

أثر برنامج تعليمي باستخدام الرسوم المتحركة على تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة الجودو لدى أطفال الصم وضعاف السمع

د / بلال محمود محمد عبدالرازق *

الملخص:

يهدف هذا البحث إلى تصميم برنامج تعليمي باستخدام الرسوم المتحركة ومعرفة أثره على تعلم بعض مهارات رياضة الجودو، والتحصيل المعرفي والجانب الوجداني لدى أطفال الصم وضعاف السمع، استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام القياس القبلي البعدي لمجموعة واحدة نظراً لملائمته لطبيعة البحث، كما قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من أطفال الصم وضعاف السمع من "مدرسة الامل بالقلوبية" وكان مجتمع البحث ٣٤ طفل وقام الباحث باستبعاد ٩ من الطلاب وذلك لأسباب صحية وبذلك بلغ عدد عينة البحث ٢٥ طفل من المرحلة السنوية ١٢:١٥ سنة تم تقسيمهم الى ١٠ اطفال كعينة استطلاعية و ١٥ طفل عينة أساسية، وأشارت أهم النتائج إلي الآتي:

- ١- استخدام فيلم الرسوم المتحركة التعليمي كان له تأثير إيجابي في إكساب التلاميذ المعلومات والمعارف.
- ٢- البرنامج المقترح باستخدام الرسوم المتحركة ساعد على التحليل العقلي للحركة مما يساعد على تذكر أجزاء تلك الحركات.
- ٣- استخدام الرسوم المتحركة ساهم في تحسين مستوى التلاميذ في الأداء المهاري.
- ٤- استخدام فيلم الرسوم المتحركة التعليمي كان افضل من طريقة التعلم التقليدية (المتبعة) من المعلم.

الكلمات المفتاحية: برنامج تعليمي - الرسوم المتحركة - المهارات الأساسية في رياضة الجودو - الصم وضعاف السمع.

Summary:

This research aims to design an educational program using animation and know its effect on learning some of the skills of judo sport, cognitive achievement and the emotional side of the deaf and hard of hearing

children. The researcher used the experimental method using the pre-dimensional pre-measurement for one group due to its relevance to the nature of the research, and the researcher chose the research sample The intentional method of deaf and hard-of-hearing children from the "Hope School in Qalioubia". The research community was 34 children, and the researcher excluded 9 students for health reasons. Thus, the number of the research sample reached 25 children from the 15:15 year-old stage, they were divided into 10 children as an exploratory sample and 15 children A basic sample. **The most important results indicated the following:**

- 1- The use of educational animation film has had a positive impact in providing students with information and knowledge.
- 2- The proposed program using animation helped in the mental analysis of the movement, which helps to remember the parts of those movements.
- 3- The use of animation contributed to improving the students 'level of skillful performance.
- 4- Using the educational animation movie was better than the traditional (used) learning method from the teacher.

Key words: educational program - animation - basic skills in judo - deaf and hard of hearing....

مقدمة ومشكلة البحث:

سار العالم يواجه اليوم تغيرا سريعا فى جميع نواحي الحياة المتعددة الاقتصادية والاجتماعية والثقافية والرياضية مما يجعل من الضروري على المؤسسات وخاصة المؤسسات التعليمية أن تأخذ بوسائل التعليم الحديثة لتحقيق أهدافها ومواجهة هذا التقدم وهذه التحديات. (٤ : ٥)

أصبح التعليم في العصر الذي نعيش فيه بما فيه من تطور وتقدم تكنولوجي معرفي، قضية يوجه لها الاهتمام ليس فقط من قبل وزارات والمؤسسات التعليمية بل صار تعليم للمستقبل الذي تسمو من خلاله الأمم إلى أخذ مكانها تحت شمس الحضارة أمرا يستلزم تضافر وتكاتف أجهزة ومؤسسات المجتمع كله، فالتعليم للمستقبل وللتقدم كما يراه مفكروا الأمة هو مستقبل الأمة والركيزة الأساسية والاسلوب الواضح لها فإذا صلح مستقبل التعليم صلح مستقبل الأمة.

(١٨ : ٥)

وتكتسب التربية غايتها عن طريق تحقيق الأهداف التربوية والمعرفية والحركية والانفعالية مستخدمة في ذلك التقدم والتطور التكنولوجي والانجاز في العملية التعليمية، فلم يكن غريبا أن تهتم الدولة بالعملية التعليمية والتغلب على المشكلات المرتبطة بها والتي تؤثر عليها بصفة مستمرة كي يأخذ التعليم دوره المتوقع في التنمية الشاملة. (١٢ : ١٧)

تعتبر إيجابية المتعلم والقدرة على المشاركة النشطة أصبحت هدفا رئيسيا لعملية تطوير التعليم، ومضمون هذا الهدف هو تحويل العملية التعليمية من مجرد تلقى سلبي من جانب المعلم إلى مشاركة نشطة من جانب المتعلم، وذلك بإعطائه الفرصة والقدرة للبحث عن المعلومة بنفسه واسترجاعها وتصنيفها ومعالجتها، ونتيجة للتطور المستمر في العلوم والمعارف ظهرت أنظمة وأساليب جديدة في التعليم والتعلم تعتمد على إيجابية المتعلم. (٩ : ١٣)

ومن هذا المنطلق كان التفكير في كثير من الحلول التي تتركز كلها في استحداث الوسائل والأساليب الحديثة والتي تتناسب مع كل فئة المستخدمة في العملية التعليمية في توصيل المناهج التعليمية وغيرها من العلوم والمواد الدراسية، ومن هذه الوسائل - الرسوم المتحركة كوسيلة تعليمية تساهم وتشارك مشاركة فعالة في توصيل وتعزيز المادة التعليمية.

ويشير كلاً من "أسامة كامل راتب" و"أمين أنور الخولي" (١٩٩٤م) على أن تعليم المهارات الحركية للتمييز الأصم والأبكم لها قدرة على إعطائه فرصة أو طريقة للتعبير عن نفسه وتمتية قدراته وأن المهارات الحركية لها إسهاماتها الفعالة تجاه هذه الفئة من الأطفال ويوصوا بأن يناولون القسط الأوفر من التنمية والتكيف وتهدف أيضا إلى تحسين سيطرة الأصم والأبكم على أعضاء جسمه وحركاته. (٣٦٧ : ٢)

وتوضح "تيفين حسين محمود" (٢٠١٤م) أن رياضة الجودو من الرياضات التي تتم بين لاعبان أحدهما اللاعب المهاجم (التورى Tori) اللاعب المدافع (الاوكى Uke) فى نزال يستخدم كلا منهما فنون اللعب المختلفة لمهارات الرمي من وضع الوقوف (Tachi-Waza) حيث تشمل المهارات الفنية لها علي مهارات الرمي من اعلي (ناجي - وازا Waza - Nagel) وتتضمن مهارات تؤدى باستخدام اليدين (تى وازا Te-Waza) ومهارات تؤدى باستخدام الرجلين (أشى - وازا Ashi-waza) و مهارات تؤدى باستخدام الوسط (جوشى - وازا Koshi-Waza) وذلك طبقا للقواعد والقوانين التي أقرها الاتحاد الدولي للعبة وذلك فى محاولة الفوز على منافسه.

(٦ : ١٤)

ويؤكد إسماعيل إبراهيم بدر (٢٠٠٦م) أنه قام بتشخيص المشكلات السلوكية لدي الأطفال الصم وتوصل إلي أنهم يعانون من مشكلات سلوكية منها المدمر والعنيف وسلوك التمرد والعصيان والاندفاعية والاضطرابات الانفعالية وعدم الثقة بالآخرين. (٧٣-٧٢:٣)

ونقلًا عن عمرو رفعت (٢٠٠٠م) حيث أكد علي فاعلية عملية الدمج في تحسين

التوافق الإجتماعي لدي الأطفال الصم و ضعف السمع وذلك من خلال النقاط التالية:

- تهيئة الطفل العادي للتعامل مع زميله ضعيف السمع.
- تعديل الاتجاهات السلبية نحو أفراد المجتمع العادين.

هدف البحث:

يهدف هذا البحث إلى تصميم برنامج تعليمي باستخدام الرسوم المتحركة ومعرفة أثره على تعلم بعض مهارات رياضة الجودو، والتحصيل المعرفي لدى أطفال الصم وضعاف السمع.

فروض البحث:

١- توجد فروق دالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي لعينة البحث لصالح القياس البعدي في بعض مهارات رياضة الجودو (قيد البحث) لدى أطفال الصم والبكم.

٢- توجد فروق دالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي لعينة البحث لصالح القياس البعدي في الجانب البدني (قيد البحث) لدى أطفال الصم والبكم.

مصطلحات البحث:

١- تأثير:

قدرة الفرد على التفاعل مع المتغيرات وتقييم بمدى إنجاز الهدف. (١٠: ٢٣)

٢- البرنامج:

هو تلك الخبرات التعليمية والتربوية والتي تنتج من المنهج أو ما يتعلق بتنفيذه. (١٠: ١٤٥)

٣- الأصم الأبكم:

"هو الذي فقد حاسة السمع والنطق منذ الولادة أو فقد القدرة السمعية قبل تعلم

الكلام". (٨: ٣٠)

٤- رياضة الجودو:

هي "مصارعة يابانية دفاعية هجومية تهدف إلي الانتصار علي المنافس ببلوغ أقصى مقدرة بأقل مجهود مستخدما فنونه المختلفة المستندة إلي القواعد والأصول العلمية لتحقيق الكفاءة القصوى للعقل والجسم". (١٥: ٦)

الدراسات السابقة:

١- قامت صباح علي صقر ٢٠٠٠م بدراسة التعرف علي أثر تعليم مهارات المبارزة بالوسائط التعليمية البصرية علي تحسين السلوك الحركي العدواني لدي الصم. (من الأطفال الصم وضعاف السمع (١٢-١٤) سنة، وكانت أهم النتائج أن الوسائط التعليمية البصرية لها تأثير إيجابي علي تعلم مهارات المبارزة وعلي تحسين السلوك الحركي العدواني لدي الصم.

٢- قام " علي المجيد" (١٩٩٦) (٧) بدراسة استهدفت التعرف على " اثر استخدام بعض الوسائل التكنولوجية على تدريس مهارات وحدة تعليمية فى درس التربية الرياضية"، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين أحدهما ضابطة وأخرى تجريبية، وقد بلغ حجم العينة (٥٠) خمسون تلميذا من الصف الأول الابتدائي Sun Rise، وقد تضمنت أدوات البحث الكمبيوتر والفيديو، وقد أشارت أهم النتائج إلى: أن استخدام الكمبيوتر أكثر

فاعلية وتأثيراً فى رفع مستوى التحصيل المعرفي لكرة السلة بدرس التربية الرياضية وان استخدام الفيديو فى وجود الشرح والنموذج اكثر فاعلية على تعلم واكتساب المهارات الأساسية فى كرة السلة.

٣- قام " أسامة العزیز " (٢٠٠١)(١) بدراسة استهدفت التعرف على " أثر برنامج تعليمي باستخدام الهيبرميديا على تعلم مسابقة الوثب العالي لدى المبتدئين "، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام مجموعتين أحدهما ضابطة وأخرى تجريبية، وقد بلغ حجم العينة {٢٠} عشرون تلميذا بالمرحلة الثانوية، وقد تضمنت أدوات البحث الكمبيوتر، وقد أشارت أهم النتائج إلى (أن برمجية الكمبيوتر التعليمية المعدة بتقنية الهيبرميديا ساهمت بطريقة إيجابية وكانت أكثر تأثيراً فى تحسين مستوى الأداء الفني والتحصيل المعرفي لمسابقة الوثب العالي).

إجراءات البحث:

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام القياس القبلي البعدي لمجموعة واحدة نظراً لملائمته لطبيعة البحث.

عينة البحث:

قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من أطفال الصم وضعاف السمع من "مدرسة الامل بالقلوبية" وكان مجتمع البحث ٣٤ طفل وقام الباحث باستبعاد ٩ من الطلاب وذلك لأسباب صحية وبذلك بلغ عدد عينة البحث ٢٥ طفل من المرحلة السنوية ١٢:١٥ سنة تم تقسيمهم الى ١٠ اطفال كعينة استطلاعية و ١٥ طفل عينة أساسية.

وسائل وأدوات جمع البيانات:

- **المسح المرجعي:**

- تحديد الشكل العام لهذا البحث وكيفية تطبيقه.
- إعداد وتجهيز الإطار النظري للبحث.
- التعرف على خصائص وسمات أطفال الصم وضعاف السمع.
- التعرف على أسس وقواعد تصميم البرامج التعليمية.

- الاختبارات البدنية:

جدول (١)

الاختبارات البدنية المستخدمة في الدراسة

الاختبار	الغرض	وحدة القياس
اختبار الجلوس من الرقود "من وضع ثني الركبتين".	القوة العضلية	عدد
اختبار العدو ٤٥,٧٠ مترا من البدء العالي.	السرعة	ث
اختبار الوثب العمودي لساار جنت.	القوة المميزة بالسرعة	سم
اختبار الجري في المكان دقيقتين.	التحمل	عدد
اختبار الجري الزجاج.	الرشاقة	ث
اختبار ثني الجذع من الوقوف.	المرونة	سم

المهارات قيد البحث وقياساتها:

قام الباحث بتحديد المهارات التي تتناسب مع عينة البحث، وذلك عن طريق عرض

استمارة استطلاع رأي الخبراء في تحديد المهارات المناسبة للعينة. مرفق (٢)

جدول (٢)

نتيجة استطلاع رأي الخبراء حول المهارات المستخدمة

في البرنامج التعليمي المقترح

م	اسم المهارة	رأي الخبير								نسبة الموافقة
		٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	
١	التحية من الوقوف (ريه)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	١٠٠%
٢	التحية من الجلوس (زا ريه)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	١٠٠%
٣	الوقفة الطبيعية (شيزن تاي)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	١٠٠%
٤	الوقفة الدفاعية (جيجو تاي)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	١٠٠%
٥	مسكة البدلة (كومي كاتا)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	١٠٠%
٦	التحرك على البساط (تاي اسباكي)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	١٠٠%
٧	اخلال التوازن (كوزوشي)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	١٠٠%
٨	السقطة الخلفية (اوشيرو اوكمي)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	١٠٠%
٩	السقطة الجانبية اليمنى (ميجي يوكو اوكمي)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	١٠٠%
١٠	السقطة الجانبية اليسرى (هيداري يوكو اوكمي)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	١٠٠%
١١	السقطة الامامية الدائرية اليمنى (ميجي ماي موارى اوكمي)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	١٠٠%
١٢	السقطة الامامية الدائرية اليسرى (هيداري ماي موارى اوكمي)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	١٠٠%
١٣	ايون سيوناجي	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	١٠٠%
١٤	مورتيه سيوناجي	×	×	✓	✓	✓	✓	✓	✓	٧٥%
١٥	تاي اوتوشي	×	✓	✓	✓	✓	✓	✓	×	٧٥%
١٦	او جوشي	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	١٠٠%
١٧	كوشي جروما	×	×	✓	✓	✓	✓	✓	✓	٧٥%
١٨	او سوتو جاري	×	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	٨٧,٥%
١٩	او تشي جاري	✓	✓	✓	✓	✓	×	✓	×	٧٥%
٢٠	دي اشى براي	×	✓	✓	✓	✓	✓	✓	×	٧٥%

وقد ارتضى الباحث نسبة (٧٠%)

وتم قياس مستوى الاداء المهاري عن طريق السادة المحكمين مرفق(١)، واستخدام الباحث
استمارة قياس المستوى المهاري. مرفق(٤)

الأجهزة المستخدمة فى القياسات الخاصة بالبحث:

- ساعة إيقاف لأقرب (٠,١) من الثانية.
- ميزان طبى إلكترونى.
- شريط قياس.
- مسطرة مدرجة.
- أقماع صغيرة.
- أقماع كبيرة.
- حواجز صغيرة.
- بساط جودو.
- مقعد سويدي.

