



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة كربلاء

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الدراسات العليا – الدكتوراه

## تأثير تمارين مركبة وفق المدرسة الكوبية بجهاز مبتكر في نواتج التعلم وبعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية بالمالكمة للطلاب

أطروحة تقدم بها

محمدحسين حيدر حمود محمدجواد

إلى مجلس كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء وهي جزء من متطلبات نيل  
درجة الدكتوراه في التربية البدنية وعلوم الرياضة

إشراف

أ.د. وسام صلاح عبدالحسين

أ.د. سامر عبدالهادي احمد

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

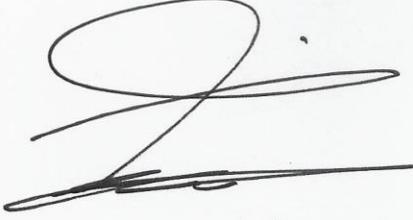
(( يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ  
 اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ انشُرُوا فَانشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا  
 الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ )) (١١)

صدق الله العلي العظيم

سورة المجادلة (آية ١١)

## إقرار المشرفين

تشهدُ بأن هذه الاطروحة الموسومة بـ " تأثير تمرينات مركبة وفق المدرسة الكوبية بجهاز ميكر في نواتج التعلم وبعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية بالملاكمة للطلاب " والتي قدمها طالب الدكتوراه (محمدحسين حيدر حمود محمدجواد) قد تمت بإشرافنا في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة كربلاء وهي جزء من متطلبات نيل درجة الدكتوراه في التربية البدنية وعلوم الرياضة.



التوقيع

أ.د سامر عبدالهادي احمد

2024 / /



التوقيع

أ.د وسام صلاح عبدالحسين

2024 / /

بناءً على التعليمات والتوصيات المتوافرة نرشح هذه الرسالة للمناقشة.



التوقيع

أ.م.د خالد محمد رضا

معاون العميد للشؤون العلمية والدراسات العليا

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة كربلاء

م 2024 / /

## إقرار المقوم اللغوي

أشهد أنّ هذه الاطروحة الموسومة بـ(تأثير تمرينات مركبة وفق المدرسة الكويتية بجهاز مبتكر في نواتج التعلم وبعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية بالملاكمة للطلاب) قد تمت مراجعتها من الناحية اللغوية، بحيث أصبحت بأسلوبٍ علمي سليم خالٍ من الأخطاء والتعابير اللغوية غير الصحيحة ولأجله وقعت.



الاسم : ساهرة عليوي حسين

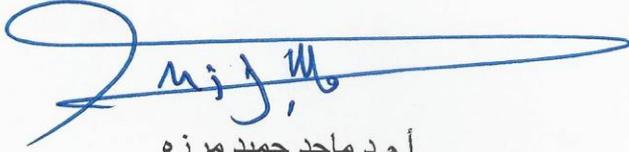
اللقب العلمي: أ.م. د

مكان العمل: جامعة كربلاء- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

2024 / / م

## إقرار لجنة المناقشة والتقويم

نشهد نحن أعضاء لجنة المناقشة والتقويم بأننا قد اطلعنا على هذه الاطروحة الموسومة بـ(تأثير تمرينات مركبة وفق المدرسة الكوبية بجهاز مبتكر في نواتج التعلم وبعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية بالمالكمة للطلاب) وقد ناقشنا الطالب (محمدحسين حيدر حمود محمدجواد) في محتوياتها وفي ما له علاقة بها ونرى إنها جديرة بالقبول لنيل درجة الدكتوراه في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة كربلاء.



أ.م.د. ماجد حميد مرزه

عضوًا



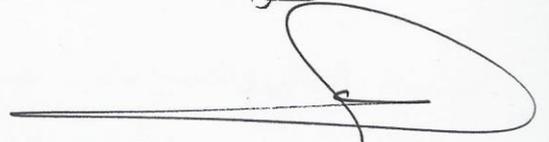
أ.م.د. عبدالجليل جبار ناصر

عضوًا



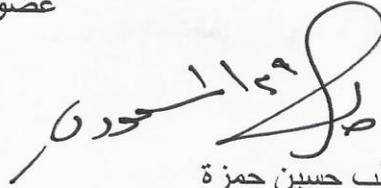
أ.م.د. حيد عبدعلي حمزة

عضوًا



أ.د. زائنا محمد محمد صالح

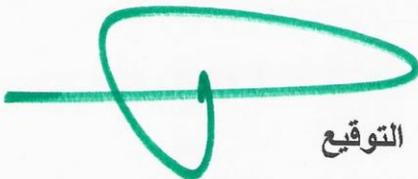
عضوًا



أ.د. طالب حسين حمزة

رئيسًا

صُدقت من قبل مجلس كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة كربلاء بجلسته المرقمة ( ) والمنعقدة بتاريخ / / 2024 م.



التوقيع

أ.د. باسم نايل خليل السعيد

عميد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء/وكالة

2024 / /

## الإهداء

إلى ..... من أناروا لي طريقي بحبهم وقوتهم ...

والدي .. رحمه الله ... والدتي .. أطال الله عمرها

إلى ..... إخواني الأعزاء .. سندي في الحياة ...

المهندس برير ... أمير ... وفقكم الله

إلى ..... المبدعان المتميزان الأستاذان المشرفان

شكرًا واعتزازًا ... حفظهم الله

إلى ..... الراقي والمبدع دكتور عبدالجليل ...

فخرًا وتقديرًا ... أدامك الله

إلى ..... خواتي، زوجتي، عمتي، عمامي، خوالي المخلصون ...

وفاءً لهم ...

إلى ..... أصدقائي الأعزاء ...

اعتزازًا بهم ...

إلى ..... فلذة كبدي أبنني حيدر ...

حبًا له ...

إلى كل من تعلم علمًا وعمل به وعلمه ونفع به أهدي ثمرة جهدي هذا

**محمد حسين**

## الشكر والتقدير

الحمد لله رب العالمين الذي خلق الإنسان من سلالة من طين فجعله في أحسن تقويم، وفضله على سائر المخلوقين، وكرمه بالعقل الذي يبذل شكه باليقين، وصلوات ربي وسلامه وتحياته وبركاته على المبعوث رحمة للعالمين ومنفذ البشرية من ضلالة الجاهلين، إلى هداية المؤمنين الصالحين، سيدنا ومولانا محمد بن عبد الله نبي المسلمين وحبیب اله العالمين وعلى آله الطيبين الطاهرين الذين اصطفاهم الله على سائر المخلوقين ووجب مودتهم في القرآن الكريم بعد أن أذهب عنهم الرجس وجعلهم من المعصومين، وعلى أصحابه الكرام الميامين، الذين باعوا أنفسهم لنصرة الدين وعرفوا الحق فبايعوه بيقين وثبتوا بعده على المنهاج القويم.

أولاً الحمد لله كما يحب ربي ان يحمد وكما هو اهلا للحمد على نعم عجزنا ونعجز عن شكرها.

دعائي إلى الغالي أبي فأنت معي بكل الأوقات (رحمك الله) وأمتناني وشكري إلى الإنسانية أمة الغالية دعائها سر نجاحي (حفظك الله).

أتقدم بالشكر والتقدير إلى عمادة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية- جامعة كربلاء وإلى جميع الأساتذة والموظفين في الكلية المحترمون.

وأقف عاجزاً عن التعبير عن مدى شكري وتقديري للسيدتين المشرفين على هذه الأطروحة الأستاذ الدكتور وسام صلاح والأستاذ الدكتور سامر عبدالهادي شاكرًا لهم ما قدموه لي من النصائح والإرشادات العلمية القيمة.

وأنتقدم بجزيل الشكر والامتنان لأخوتي وأصدقائي وزملائي فريق العمل المساعد لوقوفهم معي لحظة بلحظة منذ البداية وحتى نهاية اتمام بحثي.

وانتقدم بالشكر الجزيل إلى السادة الخبراء لما لهم من دورٍ كبيرٍ في اتمام بحثي.

ولا يفوتني أن اشكر مدربي الغالي الأستاذ محمد صاحب مدرب المنتخب الوطني للملاكمة بتقويم الأداء وتحمله عناء الحضور إلى مكان الاختبارات وفقهم الله.

وأنتقدم بشكري للأساتذة الخبراء الأفاضل لجنة الإقرار ولجنة الامتحان الشامل المحترمون لما لهم دور في رسم طريق البحث.

وأقدم بشكري وتقديري للأساتذة الأفاضل رئيس و أعضاء لجنة المناقشة المحترمون لما لهم دور في رصانة البحث بملاحظاتهم القيمة.

ويشكر الباحث الدكتور حسين حمزة العبادي العزيز لما له من أثر كبير في تسهيل مهمة إرسال واعارة المصادر والمراجع التي اعتمد عليها الباحث خلال دراسته.

وختامًا أتقدم بالشكر إلى كل من قدم عونًا أو رأيًا أو كلمة أو مشورة مهما صغرت والله الموفق لما فيه الخير.

الباحث

## مستخلص الأطروحة

تأثير تمرينات مركبة وفق المدرسة الكوبية بجهاز مبتكر في نواتج التعلم وبعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية بالملاكمة للطلاب

إشراف

الباحث

أ.د وسام صلاح عبدالحسين

محمدحسين حيدر حمود محمدجواد

أ.د سامر عبدالهادي احمد

2024 م

جامعة كربلاء

1445 هـ

تكمن أهمية البحث من الناحية النظرية في إعطاء فكرة عن المدرسة الكوبية وماهي مراحلها في عملية التعلم ومن الناحية التطبيقية فإن هذا البحث يعد إضافة جديدة للأدوات والأجهزة المستخدمة كما أنه يسلط الضوء على اللكمات ودفاعاتها ومن خلال تواجد الباحث وملاحظته لأغلب الوحدات التعليمية لاحظ عدم وجود محاضرات كافية ضمن المنهاج وقلة توفر أجهزة مساعدة تعمل على تسهيل عملية التعلم وهذا ما يجعل الطلاب يعانون من صعوبة في ضبط هذه المهارات والدفاع منها مما جعل الباحث يدرس هذه المشكلة ومحاولته إيجاد حلول لها إذ تم استخدام تمرينات مركبة وفق المدرسة الكوبية في تعلم لعبة الملاكمة فضلاً عن تصميم جهاز مبتكر يهدف إلى تعلم هذه المهارات ودفاعاتها، لتحقيق تعلم فعال ومشوق ومؤثر وهدف البحث الى تصميم جهاز مبتكر في نواتج التعلم وبعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية بالملاكمة للطلاب وإعداد تمرينات مركبة وفق المدرسة الكوبية في نواتج التعلم وبعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية بالملاكمة للطلاب واستخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية ذات الاختبارات القبليّة والبعدية واستخدمت الحقيبة الإحصائية (spss) لمعالجة البيانات التي حصل عليها من الاختبارات القبليّة والبعدية ولمعالجة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة ومن خلال مناقشة ماتم عرضه من نتائج توصل الباحث الى العديد من الاستنتاجات واهمها أن المجموعتين قد حققت أهدافها في نواتج التعلم وبعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية بالملاكمة وبنسب متباينة لدى عينة البحث وأن أسلوب المدرسة الكوبية بالجهاز ساعد على تفعيل طاقات الدماغ وزيادة التناغم والتنظيم بين نصفي الدماغ على تطوير القدرات التوافقية لدى عينة البحث وزيادة الأثارة و التشويق لديهم في حين اوصى الباحث الى ضرورة الاستفادة من أسلوب المدرسة الكوبية في نواتج التعلم والقدرات التوافقية والمهارات الأساسية بالملاكمة كونه ينسجم مع طبيعة هذه المهارات والتأكيد على استعمال الأجهزة لما لها من فوائد في التوصل إلى أهداف التعلم المؤثر واستثمار الوقت والجهد وضرورة استخدام مثيرات متنوعة اثناء عملية التعلم.

## المحتويات

الصفحة	المحتويات	التسلسل
1	العنوان	
2	الآية القرآنية	
3	إقرار المشرفين	
4	إقرار المقوم اللغوي	
5	إقرار لجنة المناقشة والتقويم	
6	الإهداء	
7	الشكر والتقدير	
9	مستخلص الأطروحة	
10	المحتويات	
16	الجداول	
17	الاشكال	
18	الملاحق	
	<b>الفصل الأول</b>	<b>التسلسل</b>
20	التعريف بالبحث	-1
20	مقدمة البحث وأهميته	1-1
21	مشكلة البحث	2-1
21	أهداف البحث	3-1

21	فروض البحث	4-1
22	مجالات البحث	5-1
22	المجال البشري	1-5-1
22	المجال الزمني	2-5-1
22	المجال المكاني	3-5-1
22	تحديد المصطلحات	6-1
	<b>الفصل الثاني</b>	<b>التسلسل</b>
25	الدراسات النظرية والدراسات السابقة	-2
25	الدراسات النظرية	1-2
25	التمرينات المركبة	1-1-2
25	مفهوم التمرينات المركبة	1-1-1-2
26	فوائد التمرينات المركبة	2-1-1-2
26	اشكال التمارين المركبة	3-1-1-2
27	أسس التمرينات المركبة	4-1-1-2
28	التعلم والتعلم الحركي	2-1-2
28	مفهوم التعلم والتعلم الحركي	1-2-1-2
29	أهداف التعلم الحركي	2-2-1-2
29	الأجهزة والأدوات المساعدة للتعلم في المجال الرياضي	3-1-2
29	الخطوات الواجب مراعاتها	1-3-1-2

30	مفهوم أنواع نواتج التعلم	4-1-2
31	أنواع نواتج التعلم	1-4-1-2
33	القدرات التوافقية	5-1-2
33	مفهوم القدرات التوافقية في الملائمة	1-5-1-2
34	أهمية القدرات التوافقية في الملائمة	2-5-1-2
39	دور القدرات التوافقية في الملائمة	3-5-1-2
39	المدرسة الكويتية	6-1-2
39	مفهوم المدرسة الكويتية	1-6-1-2
40	مميزات المدرسة الكويتية	2-6-1-2
40	مراحل المدرسة الكويتية	3-6-1-2
41	المهارات الأساسية بالملائمة	7-1-2
41	وقف الاستعداد	1-7-1-2
43	حركة القدمين	2-7-1-2
44	اللكمات	3-7-1-2
44	اللكمات المستقيمة	1-3-7-1-2
45	اللكمات الجانبية (الخطف)	2-3-7-1-2
46	اللكمات الصاعدة (القلع)	3-3-7-1-2
47	الدفاع في رياضة الملائمة	4-7-1-2
48	أنواع الدفاع في الملائمة	1-4-7-1-2

49	الدراسات السابقة	2-2
49	دراسة علي يحيى عزيز	1-2-2
50	دراسة علي حسن نعمة	2-2-2
51	مناقشة الدراسات السابقة	3-2-2
	<b>الفصل الثالث</b>	<b>التسلسل</b>
54	منهجية البحث وإجراءاته الميدانية	-3
45	منهج البحث	1-3
55	مجتمع البحث وعينته	2-3
55	الأجهزة والأدوات المساعدة وسائل جمع المعلومات	3-3
55	الأجهزة والأدوات المساعدة المستخدمة في البحث	1-3-3
56	وسائل جمع المعلومات	2-3-3
56	إجراءات البحث	4-3
56	تجانس عينة البحث	1-4-3
57	تكافؤ مجاميع البحث	2-4-3
58	جهاز الجسم الالكتروني ميكانيكي المتحرك	3-4-3
58	تصميم الجهاز المقترح	1-3-4-3
63	إجراءات تحديد المتغيرات المبحوثة	4-4-3
63	إجراءات تحديد اختبارات نواتج التعلم والقدرات التوافقية	1-4-4-3
63	إجراءات تحديد اختبار المهارات الأساسية بالملاكمة	2-4-4-3

64	توصيف الاختبارات	5-4-3
70	التجارب الاستطلاعية	5-3
70	التجربة الاستطلاعية الأولى	1-5-3
71	التجربة الاستطلاعية الثانية	2-5-3
71	الأسس العلمية للاختبار	3-5-3
72	الصدق	1-3-5-3
72	الثبات	2-3-5-3
73	الموضوعية	3-3-5-3
74	إجراءات التجربة الرئيسية	6-3
74	الاختبارات القبلية	1-6-3
75	تطبيق التمرينات المركبة وفق المدرسة الكوبية بجهاز مبتكر	2-6-3
78	الاختبارات البعدية	3-6-3
78	الوسائل الإحصائية	7-3
	<b>الفصل الرابع</b>	<b>التسلسل</b>
80	عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها	-4
80	عرض النتائج لمجموعتي البحث وتحليلها ومناقشتها.	1-4
80	عرض وتحليل نتائج الاختبارات والقياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية ومناقشتها	1-1-4
81	عرض وتحليل نتائج الاختبارات والقياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة ومناقشتها	2-1-4

83	مناقشة نتائج الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي للمتغيرات المبحوثة ولمجموعي البحث (التجريبية والضابطة)	2-4
86	عرض نتائج القياسات البعدية بين مجاميع البحث وتحليلها	3-4
88	مناقشة نتائج الفروق بين الاختبارات البعدية للمتغيرات المبحوثة ولمجموعي البحث (الضابطة والتجريبية)	1-3-4
	<b>الفصل الخامس</b>	<b>التسلسل</b>
92	الاستنتاجات والتوصيات	-5
92	الاستنتاجات	1-5
93	التوصيات	2-5
	<b>المصادر و المراجع العربية والأجنبية</b>	
95	المصادر والمراجع العربية	
101	المصادر الاجنبية	
103	<b>الملاحق</b>	
A-B	مستلخص الاطروحة باللغة الإنكليزية	

## قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	الرقم
54	يبين التصميم التجريبي للبحث	1
56	يبين تجانس عينة البحث	2
57	يبين تكافؤ مجموعتي البحث بالاختبارات والقياسات للمتغيرات قيد الدراسة	3
74	يبين مفردات الاختبارات المعنوية بقياس اختبارات بعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية ومعاملتي الثبات والموضوعية	4
77	يبين تفاصيل الوحدات التعليمية	5
81	يبين الأوساط الحسابية والانحراف المعياري ومتوسط الفروق والانحراف المعياري للفروق وقيمة t المحسوبة ومستوى المعنوية ونوع الدلالة الإحصائية للاختبارات القبلية والبعديّة لمتغيرات البحث للمجموعة التجريبية	6
82	يبين الأوساط الحسابية والانحراف المعياري ومتوسط الفروق والانحراف المعياري للفروق وقيمة t المحسوبة ومستوى المعنوية ونوع الدلالة الإحصائية للاختبارات القبلية والبعديّة لمتغيرات البحث للمجموعة الضابطة	7
87	يبين الأوساط الحسابية والانحراف المعياري وقيمة t المحسوبة ومستوى المعنوية ونوع الدلالة الإحصائية للاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة لمتغيرات البحث	8

## الإشكال

الصفحة	العنوان	التسلسل
42	يوضح وقفة الاستعداد بالملاكمة	1
43	يوضح حركة القدمين بالملاكمة	2
45	يوضح اللكمة المستقيمة	3
46	يوضح اللكمة الجانبية (الخطف)	4
47	يوضح اللكمة الصاعدة (القلع)	5
48	يوضح الدفاع في الملاكمة	6
58	يوضح الجهاز المبتكر قبل وبعد التغليف	7
59	يوضح هدف اللكم	8
95	يوضح الاردوينو	9
60	يوضح شاشة عرض النتائج	10
60	يوضح بطارية الليثيوم	11
61	يوضح ذراع الجهاز	12
61	يوضح الجك	13
62	يوضح قاعدة الاستناد	14
62	يوضح تطبيق الطلاب على الجهاز المبتكر	15
659	يوضح اختبار النجمة	16
66	يوضح اختبار الدوائر المرقمة	17
67	يوضح اختبار نيلسون للاستجابة السريعة	18

68	يوضح اختبار اللكم على الكيس المرقم للكلمة الخطف	19
69	يوضح اختبار الدفاع عن الكلمة الجانبية	20
70	يوضح اختبار لكمة القلع ودفاعاتها	21

### الملاحق

الصفحة	العنوان	التسلسل
103	يوضح أسماء السادة الخبراء والمختصين الذين تم اجراء مقابلات شخصية معهم.	1
104	يوضح استمارة تقويم الأداء الفني للكلمة الجانبية ولكمة القلع	2
114	رئيس وأعضاء لجنة الإقرار والامتحان الشامل	3
115	يبين أسماء السادة الخبراء المقومين للاختبارات القبلية والبعدية	4
116	يبين أسماء فريق العمل المساعد	5
117	يوضح تمرينات المدرسة الكوبية بالجهاز المبتكر	6
119	يوضح تمرينات الوحدات التعليمية	7
120	الوحدات التعليمية	8

## الفصل الأول

### 1- التعريف بالبحث

#### 1-1- مقدمة البحث وأهميته

#### 1-2- مشكلة البحث

#### 1-3- أهداف البحث

#### 1-4- فروض البحث

#### 1-5- مجالات البحث

##### 1-5-1- المجال البشري

##### 1-5-2- المجال الزماني

##### 1-5-3- المجال المكاني

#### 1-6- تحديد المصطلحات

## الفصل الاول

### 1- التعريف بالبحث

#### 1-1 مقدمة البحث وأهميته

يشهد العالم تطورات كبيرة في العديد من الميادين ومنها الميدان الرياضي إذ شهد تطورا للأداء الفني في الألعاب والفعاليات الرياضية كافة وفي مختلف المستويات، والذي أدى إلى تسريع عمليات التعلم واختصار زمنه، ويعد هذا مؤشراً بمدى الاهتمام الكبير لدى المختصين والباحثين في تطوير العملية التعليمية بصورة مستمرة من أجل رفع مستوى التعلم ودراسة أدق التفاصيل التي تؤدي إلى تقارب المستويات للوصول إلى الأهداف المنشودة وفقاً للسياقات العلمية، وأن عملية تعلم الحركات بمختلف أنواعها وأشكالها تتطلب منهج أو خطة مدروسة وتحتوي على أساليب وأجهزة وأدوات مساعدة تساهم بشكل كبير في تعلم الحركات وبذلك يتم اختصار الزمن والجهد.

أن المدارس العملية بأساليبها المتنوعة في تعلم المهارة الرياضية تباينت نسب استخدامها بالنجاح في تطوير القدرات التوافقية لذا سعى الخبراء والباحثون إلى إيجاد أساليب تخدم الفعاليات والمهارات الرياضية كافة بما يتلاءم مع المتعلم والوصول به إلى مستوى متقدم، إذ أن كل نشاط بدني حركي يصاحبه نشاط عقلي وانفعالي وهو العملية التي يتم عن طريقها تعديل السلوك الحركي الرياضي أو تغييره ويرتبط به ارتباطاً وثيقاً، فالطالب في درس التربية البدنية وعلوم الرياضة عندما يتأثر بما يتضمنه الموقف التعليمي من مثيرات عديدة فإنه لا يستجيب لها ببذنه فقط، ولكنه يستجيب له ككل، أي ببذنه وعقله وانفعالاته.

ومن أجل نجاح العملية التعليمية لا بد من توافر الأجهزة والأدوات المساعدة التي تسهم بصورة فعلية في تنفيذ الهدف المرسوم وتحقيق أفضل النتائج؛ لأنها تؤدي دوراً مهماً في تمكين المدرس لتنفيذ الخطة التعليمية؛ من خلال وضع تشكيلات مختلفة ومتنوعة من التمرينات باستثمار الأدوات المساعدة الضرورية من أجل تطوير المستوى التعلم للمتعلم وإتقانه، وبشكل يسهل مهمة المدرس في الاستثمار الجيد للوقت المخصص للتعلم وبكفاءة عالية، وأن تطوير نواتج التعلم لإداء حركات الملائمة يعد جانباً مهماً لخزنها في الذاكرة الجزئية على شكل صور من السهل استدعائها.

وتعد مهارات الملائمة من المهارات المفتوحة التي يكون فيها المنافس غير ثابت مما يتطلب من المتعلم أن يدرك ويهتم بسرعة الحركة الأمر الذي جعل الباحث بحاجة إلى اختيار الأفضل من الأساليب لغرض التوصل إلى التعلم الأمثل لمهاراتها المتنوعة ومنها اللكمات الجانبية والقلع ودفاعاتها التي هي محور الدراسة الحالية والتي تحتاج إلى استعمال أجهزة وأدوات خاصة لأجل تعلمها بالشكل العلمي الصحيح.

وتكمن أهمية البحث من الناحية النظرية في إعطاء فكرة عن المدرسة الكوبية وماهي استخداماتها وأسس اعتمادها في عملية التعلم ومن الناحية التطبيقية فإن هذا البحث يعد إضافة جديدة للأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث كما أنه يسלט الضوء على اللكمات ودفاعاتها.

### 2-1 مشكلة البحث

تعد مهارة اللكمات من المهارات ذات البيئة المفتوحة والتي تحتاج من المتعلم أن يؤدي اللكمة بسرعة عالية ومستوى مهاري جيد للحصول على النقاط والتأثير في المنافس وفرض الهيمنة، ولصعوبة أداء المهارات وعدم توفر البيئة المناسبة والتزام المدرس بالمنهج المقرر وخوف بعض الطلاب من الإصابة وخاصتنا الغير ممارسين للعبة كل هذه الأسباب وغيرها أصبحت عائقا كبيرا أمام تعلم مهاراتها بالشكل الصحيح وهذا ما جعل المتعلمون يعانون من صعوبة في ضبط هذه المهارات، بالإضافة إلى قلة استخدام اساليب تعليمية لاسيما أسلوب المدرسة الكوبية في الملاكمة وقلة توفر أجهزة مساعدة تعمل على تسهيل عملية التعلم، مما جعل الباحث يدرس هذه المشكلة ومحاولته إيجاد حلول لها، إذ تم استخدام تمرينات مركبة وفق المدرسة الكوبية في تعلم لعبة الملاكمة والاستفادة من خطواتها بالإضافة إلى تصميم جهاز مبتكر يهدف إلى تعلم هذه المهارات ودفاعاتها، لتحقيق تعلم فعال ومشوق ومؤثر.

### 3-1 أهداف البحث : يهدف البحث الى :

- 1- تصميم جهاز مبتكر في نواتج التعلم وبعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية بالملاكمة للطلاب.
- 2- إعداد تمرينات مركبة وفق المدرسة الكوبية في نواتج التعلم وبعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية بالملاكمة للطلاب.
- 3- التعرف على تأثير التمرينات المركبة وفق المدرسة الكوبية بجهاز مبتكر في نواتج التعلم وبعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية بالملاكمة للطلاب بين الاختبارات القبليّة والبعديّة.
- 4- التعرف على أفضليه التأثير في نواتج التعلم وبعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية بالملاكمة للطلاب.

### 4-1 فرضا البحث : على ضوء أهداف البحث يفترض الباحث :

1. هناك تأثيرًا إيجابيًا للتمرينات المركبة وفق المدرسة الكوبية بجهاز مبتكر في نواتج التعلم وبعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية بالملاكمة للطلاب.
2. هنالك أفضلية للتأثير مابين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبارات البعديّة ولصالح المجموعة التجريبية.

## 5-1 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري: طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء  
للعام الدراسي 2022 - 2023

2-5-1 المجال الزمني: 2023/5/22 – 2022/12/21

3-5-1 المجال المكاني: قاعة الملاكمة والقاعات الخارجية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة  
بجامعة كربلاء.

## 6-1 تحديد المصطلحات

- المدرسة الكوبية: هي نهج فريد في تعليم المبتدئين الخام وتدريب الملاكمين ليصبحوا لاعبين بمستويات عليا أذ تشتهر كوبا بتاريخها الرائع في الملاكمة وإسهامها الكبير في الرياضة و معروفة بأسلوبها الفني والتكتيكي الذي يعتمد على الحركة السريعة والتكيف مع أنماط المنافس.
- جهاز الجسم الالكتروني الميكانيكي المتحرك: جهاز ميكانيكي يحتوي على قاعدة متحركة وذراع يلكم ويصد بها وكذلك الكتروني يحتوي على حساسات دقة لكم و اردوينو وشاشة عرض فضلا عن انه متحرك للأمام وللخلف حسب الموقف التعليمي.
- نواتج التعلم: هو كل ما يكتسبه المتعلم من معارف ومهارات واتجاهات وقيم نتيجة مروره بخبرة تربوية معينة أو دراسة منهاج معين، أو هو التغير المقاس في مستوى تعلم الطالب كمحصلة لما تم أكسابه من معارف ومهارات وقيم من خلال ممارسة معينة.

## الفصل الثاني

### 2- الدراسات النظرية والدراسات السابقة

#### 1-2 الدراسات النظرية:

##### 1-1-2 التمرينات المركبة

##### 1-1-1-2 مفهوم التمرينات المركبة

##### 2-1-1-2 فوائد التمرينات المركبة

##### 3-1-1-2 اشكال التمرينات المركبة

##### 4-1-1-2 أسس التمرينات المركبة

#### 2-1-2 التعلم والتعلم الحركي

##### 1-2-1-2 مفهوم التعلم الحركي

##### 2-2-1-2 أهداف التعلم الحركي

#### 3-1-2 الأجهزة والأدوات المساعدة للتعلم في المجال الرياضي

##### 1-3-1-2 الخطوات الواجب مراعاتها في كيفية اختيار الوسائط والوسائل المساعدة.

##### 4-1-2 قياس نواتج التعلم للمهارات الرياضية

##### 1-4-1-2 أنواع نواتج التعلم

#### 5-1-2 القدرات التوافقية

##### 1-5-1-2 مفهوم القدرات التوافقية في الملاكمة

##### 2-5-1-2 أهمية القدرات التوافقية في الملاكمة

##### 3-5-1-2 دور القدرات التوافقية في اداء الملاكمين

6-1-2 المدرسة الكوبية

1-6-1-2 مفهوم المدرسة الكوبية

2-6-1-2 مميزات المدرسة الكوبية

3-6-1-2 مراحل المدرسة الكوبية

7-1-2 المهارات الأساسية بالملاكمة

1-7-1-2 وقفة الاستعداد

2-7-1-2 حركة القدمين

3-7-1-2 اللكمات

1-3-7-1-2 اللكمات المستقيمة

2-3-7-1-2 اللكمات الجانبية

3-3-7-1-2 لكمات القلع

4-7-1-2 مفهوم الدفاع في رياضة الملاكمة

1-4-7-1-2 وسائل الدفاع في الملاكمة

2-4-7-1-2 أنواع الدفاع

3-4-7-1-2 أهمية الدفاع

## الفصل الثاني

### 2- الدراسات النظرية والدراسات السابقة

#### 1-2 الدراسات النظرية:

#### 1-1-2 التمرينات المركبة

#### 1-1-1-2 مفهوم التمرينات المركبة:

يعد التمرين ذا أهمية كبيرة في إعداد المتعلمين واللاعبين بدنيًا ومهاريًا وذهنيًا في مختلف الألعاب الرياضية وبما يتناسب مع الفئة العمرية، ولقد تعددت الآراء حول مفهومه بسبب تعدد أغراضه. إذ أن التمرينات المركبة تؤدي ضمن أداء حركي واحد يحقق أهداف مختلفة وتؤدي بأساليب وطرائق مختلفة ووفقاً للأهداف المتعددة التي تحققها في أداء مشترك ومركب<sup>(1)</sup>.

