

تأثير مشاهدة الأداء المماري بالمرايا التعليمية والتصوير الفديوي على بعض المؤشرات الكينماتيكية ودقة التهديم بالقفز بكرة السلة

أ.م.د. فادن اسماعيل محمد العزاوي

الجامعة المستنصرية / كلية التربية الاساسية

المخلص :

هدف البحث الى معرفة تأثير استخدام المرايا التعليمية والتصوير الفديوي على بعض المؤشرات الكينماتيكية للتهديم البعيد من القفز بكرة السلة وقد افترضت الباحثة ان لهاتين الوسيلتين تأثيرا ايجابيا في عملية التعلم والدقة وتطوير بعض الجوانب الكينماتيكية وقد اجريت الدراسة على فريق اعدادية اليمن والبالغ عددهم 10 لاعبين وقامت الباحثة بأجراء تجربة استطلاعية ثم القيام بالاختبار القبلي بعد توفير كافة متطلبات العمل البايوميكانيكي من كاميرات تصوير وغيرها ثم تم تطبيق الوحدات التعليمية وبعدها تم اجراء الاختبارات البعدية بنفس الظروف والادوات وفريق العمل المساعد في الاختبارات القبلية من اجل ضبط جميع المتغيرات الدخيلة التي يمكن ان تؤثر على دقة العمل وخاصة في البحوث البايوميكانيكية وبعد اكمال المدة المحددة وبعد الحصول على البيانات تم تحويلها الى جهاز الحاسوب من اجل تحليلها والحصول على البيانات الخاصة بموضوع البحث ثم تم معالجتها احصائيا وتم عرضها في جداول خاصة ثم مناقشتها بأسلوب علمي دقيق ومعزز بالمصادر العلمية الدقيقة وقد استنتجت الباحثة ان لوسيلتي المرايا التعليمية والتصوير الفديوي تأثيرا فعالا وايجابيا على بعض المؤشرات الكينماتيكية ودقة التهديم البعيد من القفز بكرة السلة واوصت الباحثة في الختام بضرورة اعتماد هاتين الوسيلتين في تعلم مختلف المهارات في لعبة كرة السلة والالعاب الاخرى وضرورة تطبيق مثل هذه الوحدات التعليمية على مختلف الالعاب والاعمار ولكلا الجنسين مع ضرورة البحث في متغيران بايوميكانيكية (كينماتك وكينتك) لم يتم التطرق اليها من قبل الباحث.

الفصل الاول

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته :

تعد التربية البدنية ميدانا مهما في ميادين التربية والتعليم اذ انها تعد الفرد أعدادا بدنيا -مهاريا - انفعاليا ، وقد اتجهت العديد من الدول في العالم الى تطوير نظمها التربوية وأعادة النظر بين الحين والآخر بمناهجها الدراسية وسبل تطبيقها من خلال طرق التدريس واساليبها في ضوء النظم الحديثة المتبعة في التعليم الفعال ،فالتعلم هو عملية تحدث داخليا وتؤثر في حركات الفرد نتيجة ادائه المتكرر، ولكن هذه العملية تبقى ناقصة بدون وجود المعلومات التي تعطى للمتعلم بعد او أثناء أداء الحركة والتي يقوم المدرس غالبا بأعطائها، ولكي يتسنى للمتعلم معرفة نقاط القوة والضعف في أدائه يجب الاطلاع على شكل الاداء ، اذ غالبا لايشعر المتعلم بما فعل بالرغم من كل الاشارات التي يعطيها المدرس له ،أذ ان استمرار الاداء يساعد على تطوير حاسة الشعور الحركي للمهارة بمتطلباتها الميكانيكية والذي غالبا ما يستغرق وقتا ليس بالقصير .

جميعنا نعلم ان هناك فروقا فردية دائمة بين المتعلمين ، لذلك فأن التركيز على اسلوب دون آخر يمكن ان يكون له تأثير ايجابي على بعض وسلبى على بعض اخر ولا نقصد بالسلبية هنا عدم التعلم ولكن نتيجة وشكل التعلم النهائي لا يكون بالمستوى المطلوب او المخطط له ، وهناك العديد من الاساليب التي يمكن ان تجلب المتعة للمتعلمين وتساهم في تعليمهم المهارات بشكلها الصحيح

ولبناء ركيزة اساسية متينة من الافضل التغيير في اسلوب التعلم واستخدام اساليب متنوعة تناسب العينة من اجل تحسين عملية التعلم والابتعاد عن الرتابة التي يمكن ان تؤدي الى الشعور بالملل لدى المتعلمين لذا من الضروري التغيير والتنوع في طرائق تقديم التغذية الراجعة وفي الوقت نفسه اختيار الاسلوب الملائم لنوع اللعبة المراد تعليمها ، ومن هنا تظهر اهمية البحث بأستخدام وسائل مهمة (المرابا التعليمية والتصوير الفديوي للمهارة) والتي يمكن ان تؤثر في زيادة فاعلية التعلم بكرة السلة من خلال تحقيق المتغيرات الكينماتيكية الصحيحة والتي تسهم في تحقيق التهديم من القفز بكرة السلة وهي محاولة جديدة في التعرف على دور رؤية الفرد لأدائه اثناء التعلم ، اذ انه عند تمكن

تأثير مشاهدة الأداء الممارى بالمرايا التعليمية والتصوير الفديوى على بعض المؤشرات الكينماتيكية ودقة التهديمه بالقفز بكرة السلة.....أ.م.د. فادن اسماعيل محمد العزاوي

المتعلم من رؤية الاخطاء المرافقة للأداء قد يؤدي الى قدرة الفرد على تصحيحها بشكل اسرع مما لو اعطيت له من قبل المدرس.

1-2 مشكلة البحث:

يعد التهديم في كرة السلة من أهم المهارات الهجومية، حيث أن هدف لعبة كرة السلة هو إدخال الكرة في سلة الفريق الخصم لإحراز أكبر عدد من النقاط وبالتالي تحقيق الفوز، والتهديم هو نهاية كل الجهود التي تبذل في المهارات الهجومية الأخرى والتي تستخدم للوصول إلى أفضل وضع يتمكن فيه لاعب كرة السلة من أداء مهارة التهديم لتحقيق النقاط، فلا تصبح للمهارات الهجومية أي معنى اذا لم يتحقق الهدف الأساسي وهو إدخال الكرة في سلة الفريق المدافع، والتهديم هو التتويج الأمثل للأداء الجيد لكل المهارات الهجومية وهو ما يهدف اليه الفريق في الهجوم لتحقيق الفوز.