الدراسات الإستطلاعية:

أجري الباحث دراسة استطلاعية فى الفترة من ٢٠١٦/٣/١ م إلي ٢٠١٦/٣/٣ م وقام
الباحث فيها بالآتي:

- تحديد ميعاد تطبيق التجربة.
- دراسة صلاحية الإمكانيات المتاحة من أجهزة وأدوات رياضية يمكن للباحث الاستفادة منها
أثناء التجربة، مثل الميزان الطبى والريستاميتير وذلك بعد معايرتها بأجهزة مماثلة.
- التعرف على أماكن إجراء الاختبارات وطرق تجهيزها.
- من صلاحية هذه الأماكن لتطبيق التجربة وهل متوفر ملعب، صالة أو أماكن تدريب.
- تسجيل بيانات وقياسات متغيرات النمو لعينة البحث.

صدق الاختبارات:

صدق المحتوى:

استخدم الباحث صدق المحتوى أو المضمون والذي يعتمد علي استطلاع رأي الخبراء
وذلك للتأكد من أن الاختبارات المختارة تقيس ما وضعت من أجله.

الصدق الذاتي:

قام البحث بيجاد الصدق الذاتي من خلال الجذر التربيعي لمعامل الثبات

جدول (٣)

الصدق الذاتي للمتغيرات البدنية

الصدق الذاتى	قيمة ر	الاختبارات
٠,٩٩٥	*٠,٩٩١	القوة
٠,٩٨٤	*٠,٩٥	القوة المميزة بالسرعة
٠,٩٦٥	*٠,٩٧	التحمل
٠,٩٩٤	*٠,٩٩	السرعة
٠,٩٨٩	*٠,٩٨	المرونة
٠,٩٤	*٠,٨٩	الرشاقة

يتضح من جدول (٣) ان قيمة معامل الصدق الذاتي انحصر بين ٠,٩٥ : ٠,٩٤ في الاختبارات قيد البحث مما يدل على صدق الاختبارات.

ثبات الاختبارات:

قام الباحث بحساب معامل الثبات عن طريق إعادة التطبيق (test re test) بفاصل زمني قدره (٧) أيام على عينة قوامها (١٠) أطفال من خارج عينة الدراسة ولكن من نفس مجتمع البحث في اختبارات اللياقة البدنية والجدول رقم (٤) يوضح المعاملات العلمية للمتغيرات.

جدول رقم (٤)

معامل الارتباط بين التطبيق الاول والثاني

ن=١٠

لحساب ثبات القياسات البدنية

قيمة "ر"	التطبيق الثاني		التطبيق الاول		الابعاد
	ع	م	ع	م	
*٠,٩٩١	٣,٣٠	٢٠,٣٠	٣,٠٩	٢٠	القوة
*٠,٩٩	٠,٨٣	٣,٨١	٠,٨١	٧,٧٨	السرعة
*٠,٩٥	٢,٦٨	٢١,٨٠	٣,٠٤	١٩,٥٣	القوة المميزة بالسرعة
*٠,٩٧	٤,٩٣	٣٠,٤٠	٤,٥٦	٢٦,٩٣	التحمل
*٠,٩٨	٢,٢٧	٥,٦٠	٢,٥٠	٥,٤٠	المرونة
*٠,٨٩	١,٠٨	٦,٥٠	١,٠٣	٦,٢٠	الرشاقة

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ٨ = ٠,٥٤٩

يتضح من الجدول (٤) ان هناك ارتباط دال احصائيا بين التطبيق الاول والثاني للقياسات البدنية مما يدل على ثبات هذه القياسات وقدر ترواحت قيم معامل الارتباط ما بين ٠,٨٩٦ و ٠,٩٩٩.

إجراءات التطبيق:

- القياسات القبلية:

تمت القياسات القبلية في المتغيرات قيد البحث في الفترة من ٢٠١٦/٣/١٠م إلى

٢٠١٦/٣/١١م.

- تنفيذ التجربة الأساسية:

تم تنفيذ البرنامج المقترح على مجموعة البحث التجريبية في الفترة من ٢٠١٦/٣/١٢م إلى

٢٠١٦/٦/١م، واشتمل البرنامج علي (١٢) أسبوع بواقع (٣) وحدات أسبوعية، زمن كل وحدة (٦٠) دقيقة.

البرنامج التعليمي المقترح: مرفق (٦)

قام الباحث بمجموعة من المراحل قبل وأثناء وبعد تصميم البرنامج التعليمي وهي:

تحديد مهارات رياضة الجودو المستخدمة في البرنامج التعليمي المقترح:

قام الباحث بتحديد المهارات التي ينبغي تعليمها واستخدامها من رياضة الجودو والتي تتناسب مع المرحلة السنوية للعينة قيد البحث وقد تم تحديدها عن طريق استمارة استطلاع رأي الخبراء، والتي تم الاتفاق عليها بنسبة (٧٠%) فأكثر.

تصميم البرنامج في صورته الأولية:

قد قام الباحث قبل تصميم البرنامج التعليمي المقترح بالإطلاع والتعرف علي الخطوات المتبعة لإعداد وكتابة برامج التربية الرياضية وذلك من حيث دراسة احتياجات مجتمع البحث وخصائصه والمراحل السنوية للأطفال المنتفعين به وكذلك الإمكانيات المتوفرة داخل المدرسة. وفي ضوء نتائج هذا تم مراعاة الآتي:

محتوي البرنامج التعليمي:

مدة البرنامج التعليمي - الفترة الكلية للبرنامج التعليمي. - زمن الوحدة.

- عدد الوحدات التعليمية في الأسبوع. - التوزيع الزمني لمكونات الوحدة

جدول (٥)

نتيجة استطلاع رأي الخبراء في محتوى البرنامج التعليمي المقترح.

م	محتوي البرنامج التعليمي	الزمن
١	الفترة الكلية للبرنامج.	١٢ أسبوعاً
٢	عدد الوحدات التعليمية في الأسبوع.	٣ وحدة أسبوعياً
٣	زمن الوحدة.	٦٠ ق.
٤	التوزيع الزمني لمكونات الوحدة.	الإحماء (٥ق)
		إعداد بدني (٥ق)
		النشاط التعليمي (٣٥ق)
		الختام (٥ق)

- القياسات البعدية:

تم إجراء القياسات البعدية في الفترة من ٢٠١٦/٦/٢م إلى ٢٠١٦/٦/٣م وقد تمت جميع القياسات على نحو ما تم إجراؤه في القياسات القبلية للمتغيرات قيد البحث وبنفس الأسلوب الذي اتبع من قبل.

جدول (٦)

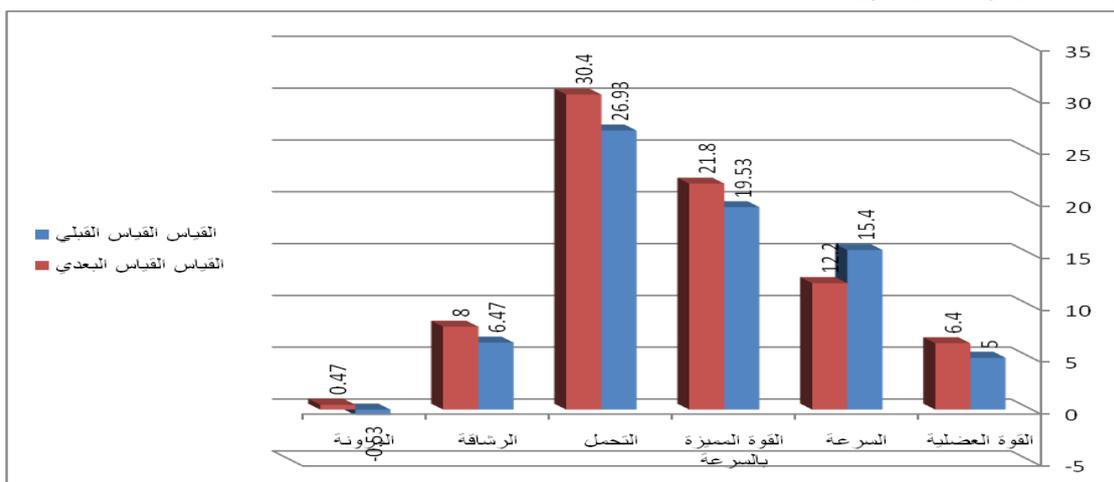
دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدى للقياسات البدنية

ن = ١٥

المتغير	القياس القبلي		القياس البعدى		م ف	قيمة ت
	م	ع	ع	ع		
القوة العضلية	٥,٠٠	٠,٩٣	٦,٤٠	٠,٩٩	١,٤٠-	*٤,٨٤
السرعة	١٥,٤٠	٢,٢٠	١٢,٢٠	٢,١١	٣,٢٠	*٤,١٢
القوة المميزة بالسرعة	١٩,٥٣	٣,٠٤	٢١,٨٠	٢,٦٨	٢,٢٧-	*٣,٦٥
التحمل	٢٦,٩٣	٤,٥٦	٣٠,٤٠	٤,٩٣	٣,٤٧-	*٦,٣٩
الرشاقة	٦,٤٧	١,٦٠	٨,٠٠	٢,٨٠	١,٥٣-	*٣,٠٣
المرونة	٠,٥٣-	١,٨٥	٠,٤٧	١,٨١	١,٠٠-	*٥,٩٢

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ١٤ = ٢,١٤٥

يتضح من الجدول (٦) وجود فروق دالة احصائيا بين القياس القبلي والبعدى للمجموعة الاساسية في كل اختبارات القياس وكانت الفروق في اتجاه القياس القبلى فى متغير السرعة فى حين كانت الفروق فى اتجاه القياس البعدى فى متغيرات القوة العضلية والقوة المميزة بالسرعة والتحمل والرشاقة والمرونة.

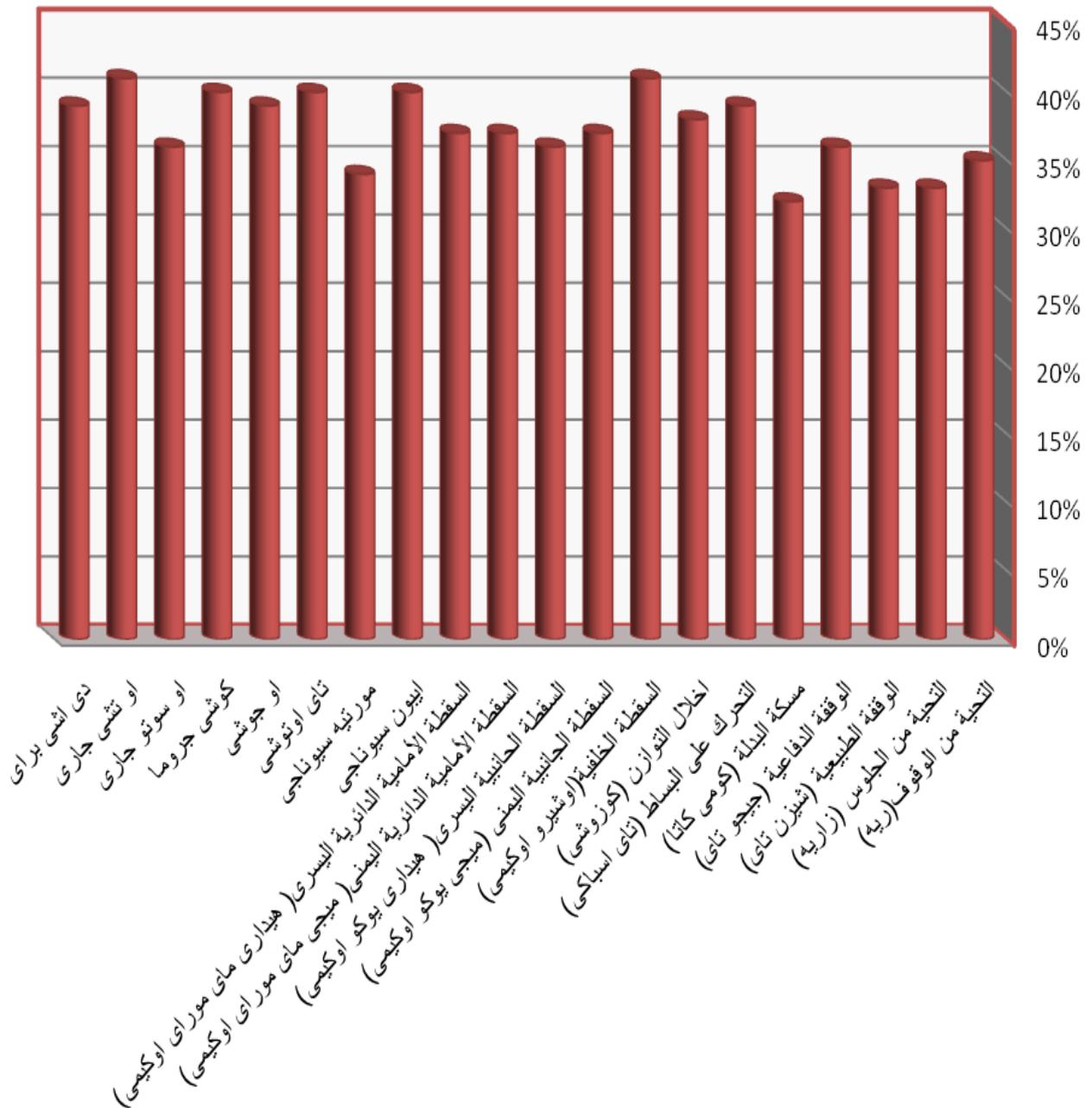


شكل (١) دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدى للقياسات البدنية

