



تأثير برنامج تعليمي وفق انموذج مارزانو في تعلم مهارة اللكمة القلع للطلاب بالملاكمة

ا.م.د. سامر عبد الهادي احمد

جامعة كربلاء / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

Sameer.ahmed@uokerbala.edu.iq

الملخص:

تأثير برنامج تعليمي وفق انموذج مارزانو في تعليم بعض المهارات الهجومية لطلاب الملاكمة المقدمة يعد التعلم الحركي من العوم المهمة في مجال الرياضي وله وسيلة مباشرة بما يحققه المتعلم من تعلم للمهارات الرياضية لانه عبارة عن مجموعة عمليات عقلية تحدث خلال التمرين تساعد المتعلم على زيادة امكانياته في التعلم المهاري.

وتعد لعبة الملاكمة احد الالعاب الفردية بالرياضة التي تبث روح المنافسة والترويج بين ممارستها من قبل جميع الاعمار لذا تعد كأى لعبة اخرى لها مبادئها الاساسية التي تشكل الدعامة القوية التي تستند عليها وان تقدم مستوى اي طالب ومدى اتجاهه يعتمد على اتقانه للمهارات الاساسية.

من خلال ملاحظة الباحث وجد ان هناك ضعف في اداء بعض المهارات الاساسية ومنها (لوقفة الاستعداد ,حركة القدمين, اللكمة المستقيمة) وناخذ الضعف سببه قلة تطبيق المناهج التعليمية الحديثة او المناهج التي توضع حسب ميول او رغبات الطلاب وكذلك قلة استخدام الوسائل المناسبة في عملية تسهيل واتقان عملية التعليم . تكمن اهمية البحث في اعداد برنامج تعليمي وفق انموذج مارزانو لتعلم بعض المهارات الاساسية للطلاب بالملاكمة التي تسهم في اكساب المهارات وتسهيل ادائها ومهارتها .

لهذا ارتأى الباحث استخدام انموذج مارزانو ك انموذج جديد مع تمارين وادوات واجهزة مساعدة جديدة لاجل تسهيل عملية التعلم واتقانها بالشكل المطلوب وبالسرعة المناسبة للمهارات الاساسية للطلاب بالملاكمة . والبالغ عددهم (88) طالبا وتم اختيار العينة بشكل عشوائي والبالغين (20) طالبا وبواقع (10) طلاب لكل مجموعة , وهداف البحث الى اعداد



برنامج تعليمي وفق انموذج مارزانو لتعلم بعض المهارات الاساسية للطلاب بالملاكمة وقد استنتج الباحث مايلي :-

1. ان البرنامج التعليمي كان له الدور الكبير في تعلم مهارة اللكمة القلع .
2. تفوق افراد المجموعة التجريبية التي استخدمت لنموذج مارزانو في تعلم مهارة اللكمة القلع على افراد المجموعة الضابطة .

الكلمات المفتاحية :- برنامج تعليمي , انموذج مارزانو , مهارة اللكمة القلع



The effect of an educational program according to the Marzano model in learning the skill of the punch to quit for students in boxing

Dr. Samer Abdel Hadi Ahmed

University of Karbala / College of Physical Education and Sports Sciences

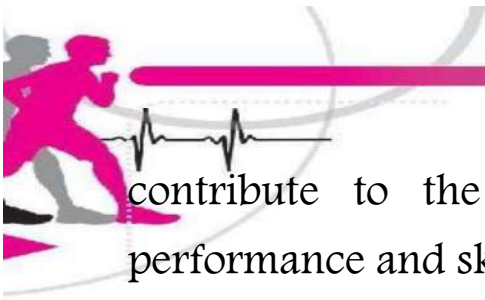
Sameer.ahmed@uokerbala.edu.iq

Abstracts:

The effect of an educational program according to the Marzano model in teaching some offensive skills to boxing students. .

