء وانطباعات الطالبات نحو استراتيجية كيلر (تفريد التعليم) باستخدام الهيبرميديا

م	العبارات	الرأى			
		أوافق بشدة	أوافق	غير متأكدة	لا أوافق مطلقاً
١	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا ساعدنى على معرفة النقاط العصبية أثناء تعلم مهارات الهوكى .				
٢	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا جعلني أشعر بالملل أثناء تعلمي مهارات الهوكي .				
٣	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا جعلني اشعر بالأمان فى تعلم مهارات الهوكي .				
٤	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا ساعدني على اكتساب طريقة جديدة لتعليم الهوكي .				
٥	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا ليس مفيد ومضيعة للوقت .				
٦	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا ساعدني على تعلم المهارات بالتدرج من السهل إلى الصعب .				
٧	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا ساعدني على الاعتماد على النفس أثناء تعلم مهارات الهوكى .				
٨	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا لم يجعلني أشعر بالسعادة عند تعلم مهارات الهوكي .				
٩	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهيبرميديا ساعدني على تفهم تسلسل الأداء المهارى لمهارات الهوكي .				

م	العبارات	الرأى			
		أوافق بشدة	أوافق	غير متأكدة	لا أوافق مطلقاً
١٠	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا ساعدني على التعرف على أهمية مهارات الهوكي .				
١١	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا لم يفيدني فى تعلم مهارات الهوكي .				
١٢	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا ساعدني على الأنتباه لأجزاء المهارة بدقة.				
١٣	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا غير مشوق .				
١٤	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا أعطاني الدافع نحو تعلم مهارات الهوكي .				
١٥	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا جعلني أكثر حماساً أثناء تعلم مهارات الهوكي .				
١٦	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا جعلني أشعر بالضيق عند تعلم مهارات الهوكي .				
١٧	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا جعلني أشعر بالراحة أثناء تعلم مهارات الهوكي .				
١٨	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا ساعدني على إتقان المهارات تبعا لقدراتي.				
١٩	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا جعلني أشعر بالضيق للتقسيم إلى مجموعات وفقاً للمستوى المهارى .				
٢٠	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا لا ينمى مواهب المتفوقات فى رياضة الهوكي .				
٢١	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا جعلني متقبلة المستوى المهارى لأدائى .				

م	العبارات	الرأى			
		أوافق بشدة	أوافق	غير متأكدة	لا أوافق مطلقاً
٢٢	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا لا يكسبني المعلومات والحقائق والمفاهيم المتصلة برياضة الهوكى .				
٢٣	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا يشعرني بأني فاشلة .				
٢٤	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا ساعدني على بذل المزيد من الجهد أثناء أداء المهارات فى رياضة الهوكى .				
٢٥	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا جعلني أقوم بتنفيذ النقاط التعليمية الخاصة برياضة الهوكى .				
٢٦	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا جعلني أشعر بقيمة الأداء الحركى .				
٢٧	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا جعل عندي الرغبة فى شرح مهارات الهوكى لزميلاتي .				
٢٨	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا جعلني لا أشعر بالتقدم فى مستوى الأداء المهارى لى .				
٢٩	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا جعلني أشعر بعدم الرغبة فى التعاون مع زميلاتي أثناء تعلم مهارات الهوكى .				
٣٠	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا جعلني أشارك بإيجابية أثناء أداء مهارات الهوكى .				
٣١	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا ساعدني على تنمية قدراتي العقلية أثناء أداء مهارات الهوكى .				

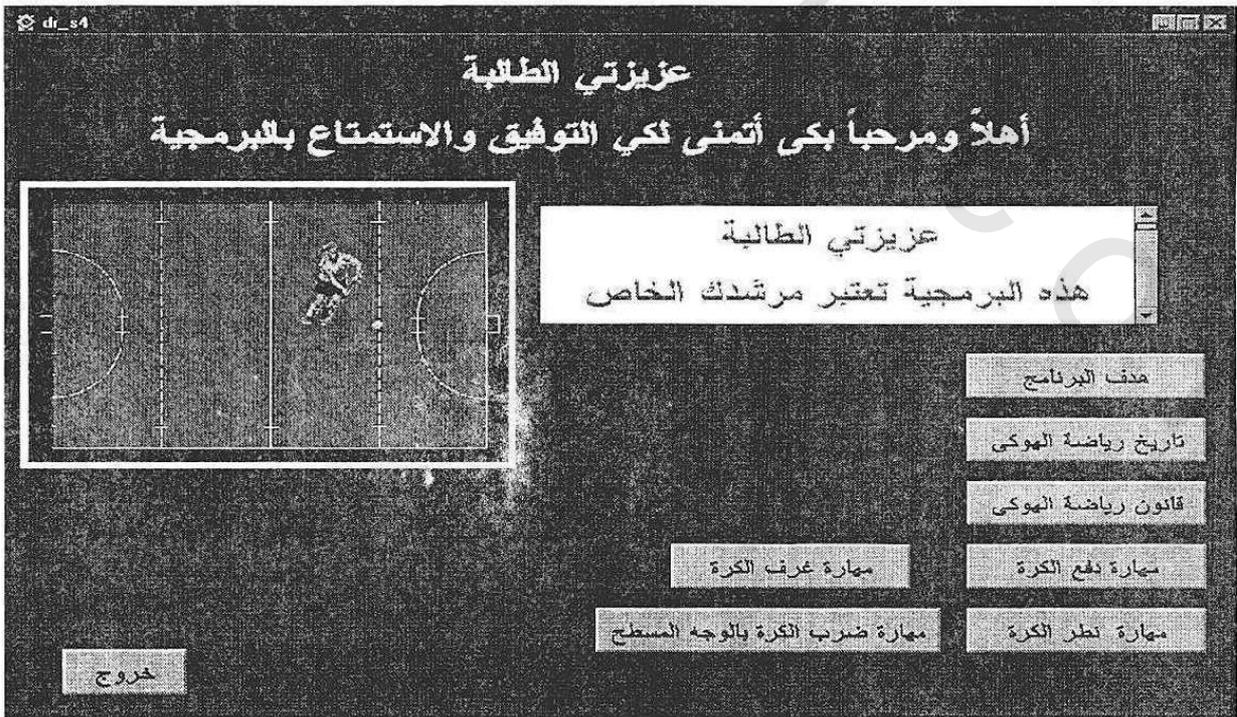
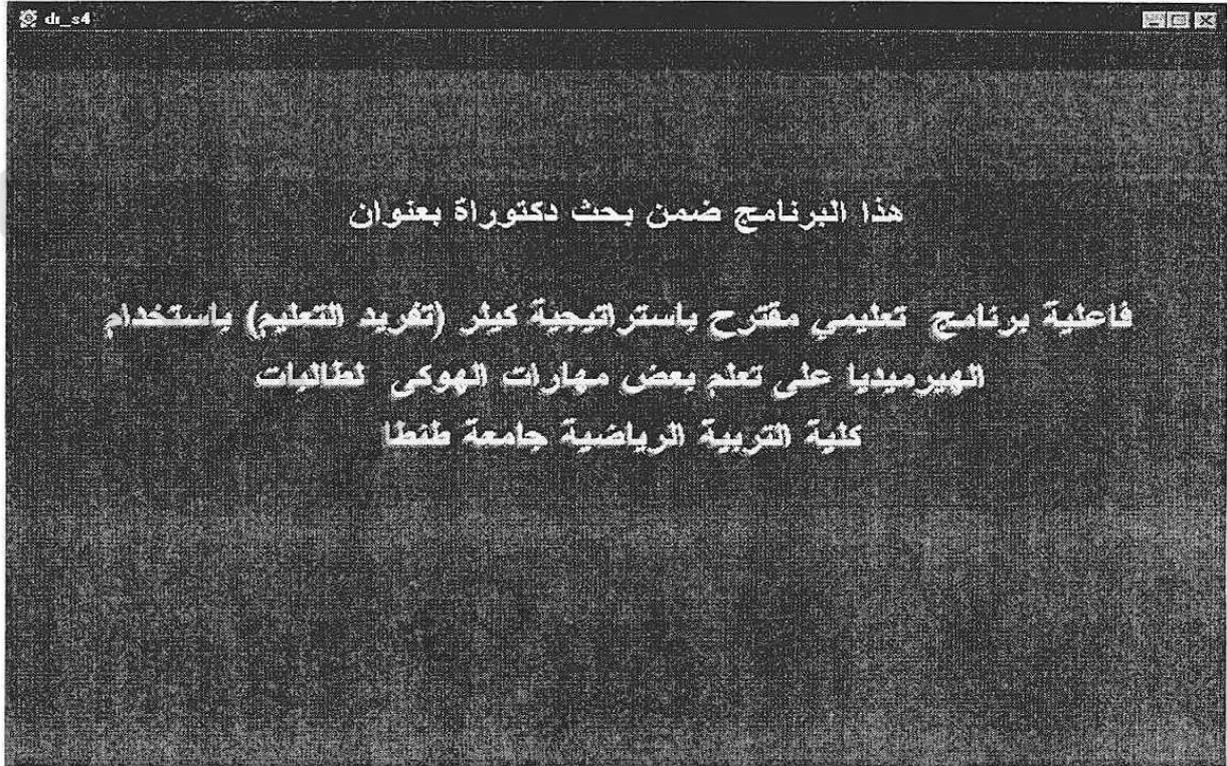
م	العبارات	الرأى			
		أوافق بشدة	أوافق	غير متأكدة	لا أوافق مطلقاً
٣٢	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا ساعدني على ابتكار بعض التدريبات عند أداء مهارات الهوكي .				
٣٣.	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا لم يجعلني أركز ومشتتة عند أداء مهارات الهوكي.				
٣٤	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا جعلني قادرة على تحديد أفضل الطرق المناسبة لتعليم مهارات الهوكي .				
٣٥	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا ساعدني على تطبيق ما شاهدته من خلال الكمبيوتر .				
٣٦	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا ساعدني على أداء مهارات الهوكي بانسيابية.				
٣٧	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا لم يجعلني أتقبل توجيهات زميلة عند أداء مهارات الهوكي .				
٣٨	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا ساعدني على نقد زميلاتي باستمرار نقداً صحيحاً				
٣٩	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا ساعدني على إبراز الناحية الجمالية أثناء أداء مهارات الهوكي .				
٤٠	أسلوب تفريد التعليم من خلال الهبيرميديا ساعدني على إبراز نواحي القوة والضعف عند أداء مهارات الهوكي .				

ملحق (ن)

استمارة حضور الطالبات أثناء تطبيق التجربة

ملحق (سر)

صور لبعض شاشات البرمجية



dr_s4

الأهداف المعرفية

المحتوى

الأدوات المستخدمة في اللعب
وأولهما المضرب
وثانيها الكرة

المضرب "العصا" Stick

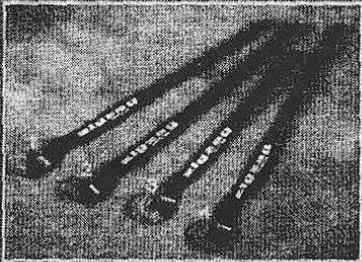
هي الأداة الأساسية للاعب الهوكي وبدونها يصبح لاعب غير قانوني ولا يسمح له بالإشتراك في المباراة . وقديماً استخدم قدماء المصريين قروع الأشجار وجريد النخل بدلاً من العصا وتطورت

4 / 1

التالي السابق

6 / 2

الخروج القائمة الرئيسية



dr_s4

الأهداف المعرفية

المحتوى

الأدوات المستخدمة في اللعب
وأولهما المضرب
وثانيها الكرة

الكرة The Ball

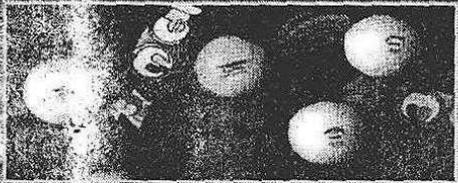
هي الأداة الرئيسية الثانية بعد العصا . وكرة الهوكي كما هو الحال بالنسبة للعصا قد مرت بتطورات عديدة حتى وصلت للشكل القانوني الحالي فقديمًا استخدم الأجداد نهايات عظام

2 / 1

التالي السابق

6 / 2

الخروج القائمة الرئيسية



قانون رياضة الهوكي



الريبات في كل ركن من أركان الملعب ويتراوح ارتفاعها من ٤ إلى ٥ قدم
تبعد دوائر التصويب عن الحد النهائي لملعب الهوكي مسافة ١٦ ياردة

الكلية

3 / 1

المتساوي

الخروج

القائمة الرئيسية

عزيرتي الطائفة تذكرى



بئس الحذع والركبان وتكون القدم
الميسرى أمالما والجمنى خلفاً



4 / 1

مهارة دفع الكرة

- الاصناف السطوحية
- أسباب تعلم الاسعارة
- طريقة الاداء
- تذكرى
- مستويات التمرين
- التمرين

الكلية

7 / 2

المتساوي

القائمة الرئيسية

مهارة دفع الكرة

الإهداف السلوكية

أسباب تعلم المهارة

طريقة الأداء

مذكرات

مستويات التصحيح

التقويم

الفاصلة الرئيسية

سهولتها وسرعتها أدائها بما يحبب في ممارستها وبالتالي إجادتها

التالي 1 / 1 السابق

مهارة دفع الكرة

الإهداف السلوكية

أسباب تعلم المهارة

طريقة الأداء

مذكرات

مستويات التصحيح

التقويم

الفاصلة الرئيسية

اختر الإجابة الصحيحة فيما يلي

يشترط في مهارة دفع الكرة.....

أن ترتفع الكرة عن الأرض حوالي ٥٠ سم

أ

أن ترتفع الكرة عن الأرض حوالي ٦٠ سم

ب

ألا ترتفع الكرة نهائياً عن الأرض عند لعبها

ج

التالي 20 / 3 السابق

ملحق (ع)

الوحدات التعليمية

الوحدة التعليمية الأولى

المهارة المراد تعلمها : دفع الكرة

اليوم : الأربعاء

الأسبوع : الأول

الزمن : ٩٠ دقيقة

التاريخ : ٨ / ١٠ / ٢٠٠٣

التشكيلات	الأدوات والأجهزة	الأهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس	م
فاطرتين دائرة دائرة انتشار انتشار	دفتر غياب	<ul style="list-style-type: none"> - أن تتعاد الطالبة على النظام والقيادة وتنفيذ الأوامر . - أن تعرف الطالبة معلومات ومعارف عن أهم أجزاء الجسم العاملة في المهارة . - أن تمارس الطالبة بعض التمرينات لتتهيأ بدنيا لأداء المهارة . - أن تشارك الطالبة بإيجابية أثناء أداء التمرينات المختلفة 	<ul style="list-style-type: none"> - الجري حول الملعب . - (وقوف فتحة) ثنى الجذع أماماً أسفل والضعفط . - (وقوف) ثنى الجذع لهماً أسفل والضعفط ثم مد الجذع عالياً والضعفط. - وقوف رفع الذراعين جانباً والفتات . - وقوف رفع الذراعين جانباً والفتات . 	٥ ق	الإحصاء العام	٢-
فاطرتين	دفتر غياب	<ul style="list-style-type: none"> - أن تتعاد الطالبة على النظام والقيادة وتنفيذ الأوامر . 	<ul style="list-style-type: none"> - التحية وأخذ الغياب 	٧ ق	أعمال إدارية	١-

