



إثر تمرينات مهارية بأسلوب حل المشكلات والتضمين في تعلم مهارتي المناولة والتهديف بكرة القدم لطالبات الصف الاول المتوسط

مدرس مساعد - كريم عبد الغني عبد جاسم

المديرية العامة لتربية ديالى

caremgani@gmail.com

الكلمات المفتاحية: تمرينات مهارية، اسلوب حل المشكلات والتضمين، مهارتي المناولة
والتهديف.

ملخص البحث

يتفق الجميع على ان لعبة كرة القدم هي اللعبة الشعبية الاولى عالمياً لما تحويه من مهارات
فنية جميلة واثارة وتشويق وحس المنافسة بالإضافة انه يمكن ممارستها باي مكان ولعل من اهم
المهارات التي تستخدم بهذه اللعبة هي المناولة والتهديف والتي يروم الباحث بتعليمها لطالبات
الصف الاول المتوسط عن طريق اسلوبين تدريسيين وهما اسلوب حل المشكلات واسلوب
التضمين وبعدها سيجري مقارنة بين الاسلوبين لمعرفة ايهما افضل في تعليم هذه المهارات ،
تألفت عينة البحث من مجموعتين تجريبيتين من طالبات الصف الاول المتوسط احدها تعمل
بأسلوب حل المشكلات وعددها (15) والاخرى تعمل بأسلوب التضمين وعددها (15) وسيجري
كل اجراءات البحث على هذه العينة ، وهدف البحث الى معرفة تأثير التمرينات المهارية بأسلوب
حل المشكلات والتضمين في تعلم مهارتي المناولة والتهديف بكرة القدم لطالبات الصف الاول
المتوسط ، واستنتج الباحث ان هناك تأثيراً واضحاً للأسلوبين في تعلم مهارتي المناولة
والتهديف بكرة القدم لطالبات الصف الاول المتوسط .

The Effect of Skill Trainings in the Two Styles of Problem Solving and Inclusion on Learning the Skills of Passing and Scoring in Football

among First Intermediate Female Students

Assist. Inst. Kareem Abdulghani Abed Jasim

General Directorate of Education in Diyala

Al-Ghad Al-Mushriq High School

caremgani@gmail.com

Keywords: skill trainings, problem solving and inclusion, passing and scoring

Abstract

Everybody agrees that football is the most popular game in the world because it comprises attractive skills, excitement, suspense and sense of competition in addition to the fact that it can be performed anywhere. Of the most significant skills in this sport could be passing and scoring which are aimed to be taught by the researcher to first intermediate female students via two educational approaches which are; problem solving and inclusion. After that, a comparison is to be made between the two styles to identify the more effective of them in teaching these skills. Moreover, the sample of the study comprised two experimental groups of first intermediate female students; one of the is following problem solving with a total number of (15) female students, and the other adopted the inclusion approach with the same number of students. finally, it is worth mentioning that all research procedures will be executed on this sample.

1-المقدمة:

ان التقدم الحاصل في تعلم المهارات الرياضية لم يكن وليد الصدفة وانما جاء بمثابة وعمل ذؤوب من خلال استخدام الطرق والاساليب العلمية الحديثة والاجهزة والادوات المختلفة والمتنوعة للوصول بالمتعلم او المتدرب الى مستوى متقدم في الاداء، لذا اهتم الباحثون والخبراء المختصين في البحث المستمر من خلال البحوث والدراسات بمعالجة مشكلة العملية التعليمية المرتبطة بالطرائق والاساليب التدريسية ومناهجها ومتطلباتها للتوصل الى التدريس المؤثر في تحقيق اهداف العملية التعليمية بأقصر الطرق ، فعملية اكتساب المعارف والمعلومات المرتبطة بالنواحي التربوية والعلمية والصحية تكون ضمن إطار درس التربية الرياضية فضلاً عن ما يتعلق منها بالجوانب التطبيقية للتربية الرياضية ، وهذه المعارف تشكل الأساس المهم لنمو حاجات الفرد وقدراته ونجاحه في التعلم الحركي الايجابي من خلال الارتباط الوثيق بين المعارف والمعلومات النظرية وبين الأداء العملي التطبيقي (فرج ، 1999)، ولكي يتم اختيار الطريقة المناسبة بما يتلاءم مع الموقف التعليمي والاهداف المراد تحقيقها والإمكانيات المتوفرة وقابليات الطلاب وقدراتهم ، فالمدرس الجيد قادر في إخراج ذلك الموقف التعليمي فهو الأعراف بما يريد

