

- المراجع

- المراجع العربية

- المراجع الاجنبية

- المرفقات

- ملخص البحث باللغة العربية

- بحث باللغة الانجليزية

اولا المراجع العربية :

أثر استخدام اسلوب التعليم المبرمج فى التدريب على

تحسين الادراك للاعبى الجمباز الناشئين -
مستخلصات البحوث ، (المؤتمر الاول) جامعة
حلوان ، كلية التربيه الرياضيه للبنات بالقاهرة
١٩٨٧.

١- (أحمد عبد الهادى يوسف

تأثير استخدام نظام البرمجة على مستوى اللياقة

البدنيه وبعض المهارات الحركيه فى دروس التربية
الرياضية للمرحلة الإعدادية رسالة دكتوراه ، كلية
التربية الرياضية للبنات جامعة حلوان ، القاهرة
١٩٨٦.

٢- (أحمد فوزى حسن حافظ

علم النفس التربوى ، ط٢ الانجلو المصرية القاهرة
١٩٨٣.

٣- (أمان صاوق ، فوزى ابو حطب

دراسة لمدى فاعلية التعليم المبرمج فى تعليم مهارة

ضرب الكرة بالرأس لناشى كرة القدم - مستخلصات
البحوث - المؤتمر العلمى الأول جامعة حلوان ، كلية
التربية الرياضية للبنات القاهرة ١٩٨٧.

٤- (أشرف محمد على جابر

مقارنة فاعليه أسلوبين من اساليب التدريس على

المستوى المهارى والمعرفى فى كرة اليد ، إنتاج
علمى منشور ، كلية التربيه الرياضيه بنين - القاهرة
١٩٨٥.

٥- (أسيره عبد الفتاح ،
صفيه منصور سليمان

٦- ولبرشرام (ترجمه)

: التعليم المبرمج اليوم وغد ، القاهرة ، مكتب نهضة
مصر ١٩٦٩.

٧- حاسر عبدر السلام زهران

: علم نفس النمو ، مكتبة الانجلو المصريه عام
١٩٨٥.

٨- حاسر عبدر السلام زهران

: علم النفس - ط ٢ ، القاهرة ، عالم الكتب ١٩٧٢ .

٩- حلمى لطفى الجملى

: أثر التعليم المبرمج فى بعض مهارات المصارعة
للمبتدئين ، مؤتمر تاريخ وعلوم الرياضة ، كلية
التربية الرياضيه للبنين - جامعة المنيا ١٩٨٨.

١٠- يحيى الصاوى

: مذكرة الجودو ، غير منشوره ، كلية التربيه
الرياضيه للبنين بالقاهرة ١٩٨٥.

١١- كمال الرسوقى

: التعليم والتعلم ، مكتبه الانجلو المصريه ، القاهرة
١٩٧٧.

١٢- كمال يوسف اسكندر

: قياس فاعليه التعليم عن طريق التعليم المبرمج جامعة
عين شمس ١٩٧١. للصف الأول الاعدادى ، رسالة
ماجستير - القاهرة كلية التربيه ،

: أثر استخدام طريقة البرمجة فى تنمية الجلد العضلى

واثرها فى مستوى التحصيل الحركى فى الجمباز-
المؤتمر الدولى للرياضة للجميع فى الدول الناميه ،
كلية التربيه الرياضيه بنين ، القاهرة ، جامعة حلوان
١٩٨٥.

١٣

١٤- مجرى عزيز ابراهيم

: رسائل الاتصال فى عملية التعليم والتعلم - مكتبه
الانجلو المصرىه ، القاهرة ١٩٨٥.

١٥- محمد لبيب التيمى

: المناهج والرسائل التعليميه - مكتبه الانجلو
المصريه ، القاهرة ١٩٧٧.

١٦- محمد منسى مرسى

: المناهج والوسائل التعليميه - مكتبة الانجلو
المصرية ، القاهرة ١٩٧٧.

١٧- محمد عبد الله سالم

: اثر التعليم المبرمج على تحصيل التلاميذ فى المرحلة
الاعداديه فى مادة الجغرافيا - رساله ماجستير ،
القاهرة ، كلية التربية ، جامعة عين شمس ١٩٧٥.

١٨- مصباح محمد نجاح عيسى

: استخدام البرمجة على مستوى تحصيل التلاميذ رسالة
دكتوراه ، الكويت ١٩٧٩.

١٩- محمد رضا بغدادى

: دراسة تجريبية لمدى فاعلية التعليم المبرمج فى
تدريس العلوم للصف الثانى بالمرحلة الاعدادية -
رسالة ماجستير ، القاهرة ، كلية التربية ، جامعة عين
شمس ١٩٧٤.

٢٠- مراد طرفة

: رياضة الجودو بجمهورية مصر العربية ومفاهيمها
وبرامجها الحالية والمستقبلية - رسالة دكتوراه كلية
التربية الرياضيه ، جامعة حلوان ١٩٧٩.

: التعليم المبرمج وتكنولوجيا التعليم - مجلة التربية
الحديثة .

٢١-

٢٢- سير خير الله

: علم النفس التعليمى أسس النظرية التجريبية ، الطبعة الثانية ، عالم الكتب ، القاهرة ١٩٧٣ .

٢٣- سفا سيلام تياجاراجان

: التعليم المبرمج فى محو الامية ، ترجمة فخر الدين العلا ، المنظمة العربية والثقافة والعلوم ، القاهرة ١٩٧٧ .

٢٤- عبر العظيم الفرجانى

: تكنولوجيا المواقف التعليمية ، دار النهضة العربية القاهرة ١٩٨٥ .

٢٥- عبر الفتاح لطفى

: طرق تدريس التربيه الرياضيه والتعليم الحركى ، الاسكندريه ، دار الكتب الجامعية ١٩٧٢ .

٢٦- عبر الغنى عبر الفتاح

: التخطيط تطوير اساليب وطرق التعليم ، مجلة التربية اللجنة الوطنية الفطريه للتربية والثقافة والعلوم ، العدد الثامن والسبعون يوليو ١٩٨٦ .

٢٧- عزت الكاشف

: الأسس فى الانتقاء الرياضى ، مكتبة الجامعة ١٩٨٢ .

٢٨- على عبر النعم البنا

: اثر استخدام التعليم المبرمج فى تعليم مهارة القفز الداخليه المتكوره على حصان القفز مؤتمر الرياضة للجميع ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ، جامعة حلوان مارس ١٩٨٤ .

٢٩- عنيات (أحمد عبد الفتاح)

: إستخدام التعليم المبرمج فى كليات التربية الرياضية
رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنات
بالاسكندرية جامعة حلوان ١٩٨٠.

٣٠- عصام (أحمد حسن) السير

: تأثير إستخدام التعليم المبرمج فى تعلم بعض مهارات
المصارعة الرومانية - رسالة ماجستير كلية التربية
الرياضية بنين ، القاهرة ، جامعة حلوان ١٩٨٨.

٣١- عصام (الدين) عبد الخالق

: استخدام التعليم المبرمج فى تدريس علم التدريب
الرياضى لكليات التربية الرياضية - مجلة دراسات
وبحوث المجلد الثامن ، العدد السادس ، القاهرة ،
جامعة حلوان ١٩٨٥.

٣٢- عثمان حسين رفعت

: إتجاهات حديثه فى التربيه والتعليم ، مجلة التربية
الحديثة. الجامعة الامريكية ، العدد الثالث فبراير
١٩٧١.

٣٣- عثمان لبيب فراج

: اتجاهات حديث فى التربية والتعليم ، مجلة التربية
الحديثة العدد الثالث ، فبراير ١٩٦٧.

٣٤- فيصل هاشم شمس الدين

: أثر إستخدام البرمجة فى انماء المهارة العلمية فى
مجال الفيزياء رسالة ماجستير - كلية التربية ،
جامعة ، عين شمس ، القاهرة ١٩٧٦.

٣٥- فخر الدين (العللا)

: دراسة تجريبية لبيان مدى فاعلية التعلم المبرمج
النظام التدريسى فى مجال اعداد المدرسين وتدريبهم
على إستخدام أجهزة الإسقاط رسالة دكتوراه ، كلية
التربية ، جامعة عين شمس ، القاهرة ١٩٨٦.

٣٦- فليين فاب - فاميين أ

: أسس رياضة الناشئين ، الثقافة البدنية والرياضة ،
موسكو سنة ١٩٨٠.

٣٧- رمزية الغريب

: التعليم دراسة نفسية - نفسيرية - توجيهية ، القاهرة
مكتبة الانجلو المصرى ١٩٨٦.

٣٨- شعبان عيبر حسنين

: دراسة تجريبية لفاعلية الوسائل التعليمية فى تعليم
مهارة المتابعه فى كرة السلة ، رسالة دكتوراه ، كلية
الرياضة للبنين ، القاهرة ، جامعة حلوان ١٩٨٧.

٣٩- ضياء الدين محمد أحمد

: أثر استخدام التعليم المبرمج على تعليم بعض
المهارات الاساسية لرياضة الملاكمه ، رسالة
دكتوراه ، كلية التربية الرياضية بنين القاهرة -
جامعة حلوان ١٩٩٠.

٤٠- فوقات عبيرات

: دور وسائل الاتصال فى تعلم الكبار - مجلة التربية
اللجنة الوطنية النظرية للتربية والثقافة و العلوم -
العدد الثامن والسبعون يوليو ١٩٨٦.

- 41- *Gorman . M.R.,* : The psyehology of classtoom learning An inductive Approach,clarlos E Merril puplishing co colbus Chto,1974.
- 42- *Hartty .J.,* : Strategies for programmed instruction Education thecnology, Vd,3,Butt Eruwo the london 1972.
- 43- *Von Tassel .A. M* : Written Self instrucional programme for learning the lay - up Shat in Baskatball, completed Res, 197., vol 1966.
- 44- *Kleine Enzyriapadu* : Korperkultur and sport, vol Bibliographisches institute, Leipzig,1965.
- 45- *Kozomi, G* : My study of Judo, cornestone lebrary, Newyork, 1967.
- 46- *Demria.C.R.* : A written programme of self instruction for the Tennis save. M.S. Physical Healthy, Physical Education & Recreation vol. lo, 1972.
- 47- *Litherland A.B.* : The development of written and audio selfin trucional programme for Selected folk dance, completed research, vol,12 (215) 1979.
- 48- *Carral Hallis. A.* : A written programme of self instruction for learning the eartwheeeel Gymnastics, Mc., 1 Physical Education 1959 in Completed Res. 197 vol (12).
- 49- *Fedorico J.L.,* : A comparison on Individualized & Aconvevtional Method of Instrucion Mator performance Assessnent of Handicapped children, Dissration Abstracts international, vol, No.II, University Microfilms international, 1980.

المرفقات

مرفق (أ)

استمارة تسجيل بيانات ونتائج الاختبارات

البدنية وبعض معدلات النمو

اللعبة :

الوزن :

الطول :

الاسم :

تاريخ الميلاد :

م	الاختبارات	نتيجة المحاولة	الوحدة	الدرجة المحولة
١	أختبار السرعة (العدو ٣٠ م)		بالثانية	
٢	أختبار تحمل القوة (الشد على العلقة		بالعدد	
٣	أختبار قدرات الوثب أماما (الوثب العريض من الثبات)		بالسم	
٤	أختبار سرعة الفصل مع الزميل والمدرّب في الوسط ومحاولة الوصول للكره أولا		بالعدد	
٥	أختبار مرونة من وضع الانبطاح الأفقى ثنى الذراعين أماما		بالعدد	

مرفق (٢)

جامعة يـلوان

كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة

قسم طرق التدريس والتدريب والتربية العملية

السيد الاستاذ/

تحية طيبه وبعد ،،،،

حيث يقوم الباحث / مجدى زارع محمد عبد الله بدراسة للحصول على درجة

الماجستير فى التربية الرياضية وموضوعها:

(أثار استخدام التعليم المبرمج على سرعة واتقان تعلم بعض مهارات رياضة الجودو)

وايماننا منا بالدور الذى تسهمون به فى رفع شأن الرياضة والارتقاء بها فى جميع مجالاتها، نأمل التفضل بالاطلاع على الاستمارة المرفقة وإبداء الرأى حول الاسئلة والاستفسارات التى تشملها حتى تتاح الفرصة للباحث بتحديد مواصفات من يقوم بتقييم الدراسة وتحديد البنود التى يجب أن تقوم عليها العينة وكذلك أسلوب التقييم ، والباحث يتقدم لكم بخالص الشكر والتقدير مقدما لتعاونكم الصادق .

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام ،،،،

الباحث

مجدى زارع محمد

تابع مرفق (٢)

ولا : بيانات عامة :

- ١- الاسم :
- ٢- الوظيفة :
- ٣- المؤهل العلمى وتاريخه :
- ٤- مدة العمل فى مجال التدريس :
- ٥- مدة العمل فى مجال التدريب :
- ٦- مدة العمل فى مجال التحكيم :
- ٧- مدة العمل فى مجال الجودة عامة :

ثانيا : المهارات المتعلقة لعينة البحث :

أحبط سيادتكم علما بأنه تم تدريس بعض مهارات رياضة الجودة على عينة البحث

والذى يشمل المهارات الآتية :

- السقطة الخلفية .
- السقطة الجانبية .
- أوجوشى .

وتم تقسيم العينة الى . مجموعتين أحادهما مجموعة تجريبية (طريقة التعليم

المبرمج) ، والاخرى مجموعة ضابطة (التعليم بالطريقة التقليدية) .

وحيث أن طريقة التقييم التى تستخدم للطلاب :

- ١- يؤدى الطالب المهارات بدون زميل .
- ٢- يؤدى الطالب المهارات مع زميل .
- ٣- يقيم الطالب من خلال اداء المهارة .
- ٤- يقيم الطالب من خلال الوضع النهائى للمهارة .