تابع الوحدة التعليمية الأولى

الأستوع: الأول

الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء

التاريخ: ١٨ / ١٠ / ٢٠٠٣

الاشيكيلات	الادوات والاجهزة	الاهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس	م
فاطر تون صفين انتشار انتشار	مضارب هوكي كرات هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة معلومات ومعارف عن العضلات العاملة في المهارة. - أن تستطيع الطالبة أداء بعض التمرينات المختلفة لإطالة الأجزاء المختلفة من الجسم المشتركة في المهارة . - أن تهتم الطالبة بسلامة زميلاتها أثناء التمرينات . 	<ul style="list-style-type: none"> - (وقوف رفع الرجل أماماً) ثني الخدج أماماً والضغط . - وقوف مواجعة رفع الرجل اليمينى أماماً زاوية قائمة مسك قدم الزميل . تبادل خفض الرجل أسفل . - (وقوف فتحاً) مسك القدم اليمنى ومحاولة لمس الرأس للركبة . - (وقوف فتحاً) مسك القدم اليسرى ومحاولة لمس الرأس للركبة . 	١٥ ق	إعداد يديسى خاص	٣-
ثلاث قاطرات	مضارب هوكي كرات هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تتذكر الطالبة ما شاهدته من معارف ومعلومات . - أن تستطيع الطالبة تنفيذ مساهمته في البرمجة من خلال جهاز الكمبيوتر فى الملعب . - أن تتوسع العبرات التكنولوجية لدى الطالبة. 	<p>تعليم مهارة دفع الكرة</p> <p>تقوم الطالبات بتطبيق ما شاهدته في البرمجة ومن خلال جهاز الكمبيوتر فى الملعب على النحو التالي .</p>	٦٠ ق	الجزء الرئيسى (التطبيق العملى للبرمجة التعليمية فى الملعب	٤-

تابع الوحدة التعليمية الأولى

الأسبوع: الأول
الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء
التاريخ: ٨ / ١٠ / ٢٠٠٣

التشكيلات	الأدوات والأجهزة	الأهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس	م
صف	مضارب هوكي كرات هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة معلومات عن وقفة الاستعداد الصحيحة ومساك المضرب الصحيح أثناء أداء مهارة دفع الكرة . - أن تستطيع الطالبة تنفيذ التعليمات: الموجه إليها من المعلمة . - أن تتعسر الطالبة بالسعادة والتشويق أثناء الأداء . 	<p>المستوى المنخفض :</p> <p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقف الطالبة على مسافة ٥ ياردة من الحائط ووقفة الاستعداد الصحيحة مع مسك المضرب وعمل الدفع بدون الكرة . 			
فاطرتين	كرات تنس	<ul style="list-style-type: none"> - أن تتعرف الطالبة على بعض الأدوات المساعدة والبديلة . - أن تتمكن الطالبة من دفع الكرة من مسافة ٥م . - أن تتشارك الطالبة بإيجابية أثناء مهارة دفع الكرة . 	<p>التمرين الثاني :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقف الطالبة على بعد مسافة ٥ ياردة من الحائط . - تقوم بعمل دفع كرة تنس تجاه الحائط . - عمل متتابعة بالمضرب للكرة بحيث يشير المضرب إلى المكان المراد وصول الكرة إليه 			
فاطرة	مضارب هوكي كرات هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة الخطوات التعليمية لمهارة دفع الكرة . - أن تؤدي الطالبة المهارة بطريقة صحيحة بكرة الهوكي من مسافة ٥ ياردة . - أن تنمي لدى الطالبة السمات الشخصية الحميدة 	<p>التمرين الثالث :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقف الطالبة على بعد مسافة ٥ ياردة من الحائط . - استبدال كرة التنس بكرة الهوكي مع دفع الكرة تجاه الحائط . 			

تابع الوحدة التعليمية الأولى

الأسبوع: الأول
الزمن: ٩٠ دقيقة

الأيام: الأربعاء
التاريخ: ٨ / ١٠ / ٢٠٠٣

م	أجزاء الدرس	الزمن	المستوى	الأهداف السلوكية	الأدوات والأجهزة	المتطلبات
			<p>التمرين الرابع :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقف الطالبة على مسافة تبعد ٧ ياردة من الحائط . - يوضع حاجز على مسافة ٤ ياردة من خط البداية . - تقوم الطالبة بدفع الكرة بالمضرب بحيث تمر من أسفل الحاجز . 	<ul style="list-style-type: none"> - أن تسمى لدى الطالبة السمات الشخصية الحميدة . - أن تعرف الطالبة كيفية استغلال الإمكانيات المتاحة لديها . - أن تستطيع الطالبة التحكم في اتجاه ومسار الكرة . - أن تتعبر الطالبة بحب العمل واحترامه . - أن تعرف الطالبة وتحدد التوقيت المناسب لأداء المهارة . - أن تؤدي الطالبة المهارة في وجود زميلة . - أن تتقبل الطالبة توجيهات الزميلة عند أداء المهارة . 	<ul style="list-style-type: none"> حواجز كرات هوكي مضارب هوكي 	قاطرتين
	<p>المستوى المتوسط :</p> <p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - مثلت من ثلاث طالبات المسافة بين كل طالبة والأخرى ٧ ياردة . - تقوم الطالبة (أ) بدفع الكرة إلى (ب) ثم تقوم (ب) بدفع الكرة إلى (ج) وهكذا . <p>التمرين الثاني :</p> <ul style="list-style-type: none"> - مربع من أربع طالبات المسافة بين كل طالبة والأخرى ١٥ م . - يوجد في المسافات (بين الأضلاع) حاجزين ارتفاعهما ٤٥ سم . 			<ul style="list-style-type: none"> حواجز كرات هوكي ومضارب هوكي 		

تابع الوحدة التعليمية الأولى

الأسبوع: الأول
الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء
التاريخ: ٨ / ١٠ / ٢٠٠٣

التشكيلات	الأدوات والأجهزة	الأهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تجمع الطلبة بين التكيف مع زميلاتها والبعد عن حب الذات . 	<ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة (أ) بدفع الكرة بحيث تمر من أسفل الحائزين معا إلى الطالبة (ب) . - ثم تقوم (ب) بدفع الكرة إلى (ج) ثم (ج) إلى (د) وهكذا . 		م
	أقماع كرات هوكي مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة معلومات عن الأداء الصحيح لمهارة دفع الكرة. - أن تستطيع الطالبة أداء المهارة في التجاه المرعى. - أن تكتسب الطالبة خبرات انفعالية سارة. 	<p>التمرين الثالث:</p> <ul style="list-style-type: none"> - وضع ١٠ أقماع وتوزعها على مسافة ٥٠ ياردة. - الجري الرجاعي بين الأقماع باستخدام مهارة التقدم بالمحاورة . - ثم التصويب على المرعى بمهارة دفع الكرة. 		
	كرات طبية مضارب هوكي كرات هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيفية المفاضلة بين مهارة دفع الكرة وبين مهارات أخرى سبق تعلمها. - أن تستطيع الطالبة الربط في الأداء بين مهارة دفع الكرة بأكثر من مهارة مما سبق تعلمها . - أن تهتم الطالبة بتوفير عوامل الأمن والسلامة أثناء أداء المهارة. 	<p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - الجري الجزاعي بين الكرات الطبية باستخدام مهارة التقدم بالمحاورة ثم الجري بالكرى باستخدام مهارة التقدم بالدفع. - ثم الجري بالكرة باستخدام مهارة التقدم بالدرجة . - ثم التصويب على المرعى باستخدام مهارة دفع الكرة . 		

تابع الوحدة التعليمية الأولى

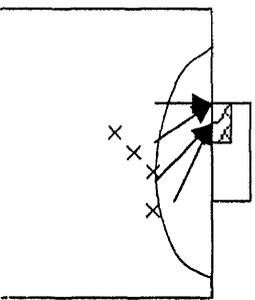
الأسبوع: الأول

الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء

التاريخ: ٢٠٠٣ / ١٠ / ٨

الاشكيات	الأدوات والأجهزة	الأهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس	م
	كرات هوكي مضارب هوكي ساعة إيقاف	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيف تستثمر الجهد المبذول أثناء أداء المهارة. - أن تطبق الطالبة وتنفذ ما تعلمته عند أداء المهارة. - أن تقيم الطالبة أدائها باستمرار تقيما صحيحا 	<p>التمرين الثاني :</p> <ul style="list-style-type: none"> - عشرة كرات هوكي أمام المرمى . - تقوم الطالبة بتصويب الكرات (الواحدة تلو الأخرى) على المرمى باستخدام مهارة دفع الكرة في أقل زمن ممكن . 			
	كرات هوكي مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة وتحدد افضل طرق التدريس المناسبة لتعلم مهارة دفع الكرة. - أن تتقن المهارة وتكتسب القدرة على استمرارية الحركة وأن تتمكن من دفع الكرة من أكثر من اتجاه . - أن تتشارك الطالبة بإيجابية أثناء أداء المهارة وتشعر بالسعادة والتشويق. 	<p>التمرين الثالث :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تصويب ١٠ كرات أمام المرمى بمهارة دفع الكرة على مرمى مصغر داخل المرمى من اتجاهات مختلفة . 			
أربع قاطرات		<ul style="list-style-type: none"> - عودة الجسم إلى حالته الطبيعية وشعور الطالبات بالسعادة والرضا . 	<ul style="list-style-type: none"> - تريفات استرخاء وتهدئة الجسم 	٣ ق	النهاية الختامي	٥-



الوحدة التعليمية الثانية

المهارة المراد تعلمها : دفع الكرة

الأسبوع : الثاني

الزمن : ٩٠ دقيقة

اليوم : الأربعاء

التاريخ : ١٥ / ١٠ / ٢٠٠٣

الاشكليات	الادوات والاجهزة	الاهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	اجزاء الدرس	م
قاطرتين انتشار قاطرتين	دفتر غياب	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعناد الطالبة على النظام والقيادة وتنفيذ الأوامر . - أن تعرف الطالبة معلومات عن العضلات العاملة في منطقة الجذع . - أن تستطيع الطالبة أداء تمرينات لاكتساب عنصر مرونة الجذع . - أن تكتسب الطالبة الشعور بالسعادة عند أداء التمرينات . 	<ul style="list-style-type: none"> - الجرى حول الملعب . - (وقوف فتحاً) النزاعان جانباً تبادل لف الجذع جانباً . - (وقوف) اللطعن جانباً . - (وقوف) اللطعن أماماً . 	٧ ق	أعمال إدارية	١-
قاطرتين انتشار قاطرتين	دفتر غياب	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة معلومات عن العضلات العاملة في منطقة الجذع . - أن تستطيع الطالبة أداء تمرينات لاكتساب عنصر مرونة الجذع . - أن تكتسب الطالبة الشعور بالسعادة عند أداء التمرينات . 	<ul style="list-style-type: none"> - الجرى حول الملعب . - (وقوف فتحاً) النزاعان جانباً تبادل لف الجذع جانباً . - (وقوف) اللطعن جانباً . - (وقوف) اللطعن أماماً . 	٥ ق	الإحصاء العام	٢-

تابع الوحدة التعليمية الثانية

الأسبوع: الثالث

مشاهدة البرمجية: في اليوم السابق

الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء

التاريخ: ٢٠٠٣ / ١٠ / ١٥

التشكلات	الأدوات والأجهزة	الأهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس	م
صفين انتشار انتشار		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة فسيولوجية عمل العضلات. - أن تتقن الطالبة أداء بعض التمرينات المختلفة لإطالة الأجزاء المختلفة من الجسم المشتركة في المهارة . - أن تشعر الطالبة بالمساعدة أثناء الأداء. 	<ul style="list-style-type: none"> - (وقوف ثبات الوسط) الرجل أماماً زاوية قائمة خفض الرجل أسفل خلفاً. - جلوس على الركبة اليمنى والضغط أماماً على الركبة اليسرى . - جلوس على الركبة اليسرى والضغط أماماً على الركبة اليمنى . - جلوس حواجز (مسك القدم الأمامية). - (جلوس توازن) رقود . 	١٥ ق	الإعداد البدني الخاص	٣-
ثلاث قاطرات		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة وتسمى الجوانب العقلية كتركيز الانتباه والإدراك والتفكير عند أداء المهارة . - أن تستطيع الطالبة أداء مهارة دفع الكرة كما شاهدها في البرمجية . - أن تكتسب الطالبة القدرة على التكيف مع زميلاتها . 	<ul style="list-style-type: none"> - تعليم مهارة دفع الكرة - تقوم الطالبة تطبيق ما شاهدها في البرمجية من خلال جهاز الكمبيوتر على النحو التالي. 	٦٠ ق	الجزء الرئيسي (التطبيق العملي للبرمجية التعليمية في الملاعب)	٤-

تابع الوحدة التعليمية الثانية

الأسيوع: الأول
الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء / ١٥ / ٢٠٠٣
التاريخ: ١٥ / ١٠ / ٢٠٠٣

التشكيلات	الادوات والافهزة	الاهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	اجزاء الدرس	م
<p>خط النهاية خط البداية</p>	<p>مهاراة مراجعة الكرة</p>	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيفية الربط بين مهارة دفع الكرة ومهارة سبق تعلمها. - أن تستطيع الطالبة التحكم في أجزاء جسمها أثناء أداء مهارة دفع الكرة - أن تتبته الطالبة وتوازن بين النظر الى الكرة وكذلك الى المربع المطلوب وصول الكرة اليه. 	<p>المستوى المنخفض :</p> <p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بالجرى بدأ من خط البداية باستخدام مهارة التقدم بالمرجة حتى خط النهاية الموضع ويكون ذلك لمسافة ٣٠ ياردة ثم تقوم الطالبة بأداء الدفع على حائط مواجهة من الخشب ارتفاعه ١ي وعرضه ١٠ ياردة . - مقسم الضلع السفلى للمربع إلى (٧) مربعات - تقوم الطالبة بدفع الكرة إلى المربع رقم (٤) التمرين الثاني : نفس التمرين السابق مع أداء الطالبة دفع الكرة تجاه المربع (٢) يعين، يسار . ثم دفع الكرة تجاه المربع (٢) يعين ، يسار . ثم دفع الكرة تجاه المربع (١) يعين، يسار . 			

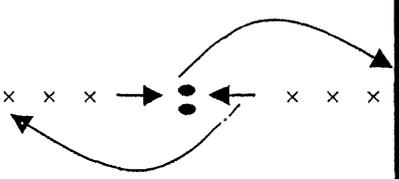
تابع الوحدة التعليمية الثانية

الأسبوع: الأول

الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء

التاريخ: ٢٠٠٣ / ١٠ / ١٥

الاهداف السلوكية	الادوات والاجهزة	التشكيلات	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس	م
<ul style="list-style-type: none"> - إن تذكر الطالبة أهمية مهارة دفع الكرة. - أن تعتمد الطالبة دفع الكرة إلى الزميلة في خط مستقيم . - أن تتعاون الطالبة مع زميلاتها عند أداء المهارة. 	حواجز كرات هوكي مضارب هوكي		<p>التمرين الثالث :</p> <ul style="list-style-type: none"> - يقسم الطالبات إلى قاطرتين (أ) ، (ب) المسافة بين الطالبة الأولى في القاطرة (أ) والطالبة الأولى في القاطرة (ب) ٢ ياردة . - ويوضع في منتصف هذه المسافة كرتين طيبتين بالعرض المسافة بينهما ٣٠ اسم تدفع الطالبة الكرة إلى الزميلة في القاطرة الأخرى ثم تقف آخر القاطرة وهكذا . <p>المستوى المتوسط :</p> <p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقف الطالبة على مسافة تبعد ٧ ياردة من الحائط . - يوضع عدد ٢ حاجز الأول يبعد ٢ ياردة من خط البداية والحاجز الثاني يبعد ٤ ياردة. - تقوم الطالبة بدفع الكرة بحيث تمر من أسفل الحاجزين . 			
<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة النقاط الأساسية التي تلقى عليها المعلمة. - أن تستطيع الطالبة دفع الكرة من مسافة ١٠ ياردة بحيث تمر من أسفل الحاجزين . - أن تنتبه الطالبة وترتكز عند أداء دفع الكرة . 	فاطرتين					

تابع الوحدة التعليمية الثانية

الأسبوع: الأول

الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء

التاريخ: ٢٠٠٣ / ١٠ / ١٥

التشكيلات	الأدوات والأجهزة	الأهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
فاطرة	أقماع مضارب هوكي وكرات هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تتعرف الطالبة على كيفية الأداء السليم لمهارة دفع الكرة. - أن تستطيع الطالبة التحرك ودفع الكرة وهي في وضع الاستعداد ومسك المضرب الصحيح . - أن تتبته الطالبة وتتحكم في انفعاليتها أثناء أداء المهارة . 	<p>التعميرين الثاني :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بالجرى مسافة ٢٥ ياردة في خط مستقيم وهي تمسك المضرب . - توضع الكرة على خط نهاية ٢٥ ياردة وعند وصول الطالبة إلى الكرة . - تدفع الكرة وعمل المتابعة بالمضرب للكرة . 		م
فاطرة	أقماع مضارب هوكي وكرات هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيف تسمى جوانبها العقلية كتركيز الانتباه و الإدراك والتفكير عند أداء مهارة دفع الكرة. - أن تؤدي الطالبة مهارة دفع الكرة من الوقوف ثم من الحركة - أن تعمل الطالبة اتجاهاتها السلبية وتشترك بإيجابية عند أداء دفع الكرة. 	<p>التعميرين الثالث :</p> <ul style="list-style-type: none"> - وضع ٥ أقماع وتوزيعها على مسافة ٢٥ ياردة . - تجرى الطالبة جرى زحزحي بين الأقماع وهي تمسك المضرب . - توضع الكرة على خط النهاية ، ميادة وعند وصول الطالبة إلى الكرة . - تدفع الكرة وعمل المتابعة بالمضرب للكرة . 		

