

# تأثير أسلوبى (المواجهة والمحطات) فى تعلم وتنمية القوة المميزة بالسرعة والمرونة وبعض أنواع التصويب للاعبى الارتكاز بكره اليد

جودت بستان لفته

مديرية التربية الرياضية والفنية/ الرياضة الجامعية

جامعة البصرة

الملخص العربى:

أهداف البحث :

١- التعرف على تأثير أسلوبى المواجهة والمحطات فى تعليم وتنمية القوة المميزة بالسرعة والمرونة وبعض أنواع التصويب للاعبى الارتكاز بكره اليد.

٢- التعرف على الفروقات بين نتائج الاختبارات القبلىة والبعدىة للمجموعتين التجريبيتين (المواجهة والمحطات) فى القوة المميزة بالسرعة والمرونة وبعض أنواع التصويب للاعبى الارتكاز بكره اليد.

٣- التعرف على الفروق بين المجموعتين التجريبيتين فى الاختبارات البعدىة للقوة المميزة بالسرعة والمرونة وبعض أنواع التصويب للاعبى الارتكاز بكره اليد.

اهم الاستنتاجات: أسلوب المحطات وخصائصه له التأثير الإيجابى فى تطوير الجوانب البدنية الخاصة للعبة كره اليد لصف الثانى المتوسط.

اهم التوصيات: اعتماد التمرينات المقترحة لأسلوبى أداء المحطات والمواجهة فى درس التربية الرياضية لتعليم وتنمية الصفات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية الهجومية بكره السلة لطلبة الصف الثانى متوسط.

Stylistic effect (confrontation and stations) in the education and development of distinctive force as quickly as And flexibility and some types of correction players focal hand reel

Jawdat orchard gesture

Directorate of Technical Education and sports / sports university

Albasrah university

research goals :

1-to identify the impact of my style of confrontation and stations in the education and development of distinctive force speed and flexibility and some types of correction players focal hand reel.

2-to identify the differences between the results of the tests and tribal posteriori for the two experimental groups (confrontation and stations) in distinctive power, flexibility and speed some types of correction players focal hand reel.

3-recognize the differences between the two experimental groups in the post tests Special force speed and flexibility and some types of correction players focal hand reel.

The most important conclusions: Method stations and characteristics have a positive influence in the development of the physical aspects of the game of handball second grade average.

The most important recommendations: adoption of the proposed exercise of stylistic performance of the stations and confrontation in the physical education lesson for the education and development of basic physical attributes and skills of offensive basketball for students in the second grade average.

## ١-التعريف بالبحث

### ١-١ المقدمة وأهمية البحث :

تبنى شخصية الطالب من خلال الاهتمام بالمؤسسات التربوية التي تلعب دورا كبيرا في النهوض بالمستوى العلمي والشخصي للطالب والذي بدوره يعكس التقدم للبلد التي يهتم بهذه المؤسسة التربوية لكونها مظهر من مظاهر التربية تعمل على تحقيق أغراض البدنية والعقلية والاجتماعية والنفسية بواسطة النشاط الحركي المختار بهدف التنمية الشاملة المتزنة وتعديل السلوك تحت قياده صالحة .

وتهدف العملية التعليمية بالمراحل الدراسية المختلفة إلى تحقيق النمو الشامل للطالب من جميع الزوايا المعرفية والنفس الحركي والوجداني .

وبما إن التدريس علم وفن ولأجل إن يتماشى هذا العلم مع تكنولوجيا التعليم الحديثة وجب على المربين المختصين والعاملين في حقل التربية الرياضية إن يدرسوا توقعات المستقبل ويستعدوا لأجل تطوير واقع الحركة الرياضية وإمكاناتها ومن اجل مواكبة هذا التطور علينا أن نهيا أنفسنا لاستقبال التكنولوجيا الحديثة في التدريس والتعليم وتكون أكثر تقدما في العملية التعليمية .

كما أن التربية الرياضية هي جزء أساسي من التربية ألعامة وميدان لتكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والاجتماعية والنفسية والصحية من خلال الممارسة لمختلف الأنشطة الرياضية التي وضعت من اجل تحقيق هذه الإغراض فانه يجب علينا إن نضع البرامج التي تتضمن الأنشطة التي تحقق للمشاركين بها نتائج مفيدة لنموهم وتطورهم من اجل اكتسابهم الصفات البدنية والمهارية وبالتالي بناء أجهزتهم الحركية بكفاءة عالية ومن هنا جاءت أهمية البحث في بناء درس التربية الرياضية وفق أسلوب المواجهة والمحطات وإعطاء التمارين بطريقه علمية مقننة تتضمن التشويق والإثارة في العملية التعليمية حيث يعتبر أداء المواجهة والمحطات من الطرق الهادفة في الأداء لدرس التربية الرياضية وفي تنمية وتثبيت المهارات الحركية وتنمية الصفات البدنية وبذلك قد وضعنا القاعدة الأساسية لبناء شخصية الطالب والنهوض بلعبة كرة اليد من خلال وضع لها أساس بهذه المرحلة العمرية.

### ١-٢ مشكلة البحث:

الاهتمام بالجانب التنظيمي لدرس التربية يساعد على نجاح الدرس، فالدرس المنظم لا يساعد فقط على تأكيد النجاح ولكنه يفضي ايجابية على جو الدرس ككل وعلى العلاقة بين المدرس والطالب . وكذلك على العلاقة بين الطلاب أنفسهم على العكس من ذلك فان لم تبذل عناية خاصة في تنظيم الدرس ضمن المتوقع تقل قدرة الطلاب على التركيز إثناء الدرس، ويؤدي بالتالي إلى عدم استيعاب الأداء وإنفاق المزيد من الوقت والجهد عند الأداء.

وان كل عملية تعليمية تتطلب إجراءات تنظيمية وكذلك جميع الطرق تتطلب في نفس الوقت أسس تنظيمية ،لذا ينبغي مراعاة إن جميع إجراءات عملية التدريس لايمكن تحقيقها إلا في إطار تنظيمي محدد. والتي تتضمن أساسا الأنشطة الحركية المتقدمة والمتنوعة للطلاب والتغير الدائم بالأماكن ، والانتشار الكافي بالصف وكيفية ضم الطلاب في مجموعات بالإضافة إلى المشكلات المرتبطة بالحمل والراحة ومن كل ما تقدم تبنى الباحث مشكلة البحث في استخدام أسلوبى المواجهة والمحطات في درس التربية الرياضية لما لهما من أهمية في عملية التنظيم ولعدم استخدامهما من قبل مدرسى التربية الرياضية في التدريس على حد علم الباحث.

