



جامعة الموصل
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

تأثير طريقة التعلم باللعب المقترحة لدرس التربية الرياضية في بعض عناصر
اللياقة البدنية والمتغيرات الوظيفية وتركيبية الجسم لدى عينة من طلاب
المرحلة المتوسطة في محافظة نينوى

معتز مصطفى جارا الله العلواني

رسالة ماجستير

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

بإشراف

الاستاذ المساعد الدكتور

مازن سامي حسن

ملخص الرسالة

"تأثير طريقة التعلم باللعب المقترحة لدرس التربية الرياضية في بعض عناصر اللياقة البدنية والمتغيرات الوظيفية وتركيبه الجسم لدى عينة من طلاب المرحلة المتوسطة في محافظة نينوى"

المشرف

الباحث

أ.م.د. مازن سامي حسن

معتز مصطفى جارالله العلواني

1445هـ

2023 م

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على تأثير طريقة التعلم باللعب المقترحة على بعض عناصر اللياقة البدنية والمتغيرات الوظيفية، وتركيبه الجسم كما هدفت الى التعرف على تأثير الطريقة التقليدية على بعض عناصر اللياقة البدنية والمتغيرات الوظيفية وتركيبه الجسم بالإضافة الى التعرف على الفروق بين تأثير طريقة التعلم باللعب المقترحة والطريقة التقليدية لتدريس مادة التربية الرياضية حيث استخدم الباحث المنهج التجريبي لأنه يُلائم طبيعة المشكلة ، وأعتمد الباحث التصميم التجريبي الذي يعرف بتصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية ذات الاختبارين القبلي والبعدي، وتم إختيار مجتمع البحث بصورة عمدية من فئة المدارس المتوسطة في محافظة نينوى / قضاء الحمدانية، ومن المرحلة الثانية، والبالغ عددهم (70) طالباً، وتم اختيار عينة البحث للتجربة الرئيسة بالطريقة العمدية ، إذ تم اختيار (32) طالباً بعد أن تم إستبعاد ذوي السمعة المفرطة، والأعمار الكبيرة، والمصابين وذوي الأمراض المزمنة، والذين لديهم غيابات متكررة، وتم توزيعهم إلى مجموعتين تجريبية وضابطة وبواقع (16) طالباً لكل مجموعة أما عينة التجارب الاستطلاعية فقد تضمنت (8) طلاب، واستُخدم في البحث الوسائل الإحصائية الاتية (الوسط، الانحراف المعياري، معامل الالتواء، معامل التقطع، الاختبار t للعينات المترابطة، الاختبار t لعينتين مستقلتين، تحليل التباين المصاحب، تحليل التباين الثنائي ذو القياسات المتكررة، معادلة بيتا لقياس حجم الأثر لعينتين مستقلتين) وتم معالجة نتائج البحث للوسائل الإحصائية التي تم ذكرها باستخدام البرنامج الإلكتروني الإحصائي (Spss) واستنتج الباحث أن طريقة التعلم باللعب المقترحة تؤثر تأثيراً معنوياً على بعض عناصر اللياقة البدنية والمتغيرات الوظيفية وتركيبه الجسم ولم تؤثر على البعض الآخر كما استنتج من البحث أن طريقة التعلم باللعب المقترحة أثبتت اثرها الإيجابي في تطوير القوة الانفجارية للرجلين ولم تثبت طريقة التعلم باللعب المقترحة أثرها الإيجابي المعنوي في تطوير السرعة ومطاولة القوة للذراعين وإن طريقة التعلم باللعب المقترحة أثبتت أثرها الإيجابي في تطوير معدل النبض والتنفس و استنتج الباحث أن طريقة التعلم باللعب المقترحة لا تحدث فروقاً معنوية في متغيرات كتلة الدهون والكتلة العضلية، وأن هناك فروقاً ذات دلالة معنوية في متغيري الكتلة العضلية للساقين الأيمن والأيسر كما استنتج الباحث أنه عند استخدام طريقة التعلم باللعب المقترحة تكون كمية الطاقة المصروفة أكبر من كمية الطاقة المصروفة في الطريقة التقليدية.

**University of Mosul
College of physical education
and sports science**



**Effects of a suggested playing method on some
elements of physical fitness, functional variables,
and physical build components of middle school
students in the center of Nineveh Governorate**

Muataz Mustafa Jaruallah

**Master thesis
physical education and sports science**

Supervised By

A.Prof. Dr. Mazin Sami Hassan

Abstract**Effects of a suggested playing method for the lesson of physical education on some elements of physical fitness, functional variables, and components of physical structure among intermediate school students in the center of Nineveh Governorate**

Research	Supervisor
Moataz Mustafa Jarallah Al-Alwani	Prof. Dr. Mazen Sami Hassan
1445 AH	2023 AD

The current study aimed to identify the effect of a proposed method of play on some elements of physical fitness, functional variables, and components of physical construction. The traditional teaching of physical education, where the researcher used the experimental approach for its suitability to the nature of the problem, and the researcher adopted the experimental design, which is known as the design of the two control and experimental groups with pre and post tests. Their number is (70) students, and the research sample was chosen for the main experiment by the intentional method, as (32) students were chosen after excluding those with obesity, old age, those with chronic diseases, and those with frequent absences, and they were distributed into two groups, experimental and control, by (16) students for each group, while the sample of the exploratory experiments included (8) students. The researcher used the following statistical methods (mean, standard deviation, skewness coefficient, and skewness coefficient. Skewness, t-test for correlated samples, t-test for two independent samples, analysis of variance associated with Ancova, two-way anova with repeated measurements, beta equation for volume measurement The effect of two independent samples) and the search results were processed for the statistical means that were mentioned using the statistical electronic program Spss, and the researcher concluded that the proposed playing method has a significant effect on some elements of physical fitness, functional variables, and physical construction components, and did not affect others, as the researcher concluded that the proposed playing method proved its impact Positive in developing the explosive power of the two men, and the proposed playing method did not prove its significant positive effect in developing the speed and strength extension of the arms. And that there are significant differences in the variables of muscle mass of the left and right legs, the researcher concluded that when using the proposed play method, the amount of energy expended is greater than the amount of energy expended in the traditional method