جدول رقم (٧)
نسب التحسن لمستوى أداء المهارى

م	المهارة	نسبة التحسن
١	التحية من الوقوف(ريه)	%٣٥
٢	التحية من الجلوس (زاريه)	%٣٣
٣	الوقفه الطبيعية (شيزن تاى)	%٣٣
٤	الوقفه الدفاعية (جيجو تاى)	%٣٦
٥	مسكة البدلة (كومى كاتا)	%٣٢
٦	التحرك على البساط (تاى اسباكى)	%٣٩
٧	اخلال التوازن (كوزوشى)	%٣٨
٨	السقطه الخلفية(اوشيرو اوكىمى)	%٤١
٩	السقطه الجانبية اليمنى (ميجى يوكو اوكىمى)	%٣٧
١٠	السقطه الحانبية اليسرى(هيدارى يوكو اوكىمى)	%٣٦
١١	السقطه الأمامية الدائرية اليمنى(ميجى ماى موراي اوكىمى)	%٣٧
١٢	السقطه الأمامية الدائرية اليسرى(هيدارى ماى موراي اوكىمى)	%٣٧
١٣	ايبون سيوناجى	%٤٠
١٤	مورتيه سيوناجى	%٣٤
١٥	تاى اوتوشى	%٤٠
١٦	او جوشى	%٣٩
١٧	كوشى جروما	%٤٠
١٨	او سوتو جارى	%٣٦
١٩	او تشى جارى	%٤١
٢٠	دى اشى براى	%٣٩

يتضح من الجدول رقم (٧) والشكل رقم (٢)، والمرتبطين بنسب التحسن في الأداء المهاري للمتغيرات المهاريّة لدى أفراد عينة البحث أنه: توجد فروق بين المتوسطات الحسابية لدرجات القياس البعدي في الأداء المهاري لجميع المتغيرات المهاريّة لدى أفراد العينة قيد البحث. وتشير هذه النتائج إلي أن هناك تأثير إيجابي للبرنامج علي الأداء المهاري للأطفال الصم وضعاف السمع عينة البحث وذلك في جميع المتغيرات المهاريّة قيد البحث.



شكل (٢) المتوسط الحسابي لدرجات القياس القبلي والبعدي للمتغيرات المهاريّة

مناقشة وتفسيرها النتائج:

يتضح من الجدول رقم (٧) والشكل رقم (٢)، والمرتبطين بنسب التحسن في الأداء المهارى للمتغيرات المهارية لدى أفراد عينة البحث أنه:

توجد فروق بين المتوسطات الحسابية لدرجات القياس البعدي في الأداء المهارى لجميع المتغيرات المهارية لدى أفراد العينة قيد البحث. وتشير هذه النتائج إلي أن هناك تأثير إيجابي للبرنامج علي الأداء المهارى للأطفال الصم وضعاف السمع عينة البحث وذلك في جميع المتغيرات المهارية قيد البحث ويظهر ذلك من نسب التحسن بالجدول رقم (٧) والشكل رقم (٢)، حيث أن بنسبة تحسن لمهارة (التحية من الوقوف(ريه) (٣٥%)، ولمهارة (التحية من الجلوس (زاريه) بلغت نسبة تحسن (٣٣%)، ولمهارة (الوقفة الطبيعية (شيزن تاى) بلغت نسبة تحسن (٣٣%)، ولمهارة (الوقفة الدفاعية (جيجو تاى) بلغت نسبة تحسن (٣٦%)، ولمهارة (أ مسكة البدلة (كومى كاتا) بلغت نسبة تحسن (٣٢%)، ولمهارة (التحرك على البساط (تاى اسباكى) بلغت نسبة تحسن (٣٩%)، ولمهارة (اخلال التوازن (كوزوشى) بلغت نسبة تحسن (٣٨%)، ولمهارة (السقطة الخلفية(اوشيرو اوكمى) بلغت نسبة تحسن (٤١%)، ولمهارة (السقطة الجانبية اليمنى (ميجى يوكو اوكمى) بلغت نسبة تحسن (٣٧%)، ولمهارة (السقطة الحانبية اليسرى(هيدارى يوكو اوكمى) بلغت نسبة تحسن (٣٦%)، ولمهارة (السقطة الأمامية الدائرية اليمنى(ميجى ماى موراي اوكمى) بلغت نسبة تحسن (٣٧%)، ولمهارة (السقطة الأمامية الدائرية اليسرى(هيدارى ماى موراي اوكمى) بلغت نسبة تحسن (٣٧%)، ولمهارة (اييون سيوناجى) بلغت نسبة تحسن (٤٠%)، ولمهارة (مورتيه سيوناجى) بلغت نسبة تحسن (٣٤%)، ولمهارة (تاى اوتوشى) بلغت نسبة تحسن (٤٠%)، ولمهارة (او جوشى) بلغت نسبة تحسن (٣٩%)، ولمهارة (كوشى جروما) بلغت نسبة تحسن (٤٠%)، ولمهارة (او سوتو جارى) بلغت نسبة تحسن (٣٦%) ولمهارة (او تشى جارى) بلغت نسبة تحسن (٤١%)، ولمهارة (دى اشى براى) بلغت نسبة تحسن (٣٩%)

وهذه النتائج تتفق مع دراسة، محمد بكر (٢٠٠٩م) (٩) في حدوث تحسن في الأداء المهارى لجميع المتغيرات المهارية قيد البحث لدى أفراد عينة البحث.

ويشير الباحث إلي أن النسب المئوية للتحسن في الأداء المهارى هذه النتيجة بأن رياضة الجودو تحتوي علي مهارات تتميز بالسهولة في الأداء وخاصة المهارات التي يتم تكرارها في كل وحدة تعليمية والتي منها المهارات السابقة الذكر والتي بلغت معدلات التحسن فيها نسبا

ويفسر الباحث هذه النتيجة بأنها تتفق مع ما أشار إليه "إسماعيل إبراهيم بدر" (٢٠٠٤م) (٣) أن الدراسات والبحوث أثبتت أن المعاقين سمعيا الذين يمارسون النشاط

الرياضي اكثر توافق نفسيا واجتماعيا، كما أن ممارسة النشاط الرياضية للطفل الاصم تلعب دورا في تنمية القدرة علي التفكير الابتكاري لديهم.

وتتفق تلك النتيجة مع نتائج دراسة كلا من "مروة يوسف" (٢٠٠٤م) (١١)، "محمد بكر" (٢٠٠٩م) (٩)، والتي اتفقت علي أن برامج النشاط الرياضي العلاجي عامة والبرامج التعليمية والتدريبية الرياضية تؤثر بشكل إيجابي علي التوافق النفسي والاجتماعي لدي الأطفال وتساعد الطفل أن يكتسب مهارات سلوكيه جديدة تسهم في إعادة تكيفه مع نفسه ومع البيئة المحيطة به من خلال تشكيل مواقف علاجية سلوكيه باستخدام اللعب.

وهذه النتائج تتفق مع دراسة، محمد بكر (٢٠٠٩م) (٩) في حدوث تحسن في الأداء المهاري لجميع المتغيرات المهارية قيد البحث لدي أفراد عينة البحث. ويشير الباحث إلي أن النسب المئوية للتحسن في الأداء المهاري هذه النتيجة بأن رياضة الجودو تحتوي علي مهارات تتميز بالسهولة في الأداء وخاصة المهارات التي يتم تكرارها في كل وحدة تعليمية والتي منها المهارات السابقة الذكر والتي بلغت معدلات التحسن فيها نسبا عالية.

كما راع الباحث عند تنفيذ البرنامج التعليمي المقترح ما أشار اليه عبد المطلب القريطي ان لكل متعلم احتياجات تربوية معينه يختلف فيها عن بقية أقرانه وهو ما يستازم تفريد عملية التدريس بما يتلائم مع الفروق الفردية وتنوع المواقف التعليمية وأساليب الشرح. (٢٩:٦)

كما يشير أسامة راتب وأمين الخولي الى ضرورة تركيب لوحات توضيحية مبسطة بالرسم بحيث توضح للتلميذ الاصم هدف الواجب الحركي واتجاه مسارة بجانب أرقام توضح عدد التكرارات المطلوبة. (٣٤:٢)

الاستنتاجات:

في ضوء نتائج البحث وفي حدود العينة والمعالجات الإحصائية توصل الباحث للاستنتاجات التالية:

- ١- استخدام فيلم الرسوم المتحركة التعليمي كان له تأثير إيجابي في إكساب التلاميذ المعلومات والمعارف.
- ٢- البرنامج المقترح باستخدام الرسوم المتحركة ساعد على التحليل العقلي للحركة مما يساعد على تذكر أجزاء تلك الحركات.
- ٣- استخدام الرسوم المتحركة ساهم في تحسين مستوى التلاميذ في الأداء المهاري.
- ٤- استخدام فيلم الرسوم المتحركة التعليمي كان افضل من طريقة التعلم التقليدية (المتبعة) من المعلم.

٥- الفيلم التعليمي باستخدام الرسوم المتحركة كان له تأثير فعال في تحقيق الجانب الوجداني وتعديل اتجاهات أفراد المجموعة التجريبية نحو التعلم حيث ساعد على إذالة الشعور بالملل والرتابة.

التوصيات:

فى ضوء النتائج التى تم التوصل إليها يوصى الباحث بما يلى:

- ١- استخدام أفلام الرسوم المتحركة فى تعلم المهارات الأساسية لرياضة الجودو كوسيلة تساهم وتشارك بجانب المعلم فى العملية التعليمية خاصة فى مرحلة التعليم الأساسى.
- ٢- يجب أن تهتم كليات التربية الرياضية بإدخال كيفية تصميم برامج لبعض المهارات الحركية باستخدام الرسوم المتحركة حتى يستطيع طلاب الكلية تصميمها فى المستقبل.
- ٣- دعوة القائمين على تدريب الجودو لاستخدام الرسوم المتحركة عند تعلم الناشئين للمهارات الحركية.
- ٤- يجب أن تقوم وزارة التربية والتعليم بتخصيص معامل ومراكز لإنتاج أفلام الرسوم المتحركة لتعلم المهارات الحركية الرياضية ذوى الاحتياجات الخاصة.
- ٥- إجراء دراسات مشابهة باستخدام الرسوم المتحركة على عينات تعليمية أخرى لإثبات وتأكيد فاعلية هذه الوسيلة.

المراجع:

- ١- أسامة احمد عبد العزيز: اثر برنامج تعليمي باستخدام الهيرمديا على تعلم مسابقة الوثب العالي لدى المبتدئين، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا، ٢٠٠١،
- ٢- أسامة كامل راتب، أمين أنور الخولي: التربية الحركية للطفل، ط٣، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٤م.
- ٣- إسماعيل إبراهيم بدر: الإرشاد النفسي للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، مؤسسة الإخلاص للطباعة والنشر، ٢٠٠٤م.
- ٤- حسين حمدي الطوبجى: وسائل الاتصال والتكنولوجيا في التعليم، دار القلم، الكويت، ١٩٨٤م.
- ٥- عبد العزيز عبد الله تركي: التربية، مجلة محكمة تصدر عن اللجنة الوطنية القطرية للتربية والعلوم والثقافة، مطابع وزارة التربية والتعليم والثقافة، الدوحة، قطر، العدد السابع والتسعون، يونيو، ١٩٩١م
- ٦- عبدالمطلب أمين القريطي: سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة وتربيتهم، ط ٤، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٥م.
- ٧- علي محمد عبد المجيد: " اثر استخدام بعض الوسائل التكنولوجية على تدريس مهارات وحدة تعليمية فى درس التربية الرياضية "، مجلة علوم وفنون الرياضة، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة حلوان، المجلد الثامن، العدد الأول، ١٩٩٦م.
- ٨- عمرو رفعت: الإعاقة السمعية، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، ٢٠٠٥م.
- ٩- محمد بكر محمد عبدالهادي: تأثير برنامج تدريبي في رياضة الكاراتيه علي بعض المتغيرات النفسية والاجتماعية لدى أطفال المؤسسات الإيوائية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة بنها، ٢٠٠٩م.
- ١٠- محمد حسن علاوى: موسوعة الالعب الرياضية، دار المعارف، القاهرة، ١٩٨٢م.
- ١١- مروة يوسف الدهشوري: تأثير برنامج رياضي تربيوي موجه علي مستوى اللياقة البدنية وبعض المتغيرات النفس اجتماعية لدي أطفال المؤسسات الإيوائية، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، ٢٠٠٤م.

١٢- وزارة التربية والتعليم: مبارك والتعليم - نظرة إلى المستقبل، مطابع روز اليوسف الجديدة، ١٩٩١م.

١٣- وفاء صلاح الدين إبراهيم: اثر اختلاف التفاعل في برامج الوسائل المتعددة الكمبيوترية على تحصيل طلاب كلية التربية في تكنولوجيا التعليم، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة المنيا، ١٩٩٩م.

١٤- نيفين حسين محمود: فنون الجودة، دار الكتب والوثائق القومية، ٢٠١٤م.

15-Kennedy , Cathleen Ann: Using amoder of learner readiness to study The effects of course Design on Classroom.

مرفق (١)

أسماء السادة الخبراء *

م	اسم الخبير	الدرجة العلمية أو الوظيفة
١	أحمد شوقي	أستاذ مساعد بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية - جامعة بنها.
٢	أحمد محمد عبد المنعم	مدرس بكلية التربية الرياضية بقسم التدريب الرياضي - جامعة المنصورة - مدرب فريق الجودو.
٣	أسامة صلاح فؤاد	أستاذ المبارزة بكلية التربية الرياضية - جامعة بنها.
٤	أسامة عبد الظاهر	أخصائي رياضي وحاصل علي الدكتوراه مدرب جودو.
٥	ايمن عثمان علي	أستاذ مساعد بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية - جامعة بنها
٦	تامر جمال عرفة	أستاذ مساعد بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية - جامعة بنها
٧	حاتم محمد حسني	مدرس بقسم نظريات وتطبيقات رياضات المنازل بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة بنها
٨	محمد حامد شداد	أستاذ بقسم التدريب الرياضي بكلية التربية الرياضية بنين - جامعة حلوان

* تم ترتيب أسماء السادة الخبراء حسب الترتيب الهجائي.



كلية التربية الرياضية للبنين
قسم نظريات وتطبيقات رياضات المنازل

مرفق (٢)

استمارة استطلاع رأى الخبراء

السيد الأستاذ الدكتور/.....

