

Research Paper

أثر استراتيجية التعلم القائم على التحدي (CBL) وفق تمارين التوافق الحركي في تعلم مهارتي الإخماد والدرجة بكرة القدم للطلاب

ذكریات داود سلمان

مديرية تربية بغداد / الكرخ الثالث، thekra8833@gmail.com

This open-access article is available under the Creative Commons Attribution 4.0 (CC BY 4.0) International License, which allows for unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided that the original work is properly cited

DOI: <https://doi.org/10.37655/uaspesj.2026.170899.1364>

Submission Date 2026-04-16

Accept Date 2026-05-06

المستخلص

هدف البحث الى التعرف على اثر وحدات تعليمية وفقا لاستراتيجية التعلم القائم على التحدي (CBL) باستخدام تمارين التوافق الحركي في تعلم (- الدرجة - الإخماد) في كرة القدم والتعرف نسبة الاحتفاظ لكل من مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في تعلم (الدرجة - الإخماد) في كرة القدم . استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملاءمة طبيعة اهداف وفرضيات واجراء البحث. قامت الباحثة باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية المتمثلة بطلاب الصف الثاني متوسطة الكاظمية للبنين للعام الدراسي 2025-2026 ممن هم بأعمار (13 - 14) سنة بواقع ثلاث شعب (أ ، ب ، ج) والبالغ عددهم (86) طالباً ثم اختيار شعبة (أ ، ج) بالأسلوب التجريبي والبالغ عددهم (20) طالباً لكل مجموعة 10 طلاب وبعد استبعاد الطلاب الرياضيين ومن تجاوز سقف العمر وبعدها تم اجراء التجانس والتكافؤ الذي يعد مؤشراً للاختبار القبلي وبعدها صممت الباحثة وحدات تعليمية وفقاً لاستراتيجية التعلم القائم على التحدي (CBL) واعتمدت على الحقيبة الإحصائية للوصول الى نتائج علمية ، وبعدها توصلت الباحثة الى اهم الاستنتاجات ومنها ان للوحدات التعليمية وفق استراتيجية التعلم القائم على التحدي (CBL) باستخدام تمارين التوافق الحركي لها تأثير كبير جداً وفعالاً في حصول التعلم والتطور بمستوى تعلم مهارتي (- الدرجة - الإخماد) في كرة القدم ومن اهم التوصيات التأكيد على استخدام استراتيجية التعلم القائم على التحدي (CBL) بوصفه منهجاً تنفيذياً لتعلم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم ..

الكلمات المفتاحية: التعلم القائم على التحدي (CBL) ، التوافق الحركي ، كرة القدم

The Effect of Challenge-Based Learning (CBL) Strategy Based on Motor Coordination Exercises on Learning and Retaining the Trapping and Dribbling Skills in Football for Students

thekyrat dawood salman

Baghdad Education Directorate / Third Karkh

Abstract

This research explored Challenge-Based Learning through motor coordination drills to enhance football dribbling and trapping skills. It assessed skill acquisition and retention among experimental and control groups, employing purposive sampling of second-year Al-Kadhimiya Intermediate School students, using an experimental method aligned with study objectives. 2025-2026 academic year, aged 13-14 years, divided into three sections (A, B, and C), totaling 86 students. Sections A and C were then selected experimentally, comprising 20 students. After excluding athletes and those exceeding the age. Homogeneity and equivalence were then established as pre-test indicators. Following this, the researcher designed educational units based on the Challenge-Based Learning (CBL) strategy and utilized statistical analysis to obtain scientific results. The researcher concluded that educational units based on the CBL strategy, employing motor coordination exercises, have a significant and effective impact on learning and developing the skills of rolling and tackling in football. One of the most important recommendations is to emphasize the use of the Challenge-Based Learning strategy. Challenge-Based Learning (CBL) is an implementation method for learning some fundamental football skills.

Keywords: Challenge-Based Learning (CBL), Motor Coordination, Football

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

تمثل استراتيجيات التدريس البوصلة التي توجه عمل المدرسين وتحدد لهم الاتجاه الصحيح الذي ينبغي أن يسيروا فيه، وتحقيق استراتيجيات التدريس يتطلب توفر مقومات منها (خطة استراتيجية متكاملة، منظومة متكاملة من السياسات التي تحكم وتنظم عمل المنظمة وترشد القائمين بمسؤوليات الأداء وأخلاقيات العمل لتحقيق التميز، و أسس وقواعد ومعايير اتخاذ القرار، هياكل تنظيمية مرنة ومتناسبة مع متطلبات الأداء وقابلة لل التكيف مع التغيرات والتحديات الخارجية والداخلية للمنظمة). لذلك تُعد استراتيجيات التعلم الحديثة من أبرز الأدوات التي تسهم في الأداء الحركي والمهاري لدى الطلاب، حيث تسعى إلى دمج الجانب المعرفي بالجانب العملي من خلال مواقف تعليمية قائمة على التحدي (CBL). ويُعد التعلم القائم على التحدي (CBL) من الاستراتيجيات الفاعلة التي تضع الطالب في مواقف تعليمية تتطلب التفكير، التحليل، واتخاذ القرار، مما يعزز من دافعيته ويزيد من قدرته على مواجهة الصعوبات أثناء التعلم " تعد استراتيجيات التعلم القائم على التحدي هي خبرة تعليمية تعاونية يعمل فيها الطلاب والمعلمون معا للتعرف على المشكلة، واقتراح حلول لها، واتخاذ الإجراءات اللازمة لتنفيذ هذه الحلول ويعطي فرصة للطلاب بالتأمل في عملية التعلم" (1)

وفي مجال التربية البدنية، يكتسب هذا النوع من الاستراتيجيات أهمية خاصة، إذ يتيح للطلاب فرصة ممارسة الأنشطة الرياضية في بيئة تعليمية محفزة، قائمة على التفاعل والتجريب. ومن بين المهارات الأساسية في كرة القدم، تأتي مهارتا الإخماد والدرجة باعتبارهما من الركائز الجوهرية التي تحدد مستوى اللاعب وكفاءته في الأداء. ولتحقيق إتقان هذه المهارات، يُعد التوافق الحركي عاملاً أساسياً، إذ يساهم في تحسين التنسيق بين الحواس والجهاز العصبي والعضلات، مما يؤدي إلى أداء أكثر دقة وسرعة. ومن هنا، فإن دمج استراتيجيات التعلم القائم على التحدي (CBL) مع تمارين التوافق الحركي يُشكل مدخلاً علمياً وتربوياً فاعلاً لتعلم هذه المهارات لدى الطلاب، ويعكس توجهات حديثة في مجال التدريب الرياضي والتعليم الحركي، بما يضمن تحقيق نتائج تعليمية وتدريبية أكثر عمقاً واستدامة.

تكمن أهمية هذا البحث في إبراز الدور الحيوي لاستراتيجية التعلم القائم على التحدي (CBL) في مهارتي الإخماد والدرجة كرة القدم الأساسية لدى الطلاب. كما يوضح البحث كيف يمكن لتمرينات التوافق الحركي أن تساهم في تعزيز القدرة على التوافق الحركي والدقة في الأداء، مما ينعكس إيجاباً على مستوى التعلم والإنجاز الرياضي. ويُساهم هذا العمل في تقديم إطار علمي وتطبيقي يساعد المدربين والمعلمين على تبني أساليب تعليمية حديثة، تدمج بين الجانب المعرفي والجانب الحركي، بما يحقق أهداف التربية البدنية ويواكب الاتجاهات العالمية في الأداء الرياضي.