تابع الوحدة التعليمية الثانية

الأسبوع: الأول،
الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء
التاريخ: ٢٠٠٣ / ١٠ / ١٥

التشكيلات	الأدوات والأجهزة	الأهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس	م
٥ قاطرات	كرات سلة مضارب هوكي كرات هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطلبة وتوضح المشاكل التي تواجهها أثناء أداء المهارة . - أن تستطيع الطلبة التصويب نحو الهدف المحدد باستخدام مهارة دفع الكرة بدقة. - أن تشارك الطلبة بإيجابية وتتخطى عن السلبية. 	<p>المستوى المرتفع</p> <p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطلبة بالتصويب على كرة سلة عدد ٥ كرات هوكي باستخدام مهارة دفع الكرة بحيث تلمس كرة الهوكي كرة السلة من مسافة ٧ ياردة 			
قاطرة	كرات يد كرات هوكي مضارب هوكي ساعة إيقاف	<ul style="list-style-type: none"> - أن تتعرف الطلبة على كيفية الأداء المسلم لمباراة دفع الكرة. - أن تستطيع الطلبة توجيه الكرة إلى الهدف المحدد بأقصى سرعة . - أن تتبته الطلبة وتوازن بين النظر الى الكرة وكذاك إلى الهدف المطلوب دفع الكرة عليه. 	<p>التمرين الثاني :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطلبة بالتصويب على كرة يد عدد ١٠ كرات هوكي باستخدام مهارة دفع الكرة بحيث تلمس كرة الهوكي كرة اليد كل مرة في أقل زمن ممكن من مسافة ٧ ياردة. 			
قاطرتين		<ul style="list-style-type: none"> - أن تتذكر الطلبة ما شاهدته في البرمجية من تعليمات موجهة إليها أثناء أداء المهارة. - أن تستطيع الطلبة دفع الكرة على كرة يد من مسافة ٧ ياردة - أن تتعمر الطلبة بالسعادة والتشويق أثناء الأداء المهاري. 	<p>التمرين الثالث</p> <ul style="list-style-type: none"> - تتزم الطلبة بالتصويب على كرة يد عدد ١٥ كرة هوكي باستخدام مهارة دفع الكرة بحيث تلمس كرة الهوكي كرة اليد وتحاول الطلبة دفع أكبر عدد من الكرات في أقل زمن ممكن من مسافة ٧ ياردة. 			

تابع الوحدة التعليمية الثانية

الأول
الأسبوع: الأول
الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم : الأربعاء
التاريخ : ٢٠٠٣ / ١٠ / ١٥

الانشيئات	الأدوات والأجهزة	الأهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس	م
قاطرة	كرات طبية كرات هوكي مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تتعرف الطلبة على كيفية تنظيم الأدوات أثناء أداء المهارة. - أن تستطيع الطلبة متابعة الكرة بالمضرب بطريقة صحيحة. - أن تتعاون الطلبة مع وزميلاتها عند أداء المهارة . 	<p>التمرين الرابع :</p> <ul style="list-style-type: none"> - طالبان (أ) ، (ب) تقوم الطلبة (أ) بتمرير الكرة بمهارة الدفع للطلبة (ب) - ثم تقوم بالجرى الزخزاجي بأقصى سرعة بين الكرات الطبية بدون كرة لمسافة ٥ ياردة. - الطلبة (ب) تقوم بالجرى بساكرة مهارة المحاورة إلى حدود دائرة التصويب لتسدد الكرة لزميلاتها (أ) لتقوم بتصويب الكرة مباشرة على المرعى بمهارة الدفع . 	٣ ق	النشاط الختامي	٥-
		<ul style="list-style-type: none"> - عودة الجسم إلى حالته الطبيعية وشعور الطالبات بالمساعدة والرضا . 	<ul style="list-style-type: none"> - تمرينات استرخاء وتهدئة الجسم 			

الوحدة التعليمية الثالثة

المهارة المراد تعلمها : نظر الكرة

الأسبوع : الثالث

اليوم : الأربعاء

الزمن : ٩٠ دقيقة

التاريخ : ٢٢ / ١٠ / ٢٠٠٣

م	أجزاء الدرس	الزمن	المحتوى	الأهداف السلوكية	الأدوات والأجهزة	التشكيلات
١-	أعمال إدارية	٧ ق	التحية وأخذ الغياب	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعتاد الطالبة على النظام والقيادة وتنفيذ الأوامر . 	دفتر غياب	قاطرتين
٢-	الإحصاء العام	٥ ق	<ul style="list-style-type: none"> - الجرى حول الملعب . - (وقوف فتحاً) مسك القدم اليمنى ومحاولة لمس الرأس للركبة . - (وقوف فتحاً) مسك القدم اليسرى ومحاولة لمس الرأس للركبة . - (وقوف فتحاً) النزاعان جانباً تبادل لف الحذاء جانباً . 	<ul style="list-style-type: none"> - أن تفهم الطالبة ديناميكية عمل العضلات في هذه التمرينات . - أن تؤدي الطالبة تمرينات تساعدها على التهيئة البدنية لأداء مهارة نظر الكرة . - أن تتكسب الطالبة روح الكفاح . 	قاطرتين دائرة دائرة انتشار انتشار	قاطرتين دائرة دائرة انتشار انتشار

تابع الوحدة التعليمية الثالثة

الأسبوع: الثالث

الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء

التاريخ: ٢٢ / ١٠ / ٢٠٠٣

الاشكليات	الادوات والاجهزة	الاهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	اجزاء الدرس	م
قاطرتين صفيين انتشار انتشار		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة تمرينات لمرونة مفصل الفخذ في جميع الاتجاهات . - أن تستطيع الطالبة أداء تمرينات بدنية تساعد على أداء مهارة نظر الكرة . - أن تتشارك الطالبة بإيجابية وتحمل المسؤولية عند أداء مهارة نظر الكرة . 	<ul style="list-style-type: none"> - (وقوف ثبات الوسط) الرجل اليمنى جانبياً - زاوية قائمة خفض الرجل أماماً جانبياً. - (وقوف ثبات الوسط) الرجل اليسرى جانبياً - زاوية قائمة خفض الرجل أسفل أماماً جانبياً. - (وقوف ثبات الوسط) الرجل اليمنى أماماً - زاوية قائمة خفض الرجل أسفل خلفاً . - (وقوف ثبات الوسط) الرجل اليسرى أماماً - زاوية قائمة خفض الرجل أسفل خلفاً . - (وقوف فتحاً) محاولة لمس الكفين للأرض . 	١٥ ق	إعداد بدنى خاص	٣-
مربع ناقص ضلع ثلاث قاطرات قاطرتين	كمبيوتر مضارب هوكي كرات هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيفية تلخيص المشكلات التي واجهتها عند مشاهدتها للبرمجية . - أن تستطيع الطالبة تنفيذ مشاهدته في الملعب . - أن تهتم الطالبة بتحميل اتجاهاتها السلوكية والبعد عن حب الذات . 	<ul style="list-style-type: none"> - تعليم مهارة نظر الكرة - تقوم الطالبات بتطبيق ما شاهدته في البرمجية ومن خلال جهاز الكمبيوتر في الملعب على النحو التالي . 	٦٠ ق	الجزء الرئيسي (التطبيق العملي) للبرمجية التعليمية في الملعب	٤-

تابع الوحدة التعليمية الثالثة

الأسبوع: الثالث
الزمن: ٩٠ دقيقة

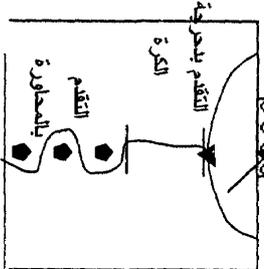
اليوم: الأربعاء
التاريخ: ٢٢ / ١٠ / ٢٠٠٣

الاشيكلات	الادوات والاجهزة	الاهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	اجزاء الدرس
٤ قاطرات	مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة معلومات عن وقفة الاستعداد الصحيحة ومساك المضرب الصحيح أثناء أداء مهارة نظر الكرة. - أن تستطيع الطالبة تنفيذ التعليمات الموجهة إليها من المعلمة. - أن تتعمر الطالبة بالسعادة والتشويق أثناء الأداء. 	<p>المستوى المنخفض :</p> <p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقف الطالبة ووقفة الاستعداد الصحيحة والمضرب مسائل جهة التقدم اليماني والمضرب يصنع زاوية ٤٥ درجة مع الأرض والوجه المسطح للمضرب يشير إلى جهة اليسار وتقوم الطالبة بأداء المهارة بدون كرة. 		
قاطرتين	كرات تنس كرات هوكي مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تتعرف الطالبة على بعض الأدوات المساعدة والدينية. - أن تؤدي الطالبة المهارة بطريقة صحيحة بكرة الهوكي. - أن تنتبه الطالبة وتتحكم في المضرب والكرة 	<p>التمرين الثاني :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بأداء المهارة بكرة التنس . - ثم استبدلها وأداء المهارة بكرة الهوكي. 		
قاطرتين	كرات هوكي مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيفية شرح مهارة نظرة الكرة . - أن تستطيع الطالبة نظرة الكرة لمسافة . • ايردة لتصل لزميلاتها . - أن تتعاون الطالبة مع زميلاتها عند أداء المهارة وتحافظ على سلامتها . 	<p>التمرين الثالث :</p> <ul style="list-style-type: none"> - طالبتان (أ ، ب) موجهتان المسافة بينهما • ايردة تقوم الطالبة (أ) بنظر الكرة لتصل إلى الطالبة (ب) ليتم التحويل] 		

تابع الوحدة التعليمية الثالثة

الأسبوع: الثالث
الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء
التاريخ: ٢٢ / ١٠ / ٢٠٢٣

م	أجزاء الدرس	الزمن	المحتوى	الأهداف السلوكية	الأدوات والأجهزة	التشكلات						
			<p>المستوى المتوسط:</p> <p>التمرين الأول:</p> <p>- التلقم بالمحاورة بين ٥ كرات طبية موزعة على مسافة ٢٠ ياردة ثم التلقم بالدرجسة لمسافة ٠ ياردة ثم التصويب على المرمى باستخدام مهارة نظر الكرة.</p>	<p>- أن تعرف الطالبة كيفية الربط بين مهارة نظر الكرة ومهارة أخرى تعلمتها .</p> <p>- أن تطبق الطالبة وتنفذ ما تعلمته عند أداء المهارة.</p> <p>- أن تعدل الطالبة اتجاهاتها السلبية وتكتسب القدرة على المبادرة في العمل</p>	كرات طبية كرات هوكي مضارب هوكي							
			<p>التمرين الثاني:</p> <p>- التصويب باستخدام مهارة نظر الكرة على حائط مقسم إلى أجزاء .</p> <p>- تقوم الطالبة بالتصويب على مربع (٤) ثم مربع (٥) ثم مربع (١)</p>	<p>- أن تعرف الطالبة وتحدد أفضل طرق التمرين</p> <p>- المناسبة لتعلم مهارة نظر الكرة.</p> <p>- أن تستطيع توجيه الكرة بدقة إلى المربع المشتر إليه.</p> <p>- أن تتبته الطالبة عند أداء المهارة.</p>	كرات هوكي مضارب هوكي	<table border="1" data-bbox="598 123 774 392"> <tr> <td>٣</td> <td>٢</td> <td>١</td> </tr> <tr> <td>٦</td> <td>٥</td> <td>٤</td> </tr> </table>	٣	٢	١	٦	٥	٤
٣	٢	١										
٦	٥	٤										

تابع الوحدة التعليمية الثالثة

الأسبوع: الثالث

الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء

التاريخ: ٢٢ / ١٠ / ٢٠٠٣

الاشكيات	الادوات والاجهزة	الاهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس	م
فاطرة	أطواق كرات هوكي مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبية كيفية ابتكار بعض التمرينات عند أداء المهارة . - أن تستطيع الطالبية نظر الكرة على الدائرة المرسومة على الأرض من مسافة ٦ ياردة - أن تهتم الطالبية وتعمل على تدعيم نقاط القوة وعلاج نقاط الضعف . 	<p>المستوى المرتفع :</p> <p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - التصويب بمهارة نظر الكرة على الدائرة المرسومة على الأرض يمكن الاستعانة بطوق بدلاً من الرسم على الأرض من مسافة ٦ ياردة . 			
فاطرة	أطواق مرقمة كرات هوكي مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تتذكر الطالبية ما شاهدته في البرمجية وتتمكن من شرح المهارة بأسلوبها شرحاً صحيحاً. - أن تستطيع الطالبية نظر الكرة في الدائرة المرسومة رقم (١) من على بعد ٧ ياردة. - أن يتتبعه وتركز الطالبية عند أداء المهارة. 	<p>التمرين الثاني :</p> <ul style="list-style-type: none"> - رسم ثلاث دوائر مرقمة على الأرض أو استبدال ذلك بأطواق - تقف الطالبية على بعد ٧ ياردة ثم تقوم بنظر الكرة على الدائرة رقم (١) 			

٣

١

٢

تابع الوحدة التعليمية الثالثة

الأسبوع : الثالث

الزمن : ٩٠ دقيقة

اليوم : الأربعاء

التاريخ : ٢٢ / ١٠ / ٢٠٠٣

م	أجزاء الدرس	الزمن	المحتوى	الأهداف السلوكية	الأدوات والأجهزة	الانشكليات
٥-	الانشاط الختامي	٣ ق	تمرينات استرخاء وتهنئة الجسم	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة نواحي القوة لديها فتدعيها والضعف فتعالجها عند أداء المهارة . - أن تستطيع الطالبة نظر الكرة على النواشر المشار إليها من على بعد مسافة ٧ ياردة. - أن تشارك الطالبة بإيجابية أثناء أداء المهارة وتمد يد العون لكل زميله محتاجة إلى ذلك . 	أطواق كرات هوكي مضارب هوكي	قاطرتين

الوحدة التعليمية الرابعة

المهارة المراد تعلمها : نظر الكرة

الأسبوع : الرابع

الزمن : ٩٠ دقيقة

اليوم : الأربعاء

التاريخ : ٢٩ / ١٠ / ٢٠٠٣

التشكيلات	الأدوات والأجهزة	الأهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس	م
قاطرتين	دفتري غياب	أن تتعاد الطالبة على النظام والقيادة وتنفيذ الأوامر	التحية وأخذ الغياب	٧ ق	أعمال إدارية	١-
قاطرتين انتشار قاطرتين		<ul style="list-style-type: none"> - أن تستطيع الطالبة أداء تمرينات بدنية لعناصر القدرة للرحلين والذراعين . - أن تكتسب الطالبة خبرات انفعالية سريرة . 	<ul style="list-style-type: none"> - الجري حول الملعب . - العدو بأقصى سرعة لمسافة ٥٠ م . - (وقوف) الوثب بالتبادل أماماً وخلفاً . - (وقوف) ثنى الجذع أماماً أسفل والضعف ثم مد الجذع عالياً والضعف . - (وقوف للذراعان عالياً) ثنى الركبتين على الصدر . - (وقوف ثنى الركبتين على الصدر) تبادل لف الجذع جانباً . - انبطاح تشبيك اليدين خلف الرأس . - رفع الجذع عالياً . 	٥ ق	الإحصاء العام	٢-

