

## قائمة المرفقات

### مسلسل

### عنوان المرفق

### الصفحة

- ١- المشاكل الخططية - التحركات بدون كرة - المهارات بكرة التي يتضمنها ٨٥-٨٨  
البرنامج التعليمي للمجموعة التجريبية الأولى
- ٢- محتوى البرنامج التعليمي للمجموعة المستخدمة للمدخل المهاري ٨٩-٩٠
- ٣- استمارة استطلاع رأى الخبراء ٩١-٩٦
- ٤- الاختبارات البدنية المستخدمة فى البحث ٩٧-١٠٣
- ٥- الاختبارات مهارية المستخدمة فى البحث ١٠٤-١٠٩
- ٦- استمارة تحليل الأداء الفعلى للمتعلمين أثناء المنافسة ١١٠-١١١
- ٧- استمارة محددات التقويم للأداء الفعلى أثناء المنافسة ١١٢-١١٣
- ٨- استمارة معيار فاعلية الأداء أثناء المنافسة ١١٤-١١٥
- ٩- مستويات الصعوبة الخططية فى البرنامج التعليمي للمجموعة التجريبية الأولى ١١٦-١١٧
- ١٠- أجزاء الدرس باستخدام المدخل المهاري فى كرة السلة ١١٨-١١٩
- ١١- نماذج من الوحدات التعليمية ١٢٠-١٢٨
- ١٢- أسماء السادة الخبراء الذين استعان بهم الباحث ١٢٩-١٣٠
- ١٣- أسماء السادة الزملاء المساعدين للباحث ١٣١-١٣٢

## مرفق رقم ( ١ )

المشاكل الخططية - التحركات بدون كرة - المهارات بكرة  
التي يتضمنها البرنامج التعليمي للمجموعة التجريبية الاولى المستخدمة  
للمدخل الخططي

مرفق رقم ( ١ )

المشاكل الخطئية – التحركات بدون كرة – المهارات بكرة

التي يتضمنها البرنامج التعليمي للمجموعة التجريبية الاولى المستخدمة

للمدخل الخطئي

| الدرس             | المشكلة الخطئية                    | التحركات بدون كرة                                                                                             | المهارات بكرة                                                                                 |
|-------------------|------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| الأول             | الاستحواذ علي الكرة                | - المهارات الحركية (تغيير السرعة –<br>تغيير الاتجاه – الوثب والهبوط)<br>- توقيت الهروب من المدافع<br>- التوقف | - وضع الاستعداد<br>الهجومى<br>- الاستلام والتمرير                                             |
| الثاني            | الاستحواذ علي الكرة                | - تحركات مساندة الزميل المستحوذ علي<br>الكرة باستخدام الخداع وسرعة الارتداد                                   | - الخداع بالنظر والجذع<br>- التمرير للزميل<br>المناسب                                         |
| الثالث            | الاستحواذ علي الكرة                |                                                                                                               | - الخداع بالطعن Jab<br>Step<br>- الخداع العكسي<br>Cross over<br>- حماية الكرة أثناء<br>الأداء |
| الرابع            | مهاجمة السلة                       |                                                                                                               | - التصويب من مسافة<br>قريبة من السلة                                                          |
| الخامس            | خلق واستغلال المساحات<br>في الهجوم | القطع علي شكل حرف L , V                                                                                       | - توقيت التمرير<br>والاستلام                                                                  |
| السادس<br>والسابع | مهاجمة السلة                       |                                                                                                               | - الخداع والمحاورة<br>- الاختراق والتصويب<br>من مسافة متوسطة<br>بالقفز                        |
| الثامن            | مهاجمة السلة                       |                                                                                                               | - مزج مهارات الخداع<br>بالنظر والجذع والطعن<br>قبل المحاورة للتسجيل                           |
| التاسع<br>والعاشر | مهاجمة السلة                       |                                                                                                               | المحاورة للتسجيل<br>باستخدام التصويب<br>السلمي                                                |

| المهارات بكرة                                                       | التحركات بدون كرة                                                                                                                                                                        | المشكلة الخطئية           | الدرس                                 |
|---------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|---------------------------------------|
| - التصويب السلمي<br>- التصويب من القفز                              |                                                                                                                                                                                          | مهاجمة السلة              | الحادي عشر                            |
| دمج مهارات المحاورة والتصويب بنوعية السلمي ومن القفز                |                                                                                                                                                                                          | مهاجمة السلة              | الثاني عشر                            |
|                                                                     | - وضع الاستعداد الدفاعي<br>- الخطوات الدفاعية<br>- تحركات الذراعين الدفاعية<br>- الدفاع علي الكرة                                                                                        | استخلاص الكرة             | الثالث عشر                            |
|                                                                     | - الدفاع علي بعد تمريرة<br>- الدفاع علي بعد تمريرتين                                                                                                                                     | استخلاص الكرة             | الرابع عشر                            |
|                                                                     | الدفاع علي بعد أكثر من تمريرتين                                                                                                                                                          | استخلاص الكرة             | الخامس عشر                            |
|                                                                     | - دمج مهارات وقفة الاستعداد الدفاعية والخطوات الدفاعية وتحركات الذراعين الدفاعية<br>- دمج مهارات الدفاع علي الكرة والدفاع بعيداً عن الكرة (علي بعد تمريرة ، تمريرتين ، أكثر من تمريرتين) | استخلاص الكرة             | من الدرس السادس عشر إلي الدرس العشرين |
|                                                                     | الحجز والطرء للخارج Boxing out                                                                                                                                                           | الدفاع علي منطقة السلة    | الحادي والعشرون                       |
| التقاط الكرة بكلتا اليدين والنزول باتزان والدفاع علي الكرة ضد الخصم | توقيت القفز للاستحواذ علي الكرة من أعلي نقطة                                                                                                                                             | الدفاع علي منطقة السلة    | الثاني والعشرون                       |
| التقاط الكرة بكلتا اليدين والنزول باتزان والدفاع علي الكرة ضد الخصم | دمج مهارات الحجز والطرء للخارج مع توقيت القفز لاستحواذ علي الكرة من أعلي نقطة                                                                                                            | الدفاع علي منطقة السلة    | الثالث والعشرون                       |
| الارتكاز المناسب بعد المتابعة الدفاعية والتمرير                     | تحركات الزملاء للقطع واستلام الكرة من المتابع للكرة                                                                                                                                      | الانتقال من الدفاع للهجوم | الرابع والعشرون                       |
| إخراج الكرة من الحد النهائي                                         | تحركات الزملاء داخل الملعب لاستلام الكرة                                                                                                                                                 | الانتقال من الدفاع للهجوم | الخامس والعشرون                       |
| دمج مهارات الارتكاز بعد المتابعة وكذلك كيفية                        | دمج مهارات القطع والخداع لاستلام الكرة                                                                                                                                                   | الانتقال من الدفاع للهجوم | السادس والعشرون                       |

| المهارات بكرة                                                                 | التحركات بدون كرة                                                                  | المشكلة الخطئية                 | الدرس           |
|-------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|-----------------|
| إخراج من الحد النهائي                                                         |                                                                                    |                                 |                 |
| المحاورة                                                                      | تبدیل وتعديل أماكن المتعلمين لزيادة القدرة الهجومية                                | خلق واستغلال المساحات في الهجوم | السابع والعشرون |
| استغلال الستار لاستكمال مناورة هجومية كالمحاورة والتصويب أو المحاورة والتمرير | الستار                                                                             | خلق واستغلال المساحات في الهجوم | الثامن والعشرون |
|                                                                               | الالتقاط والدوران Pick and roll                                                    | خلق واستغلال المساحات في الهجوم | التاسع والعشرون |
|                                                                               | دمج مهارات تبدیل أماكن المتعلمين مع الستار والستار والدوران تبعاً للمواقف المختلفة | خلق واستغلال المساحات في الهجوم | الثلاثون        |

## مرفق ( ٢ )

محتوي البرنامج التعليمي للمجموعة المستخدمة للمدخل المهاري

مرفق ( ٢ )

محتوي البرنامج التعليمي للمجموعة المستخدمة للمدخل المهاري

| المهارات الفنية | من الدرس إلى الدرس | نماذج للتدريبات البنائية المستخدمة في الجزء الرئيس للدرس                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ١               | ٢ ، ١              | - تمرين تغيير الاتجاه Directional speed<br>- تمرين تحركات القدمين Carioca-Topioca<br>- تمرين مشي الترحلق Skaterers'walk<br>- تمرين السرعة Sprints<br>- تمرين مركب لتغيير السرعة والاتجاه Transition<br>- تمرين وقفة الاستعداد Ready<br>- تمرين وقفة الاستعداد مع عمل الارتكاز أمامي خلفي                                       |
| ٢               | ٣                  | - تمرين Funnel<br>- تمرين Body circle<br>- تمرين Figure Eights                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| ٣               | ٩ - ٤              | - المحاورة من الثبات<br>- المحاورة من المشي<br>- المحاورة من الجري<br>- المحاورة من الجري ثم التوقف في عدة وعدتين<br>- المحاورة مع تغيير الاتجاهات                                                                                                                                                                             |
| ٤               | ١٧ - ١٠            | - المحاورة ومسك الكرة والتصويب من الثبات من مسافة قريبة<br>- المحاورة ومسك الكرة والتصويب من الثبات من مسافة متوسطة<br>- المحاورة والتصويب السلمي<br>- المحاورة والتصويب من القفز                                                                                                                                              |
| ٥               | ٢١ - ١٨            | - من وقفة الاستعداد الهجومية تمرير الكرة علي الحائط<br>- التمرير في شكل قاطرتين متواجهتين<br>- نفس التمرين السابق مع المحاورة والتمرير<br>- المحاورة والتمرير واستلام الكرة ثم التصويب                                                                                                                                         |
| ٦               | ٢٥ - ٢٢            | - تمرين وضع الاستعداد الدفاعي في المكان<br>- تمرين وضع الاستعداد الدفاعي مع الحركة<br>- تمرين الخطوات الدفاعية<br>- تمرين الدفاع علي محطات الملعب<br>- تمرين دفع الكرة في اللوحة واستلامها من أعلي نقطة<br>- تمرين المحاورة والتصويب مع قيام الزميل بالدفاع علي المهاجم وعمل الوضع الخاص بالمتابعة Boxing out<br>وتغيير الأوار |
| ٧               | ٣٠ - ٢٦            | المباراة القانونية                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

- تمرينات التكيف بدون كرة والإحساس بالكرة يتم التمرين عليها في كل درس كجزء أساسي من نشاطات الإحماء بعد تعلمها .

مرفق (۳)

استطلاع رأي الخبراء

جامعة المنصورة  
كلية التربية الرياضية  
قسم مناهج وطرق تدريس التربية الرياضية

مرفق (٣)

استمارة استطلاع رأى الخبراء

يقوم الباحث بإجراء بحث بعنوان "دراسة مقارنة لأثر استخدام المدخل الخططى و المهارى على فاعلية أداء ناشئ كرة السلة" ضمن متطلبات الحصول على درجة دكتوراه الفلسفة فى التربية الرياضية .

ويسر الباحث أن يتعرف على رأى سيادتكم لإثراء هذا البحث وإضافة ما هو جديد من خبراتكم العلمية البناءة لذا برجااء التفضل بتحديد مايلى :-

- أهم الصفات البدنية المؤثرة فى تعليم المهارات الفنية لكرة السلة للناشئين المبتدئين فى المرحلة السنية تحت ٤ اسنة و الاختبارات البدنية التى تقيس هذه الصفات.
- أنسب تمرينات الإحساس بالكرة المؤثرة فى تعليم المهارات الفنية لكرة السلة للناشئين المبتدئين فى المرحلة السنية تحت ٤ اسنة.
- أنسب الاختبارات التى تقيس المهارات الفنية لكرة السلة للناشئين المبتدئين فى المرحلة السنية تحت ٤ اسنة.

