

The effect of the Adelson model using enrichment activities on the skill performance of the side and upward punches in boxing for students

Zaid Ali Ahmed, Prof. Dr. Samer Abdel Hadi Ahmed, Asst. Prof. Dr. Abbas Abdel Hamza Kazem

College of Physical Education and Sports Sciences, University of Karbala, Iraq

Zaid_90@gmail.com

Research submission date: 20/01/2023

Publication date: 29/04/2024

Abstract

The game of boxing includes difficult skills that require various coordination, such as the movement of the arms, legs, torso, and head. Through informing the researchers and observing the lectures of the boxing subject at the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Karbala, and after investigating and inquiring with the subject teachers, they found that the students' estimates for three consecutive years fluctuated, although There is difficulty in learning the skill of the side and upward punch, due to students failing to achieve good results due to fear of injury or not using assistive means or techniques and different teaching methods to help learners acquire information and skills. Therefore, the researchers in the current study decided to use the Adelson model for enrichment activities and skill performance. For the side and upward punches for students, the research aimed to prepare enrichment activities in the cognitive achievement and skill performance of the side and upward punches in boxing for students, as well as to identify the effect of the Adelson model using enrichment activities on the cognitive achievement and skill performance of the side and upward punches in boxing for students.

The researchers used the experimental approach in the manner of two equal groups (an experimental group and a control group), where the research sample was represented by (81) students from the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Karbala, the second stage. The curriculum included (8) educational units, with one educational unit per week for each. A group, and the most important conclusions are:

The experimental group that practiced the Adelson model and enrichment activities showed clear superiority over the control group in learning the skillful performance of side and upward punches and their defenses for students.

Keywords: Adelson model, enrichment activities, boxing

[https://doi.org/ 10.58305/ejsst.v5i1i14.454](https://doi.org/10.58305/ejsst.v5i1i14.454)

Email: Zaid_90@gmail.com

This is an open access article.

تأثير أنموذج اديلسون بأستخدام الانشطة الاثرائية في الاداء المهاري للكمتين الجانبية واصاعدة بالملاكمة بالملاكمة للطلاب

زيد علي أحمد ، ا.د سامر عبد الهادي احمد ، ا.م.د عباس عبد الحمزه كاظم

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة كربلاء ، العراق

Zaid_90@gmail.com

تاريخ النشر/2024/04/29

تاريخ تسليم البحث /2024/01/20

الملخص

أن لعبة الملاكمة تتضمن مهارات صعبة تحتاج إلى توافقات متنوعه كحركة الذراعين، والرجلين، والجذع ، والرأس ومن خلال اطلاع الباحثون وملاحظة محاضرات مقرر مادة الملاكمة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء وبعد التقصي والاستفسار من مدرسي المادة وجدو إن تقديرات الطلاب لثلاث سنوات متتالية متذبذبة وإن هناك صعوبة في تعلم مهارة اللكمة الجانبية والصاعدة وذلك من خلال اخفاق الطلبة بتحقيق نتائج جيدة بسبب الخوف من الاصابة او عدم استخدام وسائل او تقنيات مساعدة واساليب تدريسية مختلفة لتساعد المتعلمين على اكتساب المعلومات والمهارات لذلك ارتأى الباحثون في الدراسة الحالية من استخدام انموذج اديلسون بالانشطة الاثرائية والاداء المهاري للكمتين الجانبية والصاعدة للطلاب، فهدف البحث إلى إعداد أنشطة اثرائية في التحصيل المعرفي والاداء المهاري للكمتين الجانبية والصاعدة بالملاكمة للطلاب وكذلك التعرف على تأثير انموذج اديلسون بأستخدام الانشطة الاثرائية في التحصيل المعرفي والاداء المهاري للكمتين الجانبية والصاعدة بالملاكمة للطلاب.

وأستخدم الباحثون المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين (مجموعة تجريبية واخرى ضابطة)، حيث تمثلت عينة البحث بطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء المرحلة الثانية البالغ عددهم (81) طالباً، أشتمل المنهج على (8) وحدات تعليمية ، وبواقع وحده تعليمية في الأسبوع لكل مجموعة، ومن اهم الاستنتاجات :

- أظهرت المجموعة التجريبية التي مارست انموذج اديلسون والانشطة الاثرائية تفوقاً واضحاً على المجموعة الضابطة في تعلم الأداء المهاري للكمتات الجانبية والصاعدة ودفاعتهما للطلاب .

الكلمات المفتاحية: أنموذج اديلسون، الانشطة الاثرائية ، الملاكمة

1-1 المقدمة وأهمية البحث

تشكل النماذج الحديثة جزء رئيسي في عملية إيصال المادة العلمية إلى المتعلمين كونها تجعل المتعلم نشطاً وتجعله متحفزاً للتعليم وتجعله محورا للعملية التعليمية مكتشفاً وباحثاً عن المعلومة بنفسه ويعد أنموذج اديلسون من النماذج القائمة النظرية البنائية حيث يبني هذا النموذج على أساس التكامل بين المحتوى المعرفي وعمليات التعلم ويركز على دور المتعلم في بناء المعرفة التعليمية بنفسه من خلال تفاعله المباشر وغير المباشر مع الآخرين .

ويعد استخدام الأنشطة الاثرائية من الجوانب المهمة لدى المتعلمين لأنها تنقل المتعلم من حالة التلقي السلبي إلى حالة التفاعل الإيجابي اثناء الاداء المهاري للكلمات فهي تعمل على تزويد المتعلمين بأنشطة تعليمية غير تقليدية ووحدات دراسية غير روتينية تهدف إلى تكثيف معلوماتهم وتعميق خبراتهم وتزويدهم بنوع جديد من الخبرات التعليمية يختلف عن الخبرات المقدمة لهم في فصلهم الدراسي أي توفر خبرات تعليمية للطلبة تزيد من عمق واتساع عملية التعلم وتجعلها أكثر جاذبية لهم.

وتعد رياضة الملاكمة واحدة من الألعاب الرياضية التي تخضع إلى العديد من المتغيرات البدنية والحركية والنفسية والعقلية والتي تؤهل المتعلم وتمكنه من تحقيق أهدافه والتفوق على منافسه من خلال الاداء المهاري المتقن والصحيح للكلمات حيث سعى المهتمون والمختصون بهذه اللعبة إلى اعتماد البحث والتقصي عن كل ما هو جديد من أجل التطور والارتقاء بهذه اللعبة ، إذ تمتاز المهارات الأساسية بالملاكمة بنوع معين من الصعوبة ومن هذه المهارات هي مهارتي اللكمة الجانبية واللكمة الصاعدة ، ومن هنا تكمن أهمية البحث باستخدام انموذج تدريسي بأنشطة اثرائية في الاداء المهاري للكمتين الجانبية والصاعدة بالملاكمة للطلاب.