- مع ملاحظة أن هناك مهارات من قيد البحث والمتمثلة في :-
- مهارة (السقطة الخلفية ، السقطة الجانبية) تؤدي بدون زميل.
 - مهارة (أوجوشى) تؤدي بالزميل .

وعلى ذلك يرغب الباحث في معرفة رأى سيادتكم في تحديد ماهى أنسب مرحلة من مراحل الاداء التى يتم تقييم الطلاب فيها لتحديد مستواهم فى المهارات المتعلمة .

وبالاضافة الى ذلك يرجى من سيادتكم تحديد عدد المحاولات التى يمكن من خلالها الحكم على الطالب لعملية تعلمه للمهارة موضوع البحث .

لذا يرجى من سيادتكم التكرم بوضع علامة () فى الخانة التى تعبر عن مدى أهمية المرحلة التى يتم التقييم فيها مع مراعات أن الهدف من المنهج موضوع الدراسة هو اكتساب الطلاب أداء المهارة بصورة جيدة، وليس الوصول الى مستوى البطولة، والدرجة (٥) هى أعلى الدرجات .

تابع مرفق (٢)

درجة أهمية المرحلة التي تقيم المهارة فيها					المهارات ومراحل الاداء المختلفة وعدد المحاولات
١	٢	٣	٤	٥	
					<p>* السقطة الخلفية :</p> <ul style="list-style-type: none"> - من خلال الاداء - من خلال الوضع النهائي <p>* عدد المحاولات :</p> <ul style="list-style-type: none"> - أداء المهارة لمرة واحدة - أداء المهارة لثلاث مرات - أداء المهارة خمس مرات <p>* السقطة الجانبية :</p> <ul style="list-style-type: none"> - من خلال الاداء - من خلال الوضع النهائي <p>* عدد المحاولات :</p> <ul style="list-style-type: none"> - أداء المهارة لمرة واحدة - أداء المهارة من لثلاث مرات - أداء المهارة خمس مرات <p>* أوجوشى :</p> <ul style="list-style-type: none"> - من خلال الاداء - من خلال الوضع النهائي <p>* عدد المحاولات :</p> <ul style="list-style-type: none"> - أداء المهارة لمرة واحدة - أداء المهارة لثلاث مرات - أداء المهارة خمس مرات

تابع مرفق (٢)

استمارة تقييم الطلاب

عينة البحث عن طريق الاختبار العلمى (المحكمين)

درجة أداء المهارة					المهارات
١	٢	٣	٤	٥	
					<p>* السقطة الخلفية :</p> <ul style="list-style-type: none">- من خلال الاداء- من خلال الوضع النهائى- من الثبات- من الحركة <p>* السقطة الجانبية :</p> <ul style="list-style-type: none">- من خلال الاداء- من خلال الوضع النهائى- من الثبات- من الحركة <p>* أوجوشى :</p> <ul style="list-style-type: none">- من خلال الاداء- من خلال الوضع النهائى- من الثبات- من الحركة

مرفق (٣)

اسلوب التقويم ومواصفات المحكم

يرجى من سيادتكم ابداء الراى فى كل عبارة ووضع علامة () فى الخانة التى ترون أنها تتاسب أهمية هذه العبارة مع مرعات الهدف من المنهج موضوع الدراسة هو اكتساب الطلاب أداء المهارة بصورة جيدة وليس الوصول الى مستوى البطوبة والدرجة (٥) هى اعلى الدرجات .

درجة أهمية العبارة					العبارة
١	٢	٣	٤	٥	
					<p>* أسلوب التقويم :</p> <ul style="list-style-type: none">- يفضل استخدام أختبارات مقننة لقياس الاداء المهارى للجودو- التقويم فى الجودو عن طريق محكمين متخصصين- لاتوجد أختبارات مقننة لقياس الاداء المهارى للجودو <p>* مواصفات المحكم :</p> <ul style="list-style-type: none">- أن يكون استاذ للجودو او استاذ مساعد .- أن يكون مدرس جودو .- أن يكون حكما للجودو .- أن يكون مدربا للجودو . <p>* عدد المحكمين :</p> <ul style="list-style-type: none">- أن يكون عدد المحكمين ثلاثة .- أن يكون عدد المحكمين خمسة . <p>* خبرة المحكم :</p> <ul style="list-style-type: none">- لاتقل عن (١٠) سنوات .- لاتقل عن (٨) سنوات .- لاتقل عن (٥) سنوات .

مرفق رقم (٦)

الكتاب المبرمج

١٩٩٢ - ١٩٩١

تابع مرفق (٦)

لعلك تتسأل
أيها الطالب عن كيفية استخدام
هذا الكتاب ؟؟؟

أيها الطالب يامن تريد أن تكون
متفوقا في لعبتك وبين زملائك عليك
بأتباع التعليمات والارشادات الآتية لكي تحقق النجاح لذاتك من خلال الكتاب المبرمج عن
طريق الصور المسلسلة والشرح اللفظي في لعبة الجودة

فهيا بنا نعرف ونسير في الاتجاه الصحيح في تعليم بعض مهارات الجودة

تابع مرفق (1)

طريقة استخدام الكتاب

- انظر الى المهارة جيدا
- ثم عد وانظر اليها مرة اخرى
- ثم حاول تنفيذ المهارة كما موضحة بالصور المسلسلة و نفذ المهارة كما هي حسب تسلسل ارقامها
- ١ ٢ ٣ ٤ ٥ الخ
- اذا اخطأت في تنفيذ احدى اجزاء المهارة ارجع الى صورة المهارة وخاصة الجزء الذى اخطأت فيه
- ثم انظر الى المهارة جيدا لينطبع صورة المهارة بذهنك تماما
- ثم عد فنفيذ المهارة بدقة
- واذا كانت المهارة منفذة كما هي موضحة بالصورة المسلسلة لكل مهارة فعليك ان تتوجه الى المعلم لاجراء اختبار للتأكد من صحة تعلمك لها ولكي تنتقل الى مهارة جديدة ولا تنسى انك تريد ان تكون متفوقا في لعبتك مثل مدربك فهذا هو هدفك
- واذا صادفك عدم الوضوح او الفهم لاحدى هذه الصور فالجاء الى مدربك فقط

والان هيا بنا الى المهارة الاولى

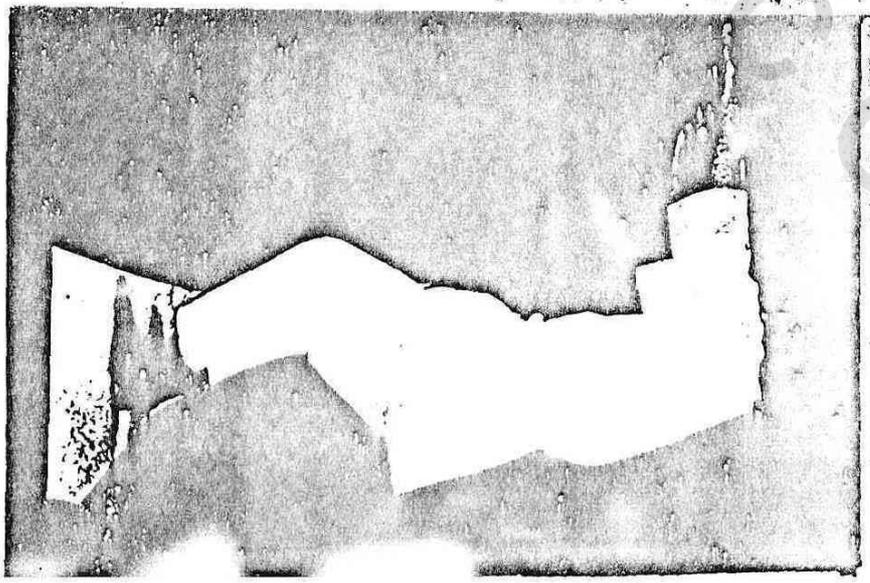
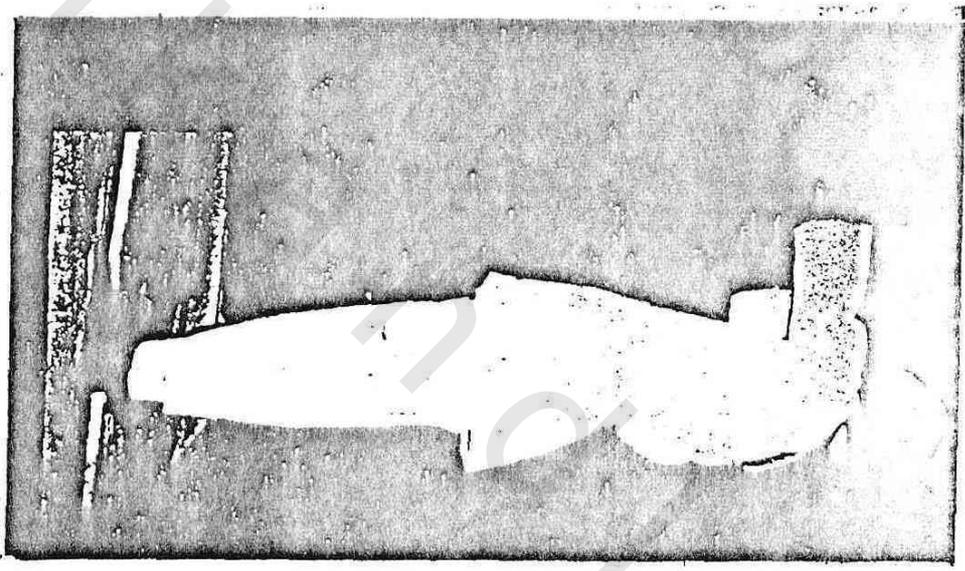
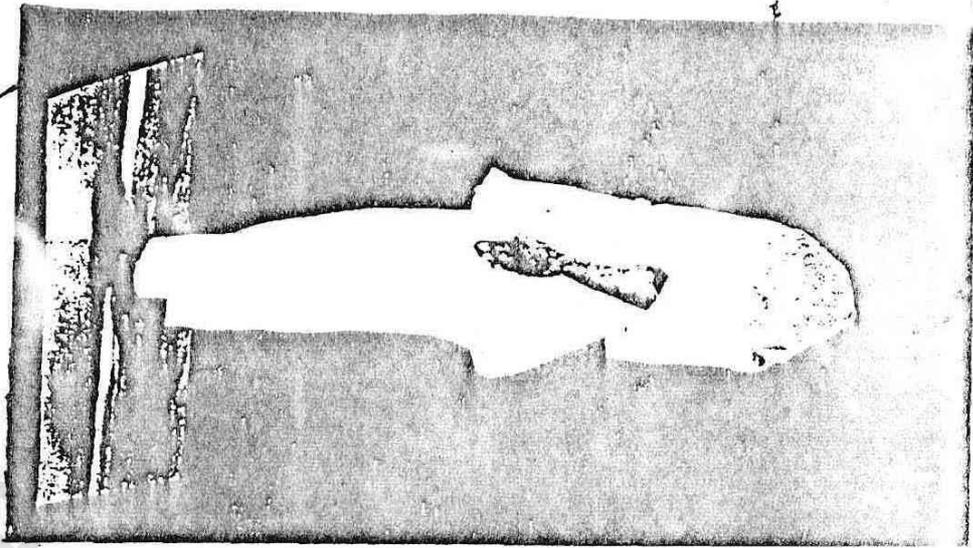
المهارة الاولى

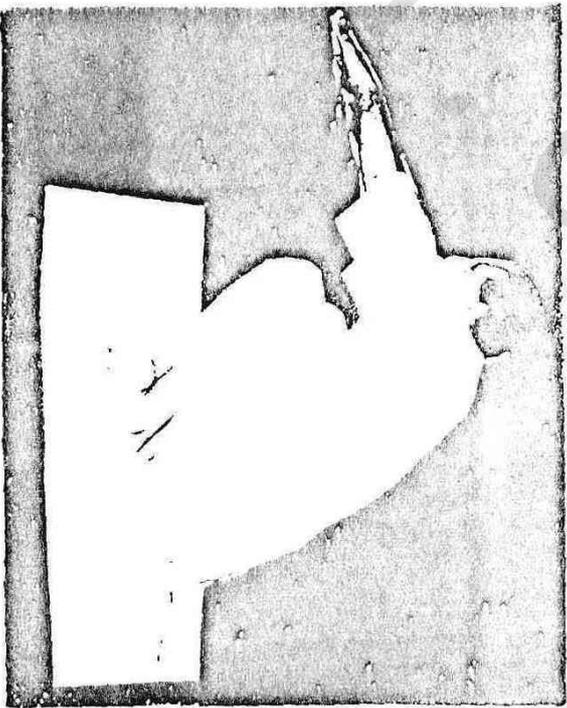
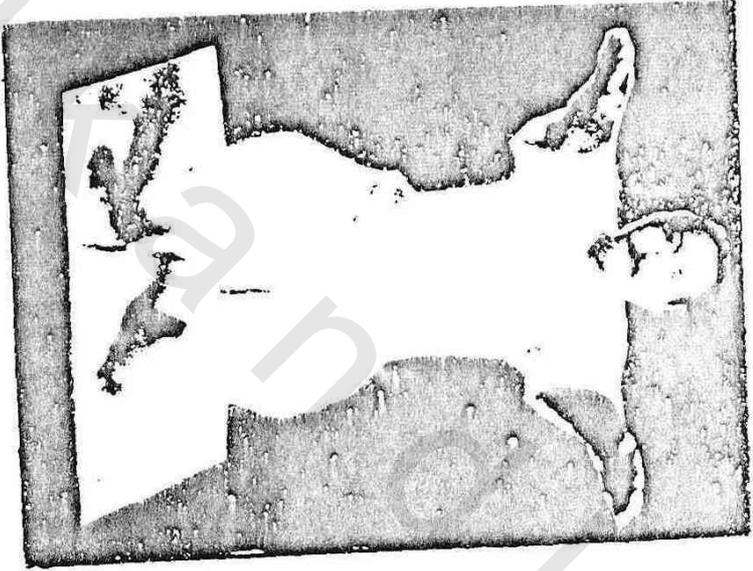
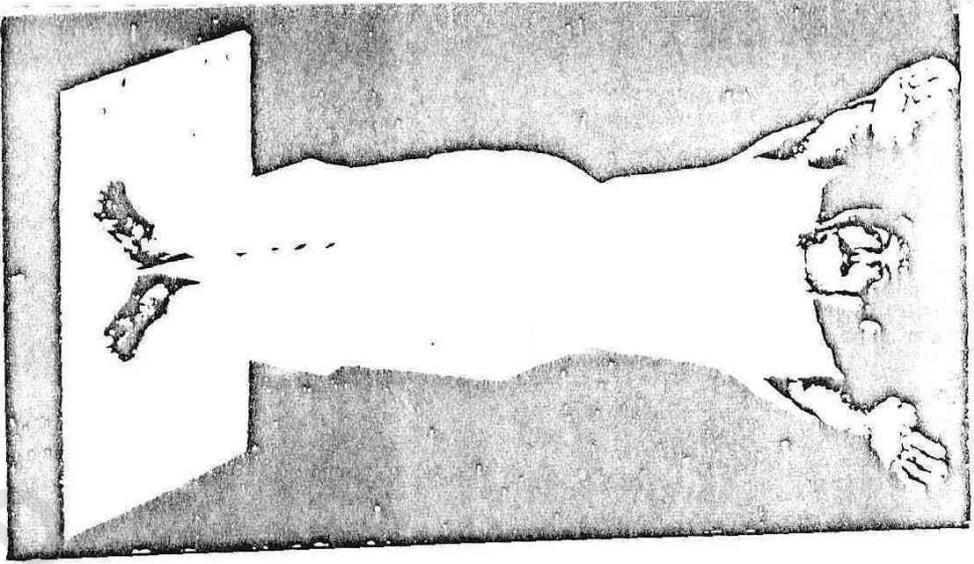
السقطة الخلفية (ارشيرواو كيمي)