وذلك من خلال وضع علامة (√) بأحد المربعين المخصصين لذلك ، مع قبول خالص شكرى وتقديرى على تعاونكم الصادق لاستكمال جوانب تلك الدراسة .

الباحث

بيانات خاصة بالسادة الخبراء :-

١- الاسم :

٢- الدرجة العلمية :

٣- عدد سنوات الخبرة فى مجال كرة السلة :

أهم الصفات البدنية المؤثرة في تعليم المهارات الفنية لكرة السلة و اختباراتها

| م | الصفة                 | م | الاختبار                              | مناسب | غير مناسب |
|---|-----------------------|---|---------------------------------------|-------|-----------|
| ١ | التوافق               | ١ | سرعة التصويب على الهدف ٣٠ ث           |       |           |
|   |                       | ٢ | الدوائر المرقمة                       |       |           |
|   |                       | ٣ | رمى واستقبال الكرة                    |       |           |
| ٢ | الرشاقة               | ١ | الانبطاح المائل من الوقوف ١٠ ث        |       |           |
|   |                       | ٢ | جرى الزجراج                           |       |           |
|   |                       | ٣ | الخطوات الدفاعية الجانبية             |       |           |
| ٣ | السرعة                | ١ | عدو ٢٦ متر                            |       |           |
|   |                       | ٢ | عدو ٢٠ متر                            |       |           |
|   |                       | ٣ | عدو ٣٠ متر                            |       |           |
|   |                       | ٤ | عدو ٤٠ متر                            |       |           |
| ٤ | التحمل الدوري التنفسي | ١ | الجرى المكوكي ٥٠×٥٠ متر               |       |           |
|   |                       | ٢ | الجرى حول الملعب بالمحاورة (٦مرات)    |       |           |
|   |                       | ٣ | الجرى حول الملعب بالمحاورة (٨مرات)    |       |           |
| ٥ | القدرة                | ١ | الوثب العمودي (سارجنت)                |       |           |
|   |                       | ٢ | الوثب العريض من الثبات                |       |           |
|   |                       | ٣ | الوثب المتتالي في المكان لأقصى ارتفاع |       |           |
| ٦ | القوة القصوى          | ١ | قوة القبضة                            |       |           |
|   |                       | ٢ | دفع كرة طبية وزن ٢ كجم بيد واحدة      |       |           |
|   |                       | ٣ | قوة عضلات الرجلين                     |       |           |

اختبارات أخرى تريد سيادتكم اضافتها :-

.....

.....

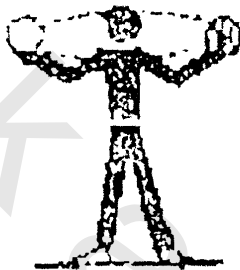
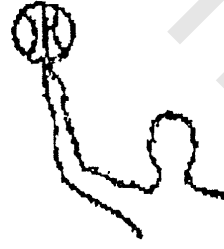
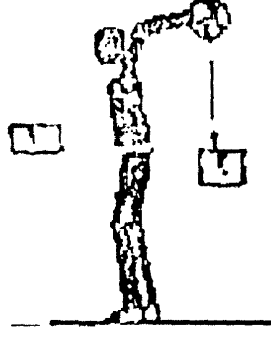
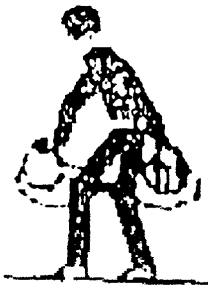
.....

.....

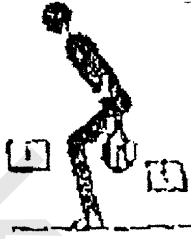
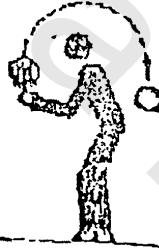
.....

.....

تابع مرفق (٣)  
تمارينات التحكم في الكرة

| م | التمرين                                                                                  | شكل الأداء                                                                          | مناسب | غير مناسب |
|---|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----------|
| ١ | (وقوف) تمرير الكرة حول الجذع                                                             |    |       |           |
| ٢ | (وقوف فتحاً) تمرير الكرة حول الرأس                                                       |   |       |           |
| ٣ | (وقوف) توازن الكرة على قمة إصبع السبابة                                                  |  |       |           |
| ٤ | (وقوف) تمرير الكرة من أعلى لسفل خلف الجسم ثم الدوران لالتقاط الكرة بعد ارتدادها من الأرض |  |       |           |
| ٥ | (وقوف) تمرير الكرة على شكل 8 بين الرجلين أثناء المشي لمسافة ٢٤ متر                       |  |       |           |

تمريعات التحكم فى الكرة

| م  | التمرين                                                                                                                        | شكل الأداء                                                                          | مناسب | غير مناسب |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----------|
| ٦  | (وقوف . الطعن اماماً) تمرير الكرة بين الرجلين وأعلى الجسم                                                                      |    |       |           |
| ٧  | (وقوف فتحاً) تمرير الكرة بين القدمين من الأمام للخلف                                                                           |    |       |           |
| ٨  | (وقوف . الرجل اماماً) تمرير الكرة باليدين من الأمام للخلف لالتقاط الكرة خلف الجسم على أن يكون مسار الكرة على شكل قوس فوق الرأس |   |       |           |
| ٩  | (وقوف) تمرير الكرة المرتدة بين القدمين                                                                                         |  |       |           |
| ١٠ | (وقوف فتحاً) تمرير كرتين عمودياً أمام الجسم                                                                                    |  |       |           |

تمريعات أخرى تريدون سيادتكم إضافتها :-

.....

.....

.....

أنسب الاختبارات التي تقيس المهارات الفنية لكرة السلة للناشئين المبتدئين تحت ١٤ سنة

| م | الصفة           | م | الاختبار                                           | مناسب | غير مناسب |
|---|-----------------|---|----------------------------------------------------|-------|-----------|
| ١ | المحاورة        | ١ | المحاورة بالزجاج                                   |       |           |
|   |                 | ٢ | المحاورة حول عوائق                                 |       |           |
|   |                 | ٣ | المحاورة المنتهية بالتصويب                         |       |           |
| ٢ | التصويب         | ١ | الرمية الحرة ١٠ رميات                              |       |           |
|   |                 | ٢ | التصويب الامامي (يمين - مواجهه - شمال)             |       |           |
|   |                 | ٣ | التصويب السلمي (يمين - شمال)                       |       |           |
| ٣ | التمرير         | ١ | التمرير السريع (١٠ تمريرات)                        |       |           |
|   |                 | ٢ | التمرير بالدفع على دوائر (٣٠ ث)                    |       |           |
|   |                 | ٣ | التمرير إلى الحائط (١٥ ث)                          |       |           |
| ٤ | المتابعة        | ١ | المتابعة المستمرة (١٥ ث)                           |       |           |
|   |                 | ٢ | المتابعة المستمرة (٢٠ ث)                           |       |           |
|   |                 | ٣ | المتابعة المستمرة (١٠ ث)                           |       |           |
| ٥ | القدرة الدفاعية | ١ | التحركات الدفاعية Help and Recovery                |       |           |
|   |                 | ٢ | الخطوات الدفاعية الجانبية                          |       |           |
|   |                 | ٣ | التحركات الدفاعية و الخطوات الدفاعية الجانبية معاً |       |           |

اختبارات أخرى تريد سيادتكم اضافتها :-

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## مرفق (٤)

الاختبارات البدنية المستخدمة في البحث

#### مرفق (٤)

#### الاختبارات البدنية المستخدمة في البحث

##### ١ - اختبار الوثب العمودي

غرض الاختبار :- قياس القدرة اللاهوائية

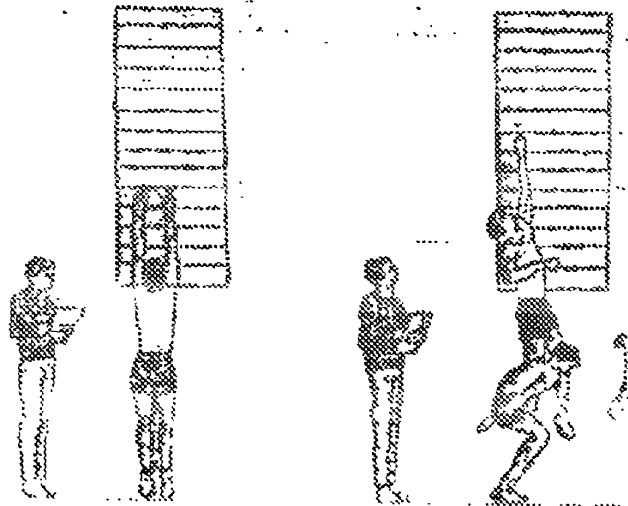
الأدوات :- شريط قياس - حائط بارتفاع مناسب - وعاء به مسحوق جير - استمارة تسجيل

##### وصف الاداء :-

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

##### حساب الدرجات :-

يعطى للمختبر ثلاث محاولات يسجل له أفضلها بالسنتيمتر .



## ٢- اختبار ثنى الجذع من الوقوف

غرض الاختبار : قياس مدى مرونة الجذع والفخذ في حركات الثنى للامام من وضع الوقوف .

### الادوات اللازمة :

- مقياس مدرج من الخشب أو مسطرة طولها حوالى ٢٠ سم مقسمة بخطوط الى وحدات كل وحدة تساوى ١ سم ويفضل أن تكون حدود هذا التدرج في مدى ١٠ سم .
- مقعد أو كرسي أو منضدة مسطحة تتحمل وزن المختبر بدون حدوث أى اهتزازات .

### الاجراءات :

- يثبت المقياس (المسطرة) على حافة المقعد أو المنضدة بحيث يكون منتصف المقياس أعلى حافة المقعد أو المنضدة و النصف الآخر أسفل الحافة .
- يلاحظ أن نقطة التدرج (صفر) تكون في مستوى حافة المقعد على أن تكون انحرافات الدرجات التي تقع في النصف العلوى بالسالب والتي تقع في النصف السفلى بالموجب .

### وصف الاداء :

- يتخذ المختبر وضع الوقوف على حافة المقعد أو المنضدة بحيث تكون القدمان ملاصقتان لجانبى المقياس .
- يقوم المختبر بثنى الجذع أماماً أسفل بحيث تصبح الاصابع أمام المقياس ، ومن هذا الوضع يحاول المختبر ثنى الجذع لأقصى مدى ممكن بقوة وببطء مع ملاحظة أن تكون أصابع اليدين في مستوى واحد وأن تتحرك لأسفل موازية للمقياس .

### تعليمات الاختبار :

- يؤدي الاختبار بدون تصلب في عضلات الذراعين و الجذع والرقبة .
- يؤدي الاختبار من وضع فرد الركبتين .
- يكون ثنى الجذع لأسفل وببطء وبقوة ومحاولة تحقيق أقصى مدى ممكن من الثنى لأسفل .
- من الأفضل إعطاء المختبر محاولتين أو ثلاثة كوسيلة للاحماء و التدريب على الاختبار قبل القياس مع ملاحظة أن يتم ذلك قبل الصعود على المنضدة
- يجب على المختبر توجيه نظره إلى اسفل المقياس . تبين أن ثنى الجذع لأسفل بقوة وبسرعة يحقق نتائج أفضل إلا أن هذا الأسلوب في الاداء يقلل من ثبات وموضوعية الدرجات نظراً لصعوبة حساب الدرجات ولهذا يشترط في حساب الدرجات أن يحتفظ المختبر بوضعه النهائى مدة تتراوح من ٢-٣ ثانية .