1-2 مشكلة البحث:

مما لا شك فيه إن لعبة الملاكمة تتضمن مهارات صعبة تحتاج إلى توافقات متنوعة كحركة الذراعين، والرجلين، والجذع ، والرأس ومن خلال اطلاع الباحثون وملاحظة محاضراتهم والمقرر الدراسي للملاكمة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء وبعد التقصي والاستفسار من مدرسي المادة وجدوا إن تقديرات الطلاب لثلاث سنوات متتالية متذبذبة وإن هناك صعوبة في تعلم مهارة اللكمة الجانبية والصاعدة وذلك من خلال اخفاق الطلبة بتحقيق نتائج جيدة بسبب الخوف من الاصابة او عدم استخدام وسائل او تقنيات مساعدة واساليب تدريسية مختلفة لتساعد المتعلمين على اكتساب المعلومات والمهارات لذا ارتأى الباحثون استخدام انموذج اديلسون بالانشطة الاثرائية في الاداء المهاري للكمتين الجانبية والصاعدة بالملاكمة للطلاب .

1-3 أهداف البحث:

1- اعداد أنشطة اثرائية في الاداء المهاري للكمتين الجانبية والصاعدة بالملاكمة للطلاب.

2- التعرف على تأثير انموذج اديلسون بأستخدام الانشطة الاثرائية في الاداء المهاري للكمتين الجانبية والصاعدة بالملاكمة للطلاب.

4-1 فروض البحث:

- 1- هناك تأثير ايجابي لنموذج اديلسون في الاداء المهاري للكمتين الجانبية والصاعدة بالملاكمة للطلاب.
- 2- هناك افضلية للتأثير في انموذج اديلسون في الاداء المهاري للكمتين الجانبية والصاعدة بالملاكمة للطلاب بين المجموعة التجريبية والضابطة واصلح المجموعة التجريبية.

5-1 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : طلاب المرحلة الثانية جامعة كربلاء كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

2-5-1 المجال الزماني: 2024/5/2 2024/1/28

3-5-1 المجال المكاني: قاعة الملاكمة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة كربلاء

2- منهج البحث واجراءاته الميدانية

1-2 منهج البحث :

استخدم الباحثون المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين (مجموعة تجريبية واخرى ضابطة) وهذا ما ينسجم ويتطابق مع مواصفات بحثهم كونه أفضل المناهج وأيسرها في تحقيق أهدافه.

2-2 مجتمع البحث وعيناته :

حدد مجتمع البحث بطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء المرحلة الثانية البالغ عددهم (81) طالباً، وتم اختيار عينة البحث من نفس مجتمع البحث موزعين على اربع شعب هي (A,B,C,D) وبالطريقة العشوائية تم اختيار شعبة (A) لتكون مجموعة تجريبية و مجموعة ضابطة وبواقع 10 طالب لكل مجموعة

3-2 وسائل جمع المعلومات والاجهزة والادوات المستخدمة في البحث:

1-3-2 وسائل جمع المعلومات:

- الملاحظة
- الاختبار والقياس
- الاستبانة
- مقابلات الشخصية

2-3-2 اجهزة البحث وادواته

1. حلبة النزال للملاكمة
2. وسادة مدرب (4)
3. اكياس لكم عدد(2)

4. قفازات ملاكمة مع واقبات للراس

5. جهاز حاسوب نوع (dell)

6. حاسبة الكترونية.

7. ساعة توقيت.

2-4-4 إجراءات تحديد المتغيرات :

2-4-4-1 تحديد متغيرات البحث:

قام الباحثون بتحديد متغيرات البحث من خلال مشكلة البحث وهما اللكمة الجانبية واللكمة الصاعدة.

2-4-4-2 تحديد أهم المهارات في مادة الملاكمة للطلاب :

بعد الاطلاع على المنهج المقرر لمادة الملاكمة تم تحديد اهم المهارات في مادة الملاكمة قيد البحث و هي اللكمات الجانبية واللكمات الصاعدة كونهما تدرسان في الفصل الدراسي الثاني .

2-4-4-3 تحديد اهم الاختبارات مهاريه:

يعد الاختبار أداة فاعلة في معرفة مستويات أداء الأفراد وتتبع معدلات تقدمهم فهو " وسيلة أو إجراء يتم بموجبه مواجهة الفرد مجموعة من المطالب يطلب منه يستجيب لها مستقلا عن الآخرين .

وبعد اطلاع الباحثون على عدد من الاطاريح والرسائل العلمية ومصادر القياس والتقويم المتعلقة باختبارات المهارات قيد البحث ، تم إعداد استمارة استبانة بهدف ترشيح أهم الاختبارات الخاصة بالمهارات التي تم تحديدها والتي عرضت على مجموعة من الخبراء وذوي الاختصاص بعد ترشيح عدد من الاختبارات المقننة لكل مهارة من المهارات و روعي في اختيار الاختبارات طبيعة الأداء وتوفر إمكانية تطبيقها والوقت اللازم لأداء تلك الاختبارات ودرجة صعوبتها وقدرتها على التمييز إضافة إلى تمييز معظمها بأسس علمية عالية عند إجرائها من باحثين سابقين.

2-5 توصيف الاختبارات:

2-5-1 توصيف اختبار اللكمة الجانبية:

اسم الاختبار : اختبار اللكم على الكيس

هدف الاختبار : قياس الأداء الفني للكمة الجانبية اليسار والكمة الجانبية اليمين.

الادوات المستخدمة : كيس لكم متوسط الحجم بوزن (13) كغم، صافرة ، استمارة تسجيل، قفازات ملاكمة ، كراسي ومناضد ،

الأداء : يقوم المتعلم بأداء ثلاث لكمات جانبية يسار ثم ثلاث لكمات جانبية يمين على الكيس من وقفة الاستعداد ويتم اختيار أفضل محاولة على أن تتصف المحاولة باللكم بمقدمة القفاز ومتابعة ثقل الجسم للكمة والتغطية الصحيحة بالذراع المعاكسة.

الشروط: العودة إلى وقفة الاستعداد ثم القيام بأداء اللكمة الثانية وهكذا بالنسبة لباقي اللكمات

التسجيل : يتم تسجيل النقاط التي يحصل عليها المختبر من قبل (3) مقيمين مختصين في تعليم وتدريب الملاكمة جالسين على جوانب مكان اداء المتعلم على مسافة (2متر) إذ يقوم كل واحد منهم بتقييم كل لكمة من اللكمات لكل متعلم عند ادائه المهارة ويتم اعطاؤه درجة (1 - 10) وكالاتي : اللكم بمقدمة القفاز / 3 درجات. متابعة ثقل الكتف للكمة / 4 درجات التغطية الصحيحة بالذراع المعاكسة 3 درجات.

2-5-2 توصيف اختبار اللكمة الصاعدة:

اسم الاختبار : اختبار اللكم على كيس اللكم

. **هدف الاختبار :** قياس الاداء الفني المهارة اللكمة الصاعدة اليسار واليمين.

