

برنامج تعليمي لتنمية بعض المهارات الأساسية في رياضة المبارزة وفقاً

لنماذج البرمجة اللغوية العصبية

د.رحاب محمد محمود سلامة.

المقدمة:

تقوم البرمجة اللغوية العصبية بدراسة كيفية تنظيم الخبرات الذاتية ، وكيفية التفكير في القيم والمعتقدات ، وكيفية ايجاد الحالات الانفعالية ، وكيفية تشييد عالما داخلي من خبراتنا ونكسبة معنى ، وتعنى البرمجة اللغوية العصبية بدراسة التألق والجودة للأفراد والمؤسسات البارزة ، وتعليم هذه الطرق للأخريين حتى يتمكنوا من احراز نفس نوعية النتائج ، ويطلق على هذه النوعية النمذجة . (١٥:٤) البرمجة اللغوية العصبية:

(Neuro Linguistic Programming) واختصاراً (NLP)

كلمة Neuro تعني عصبي أي متعلق بالجهاز العصبي، الجهاز العصبي هو الذي يتحكم في وظائف الجسم وأدائه وفعالياته: كالسلوك، والتفكير، والشعور
كلمة Linguistic تعني لغوي أو متعلق باللغة: واللغة هي وسيلة التعامل مع الآخرين.
كلمة Programming تعني برمجة، والبرمجة هي طريقة تشكيل صورة العالم الخارجي في ذهن الإنسان، أي برمجة دماغ الإنسان.

البرمجة اللغوية العصبية علم يدرس طريقة التفكير في إدارة الحواس ، ومن ثمّ يبرمج ذلك وفق الطموحات التي يضعها الإنسان لنفسه.

تصنف البرمجة اللغوية العصبية الناس إلى أصناف بحسب تغليب الحواس لديهم إلى (بصري، وسمعي، وحسي)، وتعد الحواس وما يرتبط بها من خصائص نفسية، ووظائف حسية، من أدق وأهم الأجهزة، التي تؤدي دورها في حياة الإنسان، ولا يتوقف استيعاب المعرفة على ما عند الإنسان من مستوى حسي فقط ، بل إن هذه المعرفة يمكن الارتقاء بها إلى أعلى مستوى من التدريب على تطوير العمليات الإرادية للحواس ومن أهم الحواس التي تلعب دوراً مهماً في اكتساب معارف الإنسان، ومستوى أدائه لمختلف أعماله هما حاستا السمع والبصر.(٢)

مشكلة البحث :

لندرة الأبحاث التي تدرس تصنيفات الحواس وتغليبها في العملية التعليمية ، بالرغم من أهمية هذه الحواس في اكتساب المعارف والمهارات ، وحيث لاحظت الباحثة أثناء العملية التعليمية (خطوات تعليم المهارات) أن استجابة الطالبات للعملية التعليمية تكون غير متوازنة ، فبعض الطالبات قد تستوعب الشرح النظري والتطبيق العملي أثناء تعليم المهارات الأساسية من أول مرة والبعض الآخر قد يحتاج إلي إعادة شرح الأداء والتطبيق مرة أخرى وهناك طالبات قد لا يستجيبوا بالمرة وترجع الباحثة ذلك الي اختلاف أنماط الطالبات في تغليب حواسهم لاكتساب المعارف فمنهم السمعى ومنهم البصري ومنهم الحسى الأمر الذي دفع الباحثة إلي وضع برنامج تعليمي لتنمية بعض المهارات الأساسية في رياضة المبارزة وفقا لنماذج البرمجة اللغوية العصبية

هدف البحث :

يهدف البحث إلى وضع برنامج تعليمي لتنمية بعض المهارات الأساسية في رياضة المبارزة وفقا لنماذج البرمجة اللغوية العصبية ، والمتمثلة في (التقدم والتقهقر ، الحركة الانبساطية ، الهجمة المغيرة ، فرد الذراع ، الدفاع السادس والطعن) .

فروض البحث:

- ١- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (بصري) في المهارات الأساسية (قيد البحث) في رياضة المبارزة لصالح متوسط درجات القياس البعدي .
- ٢- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (سمعى) في المهارات الأساسية (قيد البحث) في رياضة المبارزة لصالح متوسط درجات القياس البعدي .
- ٣- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثالثة (حسى حركى) في المهارات الأساسية (قيد البحث) في رياضة المبارزة لصالح متوسط درجات القياس البعدي .

الدراسات السابقة:

دراسة محمد أحمد عبداللطيف (٢٠١١م) (٥) بعنوان التدريب العقلى باستخدام البرمجة اللغوية العصبية لتطوير استراتيجيات التفكير وفعالية الأداء فى بعض الرياضات الفردية ، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي نادى ٦ أكتوبر الرياضى وعددهم (٩) لاعبين من لاعبي الكاراتية، ومن أهم

الاستنتاجات فعالية البرنامج المقترح للبرمجة اللغوية العصبية فى تنمية مهارات الاسترخاء والتصور العلى وتركيز الانتباه وتطوير استراتيجيات التفكير وفاعلية الأداء الرياضى .

مصطلحات البحث:

البرمجة اللغوية العصبية (NLP) Neuro-Linguistic Programming

علم وفن دراسة ما يحدث فى الفكر والسلوك واللغة، سواء اللفظية أ و غير اللفظية (لغة الجسم) بهدف تطوير وتحسين هذه المكونات ،لتحقيق التغيير الايجابى ،والتميز والتفوق الانسانى ،بما يساعد الفرد الرياضى على تحقيق النتائج المرجوة التى يريدها سواء فى رياضة أو حياته . (٦ : ١٥)

إجراءات البحث :

منهج البحث :

أستخدمت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم تجريبي ثلاثة مجموعات تجريبية وذلك لمناسبته وطبيعة هذا البحث.

عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية من طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية - جامعة أسيوط الذين يدرسون مادة أساسيات المبارزة للعام الدراسي ٢٠١١م/ ٢٠١٢م . وقد بلغ عدد الطالبات (٦٠ طالبة) تم تقسيمهن إلى ثلاث مجموعات: (٢٦ بصري)، (١٩ سمعي)، (١٥ حسي)، وذلك حسب نتائج اختبار نموذج النمط التمثيلي (VAK) **Test Model Pattern** **Representativeness** جميعهم خضعوا للبرنامج التعليمي المقترح بواقع وحدتان تعليميتان أسبوعياً، مع مراعاة الاختلاف عند التطبيق لكل مجموعة حسب النمط الخاص بها - كما جري التطبيق لكل مجموعة مع تعريف أفرادها طبيعة النمط الخاص بهم حتى يتم التفاعل بتلقائية وبعد التأكد من صدق وثبات اختبار (نموذج النمط التمثيلي (VAK) قامت الباحثة بتقسيم العينة طبقاً لنتائج الاختبار. وجدول (١) يوضح توصيف العينة من حيث (حجم العينة - متوسط الاعمار بالسنة - تقسيم العينة طبقاً لنتائج اختبار نموذج النمط التمثيلي (VAK) كما يوضح جدول (٢) إجراء التجانس لعينة البحث في الاختبارات المهارية في رياضة المبارزة.