وقد لاحظت الباحثة من خلال مشاهدتها واطلاعها على مستوى التهديم بكرة السلة لدى عينة البحث ان هناك ضعفا في تعلم هذه المهارة وقد يعود ذلك الى ان اغلب المدرسين والمدرسين يستخدمون الاساليب التقليدية وتعتقد الباحثة ان اغلبها متكونة من اراء المدرس او المدرب وافكاره الذاتية موجهها بذلك عمل المتعلم ، فالمدرس مهما شرح او وضع الاخطاء المرتكبة في اي اسلوب تعليمي لا تكون واضحة بقدر رؤية المتعلم لها، مما يسهل عليه تصور المهارة الحركية واستيعاب متطاباتها الميكانيكية كما يمكنه من ملاحظة بعض اخطاء الاداء اثناء التنفيذ وخاصة مايتعلق بالجوانب الكينماتيكية ، وهذا لا يتم الا باستخدام وسائل بصرية يمكن للمتعلم ان يستدل من خلالها على مدى نجاحه او اخفاقه بالمهارة وبالتالي تعديل استجاباته الحركية ، ومن هنا برزت مشكلة البحث في استخدام بعض الوسائل المرئية في التعلم يمكن ان تؤثر ايجابيا على بعض المتغيرات الكينماتيكية ودقة الاداء لمهارة التهديم من بعيد بكرة السلة لعينة البحث.

1-3 أهداف البحث:

- 1- استخدام المرايا التعليمية والتصوير الفديوي لمشاهدة الاداء الممارى لمهارة التهديم من القفز بكرة السلة
- 2- التعرف على تأثير استخدام المرايا التعليمية والتصوير الفديوي في مشاهدة الاداء الممارى على بعض المتغيرات الكينماتيكية والدقة لمهارة التهديم من القفز بكرة السلة لدى عينة البحث .

تأثير مشاهدة الأداء الممارى بالمرایا التعليمية والتصوير الفديوى على بعض المؤشرات الكينماتيكية ودقة التهديف بالقفز بكرة السلة..... أ.م.د. فادن اسماعيل محمد العزاوى

1-4 فرضيات البحث :

1- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في بعض المؤشرات الكينماتيكية , والدقة لمهارة التهديف من القفز بكرة السلة .

2- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في بعض المؤشرات الكينماتيكية و دقة اداء مهارة التهديف من القفز بكرة السلة .

1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : لاعبوا فريق كرة السلة في اعدادية اليمن للبنين

1-5-2 المجال المكاني : القاعة الرياضية الداخلية لمدرسة اعدادية اليمن للبنين في الغزالية

1-5-3 المجال الزماني : استغرق البحث المدة من 4-10-2015 ولغاية 20-12-2015

الفصل الثاني

2- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة

1-2 الدراسات النظرية

1-1-2 المرایا والفديو في التعلم:

ان حاسة النظر هي من اول الحواس التي يجب توافرها بالنسبة لتعلم المهارات والالعاب الرياضية فبأمكان هذه الحاسة اخذ معلومات عن حركاتنا وحركات الاخرين من حولنا ويكون البصر في التعلم عاملا مهما واساسيا في تعلم اداء اي حركة من الحركات سواء بأداة او بدون اداة ومن خلاله يمكن معرفة نجاح وفشل الحركة ، فالأثر الذي يتركه التعلم من خلال المشاهدة لأداء الاخرين يمكن ان يكون مفيدا ولكن تكمن الصعوبة عندما تؤدي الحركة المعروضة للمتلقى على مستوى عال من فن الاداء بالشكل الذي يصعب على المتلقى للمهارة تطبيقها، وقد يكون التعلم اكثر فائدة فيما لو رأى المتعلم اداءه عن طريق المرایا او عن طريق تصوير الاداء له اثناء تنفيذه للمهارة وهذا ما انفق عليه علي محمد عبد المنعم عندما ذكر (يستطيع الفديو ان يحل عدة مشكلات في تعلم الاداء ويستطيع المتعلمون ان يشاهدوا أداءهم بعد الاداء مباشرة وخلال ثوان عديدة.... كما يمكن استخدام المرایا التي ذكرت في البحوث في تعلم المهارات والتدريب عليها اذ يمكن

تأثير مشاهدة الأداء الممارى بالمرابا التعليمية والتصوير الفديوى على بعض المؤشرات
الكينماتيكية ودقة التهديف بالفهز بكرة السلة.....أ.م.د. فادن اسماعيل محمد العزاوي

بواسطتها ان يطلع المتعلم على حركاته الفعلية بشرط ان يقوم المعلم او المدرب بتوضيح
النقاط الاساسية التي تظهر في الاداء لتساعده بالتالي بالتعلم والاداء بفاعلية جيدة) .

(علي عبد المنعم:1999: 21-23)

وقد اكد الباحثون ان الخلايا العصبية تنشط كذلك عند رؤية الاداء وكذلك مجموعة
فرعية من خلايا المخ وسجل الباحثون نشاط الخلايا في المناطق الحركية من الدماغ
والتي تؤثر في الرؤية والذاكرة في المناطق المعنية.

(-Dan Peterson:2011:مكتبة افتراضية)

ويذكر مازن هادي نقلا عن ظافر هاشم ((أن استخدام إجراءات الارشاد الموجه في
عرض الحركة بمواقعها التعليمية كافة يزيد من ادراك المتعلم ويطلب من المتعلم أن
يوضح المعلومات التي اثار انتباهه من خلال المعلومات الحسية عن طريق الحركة))

(مازن هادي كزاز : 2008 : 33)

ويذكر يعرب خيون ان قوة الصورة لاتعني الاداء الامثل للحركة ولكن يمكن القول
بأن المتعلم قد أخذ الصورة الصحيحة ولكن لم يتمكن من أدائها بسبب عدم تعود القدرة
الحس حركية على إرسال السيالات العصبية الملائمة للأداء، ولكن ان أخذ الصورة
الصحيحة هي خطوة جيدة باتجاه التعلم السليم والصحيح.

(يعرب خيون 2002:182)

2-1-2 التهديف بكرة السلة

يختلف نوع التهديف بحسب الموقف الذي يواجهه اللاعب في أثناء اللعب والذي يفرض
عليه أداء نوع معين التهديف ولكن هذا لا يعني أن أنواع التهديف تقتصر على هذه
الأنواع فقط فهناك أنواع أخرى مثل (المتابعة الهجومية) والتي تلعب دوراً مهماً في
تحقيق النقاط (أمجد محمد ،حسن محمود:2012: 201-202) "وهي عودة امتلاك
عنصر الهجوم عندما تخطأ في التهديف (نيل ليساس و ديك موتا:1991: 55)وهناك
أيضاً التهديف الخطافي الذي يستخدم عندما يكون هناك مدافع قريب فيبتعد اللاعب
المهاجم بالكرة عن خصمه ويؤدي هذا النوع من التهديف القريب من السلة بالذراع البعيدة
عن المدافع والسلة.