تعليمه وأي الطرائق الملائمة لكل جزء من أجزاء الدرس وبما يحقق نتائج أكثر وأفضل وهذا يعني إمكانية أن يتضمن الدرس الواحد أكثر من طريقة أو أسلوب واحد .

ان اسلوب حل المشكلة يعمل على تنظم الواجب الحركي بشكل يضع امام الطلاب مشكلة تدفعهم الى ايجاد الحل المناسب لها من خلال استثمار قدراتهم العقلية والبدنية وهي ايضا تثير الدافعية لدى الطالبات وتفيد في التعلم الفردي وتساعد الطالبة على التفكير المنطقي (كمبش ،2010)، وكذلك عرفها (الخزاعة: 2011: 216) هي عبارة عن اسلوب تتم فيه عملية التعلم والتدريب عن طريق اثاره مشكلة تدفع الطالب الى التفكير والتأمل والعمل بإشراف المدرس للتوصل الى حل او بعض الحلول لها.

ان أسلوب التضمن ضمن أهدافه الأولى مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ، إذ يتم تصميم الواجب فيه على أساس مستويات متعددة من الأداء للواجب نفسه ، وهذا يعني انتقال القرار الرئيس للتلميذ في اختيار المستوى الذي يراه ملائماً ومناسباً لقدراته وقابلياته ليبدأ منه بأداء الواجب المطلوب ويسمى هذا الاسلوب استناداً الى مصادر متعددة ب (الإدخال ، التضمنين ، الاحتواء ، الواجبات الحركية ، عملية الاستكشاف) ، فهو " يراعي الفروق الفردية بين الطلاب كونه يقسم المهارة او الحركة الرياضية الى مستويات ، اذ يبدأ المتعلم عمله من المستوى الملائم له ثم يتدرج الى ان يصل الى المستوى المطلوب منه في الاداء " (صالح واخرون ، 1991) .

تعد المهارات الأساسية لكرة القدم القاعدة الأساسية لتحقيق المستويات العالية والإنجاز الجيد في كرة القدم إذ تحتل جانبا مهما في الوحدة التعليمية والبرامج التدريبية ولا تخلو وحدة تدريبية من أساسيات التدريب على هذه المهارات الى أن يتم إتقانها ، وكذلك دراسة المهارات الأساسية ومعرفة الطرق المختلفة في تعليمها وتدريبها تعد من المواضيع المهمة التي تتطلبها لعبة كرة القدم ، وان مهارتي المناولة والتهديف في كرة القدم تعد الابرز لأنها الأكثر استخداما طوال زمن المباراة وإنّ عملية إتقانها مسألة ضرورية ومهمة لنجاح الفريق والفوز بالمباراة لأنه عند تسليم الكرة من اللاعب فإن نسبة 80% ستكون بمناولة الكرة لأحد الزملاء في الفريق ومن هذا المنطلق نستنتج أنّ الفريق الذي لا يجيد لعب المناولة والتهديف يكون غير قادر على تحقيق الفوز ومن هنا تبرز مشكلة البحث في ضعف هذه المهارة لدى الطالبات بشكل عام ولدى طالبات الصف الاول المتوسط بشكل خاص ، لذا عمد الباحث الى تجاوز الضعف لهذه المهارات بالنسبة لطالبات المرحلة ومن هنا تأتي أهمية البحث بتعليم مهارة المناولة والتهديف والتي تعد من اهم المهارات بالنسبة لكرة القدم كونها تعد الحجر الاساس لبقية المهارات بأسلوبين لا اقول حديثين وانما لم يستخدم في هذه اللعبة وتلك المهارات ، وهدف البحث الى معرفة تأثير التمرينات المهارية بأسلوب حل المشكلات والتضمنين في تعلم مهارتي المناولة والتهديف لكرة القدم لطالبات الصف الاول المتوسط ، وتعرف افضلية الفروق الاحصائية للاختبارات البعدية في

