

تأثير استخدام الطريقة الجزئية في تعلم احدى مهارات الجودو لطلاب كلية التربية البدنية

أ.ك.د. ابراهيم علي ابوعمود^{1*} أ. اكرم علي الهمالي²

¹ قسم التدريب الرياضي كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة طرابلس

² قسم التدريب الرياضي كلية التربية البدنية جامعة الزيتونة

*Alhmalya744@gmail.com

The Effect of Using the Part Method in Learning One of the Judo Skills among Students of the Faculty of Physical Education

Dr. Ibrahim Ali Abuamoud^{1*}

Mr. Akram Ali Al-Hamali²

تاريخ الاستلام : 2025-04-01 ، تاريخ القبول : 2025-05-17 ، تاريخ النشر : 2025-06-01 .

الملخص :

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير استخدام الطريقة الجزئية في تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة الجودو، وتحديد مهارة (أوسوتوقاري) لدى طلاب الفصل الأول بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة طرابلس. اعتمد الباحثان المنهج التجريبي باستخدام القياس القبلي والبعدي لمجموعة تجريبية مكونة من (10) طلاب. تم تنفيذ برنامج تعليمي مقترح مدته (9) أسابيع بالطريقة الجزئية. أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القياس البعدي في جميع مراحل الأداء (التمهيدي، الرئيسي، والختامي)، حيث تراوحت نسب التحسن ما بين (69.76% – 76.47%). (76.47% واستنتجت الدراسة أن استخدام الطريقة الجزئية يسهم بشكل فعال في تحسين مستوى الأداء المهاري لمهارات الجودو لدى الطلاب.

الكلمات المفتاحية :

الطريقة الجزئية ، الجودو، تعلم المهارات الحركية ، الأداء المهاري ، طلاب كلية التربية البدنية .

Abstract:

This study aimed to examine the effect of using the part method in learning basic judo skills, specifically the (Osotogari) technique, among first-year students at the Faculty of Physical Education and Sports Sciences, University of Tripoli. The researchers adopted the experimental method with pre- and post-tests on a sample of (10) students. A proposed educational program lasting (9) weeks was implemented using the part method. The results revealed statistically significant differences in favor of the post-test across all performance stages (preparatory, main, and final), with improvement rates ranging between (69.76% – 76.47%). The study concluded that applying the part method has a positive impact on enhancing the skill performance level of judo techniques among students.

Keywords:

Part Method , Judo , Motor Skill Learning , Skill Performance , Physical Education Students

المقدمة ومشكلة الدراسة:-

نهوض المجتمع وارتقاء البلد تبدأ من لحظة الاهتمام بالتربية والتعليم ولمختلف المراحل العمرية وكذلك بمختلف الاختصاصات العلمية، ولهذا فان توفير البيئة التعليمية الصحيحة وكافة المستلزمات من الاسلوب والطريقة التدريسية والتطبيقات المناسبة سوف تكون المخرجات التعليمية بالمستوى المطلوب وتعد التربية الرياضية جزء لا يتجزأ من التربية العامة التي تهدف في تعليم مختلف الالعاب الرياضية من ناحية الاداء والمستوى سواء البدني او المهاري او الخططي وهي تعد من الاسس في انتقال المتعلم من مستوى تعليمي الى مستوى اعلى اي مع تقدم المستوى الفني للعبة والحصول على النتائج الجيدة مستقبلا في اللعبة. (سفيان فقي محمد، 2024)

التربية والتعليم هما الركيزة الأساسية لبناء وإعداد الفرد وتزويده بالخبرات وتعد التربية الرياضية إحدى هذه الميادين التي تلبي حاجة الفرد وميوله ورغباته، وبالرغم لما يتميز به عالمنا اليوم من تقدم ورقي وتطور في كافة المجالات الحياتية فلا بد إذن من الاهتمام بالتعلم وتحديدًا التعلم الحركي ونظريته وطريقته بسبب علاقته المباشرة بتعلم المهارات الحركية وعلى الرغم من الكثير من التقدم الحاصل وخاصة في حقل التربية الرياضية فما زالت طرائق التدريس تقليدية لا تلبي حاجة المتعلم ومازال المتعلم والتدريسي يستخدم نفس الطرائق أو الأساليب التقليدية ، لذا فإن هذه الدراسة تلبي ولو الشيء اليسير في بيان التوجه للمعلم والمادة والطريقة بوصفهم الركيزة والأساس في تطور العملية التعليمية الصحيحة وتكمن أهمية البحث لمعرفة تأثير استخدام الطريقة الجزئية من طرائق تدريس التربية الرياضية للارتقاء بمستوى تعلم المهارات الرياضية والتي تساعد على إيصال المادة بأقصر وقت وأقل جهد ممكن. (اسراء عيسى: 2009)

إن تعلم رياضة الجودو يتم عن طريق خطوات تعليمية كما هو الحال في الألعاب الأخرى، وكي نوضح وضع الجسم منذ بداية أداء الحركة حتى نهايتها فإن تنفيذ أي حركة يتضمن تباعا وضع ابتدائي يتبعه وضع رئيسي فالوضع الختامي، وفي أغلب الأحيان يتم التعليم على المهارات عن طريق المرور بتلك الأوضاع وحسب ما سلف ذكره. (Harrison 1999)

فمن هنا تتجلى أهمية الدراسة بأن تكون عملية التعليم لمهارات الجودو بطريقة الجزئية، أي أداء المهارة من بداياتها الى الجزء الختامي للحركة مروراً بالجزء الرئيسي فالجزء الابتدائي، وقد تكون طريقة من شأنها تسهيل مهمة تعلم أداء المهارات وكذلك الاستفادة من تجاوز بعض الأخطاء التي يقع فيها المتعلم أثناء العملية التعليمية. (Eric Dominy 1983)

فمشكلة الدراسة إن الفرد المتعلم لمهارات الجودو في بداية مراحل التعلم سوف يواجه بعض الصعوبات، ومن خلال خبرة الدارس في مجال تعليم وتدريب رياضة الجودو، وجد أن من الممكن

معالجة تلك المشكلة عن طريق إيجاد أسلوب مغاير لما هو معتاد عليه في عملية التعليم لذا حاول الدارس العمل بالطريقة الجزئية لتعلم المهارات والتي من شأنها أن تمنح المتعلمين القدرة على تجاوز الأخطاء وكذلك استيعاب المهارات وتعلمها بشكل أفضل في التعرف على فاعلية برنامج تعليمي لبعض المهارات المنهجية على مستوى الاداء المهاري لدى طلبة كلية التربية البدنية جامعة طرابلس.