ان الأداء الفني لكل نوع من أنواع التهديف يختلف بطبيعة الحال، فكل نوع له مساراته
الحركية في الأداء، واللاعبون أيضاً يختلفون في أسلوب أدائهم لتلك الأنواع تبعاً لقدراتهم

تأثير مشاهدة الأداء الممارى بالمرابا التعليمية والتصوير الفديوى على بعض المؤشرات الكينماتيكية ودقة التهديمه بالقفز بكره السلة.....أ.م.د. فادن اسماعيل محمد العزاوى

البدنية والإبداعية والوضع الذي يكون فيه اللاعب من الهدف، وعليه ان الأداء الفني الجيد لمهارة التهديم المقترن بالمقدرة البدنية العالية والأسلوب الإبداعي في الأداء يجعل لكل لاعب شخصيته المميزة على الآخرين في إحراز النقاط، وما على المدربين إلا أن يطوروا هذه النواحي في اللاعب ليستطيع استثمارها استثماراً جيداً في أثناء المباريات لتحقيق الفوز، ويكون ذلك من خلال المواظبة المستمرة للاعب على أداء مختلف أنواع التهديم في أثناء التمرين وبتكرارات مستمرة والتي تخلق الثقة العالية بالنفس لدى اللاعب والتي يحتاجها اللاعب المهدف بشكل أساس وكبير.

يرتبط الأداء الفني ونوع التهديم بالحالة التي يواجهها لاعب كرة السلة أثناء المباريات، وهذه الأنواع التي نحن بصدها هي :

- التهديم من القفز :

يعد التهديم بالقفز من أكثر أنواع التهديم استخداماً وذلك لكون لاعب كرة السلة يؤديها للتخلص من المدافع باستخدام القفز وبالتالي التهديم، ويعد التوازن من العوامل الأساسية لنجاح هذا النوع من التهديم، وتعتمد هذه المهارة بشكل أساس على قوة القفز العمودي لدى اللاعب المهدف ومدى تركيزه وإمكانيته في تلافي المدافع الذي يكون في حالة قفز معه، ومع ذلك فان "قوة وارتفاع قفز المهدف يعتمد على طول المدافع وارتفاع قفزه ومدى رد فعله تجاه حركة المهدف وبعد المهدف عن السلة"⁽²⁾، وفي كل الأحوال اذا كان التهديم من القفز أو من الثبات فاننا نستطيع أن نحقق من خلاله نقطتين اذا كان التهديم من داخل قوس الثلاث نقاط ونستطيع أن نحقق ثلاث نقاط اذا أدينا التهديم من خارج هذا القوس، "ويعد التهديم من القفز واحداً من أكثر الأسلحة الهجومية فعالية لما تتميز به هذه اللعبة من ملاصقة دفاعية مستمرة في أثناء المباريات .(رعد جابر وكمال عارف:1987:144)

"ان أداء هذه المهارة يمكن أن يكون من وضعية الثبات أو بعد أن ينتهي من أداء حركة أخرى (محمد عبد الرحيم اسماعيل :2003:90) فقد تكون هذه الحركة بعد إنهاء الطبطبة أو بعد استلام مناولة من الزميل من الحركة أو بعد حركة خداع يعقبها تهديم .
فنياً يؤدي هذا النوع من التهديم "بالارتقاء في مكان ثابت بعد إنتهاء حركة معينة أو من الثبات وبشكل عمودي يساعد على هذا الإرتقاء إنشاء الركبة ثم المد بقوة ليتسنى للاعب الوصول إلى أعلى نقطة ممكنة والحصول على قوة مناسبة لدفع الكرة باتجاه

تأثير مشاهدة الأداء الممارى بالمرايا التعليمية والتصوير الفيديوى على بعض المؤشرات الكينماتيكية ودقة التهديم بالقفز بكرة السلة..... أ.م.د. فادن اسماعيل محمد العزاوى

الهدف عند إنهاء عملية القفز والوصول إلى نقطة السكون" ، وهنا يجب التأكيد على الحصول على توازن جيد لتحقيق عملية الارتقاء وأن يكون القفز عمودياً للحصول على أفضل إرتقاء يتجاوز به اللاعب المهدف خصمه ويتلافى السقوط عليه ثم يتمكن بعد ذلك من متابعة الكرة بعد هبوطه، ويرى الباحث انه في كل الأحوال يجب التدرج في التدريب على هذا النوع من التهديم خاصة في جانب تركيب المواقف التي يجابهها اللاعب في أثناء المباريات، وان هذا التعقيد للأداء في أثناء التدريب سيزيد من ثقة اللاعب بنفسه للأداء بمختلف الظروف.

"فضلاً عن مقدار القوة المكتسبة لليدين والرسغين والذراعين والكتفين يجب أن يتمتع اللاعب برجلين على درجة كبيرة من القدرة والقوة على سهولة الحركة واتساع مداها ويجب استغلال معظم القوة الانفجارية في القفز لأعلى". (المارديني، وليد الربضي، هاني:2011:69)

2-2 الدراسات السابقة

1. 2-2-1 دراسة كمال بن سعد بن عطية العدوانى الزهراني:

عنوان الدراسة ((تأثير استخدام أشرطة الفيديو التعليمية في تعلم بعض مهارات كرة القدم لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي)) (كمال بن سعد بن عطية العدوانى الزهراني:2012)

هدفت الدراسة الى التعرف على تأثير استخدام أشرطة الفيديو التعليمية في تعلم بعض مهارات كرة القدم لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي وذلك على وفق خصائص نمو تلميذ هذه المرحلة ومتطلبات نموه.

وقد افترض الباحث وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين التجريبيتين التي تتعلم باستخدام اشرطة الفيديو التعليمية والمجموعة الضابطة التي تتعلم باستخدام طريقة الاوامر والتعليمات لصالح المجموعة التجريبية .وكذلك وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات الاختبارات البعدية لتلاميذ المجموعة التجريبية وتلاميذ المجموعة الضابطة في تنمية القدرات البدنية المرتبطة بالمهارة، ووجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات الاختبارات البعدية لتلاميذ المجموعة التجريبية وتلاميذ المجموعة الضابطة في تنمية المهارات الرياضية.