### حساب الدرجات :

- درجة المختبر هي أقصى نقطة على المقياس يصل إليها المختبر من وضع ثنى الجذع أماماً أسفل .

### ٣- اختبار جرى الزجراج

١- الغرض : قياس القدرة على تغيير الاتجاه أثناء الجرى

٢- الأدوات : شريط قياس ، ساعة إيقاف ، أربعة أقماع أو كراسى

٣- الإجراءات :

- يرسم خط البداية والنهاية طوله ١,٨ متر وسمكه ٥ سم .

- توضع أربعة أقماع أو كراسى فى مواجهة خط البداية والنهاية بحيث يكون القمع الأول منها على بعد ٣,٦ م من هذا الخط و المسافة بين كل قمع والآخر ١,٨ م .

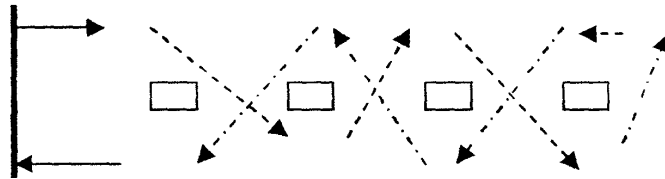
- تحدد نقطتين عند طرفى خط البداية والنهاية للدلالة على البداية و النهاية للمختبر .

٤- مواصفات الأداء :

- عند إعطاء المختبر إشارة البدء يبدأ فى الجرى الزجراجى بين الأقماع أو الكراسى ذهاباً وإياباً حتى يتجاوز خط البداية والنهاية .

٥- حساب الدرجات :

- درجة المختبر هى الزمن الذى يستغرقه فى أداء الاختبار منذ لحظة اعطائه إشارة البدء حتى يصل لنقطة النهاية لأقرب عُشر ثانية .



#### ٤- اختبار الجرى المكوكى

١- الغرض : قياس التحمل الدورى التنفسى .

٢- الأدوات : ساعة إيقاف ، عدد ٢ قمع .

٣- مواصفات الأداء :

- يتخذ المختبر وضع الاستعداد أمام القمع الأول خلف خط البداية فى وضع البدء العالى وعند إعطاء إشارة البدء يقوم بالجرى نحو القمع الثانى للدوران حوله والعودة لخط البدء والدوران حول القمع الأول وهكذا يستمر المختبر فى قطع المسافة ذهاباً وإياباً بين الخطيين خمس مرات بحيث تنتهى المرة الأخيرة عند خط النهاية .

- يرسم خطان من الجير طول الخط ٢م فى ملعب لكرة القدم أو أى منطقة فضاء بحيث تكون المسافة بين الخطيين ٥٥ م .

- يوضع قمع فى منتصف كل خط بارتفاع لا يقل عن ٤٠ سم .

٤- حساب الدرجات :

- يسجل الزمن الذى يستغرقه المختبر فى قطع المسافة بين الخطيين ذهاباً وإياباً خمس مرات بالثوانى لأقرب عشر ثانية .



$$\frac{1.2}{2}$$

٥- اختبار عدو ٢٠ متر

١- الغرض : قياس سرعة التسارع .

٢- الأدوات : ساعة إيقاف طريق ممهد للجري طوله ٣٠ متر ، يرسم خطان المسافة بينهما ٢٠ متر احدهما للبداية والآخر للنهاية ، ويترك عقب خط النهاية ١٠ متر .

٣- مواصفات الأداء :

- يقف المختبر خلف خط البداية متخذاً وضع البدء العالى ، عند سماع إشارة البدء يعدو فى خط مستقيم إلى أن يتجاوز خط النهاية .

٤- حساب الدرجات :

- يسجل الزمن الذى يستغرقه المختبر فى قطع المسافة بين الخطين بالثوانى لأقرب عشر ثانية



## ٦- اختبار الدوائر المرقمة

١- الغرض : قياس توافق الرجلين والعين .

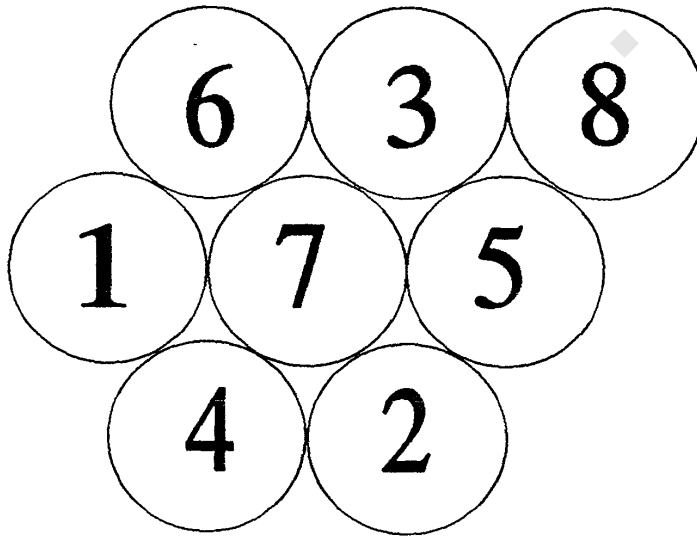
٢- الأدوات : ساعة إيقاف ، يرسم على الأرض ثمانى دوائر على أن يكون قطر كل منهما ٦٠ سم ، ترقيم الدوائر كما هو موضح بالشكل التالى .

٣- مواصفات الأداء :

- يقف المختبر داخل الدائرة رقم (١) وعند سماع اشارة البدء يقوم بالوثب بالقدمين معا للدائرة رقم (٢) ثم الدائرة رقم (٣) وهكذا حتى الدائرة رقم (٨) ويتم ذلك بأقصى سرعة .

٤- حساب الدرجات :

- يسجل الزمن الذى يستغرقه المختبر فى الانتقال عبر الدوائر الثمانية بالثوانى لأقرب عشر ثانية .



$$\frac{1.4}{5}$$

مرفق (٥)

الاختبارات المهارية المستخدمة في البحث

## مرفق (٥)

### الاختبارات المهارية المستخدمة في البحث

#### ١ - اختبار المحاورة

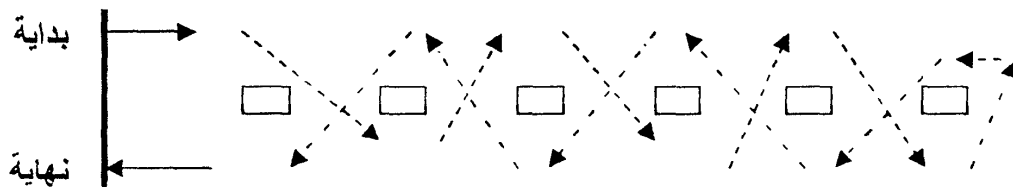
- ١- الغرض : قياس سرعة المحاورة حول مجموعة من العوائق (أقماع ، كراسى ..)
- ٢- الأدوات : كرات سلة ، ساعة إيقاف ، ستة أقماع أو كراسى موضوعة كما هو موضح بالشكل التالي .

#### ٣- الإجراءات :

- يرسم خط البداية والنهاية
- توضع ستة أقماع أو كراسى فى مواجهة خط البداية و النهاية بحيث يكون القمع الأول على بعد خمسة أقدام (١,٥م) فى حين المسافة بين كل قمع وآخر ٨ أقدام (٢,٤م) بعد ذلك .
- تحدد نقطتين عند طرفى خط البداية والنهاية للدلالة على البداية و النهاية للمختبر .
- ٤- مواصفات الأداء :
- عند إعطاء المختبر إشارة البدء يبدأ فى المحاورة الزجراجية بين الأقماع أو الكراسى ذهاباً واياباً حتى يتجاوز خط البداية والنهاية .

#### ٥- الشروط :

- للمختبر الحق فى استخدام أى من اليدين فى المحاورة .
- لمس الكرة أثناء المحاورة بطريقة قانونية .
- ٦- حساب الدرجات :
- درجة المختبر هى الزمن الذى يستغرقه فى أداء الاختبار منذ لحظة اعطائه إشارة البدء حتى يصل لنقطة النهاية لأقرب عُشر ثانية .



## ٢- اختبار الرمية الحرة (التصويب)

١- الغرض : قياس مهارة الرمية الحرة من خلف خط الرمية الحرة

٢- الأدوات : كرات سلة ، هدف كرة سلة .

٣- مواصفات الأداء :

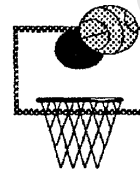
- يتم أداء الرميات من خلف خط الرمية الحرة ، ولكل مختبر عشر محاولات ويتم التصويب بأى طريقة من طرق التصويب . .

٤- الشروط :

- لكل مختبر الحق فى أداء عشر رميات .
- يجب أن يتم الرمي من خلف خط الرمية الحرة .
- تتم الرميات العشر فى شكل مجموعتين تتكون كل مجموعة من خمس رميات .

٥- حساب الدرجات :

- تحتسب درجة واحدة لكل اصابة صحيحة (دخول الكرة فى السلة) يقوم بها المختبر ، ويحسب (صفر) إذا لم يتحقق ذلك و بذلك يكون الحد الأقصى للدرجات عشرة درجات .



### ٣- اختبار القدرة الدفاعية ( الخطوات الدفاعية الجانبية )

١- الغرض : قياس الرشاقة وسرعة حركات القدمين

٢- الأدوات : ملعب كرة سلة قانونى ، ساعة إيقاف ، كراسى أو أقماع .

٣- مواصفات الأداء :

- يقف المختبر وقدماه متوازيتين فى وضع الاستعداد الدفاعى عند نقطة البداية وظهره مواجهه للملعب .

- مع إشارة البدء يتحرك بالخطوات الجانبية ليلمس الكراسى أو الأقماع كما بالشكل التالى .

٤- الشروط :

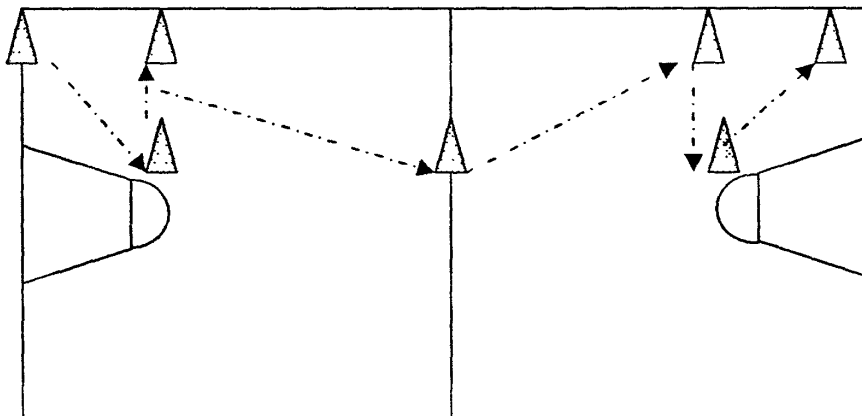
- يجب التحرك بالخطوات الجانبية .

- لمس الكراسى أو الأقماع باليد القريبة .

٥- حساب الدرجات :

- يحتسب للمختبر الزمن من لحظة إشارة البدء حتى لمس آخر كرسى لأقرب عشر ثانية .

نقطة البدء



#### ٤- المتابعة المستمرة ١٠ ث

١- الغرض : قياس القدرة على متابعة الكرة

٢- الأدوات : هدف كرة سلة ، كرة سلة ، ساعة إيقاف .