### ١-٣ أهداف البحث :

- ١- التعرف على تأثير أسلوبى المواجهة والمحطات في تعليم وتنمية القوة المميزة بالسرعة والمرونة وبعض أنواع التصويب للاعبى الارتكاز بكرة اليد.
- ٢- التعرف على الفروقات بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعتين التجريبتين (المواجهة والمحطات) في القوة المميزة بالسرعة والمرونة وبعض أنواع التصويب للاعبى الارتكاز بكرة اليد.
- ٣- التعرف على الفروق بين المجموعتين التجريبتين في الاختبارات البعدية للقوة المميزة بالسرعة والمرونة وبعض أنواع التصويب للاعبى الارتكاز بكرة اليد.

### ١-٤ فرضا البحث :

- ١- وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعديّة في تعليم وتنمية القوة المميزة بالسرعة والمرونة وبعض أنواع التصويب للمجموعتين التجريبتين ولصالح الاختبارات البعدية
- ٢- وجود فروق معنوية بين المجموعتين التجريبتين في الاختبارات البعدية في تعليم وتنمية القوة المميزة بالسرعة والمرونة وبعض أنواع التصويب للاعبى الارتكاز بكرة اليد.

### ١-٥ مجالات البحث :

١-٥-١ المجال البشرى : طلبة الصف الثانى متوسط باعمار ١٣-١٤ سنة.

١-٥-٢ المجال المكاني : ساحة الألعاب لمتوسطة الزاكيات للبنين .

١-٥-٣ المجال الزماني : المدة من ٢٠١٣/٢/٣ لغاية ٢٠١٣/١٤/١٨

٢- الدراسات النظرية :

١-٢ الأداء بالواجهة :

١-١-٢ مفهومه ومزاياه

الأداء بالواجهة أسلوب مناسب لأداء جميع التلاميذ لنفس نوع الأداء في وقت واحد وذلك يستطيع المدرس أن يوجه كل إجراءاته التنظيمية للفصل كله كوحدة واحدة وفي هذه الحالة يقع الفصل كله تحت نظر المدرس .

ومن أهم مزايا الأداء بالواجهة ما يلي :

- زيادة شد وفاعلية الأداء نظرا لأن جميع تلاميذ يؤدون نفس الوقت .
- يستطيع المدرس أن يتعرف بصورة جيدة على الأداء الحركى الخاطئ للتلاميذ وكذلك طريقة سلوكهم.
- يمكن توجيه الحمل والراحة للتلاميذ بصورة مباشرة .

- التأثير التربوي والطريق المباشر للمدرس على كل التلاميذ .
- سهولة التنظيم .
- إمكانية إكساب المعارف والمعلومات بصورة جيدة .

#### ومن مآخذ الأداء بالواجهة ما يلي :

- صعوبة تحديد جرعات الحمل لكل تلميذ .
- صعوبة مساعدة كل تلميذ .
- صعوبة التربية الاستقلالية لكل تلميذ .

#### ٢-١-٢ مجال الاستخدام

بالرغم من أن الأداء بالواجهة يستخدم أساسا عند وقوف الفصل كمجموعة واحدة إلا أنه يمكن استخدام هذا الأسلوب عند وقوف الفصل في صفوف أو قاطرات أو مجموعات أو أزواج - المهم أساسا هو قيام التلاميذ بنفس الأداء معا. ويلاحظ عدم وجود فترات انتظار أثناء مسار الأداء عند استخدام هذا الأسلوب . كما أن المدرس يمكنه أن يصدر الأمر بإيقاف الأداء بعد وقت معين طبقا للواجب التعليمي أو التربوي الذي يبغى تحقيقه .

وقد أظهرت التجارب والخبرات أن أسلوب الأداء بالواجهة يصلح للاستخدام في:

- العديد من الواجبات التعليمية لمعظم الأنشطة الرياضية التي يتضمنها منهج التربية البدنية
- جميع أجزاء درس التربية البدنية .
- يناسب الأداء في الجزء التمهيدي من الدرس وعند تكرار الأداء ومحاولة تثبيت الأداء أي أنه يصلح لجميع الأهداف التعليمية .

#### تشكيل حمل الأداء :

يعد الأداء بالواجهة من أساليب الأداء التي تتميز بدرجة عالية من الفاعلية نظرا لأن جميع التلاميذ يؤدون نفس التمرينات ونوع الأداء حيث يمكن التحكم بدرجة كبيرة في الحمل والراحة الأمر الذي يسهم في تنمية صفات بدنية معينة . ويمكن البرهنة على فاعلية أسلوب الأداء بالواجهة من وجهة نظر عامل " زمن الأداء " في ضوء نتائج العديد من البحوث والدراسات العلمية التي أشارت إلى الزيادة الواضحة في زمن الأداء لكل تلميذ في الأجزاء المختلفة لدرس التربية البدنية ( الجزء التمهيدي والجزء الرئيسي والجزء الختامي ) .

وفي طريقه الأداء بالواجهة يمكن تغيير تأثير الحمل باستخدام الإجراءات التالية :

- تغيير درجة صعوبة تمرينات أو مجموعة التمرينات ( مثلا التبادل ما بين التمرينات السهلة والتمرينات الصعبة ) تغيير الأداء من تمرينات متشابهة إلى تمرينات غير متشابهة أو من تمرينات ذات تكوين معين إلى تمرينات ذات تكوين مغاير أو مختلف ) .
- تغيير النقل ( مثلا الأداء بنقل إضافي أو الأداء بدون نقل ) أو الأداء بنقل خفيف أو ثقيل أي الأداء بأداة ثقيلة الوزن أو ذات وزن أخف ) .