تأثير مشاهدة الأداء الممارى بالمرابا التعليمية والتصوير الفديوى على بعض المؤشرات الكينماتيكية ودقة التهديف بالفقز بكره السلة.....أ.م.د. فادن اسماعيل محمد العزاوى

وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي لعينة عددها 56 تلميذا قسموا الى مجموعتين تجريبية وضابطة وواقع 28 تلميذا لكل مجموعة وقد توصل الباحث الى :

- تفوق المجموعة التجريبية التي تستخدم التعلم بواسطة اشربة الفديو عن الضابطة التي تستخدم الاسلوب المباشر في تنمية القدرات البدنية في درس التربية البدنية
- تفوق المجموعة التجريبية التي تستخدم التعلم بواسطة اشربة الفديو عن الضابطة التي تستخدم الاسلوب المباشر في تعلم مهارات كرة القدم

وقد اوصى الباحث بضرورة اعتماد اشربة الفديو التعليمية في عملية التعلم وأجراء مزيد من الابحاث على المراحل التعليمية المختلفة والالاباب الجماعية والفردية الاخرى.

الفصل الثالث

3- منهجية البحث وأجراءته الميدانية:

- 3-1 منهج البحث: استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملاء مته لطبيعة مشكلة البحث.
- 3-2 عينة البحث: تألفت عينة البحث من فريق كرة السلة في اعدادية اليمن للبنين فيتربية الكرخ- منطقة الغزالية والبالغ عددهم 10 لاعبين وهم يمثلون فريق المدرسة، وقد تم تقسيمهم الى مجموعتين وتم اجراء التكافؤ في بعض المؤشرات الكينماتيكية والدقة وكما موضح في جدول (1).

جدول (1)

يبين تكافؤ عينة البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات البحث

نوع الدلالة	مستوى الخطا	قيمة T المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		المؤشرات
			ع	س	ع	س	
عشوائي	0,644	0,477	0,034	0,439	0,045	0,47	زمن الاداء الكلي
عشوائي	0,920	0,101	6,839	128,0	5,828	126	زاوية الورك
عشوائي	0,441	0383	3,643	115,1	4,156	113,1	زاوية الركبة
عشوائي	0,440	0,375	7,27	59,6	7,362	64,0	زاوية المرفق
عشوائي	0,740	0,344	1,479	9,797	2,169	10,19	التهديف

3-3 وسائل جمع المعلومات والاجهزة والادوات :

➤ وسائل جمع المعلومات: لقد تم الاستعانة بما يأتي:

- المصادر والمراجع العربية والأجنبية- الملاحظة والتجريب- المقابلات الشخصية-
- الاختبار والقياس -شبكة المعلومات الدولية

تأثير مشاهدة الأداء الممارى بالمرايا التعليمية والتصوير الفديوى على بعض المؤشرات
الكينماتيكية ودقة التهديف بالقفز بكرة السلة..... أ.م.د. فادن اسماعيل محمد العزاوى

➤ أدوات البحث: شريط قياس- أقراص ليزريه- رام كاميرة فديو 8 جيجا- ميزان
طبي- مقياس طول- كرات سلة عدد (5) - شواخص- فريق عمل مساعد- مرايا
كبيرة الحجم مثبتة على الجدار بأرتفاع 2م.

➤ أجهزة البحث:

- كاميرا سوني 25 صورة بالثانية عدد(1)- كاميرات تصوير فديو رقمية (canon)
سريعة(240 صورة/ثا) - حاسوب الكتروني بانتيوم 4 صيني المنشأ-شاشة عرض
بلازما نوع -SONY .

3-4 التجارب الاستطلاعية:

قامت الباحثة بأجراء عدة تجارب استطلاعية من اجل الوقوف على بعض المعوقات
التي قد تعترض سير عمل الباحثة فيما يخص المتغير المستقل الذي تم ادخاله وهو
المرايا التعليمية والتصوير الفديوى والوقت اللازم للأداء وطبيعة التمارين المستخدمة
من قبل العينة وفريق العمل المساعد ومدى ملائمة الاختبار المستخدم للعينة بالإضافة
الى معرفة الابعاد الملائمة لوضع الكاميرا عن مكان نهوض اللاعب وأرتفاع بؤرة
عدسة الكاميرا عن الارض وكان ذلك في يوم الاحد 10-10-2015 الساعة العاشرة
صباحا.

3-5 المتغيرات البايوكينماتيكية المبحوثة :

تم اختيار بعض المتغيرات الكينماتيكية في لحظة التهديف من القفز (من داخل
وخارج قوس الثلاث نقاط) وقد تم اختيارها على اعتبار ان لزوايا الاداء لمفاصل الجسم
تأثيرا فعالا في الاداء الصحيح اذ انه من خلال تحقيق الزوايا المثالية للمتعلمين نتمكن
من تحقيق القوة المناسبة للتهديف وبالتالي الدقة لأرتباط الزوايا ومقاديرها مع الانقباض
العضلي للعضلات العاملة في محاولة تحقيق افضل انقباض او شد عضلي وفق الزاوية
الملائمة لانتاج القوة المطلوبة وبالتالي تحقيق الدقة وهي كالاتي:

- زمن الاداء الكلي: هو الزمن من لحظة ترك الارض الى لحظة لمس الارض ويقاس
بالثانية واجزائها

- زاوية مفصل المرفق: هي الزاوية المحصورة بين خط العضد وخط الساعد من نقطة
مفصل الكتف مروراً بنقطة مفصل المرفق إلى نقطة مفصل الرسغ اما حساب
الزاوية عندما تكون الكرة فيها أمام الرأس .

تأثير مشاهدة الأداء الممارى بالمرايا التعليمية والتصوير الفديوى على بعض المؤشرات
الكينماتيكية ودقة التهديف بالقفز بكرة السلة..... أ.م.د. فادن اسماعيل محمد العزاوي