هدف البحث:-

- تاثير برنامج تعليمي منهجي باستخدام الطريقة الجزئية لبعض مهارات قيد الدراسة على مستوى الاداء المهاري لدى طلبة الفصل الاول كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة طرابلس.

فروض البحث :-

- وجود فروق دالة احصائيا بين القياس القبلي والقياس البعدي باستخدام الطريقة الجزئية لمهارة (اوسوتوقاري) للجزء التمهيدي للمجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي.
- وجود فروق دالة احصائيا بين القياس القبلي والقياس البعدي باستخدام الطريقة الجزئية لمهارة (اوسوتوقاري) للجزء الرئيسي للمجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي.
- وجود فروق دالة احصائيا بين القياس القبلي والقياس البعدي باستخدام الطريقة الجزئية لمهارة (اوسوتوقاري) للجزء الختامي للمجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي.

أهم المصطلحات المستخدمة في البحث:-

الجودو:- Judo

يعرف عبدالحليم محمد عبدالحليم (2013) هو طريقة الاستخدام الامثل لقوة الفرد العقلية والبدنية للتدريب على فنون الهجوم والدفاع وبذلك يستطيع الفرد غرس القيم الروحية وبالتالي الارتقاء بالحواس المستخدمة في هذه الطريقة. (عبدالحليم 2013)

مراحل الاداء الحركي لمهارات قيد الدراسة:

لقد وجد المهتمون برياضة الجودو أن المهارة الفنية للرمي تمر بثلاث مراحل وقد أشار محمد السرسى (1986) إلى إتفاق كل من كوزمى Kozomi ، ميللر Muller ، وماستاسوشى Mastusashi أن المهارة في رياضة الجودو تنقسم إلى ثلاث مراحل وهى:

- 1- مرحلة إخلال التوازن "Kuzushi". 2- مرحلة بدء الرمي "Tsukuri".
- 2- مرحلة الرمي النهائي أو الرمي الفعلي "Kake". (السرسى: 1986)
- 1- مرحلة إخلال التوازن - كوزوشى - Kuzushi :

إن من الأمور الأساسية الهامة الإعداد حتى يستطيع أن يصل لرمى منافسه هي أن يقوم بإفقاذه اتزانه أو كسر ارتكازه وذلك قبل الشروع في رمية ، وإخلال توازن الخصم يحدث عن طريق الدفع والرفع والجذب أو أثناء تغيير مكانه وأخذ مكان جديد .

ويشير اي جي هارسون "E.J.Harrison" (1999) إلى أن إتباع أسلوب التحرك الصحيح أو السليم على البساط أمر ضروري في رياضة الجودو حيث لابد أن يكون اللاعب حذراً عن التقدم والتراجع أو عند الاستدارة لليمين ولليسار أو عند الارتكاز على القدم الأمامية بثقل الجسم كاملاً ، في المقابل لذلك يكون من الأهمية للاعب استغلال تحركات خصمه ليقوم بإحدى مهارات الرمي فمثلاً إذا كانت قوة الخصم الجسدية تفوق اللاعب المهاجم فانه يجب عليه القيام بالفنيات الخاصة بكل مهارة بدقة تامة وأنه ليس بالصحيح أن يحاول المهاجم أن يؤدي إحدى فنون الرمي أثناء ما تكون قدمي الخصم ثابتة على البساط حيث أن ذلك يعرضه لضياع مجهوده بدون فعالية مؤثرة . ولكن هناك لحظة مناسبة لبدء الهجوم لأي مهارة وهي قبل أن يمس قدم الخصم الأمامية البساط أو عندما يكون توازنه في اللحظة التي يلمس فيها أصابع قدمه الأمامية البساط ، وهذا المبدأ يمكن الاستفادة منه في أن يكون اتجاه إخلال التوازن الخاص بالخصم هو الذي يحدد الاتجاه الذي سينفذ منه اللاعب هجومه أو مهارته . (Harrison:1999)

2- مرحلة بدء الرمي – تسكوري – Tsukuri :

يذكر مراد طرفه (2001) إن معنى تسكوري يعنى بدء الرمي حيث من خلال هذا الوضع يبدأ المهاجم لحركته وتكتملتها وان نجاح الرمية متعلق إلى حد كبير بوضع جسم المهاجم من منافسه وكذلك نقط الاتصال أو التلامس ، كذلك تلعب الصفات الحركية الذاتية ومدى كفاءتها دوراً كبيراً في هذا الجزء من الرمية حيث يتطلب التنفيذ القوى السريع المقرون بالقوة المتزايدة مع ملاحظة أن التوقيت السليم للتنفيذ يلعب دوراً كبيراً مع التوقيت الحركي للمنافس من اجل الأداء الجيد مع ملاحظة أنه من الخطأ الاعتماد كلياً على توقيت حركات الخصم ولكن يجب الخروج عن توقيت خصمه . (طرفه : 2001)

3- مرحلة الرمي الحقيقي – كاكى – Kake :

يشير أي جي هارسون "Ej Harrison" (1999) أن كاكى "Kake" تعنى الجزء الأخير من الأجزاء أو المراحل الثلاثة المكونة للرمية وإن Kake في اللغة اليابانية يعنى بداية أو ابتداء ولكن في الجودو له مدلول تكتيكي خاص وهو الحركة المتزامنة مع تنفيذ المهارة المطلوب تنفيذها أو كما تعرف بالهجوم نفسه أو الرمي الفعلي أو النهائي . (Harrison: 1999)

ويؤكد مراد طرفه (2001) أن هذا الجزء من الرمية يجب أن يصل اللاعب إلى أقصى درجة من القوة العضلية فالمهاجم يصل بقوته إلى درجة مؤثرة من أجل كسر قاعدة ارتكاز منافسه ثم يصل بها إلى أقصى درجة من أجل إتمام الرمي وإذا ما حللنا القوة المستخدمة في الرمية نجد أن نوع القوة في الجزء الأول والثاني من الرمية قليل نسبياً إذا ما قيس بنوع القوة المستخدمة في الجزء الثالث من الرمية والتي تعرف بالقوة المتفجرة ذات التأثير الفعال حتى تقوم بالتعويض في لحظة موقوتة من حيث وضع جسم المهاجم بالنسبة لجسم المنافس. (طرفه، 2001)

التعلم الحركي كعملية : فهو عبارة عن التطور النسبي المؤقت في الأداء المهارى ، والنتائج عن التعليم ، ويستدل عليه بالأداء التعلم الحركي بأنه مجموعة من العمليات المرتبطة بالممارسة والخبرة والتي تؤدي إلى تغيرات ثابتة نسبياً في القدرة على أداء مهارة حركية.