جدول (١)

توصيف عينة البحث الأساسية (ن = ٦٠)

حجم العينة	متوسط الاعمار بالسنة	بصري V	سمعي A	حسي K
٦٠	١٨.٦	٢٦	١٩	١٥

جدول (٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لعينة البحث في

الاختبارات المهارية في رياضة المبارزة. ن = ٦٠

م	الاختبارات	وحدة القياس	م	ع	الوسيط	ل
١	سرعة التقدم والتقهقر مسافة ٦م.	ثانية	٩.٤٧	٠.٤٦٢	٩.٣٦	.٦٤٣
٢	سرعة ودقة الحركة الانبساطية.	درجة	٧٨.٣١	١٤.٩١	٧٨.٤٥	-٠.٦٨٧
٣	سرعة ودقة الهجمة المغيرة.	درجة	٧٨.٣٢	١٤.٦٧	٧٨.٢٥	.٨٥٤
٤	سرعة ودقة فرد الذراع المسلحة.	درجة	٨٧.٥٦	١٥.٥٣	٨٧.٥٥	.٤٣٩
٥	سرعة ودقة الدفاع السادس والرد بالطعن.	درجة	٨٣.٦٣	١٣.٤٨	٨٣.٧٠	-٠.٥٣٦

يتضح من جدول (٢) قيم معامل الالتواء لدى عينة البحث في القياسات القبلية لأختبارات (سرعة ودقة) المهارات الاساسية في رياضة المبارزة التي تم على أساسها التجانس قد انحصرت ما بين (٣+، -٣) مما يدل على تجانس العينة في هذه القياسات.

أدوات جمع البيانات:

١- المراجع العربية والأجنبية .

٢- اختبار نموذج النمط التمثيلي (VAK) . ملحق (١)

٣- اختبارات المهارات الأساسية لمتغيرات البحث. (٧) ملحق (٢)

٤- البرنامج التعليمي . ملحق(٣)

٥- جهاز قياس سرعة ودقة الأداء .

- اختبارات المهارات الأساسية:

تم تحديدها كما وكيفاً وتمثلت كالاتي في :

١- سرعة التقدم والتقهقر مسافة٦م.

٢- سرعة ودقة الحركة الانبساطية.

٣- سرعة ودقة الهجمة القاطعة.

٤- سرعة ودقة فرد الذراع.

٥- سرعة ودقة الدفاع السادس والرد بالطعن.

وقد تم اختيار هذه الاختبارات لأنها قد اتسمت بصدق وثبات عالي في الأبحاث السابقة على عينة

البحث.

المعاملات العلمية للاختبارات المهارية:

استخدمت الباحثة طريقة تطبيق الاختبار واعادته في الفترة من ٢٤/٩/٢٠١١م إلى ٢/١٠/٢٠١١م على عدد (١٠) طالبات مماثلين لعينة البحث وخارج العينة الأساسية بهدف لإيجاد معامل الثبات للاختبارات المهارية قيد البحث.

وقد أسفرت النتائج عن إيجاد معامل الثبات للاختبارات المهارية قيد البحث عن طريق تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه بفارق زمني بين التطبيقين الأول والثاني (١٠) أيام بنفس الظروف أي في نفس التوقيت والمكان والأدوات والمساعدین لإمكانية ضبط المتغيرات والجدول رقم (٣) يوضح معامل الثبات والصدق للاختبارات المهارية.

جدول رقم (٣)

ن = ١٠

معاملات ثبات الاختبارات المهارية قيد البحث

الصدق الذاتي	معامل الارتباط (ر)	البيانات				المتغيرات	الاختبارات المهارية
		التطبيق الثاني		التطبيق الأول			
		ع	س	ع	س		
٠.٩٥٨	*٠.٨٩٤	١.٢٧	٩.٤٢	٠.٤٥٣	٩.٨٣	سرعة التقدم والتقهر مسافة ٦م	
٠.٩٤٣	*٠.٩٦٤	٢١.٥٤	٨٨.٤١	١٤.٥٦	٧٧.٧٦	سرعة ودقة الحركة الانبساطية	
٠.٩٨٣	*٠.٩١٦	٢٢.٣٢	٨٤.٨٥	١٣.٣٤	٧٧.٣٢	سرعة ودقة الهجمة المغيرة	
٠.٩٢٥	*٠.٩٥٣	٢٦.١٢	٩٩.٦٧	١٤.٨٣	٨٥.٤٥	سرعة ودقة فرد الذراع	
٠.٩٧٦	*٠.٩٥٢	١٩.٤٧	٩٥.٩٣	١٢.٤٥	٨٤.٨٦	سرعة ودقة الدفاع السادس والرد بالطعن	

ر الجدولية = (٠.٥٨٢)

يتضح من الجدول رقم (٣) وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين التطبيقين الأول والثاني في جميع الاختبارات المهارية قيد البحث، حيث أن قيمة " ر " المحسوبة أكبر من قيمة " ر " الجدولية = (٠.٥٨٢) كذلك قيمة معامل ألفا تتراوح ما بين (٠.٩٢٥ : ٠.٩٧٦) مما يدل على ثبات وصدق الاختبارات المهارية.

البرنامج التعليمي المقترح مرفق (٣) :

الإجراءات التنفيذية:

- تم إجراء القياسات القبليّة لعينة البحث في يوم الاثنين ٢٠١١/١٠/٣ لتطبيق اختبارات المهارية.
- تم تطبيق البرنامج التعليمي المقترح في يوم الاثنين الفترة من ٢٠١١/١٠/١٠ حتى ٢٠١١/١١/٢١م، لمدة ستة أسابيع بواقع وحدتان تعليميتان أسبوعياً، مع مراعاة الاختلاف عند التطبيق لكل مجموعة حسب النمط الخاص بها، وجدول (٤) يوضح ذلك:-

جدول (٤)

آراء الخبراء في تحديد محاور وفترات البرنامج التدريبي المقترح

م	المحاور	الفترات	آراء الخبراء %
١	مدة البرنامج	(٦) أسابيع	%١٠٠
٢	عدد الوحدات التعليمية العملية	(٢) وحدة تعليمية اسبوعيا	
	عدد الوحدات التعليمية العملية الكلية	(١٢) وحدة تعليمية	
	عدد المحاضرات النظرية	(١) محاضرة	
	عدد الوحدات التعليمية النظرية الكلية	(٦) محاضرات	
	زمن الوحدة التعليمية العملية	(١٢٠) ق	
	زمن المحاضرة النظرية	(٦٠) دقيقة	
	تطبيق البرنامج التعليمي	داخل الوحدات التعليمية	

- تم بدء إجراء القياسات البعدية في ٢٣ / ١١ / ٢٠١١ م ، بنفس الأسلوب في القياسات القبليّة.
ملاحظة :

- ١- يجري التطبيق لكل مجموعة ويعلم أفرادها طبيعة النمط الخاص بهم حتى يتم التفاعل بتلقائية.
- ٢- أجريت جميع الاختبارات بوقت موحد من الساعة العاشرة حتى الساعة الثانية عشر صباحاً للقياس القبلي و البعدي.