- زاوية مفصل الورك: هي الزاوية المحصورة بين خط الجذع وخط الفخذ من نقطة مفصل الركبة مروراً بنقطة مفصل الورك إلى نقطة مفصل الكتف
 - زاوية مفصل الركبة: هي الزاوية المحصورة بين خط الساق مع خط الفخذ من نقطة مفصل الكاحل مروراً بنقطة مفصل الركبة إلى نقطة مفصل الورك
- 3-6 اختبار دقة التهديف من القفز بكرة السلة : (معتز خليل ابراهيم:::2014:102-103)
- اسم الاختبار: دقة التهديف البعيد من داخل وخارج قوس ال(3) نقاط بكرة السلة من القفز.
 - الغرض من الاختبار: قياس دقة التهديف البعيد من داخل وخارج قوس ال(3) نقاط في كرة السلة من القفز.
 - الادوات المستخدمة : -المسجل الرئيسي للاختبار - كرات سلة(5) -مساعد عدد (2) -صافرة يد لبداية ونهاية الاختبار
 - طريقة الاداء: يقوم المختبر باداء(رميتين)مباشرة من كل النقاط الخمسة والمحددة ثلاث خارج قوس ال(3) نقاط واثنان داخل قوس ال(3) نقاط والتي تبعد عن حلقة الهدف (6,75م) فيكون مجموع الرميات التي يؤديها المختبر (10) رميات اي بمعدل رميتين لكل منطقة يقوم المختبر باستلام الكرة من مناولة من قبل المساعد ثم التهديف من المناطق المحددة للتهديف .
 - طريقة التسجيل:
- 1- تحتسب (3نقاط) لكل كرة تدخل الهدف مباشرة تمس اولم تمس الحلقة من منطقة ال(3) نقاط.
 - 2- تحتسب (نقطتان) لكل كرة تدخل الهدف مباشرة ولم تمس الحلقة من داخل منطقة القوس وخارج الزون.
 - 3- تحتسب (1نقطة) لكل كرة تمس حلقة الهدف وتدخل.
 - 4- يحتسب(صفر) لكل كرة لاتمس حلقة الهدف ولم تدخل الحلقة .
- 3-7 التصوير الفديوى للأختبارات القبلية والبعديّة :
- تم نصب الكاميرات الفديوية و وضعها على حامل ثلاثي لكل كاميرة اذ تم تحديد الأبعاد المناسبة لاماكن الكاميرات على أماكن تقع عموديا على منتصف المستوى الفراغي لحركة اللاعب وكما يلي:

تأثير مشاهدة الأداء الممارى بالمرايا التعليمية والتصوير الفديوى على بعض المؤشرات
البيوميكانيكية ودقة التهديم بالفقز بكرة السلة.....أ.م.د. فادن اسماعيل محمد العزاوى

- الكاميرا الاولى: وهي من نوع (casio سرعة 240 ص/ث) تصور حركة
اللاعب لكامل الأداء لمرحلة التهديم وتقع على جهة اليمين وعلى بعد (8م) .بارتفاع
(1,35)متر من اجل التحليل النوعي وكذلك تحليل الفلم من اجل استخراج المؤشرات
البيوميكانيكية.

- الكاميرا الثانية: وهي من نوع (Sony سرعة 25 ص/ث) تصور حركة اللاعب
لكامل الأداء لمرحلة التهديم وتقع على جهة اليسار وعلى بعد (8م) .بارتفاع (1,35) متر
من اجل التحليل النوعي وكذلك تحليل الفلم من اجل استخراج المؤشرات البيوميكانيكية وقد
توصلت الباحثة الى هذه البيانات المهمة من خلال التجربة الاستطلاعية التي سبق وان
تطرت الباحثة لها وقد اجريت الاختبارات القبلية في يوم الاربعاء 7-10-2015 للفريق
ككل وبعد انتهاء مدة التجربة الفعلية اجريت الاختبارات البعدية وذلك في يوم الاحد 20-
12-2015 اي بعد انتهاء مدة التجربة وقد راعت الباحثة توحيد كافة الاجراءات
والقياسات في الاختبار القبلي وتوافقته مع البعدي من اجل الضبط التجريبي ومحاولة عزل
كافة المتغيرات الدخيلة الاخرى والتي يمكن ان تؤثر على دقة النتائج اذا لم يتم مراعاتها
وخاصة في البحوث البيوميكانيكية التي تتطلب دقة عالية جدا في التصوير والتحليل
البيوميكانيكي.

3-8 الوحدات التعليمية:

شملت الوحدات التعليمية 10 أسابيع في كل اسبوع وحدتان تعليميتان اي بمعدل 20
وحدة تعليمية وكان زمن الوحدة 40 دقيقة يتم التركيز فيها على تعلم مهارة التهديم من
القفز البعيد بكرة السلة لانها احدى اهداف الباحث مع الاخذ بالنظر التركيز على المهارات
الاخرى ولكنها بدرجة اقل كون المهارات اسهل نسبيا للمتعلمين ولديهم خبرات في الاداء
اضافة الى استخدامها اثناء اللعب بين فريقين في النشاطات الختامية-(انظر ملحق 1)
3-9 الوسائل الاحصائية: تم استخدام الحقيبة الاحصائية SPSS الاصدار 20 لاطهار
نتائج البحث

تأثير مشاهدة الأداء الممارى بالمرابا التعليمية والتصوير الفديوى على بعض المؤشرات الكينماتيكية ودقة التصديفة بالقفز بكرة السلة..... أ.م.د. فادن اسماعيل محمد العزاوى

الفصل الرابع

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

4-1 عرض النتائج للمؤشرات الكينماتيكية والدقة وتحليلها ومناقشتها:

4-1-1 عرض نتائج المؤشرات الكينماتيكية لمهارة التهديف من القفز بكرة السلة للاختبار القبلى للمجموعتين التجريبية والضابطة .

جدول (2)

يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمؤشرات الكينماتيكية في الاختبار

القبلى لمهارة التهديف البعيد من القفز بكرة السلة

المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المؤشرات
ع	س-	ع	س-		
0.031	0.434	0.44	0.43	الثانية واجزائها	زمن الاداء الكلى
6.845	127.63	5.863	129	الدرجة	زاوية الورك
3.642	115.2	4.161	113.0	الدرجة	زاوية الركبة
7.72	59.4	7.370	63.2	الدرجة	زاوية المرفق
1.486	9.798	2.168	10.22	نقطة	دقة التهديف

جدول (3)

يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمؤشرات الكينماتيكية في الاختبار

البعدي لمهارة التهديف البعيد من القفز بكرة السلة

المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المؤشرات
ع	س-	ع	س-		
0.092	0.453	0.057	0.527	الثانية واجزائها	زمن الاداء الكلى
4.610	132.7	1.972	139.0	الدرجة	زاوية الورك
2.792	112.0	2.232	106	الدرجة	زاوية الركبة
6.903	57.0	6.765	60.0	الدرجة	زاوية المرفق
0.708	13.05	1.307	16.22	نقطة	دقة التهديف

تأثير مشاهدة الأداء الممارى بالمرابا التعليمية والتصوير الفديوى على بعض المؤشرات الكينماتيكية ودقة التهديم بالقفز بكرة السلة..... أ.م.د. فادن اسماعيل محمد العزاوى