وتقسم مراحل التعلم الحركي إلى مرحلتين:

المرحلة الاستكشافية : ويهدف المتعلم في هذه المرحلة على تكوين فكرة عن الحركة ، أو بمعنى آخر معرفة ما يجب أن يؤديه المتعلم لتحقيق الهدف من الحركة ، وكلمة فكرة هنا يقصد بها التعرف على الحركات المناسبة والمطلوبة لتحقيق هذه الحركة.

يشير Magil إلى تقسيم Minel لمراحل التعلم الحركي كما يلي:

* **مرحلة التوافق الأولى:** وفيها يتم إكتساب المسار الأساسي للحركة بشكل عام ، وتهدف تلك المرحلة إلى إكتساب المتعلم إدراك التوافق الحركي الأولى للمهارة والذي يسمى بالشكل الخام .

* **مرحلة التوافق الجيد للحركة:** والتي تتميز بإصلاح العديد من الأخطاء وتنقية الحركات من الشوائب ، وتحسين نوعية الأداء ، وتهدف تلك المرحلة للتخلص من معظم الأخطاء الفنية الكثيرة والتي تميزت بها المرحلة التعليمية السابقة ، حتى تبدو الحركة نظيفة خالية من الزاوية الحادة والحركات الغريبة في مسار الحركة .

* **مرحلة ثبات الحركة:** ويصل فيها الفرد إلى ما يسمى بالآوتوماتيكية في الأداء ، حيث تصل إلى درجة الكمال والثبات الحركي ، وتهدف إلى الوصول بالحركة إلى أقصى وأدق توافق حركي ممكن حتى تثبت وتستقر الحركة وتظهر بشكلها الآوتوماتيكي، وفي هذه المرحلة يجب ان نفرق بين مراحل التعلم المهارى ومراحل تطور الاداء المهارى، حيث يمكن النظر إلى مراحل التي إقترحها Minel على انها مراحل تطور الأداء المهارى وليست مراحل التعلم الحركي. (زيد الساسي:2019)

أنواع طرق تدريس التربية الرياضية :

طرائق وأساليب التدريس:

تعتبر الطرائق النموذج والملمح العام لتعلم أداء المهارة والحركة وهي التي تحدد الاطار الذي سيتحدد عليه أسلوب التدريس فيما بعد، و الطرائق تتحدد أكثر شيء بطبيعة المهارة والحركة و الرياضة المراد تعلمها وفق أساس التقسيم والأداء الكلي لها. ومن هذا النموذج الادراكي سيتحدد لدينا ثلاث طرق أساسية: "كلية، جزئية، كلية جزئية (مختلطة)".

1- الطريقة الكلية:

أن هذه الطريقة تتمشى مع الطرائق الحديثة للتدريس ، حيث يقوم المدرس بعرض نموذج للتمرين ككل ويدركه التلاميذ كوحدة واحدة غير مجزأة ، وتناسب هذه الطريقة تدريس التمرينات السهلة غير المعقدة، كما تستخدم أيضا عند عمل بعض التمرينات التي يصعب تجزئتها ، بينما لا تناسب التمرينات المركبة والمعقدة وكذلك التمرينات التي تتكون من بعض الأجزاء السهلة ، وبعض الأجزاء المعقدة نظراً لأن تكرار الأداء ككل يضيع الوقت في بذل الجهد لأداء الأجزاء السهلة التي تم إتقانها والنموذج الذي يعرض أمام التلاميذ يجب أن تتوفر فيه الشروط التالية:

- أن يرى جميع التلاميذ النموذج بوضوح تام.
- يجب أن يكون أداء النموذج متقناً.
- يجب أن يؤدي النموذج حسب النداء الخاص بالتمرين أو الحركة.
- يستحسن أن لا يكرر المدرس أداء النموذج وعليه الاستعانة بتلميذ جيد لأدائه مرة أخرى.

مزايا الطريقة الكلية:

- يكون الغرض العام من التمرين واضح لدى التلاميذ وهذا يجعلهم إيجابيين في عملية التعلم.
- أن الطريقة الكلية مشوقة للتلاميذ وتساعد على إشباع ميولهم للمجازفة وهي مثيرة لعواطفهم ومهاراتهم.
- لا تأخذ وقتاً طويلاً كالطريقة الجزئية في التعلم.
- تتمشى هذه الطريقة مع روح الألعاب والحركات الأخرى.

عيوب الطريقة الكلية:

- لا تراعي الفروق الفردية بين التلاميذ.
- من الصعب على التلاميذ معرفة دقائق وتفاصيل الحركة والتمرين.
- لا توفر عنصري الأمن والسلامة.
- من الصعب تطبيقها في كل الحركات ، حيث أن بعض الحركات لا بد من تجزئتها.
- صعوبة التخلص من العادات الخاطئة التي تتكون أثناء ممارسة التمرين كوحدة

2- الطريقة الجزئية:

تسمى احيانا طريقة الارتباطين ،وتعتمد على تقسيم المهارة او التمارين الى عدة اقسام او خطوات صغيرة ،ويتم شرح كل قسم او خطوة دون اطالة في الكلام او اضاءة للوقت ،وتقوم هذه الطريقة على الادراك الجزئي للمهارة او التمرين ، ويتم تعلم كل جزء من الاجزاء بالتدرج ،ولايجوز الانتقال من جزء الى اخر الا بعد اتقان الجزء الاول ثم تربط جميع الاجزاء ببعضها وتؤدي المهارة كاملة حسب تسلسل اجزائها .

فمثلا عند تعليم لعبة كرة السلة فاءننا نقوم بتقسيمها الى الاجزاء التالية :

- مسك الكرة - التمرير والاستلام - وضع الوقوف وحركات القدمين .
 - انواع التمريرات باليدين (صدرية - مرتدة - من فوق الراس ... الخ).
 - التمرير بيد واحدة (من الكتف - الخطافي) .
 - المحاور العالية والمنخفضة - من الثبات ثم الحركة - الدفاع الفردي والفرقي
 - الهجوم الفردي والفرقي - خطط اللعب - قوانين اللعبة .
- ان الاقسام السابقة ليست بالضرورة في جميع اقسام اللعبة ،وربما يقسم المدرس اللعبة الى اجزاء اخرى، وبالنظر الى المنهج والبرامج التنفيذية نلاحظ الاقسام الدقيقة لمهارات اللعبة وتسلسلها عبر صفوف المراحل المختلفة .
- المهم ان يبدا المعلم في تعليم المبدأ الاساسي وهو (مسك الكرة) وبعد الاتقان ينتقل الى التمرير والاستلام وهكذا .