الادوات المستخدمة : كيس لكم متوسط الحجم بوزن 13كم، استمارة تفرغ درجات، قفازات ملاكمة عدد (2)، كراسي ومناضد.

الاداء: يقوم المتعلم بأداء ثلاث لكمات صاعدة يسار ثم ثلاث لكمات جانبية يمين على الكيس من وقفة الاستعداد ويتم اختيار أفضل محاولة على أن تتصف المحاولة باللكم بمقدمة القفاز ومتابعة ثقل الجسم للكمة والتغطية الصحيحة بالذراع المعاكسة.

الشروط: العودة إلى وقفة الاستعداد ثم القيام بأداء اللكمة الثانية، وهكذا بالنسبة لباقي اللكمات

التسجيل : يتم تسجيل النقاط التي يحصل عليها المختبر من قبل (3) مقيمين مختصين في تعليم وتدريب الملاكمة جالسين على جوانب مكان اداء المتعلم على مسافة (مترين) إذ يقوم كل واحد منهم بتقييم كل لكمة من اللكمات لكل متعلم عند ادائه المهارة ويتم اعطائه درجة (1 - 10) وكالاتي : اللكم بمقدمة القفاز / 3 درجات. متابعة ثقل الكتف للكمة / 4 درجات . التغطية الصحيحة بالذراع المعاكسة 3 درجات .

2-6 التجربة الاستطلاعية :

تعد التجربة الاستطلاعية نقطة الشروع التي يبدأ منها كل مشروع بحثي أو دراسة تجريبية للوقوف ومعرفة لما ستكون عليه الخطوات اللاحقة في البحث والكشف عن مواطن الضعف والقوة واختزال الأخطاء التي قد تصادف البحث لاحقاً وتكون "تدريباً عملياً للباحث للوقوف على السلبيات والايجابيات التي من المحتمل إن تواجهه أثناء إجراء بحثه لتفاديها .

وبعد استكمال الإجراءات المطلوبة وللتعرف على العوامل والمعوقات التي من الممكن أن تصادف الباحثون عند تنفيذ التجربة الرئيسية ، ومن أجل الحصول على نتائج صحيحة ودقيقة وفقاً للطرق العلمية المتبعة ، أجرى الباحثون التجربة الاستطلاعية ليوم الاحد الموافق 2024 / 2 / 4 للاختبارات مهارية على عينة من غير عينة البحث ومن مجتمع الأصل والهدف من التجربة الاستطلاعية ماياتي :

1- التعرف على الوقت المناسب لأجراء الاختبارات والقياس وكم يستغرق الأجراء.

2- التعرف على قابلية أفراد العينة لتنفيذ الاختبارات والقياس ومدى ملاءمتها لهم.

3- التعرف على الأجهزة والأدوات اللازمة توفرها واختبار صلاحيتها.

4- تدريب فريق العمل المساعد.

5- استخراج الأسس العلمية للاختبارات.

2-7 الاسس العلمية للاختبارات :

اولا صدق الاختبار: استخدم الباحثون الصدق الظاهري في الاختبارات والمقصود بصدق "الاختبار ان الاختبار يقيس ما وضع من اجله، أي يعطي درجة انعكاس او تمثيلاً لقدرة الفرد . وقد اختار الباحث الاختبارات البدنية من المصادر العلمية ورسائل الماجستير واطارح الدكتوراه ، قد اثبتت انها اختبارات صادقة أي انها تقيس الصفة التي وضعت لأجلها ما عدا اختبار السعة اللاهوائية القصوى.

ثانياً:- ثبات الأختبار: يعد معامل ثبات الاختبار واحد من أهم الأسس العلمية للاختبار او القياس الجيد وقد استخدم الباحثون في إيجاد معامل ثبات الاختبار طريقة الاختبار وإعادة تطبيق الاختبار ، اذ قام الباحثون بأعاده تطبيق الاختبار على نفس افراد عينة التجربة الاستطلاعية وبنفس الإجراءات بفارق زمني 7 أيام بين الاختبار الأول والثاني واستخرج الباحث ثبات الاختبار عن طريق معامل ارتباط (بيرسون) بين قيم الاختبار الأول والثاني.

ثالثاً:- موضوعية الاختبار: تعني موضوعية الاختبار ان الاختبار لا يتأثر بالعوامل الذاتية للمحكمن الذين قائمين على ذلك الاختبار .. أي لا يحدث فيه تباين بين اراء المحكمن . وسوف يقوم الباحث باستخدام معامل الارتباط (بيرسون) بين درجات حكمين عند إعادة الاختبار ، وكما مبين في جدول(1) .

جدول (1)

يبين معامل الثبات والموضوعية للاختبارات قيد الدراسة

الاختبارات	معامل الثبات	مستوى المعنوية	نوع الدلالة	معامل الموضوعية	مستوى المعنوية	نوع الدلالة
اللكمة الجانبية يسار	0.805	0.003	معنوي	0.891	0.000	معنوي
اللكمة الجانبية يمين	0.817	0.001	معنوي	0.899	0.000	معنوي
اللكمة الصاعدة يسار	0.832	0.000	معنوي	0.915	0.000	معنوي
اللكمة الصاعدة يمين	0.880	0.000	معنوي	0.925	0.000	معنوي

8-2 الاختبار القبلي :

بعد استكمال جميع الاجراءات المتعلقة بالتجربة الاساسية قام الباحثون بإجراءات الاختبار القبلي في يوم الاربعاء المصادف 2024/2/14 والمتمثلة باختبارات اللكمة الجانبية واللكمة الصاعدة لمجموعي البحث الضابطة والتجريبية.

9-2 تجانس وتكافؤ عينة البحث:**1-9-2 تجانس العينة :**

قام الباحثون باجراء التجانس على عينة البحث في متغيرات النمو (العمر ، الطول، الوزن) وكذلك المتغيرات التابعة وهي الوسائط المتعددة ونواتج تعلم المهارات الاساسية بالملاكمة لغرض معرفة فيما اذا كانوا في نفس المستوى وكما في جدول(2)

الجدول (2)

يبين تجانس عينة البحث في متغيرات (الكتلة والطول والعمر)

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية بين المجموعات	درجات الحرية داخل المجموعات	قيمة ليفين للوسط الحسابي	مستوى المعنوية	نوع الدلالة
الكتلة	سم	الضابطة	78.0000	4.47214	1	18	0.064	0.803	غير معنوي
		التجريبية	77.9000	3.84274					
الطول	كغم	الضابطة	174.4000	3.09839	1	18	0.135	0.718	غير معنوي
		التجريبية	173.7000	3.40098					
العمر الزمني	شهر	الضابطة	259.2000	10.11929	1	18	0.234	0.634	غير معنوي
		التجريبية	250.8000	10.50714					

2-9-2 تكافؤ عينة البحث:

تم اجراء التكافؤ بين المجموعتين ومن خلال الجدول (3) تبين ان افراد المجموعتين الضابطة والتجريبية كانوا متكافئين وعند جميع المتغيرات المعنية بالدراسة والبحث المتمثلة بـ (اللكمة الجانبية يسار، اللكمة الجانبية يمين، اللكمة الصاعدة يسار، اللكمة الصاعدة يمين) بين مجموعتي البحث باستخدام قيمة (T) المحسوبة بين افراد العينة في الاختبارات القبلية إذ إن الهدف من هذا التكافؤ هو ضمان عدم وجود فروقات بين مجموعتي البحث في هذه الاختبارات وكما في الجدول (3) .

