



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The effect of an educational program using some aids in learning the skill of scoring with the sole of the foot in football for first-year intermediate female students

Shatha Hussein Mohamed ✉

General Directorate of Education of Salah al-Din Governorate / Tikrit Education Department

Article information

Article history:

Received 20/1/2025

Accepted 26/2/2025

Available online 15, Mar,2025

Keywords:

educational program, aids, scoring,

football, sole of the foot



website

Abstract

The study aimed to: Know the effect of using some aids in learning the skill of scoring with the sole of the foot in football for female students. The researcher used the experimental method on a sample of (60) female students. The sample was divided into an experimental group and a control group. The experimental group consisted of (30) female students and the control group also consisted of (30) female students. An educational program was proposed using aids to learn the skill of scoring with the sole of the foot. The educational program consisted of (12) educational units and continued for (6) weeks at a rate of (2) units per week. After completion, the researcher conducted the post-test and processed the data statistically using the statistical package (SPSS). The researcher concluded that the use of aids in learning the skill of scoring with the sole of the foot for first-year intermediate female students helped the experimental group learn this skill better and had a clear positive effect in raising the level of performance for this skill. The researcher recommended the necessity of using aids in Teaching the skill of scoring with the sole of the foot to first-year middle school students for its positive impact on learning this skill.



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تأثير برنامج تعليمي باستخدام بعض وسائل المساعدة في تعلم مهارة التهديف بباطن القدم بكرة القدم لطالبات الأول متوسط

✉ شذى حسين محمد¹

المديرية العامة لتربية محافظة صلاح الدين / قسم تربية تكريت

الملخص

هدفت الدراسة إلى معرفة تأثير استخدام بعض الوسائل المساعدة في تعلم مهارة التهديف بباطن القدم بكرة القدم للطالبات استعملت الباحثة المنهج التجريبي على عينة قوامها (60) طالبة وقسمت العينة إلى مجموعة تجريبية وأخرى ضابطة وتكونت المجموعة التجريبية من (30) طالبة والضابطة أيضاً من (30) طالبة، وتم اقتراح برنامج تعليمي باستعمال الوسائل المساعدة لتعلم مهارة التهديف بباطن القدم وتكون البرنامج التعليمي من (12) وحدة تعليمية واستمر لمدة (6) أسابيع وبواقع (2) وحدة في الأسبوع، وبعد الانتهاء قامت الباحثة بإجراء الاختبار البعدي ومعالجة البيانات إحصائياً باستعمال الحقيبة الإحصائية (SPSS) واستنتجت الباحثة إن استعمال الوسائل المساعدة في تعلم مهارة التهديف بباطن القدم لطالبات الصف الأول المتوسط ساعد على تعلم هذه المهارة بشكل أفضل من قبل المجموعة التجريبية وله الأثر الواضح الإيجابي في رفع مستوى الأداء لهذه المهارة واوصت الباحثة بضرورة استخدام وسائل مساعدة في تعليم مهارة التهديف بباطن القدم لطالبات الصف الأول المتوسط لتأثيره الإيجابي على تعلم هذه المهارة

معلومات البحث

تاريخ البحث:

الإستلام: 2025/1/20

القبول: 2025/2/26

التوفر على الانترنت: 15 مارس، 2025

الكلمات المفتاحية:

برنامج تعليمي، وسائل مساعدة، التهديف، كرة القدم، باطن القدم

1.التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

تعد لعبة كرة القدم للصالات للطلّبات من الأنشطة الرياضية الممتعة بالأخص للفتيات كونها لعبة مشوقة وتمتاز بالجماهيرية ولا يمكن للفتيات ممارسة في أي مكان غير ساحات أو قاعات المدرسة أو الأندية أو المنتديات، إضافة إلى كونها تعتبر من متطلبات الدعم النفسي للطلّبات نتيجة ضغوط البيئة والجو الدراسي وهذا يتطلب بالضرورة العمل والبحث عن إيجاد أساليب ووسائل جديدة للتعليم موضوعة على أسس علمية من أجل إعداد طالّبات الأمل لتحسين مستوى الأداء الجيد والوصول إلى نتائج أفضل.