وهي تتميز بالتنوع في ادائها بحيث تساعد اللاعب على التخلص من عامل الخوف والتردد والاحساس بالثقة<sup>(2)</sup>، لذا تعرف التمرينات المركبة على انها<sup>(3)</sup>:

- التمرينات التي تحتوي على أكثر من هدف وتطبق في نواحي الاعداد المختلفة.

- التمرينات تكسب اللاعب أكثر من مهارة او قدرة.

- التمرينات التي تنفذ في الجزء الرئيسي من الوحدة التدريبية.

- التمرينات التي تكون قريبة ومشابهة لحالات المنافسة على ان تكون خاضعة لقانون اللعبة.

وقد عرفها ثامر محسن وسامي الصفار على انها " تلك التمرينات التي تحتوي على أكثر من

تعريف وتكون في نواحي الإعداد المختلفة " <sup>(4)</sup>.

أما محمد عبدة ومفتي ابراهيم فقد عرفا التمارين المركبة " هي التي تحتوي على عدة تمرينات

بغرض اكساب اللاعب أكثر من مهارة أو مقدرة " <sup>(5)</sup>.

و عرفها عبد المجيد نعمان ومحمد عبدة صالح " وهي التمرينات التي يحتوي الجزء الرئيس منها

على تدريبات متنوعة " <sup>(1)</sup>.

(1) هدير فلاح عبد الصاحب: تأثير تدريبات السرعة الذهنية باستعمال ادوات مساعدة على بعض القدرات الحركية لأداء متنوعات الهجوم بسلاح الشيش، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات، جامعة بغداد، 2018، ص24.

(2) ناهدة عبد زيد: التمرينات وتطبيقاتها في التعلم الحركي، ط1، عمان، دار رضوان للنشر والتوزيع، 2019، ص57.

(3) ناهدة عبد زيد: مصدر سبق ذكره، 2019، ص58.

(4) ثامر محسن وسامي الصفار: اصول التدريب في كرة القدم، بغداد، مطبعة جامعة بغداد، 1988، ص396.

(5) محمد عبدة الصالح ومفتي ابراهيم: اساسيات كرة القدم، ط1، القاهرة، دار عالم المعرفة، 1994، ص70.

ويعرفها الباحث على انها تلك التمرينات التي تطور أو تنمي وتحسن عدة مهارات أو مهارة أو أكثر مع قدرة بدنية في وقت واحد في أحد مراحل الإعداد المختلفة.

### 2-1-1-2 فوائد التمرينات المركبة<sup>(1)</sup>: أن فوائد استخدام التمرينات المركبة عديدة منها:

1. تنوعها يزيد اللاعبين الرغبة في الممارسة.
2. تنوع التمرينات ثبت أنها من صالح الجهاز الوظيفي للاعب.
3. تفيد في حالة استخدامها في التدريبات إذ تشمل أكثر من مهارة وعنصر بدني
4. يفيد في حالة الفرق التي يقل فيها عدد مرات التدريب عن (4) مرات إذ يشمل التمرين أكثر من مهارة وقدرة بدنية.

### 3-1-1-2 أشكال التمارين المركبة<sup>(2)</sup>.

1. تمرين مركب يحوي أكثر من مهارة أساسية.
  2. تمرين مركب يحوي مهارة أو أكثر مع عنصر من عناصر اللياقة البدنية.
  3. تمرين مركب يحتوي على أكثر من مهارة وأكثر من عنصر.
- إن تنوع المهارات الأساسية ما بين الهجومية والدفاعية، فضلا عن صغر حجم مساحة طاولة اللعب يتطلب هذا من لاعب كرة الطاولة ان يكون قادرا على اداء الحركات المختلفة (التحرك السريع الامامي، الخلفي، الجانبي، القفز، تغيير الاتجاه) فهذا يتطلب درجة عالية من السرعة الاستجابة، التركيز والتوافق من أجل الحصول على نقطه أو لمحاولة مسايرة سرعة اداء المنافس<sup>(2)</sup>.

وهنا تبرز أهمية التمرينات المركبة في التنوع ما بين (بدني – مهاري – ذهني) وهذا ما اكده (Widmann) من أن عملية التنوع في استخدام التمرينات او الاساليب او الطرائق او الوسائل التدريبية يزيد القدرة على التكيف لمتطلبات اللعب والسيطرة والتحكم في الاداء لمواجهة متغيرات اللعب المختلفة والايفاء بمتطلبات البيئة التنافسية<sup>(3)</sup>.

كما يشير (Mathew) أن استعمال التمرينات المركبة (البدنية – المهارية) بالدرجة الاولى في فترة الاعداد الخاص وخلال فترة المنافسات أيضاً، من أجل رفع مستوى استمرار الاداء المميز بالسرعة وتحسين وظائف الجهاز العصبي والعضلي اي تحسين قابلية الترابط والتوافق الحركي والعمل المشترك المنظم في كل عضلة.

---

(1) عبد المجيد نعمان ومحمد عبدة صالح: كرة القدم تدريب وخطوط، القاهرة، دار الكتب، 1967، ص255.  
(2) محمد عبدة صالح ومفتي إبراهيم: أساسيات كرة القدم، ط 1، القاهرة، دار المعرفة، 1994، ص192.  
(3) محمد عبدة صالح ومفتي إبراهيم: نفس المصدر السابق، ص194.  
(5) طارق محمد علي إبراهيم: تطوير سرعة ودقة بعض المهارات الهجومية والدفاعية لناشئي تنس الطاولة، ط1، دسوق، دار العلم والايمان للنشر والتوزيع، 2014، ص37-43.  
(6) Widmann, B., Training und uber training,verlargsportingHamburg, 1999.P204.

إذاً فالتمرين إجراء لبرنامج عام هدفه تحقيق واجب حركي معين لذا أصبح ذا أهمية كبيرة في الإعداد البدني العام والخاص لمختلف الألعاب الرياضية لما يتميز به من خصائص تعمل على تهيئة اللاعب بدنياً ونفسياً بما يتناسب مع نوع الجهد المبذول، وعليه أخذ التمرين قسطاً كبيراً من العناية في البرامج التعليمية لأنها أساس الإعداد الرياضي وأصل التدريب لذلك يحاول المدرب أثناء الوحدة التدريبية إعطاء هذه التمرينات في ظروف مقاربة إلى حد ما من ظروف التنافس الفعلي إذ يحاول إشراك عدة لاعبين في تنفيذها، فيمكن اعتمادها بشكل جيد في تطوير النواحي التدريبية والفنية والخطية والنفسية، فعندما يؤدي اللاعب التمرين مع زميله فإن هذا يمثل فعالية متكررة من فعاليات اللعب<sup>(1)</sup>، إذ أن بواسطة "هذه التمرينات لا تتأصل القابليات الفنية وتتكامل فحسب بل تتعدى إلى القابليات الفنية والتكتيكية والبدنية"<sup>(2)</sup>.

### 2-1-1-4 أسس التمرينات المركبة:<sup>(3)</sup>

وان التمرينات التي يضعها المدرب للاعب واحد أو لاعبين عدت ضمن منهج مقنن لتطوير اللاعب بدنياً ، مهارياً، خطياً، وتنمية السرعة الحركية والمهارات الاساسية التي تؤثر في خطط اللعب وخلق جو مقارب لجو المباريات التي تعتمد على السلسلة التدريبية. وتعدّ التمرينات الخاصة هي المؤثرة في الأداء الخطي لتطوير قابلية اللاعبين بالسرعة والدقة التي يتطلبها لتداخل المهارات الاساسية والخطية والصفات البدنية وحتى النفسية وأسسها:

- 1- لا تكون صعبة الفهم والأدراك وتحتاج إلى شرح طويل .
- 2- أن تكون منسجمة مع القابلية البدنية والذهنية للاعبين .
- 3- أن يتوافر فيها المنافسة الفردية والجماعية .
- 4- أن يتوافر فيها الجانب التشويقي .
- 5- يتطلب استخدام الكرات والأدوات اللازمة.

وبعد معرفة ماهية هذه التمرينات واشكالها الخاصة، يمكن أن يعرف الباحث التمرينات المركبة، بأن هذا النوع من التمرينات هو الاساس في تعلم المهارات الهجومية والدفاعية بالملاكمة لما تحتويه من تطوير للقدرات البدنية والمهارية والحركية وتطوير ذهنية اللاعب وادراكه لجميع مواقف التطبيق والنزال، تحسباً للتطورات التي تطرأ في أثناء النزالات وخلق ترابط مهاري، خطي، وانسجام لدى المتعلم بين حركاته

(1) أنمار أحمد صبحي: تأثير تمرينات مركبة خاصة في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية بكرة القدم لدى لاعبي الشباب بأعمار 19-17 سنة، رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2009، ص24.  
(2) كالمان برايز (ترجمة) أمين عبد الوهاب: تحضير اللاعب الناشئ بكرة القدم، بغداد، مطبعة دار السلام، 1976، ص74.  
(3) ثامر محسن وواتق ناجي: الألعاب الخاصة في تدريب كرة القدم، بغداد، الشركة المركزية للطباعة والاعلام، 1975، ص57.

الهجومية والدفاعية عن طريق الظروف المقاربة لظروف اللعب، وجعل التوقع والتوقيت ضمن ضوابط خطية وترابط فكري وتناغم عالٍ بين المتعلم من جهة والمدرس من جهة أخرى.

حيث تعد المرحلة العمرية في المجال الرياضي " مرحلة الأساس في البناء الحركي ، وهي اغنى مرحلة لاستيعاب الواجب الحركي، اذ تكون فيها قابلية التعلم سريعة جدا ويكون مسارها وانسيابها واضحا وبتوازن العمل بين الدافع والمانع "(1).

## 2-1-2 التعلم والتعلم الحركي

### 1-2-1-2 مفهوم التعلم والتعلم الحركي

أن التعلم بمفهومه العام عملية ديناميكية معقدة تشمل أنواعًا مختلفة من النشاط والخبرة، كما أنه مجموعة من العمليات التي تتم من خلال انتقال المعلومات من المعلم إلى المتعلم، أذ أن التعلم عملية داخلية يقوم بها الفرد ويمكن الاستدلال على حدوثها عن طريق آثارها؛ وذلك في صورة تعديل يطرأ على الشخصية مثال ذلك(2):

1. (الحالة البدنية/اكتساب توافقات عقلية جديدة في صورة مهارات حركية) (الحالة المعرفية / اكتساب معان ومعلومات جديدة يستعين عند التفكير في المواقف التي تواجهه)
2. (الحالة الانفعالية/مثل اكتساب اتجاهات وميول وعواطف جديدة تدفعه وتوجه سلوكه).

وعُرف التعلم بأنه "سلسلة من المتغيرات التي تحدث خلال خبرة معينة لتعديل سلوك الإنسان وهو عملية تكيف الاستجابات لتلائم المواقف المختلفة التي تعبر عن خبراته وتلائمه مع المحيط"(3).

"إن التعلم وظيفة الدماغ الطبيعية، وأكثر من ذلك فإن له فعلياً قدرة على التعلم لا تُنفذ، فكل دماغ بشري سليم، بغض النظر عن العمر والجنس والجنسية أو الخلفية الثقافية، مزود فطرياً بمجموعة من القدرات الكامنة"(4).

أما التعلم الحركي " هو مجموعة عمليات مرتبطة بالممارسة والخبرة والتي تؤدي إلى تغيرات ثابتة نسبياً في السلوك الدقيق"(5).

- 
- (1) وجيه محجوب و احمد بدري: أصول التعلم الحركي، الموصل، الدار الجامعية للطباعة والنشر، 2002، ص221.
  - (2) وسام صلاح وسامر يوسف: التعلم الحركي وتطبيقاته في التربية البدنية والرياضية، ط1، بيروت ، دار الكتب العلمية، 2014، ص15.
  - (3) وجيه محجوب: نظريات التعلم والتطور الحركي، ط1، عمان، دار وائل للطباعة والنشر ، 2001، ص4.
  - (4) ناديا سميح السلطي: التعلم المستند إلى الدماغ، ط1، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، 2004، ص107.
  - (5) وجيه محجوب: التعلم والتعليم والبرامج الحركية، ط1، عمان، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، 2002، ص80.

وَعُرِفَ أيضًا بأنه "العملية التي من خلالها يستطيع المتعلم تكوين قابليات حركية جديدة أو تبديل قابليته الحركية عن طريق الممارسة والتجربة"<sup>(1)</sup>.

ويرى الباحث أن عملية التعلم تحدث نتيجة اكتساب المتعلم خبرة من خلال الممارسة لمهارة معينة وتستمر عملية التعلم وتتطور كلما استمر المتعلم بممارسة هذه المهارة أو مهارة أخرى مشابه لها أو قريبة منها، إذ يتم اكتساب واختزان واسترجاع للنماذج الدقيقة لحركات الجسم والتحسين الثابت في الأداء الناتج من التعلم والتدريب أو الممارسة.

## 2-2-1-2 أهداف التعلم الحركي<sup>(2)</sup>:

وتتضمن أهداف التعلم الحركي ما يأتي:

أولاً/ هدف تعليمي يقتضي نقل محتوى المادة إلى ذهن الطالب أو المبتدئ أي تزويدهم بالمعلومات الموجودة لديه والعمل على تصحيح الأخطاء منذ البداية لكي يتقدم في مستوى التعلم.

ثانياً/ هدف تربوي يقتضي توظيف الفكرة العامة للدرس اجتماعياً، أي ضرورة الاستفادة من مفهوم الدرس في الحياة العملية.

ويرى الباحث أن توصل المعلومات بأسلوب معين مثل بث روح المحبة والتعاون والأثارة وزيادة الثقة بالنفس خلال الوحدة التعليمية له الدور الكبير في تطور مستوى التعلم وتطبيقه على الواقع فهو يزيد في ثبات المادة التعليمية في ذهن الطالب.

## 2-1-3 الأجهزة والأدوات المساعدة للتعلم في المجال الرياضي:

### 2-1-3-1 الخطوات الواجب مراعاتها في كيفية اختيار الوسائط والوسائل المساعدة :

تخضع أنواع الوسائل المساعدة جميعها عند استعمالها لعدة نقاط يجب مراعاتها لاختيار الوسيلة المساعدة ، إذ يأتي هنا دور المدرب صاحب الخبرة في اختيار الوسيلة المساعدة التي يجب أن تتناسب وإمكانات وقدرات لاعبي الفريق البدنية والذهنية والمهارية وهذه النقاط هي<sup>(3،4،5)</sup>:-

1- يجب إن ترتبط الوسائل بالهدف المراد تحقيقه .

- 
- (1) نزار الطالب وكامل الويس: علم النفس الرياضي، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، ط2، 2000، ص33.
  - (2) عبدالرحمن عدس ومحي الدين توفيق: المدخل الي علم النفس، عمان، دار الفكر، 1995، ص87.
  - (3) احمد إبراهيم قنديل: التدريس بالتكنولوجيا الحديثة، القاهرة، عالم الكتب ، 2006 م، ص16-17.
  - (4) شكري حامد نزال: مناهج الدراسات الاجتماعية وأصول تدريسها، ط1، الإمارات العربية المتحدة، دار الكتاب الجامعي، 2003، ص217.
  - (5) ناهده عبد زيد الدليمي: مفاهيم في التربية الحركية، ط2، النجف الأشرف، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2010، ص165.

- 2- يجب إن يراعى مكان استخدام الوسائل المساعدة .
- 3- اختيار الوسائل المناسبة للمرحلة التعليمية .
- 4- أن تكون غير معقدة وواضحة للاعب في طريقة استخدامها .
- 6- أن تكون مشوقة وتجذب انتباه اللاعب لها .
- 6- أن تكون سهلة المنال والاستعمال .

#### 4-1-2 مفهوم نواتج التعلم:

إن تعلم المهارات الحركية الرياضية هو العملية التي يتم عن طريقها تعديل السلوك الحركي الرياضي أو تغييره، فإن هذا التعديل أو التغيير لا بد وان يكون محصلة أو نتيجة لما قد طرأ على شخصية المتعلم بانتهاء الموقف التعليمي، فالمتعلم ككل هو الذي يتعلم، فعندما يتعلم سلوكاً حركياً جديداً أو يغير من سلوكه القديم بوصفه وسيلة لإشباع حاجاته وبلوغ أهدافه فإنه يتغير كشخص، لان التعلم ليس مجرد اكتساب عدد من الاستجابات الحركية الجديدة، بل هو تغير في تنظيم الشخصية ومن ثم تنظيم السلوك يجعل المتعلم قادراً على السيطرة على المواقف التي سوف يواجهها مستقبلاً<sup>(1)</sup>.

فالسلك الحركي للفرد عبارة عن نشاط كلي يصدر عنه من حيث هو وحده متكاملة، فحين يصبوب نحو الهدف، أو يمرر الكرة لزميله، أو حين يصدر أية مجموعة من الحركات في تسلسل معين، فإنه لا يصدر هذه الحركات ببذنه فقط، بل إن هذه الحركات تصدر نتيجة لمجموعة من الأنشطة العقلية كالانتباه والإدراك والتذكر والتفكير، وتصدر أيضاً نتيجة لضروب من الأنشطة الانفعالية كالحماس والبهجة والسعادة أو الضيق والخوف والقلق، وقد عرفت نواتج التعلم بأنها" هي كل ما يكتسبه المتعلم أو اللاعب من معارف ومهارات واتجاهات وقيم وقدرات نتيجة قيامه بتجربة أو مروره بخبرة تعليمية معينة أو دراسته لمنهج معين ، اذ ان نواتج التعلم الحركي هي اهداف المهارة الحركية بعد تحققها من خلال الممارسة والتكرار والتغذية الراجعة باستعمال اساليب تعليمية والاستعانة بتقنيات ووسائل وادوات مساعدة<sup>(2)</sup>.

(1) علياء مصطفى: مصدر سبق ذكره ، ص4.

(2) ناهدة عبد زيد الدليمي: الاسس العلمية في التعلم الحركي، بابل، دار الصادق الثقافية للنشر والتوزيع، ط1، 2016، ص115.

## 1-4-1-2 انواع نواتج التعلم :

### أولاً: النتائج المعرفية:

تعد النواتج المعرفية الركيزة الأساسية لحدوث التعلم حيث إنها تساعد المتعلم على تفسير المواقف وحل المشكلات وقد صنفت الأهداف في المجال المعرفي بحيث تتدرج هرمياً من السهل إلى الصعب وهذه التصنيفات هي (1):-

1. المعرفة: تعني تذكر المادة التي سبق تعلمها واسترجاع المناسب منها إثناء الموقف التعليمي.
2. الفهم: يقصد به القدرة على إدراك المعلومات واستيعابها وتفسيرها.
3. التطبيق: وهي قدرة المتعلم على استخدام ما تعلمه في مواقف جديدة.
4. التحليل: يتمثل في قدرة المتعلم على تحليل مادة التعلم إلى مكوناتها.
5. التركيب: وهي قدرة المتعلم على ربط العناصر والأجزاء لتكوين كل جديد.
6. التقويم: يقصد به قدرة المتعلم على إصدار الحكم على قيمة ما.

ويعد التحصيل المعرفي من الأمور المهمة وذات الصلة المباشرة بالمتعلم من خلال الانجاز المعرفي ذو الكفاءة في أداء المهارة او المعلومات المعرفية التي يمكن ان يحصل عليها الفرد من خلال درجته النظرية، حيث ان التحصيل المعرفي هو وسيلة لقياس التعلم الذي يحدث من خلال البرامج التعليمية وهو اجراء يطلب فيه من الطالب ان يظهر معارفه التي اكتسبها نتيجة التعلم من خلال الاجابة على مجموعة من الاسئلة النصية الموجهة او الاختيارية او ذات الرسوم المعبرة ، وتقدير للإجابات درجات موزعة عليها بالتساوي او بحسب اهميتها انطلاقاً من اجابات نموذجية تحدد ما ينبغي ان يحصل عليه افراد العينة من معلومات ومعارف مرتبطة بتأثير البرنامج التعليمي (2).

أن اكتساب الجوانب المعرفية هي عملية غير مرئية عكس المجال المهاري وذلك نتيجة اختلاف البناء المعرفي والقدرات الإدراكية والجوانب العقلية لدى الطلاب ، ومن هذا نرى ان التحصيل المعرفي هو ناتج التعلم المبني على تأثير برنامج او طريقة ما او

(1) اثار حسن حامد: فعالية استراتيجيات التعلم النشط في الجانب المعرفي لمقرر اساسيات الرياضيات المانية على نواتج التعلم لطالبات كلية التربية الرياضية بالإسكندرية، رسالة ماجستير، جامعة الاسكندرية- كلية التربية الرياضية للبنات، 2012، ص22.

(2) مصطفى السايح محمد: ملامح لبنية اكااديمية للتحصيل المعرفي كمتغير في الدراسات التربوية الرياضية، محاضرة منشورة على موقع الانترنت 2007. www.elsayh.

استراتيجية او وسائط ، وهو عمليه موجهة لتحسين التعليم والتعلم، وبقدر ما يكون القياس موضوعيًا بقدر ما تكون نتائج التحسن جيدة وموثوقة وفعالة(1).

وأن الهدف الأساسي من التحصيل المعرفي في المجال الرياضي هو قياس مدى أو كمية المعلومات والمعارف التي اكتسبها الطالب من خلال البرامج التعليمية التي مر بها وما اكتسبه من خبرات علمية وعملية ويرى (عبد الله بن صالح) ، ان اهداف التحصيل المعرفي يمكن حصرها بالنقاط التالية(2):

(1) اداة مساعدة في دفع المتعلم الى اكتساب معارف واتجاهات علمية حديثة.  
(2) اداة مساعدة في تعريف المتعلمين بمدى تقدمهم في المعلومات والمعارف المرتبطة بالاداء المهاري.

(3) التعرف على النمو التحصيلي للمتعلمين من خلال تكرار الاختبار.

(4) تنشيط دافعية المتعلم مهارياً ومعرفياً.

يعطينا مؤشرات علمية واضحة لتطوير المناهج والبرامج وطرائق واستراتيجيات التعلم.

### ثانيا/الجانب المهاري (النفس الحركي)(3):

يعد المجال النفس حركي من المجالات التي تهتم بحركة الإنسان وتطورها والتي تعد أساس الخبرة في المجال الرياضي ومحور اهتمامها الأول، كما يهتم هذا المجال بتنمية وتحسين الحركات البنائية الأساسية والقدرات الإدراكية وكذلك القدرات البدنية والمهارات الحركية.

وهناك مستويات للمجال النفس حركي وهي:

- 1- الإدراك: هو مرحلة يستطيع فيها المتعلم إدراك كل ما يدور حوله.
- 2- التهيؤ للأداء: وتعني استعداد المتعلم للأداء المهاري وهي تلي الإدراك مباشرة.
- 3- الاستجابة الموجهة: تعني استجابة المتعلم للأداء الفعلي.
- 4- آلية الاداء: هي مرحلة الاداء الآلي والتخلص من الحركات الزائدة.
- 5- الاستجابة الظاهرية: تعني زيادة قدرة أجزاء الجسم على الاستجابة للأداء المهاري.
- 6- التكيف: هو القدرة على الاداء الصحيح بأقل جهد ممكن وفي اقل وقت.

ويرى الباحث بانه ليس هناك نشاط بدني حركي فقط، بل إن كل نشاط بدني حركي يصاحبه نشاط عقلي وانفعالي ويرتبط به ارتباطاً وثيقاً، فالطالب في درس التربية

(1) امين الخولي ومحمد عنان: المعرفة الرياضية، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2001، ص235.

(2) عبد الله بن صالح المقبل: خطوات اعداد الاختبار التحصيلي، 2010، ص 35.

(3) اثار حسن حامد : مصدر سبق ذكره، 2012، ص22.

الرياضية أو اللاعب في النادي حين يتأثر بما يتضمنه الموقف التعليمي من مثيرات فإنه لا يستجيب لها ببدنه فقط، ولكنه يستجيب لها ككل، إي ببدنه وعقله وانفعالاته.

### ثالثاً: الجانب الانفعالي (الوجداني)<sup>(1)</sup>:

يشمل المجال الوجداني الأهداف أو نتائج التعلم التي تؤكد على نغمة المشاعر أو الانفعالات أو درجة التقبل أو الرفض لموضوع ما، وهذا المجال يتعامل مع الأهداف التي تصف تغيراً في الميول والاتجاهات والتقدير والقيم والتكيف.

وقد صنف الاداء في المجال الوجداني إلى خمسة مستويات وهي:

1. الاستقبال أو الانتباه: ويقصد به المستوى الذي يكون فيه المتعلم على درجة من الحساسية بوجود مثيرات في بيئة المتعلم، أي يكون على استعداد لاستقبالها أو الانتباه إليها دون إصدار أحكام عليه.
2. الاستجابة: وهي المرحلة التي تلي الاستقبال حيث يظهر رد فعل ما استقبله المتعلم على شكل مشاركة ايجابية مع الظاهرة أو المثير
3. إعطاء القيمة (التممين): أي إعطاء القيمة أو تقدير الأشياء أو الظواهر في ضوء الإقناع التام بقيمة معينة.
4. التنظيم (القيمي): ويقصد به إيجاد قيمة كلية تضم التقديرات القيمة.
5. الاتصال بقيمة أو مركب قيمي: عند هذا المستوى يحدث تكامل للأفكار والمعتقدات والاتجاهات والقيم في نظرة شاملة.

## 5-1-2 القدرات التوافقية:

### 1-5-1-2 مفهوم القدرات التوافقية<sup>(2)</sup>:

ان اكتساب المؤلفبة المبكرة للتوافق يضمن الأساس في القدرة على التوافق، ومما يجعل التوافق يكون أساساً للتنافس شأن هذا التوافق اكتساب الرياضي القوة، والسرعة، والتحمل، والصفات الحركية الأخرى. بغية ضمان الاتي:

- تحقيق الحدود النهائية لنوع الإنجاز ومن ثم نوع النشاط الحركي.
- تحقيق العمليات الميكانيكية والديناميكية.

(1) اثار حسن حامد : مصدر سبق ذكره، 2012، ص22.  
 (2) وجيه محبوب واحمد بدري: أصول التعلم الحركي، ط1، الموصل، الدار الجامعية للطباعة والنشر والترجمة، 2002، ص15-17.

- القدرة الفكرية الاستيعابية (التكنيك).
- ملائمة التوازن للتغيرات وفق متطلبات المهارة.
- الاكتساب الحس حركي ورد الفعل والتوجيه المكاني.
- تنسيق العوامل الخارجية المؤثرة.

ان الهدف النهائي من القدرات التوافقية هو المتابعة للحصول على نموذج مثالي للتكيف لتحرير سلسلة من الحركات اليأ، طبقاً للعمل المتوقع ولمراحل توافق العضلة الواحدة مع العضلات الأخرى لتكوين الالية (الايوتوماتيكية) ليست للحركة الواحدة انما للحركات الأخرى، ويكمن أساس القدرات التوافقية في المستوى العالي للجهاز العصبي الحركي والجهاز الحسي بوضع البرمجة الحركية التي يمكن ارسالها عن طريق المسالك الهرمية وتركيب الدماغ السفلي، وان دعم عمليات التحفيز والكبح العصبي هي التي تتحكم بالإيعازات الحركية المختلفة، وان القدرات التوافقية تعرف على أنها صفة الانسجام للقدرات الحركية المهارية، والبدنية، والأجهزة الداخلية للجسم إذ ان هذه القدرة على الانسجام والتنسيق ستكون لدى الرياضي قدرة على التوافق. ويتلخص التوافق الحركي كما يأتي:

1. التنظيم والتنسيق والترتيب والتبويب.
2. عملية التوافق مقرونة بإمكانية الجهاز الحركي والقوة المؤثرة عليه.
3. يختلف التوافق عادةً باختلاف التجارب ويعتمد على العامل الجسمي.
4. التوافق جزء من الإنجاز العالي، وله دوراً مهم في تنظيم عمل الأجهزة الداخلية والتنسيق المرتبط والمنسجم مع المحيط.

## 2-5-1-2 أهمية القدرات التوافقية في لعبة الملاكمة:

إن لعبة الملاكمة من الالعاب التي تحتوي على كثير من المهارات الأساسية والتي تؤدي تحت ظروف متغيرة سواء كانت بصورة منفردة ام مركبة مما يؤدي الى زيادة الحاجة للتوافق في العمل بين الجهازين العصبي والعضلي أثناء الأداء المهاري لاتخاذ القرار المناسب للموقف بالزمان والمكان، فالتوافق بين الجهازين العصبي والعضلي يأتي بواسطة تنمية القدرات التوافقية الخاصة وتطويرها والمرتبطة بلعبة الملاكمة، إذ يجب الاهتمام بتلك القدرات وإدراك اهميتها حتى يتمكن اللاعب من الاداء بفاعلية وإتقان. فاللاعب الذي يفقد بعض من هذه القدرات يجد صعوبة في الوصول الى مستوى عالي بالأداء المهاري.

القدرات التوافقية ليست قدرات موروثه بل هي مكتسبة تتطور على أساس بعض الصفات الأساسية خلال التفاعل الإيجابي مع الظروف المحيطة والبيئة<sup>(1)</sup>، والدليل على ذلك يكتسب اللاعب

(1) قاسم لزام واخرون: أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته، بغداد، مكتبة كلية التربية الرياضية، 2000، ص79.

القدرات التوافقية بالتعلم الحركي، ولتنمية التوافق الحركي يتطلب تنشيط كل من القدرات الإدراكية والحس حركية للتحكم الذاتي في تأدية الحركات، كما أن القدرات التوافقية تسهم في تركيب الحركة الكلية من الحركات الجزئية بصورة متناسقة إذا ما تم على مستوى التوافق الحركي العام المطلوب لإنجاز المهارات الحركية. وهكذا فإن تطور مستوى الاداء المهاري ليس واجبا على المبتدئين فقط بل هو واجبا على اللاعبين المتقدمين أيضاً لضمان الاستمرار في تحسين وتطوير الاداء وإتقانه وتثبيته<sup>(1)</sup>. لهذا نجد ان القدرات التوافقية عاملاً هاماً لنجاح عمليات تعليم وتطوير المهارات الأساسية، فتوفر هذه القدرات لدى المبتدئ يساعد على حسن التفكير وسهولة تعلم المهارات الحركية وتطويرها بصورة مثلى<sup>(2)</sup>. اذ هي تعد أحد الدعائم الرئيسة للاداء المهارى و تشكل قاسماً مشتركاً ومركباً مع العناصر الاخرى لتسهم في الوصول باللاعب لأعلى مستوى رياضي وفقاً لإمكاناته الجسمانية، فمثلاً نجد ان المبتدئين الذين يتميزون بالقدرات التوافقية يستطيعون تسجيل درجة اعلى من القدرات البدنية العامة، ولا ترتبط القدرات التوافقية بالأداء الحركي فقط بل وايضا بالمهارات المركبة التي تتميز بدرجة من الصعوبة والتعقيد في النواحي التكتيكية والتكنيكية<sup>(3)</sup>.