المعاملات الإحصائية :

- المتوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- الالتواء .
- معامل الارتباط .
- اختبار(ت).

عرض ومناقشة النتائج :

جدول رقم (٥)

الفروق بين درجات متوسطات القياسات القبليّة والقياسات البعديّة لمتغيرات البحث في الاختبارات

المهاريّة للمجموعة البصريّة (ن = ٢٦)

قيمة ت	القياس البعدي		القياس القبلي		الأختبارات	المجموعه
	ع	م	ع	م		
*١١.٩٨	٠.٣٦٢	٨.٤٩	٠.٤٥٦	٩.٦٥	التقدم والتقهقر مسافة٦م	المهارات الأساسية البصريّة
*١٢.٢٣	١٦.٢٥	١٤٠.٢	١٣.٩١	٧٨.٥٦	سرعة سرعة ودقة الحركة الانبساطية	
*١٠.٥٦	١٤.٣٧	١٣٤.٧	١٤.٦٤	٧٧.١٢	سرعة ودقة الهجمة المغيرة	
*١٣.٤٥	٢٥.٥٦	١٦٣.٣	١٤.٢٣	٨٧.٤٥	سرعة ودقة فرد الذراع	
*٧.٠٢	١٦.٢٣	١٢٥.١	١٣.٥٣	٨٣.٣٤	سرعة ودقة الدفاع السادس والرد بالطعن	

(ت)الجدولية =,05=٢,060

يتضح من جدول (٥) أن قيمة (ت) تراوحت بين (٧.٠٢)، (١٣.٤٥) وجميعها دالة عند مستوى معنوى 05, أى أن هناك فروقا دالة بين القياسين القبلي والبعدي .

جدول رقم (٦)

الفروق بين متوسط درجات القياسات القبليّة والبعدية لمتغيرات البحث في الاختبارات المهارية

للمجموعة السمعية (ن = ١٩)

المجموعة	الأختبارات	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة ت
		ع	م	ع	م	
السمعية	المهارات الأساسية	التقدم والتقهقر مسافة ٦م		٩.٤٩	٠.٤٢٣	*١٤.٧٣
		سرعة سرعة ودقة الحركة الانبساطية		٧٨.٦٤	١٣.٢٣	*١٦.٧٣
		سرعة ودقة الهجمة المغيرة		٧٧.١١	١٤.٨٦	*١٥.١٤
		سرعة ودقة فرد الذراع		٨٧.٣٧	١٤.٥٦	*١٣.٤٣
		سرعة ودقة الدفاع السادس والرد بالطعن		٨٣.٢٨	١٣.٩٨	*١٢.٢٥

(ت) الجدولية = 05,10١

يتضح من جدول (٦) أن قيمة (ت) تراوحت بين (١٢.٢٥)، (١٦.٧٣) وجميعها دالة عند مستوى معنوى 05, أى أن هناك فروقا دالة بين القياسين القبلي والبعدى .

جدول رقم (٧)

الفروق بين متوسط درجات القياسات القبلية والقياسات البعدية لمتغيرات البحث في الاختبارات

المهارية للمجموعة الحسية (ن = ١٥)

المجموعة	الاختبارات	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة ت
		ع	م	ع	م	
الحسية المهارات الأساسية	التقدم والتقهقر مسافة ٦م	٠.٤١١	٨.١٠	٠.٣٤٢	٩.٢٦	*١٢.١٨
	سرعة سرعة ودقة الحركة الانبساطية	١٠.٣٤	١٣٨.٦	١٤.٨٧	٧٨.٣١	*١٤.١٩
	سرعة ودقة الهجمة المغيرة	١١.٦٥	١٣٣.١	١٤.٣٢	٧٦.١١	*١٢.٣٤
	سرعة ودقة فرد الذراع	١٣.٧٥	١٦١.٨	٢٤.٢٨	٨٦.٢٤	*١١.٢٨
	سرعة ودقة الدفاع السادس والرد بالطعن	١٤.٨٥	١٢٣.٤	١٦.٤٧	٨١.١١	*١٢.٦٩

(ت) الجدولية 05 = ٢,0145

يتضح من جدول (٧) أن قيمة (ت) تراوحت بين (١١.٢٨)، (١٤.١٩) وجميعها دالة عند مستوى معنوى 05، أى أن هناك فروقا دالة بين القياسين القبلي والبعدي .

مناقشة النتائج:

يتضح من جدول (٥) للمجموعة البصرية ، و جدول (٦) للمجموعة السمعية ، و جدول (٧) للمجموعة الحسية وجود فروق دالة إحصائيا بين القياسات القبلية والقياسات البعدية للمجموعات الثلاثة في اختبارات المهارات الاساسية المندمجة لصالح القياسات البعدية.

وتعزي الباحثة هذه الفروق الي عدة عوامل أهمها البرنامج التعليمي المقترح الذي تعرضت له المجموعات التجريبية الثلاثة ، والذي يحتوي علي تدريبات بصرية وسمعية وحسي حركية حسب كل مجموعة علي حدي.

كما تفسر الباحثة التحسن في الأداء المهاري إلى البرنامج التعليمي المقترح الذي احتوى على تدريبات متنوعة اهتمت بالأداء المهاري بالتدرج في الصعوبة لأدائها في ظروف تشبه ما يحدث في المباراة وهذا ما يؤكد السيد عبد المقصود (١٩٨٦ م) (٣ : ١٦٠) .

كما يتضح من جداول (٧،٦،٥) وجود فروق للمجموعات الثلاث في الاختبارات المهارية قيد البحث، وأن الفروق بالنسبة للمجموعة الثانية (سمعي) كانت أعلى فروق، وتليها المجموعة الأولى (البصرية) ، وأخيرا المجموعة الثالثة (الحسية).

وتري الباحثة ان تفوق حاسة السمع على حاسة البصر وحاسة الاحساس في الاختبارات المهارية قيد البحث ، نظرا لأن حاسة السمع لها ميزات تجعلها تتفوق على حاسة البصر .