جدول(3)

يبين تكافؤ مجموعتي البحث بالاختبارات والقياسات للمتغيرات قيد الدراسة

2-10 التجربة الرئيسية:

المتغيرات	المجموعة	س	ع	قيمة T المحسوبة	مستوى المعنوية	نوع الدلالة
اللكمة الجانبية يسار	الضابطة	3.1000	0.73786	-0.728-	0.476	غير معنوي
	التجريبية	3.4000	1.07497			
اللكمة الجانبية يمين	الضابطة	3.0000	0.47140	-0.688-	0.500	غير معنوي
	التجريبية	3.2000	0.78881			
اللكمة الصاعدة يسار	الضابطة	3.9000	0.31623	-0.788-	0.441	غير معنوي
	التجريبية	4.1000	0.73786			
اللكمة الصاعدة يمين	الضابطة	3.8000	0.63246	-0.976-	0.342	غير معنوي
	التجريبية	4.1000	0.73786			

بعد استكمال الإجراءات التي تؤهل القيام بإجراء التجربة الأساسية (الرئيسية) والتي تؤكد صلاحية الاختبارات والمرشح لقياس المهارات الأساسية بالملكمة للطلاب سيقوم الباحثون بإجراء تجربتهم الرئيسية على أفراد عينة البحث البالغ عددهم (20) طالباً من طلاب المرحلة الثانية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء إذ سيقوم الباحثون بتطبيق خطوات الأنموذج بعدها يتجه إلى تفرغ البيانات وإجراء المعالجات الإحصائية.

2-10-1 تطبيق الوحدات التعليمية الخاصة:-

لقد قام الباحثون بتطبيق الوحدات التعليمية الخاصة على افراد مجموعة البحث التجريبية بينما طبق افراد المجموعة الضابطة المنهج المتبع من قبل المدرس حيث تم تنفيذ اول وحده تعليمية في يوم الاثنين المصادف 2024/ 2 / 19 وتنفيذ اخر وحدة تعليمية يوم الاثنين المصادف 2024 / 4 / 8 وقد تضمنت الوحدات التعليمية التمرينات المناسبة لتطوير الاداء المهاري للكمتين الجانبية والصاعدة وكذلك الدفاعات الخاصة بهذه اللكمات وتم استخدام الانشطة الاثرائية وبما ينسجم مع امكانيات الطلبة وقد حرص الباحث على ان لا يكون هناك اي اختلاف بين افراد المجموعتين في جميع اجزاء الوحدات التعليمية ماعدا الجزء الخاص بالنشاط التعليمي والنشاط التطبيقي وكان زمن الوحدة التعليمية (90) دقيقة .

- البرنامج التعليمي المقترح :

عند إتمام الباحث للتجارب الاستطلاعية، والاختبارات القبلية عمد إلى إعداد منهج تعليمي خاصاً لإفراد المجموعة التجريبية وتم عرض المنهاج التعليمي المقترح على السادة الخبراء (ملحق) لغرض الاطلاع على المنهاج والتعديل وبيان مدى ملاءمته واطرافه ما يرونه مناسب ، ، تبدأ الوحدة التعليمية الساعة 8.30 صباحاً،

وقد تضمن المنهج (8) وحدات تعليمية وبواقع وحدة تعليمية واحدة في الأسبوع وبزمن قدره 90 دقيقة للوحدة التعليمية الواحدة على وفق وقت درس مادة الملاكمة حيث تم تطبيق خطوات انموذج اديلسون واعطاء الانشطة الاثرائية للمجموعة التجريبية بينما المجموعة الضابطة استخدمت منهج المدرس المتبع وفيما يأتي التوزيع الزمني للمنهج المقترح :

- عدد الأسابيع (8).

- عدد الوحدات التعليمية في الأسبوع (1) وحدة فيكون لدينا (8) وحدات تعليمية.

- زمن الوحدة التعليمية (90) دقيقة .

- الزمن الكلي للوحدات التعليمية (720=8X90) دقيقة .

وقد عرض المنهاج على السادة الخبراء والمتخصصين في مجال طرائق التدريس اذ تم تعديله وتشذيبه ليخرج بالصيغة النهائية على النحو الآتي :

- **القسم الاعدادي(20دقيقة):** ويتم فيه الجانب الاداري الاحماء الذي يتضمن إعداد وتهيئة الجسم والاجهزة الوظيفية ويحتوي على مجموعة من تمارين الاحماء العام من خلال أداء حركات أثناء السير و ثم الهرولة وحركة أجزاء الجسم وتمارين الاحماء الخاص وتتضمن تمارين بدنية متخصصة بلعبة الملاكمة تعنى بتهيئة أجزاء الجسم الذي يقع عليها أداء اللكمات الجانبية واللكمات الصاعدة على الجانب الاداري واخذ حضور وغياب الطلبة و المقدمة (الإعداد العام) و(التمارين البدنية) الأعداد الخاص

- **القسم الرئيسي (60 دقيقة):** ويتم شرح المعلومات الخاصة بأداء اللكمات الجانبية يتم التطبيق العملي للكمات الجانبية بصورة بطيئة وبحركة سريعة وكاملة والتدرج من الحركات البسيطة الى الحركات الصعبة

والمركبة منها (20) دقيقة للجزء التعليمي (شرح المهارة وعرض النموذج) وفق خطوات نموذج اديلسون والذي يتضمن اول خطوة تحفيز الطلاب واثارة دافعتهم من خلال استخدام الانشطة الاثرائية اثناء الشرح وفي الخطوة الثانية من خطوات النموذج سيقوم الطالب ببناء المعرفة ويكتسب المعرفة وفي الخطوة الاخيرة سيقوم الطالب بصقل المعرفة فيربط المعرفة التي تعلمها بالمعرفة الجديدة وبعدها و(40) دقيقة للجزء التطبيقي اي يقوم الطلاب بتطبيق اللكمات الجانبية واللكمات الصاعدة والدفاعات فيما بينهم - **القسم الختامي (15 دقيقة):** وفيه يتم اعطاء تمارين إسترخاء وتهدة الجسم مع إستخدام بعض الحركات البسيطة التي تبدأ بالمشي ثم حركات الأكتاف والرأس والأطراف العليا والسفلى. تشمل مباراة صغيرة وتمارين تهدة واسترخاء .