تعلم مهارتي المناولة والتهديف بكرة القدم لطالبات الصف الاول المتوسط ، وفرض الباحث ان هناك فروقاً ذات دلالة احصائية في الاختبار القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبتين في تعلم مهارتي المناولة والتهديف ، وايضا فرض الباحث ان هناك فروقاً ذات دلالة احصائية في الاختبارات البعدية لتعلم مهارتي المناولة والتهديف بكرة القدم لطالبات الصف الاول المتوسط .

2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث:

أعتمد الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين التجريبتين ذات الاختبار القبلي والبعدي وذلك لملائمته طبيعة البحث وأهدافه.

2-2 عينة البحث:

ان مجتمع الاصل للبحث هو المدارس الثانوية في بعقوبة المركز البالغ عددها (11) مدرسة بحسب احصائية المديرية العامة لتربية ديالى، اما عينة البحث فكانت من طالبات الصف الاول المتوسط من ثانوية المؤمنة للبنات، وقد قسمت العينة على مجموعتين تجريبتين بعدد (15) طالبة لكل مجموعة اختيرت بالطريقة العشوائية، الاولى من شعبة (أ) والمجموعة الثانية من شعبة (ب).

2-3 تكافؤ العينة:

ان التكافؤ هو الانطلاق من نقطة شروع واحدة قبل الدخول في البحث والتقصي لهذا عمد الباحث إجراء عملية التكافؤ لمهارتي المناولة والتصويب مستخدماً الوسائل الإحصائية المناسبة لها.

جدول (1) يبين التكافؤ لعينة البحث

المتغيرات	التجريبية الاولى		التجريبية الثانية		T	نسبة الخطأ	الدلالة
	س	ع	س	ع			
المناولة	1.666	0.723	1.533	0.743	0.498	0.623	عشوائي
التهديف	9.200	2.177	8.733	2.250	0.577	0.569	عشوائي

2-4 الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

2-4-1 وسائل جمع المعلومات:

المصادر والمراجع، الملاحظة، المقابلات الشخصية، الاختبار والقياس، استمارات تسجيل البيانات وتفرغها.

2-4-2 الاجهزة والادوات المستخدمة:

كرات قدم عدد(15)، جهاز حاسوب، صافرة، شواخص، شريط قياس بطول 25م، قمصان للتدريب بألوان مختلفة، مصطبة عدد (2)، ملعب ساحة المدرسة، ساعة توقيت إلكترونية عدد (2).

2-5 اختبارات البحث:

2-5-1 اختبار المناولة نحو هدف صغير يبعد مسافة 20 متر (حمزة: 1999 : 59):

الهدف من الاختبار: قياس دقة المناولة

الادوات المستخدمة: كرات قدم عدد(5)، وهدف صغير ابعاده(110سم×63سم).

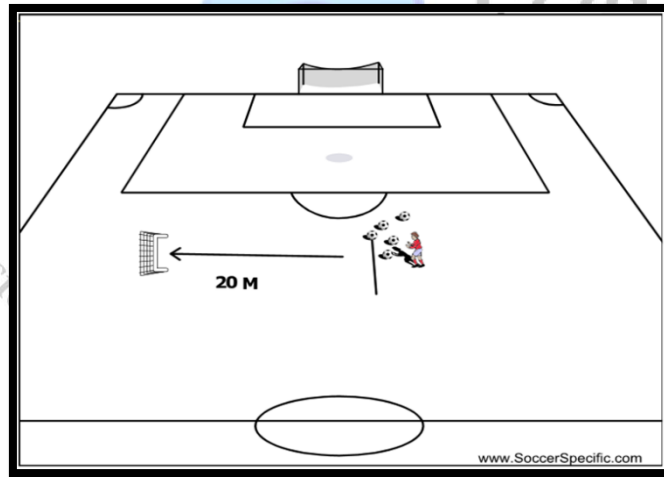
اجراءات الاختبار: يرسم خط بطول (1م) على مسافة (20م) عن الهدف الصغير، وتوضع كرة ثابتة على خط البداية بحسب ما موضح في الشكل (1).