مميزات الطريقة الجزئية:

- 1-تراعي الفروق الفردية بين التلاميذ ، حيث ان قدرات التلاميذ متباينة وهذه الطريقة تعطي فرصا متساوية لجميع التلاميذ في الصف للتقدم في المهارة حسب قدراتهم وامكاناتهم .
 - 2-تساعد هذه الطريقة على فهم تفاصيل المهارة او الحركة .
 - 3-عوامل الامن والسلامة متوافرة في هذه الطريقة ، لذا فان فرصة حدوث اصابات تكون قليلة .
 - 4-طريقة التجزئة تساعد على اكتشاف النقاط الصعبة في المهارة .والتدريب عليها مدة اطول للتغلب على الصعوبات .
 - 5-ان ربط الاجزاء الصغيرة امر بسيط بعد اتقان هذه الاجزاء حتى يسهل اداء المهارة كامله .
- عيوب الطريقة الجزئية:-

- 1- عدم وضوح الهدف العام للمهارة ،وهذه نظرية تربوية لها مايبررها .
- 2- احيانا تكون طريقة التجزئة مملة وغير مشوقة للتلاميذ ،وخاصة في المهارات السهلة .

- 3- تحتاج الى فترة طويلة نسبيا ،ولايمكن اللجوء اليها عند الرغبة في انهاء المنهاج بزمان محدد .
- 4- لا يستمتع بها التلاميذ في عمر معين ،وذلك لانا لا تشبع رغبتهم في المغامرة والمخاطرة .
- 5- تقسيم المهارة الحركية الى اجزاء يفقدها الشكل العام .مما يؤدي الى تطبيق هذه الاجزاء بصورة غير صحيحة .

3- الطريقة الكلية الجزئية (المختلطة) :

تعتبر هذه الطريقة حلا وسطا بين الطريقتين السابقتين ،وتسمى الطريقة التوليفية ،وتقوم هذه الطريقة على تقسيم المهارة او الحركة الى وحدات كبيرة ،وكل وحدة تشمل مجموعة اجزاء صغيرة .ويعلم كل مهارة على حده ثم ترتبط هذه الوحدات الكبيرة لتكون المهارة بصورة كاملة ،وقبل البدء بالتجزئة الى وحدات كبيرة يمكن ان تعرض المهارة كاملة امام التلاميذ ، ففي لعبة كرة السلة مثلا يمكن تقسيم الى وحدات التالية :-

--(مسك وتمرير واستلام الكرة - المحاور مع التمرير وحركات القدمين الهجوم والدفاع مع تطبيق خطط اللعب الهجومية والدفاعية - قوانين اللعب) .

مميزات الطريقة الكلية الجزئية :

- 1- تعطي الفرصة للتلاميذ حسب امكانياتهم وقدراتهم .
 - 2- توضح الاهداف امام التلاميذ وتعمل على التفاعل الايجابي مع المهارة .
 - 3- أقل عرضة للاصابة اذا ما قورنت بطريقة النموذج .
 - 4- تعمل على اختصار الزمن .
- عيوب الطريقة الكلية الجزئية :
- 1- وضوح الهدف العام من المهارة بصورة عامة مما قد ينقص نت دافعية التلاميذ .
 - 2- تحتاج الى امكانيات وادوات كثيرة .
 - 3- تطلب من المعلمين كفايات فنية عالية في تقسيم المهارة الى وحدات كبيرة .

(إسراء عيسى حمزة، 2009م)

1-2- 4 متطلبات فعالية الاداء المهاري :

تعددت اراء المتخصصين والباحثين في المجال الرياضي لتحديد مفهوم فعالية الاداء المهاري فالبعض لايفرق بين الفعالية والكفاءة والبعض الاخر يرى ان هناك اختلافاً بينهما وفي هذا الصدد . يشير محمد رضا الروبي (2005) نقلاً عن بارهام barham الى ان هناك فرقاً بين الفعالية والكفاءة ، فالفعالية تقيم بمدى تحقيق وانجاز الهدف ، بينما الكفاءة تقيم بنسبة العمل الميكانيكي المنجز الى الطاقة الكلية المستهلكة . (الروبي، 2005)

ويؤكد العديد من المتخصصين في المجال الرياضي بوجه عام ورياضة الجودو بوجه خاص على دراسة المتطلبات المتعددة لفاعلية الحركة لما لها أهمية كبيرة خلال عمليتي التدريب والقياس وهذه المتطلبات هي :-

1-2- 1-4 المتطلبات البدنية Physical Prerequisites :

يشير محمد حامد شداد (2005) نقلا عن بروير بان تلك المتطلبات تشمل عناصر متعددة منها التحمل ، والمرونة ، القوة ، القدرة العضلية ، الإحساس ، زمن رد الفعل ، ويضيف أن أهمية كل عنصر من هذه العناصر ، يعتمد على واجب حركي المؤداة وطبيعة الاداء الحركي ومتطلباته كما يرى ان درجة النجاح في معظم الانشطة البدنية تتحدد بواسطة الاسلوب الذي تطبق به القوة. (شداد، 2005)

1-2- 2-4 المتطلبات العقلية Mental Prerequisites :

يذكر محمد رضا الروبي (2005) ان هناك العديد من المتطلبات العقلية الضرورية لفاعلية الحركة وهي :-
القدرة على حل المواقف الحركية .
القدرة على اتخاذ قرارات سريعة متوائمة .
القدرة على تذكر الخبرات الحركية السابقة وإمكانية تطبيقها .
القدرة على الانتباه والتوقع .
القدرة على فهم النواحي الميكانيكية للحركة المؤثرة . (الروبي، 2005)

المتطلبات الانفعالية Emotional Prerequisites:

يشير محمد رشوان الشرقاوي (2001) أن العوامل الانفعالية ربما تعوق كفاءة الحركة ولها أهمية كبيرة في التعلم اثناء عملية التدريس مثال الخوف في رياضة السباحة ، يشكل الخوف إعاقة كبيرة اثناء عملية التعلم مما سبق يتضح أن المتطلبات البدنية والعقلية والانفعالية تعتبر من المتطلبات الهامة لفاعلية الاداء المهاري والتي يجب مراعاتها في عملية التدريب.(الشرقاوي،2001)
الدراسات السابقة:-

قام الدارسان بتجميع الدراسات المرجعية التي أمكن الحصول عليها للإستفادة من تطبيقاتها ونتائجها مثل:

الدراسة الاولى: (دراسة إسراء عيسى حمزة 2009)،

عنوان الدراسة: تأثير استخدام الطريقة الجزئية من طرائق تدريس التربية الرياضية في تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة.