تابع الوحدة التعليمية الرابعة

الأسبوع: الرابع

الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء

التاريخ: ٢٩ / ١٠ / ٢٠٠٣

التشكلات	الأدوات والأجهزة	الأهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس	م
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة معلومات عن تمرينات لمرونة مفصل الركبة وأخرى لإطالة العضلات العاملة على العمود القفوي . - أن تمارس الطالبة والمرونة . - أن تتعود الطالبة بالمساعدة أثناء أداء التمرينات . 	<ul style="list-style-type: none"> - جلوس على الركبة اليمنى والضغط أماماً على الركبة اليسرى . - جلوس على الركبة اليسرى والضغط أماماً على الركبة اليمنى . - جلوس مد القدمين ومحاولة مسك المشطين ولمس الرأس للركبة . - (رقود النزاعين عالياً) ثنى الجذع أماماً لجلوس القرفصاء . - رقود تشبيك اللبدين خلف الرقبة ، رفع الجذع عالياً أسفل للمس الركبة بالمرقق المقابل . 	١٥ ق	<ul style="list-style-type: none"> الإعداد البدء الخاص 	٣-
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعمل الطالبة على تنمية قدرتها العقلية كتركيز الانتباه والإدراك والتذكر لما شاهدته في البرمجية وتطبيق ذلك في الملعب . - أن تستطيع الطالبة تطبيق مساهماته عند مواجهة الملعب . - أن تدبر الطالبة الحديد من الخسرات المماثلة بنفس القدرة على التعامل مع الوسائل التكنولوجية وتطبيق ذلك بنفس المهارة . 	<p>تقوم الطالبة بتطبيق ما شاهدته في البرمجية من خلال جهاز الكمبيوتر .</p>	٦٠ ق	<ul style="list-style-type: none"> الجزء الرئيسي (التطبيق العملي للبرمجية التعليمية فسي الملعب) 	٤-

تابع الوحدة التعليمية الرابعة

الأسبوع: الرابع

الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء

التاريخ: ٢٩ / ١٠ / ٢٠٢٣

م	أجزاء الدرس	الزمن	المحتوى	الأهداف السلوكية	الأدوات والأجهزة	الانتشيرات
			<p>المستوى المنخفض :</p> <p>التمرين الأول :</p> <p>- طالبان (أ ، ب) مواجهتان المسافة بينهما ١٥ ياردة .</p> <p>- تقوم إحدى الطالبتين بنظر الكرة للأخرى على أن تعبر الكرة حاجز ارتفاعه ٥٠سم ، موجود في منتصف المسافة (بنح التبدل)</p>	<p>- أن تعرف الطالبة كيفية اكتشاف نواحي القوة والضعف عند أداء المهارة .</p> <p>- أن تستطيع الطالبة نطس الكرة لمسافة ١٥ ياردة لتصل لزميلتها .</p> <p>- أن تحافظ الطالبة على سلامة زميلاتها عند أداء مهارة نظر الكرة .</p>		
			<p>التمرين الثاني :</p> <p>- توزع عدد ٥ أقماع على مسافة ٢٥ ياردة تقوم الطالبة بالجرى الزحاجي بين الأقماع وهي ممسكة بالمضرب وعند الوصول إلى خط النهاية تقوم بنظر الكرة .</p>	<p>- أن تعرف الطالبة كيفية استغلال الإمكانيات المتاحة عند أداء المهارة .</p> <p>- أن تستطيع الطالبة أداء المهارة من الحركة - أن تترم الطالبة بالنتشيرات التي تضعها لئهل المعلمة .</p> <p>- أن تتجه الطالبة إلى الاعتماد على النفس والتخلي عن السلبية .</p>		
			<p>المستوى المتوسط :</p> <p>التمرين الأول :</p> <p>- نفس التمرين السابق بحيث تقوم الطالبة بالتصويب بهارة نظر الكرة على مربع (١) ثم مربع (٢) ثم مربع (٣)</p>	<p>- أن تعمل الطالبة على تنمية قدراتها العقلية عند أداء المهارة .</p> <p>- أن تستطيع الطالبة التحكم في أجزاء جسمها أثناء أداء المهارة .</p> <p>- أن تتشارك الطالبة بليجالية أثناء أداء المهارة .</p>	كرات هوكي مضارب هوكي	فاطرة

تابع الوحدة التعليمية الرابعة

الأسبوع: الرابع
الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء
التاريخ: ٢٩ / ١٠ / ٢٠٠٣

م	أجزاء الدرس	الزمن	المحتوى	الأهداف السلوكية	الأدوات والأجهزة	التشكيلات
			<p>التمرين الثالثي :</p> <ul style="list-style-type: none"> - التصويب بهارة نظر الكرة على مربع (٢) ثم (٤) ثم (٦) - وبالتوالي مربع (١) ثم (٣) ثم (٥) 	<p>أن تعرف الطالبة وتوضح المشاكل التي تواجهها أثناء أداء المهارة .</p> <ul style="list-style-type: none"> - أن تربط الطالبة بين أجزاء الجسم المختلفة أثناء أداء المهارة. - أن تنتبه توازن الطالبة بين النظر الى الكرة وكذلك الى المربع المطلوب وصول الكرة إليه. 	<p>أطواق كرات هوكي مضارب هوكي</p>	<p>فاطرة</p>
			<p>المستوى المرتفع :</p> <p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - التصويب على هدف مثبت اعلى المرمى من مسافة ٧ ياردة . - التصويب بهارة نظر الكرة على الهدف ١ . - ثم التصويب على الهدف ٢ . 	<p>أن تعرف الطالبة وتحدد التوقيت المناسب والمكان المطلوب لأداء المهارة.</p> <ul style="list-style-type: none"> - أن تستطيع الطالبة التصويب على هدف مثبت في المرمى من مسافة ٧ ياردة. - أن تنتبه الطالبة وتوازن بين النظر الى الكرة وكذلك إلى الهدف المطلوب وصول الكرة إليه وتصبر على بذل الجهد حتى يكتمل الأداء . 		<p>فاطرة</p>

تابع الوحدة التعليمية الرابعة

الأسبوع: الرابع

الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء

التاريخ: ٢٩ / ١٠ / ٢٠٢٣

م	أجزاء الدرس	الزمن	المحتوى	الأهداف السلوكية	الأدوات والأجهزة	التشكيلات
			<p>التمرين الثاني :</p> <p>- تصويب ١٠ كرات هوكي على المرمى بمهارة نظر الكرة من مسافة ٧ ياردة على أن تحتسب الكرة التي تدخل في الهدف .</p>	<p>- أن تعرف الطلبة كيفية توزيع الجهد المبدول خلال فترة الأداء . - أن تستطيع الطلبة تصويب ١٠ كرات على المرمي من مسافة ٧ ياردة. - أن تركز الطلبة عند أداء المهارة.</p>	<p>كرات هوكي مضارب هوكي</p>	<p>فاطرة</p>
			<p>التمرين الثالث :</p> <p>- طالبان (أ ، ب) على خط واحد تقوم الطلبة (ب) بالجرى السريع للأمام لاستقبال الكرة القادمة من الطلبة (أ) ليجرى بها في خط مستقيم ليمرر ما مرة أخرى إلى من الطلبة (أ) بعد ما ينتهي من اجتياز الحواجز المفتوحة ليستقبل الكرة على حدود دائرة التصويب ويدخل بها الدارة ويصوب على المرمي . - مع ملاحظة أن جميع التمريرات والتصويب على المرمى باستخدام مهارة نظر الكرة .</p>	<p>- أن تعرف الطلبة كيفية إيداء رأسها في البرمجية التعليمية المستخدمة في تعلم مهارة نظر الكرة . - أن تؤدي الطلبة المهارة في وجود زميلة وكذلك مع الحركة. - أن تكتسب الطلبة القدرة على العمل الجماعي ومد يد العون لكل زميله محتاجة لذلك .</p>	<p>كرات هوكي مضارب هوكي</p>	<p>فاطرتين</p>
٥	النشــــــــــــــــاط	٣ ق	تمرينات استرخاء وتهيئة الجسم	- عودة الجسم إلى حالته الطبيعية وشعور الطالبات بالسعادة والرضا .		

الوحدة التعليمية الخامسة

المهارة المراد تعلمها : غرف الكرة

الأسبوع : الخامس
الزمن : ٩٠ دقيقة

اليوم : الأربعاء

التاريخ : ٢٠٠٣ / ١١ / ٥

م	أجزاء الدرس	الزمن	المحتوى	الأهداف السلوكية	الادوات والأجهزة	التشكيلات
١-	أعمال إدارية	٧ ق	التحية وأخذ الغياب	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعتاد الطالبة على النظام والقيادة وتنفيذ الأوامر . 	دفتر غياب	قاطرتين
٢-	الإحصاء العام	٥ ق	<ul style="list-style-type: none"> - الجري حول الملعب . - العدو بأقصى سرعة مدة ١٠ ثواني . - (وقوف) ثنى الجذع أماماً أسفل والضغط ثم مد الجذع جانبياً والضغط . - (وقوف فتحاً) النزاعان جانبياً تبادل لف الجذع جانبياً . - (وقوف مواجهة للزميل . اللدين تشبيك) ثنى ومد الزراعين . - (رقود . ثنى الركبتين على الصدر) تبادل لف الجذع جانبياً . 	<ul style="list-style-type: none"> - أن تستطيع الطالبة أداء تمرينات تساعدها على اكتساب الصفات البدنية المرتبط بمهارة غرف الكرة . - أن تكتسب الطالبة الروح الرياضية والتعاون مع زميلاتها أثناء أداء التمرينات . 		

تابع الوحدة التعليمية الخامسة

الأسيوع: الخامس

الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء

التاريخ: ٢٠٠٣ / ١١ / ٥

الاشكيات	الادوات والاجهزة	الاهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	اجزاء الدرس	م
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة على أجزاء جسمها المستخدمة أثناء أداء مهارة غرف الكرة . - أن تستطيع الطالبة أداء تمرينات لمرونة مفصل الركبة . - أن تستطيع الطالبة أداء تمرينات لتتمية العمل لمضلات البطن وتقوية الذراعين . - أن تشعر الطالبة بالسعادة والتشويق أثناء أداء التمرينات . 	<ul style="list-style-type: none"> - (وقوف فتحاً) محاولة لمس الكفين للأرض . - جلوس على الركبة اليمنى والضغط أماماً على الركبة اليسرى . - جلوس على الركبة اليسرى والضغط أماماً على الركبة اليمنى . - جلوس طويل تشبيك اليدين خلف الرقبة رفع الرجلين أماماً عالياً . - (رقود الاستناد على المرفقين رفع الرجلين) مع ثني الركبتين ثم مددهما . - انبساط ثني ومد الذراعين . 	١٥ ق	إعداد بنفسي خاص	٣-
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تتذكر الطالبة ما شاهدته في البرمجية من معارف ومعلومات . - أن تستطيع الطالبة تطبيق ما شاهدته في الملعب . - أن تكتسب الطالبة خبرات انفعالية سارة عند أداء المهارة . 	<p>تعليم مهارة غرف الكرة تقوم الطالبات بتطبيق ما شاهدته في البرمجية ومن خلال جهاز الكمبيوتر في الملعب على النحو التالي .</p>	٦٠ ق	الجزء الرئيسي (التطبيق العملي) للبرمجية التعليمية في الملعب	٤-

تابع الوحدة التعليمية الخامسة

الأسيبوع : الخامس

الزمن : ٩٠ دقيقة

اليوم : الأربعاء

التاريخ : ٢٠٠٣ / ١١ / ٥

التشكيلات	الأدوات والأجهزة	الأهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس	م
ثلاث قاطرات	مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة معلومات عن وقفة الاستعداد الصحيحة ومساك المضرب الصحيح أثناء أداء مهارة غرف الكرة. - أن تستطيع الطالبة تنفيذ التعليمات الموجهة إليها من المعلمة . - أن تتقبل الطالبة توجيهات المعلمة أثناء لداء المهارة وتتسع بالمساعدة والتشويق أثناء الأداء . 	<p>المستوى المنخفض :</p> <p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقف الطالبة وقفة الاستعداد الصحيحة مع مسك المضرب . - تقوم الطالبة بأداء المهارة ولكن بدون كرة وذلك بعمل الحركة العكسية باليدين (حركة الجاروف) . 			
قاطرتين	كرات تنس و هوكي مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيفية استخدام الأدوات البدلية وكيفية التعامل معها أثناء تعلم مهارة غرف الكرة . - أن تتمكن الطالبة من أداء المهارة بكرة الهوكي . - أن تجمع الطالبة بين تحمل المسؤولية وحب العمل واحترامه . 	<p>التمرين الثاني :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بأداء المهارة ولكن بكرة تنس وتحاول غرف الكرة إلى أقصى مدى . 			

تابع الوحدة التعليمية الخامسة

الأسبوع: الخامس
الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء
٢٠٠٣ / ١١ / ٥ التاريخ

التشكيلات	الأدوات والأجهزة	الأهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدروس
قاطرتين	شبكة كرة طائرة كرات هوكي ومضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تفهم الطلبة وتكتب بليجان الخطوط التعليمية الخاصة بأداء مهارة غرف الكرة. - أن تتمكن الطلبة من غرف الكرة إلى الزميلة في خط مستقيم . - أن تتعاون الطلبة مع زميلاتها وتحافظ على سلامتها عند أداء المهارة . 	<p>التمرين الثالث :</p> <ul style="list-style-type: none"> - غرف الكرة باستخدام كرة الهوكي بين طالبتين المسافة بينهما ١٦ ياردة . 		م
قاطرتين	كرات هوكي مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطلبة وتحدد المسافة المناسبة لارتفاع الكرة في مهارة غرف الكرة. - أن تتمكن الطلبة من غرف الكرة في وجود خصم سلبي . - أن تحافظ الطلبة على سلامة زميلاتها أثناء أداء مهارة غرف الكرة. - أن تعرف الطلبة وتحدد المكان المتوقع سقوط الكرة فيه عند أداء المهارة. - أن تتمكن الطلبة من غرف الكرة في وجود زميلة لها . - أن تتعاون الطلبة مع زميلاتها أثناء المهارة وتحافظ على سلامتها أثناء أداء المهارة . 	<p>المستوى المتوسط :</p> <p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - غرف الكرة بين طالبتين المسافة بينهما ١٦ ياردة على أن تعبر الكرة الحاجر الموجود في المنتصف . <p>التمرين الثاني :</p> <ul style="list-style-type: none"> - طالبتان مواجهتان المسافة بينهما ٢٠ ياردة وطالبة ثالثة في المنتصف تحاول إعاقة التمريرة . 		

تابع الوحدة التعليمية الخامسة

الأسبوع: الخامس

الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء

التاريخ: ٢٠٠٣ / ١١ / ٥

التشكيلات	الأدوات والأجهزة	الأهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس	م
فاطرة	كرات طبية مضارب هوكي كرات هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة وتحدد التوقيت المناسب لأداء مهارة غرف الكرة. - أن تستطيع الطالبة الربط بين مهارة سبق تعلمها [المحاورة و بين مهارة غرف الكرة] - أن تشجع الطالبة زميلاتها أثناء أداء المهارة . وتقيم زميلاتها تقيماً صحيحاً باستمرار . 	<p>التمرين الثالث :</p> <ul style="list-style-type: none"> - التتقدم بالمحاورة بين الكرات العظيمة ثم التصويب على المرعى بمهارة غرف الكرة. 			
فاطرتين	أطواق كرات هوكي مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيفية ابتكار بعض التمرينات المساعدة عند تعلم المهارة . - أن تستطيع الطالبة غرف الكرة من مسافة ٨ ياردة بحيث يتم نزولها في الطوق الموضوع على الأرض . - أن تشجع الطالبة بالثقة في نفسها وعند أدائها المهارة . 	<p>المستوى المرتفع :</p> <p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تتف الطالبة على بعد ٧ ياردة مسن دائرية مرسومة على الأرض أو طوق . - ثم تقوم بالتصويب باستخدام مهارة غرف الكرة بحيث يتم نزول الكرة فسي الطوق الموضوع على الأرض . 			