تحية طيبة وبعد،،

يقوم الباحث/بلال محمود محمد عبد الرازق بدراسة في التربية الرياضية بعنوان:
**" اثر برنامج تعليمي باستخدام الرسوم المتحركة على تعلم بعض المهارات
الأساسية في رياضة الجودو لدى أطفال الصم وضعاف السمع "**

وذلك على عينة من أطفال م الصم وضعاف السمع وذلك في مرحلة عمرية من
(١٢-١٥ سنة) .

ونظراً لما يتطلبه العمل العلمي من الاستعانة بأراء ذوى الخبرة والمعرفة في مجال
اختصاصهم . وإيماناً بالدور الذي يسهمون به في رفع شأن الرياضة والارتقاء بها في
جميع مجالاتها، ونأمل من سيادتكم التفضل بالإطلاع على الاستمارة المرفقة وإبداء الرأي
في تحديد أهم المهارات المناسبة لهذه المرحلة السنية وذلك بعمل علامة (✓) أمام كل
مهارة ترونها سيادتكم مناسبة مع إضافة أي مهارة ترى سيادتكم أنها مناسبة ولم تشملها
الاستمارة المرفقة .

**والباحث يشكر لسيادتكم حسن تعاونكم ومساهمتمكم الفعالة
في إثراء البحث العلمي**

الباحث

تابع مرفق (٢)

المهارات الخاصة برياضة الجودو

ملاحظات	غير موافق	موافق	اسم المهارة	م
			الايضاع الأساسية	١
			ربط الحزام	١/١
			التحية	٢/١
			الوقفات	٣/١
			المسكات	٤/١
			التحرك علي البساط	٥/١
			اخلال التوازن	٦/١
			السقطات	٧/١
			تي وازا	٢
			اييون سيوناجي	١/٢
			مورتيه سيوناجي	٢/٢
			تاي اتوشي	٣/٢
			أوكي اتوشي	٤/٢
			موروتي جاري	٥/٢
			كوشي وازا	٣
			أوكي جوشي	١/٣
			أو جوشي	٢/٣
			كوشي جروما	٣/٣
			تسوري كومي جوشي	٤/٣
			هراي جوشي	٥/٣
			هاني جوشي	٦/٣
			اشي وازا	٤
			دي اشي براي	١/٤
			هيزا جورما	٢/٤
			سساي تسوري كومي اشي	٣/٤
			أوستو جاري	٤/٤
			أو اتش جاري	٥/٤
			كو اتش جاري	٦/٤
			اوتش ماتا	٧/٤
			سليوتيمي وازا	٥
			تومي ناجي	١/٥

تابع مرفق (٢)

المهارات الخاصة برياضة الجودو

ملاحظات	غير موافق	موافق	اسم المهارة	م
			سيمو جايشي	٢/٥
			يوكو أوتوشي	٣/٥
			تاني اوتوشي	٤/٥
			أوكي وازا	٥/٥
			أوسيكومي وازا	٦
			هون كيسا جاتاميه	١/٦
			كوزورية كيسا جاتاميه	٢/٦
			مكورة كيسا جاتاميه	٣/٦
			يوكو شيهو كاتاميه	٤/٦
			شيمي وازا	٧
			ناميه جوجي جيمي	١/٧
			كاتا جوجي جيمي	٢/٧
			جياكو جوجي جيمي	٣/٧
			هداكا جيمي	٤/٧
			كانسسو وازا	٨
			اودي جراميه	١/٨
			هيزا جاتاميه	٢/٨
			واكي جاتاميه	٣/٨
			تي جاتاميه	٤/٨
			اشي جاتاميه	٥/٨

وإن يرى سيادتكم مهارات لم يتم ذكرها فالرجاء التكرم بذكرها في هذا الجزء الخاص من الاستمارة مع إعطاءها درجة من (١٠) تبعاً لأهمية كلاً منها وكتابة أي ملاحظات ترونها تفيد البحث.

ملاحظات	الدرجة (١٠)	اسم المهارة	م

والباحث يشكر حسن تعاون سيادتكم.



كلية التربية الرياضية للبنين
قسم نظريات وتطبيقات رياضات المنازل

مرفق (٣)

استمارة استطلاع رأى الخبراء

السيد الأستاذ الدكتور/.....

تحية طيبة وبعد،،

يقوم الباحث/بلال محمود محمد عبد الرازق بدراسة التربية الرياضية بعنوان:

" اثر برنامج تعليمي باستخدام الرسوم المتحركة على تعلم بعض المهارات

الأساسية في رياضة الجودو لدى أطفال الصم وضعاف السمع "

ونظراً لما يتطلبه العمل العلمي من الاستعانة بأراء ذوى الخبرة والمعرفة في مجال اختصاصهم ، وإيماناً بالدور الذي يسهمون به في رفع شأن الرياضة والارتقاء بها في جميع مجالاتها، ونأمل من سيادتكم التفضل بالإطلاع على الاستمارة المرفقة وإبداء الرأي في تحديد أهم المهارات المناسبة لهذه المرحلة السنوية وذلك بعمل علامة (٧) أمام كل مهارة ترونها سيادتكم مناسبة مع إضافة أي مهارة ترى سيادتكم أنها مناسبة ولم تشملها الاستمارة المرفقة.

والباحث يشكر سيادتكم حسن تعاونكم ومساهمتمكم الفعالة في إثراء البحث

العلمي.

الباحث

تابع مرفق (٣)

استمارة تقييم مستوى الأداء المهاري

الدرجة من (١٠)	المهارة	م
	التحية من الوقوف (ريه)	١
	التحية من الجلوس (زا ريه)	٢
	الوقفة الطبيعيه (شيزن تاي)	٣
	الوقفة الدفاعية (جيجو تاي)	٤
	مسكة البدلة (كومي كاتا)	٥
	التحرك علي البساط (تاي اسباكي)	٦
	اخلال التوازن (كوزوشي)	٧
	السقطه الخلفيه (اوشيرو اوكمي)	٨
	السقطه الجانبيه اليمنى (ميجي يوكو اوكمي)	٩
	السقطه الجانبيه اليسرى (هيداري يوكو اوكمي)	١٠
	السقطه الاماميه الدائريه اليمنى (ميجي ماي ماري اوكمي)	١١
	السقطه الاماميه الدائريه اليسرى (هيداري ماي ماري اوكمي)	١٢
	ايبون سيوناجي	١٣
	مورتيه سيوناجي	١٤
	تاي اوتوشي	١٥
	او جوشي	١٦
	كوشي جروما	١٧
	او سوتو جاري	١٨
	او تشى جاري	١٩
	دي أشي براي	٢٠

مرفق (٤)
استمارة تجميع درجات تقييم مستوى الأداء المهاري

م	نوع القياس	المهارة	١	٢	٣	المجموع	المتوسط
١	الجمي	التحية من الوقوف (ريه)					
٢		التحية من الجلوس (زا ريه)					
٣		الوقفة الطبيعیه (شيزن تاي)					
٤		الوقفة الدفاعية (جيجو تاي)					
٥		مسكة البدلة (كومي كاتا)					
٦		التحرك علي البساط (تاي اسباكي)					
٧		اخلال التوازن (كوزوشي)					
٨		السقطه الخلفيه (اوشيرو اوکيمي)					
٩		السقطه الجانبية اليمنى (ميجي يوكو اوکيمي)					
١٠		السقطه الجانبية اليسرى (هيداري يوكو اوکيمي)					
١١		السقطه الاماميه الدائريه اليمنى (ميجي ماي موارى اوکيمي)					
١٢		السقطه الاماميه الدائريه اليسرى (هيداري ماي موارى اوکيمي)					
١٣		ايبون سيوناجي					
١٤	مورتيه سيوناجي						
١٥	تاي اوتوشي						
١٦	او جوشي						
١٧	كوشي جروما						
١٨	او سوتو جاري						
١٩	او تشى جاري						
٢٠							



كلية التربية الرياضية للبنين
قسم نظريات وتطبيقات رياضات المنازل

مرفق (٥)

استمارة استطلاع رأى الخبراء

السيد الأستاذ الدكتور /

تحية طيبة وبعد،،

يقوم الباحث/ بلال محمود محمد عبد الرازق - بإجراء دراسة موضوعها:

" اثر برنامج تعليمي باستخدام الرسوم المتحركة على تعلم بعض المهارات

الأساسية في رياضة الجودو لدى أطفال الصم وضعاف السمع "

لذا فالرجاء من سيادتكم التفضل بالإطلاع وإبداء الرأي حول:

- تحديد الفترة الكلية للبرنامج التعليمي .
- تحديد عدد الوحدات في الأسبوع .
- تحديد زمن الوحدة .
- التوزيع الزمني لمكونات الوحدة في البرنامج التعليمي .
- نموذج لمحتوى وحدة من البرنامج التعليمي المقترح .

والباحث يشكر لسيادتكم حسن تعاونكم ومساهمتمكم الفعالة في إثراء البحث العلمى
الباحث،

تابع مرفق (٥)

استمارة استطلاع رأى الخبراء حول تحديد زمن البرنامج وعدد مرات التكرار للوحدات في الأسبوع
وزمن الوحدة والتوزيع الزمني لمكونات الوحدة

أولاً: برجاء من سيادتكم وضع علامة (✓) حول ما يناسب الفترة الكلية للبرنامج.

ثمانية أسابيع () عشرة أسابيع ()
اثني عشر أسبوع () أربع عشرة أسبوع ()

ملاحظات.....

ثانياً: برجاء من سيادتكم وضع علامة (✓) أمام عدد الوحدات لكل أسبوع.

مرة أسبوعياً () مرتين أسبوعياً ()
ثلاث مرات أسبوعياً ()

ثالثاً: برجاء من سيادتكم وضع علامة (✓) أمام زمن الوحدة التعليمية:

٤٥ دقيقة () ٦٠ دقيقة ()
٩٠ دقيقة () ١٢٠ دقيقة ()

ملاحظات.....

رابعاً: برجاء من سيادتكم تحديد زمن كل جزء من أجزاء الوحدة:

م	مكونات الوحدة التعليمية	الزمن
١-	الجزء التمهيدي (الإحماء)	
٢-	الجزء الرئيسي	
	- إعداد بدنى	
	- نشاط تعليمي	
٣-	الجزء الختامي (التهئية)	

تابع مرفق (٥)

خامساً: رأى سيادتكم في نموذج لمحتوى وحدة من البرنامج التعليمي المقترح.

م	أجزاء الوحدة	محتوى الوحدة
١-	الجزء التمهيدي (الإحماء)	أخذ الغياب- ألعاب صغيرة "ألعاب شعبية (وجدانية لهذه الفئة من العينة)- ألعاب تمهيدية- مسابقات- جرى بسرعات متنوعة".
٢-	الجزء الرئيسي	
	أ- الإعداد البدني	
	ب- النشاط التعليمي	تعليم مهارة الجودو
		-
		-
		تدريبات على المهارة
		-
		-
٣-	الجزء الختامي (التهدة)	ألعاب صغيرة- تمرينات استرخاء وتهدة- بعض التوجيهات التربوية.

أي مقترحات ترونها سيادتكم برجاء إضافتها بعد إبداء الرأي في الشكل العام للبرنامج.

الرأي الشخصي:

مقترحات أخرى:

١-.....

٢-.....

٣-.....

مرفق (٦)

محتوي البرنامج التعليمي المقترح.

زمن الوحدة: ٦٠ ق.

الأسبوع: قبل البدء في البرنامج.

الوحدة: تمهيدي.

الهدف التربوي: التعاون - المشاركة - التحكم في الانفعال - سرعة اتخاذ القرار.

الهدف التعليمي: نشاط ترويحي.

ملاحظات	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
	١- لعبة صغيرة: سباق الأكياس. (٣٦) ٢- المراوغ الجيد. (٣٧)	الإحماء (٥ ق).
	١- لعبة صغيرة: شد الحبل. (٣٨) ٢- الجري حول الأعلام. (٢٥)	الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)
	١- لعبة صغيرة: الدائرة الوثابة. (٢٧) ٢- السبع طويات. (٣٩) ٣- البحث عن المكان. (٢٨)	نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
	١- المشي حول الملعب. ٢- بعض التوجيهات التربوية. ٣- عمل تهيئة للبرنامج التعليمي.	الختام (التهديئة) (٥ ق)

تابع مرفق (٦)

زمن الوحدة: ٦٠ ق.

الأسبوع: الأول

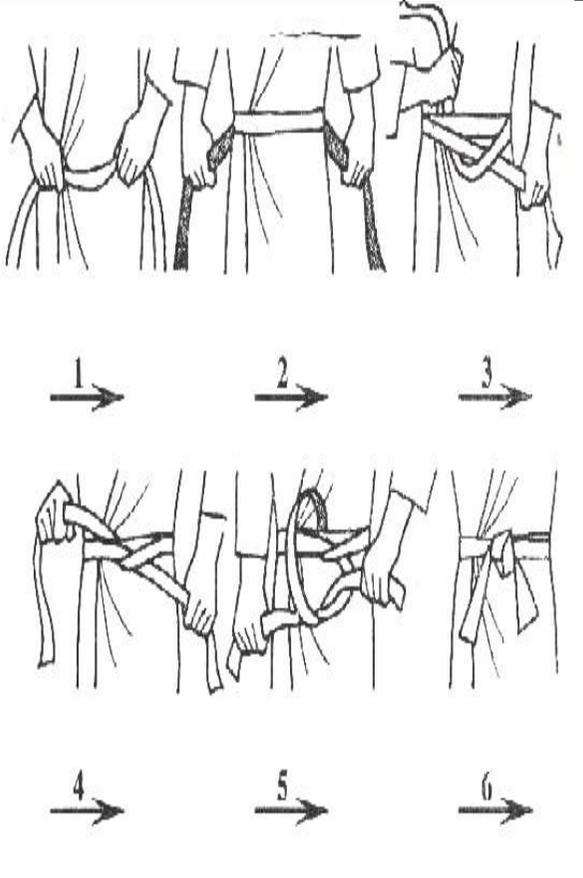
الوحدة: الأولى.

الهدف التربوي: الانتباه - قوة الملاحظة.

الهدف التعليمي: ربط الحزام .

الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
	(٦) (وقوف) الجري أماماً - (٢١) تتابع التمرير فوق الرأس	الإحماء (٥ ق).
	٥.١ (رقود الذراعان بجانب الجسم. ثقل باليدين) ثني الذراعين من المرفق زاوية ٩٠ ١٩.٢ (وقوف) العدو ٦٠ م من البدء العالي. ٣-٨ (وقوف). ثبات الوسط) الوثب بالقدمين معاً. ٤.٤ (وقوف). أمام المنضدة) ثني الركبتين مع وضع الكفين علي الأرض والمشي أماماً أسفل المنضدة. ٥.٢ (وقوف) الجري الزجاجي بين الكراسي ٦-٨ (وقوف) فتحاً. الذراعان في الوسط) تبادل لف الجذع علي الجانبين.	الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)

تابع مرفق (٦)

	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
		<p>١. يقوم اللاعب بعد لبس البنطلون (زبون) ٢. ثم الجاكت "يوواجي" بوضع الجانب الايسر من الجاكت اعلى الجانب الايمن ٣. ثم مسك الحزام "اوبى" من المنتصف ووضع منتصفه اسفل البطن عند منطقة السرة ٤. ثم لف الحزام بعد ذلك للخلف ثم بعد ذلك للامام بحيث يلف الحزام حول الوسط مرتين ويتقابل مرة اخرى اماما عند اسفل البطن ٥. ثم يقوم اللاعب بوضع الطرف الايسر اعلى الايمن ليتقاطعا، يتم تمرير الطرف الايسر من اسفل الى اعلى مرة اخرى ٦. ثم يتم عقد طرفى الحزام بربطة قوية</p>	<p>نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)</p>
		٢ - ٤	<p>الختام (التهدئة) (٥ ق)</p>

تابع مرفق (٦)

الوحدة: الثانية.

الأسبوع: الأول.

زمن الوحدة: ٦٠ ق.

الهدف التعليمي: تعليم التحية من الوقوف.

الهدف التربوي: سرعة رد الفعل - التعاون.

ملاحظات	محتوى الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
		الإحماء (٥ ق). ٢٤ - ١
		الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق) ٨٥ - ٤٩ - ٧٧ - ٤٤ - ١٧ - ١
يعتبر هذا النوع من التحية الأكثر استخداما في رياضة الجودو وخاصة في مهارات اللعب من اعلى (ناجي-وازا (nage-waza)		<p>١. يقف اللاعب بشكل طبيعي النظر الي الامام.</p> <p>٢. الكفين جانب الجسم على الفخذين.</p> <p>٣. القدمين باتساع الحوض.</p> <p>٤. يقوم اللاعب بثني الجزرع الي الامام بشكل بسيط.</p> <p>٥. لف الكفين الي الامام علي الفخذين.</p> <p>٦. النظر الي الامام</p> <p>٧. العودة للوضع الاصلي.</p>
		الختام ٥ - ١

تابع مرفق (٦)

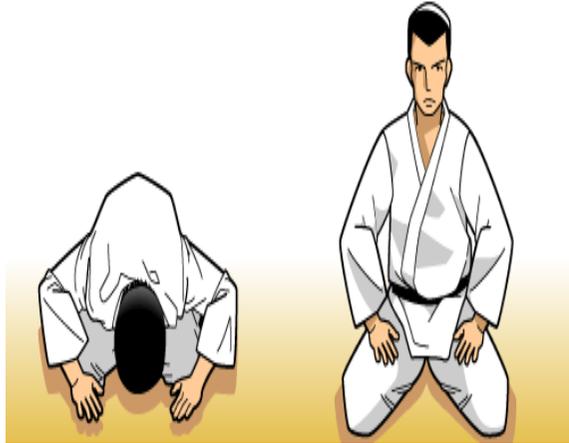
الوحدة: الثالثة.

الأسبوع: الاول.

زمن الوحدة: ٦٠ ق.

الهدف التعليمي: التحية من الجلوس.

الهدف التربوي: حسن التصرف - السرعة.

أجزاء الوحدة	محتوي الوحدة التعليمية	ملاحظات
الإحماء (٥ ق).	٦ - ٢١	
الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)	٥ - ١٩ - ٤٨ - ٧٤ - ٥٢ - ٨٨	
نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)		<p>وهذا النوع من التحية يعتبر الاكثر رسمية ولكنه الاقل شيوعا من النوع الاخر وذلك لانه بطيء من الناحية التنفيذية، ويستخدم عادة بعد او قبل مهارات اللعب الارضي،</p> 
الختام (التهدئه) (٥ ق)	٤-٢	

تابع مرفق (٦)

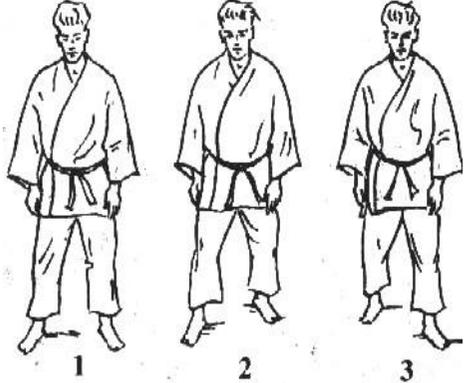
الوحدة: الرابعة.

الأسبوع: الثاني.

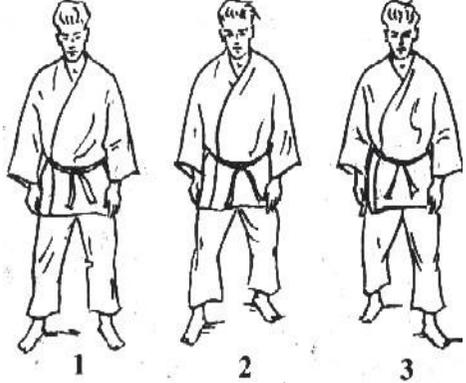
زمن الوحدة: ٦٠ ق.

الهدف التعليمي: الوقفات (هن تاي Hen-Tai).

الهدف التربوي: التعاون - الدقة.

ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
		٢٣ - ٤	الإحماء (٥ ق).
		٩٣ - ٦٠ - ٧١ - ٣٩ - ١٨ - ٨	الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)
	 <p>1 2 3</p>	<p>- أوضاع الهجوم :</p> <p>ويشتمل على ثلاثة اوضاع هي :</p> <p>الوقفة الطبيعية (شيزن تاي) ChizenTai ، وهي وضع الهجوم الطبيعي العادي وفيه تكون القدمان متباعدتان ومتوازيتين والحوض مدفوع للأمام قليلا.</p> <p>-الوقفة الطبيعية من الجانب الأيمن (ميجي -شيزن تاي -Migi-ChizenTai) وهو وضع الهجوم الطبيعي الأيمن ؛ وفيه تكون القدم اليمنى متقدمه للأمام بمسافة مناسبة؛</p>	نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)

تابع مرفق (٦)

ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
		<p>- الوقفة الطبيعية من الجانب الأيسر (هادارى- شيزن تاي (Hadari-ChizenTai) وهو وضع الهجوم الطبيعي الأيسر ؛ وفيه تكون القدم اليسرى متقدمة للامام بمسافة مناسبة ؛ وغالبا ما يتخذ هذا الوضع اللاعب الايسر (الاشول) ،وبعض اللاعبين الذين يتميزون بمهارات فنية عالية واللذين يجيدون الرمى من كلا الجانبين.</p>	<p>تابع نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)</p>
		١٣-٧	<p>الختام (التهدئة) (٥ ق)</p>

تابع مرفق (٦)

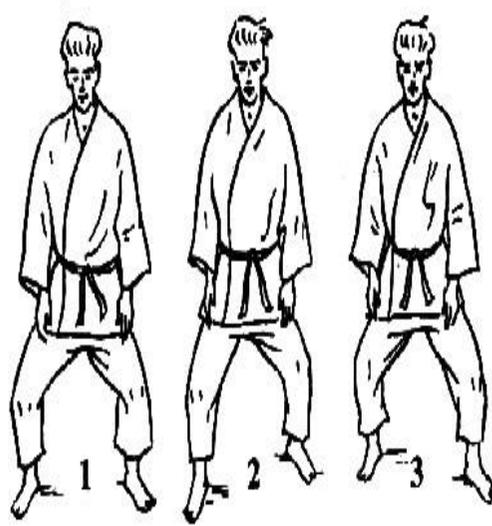
الوحدة: الخامسة.

الأسبوع: الثاني.

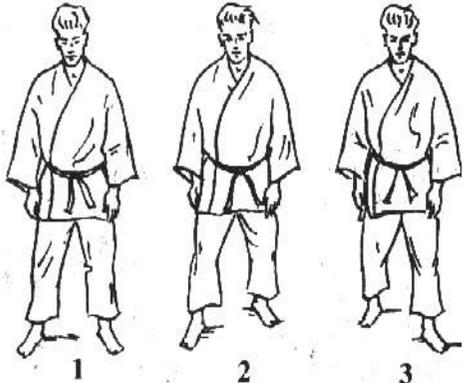
زمن الوحدة: ٦٠ ق.

الهدف التعليمي: الوقفات (هن تاي Hen-Tai).

الهدف التربوي: سرعة تغيير الاتجاه - القدرة على التذكر.

ملاحظات	الإخراج	محتوى الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
		٢٥ - ٩	الإحماء (٥ ق).
		٨٠ - ٥٨ - ٧٣ - ٣٨ - ٢١ - ٦	الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)
		<p>اوضاع الدفاع:</p> <p>ويشتمل على ثلاثة اوضاع هي:</p> <p>- الوقفة الدفاعية (جيجو تاي Jigo Tai) ، وهي نفس وضع الهجوم الطبيعي (شيزن- تاي) ولكن مع زيادة المسافة الموجودة بين القدمين وكذلك ثنى الركبتين بدرجة اكبر مما يساعد على الهبوط بمركز الثقل لاسفل.</p> <p>- الوقفة الدفاعية من الجانب الايمن (ميجي-جيجو تاي 'Migi-Jigi Tai') ، وهي وضع الدفاع الايمن ؛وفيه تكون القدم اليمنى متقدمة للامام مع زيادة المسافة بين القدمين وكذلك ثنى الركبتين بدرجة اكبر مما يساعد على الهبوط بمركز ثقل الجسم لاسفل.</p>	نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)

تابع مرفق (٦)

ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
		<p>- الوقفة الطبيعية من الجانب الأيسر (هادارى- شيزن تاي Hadari-ChizenTai) وهو وضع الهجوم الطبيعي الأيسر ؛ وفيه تكون القدم اليسرى متقدمة للامام بمسافة مناسبة ؛ وغالبا ما يتخذ هذا الوضع اللاعب الايسر (الاشول) ،وبعض اللاعبين الذين يتميزون بمهارات فنية عالية واللذين يجيدون الرمى من كلا الجانبين.</p>	<p>تابع نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)</p>
		<p>١٣-٧</p>	<p>الختام (التهدئة) (٥ ق)</p>

تابع مرفق (٦)

الوحدة: السادسة.

الأسبوع: الثاني.

زمن الوحدة: ٦٠ ق.

الهدف التعليمي: مسكة البدلة(كومى-كاتاKumi-Kata

الهدف التربوي: الإحساس بالزمن والمكان – المشاركة.

ملاحظات	محتوى الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
		الإحماء (٥ ق).
		الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)
		٧ - ٢٦
		٩ - ٢٥ - ٤٠ - ٧٦ - ٥١ - ٨١
تعتبر مسكة البدلة احد الاوضاع الاساسية الهامة فى رياضة الجودو حيث تلعب دورا كبيرا ومباشرا فى نقل قوة اللاعب من الاطراف الى الجذع ،وتساعد اللاعب على توقع ما سيقوم به المنافس ، و حركاته طوال زمن المباراة ومسكة البدلة الجيدة لا تمكن اللاعب اثناء الصراع من خلق لحظه مناسبة لتنفيذ المهارة فحسب ؛بل تمكنه ايضا من تحليل تحركات خصمة ايضا، وعند البدء فى تعليم فى طريقة المسك الصحيح	الطريقة الاولى: ١- تكون اليد اليسرى ممسكة بالكم الايمن لسترة الخصم عند مستوى اسفل مفصل المرفق. ٢- اليد اليمنى ممسكة بقلابة السترة من الجهة اليسرى. الطريقة الثانية : وفيها تمسك اليد اليمنى الحافة اليسرى للسترة من الخلف ، واليد اليسرى تمسك الكم الايمن . الطريقة الثالثة: وفيها يتم مسك حافتي سترة الخصم باليدين معا كل يد فى جهة	نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
		١٤.٨
		الختام (التهنئة) (٥ ق)

تابع مرفق (٦)

الوحدة: السابعة.

الأسبوع: الثالث.

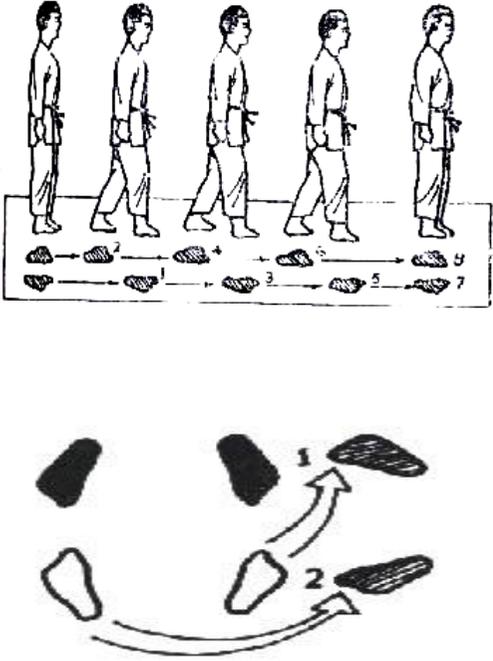
زمن الوحدة: ٦٠ ق.

الهدف التعليمي: تعليم مهارة التحرك علي البساط.

الهدف التربوي: الانتباه - التركيز.

ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
		٢٨ - ١٤	الإحماء (٥ ق).
		٨٤ - ٥٠ - ٧٨ - ٤٣ - ٢٢ - ٣	الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)
		<p>أ- التحرك الطبيعي " اويومي - اشى " وهو مثل التحرك العادى فتتحرك قدم ثم تتبعتها الاخرى ،ويجب ملاحظة ان التحرك يكون بالزحف وعدم ارتفاع القدم عن البساط .</p> <p>ب- اسلوب " تسوجى - اشى " وفيها يقوم اللاعب بالتحرك للامام بالقدم الامامية تتبعتها القدم الخلفية فى نفس الاتجاه ،مع ملاحظة ان التحرك يكون بالزحف ،المسافة بين القدمين ثابتة لاتقل بمعنى انة عند التحرك للامام من وضع ميجى شيزن تاى فالقدم الامامية</p>	<p>نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)</p>

تابع مرفق (٦)

ملاحظات	الإخراج	محتوى الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
		<p>(اليمنى) تتحرك للامام مسافة معينة تتبعه القدم الخلفية (اليسرى) نفس المسافة ، هذا ويجب الا تقل المسافة بين القدمين عن اتساع الكتفين .</p> <p>ج- التحرك الدائرى "موارى سباكى"</p> <p>وفيها يتحرك اللاعب بشكل دائرى للامام او للخلف اوفى شكل دائرة ، ويقوم اللاعب بتحريك قدم للامام فى شكل دائرى ثم تتبعها الاخرى ايضا بشكل دائرى لتوضع بجوارها ، هذا ويجب الا تقل المسافة بين القدمين عن اتساع الكتفين .</p>	<p>نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)</p>
		١٢.٦	الختام (التهدة) (٥ ق)

تابع مرفق (٦)

الوحدة: الثامنة.