- تبادل الأداء بتمرينات فردية أو مجموعة تمرينات أو سلسلة من التمرينات .
- زيادة عدد مرات الأداء في نفس الوحدة أو الفترة الزمنية .
- تغيير العلاقة بين دوام فترة الحمل وفترة الراحة ( مثلا الأداء لفترة دقيقتين والراحة لفترة نصف دقيقة ثم تغييرها إلى الأداء لفترة ثلاث دقائق والراحة لفترة نصف دقيقة ) .
- التشكيل الايجابي لفترة الراحة (أي راحة ايجابية أو نشطة بدلا من راحة سلبية ) .

## ٢-١-٤ بعض وجهات النظر التربوية

يقدم الأداء بالمواجهة إمكانيات تربوية مناسبة من خلال التأثير المباشر للمدرس على جميع تلاميذ الفصل وبخاصة بالنسبة للسلوك النظامي والانتظام في إطار جماعة الفصل والأداء بعناية والأداء المركز والاستخدام الأمثل لزمان الدرس .

ومن خلال الاختبارات المتعددة والمنظمة للمحتويات التعليمية يمكن تحقيق المتطلبات والأهداف باستخدام تشكيلات لها طابع التشويق. كما يمكن الاستفادة من فترات إيقاف الأداء بإعطاء إرشادات ونصائح للتلاميذ وحفزهم على اكتساب المعارف والمعلومات وإثارة دوافعهم لاكتساب أنماط السلوك الهادفة . وفي إطار العمل كله كمجموعة يمكن تحديد متطلبات معينة واختيار مستوى أداء هذه المتطلبات كما يمكن استخدام أسلوب المدح والذم والثواب والعقاب في مواجهة الفصل ككل .

## ٢-٢ مفهوم أسلوب المحطات في التعليم :

الأداء في المحطات يعد طريقة هادفة من طرق الأداء في درس التربية البدنية ويؤدي غالبا بغرض تثبيت المهارات الحركية وتنمية الصفات البدنية ويقوم الطلاب في هذه الطريقة بالأداء بصورة مستمرة (كل تلميذ بعد الآخر مباشرة) في محطات متعددة والتي تشكل في مجموعها دائرة محطات.

ومصطلح (محطة) يقصد بها مكان الأداء وينبغي ملاحظة أن الأداء في محطات لا يعد فقط من خصائص طريقة الأداء في محطات ،بل يمكن استخدامه أيضا عند الأداء في مجموعات أو عند الأداء الدائري ومصطلح (دائرة محطات) يقصد به عدة محطات تشكل في مجموعها وحدة واحدة ويقوم كل طالب بالأداء في كل محطة من هذه المحطات الواحدة بعد الأخرى (مع مراعاة إلا يشترط أن تكون المحطات على هيئة دائرة) ويمكن تنفيذ ذلك بالطريقتين التاليتين<sup>(١)</sup>

- ١- أن تكون هناك دوائر محطات متعددة بعدد المجموعات أو الأقسام الموجودة وتقوم كل مجموعة أو قسم بالأداء في (دائرة محطات) واحدة.
- ٢- كل المحطات الموجودة تصبح دائرة محطات كبيرة ويقوم الفصل بالأداء على جميع هذه المحطات التي تشكل في مجموعها وحدة واحدة ،ولإمكانية التغلب على فترات الانتظار تقوم كل مجموعة بالبدا من أماكن مختلفة في محطات الدائرة.

(١) عنايات محمد احمد فرج . منهاج وطرق تدريس التربية البدنية : دار الفكر العربي ، القاهرة، ١٩٩٨ . ١١٤ .

## ٢-٢-١ تشكيل الحمل بأسلوب المحطات:

عند استخدام طريقة المحطات يكون الأداء بصورة متقطعة - أي يحدث تبادل بين الحمل والراحة سواء داخل دائرة المحطة (مع أعطاء فترات راحة غير كاملة) أو بين دائرة محطة إلى أخرى (مع أعطاء فترة راحة كافية) وبالنسبة لزمن الأداء في كل دائرة محطة قد يصل من (٤-٦) دقائق وفترة الراحة بين دوائر المحطة تتراوح ما بين (٣٠) ثانية إلى (٢) دقيقة ، وفي أثناء فترات الراحة تتاح الفرصة للمدرس لتصحيح الأخطاء وإعطاء التوجيهات الفنية للأداء وبعض التوجيهات التربوية (٢).

وبالنسبة لحجم الحمل يراعى انه :

- كلما زادت فترة أداء الطالب في محطة كلما زادت فترة الراحة بين كل محطة وأخرى .
- مراعاة عدد المحطات بالنسبة لعدد التلاميذ فكلما زاد عدد المحطات عن عدد الطلاب كلما ارتفع مستوى الحمل.
- مراعاة مستوى الطلاب والعلاقة بين حمل الأداء السابق وحمل الأداء الذي يليه ودرجة صعوبة الأداء التالي والظروف الجوية.

- مراعاة تحديد عدد مرات الأداء عند تكرار الأداء داخل محطة حتى يمكن ضمان تثبيت الأداء المهاري وضمان فاعلية الحمل وفي هذه الحالة يحسن أداء تمارينات قليلة وتكرار عدد اكبر من المرات.

## ٢-٢-٢ ويمكن الأداء باستخدام طريقة المحطات على النحو التالي:

- ١- بعد أن يتعود الطلاب الأداء في مجموعات أو أقسام يمكن للمدرس التمهيد لاستخدام الأداء في محطات بالإضافة إلى أداء آخر أو أكثر من أداء رأي إضافة محطة أو محطتين لكل مجموعة.
- ٢- يمكن أثناء الأداء في المجموعات باستخدام واجبات إضافية أن تكون التمارينات متساوية بالقيمة والأداء وبذلك لا يوجد تمارينات أساسية وأخرى إضافية (كما هو الحال في طريقة الواجبات الإضافية ) بل تصبح جميع التمارينات على نفس المستوى وبذلك تشبه طريقة الأداء.
- ٣- عندما يتعود الطالب الأداء المهاري بصورة مستقلة فعندئذ يصبح من السهولة البدء بالأداء بطريقة المحطات مع ضرورة مراعاة أن الغرض الرئيسي للأداء هو تحسين وتطوير الأداء ومحاولة الوصول لأعلى إتقان حركي.

## ٣- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

٣-١ منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمة في حل مشكلة البحث وتحقيق أهدافه .