1-2 مشكلة البحث

عند البدء بتعليم مهارة جديدة فلا بد من الأخذ بنظر الاعتبار مستويات وقابليات الطلاب بالنسبة لعمليات التعلم؛ وذلك لأن الهدف الأساسي من عمليات التعلم هو بلوغ أفضل المستويات في تعلم المهارات فهناك من الطرائق المستخدمة ما تعطي نسباً متفاوتة في النجاح فقد يحصل البعض على درجات متميزة في حين يحصل البعض الآخر على درجات واطئة. وقد يعود ذلك إلى عدم الاهتمام بالفروق الفردية عند استخدام طرائق تعلم لا تراعي هذه الفروق ولا تعطيها الأهمية القصوى في التعلم.

ومن خلال خبرة الباحثة المتواضعة وكونها تدريسية لمادة التربية الرياضية ولعبة كرة القدم ومهتمة باللعبة فقد لاحظت أن أغلب الطلاب لا يصلون إلى درجات متقدمة جداً من التعلم المهاري ويكون التعلم ناقصاً نوعاً ما مما يؤثر سلباً في الجانب المهاري والحركي وهذا ما يظهريه الفرق من نتائج في مستوى الأداء والتطبيق والتعلم، إذ إن من مميزات مرحلة التوافق الحركي في التعلم الحركي هو الوصول بالمهارة إلى متطلبات تكتيك المنافسات العالي فضلاً عن القدرة على ربط الحركات والمجموعات الحركية مع بعضها وصولاً إلى هدف التعلم المهاري. وبناءً على ذلك كان لابد للباحثة من البحث عن استراتيجيات تدريسية تمكن المتعلم من الوصول إلى هذه المرحلة من التعلم وبما أن مبدأ التعلم للتمكن أثبت فاعليته في المجالات التي استخدم فيها، سواء في المجال المعرفي أو المجال الرياضي على الرغم من قلتها، لذلك من هنا جاءت فكرة استخدامه وتسخيرها بشكل أكبر في المجال الرياضي بهدف التعرف على إمكانيته في تحسين مستوى المهارات الفنية الأساسية بلعبة كرة القدم، وقد كانت استراتيجية

(1) حنان فوزي طه محمد: استخدام التعلم القائم على التحدي في تدريس العلوم المتكاملة لتنمية التفكير المستدام والمواطنة البيئية والشغف العلمي لدى طلاب المرحلة الثانوية، بحث منشور، الجمعية المصرية للتربية العلمية، مج28، ع2، مصر، 2025، ص 192.

التعلم القائم على التحدي حلٌ لهذه المشكلة وتحقيقٌ لهدف التعلم المهارى وهو الوصول بالمهارة إلى مرحلة الثبات في التعلم أو مرحلة التوافق الحركي . وبالتالي الارتقاء بالمستوى الرياضي في مجال اللعبة.

ما أثر استراتيجيات التعلم القائم على التحدي (CBL) وفق تمارين التوافق الحركي في تعلم مهارتي الإخماد والدرجة بكرة القدم لدى الطلاب؟

3-1 أهداف البحث

1. اعداد وحدات تعليمية اثر استراتيجيات التعلم القائم على التحدي (CBL) وفقا تمارين التوافق الحركي في تعلم مهارتي الإخماد والدرجة بكرة القدم للطلاب
2. التعرف على اثر استراتيجيات التعلم القائم على التحدي (CBL) وفقا تمارين التوافق الحركي في تعلم مهارتي الإخماد والدرجة بكرة القدم للطلاب
3. أفضلية أي من مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في تعلم (الدرجة - الإخماد) في كرة القدم .

4-1 فرضيتا البحث

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في تعلم مهارتي الإخماد والدرجة بكرة القدم للطلاب.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في تعلم مهارتي الإخماد والدرجة بكرة القدم للطلاب.

5-1 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري: طلاب الصف الرابع اعدادي في إعدادية النور للبنين 2025 – 2026.
- 2-5-1 المجال الزماني: الفترة من 2025/11/8 إلى 2026/1/9
- 3-5-1 المجال المكاني: الساحة الرياضية لإعدادية النور للبنين في مديرية تربية بغداد الكرخ الثالثة – مدينة الكاظمية

2- منهج البحث واجراءاته الميدانية

1-2 منهج البحث

استخدمت الباحثة منهج تجريبي لملائمة طبيعة اهدف وفرضيات واجراء البحث

2-2 عينة البحث

قامت الباحثة باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية المتمثلة بطلاب الرابع في اعدادية النور للبنين للعام الدراسي 2025-2026 ممن هم بأعمار (13 - 14) سنة بواقع ثلاث شعب (أ ، ب ، ج) والبالغ عددهم (86) طالباً ثم اختيار شعبة بالطريقة العشوائية المنتظمة (أ ، ج) والبالغ عددهم (20) طالباً وبعد استبعاد الطلاب الرياضيين وممن تجاوز سقف العمر تم اختيار (10) طلاب من كل شعبة ب لتكون شعبة 1 المجموعة التجريبية وشعبة ج المجموعة الضابطة و يمثلوا (23.25%) من العينة

3-2 تجانس العينة

لكي يتسنى إرجاع الفروق بين المجموعتين إلى العامل التجريبي ينبغي ان تكون المجموعتين متجانستين في جميع المتغيرات عدا العامل التجريبي ولغرض التحقق من التجانس فقد قامت الباحثة بمعاملة وتحليل البيانات المعينة بنتائج الاختبار القبلي للعينة فاستخدم الوسائل الإحصائية المناسبة التي تمكن من استخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء للتجانس وكذلك قيمة (ت) المحسوبة للعينات المستقلة للمجموعتين للتأكد من تكافؤها قبل إعطاء العامل التجريبي لمعرفة التغيرات الحاصلة من عدمها والجدول (2) يمثل تجانس المجموعتين التجريبيتين كما ان الجدول (3) يوضح نتائج (ت) المحسوبة من قيمتها الجدولية عند درجة حرية (18) ومستوى دلالة (0,05) مما يؤشر عشوائية الفرق مما يؤكد تكافؤ المجموعتين التجريبيتين في كل المتغيرات التي تم بحثها قبل إجراء التجربة .

جدول (1) يبين التجانس بين أفراد العينة

المجموعات	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
المجموعة الضابطة	الوزن	كغم	44,8	9,461	49.5	0,258
	الطول	سم	158,8	6,828	163	0,037 -
	العمر	شهر	159.1	1.7	185	0.393
المجموعة التجريبية	الوزن	كغم	47,9	9,596	42	0,406 -
	الطول	سم	159,4	7,734	160	0,762 -
	العمر	شهر	158	1.483	158	0.218 -

2-4 الادوات والاجهزة المستخدمة بالبحث.

