

دراسة مقارنة بين جدولة الممارسة (المكثفة/ الموزعة) على دافعية التعلم وأداء مهارتي (الضرب الساحق- حائط الصد) في الكرة الطائرة

أ.م.د/ بكر أنور تهاامي

أولاً : مقدمة ومشكلة البحث:

يعتبر التعلم وسيلة هامة لإحداث التغيرات المرغوبة في الأفراد إذ أنه كفيل بتغيير كافة أوجه الحياة بما في ذلك السلوك البشري حيث يتم تزويد الفرد بالقيم الدينية والسلوكية والنواحي المعرفية والمهارية وما غير ذلك في ألوان النشاط المختلفة بحيث يصبح مهيناً للمساهمة في بناء وتقديم المجتمع .

ويذكر محي الدين شعبان توك (2003م) أن الفترة الحالية شهدت محاولات جادة لتطوير التعليم في جميع مراحله وقد احتلت العملية التعليمية مكاناً بارزاً ضمن أولويات هذا التطوير باعتبارها عملية شاملة تتناول جميع جوانب شخصية المتعلم بالتغير ، وذلك عن طريق خلق وإعداد مواقف تعليمية متعددة يتعرض فيها لخبرات متنوعة تتفاعل فيها جوانب الأداء والإدراك والوجدان معاً وبشكل كامل وامتزن (21 : 7).

ويبين أمين أنور الخولى ، أسامة كامل راتب(2007) أن تعلم المهارات الأساسية للأنشطة الرياضية المختلفة لا يقل أهمية عن تعلم المهارات اللفظية أو المهارات الاجتماعية أو المهارات الإدراكية، فالتعلم الحركي فئة من فئات التعلم بشكل عام مثله في ذلك مثل التعلم المعرفي، والتعلم الوجداني ومن الخطأ التصور بأن التعلم الحركي تعلم يتصل بالحركة فقط، لأن التعلم الحركي تتداخل معه المعرفة والذكاء والانفعالات (6:126) .

ويري " ريتشارد شميدت Schmidt A. Richard (2000م) أنه من أجل الوصول إلى التعلم المؤثر للمهارات الأساسية للأنشطة الرياضية المختلفة لابد من تنظيم وجدولة التمارين من خلال الوحدات التعليمية مع مراعاة فترات الراحة بأشكالها المختلفة، وهذا قد يوفره

* /أستاذ مساعد بكلية التربية الرياضية جامعة أسيوط

أسلوب جدولة الممارسة بأشكاله المختلفة، والذي يشكل ضوابط مقننة للوحدات التعليمية من خلال ترتيب التمارين وتسلسلها وطرائق تنفيذ التكرارات وفترات العمل والراحة فيها، حتى يتمكن الطلاب المتعلمين من الممارسة بنشاط ودفاعية بعيداً عن الملل والإرهاق البدني والنفسي (38: 215-199).

وقد أشار " وجيه محجوب محجوب" (2001م) أن عملية توزيع الوقت على ممارسة تمارين التعلم مع تحديد فترات الراحة خلال رسم التمرين لا بد من أن تكون أولى إهتمامات القائمين بالتدريس عند تنظيم الوحدات التعليمية (35: 160).

كما يذكر كل من "نوفل فاضل رشيد"، "السيد عمر ناطق" (2013م) أن هنالك عدد غير قليل من الأساليب التي يمكن أن ينظم بها التمرين في الوحدة التعليمية بالاعتماد على مبدأ تكرار المهارات الحركية في أوقات وأماكن مختلفة وتحت أساليب تنظيمية مختلفة، وتشير البحوث الحديثة إلى أن مبدأ الإعادة أو التكرار وحدها لا تضمن تطور المهارة فحسب ولكنها تحقق استمرارية في أداء السلوك الحركي، وأن الاكتمال في عملية التعلم يمكن أن تعزى إلى التصميم الفعال للتمرين، وأن هذه المتغيرات التنظيمية لتنفيذ التمرين هي متغيرات مؤثرة والواجب فهم كيفية ومحتوى تأثيرها في التعليم وكيفية التعامل معها، وهذا بحد ذاته أمراً في غاية الصعوبة والتعقيد. (34: 214)

ولقد أكدت نتائج العديد من الدراسات السابقة أهمية الأشكال المختلفة من جدولة الممارسة في تعلم المهارات الأساسية للأشطة الرياضية المختلفة مثل دراسة "خالد فريد عزت" (2014م) (8)، "محمد خضر أسمر"، "خالد محمد شعبان" (2013م) (26)، "مصطفى أحمد عبد الوهاب"، "أسامة إبراهيم السعيد" (2015م) (32)، "نوفل فاضل رشيد" (2005م) (33)، "نوفل فاضل رشيد"، "السيد عمر ناطق" (2013م) (34)

وتعتبر لعبة الكرة الطائرة كغيرها من الألعاب الجماعية التي تتطلب ضرورة إتقان أداء المهارات الأساسية الخاصة بها حيث تعد بمثابة العمود الفقري لها حيث يشير "علي حسنين حسب الله" (2000م) بأن المهارات الحركية الخاصة بالكرة الطائرة ليست مهارات سهلة وإنما تحتاج وقت طويل لإكسابها وإلى تعلم مبنى على أسس علمية سليمة (22: 28).

وترى مارى ويز mary wise (2000) أن مهارة الضرب الساحق هي ركيزة الهجوم في لعبة الكرة الطائرة لما لها من أهمية بارزة في كسب نتيجة المباراة واستمتاع الجمهور ، أذ أن الضربة الساحقة لها تأثير في اثاره حماس المشاهدين لانها مليئة بالاثارة وحاسمة في اكتساب النقاط اذا كان أدائها صحيحاً ولكن في الوقت نفسه لها خطورتها اذا لم يستطيع اللاعب اتقانها اذ تكون نتائجها عكسية في مثل هذه الحالة.(54:37)

وتتطلب هذه المهارة نوعية معينة من اللاعبين يتميزون بالسرعة وحسن التصرف والثقة بالنفس، و ارتفاع القامة، و قوة عضلات الرجلين والسرعة الحركية الفائقة والرشاقة والتوافق العصبي العضلي ، و القوة الانفجارية العالية في الوثب والضرب والدقة في الأداء الحركي وتوجيه ضربات إلى نقطة معينة بالإضافة إلى الهبوط الصحيح. و لهذا لا يستطيع جميع اللاعبين أن يقوموا بأداء مثل هذه المهارات نظرا لاختلاف تكوينهم الجسمي وقدراتهم الحركية ، فيفضل تدريب جميع أفراد الفريق لأداء هذه المهارة ثم اختيار أفضل اللاعبين للقيام بمهام أدائها أثناء المباريات.(39)