- الهدف من الدراسة: التعرف على تأثير استخدام الطريقة الجزئية من طرائق تدريس التربية الرياضية في تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة على عينة من طلبة الصف الرابع من معهد اعداد المعلمين فرع بغداد عددها (30) طالب.

- اهم النتائج: للطريقة الجزئية تأثير ايجابي في تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة. للمنهج التعليمي المقترح دور فاعل في تطوير مستوى تعلم مهارات الكرة الطائرة.

الدراسة الثانية : (دراسة السيد بيومي 2010)

عنوان الدراسة: تأثير برنامج تدريبي لتحسين بعض لقدرات البدنية الخاصة باستخدام جهاز مقترح للمقاومة النوعية واثره على فعالية اداء بعض الالمهارات الحركية للاعبين الجودو والمصارعة

- الهدف من الدراسة: التعرف على تأثير البرنامج لتدريبي باستخدام جهاز مقترح للمقاومة النوعية لتحسين بعض القدرات البدنية الخاصة واثرها على فعالية اداء بعض المهارات الحركية للاعبين الجودو، وتم استخدام المنهج التجريبي على عينة من 56 لاعباً من المرحلة السنية 15-17 سنة.

- اهم النتائج: اظهرت المجموعة التجريبية للعينة الاولى من لاعبي الجودو والمجموعة التجريبية للعينة الثانية من لاعبي المصارعة التي استخدمت التدريب بالمقاومة النوعية داخل البرنامج المقترح تحسناً معنوياً في القدرات البدنية الخاصة قيد البحث وفعالية الاداء المهاري للمهارات الحركية قيد البحث.

2-2 التعليق على الدراسات السابقة:-

في ضوء الاطلاع علي الدراسات المرتبطة وتحليل محتوى هذه الدراسات أمكن للباحث الاستفادة منها فيما يلي:

- تفهم الدارس لمشكلة بحثه بصورة أكثر دقة ، وكيفية إتباع المنهج العلمي في تناول مشكلة البحث وعرضها.
- الاستفادة والمساعدة في صياغة أهداف وفروض البحث بدقة،
- أمكن الدارس تحديد واستخدام المنهج التجريبي بأسلوب القياس القبلي والبعدي للمجموعة الواحدة.
- اختيار نوع وحجم عينة البحث وطريقة الاختيار الأفضل للعينة.
- استفاد منها الدارس خلال مناقشة نتائجه بما يتماشى مع أهداف بحثه.
- استرشد بها الدارس في اتمام اجراءات البحث.

إجراءات الدراسة:-

أولاً: منهج الدراسة :-

أستخدم الدارسان المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة هذا البحث وذلك باستخدام التصميم التجريبي ذو القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الواحدة.

مجتمع وعينة الدراسة:

اختيرت عينة البحث بالطريقة العشوائية حيث تم تحديد مجتمع الأصل والمتمثلة بطلبة الفصل الاول بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة طرابلس للعام الدراسي(2024)(2025) اذ ان مادة الجودو هي درس منهجي في الكلية، فقد اشتملت العينة على(10) طلبة من الفصل الاول ولم يجري الدارس التكاثر والتجانس لافراد العينة كونهم ملتزمين بالحضور وبمحرلة عمرية واحدة، فضلاً عن انهم لا يمتلكون أي خبرات سابقة في رياضة الجودو

مجالات الدراسة:

المجال المكاني: قاعة الجودو الخاصة بالكلية جامعة طرابلس.

المجال الزمني : تم تطبيق البرنامج التدريبي المقترح خلال الموسم التدريبي (2023- 2024).

المجال البشري: (10) طلبة من المرحلة الاولى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة طرابلس للعام الدراسي(2023)(2024)

أدوات ووسائل جمع البيانات:

على ضوء ما أسفرت عنه القراءات النظرية والدراسات المرتبطة وطبقاً لمتطلبات الدراسة الحالية استخدم الدارسان بعض الأجهزة والأدوات التالية:

- استمارات استطلاع رأي الخبراء.
- شبكة المعلومات الدولية.
- ميزان طبي لقياس الوزن.
- جهاز رستاميتير لقياس الطول.
- ساعة إيقاف.
- بساط جودو.

اختبار فعالية الاداء المهاري لمهارة قيد البحث :

الغرض من الاختبار :

- تقييم فعالية الاداء المهاري لمهارة قيد الدراسة.
- أسباب اختيار الباحث لهذه المهارة قيد البحث .

- تعتبر هذه المهارات من أهم المهارات التي يبدأ لاعب الجودو بتعلمها .
 - سهولة أداءها من غيرها التي تكون أكثر صعوبة .
 - اشتراك أكبر عدد من العضلات أثناء أداء هذه المهارات .
- تقييم فعالية الأداء المهاري بحركات قيد البحث:
- غرض الاختبار: تقييم فعالية الاداء المهاري للمهارات قيد البحث وهي مهارة (اوسوتوقاري).
- الادوات اللازمة: ساط مناسب، لاعب بنفس الوزن، ساعة إيقاف، استمارة تسجيل لتقييم فاعلية الاداء، كاميرا تصوير تلفزيوني ان وجد.
- وصف الاداء:

يقف اللاعب المهاجم (التوري) الوقفة الطبيعية لرياضة الجودو (شيزن تاي) أمام اللاعب المدافع (الأوكي) ويمسك باللاعب الخصم المسك الصحيح للمهارة عند سماع صافرة البدء يقوم اللاعب المهاجم رمي اللاعب (التوري) مهارة قيد الدراسة، بشرط ان تكون الرمية بالطريقة الجزئية. يعطي لكل مدخل للمهارة الصحيحة درجة (10) نقاط والتي يتوفر فيها شروط الطريقة الجزئية للمهارة (الجزء التمهيدي (اخلال الاتزان) والجزء الرئيسي (البدئ بالرمي) والجزء الختامي (الرمي)، من خلال المحكمين لتقييم فعالية الاداء المهاري وقد تقل النقاط عند ضعف الاداء وعدم اكتمال شكل الاداء لمدخل المهارة بالشكل الصحيح.