وأن مهارة التهديف من أهم المهارات في اللعبة كونها المهارة التي تحسم من خلالها نتيجة المباراة وتعد ختام لكل المهارات في اللعبة لأن من خلالها تسجل الأهداف ويتفوق الفريق على منافسيه وبالضرورة على الباحثين الاهتمام بهذه المهارة وأن الطرق الحديثة في التدريب تعتمد على استخدام الوسائل المساعدة لتطوير الأداء كما في (Mohan et al., 2024) والمساعدة على التعلم بشكل أسرع وأفضل إذ أن الوسائل تجنب اللاعبين من حدوث الإصابة وكذلك تكسر حاجز الخوف من الفشل في الأداء وتساعدهم على الأداء بشكل تدريجي والوصول إلى القمة بشكل أسرع. كما في دراسة (Mahmoud et al., 2015)

ومن هنا جاءت هذه الدراسة والتي تسلط استخدام بعض وسائل المساعدة في تعلم مهارة التهديف بباطن القدم للطلّبات، وتعرفنا من هذه الدراسة والتي قد تسهم فعلاً في التعرف على إيجاد وسائل مساعدة أفضل في تعلم الطالّبات والتي تؤهلهم في التغلب على صعوبة أدائهم الحركي.

1-2 مشكلة البحث:

تكمن مشكلة البحث من خلال ملاحظة تفاوت مستوى أداء الطالّبات لمهارة التهديف بباطن القدم كون الباحثة مدرسة في إحدى المدارس الثانوية إذ لاحظت أن مستوى الأداء لمهارة التهديف بباطن القدم ليس بمستوى الطموح بسبب عدم مزاولتها بشكل مستمر وعدم وجود مساعدات على تعلمها بشكل متقن، وعدم توفر شروط الأمان الكافية والخطورة المترتبة على ذلك وعدم مزاوله الفتيات هذه اللعبة في الفرق الشعبية، وهذا كله يؤدي إلى ضعف قدرتهم على التهديف. وهنا المشكلة تكمن بالضرورة من دراسة هذه المشكلة دراسة موضوعية من خلال استخدام بعض وسائل المساعدة من قبل المدرسة والتي تضمن للطلّبات السلامة والأمان وتكسر حاجز الخوف من خلال تهيئة الأجواء الصحية والسليمة والتي تمنع حدوث الإصابة أو السقوط عند أداء الطالّبة لمهارة التهديف بباطن القدم. ولذلك تأمل الباحثة في مساهمة البحث في حل مشكلة من مشاكل التعلم في عالم كرة القدم للطلّبات وإيجاد الحلول المناسبة والناجحة لها.

3-1 هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على:

- الفروق في نتائج الاختبار القبلي والبعدي في مهارة التهديف بباطن القدم للمجموعتين التجريبية والضابطة لدى طالّبات الأول متوسط.
- الفروق في الاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة التهديف بباطن القدم للمجموعتين التجريبية والضابطة لدى طالّبات الأول متوسط.

1-4 فرض البحث:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح الاختبار البعدي.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.

1-5 مجالات البحث:

المجال البشري: طالبات الصف الأول متوسط / ثانوية المستنصرية للبنات للعام الدراسي 2025/2024.

المجال المكاني: الساحة الرياضية في ثانوية المستنصرية للبنات.

المجال الزمني: 2024/10/1 ولغاية 2024/12/15.