٣- مواصفات الأداء :

- يقف المختبر ممسكاً بالكرة في مواجهة اللوحة الخلفية لهدف كرة السلة
- مع إشارة البدء يمرر المختبر الكرة تجاه اللوحة الخلفية ويتابعها بالوثب ليمررها للوحة مرة أخرى قبل أن تلمس قدماه الأرض وهكذا .
- يمكن المتابعة باليدين أو بيد واحدة .

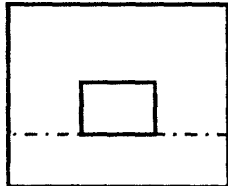
٤- الشروط :

- يجب أن تتم المتابعة والمختبر غير متصل بالأرض .
- يمكن دفع الكرة أو مسكها وإعادة تمريرها .
- يمكن أن تلمس الكرة اللوحة الخلفية في أى مكان فوق الخط الموضح بالشكل التالى .
- إذا وقعت الكرة فيمكن للاعب استعادتها وإعادة المتابعة مرة أخرى حتى يكمل الثوانى العشرة

٥- حساب الدرجات :

- يحتسب للمختبر عدد مرات المتابعة الصحيحة خلال عشرة ثوانى .

خط يحدد ارتفاع الكرة  
أثناء المتابعة



### ٥- اختبار التمرير على الحائط

١- الغرض : قياس سرعة ودقة التمرير .

٢- الأدوات : حائط مرسوم عليه مربع طول ضلعه متر واحد وترتفع قاعدته عن الأرض بمقدار متر واحد ، كرة سلة ، ساعة إيقاف .

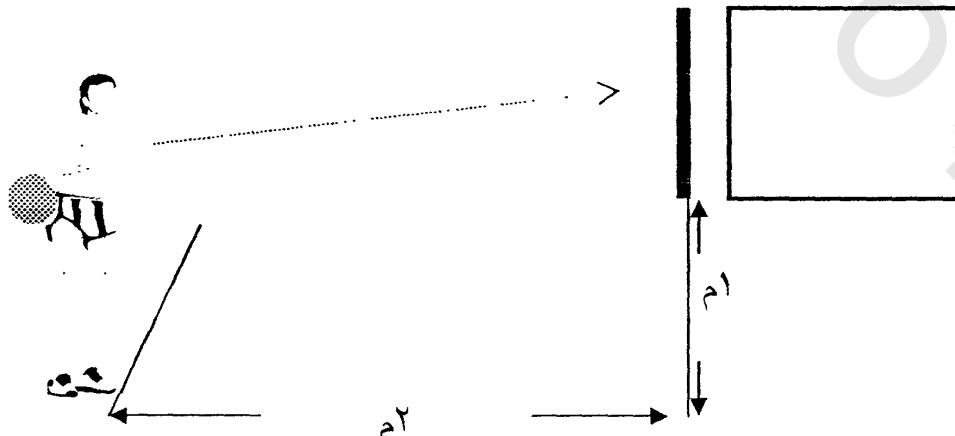
٣- مواصفات الأداء :

- يقف المختبر بالكرة خلف خط يبعد عن الحائط بمقدار متران وموازياً له .

- عند اعطاء إشارة البدء يقوم المختبر بتمرير الكرة باليدين من أمام الصدر في اتجاه المربع لمدة ١٥ ثانية .

٤- حساب الدرجات :

- يحتسب للمختبر نقطة عن كل تمريرة تلامس فيها الكرة أى نقطة فى المربع المرسوم على الحائط فى حين يتم خصم نقطة منه عن كل تمريرة لا تلامس فيها الكرة المربع أو إذا لامست الحدود .



١١٠  
٦

مرفق (٦)

استمارة تحليل الاداء الفعلى للمتعلمين اثناء المنافسة



## مرفق (٧)

استمارة محددات التقويم للاداء الفعلى اثناء المنافسة

## استمارة محددات التقويم للأداء الفعلى أثناء المنافسة :-

### ١- اتخاذ القرار :-

- أ- محاولة التمرير للزميل بدون مدافع أو الغير مراقب بشكل جيد.
- ب- محاولة التصويب عندما تتاح الفرصة (الدفاع ضعيف أو لا يوجد-المسافة قريبة أو مناسبة للتصويب -يوجد متابعه هجومية فى أغلب الأحيان).
- ج- محاولة المحاورة لاتخاذ وضع مناسب للتمرير أو التصويب أو الاختراق للتسجيل عندما يكون الدفاع غير جيد .

### ٢- تنفيذ المهارة :-

- أ- الاستقبال الناجح للكرة .
- ب- الكرة تصل للهدف المراد عند التمرير .
- ج- الكرة تخترق السلة عند التصويب .
- د- المحاورة عند صعوبة التصويب أو التمرير و الوصول لمكان مناسب للتصويب أو التمرير أو الاختراق .

### ٣- المساندة الهجومية :-

- الظهور لمساندة المستحوذ على الكرة من خلال :-
- أ- وجود المساند فى مكان مناسب لاستلام الكرة .
- ب- تحرك المساند فى مكان مناسب لاستلام الكرة .

### ٤- الدفاع :-

- أ- الضغط على المستحوذ للكرة لقطع الكرة أو إيقافه أو تعطيله أو جعله يمرر أو يصوب خطأ.
- ب- الضغط على المهاجمين القريبين للكرة وتقليل فرص استلامهم للكرة أو قطع الكرة .
- ج- تغطية الزملاء فى أوقات مناسبة مما يؤدى لمنع تصويب من مسافة جيدة أو تمرير خاطيء أو محاورة تقهقرية أو تعطيل الهجمة حتى يتخذ المدافعين أماكن مناسبة .

## مرفق (٨)

استمارة معيار فاعلية الأداء أثناء المنافسة

$$\frac{115}{8}$$

### ١- المشاركة في اللعب

= عدد القرارات المناسبة + عدد القرارات الغير مناسبة + عدد مرات نجاح المهارة + عدد مرات فشل المهارة + عدد مرات المساندة الهجومية المناسبة + عدد مرات الدفاع المؤثر

### ٢- مؤشر اتخاذ القرار

= عدد مرات القرارات المناسبة ÷ عدد مرات القرارات غير المناسبة

### ٣- مؤشر تنفيذ المهارة

= عدد مرات تنفيذ المهارة الناجحة ÷ عدد مرات تنفيذ المهارة الفاشلة

### ٤- مؤشر المساندة الهجومية

= عدد مرات المساندة الهجومية المناسبة ÷ عدد مرات المساندة غير المناسبة

### ٥- مؤشر الدفاع

= عدد مرات المحاولات الدفاعية المؤثرة ÷ عدد مرات المحاولات الدفاعية غير المؤثرة

### ٦- فاعلية الأداء

[مؤشر اتخاذ القرار + مؤشر تنفيذ المهارة + مؤشر المساندة الهجومية + مؤشر الدفاع]

=

## مرفق رقم ( ٩ )

مستويات الصعوبة الخططية في البرنامج التعليمي  
للمجموعة التجريبية الاولى  
المستخدمة للمدخل الخططي

مرفق رقم ( ٩ )

## مستويات الصعوبة الخطية في البرنامج التعليمي للمجموعة التجريبية الاولى

### المستخدمة للمدخل الخطي

| مستويات الصعوبة الخطية                                                                                                                                   |                                                                                                                                           |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | المشاكل الخطية                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| الرابع<br>من الدرس<br>٣٠ - ٢٧                                                                                                                            | الثالث<br>من الدرس ٢١ -<br>٢٦                                                                                                             | الثاني<br>من الدرس ٩ - ٢٠                                                                                                                                | الأول<br>من الدرس ١ - ٨                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                 |
| <p>اولاً:</p> <p>الهجومية</p> <p>- الاستحواذ</p> <p>علي الكرة</p> <p>مهاجمة</p> <p>السلة</p> <p>خلق</p> <p>واستغلال</p> <p>المساحات</p> <p>في الهجوم</p> |                                                                                                                                           | <p>المحاصرة للتسجيل</p> <p>باستخدام التصويب السلمي</p> <p>والتصويب من القفز</p>                                                                          | <p>- المهارات الحركية (تغيير</p> <p>السرعة والاتجاه - والوثب</p> <p>والهبوط)</p> <p>- توقيت الهروب من المدافع</p> <p>- التوقف</p> <p>- وضع الاستعداد الهجومي</p> <p>- الاستلام والتمرير</p> <p>- الخداع بأنواعه</p> <p>- التصويب من مسافه قريبه</p> <p>- الخداع والمحاصرة</p> <p>- الاختراق والتصويب من</p> <p>مسافة متوسطة</p> <p>- القاطع علي شكل L, V</p> <p>- توقيت التمرير والاستلام</p> |                                                                                                 |
|                                                                                                                                                          |                                                                                                                                           |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <p>ثانياً:</p> <p>الدفاعية</p> <p>استخلاص</p> <p>الكرة</p> <p>الدفاع علي</p> <p>منطقة السلة</p> |
|                                                                                                                                                          | <p>- الحجز والطرء</p> <p>للخارج</p> <p>Boxing out</p> <p>- توقيت القفز</p> <p>للاستحواذ علي</p> <p>الكرة</p>                              | <p>- وضع الاستعداد الدفاعي</p> <p>والخطوات الدفاعية والدفاع</p> <p>علي الكرة</p> <p>- الدفاع علي بعد تمرير</p> <p>وتمريرتين وأكثر من</p> <p>تمريرتين</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <p>٣) دفاعية-</p> <p>هجومية</p> <p>الانتقال من</p> <p>الدفاع إلي</p> <p>الهجوم</p>              |
|                                                                                                                                                          | <p>التحركات لاستلام</p> <p>الكرة بعد المتابعة</p> <p>والارتداد</p> <p>المناسب بعد</p> <p>تصويب الخصم</p> <p>أو بعد تسجيل</p> <p>الخصم</p> |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                 |

## مرفق ( ١٠ )

أجزاء الدرس باستخدام المدخل المهاري في كرة السلة

### مرفق ( ١٠ )

#### أجزاء الدرس باستخدام المدخل المهاري في كرة السلة

| الجزء التعليمي                 | محتوي الجزء التعليمي                                                                                                   | الزمن |
|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| التمهيدي<br>( الإحماء )        | - تمرينات بدنية لا تزيد عن (٥) تمرينات<br>- تمرينات الإحساس بالكرة                                                     | ١٠ ق  |
| الرئيسي<br>( تعليمي – تطبيقي ) | - شرح ماهية المهارة وأهميتها<br>- أداء نموذج للمهارة<br>- الخطوات التعليمية للمهارة<br>- تمرينات متدرجة لتعليم المهارة | ٤٥ ق  |
| الختامي<br>( الملخص والتقويم ) | - مراجعة ومناقشة محتوى الدرس<br>- التغذية الراجعة Feed Back لتقويم مدي<br>استفادة المتعلمين من الدرس                   | ٥ ق   |

## مرفق (١١)

نماذج للدروس التعليمية خلال البرنامج التعليمي  
للمجموعة التجريبية الأولى

## نموذج يوضح الدرس الاول فى المستوى الاول

المشكلة الخطئية : الاستحواذ على الكرة.

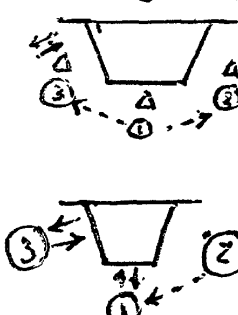
النقاط الرئيسية للدرس : وضع الاستعداد الهجومى ( كيفية التوقف ووضع القدمين لاستلام الكرة ) - الاستلام والتمرير

غرض الدرس : - أن يبداء المتعلم بالاحساس بوضع الاستعداد الهجومى .

- أن يشعر المتعلم بأهمية التوقيت السليم للهروب من المدافع وفائدة ذلك فى استلام الكرة بشكل

جيد .