3-5 الدراسات الاستطلاعية:

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية يوم الاحد موافق 18 / 2 / 2024 على عدد (5) لاعبين من نفس مجتمع البحث لطلاب الفصل الاول ومن خارج العينة الأساسية، وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية ما يلي

- التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في الدراسة.
- التعرف على الصعوبات التي قد تتعرض لها التجربة الأساسية.
- التعرف إلى المعوقات والأخطاء التي ترافق إجراء التجربة.
- التأكد من ملائمة أوقات أجزاء البرنامج التعليمي.
- ملائمة الملعب القانوني

3-6 الدراسة الأساسية:

واشتملت على ما يلي:

- خطوات بناء البرنامج.
- تطبيق البرنامج.

خطوات بناء البرنامج :

- تحديد الهدف من البرنامج ويشمل .
- أسس وضع البرنامج وتشمل .
- تخطيط البرنامج المقترح .
- عرض محتوى البرنامج على الخبراء .

أولاً- تحديد الهدف من البرنامج ويشمل:

- تصميم برنامج منهجي للتعرف بتأثيره على فعالية الاداء المهاري لدى طلبة الفصل الاول كلية التربية البدنية .
- التعرف علي تأثير تحسين المهارات المنهجية علي فعالية الاداء المهاري للمهارات الحركية قيد الدراسة للاعبين الجودو.

ثانياً- أسس وضع البرنامج وتشمل:

- أن يحقق البرنامج الاهداف التي وضع من اجلها.
- ملائمة البرنامج للمرحلة السنية قيد الدراسة.
- تحديد وتقسيم فترة البرنامج وشدة الاحمال التدريبية.
- مراعاة فترات الراحة بين التمرينات والمجموعات.
- مراعاة تدريب العضلات العاملة والاساسية في الاداء الحركي للمهارات قيد الدراسة في رياضة الجودو وفقا للمسار الحركي بالأداء الفعلي للمهارات.

3-7 الاختبار القبلي:

بعد معرفة الأحوال الخاصة بالدراسة وقبل إجراء الاختبارات القبليّة قام الدارس بشرح المهارات الأساسية بلعبة الجودو التي سيتمّ تعلمها ضمن المنهج التعليمي المقترح بمحاضرة توضيحية لأفراد عينة البحث بعد ذلك حدد الدارس موعد إجراء الاختبارات القبليّة أجريت الاختبارات القبليّة المهارية (لعبة الجودو) في بداية الفصل الدراسي موافق يوم السبت 24 /2/ 2024 للعام الدراسي. (2023-2024)

أسس البرنامج التدريبي المقترح:

أعد الدارسان منهجا تعليميا مقترحا لفترة الفصل الدراسي الاول ولمدة (9)أسابيع مراعا بذلك المستوى التعليمي والقابلية البدنية لعينة الدراسة، معتمدة بذلك على المصادر العربية والبحوث السابقة وقد اشتمل المنهج التعليمي على (9 وحدات تعليمية) بمعدل وحدة واحدة في الأسبوع زمن كل وحدة تعليمية (60 دقيقة) بالطريقة الجزئية موضوع الدراسة حيث تم تنفيذ الوحدات التعليمية

داخل إطار الجدول الدراسي تضمن الاسبوع الأول والثاني والثالث من كل أسبوع تعلم لمهارت (السقوط) وهي من مهارات التي يحتاجها اللاعب لمهارات الرمي (ناجي وازا). كما تضمن الاسبوع الرابع والخامس والسادس تعلم مهارة (اوسوتوقاري) من مهارات الرمي (اشي وازا). كما تضمن الاسبوع السابع والثامن والتاسع مراجعة مهارات السقوط ومهارة الرمي (اوقوشي). كما كان زمن اقسام الوحدة التدريبية كالتالي:-

أولاً: القسم الإعدادي (15) دقيقة يتضمن المقدمة (5 دقائق) والإعداد العام والخاص (10 دقيقة). ثانياً: القسم الرئيسي (40) دقيقة ويتضمن الجزء التعليمي (20 دقيقة) ويتم في هذا الجزء شرح المهارة من قبل الباحث بالطريقة الجزئية المستخدمة وبعدها يبدأ النشاط التطبيقي وزمنه (20 دقيقة) وفيه يبدأ الطلاب بتطبيق الأداء المهاري للعبة.

ثالثاً: القسم الختامي يتراوح زمنه (5) دقائق ويتضمن لعبة ترويحية تبعث على التشويق والمرح، تم الانصراف ختاماً للوحدة التعليمية.

الاختبار البعدي: قام الدارسان بأجراء الاختبار البعدي بنفس شروط الاختبار القبلي وذلك بعد مرور تسعة أسابيع من الاختبار القبلي موافق يوم السبت 2024/2/24 الى غاية 2024/4/27 .

المعالجات الإحصائية:

الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث:

بعد جمع البيانات من افراد العينة الأساسية تم ترميزها وبعد ذلك تم إدخالها إلى الحاسب الآلي وباستخدام برنامج (SPSS) الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية ثم تحليلها باستخدام الأساليب الإحصائية التالية :

- -المتوسط الحسابي (Mean).
- الانحراف المعياري (Std deviation).
- اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon-test) لحساب الفروق بين القياسين القبلي والبعدي
- نسبة التحسن (Improvement rate).

- عرض ومناقشة النتائج

عرض ومناقشة نتائج الفرض الاول:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين متوسطي القياس القبلي والبعدي للطريقة الجزئية لمهارات قيد الدراسة للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي.

الجدول رقم (1) دلالة الفروق بين القياسين (القبلي-البعدي) لاختبار مهارة اوسوتوقاري للجزء التمهيدي باستخدام اختبار ويلكوكسن

مستوى الدلالة	ويلكوكسن Z	مجموع الرتب	متوسط الرتب	الفروق		وحدة القياس	الاختبار
				العدد	الاتجاه		
0.001	-2.83	.00	.00	0	سالبا	درجة	القبلي والبعدي للجزء التمهيدي بمهارة اوسوتوقاري
		55.00	5.50	10	موجب		
				0	تساوي		

يتضح من جدول (1) أن قيمة اختبار ولكوكسن في اختبار مهارة اوسوتوقاري للجزء التمهيدي بالطريقة الجزئية (-2.83) بمستوى دلالة (Sig) (0.001) وهي أقل من (0.05) مما يبين وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) بين القياسين (القبلي – البعدي) ولصالح القياس البعدي في اختبار مهارة اوسوتوقاري بالطريقة الجزئية.