2- الدراسات النظرية:

1-2 الأجهزة والأدوات المشابهة:

إن التطور التكنولوجي الذي وصلت إليه رياضة كرة القدم من خلال ظهور حركات معقدة وجديدة نتيجة ازدياد صعوبة التنافس جعل المختصون في هذا المجال يهتمون بالمهارة بكافة تفاصيلها إضافة إلى الأجهزة والأدوات المساعدة التي تسهم لتوفير ظروف بيئة تعليمية وتدريبية أسهل للارتقاء والوصول إلى المستوى المطلوب وكذلك توفير السلامة والأمان للطالبات (Samir, 2019)

وهناك الكثير من الأجهزة والأدوات المساعدة في كرة القدم منها (Qasim, 2012)

- 1- تصغير المساحات المقررة القانونية وذلك لتسهيل عملية التهديف.
- 2- استخدام الأهداف الصغيرة (الأهداف التي قياساتها أصغر من الأهداف القانونية).
- 3- استخدام الحواجز البلاستيكية.
- 4- استخدام الكرات وتهديفها بباطن القدم نحو كرة مثبتة.
- 5- استخدام حواجز وقيام الطالبة بالتهديف من أعلى الحاجز.

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

1-3 منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة مشكلة البحث.

2-3 عينة البحث:

شملت مجتمع البحث على (90) طالبة من الصف الأول متوسط للشعب (أ، ب، ج) في ثانوية المستنصرية للبنات/ قسم تربية تكريت، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية (القرعة) وهم الشعبتين (أ، ب) والبالغ عددهن (66) تم اختيار (6) طالبات للتجربة الاستطلاعية واستبعدوا من العينة، وتم تقسيم العينة إلى مجموعتين متكافئتين الأولى تجريبية والثانية ضابطة وبواقع (30) طالبة لكل مجموعة وقد تم إجراء التجانس للعينة إحصائياً في كل من المتغيرات (الوزن، الطول، العمر).

الجدول (1)

يبين تجانس عينة البحث

المتغيرات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (ت) المحتسبة	الجدولية		مستوى الدلالة
	ع	س	ع	س		%1	%5	

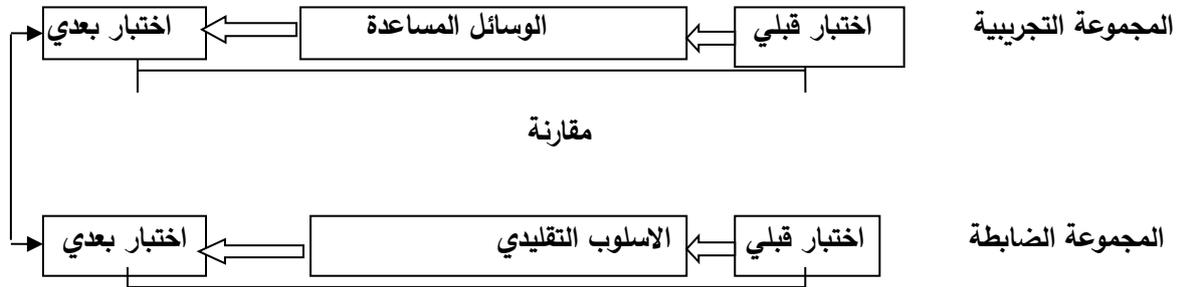
العمر	13	1,3	13,5	1,22	0,1253	2,02	2,69	غير معنوي
الطول	161,7	1,84	161,35	1,35	0,74	2,02	2,69	غير معنوي
الوزن	55,65	0,74	28,05	0,65	0,81	2,02	2,69	غير معنوي

3-3 الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة:

- الحاجز عبارة عن صندوق م الخشب 50سم × 50سم , أهداف صغيرة (1م × 1م × 1م) , الشريط المطاط , الحواجز البلاستيكية , الحلقات الصغيرة , كرات , شريط قياس , بورك للتخطيط , استمارة التسجيل .

3-4 التصميم التجريبي:

إن استخدام التصميم التجريبي الملائم أمر مهم في جميع البحوث التجريبية، إذ إعتمدت الباحثة على التصميم التجريبي للمجموعات المتكافئة ذات الاختبار القبلي والبعدي، والشكل (1) يوضح ذلك.