2-11 الاختبار البعدي :

بعد استكمال جميع الاجراءات المتعلقة بالتجربة الاساسية قام الباحث باجراءات الاختبار البعدي للتحصيل المعرفي واللكمات الجانبية والصاعدة .بتاريخ المصادف يوم الاربعاء 10 / 4 / 2024 وبنفس الظروف التي تمت بالاختبار القبلي

2-12 الوسائل الإحصائية المستخدمة :

سيتم استخدام الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) لمعالجة البيانات واستخراج النتائج.

- الوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- متوسط الفروق .
- معامل ليفين .
- النسبة المئوية .
- اختبار (T) للعينات المترابطة والمستقلة .
- معامل الارتباط البسيط (بيرسون) .

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

3-1 عرض النتائج لمجاميع البحث وتحليلها ومناقشتها

بعد إتمام إجراءات البحث التي تتضمن الخطوات الخاصة بتنفيذ جميع الاختبارات (القبلي والبعدي) وحصول الباحث على البيانات ، ولغرض تحقيق هدف الدراسة الثالث المتضمن (تأثير أنموذج اديلسون بأستخدام الانشطة الاثرائية في الاداء المهاري للكمتين الجانبية والصاعدة بالملاكمة للطلاب) حيث سعى الباحث الى دراسة فرق القياسات القبلي والبعدي لأفراد مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية .

3-1-1 عرض نتائج فرق الاختبارات القبلي والبعدي لأفراد المجموعة الضابطة وتحليلها:

ولكي يتمكن الباحث من معرفة الفرق بين الاختبار القبلي والبعدي لدى افراد المجموعة الضابطة فقد سعى الباحث الى معالجة بيانات الاختبارين القبلي والبعدي احصائيا واستخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري للبيانات والفرق بين الاوساط الحسابية بين الاختبارين القبلي والبعدي عند جميع المتغيرات المبحوثة (اللكمة الجانبية يسار، اللكمة الجانبية يمين، اللكمة الصاعدة يسار، اللكمة الصاعدة يمين) بعدها قام باستخدام اختبار (T) للعينات المترابطة والمتساوية بالعدد كوسيلة احصائية لتحقيق هذا الغرض والاستدلال عن معنوية الفروق بين الاختبارين (القبلي والبعدي) وكما مبين في جدول(4)

جدول(4)

يبين الأوساط الحسابية والانحراف المعياري ومتوسط الفروق والخطأ المعياري للفروق وقيمة t المحسوبة ومستوى المعنوية ونوع الدلالة الإحصائية للاختبارات القبلية والبعدي لمتغيرات البحث للمجموعة الضابطة

المتغيرات	الاختبار	س—	ع	ف—	ع ف—	قيمة T المحسوبة	مستوى المعنوية	نوع الدلالة
اللكمة الجانبية يسار	القبلي	3.1000	0.73786	-2.90000-	0.23333	-12.429-	0.000	معنوي
	البعدي	6.0000	0.66667					
اللكمة الجانبية يمين	القبلي	3.0000	0.47140	-2.80000-	0.29059	-9.635-	0.000	معنوي
	البعدي	5.8000	0.63246					
اللكمة الصاعدة يسار	القبلي	3.9000	0.31623	-1.60000-	0.16330	-9.798-	0.000	معنوي
	البعدي	5.5000	0.52705					
اللكمة الصاعدة يمين	القبلي	3.8000	0.63246	-1.90000-	0.27689	-6.862-	0.000	معنوي
	البعدي	5.7000	0.67495					

3-1-1-1 مناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدي لافراد المجموعة الضابطة:

من خلال النتائج التي توصل اليها الباحث من الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (T) والتي تم عرضها وتحليلها في الجدول(4) للاختبارات المهارية القبلية والبعدي فقد أظهرت وجود فروق

ذات دلالة احصائية بين الاختبارات المهارية القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة ولصالح الاختبارات البعديّة فعند تحليلهما نلاحظ إن المجموعة الضابطة قد اظهرت نتائج ايجابية في اختبارات اللكمة الجانبية يسار، اللكمة الجانبية يمين، اللكمة الصاعدة يسار، اللكمة الصاعدة يمين وان المنهج المعد من قبل المدرس كان فعالا في احداث هذا التعلم ومن ثم ساعد على اظهار تقدم واضح للمجموعة الضابطة ولكن بفروق بسيطة نسبة تعلم الذي صاحب المجموعة التجريبية ، ويتضح لنا من خلال نتائج الأوساط الحسابية القبلية والبعديّة للمهارات قيد الدراسة في الجداول (4) أن قيمة الاختبارات البعديّة أعلى بقليل من الاختبارات القبلية اذ دلت نتائج المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على تحسن في تعلم المهارات وهذا ما أشارت إليه نتائج نسبة التعلم ، أن المنهج التعليمي المتبع في الكلية يركز على الأداء المهاري حصراً دون أن تخضع المجموعة الضابطة لأي تمرينات او أنشطة ووسائل مساعدة على وفق أسلوب تدريسي بسيط مجرد تعرف جوانب أداء الحركة للمهارات الأساسية التي تتكون منها المهارة الحركية ليأخذ المتعلم صورة واضحة عن الأداء . لذا فيعد هذا الأسلوب أسلوباً ضعيفاً اذا ما قورن بالأسلوب المستخدم في المجموعة التجريبية في لعبة الملاكمة لذلك فأنا نجد فروقاً بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية، أن الأسلوب المؤلف المتبع في المنهج التعليمي من القسم الرئيس فلا بد أن يحقق الهدف المهاري في ذلك القسم، كما يؤدي إلى تعزيز الأداء المهاري والوصول إلى مرحلة جيدة في الأداء، ألا أن تعلم تلك المهارات بشكل مقنع ومتوسط لا يتيح نقل المتعلمين إلى مرحلة أعلى كون الوصول إلى مرحلة جيدة في الأداء يعتمد على اختيار التمرينات المناسبة باعتبارها الوسيلة الأساسية للارتقاء والتطور. وهذا يتفق مع ما اشار اليه (ظافر هاشم ، ٢٠٠٢) ان من الظواهر الاساسية لعملية التعلم هو لابد ان يكون هناك تطوير في التعلم ما دام المدرس يتبع خطوات الأسس السليمة للتعلم والتعليم ولكي تكون بداية التعلم سليمة فلا بد من توضيح الشرح والعرض والتمرين على الأداء الصحيح والتركيز عليه لحين ترسيخ وثبات الأداء ، كما أن تزويد المتعلم بالتغذية الراجعة تزيد من دافعية المتعلم وتحثه على الأداء الصحيح برغبة واندفاع ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى وجود مدرس اللعبة والخبرة التي يمتلكها المدرس وتوظيفها لتعلم الطلاب بالإضافة إلى الاستمرار بالدوام لهذه المجموعة من قبل أفراد عينتها أسوة بأفراد المجموعة التجريبية وكما ويرى الباحث ان للأسلوب التعليمي المتبع من قبل مدرس مادة الملاكمة له تأثير في تعلم الطلاب للكمة الجانبية واللكمة الصاعدة ودفاعاتها ، لذا يعزو الباحث ان هذا التطور لأفراد المجموعة الضابطة التي اعتمدت التمرينات التي اعتمدها مدرس المادة الى تكرارات مناسبة التي رافقت الوحدات التعليمية في تعلم تلك اللكمات ، فضلا عن اداء التمرينات المستمرة اخذين بنظر الاعتبار ملائمتها لقدرات وقابليات الطلاب وكذلك التدرج في مستوى الصعوبة للكمة الجانبية اليمين واللكمة الجانبية اليسار واللكمة الصاعدة اليمين واللكمة الصاعدة اليسار التي تضمن الاداء من قبل جميع الطلاب بصورة متكررة ولعدة مرات