الأسبوع: الثالث.

زمن الوحدة: ٦٠ ق.

الهدف التعليمي: تعليم مهارة اخلال التوازن (كوزوشى Kozushi)

الهدف التربوي: الدقة - سرعة رد الفعل.

ملاحظات	الإخراج	محتوى الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
		٢٧ - ٣	الإحماء (٥ ق).
		١٠ - ٢٩ - ٤٧ - ٦٢ - ٦١ - ٨٦	الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)
		<p>اخلال توازن الخصم يحدث او يتم عن طريق الدفع او الضغط او الرفع او اثناء تغيير مكانه واخذ مكان حديد.</p> <p>والكوزوشى هو عمل يؤدي الى كسر قاعدة ارتكاز الخصم وهو يعتبر تنفيذ لرمية ناجحة فى وقت قصير مع الاقتصاد فى الجهد المبذول</p> <p>ويجب على اللاعب استغلال قوة منافسه وتحركاته عند إخلال توازنه ، فإذا ضغط المنافس " اوكى " على المهاجم " تورى " وضغط المهاجم "تورى "</p>	نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
		١٥.١١	الختام (التهنئة) (٥ ق)

تابع مرفق (٦)

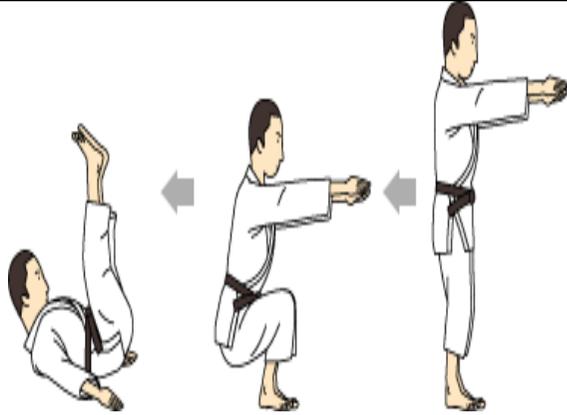
الوحدة: التاسعة.

الأسبوع: الثالث.

زمن الوحدة: ٦٠ ق.

الهدف التعليمي: السقطات (اوكمي Ukemi).

الهدف التربوي: شدة التركيز - السرعة.

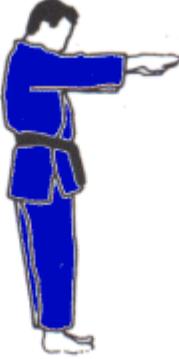
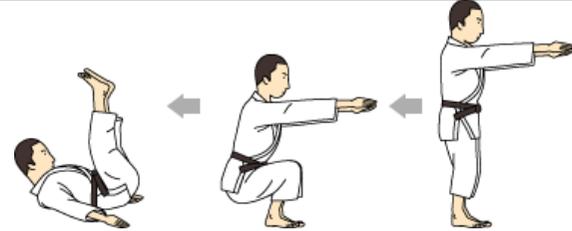
ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
		٢٩ - ٢	الإحماء (٥ ق).
		٨٧ - ٥٣ - ٦٦ - ٤١ - ٢٦ - ٢	الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)
		١- السقطة الخلفية (اوشيرو-اوكمي Ushiro-Ukemi). - من وضع الرقود على الظهر والنظر الى الحزام يقوم اللاعب بضرب البساط بالذراعين - من وضع الجلوس طولاً الذراعين اماما يقوم اللاعب بالدرجة للخلف للسقوط على الظهر ويجب ان تتقاطع الذراعين امام الجسم قبل ضرب البساط وان يكون النظر على الحزام ، ويجب ان تتم الدرجة على الظهر بالتدرج بحيث يتم النزول بالمنطقة القطنية ثم الظهرية	نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)

تابع مرفق (٦)

ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
		<p>- بعد إتقان هذه المرحلة يقوم اللاعب من وضع القرفصاء والذراعين اماما والسقوط على المقعدة ثم الظهر بالتدرج لامتصاص الصدمة ، ويتم ضرب البساط بالذراعين والكفين وان تكون الذراعين مع الجسم زاوية قدرها ٤٥ درجة ، يتم التكرار حتى الوصول لمرحلة الإتقان .</p> <p>- يقوم اللاعب بعد ذلك بأداء السقطة من وضع الوقوف</p> <p>٤.</p>	<p>تابع نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)</p>
		<p>٤.١</p>	<p>لختام (التهديئة) (٥ ق)</p>

تابع مرفق (٦)

الوحدة: العاشرة. الأسبوع: الرابع. زمن الوحدة: ٦٠ ق. الهدف التعليمي: تابع السقطة الخلفية (اوشيرو - اوكمي Ushiro-Ukemi). الهدف التربوي: الشجاعة - الثقة بالنفس.

ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
		٣٠ - ١٥	الإحماء (٥ ق).
		٧٩ - ٥٩ - ٦٥ - ٣٦ - ٣١ - ١٢	الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)
		<ol style="list-style-type: none"> ١- شرح المهارة . ٢- أداء نموذج . ٣- يقف التلاميذ علي شكل U ويقوم كل لاعب بأداء المهارة. ٤- تصحيح الأخطاء لكل لاعب علي حدا. ٥- عمل مسابقة لأحسن لاعب يؤدي لمهارة. 	نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
		١٣ - ٣	الختام (التهنئة) (٥ ق)

تابع مرفق (٦)

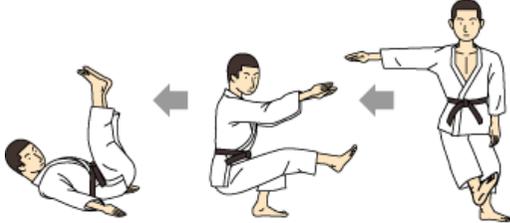
الوحدة: الحادية عشرة.

الأسبوع: الرابع.

زمن الوحدة: ٦٠ ق.

الهدف التعليمي: السقطة الجانبية (يوكو - اوكمي (Yoko - Ukemi)

الهدف التربوي: الدقة - التعاون.

ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
			الإحماء (٥ ق).
			الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)
		١ السقطة الجانبية من الجانب الايمن (ميجي - يوكو - اوكمي - Migi- (Yoko - Ukemi) - من وضع الرقود على الجانب الايمن يقوم اللاعب بمرجحة الذراع اليمنى لاعلى لضرب البساط . - من وضع الجلوس طولا والذراع اليسرى ممسكة بالحزام واليمنى مفرودة للجانب الايمن ، يقوم اللاعب بمرجحة الذراع الايمن للامام وللجانب الايسر مع الدحرجة والسقوط على الجانب الايمن . - من وضع القرفصاء الذراع اليمنى جانبا واليسرى ممسكة بالحزام يقوم اللاعب بمرجحة الذراع والرجل اليمنى جهة اليسار للسقوط على الجانب الايمن - أداء السقطة كاملا من وضع الوقوف	نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
			الختام (التهدئة)(٥ ق)

تابع مرفق (٦)

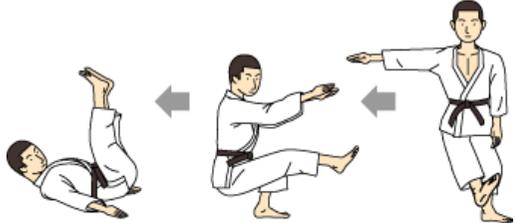
الوحدة: الثانية عشر.

الأسبوع: الرابع.

زمن الوحدة: ٦٠ ق.

الهدف التعليمي: تعليم مهارة السقطة الجانبية.

الهدف التربوي: حسن التصرف - المشاركة.

ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
		١١ - ٣٢	الإحماء (٥ ق).
		١٣ - ٢٤ - ٣٥ - ٦٨ - ٥٧ - ٩١	الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)
		<p>ب - السقطة الجانبية من الجانب الايسر (هادارى- يوكو- اوكمى (Hadari- Yoko- Ukemi)</p> <p>- من وضع الرقود على الجانب الايسر يقوم اللاعب بمرجحة الذراع اليسرا لاعلى لضرب البساط .</p> <p>- من وضع الجلوس طولاً والذراع اليميني ممسكة بالحزام واليسرا مفرودة للجانب الايسر ، يقوم اللاعب بمرجحة الذراع اليسرا للامام وللجانب الايمن مع الدرجة والسقوط على الجانب الايسر.</p> <p>- من وضع القرفصاء الذراع اليسرا جانبا واليميني ممسكة بالحزام يقوم اللاعب بمرجحة الذراع والرجل اليسرا جهة اليمين للسقوط على الجانب الايسر</p> <p>- أداء السقطة كاملا من وضع الوقوف</p>	نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
		٥ - ٦	الختام (التهنئة)(٥ق)

تابع مرفق (٦)

الوحدة: الثالثة عشر.

الأسبوع: الخامس.

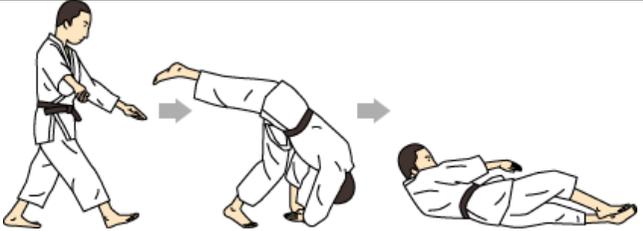
زمن الوحدة: ٦٠ ق.

الهدف التعليمي: السقطة الامامية الدائرية (ماى - ماوارى - اوكىمى (Mae -Maoari- Ukemi). الهدف التربوي: الجرأة - التركيز.

ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
		٣٤ - ١٠	الإجماع (٥ ق).
		٩٢ - ٥٤ - ٦٣ - ٣٦ - ٢٧ - ١٥	الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)
		<p>السقطة الامامية الدائرية اليمنى (ميجي . ماى - ماوارى - اوكىمى (Mae -Maoari- Ukemi</p> <ul style="list-style-type: none"> - من وضع الوقوف يقوم اللاعب بوضع القدم اليمنى امامه . - يقوم اللاعب بثنى الجذع للامام ولأسفل لوضع الكفين على الارض على ان يكون اليد اليمنى بجوار القدم اليمنى من الداخل والاصابع تشير للخلف وتوضع اليسرى عكسها مع النظر للخلف - يقوم اللاعب بدفع الارض بالرجل اليمنى مع مرجحة اليسرى لاعلى وللامام والسقوط على الكتف الايمن والجانب الايسر - أداء المهارة كاملة من الوقوف - أداء المهارة من المشى ثم من الجرى - أداء المهارة من فوق الزميل 	نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
		١٤ - ١	الختام (التهنئة) (٥ ق)

تابع مرفق (٦)

الوحدة: الرابعة عشر. الأسبوع: الخامس. زمن الوحدة: ٦٠ ق. الهدف التعليمي: السقطة الامامية الدائرية (ماي - ماواري - اوكمي Mae - Maoari - Ukemi). الهدف التربوي: النظام - الحكمة.

ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
			الإجماع (٥ ق).
			الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)
		نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)	
		السقطة الدائرية اليسرا (هداري - ماي - ماواري - اوكمي) - من وضع الوقوف يقوم اللاعب بوضع القدم اليسرا امامه . - يقوم اللاعب بثني الجذع للامام ولأسفل لوضع الكفين على الارض على ان يكون اليد اليسرا بجوار القدم اليسرا من الداخل والاصابع تشير للخلف وتوضع اليمني عكسها مع النظر للخلف - يقوم اللاعب بدفع الارض بالرجل اليسرا مع مرجحة اليمني لاعلى وللامام والسقوط على الكتف الايسر والجانب الايمن - أداء المهارة من المشى ثم من الجرى	
			الختام (التهنئة) (٥ ق)
			١٤ - ١

تابع مرفق (٦)

الوحدة: الخامسة عشر.

الأسبوع: الخامس.

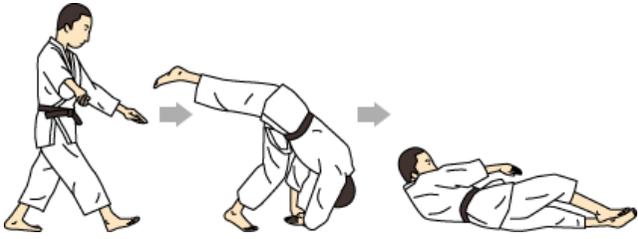
زمن الوحدة: ٦٠ ق.

الهدف التعليمي: مراجعه علي السقطات.

الهدف التربوي: المشاركة - حسن التصرف في المواقف الصعبة.

ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
		١١ - ٢١	الإحماء (٥ ق).
		٨٦ - ٥٢ - ٧٧ - ٤٦ - ١٨ - ٤	الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)
			نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
		<p>١ - السقطة الخلفية (اوشيرو - اوكمي Ushiro-Ukemi). أداء نموذج مع الشرح. عمل مسابقة لأحسن لاعب.</p> <p>٢ - السقطة الجانبية من الجانب الايمن (ميجي - يوكو - اوكمي Migi-Yoko - Ukemi) أداء نموذج مع الشرح. عمل مسابقة لأحسن لاعب.</p> <p>٣ السقطة الجانبية من الجانب الأيسر (هادارى - يوكو - اوكمي Hadari-Yoko- Ukemi) أداء نموذج مع الشرح. عمل مسابقة لأحسن لاعب</p>	

تابع مرفق (٦)

ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
		<p>السقطة الامامية الدائرية اليمنى (ماي - ماواري - اوكمي) (Mae -Maoari- Ukemi) . أداء نموذج مع الشرح. . عمل مسابقة لأحسن لاعب</p> <p>السقطة الامامية الدائرية اليسرى (ماي - ماواري - اوكمي) (Mae -Maoari- Ukemi) . أداء نموذج مع الشرح. . عمل مسابقة لأحسن لاعب</p> <p>في النهايه عمل سباق لأحسن لاعب يؤدي السقطات .</p>	<p>تابع نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)</p>
		٨-٣	<p>الختام (التهنية)(٥ق)</p>

تابع مرفق (٦)

الوحدة: السادسة عشر. الأسبوع: السادس. زمن الوحدة: ٦٠ ق.
الهدف التعليمي: تعليم مهارة ايون سيوناجي. الهدف التربوي: القدرة علي المراوغة - المشاركة.

ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
			الإحماء (٥ ق). ٣٧ - ١٩
			الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق) ١٦ - ٣٠ - ٤٨ - ٦٧ - ٥٨ - ٨٢
		<p>. وقوف المسك العادي من الاوكي والتورى (ميجي-كومي-كاتا)</p> <p>. اتجاة اخلال التوازن يكون للامام عن طريق قيام التورى بسحب الاوكي للامام بالذراعين مع تحريك القدم اليمنى للامام فى اتجاة القدم اليمنى للاوكي .</p> <p>- يقوم التورى بترك ياقة بدلة الاوكي ولف الذراع الايمن حول العضد الايمن للاوكي مع الدوران ووضع القدم اليسرى بجوار القدم اليمنى ، و مواجهة الاوكي بالظهر ، مع ثني الركبتين .</p> <p>. يقوم التورى برفع الاوكي على الظهر والرمى عن طريق مد الركبتين والدفع بالمقعدة مع الجذب بالذراعين للامام ولاعلى ولاسفل مع ميل الجذع للامام</p>	نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
			الختام (التهدئة)(٥ق) ١٥ - ٥

تابع مرفق (٦)

الوحدة: السابعة عشر.

الأسبوع: السادس.

الهدف التعليمي: مراجعه علي مهارة ايون سيوناجي.

الهدف التربوي: التعاون - الانتباه.

زمن الوحدة: ٦٠ ق.

ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
		٣٦ - ١٧	الإحماء (٥ ق).
		١ - ٣٣ - ٣٤ - ٧٥ - ٥٦ - ٨٥	الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)
		١- شرح المهارة ٢- أداء نموذج للمهارة وعرضها عن طريق الفيديو او الحاسب الالى ٣- أداء المهارة فى عادات ٤- أداء المهارة مرة واحدة ٥- أداء المهارة من الثبات بدون رمى ثم أدائها بالرمى ٦- أداء المهارة من الحركة بدون رمى ثم أدائها بالرمى ٧- أداء المهارة مع منافس ايجابي ٨- أداء المهارة مع منافس اثنل وزنا ٩- أداء المهارة فى ظروف تشابة ظروف المباراة	نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
		١٠ - ١٢	الختام (التهدئة) (٥ ق)

تابع مرفق (٦)

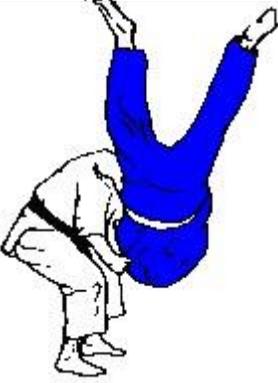
الوحدة: الثامنة عشر.

الأسبوع: السادس.

زمن الوحدة: ٦٠ ق.

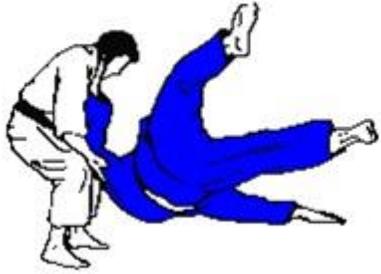
الهدف التعليمي: تعليم مهارة مورتية سيو ناجى.

الهدف التربوي: الاستفادة من الوقت - النظام.

ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
		٣٨ - ١٣	الإحماء (٥ ق).
		٨٨ - ٦٠ - ٦٢ - ٣٩ - ٢٥ - ٥	الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)
		<p>• وقوف المسك العادي من الاوكى والتورى (ميجى-كومى-كاتا)</p> <p>- اتجاة اخلال التوازن يكون للامام عن طريق قيام التورى بسحب الاوكى للامام بالذراعين مع تحريك القدم اليمنى للامام</p> <p>- يقوم التورى بتحريك مفصل المرفق الايمن اسفل العضد الايمن للاوكى مع الدوران ووضع القدم اليسرى بجوار القدم اليمنى ، و مواجهة الاوكى بالظهر</p> <p>- مع استمرار السحب باليد اليسرى للتورى اليد اليمنى للاوكى يقوم التورى برفع الاوكى على الظهر والرمى عن طريق مد الركبتين والدفع بالمقعدة مع الجذب بالذراعين للامام ولاعلى ولاسفل مع ميل الجذع للامام</p>	نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
		٩-٧	الختام (التهدنة) (٥ ق)

تابع مرفق (٦)

الوحدة: التاسعة عشر. الأسبوع: السابع. زمن الوحدة: ٦٠ ق.
الهدف التعليمي: مراجعه علي تعليم مهارة مورتية سيو ناجي.
الهدف التربوي: الصدق - الالتزام - التعاون.

ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
		٢٥ - ١٢	الإحماء (٥ ق).
		٨١ - ٦١ - ٦٨ - ٣٦ - ٣٢ - ٩	الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)
		١- شرح المهارة ٢- أداء نموذج للمهارة وعرضها عن طريق الفيديو او الحاسب الالى ٣- أداء المهارة فى معدات ٤- أداء المهارة مرة واحدة ٥- أداء المهارة من الثبات بدون رمى ثم أدائها بالرمى ٦- أداء المهارة من الحركة بدون رمى ثم أدائها بالرمى ٧- أداء المهارة مع منافس ايجابي ٨- أداء المهارة مع منافس اثقل وزنا ٩- أداء المهارة فى ظروف تشابة ظروف المباراة ري.	نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
		٨ - ٦	الختام (التهنئة) (٥ ق)

تابع مرفق (٦)

الوحدة: العشرون.

الأسبوع: لسابع.

زمن الوحدة: ٦٠ ق.

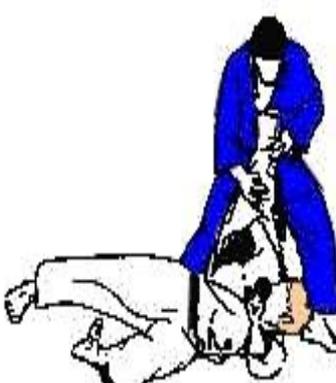
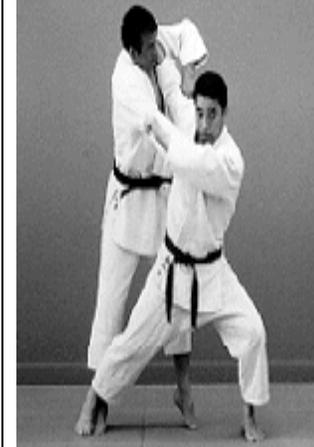
الهدف التعليمي: تعليم مهارة تاي - اوتوشى.

الهدف التربوي: الانسجام - العمل كفريق واحد.

ملاحظات	الإخراج	محتوى الوحدة التعليمية	جزء الوحدة
			الإحماء (٥ ق).
			الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)
			نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
		<p>. وقوف المسك العادى من الاوكى والتورى (ميجى-كومى-كاتا)</p> <p>. اتجاة اخلال التوازن يكون للامام يمين</p> <p>. تحريك القدم اليمنى للامام فى اتجاة القدم اليمنى للاوكى من الخارج فى نفس الوقت ومع استمرار السحب للامام ولاعلى يقوم التورى بالدوران ووضع الرجل اليسرى بجوار اليمنى</p> <p>. فى نفس الوقت ومع استمرار السحب للامام ولاعلى يقوم التورى بوضع الرجل اليمنى لتوضع على المشط بجوار وخارج القدم اليمنى للاوكى مع انثناء خفيف فى الركبة مع الدوران لجهة اليسار مع مد مفصل الركبة اليمنى فى نفس الوقت ليسقط الاوكى .</p>	
			الختام (التهنئة) (٥ ق)
			٥ - ١

تابع مرفق (٦)

الوحدة: الواحدة والعشرين. الأسبوع: لسابع. زمن الوحدة: ٦٠ ق. الهدف التعليمي: مراجعة علي تعليم مهارة(تاي - اوتوشي). الهدف التربوي: الذكاء - القدرة علي اتخاذ القرار.

ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
			الإحماء (٥ ق). ٢٩ - ٦
			الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق) ٨٣ - ٥١ - ٧٦ - ٤١ - ٢٢ - ٨
		١- شرح المهارة ٢- أداء نموذج للمهارة وعرضها عن طريق الفيديو او الحاسب الالى ٣- أداء المهارة فى عادات ٤- أداء المهارة مرة واحدة ٥- أداء المهارة من الثبات بدون رمى ثم أدائها بالرمى ٦- أداء المهارة من الحركة بدون رمى ثم أدائها بالرمى ٧- أداء المهارة مع منافس ايجابى ٨- أداء المهارة مع منافس اثقل وزنا ٩- أداء المهارة فى ظروف تشابة ظروف المبار	نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
			الختام (التهديئة) (٥ ق) ٤-٢

تابع مرفق (٦)

الوحدة: الثانية والعشرين.

الأسبوع: الثامن.

زمن الوحدة: ٦٠ ق.

الهدف التعليمي: تعليم مهارة او - جوشي

الهدف التربوي: الطاعة - تنفيذ الأوامر.

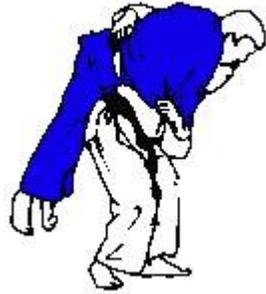
ملاحظات	الإخراج	محتوى الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
		٢٧ - ١٠	الإحماء (٥ ق).
		٩١ - ٥٣ - ٦٥ - ٣٧ - ٢١ - ٧	الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)
		<p>. وقوف المسك العادي من الاوكي والتورى</p> <p>. اتجاة اخلال التوازن يكون للامام</p> <p>. يقوم التورى بترك ياقة بدلة الاوكي ولف الذراع الايمن</p> <p>حول وسط الاوكي مع الدوران ووضع القدم اليسرى بجوار القدم اليمنى</p> <p>. مواجهة الاوكي بالظهر مع ثنى الركبتين</p> <p>- استمرار السحب باليد اليسرى للتورى اليد اليمنى</p> <p>للاوكي يقوم التورى برفع الاوكي على الظهر والرمى</p>	نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
		٩-٣	الختام (التهدنة) (٥ ق)

تابع مرفق (٦)

الوحدة: الثالثة والعشرين. الأسبوع: الثامن. زمن الوحدة: ٦٠ ق. الهدف التربوي: العمل في فريق - المشاركة.

الهدف التعليمي: مراجعة علي تعليم مهارة او - جوشي .

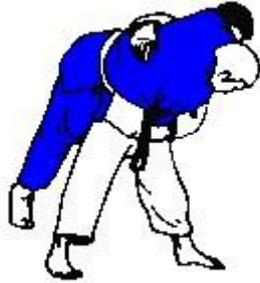
ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
			الإحماء (٥ ق).
			الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)
			نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
			١٣ - ٢٨
			٣ - ٢٦ - ٤٧ - ٦٩ - ٥٧ - ٨٤
			١ - شرح المهارة ٢ - أداء نموذج للمهارة وعرضها عن طريق الفيديو او الحاسب الالى ٣ - أداء المهارة فى عدات ٤ - أداء المهارة مرة واحدة ٥ - أداء المهارة من الثبات بدون رمى ثم أدائها بالرمى ٦ - أداء المهارة من الحركة بدون رمى ثم أدائها بالرمى ٧ - أداء المهارة مع منافس ايجابي ٨ - أداء المهارة مع منافس اثقل وزنا ٩ - أداء المهارة فى ظروف تشابة ظروف المباراة
			٧ - ١٢
			الختام (التهديئة) (٥ ق)



تابع مرفق (٦)

الوحدة: الرابعة والعشرين. الأسبوع: الثامن. زمن الوحدة: ٦٠ ق.
الهدف التعليمي: مراجعة علي تعليم اوكى- جوشى.
الهدف التربوي: التحكم في الانفعال - التعاون - الصدق.

ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
			الإحماء (٥ ق).
			الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)
			نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
			١١ - ٢١
			٤ - ١٨ - ٤٦ - ٧٧ - ٥٢ - ٨٦
			١. وقوف المسك العادى من الاوكى والتورى (ميجى-كومى-كاتا) ٢. اتجاة اخلاخل التوازن يكون للامام ٣. تحريك القدم اليمنى للامام فى اتجاة القدم اليمنى للاوكى وللداخل ٤. يقوم التورى بترك ياقة بدلة الاوكى ولف الذراع الايمن حول وسط الاوكى فوق الحزام ٥- استمرار السحب باليد اليسرى للتورى اليد اليمنى للاوكى يقوم التورى برفع الاوكى على الظهر ٦. والرمى عن طريق زحلقة الاوكى من على الجانب
			١٥ - ٦
			الختام (التهندة)(٥ق)



تابع مرفق (٦)

الوحدة: الخامسة والعشرين. الأسبوع: التاسع. زمن الوحدة: ٦٠ ق.
الهدف التعليمي: مراجعة علي تعليم اوكى- جوشى.
الهدف التربوي: التعاون - الصدق.

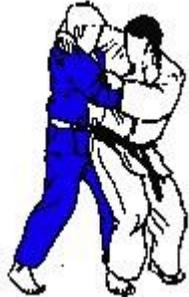
ملاحظات	الإخراج	محتوى الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
			الإحماء (٥ ق). الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق) نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
		٢٨١٤ ٨٤ - ٥٠ - ٧٨ - ٤٣ - ٢٢ - ٣	
		١- شرح المهارة ٢- أداء نموذج للمهارة وعرضها عن طريق الفيديو او الحاسب الالى ٣- أداء المهارة فى عدات ٤- أداء المهارة مرة واحدة ٥- أداء المهارة من الثبات بدون رمى ثم أدائها بالرمى ٦- أداء المهارة من الحركة بدون رمى ثم أدائها بالرمى ٧- أداء المهارة مع منافس ايجابي ٨- أداء المهارة مع منافس اثنل وزنا ٩- أداء المهارة فى ظروف تشابة ظروف المباراة	
			الختام (التهنئة)(٥ ق)
			١٢.٧



تابع مرفق (٦)

الوحدة: السادسة والعشرين. الأسبوع: التاسع. زمن الوحدة: ٦٠ ق.
الهدف التعليمي تعليم كوشى - جروما. الهدف التربوي: الشجاعة - الصدق.