Boxing is one of the individual games in sports that spread the spirit of competition and promotion among its practice by all ages. Therefore, it is like any other game that has its basic principles that form the strong pillar on which it is based, and that the progress of any student's level and direction depends on his mastery of basic skills.

By observing the researcher, he found that there is a weakness in the performance of some basic skills, including (the stand-by, the movement of the feet, the straight punch). Education process . The importance of the research lies in preparing an educational program according to the Marzano model to learn some basic skills for students in boxing that



contribute to the acquisition of skills and facilitate their performance and skill.

For this reason, the researcher decided to use Marzano's model as a new model with new exercises, tools and auxiliary devices in order to facilitate the learning process and master it in the required manner and at the appropriate speed for the basic skills of students in boxing. The number of them is (88) students and the sample was chosen randomly and the adults are (20) students and by (10) students for each group.

1. The educational program had a great role in learning the skill of punching and quitting.
2. The experimental group that used the Marzano model in learning the skill of the punch was superior to the members of the control group.

Keywords: educational program, Marzano's model, the skill of punching and quitting



1-1 المقدمة:

تأثير برنامج تعليمي وفق انموذج مارزانو في تعليم بعض المهارات الهجومية لطلاب الملاكمة المقدمة يعد التعلم الحركي من العوم المهمة في مجال الرياضي وله وسيلة مباشرة بما يحققه المتعلم من تعلم للمهارات الرياضية لانه عبارة عن مجموعة عمليات عقلية تحدث خلال التمرين تساعد المتعلم على زيادة امكانياته في التعلم المهاري

اتجه (القائمون) على العملية التعليمية الى ايجاد وسائل واساليب ونماذج مارزانو التي من خلالها يمكن تنمية التفكير للمتعلم وان استخدام الانموذج التعليمي المناسب يعتمد على نوع الجهاز ومتطلباته وكذلك امكانيات المتعلمين وامكانيات البيئة التعليمية المتوافرة, اذ يمكن من خلال الوسائل المساعدة المناسبة والتي تتفق مع امكانيات المتعلمين بشكل علمي ومع المهارة المراد تعلمها ان تؤدي الى التعلم افضل واسرع.

وتعد لعبة الملاكمة احد الالعاب الفردية بالرياضة التي تبث روح المنافسة والترويج بين ممارستها من قبل جميع الاعمار لذا تعد كأى لعبة اخرى لها مبادئها الاساسية التي تشكل الدعامة القوية التي تستند عليها وان تقدم مستوى اي طالب ومدى اتجاهه يعتمد على اتقانه للمهارات الاساسية وللملاكمة العديد من المهارات منها وقفة الاستعداد وحركة القدمين واللكمة المستقيمة والتي لها دور بارز في الحصول على النقاط والنتائج التي تحسم النزال ومن هنا تكمن اهمية البحث في اعداد برنامج تعليمي وفق انموذج مارزانو لتعلم بعض المهارات الاساسية للطلاب بالملاكمة التي تسهم في اكساب المهارات وتسهيل ادائها ومهارتها

2-1 مشكلة البحث:

من خلال ملاحظة الباحث وجد ان هناك ضعف في اداء بعض المهارات الاساسية ومنها (لوقفة الاستعداد, حركة القدمين, اللكمة المستقيمة) وناخذ الضعف سببه قلة تطبيق المناهج التعليمية الحديثة او المناهج التي توضع حسب ميول اورغبات الطلاب وكذلك قلة استخدام الوسائل المناسبة في عملية تسهيل واتقان عملية التعليم .