4-1-2 عرض نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدى للمؤشرات الكينماتيكية والدقة لمهارة التهديم من القفز بكرة السلة

جدول (4)

يبين فرق الاوساط الحسابية والخطأ المعياري لفروق الاوساط وقيمة t المحسوبة ودلالة الفروق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدى في المؤشرات الكينماتيكية والدقة لمهارة التهديم البعيد من القفز بكرة السلة

المؤشرات	وحدة القياس	المجموعة	ف-	ع س ف	قيمة t المحسوبة	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
زمن الاداء الكلي	الثانية	التجريبية	0.97	0.926	12.67	0.000	معنوي
	واجزائها	الضابطة	0.19	0.739	2.140	0.090	معنوي
زاوية الورك	درجة	التجريبية	10	2.033	5.307	0.005	معنوي
		الضابطة	5.07	1.158	4.149	0.015	معنوي
زاوية الركبة	درجة	التجريبية	7	0.929	6.035	0.005	معنوي
		الضابطة	3.2	0.735	4.357	0.013	معنوي
زاوية المرفق	درجة	التجريبية	0.3	0.814	4.432	0.011	معنوي
		الضابطة	2.4	0.249	6.532	0.003	معنوي
دقة التهديم	نقطة	التجريبية	6	0.545	10.957	0.000	معنوي
		الضابطة	3.253	0.661	4.830	0.008	معنوي

معنوية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 9

4-1-3 مناقشة نتائج الاختبارات القبالية والبعدية للمؤشرات الكينماتيكية والدقة لمهارة التهديم من القفز بكرة السلة :

من خلال عرض نتائج المؤشرات الكينماتيكية المبحوثة و الخاصة بمهارة التهديم البعيد من القفز بكرة السلة لدى عينة البحث والموضح في الجدول (2و3و4) ظهرت هناك فروق معنوية في زمن الاداء الكلي وزاوية الورك والركبة ودقة التهديم بين الاختبارين القبلي والبعدى ولصالح الاختبار البعدى للمجموعتين الضابطة والتجريبية وتعزو الباحثة هذه النتيجة، إلى نوع التمارين المستخدمة وتنوعها في الوحدات التعليمية من من قبل المدرس والباحثة والذي تم وضعها بشكل مدروس بالاعتماد على مبادئ التعلم الحديثة والابتعاد عن الارتجال في اعداده من خلال تخصصها وطريقة تشكيلها وتغيير

تأثير مشاهدة الأداء الممارى بالمرايا التعليمية والتصوير الفديوى على بعض المؤشرات الكينماتيكية ودقة التهديم بالفهز بكره السله.....أ.م.د. فادن اسماعيل محمد العزاوى

نسبتها وأنواعها طبقا لهدف التعلم او التدريب وكذلك الى الطرائق والأساليب التعليمية الحديثة وهي المرايا التعليمية والتصوير الفديوى المستخدمة ولحل الواجب الرئيس وهو الوصول إلى مستوى عال من القدرات البدنية و الاداء الفني المهارى بوصفهما احدى المكونات الرئيسية لعملية اعداد اللاعبين في المباراة لذلك فأن النتائج الايجابية للمجموعتين كانت في الاستخدام الامثل لحيز الفراغ المكاني وسرعة تنفيذ هذه المهارة التي تعد هدفا اساسيا من اهداف لاعبي كره السله ، الأمر الذي جعل تطور مستوى أفراد هذه المجموعتين الضابطة والتجريبية فعالا في نتائج قياس الاختبار البعدي نتيجة التمارين وهذا يتفق مع ما اشار اليه (حيدر نوار حسين 2012) (ان التمرين أو التدريب خلال الوحدة وجد للمساعدة في تحسين الأداء المهارى وهو يعتمد في الأساس على نوع الوحدة اذ ان التمرين وضع للمساعدة في تحسن الاداء الحركي ،فان الأسلوب يعتمد على مستوى المنفذ وعلى نوع الحركة وعلى الحركات الأخرى التي تعلمها لذا فان نوعية التمرين مهمة جدا،) (حيدر نوار حسين:2012: 82) وهنا يكمن القول ان من الظواهر الطبيعيه لعملية التعلم ان يكون هناك تطور في التعلم مادام المدرس يتبع خطوات الاسس السليمة للتعلم والتعليم والتركيز على الاداء الصحيح ويمكن ان يكون هذا التطور نتيجة التحسن في استقبال المعلومات وامكانية بناء البرنامج الحركي الملائم لطبيعة المهارة فضلا عن ذلك تنفيذ واجبات هذه البرامج و التمرينات من قبل عينة البحث العينة الضابطة والتجريبية على طول مدة الوحدات التعليمية والذي اعتمد في زيادة مستوى التدرج بنوعيه التمارين ودرجة صعوبتها والتي وضعت لتلائم مستوى أفراد العينة وأعطاء الاستراحة المناسبة ما بين التمارين وما بين مجاميع التمارين التطبيقية من اجل خلق حالة جديد من التكيفات ولذلك فان تطور المؤشرات الكينماتيكية ينعكس على تطور دقة مهارة التهديم التي تتطلب عنصر القوة بشكل عال وتتطلب سرعة أداء وهذا يحتم على اللاعب تحقيق زوايا مثالية في الاداء المهارى ولذلك ظهرت هذه النتائج .

تأثير مشاهدة الأداء الممارى بالمرايا التعليمية والتصوير الفديوي على بعض المؤشرات الكينماتيكية ودقة التهديف بالقفز بكرة السلة.....أ.م.د. فادن اسماعيل محمد العزاوي

4-1-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات البعدية للمؤشرات الكينماتيكية

لمهارة التهديف من القفز بكرة السلة :

جدول (5)

يبين الفروق بين الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المؤشرات الكينماتيكية والدقة لمهارة التهديف البعيد من القفز بكرة السلة

نوع الدلالة	مستوى الخطأ	قيمة t المحسوبة	الضابطة		التجريبية		المؤشرات
			ع	س-	ع	س-	
معنوي	0.024	2.740	0.092	0.453	0.057	0.527	زمن الاداء الكلي
معنوي	0.023	2.861	4.610	132.7	1.972	139.0	زاوية الورك
معنوي	0.21	2.754	2.792	112.0	2.232	106	زاوية الركبة
عشوائي	0.721	0.369	6.903	57.0	6.765	60.0	زاوية المرفق
معنوي	0.002	4,822	0.708	13.05	1.307	16.22	دقة التهديف

عند درجة حرية 8 ومستوى دلالة 0.05

4-1-5 مناقشة النتائج البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في المؤشرات