### الدرس الاول فى المستوى الاول

| الزمن | محتويات الجزء التعليمى                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | الجزء التعليمى |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| ١٠ ق  | <p><b>اللعبة المعدلة :-</b><br/>٣ ضد ٣</p> <p>هدف اللعبة : التمرير المستمر بين مهاجمين لأكبر عدد من المرات دون قطع الكرة</p> <p>شروط اللعبة : لا توجد محاورة - الفريق الفائز الذى يستطيع الاستحواذ على الكرة لأكبر عدد من التمريرات دون قطعها</p> <p><b>أسئلة اللعبة :</b></p> <p>س : ما الهدف من لعبتك؟</p> <p>ج : التمرير بدون قطع الكرة .</p> <p>س : كيف يمكن ذلك؟</p> <p>ج : التمرير للزميل بعد تخلصه من المدافع</p> <p>س : كيف يستطيع الزميل التخلص من المدافع ؟</p> <p>ج : الجرى فى اتجاه السلة ثم التوقف المفاجئ والرجوع للاستلام الكرة من الزميل وتكرار ذلك اذا لم تنجح عملية الاستلام الاولى</p> <p>س : ما اهم النقاط الفنية التي يجب مراعاتها عند استلام الكرة ؟</p> <p>ج : التوقف بالوثب ومحاولة الوصول لوضع الاستعداد الهجومى بأسرع ما يمكن</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | التمهيدى       |
| ٣٥ ق  |  <p><b>الواجب الحركى للنقاط الاساسية للدرس :</b></p> <p>أ- يقف المتعلمون كما بالشكل على اجزاء الملعب.</p> <p>ب- المستحوذ على الكرة يقوم بالتمرير لاي من زميله بعد ارتدادهما السريع المفاجئ</p> <p>ج- بعد استلام احد الزميلين الكرة يقوموا الزميلين الاخرين بتكرار ما سبق حتى يستلم الزميل الذى فى المنتصف الكرة ويكرر الاداء بين المتعلمين لمدة دقيقتين ثم التبدل</p> <p>د- يقوم الثلاث متعلمين الغير مشتركين فى الواجب الحركى بدور الموجهين لزملائهم بحيث يكون كل متعلم مشارك فى الواجب الحركى مخصص له زميل يعمل كموجه له</p> <p><b>هدف الواجب الحركى :</b></p> <p>- ان يبداء المتعلم التفهم لاهمية القطع فى اتجاه السلة والارتداد المفاجئ لاستلام الكرة .</p> <p>- ان يبداء المتعلم التفهم لاهمية الوصول لوضع الاستعداد الهجومى بمجرد استلام الكرة من خلال التوقف بالوثب</p> <p><b>الكلمات المرشدة :</b></p> <p>- النظر على الممرر اثناء القطع فى اتجاه السلة والارتداد فى اتجاه الممرر .</p> <p>- استلام الكرة من الوثب والهبوط بمواجهة السلة</p> <p>- الركبتان فى حالة انثناء والنظر للامام</p> <p>- توزيع ثقل الجسم على القدمين بالتساوى</p> | الرئيسى        |
| ١٥ ق  | <p><b>اللعبة ٣ ضد ٣ ملعب</b></p> <p>هدف اللعبة التمرير بدون فقد للكرة والتصويب عند استلام الكرة تحت السلة مباشرة فقط</p> <p>شروط اللعبة : لا توجد محاورة - الفريق الفائز هو المسجل لأكبر عدد من التصويبات الناحية او المستحوذ على الكرة لأكبر عدد من التمريرات دون قطعها فى حالة عدم نجاح اى من الفريقين فى التسجيل عند التصويب على السلة .</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | الختامى        |

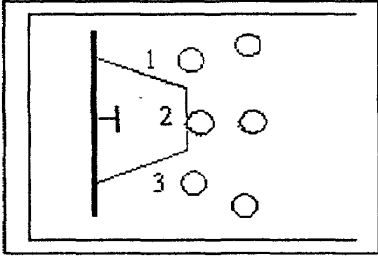
## نموذج للدرس الرابع فى المستوى الأول

المشكلة الخطئية : مهاجمة السلة .

النقاط الرئيسية للدرس : التصويب بالقرب من السلة .

أغراض الدرس : استلام الكرة بالقرب من السلة - مواجهة السلة والتصويب .

### الدرس الرابع فى المستوى الأول

| الزمن | محتويات الجزء التعليمى                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | الجزء التعليمى |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| ١٠ ق  | <p><b>اللعبة المعدلة :-</b></p> <p>٢ ضد ٢ أو ٣ ضد ٣ على ربع الملعب</p> <p>هدف اللعبة : التمرير بين المهاجمين لحين الوصول لوضع مناسب للتصويب أسفل السلة لأحد المهاجمين .</p> <p>شروط اللعبة : مراعاة ما تعلمه فى الدرس السابق بالنسبة للمرر والمستلم .</p> <p>أسئلة اللعبة :</p> <p>س : ما الهدف من لعبتك ؟</p> <p>ج : التمرير لحين اتاحة الفرصة لأحد المهاجمين للتصويب على السلة من أقرب مكان ممكن .</p> <p>س : ماهى أفضل المناطق لنجاح التصويبة ؟</p> <p>ج : القريبة جداً من السلة .</p> <p>س : ما هى العوامل التى تؤدى لنجاح التصويبة ؟</p> <p>ج : أن تؤدى بشكل فنى صحيح وهو مواجهة الجسم للسلة ومرفق اليد المصوبة أسفل الكرة وأصابعها منتشرة على الكرة و أصابع اليد الأخرى فى جانب الكرة انثناء خفيف فى الركبتين و القدمين باتساع الكتفين ثم مد الركبتين و المرفق لليد المصوبة فى توقيت واحد ومتابعة الكرة بالأصابع .</p> | التمهيدى       |
| ٣٥ ق  | <p><b>الواجب الحركى للنقاط الأساسية للدرس :</b></p> <p>-يقوم كل متعلم بالتصويب بشكل دائرى من كل مكان من الاماكن الموضحة بالشكل بالقرب من السلة</p>  <p>-نفس التمرين السابق ولكن يقوم كل متعلم بالتصويب ثلاث مرات من كل مكان من الاماكن الموضحة بالشكل السابق بالقرب من السلة .</p> <p><b>هدف الواجب الحركى :</b></p> <p>-أن يتم الاحساس بكيفية الاداء الصحيح للتصويب .</p> <p>-التسجيل مرة من كل ثلاث مرات فى كل مكان من اماكن التصويب الثلاثة.</p> <p>الكلمات المرشدة :</p> <p>-وضع مرفق اليد المصوبة أسفل الكرة .</p> <p>-مد الذراعان والركبتان .</p> <p>-المتابعة الحركية Follow Throw</p>                                                                                                                                             | الرئيسى        |
| ١٥ ق  | <p><b>اللعبة ٣ ضد ٣ أو ٣ ضد ٢ فى ربع ملعب</b></p> <p>هدف اللعبة : التمرير لحين أن تتاح الفرصة المناسبة للتصويب بالقرب من السلة .</p> <p>شروط اللعبة : احتساب نقطة لكل تصويبة ناجحة وعدد نقاط اللعبة خمسة نقاط</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | الختامى        |

## نموذج يوضح الدرس الاول فى المستوى الثانى

- المشكلة الخطئية : مهاجمة السلة .  
النقاط الرئيسية للدرس : المحاورة عند تواجد فرصة للاختراق والتصويب السلمى .  
غرض الدرس : المحاورة للتسجيل باستخدام التصويب السلمى بالقرب من السلة .

### الدرس الاول فى المستوى الثانى

| الجزء<br>التعليمى | محتويات الجزء التعليمى                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | الزمن |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| التمهيدى          | <p>اللعبة المعدلة<br/>٣ ضد ٣</p> <p>هدف اللعبة : الاختراق بالمحاورة والتصويب كلما أمكن ذلك .</p> <p>شروط اللعبة : لا تستخدم المحاورة إلا فى حالة الاختراق فى اتجاه السلة .</p> <p>أسئلة اللعبة :</p> <p>س : ما فائدة استخدام التصويب السلمى عندما تتاح الفرصة للتصويب بهذه الطريقة ؟</p> <p>ج : نسبة عالية من التسجيل .</p> <p>س : ما أهمية أداء هذا النوع من التصويب بترتيب الخطوات ( يمين _ شمال ) أو من جهة اليسار بترتيب الخطوات ( شمال _ يمين ) ؟</p> <p>ج : المحافظة المستمرة على الكرة ضد المدافعين حيث تكون الكرة دائما بعيدة عن المدافع ويستطيع المهاجم حمايتها بجسمه ويده الحرة .</p> <p>س : متى يمكن استخدام الخداعات السابقة التعلم مع هذا النوع من التصويب ؟</p> <p>ج : قبل أداء هذه المهاره وتبعا لوضع المدافع ( قريب _ متوسط _ بعيد ) .</p> | ١٠ ق  |
| الرئيسى           | <p>الواجب الحركى للنقاط الأساسية للدرس :</p> <p>أ - يقوم المتعلم رقم (١) بالتمرير لـ (٢) والجرى واستلام الكرة من (٢) مرة أخرى وعمل توقف بالقرب من القمع ثم يقوم المتعلم ( ١ ) بعمل Drop Step والمحاورة والتصويب السلمى مع ملاحظة تبادل الأماكن بين المتعلمين .</p> <p>ب- نفس الواجب الحركى ( أ ) مع</p> <p>ج- أداء Drop Step من الجهة العكسية .</p> <p>هدف الواجب الحركى :</p> <p>- أن يؤدى المتعلم الخداع بـ Drop Step من الجهتين والتصويب السلمى .</p> <p>الكلمات المرشدة :</p> <p>- المحاورة وأداء الخطوات بالتسلسل ( يمين _ شمال _ فوق ) من الجهة اليمنى .</p> <p>- المحاورة وأداء الخطوات بالتسلسل ( شمال _ يمين _ فوق ) من الجهة اليسرى .</p> <p>- التصويب على الحافة العليا لزاوية مستطيل اللوحة القريبة من المصوب .</p>                            | ٣٥ ق  |
| الختامى           | <p>اللعبة ٣ ضد ٢ .</p> <p>الهدف : مثل اللعبة الاولى .</p> <p>شروط اللعبة : يتم الاختراق لنسبة عن طريق المحاورة المسبوقة بالخداع بالجزع والنظر بالإضافة إلى الـ Drop Step ولا يسمح بالمحاورة إلا لتأدية هذا الاختراق .</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ١٥ ق  |

## نموذج يوضح الدرس الخامس فى المستوى الثانى

المشكلة الخطئية : استخلاص الكرة .

النقاط الرئيسية للدرس: وضع الاستعداد والتحركات الدفاعية ضد اللاعب المستحوذ على الكرة

غرض الدرس : أن يؤدى المتعلم الخطوات الدفاعية و تحركات الزراعين بشكل مناسب.