الجدول رقم (2) دلالة الفروق بين القياسين (القبلي-البعدي) لاختبار لاختبار اختبار مهارة اوسوتوقاري للجزء الرئيسي باستخدام اختبار ويلكوكسن

مستوى الدلالة	ويلكوكسن Z	مجموع الرتب	متوسط الرتب	الفروق		وحدة القياس	الاختبار
				العدد	الاتجاه		
0.001	-2.844	.00	.00	0	سالبا	ثانية	القبلي والبعدي للجزء الرئيسي بمهارة اوسوتوقاري
		55.00	5.50	10	موجب		
				0	تساوي		

يتضح من جدول (2) أن قيمة اختبار ولكوكسن في اختبار مهارة اوسوتوقاري للجزء الرئيسي بالطريقة الجزئية كانت (2.844) بمستوى دلالة (Sig) (0.001) وهي أقل من (0.05) مما يبين وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) بين القياسين (القبلي – البعدي) ولصالح القياس البعدي في اختبار مهارة اوسوتوقاري لطلبة كلية التربية البدنية الفصل الاول.

الجدول رقم (3) دلالة الفروق بين القياسين (القبلي-البعدي) لاختبار مهارة اوسوتوقاري للجزء الختامي باستخدام اختبار ويلكوكسن

مستوى الدلالة	ويلكوكسن Z	مجموع الرتب	متوسط الرتب	الفروق		وحدة القياس	الاختبار
				العدد	الاتجاه		
0.001	-2.831	.00	.00	0	سالبا	درجة	القبلي والبعدي للجزء الختامي بمهارة اوسوتوقاري
		55.00	5.50	10	موجب		
				0	تساوي		

يتضح من جدول (3) أن قيمة إختبار ولكوكسن في إختبار مهارة اوسوتوقاري للجزء الختامي للدارسين كانت (2.831) بمستوى دلالة (Sig) (0.001) وهي أقل من (0.05) مما يبين وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) بين القياسين (القبلي – البعدي) ولصالح القياس البعدي في إختبار مهارة اوسوتوقاري للجزء الختامي لطلبة كلية التربية البدنية الفصل الاول. بناءً على هذه النتائج نرفض الفرضية الصفرية (فرض العدم) والتي تقول لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين متوسطي القياس القبلي والبعدي في إختبارات مهارة اوقوشي للجزء الختامي ولصالح القياس البعدي، ونقبل الفرضية البديلة التي تقول توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين متوسطي القياس القبلي والبعدي في إختبارات مهارة اوسوتوقاري للجزء الختامي ولصالح القياس البعدي.

الجدول رقم (4) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ونسبة التحسن للقياسين (القبلي- البعدي) لاختبار مهارة اوسوتوقاري بالطريقة الجزئية

م	المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		نسبة التحسن
			الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط	
1	الجزء التمهيدي اوسوتوقاري	درجة	1.033	4.20	7.30	7.30	73.80%
2	الجزء الرئيسي اوسوتوقاري	درجة	.843	3.40	6.00	6.00	76.47%
3	الجزء الختامي اوسوتوقاري	درجة	.675	4.30	7.30	7.30	69.76%

مناقشة النتائج:

عرض ومناقشة نتائج الفرض الاول:-

انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين متوسطي القياس القبلي والبعدي بالطريقة الجزئية لمهارة قيد الدراسة للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي. اظهرت نتائج جداول (1) (2) (3) أنه توجد فروق داله احصائيا بين القياسين القبلي والبعدي لذا المجموعة التجريبية الواحدة في مهارة اوسوتوقاري لطلبة كلية التربية البدنية الفصل الاول جودو لصالح القياس البعدي.

وبلغت قيمة اختبار ولكوكسن في اختبار مهارة اوسوتوقاري (2.83) بمستوى دلالة (Sig) (0.001) وهي أقل من (0.05) مما يبين وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) بين القياسين (القبلي – البعدي) ولصالح القياس البعدي في اختبار مهارة اوسوتوقاري بالطريقة الجزئية للجزء التمهيدي لطلبة كلية التربية البدنية الفصل الاول.

عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني:-

وبلغت قيمة اختبار ولكوكسن في اختبار مهارة اوسوتوقاري كانت (2.844) بمستوى دلالة (Sig) (0.001) وهي أقل من (0.05) مما يبين وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية

(0.05) بين القياسين (القبلي – البعدي) ولصالح القياس البعدي في اختبار مهارة اوسوتوقاري بالطريقة الجزئية للجزء الرئيسي لطلبة كلية التربية البدنية الفصل الاول.

عرض ومناقشة نتائج الفرض الثالث:-

وبلغت قيمة اختبار ولكوكسن في اختبار مهارة اوسوتوقاري كانت (2.831) بمستوى دلالة (Sig) (0.001) وهي أقل من (0.05) مما يبين وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) بين القياسين (القبلي – البعدي) ولصالح القياس البعدي في اختبار مهارة اوسوتوقاري بالطريقة الجزئية للجزء الختامي لطلبة كلية التربية البدنية الفصل الاول.

بناءً على هذه النتائج نرفض الفرضية الصفرية (فرض العدم) والتي تقول لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين متوسطي القياس القبلي والبعدي في اختبار مهارة اوسوتوقاري بالطريقة الجزئية للجزء الختامي لطلبة كلية التربية البدنية الفصل الاول. ولصالح القياس البعدي، ونقبل الفرضية البديلة التي تقول توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين متوسطي القياس القبلي والبعدي في اختبارات باستخدام الطريقة الجزئية لمهارة (اوسوتوقاري) للجزء الختامي للمجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي

ويعزي الدارسان هذا التحسن الى طبيعة محتوى البرنامج التدريبي المقترح لمهارة اوسوتوقاري بالطريقة الجزئية للمجموعة التجريبية، والتي كان هدفها تحسين مستوى الاداء المهاري لاختبارات قيد البحث (بالطريقة الجزئية للجزء التمهيدي، والجزء الرئيسي، والجزء الختامي) للمهارات المنهجية، فأن هذه الدراسة تلبي ولو الشيء اليسير في بيان التوجه للمعلم والمادة والطريقة بوصفهم الركيزة والأساس في تطور العملية التعليمية الصحيحة وتكمن أهمية الدراسة لمعرفة تأثير استخدام الطريقة الجزئية من طرائق تدريس التربية الرياضية للارتقاء بمستوى التعلم لمهارات رياضة الجودو والتي تساعد على إيصال المادة بأقصر وقت وأقل جهد ممكن.