عمدت الباحثة إلى الأدوات والأجهزة التي تستخدم إجراءات البحث هي:

- الاختبارات والقياسات .
- المصادر والكتب والبحوث والدراسات
- Personal Interview
- استمارة لجمع البيانات وتقريرها
- KD كاميرا التصوير الرياضية بدقة 1080
- ...
- جهاز قياس الوزن (ميزان)
- Projector T5 HD Wifi داتا شو جهاز
- عرض محمول عالي الدقة P1024600
- جهاز- شاشة بلازما (Lgnano) قياس (25) (6)
- مصطبة مختلفة الارتفاعات عدد (8)
- صناديق خشبية (40 كم) عدد (8)
- كراسي
- حبال مطاطية .
- ساعة توقيت الكترونية عدد 4
- حسابات يدوية نوع (SHARR)
- جهاز متري لقياس الطول

2-5 الاختبارات المستخدمة بالبحث

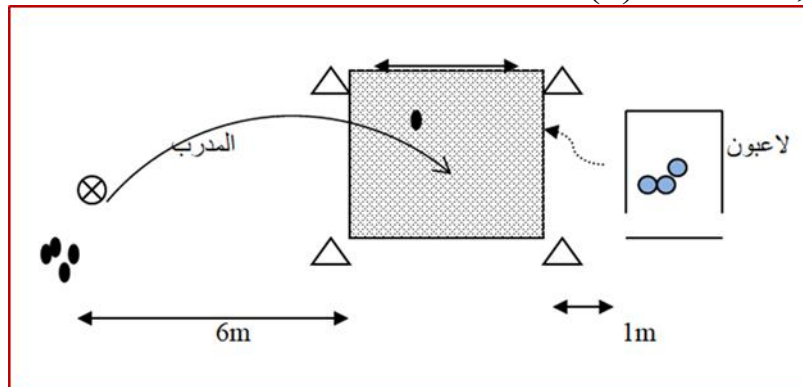
2-5-1 اختبار اخماد الكرة على مسافة (6م)⁽²⁾

- هدف الاختبار: قياس الدقة في إيقاف الكرة بمختلف أجزاء الجسم عدا الذراعين

2m × 2m المنطقة المحددة

- الأدوات المستخدمة : كرات قدم عدد(5), شواخص عدد (4), شريط قياس.

- طريقة الأداء: تحدد منطقة 2×2م بواسطة (4)شواخص, يقف اللاعب على بعد 1م من المنطقة المحددة, يقف المدرب على بعد (6م) من المنطقة ويقوم برمي الكرة بيده إلى الأعلى باتجاه المنطقة ليقوم اللاعب بالدخول ومحاولة إيقاف حركة الكرة بأي جزء من جسمه عدا الذراعين من ثم يرجع إلى نقطة الانطلاق وهكذا على التوالي, ينبغي إيقاف الكرة داخل المنطقة المحددة, ينظر شكل (1)



شكل (1) يبين اختبار اخماد الكرة على مسافة

-طريقة التسجيل: يعطى اللاعب خمسة محاولات (درجتان لكل محاولة صحيحة) لا تحتسب المحاولة ناجحة إذا قام بإيقافها خارج المنطقة المحددة, إذا أوقف الكرة بطريقة غير قانونية, فشل في إيقافها.

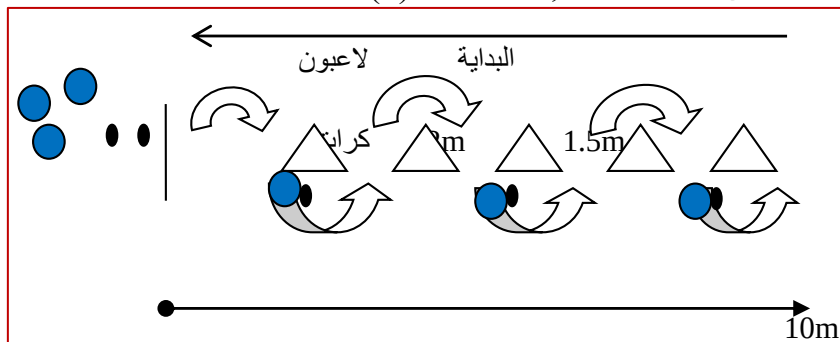
(2) اسماعيل عبد زيد عاشور : اثر التعلم النشط وفق استراتيجيات تعلم الاقران وجدولة التمرين في التحصيل المعرفي والاداء المهاري بكرة القدم , اطروحة دكتوراه, الجامعة المستنصرية, كلية التربية الاساسية, 2013, ص71.

2-5-2 اختبار درجة الكرة بين (5) شواخص مثبتة على الأرض والمسافة بين كل شاخص وآخر (2م) ذهاباً وإياباً⁽³⁾

-هدف الاختبار: قياس القدرة على الدرجة بتغير الاتجاه

- الادوات المستخدمة : خمسة شواخص، كرة قدم، ساعة توقيت، صافرة.

طريقة الاداء يقف اللاعب على خط البداية الذي يبعد مسافة(2م) من الشاخص الاول بعد سماع الصافرة يقوم بعملية درجة الكرة بين الشواخص الخمسة ذهاباً وإياباً التي يبعد بين كل شاخص والآخر مسافة(1.5م) ثم العودة الى خط الانطلاق، ينظر شكل (2)



شكل (2) يبين اختبار درجة الكرة

-طريقة التسجيل: يقوم المؤقت باحتساب الوقت من لحظة سماع الصافرة ليقوم بإيقافها عند آخر لحظة يرجع فيها اللاعب الى خط البداية.

يعطى اللاعب محاولتين تحسب الافضل.

2-6 التجربة الاستطلاعية

بعد عملية إعداد وتهيئة الأجهزة والأدوات أجرت الباحثة التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2025-11-6 على عينة مشابهة لعينة البحث والبالغ عددهم (10) طلاب لتحقيق الأغراض الآتية:-

- معرفة زمن شرح المهارات وتجاوز بعض الصعوبات التي واجهت الباحثة ومراعاة سلامة المختبرين وتعريف فريق العمل المساعد على الاختبارات وكيفية تطبيقها.

ان الاختبارات المختارة في البحث حاصلة على الاسس العلمية ومطبقة على البيئة العراقية وحاصلة على الاسس العلمية وطبق على نفس المستوى العمري للعينة وبسنوات حديثة وكما مبين بجدول (2) .

جدول (2) يبين الصدق والثبات والموضوعية

المتغيرات	الصدق	الثبات	الموضوعية
مهارة الاخمد	0,90	0,81	0,94
مهارة الدرجة	0,92	0,85	0,95

ان قيمة (ر) المحسوبة $\geq (0,52)$ عند درجة حرية (8) ومستوى دلالة (0,05) .

2-7 اختبار (القبلي) التكافؤ

عمدت الباحثة الى اجراء الاختبارات القبلي والمتضمنة اختبارات (مهارة الاخمد ومهارة الدرجة) على العينة وعلى الملعب الخارجي 2025/11/18، وتم تطبيقها من قبل مدرسي المادة وبأشراف الباحثة.

جدول (3) يبين التكافؤ بين أفراد العينة

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة(ت) المحسوبة	دلالة الفروق
		س	ع±	س	ع±		
الدرجة	ثانية	14,1	0,567	14,3	0,674	0,707	غير دال
الإخمد	درجة	2,2	0,632	2,4	0,699	0,671	غير دال

يتضح من الجدول ان قيمة (ت) المحسوبة اصغر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (1,734) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (18) وهذا يعني ان الفروق كانت غير دالة بين افراد مجموعتي البحث في المتغيرات المذكورة ، وهذا يدل على تكافؤ المجموعتين .