### الدرس الخامس فى المستوى الثانى

| الزمن | محتويات الجزء التعليمى                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | الجزء التعليمى |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| ١٠ ق  | <p><u>اللعبة المعدلة :-</u><br/>           ٣ ضد ٣ فى ربع الملعب<br/>           هدف اللعبة : منع المهاجم المستحوذ على الكرة من التسجيل أو التمرير بسهولة<br/>           شروط اللعبة : أن يتم الدفاع بشكل قانونى .<br/>           أسئلة اللعبة :<br/>           س : ما هو الوضع الدفاعى الصحيح ؟<br/>           ج : أن يكون المدافع بين المهاجم والسلة.<br/>           س : كيف يمكن للمدافع عرقلة المناورات الهجومية للاعب المستحوذ على الكرة ؟<br/>           ج : أن يقوم بالخطوات الدفاعية و تحركات الزراعين التى تقلل من وصوله للسلة و التسجيل أو التمرير للزميل بشكل سهل نسبيا .</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | التمهيدى       |
| ٣٥ ق  | <p><u>الواجب الحركى للنقاط الأساسية للدرس :</u><br/>           أ- من وضع الاستعداد الدفاعى يقوم المتعلمين بالتحركات الدفاعية للقدمين المناسبة فى نفس اتجاه إشارة المعلم .<br/>           ب- نفس التمرين السابق ولكن عكس اتجاه إشارة المعلم<br/>           ج- تمرين تحركات القدمين على محطات الملعب (رمىة حرة - نصف ملعب - رمية حرة نهائية الملعب) والتكرار كما هو موضح بالشكل<br/>           د- يقف المتعلمين كم بالشكل المقابل بحيث يحاول المهاجم ٢ أن يخترق المدافع ١ بالمحاورة و التسجيل ويحاول المدافع منعه و التصدى له من خلال تحركاته الدفاعية المناسبة و القانونية .<br/> <u>هدف الواجب الحركى :</u><br/>           - التمارين أ، ب، ج هدفها أن يبدأ المتعلم بالتكيف مع أداء تحركات القدمين الصحيحة .<br/>           - التمرين د هدفه أن يشعر المتعلم بكيفية الدفاع فى موقف تنافسى.<br/>           الكلمات المرشدة :<br/>           - ثنى الركبتين عند أداء التحركات الدفاعية.<br/>           - احتوى المهاجم بين رجلينك .<br/>           - لف مشط القدم المواجهة فى اتجاه الحركة .<br/>           - الرجلين لا تتقاطع عند أداء تحركات القدمين .</p> | الرئيسى        |
| ١٥ ق  | <p><u>اللعبة ٣ ضد ٣ ملعب</u><br/>           الهدف والاشتراطات مثل اللعبة الأولى فى بداية الدرس .</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | الختامى        |

نموذج يوضح الدرس الاول فى المستوى الثالث  
المشكلة الخطئية : الدفاع على منطقة السلة Key Area.  
النقاط الرئيسية للدرس : الوضع الدفاعى لمتابعة الكرة والاستحواذ عليها .  
غرض الدرس : أن يبدأ المتعلم فى إستخدام الحجز والطرء للخارج Boxing Out.

الدرس الاول فى المستوى الثالث

| الجزء<br>التعليمى | محتويات الجزء التعليمى                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | الزمن |
|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| التمهيدى          | <p>اللعبة المعدلة<br/>٣ ضد ٣</p> <p>هدف اللعبة :الحجز الدفاعى الجيد .</p> <p>شروط اللعبة : استخدام الدفاع القانونى - يعتبر كل حجز دفاعى ناجح بنقطة .</p> <p>أسئلة اللعبة :</p> <p>س- هل يعتبر الدفاع ناجح فى حالة أداء الدفاع المناسب عل المهاجمين على بعد تمريرة أو أكثر دون قدرتهم على الاستحواذ للكرة بعد تصويبها ؟</p> <p>ج - لا ، ويعتبر به ثغرة دفاعية .</p> <p>س- كيف يمكن علاج هذه المشكلة الدفاعية ؟</p> <p>ج- باجادة المدافعين لكيفية الحجز الخارجى Box Out للمهاجمين والتوقيت المناسب لالنقاط الكرة .</p>                                                                                                                                                                                                                                   | ١٠ ق  |
| الرئيسى           | <p><u>الواجب الحركى للنقاط الأساسية للدرس :</u></p> <p>أ- يقف المتعلمون على محيط دوائر الملعب كم بالشكل بحيث يكون ترتيب الوقوف من الخارج للداخل ( مهاجم - مدافع - كرة ) ويحاول كل مدافع باستخدام الحجز الخارجى منع مهاجمه من الوصول للكرة ولمسها ويتم تبادل الأدوار بين المهاجمين والمدافعين .</p> <p>ب- يقف المتعلمون كما بالشكل مهاجم معه كرة ومدافع يقوم بالدفاع السلبى عليه عند التصويب ثم يتحول إلى مدافع إيجابى ويقوم بالحجز للمهاجم ثم تبادل الأدوار .</p> <p><u>هدف الواجب الحركى :</u></p> <p>- التمرين (أ) أن يشعر المتعلم بكيفية الحجز .</p> <p>- التمرين (ب) يشعر المتعلم بكيفية الحجز بالاضافة الى توقيت الدوران بعد التصويب .</p> <p><u>الكلمات المرشدة :</u></p> <p>-ضع المهاجم فى ظهرك .</p> <p>- دافع على المساحة التى تقف فيها .</p> | ٣٥ ق  |
| الختامى           | <p><u>اللعبة ٣ ضد ٢ .</u></p> <p><u>الهدف و الشروط :</u> مثل اللعبة الاولى .</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | ١٥ ق  |

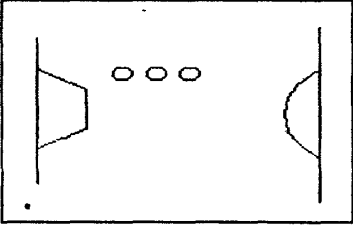
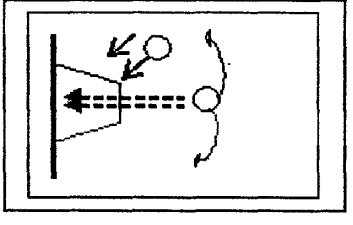
## نموذج يوضح الدرس الرابع فى المستوى الثالث

المشكلة الخطئية : الانتقال من الدفاع للهجوم .

النقاط الرئيسية للدرس : الارتكاز المناسب بعد المتابعة الدفاعية ثم التمرير .

غرض الدرس : أن يتعلم المدافع كيفية التصرف بالكرة بعد متابعتها.

### الدرس الرابع فى المستوى الثالث

| الجزء<br>التعليمي | محتويات الجزء التعليمي                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | الزمن |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| التمهيدى          | <p><u>اللعبة المعدلة :-</u><br/>٢ ضد ٢<br/>هدف اللعبة : إخراج الكرة من تحت السلة<br/>شروط اللعبة : تعتبر كل متابعة دفاعية وإخراج ناجح بنقطة .<br/>أسئلة اللعبة :<br/>س : ما أهمية سرعة إخراج الكرة ؟<br/>ج : الوقاية من الدفاع الضاغظ والبدء فى الهجوم السريع على المنافس .<br/>س : كيف يمكن إتمام إخراج الكرة بسرعة ؟<br/>ج : أولاً متابعه الكرة ثم الارتكاز على القدم الخارجية بالنسبة للسلة ثم التمرير للزميل المناسب</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ١٠ ق  |
| الرئيسى           | <p><u>الواجب الحركى للنقاط الأساسية للدرس :</u><br/>أ- يقف المتعلمون كما بالشكل يقوم المتعلم بقذف الكرة فى اتجاه اللوحة ومتابعتها ثم عمل الارتكاز على القدم اليمنى .<br/>ب- نفس التمرين السابق ولكن يقف المتعلمون فى الجهة الأخرى من اللوحة وعمل الارتكاز على القدم اليسرى ليتعود المتعلمون على كيفية الارتكاز فى أى جانب من جانبي اللوحة<br/>ج- يقف المتعلمون كما بالشكل الثانى فى أزواج اضعداً ويقوم متعلم محدد من المعلم بالتصويب ويحاول كل متعلم من الواقفين فى شكل أزواج بمتابعة الكرة والاستحواذ عليها وإخراجها بسرعة من تحت السلة فى الجهة التى يتحرك إليها المصوب.</p>   <p><u>هدف الواجب الحركى :</u><br/>- التمرين أ ب هما بداية لإحساس المتعلم لكيفية عمل الانتقال من الدفاع للهجوم .<br/>- التمرين ج هو تطوير لقدرات المتعلم لأداء سرعة الانتقال من الدفاع للهجوم .<br/>الكلمات المرشدة :<br/>- فكر فى فى إخراج الكرة بالتمرير أولاً .<br/>- مرر الكرة للزميل المناسب .</p> | ٣٥ ق  |
| الختامى           | <p><u>اللعبة ٣ ضد ٣ ملعب</u><br/>الهدف والاشتراطات مثل اللعبة الأولى فى بداية الدرس .</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | ١٥ ق  |

نموذج يوضح الدرس الاول فى المستوى الرابع  
المشكلة الخطئية : خلق واستغلال المساحات فى الهجوم .  
النقاط الرئيسية للدرس : استخدام المحاورة لاستكمال مناورة هجومية .  
غرض الدرس : أن يستطيع كل مهاجمين القيام بعمل تبديل لأماكنهما من خلال المحاورة Shallow Cut وينتج عن هذا التبديل قدرة هجومية إضافية .

الدرس الاول فى المستوى الرابع

| الجزء<br>التعليمي | محتويات الجزء التعليمي                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | الزمن |
|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| التمهيدى          | <p>اللعبة المعدلة ٢ ضد ٢</p> <p>هدف اللعبة :المحاورة كاسلوب للتكثيف الهجومى .</p> <p>شروط اللعبة : يحتسب كل تبديل بين زميلين بالمحاورة Shallow Cut بنقطة وكل تسجيل ناتج عن Shallow Cut بثلاث نقاط .</p> <p>أسئلة اللعبة :</p> <p>س - ما الهدف من اللعبة ؟</p> <p>ج - مهاجمة السلة بعد الاستفادة من الفرصة المتاحة من المناورة بالمحاورة .</p> <p>س - كيف يمكن نجاح هذه المناورة ؟</p> <p>ج - باكتساب التوقيت الجيد بين المناور بالمحاورة والأخذ لمكانة .</p> <p>س - لماذا نستخدم هذه المناورة ؟</p> <p>ج - لخلق مساحة للمحاور لتعديل وضعة ليستطيع مهاجمة السلة أو التمرير لزملائه لعدم قدرته على القيام بهذا التمرير لوجود دفاع جيد أو لإيجاد فرصة للزميل الأخذ لمكانة لمهاجمة السلة بعد إستلام الكرة من المحاور .</p> <p>س - ماذا يجب أن يراعى المهاجمين عندى الجوء لهذه المناورة الهجومية ؟</p> <p>ج - أن يحافظ المحاور على وضع جسمه بين الكرة والمدافع وتوقع الزميل الأخذ لمكانة للتمرير فى أى لحظة .</p> | ١٠ ق  |
| الرئيسى           | <p><u>الواجب الحركى للنقاط الأساسية للدرس :</u></p> <p>أ- يقف المتعلمون كما بالشكل ويقوم المتعلم</p> <p>( ١ ) بعمل الخداع بالكرة وال Jab Step</p> <p>ثم المحاورة فى إتجاه المتعلم (٢)</p> <p>الذى فى نفس الوقت يقوم بالتحرك</p> <p>لأخذ مكانة ويراعى تبديل الأدوار بين المتعلمين .</p> <p>ب- نفس التمرين السابق ولكن مع وجود مدافع مع المحاور فقط ( ٢ ضد ١ ) .</p> <p>ج- نفس التمرين السابق ولكن مع وجود مدافعين مع المحاور والأخذ لمكانة ( ٢ ضد ٢ ) .</p> <p>* يراعى التأكيد على احتمال مهاجمة السلة من خلال المحاور أو الأخذ لمكانة بعد أن يمرر إليه المحاور .</p> <p><u>هدف الواجب الحركى :</u></p> <p>- التمرين (أ) هو بداية لاحتساف المتعلم بالمناورة من خلال المحاورة بين زميلين Shallow Cut .</p> <p>- التمرين ( ب ، ج ) هما تطوير لهذا الاحتساف شكل ايجابى متدرج .</p> <p>الكلمات المرشدة :</p> <p>-ركز على تمرير الكرة فى الوقت المناسب .</p> <p>- التحرك فى الوقت المناسب لاستلام الكرة .</p>      | ٣٥ ق  |
| الختامى           | <p>اللعبة ٣ ضد ٢ .</p> <p>الهدف و الشروط : مثل اللعبة الاولى .</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | ١٥ ق  |

نموذج للدرس الثالث في المستوى الرابع :

المشكلة الخطئية : خلق واستغلال المساحات في الهجوم .