الشكل (1)

يوضح التصميم التجريبي للمجموعتين

3-5 اختبار التهديف بباطن القدم:

- اسم الاختبار: التهديف من الكرات الثابتة بباطن القدم على ست تقسيمات (Al-Jubouri, 2008)
- الهدف من الاختبار: قياس دقة التهديف من الكرات الثابتة على ستة تقسيمات للاعب كرة القدم للصالات.
- الأدوات المستخدمة: كرات قدم قانونية ، هدف كرية قدم للصالات .
- طريقة الاداء : يقوم المختبر بتهديف (12) كرة من مسافة (10) أمتار على التقسيمات المرسومة على الهدف بشكل ست مربعات طول ضلع الواحد منها (1م) ثلاثة في الاعلى وثلاثة في الاسفل بحيث يبدأ ترقيم المربعات من الزاوية اليسرى العليا بالرقم (1) وترقم باقي المربعات وباتجاه عقرب الساعة بالأرقام المتبقية من (2-6) ويبقى اعادة التسلسل مرة اخرى.
- شروط الاختبار :
- * يجب أن يكون التهديف من خط البداية.
- * للمختبر الحق في استخدام أي القدمين للتهديف علما بان (الجزء المستخدم للتهديف يحدد من الباحثة وحسب الهدف) .
- التسجيل :
- *يمنح المختبر (1) درجة اذا لمست الكرة التقسيم المطلوب وخطوطه .

* يمنح المختبر (صفر) اذا لم تلمس الكرة التقسيم المطلوب او أي من التقسيمات الاخرى أو خارجها ، أو كانت الكرة متدحرجة على الارض اثناء عملية التهديف.

* الدرجة الكلية للاختبار (12) درجة .

عدد المحاولات :

للمختبر محاولتان تحسب له المحاولة الافضل.

3-6 الاسس العلمية للاختبارات:

3-6-1 الصدق:

قامت الباحثة بالحصول على الصدق الظاهري من خلال عرض الاختبار لمهارة التهديف بباطن القدم على مجموعة من الخبراء من ذوي الاختصاص، وللتأكد من صلاحية الاختبارات تم ايجاد الصدق الذاتي والذي هو الجذر التربيعي للثبات اذ اكتسبت صدق ذاتي عالي.

3-6-2 معامل الثبات:

ومن اجل الحصول على ثبات الاختبار قامت الباحثة بتطبيق الاختبار على عينة مجتمع البحث التجربة الاستطلاعية والبالغ عددهم (6) طالبات يوم الأربعاء بتاريخ (2024/10/4) وتم اعادة تطبيقها على عينة البحث نفسها بعد مرور اسبوع وتحت نفس الظروف التي تم فيها اجراء الاختبار الاول وتم ايجاد معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين الاختبارين الأول والثاني وحصلت الباحثة على ثبات الاختبار.

3-7 البرنامج التعليمي:

قامت الباحثة بإعداد برنامج تعليمي للطالبات لتعلم مهارة التهديف بباطن القدم في لعبة كرة القدم وباستخدام الوسائط المساعدة وتم عرض البرامج التعليمي على مجموعة من السادة ذوي الاختصاص وتمت الموافقة عليه، وكانت الوحدات التعليمية بواقع (12) وحدة تعليمية بواقع (2) وحدة تعليمية في الاسبوع واعطيت التمرينات في (القسم الرئيسي) من الوحدة التعليمية تقريبا 50% من مدة القسم الرئيسي للوحدة التعليمية أي تم تخصيص (30 دقيقة) للتعلم بواسطة الوسائل المساعدة علماً أن وقت الوحدة التعليمية يبلغ (40) دقيقة مقسمة كالآتي : القسم التحضيري (5) دقائق والقسم الرئيسي (30 دقيقة) والقسم الختامي (5 دقائق) وسعت الباحثة إلى التدرج باستخدام الوسائل وشدة التمرين وتكراراتها وكذلك خلق الاثارة والتشويق والدافعية نحو التعلم من خلال استخدام وسائل المساعدة لتعلم مهارة التهديف بباطن القدم.