تابع الوحدة التعليمية الخامسة

الأسبوع: الخامس

الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء

التاريخ: ٢٠٠٣ / ١١ / ٥

م	أجزاء الدرس	الزمن	المحتوى	الأهداف السلوكية	الاتجاهات والأجهزة	التشكيلات
٥-	النشاط الختامي	٣ ق	تمزيقات استرخاء وتهلئة الجسم			
			<p>التمرين الثالث :</p> <p>- نفس التمرين السابق ويقوم الطلبة بعرض الكرة على الدائرة رقم (٤) ثم رقم (١) .</p>	<p>- أن تعمل الطالبة على تنمية قدراتها العقلية عند أداء المهارة .</p> <p>- أن تستطيع الطالبة غرف الكرة على الدائرة المذكورة من مسافة ١٠ ياردة.</p> <p>- أن تشارك الطالبة بإيجابية أثناء أداء المهارة وتتخلي عن السلبية أثناء أداء المهارة .</p> <p>- أن تعرف الطالبة كيفية توزيع الجهد المبذول خلال فترة أداء المهارة.</p> <p>- أن تطبق الطالبة وتتقن ما تعلمته عند أداء المهارة.</p> <p>- أن تنتبه الطالبة وترتكز عند أداء المهارة غرف الكرة وتشعر بالسعادة والتشويق .</p>	<p>أطواق</p> <p>كرات هوكي</p> <p>مضارب هوكي</p>	
			<p>التمرين الثاني</p> <p>- رسم خمس دوائر مرقمة على الأرض أو استبدال ذلك بأطواق .</p> <p>- تقف الطالبة على بعد ١٠ ياردة ثم تقوم بغرف الكرة على الدائرة رقم (٣) ثم (٥) ثم رقم (٢) .</p>			

الوحدة التعليمية السادسة

المهارة المراد تعلمها : غرف الكرة

اليوم : الأربعاء

الزمن : ٩٠ دقيقة

التاريخ : ١٢ / ١١ / ٢٠٠٣

الاشكليات	الادوات والاجهزة	الاهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	اجزاء الدرس	م
قاطرتين	دفتر غياب	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعتاد الطلبة على النظام والقيادة وتنفيذ الأوامر . - أن تؤدي الطلبة تمرينات بدنية لعناصر القدر على الرطين . - أن تؤدي الطلبة تمرينات بدنية لعناصر القدر على الذراعين . - أن تجمع الطلبة بين القدر على تحمل المسؤولية والسعادة أثناء الأداء . 	<ul style="list-style-type: none"> - التحية وأخذ الغياب - الجري حول الملعب . - العدو لمسافة ٥٠ م . - (وقوف فتحاً) الوثب بالتبادل أماماً وخلفاً . - (وقوف فتحاً) ثشي الجذع أماماً أسفل والضغط . - (وقوف) الطمن جانباً . - (وقوف) الطمن أماماً . - ووقوف رفع الذراعين جانباً والفتات . - (وقوف الذراعين جانباً) عمل دوائر بالذراعين . 	٧ ق	أعمال إدارية	١-١
				٥ ق	الإحصاء العام	٢-٢

تابع الوحدة التعليمية السادسة

الأسبوع: السادس

الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء

التاريخ: ١٢ / ١١ / ٢٠٠٣

الانشيطات	الأدوات والأجهزة	الأهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس	م
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة المعلومات عن كيفية الوصول بالمضلات العاملة إلى أقصى مدى ممكن . - أن تستطيع الطالبة أداء تمرينات المرتبطة ببعض الصفات البدنية المرتبطة بمهارة غسرف الكرة . - أن تستطيع الطالبة أداء اطالات مختلفة لأجزاء مختلفة من الجسم . - أن تتبته الطالبة وتحافظ على سلامة زميلاتها أثناء الأداء . 	<ul style="list-style-type: none"> - (وقوف رفع الرجل اليمنى أماماً على حاسر) ثنى الجذع أماماً والضغط . - (وقوف رفع الرجل اليسرى أماماً على حاسر ثنى الجذع أماماً والضغط . - (وقوف ثبات الوسط) الرجل اليمنى أماماً زاوية قائمة خفض الرجل أسفل أماماً جانبياً . - (وقوف . ثبات الوسط) الرجل اليسرى أماماً زاوية قائمة خفض الرجل أسفل أماماً جانبياً . - انطاح تشبيك اليدين خلف الرقبة . رفع الجذع والرجلين عاليًا . - (انطاح) الزميل مسك القميص والمش للأمام . 	١٥ ق	<ul style="list-style-type: none"> الإعــــــــداد البدــــــــنى الخاص 	٣-
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيفية تسمى القسرة على التحيل والابتكار أثناء مشاهدة البرمجية وتطبيق ذلك في الملعب . - أن تتذكر الطالبة ما شاهدته في البرمجية وتطبيقه صلياً في الملعب . - أن تستطيع الطالبة تطبيق ما شاهدته في البرمجية في الملعب . - أن تتبته الطالبة إلى التحكم في الانفعالات أثناء أداء المهارة . 	<ul style="list-style-type: none"> تعليم مهارة غسرف الكرة تقوم الطالبة تطبيق ما شاهدته في البرمجية من خلال جهاز الكمبيوتر في الملعب على النحو التالي . 	٦٠ ق	<ul style="list-style-type: none"> الجزء الرئيسي (التطبيق العملي لبرمجية التعليمية في الملعب) 	٤-

تابع الوحدة التعليمية السادسة

الأسبوع: السادس
الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء
التاريخ: ٢٠٠٣ / ١١ / ١٢

الانتشيرات	الأدوات والأجهزة	الأهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس	م
قاطرتين	حواجز كرات هوكي مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة وتحدد أفضل الطرق المناسبة لتعليم مهارة غرف الكرة . - أن تتمكن الطالبة من غرف الكرة لمسافة ٥ اyard. - أن تتقبل الطالبة أخطاء الزميلة عند أداء المهارة وتمد يد العون لها . 	<p>المستوى المنخفض :</p> <p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - غرف الكرة بين طالبتين المسافة بينهما ٦ اyard على أن تعبر الكرة الحاجر ارتفاعه اyard في المنتصف . 			
قاطرتين		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيفية استغلال الإمكانيات المتاحة لها عند تعلم مهارة غرف الكرة - أن تستطيع الطالبة غرف الكرة لمسافة ٢٠ ياردة على أن تعبر حاجر ارتفاعه اyard - أن تهتم الطالبة عوامل الأمن والسلامة أثناء أداء المهارة. 	<p>التمرين الثاني :</p> <ul style="list-style-type: none"> - غرف الكرة بين طالبتين المسافة بينهما ٢٠ ياردة على أن تعبر الكرة حاجر ارتفاعه ١ ياردة. 			
قاطرة	كرات هوكي مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تفهم الطالبة كيفية ربط جوانب تعلم مهارة غرف الكرة . - أن تتمكن الطالبة من أداء المهارة عقب الجري ٣٠ ياردة . - أن تركز الطالبة عند أداء مهارة غرف الكرة 	<p>التمرين السادس :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بالجرى ٢٥ ياردة وعند خط النهاية توضع الكرة وعند وصول الطالبة إليها تقوم بغرف الكرة وعمل المتابعة بالمضرب للكرة . 			

تابع الوحدة التعليمية السادسة

الأسبوع: السادس

الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء

التاريخ: ٢٠٠٣ / ١١ / ١٢

الاشكالات	الأدوات والأجهزة	الأهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس	م
قاطرة	كرات هوكي مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تستطيع الطالبة على تنمية قدراتها العقلية عند أداء المهارة . - أن تستطيع الطالبة أداء مهارة غرف الكرة على في اتجاه المربع (٣) . - أن تشعر الطالبة بالثقة بالنفس وبأدائها للمهارة وتدعم نواحي القوة وتعالج الضعف في أدائها . 	<p>المستوى المتوسط :</p> <p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - التصويب باستخدام مهارة غرف الكرة على حائط مقسم إلى أجزاء وتقوم الطالبة بغرف الكرة في المربع (٢) 			
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة وتوضح المشاكل التي تواجهها الطالبة أثناء أداء المهارة . - أن تؤدي الطالبة التصويب باستخدام مهارة غرف الكرة نحو المربع المطلوب بدقة . - أن تتبهن الطالبة وتوازن بين النظر الى الكرة وكذلك الى المربع المطلوب غرف الكرة في اتجاه . 	<p>التمرين الثالث :</p> <ul style="list-style-type: none"> - نفس التمرين السابق ولكن تقوم الطالبة في هذا التمرين بغرف الكرة (١) جهة اليمين ثم في المربع (١) جهة اليسار 			

تابع الوحدة التعليمية السادسة

الأسبوع: السادس

الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء

التاريخ: ١٢ / ١١ / ٢٠٠٣

الانشكبات	الأدوات والأجهزة	الأهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس	م
فاطرة	كرات هوكي مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تربط الطالبة بين مهارة غررف الكرة ومهارة سيق تعلمها. - أن تستطيع الطالبة التحكم في أجزاء جسمها أثناء أداء مهارة غررف الكرة. - أن تتشعر الطالبة بتحمل المسؤولية والانضباط والصبر حتى يكتمل الأداء . 	<p>التمرين الثالث :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بالجرى بدأ من خط البداية باستخدام مهارة اللتقم بالحرجة حتى خط النهاية [على بعد ٧ ياردة من المربع المقسم] - تقوم الطالبة بعرف الكرة في المربع (٢) يمين - ثم في المربع (١) وأخيراً في المربع (٢) يسار . 			
فاطرة	أطواق كرات هوكي مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيفية المقاضلة بين مهارة غررف الكرة ومهارات أخرى سيق تعلمها . - أن تستطيع الطالبة التصويب على الطوق من مسافة ٠ ياردة. - أن تتشعر الطالبة بالالتزام وتعمل على تنمية السمات الشخصية الحميدة . 	<p>المستوى المرتفع :</p> <p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تثبيت طوق في عارضه المرمى - تقوم الطالبة بالتصويب على الطوق من مسافة ٧ ياردة . 			

تابع الوحدة التعليمية السادسة

الأسبوع: السادس

الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء

التاريخ: ٢٠٠٣ / ١١ / ١٢

م	أجزاء الدرس	الزمن	المحتوى	الأهداف السلوكية	الاتوات والاجهزة	التشكلات			
٥	النفس الخاتمي	٣ ق	تمرينات استرخاء وتهنئة الجسم	<ul style="list-style-type: none"> - أن تتذكر الطالبة عن أهمية مهارة غررف الكرة. - أن تستطيع الطالبة تصويب ١٠ كرات على الهدف المثبت في المرمى من مسافة ٨ ياردة. - أن تشعر الطالبة بالثقة في النفس والتحكم في انفعالاتها أثناء أداء المهارة . 	<ul style="list-style-type: none"> - أن تتعرف الطالبة كيفية توزيع الجهد المنول خلال فترة أداء المهارة . - أن تستطيع الطالبة تصويب ١٥ كرة على الهدف المثبت في أقل زمن ممكن - أن تجمع الطالبة بين الصبر على بذل الجهد والسعادة وحب العمل وذلك حتى يتسم أداء المهارة بالصورة المطلوبة . 	<ul style="list-style-type: none"> - عودة الجسم إلى حالته الطبيعية - شعور الطالبات بالسعادة والرضا . 	<ul style="list-style-type: none"> - تمرينات الثالث : - تصويب ١٥ كرة على الهدف المثبت (طوق) في المرمى في أقل زمن ممكن . 	<ul style="list-style-type: none"> - أطواق - كرات هوكي - مضارب هوكي 	<ul style="list-style-type: none"> - قاطرة

الوحدة التعليمية السابع

المهارة المراد تعلمها : ضرب الكرة بالوجه المسطح

الأسبوع : السابع

اليوم : الأربعاء

الزمن : ٩٠ دقيقة

التاريخ : ٢٠٠٣ / ١١ / ١٩

م	أجزاء الدرس	الزمن	المحتوى	الأهداف السلوكية	الأدوات والأجهزة	التشكيلات
١-	أعمال إدارية	٧ ق	التحية وأخذ الغياب الجرى حول الملعب . العدو لمسافة ٥٠ م . وقوف فتحةً النزاعاً جانباً تبادل لف الجذع جانباً . وقوف) ثنى الجذع أماماً أسفل والضغط ثم مد الجذع عالياً والضغط . - (رقود . النزاعين عالياً) ثنى الركبتين على الصدر . - (رقود ثنى الركبتين على الصدر) تبادل لف الجذع جانباً . - (رقود) رفع الركبتين ٤٥° والنبات .	- أن تعتاد الطالبة على النظام والقيادة وتتفقد الأوامر . - أن تعرف الطالبة معلومات عن كيفية تهيئتها بدنياً من خلال ممارسة بعض التمرينات البدنية . - أن تستطيع الطالبة العدو لمسافة ٥٠ م في أقل زمن ممكن . - أن تؤدي الطالبة تمرينات بدنية تساعدها عند أداء مسهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . - أن تكتسب الطالبة حب العمل واحترامه .	دفتر غياب	فاطرين
٢-	الإحصاء العام	٥ ق				

تابع الوحدة التعليمية السابعة

الأسبوع: السابع

الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء

التاريخ: ٢٠٠٣ / ١١ / ١٩

التمهيديات	الأدوات والأجهزة	الأهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس	م
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة معلومات عن كيفية عمل إطلاات مختلفة لأجزاء مختلفة من الجسم . - أن تستطيع الطالبة الوصول بالعضلات العاملة إلى أقصى درجة ممكنة . - أن تحلل الطالبة اتجاهاتها السلبية وتكتسب التكيف والتعاون مع زميلاتها . 	<ul style="list-style-type: none"> - (وقوف موازنة) رفع الرجل اليمنى أماماً زاوية قائمة مسك قدم الرجل) تبادل خفض الرجل أسفل - (وقوف موازنة) رفع الرجل اليسرى أماماً زاوية قائمة مسك قدم الرجل) تبادل خفض الرجل أسفل . - جلوس حواجز (مسك مشط القدم اليمنى) . - جلوس حواجز (مسك مشط القدم اليسرى) . - جلوس ضم القدمين ومحاولة مسك المشطين ولمس الرأس للراكبة . - رفود تشبيك اليدين خلف الرقبة ، رفع الجذع عالياً أسفل للامس الركبة بالمرق المعاكس . - جلوس طويلاً تشبيك اليدين خلف الرقبة رفع الرجلين أماماً عالياً . - (رفود الامتداد على السرقتين) رفع الرجلين مع شئ الراكبتين ثم مدحهما . - ابتساح ورفع الرجلين عالياً ثم فتحهما . 	١٥ ق	إعداد بندي خاص	٣-
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة معلومات عن كيفية تنمية الجوانب العقلية كتركيز الانتباه والإدراك والتذكر عند أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . - أن تستطيع الطالبة أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح كما شاهدها في البرمجة . - أن تتشارك الطالبة ببلجانية أثناء أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . 	<ul style="list-style-type: none"> - تعليم مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح - تقوم الطالبات بتطبيق ما شاهدهن في البرمجة ومن خلال جهاز الكمبيوتر في الملعب على النحو التالي . 	٦٠ ق	الجزء الرئيسي (التطبيق العملي للبرمجة التعليمية في الملعب	٤-

تابع الوحدة التعليمية السابعة

الأسبوع: السابع
الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء
التاريخ: ٢٠٠٣ / ١١ / ١٩

الاشكليات	الأدوات والأجهزة	الأهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس	م
مربع ناقص ضلع	مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تتعرف الطالبة على أجزاء جسمها المستخدمة أثناء أداء المهارة . - أن تستطيع الطالبة تنفيذ التعليمات الموجهة إليها من المعلمة . - أن تتعبر الطالبة بالسعادة والتشويق وتكتسب الروح الرياضية . 	<p>المستوى المنخفض :</p> <p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقف الطالبة وفة الاستعداد مع مسك المضرب . - تقوم الطالبة بأداء المهارة بدون كرة لأخذ الإحساس بحركة المرجة وضرب الكرة . 			
قاطرتين	كرات تنس وهوكي مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تتعرف الطالبة على الخطوات التعليمية لمهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . - أن تتمكن الطالبة من ضرب الكرة بالوجه المسطح بكرة الهوكي . - أن تنتبه الطالبة وتستطيع التحكم في الانفعالات أثناء أداء المهارة . 	<p>التمرين الثاني :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بأداء المهارة ولكن بكرة تنس وتحاول ضرب الكرة بالوجه المسطح . 			
صفين	كرات هوكي مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تتعرف الطالبة على كيفية الأداء السليم لمهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . - أن تستطيع الطالبة أداء المهارة من مسافة ١٠ ياردة . - أن تتعبر الطالبة بتحمل المسئولية وروح التعاون بين الجماعة . 	<p>التمرين الثالث :</p> <ul style="list-style-type: none"> - ضرب الكرة بالوجه المسطح باستخدام كرة هوكي بين طالبتين المسافة بينهما ٥ ياردة . 			