٣-٢ عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وهم طلبة الصف الثاني متوسط في مدرسة الزاكيات للبنين البالغ عددهم (٤٠) طالبا يمثلان شعبتي ( أ-ب) تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبيتين بالطريقة العشوائية

(بالقرعة) بحيث أصبحت شعبة (أ) المجموعة التجريبية الأولى التي تؤدي أسلوب المواجهة وشعبة (ب) المجموعة التجريبية الثانية التي تؤدي أسلوب المحطات وبذلك أصبح عدد كل مجموعة (٢٠) طالبا ، وبذلك بلغت نسبة العينة من الطلبة ضمن المدرسة للصف الأول متوسط (٣٧.٧٣ %) من أصل (١٠٦) طالبا. بعدها تم تجانس العينة داخل كل مجموعة وتكافؤ المجموعتين في متغيرات البحث قبل الخوض في التجربة الرئيسية وكما في الجدول (١):

### جدول (١)

#### يوضح تجانس وتكافؤ المجموعتين التجريبيتين

ت	الاختبار أو القياس	مجموعة أسلوب المواجهة			مجموعة أسلوب المحطات		
		س	ع	معامل الاختلاف	س	ع	معامل الاختلاف
١	القوة المميزة بالسرعة للذراعين	٨.٤٢	٠.٤٥	٥.٣٤	٨.٤٤	٠.٦٨	٨.٠٦
٢	القوة المميزة بالسرعة للرجلين	١٦.٦٨	٠.٦٨	٤.٠٨	١٦.٨	٠.٥٥	٣.٢٧
٣	المرونة	٣٥.٠٨	٠.٧٤	٢.١	٣٤.٩	٠.٤٧	١.٣٥
٤	اختبار دقة التصويب من مسافة (٦) متر من الحركة	٤٩	٢	٤.٠٨	٤٨	١.٩٢	٤
٥	اختبار دقة التصويب خلف رمية الجزء من الثبات	١٧	١.٩٨	٤.٥٩	١٦	٢	٢.١٣

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (٣٨) ومستوى (٠.٠٥) = ١.٦٨٤

٣-٣ الأجهزة والأدوات المستخدمة :

١- كرات يد عدد (٥)

٢- ملعب كرة يد قانوني.

٣- طباشير.

٤- ساعة إيقاف.

٥- شريط قياس.

٣-٤ الاختبارات المستخدمة :

٣-٤-١ اختبار القوة المميزة بالسرعة للذراعين: ثني ومد الذراعين من وضع الاستناد الامامي المائل في

(١٠) ثا<sup>(١)</sup>.

٣-٤-٢ اختبار القوة المميزة بالسرعة للرجلين: ثني ومد الركبتين في (٢٠) ثا<sup>(٢)</sup>.

(١) قاسم حسن حسين ،منصور جميل العنبيكي: اللياقة البدنية وطرق تحقيقها ، مطابع التعليم العالي، بغداد، ١٩٨٨، ص.٢٨٦

(٢) قاسم حسن حسين ،منصور جميل العنبيكي: نفس المصدر ١٩٨٨، ص.٢٨٧.

٣-٤-٣ اختبار المرونة :اللمس السفلي والجانبى خلال (٣٠) ثا<sup>(٣)</sup>.

٣-٤-٤ اختبار دقة التصويب من مسافة (٦) متر من الحركة<sup>(٤)</sup>

٣-٤-٥ اختبار دقة التصويب خلف رمية الجزء من الثبات<sup>(٥)</sup>.

٣-٥ التجارب الاستطلاعية:

٣-٥-١ التجربة الاستطلاعية الأولى: أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية الأولى بتاريخ (٢٠١٣/٢/٣)

على العينة الأصلية وذلك لتقنين حمل التمارين المستخدمة ومعرفة شدة وحجم وراحة كل تمرين ومدى إمكانية العينة في أدائها بأسلوبى المواجهة والمحطات.

٣-٥-٢ التجربة الاستطلاعية الثانية: كما أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية الثانية بتاريخ (٢٠١٣/٢/٦)

على عينة متكونة من (١٠) عشرة طلبة من المدرسة والذين تم استبعادهم من التجربة الرئيسية. وبعد مرور أسبوع واحد أي بتاريخ (٢٠١٣/٢/١٣) تم إعادة التجربة مرة أخرى وذلك للتأكد من الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة وكما موضح في جدول (٢) إضافة لمعرفة المعوقات التي قد تواجه الباحثان أثناء تطبيق التجربة الرئيسية.

## جدول (٢)

### يوضح معامل صدق وثبات الاختبارات المستخدمة

ت	الاختبارات	معامل الثبات	معامل الصدق الذاتى
١	القوة المميزة بالسرعة للذراعين	٠.٩٣	٠.٩٦
٢	القوة المميزة بالسرعة للرجلين	٠.٩٥	٠.٩٧
٣	المرونة	٠.٨٦	٠.٩٢
٤	اختبار دقة التصويب من مسافة (٦) متر من الحركة	٠.٨٨	٠.٩٣
٥	اختبار دقة التصويب خلف رمية الجزء من الثبات	٠.٩١	٠.٩٥

٣-٦ التجربة الميدانية:

٣-٦-١ الاختبارات القبليّة: أجريت الاختبارات القبليّة بتاريخ ٢٠١٣/٢/١٧

٣-٦-٢ تطبيق التمرينات المقترحة:

بدا تطبيق التمرينات بتاريخ (٢٠١٣/٢/١٩) وانتهى تطبيقها بتاريخ (٢٠١٣/٤/١٦)

٣-٦-٣ الاختبارات البعديّة: أجريت الاختبارات البعديّة بتاريخ ٢٠١٣/٤/١٨

٣-٧ التمارين المقترحة:

قام الباحث بأعداد تمارين مقترحة وذلك بالاعتماد على المصادر والمراجع المتوفرة. وبعد تثبيت وتقنين التمارين المقترحة تم تطبيقها خلال الجزء الرئيسى وفي القسم التطبيقي من درس التربية الرياضية (انظر ملحق

(٣) محمد صبحي حسنين : التقويم والقياس في التربية الرياضية، جامعة حلوان ،دار الفكر العربي ، القاهرة، ج١ : ٢ ١٩٨٧ ص ١٣٥.

(٤) كمال الدين عبد الرحمن وآخرون . القياس والتقويم وتحليل المباراة في كرة اليد ، نظريات وتطبيقات : ط١، مصر ، ٢٠٠٢ ص ١٦٧.