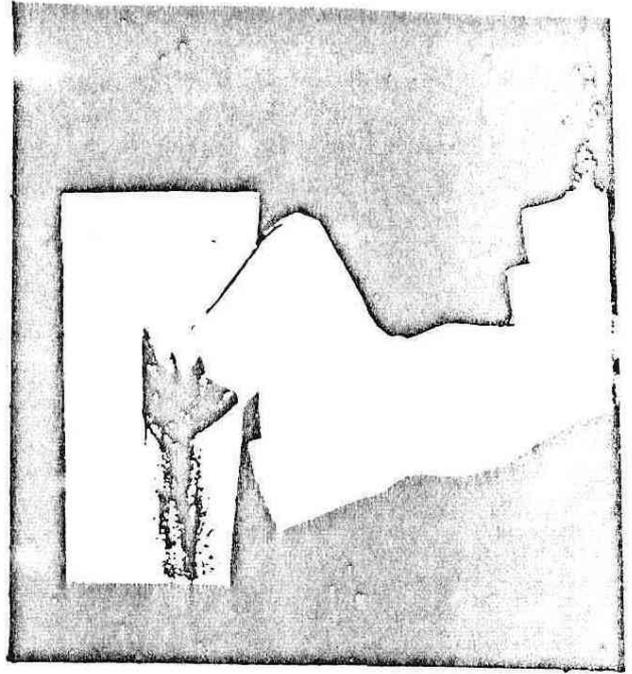
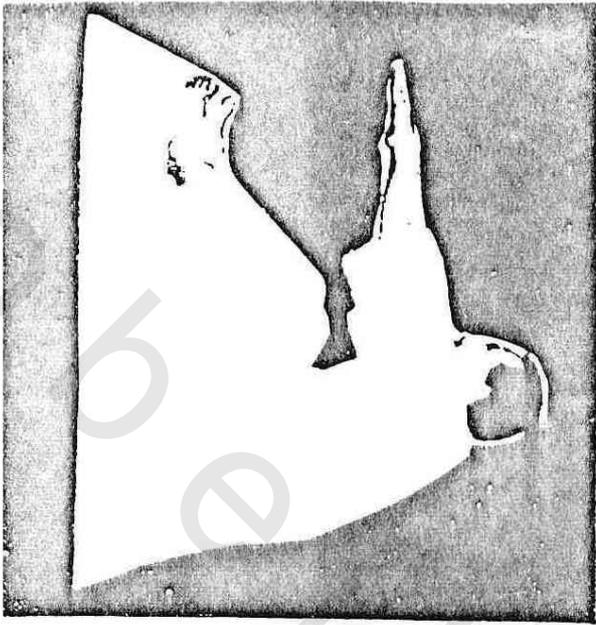
- ١ - الوقفة الطبيعية
- ٢ - رفع الذرعين اماما والكتفين لاسفل
- ٣ - ثنى الركبتين نصفاً مع المحافظة على وضع الذراعين
- ٤ - ثنى الركبتين كاملاً مع المحافظة على وضع الذراعين
- ٥ - النزول بالمقعد على البساط والكعبين ملامسان للارض
- ٦ - الرقود على الظهر مع ضرب البساط بالذراعين والقدمين عالياً وباتساع الحوض

ملحوظة:

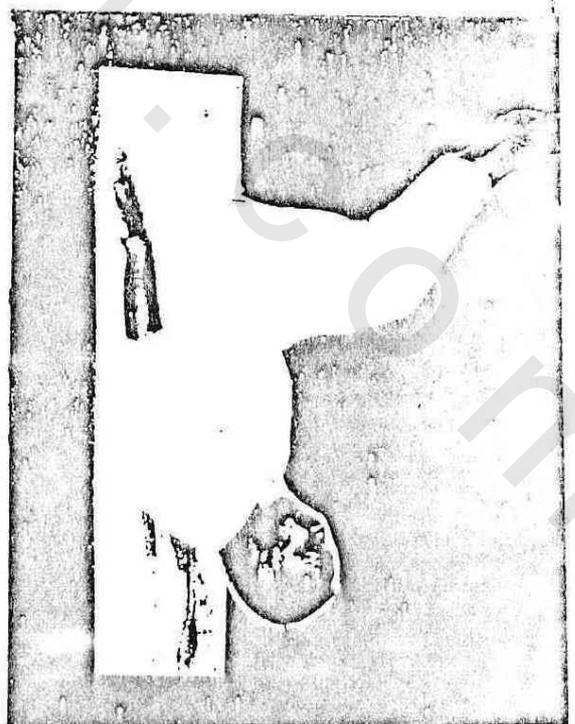
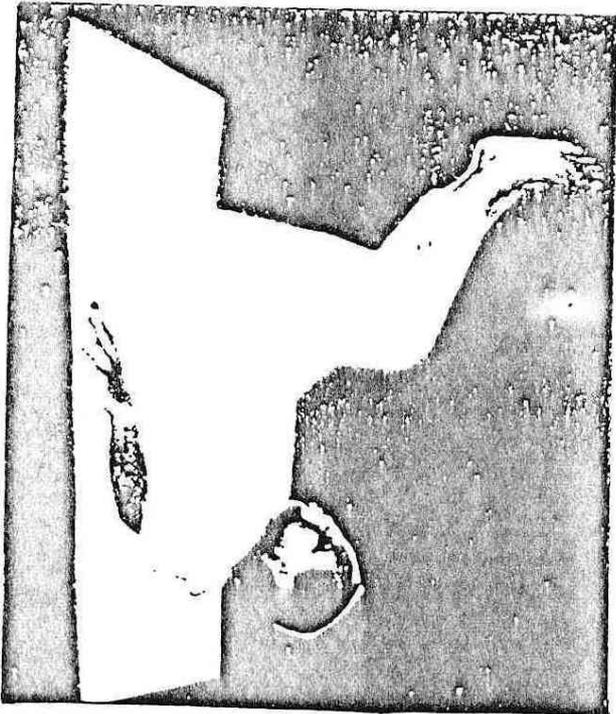
(عدم لمس الرأس للبساط)







2



3

الأسئلة

١- ما اسم المهارة؟

٢- ضع علامة () امام الاجابة الصحيحة ،

- تؤدي هذه المهارة من وضع اللعـب من اسفل ()

- تؤدي هذه المهارة من وضع اللعـب من اعلى ()

٢- اختر الاجابة الصحيحة مما ياتى ،

- من المبادئ التى يجب مراعاتها فى هذه المهارة

أ - تعليم الوقفة (الطبيعية _ الدفاعية)

ب - تعليم مسكة البدلة

ج - الحرص على ان يتفادى اللاعب اصطدام الرأس والعمود الفقرى مباشرة

بالبساط

د - معرفة طريق واتجاهات اخـلال التوازن

- اول جزء يلمس اداء هذه المهارة هو

أ - المقعدة

ب - اليدين

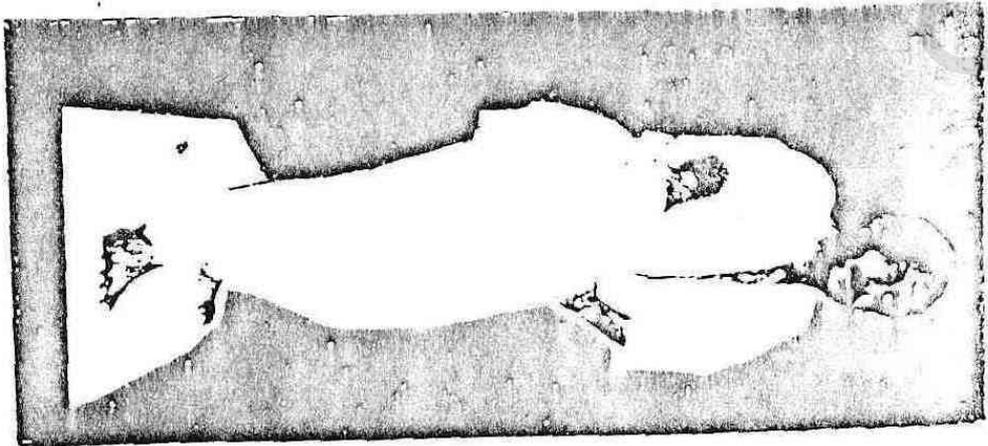
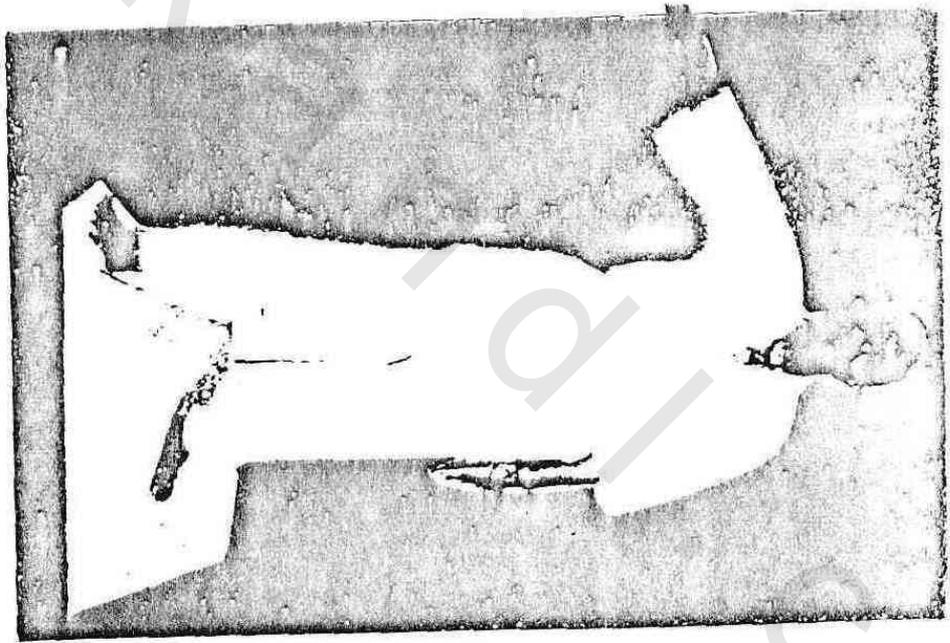
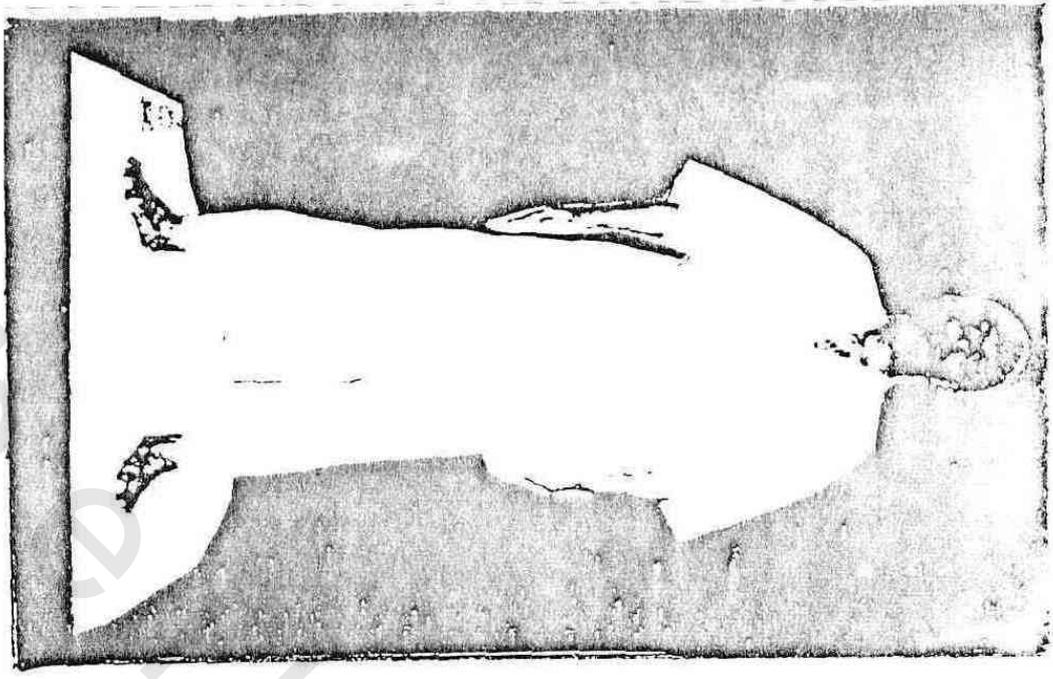
ج - الظهر