3-8 التجربة الاستطلاعية:

قامت الباحثة بإجراء التجربة الاستطلاعية يوم الاربعاء المصادف 2024/10/11، على تلاميذ من خارج عينة البحث وعددهم (6) طالبات وذلك للوصول إلى نتائج دقيقة قبل تنفيذ البرنامج التعليمي وهدفت التجربة الاستطلاعية إلى ما يلي:

1- صلاحية البرنامج التعليمي للتطبيق بالشكل النهائي

2- مدى ملاءمة زمن الوحدات التعليمية لعينة البحث.

3- إمكانية المدرس على تطبيق التمرينات.

4- صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة .

5- توفير شروط الأمان لسلامة الطالبات.

6- معرفة قدرة فريق العمل المساعد في تنفيذ مهامهم بشكل دقيق

7- تحديد زمن الأداء والتكرارات لكل تمرين.

8- تكوين صورة واضحة عن طبيعة العمل وكيفية التطبيق .

3-9 إجراءات البحث :

3-9-1 الاختبارات القبليّة:

تم إجراء الاختبارات القبليّة لعينة البحث في يوم الثلاثاء 2024/10/17 في ساحة ثانوية المستصيرية، إذ تم إجراء الاختبار القبلي للتهديف بباطن القدم للطالبات وقامت الباحثة تثبيت الظروف المتعلقة بالاختبارات من حيث المكان والزمان والأدوات المستخدمة وطريقة التنفيذ وفريق العمل المساعد ، وذلك من أجل العمل على توفر الظروف نفسها عند تطبيق الاختبارات البعديّة.

3-9-2 التجربة الرئيسيّة:

بعد أن تم إعداد البرنامج التعليمي باستخدام وسائل المساعدة قامت الباحثة بالبدء بالتجربة الرئيسيّة في يوم الأحد الموافق 2024/10/22 واستمرت التجربة مدة (8) أسبوع وبواقع (2) وحدة تعليمية في الأسبوع لكل مجموعة إذ استخدمت المجموعة التجريبية البرنامج التعليمي المقترح من قبل الباحثة لتعليم الطالبات مهارة التهديف بباطن القدم وباستخدام الوسائل المساعدة، أما المجموعة الضابطة قد استخدمت البرنامج التقليدي المعتمد في المنهاج المدرسي لدرس التربية الرياضية.

3-9-3 الاختبار البعدي:

قامت الباحثة بإجراء الاختبار البعدي في يوم الأحد الموافق 2024/12/15 وعلى ساحة ثانوية المستصيرية للبنات وتم إجراء الاختبار بنفس الظروف التي قام عليها الاختبار القبلي.

3-10 الوسائل الإحصائية:

استخدمت الباحثة الحقيبة الإحصائية (SPSS) للتوصل إلى النتائج.

4- عرض النتائج ومناقشتها:

4-1 عرض ومناقشة الاختبارات القبلي بعدي لمجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة التهديف بباطن القدم:

الجدول (2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) ومستوى الدلالة لمجموعتين التجريبية والضابطة في

الاختبارات القبليّة والبعديّة لمهارة التهديف بباطن القدم

المتغير	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحتسبة	Sig	مستوى الدلالة
	س	ع	س	ع			
المجموعة الضابطة	2,56	0,97	4,4	1,4	6,395	0,000	معنوي
المجموعة التجريبية	2,63	1,02	6,65	1,25	8,032	0,000	معنوي