ويصف (وجيه محجوب وأخرون) القدرة التوافقية بوصفين هما<sup>(4)</sup>:

1. "هي التوافق والربط بين القدرات البدنية والصفات المهارية معتمدةً على أجهزة الجسم الداخلية المختلفة".

2. "صفة الانسجام للقدرات الحركية والبدنية والأجهزة الداخلية (للجسم)".

ويشير (محمد صبحي حسانين) نقلاً عن (Larson) و(Yocom) على أنها "قدرة الفرد في دمج حركات من انواع مختلفة داخل إطار واحد"<sup>(5)</sup>. أما (Bompa 2002) اذ يرى انه يمكن اعتبار اللاعب الذي يمتلك توافق جيد يكون قادراً على أداء المهارة بشكل دقيق فضلاً عن قدرته على أداء الواجب الذي يتعرض له بصورة فجائية وبشكل سريع<sup>(6)</sup>.

ويرى الباحث القدرات التوافقية إنها عمليات داخلية تفاعلية تحدث بين الدماغ والعضلات المشتركة بالعمل لا يمكن مشاهدتها بصورة مباشرة، ويتبين مستواها بالجانب البدني والمهاري في لعبة الملاكمة.

(1) عصام عبد الخالق: التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات، الإسكندرية، دار المعارف، 2003، ص 189.  
(2) السيد عبد المقصود: نظريات التدريب الرياضي الجوانب الاساسية للعملية التدريبية، القاهرة، مكتبة الحساء، 1994، ص136.

(3) (Schreiner, P: Koordinations training Football, das Peter Schreiner-System. Rowohlt, Reinbek, 2000.p.20

(4) وجيه محجوب واخرون: نظريات التعلم والتطور الحركي، بغداد، دار الكتب والوثائق، 2000، ص56.

(5) محمد صبحي حسانين: القياس والتقويم، القاهرة، دار الفكر العربي، 1995، ص406.

(6) Bompa, T: 6( Total Training for young Champions), United States: versa press,2002. p204.,

وقد اتفقوا (احمد خميس وجميل بدري)<sup>(1)</sup> و(محمد لطفي حسنين)<sup>(2)</sup> و (ريتر) على تقسيمها على (7) قدرات، نذكرها بالتفصيل؛ لأنها محور عملنا، وهي:

### 1. القدرة على تقدير الوضع:

وهي قدرة الرياضي على تحديد وضع جسمه نسبة للأشياء الأخرى او المتحركة (حركة منافس وحركة الزميل....) وتعني كذلك القدرة على تفسير مواقف اللعب أو الوضع الحالي بشكل صحيح بالاعتماد على العمليات العقلية المتمثلة بدخول المثيرات، ثم تفسيرها ومقارنتها بالذاكرة او المخزون، ومن ثم اتخاذ القرار، فضلاً عن كونها مقدرة اللاعب على الإحساس بموقع واتجاه الحركة وعلاقتها بأجزاء جسمه والمقدرة على الإحساس بالمكان والزمان بدقة عالية واستخدام القوة الملائمة لذلك<sup>(3)</sup>، وفي لعبة الملاكمة عند قيام اللاعب بتسديد لكمة على هدف معين يجب عليه توجيه لكمة مؤثرة باتجاه المكان الخالي في الهدف لفتح ثغرات باستخدام مقدار معين من القوة والدقة مع التغطية لتفادي لكمة مضادة من المنافس.

### 2. القدرة على الربط الحركي:

وهي قدرة اللاعب على تنسيق الحركات الجزئية لجسمه مع بعضها البعض وإظهار التناسق الحركي عند مجابهة المنافس باستخدام الكرة<sup>(4)</sup>، وكذلك تعني قدرة اللاعب على تنظيم أجزاء الحركة وتسلسلها بشكل متناسق وانسيابي ، فضلاً عن استخدام أجزاء جسمه بشكل متسلسل سواء اكانت الحركة بسيطة ام مركبة، وهي القدرة على الربط بين مهارتين مختلفتين، وهي تناسق الحركات الفردية او الحركات المركبة بعضها ببعض بحيث تكون حركات الجسم متصلة بعضها وموجهة نحو هدف معين(في وقت واحد او بشكل متتالي)<sup>(5)</sup>.

### 3. القدرة على بذل الجهد المناسب:

هي قدرة الرياضي على أداء حركاته بصورة منسقة من حيث مقدار القوة والزمان والمكان بما يخدم تحقيق الهدف المنشود<sup>(6)</sup>. أي توزيع الجهد وفق ظروف المباراة، فاللاعب الذي يتمكن من بذل الجهد المناسب وفق ظروف المباراة فانه يكون أفضل من اللاعب الذي لا يتمكن من توزيع الجهد

(1) جميل بدري واحمد خميس: مهارات كرة اليد تدريب وتحكيم، بيروت، مطبعة الوفاء، 2011، ص 77.

(2) محمد لطفي السيد: مصدر سبق ذكره، ص 130-135.

(3) Verlag, Hans- Jorgen Schaller, Panja Wernz: Koordinations training fur senioren Meyer and 2015, p91.

(4) جميل البدري واحمد خميس السوداني: مصدر سبق ذكره، ص 78.

(5) Verlag, Hans- Jorgen Schaller, Panja Wernz: o.p. cit. p91.

(6) محمد لطفي السيد: مصدر سبق ذكره، ص 131.

بصورة مناسبة وصحيحة. وعلى هذا فإن اللاعب المحترف يستطيع أن يستخدم القوة المناسبة لحالة اللعب، اما اللاعب المبتدئ فيستخدم قوة أكبر او اقل من المطلوب لحالة اللعب<sup>(1)</sup>.

ويرى الباحث ان الجهد كبير بسبب زمن النزال الطويل إضافة الجوانب الفسلجية، والبدنية، والمهارية، والخطئية، والنفسية مما يتطلب توزيع الجهد بشكل صحيح.

#### 4. القدرة على التوازن:

وهي انه مدى مقدرة الانسان على الاحتفاظ بجسمه او أجزائه المختلفة في وضع معين نتيجة للنشاط التوافقي المعقد لمجموعة من الأجهزة والأنظمة الحيوية الموجهة للعمل ضد تأثيرات قوى الجاذبية<sup>(2)</sup>. او هو القدرة على الاحتفاظ بثبات الجسم عند أداء حركات مختلفة سواء من الحركة او الثبات<sup>(3)</sup>.

ويرى الباحث على انه عملية تبويب وترتيب وتنظيم البرامج الحركية المختلفة واستخدامها في آن واحد اي اداء برنامجين حركيين في وقت واحد والعكس عندما يكون الطالب في وضع بعيداً عن التوازن، فإن هذا الوضع لا يسمح له بسرعة الاستجابة المناسبة في ضوء الاستجابات والمنافسة، أذ هنالك عوامل تؤثر على التوازن منها ( نفسية، فسيولوجية، ميكانيكية)، ومن ناحية أخرى فإن تميز الرياضي بالتوازن الجيد يسمح بتحسين وترقية مستوى أدائه للعديد من الحركات والأوضاع في معظم الأنشطة الرياضية<sup>(4)</sup>.

إن القدرة على التوازن هي قدرة اللاعب على المحافظة على الوضعية المناسبة للجسم حتى في الحالات الصعبة او استعادة توازن جسمه بأسرع ما يمكن بعد اضطراب طراً على توازنه في حالة الوقوف او الوثب خلال الحركة وكذلك تعرف على أنها " إمكانية أداء الواجبات الحركية بأقصى سرعة وثبات عند الارتكاز على مساحة صغيرة جداً، وكذلك عند ظهور مؤثرات ناتجة عن قوى خارجية تخل بالتوازن غير المستقر الى حد كبير"<sup>(5)</sup>. وأن للتوازن كقدرة، نوعين اساسيين، هما<sup>(6)</sup>:  
اولاً/ التوازن الثابت.

ثانياً/ التوازن المتحرك او الديناميكي

(1) مرتضى حسون عبد الهادي: تأثير تمارين ل قدرات التوافقية في تطوير بعض المهارات الأساسية ونسبة نجاح أداء التحركات الهجومية للاعبين المدرسة التخصصية بكرة اليد بأعمار (15-12)، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2015، ص 33.

(2) صالح شافي العائدي: التدريب الرياضي أفكاره وتطبيقاته، ط1، بغداد، دار الكتب والوثائق، 2011، ص261.

(3) صريح عبد الكريم ووهبي علوان: البايوميكانيك الحيوي الرياضي، بيروت، الغدير للطباعة الفنية الحديثة، 2012، ص 247.

(4) علي سلوم جواد الحكيم: الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي، بغداد، مطبعة الطيف للطباعة، 2004، ص 135.

(5) مروان عبد المجيد إبراهيم: اساسيات علم الحركة في المجال الرياضي، ط1، عمان، مؤسسة الوراق، 2000، ص113.

(6) الين ودبع فرج: خبرات في الألعاب للصغار والكبار، ط2، الإسكندرية، دار الفكر العربي، 2003، ص 254-255.

## 5. القدرة على الإيقاع الحركي:

وهي تمثل قدرة الرياضي في إيجاد مراحل أداء المجرى الحركي واستيعابه وتخزينه في الوقت المناسب والحركة المناسبة، وكذا قدرته على دمج هذه المراحل المخزونة والتنويع في أدائها. إذ إن الإيقاع هو أحد الطرائق المساعدة في عملية التعلم كونه مرتبطاً بالإحساس الحركي وطريقة المساعدة في توضيح الحركة وتسهيل شرحها. ويعد الإيقاع الحركي أحد القدرات الأساسية لبعض أنواع الفعاليات الفردية والجماعية الرياضية وذلك للخصوصية التي تمتلكها تمارينه وحركاته المتنوعة ومدى تأثيرها في كفاءة أجهزة الجسم<sup>(1)</sup>.

أما في الفعاليات الفردية الرياضية مثل الملاكمة فإن الإيقاع الحركي يكون من الصعب تنفيذه بسبب أن أداء أي لاعب يختلف عن الأداء المعني باللاعب الآخر للفروق الفردية بينهما ونظرة واحدة للعب في كل النزال نلاحظ أنه لا توجد حركات متطابقة يمكن للاعب أن ينفذها بسبب التغير الدائم في المحيط (الحكم، اللاعب المنافس، المدرب)<sup>(2)</sup>.

## 6. القدرة على سرعة الاستجابة:

هي القدرة على أداء حركات بسرعة بعد سماع أو رؤية إشارات (صوتية، ضوئية) بهدف إنجاز عمل حركي بأسرع وقت (رد الفعل السريع)<sup>(3)</sup>.

وتعد سرعة الاستجابة من القدرات المهمة التي لا يخلو أي نشاط رياضي منها، وتعتمد على سلامة الجهاز العصبي في تفسير المثير وإرسال إشارة للتنفيذ أو حركة أول ليف عضلي. تعني قدرة اللاعب في الرد على استجابة حسية أو سمعية أو بصرية بأقل زمن ممكن، إذ هي عنصر من عناصر المباتة، وتمكن اللاعب من تغيير اتجاهه، أو سرعته بالاعتماد على موضع اللاعب المنافس، فكلما قصر زمن الاستجابة زادت سرعة التصرف عند اللاعب في الوقت المناسب في أثناء تنفيذ المهارات الأساسية الدفاعية والهجومية لأي فعالية رياضية تتطلب سرعة استجابة حركية تجاه مثيرات المنافس والكرة على وفق مواقف اللعب المختلفة والمتغيرة بشكل مستمر طيلة مدة المنافسة<sup>(4)</sup>.

ويرى الباحث أن القدرة على سرعة الاستجابة في الموقف التعليمي والتدريبي كلما زادت زاد مستوى الهيمنة والسيطرة على مجريات اللعب فضلاً عن تحقيق نتائج إيجابية فعالة.

(1) Kurt Meinel , Gunter Schnabel: Bewegungslehre Sportmotorik : Abriss einer Theorie der sportlichen Motorik unter padagogischem Aspekt, meyer and meyer verlag , 2007, p227.

(2) يعرب خيون: التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق، بغداد، مكتبة الصخرة، 2002، ص 24.

(3) Mathews: Measurement in physical education 5th ed...Saunders com – pony, - Philadelphia, p126.

(4) اثير عبد الله اللامي: تأثير منهج مقترح في تطوير سرعة الاستجابة الحركية عند أداء بعض المهارات الدفاعية الفردية في لعبة كرة اليد، أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد/ كلية التربية الرياضية، 2005، ص 9.

## 7. القدرة على التكيف مع الأوضاع المتغيرة:

هي قدرة الرياضي على تغيير التصرف الذي بدأه ( البرنامج للتصرف المتوقع) على ان يكون ذلك بسرعة وبشكل صحيح بما يناسب الموقف المتغير من إيقاف التصرف الذي بدأ به لتصحيحه او تغييره او تعديله تبعاً للموقف المستجد وللتغير المتوقع للموقف ومراقبة التنفيذ الحركي<sup>(1)</sup>. كما أنها تعني قدرة اللاعب على التكيف مع الوضع الجديد عن طريق تحليل المتغيرات التي تحدث على الوضع الأساسي تحليلاً دقيقاً واختيار برنامج حركي جديد قد يكون مختلفاً عن البرنامج الحركي الأول الذي تم اختياره<sup>(2)</sup>.

### 2-1-5-3 دور القدرات التوافقية في اداء الملاكمين<sup>(3)</sup>:

تعد القدرات التوافقية من اهم الموضوعات الي يهتم بها المدربين في التدريبات لزيادة كفاءة هذه القدرات لدى الملاكمين لما لها من تأثير فعال في الاداء المهاري من خلال القدرة على تسديد اللكمات بدقة واداء الحركات بتوافق وانسيابيه وتطبيق الخطط اللازمة يتطلب من الملاكم كفاءة متطورة في القدرات الحركية.

ويرى الباحث بأن القدرات تسهم في زيادة عطاء الملاكم اثناء التعلم والتدريب والنزال من خلال زيادة قدرته في مواجهة مواقف النزال مع المنافس والتي تكون متغيرة دائماً وايضاً معالجة الملاكم للمواقف السريعة والمفاجئة التي يتميز بها النزال وإيجاد الحلول السريعة لها.

### 2-1-6 المدرسة الكوبية

#### 2-1-6-1 مفهوم المدرسة الكوبية<sup>(4)</sup>

تتأثر أساليب الملاكمة بالثقافة الخاصة بالدولة ومن ضمنها الموسيقى والرقص ، يتصف أسلوب الملاكمة الكوبية بالإيقاعية والتوافق الحركي، ويحمل هذا الأسلوب قدرات مهارية ومعرفية خطية تشابه الرقص، ان الأسلوب الكوبي امتزج واجتمع واختلط بجذور الأساليب لبعض الدول المتقدمة فضلاً عن ذلك فان منهجية الأسلوب الكوبي بإعداد التدريبات والاعداد للمنافسات استمد من الاتحاد السوفيتي السابق.

(1) جميل البدرى واحمد خميس السوداني: مصدر سبق ذكره، ص79.

(2) Hans- Jurgen Schaller, Panja Wernz: o.p. cit 2015, p169.

(3) زيد محمود علي : مصدر سبق ذكره، ص73.

(4) عبدالجليل جبار ناصر واخرون: دليل المدرب العربي في الملاكمة، ط1، عشتار للنشر والتوزيع، 2019، ص221.

## 2-6-1-2 مميزات المدرسة الكوبية(1)

المدرسة الكوبية في الملاكمة تتميز بعدة جوانب تميزها عن باقي المدارس وهي :

1. الفنية والتكتيكية: تشتهر المدرسة الكوبية بأسلوبها الفني المتميز والتكتيكات المحسوبة ويتمحور الأسلوب حول الحركة السريعة والتنوع في الضربات واستخدام الزوايا المختلفة للهجوم والدفاع تعتبر الدقة وسرعة الاستجابة جزءاً أساسياً من هذه المدرسة.
2. التكيف والمرونة: يتميز الملاكمون الكوبيون بقدرتهم على التكيف مع أنماط المنافس وتعديل استراتيجيتهم وفقاً للمتغيرات في الحلبة وتعتمد المدرسة الكوبية على التعلم والتدريب الشامل وتعزيز القدرة على التكيف واتخاذ القرارات السريعة.
3. الروح القتالية: تعزز المدرسة الكوبية في الملاكمة الروح القتالية والتحمل النفسي، تعليم المبتدئين و تدريب الملاكمين على التعامل مع الضغوط النفسية والمواجهة مع الصعوبات في الحلبة، مما يساعدهم على التفوق والاستمرار في الرياضة.
4. التراث والإرث: يعود تاريخ المدرسة الكوبية في الملاكمة إلى عقود عديدة وقد أنتجت العديد من الأبطال والملاكمين المعروفين. تمتلك هذه المدرسة تراثاً قوياً في الملاكمة ولها مكانة مرموقة في عالم الرياضة.
5. الأسلوب الفني: تتميز المدرسة الكوبية في الملاكمة بأسلوب فني متطور ومتناغم. يتمحور الأسلوب حول الحركة السريعة والتنوع في الضربات واستخدام الزوايا المختلفة للهجوم والدفاع. تسعى المدرسة لتطوير مهارات اللاعبين وجعلها مثالية من الناحية الفنية.
6. التحمل البدني واللياقة: تعد اللياقة البدنية والتحمل جزءاً أساسياً من المدرسة الكوبية في الملاكمة. يتطلب التفوق في الملاكمة قدرة على الاستمرار لفترات طويلة والتحمل البدني لمواجهة الجولات، يتم تدريب الملاكمين على تعزيز اللياقة العامة وتحسين القدرة على التحمل.

## 3-6-1-2 مراحل المدرسة الكوبية(2):

1. المرحلة الأساسية: هي التي تركز على تعليم الأساسيات الأساسية للملاكمة وتتضمن هذه الأساسيات تقنيات وقفة الاستعداد واللكمات بالقبضات، وحركات الدفاع، والحركة داخل الحلبة، وتعلم القواعد والقوانين المتعلقة بالملاكمة.

(1) موسى جواد كاظم و زيد محمود علي: أساليب تدريبيه في فن الملاكمة وتعليم برمجة المهارات، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2023، ص96.

(2) عبدالجليل جبار وأخرون: محاضرة نوعية في دورة تدريبية اقامها الاتحاد المركزي للملاكمة، 2022.

2. **المرحلة الثانية:** هي المرحلة التكتيكية التي يتم فيها تعليم المتعلمين كيفية تطبيق التكتيكات المحسوبة في الملاكمة يتعلمون كيفية اداء المهارات بشكل الأمثل قراءة المنافس وتحليل نقاط ضعفه والتفاعل مع حركاته وتطبيق استراتيجيات هجومية ودفاعية مناسبة.

3. **المرحلة الثالثة:** هي المرحلة التكتيكية يتم فيها تطوير قدرة المتعلم على التكيف مع أنماط المنافس المختلفة و تدريبهم على التعامل مع ملاكمين ذوي أساليب مختلفة والتكيف مع التغيرات في سرعة وقوة المنافس أثناء النزال.

4. **المرحلة الرابعة:** هي المرحلة البدنية التي تعطي المدرسة الكوبية اهتمام كبير للياقة البدنية وتطوير القوة والتحمل وتتضمن التدريبات البدنية تمارين اللياقة العامة، وتقوية العضلات، وتحسين القدرة على التحمل للتأكيد على قدرات الملاكمين في المنافسة طوال جولات النزال،

5. **المرحلة الخامسة:** هي المرحلة النهائية بهذه المرحلة يتم تنمية المهارات والتقنيات المتقدمة وينتقل الرياضي من متعلم إلى ملاكم يتعلمون تقنيات خاصة مثل الضربات الدقيقة، والاستجابة السريعة لتحركات المنافس.

ويرى الباحث أنها تعتمد على سرعة رد الفعل والخفة والتحرك باستمرار بشكل غير ثابت أذ تمتاز المدرسة الكوبية ببناء أساس قوي للمتعلمين ليكونوا مستقبلا لاعبين بمستوى متقدم.

## 2-1-7 المهارات الأساسية في الملاكمة<sup>(1)</sup>:

هي مجموعة المبادئ الأساسية الدفاعية والهجومية التي تكون مهارات وخبرات الملاكم الحركية والتنافسية عن طريق تعلمهم واستيعابهم واتقانهم بطريقة علمية منظمة معتمداً على عوامل اساسية منها وقفة الاستعداد واللحركات واتقانها ليتمكن من تسديدها بأقصى سرعة ممكنة واستثمار الوقت المناسب لأدائها على اساس التوافق الحركي، كذلك تعلم طرائق الدفاع من لحركات المنافس.

### 2-1-7-1 وقفة الاستعداد:

"وهي الوضع الابتدائي الذي يستطيع الملاكم من اداء مهارته الأساسية بأسلوب ملائم ويكون مستعداً باستمرار لتنفيذ ما مطلوب وما خطط له كذلك ادراك نوايا المنافس ويجب ان تكون ملائمة لإمكانيات الملاكم البدنية والحركية ومميزاته وان يغير فيها تغييراً بسيطاً وفقاً لإمكانياته منافسه البدنية والحركية"<sup>(2)</sup>.

(1) وديع ياسين واخرون: مصدر سبق ذكره، ص 161-162.

(2) محمود عبدالله احمد واخرون: تعليم وتدريب الملاكمة، الموصل، مطابع التعليم العالي، 1990، ص 120.

"وتعرف بأنها الوضع الذي يستطيع الملاكم بها الاستمرار بتنفيذ خطته بسرعة والوقت نفسه لتجنب لكمات المنافس"<sup>(1)</sup>، وللوقفة شروط<sup>(2)</sup>:

### 1. الاسترخاء:

وهي ان تكون عضلات الملاكم في حالة استرخاء لاستثمارها في الوقت المناسب لان الشد العضلي يفقد الملاكم القوة والسرعة فضلا عن حدوث التعب.

### 2. التغطية:

ضرورة قصوى يحتمها الموقف الاستعدادي الجيد بأن يهيا الملاكم نفسه لدرء لكمات المنافس بتغطية ما مكشوف من الهدف المسموح للكم به قدر الامكان ليبعد نفسه الاصابة التي قد يتعرض لها في اثناء اللعب وتسجيل النقاط ضده.

### 3. سهولة الحركة:

ان اختيار المسافة المناسبة بين القدمين لوقفة الاستعداد وبما يتناسب ومساحة الحوض يؤدي الى سهولة حركة الملاكم في الدفاع والهجوم وتنفيذ خطته الدفاعية والهجومية بسهولة ورشاقة.

### 4. الاتزان:

هي امكانية الملاكم على الحركة بسهولة واتزان طيلة مدة النزال والمحافظة على توازن الجسم خلال تسديد اللكمات والدفاع من لكمات المنافس والمحافظة على الاستقرار للجسم في الاداء الدفاعي مستفيدا من العلاقة بين مركز ثقل الجسم وقاعدة الاستناد التي يركز عليها الملاكم.



شكل (1)

يوضح وقفة الاستعداد بالملاكمة

(1) يحيى اسماعيل الحاوي: الملاكمة، اسس نظرية، وتطبيقات عملية، ط2، جامعة الزقازيق، 1999، ص60.  
(2) HortFiedler ,Boxen Fur Einstegiger-Training-Teaching-Taktols,Sport Verlag, Perlen, 1994.

ويرى الباحث بأنها الوضع التي يحدد أمكانيات اللاعب البدنية والمهارية ونقطة بداية بناء خطط هجومية أو دفاعية حسب الموقف التعليمي وتحدد اللاعب أكان أعسر أم العكس.

### 2-7-1-2 حركة القدمين<sup>(1)</sup>:

تعد حركات القدمين من الأسس الهامة في الملاكمة، وهي مهارة مرتبطة بخطط الملاكم للفوز في المباريات، فالملاكم الذي يستطيع التحرك بسرعة وسهولة يتمكن من مراوغة منافسه وخداعه، ويتم التحرك على الحلبة زحفا على امشاط القدمين لكي يحتفظ الملاكم بتوازنه، ويمكن للملاكم أن يتحرك إلى الأمام أو إلى الخلف أو إلى اليسار أو إلى اليمين أو باتجاه دوراني<sup>(2)</sup>، وكقاعدة عامة ولكي تكون حركة الملاكم صحيحة هي أن يبدأ الملاكم الحركة في القدم القريبة من جهة الحركة ثم تتبعها القدم الأخرى بخطوات متساوية<sup>(3)</sup>، وكما في الشكل (2) الآتي:



شكل (2)

يوضح حركة القدمين في الملاكمة

ويرى الباحث ان فن مهارة تحريك القدمين هو القدرة على الهجوم والدفاع بسهولة ومهارة دون ان يختل توازن الجسم في اي لحظة من اللحظات وعملية اتقان الملاكم للتحركات من الاسس المهمة في التعلم حيث يتوقف اللكم على الحلبة بصورة كبيرة على قدرة الملاكم بالمراوغة والزوغان والخروج من اللكمات والسحب للخلف وهذا ما تعتمد عليه المدرسة الكوبية على سرعة و دقة حركات القدمين والقدرة على تقدير المسافة والزمن اثناء تسديد اللكمات.

(1) عبدالجليل جبار واخرون: مصدر سبق ذكرة ، ص207.

(2) محسن رمضان علي: مصدر سبق ذكرة، ص22-24.

(3) علي عطشان خلف: تأثير نسب مختلفة من التغذية الراجعة النهائية في تعليم اللكمة المستقيمة، رسالة ماجستير، جامعة القادسية، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 2005، ص24.

### 2-1-7-3 اللكمات:

"تستخدم في تحقيق غاية وتنفيذ طرائق واساليب الهجوم والدفاع والتمويه وفتح الثغرات وايقاف هجوم المنافس ، والتي يجب ان تؤدي باتجاه المناطق المسموح بها باللكم"<sup>(1)</sup>.

ولكي تحسب اللكمة الصحيحة يجب ان تتوفر فيها الشروط الاتية<sup>(2)</sup>:

1. تسدد اللكمة والقبضة مغلقة و في مقدمة القفاز.
  2. ان لا يرتكب الملاكم اخطاء في اثناء الاداء.
  3. ان تصيب المناطق المسموح لها باللكم.
  4. ان تكون مؤثرة اي مصحوبة بثقل الجسم او الكتف.
- تسجل اللكمة التي تحمل الشروط اعلاه وان تصل الى المكان المسموح عليه اللكم (الهدف) مباشراً بالقفاز المغلق بأي من الذراعين اليسار او اليمين لاي جزء من مقدمة او جانب الرأس او الجسم فوق الحزام، ويعد الملاكم فائزاً بالنقاط في نهاية النزال اعتماداً على مجموع النقاط المسجلة من اللكمات الصحيحة خلال النزال<sup>(3)</sup>.

### 2-1-7-3-1 اللكمات المستقيمة<sup>(4)</sup>:

وهي لكمات تسدد او توجه الى الامام بشكل مستقيم مع مستوى النظر وتصيب الوجه او الصدر او البطن من الامام وتتميز بدقة الاصابة وشدتها وسرعة وصولها الى الهدف اذ ادبت بأتقان.

- لكمات مستقيمة يسار/ للوجه ، للصدر ، للبطن.
- لكمات مستقيمة يمين/ للوجه ، للصدر ، للبطن.

(1) Herepet Sennenperg, Box,14Auflag,VerlagWein Man,Berlen,1988,p 66.

(2) حسام رفقى: الملاكمة بين النظرية والتطبيق، ط3، القاهرة، مكتبة النهضة، 1996، ص21.

(3) احكام وقواعد القانون الاتحاد الدولي للملاكمة الهواة I B A .

(4) عبد الفتاح فتحي: المرجع في الملاكمة، ط2، القاهرة، مطبعة القاهرة، 1997، ص182.



شكل (3)

يوضح اللكمة المستقيمة

### 2-3-7-1-2- اللكمات الجانبية (الخطف) :

"وهي لكمات تؤدي من الجانب لتصيب الجانب الذي يواجهها من الوجه او الصدر او البطن وتؤدي بشكل منحنى بأثناء مفصل المرفق وعلى وفق ظروف اللكمة وقد يكون كبيراً او قليلاً تبعاً للمسافة"<sup>(1)</sup>.

"اذ تؤدي والذراع في حالة انثناء نصفاً من مفصل المرفق فضلاً عن انطلاقها من الجانب ويمكن ادائها من مسافات مختلفة طويلة او قصيرة بتكبير او تصغير زاوية مفصل مرفق اليد فكلما زادت زاوية المرفق زاد مدى الضربة وكلما صغرت الزاوية قل مداها ولكن الضربة المفضلة هي القريبة التي تؤدي وزاوية مفصل المرفق بشكل حاد اذ تزداد قوة اللكمة وتقسّم اللكمات الجانبية الى"<sup>(2)</sup>:

1. لكمات جانبية يسار/ للرأس – للصدر – للبطن.
2. لكمات جانبية يمين / للرأس- للصدر – للبطن.

(1) عبد الفتاح إسماعيل: مدارس الملاكمة العربية والعالمية، دمشق، دار القومية للطباعة والنشر، 1998.  
 (2) وديع ياسين واخرون: مصدر سبق ذكره، ص198.



شكل (4)

يوضح اللكمة الجانبية (الخطف)

ويرى الباحث أن اللكمات الجانبية تحقق الكثير من التأثير عندما يقوم الملاكم بأدائها على المنافس بقدرات توافقية جيدة كنقل ثقل الجسم وبمسار لكمة دقيقة بالمناطق المسموح بها إذ تتطلب هذه اللكمة إمكانيات ومؤهلات بدنية ومهارية للاعب لتجعله قادرًا على أدائها بتكنيك وتكتيك صحيحين خلال النزال.

### 2-1-7-3 اللكمات الصاعدة (الفتح) :

"وهي لكمات تؤدي من الاسفل الى الاعلى وتوجه الى البطن او الصدر او اسفل الفك ويكون انثناء المفصل على وفق ظروف اداء اللكمة"<sup>(1)</sup>.

وتقسم تلك الكمات الى<sup>(2)</sup>:

1. لكمات صاعدة يسار / للبطن- للصدر- للوجه.

2. لكمات صاعدة يمين/ للبطن- للصدر- للوجه.

(1) عصام عبد الخالق: المرحلة الاعدادية الملاكمة الحديثة، ط4، اسكندرية، دار الكتب الجامعية، 1988، ص109.  
 (2) علي عطشان خلف: تأثير نسب مختلفة من التغذية الراجعة النهائية في تعلم اللكمة المستقيمة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة القادسية، 2005، ص25.



شكل (5)

### يوضح اللكمة الصاعدة (القلع)

ويعبر عنها الباحث بأنها من اللكمات ذات الفاعلية العالية والتي تستخدم غالبًا أثناء الاشتباك بإحدى زوايا الحلبة وكذلك مع اللاعب الذي يزيد انحناءه للأسفل اذا تم استثمارها بالشكل الامثل بنقل ثقل الجسم من الأسفل الى القبضة موجهة لمناطق المصريح بها اللكم وبمقدمة القبضة وتغطية الوجه بالذراع الثانية.