(1) رعد عبدالمجيد حسن: اثر وحدات تعليمية وفقاً لاستراتيجية جيسكو وفق التمارين التوافقية في تحسين بعض المهارات الأساسية بكرة القدم ، رسالة ماجستير ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة تكريت ، 2021، ص34

8-2 إجراءات البحث الرئيسية

عمدت الباحثة الى ادخال الوحدات التعليمية الخاصة المعدة من قبلهم والمتضمنة استراتيجية التعلم من القائم على التحدي (CBL) وفق التمرينات المركبة وادخالها ضمن المنهاج المتبع بالكلية, ملحق (1) و (2).

وتضمنت الوحدات التعليمية وفقا استراتيجية التعلم ب التحدي (CBL) وفق تمرينات التوافق الحركي في تعلم مهارتي الإخماد والدرجة بكرة القدم يتطلب تخطيطاً منظماً يدمج بين الجانب المعرفي والجانب العملي, ويعتمد على إشراك الطالب في مواقف تعليمية محفزة. يمكن تنفيذ الوحدة عبر الخطوات التالية:

1. مرحلة الاندماج
في هذه المرحلة, ينتقل الطلاب من الفكرة الرئيسة المجردة للعب كرة القدم إلى تحدٍ ملموس وقابل للتنفيذ يتعلق بمهارة الإخماد.

الفكرة الكبيرة: التحكم والسيطرة في كرة القدم (وهو مفهوم واسع وجذاب يمكن للطلاب استكشافه).
السؤال الأساسي: كيف يمكنني كطالب السيطرة التامة على كرة سريعة وعالية تحت ضغط الفريق المنافس؟ (وهو السؤال المرتبط بالفكرة الكبيرة).

التحدي: دعوة عملية ومثيرة للعمل مستمدة من السؤال الأساسي: "تحدي اللمسة الأولى الساحرة!"; استلم الكرة من زميلك الطالب، وقم بإخمادها بنجاح في أقل من ثانيتين دون أن تبتعد عن قدمك أكثر من نصف متر لتكون جاهزاً للتسديد أو التمرير.

2. مرحلة التقصي
هنا يعمل الطلاب بشكل تعاوني في أرض الملعب لتطوير خبراتهم وإجراء عمليات بحث واستقصاء لإيجاد أفضل الحلول القابلة للتنفيذ لهذا التحدي.

أسئلة توجيهية: أسئلة متعلقة بالتحدي وتتضمن كل ما ينبغي تعلمه من قبل الطلاب، مثل: ما هو الجزء المناسب من الجسم لإخماد الكرة (الصدر، الفخذ، أسفل الحذاء) بناءً على مسارها؟ وكيف يجب أن أمتص قوة الكرة بجسدي لحظة ملامستها؟

توجيه الأنشطة والموارد: تشمل قائمة بالأنشطة والموارد لمساعدة الطلاب على متابعة التحدي، مثل: مشاهدة مقاطع فيديو تعليمية، استشارة معلم التربية البدنية، وتجربة أداء تمارين مبدئية لرمي الكرة واستقبالها.

التحليل: يضع الطلاب الأساس لتطوير الحل من خلال تحليل التمارين المبدئية وتحديد الوضعية الجسدية التي أدت إلى أفضل إخماد وأقل ارتداد للكرة.

3. مرحلة التنفيذ
في هذه المرحلة، ينتقل الطلاب إلى بيئة تعلم حقيقية لتنفيذ الحلول التي توصلوا إليها وتقييم النتائج الخاصة بها.

تطوير الحلول: يتم تنفيذ الحل بناءً على نتائج التعلم من الخطوات السابقة، وذلك بتطبيق مهارة الإخماد في مناورة فعلية أو مباراة مصغرة بين الطلاب تحت ضغط زملائهم المدافعين.

التقييم: التحقق من صلاحية الحل للتحدي أم حاجته إلى تحسين؛ وذلك من خلال مراجعة وتحليل أداء الطلاب بعد المباراة؛ هل نجح الطالب في إخماد الكرة والاحتفاظ بها؟ أم ارتدت الكرة بعيداً؟ وبناءً عليه يحددون ما إذا كانت تقنياتهم تحتاج إلى تدريب إضافي.

فضلا عن ذلك هنالك أمور ينبغي مراعاتها عند تنفيذ الوحدة التعليمية وهي كما يلي :-

1. تقديم شرح مبسط لمفهوم التعلم القائم على التحدي (CBL) وأهمية التوافق الحركي في كرة القدم، مع ربطه بمهارتي الإخماد والدرجة .

2. وضع الطلاب في مواقف تعليمية تتطلب اتخاذ قرارات سريعة، مثل استقبال الكرة تحت ضغط زمني أو مكاني.

3. إدراج تدريبات متنوعة لتحسين التنسيق بين العين والقدم، مثل تمرينات التحكم بالكرة أثناء الحركة أو التمرير في مسارات محددة.

4. تعليم الإخماد والدرجة عبر مراحل تدريجية تبدأ بالأساسيات وتنتهي بالدمج في مواقف لعب واقعية.

5. تصميم مسابقات صغيرة بين الطلاب، مثل تحدي دقة الإخماد أو سرعة الدرجة ، لتعزيز الدافعية.

6. تقديم ملاحظات فورية للطلاب حول أدائهم، مع تشجيعهم على التفكير في طرق تحسين الأداء.

7. قياس مستوى التقدم عبر اختبارات عملية قصيرة، ثم إعادة تصميم التحدي (CBL)ات بما يتناسب مع مستوى الطلاب.

قامت الباحثة بإعداد تمرينات التوافق الحركي حيث اشتملت التمرينات على مهارتي الإخماد و الدحرجة .

لتطبيق تمرينات التوافق الحركي ضمن وحدة تعليمية لمهارة الإخماد في كرة القدم بفاعلية، يمكن تلخيص العملية في النقاط التالية:

- الإحماء العصبي-العضلي و بداية الوحدة بتمرينات عامة مثل استخدام سلم التوافق أو الجري المتعرج لتنشيط الجهاز العصبي ورفع كفاءة الاستجابة الحركية قبل التعامل مع الكرة.
- الدمج بين الحركة والمهارة: من خلال ربط حركات التوافق البدني (كالقفز، الدوران، أو تغيير الاتجاه) بمرحلة ما قبل ملامسة الكرة، لتعويد المتعلم على السيطرة على الجسم أثناء أداء مهارة الإخماد.
- التدرج في التحدي و البدء بتمرينات إخماد بسيطة ومسيطر عليها، ثم زد من تعقيدها تدريجياً عبر تغيير زوايا التمرير، ارتفاع الكرة، أو نوع السطح المستخدم، لتعزيز التكيف الحركي.
- التطبيق تحت الضغط من خلال استخدام المساحات الضيقة أو الكرات المتعددة لمحاكاة ضغط المباريات، مما يجبر اللاعب على اختيار جزء الجسم المناسب للإخماد بسرعة ودقة عالية.
- التقويم المباشر: اختتم الوحدة بألعاب مصغرة لتقييم مدى انسيابية الربط الحركي، مع تقديم تغذية راجعة فورية حول استرخاء العضلات وتوقيت الملامسة الصحيح للكرة. علماً زمن الوحدة التعليمية هو (45) دقيقة و اتباع مبدأ التدرج من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب والمعقد، و مراعاة مبدأ التكرار في التمرينات، مراعاة مستوى المرحلة العمرية، فضلاً عن تطبيق (3) تمرينات في القسم الرئيسي في كل وحدة تعليمية التي زمنها (25) دقيقة. وتم تقسيم الجزء الرئيسي إلى تعليمي (10) دقائق يتم فيها شرح التمرينات الثلاثة و (15) دقيقة تطبيقي أداء التمرينات الثلاثة في الوحدة التعليمية. مجموع التمرينات التوافق الحركي (23) تمريناً بعد تكرار التمرينات. وبلغت عدد الوحدات (8 وحدات) تعليمية وبواقع (2 وحدة) تعليمية بالأسبوع ولكل مهارة (4 وحدات) تعليمية. حيث بدأ تطبيق الوحدات بتاريخ 2025/ 11/ 19 وإلى 2025/ 12/24.