ومن خلال قراءتنا لآيات الذكر الحكيم (١) وجد أنّ كلمة السَّمع و مشتقاتها و تصاريفها، قد ذكرت ١٥٨ مرة، بينما وردت كلمة البصر و مشتقاتها و تصاريفها ١٤٨ مرة فقط ، وقد ترافقتا كلمتا السَّمع و البصر في ٣٨ آية كريمة، كما ذكر في القرآن الكريم ان السمع مقدما على البصر في اكثر من ١٧ موضعا منها : "وجعل لكم السمع والأبصار والأفئدة لعلكم تشكرون" النمل(٧٨) ، "الله يسمع تحاوركم إن الله سميع بصير" المجادلة (١)، "وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا" الإسراء(٣٦)

كما تبين لعلماء التشريح والفسولوجيا أن جهاز السمع أرقى واعقد من جهاز البصر، ويمتاز عليه بادراك المجردات كالموسيقى، وإدراك التداخل مثل حلول عدة نغمات داخل بعضها البعض، مع القدرة على تمييز كل نغمة على انفراد، كما تميز الأم صوت بكاء طفلها من بين زحام هائل من آلاف الأصوات المتداخلة، ويتم ذلك في لحظة، أما العين فهي تتوه في ازدحام التفاصيل ولا تعثر على ضالتها "يتوه الابن عن عين أمه في الازدحام، ولا يتوه عن سمعها" (٨ : ٢٦٧-٢٧٧) .

وأكد (شاربلي) نقلا عن (ماتيفيف) تفوق الاستجابة السمعية على الاستجابة البصرية عندما أجرى تجربة قياس سرعة الاستجابة من خلال حاستي السمع والبصر بين مجموعتين من رياضي ذو المستوى

العالي وبين غير الممارسين للرياضة بواسطة مثير صوتي وضوئي فكانت نتائج التجربة تفوق سرعة الاستجابة لدى الرياضيين ذو المستوى العالي وغير الممارسين للرياضة في حاسة السمع أسرع من البصر (٩ : ١٧٤) .

ويرجع الكثير من العلماء إنَّ تقديم العين على الأذن في مقابل تقديم السَّمع على البصر إلى التكوين الفيزيولوجي أو الترتيب الخلقي فالعين والأذن أداتان يتم من خلالهما يتم استقبال موجات الضوء و الصوت لترسلها عبر الأعصاب إلى مراكز السَّمع و البصر داخل المخ البشري .

وبذلك تتحقق فروض البحث والتي تنص على :-

- ١- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية الأولي (بصري) في المهارات الأساسية قيد البحث في رياضة المبارزة لصالح القياس البعدي.
- ٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (سمعي) في المهارات الأساسية قيد البحث في رياضة المبارزة لصالح القياس البعدي.
- ٣- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثالثة (حسي حركي) في المهارات الأساسية قيد البحث في رياضة المبارزة لصالح القياس البعدي.

الاستنتاجات والتوصيات:

الاستنتاجات:

- ١- النمط البصري أكثر انتشاراً بين الناس، ويليه النمط السمعي، وأخيراً النمط الحسي حركي من حيث العدد.
- ٢- النمط السمعي له أفضلية على النمط البصري والنمط الحسي حركي في قياس الاختبارات المهارية الأساسية .
- ٣- أن العملية التعليمية تحدث أثراً أكثر فاعلية عند مراعاة أنماط المتعلمين، والتعامل معهم في ضوءها.

التوصيات:

- ١- يجب عند تخطيط البرامج التعليمية مراعاة تقنين المحتوى في ضوء النمط التمثيلي للطلاب.
- ٢- يجب مراعاة الفروق الفردية للطلاب باحتواء الوحدات التعليمية علي تدريبات بصرية وسمعية وحسي حركية حسب النمط التمثيلي للطلاب.
- ٣- إجراء بحوث مماثلة علي الجنسين في رياضة المبارزة ، وفي رياضات مختلفة.

المراجع:

١- القرآن الكريم

- ٢- إبراهيم الفقي (٢٠٠٨م): البرمجة اللغوية العصبية، دار الراية، المركز الكندي للتنمية البشرية، الجيزة.
- ٣- السيد عبد المقصود (١٩٨٦م) : نظريات الحركة ، مطبعة الشباب الحر ومكتباتها ، القاهرة .
- ٤- جوزيف اوكونر ، مراجعة سلوى بنت محمد بهكلي (٢٠٠٧) : الكتاب العملى فى البرمجة اللغوية العصبية ، دار الميمان للنشر والتوزيع القاهرة .
- ٥- محمد أحمد عبداللطيف (٢٠١١): التدريب العلقى باستجدام البرمجة اللغوية العصبية لتطوير استراتيجيات التفكير وفعالية الأداء فى بعض الرياضات الفردية ، رسالة دكتوراة ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان .
- ٦- مصطفى محمود (١٩٧٩) : القران محاولة لفهم عصري ، دار العودة بيروت.
- ٧- نبيل فوزى (١٩٩٠) : تأثير برنامج مقترح لبعض العناصر البدنية على المستوى المهارى وبعض القياسات الوظيفية والجسمية للاعبى سلاح الشيش ، رسالة دكتوراة ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان .

8- **Mustafa Mahmoud:** Quran try to modern understand, Dar-elawda, Beirut, 1979.

9- **Sharply C.F:** Research Findings on Neuro-linguistic Programming : Nonsupportive Data or an Untestable Theory, Journal of Counseling Psychology, 1987 Vol. 34, No. 1, 103-107.

المرفقات :

مرفق(١)

اختبار نموذج النمط التمثيلي .. VAK.

هذا اختبار لمن يرغب ان يعرف هو من اي نمط..
الحسي.. السمعي.. البصري..
وتكون هذه الأنماط جميعها في الشخص الواحد..لكن تختلف درجتها من إنسان إلى آخر..فيوصف كل شخص بالنمط الذي يوجد فيه بشكل اكبر..وهذا الاختبار يحدد درجة كل نمط في الإنسان ويترتب على هذه الأنماط عدة أشياء فلكل نمط مميزات وسلبيات ولكل نمط طريقة خاصة في التعامل وفي المذاكرة وفي الحياة..

اختبار نموذج النمط التمثيلي .. VAK.. Test model pattern representativeness (Test Modell Muster Repräsentativität)

أجب على الأسئلة بسرعة، اختر أول إجابة تخطر على بالك أو التي تحدث لك دائماً..

- ١- عندما تريد الاسترخاء تفضل عمل الآتي أكثر:
أ- تقرأ أو تشاهد التلفزيون
ب- تستمع إلى الراديو أو الموسيقى
ج- تلعب رياضة
- ٢- عند محاولتك لتذكر الأشخاص عادة:
أ- تتذكر الأسماء ولكن تنسى الوجوه
ب- تتذكر ما فعلته معهم
ج- تتذكر الوجوه ولكن تنسى الأسماء
- ٣- أتشتت بسهولة عندما:
أ- يتحرك أشخاص أو أشياء من حولي
ب- يكون المكان غير مرتب
ج- يكون هناك إزعاج
- ٤- تعلمت أكثر قواعد المرور:
أ- من قراءة كتيب تعليم القيادة للمرور أثناء القيادة
ب- مما قاله مدرب القيادة أو أصحابي
ج- تجرّبتني
- ٥- أحل المشاكل بسهولة عندما:
أ- أتكلم بالحلول المقترحة
ب- أكون الحلول بالتجربة الصح أو الخطأ
ج- أكتب أو أضع قائمة بالحلول المحتملة
- ٦- إذا انتظرت الباص (الحافلة) لمدة ساعة:
أ- أشعر بالقلق وأمشى حول موقف الباص
ب- أراقب الناس أو المناظر
ج- أتحدث مع أو الأشخاص الآخرين
- ٧- لأظهر مشاعري وتقديري لشخص ما
أ- أكتب كرت معايدة
ب- اكلم هذا الشخص بالهاتف
ج- أقوم بزيارة هذا الشخص
- ٨- عندما أتهدأ كلمة صعبة أو جديدة
أ- أنطقها.
ب- أكتبها لأرى كيف اشعر بها
ج- أكتبها لأرى كيف تبدو
- ٩- من الفنون أفضل الذهاب