يتبين من الجدول السابق أن هناك فروق ذات دلالة معنوية لكلا المجموعتين بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي وتعزو الباحثة هذا التطور إلى التكرار في الأداء التي يقوم بها الطالبات وإن هذا يزيد من القدرة على التحسن والأداء بشكل أفضل إلا أننا نلاحظ وجود تفوق في المجموعة التجريبية أكبر من نتائج التطور في المجموعة الضابطة وهذا يعود إلى فاعلية البرنامج التعليمي باستخدام الوسائل المساعدة إذ أنها ساعدت على التعلم بشكل أسرع وأيضاً وجود عامل التشويق والإثارة في التمارين وإن وجود الامن والسلامة في أداء التمرينات ساعد بشكل كبير على تغلب الطالبات على الخوف من الخطأ أو حدوث إصابة مما شجعهم الى الأداء دون تردد والقدرة على التحسن في التهديف بباطن القدم، (Mashkoor & Othman, 2025) "إن التكرار المعزز (وسائل مساعدة) يساعد اللاعب على اتقان الحركات الفرعية التي

تتمثل في مجموعتها المهارة المطلوب تعلمها وتحقق التناسق بين هذه الحركات مما يجعل ادائها في تتابع صحيح وزمن مناسب (Al-Baik, 1987)

4-2 عرض ومناقشة الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة التهديد بباطن القدم

الجدول (2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) ومستوى الدلالة لمجموعتين التجريبية والضابطة للاختبارات

البعدية في مهارة التهديد بباطن القدم

المتغير	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (ت) المحتسبة	Sig	مستوى الدلالة
	ع	س	ع	س			
مهارة التهديد بباطن القدم	1,4	4,4	1,25	6,65	3,584	0,000	معنوي

يتبين لنا أن هناك فروقاً معنوية إحصائياً في نتائج الاختبارات لمهارة التهديد بباطن القدم للطالبات ولصالح المجموعة التجريبية، وتعزو الباحثة تلك نتائج إلى المتغير التجريبي الذي تستخدمه كما ترى الباحثة أن استخدام الوسائل المساعدة أثناء التعليم مهمة وضرورية إذ تساعد المتعلم على تعلم المهارة بأسهل وسيلة وبأسرع وقت ممكن وأحسن طريقة كذلك تقلل حصول الإصابات أو أحياب وخاصة حالة ممارسة المهارة لأول مرة، كما " نها تنتج تشجيع المتعلم وتعطيه الثقة في تطبيق النواحي الفنية التي تتطلبها المهارة وهذا ما يجعل أدائها بشكل أفضل لدى المجموعة التجريبية بشكل أسرع وأكثر تأثير ودقة" (Wadih & Hassan, 1999)

5- الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات:

- إن استخدام الوسائل المساعدة في تعلم مهارة التهديد بباطن القدم لطالبات الصف الأول المتوسط ساعد على تعلم هذه المهارة بشكل أفضل من قبل المجموعة التجريبية ولهُ الأثر الواضح الإيجابي في رفع مستوى الأداء لهذه المهارة.
- المجموعة التجريبية أفضل في أداء مهارة التهديد بباطن القدم من المجموعة الضابطة بفضل الوسائل المساعدة المستخدمة.
- أن للوسائل المساعدة تأثير نفسي إذ تحفز الطالبات على الأداء بشكل أفضل وتسهل عليهم عملية التعلم.

5-2 التوصيات:

- توصي الباحثة بضرورة استخدام وسائل مساعدة في تعليم مهارة التهديد بباطن القدم لطالبات الصف الأول المتوسط لتأثيره الإيجابي على تعلم هذه المهارة.
- إجراء بحوث مشابهة على مهارات أخرى ولإشكال التهديد الأخرى في كرة القدم للطالبات.