ويرى عصام أحمد الوشاحي (1994م) أن مهارة حائط الصد احدى المهارات الأساسية في الكرة الطائرة وتعد مهارة دفاعية وهجومية في الوقت نفسه واستخدمت في بداية الامر بلاعب واحد ثم تطورت بعدها بلاعبين حتى أصبحت بثلاثة لاعبين، كما تعتبر أفضل هجمة مضادة مؤثرة في الكرة الطائرة الحديثة.(237:20)

إذ يعد حائط الصد إحدى المهارات الأساسية التي تقابل اخطر مهارات الكرة الطائرة فاعلية مهارة الضربة الساحقة ذات المميزات الهجومية على الشبكة فضلاً عن تأثيرها النفسي في المهاجم إذ إن شعور المهاجم باشتراك لاعب من الفريق المقابل معه تنقصه حرية التصرف في إرسال الكرة إلى المكان المناسب وتشتت انتباهه كما تعد مهارة مؤثرة على عملية الهجوم و تحد من خطورتها ويمكن اعتبارها مهارة هجومية دفاعية مباشرة في نفس الوقت وتكتسب هذه المهارة الأهمية الأكبر في الشوط الحاسم (39).

ويرى الباحث أن الفريق الذي يمتلك حائط صد قوى وفعال له تأثير نفسي سلبي تنعكس آثاره في الفريق المنافس مما ينعكس ذلك على أداء جميع المهارات الأساسية للفريق

المنافس وفي المقابل تنعكس على لاعبي الفريق الاخر حالة إيجابية ترفع من معنوياتهم الامر الذي يجعلهم يؤدون المهارات بكفاءة وثقة عالية بالنفس ويعتمد حائط الصد على سرعة حركة الرجلين في الانتقال الذي سيكون على ثلاثة أنواع تتمثل في طريقة الخطوة الجانبية أو التقاطع أو الجري.

ومن خلال عمل الباحث بقسم المناهج وتدریس التربية الرياضية بكلية التربية الرياضية لاحظ افتقار الأجزاء المكونة للمحاضرات التعليمية للعبة الكرة الطائرة إلى التقنين الصحيح لأوقات الأداء والراحة الأمر الذي يرجعه الباحث أن يكون أحد أسباب انخفاض مستوى أداء الطلاب في المهارات الأساسية على الرغم من شرح المهارة وتقديم الخطوات الفنية والتعليمية والتدريبات المهارية الخاصة بكل مهارة متعلمة ولكن تفتقد كل هذه الخطوات إلى أساليب جدولة وتنظيم أداء التمارين وهذا يتفق مع ما ذكره محمود عبدالحليم عبد الكريم (2015) في أن القدر الضئيل من الوقت المخصص لتدریس المهارات الحركية في التربية الرياضية في الجدول الدراسي يعد أحد الأسباب الرئيسية لأهمية التخطيط في التدریس. (146:30)

وفي حدود ما اطلع عليه الباحث من دراسات مرجعية مثل (18)، (19) لم يجد اي منها قد تناولت يهدف البحث الى التعرف على تأثير استخدام أشكال جدولة الممارسة على تعلم مهارتي (الضرب الساحق - حائط الصد) في الكرة الطائرة لطلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية جامعة أسيوط ، وهذا ما دفع الباحث إلى إجراء هذا البحث الأمر الذي قد يسهم في زيادة فعالية تعلم بعض المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة على أسس علمية سليمة ، حيث تعد مرحلة تعلم المهارات الأساسية هي أصعب مرحلة ولكنها لازمة لممارسة اي من الأنشطة الرياضية المختلفة .

ثانياً: أهمية البحث والحاجة إليه:

1- الارتقاء بمستوى تعلم مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد في الكرة الطائرة لطلاب الفرقة الأولى كلية التربية الرياضية - جامعة أسيوط.

- 2- وضع برنامج مقنن يسهم في تعلم مهارتى الضرب الساحق وحائط الصد في الكرة الطائرة لطلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية – جامعة أسيوط.
- 3- أثارة الوعي لدى طلاب التربية الرياضية حول أهمية هذا النوع من البحوث في تقديم إضافة علمية جديدة.

ثالثاً: هدف البحث :

يهدف البحث الى التعرف على تأثير إستخدام أشكال جدولة الممارسة (الموزعة- المكثفة) على دافعية التعلم وأداء مهارتي (الضرب الساحق- حائط الصد) في الكرة الطائرة لطلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية جامعة أسيوط.

رابعاً: فروض البحث :

- 1- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي فى أسلوب جدولة الممارسة (المكثفة) على دافعية التعلم ومستوى أداء مهارتي (الضرب الساحق- حائط الصد) في الكرة الطائرة لصالح القياس البعدي لطلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية – جامعة أسيوط.
- 2- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي فى أسلوب جدولة الممارسة (الموزعة) على دافعية التعلم ومستوى أداء مهارتي (الضرب الساحق- حائط الصد) في الكرة الطائرة لصالح القياس البعدي لطلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية – جامعة أسيوط.
- 3- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين البعديين فى أسلوبي جدولة الممارسة (المكثفة والموزعة) على دافعية التعلم ومستوى أداء مهارتي (الضرب الساحق- حائط الصد) في الكرة الطائرة لصالح القياس البعدي لأسلوب جدولة الممارسة المكثفة لطلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية – جامعة أسيوط.