وصف الاختبار: يقف اللاعب خلف خط البداية مواجهاً للهدف الصغير، ويبدأ عند اعطاء الاشارة بمناولة الكرة نحو الهدف لتدخل اليه، وتعطى لكل لاعب (5) خمس محاولات متتالية. التسجيل: تحسب الدرجة بمجموع الدرجات التي حصل عليها اللاعب من مناولة الكرات الخمس وعلى النحو الاتي:

* درجتان لكل محاولة صحيحة تدخل الى الهدف الصغير.

* درجة واحدة اذ مست الكرة القائم او العارضة ولم تدخل الهدف.

* صفر في حالة خروج الكرة عن الهدف الصغير.



الشكل (1) يوضح اختبار المناولة نحو هدف صغير يبعد مسافة 20 متر

2-5-2 اختبار التهديف من الثبات نحو المرمى المقسم (بعث: 2011 : 45)

الهدف من الاختبار: قياس دقة تصويب الكرة نحو المرمى.

الادوات المستخدمة: كرات قدم قانونية عدد(5)، حبل لتقسيم المرمى، شريط قياس، هدف كرة قدم، ساحة كرة قدم.

اجراءات الاختبار:

* توضع الكرات على خط منطقة الجزاء وبأماكن مختلفة على وفق ما موضح في الشكل (2)
* يقسم المرمى الى تسعة اقسام بوساطة الحبل.

وصف الاختبار: يقف اللاعب خلف خط منطقة الجزاء ومعه الكرات وفي اتجاه المرمى وعند اشارة البداية يقوم اللاعب بركل الكرة بالقدم نحو المرمى لا يدخلها الى المربعات المرسومة في المرمى، ثم ينتقل الى الكرة الثانية وهكذا.

التسجيل: تحتسب الدرجات بمجموع الدرجات التي يحصل عليها اللاعب من تهديف الكرات الخمس نحو المرمى وعلى النحو الآتي:

* (5) درجات عند المربع رقم (4).

* (4) درجات عند المربع رقم (5)

* (3) درجات عند المربع رقم (2).

* درجتان عند المربع رقم (3).

* درجة واحدة عند المربع رقم (1).

* صفر إذا خرجت الكرة خارج المرمى.

ملاحظة: عندما ترتطم الكرة بالحبل تحتسب للاعب الدرجة الاكبر.

4	2	1	2	4
5	3		3	5

الشكل (2) يوضح اختبار التهديف من الثبات نحو المرمى المقسم

2-6 التجربة الاستطلاعية:

ان التجربة الاستطلاعية هي تجربة مصغرة مطابقة للتجربة الحقيقية التي سيجريها الباحث على العينة وهذا ما اكده وجيه محجوب (محجوب، 2002: 78)، وذلك بغية الوقوف على الايجابيات والسلبيات التي قد تظهر خلال الاختبارات والتجربة الرئيسية، لذا أجري الباحث التجربة الاستطلاعية في يوم الاحد 2015/11/1 على (10) طالبات من خارج العينة.

2-7 الاختبار القبلي:

أجري الباحث الاختبار القبلي على عينة البحث في يوم الثلاثاء المصادف 2015/11/3 متضمناً اختباري المناولة والتهديف.

2-8 التجربة الرئيسية:

أجري الباحث تجربته الرئيسية على عينة بحثه في يوم الاحد المصادف 2015/11/8 في الساعة العاشرة صباحاً، بواقع (12) وحدة تعليمية طبقها على المجموعتين التجريبتين، وانتهت التجربة في يوم الثلاثاء المصادف 2015/12/15.