- أ- المسرح لأشاهد مسرحية ب- معرض للفنون أو الأدبيات ج- أمسية شعرية
- ١٠- عندما أغضب غضبا شديدا
أ- اكنم الغضب ب- أقوم بالصراخ ج- أثور وأكسر الأشياء
- ١١- في الفصل أفضل:
أ- المحاضرات والنقاش ب- التجارب والتمارين ج- الصور والرسوم والمخططات
- ١٢- في محل الفيديو أختار:
أ- أفلام الحركة والإثارة ب- أفلام الدراما (القصصيه) ج- الأفلام الموسيقية
- ١٣- لأتعرّف على مشاعر شخص ما:
أ- أنظر لوجهه ب- أستمع لنبرة صوته ج- ألاحظ إيماءاته وحركاته
- ١٤- أفضل فكاهة أو مرح:
أ- الكوميديا مع الكلام ب- الكوميديا مع الحركة ج- أفلام الكارتون
- ١٥- في الحفلة أقضي معظم الوقت:
أ- أتنقل بين الحضور ب- أراقب ما يحدث . ج- أكلم واستمع للآخرين
- ١٦- أفضل أن يوضح لي شيء ما
أ- من خلال رسم أو صورة أو خريطة ب- شرح أو محاضرة ج- عرض توضيحي
- ١٧- في الفصل أفضل أن
أ- استمع للمحاضر وهو يشرح ب- أتحرك وأقوم بعمل الأشياء ج- أكتب أو أعمل جداول
- ١٨- أتعلم مهارة رياضية من المدرب
أ- يريني الحركة . ب- يشرح الحركة باستخدام السبورة ج- يتكلم عن المهارة
- ١٩- في المساء، في رحلة أو طلعه للمنتزه
أ- العب ورق (كوتشينه) ب- ألقى أو استمع للفكاهات أو مواقف مرحة ج- أعب كرة
- ٢٠- أفضل من شريكي أو صديقي أن يحب
أ- نفس الموسيقى التي أحبها ب- نفس اللعبة الرياضية ج- نفس الفيلم أو برنامج التلفزيون

الإجابات:

للأسئلة ١-٤-٧-١٠-١٣-١٦-١٩

أ (V) -ب (A) -ج (K)

للأسئلة ٢-٥-٨-١١-١٤-١٧-٢٠

أ (A) -ب (K) -ج (V)

للأسئلة 3-6-9-12-15-18

أ (K) -ب (V) -ج (A)

اجمع عدد إجابات VAK لتعرف نمطك التمثيلي إذا كان الغالب هو

V نظام بصري A نظام سمعي K نظام حسي

أولا : صفات العميل ذو النظام البصري :
العميل ذو النظام التمثيلي البصري يتنفس بشكل سريع وقصير من الحلق ونبرة الصوت سريعة وعالية
ويستخدم جمل وكلمات قصيرة تعبر جميعها عن فكرة الصور والألوان دائم الحركة يتميز بالنشاط والحيوية ويتخذ
قراراته على أساس ما يراه أو يتخيله عن المنتج.

اللغة:

يمكن الاستدلال على العميل ذو النظام التمثيلية البصري من خلال الكلمات التي يستخدمها أثناء عملية البيع
مثل (شايف - أنظر - واضح - شاهد - تخيل - شفاف - مشرق - داكن - لمعان)

تلميحات وضع الجسم :

- 1) يقف مائلا للخلف والرأس والأكتاف إلى أعلى.
- 2) الإيماءات وحركة اليدين فوق مستوى العين.
- 3) حركة العينين بالنظر إلى الأعلى.

السمات والخصائص:

- 1) يهتم بشكل المنتج وألوانه وحجمه.
- 2) يهتم في العرض بتزويده بالصور وكتلوجات المنتج.
- 3) ينظر إليك جيدا ليسمعك عند تقديم وعرض المنتج.
- 4) يقاطع كثيرا.
- 5) يتحدث بشكل سريع عن المنتج في حمل وكلمات قصيرة وسريعة.
- 6) يميل من العروض الطويلة.
- 7) لدبة القدرة على قراءة نشرات وكتيبات المنتج بشكل سريع.

العبارات:

من العبارات التي يستخدمها العميل ذو النظام التمثيلي البصري :

- 1) واضح أن المنتج جيد.
- 2) أريد شفافية في الأسعار.
- 3) فكرتك شكلها رائع.
- 4) شايف وجه نظري.
- 5) أريد أن أرى المنتج بعيني.
- 6) فكرة المشروع غير واضحة.
- 7) أريد أن أتخيل شكل المشروع في المستقبل.
- 8) رؤيتي مشرقه عن المشروع.

كيفية التعامل مع العميل ذو النظام البصري :

- 1) الوقوف أو الجلوس أمام العميل مستقيم ، والرأس والأكتاف للأعلي.
- 2) مطابقة العميل في سرعة وقصر أنفاسه وسرعة إيقاع صوته، يثير ذلك حماس العميل البصري للحديث وبالتالي معرفة طلبات ورغبات العميل.
- 3) مطابقة العميل في سرعه حركة جسم بحيث تكون حركة اليدين الإيماءات وكذلك النظر للأعلي . يثير ذلك اهتمام العميل ويشعره باهتمامك ويدفعهم لاتخاذ خطوات أكثر ايجابية نحو قرار الشراء.
- 4) استخدام كلمات مثل: (زاهي - لامع - واضح - صافي - ألوان - شفاف - مشرق)
- 5) ادع العميل أن يشاهد خصائص ومزايا المنتج (الأحجام، الألوان، الأشكال) يزيد ذلك من فناعة العميل بالمنتج.
- 6) زود العميل بصور ونشرات ملونه عن المنتج يساعده ذلك في التذكر واتخاذ خطوات ايجابية نحو قرار الشراء.
- 7) اسمح للعميل بالمقاطعة وإبداء رأيه.
- 8) اختصر العرض الطويل للمنتج في حمل قصيرة وسريعة.

ثانيا : صفات العميل ذو النظام السمعي :

العميل ذو النظام السمعي يتنفس بعمق من الصدر بشكل موزون ، طبقات ونبرة صوته متموجة بحيث يكون
صوته مؤثرا ويرغب في سماع الأشياء أكثر من رؤيتها ، ويتخذ قرار الشراء على أساس ما يسمعه عن المنتج.