### 2-1-7-4 الدفاع في الملاكمة(1):

هي تلك الحركات التي يلجأ اليها الملاكم ليتخلص من لكمات المنافس ويقلل من تأثيرها بسرعة وسهولة وفي التوقيت السليم وعلى ان تكون غير مبالغ فيها وبدون حركات زائدة وتوقيت سليم في الاداء الدفاعي من خلال اختيار الطريقة الدفاعية المناسبة للكمة القادمة من المنافس وتتم بطرق ووسائل عدة منها:

- الصد.
- الحذف.
- الغطس.
- الزوغان.
- السحب بالذراع للخلف والجانب.

(1) اسماعيل الحاوي: مصدر سبق ذكره، ص62.



شكل (6)

يوضح الدفاع في الملاكمة

ويرى الباحث الدفاعات بأنواعها من المهارات الأساسية المهمة وتركز المدرسة الكوبية على هذا الجانب وجوب الملاكم تعلمها واتقانها بطرائق واساليب متنوعة للتخلص من لكمات المنافس ذي الامكانيات والقدرات الهجومية وابعاد خطر الاصابة المباشرة باتخاذ حركات تتلائم مع الموقف الهجومي للمنافس.

### 2-1-4-6-1 أنواع الدفاع في الملاكمة : وتقسم الى ثلاثة اقسام هي(1):

1. الدفاع باستخدام الذراعين ويستخدم عن طريق صد او ايقاف او حذف اللكمة.
  2. الدفاع باستخدام عن طريق الميل خلفاً او التمايل مع لكمة المنافس.
  3. الدفاع باستخدام الرجلين ويستخدم للتخلص من هجمات المنافس المندفع الامام وتكون حركات الرجلين امام للخلف او الجانب.
- " ان من اسس الدفاع الناجح المحافظة على وضع الاستعداد وعدم المبالغة في اداء الدفاع من زيادة الجهد وارتكاب الأخطاء كذلك التوقيت السليم أي أن الأداء الدفاعي يكون في الوقت المناسب بدون إسراع أو بطئ في الأداء كذلك اختيار الطريقة الدفاعية المناسبة في التعامل مع هجوم المنافس"(2).

(1) محمود عبدالله احمد واخرون: مصدر سبق ذكره، ص150.  
 (2) السعيد علي الندى ومحمد الكيلاني: علم الملاكمة، الاسكندرية، مطابع رويال، 1970، ص78.

## 2-2 الدراسات السابقة:

2-2-1 دراسة علي يحيى عزيز<sup>2021</sup> (( تأثير تمرينات نفسية حركية باستخدام أجهزة مساعدة في

تحسين حدة الانتباه والقدرات التوافقية واللكمة المستقيمة بالملاكمة باعمار (13-16) سنة ))<sup>(1)</sup>.

ويهدف البحث إلى تصميم مجموعة من الاجهزة الالكترونية التدريبية لتطوير في حدة الانتباه والقدرات التوافقية واللكمة المستقيمة، واعداد منهج تدريبي نفسي حركي باستخدام الاجهزة التدريبية المصنعة. والتعرف على تأثير التمرينات النفسية الحركية المقترنة بالأجهزة التدريبية المصممة من الباحث في تحسين حدة الانتباه والقدرات التوافقية واللكمة المستقيمة، واستعمل الباحث المنهج التجريبي لملائمته طبيعة البحث واشتمل مجتمع البحث من لاعبي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية وعددهم (32) ملاكماً واعتمد الباحث في اختيار العينة بعمر (13-16) سنة).

وقسمت اجراءات البحث على عدة اقسام منها ما يخص تصميم الاجهزة التدريبية اذ قام الباحث بتصميم خمسة أجهزة تدريبية ، تم تطبيق المنهج التدريبي لمدة 12 أسبوعاً بواقع ثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع، واستخدم الباحث الحقيبة الإحصائية SPSS لاستخراج الوسائل الإحصائية وبعد تحليل ومناقشة النتائج استنتج الباحث ان تطوير مظاهر الانتباه للملاكمين لاسيما تطوير حدة الانتباه يجب ان يتم تحت ظروف خاصة اذ يجب ان يكون الملاكم في حالة من الراحة والاستعداد العقلي يكون فيه مستوى النبض طبيعياً ويكون الجهاز العصبي في احسن حالاته.

وكانت أهم الاستنتاجات هي استخدام التدريبات النفسية الحركية كالتصور الحركي المرتبط بالتدريبات والمتزامن معها تعد أسلوباً تدريبياً يؤدي الى نتائج إيجابية وتزداد تلك النتائج في حالة اقترانها مع استعمال أجهزة تدريبية تخصصية وحديثة.

1) علي يحيى عزيز : تأثير تمرينات نفسية حركية باستخدام أجهزة مساعدة في تحسين حدة الانتباه والقدرات التوافقية واللكمة المستقيمة بالملاكمة باعمار (13-16) سنة، أطروحة دكتوراه، 2021 .

( تأثير تمرينات جهاز (وسادة الخطف) في بعض المتغيرات البايوكينماتيكية وتعلم لكمة الخطف بالملاكمة للطلاب)<sup>(1)</sup>

هدف البحث الى تصميم جهاز (وسادة الخطف) في بعض المتغيرات البايوكينماتيكية وتعلم لكمة الخطف بالملاكمة للطلاب والتعرف على تأثير استخدام تمرينات جهاز (وسادة الخطف) في بعض المتغيرات البايوكينماتيكية وتعلم لكمة الخطف بالملاكمة للطلاب.

أستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائته طبيعة مشكلة البحث وتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة وتم اختيار طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة كربلاء والبالغ عددهم(122) طالبًا وبالطريقة العشوائية البسيطة (القرعة) وهم شعبة(A) والتي تمثل المجموعة الضابطة وشعبة (B) التي مثلت المجموعة التجريبية بواقع (61) طالب بواقع (30) طالب في شعبة(A) و(31) طالب في شعبة (B).

#### وقد توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية:

- 1- ان أداء المهارة بشكل مثالي وفقا للمتغيرات البايوكينماتيكية يسرع من عملية اتقان المهارة ولا يسمح بحصول اخطاء فنية في الاداء.
- 2- استخدام الجهاز المقترح قد وفر الجهد والوقت لكل من المدرس والطالب في تعليم وتعلم مهارة الخطف وكان له اثر ايجابي في تفاعل الطلاب مع المحاضرة.

(1) علي حسن نعمة: تأثير تمرينات جهاز (وسادة الخطف) في بعض المتغيرات البايوكينماتيكية وتعلم لكمة الخطف بالملاكمة للطلاب، رسالة ماجستير، 2017.

### 3-2-2 مناقشة الدراسات السابقة:

من خلال ما تم عرضه من دراسات سابقة وجد الباحث ان هناك تماثلاً في بعض الفقرات الخاصة بدراسته وخاصة فيما يلي :-

- دراسة (علي يحيى) تشابهت بنوع اللعبة وعدد المجاميع والمنهج التجريبي، واختلفت مع الدراسة الحالية بالمتغير المستقل والمهارة ونوع العينة وعدد الأجهزة المستخدمة.
- دراسة (علي حسن نعمة) تشابهت مع الدراسة الحالية بنوع اللعبة وعينة البحث والمنهج التجريبي، واختلفت مع الدراسة الحالية بالمتغير المستقل والمهارة وعدد المجاميع البحثية وبعض الوسائل الإحصائية.
- جاءت الافادة ايضا من ان استعمال الأجهزة في الدراسات السابقة قد طور العديد من القدرات التوافقية، ومن خلال الاطلاع على هذه الدراسات.
- تشابهت الدراسة الحالية مع الدراستين السابقتين بانها استخدمت التمرينات باستخدام الأجهزة الالكترونية والميكانيكية في تطوير القدرات والمهارات للكمية لنفس اللعبة وهي الملاكمة.
- اختلفت هذه الدراسة بتناولها موضوعا مهما وهو تطوير القدرات التوافقية للطلاب والتي لها الأثر الكبير في مستوى التعلم.
- تميزت الدراسة الحالية عن الدراستين السابقتين من حيث :

1. إضافة محاولة علمية جديدة من خلال التداخل العلمي بين أسلوب المدرسة الكوبية بالجهاز المبتكر ولكل منهما أهدافها الخاصة على لعبة الملاكمة ومهاراتها.
2. إضافة محاولة علمية تطبيقية للتمرينات المركبة بين القدرات التوافقية والمهارات الأساسية، خلال معرفة تأثير التمرينات المركبة وفق المدرسة الكوبية بجهاز مبتكر في نواتج التعلم وبعض القدرات التوافقية للمهارات الأساسية بالملاكمة.

## الفصل الثالث

### 3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

#### 1-3 منهج البحث

#### 2-3 مجتمع البحث وعينته

#### 3-3 الأجهزة والأدوات المساعدة ووسائل جمع المعلومات

##### 1-3-3 الأدوات والأجهزة المساعدة

##### 2-3-3 وسائل جمع المعلومات

#### 4-3 إجراءات البحث:

##### 1-4-3 تجانس عينة البحث

##### 2-4-3 تكافؤ مجاميع البحث

#### 3-4-3 جهاز الجسم الالكتروني الميكانيكي المتحرك (فكرة التصميم ، مكونات الجهاز)

##### 1-3-4-3 تصميم الجهاز المبتكر

#### 4-4-3 إجراءات تحديد المتغيرات المبحوثة

##### 1-4-4-3 إجراءات تحديد اختبارات بعض القدرات التوافقية

##### 2-4-4-3 إجراءات تحديد اختبارات مهاري لكمة الخطف ولكمة القلع ودفاعاتهما

##### 5-4-3 توصيف الاختبارات

#### 5-3 التجارب الاستطلاعية

##### 1-5-3 التجربة الاستطلاعية الاولى

##### 2-5-3 التجربة الاستطلاعية الثانية

3-5-3 الأسس العلمية للاختبارات

1-3-5-3 الصدق

2-3-5-3 الثبات

3-3-5-3 الموضوعية

6-3 إجراءات التجربة الرئيسية

1-6-3 الاختبارات القبليّة

2-6-3 تطبيق التمرينات المركبة وفق المدرسة الكوبية بجهاز مبتكر

3-6-3 الاختبارات البعدية

7-3 الوسائل الإحصائية

### الفصل الثالث

#### 3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

##### 1-3 منهج البحث

قام الباحث باستخدام المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين ذات الاختبار القبلي والبعدي الملائم لطبيعة المشكلة وأن اختيار المنهج التجريبي هو " محاولة للتحكم في جميع المتغيرات والعوامل الأساسية باستثناء متغير واحد، حيث يقوم الباحث بتطويعه أو تغييره بهدف تحديد وقياس تأثيره العلمي" (1)، والجدول (1) يبين التصميم التجريبي.

##### جدول (1)

يبين التصميم التجريبي للبحث

الخطوات			اسم
الاختبارات البعدية	المتغير المستقل	الاختبارات القبلية	المجموعات
نواتج التعلم وبعض القدرات التوافقية	تمرينات المدرسة الكوبية بالجهاز المبتكر	نواتج التعلم وبعض القدرات التوافقية	المجموعة التجريبية
نواتج التعلم وبعض القدرات التوافقية	المنهج المتبع من قبل المدرس	نواتج التعلم وبعض القدرات التوافقية	المجموعة الضابطة

(1) نوري إبراهيم الشوك ورافع صالح الكبيسي: دليل البحوث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية، جامعة بغداد، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 2004، ص58.

### 2-3 مجتمع البحث وعينته:

مجتمع البحث هو "جميع الأفراد الذين يشكلون موضوع الدراسة الذي يسعى الباحث إلى ان يعم عليها نتائج الدراسة ... والعينة هي المجموعة الجزئية المميزة والمنتقاة من المجتمع الخاص بالدراسة، أي ان لها خصائص المجتمع ولا بد من انتقائها وفق إجراءات وأساليب محددة"<sup>(1)</sup> ، إذ تم تحديد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة كربلاء للعام الدراسي ( 2022 – 2023 ) والبالغ عددهم (120) طالبًا مقسمين الى 4 شعب وهي (A,B,C,D) مجتمعًا للبحث كون مادة الملاكمة تُدرّس فيها، بعدها قام الباحث باختيار عينة بحثه بالأسلوب العشوائي من المجتمع المبحوث وبواقع (40) طالباً بنسبة (33%) من مجتمع الاصل تم تقسيمهم الى مجموعتين كانت (شعبة D المجموعة الضابطة و شعبة C المجموعة التجريبية) عن طريق القرعة حيث اشتملت كل مجموعة على (20) طالباً ، اما العينة الاستطلاعية تم اختيارها بواقع (10) طالباً بنسبة (8%) من مجتمع الأصل كعينة استطلاعية بأسلوب المعاينة العشوائية .

### 3-3 الأجهزة والأدوات المساعدة وسائل جمع المعلومات:

استخدم الباحث مجموعة من الأجهزة والأدوات ووسائل جمع المعلومات وحسب الآتي:

#### 3-3-1 الأجهزة والأدوات المساعدة المستخدمة في البحث:

1. جهاز من تصميم الباحث / عدد 1 محلي الصنع
2. كامرة تصوير فديوية نوع (Nikon،d5200) ياباني الصنع.
3. حاسبة لابتوب نوع (Toshiba) ياباني الصنع ،"i5" core
4. شاشة عرض نوع (sony) حجم (32)/ عدد 1 ياباني الصنع.
5. حلبة ملاكمة / عدد 1.
6. قفازات ملاكمة (10 ، 12) أنس / عدد 20 صيني الصنع.
7. اكياس لكم/عدد 2 صيني الصنع.
8. وسائد الحائط/عدد 2 إيراني الصنع.
9. وسائد يدوية/عدد 2 إيراني الصنع.
10. كراسي ومناضد لجلوس الحكام والمقومين/عدد 6.
11. صفارة وساعة توقيت/عدد 2 صيني الصنع.

(1) سعد التل وآخرون: مناهج البحث العلمي تصميم البحث والتحليل الإحصائي، ط1، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، 2007، ص97.

12. حاسبة يدوية نوع (casio)/عدد 2 صيني الصنع.
13. حبال 5 متر / عدد 2 صيني الصنع.
14. اقراص (CD)/ عدد 40 صيني الصنع.
15. ساعة توقيت / عدد 2 صيني الصنع.
16. مرآة مثبتة على الحائط 2\*2 متر / عدد 2.

### 3-3-2 وسائل جمع المعلومات:

1. المصادر العربية والأجنبية.
2. الاستبيان.
3. المقابلات الشخصية (ملحق 1).
4. الملاحظة.
5. استمارة تسجيل البيانات (ملحق 2).

### 3-4 إجراءات البحث

#### 3-4-1 تجانس عينة البحث:

لغرض معرفة التجانس لدى عينة البحث في المتغيرات التي لها علاقة بالبحث قام الباحث باستخراج معامل الالتواء لكل من (الطول ، الكتلة ، العمر الزمني)، وكما في الجدول (2) الآتي:

#### جدول (2)

يبين تجانس عينة البحث

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية بين المجموعات	درجات الحرية داخل المجموعات	قيمة ليفين للوسط الحسابي	مستوى المعنوية	نوع الدلالة
الطول	سم	التجريبية	175.9000	6.33246	1	38	.4510	5100	غير معنوي
		الضابطة	176.3000	5.67744					
الكتلة	كغم	التجريبية	69.7000	4.52278	1	38	.2690	.6110	غير معنوي
		الضابطة	72.9000	5.13052					
العمر الزمني	سنة	التجريبية	21.15	8.56089	1	38	.3300	.5730	غير معنوي
		الضابطة	21.18	7.69993					

## 3-4-2 تكافؤ مجاميع البحث

من أجل التأكد من تكافؤ مجموعتي البحث وأن الفروق بين المجموعتين هي فروق عشوائية تم استخدام اختبار T.tast للتأكد من عدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين وحسب الجدول (3) الآتي:

جدول (3)

يبين تكافؤ مجموعتي البحث بالاختبارات والقياسات للمتغيرات قيد الدراسة

نوع الدلالة	مستوى المعنوية	قيمة T المحسوبة	ع	س	المجموعة	المتغيرات
غير معنوي	0.773	-0.794-	2.062	11.200	التجريبية	نواتج التعلم (المعرفي)
			1.816	10.700	الضابطة	
غير معنوي	0.617	-0.368-	2.742	8.100	التجريبية	نواتج التعلم (الوجداني)
			2.263	7.800	الضابطة	
غير معنوي	0.714	-0.372-	0.56765	3.1000	التجريبية	لكمة الخطف يسار
			0.63246	3.2000	الضابطة	
غير معنوي	0.754	0.318	0.84984	3.5000	التجريبية	لكمة الخطف يمين
			0.51640	3.4000	الضابطة	
غير معنوي	0.673	0.429	0.51641	2.6000	التجريبية	لكمة القلع يسار
			0.52705	2.5000	الضابطة	
غير معنوي	0.660	0.447	0.51642	2.4000	التجريبية	لكمة القلع يمين
			0.48305	2.3000	الضابطة	
غير معنوي	0.458	0.758	0.52705	3.5000	التجريبية	دفاع عن لكمة الخطف بالصد
			1.13529	3.2000	الضابطة	
غير معنوي	0.196	1.342	0.52705	3.5000	التجريبية	دفاع عن لكمة الخطف بالغطس
			1.05409	3.0000	الضابطة	
غير معنوي	0.809	-0.246-	0.87560	2.9000	التجريبية	دفاع عن لكمة القلع بالسحب
			0.94281	3.0000	الضابطة	
غير معنوي	0.656	0.452	1.13529	3.2000	التجريبية	دفاع عن لكمة القلع بالزوغان
			0.81650	3.0000	الضابطة	
غير معنوي	0.754	0.318	0.66667	3.0000	التجريبية	القدرة على التوازن
			0.73786	2.9000	الضابطة	
غير معنوي	0.749	0.325	0.67495	2.7000	التجريبية	القدرة على الاستجابة السريعة
			0.69921	2.6000	الضابطة	
غير معنوي	0.749	-0.325-	0.69923	2.6000	التجريبية	القدرة على تقدير الوضع
			0.67495	2.7000	الضابطة	

نلاحظ من الجدول (3) ان مستوى الدلالة لجميع الاختبارات هي أكبر من (0.05) وهذا يعني

أن جميع الفروق هي فروق عشوائية وغير معنوية وهذا يدل على تكافؤ مجاميع البحث.

### 3-4-3 جهاز المجسم الالكتروميكانيكي المتحرك (فكرة التصميم، مكونات الجهاز)

#### 1-3-4-3 تصميم الجهاز المبتكر:

بعد اكتمال فكرة الجهاز تم رسم نموذج اولي وعرضه على المختصين في صناعة الأجهزة والالكترونيات.

أولاً/ مكونات جهاز المجسم الالكتروميكانيكي المتحرك:

يتكون الجهاز الذي صممه الباحث من الأجزاء الآتية:

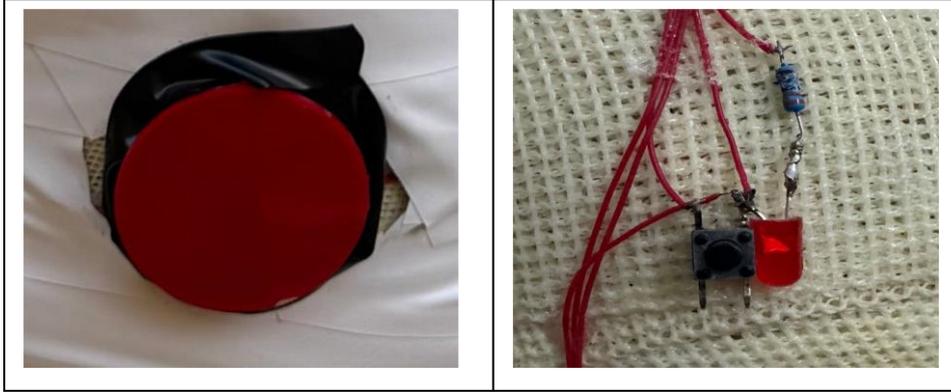
1. المجسم: عبارة عن شاخص من الفاير كلاس مغطى من الخارج بطبقة من الاسفنج والجلد ومملوء من الداخل بالفوم و يحتوي على مجموعة من الحساسات في المناطق المسموحة للكم.



شكل (7)

يوضح الجهاز المبتكر قبل وبعد التغليف

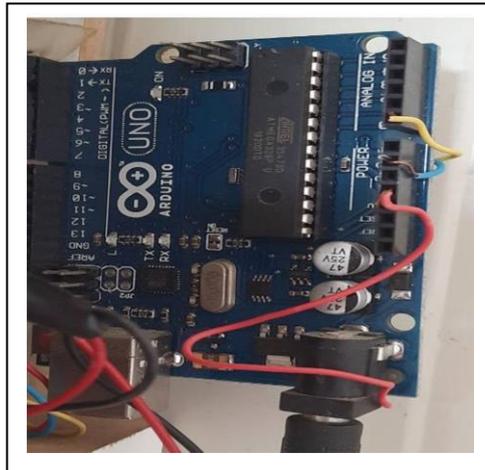
2. هدف اللكم: مصابيح تضيئ في أجزاء الجسم ضمن مدة من الزمن وعلى المتعلم لكم الزر المربوط بالمصباح المضيئ بسرعة وقة ليطفئ وهي عبارة عن اشربة موصلة الى الاردوينو يتم وضعها في مناطق الجسم تحت الاسفنج وعددها 9 .



شكل (8)

يوضح هدف اللكم

3. الاردوينو : يعتبر الأردوينو (Arduino) منصة ( platform ) وكذلك المتحكم مفتوحة المصدر تُستخدم لتصميم الدوائر الالكترونية وهي مفتوحة المصدر تُستعمل من أجل بناء المشاريع الإلكترونية والتي تتدرج بدءًا من المشاريع البسيطة مثل قياس المسافات والقوة والدقة وسرعة رد الفعل وحتى المشاريع المعقدة مثل الروبوتات والطابعات ثلاثية الأبعاد وتطبيقات إنترنت الأشياء وتربط بالشاشة من طرف والطرف الاخر بالبطارية.



شكل (9)

يوضح الاردوينو

4. شاشة العرض: شاشة لعرض نتائج أداء المتعلم وتظهر عدد اللكمات الدقيقة في المكان المطلوب وغير الدقيقة وزمن سرعة الاستجابة ومدة الزمن الكلي للتمرين وأداء أحد أنواع الدفاعات من خلال تفادي لكمة ذراع الجهاز.



شكل (10)

يوضح شاشة العرض

5. البطارية الليثيوم: هي نوع من البطاريات القابلة للشحن، لها كثافة عالية (عمرها طويل) وتم ربط الاردوينوا والمتحكم عليها بالإضافة إلى ذراع الجهاز.



شكل (11)

يوضح بطارية الليثيوم

6. ذراع الجهاز: الهدف منه هو لكم المتعلم ضمن مدة زمنية محددة للتمرين فضلا عن زمن عشوائي بين لكمة واخرى وعلى المتعلم استخدام دفاع معين بالصد او السحب او الغطس لتفادي لكمت ذراع الجهاز الموجهة عليه اثناء حركة الجهاز عن طريق الجك.



شكل (12)

يوضح ذراع الجهاز

7. الجك : عبارة عن أنبوب من الالمنيوم مثبت بقاعدة حديد هدفه سحب أو دفع الجهاز بقوة من المتعلم او عليه لتغير المسافة ويثبت الجهاز بالحائط ويمكن رفع او خفض الجك حسب اطوال المتعلمين.



شكل (13)

يوضح الجك وملحقاته

8. قاعدة استناد الجهاز على الأرض: قاعدة اسطوانية تحمل الجهاز المصنوع من الأعلى ومن الأسفل عجلات لسهولة تحريك الجهاز للامام وللخلف.



شكل (14)

يوضح قاعدة استناد الجهاز على الأرض

**ثانياً/ كيفية الاداء على جهاز المجسم الالكتروني ميكانيكي المتحرك:**

يقف الطالب أمام الجهاز عند الإشارة التي يُطلقها الجهاز المصمم يبدأ المتعلم باللكم على الهدف المضيئ بإحدى ذراعيه فضلاً عن الدفاع من لكمات الجهاز أما أن يغطس أو سحب خطوة للخلف أو الصد لتلافي اللكمة.

إذا لكم المتعلم لكمة ( خطف، قلع ) عليّة صد بالذراع أو الغطس أو سحب خطوة للخلف، وتزداد سرعة ذراع الجهاز المصمم كلما زاد رد فعل المتعلم وبما أن التطبيق بوقت محدد يتطلب من المتعلم سرعة أكبر و دقة عالية بالأداء لتطوير بعض نواتج تعلم اللكمات ودفاعاتها لدى الطلاب فضلاً عن تغيير سرعة زمن اضاءة هدف اللكم كلما تقدمنا بالوحدات التعليمية وزاد لديهم القدرات التوافقية.



شكل (15)

يوضح تطبيق الطلاب على الجهاز المبتكر

### ثالثاً/ الهدف من الجهاز:

إن الهدف الرئيسي من الجهاز التعليمي هو جعله وسيلة تعليمية مساعدة جديدة تستخدم لتطوير بعض نواتج التعلم للكلمات والدفاع منها فضلاً عن تطوير دقة اللكم وسرعة رد الفعل و تكرار الأداء وتقليل زمن التعلم وإعطاء التغذية الراجعة من الجهاز الى المتعلم.

#### 3-4-4 إجراءات تحديد المتغيرات المبحوثة:

من خلال خبرة الباحث التي اكتسبها كلاعب للعبة الملاكمة سابقاً ومدرّب دولي ISTAR وفقاً لتصنيف الاتحاد الدولي IBA حالياً وخبرت السيدان المشرفان ومن خلال الاطلاع على عينة البحث وبعد الرجوع إلى السادة الخبراء(ملحق1) والمصادر العلمية واستشارة السادة اعضاء لجنة الإقرار (ملحق3)، تم تحديد بعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية بالملاكمة.

#### 3-4-4-1 إجراءات تحديد اختبارات نواتج التعلم وبعض القدرات التوافقية :

تم مسح المصادر والمراجع العلمية والدراسات ذات العلاقة بموضوع البحث، ومن أجل وضع الصيغة الملائمة لاختبارات نواتج التعلم المعرفي والمهاري والوجداني واختبارات بعض القدرات التوافقية لطلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء تم تحديد الاختبارات (القدرة على التوازن ، القدرة على الاستجابة السريعة، القدرة على التقدير الوضع) من قبل السادة الخبراء (ملحق1) و السادة اعضاء لجنة الاقرار (ملحق3) فضلاً عن خبرة السادة المشرفين والباحث.

#### 3-4-4-2 إجراءات تحديد اختبار المهارات الأساسية بالملاكمة :

بعد أن حددت القدرات التوافقية الواجب توافرها لدى عينة البحث من قبل الخبراء، ولغرض ترشيح اختبار يعنى بقياس القدرات التوافقية لدى عينة البحث ، تم مسح المصادر والمراجع العلمية والدراسات ذات العلاقة بموضوع البحث ، تم اعداد استمارة تقييم من قبل الباحث والسيدان المشرفين وتم توزيعها على السادة المقومين(ملحق4) لغرض تقييم عينة البحث وهم طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء.

### 3-4-5 توصيف الاختبارات

#### أولاً / اختبار نواتج التعلم ( المعرفي و الوجداني)

بعد اطلاع الباحث والسيدين المشرفين والمقابلات التي اجراها الباحث مع الخبراء والمختصين(ملحق1) وعلى المصادر والمراجع والدراسات المشابهة والسابقة لموضوع البحث وذلك بغية الحصول على استمارة تقيس نواتج التعلم (المعرفي والوجداني) وبعد الإنتهاء من الإجراءات الخاصة بالمقياس التحصيل المعرفي وتم اعتماد أطروحة (عقيل عبد الجبار عبد الرسول)<sup>(1)</sup> بدرس لعبة الملاكمة لطلاب المرحلة الثانية تم التوصل الى الصيغة النهائية للمقياس والذي يتكون من ثلاثة مجالات (المجال القانوني (11) فقرة) (مجال الإعداد المهاري (11) فقرة) (مجال تاريخ الرياضة (11) فقرات) بواقع (33) فقرة للمقياس الكلي وكانت طريقة الاجابة عن الاختيار من متعدد واعطاء درجة واحدة للإجابة الصحيحة وصفر للإجابة الخاطئة ، اذ كانت الدرجة العليا للمقياس (33) ، أما الدرجة الدنيا للمقياس (صفر) ، وعليه فقد اصبح المقياس(ملحق2) جاهز للتطبيق على عينة التجربة الرئيسية.

أما استمارة تقيس الجانب الانفعالي فقد تم اعتماد مقياس الجوانب الانفعالية للطالبات المبني من قبل (عذراء عدنان داخل)<sup>(2)</sup>، وتم التوصل الى الصيغة النهائية للمقياس ليتكون من (22) فقرة تقيس انفعالات الطلاب (ملحق2). وانسجاماً مع أهداف البحث قام الباحث بإعادة صياغة فقراته وحذف بعض الفقرات وبما يتلائم ومستوى افراد العينة حتى تغطي جميع الجوانب الأساسية لموضوعات المهارات قيد الدراسة والبحث.

#### ثانياً / اختبار النجمة للتوازن<sup>(3)</sup>.

**الغرض من الاختبار:** قياس التوازن في الاتجاهات المختلفة ولكل رجل على حده.

**الادوات المستخدمة:** ارض مستوية وشريط لاصق وشريط قياس.

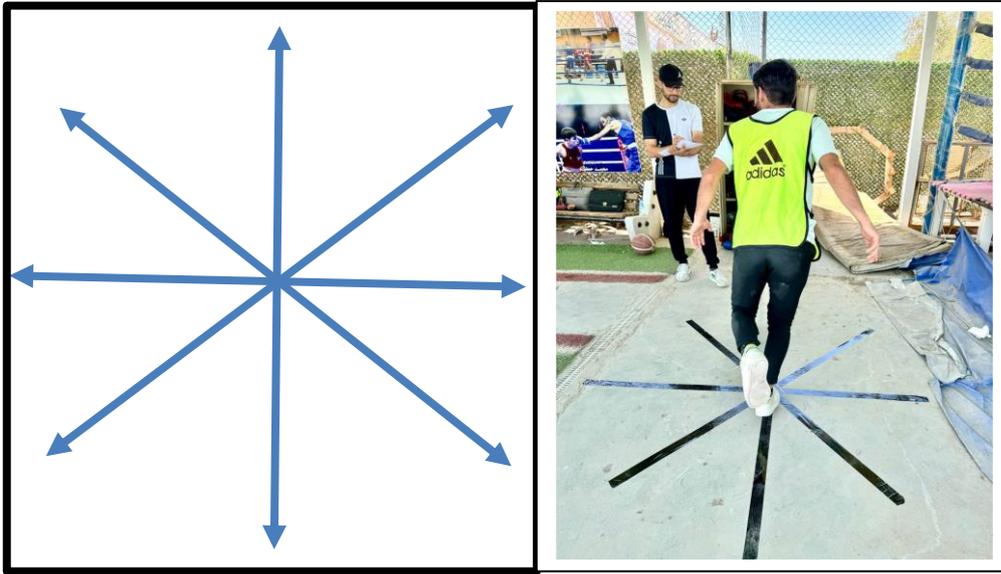
**طريقة الاداء:** لتطبيق الاختبار ترسم علامة + و × متداخلة على الارض بشريط لاصق بطول 185 سم بحيث تكون بين الخط والخط الذي يليه 45 درجة، يقوم المختبر بالوقوف على رجل واحدة في النقطة الوسطية ثم يقوم بمد رجله مع امتداد كل خط وباتجاه عقرب الساعة مع ثبات القدم على الارض وبنفس النقطة، ثم يقوم بالتبديل على الرجل الاخر.