النقاط الرئيسية للدرس : الالتقاط والدوران كمناورة هجومية .

غرض الدرس : أن يؤدي المهاجمين للستار (للمهاجم بكرة أو بدون كرة) و الدوران بعد الستار لاستلام الكرة من الزميل ..

الدرس الثالث في المستوى الرابع

| الجزء التعليمي | محتويات الجزء التعليمي                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | الزمن |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| التمهيدى       | <p><u>اللعبة المعدلة :-</u><br/>٣ ضد ٣</p> <p>هدف اللعبة : الستار والدوران بين المهاجمين لزيادة فاعلية الهجوم على السلة .</p> <p>شروط اللعبة : يحتسب كل ستار ناجح بنقطة وكل تسجيل ناتج عن الستار بنقطتين وكل تسجيل ناتج عن الستار والدوران screen and roll أو Pick and roll بثلاث نقاط ، ولا يحتسب التسجيل الناتج عن غير ذلك بأى نقاط.</p> <p>أسئلة اللعبة :</p> <p>س : ما الهدف من اللعبة ؟</p> <p>ج : استخدام الستار والدوران للهجوم.</p> <p>س : ما أهمية الستار والدوران أو الالتقاط والدوران؟</p> <p>ج : إعطاء الفرصة للمستفيد من الستار و للقائم بالستار بمهاجمة السلة.</p> <p>س : ما هو الأداء الفنى للستار والدوران؟</p> <p>ج : بعد الاستكمال النهائى للستار يقوم المهاجم بالدوران للداخل فى اتجاه السلة لاستلام الكرة ومهاجمتها .</p>                             | ١٠ ق  |
| الرئيسى        | <p><u>الواجب الحركى للنقاط الأساسية للدرس :</u></p> <p>أ- يقف المتعلمون كما بالشكل يقوم المتعلم ٢ بعمل ستار للمهاجم بكرة رقم ١ ثم الدوران لاستلام الكرة منه بعد الانتهاء من عمل الستار .</p> <p>ب- يقف المتعلمون كما بالشكل الثانى بحيث يقوم رقم ١ بالتمرير لـ ٢ و الستار لـ ٣ ويقوم ١ بالدوران بعد الستار لاحتتمالية استلام الكرة من ٢ مرة أخرى ويمكن لـ ٢ التمرير لـ ٣ أو لـ ١</p> <p><u>هدف الواجب الحركى :</u></p> <p>- التمرين (أ) ينمى قدرة المتعلمين على القيام بالنقاط المهاجم للكرة ثم الدوران لاستلام الكرة منه .</p> <p>- التمرين (ب) ينمى قدرة المتعلمين على القيام بالالتقاط بعد التمرير ثم الدوران لاستلام الكرة او اتخاذ موقع هجومى مناسب .</p> <p>الكلمات المرشدة :</p> <p>الدوران على حشد المدافع.</p> <p>- اظهر اليد التى تريد استلام الكرة عليها .</p> | ٣٥ ق  |
| الختامى        | <p><u>اللعبة ٣ ضد ٣ ملعب</u></p> <p>الهدف والاشتراطات مثل اللعبة الأولى فى بداية الدرس .</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | ١٥ ق  |

مرفق رقم ( ١٢ )

أسماء السادة الخبراء الذين

استعان بهم الباحث

مرفق رقم ( ١٢ )

أسماء السادة الخبراء الذين

استعان بهم الباحث

| اسم الخبير                     | لوظيفة                                                                            |
|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| ١ ا.د/عصام الدين عباس الدياسطي | أستاذ متفرغ بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان   |
| ٢ ا.د/علي محمد عبد المجيد      | أستاذ بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان .       |
| ٣ ا.د/مدحت صالح سيد            | أستاذ بقسم التدريب الرياضي بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان              |
| ٤ ا.د/أحمد كامل حسين           | أستاذ بقسم التدريب الرياضي بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان              |
| ٥ ا.م.د/ منير مصطفى عابدين     | أستاذ مساعد بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية جامعة المنصورة .     |
| ٦ د/هشام أحمد علي              | مدرس بقسم التدريب الرياضي بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان               |
| ٧ د/أشرف محمد مصطفى            | مدرس بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية للبنين بالهرم جامعة حلوان . |
| ٨ د/عادل رمضان                 | مدرس بقسم الألعاب بكلية التربية الرياضية بالسادات جامعة المنوفية .                |
| ٩ د/عابر محمد سيد              | مدرس بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية للبنين بالهرم . جامعة حلوان |
| ١٠ د/أسامة أحمد النمر          | مدرب الدرجة الأولى رجال لكرة السلة بنادي الزهور الرياضي                           |

مرفق رقم ( ١٣ )

أسماء السادة الزملاء المساعدين للباحث من مدربي  
مدارس كرة السلة بالنادي الأهلي بمدينة نصر

مرفق رقم ( ١٣ )

أسماء السادة الزملاء المساعدين للباحث من مدربي  
مدارس كرة السلة بالنادي الأهلي بمدينة نصر

| اسم الزميل        | وظيفته                                                                                                                |
|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ١ / طه حسين       | المدير الفني لمدارس كرة السلة بالنادي الأهلي<br>بمدينة نصر .                                                          |
| ٢ / أيمن الجوهري  | مدرب فريق تحت ١٠ سنوات بنادي الصيد الرياضي                                                                            |
| ٣ / تامر جمال     | مدرب الدرجة الأولى رجال بنادي الغابة الرياضي .                                                                        |
| ٤ / إيهاب مقبل    | مدرب فريق تحت ١٦ سنة بنات بنادي هليوبوليس<br>الرياضي .                                                                |
| ٥ م م / محمد حامد | المدرس المساعد بكلية التربية الرياضية للبنين<br>بالهرم جامعة حلوان ومدرب فريق الدرجة الأولى<br>رجال بنادي الاتصالات . |

## ملخص الرسالة

## دراسة مقارنة لأثر استخدام المدخل الخططي والمهارى على فاعلية أداء ناشئى كرة السلة

### المقدمة و مشكلة البحث :-

شهد مجال التربية البدنية والرياضة فى الآونة الأخيرة تقدماً مذهلاً ، الأمر الذى شكل صعوبة على اللاعبين للوصول إلى المستويات العالمية إلا إذا توفرت العديد من الشروط والمتطلبات فى طرق وأساليب التعليم لمختلف الأنشطة الرياضية وبخاصة الألعاب

ومن خلال خبرة الباحث العملية فى مجال تدريب و تعليم كرة السلة والعلمية فإن عملية التشويق والإثارة خلال مراحل التعلم المختلفة تُعد إحدى العوامل الهامة بل والأكثر أهمية فى استمرار دافعيه المتعلم نحو تعلم كرة السلة ، ونتيجة لذلك نجد أن العديد من المتعلمين الذين لا يجدون الإثارة و التشويق تقل دافعتهم نحو تعلم اللعبة ، ويلاحظ ذلك من خلال عدم إقدام المتعلمين على التعلم بالصورة المطلوبة تدريجياً كما كان فى بداية تعلم اللعبة .

ويعتبر المدخل التقليدى المهارى أحد العوامل التى تتسبب فى ذلك بشكل مباشر وهناك دلالات على ذلك من أهمها أسئلة المتعلمين الدائمة للمدرس ومن أمثلتها .

- ما أهمية ممارسة التمرينات المهارية ؟

- ما فائدة التمرينات ، هل نحن سنلعب المباريات بنفس أسلوب تلك التمرينات المهارية ؟

- متى سوف نلعب المباريات ؟

كما أن هناك دلالة أخرى تؤيد ماسبق من كون المدخل المهارى يقلل من دافعية المبتدئين نحو تعلم اللعبة أو النشاط المراد تعليمه ، وهى تسرب المبتدئين بعد مرور درس أو درسين من بداية تعليم اللعبة أو النشاط و يلاحظ ذلك جلياً فى مدارس الألعاب المختلفة بالأنديه .

ومما سبق حاول الباحث العثور على مدخل يراعى متطلبات المبتدئين فى تعلم لعبة كرة السلة لإيجاد نقطة الالتقاء بين تعليم مهارات كرة السلة وما يجب فعله بهذه المهارات فى الأداء الفعلى للعبة ، ومن خلال المسح المرجعى للكتب العلمية و الأبحاث توصل الباحث لهذا المدخل فى تعليم كرة السلة الذى يؤدى لتشجيع المبتدئين على حل المشكلات الخططية Tactical Problems عن طريق الاتصال الوثيق بين الخطط والمهارات ، مما يؤدى لتوافر نقطة الالتقاء بين تعليم المهارات وتعليم ما يجب فعله بهذه المهارات فى الأداء الفعلى

للعبة وهو ما يسمى بالمدخل الخطى Tactical Approach أو بالنموذج الخطى Tactical Model .

#### أهداف البحث :-

يهدف البحث إلى إجراء دراسة مقارنة لأثر استخدام المدخل الخطى والمهارى على فعالية أداء ناشئى كرة السلة المبتدئين وذلك من خلال الأهداف الفرعية التالية :-

١- التعرف على تأثير استخدام المدخل الخطى للمجموعة التجريبية الأولى والمدخل المهارى للمجموعة التجريبية الثانية على تعلم المهارات الفنية والصفات البدنية قيد البحث.

٢- التعرف على الفروق فى نسبة التحسن بين المجموعة التجريبية الأولى "التي تستخدم المدخل الخطى" والمجموعة التجريبية الثانية "التي تستخدم المدخل المهارى" فى المهارات الفنية والصفات البدنية قيد البحث .

٣- التعرف على الفروق بين المجموعة التجريبية الأولى "التي تستخدم المدخل الخطى" والمجموعة التجريبية الثانية "التي تستخدم المدخل المهارى" فى الأداء الفعلى التنافسى لكرة السلة .

#### فروض البحث :-

١- توجد فروق دالة احصائياً بين القياس القبلى والقياس البعدى للمجموعتين التجريبيتين لصالح القياس البعدى فى المهارات الفنية و الصفات البدنية قيد البحث .

٢- توجد فروق دالة احصائياً بين المجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية لصالح المجموعة التجريبية الأولى فى المهارات الفنية والصفات البدنية قيد البحث .

٣- توجد فروق دالة احصائياً بين المجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية لصالح المجموعة التجريبية الأولى فى الأداء الفعلى التنافسى لكرة السلة.

#### إجراءات البحث :-

##### منهج البحث :-

استخدم الباحث المنهج التجريبى بالتصميم التجريبى لمجموعتين تجريبيتين ومجموعة ضابطة، نظراً لملائمة هذا المنهج لطبيعة البحث.