تم تنفيذ التجربة بتطبيق نوعين من التمرينات خلال الوحدة التعليمية البالغة (45) دقيقة، اذ طبق (18) تمرين مهاري بأسلوب حل المشكلات على المجموعة التجريبية الاولى و(18) تمرين مهاري بأسلوب التضمن طبق على المجموعة التجريبية الثانية، وراعى الباحث صعوبة التمارين وترجها بالصعوبة وايضا مستوى العينة وجنسها.

2-9 الاختبارات البعدية:

بعد الانتهاء من تطبيق التجربة الرئيسية أجري الباحث في اليوم التالي الاربعاء المصادف 2015/12/16 الاختبارات البعدية لمجموعتي 2016/3/29 مراعيًا توفير نفس الظروف الزمانية والمكانية والادوات المستخدمة في الاختبارات القبليّة.

2-10 الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية SPSS لمعالجة البيانات.

3- عرض النتائج ومناقشتها:

3-1 عرض نتائج الاختبار القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية الاولى ومناقشتها:

جدول (2) يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية الاولى

الدلالة	نسبة الخطأ	T	ع	س	الاختبار البعدى		الاختبار القبلي		المتغيرات
					ع	س	ع	س	
معنوي	0.012	2.870	0.899	0.666	0.733	2.333	0.723	1.666	المناولة
معنوي	0.022	2.578	1.302	0.866	2.153	10.066	2.177	9.200	التهديف

درجة الحرية 14 تحت مستوى دلالة 0.05

المناولة:

يبين جدول (2) فروق معنوية لمهارة المناولة ولصالح الاختبار البعدى وهذا يدل على حصول عملية التعلم ويعزو الباحث معنوية الفروق الى التمرينات المهارية بأسلوب حل المشكلات الذي عمل على تطوير تفكير الطالبة من خلال المشكلة التي يقدمها المدرس بالتمرين ، ان هذا الاسلوب من اهم الاساليب التي تطور التفكير في المتعلم اذ ان المتعلم يكتشف عناصر جديدة ويطور اساليب غير مألوفة ويختبر فرضيات وتوقعات من صنعه ويفضل ذلك يصبح قادراً على تجاوز قدر اكبر من الصعوبات التي تواجهه وعلى اتخاذ قرارات اكثر دقة وملائمة وهذا ما اكدته (الدليمي: 2012: 125) .

التهديف:

يبين جدول (2) فروق معنوية لمهارة التهديف ولصالح الاختبار البعدي وهذا يدل على حصول عملية التعلم ويعزو الباحث معنوية الفروق الى التمرينات المهارية بإسلوب حل المشكلات ، ويرى الباحث ان هذا الاسلوب يثير من اهتمام وفضول الطالب فضلا عن انه ينمي المهارات العقلية للطالب وهذا ما اكدته (الدليمي : 2012: 124) ان اسلوب حل المشكلات يثير اهتمام المتعلم لأنه يعمل على ايجاد حيرة مما يزيد من دافعيته في حل المشكلة وكذلك يساعد المتعلم على اكتساب المهارات العقلية مثل الملاحظة ووضع الفروض واجراء التجارب والوصول الى الاستنتاجات والتعميمات .

2-3 عرض نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية ومناقشتها:

جدول (3) يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية

المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		نسبة الدلالة
	س	ع	س	ع	
المناولة	1.533	0.743	1.032	3.066	0.000
التهديف	8.733	2.250	1.567	11.200	0.001

درجة الحرية 14 تحت مستوى دلالة 0.05

المناولة:

يبين جدول (3) فروق معنوية لمهارة المناولة ولصالح الاختبار البعدي وهذا يدل على حصول عملية التعلم ويعزو الباحث معنوية الفروق الى التمرينات المهارية بإسلوب التضمين الذي يأخذ بنظر الاعتبار مستويات الصف كافة فالطالبة تؤدي الواجب الحركي المطلوب منها من المستوى الذي يناسبها، إذ يقوم هذا الأسلوب بوضع مستويات مختلفة من الصعوبة مما أوجد للطالب قراراً رئيساً يتخذه بنفسه ألا وهو من أي نقطة أو مستوى يستطيع أن يدخل إلى العمل أو الموضوع المطلوب أن هدف التعلم بأسلوب التضمين هو مساعدة المتعلمين لغرض النجاح وهذا ما أكدته (اسماعيل ، 2002: 89) "إعطاء الفرصة للمتعلم بالتفاعل مع النشاط في مستوى مناسب له ، ويعد إعطاؤه هذه الفرصة عملية نجاح معنوية وممتعة للمتعلم وبالنتيجة سوف يؤدي المتعلم الواجب بمستوى عالٍ ."