(1) عقيل عبد الجبار عبد الرسول: تأثير استراتيجيات الحوار الثلاثي باستعمال أدوات مساعدة في التحصيل المعرفي والتوافق الحركي وتعلم المهارات الأساسية بالملاكمة للطلاب، اطروحة دكتوراه، جامعة بابل، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 2023.

(2) عذراء عدنان داخل: تأثير منهج تعليمي بالأسلوب الاتقاني وفقاً لمرحلة بناء البرنامج الحركي في تطوير نواتج التعلم لبعض المهارات الهجومية للطالبات بكرة السلة، ص2016.

(3) علي يحيى: مصدر سبق ذكره، 2020، ص93.

**طريقة التسجيل:** تسجل من قبل السادة المقومين في الاستمارة (ملحق 2) اخر نقطة التي يمكن للمختبر ان يلمسها باستخدام شريط القياس على كل خط والدرجة النهائية هي معدل المسافات لكل رجل.



شكل (16)

يوضح اختبار النجمة للتوازن

### ثالثاً/ اختبار الدوائر المرقمة(1)

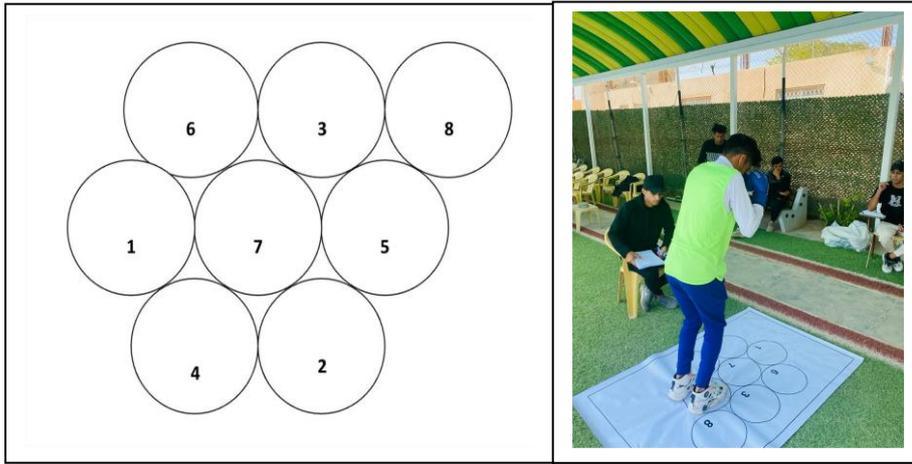
**الغرض من الاختبار:** قياس التوافق بين العين والرجلين.

**الأدوات المستخدمة:** ساعة إيقاف ، يرسم على الأرض ثماني دوائر على أن يكون قطر كل منها (60) سم.

**مواصفات الاداء:** يقف المختبر داخل الدائرة رقم(1)، عند سماع إشارة البدء يقوم بالوثب بالقدمين معا إلي الدائرة رقم (2) ثم إلى الدائرة رقم (3) ثم الدائرة رقم (4).... حتى يصل الدائرة رقم (8)، يتم ذلك بأقصى سرعة.

**التسجيل :** يسجل بالاستمارة ( ملحق 2) للمختبر الزمن الذي يستغرقه في الانتقال عبر الثماني دوائر ولثلاث محاولات.

1) محمد قادر حمه: بناء بطارية اختبار القدرات التوافقية للاعبين كرة القدم لبعض الاكاديميات الرياضية باعمار (13 – 15) سنة، جامعة كويه، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 2022، ص73 .



شكل (17)

يوضح اختبار الدوائر المرقمة

رابعًا/ اختبار نيلسون للاستجابة السريعة(1):

هدف من الاختبار: قياس الاستجابة السريعة

الأدوات المستخدمة: مساحة بطول(20)م وعرض(2)م خالية من العوائق، ساعة إيقاف، شريط القياس.

مواصفات الاختبار: تخطط منطقة الاختبار بثلاث خطوط المسافة بين كل خط والأخر مسافة(6.40)م وطول خط الواحد متر واحد.

طريقة اداء الاختبار: يقف المختبر عند نهاية المنتصف في مواجهة المحكم الذي يقف عند نهاية الطرف الاخر للخط ويتخذ المختبر وضع الاستعداد للبدائية، يمسك المحكم بساعة الايقاف بإحدى يديه ويرفعها الي اعلى ثم يقوم بسرعة بتحريك ذراعه اما ناحية اليمين أو ناحية اليسار في نفس الوقت يقوم بتشغيل الساعة يستجب المختبر لإشارة اليد ويحاول الجري بأقصى سرعة ممكنة في الاتجاه المحدد للوصول الى الخط الجانب الذي يبتعد عن خط المنتصف(6.40)م

- عندما يقطع المختبر خط الجانب الصحيح يقوم المحكم بإيقاف الساعة

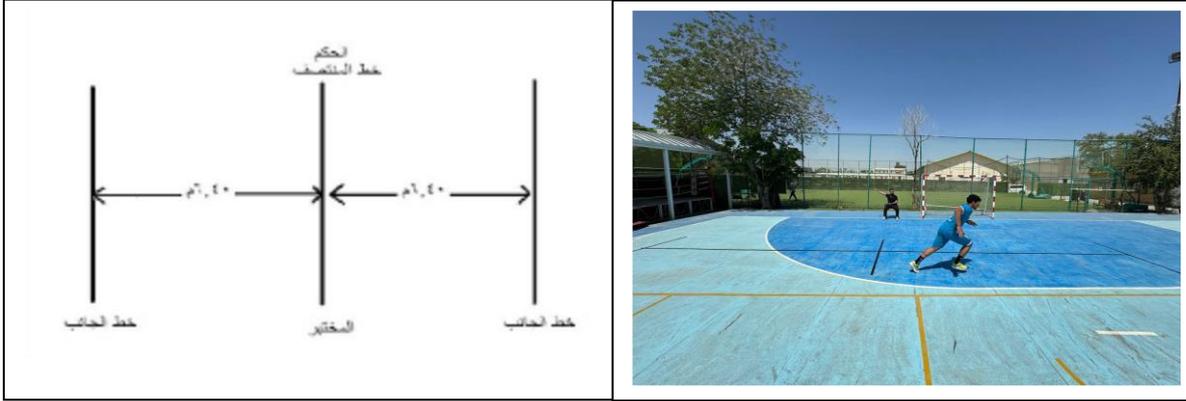
- اذا بدا المختبر الجري في الاتجاه الخاطئ فأن الحكم يستمر في تشغيل الساعة حتى يغير المختبر اتجاهه الصحيح ويصل الى خط الجانب.

1) بسام عباس محمد البياتي: ثبات الانتباه وعلاقته بسرعة الاستجابة الحركية لدى لاعبي المبارزة بسلاح الشيش، مجلة كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، مجلد 21، عدد 2، 2006، ص 16.

- طريقة التسجيل: يسجل بالاستمارة ( ملحق2) ويعطي المختبر (3) محاولات متتالية بين كل محاولة راحة مقدارها (20)ثا، وبواقع ثلاث محاولات عشوائية.

- تختار المحاولات في كل جانب بطريقة عشوائية.

- تحتسب الدرجة النهائية للمختبر من مجموع المحاولات مقسم على 3.



شكل(18)

يوضح اختبار نيلسون للاستجابة السريعة

#### خامساً/ اختبار اللكم على الكيس المرقم (1):

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

الأدوات المستعملة: كيس لكم متوسط الحجم بوزن (14) كغم، استمارة تسجيل، قفازات ملاكمة، صافرة، كراسي ومناضد، كاميرا تصوير فديوية نوع (sony)، ساعة توقيت.

مواصفات الأداء: عند إشارة المقوم للطالب بأداء لكمة على رقم يحدده المقوم وبحسب الشروط الصحيحة للأداء، حيث يقوم الطالب بأداء ثلاث لجمات خطف (يسار+يمين) على كيس اللكم المرقم من وقفة الاستعداد ويتم اختيار أفضل محاولة وبأقل زمن على أن تتصف المحاولة باللكم بمقدمة القفاز ومتابعة ثقل الجسم للكمة والتغطية الصحيحة بالذراع المعاكسة.

(1) سامر عبدالهادي احمد: تأثير منهج بدني – حركي بأدوات مساعده في تطوير قدرتي التوازن والتوافق الحركي وتعلم اللكمة الجانبية للطلاب بالملاكمة، أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة بابل، كلية التربية الرياضية، 2014، ص65-

**التسجيل:** بواسطة ثلاثة مقومين (ملحق 4) يكونون جالسين بجانب المتعلم على مسافة ( 2 – 3 متر) إذ يقوم كل مقوم وحده بتقييم كل لكمة من اللكمات ولكل متعلم في استمارة التقييم (ملحق 2) الموجودة أمامه وإعطاء درجة ( 1 - 10 ) وكالاتي:

3 درجات/القسم التحضيري... 5 درجات / القسم الرئيسي... 2 درجات/القسم الختامي.



شكل (19)

يوضح اختبار اللكم على الكيس المرقم للكلمة الخطف

**سادساً/ اختبار الدفاع ضد لكمة الخطف(1):**

**هدف الاختبار:** قياس الاداء المهاري للدفاع ضد اللكمات الجانبية والقلع.

**الأدوات المستخدمة:** صافرة، استمارة تسجيل، قفازات ملاكمة، درع مدرب، كامرة تصوير فيديو نوع (sony)، ساعة توقيت، كراسي ومناضد.

**توصيف الاداء:** عند إشارة المقوم للطالب بأداء الدفاع وبحسب الشروط الصحيحة للأداء ويقوم المتعلم بأداء ثلاث محاولات بالغطس والصد من وقفة الاستعداد ويتم اختيار أفضل محاولة على أن تتصف المحاولة بالدفاع الناجح ولكل محاولة تعطى درجة ويتم اختيار أفضل درجة.

**الشروط :** التغطية الصحيحة والعودة لوقفة الاستعداد.

1) محمد حسين حيدر: تأثير منهج تعليمي وفقاً للتعلم السريع بمصاحبة جهاز مبتكر في تطوير المستوى المهاري للكلمة الخطف ودفاعاتها بالملاكمة للطلاب، رسالة ماجستير، 2019، ص65.

**التسجيل:** تم تقسيم المهارة إلى ثلاث أقسام وتم شرح كل قسم وإعطاء درجة لها وبواسطة ثلاثة خبراء يكونون جالسين بجانب المتعلم على مسافة ( 2 – 3 متر) إذ يقوم كل مقوم وحده بتقييم الدفاع لكل طالب في استمارة التقييم (ملحق2) الموجودة أمامهم بواسطة إعطاء درجة من (1 - 10) وكالاتي :

(3 درجات/القسم التحضيري) .. (5 درجات/القسم الرئيسي) .. (2 درجات/القسم الختامي).



شكل (20)

يوضح اختبار الدفاع ضد لكمة الخطف

**سابعاً/ اختبار اللكمة الصاعدة (القلع) ودفاعاتها(1):**

**الغرض من الاختبار:** تقويم أداء اللكمة الصاعدة (القلع).

**الادوات المستخدمة :** قفازات ملاكمة قياس 12/10 اونس، استمارة منح درجات(ملحق2)، درع مدرب.

**طريقة إجراء الاختبار:** يؤدي الاختبار بين المدرب الذي يستخدم الدرع اليدوية والطالب الذي يستخدم كفوف الملاكمة، حيث يوجه المدرب لكمة صاعدة يسار إلى الملاكم حيث يقوم الملاكم بدوره بالتخلص من اللكمة بأحد أساليب الدفاع ( سحب زوغان صد )، وتوجيه لكتين صاعدة (يسار ويمين) إلى درع المدرب الذي يكون في مستوى الرأس والموجه إلى الأسفل ، ثم يقوم المدرب بتوجيه لكمة صاعدة يمين

1() عبدالجليل جبار ومحمدحسين حيدر: تمرينات من مديات مختلفة باستخدام جهاز تحديد المسافة ( HC-SR04 ultrasonic sensor) وتأثيرها في تطوير بعض القدرات الخاصة للملاكمين الشباب .

إلى الطالب والطالب بدوره يتخلص من اللكمة بأحد أساليب الدفاع (ملحق 3) (سحب زوغان صد بقفاز اليد اليمنى) مع توجيه لكمة صاعدة (يسار ويمين) إلى الذراع اليدوي الذي يكون بمستوى الجذع .

**شروط الاداء:** يتم اللكم في المنطقة المثبتة وسط الذراع والمحددة بلون مغاير للون الذراع (نقطة التأشير للذراع اليدوي)، أن تكون اللكمة مستوفية لشروط اللكمة الصحيحة، تعطى ثلاث محاولات تؤخذ أفضلها، يتم تدريب المدرب المسؤول عن تنفيذ الاختبار والوصول به إلى الإلية في الأداء.

**احتساب الدرجات :** تحسب (20 درجة) لاختبار اللكمة الصاعدة (القلع) المضادة ، تعطى للدفاع عن اللكمة الصاعدة اليسرى (4 درجات) و تعطى للكمة الصاعدة المضادة الموجه الى الراس (6 درجات) وتعطى للدفاع عن اللكمة الصاعدة اليمين (4 درجات) وتعطى للكمة الصاعدة المضادة الموجه الى الجذع (6 درجات)



شكل (21)

يوضح اختبار لكمة القلع ودفاعاتها

### 3-5 التجارب الاستطلاعية:

تعد التجارب الاستطلاعية "عبارة عن تجربة صغيرة أو عمل مصغر للدراسة العامة يقوم بها الباحث بغية الوقوف على السلبيات والايجابيات التي قد ترافق إجراء التجربة الرئيسية للبحث لتفاديها مستقبلاً" (1). وبناءً على ذلك تم إجراء تجربتين استطلاعتين بوجود السيدين المشرفين.

#### 3-5-1 التجربة الاستطلاعية الأولى :

قام الباحث بإجراء التجارب الاستطلاعية في جامعة كربلاء كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بحضور السيدين المشرفين، على ثلاثة طلاب من المرحلة الثانية من خارج عينة البحث وشملت التجربة الاستطلاعية الجهاز المصنع من قبل الباحث.

(1) نوري إبراهيم الشوك ورافع صالح الكبيسي: مصدر سبق ذكره، 2004، ص 89.

تم إجراء التجربة الاستطلاعية الخاصة بالجهاز يوم 14 / 3 / 2023 ومن خلالها تم تغيير في ارتفاعاته وتغييرات في نوع التغليف فضلاً عن تغييرات في مصابيح الإضاءة وازمان انطفاءها وطريقة التثبيت وكذلك التعديل في اذرع الجهاز وتغييرها كونها غير مناسبة، وتم إعادة التجربة ليتم فحص الجهاز واثبت صحة عمله بعد عرضه على السادة المختصين.

### 2-5-3 التجربة الاستطلاعية الثانية:

قام الباحث بأجراء تجربة على مجموعة قوامها (10) طلاب من خارج أفراد التجربة الرئيسية يوم الأربعاء المصادف 2023/3/15 بحضور السيدين المشرفين وتم اختيارهم بطريقة عشوائية وكان الهدف من التجربة ما يأتي:

1. التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات التي استعملت في التجربة.
2. تلافى الأخطاء التي يمكن أن تحدث في أثناء التطبيق.
3. معرفة كفاية فريق العمل المساعد(ملحق5).
4. التعرف على مدى ملائمة الاختبارات لعينة البحث.
5. التعرف على الموقع الصحيح للكامرة.
6. التعرف على زمن التمرين وزمن الوحدة التعليمية ومدى ملائمته لمستوى عينة البحث.
7. استخراج الأسس العلمية للاختبارات.

### 3-5-3 الأسس العلمية للاختبارات

من أجل استكمال تحقيق الهدف والغرض من الاختبار الذي وضع من أجله ولكي يمكن الاعتماد عليه والوثوق بصحته وصدقه يجب أن تتوفر فيه شروط ومواصفات أهمها المعاملات العلمية المتمثلة بـ(الصدق والثبات والموضوعية) في النتائج فضلاً عن الصلاحية المتمثلة بـ(القدرة التمييزية ومستوى صعوبة وسهولة الاختبار) وذلك لأن من القضايا المهمة التي تواجه بناء أدوات القياس بشكل عام وفي مجال البحوث التربوية والرياضية بشكل خاص التي تعد الاختبارات والمقاييس أدواتها الهامة ضرورة توافر دلالات مقبولة لصدق وثبات نتائج هذه الأدوات التي تولي الاهتمام بالدرجة الأولى من قبل مطوري هذه الأدوات<sup>(1)</sup>، ويرى (سامي محمد ملحم ، 2005) بأنه "لا يمكن تلافى الأخطاء في أي قياس ولكن هدف اختصاص القياس في جميع الحقول هو تقليل هذه الأخطاء الحتمية إلى أدنى قدر ممكن إذ

(1) محمود احمد عمر وآخرون: القياس النفسي والتربوي، ط1، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، 2010، ص95.

يتوجب على الباحث التأكد من المعاملات العلمية للاختبارات قبل إجراء التجربة الرئيسية من خلال تجربتها على عينة استطلاعية من المختبرين<sup>(1)</sup>.

### 3-5-3-1 الصدق

يعني صدق الاختبار "أن تكون مهمة الاختبار قياس وتقويم الصفة التي وضع من أجلها الاختبار فعلاً"<sup>(2)</sup>، وتم تعزيز ذلك بطريقة صدق المحتوى أو المضمون من خلال عرض الاختبارات المطلوب استعمالها في تجربة البحث على مجموعة من الخبراء والمختصين لاختيار بعض القدرات التوافقية والاختبار المناسب لكل لكمة من اللكمات المبحوثة.

ويعد الصدق واحداً من أهم معايير جودة الاختبار إذ يشير إلى الحقيقة أو مدى الدقة التي تقيس بها أداة القياس الشيء أو الظاهرة التي وضع لقياسها ، فالصدق لا يعني ارتباط الاختبار بنفسه كما في الثبات ولكنه يعني الارتباط بين الاختبار وبعض المحكات الخارجية التي تتميز بأنها مستقلة عن الاختبار أو أداة القياس<sup>(3)</sup>. وقد كسبت الاختبارات المعنية بقياس بعض القدرات التوافقية ودقة اداء اللكمتين الجانبية والقلع ودفاعاتهما أحد أنواع الصدق الظاهري وهو صدق المحتوى أو المضمون.

### 3-5-3-2 الثبات

لمعرفة مدى ثبات الاختبار أستخدم الباحث طريقة الاختبار وأعادته يومي 21-22/3/2023 إذ يعرف ثبات الاختبار بأنه "أن يعطي الاختبار النتائج نفسها إذا ما أعيد تطبيقه على الأفراد أنفسهم تحت الظروف نفسها"<sup>(4)</sup>.

وعُرف أيضاً "أن يعطي الاختبار نتائج متقاربة او نتائج نفسها اذ طبقت أكثر من مرة في ظروف متماثلة"<sup>(5)</sup>، واعتمد الباحث طريقة الاختبار وإعادة الاختبار.

قام الباحث بتنفيذ اختبارات التحصيل المعرفي واختبارات لكمة الخطف ودفاعاتها ولكمة القلع ودفاعاتها وكذلك اختبارات بعض القدرات التوافقية يومي الثلاثاء والأربعاء صباحاً المصادف (14-2023/3/15)، على عينه مؤلفه من (10) طلاب من نفس مجتمع البحث، وبعد (7) أيام قام الباحث

(1) سامي محمد ملحم : القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، ط3، عمان، دار المسير للنشر والتوزيع، 2005، ص246.

(2) علي سلوم جواد: مصدر سبق ذكرة، ص27.

(3) محمد نصر الله رضوان: المدخل إلى القياس في التربية البدنية والرياضة، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2006، ص177.

(4) احمد خاطر وعلي بيك: القياس والتقويم في المجال الرياضي، ط1، القاهرة، دار المعارف، 2003، ص18.

(5) نادر فهمي و هاشم عامر: مبادئ القياس والتقويم، ط3، عمان، دار الفكر للنشر والتوزيع، 2005، ص145.

بإعادة الاختبارات على نفس العينة يومي (الثلاثاء والأربعاء) صباحًا المصادف (2023/3/22-21) وتحت الظروف نفسها، وبعد المعالجة الإحصائية للنتائج عن طريق معامل الارتباط البسيط (بيرسون) تبين لنا أن جميع الاختبارات تتمتع بدرجة عالية من الثبات، والجدول (4) يبين ذلك.

### 2-3-5-3 الموضوعية

من أجل إيجاد قيم معامل الموضوعية للاختبار لابد من الاستعانة بثلاث خبراء لتسجيل نتائج الاختبار إذ يشير إلى أن الاختبار الموضوعي لا يتأثر بالعوامل الذاتية للمحكمين القائمين على ذلك الاختبار<sup>(1)</sup>، من خلال التجربة الاستطلاعية تم تكليف مقومين (ملحق 4) لتأشير نتائج الاختبارات.

ويقصد أيضًا بموضوعية الاختبارات هي "عدم اختلاف المقدرين في الحكم على شيء ما أو على موضوع معين"<sup>(2)</sup>. ومن أجل استخراج موضوعية الاختبارات المعنية بقياس المتغيرات المبحوثة لعينة البحث اعتمد الباحث على تقييم درجات محكمين عندما تم إعادة تطبيق الاختبارات في التجربة الاستطلاعية الثانية بعدها سعى إلى استخراج قيم معامل ارتباط (بيرسون) بين تقييم الحكم الأول وتقييم الحكم الثاني وقد أظهرت النتائج أن جميع الاختبارات تتمتع بدرجة ارتباط عالية بين تقييم المحكمين وعند الاستدلال عن معنوية الارتباطات، والجدول (4) يبين ذلك.

(1) مروان عبد المجيد ومحمد جاسم الياسري: القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ط1، عمان، مؤسسة الوراق، 2002، ص80.  
(2) مصطفى باهي وصبري عمران: الاختبارات والمقاييس في التربية الرياضية، ط1، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، 2007، ص91.

## جدول (4)

يبين مفردات الاختبارات المعنية بقياس اختبارات بعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية ومعامل الثبات والموضوعية

ت	الاختبارات	وحدة القياس	معامل الثبات	مستوى المعنوية (sig)	الدلالة الإحصائية	معامل الموضوعية	مستوى المعنوية (sig)	الدلالة الإحصائية
1	نواتج التعلم (المعرفي)	درجة	0.890	0.000	معنوي	0.901	0.000	معنوي
2	نواتج التعلم (الوجداني)	درجة	0.875	0.000	معنوي	0.895	0.000	معنوي
3	لكمة الخطف ودفاعها	درجة	0.887	0.000	معنوي	0.971	0.000	معنوي
4	لكمة القلع ودفاعها	درجة	0.891	0.000	معنوي	0.896	0.000	معنوي
5	القدرة على التوازن	درجة	0.899	0.000	معنوي	0.891	0.000	معنوي
6	القدرة على الاستجابة السريعة	درجة	0.901	0.000	معنوي	0.911	0.000	معنوي
7	القدرة على تقدير الوضع	درجة	0.913	0.000	معنوي	0.893	0.000	معنوي

## 3-6 إجراءات التجربة الرئيسية

## 3-6-1 الاختبارات القبليّة

قام الباحث يوم الأثنين المصادف 2023/3/27 بأجراء الاختبارات القبليّة على العيّنتين التجريبيّة والضابطة المتمثلة بالتحصيل المعرفي(ملحق2) واختبار بعض القدرات التوافقية منها (القدرة على التوازن والقدرة على الاستجابة الحركية والقدرة على التوافق الحركي) وبعض مهارات الملاكمة الأساسية بالملاكمة منها لكمة الخطف (اليسار واليمين) ودفاعاتها (الصد والغطس) باللحم على الكيس المرقم ودرع المدرب وكذلك للكمة القلع(اليسار واليمين) ودفاعاتها (سحب خطوة، الزوغان) باللحم على الكيس ودرع المدرب لعينة البحث وهم طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء للعام الدراسي 2022-2023 بحضور السادة المشرفين والسادة المقومين(ملحق4) والفريق العمل المساعد (ملحق5).

### 3-6-2 تطبيق التمرينات المركبة وفق المدرسة الكوبية بجهاز مبتكر:

من خلال إطلاع الباحث على بعض المصادر الخاصة بتعلم وتدريب أسلوب المدرسة الكوبية وعلى مصادر التعلم الحركي ورياضة الملاكمة والتشاور مع السيدين المشرفين على الاطروحة والمقابلات التي أجراها الباحث مع المختصين(ملحق1) قام الباحث بوضع مفردات التمرينات المركبة وفق المدرسة الكوبية وكالاتي:

- قام الباحث بتصميم مجموعة من التمرينات المركبة وفق المدرسة الكوبية بالجهاز المصنع وحسب فكرة أنموذج(ملحق6).
- قام الباحث بتطبيق الجهاز المبتكر والتمرينات المتبعة للمجموعة التجريبية (ملحق7).
- بينما المجموعة الضابطة فقد استعملت الأسلوب المتبع من قبل مدرس المادة.
- استغرقت التمرينات (8) أسابيع بواقع وحدة تعليمية أسبوعياً بحيث بلغت مجموع الوحدات التعليمية (8) وحدات.
- تم تنفيذ وتطبيق التمرينات التعليمي وفق أسلوب المدرسة الكوبية ضمن الوحدات التعليمية(ملحق8) وبزمن مقداره (90) دقيقة.
- تم تنفيذ مفردات التمرينات التعليمية يوم الأربعاء من كل أسبوع.
- تم البدء بتنفيذ مفردات التمرينات المركبة وفق المدرسة بالجهاز يوم الاربعاء الموافق 2023/3/29.
- كانت آخر وحدة تعليمية من مفردات التمرينات المركبة وفق المدرسة بالجهاز يوم الاربعاء الموافق 2023/5/17.
- اعتمد الباحث في وضع التمرينات المركبة للمجموعة التجريبية على تعلم واتقان مهارة لكمة الخطف ودفاعاتها للوصول في إدائها إلى تطوير المستوى المهاري، من خلال الزيادة في عدد التكرارات لهذه المهارات بشكل مترابط والتنويع في تطبيقاتها لبناء برامج حركية عامة لهذه المهارات تحول إداء الطالب إلى إداء سريع ودقيق وبناء خيارات متعددة للمتعلم لمواجهة المواقف الجديدة وأساليب الزميل المختلفة في أثناء النزال.
- عرض فيديو وصور المهارة على الطلاب من خلال الشاشة للمهارة المراد تعلمها وهي لكمة الخطف وكيفية أداء دفاعاتها بعدها تم تطبيق مراحل أسلوب المدرسة الكوبية التي اسهمت في تطوير نواتج التعلم للطلاب من خلال اجتذاب الاهتمام لديهم وباستخدام جهاز DJ الأصوات والإثارة والتشويق لتطبيق بشكل أفضل وأسرع.

- استخدم الباحث في تعلم هذه مهارات قفزات ملاكمة (10 ، 12 أونس)، درع يدوي، أكياس ملاكمة كبيرة الحجم، أكياس مرقمة، وسادة الحائط، أقماع متنوعة، كامرة تصوير فديوي، ساعة توقيت، حلبة ملاكمة ، شاشة عرض، جهاز لا بتوب، جهاز DJ موسيقي وحبال.
- تم التدرج في تعلم المهارة من مهارة لكمية هجومية إلى دفاعية والتنويع في تطبيقها، أذ يتعلم الطالب لكمة الخطف أولاً ومن ثم يتعلم كيفية الدفاع منها.
- تم المزج بين الدفاع عن لكمة الخطف واللكمة الجوابية وطبق ذلك من خلال استخدام الحبل المثبت من أطرافه في زاويتي الحلبة وعند صافرة المدرس يغطس الطالب من اليسار إلى اليمين و يلکم خطف يمين وبعدها يغطس من اليمين إلى اليسار ويلکم يسار، صد الحبل من الخارج بالذراع اليسار واللکم خطف يمين بعدها صد الحبل ومن ثم اللکم خطف يسار وبذلك أدى الطالب لكمة الخطف ودفاعاتها.
- تم التدرج في تعلم المهارة من مهارة لكمية هجومية إلى دفاعية والتنويع في تطبيقها، أذ يتعلم الطالب لكمة القلع أولاً ومن ثم يتعلم كيفية الدفاع عنها.
- تم المزج بين الدفاع عن لكمة القلع واللكمة الجوابية وطبق ذلك من خلال استخدام الحبل المثبت من أطرافه في زاويتي الحلبة وعند صافرة المدرس يغطس الطالب من اليسار إلى اليمين و يلکم قلع يمين وبعدها يغطس زوغان الى اليمين ومن ثم يغطس الى جهة اليسار ويلکم قلع يسار تتبعها لكمة مستقيم يمين ومن ثم اللکم خطف يسار وبذلك أدى الطالب لكمة القلع ودفاعاتها.
- تم المزج بين لكمة الخطف ولكمة القلع وطبق ذلك من خلال استخدام درع المدرب يلکم مستقيمة يسار ثم قلع يمين ثم خطف يسار وبعدها يؤدي الدفاع.
- تم المزج بين لكمة القلع ولكمة الخطف وطبق ذلك من خلال استخدام درع المدرب يلکم قلع اليمين تليها خطف يسار ثم لكمة مستقيمة يمين (مضاد) ويليها دفاع بالغطس أو السحب أو الزوغان.
- التعلم على الجهاز المبتكر بمساعدة الزميل ومن ثم بدون مساعدة.
- تم أشراك المتعلم جسدياً وعقلاً ومشاعر في عملية التعلم من خلال استخدام أسلوب التعاون وتعزيز الثقة بالنفس ضمن بيئة ملائمة ومريحة، أدى ذلك بشعورهم بالمتعة والسرور.
- تكون الوحدة التعليمية من (4) تمرينات شملت تمرينات مركبة في بعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية بالملاكمة
- أن وقت القسم الرئيسي (60 د) مقسم الى 15 د الجانب التعليمي و35 د الجانب التطبيقي.