2-9 الاختبارات البعدية

عمدت الباحثة الى اجراء الاختبارات البعدية على عينة البحث وعلى المجموعتين التجريبية والضابطة وتم اجراؤها على الملعب الرياضي الخارجي للإعدادية نفسه وعلى يد الاساتذة الذين قامت وا بتطبيق الاختبارات القبلية حيث تم اجراء الاختبارات في يوم 2026/2/ 25.

2-10 الوسائل الاحصائية

تم معالجة البيانات الاحصائية ب الحقيبة الاحصائية (SPSS) .

3- عرض وتحليل ومناقشة النتائج

3-1 عرض وتحليل النتائج للاختبارات القبلية والبعدية للمهارات الأساسية (الإخماد , الدحرجة , الإخماد) في كرة القدم للمجموعتين التجريبية والضابطة ومناقشتها
جدول (4) يبين الاختبارات القبلية والبعدية لمهارتي (الدحرجة , الإخماد) في كرة القدم للمجموعتين الضابطة والتجريبية

المجاميع	المهارة	وحدة القياس	س	قبلي ±ع	بعدي س	±ع	قيمة(ت) المحسوبة	دلالة الفروق
الضابطة	الدحرجة	ثا	14,1	0,567	11,75	0,54	11,112	دال
	الإخماد	درجة	2,2	0,632	7,8	1,316	14	دال
	الدحرجة	ثا	14,3	0,674	11,5	0,707	8,573	دال
التجريبية	الإخماد	درجة	2,4	0,699	8	1,247	13,119	دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (9) هي = (1,833) .
يتبين من خلال الجدول (4) تفوق إستراتيجية التعلم من القائم على التحدي (CBL) وفق تمرينات التوافق الحركي وتعزو الباحثة التفوق لاستخدام إستراتيجية التعلم من القائم على التحدي (CBL) وفق تمرينات التوافق الحركي قد ساهمت في تغييراً أو تعديل في سلوك الفرد نتيجة قيامه بأحد أشكال أساليب التعلم الحديثة التي جاءت بها الحركة التربوية المعاصرة , استناداً لبعض النظريات النفسية التربوية التي تعتمد مبدأ التعاون أساساً للتعلم على صعيد الفرد والمجموعة التعاونية كاملة" يعني ترتيب الطلبة في مجموعات , وتكليفهم بعمل يقومون به مجتمعين متعاونين فيما بينهم , بتوزيع واجبات لكل فرد

كجزء من المهارة المراد تعلمها ، في أجواء مريحة خالية من التوتر و القلق ، وترتفع فيها دافعية الطلبة بشكل أكبر. " (4)

كما تؤكد الباحثة أن التعلم القائم على التحدي (CBL) الأخذ استراتيجيات التعلم القائم على التحدي فإن الأمر يتطلب أن يتفهم المعلمون أساسيات ومكونات الموقف التعليمي للتحدي والطرق التي يمكن من خلالها تطبيقه في الفصل والمدرسة " (5)

فضلا عن ذلك تعزو الباحثة بتسم التعلم التحدي (CBL) بالعديد من المميزات التي ساعدت على انتشاره واستخدامه في الفصول الدراسية وفي تدريس المواد المختلفة ولتحقيق أهداف تعليمية متعددة كالأهداف الوجدانية مثل تكوين الاتجاهات وإنمائها وإنماء التقرير والعلاقات الشخصية بين الأفراد ، والأهداف المتعلقة بتعلم مهارتي الدرجة و الاخاماد " وهي تمثل المهارات للتعلم القائم على التحدي الضرورية لكل فرد في المجموعة ولا توجد مهارة تضاهي في أهميتها ، ذلك لأن أغلب التفاعلات الإنسانية عبارة عن تفاعلات تعاونية وبالتالي يمكن اعتبار كل المهارات التي تتحكم في التفاعل الذي يحدث بين الأشخاص والمهارات التنظيمية عبارة عن مهارات التعامل الاجتماعي والتي يحرص المعلم على إكساب التلاميذ إياها مثل احترام الرأي والرأي الآخر وتشجيع الآخرين والتعبير عن الرأي بوضوح " (6)

كما تؤكد الباحثة ان استراتيجيات التعلم القائم على التحدي (CBL) قد كون خبرة تعليمية لدى المتعلمين من خلال المجاميع التعاونية والعمل الجماعي مما جعل عملية التعلم أكثر نشاطا وفاعلية "أسلوب تعليمي يركز على إشراك الطلاب في مواقف تحفز تفكيرهم التحليلي والإبداعي من خلال طرح تحديات تتطلب البحث عن حلول مبتكرة. يعزز هذا النموذج التعلم النشط عبر الاستقصاء واتخاذ القرار ، مما يساعده الطلاب المتفوقين على مهاراتهم العقلية وتطبيق المعرفة بطرق أعمق. في تدريس " (7)

كما تؤكد الباحثة ان التمرينات للتوافق الحركي كانت ملائمة جدا لنوعية المهارات وعملت على تعلمها وذلك لان هذا النوع من التمارين اسهم في إيجاد توافق بين العينين والرجلين " تعد تمرينات التوافق الحركي جوهر عملية التعلم الحركي " (8)

كما ان للتمرينات التي استخدمتها الباحثة أثارت المثيرات اللفظية والحركية حواس الطلاب، فزادت دافعيتهم. "اذ ان كلما اشتركت أكثر من حاسة في استقبال المعلومات لتقريب الخبرات التعليمية كلما كانت افضل في العملية التعليمية لتعلم مهارتي الدرجة و الاخاماد " (9)

3 - 3 عرض نتائج الاختبارات البعدي - البعدي للمجموعتين (الضابطة والتجريبية) للمهارتين (الدرجة - الاخاماد) ومناقشتها .

جدول (5) يبين الاختبارات البعدي - البعدي للمجموعتين (الضابطة والتجريبية) للمهارتين في كرة القدم

المهارات	الضابطة		التجريبية		قيمة (ت) المحسوبة	دلالة الفروق
	س	ع±	س	ع±		
الدرجة	11,75	0,54	11,5	0,707	0,889	عشوائي
الاخاماد	7,8	1,316	8	1,247	0,349	عشوائي

(4) إسماعيل مكنى نامس : اثر وحدات تعليمية وفق انموذج ايدجا في دافعية الأداء وتعلم بعض مهارات كرة القدم للطلاب ؛ رسالة ماجستير ، كلية التربية الأساسية ، الجامعة المستنصرية ، 2025 ، ص 23.

(5) رشا محمود بدوي ؛ هبة محمد محمود : برنامج مستند إلى التعلم القائم على التحدي لتنمية الممارسات العلمية والرياضية والهندسية والمثابرة الأكاديمية للطلاب المعلمين تخصص STEM بكلية التربية ، بحث منشور ، مجلة كلية التربية في العلوم التربوية. مج. 46، ع. 3، 2022 ، ص 235.