الكينماتيكية والدقة لمهارة التهديف من القفز بكرة السلة

من خلال عرض نتائج اختبار عرض نتائج المؤشرات الكينماتيكية لمهارة التهديف البعيد من القفز بكرة السلة لدى عينة البحث والموضح في الجدول (5) وجد ان هناك فروقا معنوية في الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية و ظهرت عشوائية الفروق في زاوية مفصل المرفق، ان عملية اتقان المهارات الاساسية ومنها مهارة التهديف البعيد من القفز بكرة السلة هي عملية تعتمد على القدرات البدنية الخاصة و ومنها قدرة القوة والسرعة لكي يتمكن اللاعب من اوصول الكرة الى السلة وبدقة عالية في اختيار الزاوية المناسبة وادائها بسرعة عالية وان التغير في زاوية الاداء الحركي بزيادة في زاوية الورك والركبة يعني ذلك التقليل من المرحلة التحضيرية والتقليل من زمن هذه المرحلة وان هذه الزيادة في الزوايا وتقليل المرحلة التحضيرية تتطلب عضلات يمكنها ان تؤدي الدور نفسه بالتقليل من المبالغة في الوضع التحضيري لذلك ترى الباحثة ان استخدام المرايا التعليمية والتصوير الفديوي التي تضمنتها الوحدات التعليمية هي التي مكنت افراد العينة من تحقيق مسار حركي للكرة دقيق وبدون مرحلة تحضيرية كبيرة من خلال تطور مستوى

تأثير مشاهدة الأداء الممارى بالمرایا التعليمية والتصوير الفديوى على بعض المؤشرات الكينماتيكية ودقة التهديم بالفقز بكرة السلة.....أ.م.د. فادن اسماعيل محمد العزاوى

القوة والسرعة التي جاءت من تحقيق الزوايا الملائمة لانتاج القوة المناسبة للأداء لهذه المجاميع العضلية بصورة مباشرة وانعكس على نتائج الاداء لما لهاتين الصفتين الاساس الاول لتوصيل الكرة ولذلك انعكست هذه التدريبات على نتائج الاختبار البعدي , وهذا يتفق مع ما ذكره (حنفي محمود مختار) " لكي يستطيع اللاعب اداء المهارة بالطريقة المثالية لابد ان تكون عضلاته قوية حتى يستطيع ان يبذل الجهد المطلوب وخاصة في المباريات تحت ضغط فالقوة تساعد في التغلب على الخصم من جهة ومن جهة اخرى يستطيع ان يؤدي المهارة بالقوة المطلوبة " (حنفي محمود مختار:::1998:94).فضلا عن ذلك إن لاعب كرة السلة يحتاج إلى السرعة في الانقباضات العضلية وان ارتباط السرعة بالقوة ارتباطا وثيقا، كما ان القوة تستلزم تحقيق زوايا مناسبة لتلائم متطلبات المهارة وقد أشار إلى ذلك (قاسم حسن حسين) " ان القوة تزداد كلما قلت مدة الانقباض العضلي والعكس صحيح إي كلما طالت مدة الانقباض العضلي كلما تغير مقدار القوة ، إي انه كلما ازدادت القوة أمكن زيادة السرعة" .(قاسم حسن حسين:1988:107)

كما ان اشراك حاسة البصر بشكل مباشر يجعل المعلومات الواصلة الى المتعلم خبرات يمكن الاحساس بها وادراكها بصورة مباشرة اذ اشار الى ذلك medin ross ((ان النظام البصري ينقل المعلومات الى النظام الحركي من اجل التصحيح وتحديد الحركة الحقيقية لكون النظام البصري حساسا جدا للحركة ويعد مصدرا غنيا بالمعلومات (((2006 Medin Ross : 127) ولذلك ظهرت هذه النتائج بصورة منطقية على نتائج زوايا الاداء لدى افراد العينة التجريبية.

الفصل الخامس

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات

- 1- ان لاستخدام المرايا التعليمية والتصوير الفديو تأثيرا ايجابيا على بعض المؤشرات الكينماتيكية (زمن الاداء الكلي - زاوية الورك - زاوية الركبة) لمهارة التهديم من الفقز بكرة السلة لدى عينة البحث.
- 2- ان لأستخدام المرايا التعليمية والتصوير الفديو تأثيرا مباشرا وايجابيا على دقة اداء مهارة التهديم من الفقز بكرة السلة لدى عينة البحث.

تأثير مشاهدة الأداء الممارى بالمرایا التعليمية والتصوير الفديوى على بعض المؤشرات الكينماتيكية ودقة التهديف بالفقز بكرة السلة.....أ.م.د. فادن اسماعيل محمد العزاوى

2-5 التوصيات

- 1- ضرورة الاعتماد على وسائل التعليم البسيطة والمتاحة والفعالة (المرایا التعليمية والتصوير الفديوى) لتطوير المؤشرات البايوميكانيكية (كينماتك - كينتك) في تعلم مهارة التهديف من القفز بكرة السلة
- 2- ضرورة التنوع في وسائل التعليم الحديثة وربطها بالجوانب الميكانيكية من خلال مشاهدة اللاعب لادائه بشكل مباشر وتعديل الاخطاء اولا بأول ليتسنى تكوين برنامج حركي لتعلم المهارة مبني على اسس علمية سليمة
- 3- ضرورة اجراء بحوث مستقبلية اخرى بأستخدام (المرایا التعليمية والتصوير الفديوى) مع العاب رياضية او مهارات اخرى وافراد عينة مختلفة (اناث وذكور وبمختلف الاعمار) ودراسة مؤشرات بيوميكانيكية (كينتك وكينماتك) لم تتطرق لها الباحثة في بحثها هذا.

المصادر والمراجع العربية والاجنبية

1. امجد محمد، حسن محمود، تمام نهار، عالم كرة السلة، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، عمان، الاردن، 2012، ص201-202
2. المارديني، وليد الربضي، هاني، الحديث في كرة السلة، مكتبة الكتاني، اربد، الاردن، ط1، 2011، ص69.
3. حنفي محمود مختار، المدير الفني بكرة القدم: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1998) ص94.
4. حيدر نوار حسين؛ تأثير بعض البرامج التعليمية لتطوير بعض المظاهر الحركية والأداء الفني لفعالية الوثب الطويل للمبتدئين بأعمار (15-16) سنة، اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية 2012 ص82.
5. رعد جابر و كمال عارف، المهارات الفنية بكرة السلة: جامعة بغداد، 1987، ص144
6. علي عبد المنعم؛ اثر استخدام برامج الفديو التعليمية على التحصيل الدراسي لطلاب الجامعات، الجمعية المصرية لتكنولوجيا التعليم، المؤتمر العلمي الاول، المجلد الثاني، القاهرة، 21-23، اكتوبر، 1999، ص7.
7. قاسم حسن حسين؛ علم التدريب في الأعمار المختلفة، دار الفكر للنشر، عمان، ط1، 1988، ص107.