اللغة :

يمكن الاستدلال على العميل ذو النظام التمثيلي السمعي من خلال الكلمات التي يستخدمها أثناء عملية
الشراء مثل (اسمع - أنصت - كلام - همس - صمت - صراخ - نغمة - نبرة)

تلميحات وضع الجسم :

- 1) الوقوفة مائل للإمام والرأس يميل لأحد الجانبين والأكتاف معتدلة .
- 2) الإيماءات وحركة اليدين على مستوى الأفق.
- 3) حركة العينين ينظر على مستوى الأفق.

السمات والخصائص:

- 1) يهتم بسماع فوائد المنتج وتجارب الآخرين عنه ، ويساعده مدح المنتج بقوة لاتخاذ قرار الشراء.

- 2) يهتم بسماع عرض المنتج جيداً ويتذكر بسهولة ما تم سماعه.
- 3) أحياناً يفضل أن لا يراك أثناء سماعه لعرض المنتج.
- 4) يستفسر عن المنتج بجمل وكلمات صغيرة مع نغمات وإيقاعات مميزة.
- 5) اجتماعي ومحبوب نتيجة لاستماعه بانصات للآخرين.
- 6) يهتم بسماع صوت المنتج (المكائن – الأجهزة- السيارات الخ.) (, , , ,)
- 7) يتحدث مع ذاته ويساعده ذلك في اتخاذ قرار الشراء.
- 8) يأخذ وقتاً في الكلام والتفكير والحكم ، لاتخاذ قرار الشراء باتزان.
- 9) من المناسب ان تذكر له تجارب الآخرين ويسمع ارائهم.

العبارات :

- 1) سمعت أن المنتج جيد.
- 2) أريد أن تقول لي رأيك في المنتج.
- 3) صوت التشغيل هادي.
- 4) أريد أن تخبرني عن آخر العروض.
- 5) أريد أن تذكر لي مميزات وفوائد المنتج.
- 6) كلي أذن صاغية.
- 7) ازعجتني أخبار المشروع.
- 8) كلمني عن المشروع.

كيفية التعامل مع العميل ذو النظام السمعي :

- 1) الوقوف أو الجلوس مائل للأمام ، والرأس يميل لأحد الجانبين (باتجاه العميل) والأكتاف معتدلة.
- 2) مطابقة العميل في التنفس من الصدر ، ونبرة وطبقات الصوت متموجة وموزونة.
- 3) مطابقة العميل في التوازن في حركة الجسم الإيماءات وحركة اليدين وكذلك حركة العينين بحيث تكون على مستوى الأفق.
- 4) استخدام كلمات مثل (صوت ، حديث ، موسيقى ، نغم ، تغريد ، أسمعك ، هدوء.) ،
- 5) تحدث العميل عن فوائد المنتج بأسلوب تحليلي و منطقي ، وأذكر له تجارب الآخرين عنه، ويساعده مدح المنتج بقوة لاتخاذ قرار الشراء.
- 6) ادع العميل لسماع صوت المنتج (المحركات ، السيارات ، الأجهزة الخ. ،،) يساعده ذلك في اتخاذ خطوات ايجابية نحو اتخاذ قرار الشراء.
- 7) التروي في الكلام مع العميل ، أعطه وقتاً للتفكير والحكم لاتخاذ قرار الشراء باتزان.

ثالثاً : صفات العميل ذو النظام الحسي:

العميل الحسي يأخذ أنفاساً عميقة من جهة البطن ويكون صوته عميقاً وتعبر كلماته عن المشاعر والأحاسيس يتخذ قرار الشراء بناء على أحاسيسه.

اللغة :

يمكن الاستدلال على العميل ذو النظام التمثيلي الحسي من خلال الكلمات التي يستخدمها أثناء عملية الشراء مثل : (أحس – المس- خشن – ناعم – مريح – حار- بارد – سرور – زعلان – فرحان – معاناة.)

تلميحات وضع الجسم :

- 1) يقف مائل أكثر للأمام والرأس والأكتاف إلى الأسفل.
- 2) الإيماءات وحركة اليدين أسفل الرقبة.
- 3) حركة العينين بالنظر إلى الأسفل.

الخصائص والمميزات :

- 1) يهتم بلمس المنتج بيده ويتحمس أكثر إذ أعطيته مجالاً للتجربة.
- 2) يهتم بمدى الراحة والهدوء بمكان البيع.
- 3) يحكم على المنتج من خلال أحاسيسه ومشاعره الداخلية.
- 4) يتخذ قرار الشراء بناء على أحاسيسه ومشاعره الداخلي.
- 5) يهتم بفوائد المنتج الحسية مثل (الراحة – السعادة – السرور.)
- 6) يستفسر عن المنتج بصوت منخفض وبطي.
- 7) يهتم بالتقدير و بمشاعر وأحاسيس البائع نحوه واهتمامه به.

العبارات:

- 1) السعر غير مريح.
- 2) إننا أحس بكلماتك.

- (3) يسعدني أن أحصل على خصم عالي.
 (4) يبدو أن هذا المنتج ممتع.
 (5) أشعر بالاطمئنان لعرضك.
 (6) أنا اشم رائحة الخسارة.
 (7) إحساسي يقول إن هذا المشروع ممتاز .
 (8) أحاول أن المس فوائد المنتج.

كيفية التعامل مع العميل ذو النظام الحسي:

1. الوقوف و الجلوس أمام العميل مائل أكثر للأمام ، والرأس والأكتاف للأسفل.
2. مطابقة العميل في التنفس العميق من البطن ، ونبرة الصوت منخفضة والإيقاع بطئ.
3. مطابقة العميل في البطء في حركة الجسم ، والإيماءات وحركة اليدين والنظر جميعها لأسفل الرقبة.
4. استخدام كلمات مثل (مريح، هادئ، ناعم، سرور، سعادة، فرح، حنان، لطيف).
5. هينئ للعميل الراحة والهدوء بمكان البيع.
6. امنح العميل بعض الوقت للحكم على المنتج بالرجوع إلى أحاسيسه ومشاعره الداخلية.
7. اشعر العميل بالاهتمام و بتقديرك له شخصيا .



مرفق (٢) الاختبارات المهارية

١- اختبار سرعة التقدم والتقهر مسافة ٦م:

الهدف: قياس سرعة التقدم والتقهر من مسافة ٦م.

الأدوات: سلاح مبارزة - ساعة إيقاف - شاخص (هدف).