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في طالبات الصف الأول متوسط / ثانوية المستنصرية للبنات للعام الدراسي 2024/2025

تضارب المصالح

تعلن المؤلفة انه ليس هناك تضارب في المصالح

شذى حسين محمد ShaTha.Hussien@ec.edu.iq

References

- Al-Baik, A. K. (1987). *Measurement in the Sports Field* (p. 122). Dar Al-Maaref.
- Al-Jubouri, A. S. A. (2008). *Design and construction of some offensive skill tests for five-a-side football players* [Unpublished Master's thesis]. University of Mosul.
- Mahmoud, M. A., FadousNamrawi, A. O., & al-Dulaimi, S. H. H. (2015). Impact exercises compromise vehicle (physical skill) in different shapes and spaces on some of the physical variables and speed performance skills of football players for applicants. *Sport Culture*, 6(2).
- Mashkour, N. H., & Othman, I. A. (2025). The relationship of thinking patterns associated with the two halves of the brain to the skills of handling and suppression in indoor soccer for female students of the College of Physical Education and Sports Sciences. *Journal of Sports Education Studies and Research*, 35(1), 57–75.
<https://doi.org/10.55998/jsrse.v35i1.1005>
- Mohan, M. I., Muhammad, L. H., Al-Sahib, H. M. A., & Kazem, M. A. A. (2024). The effect of a manufactured educational method in improving the technical performance and digital level of the high jumping event for female students. *Journal of Physical Education Studies and Research*, 34(1), 17–27. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i1.469>
- Qasim, L. (2012). *Topics in Motor Learning*. Al-Baraq Printing and Publishing House.
- Samir, J. (2019). *Educational Media*.
- Wadih, Y., & Hassan, M. (1999). *Statistical applications and computer uses in physical education research* (pp. 160–161). Dar Al-Kutub for Printing and Publishing.

(1) الملحق

انموذج الوحدة التعليمية للمجموعة التجريبية فاعلية استخدام الوسائل المساعدة لتعلم التهديف بباطن القدم للطالبات
الهدف التعليمي : تعلم مهارة التهديف بباطن القدم رقم الوحدة التعليمية : الاولى زمن الوحدة التعليمية : 40 دقيقة
التاريخ : عدد التلاميذ : (30)

الملاحظات	الشكل التنظيمي	محتوى الفعالية واسلوب تنفيذها	الزمن	النشاط	القسم
		تهيئة جميع اعضاء الجسم	2 د	الاحماء العام	القسم التحضيري (5 دقائق)
تطبيق الاحماء من قبل التلاميذ بصورة صحيحة	اجراء تمارين تهيئة تخدم الطرف السفلي بصورة خاصة	3 د	الاحماء الخاص	
الانتباه والتركيز اثناء الشرح وعرض المهارة بأكثر من نموذج •	شرح وعرض مهارة التهديف بباطن القدم من قبل المدرسة وتطبيقها امام الطالبات	10 د	الجزء التعليمي	القسم الرئيسي (30 دقيقة)
تصحيح اخطاء الممارسة للمتمرين السابق واعطاء الملاحظات التطبيق الفردي (كل طالبة على حدى وبوقت موحد لكل طالبة) تطبيق التكرارات بصورة صحيحة •	1ت التهديف باستخدام صندوق الخشب 2ت التهديف باستخدام الأهداف الصغيرة 3ت التهديف باستخدام الحواجز 4ت التهديف باستخدام الشريط المطاط	20 د	الجزء التطبيقي	
التأكيد على مشاركة جميع الطالبات		لعبة ترويحية داخل منطقة محددة من الملعب	2 د	لعبة ترويحية تخدم المهارات	القسم الختامي (5 دقيقة)
التأكيد على الهرولة الخفيفة •	هرولة خفيفة ثم فسح المجال للأسئلة واعطاء بعض التوجيهات وارجاع الادوات والانصراف	3 د	تمارين استرخاء والانصراف	

انموذج الوحدة التعليمية للمجموعة التجريبية باستخدام الوسائل المساعدة لتعلم مهارة التهديف بباطن القدم للطلّبات

المجموع	الزمن بالدقيقة	الراحة بين التكرارات	الزمن الكلي للتكرارات	عدد التكرار	زمن الممارسة ثا	ت
19,7 د	5,47	25	72 ثا	12	6 ثا	ت 1
	4,40	20	60 ثا	12	5 ثا	ت 2
	4,40	20	60 ثا	12	5 ثا	ت 3
	5,47	25	72 ثا	12	6 ثا	ت 4