خامساً: بعض المصطلحات الواردة بالبحث:

- 1- دافعية التعلم:
حالة داخلية للمتعلم تدفعه الى الانتباه للموقف التعليمي والاقبال عليه بنشاط موجه والاستمرار في هذا النشاط حتى يتحقق التعلم(31:211)
- 2- جدولة الممارسة:
أنماط تنظيمية متعددة لتنفيذ التمرين كأصغر مكون تعليمي يتم استخدامه داخل الوحدة التعليمية أو التدريبية بغرض تعليم أو تطوير المهارات الحركية. (تعريف إجرائي) .
- 3- جدولة الممارسة الموزعة:
جدولة التكررات التي تتم ممارستها مع مراعاة إعطاء فترات راحة مساوية أو أكبر نسبياً من زمن الأداء لتلك التكررات". (26: 104).
- 4- جدولة الممارسة المكثفة:
جدولة تمنع فيها فترات الراحة أو تمنح فترات راحة قصيرة بين الممارسة(23: 16).
- 5- الضرب الساحق:
هو ضرب الكرة بإحدى اليدين بقوة لتعديتها بالكامل فوق الشبكة وتوجيهها إلى ملعب الفريق المنافس بطريقة صحيحة وقانونية بهدف إحراز نقطة (16: 84) .
- 6- حائط الصد:
هو عملية يقوم بها لاعبي المنطقة الهجومية ويقوم بها لاعب أو اثنين أو ثلاثة لاعبين معا وتكون بمواجهة الشبكة أو قريبة منها وذلك بوثب اللاعبين لاعلى مع مد الذراع أو الذراعين لاعتراض الكرة المضروبة ضربا ساحقا من الفريق المنافس فوق الحافة العليا من الشبكة.(14:130)

سابعاً: خطة وإجراءات البحث:

- منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي لمجموعتين تجريبيتين بإتباع القياس القبلي والبعدي لكل مجموعة وذلك لمناسبته لطبيعة هدف البحث.
- مجتمع البحث:

يتمثل مجتمع البحث في طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية- جامعة أسيوط للعام الجامعي (2021 – 2022م) الفصل الدراسي الثاني، والبالغ عددهم (1250) طالب.
- عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العمدية من طلاب الفرقة الأولى للعام الجامعي (2021م – 2022م) حيث بلغ عددهم (60) طالب تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبيتين متساوية، عدد كل مجموعة (30) طالب، وقد قام الباحث باستبعاد الطلاب الذين يمارسون لعبة الكرة الطائرة ، كما تم إختيار عدد (15) طالب عينة استطلاعية من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث ، لإجراء المعاملات العلمية، وجدول (1) يوضح عدد العينة الأساسية والاستطلاعية بالبحث.

جدول (1)

توصيف عينة البحث

م	المجموعات التجريبية	عدد الطلاب	أسلوب جدولة الممارسة المستخدم	تشكيل (العمل: الراحة)	المجموع
1	عينة البحث التجريبية الأولى	30	المكثفة	(1:2)	60 طالب
2	عينة البحث الأساسية التجريبية الثانية	30	الموزعة	(1:1)	
3	العينة الإستطلاعية	15	المعاملات العلمية - وتقنين البرنامج		

يتضح من جدول (1) أن المجموع الكلي للعينة الأساسية بلغ (60) طالب، كما إشتملت العينة الإستطلاعية (15) طالب تم إستخدامهم في حساب المعاملات العلمية للإختبارات قيد البحث، وتقنين البرنامج التعليمي.
- اعتدالية عينة البحث في متغيرات النمو قيد البحث:

قام الباحث بإجراء اعتدالية عينة البحث في متغيرات النمو (السن، الطول، الوزن) وجدول (2)، يوضح ذلك.

جدول (2)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء والتفطح في المتغيرات للعينة قيد البحث (ن=60)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفطح
1	السن	سنة	19.62	0.49	0.51-	1.22-
2	الطول	سم	170.20	7.01	0.05-	0.08-
3	الوزن	كجم	75.96	4.65	0.02	0.58

ضعف الخطأ المعياري للالتواء = 0.74 ضعف الخطأ المعياري التفطح = 1.44

يتضح من نتائج جدول (2) أن قيمة معامل الالتواء تراوحت ما بين (-0.51: 0.02) وهي أقل من ضعف الخطأ المعياري لمعامل الالتواء، كما تراوحت قيمة معامل التفطح ما بين (-1.22: 0.58) وهي أقل من ضعف الخطأ المعياري لمعامل التفطح، مما يشير إلى اعتدالية توزيع العينة في متغيرات النمو.

- اعتدالية العينة في المتغيرات (البدنية- المهارية) قيد البحث:

قام الباحث بإيجاد اعتدالية عينة البحث البالغ قوامها (60) طالب في الاختبارات (البدنية ، الإختبارات المهارية) ، وجدول(3) يوضح ذلك.

جدول (3)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء والتفطح في

المتغيرات البدنية والمهارية للعينة قيد البحث (ن=60)

المتغيرات	م	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفطح	الدلالة
الاختبارات البدنية	1	عدو 30م من بداية متحركة.	ثانية	4.26	0.21	0.11-	0.62	غير دال
	2	ثنى الجذع للأمام من الوقوف.	سنتيمتر	19.02	0.64	0.33	0.89	غير دال
	3	رمي واستقبال الكرات.	درجة	8.57	1.67	0.35-	0.67	غير دال
	4	الجرى المكوكي.	ثانية	11.86	0.94	0.22	0.18-	غير دال
	5	الوثب العريض من الثبات.	متر	1.66	0.22	0.28	0.55	غير دال
	6	التصويب باليد على الدوائر المتداخلة.	درجة	6.35	1.24	0.29	0.48	غير دال
	7	رمي كرة السلة.	متر	23.01	4.06	0.19	0.88-	غير دال
الاختبارات المهارية	1	اختبار دقة الضرب الساحق القطري.	درجة	36.00	8.53	0.24	1.34-	غير دال
	2	اختبار دقة الضرب الساحق المستقيم.	درجة	39.5	7.00	0.45	1.73-	غير دال
	3	اختبار مهارة حائط الصد الدفاعي.	درجة	32.16	3.31	0.56-	0.33-	غير دال
	4	اختبار تكرار حائط الصد (البلوك).	زمن	5.16	1.34	0.17	2.05-	غير دال

ضعف الخطأ المعياري للالتواء = 0.48 ضعف الخطأ المعياري التفطح = 0.96

يتضح من نتائج جدول (3) أن قيمة معامل الالتواء تراوحت ما بين (-0.35): 0.45 وهي أقل من ضعف الخطأ المعياري لمعامل الالتواء، كما تراوحت قيمة معامل التفطح ما بين (-2.05: 0.89) وهي أقل من ضعف الخطأ المعياري لمعامل التفطح، مما يشير إلى إعتدالية توزيع العينة في المتغيرات البدنية و المهارية قيد البحث.