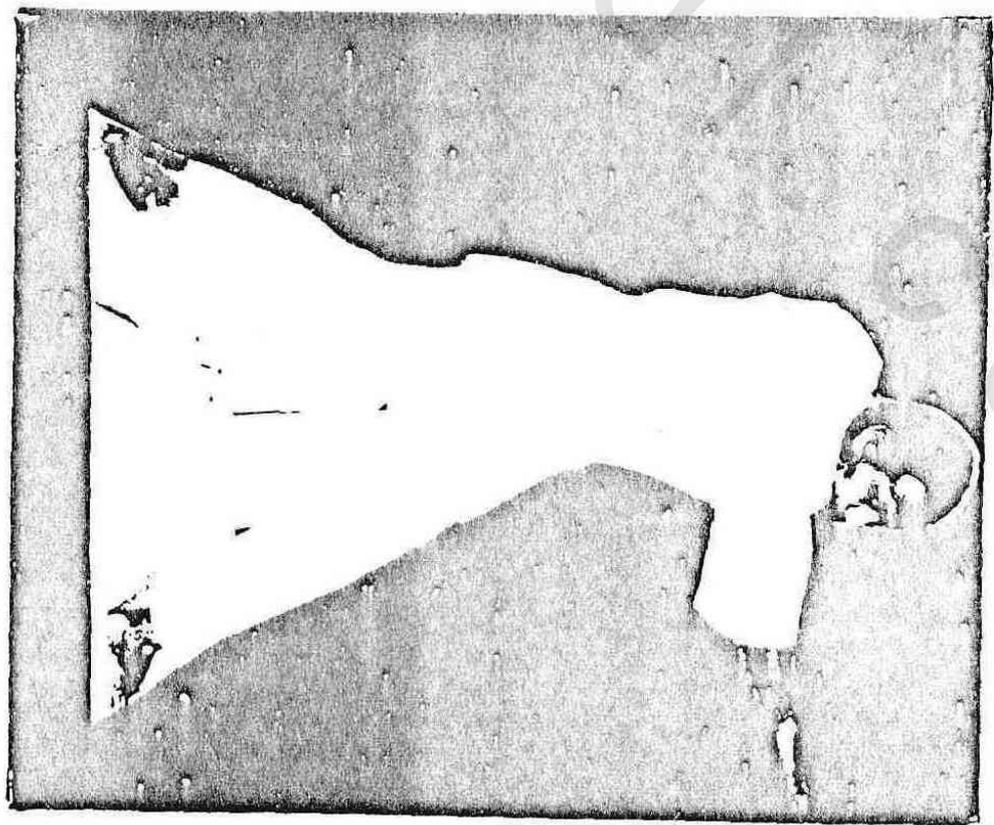
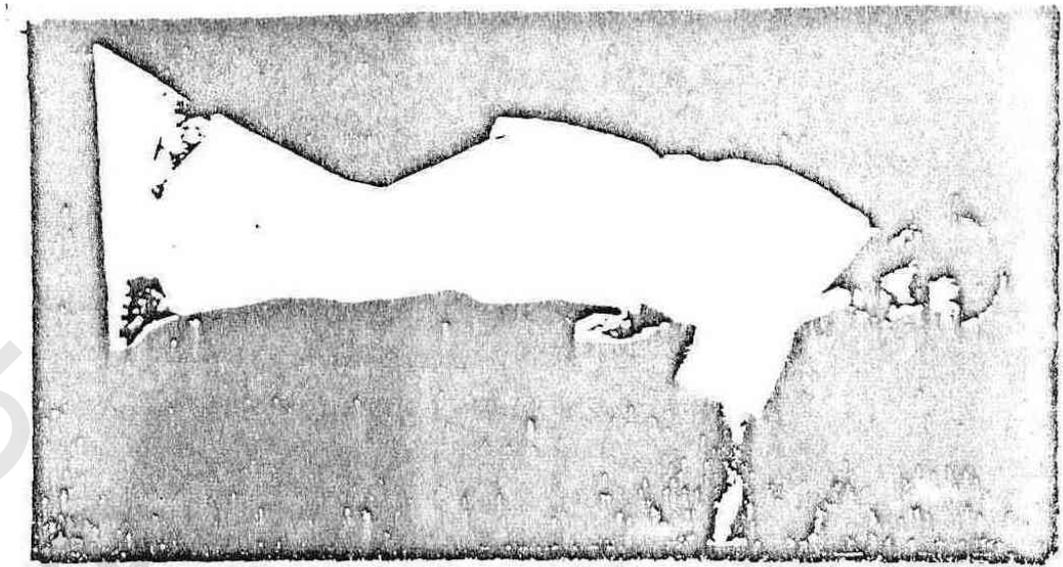
د - الفخذين

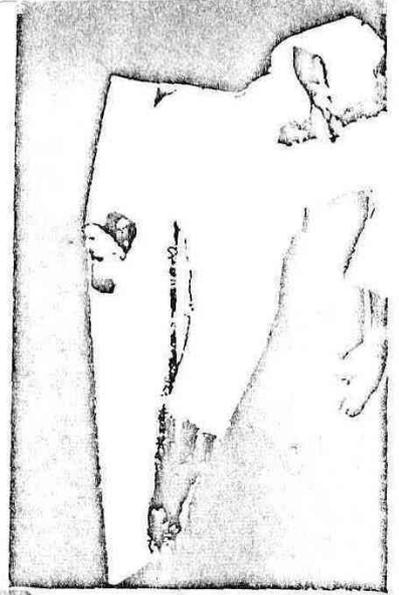
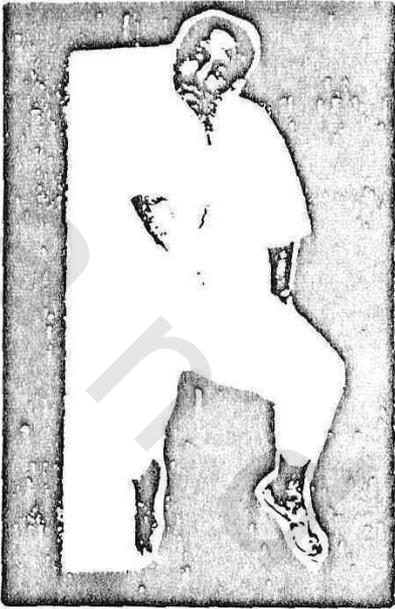
المهارة الثانية

الستظة الجانبية اليمنى (سيجى يو كوا او كيمى)

- ١- الوقفة الطبيعية .
- ٢- الذراع اليمنى جانباً مائلاً أسفل ، اثناء خفيف فى الركبتين .
- ٣- أخذ خطوة بالقدم اليسرى .
- ٤- مرجحه القدم والذراع اليمنى حهة اليسار .
- ٥- تنى الركبه اليسرى كاملاً ، محاولة السقوط على الجانب الايمن .
- ٦- السقوط على الجانب الايمن وضرب البساط بالذراع اليمنى .
- ٧- الارتكاز على الجانب وعدم لمس الرأس للبساط .







الأسئلة

١- ما اسم المهارة؟

٢- ضع علامة () امام الاجابة الصحيحة .

- تؤدي هذه المهارة من وضع اللعـب من اسفل ()
- تؤدي هذه المهارة من وضع اللعـب من اعلى ()

٢- اختر الاجابة الصحيحة مما ياتى :

- فى الوضع النهائى لهذه المهارة يركز الجسم على :

- أ - الظهر
- ب - الجانب
- ج - الوجه
- د - المقعدة

تكون الزاوية بين الذراعين والجسم فى الوضع النهائى حوالى :

أ - ٤٥

ب - ٥٠

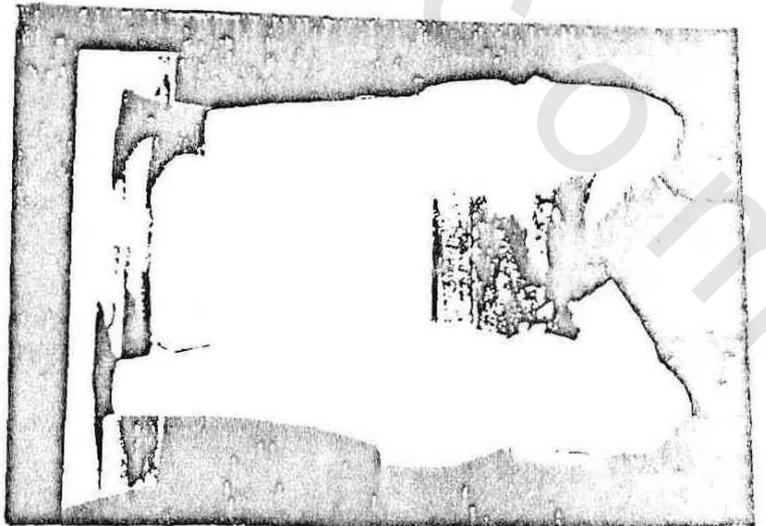
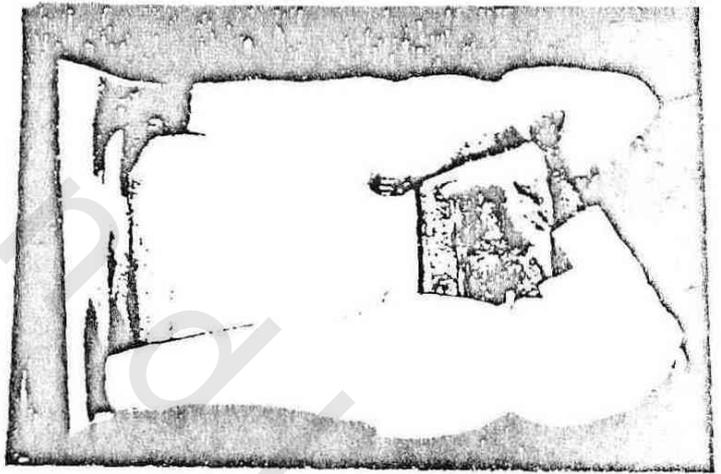
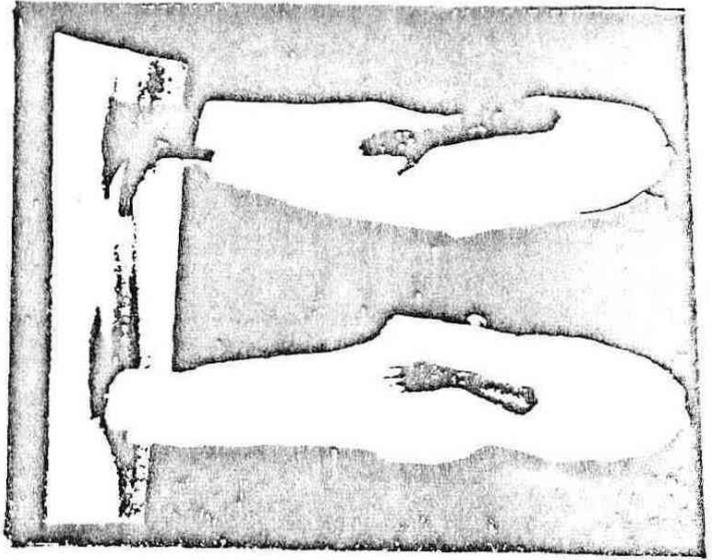
ج - ٩٠