لهذا ارتأى الباحث استخدام انموذج مارزانو ك انموذج جديد مع تمارين وادوات واجهزة مساعدة جديدة لاجل تسهيل عملية التعلم واتقانها بالشكل المطلوب وبالسرعة المناسبة للمهارات الاساسية للطلاب بالملاكمة

3 1 اهداف البحث:

1. اعداد برنامج تعليمي وفق انموذج مارزانو بتعلم بعض المهارات الاساسية للطلاب بالملاكمة



2. التعرف على تاثير البرنامج التعليمي وفق انموذج مارزانو لتعلم بعض المهارات الاساسية للطلاب

4-1 فروض البحث:

1. هناك تاثير ايجابي على تاثير البرنامج التعليمي وفق انموذج مارزانو لتعلم بعض المهارات الاساسية للطلاب

5-1 مجالات البحث:

1-5-1 المجال المكاني: قاعة الملاكمة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء

2-5-1 المجال الزمني: 2021/3/15-2020/12/6

3-5-1 المجال البشري: طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء للعام الدراسي 2020-2021

2- منهجية البحث:

1-2 منهج البحث:

استعمل الباحث المنهج التجريبي وذلك لملائمته لمشكلة البحث كون المنهج التجريبي (محاولة للتحكم في المتغيرات باستثناء متغير واحد بهدف تحديد وقياس تاثيره العلمي) حيث تم استعمال تصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية المتكافئتين

2-2 مجتمع البحث وعينته :

حدد الباحث مجتمع البحث بطلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء للعام الدراسي 2020-2021 والبالغ عددهم (88) طالبا وتم اختيار العينة بشكل عشوائي وبالبالغين (20) طالبا وبواقع (10) طلاب لكل مجموعة .

3-2 الاجهزة والادوات المساعدة ووسائل جمع المعلومات:

1-3-2 الادوات والاجهزة المستعملة في البحث:

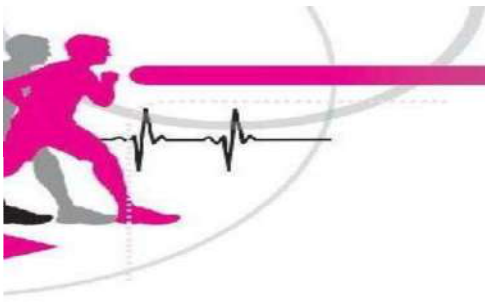
حلبة ملاكمة

صفارة /2

قفازات ملاكمة / 20

حاسبة يدوية /1

اكياس لكم /4



كامرة تصوير فديوية

وسائد حائط / 4

اقراص CD / 10

وسائد يدوية / 4

ساعة توقيت / 2

كراسي ومناظد

حاسبة لابتوب / 1

2-3-2 وسائل جمع المعلومات:

المصادر العربية والاجنبية

الملاحظة

المقابلات الشخصية

استمارة تسجيل البيانات

الاستبيان

4-2 اجراءات البحث:

1-4-2 تحديد المهارات المبحوثة :

تم تحديد مهارة اللكمة القلع بناءا على المنهج الوزاري المتبع في الكلية حيث يتم العمل بهذه المهارة في الكورس الثاني ووفق توقيتات البحث

2-4-2 تحديد الاختبارات:

قام الباحث ومن خلال الاطلاع على البحوث العلمية ذات الاختصاص وبعد اجراء بعض المقابلات الشخصية مع السادة الخبراء ومن ذوي الاختصاص تم تحديد الاختبارات التالية والتي تلائم مشكلة البحث :

1-2-4-2 اختبار اداء اللكمة القلع اليسار واليمين:

توصيف الاختبار:

اسم الاختبار: اختبار اداء اللكمة القلع اليسار واليمين

الغرض من الاختبار: تقويم اداء اللكمة القلع اليسار واليمين

الادوات المستعملة: كفوف , ساعة توقيت , استمارة تسجيل النتائج , درع يدوي .



طريقة الاداء : يتم اداء التمرين من قبل الطالب حيث يؤدي اللكمة القلع اليسار لمدة دقيقة واحدة على الدرع اليدوي .

الشروط : اللكم بمقدمة القفاز , ان تكون مصحوبة بثقل الجسم

التسجيل : تحسب 10 درجات لاداء اللكمة لبقلع اليسار مقسمة الى:

✓ اللكم بمقدمة القفاز / 5 درجات

✓ مصحوبة بثقل الجسم / 5 درجات

ملاحظة : يتم تطبيق ماذكر اعلاه على اللكمة القلع اليمين ايضا

2-4-3 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحث باجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2021/2/10 على عينة مكونة من (10) طلاب من خارج عينة البحث ومن خلال التجربة الاستطلاعية تم الاتي :

➤ التأكد من صلاحية الادوات والاجهزة المستعملة وكفائتها .