3-1-2 عرض نتائج فرق الاختبارات القبلية والبعديّة لإفراد المجموعة التجريبية وتحليلها:

ولكي يتمكن الباحث من الكشف عن الفرق بين الاختبارات القبليّة والبعدية لأفراد المجموعة التجريبية سعى الى معالجة البيانات احصائيا واستخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري والخطأ المعياري والفرق بين الاوساط الحسابية بين الاختبارين القبلي والبعدى وعند جميع المتغيرات قيد الدراسة والبحث وهي (اللكمة الجانبية يسار، اللكمة الجانبية يمين، اللكمة الصاعدة يسار، اللكمة الصاعدة يمين) وبعدها قام الباحث باستخدام اختبار (T) للعينات المترابطة كوسيلة احصائية للوقوف على معنوية الفروق وهل ان الفروق والتباينات راجعة الى اختلاف حقيقي او الى المصادفة والجدول (5) يبين ذلك

جدول(5)

يبين الأوساط الحسابية والانحراف المعياري ومتوسط الفروق والخطأ المعياري للفروق وقيمة t المحسوبة ومستوى المعنوية ونوع الدلالة الإحصائية للاختبارات القبليّة والبعدية لمتغيرات البحث للمجموعة التجريبية

المتغيرات	الاختبار	س—	ع	ف—	ع ف—	قيمة T المحسوبة	مستوى المعنوية	نوع الدلالة
اللكمة الجانبية يسار	القبلي	3.4000	1.07497	-3.90000-	0.31447	-12.402-	0.000	معنوي
	البعدى	7.3000	0.48305					
اللكمة الجانبية يمين	القبلي	3.2000	0.78881	-3.90000-	0.34801	-11.207-	0.000	معنوي
	البعدى	7.1000	0.73786					
اللكمة الصاعدة يسار	القبلي	4.1000	0.73786	-2.50000-	0.42817	-5.839-	0.000	معنوي
	البعدى	6.6000	0.84327					
اللكمة الصاعدة يمين	القبلي	4.1000	0.73786	-2.60000-	0.30551	-8.510-	0.000	معنوي
	البعدى	6.7000	0.67495					

3-1-2-1 مناقشة نتائج فرق الاختبارات القبليّة والبعدية لإفراد المجموعة التجريبية:

في الجدول (5) تبين ان هناك فروقا معنوية بين الاوساط الحسابية في الاختبارين القبلي والبعدى ولافراد المجموعة التجريبية في متغيرات اللكمة الجانبية يسار، اللكمة الجانبية يمين، اللكمة الصاعدة يسار، اللكمة الصاعدة يمين، ويرى الباحث ان مرد هذا الفرق المعنوي هو استخدام الانشطة الاثرائية والتنويع في استخدامها وكذلك التدرج الصحيح في خطوات نموذج اديلسون مما ساعد على تطوير الاداء المهاري للكمة الجانبية والصاعدة لدى طلاب المجموعة التجريبية مما اظهر وجود فروق حقيقية بين الاختبارين

القبلي والبعدى لدى طلاب المجموعة التجريبية ، وان هناك فرقا معنويا بين الاوساط الحسابية في الاختبارين القبلي والبعدى لأفراد المجموعة الضابطة في اللكمة الجانبية يسار، اللكمة الجانبية يمين، اللكمة الصاعدة يسار، اللكمة الصاعدة يمين، وهذا يؤكد ان هناك تأثيرا معنويا للمنهج التعليمي باستخدام نموذج اديلسون والانشطة الاثرائية في تطوير الاداء المهاري للكمتين(الجانبية والصاعدة) والمطبق من قبل الباحث استجابة الطلاب لكافة متطلبات التعلم من خلال الوحدات التعليمية والى ما تتخلله من تنمية الاداء المهاري باعتباره من اهم الوسائل الفعالة لإبراز الطاقات والمحافظة على المستوى وتحقيق الاهداف ، اذ اشار (نزار الطالب وكامل الويس، 2000) "ان الرياضي الذي يسعى نحو هدف معين سيكون له حافز في عمله ، وان العمل من دون هدف هو عمل عقيم وممل فيجب على المربي الرياضي ان يساعد الرياضي في وضع هدف مناسب له يستطيع تحقيقه كي يكون للتمرين قيمة ولكي يعرف الرياضي مدى تقدمه".

ويرى الباحثون ان استخدام الانشطة الاثرائية وخطوات الانموذج(اديلسون) وفق مجموعات يسودها الالفة والتعاون يخلق بيئة مثالية للتعلم وخاصة في رياضة الملاكمة حتى يتم عزل جميع المؤثرات الخارجية عن الطالب والتركيز يكون على المهارة وايضا تماشيا مع التطور الحاصل للاداء المهاري في عملية التعلم وزيادة التشويق والاثارة لدى الطلاب وكسر الروتين المعتاد عليه عند اداء المهارات في المحاضرة فيجعلهم متفاعلين فيما بينهم من خلال الشعور بالمسؤولية لانجاز المهمات .

ومن جهة اخرى يعزو الباحثون كذلك هذا التطور في الاختبارات البعدية للمهارات قيد الدراسة للمجموعة التجريبية الى ملائمة تطبيق (انموذج اديلسون) لهذه العينة في الارتقاء وتطوير وتحسين المهارات المبحوثة في لعبة الملاكمة ، باعتباره نموذجا فاعلا في إمكانية اعتماد مختلف السبل التي تمكن الفرد من إتقان تعلمه سواء أكانت ذهنية من خلال عصفه الذهني وطريقة التفكير ومراحل التطبيق العملية للأنموذج التي تهئ الوقت الكافي لتعلم المهارة ، " ان فالمعيار النهائي للنجاح هو اجتياز المستوى المحدد لإتقان الوحدة بغض النظر عن الوقت والجهد المبذول" .