(6) حلمي محمد حلمي : فعالية نموذج التعلم القائم على التحدي في تحسين عقلية الإنماء والرشاقة المعرفية لدى طلاب كلية التربية النوعية جامعة الإسكندرية ، بحث منشور ، المجلة التربوية ، جامعة سوهاج - كلية التربية ، 2020 ، ص 693 .

(7) فزات غني نوري ؛ الهام جبار فارس : أثر برنامج إثرائي على وفق أنموذج التعلم القائم على التحدي في تحصيل مادة الرياضيات لطلاب الصف الخامس العلمي في مدارس المتفوقين ، مجلة نوار للعلوم التربوية والإنسانية ، عدد خاص للمؤتمر العلمي الدولي الرابع للعلوم التربوية والنفسية جامعة البصرة ، 2025 ، ص 195 .

(8) وجيه محجوب: نظريات التعلم والتطور الحركي ، ط1، دار الوائل للطباعة ، عمان ، الأردن ، 2001 ، ص 9 .

(9) محمد حسين حسن: طرائق تدريس الألعاب الجماعية بين النظرية والتطبيق، ط1 ، دار الوفاء ، الإسكندرية ، مصر ، 2017 ، ص 17 .

3-5 مناقشة نتائج لمقدار التغير لاختبارات البعدي - الاحتفاظ للمجموعتين (الضابطة والتجريبية) للمهارتين (الدرجة - الإخماد) في كرة القدم

استنادا لجدول (5,6,7) نلاحظ إن هنالك تفاوت في نسب التغير بين المجموعتين (الضابطة والتجريبية) مما يدل على أن هنالك نسبة احتفاظ كبير لمهارة الدرجة , وأما بالنسبة لمهارتي الإخماد فقد كان النسبة المئوية لمقدار التغير كبير بالمقارنة مع مهارة الدرجة للمجموعة التجريبية ما يدل على وجود درجة احتفاظ كبيرة مما هي عليه في مهارة الدرجة, ويمكن القول أن هناك نسبة تحسين بالذاكرة بمعنى آخر إن استراتيجية التعلم القائم على التحدي (CBL) قد أسهمت بشكل واضح من خلال الوحدات التعليمية التي صممت ليتعلم الطلاب هو أنموذج تدريسي يقوم فيه المتعلمون بأداء المهارات المتعلمة مع بعضهم البعض مع المشاركة في الفهم والحوار والمعلومات المتعلقة بالمهارات كما يساعد بعضهم البعض في عملية التعلم, ومن خلال هذا الأداء والتفاعل تنمو لديهم الكفايات الشخصية والاجتماعية والايجابية. " فاعلية في رفع مستويات الطالب إلى أداء أفضل ولتجنب ذلك بذل أفراد المجموعة جهوداً جادة للحصول على أفضل أداء مبتعدين عن الذاتية مندمجين في العمل الجماعي " (10) كما تعزو الباحثة تفوق المجموعة التجريبية لاستراتيجية التعلم القائم على التحدي (CBL) كونه أنموذجاً من التعلم ذو مواصفات تختلف عما هي عليه في الأساليب التقليدية, ومنها تقسيم الطلبة إلى مجموعات عشوائية, لإنجاز مهمات محددة , يتعاونون فيما بينهم لإنجازها باعتماد الواحد على الآخرين , ويعمل الجميع من أجل كل عضو في المجموعة , ومن ثم من أجل الجميع , إذن يتحقق الهدف من خلال تعاونهم, وهذا التعلم سيضمن لكل عضو في المجموعة وهذا ما تتفق به الباحثة مع (مناجد ماجد حسن 2025) " أن استراتيجية التعلم عبر التحديات تتجاوز بالمتعلمين من مجرد حفظ نصوص القانون وفقراته إلى تطبيقها في سياق حقيقي يحول اكتساب المعرفة الى حالة فاعلة تعزز عمق الفهم وتحليل المواقف المعقدة وتساعد المتعلمين على اتخاذ القرارات الصحيحة, كما تعمل على بناء المعرفة لدى المتعلمين من خلال البحث عن لوائح القانون وفقراته ومحاولة تفسيرها وبشكل تعاوني يتيح تنوع التفكير ويرسخ المعرفة القانونية لديهم على المدى البعيد" (11)

تعويد الطلبة على البحث والاستقصاء والاستفسار , لضمان تعلم الجزء الموكل إليهم من المهارة. وتعويدهم على احترام آراء الزملاء وانخفاض المشكلات السلوكية وزيادة الحافز للتعلم " (12) وترى الباحثة أن هذه الإستراتيجية يستفيد منها الفرد ضمن العمل الجماعي الذي يمكن الفرد من القدرة على التميز عن الذات للمشاركة الفعالة مع الجماعة (أفراد المجموعة) التي امتلك منها المعرفة التي تساعده على حل المشكلات في جميع مراحل الأداء المختلفة وكل ذلك يؤدي إلى أداء الفرد داخل المجموعة وهذه من القيم التربوية التي تساهم في إنجاح العملية التدريسية تهدف إلى تحسين وتنشيط أفكار الطلاب الذين يعملون في مجموعات يعلم بعضهم بعضاً ويتحدون فيما بينهم بحيث يشعر كل فرد من أفراد المجموعة بمسؤولية اتجاه مجموعته وأن استجابة الفرد في هذه الاستراتيجية لآراء أفراد المجموعة في تعلم المهارة يعتمد على كيفية اتخاذ القرار المشترك لحل المشكلة المطروحة , كما فسرت الباحثة إن أول مطلب وفائدة لدرس منظم على أساس استراتيجية التعلم القائم على التحدي هو أن يعتقد الطلبة, بأن عملهم وهدفهم واحد للجميع , وعليهم جميعاً النجاح في أداء المهمة التعاونية, لذلك عليهم أن يتأكدوا من ان جميع أعضاء مجموعتهم يتعلمون هذه المادة, وهذه الفائدة تتعلق بإلغاء الأنوية والرأي الشخصي الذاتي, وإظهار الجمعية والرأي الجماعي الواحد. وهنا سيتوافر الاعتماد المتبادل الإيجابي,

(1) jnson Laurence Fet alet al : Challenge-Based Learning: An Approach for Our Time Austin, Texas, The New Media Consortium,p, 92(2), 2009, p73-78

(2) مناف ماجد حسن : تأثير استراتيجية التعلم القائم على التحديات (CBL) وفقاً للنموذج الهجين في التحصيل المعرفي لقانون كرة اليد لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة , بحث منشور , مجلة جامعة الأنبار للعلوم البدنية والرياضة , المجلد 16 , العدد 3 , 2025 , ص 10 .

<https://doi.org/10.37655/uaspesj.2025.160875.1285>

(3) انتصار محمد محمد ؛ فاعلية استخدام مدخل التعلم القائم على السياق CBL في تدريس العلوم في تنمية عمق المعرفة العلمية والتفكير التصميمي لدى التلاميذ المعاقين سمعياً , بحث منشور , مجلة كلية التربية , جامعة أسيوط , المجلد 41, العدد 1, ج. 2 , 2025 , ص 169 .