التهديف:

يبين جدول (3) فروق معنوية لمهارة التهديف ولصالح الاختبار البعدي وهذا يدل على حصول عملية التعلم ويعزو الباحث معنوية الفروق الى التمرينات المهارية بإسلوب التضمين

الذي يعد من افضل الاساليب في مراعاة الفروق الفردية للطلبة ولهذا عد اسلوب التضمين من الاساليب المميزة في مراعاة الفروق الفردية والمساواة ومشاركة المتعلمين جميعهم كل بحسب مستواه ، وذكر (Mark 1998) " ان المتعلمين يقيمون اداءهم للمهارة ، وهو مرجع للتقويم الذاتي وانهم سوف يقارنون بين تنفيذ المهارة والانموذج وعلى ضوءها يحددون الصحيح والخطأ في أدائهم ، وهذا هو انعكاس لتفكيرهم ومستوى أدائهم " (Mark :1998 :p28).

3-3 عرض نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبتين ومناقشتها:

جدول (4) يبين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبتين

المتغيرات	التجريبية الاولى		التجريبية الثانية		T	نسبة الخطأ	الدلالة
	ع	س	ع	س			
المناولة	0.733	2.333	1.032	3.066	2.252	0.032	معنوي
التهدف	2.153	10.066	1.567	11.200	1.648	0.111	عشوائي

درجة الحرية 28 تحت مستوى دلالة 0.05

المناولة:

يبين جدول (4) فروق معنوية لمهارة المناولة ولصالح المجموعة التجريبية الثانية وهذا يدل على ان اسلوب التضمين كان افضل في تعلم مهارة المناولة كون هذا الاسلوب يراعي الفروق الفردية ويراعي مستوى العينة ويشجع الطلبة على الاعتماد على انفسهم ، إن تفوق استخدام أسلوب التضمين الذي جاء من خلال المبدأ الأساسي والفكرة التي وضعها موستن هي احتواء جميع المتعلمين في الفعالية في أثناء التعليم ومراعاة فروقهم الفردية وهذا ما أكده (Darrow: 1997:p23) " هناك درجات متعددة من الصعوبة ، ويحق للطلاب الاختيار من أي مكان يبدأ وهو الذي يقرر مستوى الأداء فهو الأكثر معرفة باحتياجاته الفردية وقابليته " .

التهدف:

يبين جدول (4) عدم وجود فروق معنوية لمهارة وهذا يدل على تساوي الاسلوبين في تعليم مهارة التهدف بالنسبة لطالبات الصف الاول المتوسط.

4-الخاتمة:

في ضوء النتائج التي توصل اليها الباحث استنتج ان للتمرينات بأسلوب حل المشكلات كان لها تأثير واضح في تعلم مهارتي المناولة والتهدف بكرة القدم ، وكذلك كان للتمرينات بأسلوب التضمين ايضا تأثير واضح في اختصار وقت تعلم مهارتي المناولة والتهدف ، ان لأسلوب التضمين الافضلية في التعلم مهارة المناولة للطالبات ، يجب مراعات المستوى العقلي للعينة عند استخدام اسلوب حل المشكلات ، يجب مراعات مستوى العينة خصوصا عندما تكون العينة بنات ، يوصي الباحث باعتماد هذه الاساليب في تعلم مهارتي المناولة والتهدف وكذلك تجربتها على