➤ التعرف على الوقت المستغرق في اداء الاختبارات .

➤ التعرف على كفاءة فريق العمل المساعد .

➤ استخراج الاسس العلمية للاختبارات .

2-4-4 الاختبارات القبليّة:

قام الباحث باجراء الاختبار القبلي لعينة البحث بتاريخ 2021/2/15 بمساعدة فريق العمل المساعد ومدرس مادة الملاكمة في الكلية وتم تثبيت كافة الملاحظات من حيث الوقت والتاريخ والمكان لاجل الاستفادة منها عند اجراء الاختبار البعدي

2-4-5 التجربة الرئيسية:

➤ قام الباحث بتصميم برنامج تعليمي يتضمن مجموعة من التمارين ووفق انموذج مارزانو ,

وتم تطبيق البرنامج التعليمي على المجموعة التجريبية , اما المجموعة الضابطة فقد

استعملت الاسلوب المتبع من قبل مدرس المادة

➤ استغرق المنهج التعليمي 8 اسابيع بواقع وحدة تعليمية واحدة اسبوعيا .

➤ تم تنفيذ وتطبيق البرنامج التعليمي وفق انموذج مارزانو ضمن الوحدات التعليمية وبزمن

مقداره 90 دقيقة

➤ تم البدء بتنفيذ المنهج التعليمي بتاريخ 2021/2/17 .



➤ كانت اخروحدة تعليمية بتاريخ 2021/4/16 .

➤ وكانت اجراءات التجربة الرئيسة كالآتي:

➤ يقوم الباحث بتقديم كل مايتطلبه المعلم من اجل ادارة الدرس بشكل مثالي يتطابق والبرنامج التعليمي وفق انموذج مارزانو .

➤ يقوم الباحثون بتقديم كل مايتطلبه المتعلم فيما يخص المهارة من التسلسل الحركي بواسطة الصور والرسومات المتسلسلة للمهارة وشرح مفصل للاداء الامثل ثم يقوم الطالب بتصوير الاداء الحركي .

➤ يقوم المدرس بطرح الاسئلة على الطلاب للتعرف على مقدار المعلومات التي حصل عليها الطلاب .

➤ توجيه المجموعة التجريبية بكتابة ملخص ماتعلمه في الوحدة ويقدمها للمدرس لتقييمها واعطاء الدرجة .

➤ طبق البرنامج التعليمي في القسم الرئيسي وفق ابعاد انموذج مارزانو

البعد الاول : الاتجاهات الايجابية نحو التعلم / من خلال مشاهدة الاداء الصحيح عن طريق العرض التوضيحي للمهارة باستخدام جهاز الداتوشو , صور , فديوات تحليلية

البعد الثاني : اكتساب المعرفة وتكاملها / التركيز على النقاط الاساسية لتعلم المهارة والاطفاء الشائعة

البعد الثالث : تعميق المعرفة وصقلها / تقسيم الطلاب الى مجاميع وعرض مجموعة من التمارين وكل مجموعة تختار تمرين معين

البعد الرابع : استخدام المعرفة استخدام ذا معرفة / عن طريق التغذية الراجعة المشتركة بين المدرس والطلاب.

البعد الخامس : عادات العقل المنتجة / بيان وجهة نظر الطالب بالمهارة والتمرينات ورد الفعل

6-4-2 الاختبار البعدي:

الانتهاء من تنفيذ المنهج التعليمي تم اجراء الاختبارات البعدية على عينة البحث بتاريخ 2021/4/20 وقد راعى الباحث تطبيق نفس ظروف وشروط الاختبار القبلي .