تابع الوحدة التعليمية السابعة

الأسبوع: السابع
الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء
التاريخ: ٢٠٠٣ / ١١ / ١٩

التشكيلات	الأدوات والأجهزة	الأهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس	م
مئث من ثلاث طالبات	كرات هوكي مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> أن تتعرف الطالبة على كيفية الأداء المسلم لمهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . أن تؤدي الطالبة المهارة في وجود زميلة . أن تعدل الطالبة اتجاهاتها السلوكية وتعمل على التعاون مع زميلاتها وإتساء السروح الرياضية أثناء أداء المهارة . 	<p>المستوى المتوسط :</p> <p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> مئث من ثلاث طالبات المسافة بين كل طالبة والأخرى ١٠ ياردة . تقوم الطالبة (أ) بضرب الكرة بالوجه المسطح إلى الطالبة (ب) وتقوم هي بالثوالي بضرب الكرة إلى الطالبة (ج) . <p>التمرين الثاني :</p> <ul style="list-style-type: none"> مربع من أربع طالبات المسافة بين كل طالبة والأخرى ٢٠ ياردة . يوجد من المسافات (بين الأضلاع) قوائم مبنية (في كل ضلع قائمين المسافة بينهما ٤ ياردة) . تقوم الطالبة (أ) بضرب الكرة بحيث تمر من بين القائمين إلى الطالبة (ب) ثم تقوم (ب) بضرب الكرة إلى (ج) ثم (ج) إلى (د) 			
مربع		<ul style="list-style-type: none"> أن تعرف الطالبة وتحدد أفضل طرق التدريب المناسبة لتعلم مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . أن تؤدي الطالبة المهارة بدقة وانسيابية . أن تتقد الطالبة زميلاتها باستمرار تقداً صحيحاً وفي نفس الوقت تشجيعهم على الأداء الصحيح . 				

تابع الوحدة التعليمية السابعة

الأسبوع: السابع
الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء
التاريخ: ٢٠٠٣ / ١١ / ١٩

التشكيلات	الأدوات والأجهزة	الأهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس	م
قاطرة	كرات طبية أفصاح كرات هوكي مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيفية توضيح المشاكل التي واجهتها أثناء أداء المهارة . - أن تطبق الطالبة وتقد ما تعلمته عند أداء المهارة . - أن تتعرض الطالبة باللقطة في أدائها وتتعلم التحكم في الانفعالات أثناء أداء المهارة . - أن تعرف الطالبة كيفية توزيع الجهد المبذول خلال فترة أداء المهارة . - أن تستطيع الطالبة الربط بين مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح ومهارة أخرى سبق تعلمها . - أن تعثر الطالبة بالربعة في المبادأة والاضبط في العمل أثناء أداء المهارة . 	<p>التمرين الثالث :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بالتصويب على المر في من خارج دائرة التصويب على هدف مصغر (طوق) داخل المرمي من اتجاهات مختلفة لزيادة دقة الأداء . <p>المستوى المرتفع :</p> <p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بالتقدم بالكرة من بين الكرات الطبية باستخدام مهارة المحاورة ثم تقوم بالتغير بعد آخر كرة طبية إلى التقدم بالدرجة ثم - تقوم بحركة دوران حول القمع ليكمل التقدم بالكرة باستخدام مهارة التقدم بالدفع . - لتقوم بالتصويب على المرمي بمهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح من على حدود دائرة التصويب . 			

تابع الوحدة التعليمية السابعة

الأسبوع: السابع
الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء
التاريخ: ١٩ / ١١ / ٢٠٠٣

التشكيلات	الأدوات والأجهزة	الأهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس	م
فاطرة	مقعد سويدي مضارب هوكي كرات هوكي	<ul style="list-style-type: none"> أن تتعرف الطالبة على كيفية استخدام الأدوات والتعامل معها أثناء أداء المهارة . أن تتمكن الطالبة من أداء المهارة في وجود خصم سلمي . أن تشارك الطالبة بلوجائية وتتخطى عن السلبية أثناء أداء المهارة . 	<p>التمرين الثالث :</p> <ul style="list-style-type: none"> تقوم الطالبة بالتصويب على مقعد سويدي مقلوب والجرى بأقصى سرعة لاستقبال الكرة مرة أخرى والادخول في دائرة التصويب للتصويب على المرمى . 			
فاطرة		<ul style="list-style-type: none"> أن تعرف الطالبة كيفية إيداء رأسها في البرمجة التعليمية المستخدمة في تعلم مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . أن تتمكن الطالبة أداء المهارة بانسيابية ودقة وبالتسلسل المطلوب منها . أن تتعر الطالبة بتحمل المسؤولية والسعادة والتشويق أثناء أداء المهارة . 	<p>التمرين الثالث :</p> <ul style="list-style-type: none"> تقوم الطالبة بالتصويب من الجهة اليمنى على مقعد سويدي مقلوب في الجهة اليسرى وتجرى بأقصى سرعة لاستقبال الكرة ومرة أخرى لتتقدم بها بصورة قطرية في الملعب جهة اليسار لتصوبها مرة أخرى على مقعد سويدي مقلوب في الجهة اليمنى وتجرى بسرعة لاستقبالها على حدود دائرة التصويب لتصوبها بقوة داخل المرمى . 			
		<ul style="list-style-type: none"> عودة الجسم إلى حالته الطبيعية وشعور الطالبات بالسعادة والرضا . 	<p>تمرنات استرخاء وتهئة الجسم</p>	٣ ق	النشاط الختامي	٥-

الوحدة التعليمية الثامنة

اليوم : الأربعاء الأسبوع : الثامن المهارة المراد تعلمها : ضرب الكرة بالوجه المسطح
التاريخ : ٢٦ / ١١ / ٢٠٢٣ الزمن : ٩٠ دقيقة

م	أجزاء الدرس	الزمن	المحتوى	الأهداف السلوكية	الانوات والأجهزة	التشكيلات
١	أعمال إدارية	٧ ق	التحية وأخذ الغياب الجرى حول الملعب . - العدو لمسافة ٥٠ م . - وقوف (الوقوف) الوتب بالتبادل اماماً وخلفاً . - وقوف فتحاً) ثنسى الجذع أماماً أسفل والضغط . - وقوف فتحاً) النزاعن جانباً تبال لف الجذع جانباً . - وقوف) رفع النزاعين جانباً و الثبات . - وقوف النزاعين جانباً) عمل دوائر بالنزاعين . - إبطاح تشبيك اليدين خلف الرأس) رفع الجذع عاليًا .	<ul style="list-style-type: none"> - أن تتعاد الطالبة على النظام والقيادة وتنفيذ الأوامر . 	دفر غياب	قاطرتين
٢	الإحصاء العام	٥ ق		<ul style="list-style-type: none"> - أن تفهم الطالبة ديناميكية عمل العضلات أثناء أداء التمرينات . - أن تعرف الطالبة معلومات عن كيفية تنفيذها بدنياً وذلك ممن خلال ممارسة بعض التمرينات الدينية . - أن تستطيع الطالبة أداء تمرينات دينية مختلفة تساعدها عند أداء مسهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . - أن تتمى لدى الطالبة السمات الشخصية الحميدة . 		

تابع الوحدة التعليمية الثامنة

الأسبوع : الثامن

الزمن : ٩٠ دقيقة

اليوم : الأربعاء

التاريخ : ٢٦ / ١١ / ٢٠٠٣

الاشكالات	الادوات والاجهزة	الاهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	اجزاء الدرس	م
صفين انتشار انتشار		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة معلومات عن كيفية عمل تمرينات مرونة لأجزاء مختلفة من الجسم . - أن تعرف الطالبة معلومات عن كيفية عمل تمرينات تحمل لأجزاء مختلفة من الجسم . - أن تستطيع الطالبة أداء تمرينات بدنية متنوعة تعطيها القدرة على أداء الوجدات المطلوبة منها . - أن تتبته الطالبة وتتحكم في انفعالاتها أثناء الأداء . 	<ul style="list-style-type: none"> - وقوف بثبات الوسط الرجل اليمنى جانياً زاوية قائمة خفض الرجل أسفل ايماناً جانياً (عكس الرجل). - رقاد قرفصاء . تشبيك اليدين خلف الرقبة في الجذع ايماناً جارس طول تشبيك اليدين خلف الرقبة رفع الرجلين ايماناً عالياً . - (رقاد الاستناد على السرفقين) رفع الرجلين مسح شئ الركبتين ثم مدهما . - (جوس توازن) رقاد . - (انبطاح تشبيك اليدين خلف الرقبة) رفع الجذع والرجلين عالياً . - انبطاح شئ الركبتين مسك القدمين باليدين رفع الجذع عالياً - انبطاح شئ الذراعين ثم دفع الأرض وصل سسقة أمام الصدر . - انبطاح . الرميل مسك القدمين . المشي للأمام . 	١٥ ق	الإعداد البذسى الخاص	٣-
ثلاث قاطرات		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيفية تنمية القدرة على الملاحظة والتفكير والتدريب العقلي قبل نزولها للملعب . - أن تستطيع الطالبة أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح كما شاهدتها في البرمجية . - أن تعمل الطالبة اتجاهاتها السلبية وتصر على بسئل الجهد حتى يكتمل الأداء . - أن تتبح الطالبة زميلاتها أثناء أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . 	<p>تعليم مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة تطبيق ما شاهدته في البرمجية من خلال جهاز الكمبيوتر في الملعب على النحو التالي . 	٦٠ ق	الجزء الرئيسي (التطبيق العملي) للبرمجية التعليمية في الملعب)	٤-

تابع الوحدة التعليمية الثامنة

الأسبوع: الثامن

الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء

التاريخ: ٢٦ / ١١ / ٢٠٠٣

التشكيلات	الأدوات والأجهزة	الأهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
فاطرتين	كرات هوكي مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تتذكر الطالبة النقاط الأساسية التي تلقىها عليها المعلمة في البرمجية . - أن تؤدي الطالبة المهارة من مسافة ٥ ياردة - أن تتعاون الطالبة مع زميلاتها عند أداء المهارة . 	<p>المستوى المنخفض :</p> <p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - ضرب الكرة بالوجه المسطح بين طابقتين المسافة بينهما ١٥ ياردة . 		
فاطرتين	قوائم كرات هوكي مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تفهم الطالبة المعارف والمعلومات التي شاهدها في البرمجية المتعلقة بمهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . - أن تؤدي الطالبة المهارة من مسافة ٢٥ ياردة على أن تمر بين قائمتين بمبتئين في الأرض المسافة بينهما ٥ ياردة . - أن تتقبل الطالبة توجيهات الزميلة وتحتفظ على سلامتها عند أداء المهارة . 	<p>التمرين الثاني :</p> <ul style="list-style-type: none"> - ضرب الكرة بالوجه المسطح بين طابقتين المسافة بينهما ٢٥ ياردة على أن تمر الكرة من بين قائمتين مبتئين في الأرض المسافة بينهما ٥ ياردة . 		
فاطرة	كرات هوكي مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة وتحدد أجزاء الجسم العاملة أثناء أداء المهارة . - أن تتمكن الطالبة من أداء المهارة لمسافة ٣٠ ياردة . - أن تتشارك الطالبة بإيجابية وتتخطى عن السلبية أثناء أداء المهارة . 	<p>التمرين الثالث :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بالتمرين ٣٠ ياردة وعند خبط النهاية توضع الكرة وعند وصول الطالبة إليها تقوم بأداء المهارة لمسافة ٣٠ ياردة . 		

تابع الوحدة التعليمية الثامنة

الأسبوع: الثامن

الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء

التاريخ: ٢٦ / ١١ / ٢٠٢٣

الاشتمالات	الأدوات والأجهزة	الأهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
قاطرة	كرات طبية مضارب هوكي كرات هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة وتحدد أفضل طرق التدريس المناسبة لتعلم مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . - أن تستطيع الطالبة تحقيق التوافق العضلي العصبي أثناء أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . - أن تتعرف الطالبة بتحمل المسؤولية وحب العمل واحترامه . 	<p>المستوى المتوسط :</p> <p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بالجرى الزجراجي بين الكرات الطبية بطريقة التقدمة بالمحاورة مع التصويب على المرمى باستخدام مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . 		م
قاطرة	حائط خشب كرات هوكي مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة النقاط التعليمية لأداء المهارة و التعاريف المصاحبة لإقتها . - أن تستطيع الطالبة أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح في اتجاه المربع المطلوب وصول الكرة إليه . - أن تنتبه الطالبة وتوازن بين النظر إلى الكرة وكذلك إلى المربع المطلوب وصول الكرة إليه . 	<p>التمرين الثاني :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بالجرى بدء من خط البداية باستخدام مهارة التقدم بالدرجة حتى خط النهاية الموضوع ويكون ذلك لمسافة ٣٠ ياردة . - ثم تقوم الطالبة بأداء الأفع على حائط مواجهة من الخشب ارتفاعه ١ ياردة وعرضه ١٠ ياردة مقسم الضلع السفلي للمربع إلى ٧ مربعات . - تقوم الطالبة بضرب الكرة بالوجه المسطح إلى المربع رقم (٤) . 		

تابع الوحدة التعليمية الثامنة

الأسبوع : الثامن

الزمن : ٩٠ دقيقة

اليوم : الأربعاء

التاريخ : ٢٦ / ١١ / ٢٠٠٣

التشكيلات	الأدوات والأجهزة	الأهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس	م
صف		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعمل الطالبة على تنمية قدراتها العقلية عند أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح - أن تتقن الطالبة أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح في اتجاه المربع المطلوب وصول الكرة إليه . - أن تشعر الطالبة بالراحة في الصبر على بذل الجهد والتحكم في انفعالاتها أثناء أداء المهارة . 	<p>التمرين الثالث :</p> <ul style="list-style-type: none"> - نفس التمرين السابق مع أداء الطالبة ضرب الكرة بالوجه المسطح على المربع رقم (٣) يمين ويسار ثم ضرب الكرة بالوجه المسطح على المربع (٢) يمين ويسار ثم المربع (١) يمين ويسار . 			
فاطرة	كرات طبية حواجز قوائم كرات هوكي مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطالبة كيفية المفاضلة بين مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح ومهارات أخرى سبق تعلمها . - أن تطبق الطالبة وتنفذ ما تعلمته من البرمجية عند أداء المهارة . - أن تقيم الطالبة نفسها باستمرار تقيماً صحيحاً . 	<p>المستوى المرتفع :</p> <p>التمرين الأول :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطالبة بالتقدم بالمحاربة بين الكرات الطبية للوصول إلى الحاجز الأول والتغلب بدورة كاملة من حوله للوصول إلى الحاجز الثاني فتقوم الطالبة بفتح الكرة بين القائمين والجرى من خارجهم للحاق بالكرة ودخول دائرة التصويب على المرمى بمهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . 			