(٥) سليمان علي حسن وآخرون . المبادئ التدريبية والخططية في كرة اليد ، الموصل ، مطابع الموصل ، ١٩٨٢ ، ٣٨٣.



(١) ولمدة ثمان أسابيع وهي الفترة المحددة ضمن منهج التربية الرياضية في المدارس المتوسطة وكما أشار إليه غسان محمد صادق وفاطمة ياسين الهاشمي<sup>(١)</sup> وكان تطبيق التمارين بأسلوبين المواجهة والمحطات الموضحة في الباب الثاني. مع مراعاة شروط وحجم حمل كل أسلوب وأهدافه البدنية والمهارية . كما تم مراعاة أن تكون نفس التمرينات التي تطبق بأسلوب المحطات تطبق بأسلوب المواجهة ماعدا اختلاف واحد فقط وهو شروط وطريقة الأداء لكل أسلوب أما فترة التطبيق ومدة كانت موحدة للعينتين التجريبتين.

٣-٨ الوسائل الإحصائية:

تم استخدام نظام (spss) واستخراج ما يلي:

- ١- الوسط الحسابي
- ٢- الانحراف المعياري
- ٣- معامل الاختلاف
- ٤- معامل الارتباط البسيط
- ٥- اختبار (ت) للعينات المترابطة
- ٦- اختبار (ت) للعينات المستقلة

٤- عرض ومناقشة النتائج:

٤-١ عرض ومناقشة الاختبارات القبليّة-البعدية للمجموعتين التجريبتين :

### جدول (٣)

يوضح قيم (ت) القبليّة والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات المستخدمة

ت	الاختبارات المستخدمة	مجموعة أسلوب المواجهة				مجموعة أسلوب المحطات			
		س قبلي	س بعدي	خطأ القياسي	قيمة ت المحتسبة	س قبلي	س بعدي	خطأ القياسي	قيمة ت المحتسبة
١	القوة المميزة بالسرعة	٨.٤٢	٨.٧	٠.٠٢	١٤	٨.٤٤	١٠.٨	٠.٣	٧.٨٧

(١) غسان محمد صادق، وفاطمة ياسين الهاشمي. الاتجاهات الحديثة في طرق تدريس التربية الرياضية: مطبعة جامعة بغداد، ١٩٨٤ ( ١٦١).

								للذراعين	
٩.٥	٠.٤	٢٠.٦	١٦.٨	٣.٢	٠.٦	١٨.٦	١٦.٦٨	القوة المميزة بالسرعة للرجلين	٢
١٠.٦٧	٠.٦	٤١.٣	٣٤.٩	٩.٣	٠.٤	٣٨.٨	٣٥.٠٨	المرونة	٣
٥.٥	٠.٨	٥٢.٤	٤٨	١٠.٥	٠.٦	٥٥.٣	٤٩	اختبار دقة التصويب من مسافة (٦) متر من الحركة	٤
٨.٦٩	٠.٢٣	١٨	١٦	٣.٧٥	٠.٨	٢٠	١٧	اختبار دقة التصويب خلف رمية الجزاء من الثبات	٥

\*قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (١٩) وتحت مستوى (٠.٠٥) = ١.٧٢٩

من خلال ملاحظة جدول (٣) تبين وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعديّة وللمجموعتين التجريبتين في الاختبارات المستخدمة ولصالح الاختبارات البعدية وهذا يدل على أن المجموعتين قد تطورت في الصفات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية بكرة اليد ، أي أن الطريقتين كان لهما الدور في النجاح وتحقيق النتائج الجيدة في متغيرات البحث .

وبالنسبة للمجموعة التجريبية الأولى (مجموعة أسلوب المواجهة) فقد جاء تطورها إلى استخدام التمرينات المناسبة وانتظام العينة في التطبيق واستمرارهم في درس التربية الرياضية أي التدريب المتواصل وهذا بالتأكيد يساعد على التطور والتحسين وهذا ما أشار إليه كل من محمد يوسف الشيخ وياسين صادق (١٩٦٩) <sup>(١)</sup> ومحمد حسن علاوي (١٩٨٦) <sup>(٢)</sup> ونادر عبد السلام العوامري (١٩٨٣) <sup>(٣)</sup> حيث يذكرون (أن التدريب يعمل على تحسين الصفات البدنية ومستوى الأداء المهاري على حد سواء).

وبالتأكيد قد حصل هذا أيضا للمجموعة التجريبية الثانية (مجموعة أسلوب المحطات) إضافة إلى استمرارها بالتدريب هو الاختيار الموفق للتمرينات المناسبة وتقنياتها بالأسلوب العلمي الناجح واستخدام الأسلوب التدريبي الناجح فقد ساعدها على تطور الصفات البدنية والمهارية المختارة.

(١) محمد يوسف الشيخ ، ياسين صادق. فسيولوجيا الرياضة والتدريب : دار الفكر العربي ، الإسكندرية، ١٩٦٩، ص ١٨٨.

(٢) محمد حسن علاوي . علم التدريب الرياضي: دار المعارف ، مصر ، ط ١ ١٩٨٦ ، ص ١٧٠.

(٣) نادر عبد السلام العوامري. تأثير الكون المثير على رد الفعل : مجلة دراسات وبحوث جامعة حلوان، العدد ٢ ١٩٨٣ :

كما أن هناك مسألة مهمة قد ساعدت المجموعتين في التطور والتقدم في متغيرات البحث وهي احتواء برنامج درس التربية الرياضية على تمارين ساعدت على تطوير الصفات البدنية الخاصة والمرتبطة بالمهارات الأساسية حيث توجد علاقة وثيقة بين تنمية الاثنتين معا وهذا ما أكده محمد حسن علاوي (١٩٧٥)<sup>(٤)</sup> (أن الفرد لن يستطيع إتقان المهارات الحركية الأساسية لنوع النشاط الرياضي الذي يتخصص فيه في حالة افتقاره للصفات الضرورية لهذا النوع المعين من النشاط الرياضي). أما هاره (١٩٩٠)<sup>(٥)</sup> فيرى (أن تطور القوة والتحمل والسرعة يعطي إمكانية رفع مستوى التكنيك بنفس الدرجة ولذلك يجب أن يربط دائما بين التدريب البدني والتكنيك).