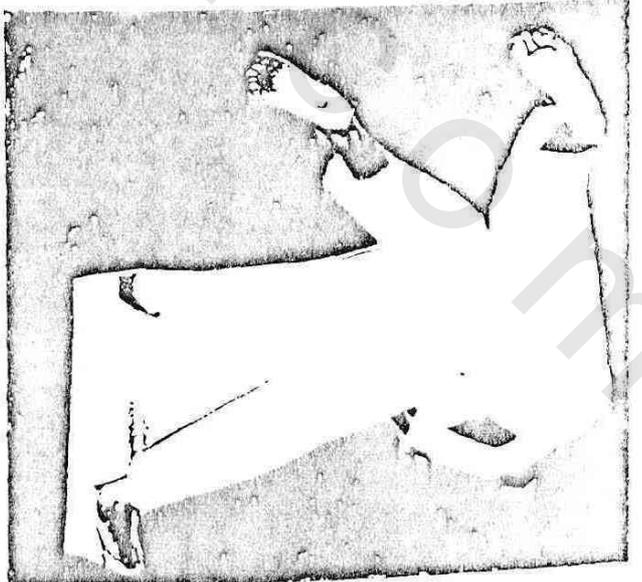
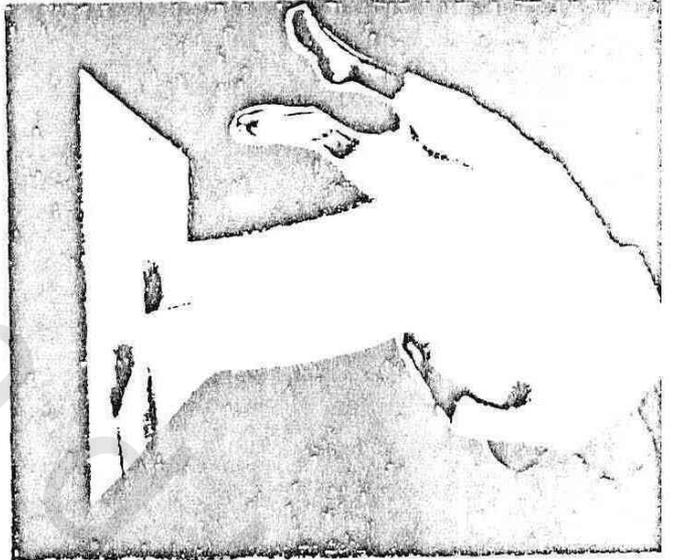
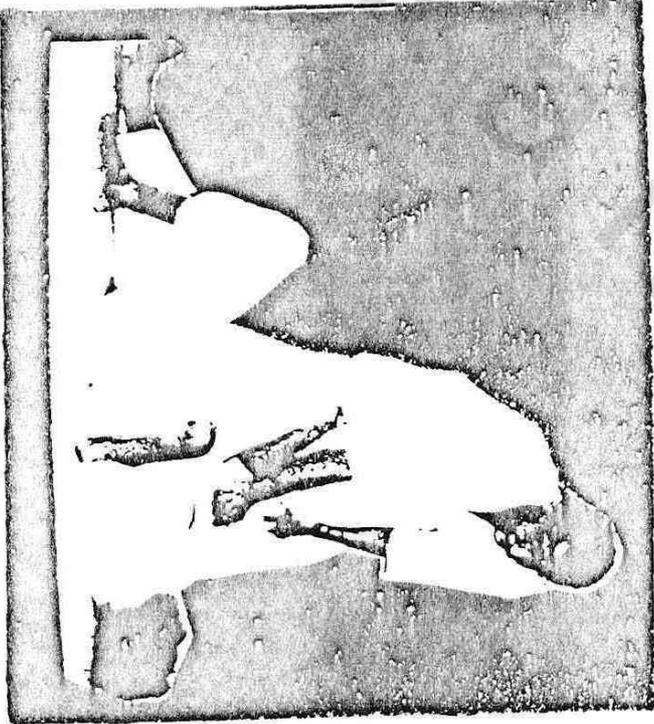
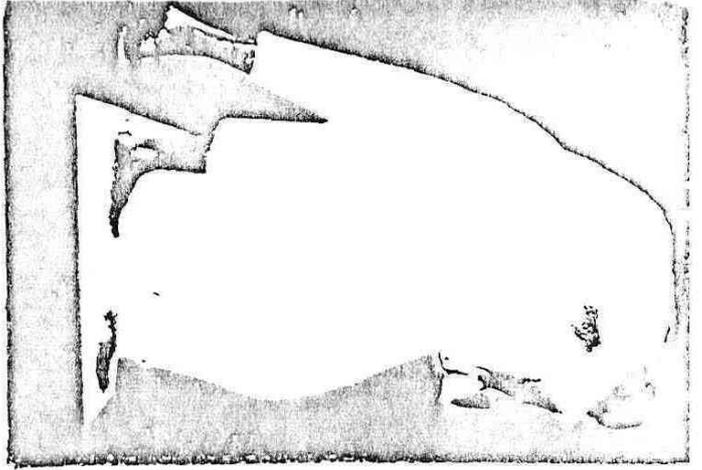
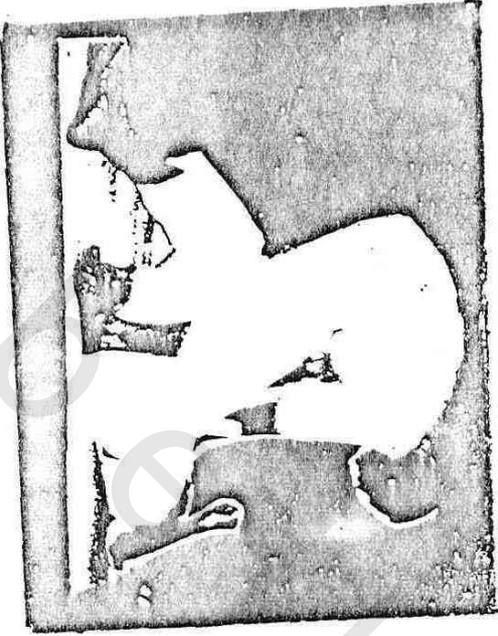
د - ٣٥

المهارة الثالثة

أوجوشى

- ١- الوقفة الطبيعية.
- ٢- مسك منتصف ياقة الخصم باليد اليمنى .
- ٣- مسك منتصف كم الخصم باليد اليسرى .
- ٤- انقل القدم اليمنى فى ارتكاز على المشط بين قدميى الزميل .
- ٥- ضع يدك اليمنى حول خصر الزميل وتابع بالقدم اليسرى لف بالوسط أثنى الركبتين .
- ٦- افرد الركبتين وارفع الزميل على المقعد.
- ٧- اجذب بيدك اليسرى وحاول رمى الزميل .
- ٨- الوضع النهائى " التحكم والسيطرة فى اليد اليسرى للزميل " ويقوم الزميل بأداء السقطة الجانبية .





الأسئلة

١- ما اسم المهارة؟

٢- ضع علامة () امام الإجابة الصحيحة ،

- () - تؤدي هذه المهارة من وضع اللعـب من اسفل
- () - تؤدي هذه المهارة من وضع اللعـب من اعلى

٢- اختر الإجابة الصحيحة مما يأتي ،

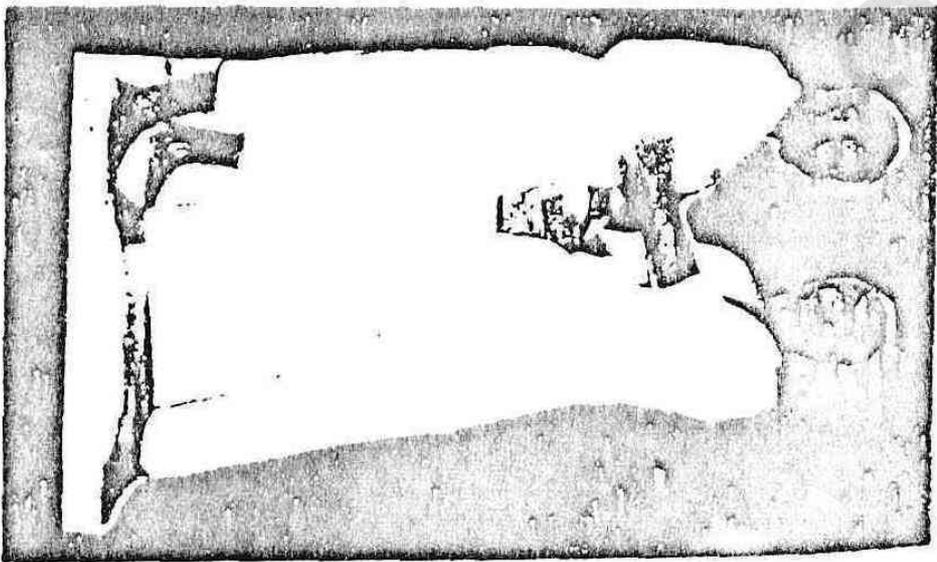
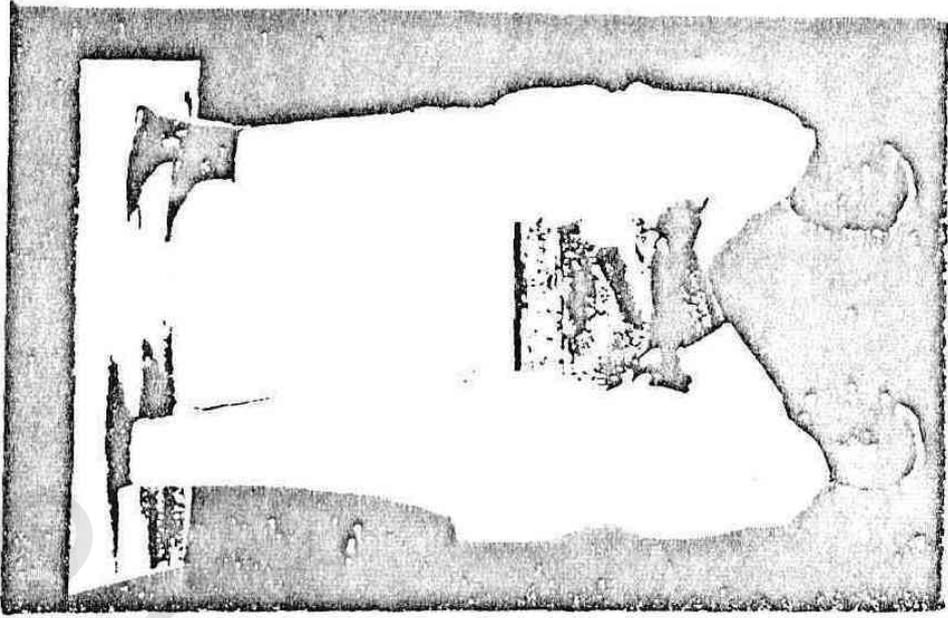
- فى الوضع النهائى لهذه المهارة يكون اللاعب المهاجم (الرامى)
 - أ - ممسكا بذراعى الخصم .
 - ب- يترك الخصم على الارض .
 - ج- ممسكا احدى الذراعين ومسيطرا عليه .
 - د - ممسكا بياقنة الخصم .

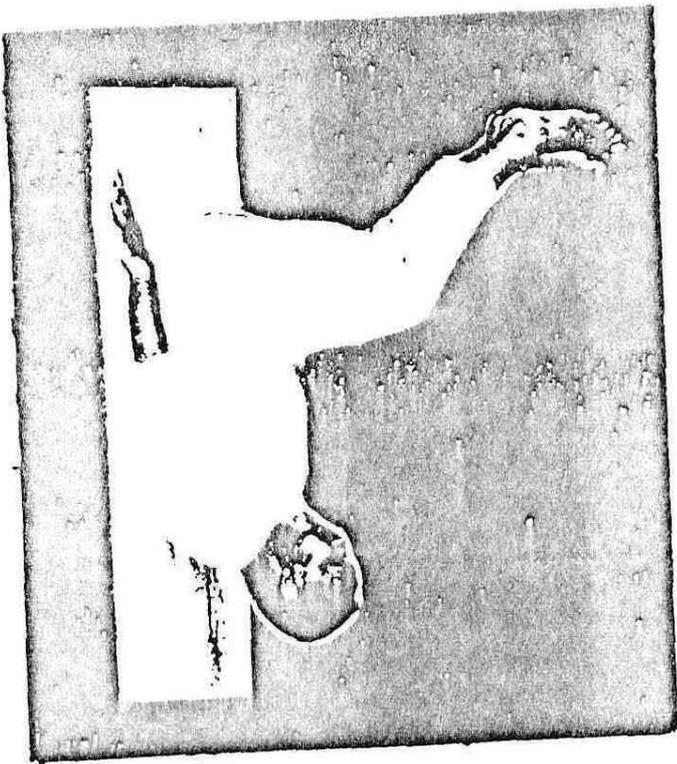
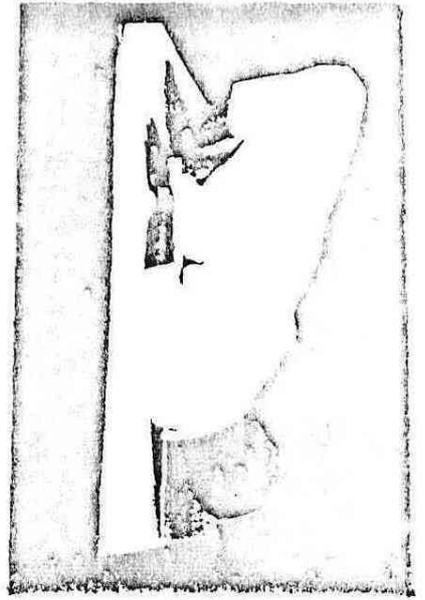
- هذه المهارة من حركات

- أ - التضحية (سمنى وازا)
- ب- الرجلين (اشى وازا)
- ج- اليدين (تى وازا)
- د - الوسط (جوشى وازا)