- اعتدالية العينة في مقياس دافعية التعلم قيد البحث:

قام الباحث بإيجاد اعتدالية عينة البحث البالغ قوامها (60) طالب في محاور مقياس دافعية التعلم ، وجدول(4) يوضح ذلك.

جدول (4)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للمجموعتين

التجريبتين في محاور دافعية التعلم قيد البحث (ن+1=2=60)

قيمة "ت"	المجموعة التجريبية الثانية		المجموعة التجريبية الأولى		المجموعات محاور المقياس	م
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
0.30	1.43	38.49	1.54	38.56	دافع القيم.	1
-0.57	1.35	37.64	1.35	37.53	دافع التوقع.	2
-0.85	1.32	17.83	1.58	17.64	دافع الانفعال.	3
0.92	1.07	39.16	1.47	39.32	دافع المساهمة.	4
-0.02	5.17	133.42	5.94	133.35	المجموع العام.	5

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) = 2.00

يتضح من جدول (4) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبتين في

جميع محاور دافعية التعلم مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين في هذه المتغيرات.

- أدوات ووسائل جمع البيانات

أ- الأدوات:

(ساعة إيقاف، طباشير، شريط قياس، كرات طبية، أقماع، كرات طائرة، مقاعد سويدية،

حائط تدريب، حبل)

ب- الأجهزة:

- جهاز الرستاميتير لقياس الطول بالسنتيمتر .

ج- الاختبارات البدنية :

قام الباحث بتحليل محتوى بعض المراجع العلمية والدراسات السابقة المرتبطة بلعبة

الكرة الطائرة والاختبارات والمقاييس مثل (14)، (19)، (24)، (28)، (29) ثم قام الباحث

بحصر الصفات البدنية والاختبارات التي تقيسها والمرتبطة بلعبة الكرة الطائرة ثم وضعها في

استمارة استطلاع رأى الخبراء ملحق (2) وعرضها على السادة الخبراء ملحق (1) وذلك للتعرف

على الصفات البدنية الخاصة بلعبة الكرة الطائرة والاختبارات التي تقيس هذه الصفات والتي تتناسب مع طبيعة هذا البحث والمرحلة السنوية قيد البحث وجدول (4) يوضح ذلك.

جدول (4)

النسبة المئوية لآراء الخبراء حول أهم الصفات البدنية والاختبارات البدنية (ن=10)

م	الصفات البدنية	التكرار	النسبة المئوية	الاختبارات البدنية	وحدة القياس	التكرار	النسبة المئوية
1	السرعة	10	%100	اختبار العدو 30م من البدء العالى.	الثانية	9	%90
2	المرونة	10	%100	اختبار ثنى الجذع للامام من الوقوف .	سم	10	%100
3	التوافق	10	%100	اختبار رمى واستقبال الكرات	درجة	9	%90
4	الرشاقة	10	%100	اختبار الجرى الترددى 4×10متر..	الثانية	10	%100
5	القدرة العضلية للرجلين	9	%90	اختبار الوثب العريض من الثبات .	متر	10	%100
6	الدقة	10	%100	اختبار التصويب باليد على الدوائر المتداخلة.	درجة	10	%100
7	القدرة العضلية للذراعين	10	%100	اختبار رمي كرة سلة	سم	9	%90

يتضح من جدول (4) أن نسبة آراء الخبراء للصفات البدنية وكذلك الاختبارات التي يتم استخدامها لقياس تلك الصفات تراوحت ما بين (90% : 100%) وارتضى الباحث استخدام الصفات والاختبارات التي حصلت على نسبة 70% فأكثر من آراء الخبراء، وبذلك أصبح عدد الاختبارات البدنية التي تم اختيارها هي (سبعة اختبارات) ملحق (3).

د- الاختبارات المهارية :

قام الباحث بتحليل محتوى بعض المراجع العلمية والدراسات السابقة المرتبطة بلعبة الكرة الطائرة والاختبارات والمقاييس مثل (4)، (7)، (9)، (18)، (28)، (29) ثم قام الباحث بحصر مجموعة من الاختبارات المهارية والمرتبطة بالمهارات الأساسية (قيد البحث) وتم وضعها في استمارة استطلاع رأى الخبراء ملحق (4) وعرضها على السادة الخبراء ملحق (1) لتحديد أنسب الاختبارات المهارية المرتبطة بالمهارات الأساسية (قيد البحث) في لعبة الكرة الطائرة والمناسبة لطلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية - جامعة أسيوط، وتم حساب التكرار والنسبة المئوية لهذه الآراء ، وجدول (5) يوضح ذلك.

جدول (5)

النسبة المئوية لآراء الخبراء حول الاختبارات المهارية التي تقيس

المهارات الأساسية (قيد البحث) (ن=10)

م	المهارات قيد البحث	الاختبارات المهارية	وحدة القياس	التكرار	النسبة المئوية
1	الضرب الساحق	- اختبار دقة الضرب الساحق القطري.	درجة	10	%100
		- اختبار دقة الضرب الساحق المستقيم.	درجة	10	%100
		- اختبار " تشمبرلين " للضرب الهجومي .	درجة	7	%70
2	حائط الصد	- اختبار مهارة حائط الصد الهجومي.	درجة	7	%70
		- اختبار مهارة حائط الصد الدفاعي.	درجة	10	%100
		- اختبار تكرار حائط الصد (البوك).	ثانية	10	%100

يتضح من جدول (5) تراوح النسب المئوية لآراء الخبراء في الاختبارات المهارية ما بين (70% ، 100%) ، وقد ارتضى الباحث استخدام الاختبارات المهارية التي حصلت على نسبة مئوية 80% فأكثر وبذلك أصبح عدد الاختبارات المهارية التي تم اختيارها هي (اربع اختبارات) ملحق (5).

- المعاملات العلمية للاختبارات (البدنية - المهارية) المختارة:

- معامل الصدق :

لإيجاد معامل الصدق استخدم الباحث صدق التمايز عن طريق حساب قيمة متوسطات الفروق بين المجموعة المميزة البالغ عددها (6) طالب من خارج مجتمع البحث من طلاب منتخب الجامعة لكرة الطائرة وغيرالمميزة البالغ عددها (6) طالب من مجتمع البحث وخارج عينة البحث، وقد طبقت الاختبارات البدنية والمهارية في الفترة من 2022/3/10م وجدول (6) يوضح ذلك .