- اشتمل القسم الرئيسي من الوحدة التعليمية على الجانب التعليمي الذي يعنى بشرح و عرض المهارة المراد تعلمها في الوحدة التعليمية بواسطة نموذج أو على شاشة الكمبيوتر للطلاب وكذلك عرض نموذج حركي امام الطلاب من قبل الباحث ، أذ اشتمل على الجانب التطبيقي للمهارة المراد تعلمها من خلال التمرينات المركبة بالمهارة والقدرات التوافقية المعدة من قبل الباحث وتكرار الاداء وتصحيح الاخطاء ، فكانت التغذية الراجعة تأخذ مباشرةً من قبل الباحث وإيصالها للطلاب لتوضيح الجزء الذي يراد تعلمه او اعادته بواسطة أسلوب المدرسة الكويتية .
- وكذلك اشتمل القسم الرئيسي على اعطاء تمرينات مشابهه للأداء في اغلب الوحدات التعليمية والتي عدة من قبل الباحث وعلى تمرينات مركبة في تنمية وتطوير القدرات التوافقية وهي بدورها تساعد ايضاً على التشويق والاثارة وابعاد الملل والمرح في الوحدة التعليمية .
- أن المهارة التي تعطى في الوحدة التعليمية الأولى تبقى تتكرر إلى نهاية الوحدة التعليمية الثامنة مع التنوع في تطبيقها، وتتم باستخدام الوسائل المتوفرة مثل تطبيق المهارة أمام المرآه أو على وسادة الحائط أو بينهم (أحد الطلاب يهاجم وآخر يدافع (محدد)) بعدها يطبقون بينهم لكم حر مدة دقيقتين وعلى الجهاز المبتكر وفق أسلوب المدرسة الكويتية.

#### جدول (5)

يبين تفاصيل الوحدات التعليمية

ت	الوحدة التعليمية	الأسبوع	اليوم	التاريخ	رقم التمرين	زمن الوحدة التعليمية	زمن الجزء الرئيسي
1	الأولى	الأولى	الأربعاء	23-2-3-29	(A1)(M1)	90 دقيقة	60 دقيقة
2	الثانية	الثانية	الأربعاء	2023-4-5	(M2)(A2)	90 دقيقة	60 دقيقة
3	الثالثة	الثالثة	الأربعاء	2023-4-12	(B1)(M5)(C1)	90 دقيقة	60 دقيقة
4	الرابعة	الرابعة	الأربعاء	2023-4-19	(M6)(B3)(C1)	90 دقيقة	60 دقيقة
5	الخامسة	الخامسة	الأربعاء	2023-4-26	(M3)(M10)(A5)(A4)(C2)	90 دقيقة	60 دقيقة
6	السادسة	السادسة	الأربعاء	2023-5-3	(M8)(B6)(C3)	90 دقيقة	60 دقيقة
7	السابعة	السابعة	الأربعاء	2023-5-10	(M7)(B8)(A7)(C4)	90 دقيقة	60 دقيقة
8	الثامنة	الثامنة	الأربعاء	2023-5-17	(C5)(C6)(B7)(A8)	90 دقيقة	60 دقيقة

### 3-6-3 الاختبار البعدي

جرت الاختبارات البعدية على عينة البحث طلاب المرحلة الثانية في يوم الاثنين المصادف (2023/5/22) الساعة (9:00 صباحاً) المتمثلة بالتحصيل المعرفي (ملحق 2) واختبار بعض القدرات التوافقية منها (القدرة على التوازن والقدرة على الاستجابة الحركية والقدرة على التوافق الحركي) وبعض مهارات الملاكمة الأساسية بالملاكمة منها لكمة الخطف (اليسار واليمين) ودفاعاتها (الصد والغطس) باللحم على الكيس المرقم ودرع المدرب وكذلك للكمة القلع (اليسار واليمين) ودفاعاتها (سحب خطوة، الزوغان) باللحم على الكيس ودرع المدرب لعينة البحث وهم طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء للعام الدراسي 2022-2023 بحضور السادة المشرفين والسادة المقومين (ملحق 4) والفريق العمل المساعد (ملحق 5).

### 3-7 الوسائل الإحصائية:

استعان الباحث في معالجة نتائجه بالوسائل الإحصائية التي تناسب بحثه وفقاً للحقيبة الاحصائية spss.

- الوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- متوسط الفروق .
- اختبار (كا<sup>2</sup>) .
- النسبة المئوية .
- اختبار (ت) للعينات المترابطة والمستقلة .
- معامل الارتباط (بيرسون) .

## الفصل الرابع

4- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها

1-4 عرض النتائج لمجموعي البحث وتحليلها ومناقشتها.

1-1-4 عرض وتحليل نتائج الاختبارات والقياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية ومناقشتها

2-1-4 عرض وتحليل نتائج الاختبارات والقياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة ومناقشتها

2-4 مناقشة نتائج الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي للمتغيرات المبحوثة ولمجموعي البحث (التجريبية والضابطة)

3-4 عرض نتائج القياسات البعدية بين مجاميع البحث وتحليلها

1-3-4 مناقشة نتائج الفروق بين الاختبارات البعدية للمتغيرات المبحوثة ولمجموعي البحث (الضابطة والتجريبية)

## الفصل الرابع

### 4- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

بعد إتمام إجراءات البحث المتضمنة الخطوات الخاصة بتنفيذ جميع الاختبارات (القبلية والبعديّة) تمكن الباحث من الحصول على الدرجات الخام للاختبارات.

لغرض تحقيق هدف الدراسة الثالث المتضمن التعرف على تأثير تمرينات مركبة وفق المدرسة الكوبية بجهاز مبتكر في نواتج التعلم (معرفي، انفعالي، مهاري) وبعض القدرات التوافقية ( القدرة على التوازن ، القدرة على الاستجابة السريعة ، القدرة على تقدير الوضع ) والمهارات الأساسية ( لكمة الخطف ، دفاعاتها (الصد، الغطس)، ولكمة القلع ، دفاعاتها) ( سحب خطوة، الزوغان) سعى الباحث الى دراسة فرق القياسات القبليّة والبعديّة لأفراد مجاميع البحث التجريبيّة والضابطة.

### 4-1 عرض النتائج لمجموعي البحث وتحليلها ومناقشتها.

4-1-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات والقياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبيّة ومناقشتها.  
لكي يتمكن الباحث من الكشف عن الفروق بين القياسات القبليّة والبعديّة لأفراد المجموعة التجريبيّة الأولى سعى الى معالجة البيانات احصائيا واستخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وعند كل المتغيرات قيد الدراسة والبحث وهي (تحصيل معرفي ، لكمة الخطف يسار ، لكمة الخطف يمين ، لكمة القلع يسار ، لكمة القلع يمين ، لكمة الخطف بالصد ، لكمة الخطف بالغطس ، لكمة القلع بالسحب ، لكمة القلع بالزوغان ، القدرة على التوازن ، القدرة على الاستجابة السريعة ، القدرة على تقدير الوضع ) بعدها 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 (6) يبين ذلك .

## جدول (6)

يبين الأوساط الحسابية والانحراف المعياري ومتوسط الفروق والانحراف 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
نواتج التعلم (المعرفي)	القبلي	11.200	2.062	-11.100-	3.854	-12.880-	0.000	معنوي
	البعدي	22.300	1.945					
نواتج التعلم (الوجداني)	القبلي	8.100	2.742	-9.300-	4.018	-10.351-	0.000	معنوي
	البعدي	17.400	2.076					
لكمة الخطف يسار	القبلي	3.1000	0.56765	-3.00000-	0.66667	-14.230-	0.000	معنوي
	البعدي	6.1000	0.73786					
لكمة الخطف يمين	القبلي	3.5000	0.84984	-2.70000-	0.67495	-12.650-	0.000	معنوي
	البعدي	6.2000	0.78881					
لكمة القلع يسار	القبلي	2.6000	0.51640	-3.30000-	0.48305	-21.604-	0.000	معنوي
	البعدي	5.9000	0.73786					
لكمة القلع يمين	القبلي	2.4000	0.51640	-3.30000-	0.48305	-21.604-	0.000	معنوي
	البعدي	5.7000	0.67495					
دفاع لكمة الخطف بالصد	القبلي	3.5000	0.52705	-2.40000-	0.69921	-10.854-	0.000	معنوي
	البعدي	5.9000	0.73786					
دفاع لكمة الخطف بالغطس	القبلي	3.5000	0.52705	-2.20000-	0.42164	-16.500-	0.000	معنوي
	البعدي	5.7000	0.67495					
دفاع لكمة القلع بالسحب	القبلي	2.9000	0.87560	-3.00000-	0.47140	-20.125-	0.000	معنوي
	البعدي	5.9000	0.99443					
دفاع لكمة القلع بالزوغان	القبلي	3.2000	1.13529	-2.60000-	0.51640	-15.922-	0.000	معنوي
	البعدي	5.8000	1.13529					
القدرة على التوازن	القبلي	3.0000	0.66667	-3.00000-	1.15470	-8.216-	0.000	معنوي
	البعدي	6.0000	0.94281					
القدرة على الاستجابة السريعة	القبلي	2.7000	0.67495	-2.80000-	0.42164	-21.000-	0.000	معنوي
	البعدي	5.5000	0.52705					
القدرة على تقدير الوضع	القبلي	2.6000	0.69921	-3.10000-	0.31623	-31.000-	0.000	معنوي
	البعدي	5.7000	0.82327					

#### 4-1-2 عرض وتحليل نتائج الاختبارات والقياسات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة ومناقشتها :-

لكي يتمكن الباحث من التعرف على الفرق في القياس القبلي والبعدي لدى افراد المجموعة الضابطة سعى إلى معالجة بيانات القياسين إحصائيا واستخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري للبيانات عند كل المتغيرات المبحوثة بعدها قام الباحث باستخدام اختبار (T) للعينات المترابطة والمتساوية بالعدد كوسيلة إحصائية لتحقيق هذا الغرض والاستدلال عن معنوية الفروق بين القياسين وكما مبين في جدول (7).

## جدول (7)

يبين الأوساط الحسابية والانحراف المعياري ومتوسط الفروق والانحراف المعياري للفروق وقيمة t المحسوبة ومستوى

المعنوية ونوع الدلالة الإحصائية للاختبارات القبلية والبعدي لمتغيرات البحث للمجموعة الضابطة

نوع الدلالة	مستوى المعنوية	قيمة T المحسوبة	ع ف	ف -	ع	س -	الاختبار	المتغيرات
معنوي	0.000	-8.048-	2.167	-3.900-	1.816	10.700	القبلي	نواتج التعلم (المعرفي)
					1.620	14.600	البعدي	
معنوي	0.000	-7.301-	3.124	-5.100-	2.263	7.800	القبلي	نواتج التعلم (الوجداني)
					2.651	12.900	البعدي	
معنوي	0.000	-11.129-	0.48305	-1.70000-	0.63246	3.2000	القبلي	لكمة الخطف يسار
					0.87560	4.9000	البعدي	
معنوي	0.000	-9.798-	0.51640	-1.60000-	0.51640	3.4000	القبلي	لكمة الخطف يمين
					0.66667	5.0000	البعدي	
معنوي	0.000	-21.000-	0.31623	-2.10000-	0.52705	2.5000	القبلي	لكمة القلع يسار
					0.69921	4.6000	البعدي	
معنوي	0.000	-21.000-	0.31623	-2.10000-	0.48305	2.3000	القبلي	لكمة القلع يمين
					0.69921	4.4000	البعدي	
معنوي	0.000	-5.582-	0.84984	-1.50000-	1.13529	3.2000	القبلي	دفاع لكمة الخطف بالصد
					0.48305	4.7000	البعدي	
معنوي	0.000	-19.000-	0.31623	-1.90000-	1.05409	3.0000	القبلي	دفاع لكمة الخطف بالغطس
					0.87560	4.9000	البعدي	
معنوي	0.000	-13.500-	0.42164	-1.80000-	0.94281	3.0000	القبلي	دفاع لكمة القلع بالسحب
					0.63246	4.8000	البعدي	
معنوي	0.000	-11.129-	0.48305	-1.70000-	0.81650	3.0000	القبلي	دفاع لكمة القلع بالزوغان
					0.48305	4.7000	البعدي	
معنوي	0.000	-19.000-	0.31623	-1.90000-	0.73786	2.9000	القبلي	القدرة على التوازن
					0.63246	4.8000	البعدي	
معنوي	0.000	-11.129-	0.48305	-1.70000-	0.69921	2.6000	القبلي	القدرة على الاستجابة السريعة
					0.48305	4.3000	البعدي	
معنوي	0.000	-9.000-	0.63246	-1.80000-	0.67495	2.7000	القبلي	القدرة على تقدير الوضع
					0.52705	4.5000	البعدي	

#### 2-4 مناقشة نتائج الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي للمتغيرات المبحوثة ولمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) :-

خلال عرض النتائج في الجداول السابقة (6) و(7) والتي توضح لنا هناك تطورا واضحا لإفراد مجموعتين البحث التجريبية والضابطة وبشكل واضح في تأثير عملية التعلم في المتغيرات المبحوثة حيث تبين هناك فروقا معنوية لكلا المجموعتين فيما يخص الفروق في نتائج المجموعة التجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدي.

يرى الباحث ان استخدام تمرينات المدرسة الكوبية بالجهاز المبتكر مناسبة وجيدة للتعلم تماشيا مع التطور الحاصل في عملية التعلم وزيادة التشويق والاثارة لدى الطلاب عينة البحث وكسر الروتين المعتاد عليه من خلال زيادة التفاعل .

ويؤكد (Bunker 1992) ذلك " إن المعرفة في المهارات هي شيء ضروري لغرض المشاركة المؤثرة في الألعاب، والتي غالبًا ما يعطي لها المزيد من الاهتمام في حين إن المهارة والمعرفة كلاهما يساهم في الأداء خلال اللعب وفي جميع المستويات وأن المعرفة بأداء اللعب هي الأكثر فائدة للتوصل إلى الهدف أو الغاية ونقصد بالمعرفة في الألعاب الرياضية هي قوانين اللعب وأهداف اللعب وأهداف ثانوية أخرى"<sup>(1)</sup>.

وهذا يؤكد ان هناك تأثيرًا معنويًا للتمرينات المركبة وفق المدرسة الكوبية في نواتج التعلم وبعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية بالملاكمة فضلا عن زيادة نواتج التعلم (المعرفي ، المهاري ، النفسي) . والمطبق من قبل الباحث لما تحويه الوحدات التعليمية من تمرينات مركبة بالجهاز المبتكر ، اذ احتوت الوحدات التعليمية على مجموعة من التمرينات التي تساعد على تعلم المهارات الاساسية بالملاكمة (لكمة الخطف ودفاعاتها ، لكمة القلع ودفاعاتها) فضلا عن تنمية وزيادة نواتج التعلم (المهاري ، المعرفي ، النفسي) كل هذا ساعد في تعلم واكتساب مستوى جيد من المعرفة العلمية والقانونية للعبة الملاكمة فضلا عن المهارات ( لكمة الخطف ودفاعاتها ، لكمة القلع ودفاعاتها) لأفراد المجموعة التجريبية .

ويرى الباحث ان للأسلوب التعليمي المتبع من قبل مدرس المادة له تأثير في تعلم الطلاب للمهارات الاساسية بالملاكمة وكذلك نواتج التعلم ، ويعزو الباحث هذا التطور لأفراد المجموعة الضابطة التي اعتمدت الاسلوب التعليمي المعتمد من قبل مدرس المادة الى التكرارات المناسبة التي رافقت الوحدات التعليمية ، فضلا عن اداء التمرينات المستمرة اخذين بنظر الاعتبار ملائمتها لقابليات

(1) Throp, Bunker, and mond, *A change in focus for teaching of games, sport pedagogy*, 1994, p.p. 163-169.

وقدرات الطلاب فضلا عن التدرج في مستوى الصعوبة للحركات والمهارات والذي تضمن الاداء من قبل الجميع وهذا يتفق مع ما اشار اليه (نجاح مهدي شلش واكرم محمد، 2000) الى "ان الممارسة وبذل الجهد بالتدريب والتكرارات المستمرة ضرورية في عملية التعليم والاكتماب، كما ان التدريب عامل اساسي في عملية تفاعل الفرد مع المهارة والسيطرة على حركاته وتحقيق التناسق بين الحركات المكونة للمهارة في اداء متتابع سليم وزمن مناسب وهو يزيد من تعلم وتطوير المهارة واتقانها"<sup>(1)</sup>.

ويعزو الباحث ان هذا التطور الحاصل لدى افراد المجموعة التجريبية يعود الى التمرينات بالجهاز المبتكر المعدة من قبل الباحث وفق المدرسة الكوبية، والذي تضمن تمرينات مركبة وعملية عرض الاداء المهاري للمهارات الاساسية بالمالكمة باستخدام جهاز مبتكر للمساعدة في عملية التعليم والتي تمثلت ( الصور، والصور المتحركة، والاشكال)، وكان هذا العرض شامل لكل المهارات الاساسية من تمارين الاحساس الى وقفة الاستعداد الى الاداء المهاري للكلمات ودفاعاتها وبعض التمرينات بالمركبة، حيث جاء هذا الاسلوب التعليمي المصمم وفقاً لبيئة التعلم لمعالجة النقص الحاصل لدى افراد عينة البحث والارتباط مباشرة مع الموقف التعليمي.

وكذلك اشار طارش بن غالب (2011) " ان الوسائل تعين الدارس على اكتساب المعارف والمهارات، لان الوسيلة الواحدة تثير اكثر من حاسة في اكتساب معرفة ما وكذلك ساعدت على اختزال الوقت المعلم والمتعلم وتعتبر اعانة للمعلم في اصال المعلومات الى اذهان الطلاب ببسر وسهولة "<sup>(2)</sup>.

زيادة على ذلك قام الجهاز التعليمي المصنوع من قبل الباحث بتكوين صورة ذهنية لدى مخرلة الطالب حول الاداء والبرنامج الحركي، مما جعلهم أكثر تشويقاً نحو التطبيق ما تم مشاهدته من خلال العرض المرئي، وهذا ما أكده محمود داود الربيعي (2011) " ان الوسائل التعليمية يمكن استخدامها في تقبل الطلاب للمادة المطلوبة حيث كل ما يستخدمه المدرس من الادوات والوسائل التعليمية الحسية باستخدام اللفظ او بدونه في توصيل رسالة او تكوين صورة حول المادة المطلوبة الى الطلبة وتساعدهم في توصيل المعلومات الى اذهانهم بأسلوب منظم ومشوق يساعد على الفاعلية الجيدة وتقبل الطالب للمادة "<sup>(3)</sup>.

(1) نجاح مهدي شلش واكرم محمد: التعلم الحركي، جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 2000، ص129.  
(2) طارش بن غالب: الوسائل التعليمية وتقنيات التعلم، ط1، الاردن - عمان، اليازوري للطباعة والنشر، 2011، ص13.  
(3) محمود داود الربيعي: التعلم والتعليم في التربية البدنية الرياضية، ط1، النجف الاشرف، دار الضياء للطباعة والنشر، 2001، ص255.

وزيادة على ذلك جانب عنصر الاثارة والتشويق والرغبة والاندفاع نحو الوسائل العرض المرئية والادوات المتنوعة طوال البرنامج التعليمي جعلت من الافراد المتعلمين اكثر قوة وحافزا نحو التعلم وهذا ما اشار اليه سعد لفته ان التعلم على الاجهزة والادوات والوسائل سيولد نجاحات اولية تحفز المتعلم على الالتزام بالتدريب ويؤدي الى الاندفاع نحو التمرين زيادة على ذلك ان المشاهدات المتكررة والتي من خلالها تكونت هذه الصور الذهنية ، يتم استدعائها عند تنفيذ الواجب الحركي والذي كان مخزونا في الذاكرة الحركية (1).

وكذلك يعزو الباحث سبب هذه الفروق الى التمرينات المستخدمة في الأسلوب بالجهاز التعليمي المصمم من قبل الباحث حيث كان لها الدور المهم والاساسي في خلق جو تعليمي متميز في ايصال المعلومات للطلاب وزيادة التفاعل والتواصل بين الطلاب هذا ما ساعد على تنمية وتطوير المهارات الاساسية وبالخصوص سرعة الاستجابة لدى عينة البحث ، حيث ادت هذه التمرينات بتصحيح الاخطاء الحاصلة في الاداء واعطاء مثل هذه التمرينات لمعالجة الأخطاء والتي حددها الباحث من خلال الاختبار القبلي والتجارب التي اجراها مسبقا ، من حيث ووقفة الاستعداد والتعامل مع سرعة لكلمات الجهاز وأداء لكلمات مضادة وكذلك التمرينات المركبة بأسلوب المدرسة الكوبية كل هذا جاء سببا في التطور والفروق وهذا ما اشارت اليه ناهدة عبد زيد (2016) " حيث تمثل التمرينات المظهر الاساسي للمهارات الحركية بصورة عامة والمهارات الرياضية بصورة خاصة ، فهي مهمة وضرورية لمختلف الالعب والفعاليات الرياضية على اختلاف اشكالها الفنية وتعد من اهم الوسائل التي تصل بالمتعلم الى اعلى المستويات في تحقيق الاداء الحركي"(2).

وكذلك يعزو الباحث السبب الى العمل العقلي والذي جاء مترابطا مع البرنامج التعليمي في صقل وتنمية القدرات التوافقية ودورها في عملية التعلم وتعتبر من المتغيرات المهمة والتي لها علاقة فعلية ومؤثرة بالأداء في كافة مراحل التعلم وفي العادات العقلية التي تساعد المتعلم والتي تعتبر من الاساليب الحديثة والتي اشارت اليها كثير من الدراسات والبحوث ، اذ اكدت ان كلما كانت المناهج التعليمية تحاكي وتتعامل مع القدرات التوافقية بالخصوص كان لها الدور وبدرجة كبيرة في النتائج الايجابية ، وكلما ضعف الاستخدام كانت النتائج سلبية وضعيفة ، وهذا ما اشار اليه وسام صلاح (2015) " ان اساليب التربية والتعليم الحديثة تدعو الى ان تكون عادات العقل المنتجة هدفا رئيسيا في جميع مراحل التعلم ، حيث يرى مارزانو ان العادات العقلية الضعيفة تؤدي عادتا الى تعلم ضعيف بغض

(1) سعد لفته : التقنيات التربوية ، محاضرات التاهيل التربوي المدرسي جامعة بغداد، مكتب الطباعة المركزية ، 1998 ، ص117.

(2) ناهدة عبد زيد : مختارات في التعلم الحركي ، ط1، دار المنهجية للنشر والتوزيع ، عمان ، 2016 ، ص70.

النظر عن مستواه في المهارة كما ان اهمال عادات العقل يسبب الكثير من القصور في نتائج العملية التعليمية ، وهي ليست امتلاك معلومات ، بل هي معرفة كيفية العمل عليها واستخدامها (1) .

ويقود الباحث ان الأسباب التي ساهمت بشكل كبير في تعلم افراد المجموعة التجريبية الى :

1. تطبيق التمرينات المركبة المعدة وفق المدرسة الكوبية ساهمت بشكل كبير في عزل كافة المثيرات الخارجية (البيئة) والتي كانت بشكل سبب كبير في صعوبات التعلم.
2. ان تطبيق التمارين المركبة ساهمت بشكل كبير اثارته ميول ورغبات المتعلمين من خلال ابعاد عامل الخوف.
3. ان معرفة نواتج التعلم في توزيع الجهد المبذول ومعرفة زمن إعطاء التغذية الراجعة.
4. ان تطبيق التمارين المركبة على الجهاز المبتكر ساهم بشكل كبير في تعلم أداء لكمة الخطف والقلع بمسار وزمن الحركة وحذف كافة المثيرات الخارجية لانها كانت تؤدي بزمن ومسار ثابت.
5. ان تطبيق التمارين المركبة على الجهاز المبتكر ساهم بشكل كبير في تطوير القدرات التوافقية وذلك بسبب تداخل تلك التمارين واغلبها تميل للعشوائية ، ماجعل المتعلمين اكثر تطبيق.
6. ان تطبيق التمارين المركبة على الجهاز ساهم بشكل كبير في تطوير السلوك الحركي بحث اصبح مطابق لمسار الحركي للمهارة.
7. ان تطبيق التمارين المركبة على الجهاز المبتكر ساهم بشكل كبير في تطوير المهارات العقلية وزيادة فعالها وطرق تعلمها في رد الفعل والاستجابة الحركية.

#### 3-4 عرض نتائج القياسات البعدية بين مجاميع البحث وتحليلها:

تحقيقاً فرض الدراسة الرابع المتضمن التعرف على افضلية الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في بعض القدرات التوافقية (القدرة على التوازن ، القدرة على الاستجابة السريعة، القدرة على تقدير الوضع) لنواتج التعلم المعرفي والوجداني والمهارات الأساسية (لكمة الخطف ودفاعاتها (الصد، الغطس) ولكمة القلع ودفاعاتها (السحب، الزوغان) للطلاب.

سعى الباحث الى استخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري والخطأ المعياري لبيانات افراد مجاميع البحث (التجريبية والضابطة) في القياس البعدي والجدول (8) يبين ذلك.

(1) وسام صلاح عبد الحسين : التعلم المتناغم مع الدماغ تطبيقات ابحاث الدماغ في التعلم ، ط1، بيروت ، دار الكتب العلمية للنشر والتوزيع، 2015، ص79.

## جدول (8)

يبين الأوساط الحسابية والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة ومستوى المعنوية ونوع الدلالة الإحصائية للاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة لمتغيرات البحث

المتغيرات	المجموعة	س	ع	قيمة T المحسوبة	مستوى المعنوية	نوع الدلالة
نواتج التعلم (المعرفي)	التجريبية	22.300	1.945	13.253	0.000	معنوي
	الضابطة	14.600	1.620			
نواتج التعلم (الوجداني)	التجريبية	17.400	2.076	5.829	0.001	معنوي
	الضابطة	12.900	2.651			
لكمة الخطف يسار	التجريبية	6.1000	0.73786	3.314	0.004	معنوي
	الضابطة	4.9000	0.87560			
لكمة الخطف يمين	التجريبية	6.2000	0.78881	3.674	0.002	معنوي
	الضابطة	5.0000	0.66667			
لكمة القلع يسار	التجريبية	5.9000	0.73786	4.044	0.001	معنوي
	الضابطة	4.6000	0.69921			
لكمة القلع يمين	التجريبية	5.7000	0.67495	4.230	0.001	معنوي
	الضابطة	4.4000	0.69921			
دفاع لكمة الخطف بالصد	التجريبية	5.9000	0.73786	4.303	0.000	معنوي
	الضابطة	4.7000	0.48305			
دفاع لكمة الخطف بالغطس	التجريبية	5.7000	0.67495	2.288	0.034	معنوي
	الضابطة	4.9000	0.87560			
دفاع لكمة القلع بالسحب	التجريبية	5.9000	0.99443	2.952	0.009	معنوي
	الضابطة	4.8000	0.63246			
دفاع لكمة القلع بالزوغان	التجريبية	5.8000	1.13529	2.819	0.011	معنوي
	الضابطة	4.7000	0.48305			
القدرة على التوازن	التجريبية	6.0000	0.94281	3.343	0.004	معنوي
	الضابطة	4.8000	0.63246			
القدرة على الاستجابة السريعة	التجريبية	5.5000	0.52705	5.308	0.000	معنوي
	الضابطة	4.3000	0.48305			
القدرة على تقدير الوضع	التجريبية	5.7000	0.82327	3.882	0.001	معنوي
	الضابطة	4.5000	0.52705			

#### 1-3-4 مناقشة نتائج الفروق بين الاختبارات البعدية للمتغيرات المبحوثة ولمجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية):

من خلال جدول الوسط الحسابي نجد ان قيم الوسط الحسابي للاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية اكبر من فيها في الاختبار القبلي لذلك فان النتائج تسير لصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية

يتضح من جدول (8) وجود فروق ذات دالة إحصائية بين القياسين البعدين للمجموعة التجريبية والضابطة لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في القدرات التوافقية (القدرة على التوازن ، القدرة على الاستجابة السريعة، القدرة على تقدير الوضع) وبعض المهارات الأساسية ( لكمة الخطف ودفاعاتها ( الصد، الغطس) ولكمة القلع ودفاعاتها ( السحب ، الزوغان) للطلاب في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء .

ويرى الباحث تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي في تعلم بعض المهارات الأساسية بالملاكمة إلى تعرض المجموعة التجريبية للأسلوب التعليمي بالجهاز حديث وفق المدرسة الكوبية أذ ساعد على تفاعل المتعلمين مع التمرينات وأداء على الجهاز كل هذا ساعد المتعلمين على سرعة وإجادة التعلم نتيجة لوجود مناخ تعليمي جذاب ساعدة على زيادة التفاعل والتواصل لدى افراد عينة البحث التجريبية وأن هذا الأسلوب بالجهاز التعليمي المصمم وفق تمرينات المدرسة الكوبية ساعدة ايضاً على إضافة مدخل جديد للمعرفة والتعلم، أذ تعتبر الوسائل المساعدة هي الفيصل في العصر الحديث، وقد دخلت الاجهزة في جميع مجالات الحياة المختلفة وكذلك في مجال التعليم، ويعتبر الجهاز مصنع من أهم الاجهزة التي تساعد المتعلمين على التفاعل بينهم وبين المادة التعليمية، ونادرًا نجد متعلمًا من المتعلمين يستطيع استخدام الاجهزة، ولذلك يجب الاستفادة القصوى من هذا الجهاز في عملية التعلم.

حيث تمثل الاجهزة مصدر للمتعة والتسلية بين الطلاب، كما تتيح المحادثات بينهم فرص التواصل الاجتماعي وتوطيد العلاقات الانسانية والاجتماعية، كما يمكن ان تستخدم في التعليم لما تتميز به من مميزات ايجابية، حيث يسهم في الخروج من النطاق الضيق الرسمي الي الاستخدام الفوري لمصادر المعرفة الرقمية الغنية، وزيادة التفاعلات الايجابية بين المتعلمين بعضهم البعض وبين المعلم (1).

(1) رشا رفعت محمد: تأثير استخدام التعلم النقال على تحسين مستوى التحصيل المعرفي والمستوى البدني وأداء بعض مهارات تنس الطاولة لدى المبتدئين، مجلة بحوث التربية الشاملة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق، 2021 م.

اما في اختبار القدرات التوافقية يرى الباحث هنالك فروق ذات دلالة احصائية ما بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) ويعزو الباحث سبب هذه الفروق الى استخدام المجموعة التجريبية الى الجهاز التعليمي المصمم من قبل الباحث وفق أسلوب المدرسة الكوبية وما يحتويه من إمكانيات هجومية دفاعية وعرض نتائج التنقيط التعليمية والمبتعد عن الاسلوب اللفظي جاء بدوره في جعل العمل اكثر تشويقا وممتعا لأفراد العينة في التعرف على هذه الأجهزة التي لم يسبق ان تعرفوا عليها والتي تحمل الخلفية الملونة والمبهرة والجذابة والتي جاءت في تلافي ضيق الوقت وإعطاء التغذية والتطبيق بدون المعلم او الزميل لأفراد عينة البحث .

وكذلك استخدم احداث طرق التطبيق العملي للمهارات الهجومية والدفاعية والربط بينهم مما ادى الى تفاعل الطلاب مع الاسلوب التعليمي وكل ذلك وبلا شك زاد من استجابتهم للتعلم ورفع مستوى القدرات التوافقية ودقة أداء اللكمات ودفاعاتها وان تفاعل افراد المجموعة التجريبية بصورة اكثر مع الجهاز التعليمي المصمم والذي عمل على زيادة رغبتهم واثار روح التشويق والمنافسة لديهم من خلال التنويع في عملية العرض للمهارة المقصودة ودقتها في التعلم.