ويوضح جدول (4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ونسبة التحسن بين القياسين (القبلي-البعدي) في اختبارات فاعلية الأداء المهاري لمهارة (اوسوتوقاري) لطلبة الفصل الاول كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وأن نسب التحسن لهذه الاختبارات تراوحت ما بين (69.76 % - 76.47 %).

ويرى الدارسان ان سبب هذا التحسن والتقدم المعنوي لنتائج اختبار فاعلية الاداء المهاري (اوسوتوقاري) لطلبة الفصل الاول كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة يرجع الى استخدام الدارس البرنامج التدريبي المقترح باستخدام تدريبات قيد الدراسة، حيث تميز هذا البرنامج بتركيزه على استخدام الطريقة الجزئية بالمهارة والمسارات الحركية لها، سيم وان تنوع التمرينات المهارية وتعدد انواعها ووجود عدد مناسب من التدريبات التنافسية والتكتيكية، له اثر ايجابي في زيادة مستوى تقدم اللاعب في اداء المهارة قيد البحث بصورة ساعدت على زيادة فاعلية المهارة المؤداة من زيادة عدد النقاط المحسوبة، عند تقييم فاعلية الاداء.

مما تقدم يرى الباحث أن الفرض قد تحقق والذي ينص انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين متوسطي القياس القبلي والبعدي في فاعلية الأداء المهاري ولصالح القياس البعدي.

الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات:

في ضوء اهداف البحث وفروضة، ومشكلة البحث وعينة البحث وخصائصها والادوات المستخدمة واسلوب التحليل الاحصائي المتبع اعتمادا على النتائج وتفسيرها توصل الباحث الى الاستنتاجات التالية:

- للمنهج التعليمي المقترح دور فعال في تطوير مستوى تعلم مهارات مادة الجودو.
- للطريقة الجزئية تأثير ايجابي في تعلم بعض المهارات المنهجية لطلاب الفصل الاول مادة الجودو كلية التربية البدنية.
- كما اوضحت الدراسة ان المنهج التعليمي المقترح دور فاعل في تطوير مستوى تعلم مهارة اوسوتوقاري وأظهر تحسنا معنوياً في اختبار فعالية اداء مهارة قيد الدراسة للمجموعة التجريبية بنسب تحسن (69.76% - 76.47%) ومما لاشك فيه ان البرنامج التدريبي لابد وان يؤدي الى تحسن مستوى جميع الاختبارات، الا ان مقدار التحسن والفرق بين نسبتي التحسن هو الفيصل بين تقدم المنهج التدريسي التدريبي.

5-2 التوصيات :

في ضوء استنتاجات الدراسة يوصي الدارسان بما يلي:

- ضرورة استخدام الطريقة الجزئية عند وضع برنامج المنهجي لطلاب الفصل الاول لمادة الجودو كلية التربية البدنية وذلك لتأثيراتها الايجابية على فعالية الاداء المهاري.
- اجراء ابحاث مشابهة والتي تتعلق بالبرنامج المنهجي لطلبة كلية التربية البدنية مادة الجودو .
- ضرورة الاستفادة من المنهج التعليمي المقترح لتأثيره الايجابي في تطوير مستوى تعلم بعض مهارات الجودو.

المراجع:

أحمد محمد غازي : تأثير استخدام وسيلتي التوجيه المكاني والمجسمات على سرعة تعلم أساسيات رياضة الجودو للمعاقين بصرياً ومستوى التحصيل الذكائي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، 2002م.

إسراء عيسى حمزة، تأثير استخدام الطريقة الجزئية من طرائق تدريس التربية الرياضية في تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة، كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد، 2009م.

جمال محمد سعد : الجودو أصول ومناهج ، القاهرة ، دار المعارف ، 1995م.

سفيان فقي محمد، تأثير طريقتي التدريس الكلية والجزئية على تعلم مهارات السباحة الحرة لدى طلاب معهد التربية الالهية بقضاء كلالر، مجلة دامو لعلوم الرياضة، جامعة گرميان، 2024م.

زيد حمد الساسي، دور بعض أساليب التدريس في تحقيق التعلم الحركي و الاداء المهاري لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي من وجهة نظر أستاذ التربية البدنية و الرياضية، رسالة ماجستير، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية قسم النشاطات البدنية والتربية الرياضية، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة، 2019م.

فادي عمر الطناني، مراحل التعلم الحركي، المكتبة الرياضية، العلوم الإنسانية، علوم الحركة ، مراحل التعلم الحركي، 2013م،

محمد أسامة السرسى : الخصائص الكينماتيكية لمهارة رمية (كنس – الخفف في الجودو) رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، 1986م.

محمد حامد شداد، تأثير استخدام التدريب المتقاطع في المرحلة الانتقالية على تحسين مستوى الاداء البدني للاعبي الجودو، المجلة العلمية، نظريات وتطبيقات جامعة الاسكندرية ، 2005م.

محمد رشوان الشرقاوي، برنامج تدريبي لبعض مهارات الخنق وأثره على مستوى الأداء للاعبي الجودو، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الطبعة الأولى الإسكندرية، 2001م.

محمد رضاء الروبي، مبادي تدريب المصارعة الحرة، ماهي لخدمات الكمبيوتر ، ط1، الاسكندرية 2005 م.

محمود السيد احمد بيومي، تأثير برنامج تدريبي لتحسين بعض القدرات البدنية الخاصة باستخدام جهاز مقترح للمقاومة النوعية وأثره على بعض المهارات الحركية، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا، 2010م.

مراد إبراهيم طرفة، الجودو بين النظرية والتطبيق، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، 2001م.

يحيى الصاوى : بعض المتغيرات النفسية والفسيوولوجية وعلاقتها بمستوى الأداء في المصارعة اليابانية (الجودو) ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة ، جامعة حلوان ، 1986م.

المراجع الأجنبية:

- E.J. Harrison : Principles of Movement, Neil Chenkamp Encino Judo Club, USA, 1999, WWW Judo Info.com.

Eric Dominy :Judo for beginners , British library, London,1983.