جدول (6)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للمجموعتين المميزة وغيرالمميزة في الاختبارات البدنية والمهارة قيد البحث (ن = 12)

التغير	م	الاختبار	وحدة القياس	المجموعة المميزة		المجموعة غير المميزة		قيمة "ت"
				الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
الاختبارات البدنية	1	عدو 30م من بداية متحركة.	ثانية	3.82	0.73	4.38	0.44	*2.91
	2	ثنى الجذع للأمام من الوقوف.	سنتيمتر	24.30	3.16	18.30	1.87	*7.30
	3	رمي واستقبال الكرات.	درجة	19.10	0.93	10.80	1.15	*35.35
	4	الجرى المكوكي.	ثانية	9.89	0.90	12.05	1.10	*6.81
	5	الوثب العريض من الثبات.	متر	2.29	0.25	1.89	0.10	*6.48
	6	التصويب باليد على الدوائر المتداخلة.	درجة	7.86	0.67	6.21	0.67	*7.83
	7	رمي كرة السلة.	متر	27.55	1.82	22.90	2.00	*7.70
الاختبارات المهارة	1	- اختبار دقة الضرب الساحق القطري.	درجة	56.16	8.61	35.56	8.68	*4.12
	2	- اختبار دقة الضرب الساحق المستقيم.	درجة	60.16	8.84	39.16	7.08	*2.14
	3	- اختبار مهارة حائط الصد الدفاعي.	درجة	58.16	1.94	31.83	2.92	*2.46
	4	- اختبار تكرار حائط الصد (البوك).	ثانية	9.83	0.75	4.66	1.24	*5.20

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية $(0.05) = 2.04$ * دال عند مستوى (0.05) يتضح من نتائج جدول (6) وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في جميع الاختبارات البدنية والمهارة المختارة لصالح المجموعة المميزة، حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين $(2.14 : 35.35)$ وهي أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى (0.05) ، مما يشير إلى صدق الاختبارات البدنية والمهارة المختارة.

- معامل الثبات :

لإيجاد معامل الثبات استخدم الباحث طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه على عينة قوامها (20) طالب من مجتمع البحث وخارج عينة البحث وهم السابق استخدامهم في إيجاد الصدق وبفارق زمني أسبوع وذلك في الفترة من 10 - 2022/3/24م ، وجدول (7) يوضح ذلك.

جدول (7)

معامل الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق للاختبارات البدنية
والمهارية المستخدمة (قيد البحث) (ن=15)

قيمة ر	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	اسم الاختبار	م	الإختبارات
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي				
*0.81	0.42	4.29	0.44	4.38	ثانية	عدو 30م من بدايعة متحركة	1	الإختبارات البدنية
*0.95	2.00	18.10	1.87	18.30	سنتيمتر	ثنى الجذع للأمام من الوقوف	2	
*0.88	1.46	10.75	1.15	10.80	درجة	رمي واستقبال الكرات	3	
*0.96	1.05	12.05	1.10	12.05	ثانية	الجرى المكوكي	4	
*0.75	0.09	1.91	0.10	1.89	متر	الوثب العريض من الثبات	5	
*0.92	0.76	6.11	0.67	6.21	درجة	التصويب باليد على الدوائر المتداخلة	6	
*0.97	1.98	22.85	2.00	22.90	متر	رمي كرة السلة	7	
*0.99	7.65	36.83	8.68	35.56	درجة	اختبار دقة الضرب الساحق القطري.	1	الإختبارات المهارية
*0.99	7.06	40.66	7.08	39.16	درجة	اختبار دقة الضرب الساحق المستقيم.	2	
*0.93	2.56	32.83	2.92	31.83	درجة	اختبار مهارة حائط الصد الدفاعي.	3	
*0.74	1.25	5.51	1.24	4.66	زمن	اختبار تكرار حائط الصد (البلوك).	4	

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية $(0.05) = 0,35$ * دال عند مستوى (0.05)

يتضح من نتائج جدول (7) وجود ارتباط دال إحصائياً بين التطبيق الأول والثاني في جميع الاختبارات البدنية والمهارية المستخدمة (قيد البحث) حيث تراوح معامل الارتباط ما بين $(0.74: 0.97)$ وهو أكبر من قيمته الجدولية عند مستوى (0.05) مما يدل على ثبات الاختبارات البدنية والمهارية المستخدمة.

- مقياس دافعية التعلم:

نظرا لعدم توافر مقياس جاهز لدافعية التعلم يخدم أهداف البحث تم اعداد مقياس دافعية التعلم نحو مقرر اساسيات الكرة الطائرة ومر بالخطوات الاتية:

- تصميم محاور وعبارات المقياس: قام الباحث بالاطلاع على الدراسات المرتبطة في هذا المجال كما تم الاطلاع على مجموعة من المقاييس التي لها علاقة بدافعية التعلم كما قام الباحث باجراء عدد من المقابلات الشخصية مع مجموعة من السادة الخبراء والمحكمين المتخصصين في مجال المناهج وطرق التدريس وعلم النفس والكرة الطائرة وتوصل الباحث الى أربعة محاور رئيسية للمقياس هي كالتالي:

1- دافع القيم. 2- دافع التوقع. 3- دافع الانفعال. 4- دافع المساهمة أو المشاركة الاجتماعية.

وفي ضوء هذه المحاور تمت صياغة مجموعة من العبارات التي لها علاقة بمحاور المقياس وبلغ عددها (70) فقرة.

- صلاحية العبارات:

للحكم على مدى صلاحية العبارات المكونة للمقياس قام الباحث بعرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من السادة الخبراء المحكمين في المجالات المتخصصة (مناهج وطرق تدريس وعلم النفس والكرة الطائرة) ملحق (6) بتاريخ 2022/3/10م الكترونيا من خلال تطبيق (google form) وفي ضوء آراء السادة الخبراء أرتضى الباحث جميع العبارات التي حصلت على نسبة موافقة 70% فأكثر وبذلك أصبح المقياس في صورته النهائية يحتوى على 56 عبارة تتضمن اتجاهات إيجابية وسلبية تجاه عملية التعلم .