كما يعزو الباحث تقدم افراد المجموعة التجريبية على افراد المجموعة الضابطة الى أن استخدام المنهج المعد من قبل التدريسي في نواتج التعلم وبعض قدراتهم التوافقية ساعدة في تنمية الاداء المهاري للكمات ودفاعاتها حيث يكون المتعلمين في أثناء التعلم على اداء المهارات كلاً حسب مستواه وبالتالي فان التعلم باستخدام الاجهزة يساعد علي الاستكشاف والتجربة والانطلاق واطهار خلفية كل متعلم ومقدرتها ولهذا فان استخدام الاجهزة يراعي الفروق الفردية ويظهر المواهب التي تحتاج الي رعاية وتوجيه وهذا ما تناشده الاتجاهات التربوية الحديثة من خلال الاهتمام بالفرد المتعلم ليصبح جزءاً اساسياً من العملية التعليمية من خلال التنفيذ والتقييم لنفسه عند ادائه للجزء الخاص المراد تعلمه والتغلب على مشاكل التعلم من حيث تأثير ذاتية المعلم علي المتعلم واستغلال الفروق الفردية بين المتعلمين وتحقيق مستوي افضل في حدود المتعلم بالمقارنة بالأسلوب المتبع (الشرح – النموذج)، بالإضافة الى التغذية الراجعة التي يحصل عليها المتعلمين من خلال الموقف التعليمي والذي يساعد على فهم المتعلمين للمهارات .

حيث يذكر (محمد سعد زغول)<sup>(1)</sup> ان التغذية الراجعة توضح مواضع الخطأ فتصححه وتعده نحو الافضل مما يؤدي في النهاية الى الوصول بالمتعلم الى أقصى درجة إجادة في تعليم المهارات

(1) محمد سعد زغول واخرون: تكنولوجيا التعليم وأساليبها في التربية الرياضية، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر، 2001.

الحركية، كما يؤكدوا على ان استخدام تكنولوجيا التعليم بصفة عامة والتعليم باستخدام الموقع الالكتروني بصفة خاصة تساعد في عملية التعلم الحركي من خلال التغذية الراجعة .

وبهذا ما يحقق فروض البحث (للتدريبات المركبة وفق المدرسة الكوبية بجهاز مبتكر تأثيرًا ايجابيًا في نواتج التعلم وبعض القدرات التوافقية) (القدرة على التوازن ، القدرة على الاستجابة السريعة ، القدرة على تقدير الوضع) والمهارات الأساسية (لكمة الخطف ودفاعاتها (بالصد، بالغطس) ولكمة القلع ودفاعاتها (بالسحب، بالزوغان) للطلاب في الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية) .

## الفصل الخامس

5- الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات

2-5 التوصيات

## الفصل الخامس

### 5- الاستنتاجات والتوصيات

#### 1-5 الاستنتاجات

استنتج الباحث ما يأتي:

3. أن المجموعتين قد حققت أهدافها في نواتج التعلم وبعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية بالملاكمة وبنسب متباينة لدى عينة البحث.
4. أن استخدام أسلوب المدرسة الكوبية بجهاز مبتكر كان أفضل من الطريقة التي أتبعها المدرس في المجموعة الضابطة في نواتج التعلم وبعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية .
5. أن استخدام ( أسلوب المدرسة الكوبية بالجهاز المجسم الالي المتحرك) هو الأفضل في نواتج التعلم وبعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية بالملاكمة.
6. أن التمرينات المركبة وفق المدرسة الكوبية بالجهاز ساعد على تفعيل طاقات الدماغ وزيادة التناغم والتنظيم بين نصفي الدماغ على تطوير القدرات التوافقية لدى عينة البحث وزيادة الأثارة و التشويق لديهم.
7. التغذية الراجعة من خلال تمرينات المدرسة الكوبية بجهاز مبتكر ساهمت بشكل كبير في عملية تكوين وخرن البرنامج الحركي.

## 2-5 التوصيات

## يوصي الباحث بالتوصيات الآتية:

1. ضرورة الاستفادة من أسلوب المدرسة الكوبية في نواتج التعلم وبعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية بالملاكمة كونه ينسجم مع طبيعة هذه المهارة.
2. إجراء بحوث على أسلوب المدرسة الكوبية والجهاز المصنع على مهارات أخرى للعبة الملاكمة.
3. ضرورة الاهتمام بالأجهزة والأدوات وتصميم أجهزة تساعد على تعلم المهارات والتأكيد على استعمالها لما لها من فوائد في التوصل إلى أهداف التعلم المؤثر واستثمار الوقت والجهد.
4. ضرورة استخدام مثيرات متنوعة ومشابهة لحالة النزاع أثناء عملية التعلم.
5. ضرورة بناء قاعات ملاكمة تتوفر بها أجهزة ووسائل مساعدة متنوعة الهدف منها تقليل الجهد وزمن تعلم المهارات وتدريبها.

# المراجع والمصادر العربية والاجنبية

## المراجع والمصادر العربية

- القران الكريم.
- أبو العلا احمد عبد الفتاح: التدريب الرياضي الاسس الفسيولوجية، القاهرة، دار الفكر العربي، 1997.
- اثار حسن حامد: فعالية استراتيجية التعلم النشط في الجانب المعرفي لمقرر اساسيات الرياضات المائية على نواتج التعلم لطالبات كلية التربية الرياضية بالإسكندرية، رسالة ماجستير، جامعة الاسكندرية- كلية التربية الرياضية للبنات، 2012.
- اثير عبد الله اللامي: تأثير منهج مقترح في تطوير سرعة الاستجابة الحركية عند أداء بعض المهارات الدفاعية الفردية في لعبة كرة اليد، أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد/ كلية التربية الرياضية، 2005.
- احكام وقواعد القانون الاتحاد الدولي للملاكمة الهواة I B A .
- احمد إبراهيم قنديل: التدريس بالتكنولوجيا الحديثة، القاهرة : عالم الكتب، 2006.
- احمد خاطر وعلي بيك: القياس والتقويم في المجال الرياضي، ط1، القاهرة، دار المعارف، 2003.
- امين الخولي ومحمد عنان: المعرفة الرياضية، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2001.
- السعيد علي الندى ومحمد الكيلاني: علم الملاكمة، الاسكندرية، مطابع رويال، 1970.
- السيد عبد المقصود: نظريات التدريب الرياضي الجوانب الاساسية للعملية التدريبية، القاهرة، مكتبة الحساء، 1994.
- الين وديع فرج: خبرات في الألعاب للصغار والكبار، ط2، الإسكندرية، دار الفكر العربي، 2003.
- أنمار أحمد صبحي : تأثير تمرينات مركبة خاصة في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية بكرة القدم لدى لاعبي الشباب بأعمار 17-19 سنة، رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2009.
- بسام عباس محمد البياتي: ثبات الانتباه وعلاقته بسرعة الاستجابة الحركية لدى لاعبي المبارزة بسلاح الشيش، مجلة كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، مجلد 21، عدد 2، 2006.
- ثامر محسن وسامي الصفار : اصول التدريب في كرة القدم ، بغداد ، مطبعة جامعة بغداد ، 1988 .
- ثامر محسن ووائل ناجي: الألعاب الخاصة في تدريب كرة القدم، بغداد، الشركة المركزية للطباعة والاعلام، 1975.

- جميل بدري واحمد خميس: مهارات كرة اليد تدريب وتحكيم، بيروت، مطبعة الوفاء، 2011.
- حسام رفقي: الملاكمة بين النظرية والتطبيق، ط3، القاهرة، مكتبة النهضة، 1996.
- رشا رفعت محمد: تأثير استخدام التعلم النقال على تحسين مستوى التحصيل المعرفي والمستوى البدني وأداء بعض مهارات تنس الطاولة لدى المبتدئين، مجلة بحوث التربية الشاملة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق، 2021.
- سامر عبدالهادي احمد: تأثير منهج بدني - حركي بأدوات مساعده في تطوير قدرتي التوازن والتوافق الحركي وتعلم اللكمة الجانبية للطلاب بالملاكمة، أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة بابل، كلية التربية الرياضية، 2014.
- سامي محمد ملحم : القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، ط3، عمان، دار المسير للنشر والتوزيع، 2005.
- سعد التل وآخرون: مناهج البحث العلمي تصميم البحث والتحليل الإحصائي، ط1، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، 2007.
- سعد لفته : التقنيات التربوية ، محاضرات التاهيل التربوي المدرسي جامعة بغداد، مكتب الطباعة المركزية ، 1998.
- شكري حامد نزال: مناهج الدراسات الاجتماعية وأصول تدريسها، ط1، الإمارات العربية المتحدة: دار الكتاب الجامعي، 2003.
- صالح شافي العائدي: التدريب الرياضي أفكاره وتطبيقاته، ط1، بغداد، دار الكتب والوثائق، 2011.
- صبحي احمد محمد : مقرر مقترح في تكنولوجيا التعلم للفئات الخاصة لطلاب شعبة تكنولوجيا التعلم لكليات التربية النوعية ، اطروحة دكتوراه ، جامعة الازهر ، 2006.
- صريح عبد الكريم ووهبي علوان: البايوميكانيك الحيوي الرياضي، بيروت، الغدير للطباعة الفنية الحديثة، 2012.
- ضياء الدين محمد عطية: الصحة واللياقة البدنية، ط1، الدمام، مكتبة المنتبي، 2014.
- طارش بن غالب: الوسائل التعليمية وتقنيات التعلم، ط1، اليازوري للطباعة والنشر، الاردن - عمان، 2011.
- طارق محمد علي إبراهيم: تطوير سرعة ودقة بعض المهارات الهجومية والدفاعية لناشئي تنس الطاولة، ط1، دسوق، دار العلم والايمان للنشر والتوزيع، 2014.
- عبد الفتاح إسماعيل: مدارس الملاكمة العربية والعالمية، دمشق، دار القومية للطباعة والنشر، 1998.

- عبد الفتاح فتحي: المرجع في الملاكمة، ط2 القاهرة، مطبعة القاهرة، 1997.
- عبد الله بن صالح المقبل: خطوات اعداد الاختبار التحصيلي، 2010.
- عبد المجيد نعمان ومحمد عبدة صالح: كرة القدم تدريب وخطوط، القاهرة ، دار الكتب ، 1967.
- عبدالجليل جبار ناصر واخرون: دليل المدرب العربي في الملاكمة ، ط1 ، عشتار للنشر والتوزيع، 2019.
- عبدالجليل جبار واخرون: محاضرة نوعية في دورة تدريبية اقامها الاتحاد المركزي للملاكمة، 2022.
- عبدالجليل جبار ومحمد حسين حيدر: تمرينات من مديات مختلفة باستخدام جهاز تحديد المسافة (HC-SR04 ultrasonic sensor) وتأثيرها في تطوير بعض القدرات الخاصة للملاكمين الشباب، 2020.
- عبدالرحمن عدس ومحي الدين توفيق: المدخل الى علم النفس، عمان، دار الفكر، 1995.
- عذراء عدنان داخل: تأثير منهج تعليمي بالأسلوب الاتقاني وفقا لمراحل بناء البرنامج الحركي في تطوير نواتج التعلم لبعض المهارات الهجومية للطلبات بكرة السلة، 2016.
- عصام عبد الخالق: التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات، الإسكندرية، دار المعارف، 2003.
- عصام عبد الخالق: المرحلة الاعدادية الملاكمة الحديثة، ط4، اسكندرية، دار الكتب الجامعية، 1988.
- عقيل عبد الجبار عبد الرسول: تأثير استراتيجية الحوار الثلاثي باستعمال أدوات مساعدة في التحصيل المعرفي والتوافق الحركي وتعلم المهارات الأساسية بالملاكمة للطلاب، اطروحة دكتوراه، جامعة بابل، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 2023.
- علي حسن نعمة: تأثير تمرينات جهاز (وسادة الخطف) في بعض المتغيرات البايوكينماتيكية وتعلم لكمة الخطف بالملاكمة للطلاب، رسالة ماجستير، 2017.
- علي سلوم جواد الحكيم: الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي، بغداد، مطبعة الطيف للطباعة، 2004.
- علي عطشان خلف: تأثير نسب مختلفة من التغذية الراجعة النهائية في تعليم اللكمة المستقيمة، رسالة ماجستير، جامعة القادسية، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 2005.
- علي عطشان خلف: تأثير نسب مختلفة من التغذية الراجعة النهائية في تعليم اللكمة المستقيمة، رسالة ماجستير، جامعة القادسية، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 2005.

- علي يحيى : تأثير تمرينات نفسية حركية باستخدام أجهزة مساعدة في تحسين حدة الانتباه والقدرات التوافقية واللكمة المستقيمة بالملاكمة باعمار (13-16) سنة، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء ، 2020.
- قاسم لزام واخرون: أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته، بغداد، مكتبة كلية التربية الرياضية، 2000.
- كالمان برايز ( ترجمة ) أمين عبد الوهاب: تحضير اللاعب الناشئ بكرة القدم، بغداد، مطبعة دار السلام، 1976.
- محمد حسين حيدر: تأثير منهج تعليمي وفقاً للتعلم السريع بمصاحبة جهاز مبتكر في تطوير المستوى المهارى للكمة الخطف ودفاعاتها بالملاكمة للطلاب، رسالة ماجستير، 2019.
- محمد سعد زغول واخرون: تكنولوجيا التعليم وأساليبها في التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2001.
- محمد صبحي حسانين: القياس والتقويم، القاهرة، دار الفكر العربي، 1995.
- محمد عبدة الصالح ومفتي ابراهيم : اساسيات كرة القدم ، ط1، القاهرة ، دار عالم المعرفة، 1994.
- محمد قادر حمه: بناء بطارية اختبار القدرات التوافقية للاعبى كرة القدم لبعض الاكاديميات الرياضية باعمار (13-15) سنة، جامعة كويه، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 2022.
- محمد نصر الله رضوان: المدخل الى القياس في التربية البدنية والرياضة، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2006.
- محمود احمد عمر وآخرون: القياس النفسي والتربوي، ط1، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، 2010.
- محمود داوود الربيعي: التعلم والتعليم في التربية البدنية الرياضية ، ط1، دار الضياء للطباعة والنشر، النجف الاشرف ، 2001.
- محمود عبدالله احمد واخرون: تعليم وتدريب الملاكمة، الموصل، مطابع التعليم العالي، 1990.
- مرتضى حسون عبد الهادي: تأثير تمرينات لقدرات التوافقية في تطوير بعض المهارات الأساسية ونسبة نجاح أداء التحركات الهجومية للاعبى المدرسة التخصصية بكرة اليد بأعمار (12-15)، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2015.
- مروان عبد المجيد إبراهيم: اساسيات علم الحركة في المجال الرياضي، ط1، عمان، مؤسسة الوراق، 2000.

- مروان عبد المجيد ومحمد جاسم الياسري: القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ط1، عمان، مؤسسة الوراق، 2002.
- مصطفى باهي ، صبري عمران: الاختبارات والمقاييس في التربية الرياضية، ط1، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، 2007.
- مصطفى السايح محمد: ملاح لينية اكاڤيمية للتحصيل المعرفي كمتغير في الدراسات التربوية الرياضية، محاضرة منشورة على موقع الانترنت [www.elsayh.2007](http://www.elsayh.2007)
- موسى جواد كاظم وزيد محمود علي : أساليب تدريبيية في فن الملاكمة وتعليم برمجة المهارات، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2023.
- نادر فهمي و هاشم عامر: مبادئ القياس و التقويم، ط3، عمان، دار الفكر للنشر والتوزيع، 2005.
- ناديا سميح السلطي: التعلم المستند إلى الدماغ، ط1، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، 2004.
- ناهدة عبد زيد: مختارات في التعلم الحركي ، ط1، دار المنهجية للنشر والتوزيع ، عمان ، 2016.
- ناهدة عبد زيد الدليمي: الاسس العلمية في التعلم الحركي، بابل، دار الصادق الثقافية للنشر والتوزيع، ط1، 2016.
- ناهدة عبد زيد: التمرينات وتطبيقاتها في التعلم الحركي، ط1، عمان، دار رضوان للنشر والتوزيع، 2019.
- ناهده عبد زيد الدليمي: مفاهيم في التربية الحركية، ط2، النجف الأشرف، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2010.
- نجاح مهدي شلش واكرم محمد: التعلم الحركي، جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 2000.
- نزار الطالب وكامل الويس: علم النفس الرياضي، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، ط2، 2000.
- نوري إبراهيم الشوك ورافع صالح الكبيسي: دليل البحوث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية، جامعة بغداد، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 2004.
- هدير فلاح عبد الصاحب: تأثير تدريبات السرعة الذهنية باستعمال ادوات مساعدة على بعض القدرات الحركية لأداء متنوعات الهجوم بسلاح الشيش، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات، جامعة بغداد، 2018.

- وجيه محجوب واحمد بدري: أصول التعلم الحركي، الموصل، الدار الجامعية للطباعة والنشر، 2002.
- وجيه محجوب واخرون: نظريات التعلم والتطور الحركي، بغداد، دار الكتب والوثائق، 2000.
- وجيه محجوب: التعلم والتعليم والبرامج الحركية، ط1، عمان، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، 2002.
- وجيه محجوب: نظريات التعلم والتطور الحركي، ط1، دار وائل للطباعة والنشر، عمان، 2001.
- وسام صلاح عبد الحسين : التعلم المتناغم مع الدماغ تطبيقات ابحاث الدماغ في التعلم ، ط1، دار الكتب العلمية للنشر والتوزيع ، بيروت ، 2015.
- وسام صلاح وسامر يوسف: التعلم الحركي وتطبيقاته في التربية البدنية والرياضية، ط1، دار الكتب العلمية، بيروت، 2014.
- يحيى اسماعيل الحاوي: الملاكمة، اسس نظرية، وتطبيقات عملية، ط2، جامعة الزقازيق، 1999.
- يعرب خيون: التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق، بغداد، مكتبة الصخرة، 2002.

## المصادر الأجنبية

- Barrow, H.M, and magee, R, Aprcactical Amureachto Measurement, 2nd. ed, lea and febigerphil, 1998.
- Bompa, T: Totel Training for young Champions, United States: versa press,2002.
- Herepet Sennenperg, Box,14Auflag,VerlagWein Man,Berlen,1988.
- HortFiedler ,Boxen Fur Einstegiger-Training-Teaching-Taktols,Sport Verlag, Perlen, 1994.
- Kurt Meinel , Gunter Schnabel: Bewegungslehre Sportmotorik : Abriss einer Theorie der sportlichen Motorik unter padagogischem Aspekt, meyer and meyer verlag , 2007.
- Mathews: Measurement in physical education 5th ed...Saunders com – pony, - Philadelphia.
- Schreiner, P.: Koordinationstraining Football, das Peter Schreiner–System. Rowohlt, Reinbek, 2000.
- Throp, Bunker, and mond, A change in focus for teaching of games, sport pedagogy, 1994.
- Verlag, Hans- Jurgen Schaller,Panja Wernz: Koordinations training fur senioren Meyer and 2015.
- Verlag, Hans– Jurgen Schaller,Panja Wernz: o.p. cit.
- Widmann, B, Training und uber training،verlargsportingHamburg, 1999.
- William E. Pretice,2001, Get fit stay fit, Graw Hill, USA.

# الملاحق

## الملحق (1)

يوضح أسماء السادة الخبراء والمختصين الذين تم اجراء مقابلات شخصية معهم.

ت	الاسم	الاختصاص	مكان العمل
1	أ.د مازن عبد الهادي أحمد	تعلم حركي	جامعة بابل – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	أ.د ناهدة عبد زيد الدليمي	تعلم حركي	جامعة بابل – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	ا.د سامر يوسف متعب	تعلم حركي	جامعة بابل – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
4	أ.د حاتم فليح جواد	تعلم حركي	جامعة الكوفة – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
5	أ.م.د عبدالجليل جبار ناصر	ملاكمة	جامعة بغداد – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
6	أ.م.د حيدر عبدعلي حمزة	ملاكمة	جامعة كربلاء – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
7	أ.م.د عبير علي حسين	تعلم حركي	جامعة كربلاء – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
8	أ.م.د نغم صالح نعمة	تعلم حركي	جامعة بابل – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
9	أ.م.د عقيل عبد الجبار عبد	ملاكمة	جامعة بابل – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
10	أ.م صاحب عبدالحسين	تعلم حركي	جامعة كربلاء – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
11	فراس موسى عمران	حكم دولي ملاكمة	مدير النشاطات الطلابية في مديرية تربية كربلاء
12	رياض شاكر دوحى	حكم اتحادي ملاكمة	رئيس الاتحاد الفرعي للملاكمة
13	سرافة صبيح احمد	مدرّب دولي ملاكمة	مدرّب المنتخب الوطني للملاكمة
14	محمد صاحب عباس	مدرّب دولي ملاكمة	مدرّب المنتخب الوطني للملاكمة
15	عباس هاشم يوسف	مدرّب دولي ملاكمة	مدرّب المنتخب الوطني للملاكمة

## الملحق (2)

يوضح استمارة تقويم الأداء الفني للكمة الجانبية ودفاعاتها

ت	أقسام المهارة	تجزئة المهارة	1		2		3		مجموع الدرجات / عددها	
			يسار	يمين	يسار	يمين	يسار	يمين	يسار	يمين
1	القسم التحضيري	وقفة الاستعداد الاسترخاء، الاتزان، انثناء في مفصل الركبة، النظر إلى الزميل، الاستعداد للكم								
	القسم الرئيسي	زاوية اللكم الصحيحة								
		اللكم بمقدمة القفاز								
		مصاحبة ثقل الكتف للكم								
	القسم الختامي	النقل الحركي واستخدام الذراع للتغطية الصحيحة								
الدفاع	20 د	بالصد								
		بالغص								

أسم المقوم :

التوقيع :

التاريخ :

يوضح استمارة تقويم الأداء الفني للكلمة القلع ودفاعاتها

ت	أقسام المهارة	تجزئة المهارة	1		2		3		مجموع الدرجات / عددها	
			يسار	يمين	يسار	يمين	يسار	يمين	يسار	يمين
1	القسم التحضيري	وقفة الاستعداد الاسترخاء، الاتزان، انثناء في مفصل الركبة، النظر إلى الزميل، الاستعداد للكلم								
	القسم الرئيسي	زاوية اللكم الصحيحة								
		اللكم بمقدمة القفاز								
		مصاحبة ثقل الكتف للكلم								
القسم الختامي	النقل الحركي واستخدام الذراع للتغطية الصحيحة									
	الدفاع	بالسحب								
	10	بالزوغان								

أسم المقوم :

التوقيع :

التاريخ :

يوضح استمارة تسجيل نتائج اختبار النجمة ( التوازن )

ت	اسم الطالب	المحاولات	عدد مرات فقدان الاتزان	الملاحظات
1		1		
		2		
2		1		
		2		
3		1		
		2		
4		1		
		2		
5		1		
		2		
6		1		
		2		
7		1		
		2		
8		1		
		2		
9		1		
		2		
10		1		
		2		

اسم المسجل :

التوقيع :

التاريخ :

استمارة تسجيل نتائج اختبار الدوائر المرقمة ( توافق حركي بين العين والرجلين )

ت	أسم الطالب	زمن المحاولة 1	زمن المحاولة 2
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			

أسم المسجل :

التوقيع :

التاريخ :

استمارة تسجيل نتائج اختبار (الاستجابة السريعة، نيلسون )

ت	الاسم	المحاولة الأولى	المحاولة الثانية	المحاولة الثالثة	المجموع/ عددها
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					

اسم المسجل :

التوقيع :

التاريخ :

مقياس نواتج التعلم (المعرفي) بصورته النهائية وفقراته (33) فقرة  
تعليمات المقياس

عزيزي الطالب ...

أمامك مجموعة من فقرات المهارات الأساسية بالملاكمة وكذلك القانون الدولي للهواه مأخوذ من مفردات منهاج مادة الملاكمة، وإن لكل فقرة ثلاثة بدائل، واحداً منها صحيح والآخران غير صحيح، لذا يرجى مراعاة ما يأتي:

1. قراءة كل فقرة بشكل جيد.
2. الإجابة عن الأسئلة النظرية كافة بوضوح ودقة.
3. عدم ترك أي فقرة.
4. وضع إشارة (✓) على حقل الإجابة التي تراها مناسبة.
5. الوقت الفعلي للإجابة هو (45) دقيقة.
6. الإجابة عن هذا الاختبار؛ للوقوف على المستوى التحصيلي لمادة الملاكمة.

الباحث

محمدحسين حيدر حمود محمدجواد

1. تأسس الاتحاد العراقي المركزي للملاكمة عام؟

أ. 1953م	ب. 1954م	ج. 1956م
----------	----------	----------

2. أن من حالات استخدام اللكمات الجانبية (الخطف) هي؟

أ. تستعمل مع ابتعاد المنافس	ب. تستعمل عند سقوط المنافس	ج. تستعمل مع اقتراب المنافس
-----------------------------	----------------------------	-----------------------------

3. هي لكمات تؤدي من الأسفل إلى الأعلى وتوجه إلى البطن أو الصدر أو الوجه ويكون انثناء في مفصل المرفق وأن هذه اللكمات هي؟

أ. اللكمات الجانبية	ب. اللكمات المستقيمة	ج. لكمات القلع
---------------------	----------------------	----------------

4. هو أحد طرائق الدفاع لا يستخدم مع لكمات القلع؟

أ. السحب	ب. الصد	ج. الغطس
----------	---------	----------

5. تُسدد اللكمات الجانبية نحو المنافس من المسافات؟

أ. الطويلة	ب. الطويلة والمتوسطة	ج. المتوسطة والقصيرة
------------	----------------------	----------------------

6. هي أحد اللكمات التي تؤدي من الجانب الأيسر لتصيب الجانب الايمن من وجه أو جسم المنافس وهي؟

أ. الجانبية اليسار	ب. القلع اليسار	ج. المستقيمة اليسار
--------------------	-----------------	---------------------

7. من مميزات اللكمات الجانبية (الخطف) هي؟

أ. تغلق الثغرات في دفاعات المنافس	ب. قصر مداها وقربها من المنافس	ج. تستعمل كلكمات تمهيدية
-----------------------------------	--------------------------------	--------------------------

8. تتوقف امكانيات ومهارات ومميزات كل ملاكم البدنية والتنافسية على؟

أ. وقفة الاستعداد	ب. حركة القدمين	ج. اللكمات
-------------------	-----------------	------------

9. من الأخطاء الشائعة عند أداء اللكمات الجانبية؟

أ. التأشير باليد قبل اللكم	ب. العين على المنافس دائماً	ج. لكمة مصحوبة بثقل الجسم
----------------------------	-----------------------------	---------------------------

10. كشف الوجه هو من؟

أ. شروط الوقفة	ب. الأخطاء الشائعة	ج. طرائق الدفاع
----------------	--------------------	-----------------

11. فتح ثغرات في دفاعات المنافس وإيقاف هجومه يكون من خلال؟

أ. طرائق الدفاع	ب. اللكمات	ج. حركة القدمين
-----------------	------------	-----------------

12. اللكمات التي تصيب الهدف ويحسب لها نقاطاً وتؤدي بعد لكمات تمهيدية؟

أ. لكمات مضادة	ب. لكمات أساسية	ج. كلاهما
----------------	-----------------	-----------

13. هي من اللكمات التي تؤدي من الأسفل إلى الأعلى ويكون هدفها الفك والوجه؟

أ. اللكمة المستقيمة	ب. اللكمة الجانبية	ج. لكمة القلع
---------------------	--------------------	---------------

14. الكلمات ..... تستعمل كرد فعل للكلمة من المنافس؟

أ. التمهيدية	ب. المضادة	ج. الأساسية
--------------	------------	-------------

15. يفوز اللاعب بالنزال من خلال؟

أ. النقاط	ب. الضربة القاضية	ج. كلاهما
-----------	-------------------	-----------

16. من واجبات الميقاتي؟

أ. تسجيل النقاط	ب. سلامة اللاعبين	ج. إنهاء المباراة
-----------------	-------------------	-------------------

17. ارتفاع سطح أرضية الحلبة عن الأرض؟

أ. 100 سم	ب. 90 سم	ج. 110 سم
-----------	----------	-----------

18. يرتدي الملاكمون المتقدمون بوزن 75 كغم قفازات حجم؟

أ. 10 أونس	ب. 8 أونس	ج. 12 أونس
------------	-----------	------------

20. يسمح للتابع (المدرّب) بالدخول داخل الحلبة؟

أ. قبل بدأ النزال	ب. بعد انتهاء النزال	ج. أثناء الاستراحة بين الجولات
-------------------	----------------------	--------------------------------

21. زمن الاستراحة بين الجولات لكل الفئات؟

أ. 1 دقيقة	ب. 2 دقيقة	ج. 3 دقيقة
------------	------------	------------

22. عدد الجولات في النزال للمتقدمين بالملاكمة؟

أ. 4 جولات	ب. 3 جولات	ج. 2 جولة
------------	------------	-----------

23. الغطس هو أحد أنواع طرائق الدفاع وهو لا يستخدم مع اللكمة؟

أ. المستقيمة	ب. الجانبية	ج. القلع
--------------	-------------	----------

24. تستخدم طريقة السحب خطوة للدفاع عن اللكمة؟

أ. المستقيمة والجانبية	ب. الجانبية والقلع	ج. جميع اللكمات
------------------------	--------------------	-----------------

25. لكمة القلع تُسدّد على منطقة؟

أ. المعدة والاضلاع	ب. الفك السفلي	ج. كلاهما
--------------------	----------------	-----------

26. من مميزات اللكمة الجانبية؟

أ. تعدد كلمات مضادة ناجحة	ب. اللكم بجانب القفاز	ج. عدم دوران القبضة للداخل
---------------------------	-----------------------	----------------------------

27. سلامة اللاعبين هي من مهمة؟

أ. القاضي	ب. الحكم	ج. الميقاتي
-----------	----------	-------------

28. إنهاء المباراة في أي وقت إذا تبين له إنها من جانب واحد هي من سلطات؟

أ. الميقاتي	ب. القاضي	ج. الحكم
-------------	-----------	----------

29. هدف لكمة القلع هو؟

أ. المعدة والاضلاع	ب. الفك السفلي	ج. كلاهما
--------------------	----------------	-----------

30. يسمح للمدرب أو التابع بالدخول داخل الحلبة؟

أ. قبل بدأ النزال	ب. بعد انتهاء النزال	ج. أثناء الاستراحة بين الجولات
-------------------	----------------------	--------------------------------

31. عدم استمرار النظر على المنافس هو من؟

أ. طرائق الدفاع	ب. الهجوم المضاد	ج. الأخطاء الشائعة
-----------------	------------------	--------------------

32. تستعمل مع المنافس المندفع هي اللكمات؟

أ. المستقيمة	ب. الجانبية	ج. القلع
--------------	-------------	----------

33. يكون مرفق الذراع متوازيًا مع الأرض عند أدائها ولا تستعمل كلكمة تمهيدية؟

أ. المستقيمة	ب. الجانبية	ج. القلع
--------------	-------------	----------

## مقياس نواتج التعلم (الوجداني) بصورته النهائية وفقراته (22) فقرة

ت	العبارات	اوافق بشده	اوافق	لا اوافق
1	تتمتع تمرينات المدرسة الكويتية بالجهاز المبتكر على التشويق والاثارة.			
2	جعلني احصل على الكثير من المعلومات عن الوسائل المساعدة			
3	ساعدني على وضوح الاهداف المراد تحقيقها.			
4	ساهم في تنظيم المعارف والمعلومات الخاصة بالمهارات			
5	ساعدني على معرفة وفهم وتطبيق واتقان مهارات لكمة الخطف والقلع ودفاعاتهما			
6	من الصعب التركيز والانتباه لكل جزء من اجزاء المهارة بدقه وتركيز.			
7	ساهم في تصحيح اخطائي اثناء ادائي للمهارات الأساسية بالملاكمة			
8	ساعدني في الحصول على المعلومات بأكثر من طريقه(مرئيه-مقروءة-مسموعة).			
9	جعلني اتقبل شرح المعلم بوعي وادراك وفهم.			
10	جعلني قادر على حل المشكلات التي تقابلني اثناء تنفيذ المهارات			
11	ساعدني على الانتباه والتركيز الجيد لمرحل الاداء الفني			
12	ساهم في توضيح النقاط الصعبة بطرق متباينة.			
13	اكسبني عقلية واعية قادرة على التحليل والنقد.			
14	يمتاز الجهاز المبتكر المستخدم بالتطبيق بالوضوح والسهولة عند تعلم المهارات الاساسية في الملاكمة			
15	لم يراعي الفروق الفردية			
16	زيادة الشعور بالدور الايجابي في تعلم لكمة الخطف والقلع ودفاعاتهما في الملاكمة			
17	اقتصادي في الوقت والجهد.			
18	زاد من ثقتي بنفسي اثناء التعلم			
19	ساعدني على المثابرة وبذل الجهد.			
20	لم تنمي لدي الابتكار والابداع.			
21	زاد من احترامي للملكيات العامة والخاصة.			
22	زاد من اعتمادي على ذاتي وتعاوني مع الاخرين وتقديم المساعدة للزملاء اثناء الدرس.			