إضافة إلى ذلك فإن تطور المجموعتين التجريبيتين جاء نتيجة الاستخدام الصحيح للأدوات والأجهزة المستخدمة في درس التربية الرياضية وذات العلاقة بمتغيرات البحث الموضوعية ، مستندان الباحثان على ملاحظة عنايات محمد (١٩٩٨)<sup>(٦)</sup> حول ذلك ( أن استخدام التلاميذ للأجهزة والأدوات في كل أسلوب من أساليب الأداء له أهمية كبرى ).

#### ٤-٢ عرض ومناقشة الاختبارات البعدية-البعدية بين المجموعتين التجريبيتين:

##### جدول (٤)

يوضح قيم (ت) البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات المستخدمة

قيمة ت المحتسبة	مجموعة أسلوب المحطات		مجموعة أسلوب المواجهة		الاختبارات المستخدمة	ت
	ع	س	ع	س		
١١.٠٥	٠.٦٩	١٠.٨	٠.٤٥	٨.٧	القوة المميزة بالسرعة للذراعين	١
٦.٧١	٠.٦٦	٢٠.٦	٠.٨٦	١٨.٦	القوة المميزة بالسرعة للرجلين	٢
٨.٣٦	٠.٨٧	٤١.٣	٠.٩٧	٣٨.٨	المرونة	٣

(٤) محمد حسن علاوي . علم التدريب الرياضي: دار المعارف ، مصر ، ط٤ ١٩٧٥ □ □ ٨٨-٨٩.

(٥) هاره . أصول التدريب :ترجمة عبد علي ، مطابع التعليم العالي، الموصل ، ط٢ ١٩٩٠ . ١٢٦ .

(٦) عنايات محمد احمد فرج . مصدر سبق ذكره ، ١٩٩٨ □ □ ١٠٣ .

١٣.٦٨	٠.٦٤	٥٢.٤	٠.٦٧	٥٥.٣	اختبار دقة التصويب من مسافة (٦) متر من الحركة	٤
٦.٦٥	٠.٩٨	١٨	٠.٨٧	٢٠	اختبار دقة التصويب خلف رمية الجزء من الثبات	٥

\*قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (٣٨) وتحت مستوى (٠.٠٥) = ١.٦٨٤

من خلال ملاحظة (٤) تبين هناك فروق معنوية في الاختبارات البدنية بين المجموعتين التجريبتين ولصالح مجموعة أسلوب المحطات في تطوير الصفات البدنية . أما أسلوب المواجهة كان أفضل في تطوير المهارات الأساسية بكرة اليد .

وهذا يعني أن أسلوب أداء المحطات كان أفضل من الطريقة الموجهة في التعليم والتدريس وخصوصا لتعليم الصفات البدنية الخاصة ، وذلك لما تحتويه هذه الطريقة من خصائص ومميزات حديثة ومتطورة ساعدت في تقدم درس التربية الرياضية وخصوصا متغيرات البحث ، حيث تتطلب هذه الطريقة التقنين الصحيح والعلمي لحمل التدريب والتمرينات الموضوعية وكيفية تطبيقها بالأسلوب الصحيح والمخطط له وهذا ساعد الباحث أثناء تطبيقه للتمرينات المقترحة تحقيق نتائج أفضل من المجموعة الثانية .

ويضيف الباحث إلى أن تنظيم الوحدة التعليمية باستخدام أسلوب المحطات كان له الأثر الإيجابي في زيادة التعلم وتطور الصفات البدنية الخاصة. عكس أسلوب المواجهة التي أعطى نتائج أفضل في تطوير الجوانب المهارية وهذا يفسر لنا أهمية التنظيم لأنه من العوامل الأساسية لنجاح أي وحدة تعليمية أو تدريبية وفق شروطها بالإضافة إلى تقليل الجهد والوقت الضائع. وهذا ما أشار إليه عنايات محمد احمد (١٩٩٨)<sup>(١)</sup> التنظيم الجيد للدرس ساهم في اكتساب التلاميذ القدرة على معايشة الدرس وفهمه وتعديل سلوكهم بحيث يكتسبوا معايير سلوكية مرغوب فيها .

#### ٥- الاستنتاجات والتوصيات:

##### ١-٥ الاستنتاجات:

- ١- أسلوب المحطات وخصائصه له التأثير الإيجابي في تطوير الجوانب البدنية الخاصة للعبة كرة اليد لصف الثاني المتوسط.
- ٢- أسلوب المواجهة وخصائصه له التأثير الإيجابي في تطوير الجوانب المهارية للعبة كرة السلة لصف الثاني المتوسط.
- ٣- أن لعملية التنظيم في درس التربية الرياضية الأثر الإيجابي للتطوير والتعليم البدني والمهاري.

(١) عنايات محمد احمد فرج . مصدر سبق ذكره ، ١٩٩٨ ( ٩٢ .

٤- اختيار التمرينات وتقنيها واستخدام أدوات درس التربية الرياضية في تعليم أي لعبة وتطبيقها بأسلوبى أداء المحطات والمواجهة له تأثير مباشر في نجاح التعليم البدنى والمهارى.

#### ٥-٢ التوصيات:

١- اعتماد التمرينات المقترحة لأسلوبى أداء المحطات والمواجهة في درس التربية الرياضية لتعليم وتنمية الصفات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة لطلبة الصف الثانى متوسط.

٢- استخدام أسلوب المحطات أفضل لتطوير الجوانب البدنية عكس أسلوب المواجهه الذى بدوره هو الأفضل لتطوير الجوانب المهارية في لعبة كرة السلة لصف الثانى المتوسط.

٣- تجريب الأساليب الأخرى الحديثة في درس التربية الرياضية من قبل الباحثين الأخرين لتعليم مختلف المراحل الدراسية ولمختلف الألعاب الرياضية ضمن منهج درس التربية الرياضية المعمول به.

#### المصادر:

• سليمان على حسن واخرون .المبادئ التدريبية والخططية في كرة اليد ، الموصل ، مطابع الموصل ، ١٩٨٢.

• عنايات محمد احمد فرج . منهاج وطرق تدريس التربية البدنية :دار الفكر العربى ، القاهرة، ١٩٩٨ .