ملاحظات	الإخراج	محتوى الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
			الإحماء (٥ ق). الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق) نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
		٢٣-٤	
		٩٣ - ٦٠ - ٧١ - ٣٩ - ١٨ - ٨	
		١- وقوف المسك العادى من الاوكى والتورى (ميجى - كومى - كاتا) ٢. المسك باليد اليمنى من خلف الرقبة. ٣. اتجاة اخلال التوازن يكون للامام. ٤. يقوم التورى بترك ياقة بدلة الاوكى ولف الذراع الايمن حول رقبة الاوكى مع الدوران. ٥. مع استمرار السحب باليد اليسرى للتورى اليد اليمنى للاوكى يقوم التورى برفع الاوكى على الظهر والرمى. ٦- التوافق بين حركة الذراعين والدفع بالحوض ومد الركبتين فى وقت واحد .	
			الختام (التهنئة)(٥ ق)
			١٥.٥

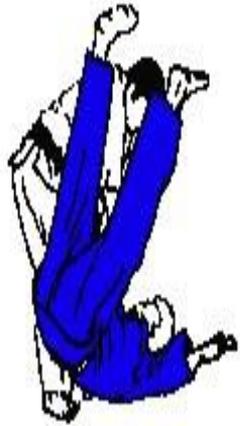


تابع مرفق (٦)

الوحدة: السابعة والعشرين. الأسبوع: التاسع. زمن الوحدة: ٦٠ ق. الهدف التربوي: العمل في فريق - الصدق.

الهدف التعليمي مراجعة على تعليم كوشى - جروما.

ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
			الإحماء (٥ ق). ٣٠-١٥
			الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق) ١٢ - ٣١ - ٣٦ - ٦٥ - ٥٩ - ٧٩
			نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
			١- شرح المهارة ٢- أداء نموذج للمهارة وعرضها عن طريق الفيديو او الحاسب الالى
			٣- أداء المهارة فى عدات
			٤- أداء المهارة مرة واحدة
			٥- أداء المهارة من الثبات بدون رمى ثم أدائها بالرمى
			٦- أداء المهارة من الحركة بدون رمى ثم أدائها بالرمى
			٧- أداء المهارة مع منافس ايجابي
			٨- أداء المهارة مع منافس اثقل وزنا
			٩- أداء المهارة فى ظروف تشابة ظروف المباراة
			٧.٣
			الختام (التهنئة)(٥ ق)



تابع مرفق (٦)

الوحدة: الثامنة والعشرين. الأسبوع: العاشر. زمن الوحدة: ٦٠ ق. الهدف التعليمي: تعليم مهاره اوسوتو - جارى . الهدف التربوي: التعاون- الصدق.

ملاحظات	الإخراج	محتوى الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
			٢٨١٤ الإحماء (٥ ق).
			الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق) ق
			نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
		١. وقوف المسك العادى من الاوكى والتورى (ميجى - كومي - كاتا) مع ملاحظة رفع اليد اليمنى لتكون فى مستوى الرقبة. ٢. اخلال التوازن فى الاتجاه الخلفى الايمن. ٣. اخذ خطوة بالقدم اليسرى للامام لتوضع بجوار قدم الاوكى اليمنى . ٤. يجب ملاحظة وجود مسافة تسمح بمرور الرجل اليمنى للتورى . ٥. استمرار الدفع باليدين يقوم التورى بمرجحة الرجل اليمنى للامام ومع ملاحظة ان يلاصق الجانب الايمن من صدر التورى الجانب الايمن من صدر الاوكى وثنى الجذع للامام ولأسفل . ٦. يقوم التورى بمرجحة الرجل اليمنى للخلف كنس قدم الاوكى من اسفل الساق.	
			١٥.٥ الختام (التهنئة) (٥ ق)

تابع مرفق (٦)

الوحدة: التاسعة والعشرين. الأسبوع: العاشر. زمن الوحدة: ٦٠ ق. الهدف التربوي: الشجاعة - الصدق. الهدف التعليمي: مراجعه على تعليم مهاره اوسوتو - جارى .

ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
			الإحماء (٥ ق).
			الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)
			نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
		<p>١- شرح المهارة</p> <p>٢- أداء نموذج للمهارة وعرضها عن طريق الفيديو او الحاسب الالى</p> <p>٣- أداء المهارة فى عدات</p> <p>٤- أداء المهارة مرة واحدة</p> <p>٥- أداء المهارة من الثبات بدون رمى ثم أدائها بالرمى</p> <p>٦- أداء المهارة من الحركة بدون رمى ثم أدائها بالرمى</p> <p>٧- أداء المهارة مع منافس ايجابى</p> <p>٨- أداء المهارة مع منافس اثقل وزنا</p> <p>٩- أداء المهارة فى ظروف تشابة ظروف المباراة</p>	
			الختام (التهنئة)(٥ ق)
			١٥.٥

تابع مرفق (٦)

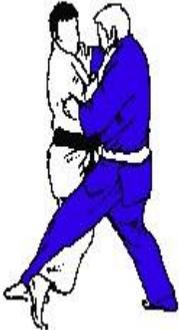
الوحدة: الثلاثون.

الأسبوع: العاشر.

زمن الوحدة: ٦٠ ق.

الهدف التعليمي تعليم اواتش - جارى.

الهدف التربوي: الشجاعة - التركيز.

ملاحظات	الإخراج	محتوى الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
			الإحماء (٥ ق). ٢٣-١٤
			الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق) ٩٣ - ٦٠ - ٧١ - ٣٩ - ١٨ - ٨
		١. وقوف المسك العادى من الاوكى والتورى (ميجى كومى كاتا). ٢. يقوم التورى باخلال توازن الاوكى فى الاتجاة (خلف يسار) ٣. حيث يقوم التورى باخذ خطوة للامام بالقدم اليمنى حيث توضع بين قدمى الاوكى مع استمرار الدفع باليدين للخلف وللجانب الايمن . ٤. يقوم التورى باخذ خطوة للامام بالقدم اليسرى لتوضع بجوار القدم اليمنى مع استمرار الدفع وثنى الجذع للامام ، مع ثنى الركبتين . ٥. استمرار الدفع باليدين للخلف وللجانب الايمن ، وثنى الجذع للامام يقوم التورى بتمرير القدم اليمنى من بين قدمى الاوكى وكنس قدم الاوكى اليسرى من الخلف مع مراعاة ان تاخذ القدم اليمنى شكل دائرة فى حركة الكنس	نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
			الختام (التهنئة)(٥ق) ١٢.٦

تابع مرفق (٦)

الوحدة: الواحد والثلاثون. الأسبوع: الحادي عشر. زمن الوحدة: ٦٠ ق.
الهدف التعليمي مراجعة على تعليم اواتش - جارى. الهدف التربوي: الحكمة - الصدق.

ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
		٢٢-١٤	الإحماء (٥ ق).
		٨٤ - ٥٠ - ٧٨ - ٤٣ - ٢٢ - ٣	الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)
		١- شرح المهارة ٢- أداء نموذج للمهارة وعرضها عن طريق الفيديو او الحاسب الالى ٣- أداء المهارة فى معدات ٤- أداء المهارة مرة واحدة ٥- أداء المهارة من الثبات بدون رمى ثم أدائها بالرمى ٦- أداء المهارة من الحركة بدون رمى ثم أدائها بالرمى ٧- أداء المهارة مع منافس ايجابى ٨- أداء المهارة مع منافس اثقل وزنا ٩- أداء المهارة فى ظروف تشابة ظروف المباراة	نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
		٨.٢	الختام (التهنئة)(٥ ق)

تابع مرفق (٦)

الوحدة: الثانية والثلاثون. الأسبوع: الحادي عشر. زمن الوحدة: ٦٠ ق. الهدف التعليمي تعليم دي - اشى - بارى. الهدف التربوي: الشجاعة - التعاون.

ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
			الإحماء (٥ ق).
			الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)
			نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
			١٦-٥
			٣ - ٢٢ - ٤٣ - ٧٨ - ٥٠ - ٨٤
			١. وقوف المسك العادى من الاوكى والتورى (ميجى - كومي - كاتا) ٢. يقوم التورى باخلال توازن الاوكى فى الاتجاة (خلف يمين) ٣. حيث تقوم الذراع اليمنى بالدفع للخلف ولجهة اليمين واليسرى لاسفل . ٤. يعمل التورى على استمرار السيطرة على الاوكى ٥. يقوم التورى بكنس قدم الاوكى اليمنى المتقدمة من منطقة مفصل الكاحل بباطن القدم اليسرى للتورى مع الدفع باليد اليمنى للخلف واليسرى لاسفل ٦. تتم حركة الكنس لحظة نقل الاوكى مركز ثقله على القدم اليمنى (التقدمة) .
			٩.٣
			الختام (التهنئة)(٥ق)



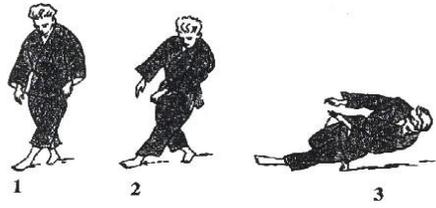
تابع مرفق (٦)

الوحدة: الثالثة والثلاثون. الأسبوع: الحادي عشر. زمن الوحدة: ٦٠ ق.
الهدف التعليمي مراجعة على تعليم دي - اشى - باراى.
الهدف التربوي: الامانه - الصدق.

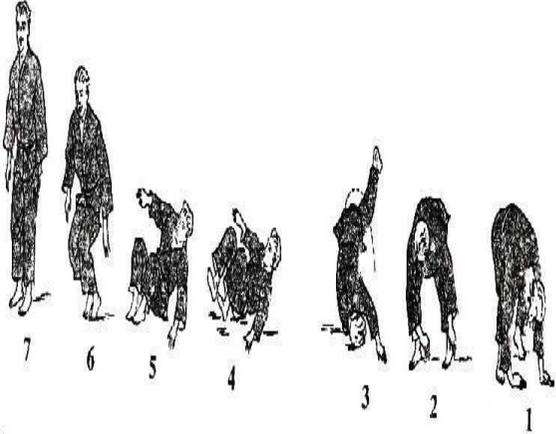
ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
		١١ - ٢١	الإحماء (٥ ق).
		٤ - ١٨ - ٤٦ - ٧٧ - ٥٢ - ٨٦	الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)
		١- شرح المهارة ٢- أداء نموذج للمهارة وعرضها عن طريق الفيديو او الحاسب الالى ٣- أداء المهارة فى عدات ٤- أداء المهارة مرة واحدة ٥- أداء المهارة من الثبات بدون رمى ثم أدائها بالرمى ٦- أداء المهارة من الحركة بدون رمى ثم أدائها بالرمى ٧- أداء المهارة مع منافس ايجابى ٨- أداء المهارة مع منافس اثقل وزنا ٩- أداء المهارة فى ظروف تشابة ظروف المباراة	نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
		١٥ - ٦	الختام (التهنئة)(٥ ق)

تابع مرفق (٦)

الوحدة: الرابعة والثلاثون. الأسبوع: الثاني عشر. زمن الوحدة: ٦٠ ق.
الهدف التعليمي مراجعة على تعليم السقطات. الهدف التربوي: الشجاعة - التركيز.

ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
			٢٤-١
			الإحماء (٥ ق). الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق) نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
	 <p>1</p>  <p>1 2 3</p>	<p>١ - السقطة الخلفية (اوشيرو- اوكمي Ushiro-Ukemi). أداء نموذج مع الشرح. عمل مسابقة لأحسن لاعب.</p> <p>٢- السقطة الجانبية من الجانب الايمن (ميجي - يوكو - اوكمي Migi- Yoko - Ukemi) أداء نموذج مع الشرح. عمل مسابقة لأحسن لاعب.</p> <p>٣-السقطة الجانبية من الجانب الايسر (هادارى- يوكو- اوكمي Hadari- Yoko- Ukemi) أداء نموذج مع الشرح. عمل مسابقة لأحسن لاعب</p>	

تابع مرفق (٦)

ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
		<p>السقطة الامامية الدائرية اليمنى (ماي - ماواري - اوكمي Mae -Maori- Ukemi)</p> <p>. أداء نموذج مع الشرح . . عمل مسابقة لأحسن لاعب</p> <p>السقطة الامامية الدائرية اليسرى (ماي - ماواري - اوكمي Mae -Maori- Ukemi)</p> <p>. أداء نموذج مع الشرح . . عمل مسابقة لأحسن لاعب</p> <p>في النهاية عمل سباق لأحسن لاعب يؤدي السقطات .</p>	<p>تابع نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)</p>
		١٤.٥	<p>الختام (التهنئة) (٥ ق)</p>

تابع مرفق (٦)

الوحدة: الخامسة والثلاثون. الأسبوع: الثاني عشر. زمن الوحدة: ٦٠ ق. الهدف التعليمي مراجعة على ماسبق من مهارات الرمي. الهدف التربوي: التعاون - الصدق.

ملاحظات	الإخراج	محتوى الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
			الإحماء (٥ ق).
		٢٦-٧	الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)
		٨١ - ٥١ - ٧٦ - ٤٠ - ٢٥ - ٩	نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
		١- شرح المهارة السابقة. ٢- أداء نموذج للمهارة وعرضها عن طريق الفيديو او الحاسب الالى ٣- أداء المهارة فى عدات ٤- أداء المهارة مرة واحدة ٥- أداء المهارة من الثبات بدون رمى ثم أدائها بالرمى ٦- أداء المهارة من الحركة بدون رمى ثم أدائها بالرمى ٧- أداء المهارة مع منافس ايجابى ٨- أداء المهارة مع منافس اثقل وزنا ٩- أداء المهارة فى ظروف تشابة ظروف المباراة	
			الختام (التهدئة)(٥)ق
			١١.٦

تابع مرفق (٦)

الوحدة: السادسة والثلاثون. الأسبوع: الثاني عشر. زمن الوحدة: ٦٠ ق.
الهدف التعليمي مراجعة على كل ماسبق. لهدف التربوي: الشجاعة - الصدق.

ملاحظات	الإخراج	محتوي الوحدة التعليمية	أجزاء الوحدة
			الإحماء (٥ ق).
		٨٣ - ٥٦ - ٦٩ - ٤٢ - ٣٣ - ٨	الجزء الرئيسي: إعداد بدني (١٥ ق)
		١ - شرح المهارات ٢ - أداء نموذج للمهارة وعرضها عن طريق الفيديو او الحاسب الالى ٣ - أداء المهارة فى عدات ٤ - أداء المهارة مرة واحدة ٥ - أداء المهارة من الثبات بدون رمى ثم أدائها بالرمى ٦ - أداء المهارة من الحركة بدون رمى ثم أدائها بالرمى ٧ - أداء المهارة مع منافس ايجابى ٨ - عمل مسابقه لأحسن لاعب يؤدي ٩ - أداء المهارة فى ظروف تشابة ظروف المباراة	نشاط تعليمي وتطبيقي (٣٥ ق)
			الختام (التهدئة)(٥)ق
			١٠.٨