تابع الوحدة التعليمية الثامنة

الأسبوع: الثامن

الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء

التاريخ: ٢٦ / ١١ / ٢٠٠٣

التشكيلات	الأدوات والأجهزة	الأهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس	م
صف	أطواق كرات هوكي مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطلبة كيفية تطبيق المشاكل التي توجهها أثناء أداء المهارة. - أن تستطيع الطلبة تصويب ١٠ كرات على هدف مصغر داخل المرمى في أقل زمن ممكن . - أن يتتبعه الطلبة وترتكز عند أداء المهارة. 	<p>التمرين الثاني :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطلبة بتصويب ١٠ كرات على هدف مصغر داخل المرمى من على حدود الدائرة في أقل زمن مع حساب عدد التصويبات الناجحة للزيادة من دقة الأداء . 			
صف	كرات سلة وهوكي مضارب هوكي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف الطلبة كيفية توضيح نقاط القوة والضعف عند أداء المهارة. - أن تستطيع الطلبة تصويب ١٠ كرات هوكي باستخدام مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح على كرة سلة من مسافة ٢٠ ياردة. - أن يتتبعه الطلبة وتوازن بين الانظر إلى الكرة وكذلك إلى كرة السلة المطلوب وصول الكرة إليها . 	<p>التمرين الثالث :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم الطلبة بتصويب على كرة سلة باستخدام مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح عدد ١٠ كرات هوكي بحيث تلمس كرة السلة كل مرة في أقل زمن ممكن من مسافة ٢٠ ياردة (مع احتساب عدد التصويبات الصحيحة) . 			

تابع الوحدة التعليمية الثامنة

الأسبوع: الثامن

الزمن: ٩٠ دقيقة

اليوم: الأربعاء

التاريخ: ٢٦ / ١١ / ٢٠٠٣

التشكيلات	الادوات والاجهزة	الأهداف السلوكية	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس	م
		<ul style="list-style-type: none"> - أن تعمل الطالبية على ابتكار بعض التريبات عند أداء مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح . - أن تستطيع الطالبية تصويب ١٠ كرات موكي باستخدام مهارة ضرب الكرة بالوجه المسطح على كرة يد ثم صولوجان مسافة ٢٠ م . - أن تقم الطالبية نفسها وزميلاتها تقيماً صحيحاً باستمرار . 	<ul style="list-style-type: none"> التمرين الرابع : - نفس التمرين السابق مع - استخدام كرة يد ثم صولوجان 	٣ ق	الشمس الخاتمي	٥-
		<ul style="list-style-type: none"> - عودة الجسم إلى حالته الطبيعية وتشعور الطالبات بالسعادة والرضا . 	<ul style="list-style-type: none"> تمرينات استرخاء وتهيئة الجسم 			

ملخص البحث باللغة العربية

رسالة الدكتوراه الباحثة

سالى محمد محمد عبد اللطيف

عنوان الرسالة :

فعالية برنامج تعليمى مقترح باستراتيجية كيلر (تفريد التعليم) باستخدام الهميرميديا على تعلم بعض مهارات الهوكى لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا

المقدمة ومشكلة البحث :

يمر التعليم فى مصر بفترة تفرضاها طبيعة العصر ومتطلباته مما يستلزم تغيير المناهج الدراسية وأهدافها وأساليبها فالتعلم اليوم يعتمد على تحويل حقائق العلم إلى ممارسة وسلوك كى يأخذ دورة فى التنمية الشاملة من منطلق انه الأساس الذى لا غنى عنه لمساييرة التطور والانطلاق إلى آفاق العالمية ومواجهة المتغيرات الجديدة فى العالم فى ظل عصر العولمة من خلال استراتيجيات للتعلم تبنى على استخدام أحدث الأساليب التعليمية التكنولوجية التعليمية فى التدريس إذ بها يجعل التعلم محسوساً كما تثريه وتجعله حيويًا وأيضاً تزيد من الاهتمام بالمتعلمين ومراعاة الفروق الفردية بينهم حيث أن كل متعلم يجب أن يسير فى العملية التعليمية وفقاً لقدراته واستعداداته ودوافعه وأساليب استجاباته للتعلم ، فتعلم الفرد يعتمد على نشاطه الفردى على الرغم من وجوده فى جماعة ومما لاشك فيه أن هناك جهود عديدة بذلت لجعل أساليب التدريس أكثر استجابة للاحتياجات الفردية المتزايدة وذلك باستخدام تكنولوجيا التعليم والتي عن طريقها ظهرت أنظمة وأساليب ومداخل جديدة فى منظومة التعلم ومنها الفيديو التفاعلى ، والهمبركارد ، والهمبير جرافيك ، التعلم الذاتى ، الوسائل الفائقة (الهميرميديا) ، التعلم الفردى (تفريد التعليم) ، ويعد أسلوب تفريد التعليم من الأساليب الحديثة فى عملية التعلم حيث يعمل على الخروج بالمواقف التعليمية من العمومية إلى التفريد Individualization الذى يعنى بكل متعلم ككيان مستقل وسط الجماعة كما يعنى بكل مفردة تعليمية كمعلومة مميزة لها وقتها المخصص فى سياق الموقف التعليمى .

استراتيجية كيلر إحدى أساليب تفريد التعليم وتقوم على دراسة المتعلم للمادة التعليمية حسب قدراته وسرعته الخاصة وبذلك فإن المبدأ الأساسى الذى تقوم عليه هذه الاستراتيجية فى التعلم هو : أن المتعلم يقوم باستيعاب كل مفاهيم الوحدة التعليمية ومهاراتها وإتقانها قبل الانتقال إلى الوحدة التى تليها وبذلك يتوجب على كل متعلم أن يكون عضواً مساهماً وفعالاً فى العملية التعليمية بدلاً من أن يكون سلبياً مستقبلاً فقط للمعلومات التى تنتقل إليه من المعلم .

فالمتعلم لابد وأن يكون عنصر مشارك وفعال في جميع الأنشطة وذلك لإتقان الأهداف التعليمية المحددة .

وتعتبر الهبرميديا Hypermedia نتائج التقدم في تكنولوجيا الاتصال والكمبيوتر فهي أحد المستحدثات التكنولوجية التي تستخدم لإنتاج أشكال عديدة من البرامج التي تتيح للمتعلم مرونة تنظيم وإدارة المعلومات المتضمنة في الوسائط المتعددة بالطريقة التي تقابل احتياجاته وقدراته الخاصة ، أى أنها تتيح فرصة أكبر لاكتشاف المعلومات بدون قيد وكما أنها تتضمن بيانات إلكترونية عالية التكامل تسمح للمتعلم أن يتعلم بكفاءة وفعالية من خلال الارتباطات الإلكترونية التي تتضمن الرسوم البيانية ، والرسوم المتحركة ، والتسجيلات الصوتية ، والموسيقى ، والخرائط ، وجدول البيانات ، الصور ، والصور الفوتوغرافية بالإضافة إلى النص والقدرة على تناول هذه المعلومات والتفاعل معها من خلال التحكم في السرعة والمسار والتتابع وكمية المعلومات التي يحتاج إليها المتعلم وذلك بصورة غير خطية متفاعلة والتي من شأنها إثارة اهتمام المتعلم وجعل خبراته ذات أثر باقى وتزويده بالخبرات التعليمية اللازمة لتحقيق أهداف التعلم .

وتعد رياضة الهوكى من الرياضات الجماعية التي أصبح لها مكانة متميزة مقارنة بالرياضات الجماعية الأخرى . فهي تمارس بين فريقين متنافسين حيث ينحصر هدف كل فريق منهما في غرضين أساسيين هما غرض هجومى الهدف منه تسجيل عدد من الأهداف فى مرمى الفريق المنافس خلال زمن المباراة وغرض دفاعى يهدف إلى منع الفريق المهاجم من إحراز الأهداف ، ولكى يتحقق الغرضان يقوم اللاعبون باستخدام العديد من المهارات الحركية الأساسية وما يصاحبها من حركات للذراعين والقدمين مستخدماً المضرب والكرة والتي تصاغ فى أشكال متباينة من الخطط الهجومية والدفاعية من أجل تحقيق الهدف المنشود وهو الأداء بمستوى جيد على الأقل .

والسؤال الذى يطرح نفسه كيف يتسنى فى ظل تعليم نمطى المتعلم فيه سلبياً متواكلاً فى كل شئ على المعلم أن يخاطب الحاجات والقدرات المختلفة والمكونات المتعددة والتي يجب أن يراعى فيها الاختلاف والتفرد بين المتعلمين الذين يمثلون محور العملية التعليمية ؟ ومن خلال تدريس الباحثة لرياضة الهوكى بكلية التربية الرياضية بطنطا فقد لاحظ أن الطريقة المتبعة (التقليدية) فى تعلم مهارات الهوكى تعتمد على مصدر واحد وهو المعلم دون أدنى مشاركة فعالية للمتعلمين ، هذا إلى جانب الزيادة العددية للمتعلمين أثناء المحاضرة وما يتبع ذلك بالضرورة من زيادة التباين فى الفروق الفردية بين المتعلمين ولذلك لابد أن تتغير الطريقة التقليدية المتبعة فى التعليم .

لوفاء بأغراض التربية وأهدافها الحديثة وبضرورة تجاوبها مع الأوضاع ومراحل النمو الجسمي والحركي والنفسي وتلبية التزايد الكمي في إعداد المتعلمين . ومن ثم ترى الباحثة ضرورة الاستفادة من تكنولوجيا التعليم واستخدامها في بيئات تعليمية مختلفة ومنها تعلم مهارات رياضة الهوكي .

وهذا ما دفع الباحثة إلى دراسة مدى فعالية استراتيجية كيلر (تفريد التعليم) باستخدام الهيبيرميديا على تعلم بعض مهارات الهوكي لدى طالبات كلية التربية جامعة طنطا ، وذلك من منطلق الأخذ بالأساليب الحديثة في تعلم مهارات الأنشطة الرياضية والاستفادة من التربية الحديثة التي تستخدم القياس النفسي لتصنيف المتعلمين ووضعهم في جماعات متجانسة

أهداف البحث :

يهدف البحث إلى التعرف على فعالية برنامج تعليمي مقترح باستراتيجية كيلر (تفريد التعليم) باستخدام الهيبيرميديا على تعلم بعض مهارات الهوكي لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا وذلك من خلال :

- تصميم برنامج تعليمي مقترح باستراتيجية كيلر (تفريد التعليم) باستخدام الهيبيرميديا ومعرفة فاعليته :

١- التحصيل المعرفي لمهارات الهوكي قيد البحث لطالبات الفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا .

٢- مستوى الأداء المهارى لمهارات الهوكي قيد البحث لطالبات الفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا .

٣- الآراء والانطباعات الوجدانية لدى المجموعة التجريبية نحو استراتيجية كيلر (تفريد التعليم) باستخدام الهيبيرميديا لدى طالبات الفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا .

فروض البحث :

١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية للمستويات الثلاثة (المنخفض ، المتوسط ، المرتفع) بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في التحصيل المعرفي ، ومستوى الأداء المهارى لمهارات الهوكي قيد البحث لصالح القياس البعدى .

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية للمستويات الثلاثة (المنخفض ، المتوسط ، المرتفع) بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في التحصيل المعرفي ، ومستوى الأداء المهارى لمهارات الهوكي قيد البحث لصالح القياس البعدى .

- ٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية للمستويات الثلاثة (المنخفض ، المتوسط ، المرتفع) بين القياسات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية فى التحصيل المعرفى ، ومستوى الأداء المهارى لمهارات الهوكى قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية .
- ٤- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين آراء وانطباعات طالبات المجموعة التجريبية الموافقات والغير موافقات نحو استراتيجية كيلر (تفريد التعليم) باستخدام الهيبرميديا لتعلم بعض مهارات الهوكى قيد البحث .
- ٥- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات القبليّة والتتبعيّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية للمستويات الثلاثة (منخفض - متوسط - مرتفع) فى التحصيل المعرفى ومستوى الأداء المهارى لمهارات الهوكى قيد البحث .

إجراءات البحث :

أولاً - منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة البحث لمعرفة أثر المتغير المستقل على المتغير التابع .

ثانياً - مجتمع وعينة البحث :

يشتمل مجتمع البحث على طالبات الفرقة الثالثة شعبة التعليم بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا فى العام الدراسى ٢٠٠٣/٢٠٠٤ وقد بلغ قوامها (٧٣) ثلاثة وسبعون طالبة . وقد قامت الباحثة باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية والبالغ عددهن (٦٠) ستون طالبة وذلك بنسبة مئوية قدرها ٨٢,٢% من إجمالى مجتمع البحث وتم تقسيمها إلى مجموعتين متساويتين إحداهما تجريبية وتشمل (٣٠) ثلاثون طالبة ولقد اتبع معهن البرنامج التعليمى المقترح باستراتيجية كيلر (لتفريد التعليم) باستخدام الهيبرميديا فى تعلم مهارات الهوكى قيد البحث والأخرى ضابطة وتشمل (٣٠) ثلاثون طالبة وقد اتبع معهن طريقة التدريس التقليدية (الشرح وأداء النموذج) لتدريس مهارات الهوكى قيد البحث ، وتوزيع الطالبات على المجموعات الضابطة والتجريبية طبقاً لشكل الأداء الفنى وتم تقسيم العينة على النحو التالى : المجموعة الضابطة (١٠ ، ١٤ ، ٦) ، والمجموعة التجريبية (١١ ، ١٤ ، ٥) للمستويات الثلاثة على الترتيب (منخفض - متوسط - مرتفع) .

ثالثاً - مرحلة الإعداد للتجربة وتتضمن :

أ- إعداد مواد المعالجة التجريبية :

- بناء البرنامج التعليمى المقترح .

- مرحلة التحليل .
- مرحلة التصميم التعليمي .
- مرحلة التطوير .
- مرحلة التقويم .
- ب- إعداد أدوات البحث .
- استمارة تقييم شكل الأداء الفنى لبعض مهارات الهوكى قيد البحث .
- أدوات الدلالة على معدلات النمو .
- اختبار كاتل للقدرات العقلية .
- اختبارات القدرات البدنية لرياضة الهوكى .
- اختبارات مستوى الأداء المهارى لبعض مهارات الهوكى .
- اختبار التحصيل المعرفى .
- آراء وانطباعات الطالبات نحو استراتيجيه كيلر (تفريد التعليم) باستخدام الهيبرميديا على تعلم بعض مهارات الهوكى .

رابعاً - مرحلة التطبيق والتجريب وتتضمن :

- وضع الجدول الزمنى .
- التطبيق القبلى لأدوات القياس .
- إجراء التجربة البحثية .
- التطبيق البعدى لأدوات القياس

الاستخلاصات :

فى ضوء نتائج البحث توصلت الباحثة الى الاستخلاصات التالية :

- ١- استراتيجية كيلر (تفريد التعليم) باستخدام برمجة الكمبيوتر التعليمية المعدة بتقنية الهيبرميديا ساهمت بطريقة إيجابية فى تحسين مستوى تعلم مهارات الهوكى قيد البحث لأفراد المجموعة التجريبية .
- ٢- استراتيجية كيلر (لتفريد التعليم) باستخدام برمجة الكمبيوتر بتقنية الهيبرميديا ساهمت بطريقة إيجابية فى التحصيل المعرفى لمهارات الهوكى قيد البحث لأفراد المجموعة التجريبية .
- ٣- استراتيجية كيلر (تفريد التعليم) باستخدام برمجة الكمبيوتر التعليمية المعدة بتقنية الهيبرميديا ساهمت بطريقة إيجابية على آراء وانطباعات أفراد المجموعة التجريبية نحو التعلم مما ساهم فى تحقيق الجانب الوجدانى الانفعالى لأفراد المجموعة التجريبية .