## ملحق (3)

## يوضح السادة أعضاء لجنة الإقرار

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة كربلاء / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة  
شعبة الدراسات العليا

العدد : ٩٢٣  
التاريخ : 2022/12/11

امر إداري  
م/ تشكيل لجنة علمية لإقرار موضوع

استنادا للصلاحيات المخولة لنا تقرّر :

1\_ تشكيل لجنة علمية لإقرار موضوع بحث طالب الدكتوراه (محمد حسين حيدر حمود) بعنوان ((تأثير تدريبات خاصة وفقا لجهاز مبتكر والنموذج ميرل وتينسون في نواتج تعلم التنكات ودفاعاتها للاعبين الفرات الاوسط بالملكمة بوزن ( 57 - 63 ) كغم )) وتتألف اللجنة من السادة المبينة أسمائهم أدناه :

ت	اسم التدريسي	الشهادة	المنصب	مكان العمل
1-	د. طالب حسين حمزة	دكتوراه	رئيسا	جامعة كربلاء / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2-	د. عبد الجليل جبار ناصر	دكتوراه	عضوا	جامعة بغداد / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3-	د.م.ا. فواز جاسم حمدون	دكتوراه	عضوا	جامعة الموصل / كلية التربية الاساسية / قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة
4-	د.م.ا. سامر عبد الهادي احمد	دكتوراه	عضوا	جامعة كربلاء / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
5-	د.م.ا. حيدر عبد علي حمزة	دكتوراه	عضوا	جامعة كربلاء / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
6-	د.م.ا. وسام صلاح عبد الحسين	دكتوراه	عضوا ومشرفا	جامعة كربلاء / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

2- سيكون موعد الجلسة العلمية يوم الاربعاء 2022/ 12/ 21 وفي تمام الساعة التاسعة صباحا .

أ.م.د. خالد محمد رضا

## ملحق (4)

يبين أسماء السادة الخبراء المقومين للاختبارات القبلية والبعدية

مكان العمل	لقب علمي	الاختصاص	الاسم	ت
مدير النشاطات الطلابية في مديرية تربية كربلاء	م.م	حكم دولي ملاكمة	فراس موسى جواد	1
رئيس الاتحاد الفرعي للملاكمة	-	حكم اتحادي ملاكمة	رياض شاكر دوحى	2
مدرب المنتخب الوطني	-	مدرب دولي ملاكمة	محمد صاحب عباس	3
متقاعد	-	لاعب ملاكمة سابق	فؤاد باقر عباس	4
نادي العراق	-	لاعب دولي ملاكمة	محمد عبد الحكيم	5

## ملحق (5)

## يبين أسماء فريق العمل المساعد

ت	الاسم	الاختصاص	اللقب العلمي	مكان العمل
1	محمد طالب خضير	فسلجة - ملاكمة	م.د	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية - جامعة كربلاء
2	عباس خليل محمد	طب رياضي - العاب قوى	م.م	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية - جامعة كربلاء
3	سعد علاوي جواد	تدريب - قدم	م.م	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية - جامعة كربلاء
4	عبدالله عيسى الساعدي	تدريب - العاب قوى	م.م	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية - جامعة كربلاء
5	كرار محمد صالح	طب رياضي - سلة	م.م	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية - جامعة كربلاء
6	محمد عادل خضير	طب رياضي - ملاكمة	م.م	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية - جامعة كربلاء
7	امجد هاشم محمد	طرائق تدريس - سلة	م.م	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية - جامعة كربلاء
8	ازهر علي حسين	مهندس الكترونيات	-	موظف
9	حسين علي جواد	خبير ميكانيكي	-	متقاعد
10	برير حيدر حمود	مهندس	-	جامعة كربلاء
11	أمير حيدر حمود	خبير الكترونيات	-	جامعة الصفوة
12	محمد عبد الحكيم	لاعب منتخب ملاكمة	-	نادي العراق
13	مؤمل هيثم علي	لاعب منتخب ملاكمة	-	نادي العراق
14	مصطفى احمد العيساوي	لاعب منتخب ملاكمة	-	نادي العراق

## ملحق (6)

يوضح تمارينات المدرسة الكويتية بالجهاز المبتكر

التسلسل	أسم التمرين
A	<p>1- من وضع الوقوف المواجه إلى هدف اللكم إداء لكمة خطف يسار ، ثم التطبيق على الجهاز المبتكر.</p> <p>2- من وضع الوقوف المواجه إلى هدف اللكم إداء لكمة خطف يسار ويمين مع الزميل.</p> <p>3- من وضع الوقوف المواجه إلى هدف اللكم إداء خطف يسار ومن ثم غطس خطف يسار، ثم التطبيق على الجهاز المبتكر.</p> <p>4- من وضع الوقوف المواجه إلى هدف اللكم إداء لكمة خطف يمين والصد بالذراع الاخرى، ثم التطبيق على الجهاز المبتكر.</p> <p>5- من وضع الوقوف المواجه إلى هدف اللكم إداء لكمة خطف يسار والصد بالذراع الأخرى ، ثم التطبيق على الجهاز المبتكر.</p> <p>6- من وضع الوقوف المواجه إلى هدف اللكم إداء لكمة مستقيمة يسار ثم خطف يمين ومن ثم غطس خطف يمين، ثم التطبيق على الجهاز المبتكر.</p> <p>7- من وضع الوقوف المواجه إلى هدف اللكم إداء لكمة مستقيمة 1_2 ثم خطف يسار – يمين ومن ثم دفاع بالصد، ثم التطبيق على الجهاز المبتكر.</p> <p>8- من وضع الوقوف المواجه إلى هدف اللكم إداء لكمة مستقيمة 1_2 ثم خطف يسار – يمين ومن ثم دفاع بالغطس ومن ثم مستقيم مضاد، ثم التطبيق على الجهاز المبتكر.</p>
B	<p>1- من وضع الوقوف المواجه إلى هدف اللكم إداء لكمة قلع يسار، ثم التطبيق على الجهاز المبتكر.</p> <p>2- من وضع الوقوف المواجه إلى هدف اللكم إداء لكمة قلع يسار و يمين، ثم التطبيق على الجهاز المبتكر.</p>

<p>3- من وضع الوقوف المواجه إلى هدف اللكم إداء لكمة قلع يسار و دفاع سحب خطوة للخلف، ثم التطبيق على الجهاز المبتكر.</p> <p>4- من وضع الوقوف المواجه إلى هدف اللكم إداء لكمة قلع يسار و دفاع سحب خطوة بإداء لكمة خطف يسار ثم مضاد مستقيم يمين، ثم التطبيق على الجهاز المبتكر.</p> <p>5- من وضع الوقوف المواجه إلى هدف اللكم إداء لكمة قلع يمين، ثم التطبيق على الجهاز المبتكر.</p> <p>6- من وضع الوقوف المواجه إلى هدف اللكم إداء لكمة قلع يمين ودفاع بالزوغان، ثم التطبيق على الجهاز المبتكر.</p> <p>7- من وضع الوقوف المواجه إلى هدف اللكم إداء لكمة قلع يمين و من ثم إداء لكمة خطف يسار ثم مضاد يمين، ثم التطبيق على الجهاز المبتكر.</p> <p>8- من وضع الوقوف المواجه إلى هدف اللكم إداء لكمة قلع يسار – يمين ودافع بالزوغان ومن ثم خطف يسار – يمين ومن ثم سحب خطوة وأداء مستقيم يمين، ثم التطبيق على الجهاز المبتكر.</p>	
<p>1- من وضع الوقوف المواجه إلى هدف اللكم إداء لكمات متنوعة مع تغطية احدى العينين.</p> <p>2- من وضع الوقوف على اطار سيارة كبير إلى هدف اللكم إداء لكمات.</p> <p>3- من وضع الوقوف المواجه إلى هدف اللكم الاستعداد لمسك القفاز اليسار او اليمين الذي يسقطه المدرب قبل سقوطه على الارض.</p> <p>4- من وضع الوقوف على القرص و المواجه إلى هدف اللكم إداء لكمات جانبية وقلع.</p> <p>5- من وضع الوقوف المواجه إلى هدف اللكم إداء حركة القدمين بين الاقماع .</p> <p>6- من وضع الوقفة الأساسية الاستعداد لتفادي كرات التنس المرمية على المتعلم بإداء دفاع معين حسب الموقف دفاع (صد، غطس، سحب، روغان).</p>	<p>C</p> <p>بعض</p> <p>القدرات التوافقية</p>

## ملحق (7)

## يوضح تمارينات الوحدات التعليمية

ملاحظات	التمرين	ت الرمز
		M
	يقف اللاعب وقفة الاستعداد مواجهاً للمرأة وعند سماع الإشارة من قبل المدرب يقوم بأداء اللكمات الجانبية (يمين – يسار) ملاكمة خيالية. وحتى سماع إشارة الانتهاء من قبل المدرب.	M1
	يقف اللاعب وقفة الاستعداد مواجهاً للكيس وعند سماع إشارة المدرب يبدأ باللكم خطف (يمين – يسار) على الكيس حتى سماع إشارة النهاية .	M2
	يقف اللاعب وقفة الاستعداد مواجهاً للزميل وعند سماع إشارة البداية يقوم بأداء اللكمة الجانبية (يمين – يسار) بمساعدة الزميل الذي يقوم بمد ذراعيه للأمام لأداء دفاع بالصد أو الغطس ولكم يمين أو يسار.	M3
	يقف اللاعبان وقفة الاستعداد وبشكل متقابل وعند سماع إشارة البدء من قبل المدرب يقوم الطالب الأول بأداء اللكمات الجانبية والتقدم للأمام مؤشراً على الوجه بينما يقوم الملاكم الثاني بالتحرك للخلف ويعاد التمرين بالعكس الصحيح ولمسافة (5م) ذهاباً وإياباً .	M4
	يقف اللاعب مواجهاً للمرأة ويقوم بأداء لكمات قلع (يمين – يسار) والنظر للمرأة لغرض تصحيح الأخطاء وبمساعدة المدرب .	M5
	يقوم اللاعب بأداء اللكمات الصاعدة (يمين – يسار) على الدرع اليدوي للمدرب مع التحرك للأمام ولمسافة معينة وللخلف.	M6
	يقوم اللاعب بأداء لكمات قلع (يمين – يسار) على الدرع اليدوي للمدرب مع التحرك بالاتجاهات المختلفة يقودها المدرب .	M7
	يقف اللاعبان وقفة الاستعداد وبشكل متقابل وعند سماع إشارة البدء من قبل المدرب يقوم الطالب الأول بأداء لكمات قلع والتقدم للأمام مؤشراً على الوجه بينما يقوم الملاكم الثاني بالتحرك للخلف أو للأمام لأداء دفاع ويعاد التمرين بالعكس الصحيح ولمسافة (5م) ذهاباً وإياباً .	M8
	يقوم اللاعب بأداء اللكمات الجانبية والقلع على الكيس بأرتداء كافة المستلزمات القانونية وحسب جولات نزال .	M9
	حبلين بطول (7م) متصل بزوايا الحلبة X وترسم على الزوايا عند بداية الحبل علامة بلون مميز :- أ. يقوم اللاعب بأداء التمرين بالانتقال من أسفل الحبل دفاع غطس مرة لليمين ومرة لليسار مع تركيز النظر على العلامة المرسومة على الزاوية عند بداية الحبل ولكم لكمات جانبية أو قلع. ب. يقوم اللاعب بأداء التمرين من خلال الانتقال أسفل الحبل للجانبين اليمين واليسار وبالتقدم للأمام والتراجع للخلف والنظر على العلامة وأداء مجموعة لكمية.	M10

## ملحق (8)

## يوضح الوحدات التعليمية للمجموعة التجريبية

## الوحدة التعليمية الاولى

المرحلة : الثانية

الهدف التعليمي : تعلم مهارة لكمة الخطف اليسار

الوقت : 90 دقيقة

المجموعة: المجموعة التجريبية

عدد الطلاب: 20 طلاب

الأدوات: صافرة، الجهاز المبتكر، قفازات لكم، درع، وسادة، Dj

الملاحظات	النشاط	الزمن	أقسام الوحدة
	<p>- الوقوف بخط واحد وأخذ الغياب ثم مشي وهرولة بطيئة ومن ثم هرولة سريعة.</p> <p>- تمارينات من الأعلى للأسفل حرة للذراعين وللرجلين</p>	20 د	القسم التحضيري
		60 د	القسم الرئيسي
	<p>- شرح كيفية أداء مهارة لكمة الخطف و عرضها و أوضاعها. - العرض التوضيحي للمهارة من خلال الإداء والتطبيق امام الطلاب على الوسادة والإجابة عن الأسئلة.</p>	15 د	النشاط التعليمي
	<p>- تطبيق الطالب لكمة الخطف دقيقة واحدة بالخيال ومن ثم على درع المدرب على الجهاز المبتكر (A1) وحسب تسلسل تمارينات الجهاز المعدة بأسلوب المدرسة الكوبية.</p> <p>- تكرار الطالب للمهارة على الجهاز المصنع خلال الوحدة التعليمية الواحدة مع تغيير في التمارينات (M1).</p> <p>- تتراوح فترات الراحة من 8-9 دقيقة لكل طالب</p>	45 د	النشاط التطبيقي (الممارسة)
	<p>- جمع الطلاب وإعطاء تغذية راجعة ومن ثم لعبة ترويحية</p> <p>- أداء التحية والانصراف</p>	10 د	القسم الختامي

## يوضح الوحدات التعليمية للمجموعة التجريبية

### الوحدة التعليمية الثانية

الهدف التعليمي : تعلم مهارة اللكمة الجانبية اليمين

المرحلة : الثانية

الوقت : 90 دقيقة

المجموعة: المجموعة التجريبية

عدد الطلاب: 20 طلاب

الأدوات: صافرة، الجهاز المبتكر، قفازات لكم، درع، كيس، Dj

الملاحظات	النشاط	الزمن	أقسام الوحدة
	<p>- الوقوف بخط واحد وأخذ الغياب ثم مشي وهرولة بطيئة ومن ثم هرولة سريعة.</p> <p>- تمارينات من الأعلى للأسفل حرة للذراعين وللرجلين</p>	20 د	القسم التحضيري
		60 د	القسم الرئيسي
	<p>- شرح كيفية أداء مهارة اللكمة الجانبية اليمين وعرضها وأوضاعها والاختفاء الشائعة بها - العرض التوضيحي للمهارة من خلال الإداء أمام الطلاب على الكيس وعلى الجهاز والإجابة عن الأسئلة.</p>	15 د	النشاط التعليمي
	<p>- تطبيق الطالب اللكمة الجانبية دقيقة واحدة على الكيس (M2) ومن ثم على الجهاز المبتكر (A2) وحسب تسلسل تمارينات الجهاز المعدة بأسلوب المدرسة الكوبية.</p> <p>- تكرار الطالب للمهارة على الجهاز المبتكر خلال الوحدة التعليمية الواحدة مع التغذية الراجعة الانية.</p> <p>- تتراوح فترات الراحة من 8-9 دقيقة لكل طالب</p>	45 د	النشاط التطبيقي (الممارسة)
	<p>- جمع الطلاب وإعطاء تغذية راجعة ومن ثم لعبة ترويحية</p> <p>- أداء التحية والانصراف</p>	10 د	القسم الختامي

## يوضح الوحدات التعليمية للمجموعة التجريبية

### الوحدة التعليمية الثالثة

المرحلة : الثانية

الهدف التعليمي : تعلم مهارة لكمة القلع

الوقت : 90 دقيقة

المجموعة: المجموعة التجريبية

عدد الطلاب: 20 طلاب

الأدوات: صافرة، الجهاز المبتكر، قفازات لكم، درع، Dj

الملاحظات	النشاط	الزمن	أقسام الوحدة
	<p>- الوقوف بخط واحد وأخذ الغياب ثم مشي وهرولة بطيئة ومن ثم هرولة سريعة.</p> <p>- تمارينات من الأعلى للأسفل حرة للذراعين وللرجلين</p>	20 د	القسم التحضيري
		60 د	القسم الرئيسي
	<p>- شرح كيفية أداء مهارة لكمة القلع وعرضها و الأخطاء الشائعة بها - العرض التوضيحي للمهارة من خلال الإداء على درع المدرب وعلى الجهاز والإجابة عن الأسئلة.</p>	15 د	النشاط التعليمي
	<p>- تطبيق الطالب لكمة القلع دقيقة واحدة الدرع و بعدها الوسادة على الجهاز المبتكر (B1) وحسب تسلسل تمارينات الجهاز المعدة بأسلوب المدرسة الكويتية.</p> <p>- تكرار الطالب للمهارة من خلال تطبيق (M5) وعلى الجهاز المصنع خلال الوحدة التعليمية الواحدة مع تغيير في التمارينات مع تمرين (C1).</p> <p>- تتراوح فترات الراحة من 8-9 دقيقة لكل طالب</p>	45 د	النشاط التطبيقي (الممارسة)
	<p>- جمع الطلاب وإعطاء تغذية راجعة ومن ثم لعبة ترويحية</p> <p>- أداء التحية والانصراف</p>	10 د	القسم الختامي

## يوضح الوحدات التعليمية للمجموعة التجريبية

### الوحدة التعليمية الرابعة

المرحلة : الثانية

الهدف التعليمي : تعلم مهارة لكمة قلع يمين

الوقت : 90 دقيقة

المجموعة: المجموعة التجريبية

عدد الطلاب: 20 طلاب

الأدوات: صافرة، الجهاز المبتكر، قفازات لكم، درع، Dj

الملاحظات	النشاط	الزمن	أقسام الوحدة
	<p>- الوقوف بخط واحد وأخذ الغياب ثم مشي وهرولة بطيئة ومن ثم هرولة سريعة.</p> <p>- تمارينات من الأعلى للأسفل حرة للذراعين وللرجلين</p>	20 د	القسم التحضيري
		60 د	القسم الرئيسي
	<p>- شرح كيفية أداء مهارة لكمة قلع يمين و عرضها ومميزاتها-العرض التوضيحي للمهارة من خلال الإداء على المرآة وعلى الجهاز والإجابة عن الأسئلة.</p>	15 د	النشاط التعليمي
	<p>- تطبيق الطالب لكمة القلع ودفاعاتها دقيقة واحدة على درع المدرب (M6) وعلى الجهاز المبتكر (B3) وحسب تسلسل تمارينات الجهاز المعدة بأسلوب المدرسة الكوبية.</p> <p>- تكرار الطالب للمهارة على الجهاز المصنع خلال الوحدة التعليمية الواحدة مع تغيير في التمارينات والربط بين أداء لكمة خطف وقلع وتطبيق تمرين (C1).</p> <p>- تتراوح فترات الراحة من 10-14 دقيقة لكل طالب</p>	45 د	النشاط التطبيقي (الممارسة)
	<p>- جمع الطلاب وإعطاء تغذية راجعة ومن ثم لعبة ترويحية</p> <p>- أداء التحية والانصراف</p>	10 د	القسم الختامي

## يوضح الوحدات التعليمية للمجموعة التجريبية

### الوحدة التعليمية الخامسة

الهدف التعليمي : تعلم مهارات دفاعات اللكمة الجانبية

المرحلة : الثانية

المجموعة : المجموعة التجريبية

الوقت : 90 دقيقة

الأدوات : صافرة، الجهاز المبتكر، قفازات لكم، درع، Dj

عدد الطلاب : 20 طلاب

الملاحظات	النشاط	الزمن	أقسام الوحدة
	<p>- الوقوف بخط واحد وأخذ الغياب ثم مشي وهرولة بطيئة ومن ثم هرولة سريعة.</p> <p>- تمرينات من الأعلى للأسفل حرة للذراعين وللرجلين</p>	20 د	القسم التحضيري
		60 د	القسم الرئيسي
	<p>- شرح كيفية أداء مهارة دفاعاتها بالصد والغطس للكمة الخطف وعرضها وأوضاعها - العرض التوضيحي للمهارة من خلال الإداء مع الزميل وعلى جهاز الجسم الالكتروني الميكانيكي المتحرك والإجابة عن الأسئلة.</p>	15 د	النشاط التعليمي
	<p>- تطبيق الطالب لكمة الخطف ودفاعاتها دقيقة واحدة حسب تمرين (M3)، (M10) وعلى الجهاز المبتكر (A5،A4) وحسب تسلسل تمرينات الجهاز المعدة بأسلوب المدرسة الكويتية.</p> <p>- تكرار الطالب للمهارة على الجهاز المصنع خلال الوحدة التعليمية الواحدة مع تغيير في التمرينات مع الزميل (C2).</p> <p>- تتراوح فترات الراحة من 8-9 دقيقة لكل طالب</p>	45 د	النشاط التطبيقي (الممارسة)
	<p>- جمع الطلاب وإعطاء تغذية راجعة ومن ثم لعبة ترويحية</p> <p>- أداء التحية والانصراف</p>	10 د	القسم الختامي

## يوضح الوحدات التعليمية للمجموعة التجريبية

### الوحدة التعليمية السادسة

المرحلة : الثانية

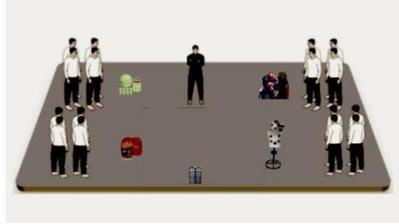
الهدف التعليمي : تعلم مهارة دفاعات لكمة القلع

الوقت : 90 دقيقة

المجموعة: المجموعة التجريبية

عدد الطلاب: 20 طلاب

الأدوات: صافرة، الجهاز المبتكر، قفازات لكم، درع، Dj

الملاحظات	النشاط	الزمن	أقسام الوحدة
	<p>- الوقوف بخط واحد وأخذ الغياب ثم مشي وهرولة بطيئة ومن ثم هرولة سريعة.</p> <p>- تمرينات من الأعلى للأسفل حرة للذراعين وللرجلين</p>	20 د	القسم التحضيري
		60 د	القسم الرئيسي
	<p>- شرح كيفية أداء مهارة دفاعات لكمة القلع بالسحب والزوغان وعرضها و أوضاعها- العرض التوضيحي للمهارة من خلال الإداء على جهاز المجسم الالكتروني الميكانيكي المتحرك والإجابة عن الأسئلة.</p>	15 د	النشاط التعليمي
	<p>- تطبيق الطالب مهارة لكمة القلع ودفاعاتها دقيقة واحدة بتمرين (M8) وعلى الجهاز المبتكر (B6) وحسب تسلسل تمرينات الجهاز المعدة بأسلوب المدرسة الكوبية.</p> <p>- تكرار الطالب للمهارة على الجهاز المصنع خلال الوحدة التعليمية الواحدة مع تغيير في التمرينات (C3).</p> <p>- تتراوح فترات الراحة من 11-15 دقيقة لكل طالب</p>	45 د	النشاط التطبيقي (الممارسة)
	<p>- جمع الطلاب وإعطاء تغذية راجعة ومن ثم لعبة ترويحية</p> <p>- أداء التحية والانصراف</p>	10 د	القسم الختامي

## يوضح الوحدات التعليمية للمجموعة التجريبية

### الوحدة التعليمية السابعة

الهدف التعليمي : تعلم مهارة اللكمة الجانبية والقلع والربط بينهم

المرحلة : الثانية

الوقت : 90 دقيقة

المجموعة : المجموعة التجريبية

عدد الطلاب: 20 طلاب

الأدوات: الجهاز المبتكر، قفازات لكم، درع، Dj

الملاحظات	النشاط	الزمن	أقسام الوحدة
	<p>- الوقوف بخط واحد وأخذ الغياب ثم مشي وهرولة بطيئة ومن ثم هرولة سريعة.</p> <p>- تمارينات من الأسفل الى الأعلى حرة للرجلين و للذراعين</p>	20 د	القسم التحضيري
		60 د	القسم الرئيسي
	<p>- شرح كيفية أداء مهارة لكمة جانبية مع لكمة قلع وعرضها وأوضاعها- العرض التوضيحي للمهارة من خلال إداء مجموعة لكمية امام الطلاب وعلى الجهاز المبتكر والإجابة عن الأسئلة.</p>	15 د	النشاط التعليمي
	<p>- يطبق الطالب للمهارات بالخيال حسب تمرين (M7) دقيقة واحدة ومن ثم التطبيق على الجهاز المبتكر (A7)،(B8) وحسب تسلسل تمارينات الجهاز المعدة بأسلوب المدرسة الكويتية وتطبيق تمرين (C4).</p> <p>- تكرار الطالب للمهارة على الجهاز المصنع خلال الوحدة التعليمية الواحدة مع تغيير في التمارينات.</p> <p>- تتراوح فترات الراحة من 8-9 دقيقة لكل طالب</p>	45 د	النشاط التطبيقي (الممارسة)
	<p>- جمع الطلاب وإعطاء تغذية راجعة ومن ثم لعبة ترويحية</p> <p>- أداء التحية والانصراف</p>	10 د	القسم الختامي

## يوضح الوحدات التعليمية للمجموعة التجريبية

### الوحدة التعليمية الثامنة

المرحلة : الثانية

الهدف التعليمي : تعلم مهارة اللكمة الجانبية والقلع ودفاعاتهما

الوقت : 90 دقيقة

المجموعة: المجموعة التجريبية

عدد الطلاب: 20 طلاب

الأدوات: الجهاز المبتكر، قفازات لكم، درع، اقماع، Dj

الملاحظات	النشاط	الزمن	أقسام الوحدة
	<p>- الوقوف بخط واحد وأخذ الغياب ثم مشي وهرولة بطيئة ومن ثم هرولة سريعة.</p> <p>- تمارينات من الأسفل الى الأعلى حرة للرجلين وللذراعين</p>	20 د	القسم التحضيري
		60 د	القسم الرئيسي
	<p>- شرح كيفية أداء مهارة لكمة جانبية مع لكمة قلع وعرضها وأوضاعها- العرض التوضيحي للمهارة من خلال إداء مجموعة لكمة امام الطلاب وعلى الجهاز المبتكر والإجابة عن الأسئلة.</p>	15 د	النشاط التعليمي
	<p>- يطبق الطالب للمهارات بالخيال حسب تمرين (C5،C6،C2) دقيقة واحدة ومن ثم التطبيق على الجهاز المبتكر (A8)،(B7) وحسب تسلسل تمارينات الجهاز المعدة بأسلوب المدرسة الكويتية.</p> <p>- تكرار الطالب للمهارة على الجهاز المصنع خلال الوحدة التعليمية الواحدة مع تغيير في التمارينات.</p> <p>- تتراوح فترات الراحة من 8-9 دقيقة لكل طالب</p>	45 د	النشاط التطبيقي (الممارسة)
	<p>- جمع الطلاب وإعطاء تغذية راجعة ومن ثم لعبة ترويحية</p> <p>- أداء التحية والانصراف</p>	10 د	القسم الختامي

## Abstract

**Effect of complex exercises according to the Cuban school with an innovative device on learning outcomes, some combinatorial abilities, and basic boxing skills for students**

Researcher

Muhammad Hussein Haidar Hamoud

Supervisor

Prof. Dr. Wissam Salah Abdel Hussein  
Prof. Dr. Samer Abdel Hadi Ahmed

2024

The research aimed to design an innovative device for learning outcomes, some combinatorial abilities, and basic skills in boxing for students, and to prepare complex exercises according to the Cuban school for learning outcomes, some combinatorial abilities, and basic skills in boxing for students. The researcher used the experimental method by designing the control and experimental groups with pre- and post-tests, and the statistical package (spss) was used. To process the data obtained from the pre- and post-tests between the experimental and control groups, through discussing the results presented, the researcher reached many conclusions, the most important of which is that the two groups achieved their goals in learning outcomes, some combinatorial abilities, and basic skills in boxing, in varying proportions among the research sample, and that the method The device helped the Cuban school to activate energies of the brain and increase harmony and organization between the two hemispheres of the brain, to develop the combinatorial abilities of research sample, and to increase their excitement and suspense, while the researcher recommended the need to benefit from the Cuban school's method in learning outcomes, combinatorial abilities, and basic skills in boxing, as it is consistent with the nature of this. Skills and emphasis on using devices because of their benefits in achieving effective learning goals, investing time and effort, and the necessity of using various stimuli during the learning process.

لجنة الترجمة وسلامة  
اللغة الانكليزية

A



Ministry of Higher Education & Scientific Research

University of Kerbala

College of Physical Education & Sport Science

**Effect of complex exercises according to the Cuban school with an innovative device on learning outcomes, some combinatorial abilities, and basic boxing skills for students**

*Written By*

Muhammad Hussein Haidar Hamoud Muhammad Jawad

A Dissertation Submitted to the Council of the College of Physical Education & Sport Science, University of Kerbala as Partial Fulfillment of the Requirement of PhD Degree in Physical Education & Sport Science

*Supervised by*

Prof. Dr. Wissam Salah Abdel Hussein

Prof. Dr. Samer Abdel Hadi Ahmed

**1445 AH / Dhul-Qa'dah**

**2024 AD / May**