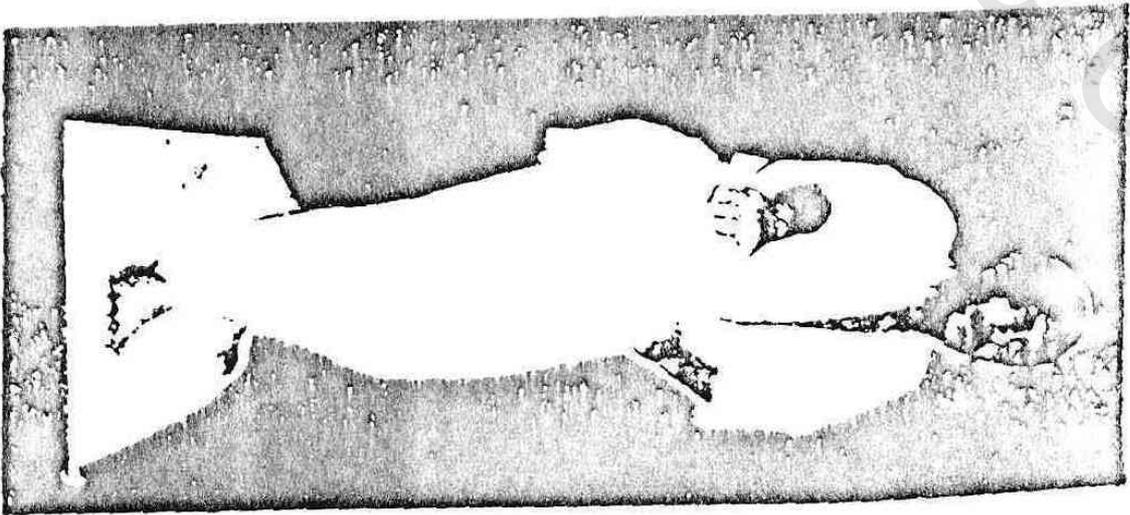
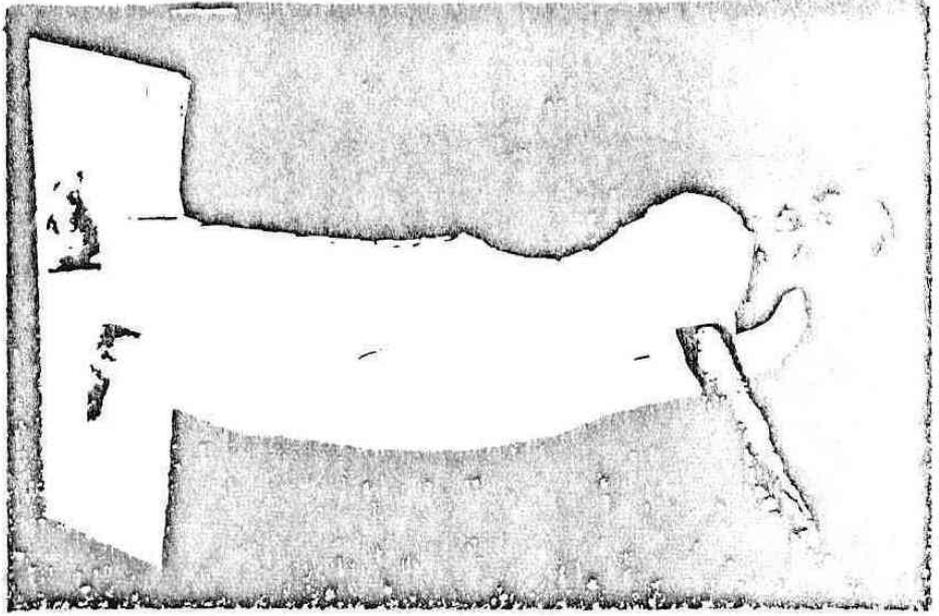
مرفق رقم (٧)

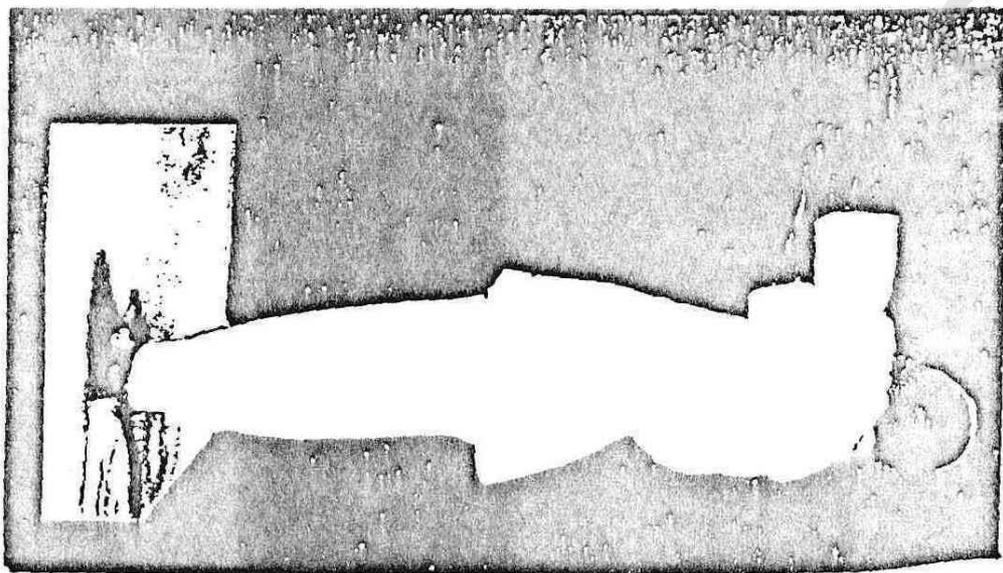
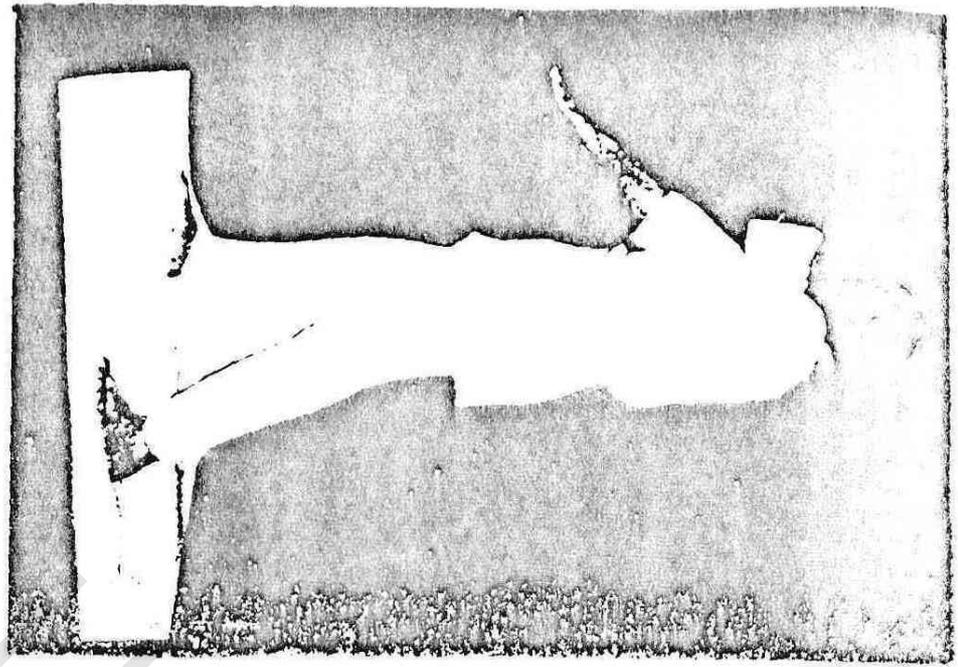
الصور الخاصة باختبار الاتقان

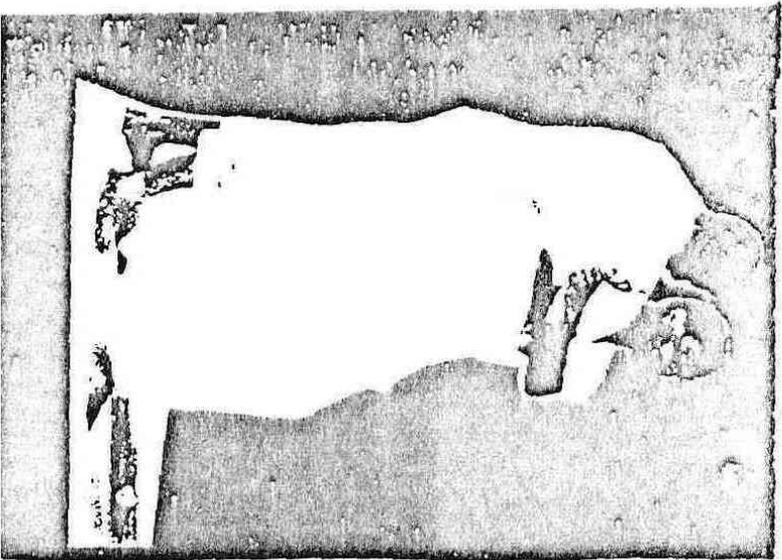
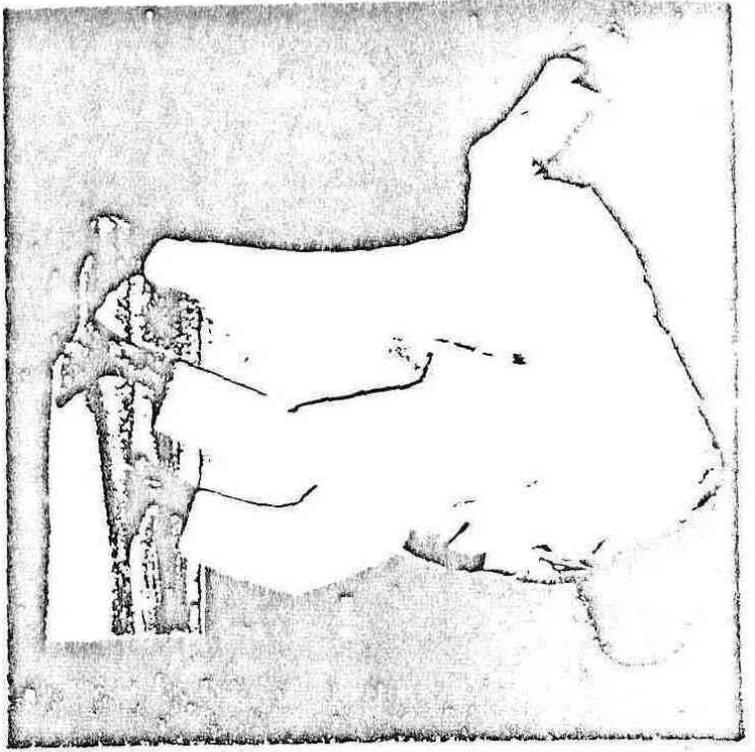


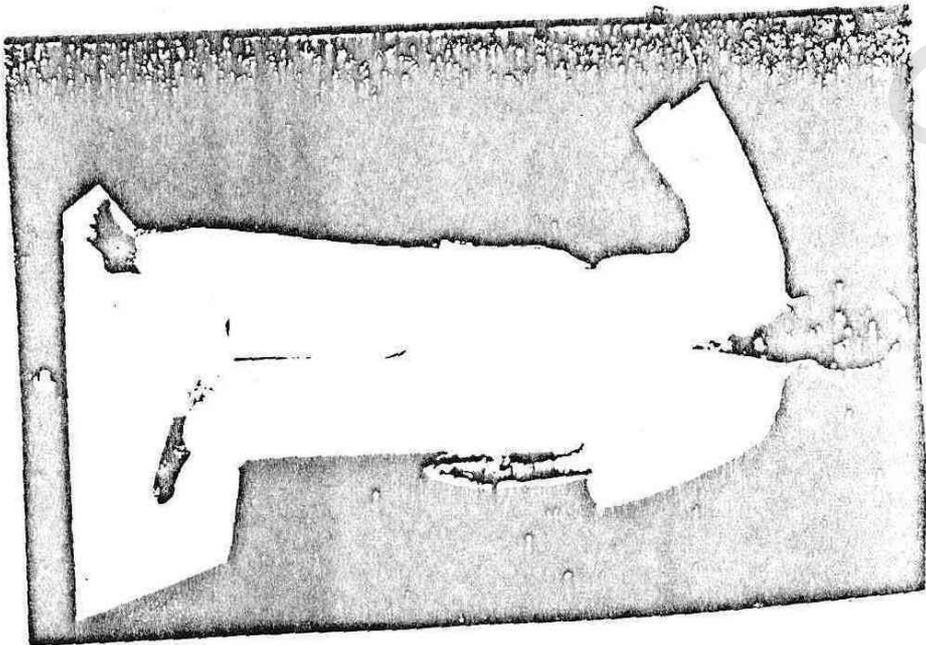
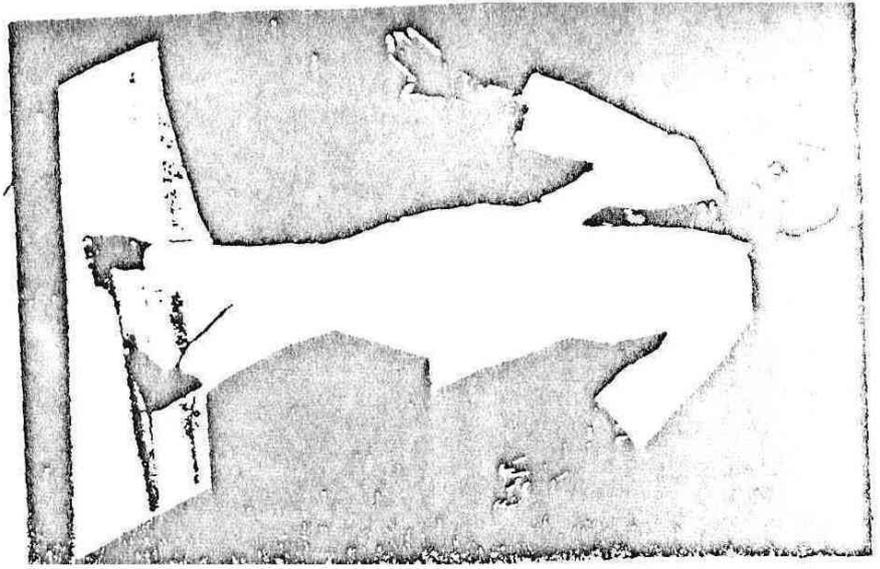