تأثير مشاهدة الأداء الممارى بالمرايا التعليمية والتصوير الفديوى على بعض المؤشرات الكينماتيكية ودقة التهديمه بالقفز بكره السلة.....أ.م.د. فادن اسماعيل محمد العزاوى

8. كمال بن سعد بن عطية العدوانى الزهرانى: تأثير استخدام أشرطة الفديو التعليمية فى تعلم بعض مهارات كره القدم لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائى رسالة ماجستير ، المملكة العربية السعودية، جامعة ام القرى ، كلية التربية ، 2012.

9. مازن هادى كزاز : تأثير العرض والتنفيذ المباشر والمؤجل فى تعلم بعض مهارات الريشة الطائرة وانتقال أثره الى بعض مهارات التنس الارضى للطلاب والاحتفاظ به، أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل، 2008، ص33.

10. محمد عبد الرحيم اسماعيل، الاساسيات المهارية والخطية الهجومية فى كره السلة: الاسكندرية، منشأة المعارف، 2003، ص90.

11. معتز خليل ابراهيم؛ تأثير تمرينات البلايومترك فى تطوير بعض المتغيرات البايوكينماتيكية ونشاط العضلة كهربائيا ودقة التهديم البعيد بالقفز فى كره السلة، أطروحة دكتوراه ، جامعة ديالى - كلية التربية الاساسية ، 2014، ص102-103.

12. نيل لىساس و ديك موتا، كره السلة (أساسيات التفوق)، (ترجمة) علي جعفر سماكة : جامعة بغداد، مطابع دار الحكمة، 1991، ص55

13. يعرب خيون : التعلم الحركى بين المبدأ والتطبيق، (بغداد ، الصخرة للطباعة، 2002)، ص182.

14. Brian Coleman, Basketball (Techniques, teaching and training), P.44.

15. Dan Peterson, Mirror Neursons and Athletes, Learning by wathcing ,5 July,2011 fromhttp:// WWW.axonpotential.com,/mirror-neursons-and-athlets.

16. Medin Ross, cojntive psychogy, second edition,2006,p127

تأثير مشاهدة الأداء الممارى بالمرابا التعليمية والتصوير الفديوى على بعض المؤشرات الكينماتيكية ودقة التهديم بالقفز بكرة السلة..... أ.م.د. فادن اسماعيل محمد العزاوى

ملحق (1)

نموذج لوحدة تعليمية

الهدف التعليمي: تعلم مهارة التهديم البعيد من القفز بكرة السلة

الادوات: ملعب كرة سلة قانوني - كرات - مرابا تعليمية - تسجيل فديو للمهارة - شاشة عرض

ت	أقسام الوحدة	الزمن	تفاصيل ومفردات الوحدة التعليمية	الملاحظات
1	القسم الاعدادي	5د	- اخذ الغياب وتهيئة الادوات - تمارين احماء عام لتهيئة عضلات ومفاصل الجسم المختلفة وخاص لتهيئة العضلات والمفاصل العاملة في اداء مهارة التهديم البعيد من القفز بكرة السلة	التأكيد على النظام والانضباط وتنفيذ التمارين بجدية ودون تلكؤ في الاداء
	الجانب التعليمي	10د	شرح طريقة اداء مهارة التهديم البعيد من القفز بكرة السلة وتوجيه افراد العينة لمشاهدة تصوير الفديو على الشاشة	- مناقشة الاخطاء للأداء لافراد العينة وبشكل مفرد لكل متعلم
2	الجانب التطبيقي	22د	- تطبيق جميع تمارين المهارة امام المرابا - يتم اداء المهارة مع التأكيد على اتخاذ الوضع الصحيح لأداء المهارة وبدون استخدام الكرة - القفز الارتدادي من الثبات لمسافة 8م - القفز الارتدادي بتبادل الرجلين مسافة 8م - تعليم التهديم الثابت باليدين من أمام الصدر بكرة السلة - تقسم العينة الى مجموعتين تقفان على جانبي منطقة الهدف ويبدأ أفراد كل مجموعة بالتهديم من عدة مواضع على جانبي لوحة السلة (5 د × 2)	- يصحح المدرس اي خطأ يرتكبه المتعلم عند الاداء ويشاهد اللاعب اخطائه بنفسه ويصحها بوجود المدرس
3	القسم الختامي	3د	* النشاط الختامي : لعبة كرة سلة 5×5 أو حركات مفاجئة (5د).	التأكيد على عينة البحث ضرورة استخدام التهديم البعيد من القفز بكرة السلة اثناء اللعب

تأثير مشاهدة الأداء المماري بالمرايا التعليمية والتصوير الفيديوي على بعض المؤشرات
الكينماتيكية ودقة التهديمه بالقفز بكرة السلة.....أ.م.د. فادن اسماعيل محمد العزاوي

The effect of skill performance mirrors educational and imaging on some indicators elkinmetekih the accuracy of scoring by gimping basketball

Prof .Dr.Faten ismail Mohamed

ABSTRACT

The research aims to determine the impact of the use of educational mirrors and imaging alfdaoa some elkinmetekih indicators run to score from jumping basketball has afattrdt elkinmetekih that both of these positive influence in learning and precision process and develop some elkinmetekih aspects the study was conducted on junior high yemen team's 10 players , the researcher conducted a reconnance experience and then do the test tribal after providing all the business requirements albayumkaniki of cameras and ather then the application modules and then was alraoualachtbarat posteriori the same conditions tools and team work assistant in the tribal tests in order to adjust all extraneous variables that can affect the work accuracy and private research in albayumkaniki, after the comleation of the specified period after receiving the data has been transferred to acomputer for anaylsis and get on the subjectof search data weare then processed statistically it was offered in the private tables and then discuss scientific aoslob precise and accurate enhanced scientific sources , the researcher has concluded that the educational osillete mirrors and imaging alfdaoa effective and positive effect on some of the indicators elkinmetekih and accuracy run scoring jump of basketball and recommended a researcher at the conclusion of the need to adopt these two methods to learn different skill in the game of basketball and games and ather need to apply such modules on different games and reconstrucation and for both sexes with the need to search vimitgaran bayumkanikih(kinmatk and kinatik) has not been touched upon by the researcher.