عندما يدرك الطلبة أنهم مرتبطون مع أقرانهم في المجموعة بشكل لا يمكن أن ينجحوا هم مالم ينجح أقرانهم في المجموعة (وبالعكس). كما يؤدي إلى تكوين العديد من الاتجاهات التي يرغب بها المتعلم وهي اتجاهات ايجابية نحو اتخاذ القرار وحل المشكلات ومعرفة مراحل الأداء, من أجل الوصول إلى الأداء الأمثل , كذلك تفسر الباحثة ذلك بأن هذا استراتيجية التعلم القائم على التحدي (CBL) تعمل إلى زيادة مسؤولية الفرد في هذه المجموعة من خلال التأكيد على أجزاء المهارة حتى ينجح جميع أعضاء المجموعة بنجاح وأن نشاط الفرد في هذه المجموعة يهدف إلى ترجمة الهدف التعليمي إلى مواقف وإلى خبره يتفاعل معها الطالب أولاً , ثم يتفاعل مع أفراد المجموعة من خلال ما يكسب من نتائج لسلوكه في تعلم المهارة عن طريق هذه الإستراتيجية , كما يرى الباحث إن استخدام هذه الإستراتيجية يعمل على دمج قدرات المجموعة في محصلة واحدة ليستفيدوا جميعاً منها ويحسوا إنهم مسئولون عن انجاز كل فرد فيها من أجل تحقيق هدف جماعي " ويراعي التعلم القائم على التحدي (CBL) إتاحة الفرصة أثناء طرح الآراء من المجموعات التعاونية ب تحليل تلك الحلول المقترحة للتحدي من خلال التأمل وتوضيح الأدلة التي تدعم حلولهم والجوانب التي تحتاج إلى تحسين كما يتم وضع معايير للحلول من أجل المفاضلة بينها حتى تكون حلول مبتكرة، وقابلة للتطبيق، ومناسبة للتحدي المطروح، ومراعية لتكامل المعرفة والإمكانيات المتوفرة ويمكن أن يسهم التعلم القائم على التحدي (CBL) في تنمية القدرة لدى المتعلمين في حل المشكلات والتفكير الرياضي بشكل عام؛ وذلك الاستناد على مشكلات من واقع حياة الطلاب، كما أنه يسهم في زيادة مشاركة الطلاب ورفع مستوى الإنجاز لديهم عند حل المشكلات الرياضية لارتباطه بواقعهم اليومي" (13)

ويسهم هذا المدخل أيضاً في تنمية حل المشكلات المرتبطة بالأداء الحركي، مثل تصحيح الأخطاء، تحسين التكنيك، واتخاذ القرار أثناء الممارسة، وهو ما يجعله مناسباً جداً لدرس التربية البدنية والمهارات الرياضية. لذلك فهو لا يركز على إتقان الحركة فقط، بل على فهمها وتطبيقها في سياقات مختلفة، بما يدعم ثبات التعلم وانتقال أثره إلى مواقف اللعب والتعلم .

وبهذا يكون الاحتفاظ بتحقيق بالنسبة لمهارة الدرجة وهذا ما يفسر لنا تفوق مهارة الاخمد في الضابطة، وعليه يمكن القول ان كلا المجموعتين قد حققا نسبة اكتساب لبعض المهارات وتحقيق نسبة تغير قليلة لبعضها واكثر للبعض الآخر وهذا يعود إلى أن طبيعة الأساليب تفرض على المتعلم الية اكتساب تختلف أحدهما على الأخرى وكذلك الظروف المحيطة وظروف المهارة تفرض واقعها على النتائج التي تحققت.

4- الاستنتاجات والتوصيات

1-4 الاستنتاجات

1- ان للوحدات التعليمية وفق استراتيجية التعلم القائم على التحدي (CBL) باستخدام تمرينات التوافق الحركي لها تأثير كبير جداً وفعالاً في حصول التعلم والتطور بمستوى تعلم مهارتي (-) الدرجة - الاخمد) في كرة القدم

2- أن استراتيجية التعلم عبر التحديات تحول اكتساب المعرفة الى حالة فاعلة تعزز عمق الفهم وتحليل المواقف المعقدة.

3 – لاسلوب المتبع من قبل مدرس المادة الأثر الإيجابي في تعلم مهارتي الاخمد والدرجة بكرة القدم للطلاب .

2-4 التوصيات

1 - التأكيد على استخدام استراتيجية التعلم القائم على التحدي (CBL) بوصفه منهجاً تنفيذياً لتعلم المهارات الاساسية بكرة القدم .

2 - التأكيد على تطبيق تمرينات التوافق الحركي في تعلم بعض المهارات الاخرى في كرة القدم.

3 - إجراء دراسات أخرى تتناول استراتيجية التعلم القائم على التحدي (CBL) لتعلم المهارات المختلفة في كرة القدم والالعاب الرياضية الاخرى .

(1) لولوة عبدالله الفهمي ؛ خالد محمد شريف :اثر التعلم القائم على التحدي في تنمية مهارات التفكير الجبري لدى طالبات الصف الثالث ، بحث منشور ، مجلة المناهج وطرق التدريس ، العدد4، المجلد ، 2 ، 2025 ، ص40

المراجع

- اسماعيل عبد زيد عاشور : اثر التعلم النشط وفق استراتيجية تعلم الاقران وجدولة التمرين في التحصيل المعرفي والاداء المهاري بكرة القدم , اطروحة دكتوراه, الجامعة المستنصرية, كلية التربية الاساسية, 2013.
- إسماعيل مكنى نامس : اثر وحدات تعليمية وفق انموذجا ايدجا في دافعية الأداء وتعلم بعض مهارات كرة القدم للطلاب ؛ رسالة ماجستير ، كلية التربية الأساسية ، الجامعة المستنصرية ، 2025 .
- انتصار محمد محمد ؛ فاعلية استخدام مدخل التعلم القائم على السياق CBL في تدريس العلوم في تنمية عمق المعرفة العلمية والتفكير التصميمي لدى التلاميذ المعاقين سمعيا ، بحث منشور ، مجلة كلية التربية ، جامعة أسيوط ، المجلد 41، العدد 1، ج. 2 ، 2025.
- حلمي محمد حلمي : فعالية نموذج التعلم القائم على التحدي في تحسين عقلية الإنماء والرشاقة المعرفية لدى طلاب كلية التربية النوعية جامعة الإسكندرية ، بحث منشور ، المجلة التربوية ، جامعة سوهاج - كلية التربية ، 2020 .
- حنان فوزي طه محمد: استخدام التعلم القائم على التحدي في تدريس العلوم المتكاملة لتنمية التفكير المستدام والمواطنة البيئية والشغف العلمي لدى طلاب المرحلة الثانوية ، بحث منشور ، الجمعية المصرية للتربية العلمية، مج 28، 2ع ، مصر ، 2025 .
- رشا محمود بدوي ؛ هبة محمد محمود : برنامج مستند إلى التعلم القائم على التحدي لتنمية الممارسات العلمية والرياضية والهندسية والمثابرة الأكاديمية للطلاب المعلمين تخصص STEM بكلية التربية ، بحث منشور ، مجلة كلية التربية في العلوم التربوية. مج. 46، ع. 3، 2022 .
- رعد عبدالمجيد حسن: اثر وحدات تعليمية وفقاً لاستراتيجية جيسكو وفق التمارين التوافقية في تحسين بعض المهارات الأساسية بكرة القدم ، رسالة ماجستير ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة تكريت ، 2021.
- فرات غني نوري ؛ الهام جبار فارس : أثر برنامج إثرائي على وفق أنموذج التعلم القائم على التحدي في تحصيل مادة الرياضيات لطلاب الصف الخامس العلمي في مدارس المتفوقين ، مجلة نوار للعلوم التربوية والإنسانية ، عدد خاص للمؤتمر العلمي الدولي الرابع للعلوم التربوية والنفسية جامعة البصرة ، 2025 .
- لولوة عبدالله الفهمي ؛ خالد محمد شريف : اثر التعلم القائم على التحدي في تنمية مهارات التفكير الجبري لدى طالبات الصف الثالث ، بحث منشور ، مجلة المناهج وطرق التدريس ، العدد 4، المجلد ، 2025، 2 .
- محمد حسين حسن: طرائق تدريس الألعاب الجماعية بين النظرية والتطبيق، ط 1 ، دار الوفاء ، الإسكندرية ، مصر ، 2017 .
- مناف ماجد حسن : تأثير استراتيجية التعلم القائم على التحديات (CBL) وفقاً للنموذج الهجين في التحصيل المعرفي لقانون كرة اليد لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، بحث منشور ، مجلة جامعة الأنبار للعلوم البدنية والرياضة ، المجلد 16 ، العدد 3 ، 2025.
- <https://doi.org/10.37655/uaspesj.2025.160875.1285>
- وجيه محجوب: نظريات التعلم والتطور الحركي ، ط 1، دار الوائل للطباعة ، عمان ، الأردن ، 2001.
- jnson Laurence Fet alet al : Challenge-Based Learning: An Approach for Our Time Austin, Texas, The New Media Consortium,p, 92(2), 2009.