- تصحيح المقياس:

تمت الإجابة على المقياس وفق التعليمات المذكورة في المقياس وضمن الميزان الخماسي كما مبين في ملحق (7) وتم حساب درجة دافعية الطالب للتعلم على المقياس بإيجاد مجموعة الدرجات التي حصل عليها باستجابته لكل فقرة إذ حددت أوزان الاختيارات بين (1 الى 5) درجة لكل من الفقرات الإيجابية والعكس بالنسبة للفقرات السلبية ثم تجمع درجات الاختيارات

التي اختارها الطالب لتمثل الدرجة الكلية للمقياس. وتم تحديد الزمن الفعلي لتطبيق المقياس على عينة قدرها 15 طالب من الفرقة الأولى ومن خارج العينة الأساسية للبحث وتبين أن الوقت المستغرق للإجابة يتراوح ما بين 20 إلى 30 دقيقة بمتوسط 25 دقيقة هو الوقت اللازم للإجابة على المقياس.

- المعاملات العلمية للمقياس:

أولاً: الصدق: وفي ضوء ذلك قام الباحث بتصحيح الاستجابات ثم تم ترتيبها تنازلياً وتم تقسيمها الى الربيع الأعلى والربيع الأدنى واستخراج معاملات التمييز باستخدام الاختبار التائي بين المجموعتين وجدول (5) يوضح ذلك:

جدول(5)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للربيع

الأعلى والأدنى لمقياس دافعية التعلم (ن = 15)

م	الربيع الأعلى		الربيع الأدنى		م	قيمة ت	الربيع الأدنى		الربيع الأعلى		م
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
1	3.80	1.08	2.06	1.39	29	3.69	2.06	1.39	3.80	1.08	1
2	3.67	0.92	2.33	1.20	30	3.31	1.20	2.33	3.67	0.92	2
3	3.58	0.84	2.28	1.62	31	2.69	1.62	2.28	3.58	0.84	3
4	3.91	1.01	2	1.44	32	3.06	1.44	2	3.91	1.01	4
5	4.11	1.02	2.22	1.32	33	4.23	1.32	2.22	4.11	1.02	5
6	3.77	1.12	2.14	1.49	34	3.19	1.49	2.14	3.77	1.12	6
7	3.73	0.87	2.39	1.55	35	2.82	1.55	2.39	3.73	0.87	7
8	3.77	0.914	2.22	1.62	36	3.14	1.62	2.22	3.77	0.914	8
9	3.89	0.82	2.24	1.44	37	3.72	1.44	2.24	3.89	0.82	9
10	3.73	0.74	2.30	1.48	38	3.23	1.48	2.30	3.73	0.74	10
11	3.49	1.01	2.02	1.28	39	3.37	1.28	2.02	3.49	1.01	11
12	3.80	1.04	2.09	1.55	40	3.43	1.55	2.09	3.80	1.04	12
13	3.66	1.02	2.01	1.44	41	3.499	1.44	2.01	3.66	1.02	13
14	3.97	0.89	2.02	1.35	42	4.54	1.35	2.02	3.97	0.89	14
15	3.74	1.01	2.11	1.82	43	2.93	1.82	2.11	3.74	1.01	15
16	3.65	1	2.04	1.34	44	3.60	1.34	2.04	3.65	1	16
17	4	0.75	2.04	1.48	45	4.42	1.48	2.04	4	0.75	17
18	3.91	0.92	2.12	1.34	46	4.12	1.34	2.12	3.91	0.92	18
19	3.85	0.82	2.01	1.62	47	3.79	1.62	2.01	3.85	0.82	19
20	3.74	0.94	2.21	1.35	48	3.48	1.35	2.21	3.74	0.94	20
21	3.6	0.92	2.04	1.74	49	2.96	1.74	2.04	3.6	0.92	21
22	4.20	1.04	2.21	1.82	50	3.55	1.82	2.21	4.20	1.04	22
23	3.82	1.04	2.32	1.62	51	2.91	1.62	2.32	3.82	1.04	23
24	3.89	1	2.04	1.75	52	3.43	1.75	2.04	3.89	1	24
25	3.66	0.92	2	1.34	53	3.82	1.34	2	3.66	0.92	25
26	3.74	0.84	2.06	1.49	54	3.67	1.49	2.06	3.74	0.84	26
27	1.65	1.02	2.66	0.99	55	2.63	0.99	2.66	1.65	1.02	27
28	3.66	0.95	2.06	1.54	56	3.31	1.54	2.06	3.66	0.95	28

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية $0.05 = 2.13$

يتضح من جدول (5) وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات قياسات الربيع الأعلى والادنى حيث كانت قيمة ت المحسوبة أكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 ما عد الفقرات (37،46،48) كانت قيمة ت المحسوبة اقل من قيمة ت الجدولية وبالتالي تم استبعادهم من عبارات المقياس.

ثانياً: الثبات:

- صدق الاتساق الداخلي: وقد تم اجراء الاتساق الداخلي باستخدام معامل الارتباط بيرسون بين درجات كل فقرة والدرجة الكلية حيث بلغت معاملات الارتباط بين ($0.256-0.664$) كما مبين في الجدول (6).

- التجزئة النصفية: بعد تصحيح الإجابات تم جمع درجات المحاولات الفردية في الاختبار في علامة واحدة، وجمعت المحاولات الزوجية من الاختبار في علامة ثانية، وتم احتساب معامل الارتباط بين هاتين العلامتين وبلغت (0.80)، ثم تم معالجتها بمعادلة سبيرمان براون لتلافي تقليص عدد المحاولات الى النصف، وبذلك بلغ معامل الثبات (0.89).