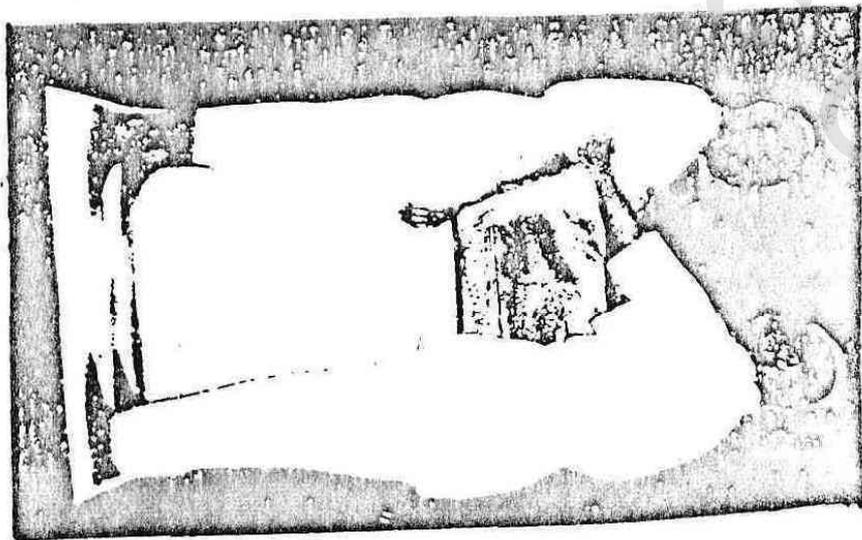
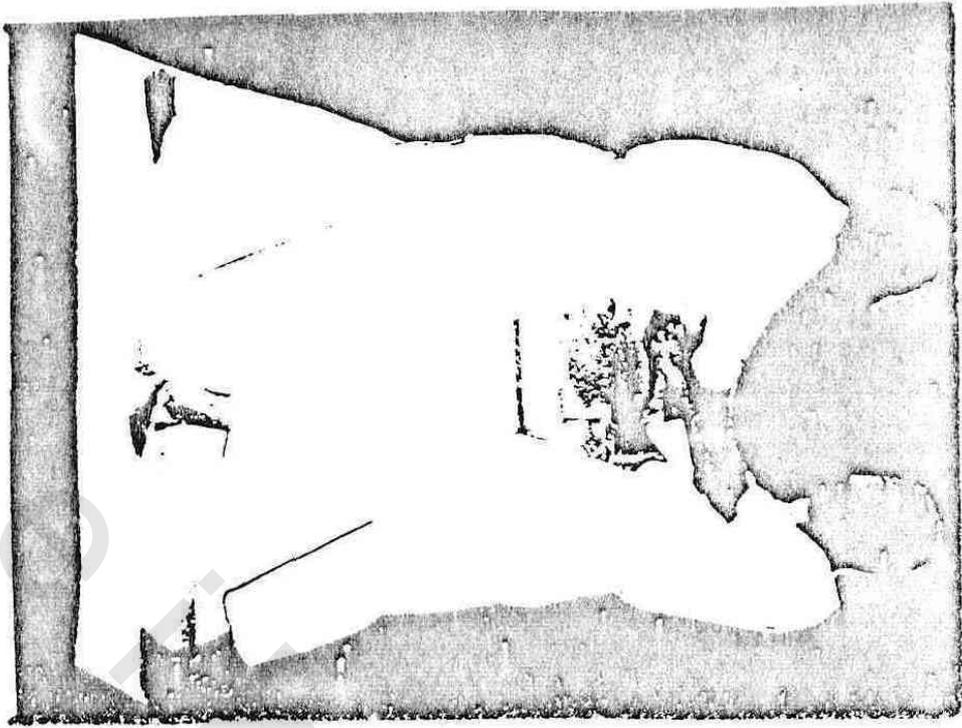
obobokirahandl.com

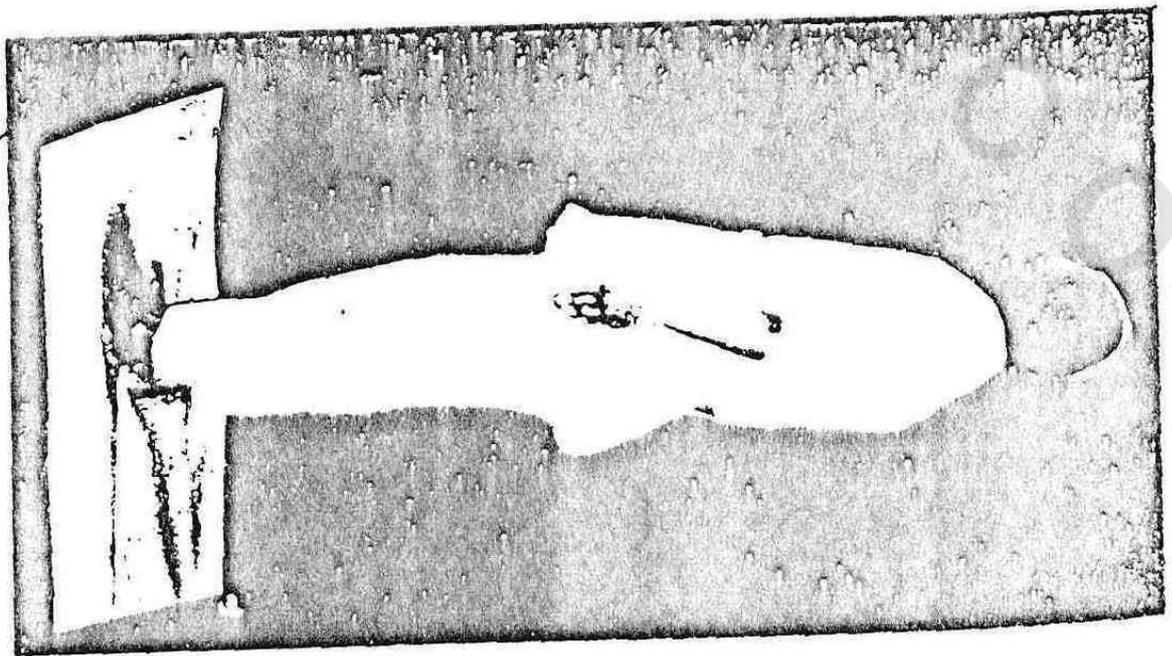
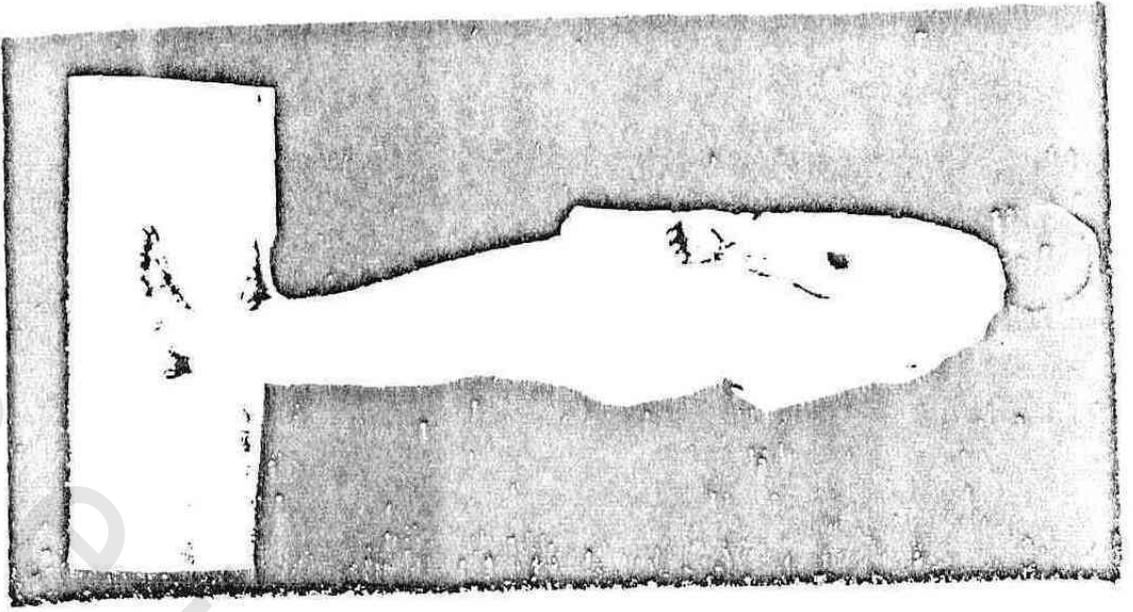


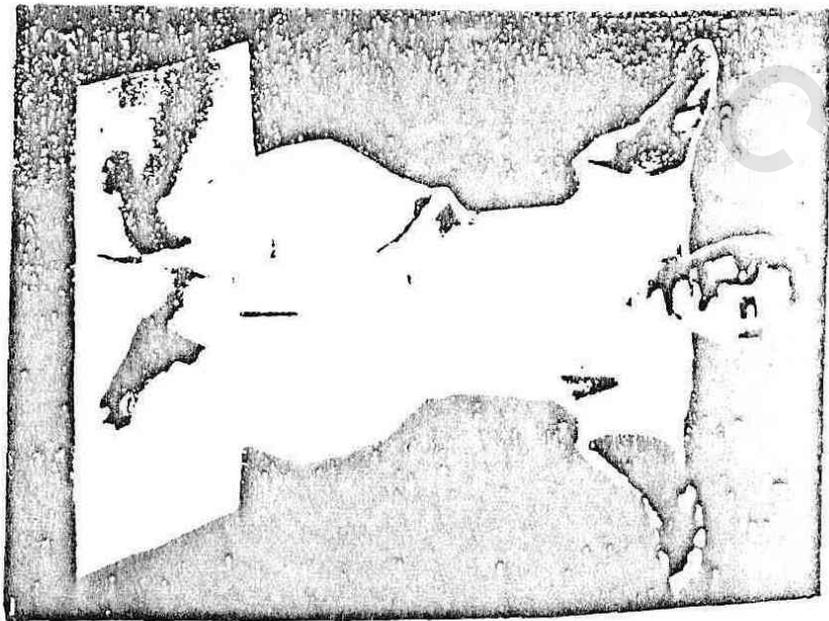
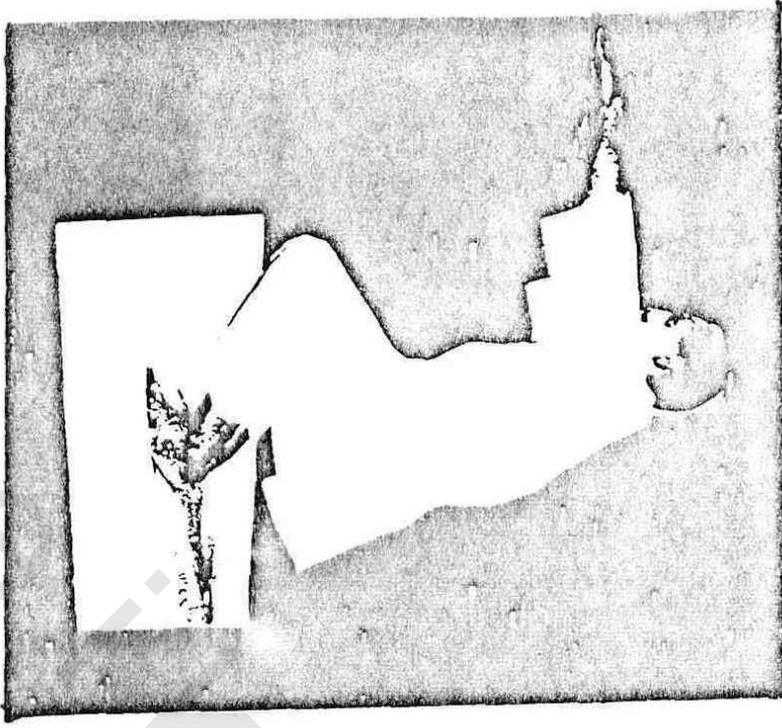