طريقة الأداء:

يتخذ المختبر وضع الاستعداد خلف خط الظهر، وعند سماع الإشارة يتقدم المختبر للأمام عدد من الخطوات التي يحتاجها تجاه الشاخص قبل الطعن ويراعى أن الوخز يتبعه عودة بالتقهر للخلف ويجب أن يبدأ المختبر فى التقدم مرة ثانية للأمام بمجرد تخطى الخط فى الحال. لذا يجب إعطاء إشارة فى كل مرة يعود فيها المختبر خلف البداية وقبل البدء مرة أخرى فى التقدم للأمام ، ويستمر المختبر فى أداء التقدم ثم العودة بالتقهر خلفاً ثلاث مرات متتالية مع مراعاة تثبيت الوخزة الثالثة على (الشاخص).

الشروط:

لا تحتسب محاولة إذا قام المختبر بالوثب.

التسجيل:

كل تسجيل لكل محاولة يمثل الوقت المنقضى بين إشارة البدء واللحظة التي يلمس فيها السلاح الشاخص للمرة الثالثة.

- يسجل الزمن لأقرب ١٠ / ١ من الثانية.

- يسجل للمختبر نتيجة المحاولة .

٢- اختبار سرعة ودقة الحركة الانبساطية :

الهدف: قياس سرعة ودقة أداء مهارة الحركة الانبساطية لمدة (١٠ ث).

الأدوات: جهاز قياس سرعة ودقة الأداء - سلاح شيش - ساعة إيقاف.

طريقة الأداء:

- يتخذ المختبر وضع التحفز أمام الجهاز بعد ضبط الارتفاع المناسب للجهاز ثم يقوم بضبط مسافة فرد الذراع والظعن.
- عند سماع الإشارة، يقوم المختبر بأداء مهارة الحركة الانبساطية باستمرار وإحراز لمسات داخل حدود مربع اللمس حتى يستمع إلى إشارة الميقاتى (قف).
- يقوم المحكم (١) بحساب عدد مرات إضاءة المصباح والدالة على دقة اللمسات داخل حدود مربع اللمس.
- يقوم المحكم (٢) بحساب عدد مرات أداء المهارة ككل والدالة على سرعة الأداء.

الشروط:

- يمنح كل مبارز محاولة تجريبية لضبط المسافة.
- يجب على المبارز أن يؤدي مهارة الحركة الانبساطية كاملة والعودة إلى وضع التحفز فى كل مرة.
- تثبت المسافة وعدم تحرك المبارز أثناء الأداء.

التسجيل:

- يسجل عدد مرات إضاءة المصباح بين إشارتى (إبدأ) (قف).
- يسجل عدد مرات أداء المهارة ككل بين إشارتى (إبدأ) (قف).
- يتم جمع عدد مرات إضاءة المصباح مع عدد مرات الأداء ويضرب فى ١٠ من خلال المعادلة التالية:
عدد مرات إضاءة المصباح + عدد مرات الأداء × ١٠

٣- اختبار قياس سرعة ودقة أداء الهجمة المغيرة (١٠ اث) :

الهدف: قياس سرعة ودقة أداء الهجمة المغيرة.

الأدوات: جهاز قياس سرعة ودقة أداء الهجمة المغيرة.

- حائط يثبت عليه الجهاز، أرضية خشنة الملمس - قطع طباشير.

طريقة الأداء:

- يقيس اللاعب مسافة التي بينه وبين الجهاز ثم يرجع لوضع التحفز ثم يرسم خط بالطباشير أمام مشط القدم الأمامية ويكون هذا هو خط البداية الذي يقف خلفه اللاعب.
- يقف المختبر خلف خط البداية وهو متخذ لوضع التحفز وهو متلاحم مع النصل فى الوضع السادس بحيث يلامس مشط القدم الأمامية خط البداية، وعند سماع إشارة البداية يقوم المختبر بعمل الهجمة المغيرة عن طريق إمرار ذبابة السيف من أسفل النصل فى الخطوط العليا بحركة نصف دائرية ثم يلى ذلك فرد الذراع المسلحة والطعن مع وضع لمسة فى الهدف، ثم يقوم بتكرار أداء الهجمة لأكثر عدد من المرات فى خلال الزمن المحدد.
- يقوم المحكم (١) بحساب عدد مرات إضاءة المصباح والدالة على دقة اللمسات داخل حدود مربع اللمس.
- يقوم المحكم (٢) بحساب عدد مرات أداء المهارة ككل والدالة على سرعة الأداء.

الشروط:

- يمنح كل مبارز محاولة تجريبية لضبط المسافة.
- يجب على المبارز أن يؤدى مهارة الهجمة المغيرة كاملة والعودة إلى وضع التحفز فى كل مرة.

التسجيل:

- يسجل عدد مرات إضاءة المصباح بين إشارتى (بدأ) (قف).
- يسجل عدد مرات أداء المهارة ككل بين إشارتى (بدأ) (قف).
- يتم جمع عدد مرات إضاءة المصباح مع عدد مرات الأداء ويضرب فى ١٠ من خلال المعادلة التالية: عدد مرات إضاءة المصباح + عدد مرات الأداء × ١٠

٤ - اختبار سرعة ودقة فرد الذراع المسلحة :

الهدف: قياس سرعة ودقة أداء مهارة فرد الذراع المسلحة لمدة (١٠ ث).

الأدوات: جهاز قياس سرعة ودقة الأداء - سلاح شيش - ساعة إيقاف.

طريقة الأداء:

- يتخذ المختبر وضع التحفز أمام الجهاز بعد ضبط الارتفاع المناسب للجهاز ثم يقوم بضبط مسافة فرد الذراع.
- عند سماع الإشارة، يقوم المختبر بأداء مهارة فرد الذراع باستمرار وإحراز لمسات داخل حدود مربع اللمس حتى يستمع إلى إشارة الميقاتي (قف).
- يقوم المحكم (١) بحساب عدد مرات إضاءة المصباح والدالة على دقة اللمس داخل حدود مربع اللمس.
- يقوم المحكم (٢) بحساب عدد مرات أداء المهارة ككل والدالة على سرعة الأداء.

الشروط:

- يمنح كل مبارز محاولة تجريبية لضبط المسافة.
- يجب على المبارز أن يؤدي مهارة فرد الذراع كاملة.
- تثبت المسافة وعدم تحرك المبارز أثناء الأداء.

التسجيل:

- يسجل عدد مرات إضاءة المصباح بين إشارتي (إبدأ) (قف).
- يسجل عدد مرات أداء المهارة ككل بين إشارتي (إبدأ) (قف).
- يتم جمع عدد مرات إضاءة المصباح مع عدد مرات الأداء ويضرب في ١٠ من خلال المعادلة التالية:
عدد مرات إضاءة المصباح + عدد مرات الأداء × ١٠

٥- اختبار سرعة ودقة الدفاع فى السادس والرد بالطعن :

الهدف: قياس سرعة أداء مهارة الدفاع الجانبى فى السادس والرد بفرد الذراع والطعن لمدة (١٠ ث)

الأدوات: جهاز قياس سرعة ودقة الأداء - سلاح شيش - ساعة إيقاف.