جدول (6)

معاملات الارتباط بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى لمجموعات البحث

لبيان تمييز فقرات مقياس دافعية التعلم (ن = 15)

م	الارتباط	م	الارتباط	م	الارتباط	م	الارتباط	م	الارتباط
1	0.642	13	*0.234	25	0.545	37	*0.00	49	0.524
2	0.482	14	*0.193	26	0.533	38	0.535	50	0.544
3	0.603	15	0.537	27	0.499	39	0.633	51	0.635
4	0.315	16	0.632	28	0.533	40	0.644	52	*0.243
5	0.625	17	0.489	29	0.664	41	0.528	53	0.489
6	0.535	18	0.643	30	0.544	42	0.633	54	0.533
7	0.504	19	0.521	31	0.665	43	*0.138	55	0.592
8	0.543	20	0.528	32	0.643	44	0.555	56	*0.133
9	0.544	21	0.498	33	0.582	45	0.532		
10	0.704	22	0.526	34	0.524	46	*0.324		
11	0.533	23	*0.117	35	0.633	47	0.544		
12	0.656	24	0.524	36	0.723	48	0.521		

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية $0.05 = 0.497$

يتضح من جدول (6) وجود علاقة ارتباطية بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس فيما عد العبارات (13، 14، 23، 37، 43، 46، 52، 56) لم تكن معاملات الارتباط لديها دالة احصائياً ولذلك تم حذفها وفي ضوء التحليل السابق تم التوصل الى المقياس بصورته النهائية ملحق (7) وكان 48 عبارة فقط منها (28) عبارة تتضمن الاتجاه الايجابي نحو عملية التعلم، (6) عبارات تتضمن الاتجاه السلبي نحو عملية التعلم، كما أن المقياس تكون من أربعة محاور هي كالتالي:

- محور القيم: (1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 10، 11، 12، 13، 14، 15، 16، 39).
- محور التوقع: (8، 23، 24، 25، 26، 27، 28، 29، 30، 31، 32، 38، 40).
- محور الانفعال: (42، 44، 45، 46، 47، 48).
- محور المساهمة: (9، 17، 18، 19، 20، 21، 22، 33، 34، 35، 36، 37، 41، 43).

كما تضمن المقياس معلومات عن الطالب وتعليمات مهمة ارشادية ترشده الى كيفية الإجابة عن العبارات وقد تراوحت درجة المقياس ما بين (48:240).

- استمارات تفرغ البيانات:

- قام الباحث بإعداد استمارات لتفرغ البيانات لاستخدامها في المعالجات الإحصائية وهي:
- استمارة تسجيل البيانات الشخصية الخاصة بعينة البحث، ملحق (7).
 - استمارة تسجيل نتائج الاختبارات البدنية الخاصة بعينة البحث. ملحق (8).
 - استمارة تسجيل نتائج الاختبارات المهارية الخاصة بعينة البحث. ملحق (9).

- البرنامج التعليمي:

- 1- تحديد الهدف العام للبرنامج التعليمي: (ملحق 10)
هدف البرنامج التعليمي إلي تعليم مهارتي (الضرب الساحق - حائط الصد) في لعبة الكرة الطائرة المقررة على طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية جامعة أسيوط من خلال استخدام أشكال جدولة الممارسة (الموزعة - المكثفة).
- 2- تحديد الأهداف السلوكية للبرنامج التعليمي: (ملحق 10)

- أن يعرف الطلاب التسلسل الحركي والأداء الصحيح للضربة الساحقة.
- أن يعرف الطلاب التسلسل الحركي والأداء الصحيح لحائط الصد الفردي.
- أن يعرف الطلاب بعض النواحي القانونية الخاصة بالمهارات قيد البحث.
- أن يعرف الطلاب معلومات تمكنه من معالجة الأخطاء التي تواجهه.
- أن يعرف الطلاب كيفية تطبيق الأداء الصحيح للمهارات قيد البحث.
- أن يؤدي الطلاب الضربة الساحقة طبقاً لشروط الأداء الصحيح.
- أن يؤدي الطلاب حائط الصد الفردي طبقاً لشروط الأداء الصحيح.
- أنت يميز الطلاب بين صور الأداء الصحيح والخاطئ في مراحل الأداء للمهارات قيد البحث.
- أن يربط الطلاب بين مراحل الأداء الفني للمهارات قيد البحث.
- أن يؤدي الطلاب المهارات قيد البحث بإتقان في مواقف الحقيقة.
- أن يطبق الطلاب مراحل الأداء الفني في المهارات قيد البحث.
- أن يظهر الطلاب اهتماماً بتعلم المهارات موضوع الدرس.
- أن يبدي الطلاب استعدادهم لأنواع الأنشطة التمهيدية المتضمنة في الدرس.
- أن يمارس الطلاب بحماس التمرينات المطبقة.
- أن يثير البرنامج دوافع الطلاب تجاه التعلم الجيد.
- أن يشعر الطلاب بالرضا والارتياح عند تطبيق البرنامج.
- أن يعدل الطلاب بين سلوكيات زملائهم في اطار مبادئ وقيم الممارسة الرياضية الصحيحة.
- أن يبرز الطلاب الفائدة من ممارسة لعبة الكرة الطائرة عن بقية الالعاب الأخرى التي تمارس.

2- أسس وضع البرنامج التعليمي:

- قام الباحث بإتباع بعض الأسس عند إعداد المحتوى للبرنامج التعليمي كما يلي:
- مراعاة الهدف من البرنامج التعليمي بما يتناسب مع المحتوى المقترح .
- أن تتمشي محتويات البرنامج التعليمي مع خصائص وقدرات الطلاب.

- تدرج الخطوات التعليمية والتدريبات التطبيقية من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب.
- مراعاة التكرارات المناسبة لتعلم مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بما يتناسب مع أشكال جدولة الممارسة.
- مراعاة فترات الراحة البينية بين التدريبات بما يتناسب مع أشكال جدولة الممارسة.
- مراعاة عرض نموذج لكل خطوة تعليمية بالوحدات التعليمية أو التدريبات التطبيقية.
- توافر الإمكانيات والأدوات المستخدمة في البرنامج التعليمي قيد البحث.
- إتاحة الفرصة للمشاركة والممارسة لكل طالب في آن واحد .
- مراعاة تقديم تعليمات وإرشادات ومعلومات معرفية توضح النواحي الفنية الصحيحة لكل خطوة تعليمية وتدريب لتلاشي الأخطاء وتصحيحها.
- مراعاة عوامل الأمن والسلامة عند التطبيق.

3- محتوى البرنامج التعليمي:

قام الباحث بتجميع محتوى البرنامج التعليمي والذي تمثل في مجموعة من الخطوات التعليمية والتدريبات التطبيقية لتعلم المهارات قيد البحث من خلال الاطلاع على بعض المراجع العلمية والدراسات المرجعية في مجال لعبة الكرة الطائرة مثل (2) ، (3) ، (4) ، (5) ، (7) ، (9) ، (10) ، (11) ، (14) ، (15) ، (17) ، (18) ، (19) ، (24) ، (30) ، (33) .