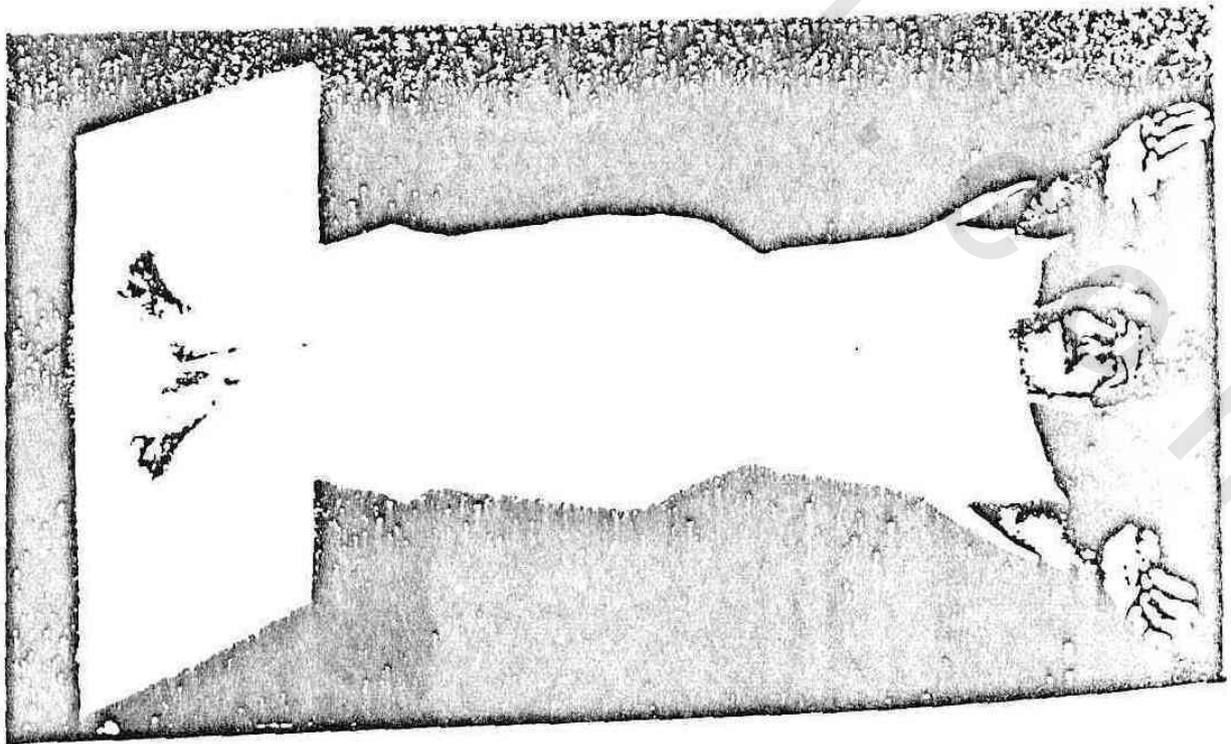
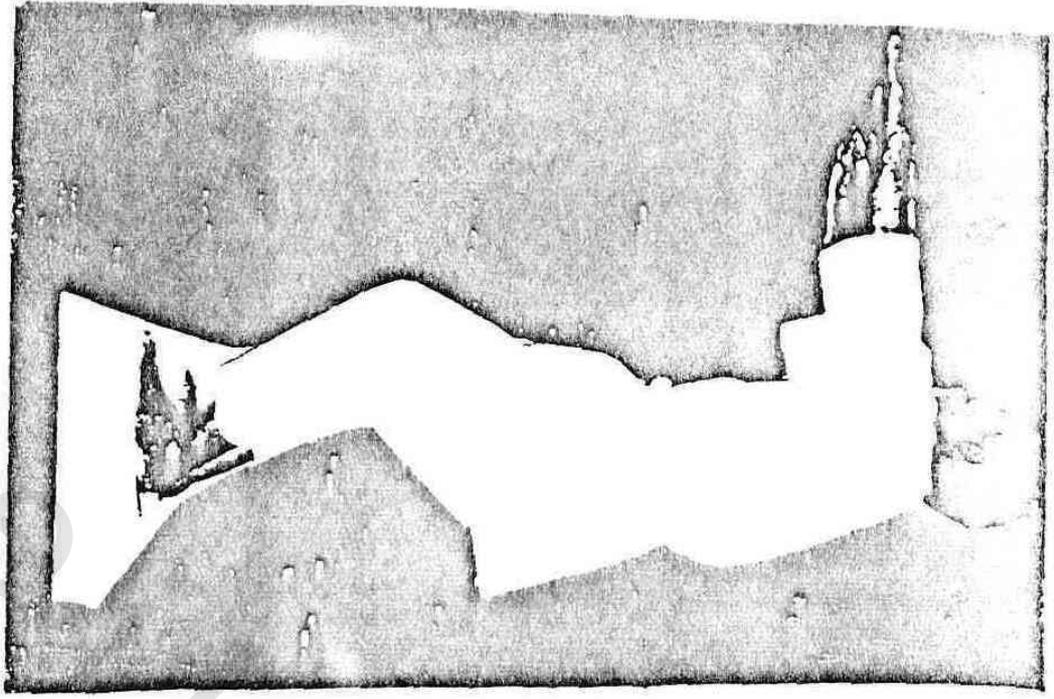












ملخص البحث
باللغة العربية

تهدف الدراسة التي قام بها الباحث الى اثبات أثر استخدام التعليم المبرمج على سرعة واتقان تعلم بعض المهارات الحركية لرياضة الجودو وهذا نتيجة الى الطفرة القوية في اساليب وطرق التعليم التي الهدف الاساسي منها الوصول بالمتعلم الى سلوك جديد او اكسابه معلومات ومعارف ومهارات جديدة ويعتبر التعليم المبرمج وسيلة جديدة وحديثة في هذه الطرق وتلك الاساليب التي استخدمت من التعليم الذاتي والبحث عن المعلومة الذاتية طريقة جديدة لتوصيل المعلومات الى المتعلم .

ولان التعليم المبرمج له العديد من المميزات منها على سبيل المثال :-

انه يتغلب على الكثرة العددية للمتعلمين ويساعد على اظهار الفروق الفردية وايضا يفتح المتعلم على التقدم في دراسته وتعليمه ايضا التعليم المبرمج يساعد على تعليم اكبر عدد ممكن بأقل نسبة مع ين حيث يعتمد المتعلم على نفسه ذاتيا في التعليم ولذلك ولتلك الاساليب كان التعليم المبرمج هدف لتطبيقه في الدول النامية والدول كثيرة الاعداد والتي تخطو نحو التقدم ردهار فكان له مجالات واسعة في جميع المواد الدراسية والعملية واجريت له العديد من الابحاث في مختلف فروع العلوم وكانت الرياضة والتربية الرياضية أحد هذه الفروع واحدى هذه الموارد ولذلك وجد الباحث امكانية تطبيق التعليم المبرمج في مجال دراسته وعمله.

وهو الجودو حيث اصبح الجودو في مصر الان من الرياضات المهمة والمحبية لدى الجميع وزاد عدد ممارسيها الى اضعاف اضعاف ما كانت عليه من بضعة سنين ونظرا لان مصر لها ثقل عالمي في هذه الرياضة البدنية النفسية والتي لها طابع خاص فهي رياضة تقوى البدن وتهذيب النفس كما انها من اداب وتقاليد عريقة تمتد لآلاف السنين فقد زاد في الآونة الاخيرة نسبة من يريدون الاشتراك في مضمارها ومن يريدون المعرفة أكثر واكثر وعن قرب لهذه الرياضة ومع قلة عدد المدربين لها وضعف الامكانيات وجد الباحث أن اسلوب التعليم المبرمج (الكتاب المبرمج بالصورة المتسلسلة) احسن وسيلة لنشر اللعبة على مستوى عالي وحتى يتمكن كل ناشئ جديد لممارسة اللعبة ذاتيا وفي وقت فراغه وبقدرة تسمح به امكانياته

البدنية والنفسية والاجتماعية فإذا ما وصل الى مرحلة البطولة استلمته أيدي مدربين أكفاء يسعون به للوصول الى العالمية والبطولات وبذلك تكون قاعدة عريضة من ممارسة اللعبة تسمح بخروج أبطال عالميون في هذه اللعبة .

ولذلك سعى الباحث الى محاولة إثبات أن التعليم المبرمج يمكن أن يساهم في هذا الهدف ويمكن أن يكون ذو تأثير ايجابي على سرعة التعليم للحركات مع القدرة على اتقانها وهذا يتمشى مع أهداف البحث.

أهداف البحث

(١) التعرف على تأثير طريقة التعليم المبرمج على سرعة واتقان تعلم بعض المهارات الاساسية لرياضة الجودو.

(٢) التعرف على تأثير طريقة التعليم المبرمج على التحصيل النظرى لبعض المهارات الاساسية لرياضة الجودو.

فروض البحث :-

للبحث فرضان اساسيان هما :

١- طريقة التعليم المبرمج (الكتاب المبرمج) لها تأثيرا ايجابى على سرعة واتقان تعلم بعض المهارات الاساسية لرياضة الجودو عن الطرق المتبعة .

٢- لطرق التعليم المبرمج تأثير ايجابى على سرعة التعليم النظرى للمبتدئين لبعض المهارات الاساسية لرياضة الجودو عن الطرق المتبعة.

ولاثبات هذه الفروض وتحقيق الاهداف قام الباحث بإجراء دراسة تجويلية على مجموعة من الناشئين فى المرحلة السنية من ١٢ ، ١٥ سنة من طلاب مدرسة الحلمية الاعدادية بالهرم فى العام الدراسى ٩٢/٩١ وقد قام الباحث بتكوين مجموعتين احدهما تجويلية ويتم التعليم فيها عن طريق التعليم المبرمج

والاخرى ضابطة ويتم التعليم فيها بالطرق التقليدية وبعد ايجاد التجانس بين المجموعتين من حيث معدلات النمو (طول - سن - وزن) وايضا ايجاد التجانس فى عناصر اللياقة البدنية وذلك حتى تكون المجموعتان متجانستان تماما واستبعاد الطلبة المرضى والملمين بالجودو والغير قادرين على ممارسة رياضة عنيفة ثم تقسيم باقى العينة الى المجموعتين السابقتين التجريبية والضابطة وتعليمهم اهم مهارات الجودو وهى السقطة الخلفية والسقطة الجانبية وحركة (أجوشى) حركة وسط وقد تم التعليم لهم بطريقتين مختلفتين وتم بعد نهاية فترة البرنامج تقييم المجموعتين فى اختبارات الاداء والاتقان والسرعة فى الاداء والاختبار النظرى لتوضيح أى الطريقتين أفضل وهل للتعليم المبرمج تأثير على تعليم المهارات وهل يصلح كطريقة من طرق التعليم وقد اثبتت تجربه صلاحية التعليم المبرمج فى تعليم مهارات رياضة الجودو.

استنتاجات الدراسة

(١) لطريقة التعليم المبرمج (الكتاب المبرمج) أثر ايجابى فى تعليم بعض المهارات الاساسية فى رياضة الجودو .

(٢) يزيد التعليم المبرمج اللاعب فى سرعة الاداء للمهارة الحركية .

(٣) يساعد التعليم المبرمج على اتقان المهارات الحركية المتعلمة بصورة اكبر من الطرق الاخرى .

(٤) يساعد التعليم المبرمج فى حل المشكلات التى تواجه القائمين على تدريب الجودو ، الزيادة العددية وتغيب بعض اللاعبين عن التدريب .

التوصيات الخاصة بالدراسة ،

- ١- الاهتمام بالابحاث الخاصة بالناشئين لانهم اساس اللعبة ونواه المستقبل .
- ٢- زيادة الاهتمام بابحاث التعليم المبرمج وتطبيقه بجدية وفاعليه فى التدريب لما له من مميزات وخصائص تساعد فى عملية التعلم .
- ٣- استخدام التعليم المبرمج فى تعليم بعض المهارات الحركية لرياضة الجودو
- ٤- استخدام التعليم المبرمج فى تعليم المفاهيم النظرية وتقاليد رياضة الجودو
- ٥- يساعد استخدام التعليم المبرمج على زيادة فاعلية اللاعبين مع البرنامج الموضوع ويراعى الفروق الفردية ويساعدهم على أن يتفاعلوا مع اللعبة وحركاتها.

HELWAN UNIVERSITY
Faculty of Sports Education,
Gezira (girls)
Department of Pedagogical
and Training Methods
and Physical Education

**The Impact of Programmed Education
on
Quick Acquirement of Basic Skills of Godo Sports**

Prepares by
Magdy Zarea Mohamed
Teacher of Sports Education
and Supervisor of Sports Activity in Sphinx Sporting Club.

Supervisor

Prof. Dr. \ Nadia Hassan Hashem

Prof. Dr. \ Samia Ghanem

Captain : Hossam El Deen

Cairo
1995

Introduction :-

The study of the researcher aims at proving the effect of using instructional training on Speed and perfection some moveable skills for Judo and it results in Styles and ways of teaching which reaches the trainee at new method or his acquirement information, Knowledge and new Skills .

Instructional training is Considered new and modern mean in these methods and styles which have used from self-educated and researching about self information which is anew method for reaching information to the trainee.

Instructional training has several advantages ,for example :-
it overcomes great number of trainee and helps on appearance the differences of individuality .

It urges the trainee to advance in his studying and training .Instructional training great numbers with little number of trainers, as the trainee, depends on himself in training, for these reasons instructional training is aim for its application in the development countries which step towards progress and prosperity, so it has several fields in all studied and practical subjects as also it is carried out many researches in different branches of subjects . Sport and physical education one of these branches and Subject so the researcher found the possibility of application instructional training in his Study and work .

Judo became an important sport in Egypt now , most of the people like it . The number of practitioners increased many times as much as a few years In regard to, Egypt had an international heaviness in this psychology and physical sport which has special character .

This sport strengthens the physical constitution and trains human body. It has many customs will continue for thousands years .

In the last times, the number of people who wants to participate in this sport in creased, at the Some time they went to Know more and more about this sport .

The researcher found that method of instructional training (Instructional Book by continuous pictures) is the best mean to spread the play at high standard, so every new young generation can practice this sport by him self at his leisure time and as much as his social, spiritual and physical possibility can . If he reaches to the championship stage, good trainers will receive him and lead him to the world championship them we has many good players (practitioners for this play) will become an international heroes. So the research makes an effort to try to prove that instructional training can share in this aim which has positive effect on the speed of training the moves and the capacity of its perfection according to the assumptions of the research .

Assumptions of the research .:

It has two basic assumption :

- 1- the method of instructional training (instructional Book) has positive effect on speed and perfection training of some basic skills for Judo then the following methods .
- 2- The method of instruction training has positive effect on speed of theoretical training of the beginners for some basic skills for Judo .

These assumptions accord with the aims of the research which are

- 1- Knowing with the effect of the method of instructional training on speed and perfection training some basic skills of Judo .

For proving these assumptions and achieve the aims so the researcher makes experimental studying for groups of Generations from 12 to 15 years on the students of Helmiya Prep School in EL Haram in school year 91 - 92 .

The researcher makes two groups, one of them is experimental on which teaching performed by the method of instructional training . The other one is steady which is traditional method .After similarity between two groups from where the rate of growth (length, age and weight) and bodily capability elements, so two group will become homogeneous completely and isolate the

students who are ill and one not capable to practice strong sport .Then we divide the rest of sample to two experimental groups .

The steady trains them the most skills of Judo which are back fall , sidling fall and waist move . Training for the students had performed with two different ways. After finishing the progamme, two groups are evaluated in the test of performance, perfection , the speed of performance and theoretical test to explain which two ways is better.

Has instructional training the effect on training skills ?

Is it suitable as a method of training ?

The experiment proved suitability of instructional training during training skills of Judo.

Results:

- 1- The method of instructional training (instructional book) is positive effect for training some basic skills in Judo
- 2- Instructional training increases the player speed performance for movable skills.
- 3- Instructional training helps to perfect movable skills more than the other methods.

4- Instructional training helps to solve some problems which face the trainers of Judo as numerical increase and absence of some players from the training .

The researcher sets some recommendations in his research

as:

- A- The interest in special researches of young generations because they are the base of the play and future.
- B- Increasing of the interest of instructional training researches and its application seriously in training because it has advantages and specifications to help in training process.