التوصيات :

فى ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث توصى الباحثة بما يلى :

- 1- أولاً - توصيات خاصة باستخدام الكمبيوتر والاستراتيجيات التعليمية فى العملية التعليمية :
- 1- ضرورة تطبيق البرنامج التعليمى المقترح باستراتيجية كيلر (تفريد التعليم) باستخدام الهيبرميديا وتعلم مهارات الهوكى لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا .
- 2- تطبيق استراتيجية كيلر (تفريد التعليم) باستخدام الهيبرميديا فى تعلم مهارات الأنشطة الرياضية المختلفة .
- 3- تعاون الخبراء والمتخصصين فى التربية الرياضية وتكنولوجيا التعليم فى إنتاج العديد من برمجيات الكمبيوتر التعليمية والمعدة بتقنية الهيبرميديا فى الأنشطة الحركية بصفة عامة ومهارات الهوكى بصفة خاصة لما لها من مردود إيجابى على كلاً من المعلم والمتعلم .

ثانياً - توصيات خاصة بإعداد معلم التربية الرياضية قبل وأثناء الخدمة :

- 1- ضرورة إعداد وتدريب معلم التربية الرياضية على أساليب واستراتيجيات التدريس الحديثة للارتقاء بالأسلوب المتبع (التقليدى) فى كلياتنا منذ عشرات السنين من الجمود والثبات والتدنى الى الارتقاء والتجويد والإتقان والارتفاع بمستوى خريجي كليات التربية الرياضية .
- 2- ضرورة إعادة تقويم مهنة التدريس من حيث نوعية الأفراد المشتغلين بها وكيفية اختيارهم وبرامج إعدادهم ومستواهم العلمى وكفاءتهم المهنية فى التدريس وذلك بهدف إعداد معلمين متميزين يعملون على تقدم طلابهم وقادرين على تقديم ما يدعم قدرات هؤلاء الطلاب وتنميتها .
- 3- ضرورة أن يتصف المعلم أثناء الخدمة باتجاهات موجبة نحو التدريس الفردى والتخلى عن دورهم السلبي فى أساليب التعلم المتبع (التقليدى) .

ثالثاً - توصيات خاصة بأعضاء هيئة التدريس بكليات التربية الرياضية :

- 1- يجب أن يتيح عضو هيئة التدريس للمتعلم فرصة الانطلاق فى دراسة المقرر دون زجر أو عنف وأن يأخذ وقته كاملاً وفق سرعته الذاتية فى التعلم وهذا يتطلب شعور المتعلم بالأمان من أى تهديد أو عقاب سواء كان تقويم أو نقد خارجى وتدريبهم على التعامل مع نقد زملائه له بصدر رحب .
- 2- يجب على عضو هيئة التدريس أن ينوع فى استخدام الوسائل والأساليب التدريسية بما يتناسب مع كافة مستويات المتعلمين .

٣- ضرورة أن يشجع عضو هيئة التدريس المتعلمين على تحمل مسؤولية اتخاذ القرار فيما يتعلق بمختلف المستويات حينما يشعرون بوصولهم لمستوى الإتقان وينتقلوا الى أسئلة التقويم مما يدعم دافعيتهم بشكل موجب .

رابعاً : توصيات خاصة بتصميم وتخطيط مناهج كلية التربية الرياضية وتطويرها :

- ١- يجب أن يؤمن واضعو المناهج الدراسية بأهمية مراعاة الفروق الفردية وتحقيق هذا المبدأ بشكل واقعي ومثمر والتأكيد على المناهج التي تخاطب المتعلم وتحفزه وتدعم دافعيتة .
- ٢- يجب مراعاة أهمية كتابة الأهداف التعليمية في صورة إجرائية (سلوكية) ومحددة يمكن قياسها وملاحظتها حيث أن معرفة المتعلم بما هو مطلوب منه مقدماً تزيد من مستوى أدائه وتحصله .
- ٣- يراعى عند تصميم مناهج كليات التربية الرياضية أن يقسم محتوى المنهج الواحد إلى عدة وحدات صغيرة تتكامل فيما بينها لتحقيق أهداف الوحدة الرئيسية حيث أن التقسيم يتناسب مع خصائص مبدأ التعلم للإتقان .

خامساً : توصيات خاصة بعمليات التقويم والمتابعة :

- ١- الاهتمام بالتقويم المبدئي لتصنيف المتعلمين من البداية إلى مجموعات متقاربة في المستوى.
- ٢- الاهتمام بالتقويم التكويني والتشخيصي حيث يساعد على تحديد مشكلات وصعوبات التعلم وعلاجها أولاً بأول حتى لا تتراكم المشكلات وتكون عائقاً يحول دون استمرار تعلم الطالبة .

Tanta university
Faculty of physical Education
Curriculums and teaching Methods department

**The efficiency of a suggested Educational program with
killer strategy (the education individualization) by using
hypermedia on learning some the hockey skills of the
female students of the faculty of physical
Education –Tanta university.**

A message presented from

Saly Mohammed Mohammed Abd EL – Latif

Assistant professor in the curriculums and the methods
of teaching the physical Education

Supervision

Dr. Mohammed Saad Zaghlol

Curriculums professor in the curriculums
and teaching methods department and
a deputy of the faculty of physical
Education for higher studies
and researches
Tanta university

Dr. waffa Mohammed kamal El- Mahy

A professor in the curriculums and teaching
methods department. Faculty of physical
education -Tanta university

D. Zeinab Ishmael Mohammed

teacher in the curriculums and teaching
methods department. Faculty of physical
education -Tanta university

(Among the requirements for getting the doctorate degree in the physical Education)

1425 A.H - 2005 A.D.

Tanta university
Faculty of physical Education
Curriculums and teaching Methods department

**The efficiency of a suggested Educational program with
killer strategy (the education individualization) by using
hypermedia on learning some the hockey skills of the
female students of the faculty of physical
Education –Tanta university.**

A message presented from

Saly Mohammed Mohammed Abd EL – Latif

Assistant professor in the curriculums and the methods
of teaching the physical Education

Supervision

Dr. Mohammed Saad Zaghlol

Curriculums professor in the curriculums
and teaching methods department and
a deputy of the faculty of physical
Education for higher studies
and researches
Tanta university

Dr. waffa Mohammed kamal El- Mahy

A professor in the curriculums and teaching
methods department. Faculty of physical
education -Tanta university

D. Zeinab Ishmael Mohammed

teacher in the curriculums and teaching
methods department. Faculty of physical
education -Tanta university

(Among the requirements for getting the doctorate degree in the physical Education)

1425 A.H - 2005 A.D.

A research summary

Of a doctorate message of the researcher

Saly, Mohammed Mohammed Abd-El- latif

Its subject:

The efficiency of a suggested Educational program with killer strategy (the education individualization) by using hypermedia on learning some the hockey skills of the female students of the faculty of physical Education –Tanta university.

The research introduction and problem:

Education in Egypt has gone through a period which is imposed by the era nature and requirements and that needs changing the studying curriculums and their aims and ways, that learning today depends on transforming the science facts into practicing and behaviour to take its role in the whole development on the basis that it is the base which is necessary for the adaptation of the development and rushing to the international horizons and facing the new changes in the world in the Globalization era through learning strategies based on using the newest technological educational ways in teaching by which we can make the learning is perceivable and make it rich and vital and also increase the interest with the Educational and considering the individual differences among them, that every educated has to continue in education operation according to his abilities and preparations and aims and the ways of his response for the education, that the person education depends on his individual activity, although of his presence in a group no doubt, that many efforts had been a one to make the teaching methods more responsive to the increasing individual needs and that by using the education technology that by which systems, ways and new entries have appeared in the learning system from which the interactive video, HyperCard, Hypergraphic, self-education, Hypermedia and the individual education (education individualization), education individualization is consider with every educated as an independent entity among the group and also concerns with every educational term as a special information has its specified time in the context of the educational situation.

Killer's strategy is considered one of the education individualization ways which specifies with the education study of the educational material

according to his abilities and his special speed, so the basic principle of this strategy in learning is that the educated comprehends all the terms of the educational unit and its skills and mastering them before moving the following unit, so, every educated has to be a contributor, and an efficient member in the educational operation instead of being negative who receives who receives only information which are transported to hem form the teacher, that the educated has to be a contributor and efficient element in all activities to master the specified educational aims.

Hypermedia is considered from the development results in the technology of communication and computer, that it is one of the technological novelties which are used to produce many types of the programs which allow for the educated an organization flexibility and managing of the information which are included in the multimedia in a way which is suitable for his needs and special abilities, meaning that they give greatest opportunity to discovers the information with out limits and they also in clued high integral elecvtronic environments wihc aloow the educated to learn in adequancy and efficiency through the electronical interrelations which include graphics, animations, voice recordings, music, maps, data charts, pictures and photographic pictures in addition to the text and the ability to tackle with these information and interacting with them trhrought controlling the speed, the path, the frequency and the amount of information which the educated needs and that in an interactive unlinerar way which evokes the educated and makes his experiences with aremaining effect and supplying him with the necessary educational experience to realize the learning aims.

The hockey sport is considered form the collective sports which got a special status in comparison with the other collective sports. It is practiced between two competitive iteams that the aim of every team is limited in two main purposes which areian attacking purpose the aim of it si to record number of goals in the competitive team net during the match period and a defending purpose which aims at hindering the attacking team from scoring the goals, to achieve the two purposes, the players use many of the main dynamic skills and what accompanies them form movements of the arms and elgs by using the batand the balls which are formed in different types of the attacking and defending plans to achieve the required target which is performing at least on a good way.

The Hockey sport is considered from the collective sports which got a special status in comparison with the other collective sports. It is practiced between two competitive items that the aim of every team is limited in two main purposes which areian attacking purpose the aim of it is to record a number of goals in the competitive team net during the match period and a defending purpose which aims at hindering the attacking team form scoring

the goals, to achieve the two purposes, the players use many of the main dynamic skills and what accompanies them form movements of the arms and legs by using the bat and the balsas which are formed in different types of the attacking and defending plans to achieve the required target which is performing at least on a good way.

The question which imposes it self is that how can be possible through a typical education in which the educated is negative and depend s in everything on the teacher to address the different needs and abilities and the numerous components in which the difference and the individualization among the learners who present the axis of the educational operation have to be put inconsideration> and through the research teaching of the Hockey sport in the faculty of physical education in Tanta, she had noticed that the used way (the traditional) in learning the Hockey skills depends on one source which is the teacher without any actual participation form the learners, that is besides the learners numerical increasing in the learners during the lecture and what follows that necessarily form the increase of the discrepancy in the individual differences among the learners, so, the traditional way (which is followed) in the education had to be changed to staisty the education purpose and its modern goals and the necessity of its harmonize with the situation and the stages of the body, the movemental and the psychological growth and responding to the quantities increase in preparing the learners. So the researcher sees that it is necessary to utilize the education technology and using it in different educational environments which include learn in the Hockey sport skills and that evokes the researcher to study the range of the efficiency of the killer strategy (for the education individualization) by using Hypermedia on learn in some of the Hockey skills at the female students in the faculty of physical education Tanta university and that is through taking the modern ways in teaching the sportive activities skills and utilizing the modern education which uses the psychological measurement to classify the learners and putting them in homogeneous groups.

The research aims:

This research aims at recognizing the efficiency of suggested educational program with killer strategy (the education individualization) by using the hypermedia on learning some of the hockey skills to the female students of the faculty of physical education Tanta university and that is through:

- Designing and educational program based on killer strategy by using the hypermedia in learning some of the Hockey skills to the female student of the third year in the faculty of physical education – tanta university.

- Recognizing the efficiency of a suggested program on the cognitive and skillfulness gaining and the emotional impressions at the female student of the third year in the faculty of physical education- tanta university.

The research assumptions:

- 1- There are statistical differences in the three levels (Low, medium, High) among the before and after measurements of the controller group in the cognitive gaining, and the skillfulness performance of the skills which are being searched for the after measurement.
- 2- There are statistical differences in the three levels (Low, medium, high) among the after and before measurements of the experimental group in the cognitive gaining and the skillfulness performance of the skills which are being searched for the after measurement.
- 3- There are statistical differences in the three levels (Low, medium, High) among the after measurements for the controller and experimental gaining in the cognitive gaining, and the skillfulness performance of the skills which are being searched for the experimental group.
- 4- The rate of the opinions and impressions of the research sample of the acceptances toward killer strategy (for the education individualization) by using the Hyper media to learn some of the hockey skills which are being searched.
- 5- There are not statistical differences between the two after measurements in the existence of the learning effect for the sake of the experimental group.

The research procedures:

First: the research curriculum and sample:

the research curriculum, the researcher had used the experimental curriculum, that the experimental curriculum is in the form of the after and before measurements on two groups, one of them is experimental and the other is controller.

The research community and sample:

The research community includes female students from the third year in the education department of the faculty of physical education –t anta university – in the studying year 2003/2004 and it was about (73) female students and the researcher had chosen the research sample by the intentional way and they were about (60) female students and were divided into two equal groups, one of them is experimental and includes (30) female students that were divided into there levels (low, medium, high) and they were (11,14,5) respectively and the suggested program with killer strategy (for the education individualization) was used with them by using the hyper media in

learning the Hockey skills which are being searched and the other is controller which includes (30) female students divided into three levels, (low, Medium, High) and they were (10, 14, 6) respectively and the traditional educational way was followed with them (explanation and performing the model) to teach the Hockey skills which are being searched.

**- Second: the experiment preparation stage which includes:
preparing the materials of the experimental treatment:**

Building the program.

The education designation stage.

The stage of the development and producing the programming.

Reforming the educational programming.

-preparing the research tools:

the tools indicating the growth rates.

A test to measure the intelligence level .

Tests of the physical abilities.

The form of the legislated notice to measure the shape of the technical performance.

Tests of the skillfulness performance level.

The test of the cognitive gaining.

- Questioning the emotional side.

The extractions:

In the light of the research results the researcher had reached the following extractions:

- 1- Killer strategy (for the education individualization) by using the educational computer programming which had been prepared by the hypermedia technology had contributed positively in improving the Hockey skills level which were being searched for the members of the experimental group.
- 2- Killer strategy (for the education individualization) by using the computer programming which is prepared by the hypermedia technology contributed positively in the cognitive gaining of the Hockey skills which were being searched for the members of the experimental group.
- 3- Killer strategy (for the education individualization) by using the computer programming which is prepared by the hypermedia technology contributed positively on the opinions and impressions of the members of the experimental group to ward education and that contributed in realizing the emotional passionate side for the members of the experimental group.

- 4- The traditional way contributed positively in improving the education level and the skill fullness performance Level and the cognitive gaining of the Hockey skills which are the research sample for the members of the controller group but less than the experimental.
- 5- Killer strategy by using the educational computer programming which is prepared by the Hypermedia technology influence positively on the three levels (Low, modicum, High) for the experimental group for the level.

The research recommendation:

In the light of the research results, the researcher recommends with the following:

- 1- Depending on the computer in the information progress that it is considered as an interesting and attractive way which can contribute to the increase of the educated rashness toward education but in the same time the researcher does not support the full dependence on the computer in education and dispensing with the teacher because that makes the educational operation loses its human and social character.
- 2- Practicing the teachers on designing and preparing educational programs through the computer in the different studying subjects and that is during working in the faculties of physical education.
- 3- The cooperation of the experts and the specialists in the physical Educational and the education technology in producing many of the educational computer programming which are prepared by the hypermedia technology in the dynamic activates generally, and the hockey skills specially as they have positive effect on both of the teacher and the learner.
- 4- The teacher (who is a' member in the teaching council) has to give the learner the dashing opportunity in studying the course without feeling boring or giving up and to take his full time according to his self-speed in education and that requires the educated feeling with safe from any threat or punishment either if that is a reforming or an external criticism and practicing them on dealing with his colleagues criticism gently.
- 5- The necessity for the interesting of the planners of the curriculums of the faculties of physical education with the modern technological techniques and using them to break the freezing of the traditional way (which is followed) in teaching the different curriculums.
- 6- The necessity for the interesting of the planners curriculums of the faculties of physical education with the emotional side and the cognitive side and they also have to be interested in the skillfulness side that the three dimensions of education can not be separated from each other.

- 7- The reforming in teaching the hockey skills has not to be limited at the skillfulness side only but besides it has to interest in the cognitive side.
- 8- The interesting in the progressing reforming and that after finishing the final reforming with a pace of time to know the remaining effect of the education at the female students.