• غسان محمد صادق ، وفاطمة ياس الهاشمى .الاتجاهات الحديثة في طرق تدريس التربية الرياضية :مطبعة جامعة بغداد ، ١٩٨٤ .

• قاسم حسن حسين ،منصور جميل العنبكى: اللياقة البدنية وطرق تحقيقها ، مطابع التعليم العالى، بغداد ١٩٨٨ .

• كمال الدين عبد الرحمن واخرون . القياس والتقويم وتحليل المباراة في كرة اليد ، نظريات وتطبيقات : ط١، مصر ، ٢٠٠٢ .

• محمد صبحى حسنين : التقويم والقياس في التربية الرياضية،جامعة حلوان ،دار الفكر العربى ، القاهرة، ج ١ ١٩٨٧ ٢ .

• محمد يوسف الشيخ ، ياسين الصادق .فسيولوجيا الرياضة والتدريب :دار الفكر العربى ،الإسكندرية، ١٩٦٩ .

• محمد حسن علاوى .علم التدريب الرياضى:دار المعارف ،مصر ، ط١ ١٩٨٦ .

• محمد حسن علاوى .علم التدريب الرياضى:دار المعارف ،مصر ، ط٤ ١٩٧٥ .

• نادر عبد السلام العوامرى .تأثير الكون المثير على رد الفعل : مجلة دراسات وبحوث جامعة حلوان،العدد ٢ ١٩٨٣ .

• هاره . أصول التدريب :ترجمة عبد على ، مطابع التعليم العالى، الموصل ، ط٢ ١٩٩٠ .

#### ملحق (١)

#### البرنامج التعليمى

الأسبوع : الأول

أهداف الوحدة التعليمية:

١- تنمية القوة المميزة بالسرعة للذراعين والرجلين

الوحدة التعليمية: ٢-١

٢- تنمية المرونة

٣ - تنمية بعض أنواع التصويب بكرة اليد

الملاحظات	التمرينات بأسلوب المواجهة	التمرينات بأسلوب المحطات	الزمن	أقسام الوحدة
				القسم الابتدائي: ١-تسجيل الحضور ٢-الاحماء
				القسم الرئيسي: ١-الجزء النظري
	تطبق نفس التمرينات بأسلوب المحطات على أن يكون أداء جميع الطلبة في أن واحد ويتشكليه مربع ناقص ضلع . مع تصحيح الخطأ بشكل جماعي وفردى. وتطبق شروط أسلوب المواجهة.	١- المحطة الأولى: ثني ومد الذراعين المائل على الأرض. ٢-المحطة الثانية: التهديف على الهدفين ذهابا وإيابا مع أداء الطبطة. ٣-المحطة الثالثة:الفقر المزوج على ثلاث كرات سلة على أن تكون المسافة بينهما (١) متر . ٤-المحطة الرابعة: أداء تصويبات مرسومة على الحائط	١٥ د	٢-الجزء التطبيقي
				القسم الختامي

الأسبوع : الثاني

أهداف الوحدة التعليمية:

١- تنمية القوة المميزة بالسرعة للذراعين والرجلين

الوحدة التعليمية: ٤-٣

٢- تنمية المرونة

٣ - تنمية بعض أنواع التصويب بكرة اليد

الملاحظات	التمرينات بأسلوب المواجهة	التمرينات بأسلوب المحطات	الزمن	أقسام الوحدة
				القسم الابتدائي: ١-تسجيل الحضور

				٢-الاحماء
				القسم الرئيسي: ١-الجزء النظري
	تطبق نفس التمرينات بأسلوب المحطات على أن يكون أداء جميع الطلبة في أن واحد ويتشكله نصف . مع تصحيح الخطأ بشكل جماعي وفردى. وتطبق شروط أسلوب المواجهة.	١- المحطة الأولى: الركض المتعرج بين خمس كرات أو شواخص. ٢-المحطة الثانية: أداء مناومات مع الزميل ثم الدوران والتصويب ٣- المحطة الثالثة:وقوف فتحا ،حمل ثقل باليدين ،ميل الجذع للجانبين. ٤-المحطة الرابعة: أداء التهديف بالسقوط بعد استلام الكرة من الزميل والدوران .	١٥ د	٢-الجزء التطبيقي
				القسم الختامى

#### أهداف الوحدة التعليمية:

الأسبوع : الثالث

١ - تنمية القوة المميزة بالسرعة للذراعين والرجلين

الوحدة التعليمية: ٥-٦

٢ - تنمية المرونة

٣ - تنمية بعض أنواع التصويب بكرة اليد

الملاحظات	التمرينات بأسلوب المواجهة	التمرينات بأسلوب المحطات	الزمن	أقسام الوحدة
				القسم الابتدائي: ١-تسجيل الحضور ٢-الاحماء
				القسم الرئيسي: ١-الجزء النظري
	تطبق نفس التمرينات بأسلوب المحطات على أن يكون أداء جميع الطلبة في أن واحد ويتشكله نصف . مع تصحيح الخطأ بشكل جماعي وفردى. وتطبق شروط أسلوب المواجهة.	١- المحطة الأولى: الاستلقاء على الظهر الذراعان ممدودتان خلف الرأس محاولة مس القدمين بالذراعين بالتعاقب. ٢-المحطة الثانية: أداء تصويب ٧متر ٣-المحطة الثالثة:الاستناد الأمامى ثنى ومد الذراعين المائل على الحائط. ٤-المحطة الرابعة: أداء التهديف	١٥ د	٢-الجزء التطبيقي

		بالسقوط بعد استلام الكرة من الزميل والدوران .		
				القسم الختامي

أهداف الوحدة التعليمية:

الأسبوع : الرابع

١- تنمية القوة المميزة بالسرعة للذراعين والرجلين

الوحدة التعليمية: ٧-٨

٢- تنمية المرونة

٣ - تنمية بعض أنواع التصويب بكرة اليد

الملاحظات	التمرينات بأسلوب المواجهة	التمرينات بأسلوب المحطات	الزمن	أقسام الوحدة
				القسم الابتدائي: ١-تسجيل الحضور ٢-الإحماء
				القسم الرئيسي: ١-الجزء النظري
	تطبق نفس التمرينات بأسلوب المحطات على أن يكون أداء جميع الطلبة في أن واحد وبتشكيله مربع ناقص ضلع . مع تصحيح الخطأ بشكل جماعي وفردى. وتطبق شروط أسلوب المواجهة.	١- المحطة الأولى: وضع الرجلين على المصطبة ثني ومد الذراعين على الأرض بصور مائلة. ٢-المحطة الثانية: أداء تهديف بالقفز بعد استلام الكرة بالهواء وآلاتية من المدرب ٣-المحطة الثالثة:القفز عاليا ، سحب الساقين للامستها باليدين. ٤-المحطة الرابعة: أداء تهديف بالسقوط بعد استلام الكرة بالهواء وآلاتية من المدرب.	١٥ د	٢-الجزء التطبيقي
				القسم الختامي

أهداف الوحدة التعليمية:

الأسبوع : الخامس

١- تنمية القوة المميزة بالسرعة للذراعين والرجلين

الوحدة التعليمية:

٢- تنمية المرونة

٣ - تنمية بعض أنواع التصويب بكرة اليد

الملاحظات	التمرينات بأسلوب المواجهة	التمرينات بأسلوب المحطات	الزمن	أقسام الوحدة
				القسم الابتدائي: ١-تسجيل الحضور



				٢- الاحماء
				القسم الرئيسي: ١- الجزء النظري
	تطبق نفس التمرينات بأسلوب المحطات على أن يكون أداء جميع الطلبة في أن واحد ويتشكليه مربع ناقص ضلع . مع تصحيح الخطأ بشكل جماعي وفردى . وتطبق شروط أسلوب المواجهة .	١- المحطة الأولى: ثني ومد الذراعين المائل على الحائط . ٢- المحطة الثانية: توزيع الكرات على ارض الملعب وحول قوس منطقة المرمى ويحاول اللاعب الإسراع بأخذ الكرة والتهديف بالسقوط . ٣- المحطة الثالثة: القفز المزدوج على خمس كرات سلة على أن تكون المسافة بينهما (١) متر . ٤- المحطة الرابعة: أداء تهديفات مرسومة على الحائط .	١٥ د	٢- الجزء التطبيقي
				القسم الختامي

#### أهداف الوحدة التعليمية:

الأسبوع : السادس

١- تنمية القوة المميزة بالسرعة للذراعين والرجلين

الوحدة التعليمية: ١١-١٢

٢- تنمية المرونة

٣- تنمية بعض أنواع التصويب بكرة اليد

الملاحظات	التمرينات بأسلوب المواجهة	التمرينات بأسلوب المحطات	الزمن	أقسام الوحدة
				القسم الابتدائي: ١- تسجيل الحضور ٢- الاحماء
				القسم الرئيسي: ١- الجزء النظري
	تطبق نفس التمرينات بأسلوب المحطات على أن يكون أداء جميع الطلبة في أن واحد ويتشكليه مربع ناقص ضلع . مع تصحيح الخطأ بشكل جماعي وفردى . وتطبق شروط أسلوب المواجهة .	١- المحطة الأولى: الركض بين خمس شواخص خلال زمن المحدد . ٢- المحطة الثانية: وضع شاخصين واحد على اليمين والأخر على اليسار وفي وسط الشاخصين توضع كرة اليد يجب على اللاعب الدوران حول الشاخص ثم اخذ الكرة والتصويب ٣- المحطة الثالثة: وقوف فتحا حمل	١٥ د	٢- الجزء التطبيقي

		ثقل باليدين . ميل الجذع للجانبين . ٤-المحطة الرابعة: أداء التهديف بالقفز من الأمام بعد أداء الاستلام والدوران		
				القسم الختامي

أهداف الوحدة التعليمية:

الأسبوع : السابع

١ - تنمية القوة المميزة بالسرعة للذراعين والرجلين

الوحدة التعليمية: ١٣-١٤

٢ - تنمية المرونة

٣ - تنمية بعض أنواع التصويب بكرة اليد

الملاحظات	التمرينات بأسلوب المواجهة	التمرينات بأسلوب المحطات	الزمن	أقسام الوحدة
				القسم الابتدائي: ١-تسجيل الحضور ٢-الاحماء
				القسم الرئيسي: ١-الجزء النظري
	تطبق نفس التمرينات بأسلوب المحطات على أن يكون أداء جميع الطالبة في أن واحد ويتشكليه مربع ناقص ضلع . مع تصحيح الخطأ بشكل جماعي وفردى . وتطبق شروط أسلوب المواجهة.	١- المحطة الأولى: الاستلقاء على الظهر الذراعان ممدودتان خلف الرأس محاولة مس القدمين بالذراعين معاً . ٢-المحطة الثانية: أداء رميات ٧ متر ٣-المحطة الثالثة: الاستناد الأمامي ثني ومد الذراعين . ٤-المحطة الرابعة: أداء التهديف بالسقوط مرة على اليمين ومرة على اليسار .	١٥ د	٢-الجزء التطبيقي
				القسم الختامي

أهداف الوحدة التعليمية:

الأسبوع : الثامن

١ - تنمية القوة المميزة بالسرعة للذراعين والرجلين

الوحدة التعليمية: ١٥-١٦

٢ - تنمية المرونة

٣ - تنمية بعض أنواع التصويب بكرة اليد

الملاحظات	التمرينات بأسلوب المواجهة	التمرينات بأسلوب المحطات	الزمن	أقسام الوحدة
-----------	---------------------------	--------------------------	-------	--------------

				القسم الابتدائي: ١- تسجيل الحضور ٢- الاحماء
				القسم الرئيسي: ١- الجزء النظري
	تطبق نفس التمرينات بأسلوب المحطات على أن يكون أداء جميع الطلبة في أن واحد ويتشكله مربع ناقص ضلع . مع تصحيح الخطأ بشكل جماعي وفردى. وتطبق شروط أسلوب المواجهة.	١- المحطة الأولى: الاستناد الأمامى على المصطبة ثنى ومد الذراعين. ٢- المحطة الثانية: أداء تصويبات على دوائر مرسومة على الحائط. ٣- المحطة الثالثة: القفز عالياً، سحب الساقين لملامستها باليدين. ٤- المحطة الرابعة: أداء تهديفات ٧ متر على الهدفين ذهاباً وإياباً.	١٥ د	٢- الجزء التطبيقي
				القسم الختامى