5-2 الوسائل الاحصائية:

➤ الوسط الحسابي.



- الانحراف المعياري .
- الوسيط .
- اختبار T.
- معامل الالتواء.

3- عرض وتحليل ومناقشة النتائج :

3-1 عرض وتحليل نتائج الاختبار القبلي والبعدي لمهارة القلع اليسار واليمين للمجموعة التجريبية:

جدول (1) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة T لنتائج الاختبار القبلي والبعدي لاختبار مهارة اللكمة القلع اليمين واليسار للمجموعة التجريبية

نوع الدلالة	T الجدولية	T المحسوبة	البعدي		القبلي		المهارة
			ع	س	ع	س	
معنوي	2,10	57,26	0,22	5,65	0,47	2,86	القلع اليسار
معنوي		49,06	0.20	5,60	0.32	2,93	القلع اليمين

3-2 عرض وتحليل نتائج الاختبار القبلي والبعدي لمهارة القلع اليسار واليمين للمجموعة الضابطة:

جدول (2) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة T لنتائج الاختبار القبلي والبعدي لاختبار مهارة اللكمة القلع اليمين واليسار للمجموعة الضابطة

نوع الدلالة	T الجدولية	T المحسوبة	البعدي		القبلي		المهارة
			ع	س	ع	س	
معنوي	2,10	28,18	0,32	4,93	0,32	2,93	القلع اليسار
معنوي		44,90	0.20	4,90	0.18	2,98	القلع اليمين

3-3 عرض وتحليل نتائج الاختبار البعدي لمهارة القلع اليسار واليمين بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة:

جدول (3) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة T لنتائج الاختبار البعدي لاختبار مهارة القلع اليمين واليسارين لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة

نوع الدلالة	T الجدولية	T المحسوبة	ضابطة		تجريبية		المهارة
			ع	س	ع	س	
معنوي		4,06	0,32	4,93	0,22	5,65	القلع اليسار
معنوي	1,75	14,76	0,20	4,90	0,20	5,60	القلع اليمين

4-3 مناقشة النتائج:

من خلال ما تم عرضه من نتائج في جدول (1) و(2) يتبين وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبليّة والبعديّة لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية, ويعزو الباحث هذا نتيجة للتأثير الإيجابي للبرنامج التعليمي الذي تم تطبيقه والاستخدام الأمثل لمفرداته وكيفية تطبيقه وملاءمته لأشكال المهارة إذ ان التطور الحاصل يعود الى الاستخدام الأمثل لمفردات البرنامج التعليمي مع كيفية تطبيقه وملاءمته لأشكال المهارة وان مبدأ استخدام الأسئلة والاجوبة والحوار والنقاش في الانموذج نفسه والشرح والعرض لكل جزء من اجزاء المهارة في الوحدة التعليمية " ان لآثر الحوار والنقاش وابداء الراي بين افراد المجموعة الواحدة والذي بدوره يجعل لدى المتعلم التذكر العالي لمدة اطول للمعلومات مما يعطي نتائج ايجابية للتعلم "

ان مفردات الوحدات التعليمية وما تحتويه من تمارينات قد اظهرت التأثير من حيث الزمن المخصص والتنظيم والتدرج في تعلم اللكمة القلع عن طريق الشرح والعرض والتمرين وتكراراته والتغذية الراجعة المصاحبة التي قدمها مدرس المادة لافراد المجموعة الضابطة وهذا يتفق مع ما ذكر من ان " تحقق مبدأ مهم جدا من مبادئ التعلم الحركي الا وهو التدرج في التعلم من الاكتساب الى التعلم وصولا الى الثبات "

ان نجاح انموذج مارزانو في ازالة الشعور بالملل والسلبية التي يشعر بها الطالب في ظل الطريق الاعتيادية ومراعاة الفروق وحاجات الطالب وميولهم ودوافعهم نحو التعلم ادى الى تحقيق نتائج افضل في التعلم والاداء " ان استخدام الوسائل التعليمية المختلفة من العوامل الهادفة بالعملية التعليمية إذ انها جزء مهم للارتقاء بتعليم المهارات واكتسابها وتساعد على التغلب على عامل الخوف واكتساب الثقة بالنفس والتشويق والاثارة في العملية التعليمية "