2-3 عرض نتائج الاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية وتحليلها ومناقشتها:

تحقيقاً لهدف الدراسة الرابع المتضمن (التعرف على أفضلية التأثير ما بين انموذج اديلسون باستخدام أنشطة اثرائية والانموذج المتبع من قبل المدرس في الاداء المهاري للكمتين الجانبية والصاعدة بالملاكمة للطلاب) سعى الباحث إلى استخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري والخطأ المعياري لبيانات أفراد مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في القياس البعدى واستخدام اختبار (T) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد كوسيلة إحصائية لتحقيق هذا الغرض واستخراج قيمة(T) المحسوبة التي هي محك الحكم في ضوء مقارنتها بقيمتها الجدولية فيما اذا كانت هناك فروق معنوية بين المجموعتين والجدول (6) يبين ذلك:

جدول(6)

يبين الأوساط الحسابية والانحراف المعياري وقيمة t المحسوبة ومستوى المعنوية ونوع الدلالة الإحصائية للاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية لمتغيرات البحث

المتغيرات	المجموعة	س	ع	قيمة T المحسوبة	مستوى المعنوية	نوع الدلالة
اللكمة الجانبية يسار	الضابطة	6.0000	0.66667	-4.993-	0.000	معنوي
	التجريبية	7.3000	0.48305			
اللكمة الجانبية يمين	الضابطة	5.8000	0.63246	-4.230-	0.001	معنوي
	التجريبية	7.1000	0.73786			
اللكمة الصاعدة يسار	الضابطة	5.5000	0.52705	-3.498-	0.003	معنوي
	التجريبية	6.6000	0.84327			
اللكمة الصاعدة يمين	الضابطة	5.7000	0.67495	-3.313-	0.004	معنوي
	التجريبية	6.7000	0.67495			

3-2-1 مناقشة نتائج الاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية):

ومن واقع نتائج التحليلات الإحصائية لبيانات الاختبار البعدي لإفراد المجموعتين الضابطة الذي اعتمدت الأسلوب التعليمي المتبع من قبل مدرس مادة الملاكمة والتجريبية التي استخدمت خطوات الانموذج والانشطة الاثرائية، لذا فيعزو الباحث نتائج هذه الإحصائيات إلى صالح المجموعة التجريبية وذلك من خلال ما حققته من نتائج متطورة في المتغيرات (اللكمة الجانبية يسار، اللكمة الجانبية يمين، اللكمة الصاعدة يسار، اللكمة الصاعدة يمين)، إذ ظهر جليا تفوق طلاب المجموعة التجريبية لذا يعزو الباحثون ان مرد هذا التطور والتفوق للمجموعة التجريبية التي مارست انموذج اديلسون والانشطة الاثرائية في الاختبارات البعدية وكما بينتها النتائج يعود الى عدة اسباب منها ، الى تطبيق المنهج التعليمي (لأنموذج اديلسون)

ويرى الباحثون ان استخدام هذا الانموذج مع الانشطة قد اكد على ربط الخبرات الجديدة بالخبرات السابقة وتفاعل الطلبة في الدرس وزيادة المشاركة الايجابية لديهم وكسر حاجز الخجل والخوف وتعطي تغذية راجعة بشكل فوري ومفصل وعمل ايضاً على استثمار جيد للفروق الفردية حيث اصبحت تلك الفروق

عاملاً مساعداً على التطوير من خلال متابعة المدرس لاداء الطلاب ومراقبته لأدائهم وهذا كله قد يساهم في تطوير ادائهم المهاري في المهارات قيد الدراسة

لملائمته من ناحية التنظيم والاخراج لهذه المجموعة كونه من الاساليب التعليمية النشطة وهذا النوع من النماذج يعمل على زيادة اهتمام الطلاب ويجعل في حالة انتباه مستمر لانشغالهم بالمهام المكلفين بها اثناء تطبيق خطوات الانموذج في الوحدة التعليمية وتفاعلهم معها حيث يشير (زيد الهويدي ، 2005) أن " اساليب التعلّم النشطة تهدف إلى تعليم المتعلم كيف يتعلم ؟ وكيف يفكر؟ وكيف يشارك بفاعلية ؟ من خلال استراتيجياتها التي تجعل المتعلمين أكثر فاعلية وتنمي لديهم المهارات الجديدة التي تساعدهم على التكيف مع المستجدات ، ومن خلالها يتحولون من الحالة السلبية إلى الحالة الديناميكية النشطة ، مما يساعد على اكتساب الخبرات التعليمية بطريقة فعالة " وقد ساهم التدرج في خطوات انموذج اديلسون مع اعطاء الانشطة الاثرائية في تنمية ورفع المستوى التعليمي والمهاري للطلاب مما عمل هذان الاثنان على زيادة الثقة بالنفس لدى الطلاب وتشجيعهم على المثابرة مما ادى بدوره على زيادة التعلم وهذا ما حصل مع المجموعة التجريبية وكما ان تقديم المعلومات للطلاب كان مرتبا ومنظما ومرتبطا وفق ابعاد وخطوات انموذج اديلسون مع الانشطة الاثرائية على طلاب المجموعة الضابطة الذين استخدموا الطريقة المتبعة من قبل مدرس المادة

وقد أكده (عبد السلام) ايضاً بأن طرائق وأساليب التدريس التي تعتمد على غرس وتنمية السمات الشخصية تثير اهتمام الطلاب وتدفعهم للتعلم وتشويقهم للمعرفة ، كما انها تدفعهم للمشاركة مع المعلم ، وتراعي الفروق الفردية ، وتساعد في تحقيق أهداف المنهج ، وتتفق مع طبيعة النشاط العقلي للطلاب" .

4- الاستنتاجات والتوصيات :

1-4 الاستنتاجات :

1. للمنهج المعد وفق أنموذج اديلسون تأثيراً إيجابياً في سرعة تعلم مهارتي اللكمة الجانبية والصاعده للطلاب .
2. أظهرت المجموعة التجريبية التي مارست انموذج اديلسون والانشطة الاثرائية تفوقاً واضحاً على المجموعة الضابطة في تعلم الأداء المهاري للكلمات الجانبية والصاعده للطلاب .
3. ساهم انموذج اديلسون في تحفيز الطلاب نحو الأداء الجيد ومستوى اتقان المهارات بشكل فاعل .

2-5 التوصيات :

1. ضرورة استعمال المنهج التعليمي وفق أنموذج اديلسون في تعلم الأداء الفني ودقة المهارات الاساسية بالالعاب الاخرى.
2. التأكيد على استعمال المنهج التعليمي وفق أنموذج اديلسون في تعلم الأداء الفني ودقة المهارات الاساسية بالالعاب الرياضية الاخرى وللمرحل الدراسية كافة .