الملاحق

ملحق (1) يبين الوحدات التعليمية وفق استراتيجية التعلم القائم على التحدي
الأسبوع : الثالث
المدرسة : اعدادية النور
الوحدة: الخامس
الصف: الرابع الاعدادي
الهدف التعليمي: تنمية التوافق الحركي وتعلم مهارة الاحماء
الهدف التربوي : الضبط والالتزام بأداء التمرين
اليوم والتاريخ :

ت	أقسام الوحدة	الزمن	الأهداف السلوكية	الزمن	الاجراءات	الادوات المستخدمة	الملاحظات
1	القسم التمهيدي	15د	مرحلة الاندماج أن يتمكن الطالب من إدراك أهمية السيطرة على الكرة عبر صياغة تحدٍ عملي يتمثل في إخماد الكرة تحت ظروف متنوعة. يطرح سؤالاً أساسياً: "كيف أسيطر على الكرة بدقة؟"، ثم يحدد التحدي المتمثل في استقبال الكرة الأرضية والعالية والسريعة، ليبدا التفكير في حلول واقعية أثناء اللعب	5د	وقوف الطلاب ، الحضور ، التحية الرياضية		التأكيد على الضبط والنظام
				5د	السير والهولة حول الملعب وأداء تمارين الإحماء		
				5د	تمارين تمطية (للذراعين والجزع والرجلين)	صافرة	التأكيد على صحة التمرين
2	القسم الرئيس	25د	مرحلة التقصي . أن يقوم الطالب بالبحث والتجريب لفهم أساليب الإخماد المختلفة، من خلال استخدام القدمين، ضبط التوازن، وملاحظة الأخطاء الشائعة. يشارك في أنشطة عملية مثل استقبال كرات بسرعات مختلفة، مشاهدة نماذج احترافية، وتحليل أدائه الشخصي، ليطور استراتيجيات عملية تساعد على تحسين دقة الإخماد في المواقف المتنوعة.	10د	شرح طريقة اداء تمارين الوحدة التعليمية	كرة قدم	
				15د	تمرين الكرة المزدوجة - الأدوات: كرتان، مساحة لعب صغيرة. - آلية التنفيذ: المدرب يمرر كرتين متتاليتين بسرعة مختلفة، على الطالب إخماد الكرة الأولى بالقدم اليمنى ثم مباشرة إخماد الثانية بالقدم اليسرى. يكرر التمرين عدة مرات مع تغيير سرعة	كرات قدم، ساعة توقيت , صافرة شواخص اقماع ، حلقات دائرية	زمن كل تمرين (4د) , الراحة لمدة (1د)



		النشاط التطبيقي أن يطبق الطالب الحلول المقترحة عملياً عبر أداء تدريبات الإخماد مثل الكرة المزدوجة، الإخماد مع تغيير الاتجاه، والإخماد بعد القفز. يقدم أداءً عملياً أمام زملائه، ثم يشارك في تقييم جماعي يحدد نقاط القوة والضعف، ويعيد المحاولة بتحسين أسلوبه، ليصل إلى مستوى متقدم من التحكم بالكرة.					
3	القسم الختامي	5د	ان يشارك المتعلمين بالمناقشة والتأمل للتحديات المنضوية بالواجبات الحركية للمهارة	لعبة صغيرة	5د	نشاط حركي توافقي بالكرة بين الطلاب	مشاركة جميع الطلاب

ملحق (2) يبين نماذج لتمارين التوافق الحركي المستخدمة في الوحدات التعليمية تمارين التوافق الحركي لمهارة الإخماد

1. تمرين الكرة المزدوجة
- الأدوات: كرتان، مساحة لعب صغيرة.
- آلية التنفيذ: المدرب يمرر كرتين متتاليتين بسرعة مختلفة، على الطالب إخماد الكرة الأولى بالقدم اليمنى ثم مباشرة إخماد الثانية بالقدم اليسرى. يكرر التمرين عدة مرات مع تغيير سرعة التمريرات.
2. تمرين الإخماد مع تغيير الاتجاه
- الأدوات: كرة واحدة، أقماع لتحديد الاتجاهات.
- آلية التنفيذ: الطالب يستقبل الكرة ويخمدتها، ثم يتحرك فوراً يميناً أو يساراً حسب إشارة المدرب. يكرر التمرين مع زيادة سرعة التمريرات وتغيير الاتجاهات.
3. تمرين الإخماد مع القفز والهبوط
- الأدوات: كرة واحدة، منطقة مفتوحة.
- آلية التنفيذ: المدرب يرسل كرة عالية، على الطالب القفز ثم إخماد الكرة عند الهبوط. يتم تغيير ارتفاع الكرة وزاوية سقوطها تدريجياً لزيادة التحدي.
- تمرارين التوافق الحركي لمهارة الدحرجة
4. تمرين الدحرجة بين الأقماع
- الأدوات: كرة واحدة، مجموعة أقماع مرتبة بشكل متعرج.
- آلية التنفيذ: الطالب يدحرج الكرة بين الأقماع باستخدام القدم اليمنى فقط، ثم يعيد التمرين بالقدم اليسرى. الهدف هو التحكم الدقيق والتوازن بين القدمين.
5. تمرين الدحرجة مع تمرير زميل
- الأدوات: كرتان، زميل للتعاون.
- آلية التنفيذ: الطالب يدحرج الكرة لمسافة قصيرة ثم يمررها لزميل، ويستعيد كرة أخرى فوراً ويكرر العملية. يدمج التمرين بين الدحرجة والتمرير السريع.
6. تمرين الدحرجة مع توقيت صوتي
- الأدوات: كرة واحدة، صفارة أو إشارة صوتية.
- آلية التنفيذ: الطالب يدحرج الكرة بسرعة معينة، وعند سماع الصفارة يغير الإيقاع (من بطيء إلى سريع أو العكس). الهدف هو تطوير التوافق بين السمع والحركة والتحكم في الإيقاع.