كما يعزوا الباحث ايضا النتائج الايجابية للمجموعة التجريبية الى اعتمادها على البرنامج التعليمي وفق انموذج مارزانو الذي ادى الى التكيف في اداء مهارة اللكمة القلع بمستوى جيد من الدقة والاتقان بسبب الممارسة الفعلية لها الذي اكسب المتعلم القابلية على الاداء مما عزز دقة ادائها وهذا يتفق مع ماتم ذكره " ان التمرينات المركبة تؤدي دورا مهما في تحقيق تعلم المهارات الحركية فعن طريقها يتحسن التوافق ويقلل ظهور الحركات الزائدة "

ومن خلال ما تم عرضه في الجدول رقم (3) الخاص بالاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة يتبين ان هناك فروق معنوية ولصالح المجموعة التجريبية ويعزو الباحث سبب ذلك نتيجة التأثير الايجابي للبرنامج التعليمي المعد من قبل الباحث الذي تم تطبيقه حيث ساعد في استثمار وقت التعلم وبشكل كبير في الحصول على نتائج جيدة في الاختبار البعدي كما ان اعداد التمارين المهارية وفق الانموذج ساعد الطلاب على الاحساس المبكر بالتقدم الناجح نحو الهدف المطلوب .

ان تقديم المعلومات للطلاب مرتبطين وفق ابعاد انموذج مارزانو ساعد في تذكر المعلومات بشكل افضل وكان له الدور الكبير في تحسن الاداء والتعلم " ان تنظيم المعلومات يشكل اهمية كبرى في تسهيل عمليتي الحفظ والاسترجاع من الذاكرة .

4- الاستنتاجات والتوصيات:

1-4 الاستنتاجات:

1. ان البرنامج التعليمي كان له الدور الكبير في تعلم مهارة اللكمة القلع .
2. تفوق افراد المجموعة التجريبية التي استخدمت لنموذج مارزانو في تعلم مهارة اللكمة القلع على افراد المجموعة الضابطة .
3. ان المعلومات التي قدمت الى المعلم والى الطلاب لها دور كبير وفعال في العملية التعليمية من خلال تمكين المعلم ادارة الوحدة بكفاءة وتمكين المتعلم من معرفة المعلومات الخاصة بالمهارة .
4. قدرة الطلاب على ايجاد حلول مناسبة للمواقف التعليمية من خلال استخدام انموذج مارزانو وتفاعلهم المستمر خلال الدرس .



2-4 التوصيات:

1. ضرورة استخدام البرامج والمناهج التعليمية وفق انموذج مارزانوفي تعلم المهارات الاساسية للطلاب بالملاكمة .
2. استخدام انموذج مارزانو على مهارات اخرى بالملاكمة وحسب الفئات العمرية .
3. استخدام انموذج مارزانو لتطوير المستوى المهاري للمهارات الخاصة بالملاكمة .
4. استخدام انموذج مارزانو على العاب رياضية اخرى .

المصادر:

- نوري ابراهيم , صالح فتحي : دليل الباحث لكتابة الابحاث في التربية الرياضية , بغداد , مطبعة الفراهيدي , 2004 .
- جلال عبد الزهرة : تاثير منهج باسلوبي التعلم التعاوني التكاملي والاثقاني باستخدام الوسائط المتعددة في تعليم الاداء الفني وتنمية الجانب المعرفي في رفع الاثقال , رسالة ماجستير جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة , 2013 .
- يعرب خيون : التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق , بغداد , الصخرة للطباعة , 2002 .
- مهند حسين واحمد محمود : فسيولوجيا التدريب الرياضي , عمان , دار وائل للنشر , 2006 .
- صالح محمد علي : علم النفس التربوي , عمان , دار الميسرة للطباعة والنشر , 2003 .
- Ellison , laugh: Emotional intelligence : popular but elusive contrast . Roper Review , Vol.23, issue 3 , 1996 , p138 .