- أحمد زهير كطان: تأثير استراتيجيات التعلم التعاوني بأسلوب المحطات في التحصيل المعرفي وتعليم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للطلاب، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة ذي قار، 2018 .
- حيدر عبد الرزاق كاظم العبادي: أساسيات كتاب البحث العلمي في التربية البدنية وعلوم الرياضة: ط1 البصرة، دار الغدير للطباعة والنشر المحدود، 2015 .
- زيد الهويدي: مهارات التدريس الفعال ، العين ، دار الكتاب الجامعي ، 2005 .
- ظافر هاشم إسماعيل: الأسلوب التدريسي المتداخل وتأثيره في التعلم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة تعليم التنس، اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2002 .
- حسن علي كاظم جاسم: اثر تمرينات التوافق الحركي بالأسلوبين الثابت والمتغير وفق التفضيل الحسي في تعلم اللكمة الجانبية والصاعدة بالملاكمة للطلاب، رسالة ماجستير ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة كربلاء، 2015 .
- حيدر عبد علي حمزة: تأثير تمرينات خاصة على وفق بعض المتغيرات البايوميكانيكية في تطوير قوة اللكمة الجانبية وادائها بالذراع المعاكسة للرجل الأمامية للملاكمين بوزني (75,64) كغم ، رسالة ماجستير ، جامعة بابل / كلية التربية الرياضية ، 2010 .
- عبد السلام مصطفى : أساسيات التدريس والتطوير المهني للمعلم ، المنصورة ، أياك كوبي سنتر ، 2000 .
- عفاف عبد الكريم: التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية، مطبعة خضر، الاسكندرية، 1990م .
- محمد جاسم الياسري. الاسس النظرية لاختبار التربية الرياضية: ط1 ، النجف الأشرف ، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2010 .
- نزار الطالب وكامل لويس: علم النفس الرياضي، جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 2000 .

الملحق (1)

يوضح استمارة تقويم الأداء للكلمة الجانبية
استمارة تسجيل نتائج اختبار اللكم على كيس اللكم

ت	الاسم	تقسيم الدرجة							
		1		2		3		درجة احسن محاولة	
		يسار	يمين	يسار	يمين	يسار	يمين	يسار	يمين
1	اللكم بمقدمة القفاز 3								
	متابعة ثقل الكتف للكمة 3								
	التغطية الصحيحة 4								
	دفاع الصد								
	دفاع الغطس								
2	اللكم بمقدمة القفاز 3								
	متابعة ثقل الكتف للكمة 3								
	التغطية الصحيحة 4								
	دفاع الصد								
	دفاع الغطس								
3	اللكم بمقدمة القفاز 3								
	متابعة ثقل الكتف للكمة 3								
	التغطية الصحيحة 4								
	دفاع الصد								
	دفاع الغطس								
4	اللكم بمقدمة القفاز 3								
	متابعة ثقل الكتف للكمة 3								
	التغطية الصحيحة 4								
	دفاع الصد								
	دفاع الغطس								
5	اللكم بمقدمة القفاز 3								
	متابعة ثقل الكتف للكمة 3								
	التغطية الصحيحة 4								
	دفاع الصد								
	دفاع الغطس								
6	اللكم بمقدمة القفاز 3								
	متابعة ثقل الكتف للكمة 3								
	التغطية الصحيحة 4								

					دفاع الصد		
					دفاع الغطس		
					اللكم بمقدمة القفاز 3	7	
					متابعة ثقل الكتف للكلمة 3		
					التغطية الصحيحة 4		
					دفاع الصد		
					دفاع الغطس		
					اللكم بمقدمة القفاز 3	8	
					متابعة ثقل الكتف للكلمة 3		
					التغطية الصحيحة 4		
					دفاع الصد		
					دفاع الغطس		
					اللكم بمقدمة القفاز 3	9	
					متابعة ثقل الكتف للكلمة 3		
					التغطية الصحيحة 4		
					دفاع الصد		
					دفاع الغطس		
					اللكم بمقدمة القفاز 3	10	
					متابعة ثقل الكتف للكلمة 3		
					التغطية الصحيحة 4		
					دفاع الصد		
					دفاع الغطس		

اسم المقوم :

التوقيع :

التاريخ :

استمارة تقويم الأداء للكلمة الصاعدة

استمارة تسجيل نتائج اختبار اللكم على كيس اللكم

ت	الاسم	تقسيم الدرجة		1		2		3		درجة احسن محاولة
		يسار	يمين	يسار	يمين	يسار	يمين	يسار	يمين	
1		اللكم بمقدمة القفاز 3								
		متابعة ثقل الكتف للكمة 3								
		التغطية الصحيحة 4								
		دفاع بسحب الجذع								
		دفاع بسحب خطوة للخلف								
2		اللكم بمقدمة القفاز 3								
		متابعة ثقل الكتف للكمة 3								
		التغطية الصحيحة 4								
		دفاع بسحب الجذع								
		دفاع بسحب خطوة للخلف								
3		اللكم بمقدمة القفاز 3								
		متابعة ثقل الكتف للكمة 3								
		التغطية الصحيحة 4								
		دفاع بسحب الجذع								
		دفاع بسحب خطوة للخلف								
4		اللكم بمقدمة القفاز 3								
		متابعة ثقل الكتف للكمة 3								
		التغطية الصحيحة 4								
		دفاع بسحب الجذع								
		دفاع بسحب خطوة للخلف								
5		اللكم بمقدمة القفاز 3								
		متابعة ثقل الكتف للكمة 3								
		التغطية الصحيحة 4								
		دفاع بسحب الجذع								
		دفاع بسحب خطوة للخلف								
6		اللكم بمقدمة القفاز 3								
		متابعة ثقل الكتف للكمة 3								
		التغطية الصحيحة 4								
		دفاع بسحب الجذع								
		دفاع بسحب خطوة للخلف								

						اللكم بمقدمة القفاز 3	7
						متابعة ثقل الكتف للكمة 3	
						التغطية الصحيحة 4	
						دفاع بسحب الجذع	
						دفاع بسحب خطوة للخلف	
						اللكم بمقدمة القفاز 3	
						متابعة ثقل الكتف للكمة 3	8
						التغطية الصحيحة 4	
						دفاع بسحب الجذع	
						دفاع بسحب خطوة للخلف	
						اللكم بمقدمة القفاز 3	
						متابعة ثقل الكتف للكمة 3	
						التغطية الصحيحة 4	9
						دفاع بسحب الجذع	
						دفاع بسحب خطوة للخلف	
						اللكم بمقدمة القفاز 3	
						متابعة ثقل الكتف للكمة 3	
						التغطية الصحيحة 4	
						دفاع بسحب الجذع	10
						دفاع بسحب خطوة للخلف	
						اللكم بمقدمة القفاز 3	
						متابعة ثقل الكتف للكمة 3	
						التغطية الصحيحة 4	
						دفاع بسحب الجذع	
						دفاع بسحب خطوة للخلف	

اسم المقوم :

التوقيع :

التاريخ :