طريقة الأداء:

- يتخذ المختبر وضع التحفز فى الرابع أمام الجهاز بعد ضبط الارتفاع المناسب للجهاز ثم يقوم بضبط مسافة فرد الذراع والطعن.
- يقوم المحكم (١) بجانب المختبر ممسكاً بسلاح الشيش الآخر فى وضع رأسى بينما يقوم المختبر بضبط مسافة الدفاع الجانبى فى السادس.
- عند سماع الإشارة، يقوم المختبر بأداء مهارة الدفاع الجانبى فى السادس والرد بفرد الذراع المسلحة والطعن لإحراز لمساة داخل حدود مربع اللمس حتى يستمع إلى إشارة (الميقاتى) (قف).
- يقوم المحكم (١) بحساب عدد مرات إضاءة المصباح والدالة على دقة اللمساة داخل حدود المربع اللمس.
- يقوم المحكم (٢) بحساب عدد مرات أداء المهارة ككل والدالة على سرعة الأداء.

الشروط:

- يمنح كل مبارز محاولة تجريبية لضبط المسافة.
- يجب على المبارز أن يؤدى مهارة الدفاع الجانبى فى السادس وفرد الذراع كاملة ثم الطعن والعودة إلى وضع التحفز فى الرابع فى كل مرة.
- تثبيت المسافة وعدم تحرك المبارز أثناء الأداء.
- يتم إلغاء المحاولات التى لا يقوم فيها المختبر بالدفاع الكامل من خلال المحكم الأول.

التسجيل:

- يسجل عدد مرات إضاءة المصباح بين إشارتى (إبدأ) (قف).
- يسجل عدد مرات أداء المهارة ككل بين إشارتى (إبدأ) (قف).
- يتم جمع عدد مرات إضاءة المصباح مع عدد مرات الأداء ويضرب فى ١٠ من خلال المعادلة التالية:
عدد مرات إضاءة المصباح + عدد مرات الأداء × ١٠

مرفق (٣) :

البرنامج التعليمي المقترح:

تقنين البرنامج التعليمي:

نظراً إلى عدم وجود نظام اوخطوات ثابتة لتعليم طلاب كلية التربية الرياضية اوبرنامج تعليمي، لذلك ترى الباحثة أن مدة ٦ أسابيع كافية لتحقيق أهداف البحث وان (وحدتان تعليميتان عملي زمن الوحدة ١٢٠ دقيقة + محاضرة نظرية زمنها ٦٠ دقيقة) لتصبح عدد الوحدات التعليمية العملية (١٢) وحدة + عدد المحاضرات النظرية (٦) محاضرات.

خطوات تصميم البرنامج التعليمي :

الهدف من البرنامج:

يهدف البرنامج لتنمية بعض المهارات الأساسية في رياضة المبارزة وفقا لنماذج البرمجة اللغوية العصبية لطالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية . جامعة اسيوط في محاولة من الباحثة للوصول بالطالبات لأفضل مستوى فني.

أسس وضع البرنامج :

اعتمدت الباحثة في بناء البرنامج على الأسس التالية :

- * أن يحقق البرنامج الأهداف التي وضع من أجلها.
 - * مراعاة خصائص الفروق الفردية بين أفراد العينة.
 - * الاهتمام باختيار التمرينات المناسبة لكل نمط.
 - * الاستمرارية في التعليم.
 - * أن يكون أداء التمرينات بشكل يشبه نفس ظروف المنافسة.
 - * زمن وحدة التعليمية (١٢٠) دقيقة.
 - * زمن المحاضرة النظرية (٦٠) دقيقة.
 - * يتسم البرنامج المقترح بالمرونة بحيث يمكن تعديله إذا لزم الأمر.
 - * مراعاة توقيت إجراء الاختبارات.
- وقد خلصت الباحثة من هذه الدراسة إلى أنسب الأساليب التي يمكن أتباعها في تطبيق البرنامج التعليمي المقترح والقياسات المستخدمة.

المساعدون :

تم اختيار مجموعة من المساعدين وهم اثنان من المعيدات قائمين بالمساعدة في التدريس لمادة اساسيات المباراة للفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية - جامعة اسيوط .

البرنامج التعليمي :

استعانت الباحثة بآراء (٥) من الخبراء في مجال المباراة مرفق (٤) من خلال استمارة استطلاع الرأي حول محاور و فترات البرنامج التعليمي المقترح وكانت الموافقة بنسبة ١٠٠% والجدول التالي يوضح ذلك:

آراء الخبراء في تحديد محاور وفترات البرنامج التدريبي المقترح

م	المحاور	الفترات	آراء الخبراء %
١	مدة البرنامج	(٦) أسابيع	١٠٠%
٢	عدد الوحدات التعليمية العملية	(٢) وحدة تعليمية اسبوعيا	
	عدد الوحدات التعليمية العملية الكلية	(١٢) وحدة تعليمية	
	عدد المحاضرات النظرية	(١) محاضرة	
	عدد الوحدات التعليمية النظرية الكلية	(٦) محاضرات	
	زمن الوحدة التعليمية العملية	(١٢٠) ق	
	زمن المحاضرة النظرية	(٦٠) دقيقة	
	تطبيق البرنامج التعليمي	داخل الوحدات التعليمية	

التخطيط الزمني لمحتوي البرنامج التعليمي:

- عدد وحدات التعليم خلال فترة تنفيذ البرنامج (٢.٥ شهر) = ١٠ أسابيع.
- عدد وحدات التعليم العملي في الأسبوع = ٢ وحدة تعليمية.
- عدد المحاضرات النظرية في الأسبوع = ١ وحدة تعليمية.
- ٢ وحدة تعليمية × ٦ أسابيع = ١٢ وحدة تعليمية.
- ١ وحدة تعليمية × ٦ اسابيع = ٦ وحدات تعليمية.
- زمن الوحدة التعليمية العملية اليومية (١٢٠) دقيقة.

مرفق (٤):

قائمة أسماء السادة الخبراء

م	الاسم	الوظيفة
١	أ.د/ أشرف خطاب اسماعيل	أستاذ تدريب المباره بكلية التربيه الرياضيه بنين - جامعة الزقازيق.
٢	أ.د/ السيد سامى	أستاذ المبارزه بقسم التدريب الرياضى بكلية التربيه الرياضيه - جامعة طنطا.
٣	أ.م.د/ أحمد جلال سليم	أستاذ إدارة مبارزه المساعد بقسم الإدارة الرياضيه والترويح بكلية التربية الرياضيه - جامعة أسيوط.
٤	أ.م.د / سمر مصطفى حسين	أستاذ تدريب المبارزه المساعد بقسم التدريب الرياضى وعلوم الحركه بكلية التربية الرياضيه - جامعة أسيوط.
٥	د/ هبة روى ابوالمعاطى	مدرس تدريب المبارزه بقسم التدريب الرياضى وعلوم الحركه بكلية التربية الرياضيه - جامعة طنطا.

تم ترتيب السادة الخبراء وفقاً للترتيب الهجائى حسب الدرجه الوظيفية لكل من سيادتهم.