الملاحق

ملحق (1) يوضح التمرينات الخاصة التي استعملت في البحث

اسم التمرين	التسلسل
من وضع الوقوف المواجه الى هدف اللكم اداء لكمة قلع يمين والصد بنفس الذراع من الخارج	A
من وضع الوقوف المواجه الى هدف اللكم اداء لكمة قلع يسار والصد بنفس الذراع من الخارج	B
من وضع الوقوف المواجه الى هدف اللكم اداء لكمة قلع يمين والغطس من تحت الذراع واداء لكمة قلع بالذراع الاخرى	C
من وضع الوقوف المواجه الى هدف اللكم اداء لكمة قلع يسار والغطس من تحت الذراع واداء لكمة قلع بالذراع الاخرى	D
من وضع الوقوف المواجه الى هدف اللكم اداء لكمة قلع يمين ومن ثم سحب الجذع للخلف	E
من وضع الوقوف المواجه الى هدف اللكم اداء لكمة قلع يسار ومن ثم سحب الجذع للخلف	F



ملحق (2) يوضح وحدة تعليمية باستخدام انموذج مارزانو

الملاحظات	النشاط	الزمن	اقسام الوحدة
	10 د / تمارينات احماء عام يشتمل تمارينات عامة لجميع اجزاء الجسم . 10 د / احماء خاص يشتمل تمارينات خاصة باللكمة القلع .	20 د	القسم التحضيري
	معلومات عامة عن اللكمة القلع اليسار واليمين واهميتها ومميزاتها . شرح الاداء الفني للكمة القلع مع ذكر اهم الاخطاء الشائعة لتجنبها والاجابة عن الاستفسارات . عرض صور ورسوم توضيحية على الشاشة للكمة القلع	15 د	القسم الرئيسي النشاط التعليمي 60 د
	-قيام انموذج بعرض لكمة القلع اليسار واليمين امام الطلاب -تطبيق تمرين (A) وبعدها تطبيق تمرين (B) . -اداء اللكمة القلع امام المرأة . -اداء المهارة على كيس اللكم . -اداء المهارة مع التحرك الى الامام والخلف . -اداء المهارة على وسادة الحائط .	45 د 5 د 20 د 5 د 5 د 5 د	النشاط التطبيقي (الممارسة)
	تمارين تهدئة واسترخاء عضلات الجسم اعطاء ارشادات عن اداء مهارة اللكمة القلع اليسار واليمين		القسم الختامي

ملحق (3) يوضح خطوات تنفيذ الدرس وفق الانموذج

الخطوة الاولى:

مشاهدة الاداء الصحيح لتعلم مهارة اللكمة القلع عن طريق جهاز العرض (data show)
والتركيز على النقاط الاساسية لتعلم المهارة (البعد الاول)

الخطوة الثانية:

تحديد المعلومات والمعارف والتاكيد على الاداء الصحيح من خلال الصور التوضيحية حيث يتم التاكيد على النقاط الاساسية والمهمة لاداء مهارة اللكمة القلع (البعد الثاني)

الخطوة الثالثة:

العمل بمجموعات تعاونية واختيار التمارينات التي تسهم في تعميق تعلم مهارة القلع وتحدد الانشطة والتعزيزات بحيث يسهم ذلك في تعلم الطالب للمهارة الموجودة (البعد الثالث)

الخطوة الرابعة :



اختيار التمرينات المناسبة لمستوى المتعلم والتي تسهم في تدعيم وتعميق تعلم مهارة القلع للوصول الى المعنى من استخدام التمرين (البعد الرابع)

الخطوة الخامسة:

بيان وجهة النظر في التدريبات المناسبة لمهارة القلع ثم الانتقال الى مهارة اخرى (البعد الخامس)