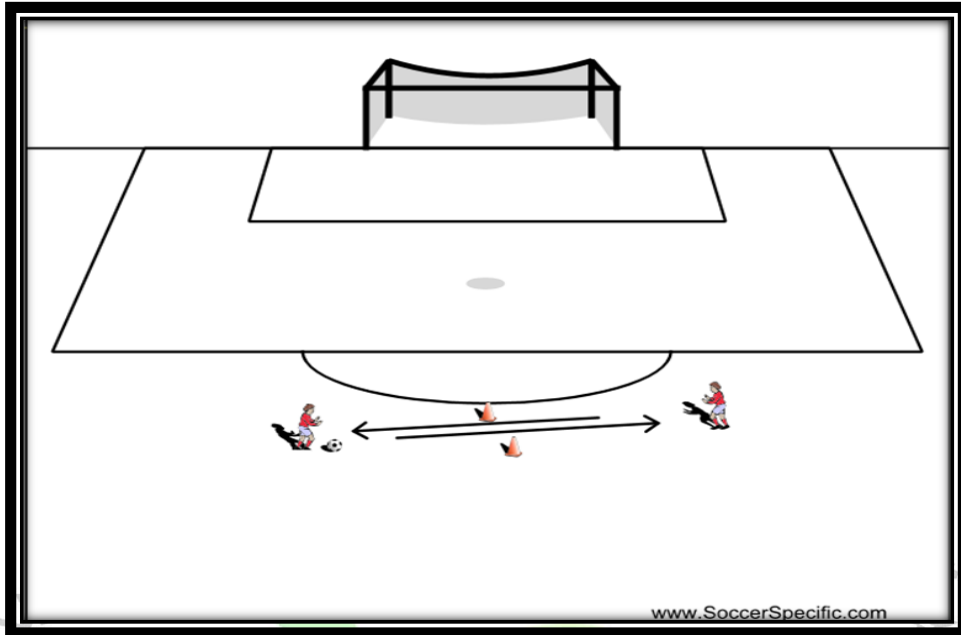
بقية مهارات كرة القدم والالعاب الاخرى ، يوصي الباحث باعتماد اسلوب التضمين بالنسبة للبنات كونه يراعي مستوى الطالبة بشكل كبير ، وكذلك على المدرس ان يستخدم اكثر من اسلوب خلال الدرس حتى يتجنب الرتابة والروتين الذي يؤدي الى الملل .

المصادر والمراجع:

- الخزاعة، محمد سلمان واخرون؛ طرائق التدريس الفعال، (الاردن، دار صفاء للنشر والتوزيع، 2011).
- الدليمي، ناهدة عبد زيد؛ اساليب في التعلم الحركي، (العراق، دار الكتب العلمية، 201).
- عبد الحمزة، بعث عبد المطلب ؛ تصميم وتقنين بطاريتي اختبار (بدنية - مهارية) لاختيار ناشئي خماسي كرة القدم في بغداد بأعمار (14 - 16) سنة (جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، رسالة ماجستير، 2011).
- حمزة، رعد حسين؛ أثر استخدام وسيلة المناطق المحددة في تنمية المهارات الأساسية بكرة القدم (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية-جامعة بغداد، 1999).
- فرج، عنايات محمد احمد؛ مناهج وطرق تدريس التربية البدنية، (مصر، دار الفكر العربي للطباعة والنشر 1998).
- صالح، جمال واخرون ترجمة عن (موسكاموستن)؛ تدريس التربية الرياضية: (جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1991).
- كمبش، ماجدة حميد؛ طرائق تدريس التربية الرياضية، (العراق، المطبعة المركزية جامعة ديالى، 2010).
- محجوب، وجيه؛ البحث العلمي ومناهجه (بغداد مديرية الكتب للطباعة والنشر، 2002).
- Mark Byra, The thought and behaviors of learners in the inclusion style, Jou. Of phy. Ed. 1998, 18, p. 28.
- Clarence Darrow ; Physical Education Kinesiology Program Internet : (Temple Universtiy . 1997) p.2.

تمرين بأسلوب حل المشكلات:

تقوم الطالبة بمناولة الكرة الى زميلتها ولكن بتحديد مسار المناولة بشواخص.



تمرين بأسلوب التضمين

تقوم الطالبة بالتهديف على منطقة محددة بالهدف ولها الحرية باختيار المكان الذي ستلعب منه الكرة.