### عينة البحث :-

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من المتعلمين الجدد بمدرسة كرة السلة بالنادي الأهلي بمدينة نصر و الذين لم يمارسوا كرة السلة مسبقاً وبلغ عددهم ٥٥ متعلماً يمثلون المرحلة السنوية من مواليد ١٩٩٠ - ١٩٩٢ وتم استبعاد ٩ متعلمين لم يستكملوا القياسات ، وبذلك أصبحت عينة الدراسة ٤٦ متعلماً تم تقسيمهم بصورة عشوائية على مجموعتين متساويتين قوام كل منها ٢٣ متعلماً وأثناء التطبيق العملي تم استبعاد المتعلمين الذين تعدت نسبة غيابهم ٢٠٪ من مدة تطبيق البحث وبلغ عددهم ٨ متعلمين من كل مجموعة وبذلك أصبحت عينة البحث ١٥ متعلماً لكل مجموعة مقسمة بالطريقة العشوائية كما يلي :-

### الاستنتاجات والتوصيات :-

#### الاستنتاجات :-

فى حدود عينة البحث وخصائصها وفى ضوء نتائج البحث تمكن الباحث من التوصل إلى الاستنتاجات التالية :-

- أدى تعليم كرة السلة باستخدام المدخل الخططى إلى تحسن مستوى أفراد المجموعة التجريبية الأولى فى الصفات البدنية (الرشاقة - التوافق - السرعة الانتقالية - القدرة العضلية للرجلين) والمتغيرات المهارية (التمرير - المتابعة ) .

- أدى تعليم كرة السلة باستخدام المدخل المهارى إلى تحسن مستوى أفراد المجموعة التجريبية الثانية فى الصفات البدنية (المرونة - التحمل الدورى التنفسى ) والمتغيرات المهارية (المحاورة - الرمية الحرة - الخطوات الدفاعية).

- لا توجد فروق بين تأثير استخدام كل من المدخل الخططى والمدخل المهارى فى تعليم كرة السلة على الصفات البدنية والمتغيرات المهارية للمجموعتين التجريبيتين .

- يؤثر المدخل الخططى على المتغيرات الخططية بدرجة مغنوية أفضل من المدخل المهارى عند تعليم كرة السلة.

- تعليم كرة السلة باستخدام المدخل الخططى يعمل على رفع مستوى فاعلية الأداء بدرجة مغنوية أكبر عن التعليم باستخدام المدخل المهارى .

- أدى تعليم رياضة كرة السلة باستخدام المدخل الخططى إلى رفع مستوى المتغيرات الخططية (المشاركة في اللعب - اتخاذ القرار - المساندة الهجومية ) بدرجة معنوية أكبر من التعليم باستخدام المدخل المهارى .

#### التوصيات :-

فى ضوء الاستنتاجات التى تم التوصل إليها يتقدم الباحث بالتوصيات التالية الى العاملين فى مجال كرة السلة :-

- ١- الأخذ فى الاعتبار استخدام المدخل المهارى فى حالة تعليم المتغيرات المهارية (المحاورة - الرمية الحرة - الخطوات الدفاعية)، وتنمية صفتى (المرونة - التحمل الدورى التنفسى)
- ٢- يؤخذ فى الاعتبار استخدام المدخل الخططى فى حالة تعليم مهارتى (التمرير - المتابعة)، وتنمية الصفات البدنية (الرشاقة - التوافق - السرعة الانتقالية - القدرة العضلية للرجلين).

- ٣- استخدام المدخل الخططى عند تعليم المتغيرات الخططية بشكل عام .

- ٤- التأكيد على متغيرى (تنفيذ المهارة - الدفاع ) فى برامج المدخل الخططى عند اجراء بحوث مشابهة تستخدم هذا المدخل.

- ٥- محاولة تصميم برنامج يجمع بين المدخلين (الخططى والمهارى ) .

- ٦- اجراء مثل هذه الدراسات فى رياضات والالعاب اخرى.

### المستخلص

#### دراسة مقارنة لآثر استخدام المدخل الخططى والمهارى على فاعلية اداء ناشئى كرة السلة

يهدف البحث الى التعرف على تأثير استخدام المدخل الخططى والمهارى على فاعلية اداء ناشئى كرة السلة ، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبيى وقد بلغت عينة البحث (٣٠ ناشئى) من ناشئى كرة السلة المبتدئين بمدارس كرة السلة بالنادى الاهلى بمدينة نصر من مواليد ٩٠ - ١٩٩٢ م ، وكانت اهم نتائج البحث هى ان المدخل الخططى اكثر فاعلية عند تعليم المتغيرات الخططية ، بينما كانت اهم توصيات البحث استخدام المدخل الخططى عند تعليم المتغيرات الخططية بشكل عام



**Mansoura university**

**Faculty of sports Education**

**Curriculum & Teaching Methods of sports education Dept.**

**Acomparative study for the influence of using  
Tactical & Skill Approach on Efficiency of Basketball  
Youth Players Performance**

**Represented By:**

**Yasser Abd EL Fattah Mohammed**

**Asst. Lecture in curriculum, & teaching Methods of Sports  
Education Department**

**In Demanding the Gain of PHD degree in physical Education**

**Under Supervision of:**

**Prof. Dr. Mahrous Mohamed Qandeel**

**Prof. Head of curriculum & teaching Methods  
of sports education Dept. Vice Dean for high  
Studies & Researches, faculty Of sports  
Education Mansoura university**

**Ass. Prof. Dr. Mohamed Ibrahim salem**

**Ass. Prof. Dr. At curriculum & teaching Methods  
of sports education Dept. Faculty of sports  
Education Mansoura university**

**Ass. Prof. Dr. Mouner Mostafa Abdeen**

**Ass. Prof. Dr. At curriculum & teaching Methods  
of sports education Dept. Faculty of sports  
Education Mansoura university**

**1425 - 2004**

## **summary**

# **Acomparative study for the influence of using Tactical & Skill Approach on Efficiency of Basketball Youth Players Performanc**

### **Introduction and research problem:**

The area of physical and sport education witnessed a spectacaolar progress duning the latest era creating a diffeculty to the players to reach the international levels, unless several condition and requirements in the learning styles and methods of sport activities specially games are provided.

The researcher, through his scientific and practical experience in training and educating basketball, noticed that the suspence and exitement during the different instructional stages are considered one of the major factors in the continuation of the educated motivation towards learning basketball. As a result, most of the learners who did'nt find any suspence or exitement will experience less motivation fawards learning the game. This had been approved from the hesitation of the educated to learn as desired gradually as it was in the primary stages of learning the game.

The traditional skillful approach is considered one of the factors causing the above problem directly. The incidia on this arise from the questions permanantly asked to the teacher from his students:

- What is the imopartance of practicing the skillful exercises?
- What is the benefit gained from exercises? Will we play the matches as we practice these exercises?
- When can we play matches?

There is another significance supporting what stated before, that the skillful approach reduces the beginners motivation towards learning the desired activity. This siguificarce is the beginners sneaking after a

lesson or two of learning the activity. This is obvious in the different games schools of the clubs.

From above, the researcher tried to find out an approach that meets the beginners requirements in learning basketball aiming at finding a contact point between learning basketball skills as well as exploring these skills in the actual performance of the activity.

Through his referential survey to the scientific references and researches, the researcher obtained access to this approach in learning basketball to encourage the beginners in solving the tactical problems through the pertinent communication between tactics and skills leading to the providence of the contact point between learning the skills and learning how to explore these skills in the actual performance of the play i.e. the “tactical approach” or “tactical model”.

#### **Aims of research:**

This research aims at conducting a comparative study on the effect of using the tactical and skillfull approach on the performance effectiveness of beginner juniors in basketball through the following sub – aims:

- 1- Recognizing the effect of using the tactical approach for the first experimental group and the skillful approach for the second experimental group on learning the technical skills and physical characteristics under research.
- 2- Identifying the differences in the improvement rate between the first experimental group (applying the tactical approach) and the second experimental group (applying the skillful approach) in technical skills and physical characteristics under research.
- 3- Identifying the differences between the first experimental group (applying the tactical approach) and the second experimental group

(applying the skillful approach) in the competitive actual performance of basketball.

**Research Hypotheses:**

- 1- There are statistically significant differences between the a priori and the a posteriori measurements of the two experimental groups in favor of the a posteriori measurement in technical skills and physical characteristics under research.
- 2- There are statistically significant differences between the first experimental group and the second experimental group in favor of the first experimental group concerning the technical skills and physical characteristics under research.
- 3- There are statistically significant differences between the first experimental group and the second experimental group in favor of the first experimental group and the competitive actual performance of basketball.

**Research procedures:**

**Method:**

The researcher applied the experimental method with two experimental groups design due to its convenience to the nature of the research.

**Sampling:**

Primarily, the research sample was selected purposely from among the fresh learners of basketball school of National (AL Ahli) Club-Nasre City-Cairo who didn't practice basketball before;. The sample contained 55 subjects presenting the age group born during 1990 : 1992. Then 9 subjects were disqualified because they didn't complete the measures. The rest 46 subjects were divided randomly into two equal groups (23 s. each). During the practical application, 16 subjects (8 from each group) were excluded due to their multi absence (more than 20% from the start

of application). Finally, the research sample became 30 subjects divided randomly on two equal groups (15 s. for each).

**Data collection:**

The researcher used the following materials, tools and instruments to collect the necessary data for his research:

- Medical scale.
- Measuring tape.
- Chalk.
- Basket balls.
- Stop watch.
- Scalar rule.
- Video camera.
- Plastic cones.
- Questionnaire.
- Performance analysis format.
- Swedish Bench.
- Actual performance evaluation determinant format.
- ideal actual performance standard format.

**Statistical Treatments:**

The researcher conducted a statistical plan to conform with the nature of his study and its variables aiming at defining the validity of the research by hypotheses. He used the following statistical treatments:

- Arithmetic mean.
- Median.
- Standard deviation.
- Skewness coefficient.
- Pearson's correlation coefficient.
- T. test.

The researcher used T. test after making sure of the efficiency of the variance between the two groups of the research as well as realizing the test application conditions.

- Analysis of variance between the correlated measures (Tuket's valid difference) HSD.

### **Conclusions:**

In the limits of the research sample and its characteristics, and on the light of the research results, the researcher concluded the following:

- Learning basketball by means of the tactical approach improves the level of the first experimental group significantly in both physical characteristics and skillful variables under research.
- Learning basketball according to the skillful approach improves the level of the second experimental group significantly in both physical characteristics and skillful variables under research.
- There are no differences between the effect of applying the tactical approach and applying the skillful approach in learning basket ball on physical characteristics and skillful variables for the two experimental groups.
- The tactical approach has a significant effect on the tactical variables better than the skillful approach on learning basket ball.
- Learning basketball according to tactical approach raises the performance efficiency level significantly more than learning by using the skillful approach.
- Learning basketball skills by means of tactical approach raises the tactical variables level (field participation-attack support-defence) significantly more than learning by skillful approach.

### **Recommendations:**

On the light of the research conclusions, the researcher recommends the following:

- Considering the feasibility gained from the educational program applied on the first experimental group in learning basketball to beginner juniors.
- Considering the feasibility gained from the educational program applied on the first experimental group in raising the level of the physical characteristics as well as skillful variables of beginner juniors in basketball.
- Applying the tactical approach in learning basketball for its high effect on the tactical performance level.
- Conducting more studies on the effect of applying the tactical approach in learning basketball to the different age groups.

## ABSTRACT

Acomparative study for the influence of using Tactical & Skill  
Approach on Efficiency of Basketball Youth Players Performanc

The Research Aims at recognizing the effect of using tactical and skill approach on efficiency of basket ball youth players performance , the researcher applied the experimental method , the research sample contained (30) youth beginner basket ball players from basket ball school of elahly club their age during 90- 1992 the most important result was that the tactical approach mor effectiveness when teaching tactical variables , the most important recomment was that we must use the tactical approach when generaly teaching tactical variables .