4- التوزيع الزمني للبرنامج التعليمي: (ملحق 10)

قام الباحث بالتوزيع الزمني للبرنامج وأجزاء المحاضرات بعد الاطلاع على بعض الدراسات المرجعية في مجال لعبة كرة الطائرة وبناء البرامج التعليمية باستخدام أشكال جدولة الممارسة (2) ، (3) ، (7) ، (8) ، (15) ، (16) ، (19) ، (21) ، (26) ، (29) ، (36) ، (38) وجدولي (10) ، (11) يوضحا ذلك.

جدول (10)

التوزيع الزمني للبرنامج التعليمي للمجموعتين التجريبيتين

العدد	المحتوي	م
8 أسابيع	مدة تطبيق البرنامج التعليمي	1
2 محاضرة	عدد المحاضرات في الأسبوع	2
16 محاضرة	العدد الكلي للمحاضرات	3
120 دقيقة	زمن المحاضرة	4
1920 دقيقة	الزمن الكلي للبرنامج التعليمي	5

يتضح من جدول (10) أن مدة البرنامج الذي تم تنفيذه في هذا البحث بلغت (8) أسابيع ، حيث اشتمل على (16) محاضرة، بواقع محاضرتين تعليميتين أسبوعياً، على أن يكون زمن الوحدة (120) دقيقة، وبالتالي أصبح الزمن الكلي للبرنامج (1920) دقيقة.

جدول (11)

الشكل التنظيمي والتوزيع الزمني لأجزاء المحاضرة للمجموعتين التجريبيتين

الزمن	أجزاء المحاضرة	م
18 ق	الجزء التمهيدي	1
90 ق	الشرح اللفظي للمهارة وأداء النموذج والخطوات التعليمية والتدريبات التطبيقية	2
12 ق	الجزء الختامي(تهنئة)	3
120 ق	المجموع	

يتضح من جدول (11) أنه تم توزيع زمن المحاضرة البالغ (120) دقيقة بواقع (18) دقيقة للإحماء والإعداد البدني من خلال تمرينات متنوعة للعضلات العاملة وفقاً لنوع المهارة في كل محاضرة، (90) دقيقة للجزء الرئيسي يشتمل على خطوات تعليمية وأتدريبات تطبيقية للمهارة بالإضافة إلى تغذية راجعة وتصحيح أخطاء، ثم الختام (12) دقيقة تشتمل على أنشطة تهنئة وإصدار أحكام تقييمية سريعة على نتائج الممارسة، كما توصل الباحث لتوزيع المهارات على محاضرات البرنامج التعليمي من خلال استمارة استبيان ملحق (11) وتم عرضها على السادة الخبراء ملحق (1) وجدول (12) يوضح ذلك.

جدول (12)

التكرار والنسبة المئوية لأراء الخبراء على توزيع مهارات كرة الطائرة

(قيد البحث) على محاضرات البرنامج التعليمي (ن=10)

م	المهارة	عدد المحاضرات	التكرارات	النسبة المئوية
1	الضرب الساحق	8	10	%100
2	حائط الصد	8	10	%100

يتضح من جدول (12) أن النسبة المئوية لأراء الخبراء على عدد المحاضرات التي قبلت قد بلغت (100%)، حيث اجمع السادة الخبراء على ان يتم تدريس المهارات قيد البحث في ثمانية محاضرات لكل مهارة . وبذلك تمكن الباحث من التوصل إلى توزيع المحتوى على أسابيع ومحاضرات البرنامج التعليمي المقترح، وجدول (13) يوضح ذلك.

جدول (13)

توزيع المهارات (قيد البحث) على محاضرات البرنامج التعليمي

م	الأسبوع	المحاضرة	التاريخ	المحتوى
1	الأول	1	2022/3 /28م	الضرب الساحق
		2	2022/ 3/ 29م	الضرب الساحق
2	الثاني	3	2022/ 4/4م	الضرب الساحق
		4	2022/ 4/ 5م	الضرب الساحق
3	الثالث	5	2022/ 4/ 11م	الضرب الساحق
		6	2022/ 4/12م	الضرب الساحق
4	الرابع	7	2022/ 4/ 18م	الضرب الساحق
		8	2022/ 4/ 19م	الضرب الساحق
5	الخامس	9	2022/ 4/ 25م	حائط الصد
		10	2022/4/26م	حائط الصد
6	السادس	11	2022/ 5/2م	حائط الصد
		12	2022/ 5/3م	حائط الصد
7	السابع	13	2022/5/9م	حائط الصد
		14	2022/5/10م	حائط الصد
8	الثامن	15	2022/5/16م	حائط الصد
		16	2022/5/17م	حائط الصد

يتضح من جدول (13) أن توزيع مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد قد جاء بإجمالي عدد (16) محاضرة.

- الدراسات الاستطلاعية:

1- الدراسة الاستطلاعية الأولى:

حرصاً من الباحث على سلامة الإجراءات الإدارية قبل وأثناء وبعد تطبيق الاختبارات، قام الباحث باختيار عدد (15) طالب من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث، في الفترة من 2022/3/10م إلى 2022/3/24م بهدف التعرف على عدة نقاط أهمها:

- التأكد من صلاحية وكفاية الأدوات والأجهزة المستخدمة في القياس.
- معرفة الزمن الذي يستغرقه زمن كل اختبار على حدة والاختبارات ككل.
- دقة تنظيم وسير العمل في القياس .
- المعاملات العلمية للاختبارات البدنية والمهارية المختارة.
- التعرف على المشكلات التي تظهر عند التطبيق.

2- الدراسة الاستطلاعية الثانية :

قام الباحث بتجريب بعض وحدات البرنامج التعليمي المقترح على عينة عشوائية عددها (15) طالب من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية، وذلك في الفترة من 25- 2022/3/26م ، وذلك بهدف التعرف على :

- مدى مناسبة الأجهزة والأدوات والمكان المستخدم لتنفيذ التجربة.
- مدى مناسبة محتوى البرنامج التعليمي لقدرات العينة.

- الخطوات التنفيذية للبحث:

- القياسات القبليّة:

أجريت القياسات القبليّة للمتغيرات قيد البحث وذلك يوم الأحد الموافق 2022/3/27م.

- تجربة البحث:

تم تطبيق البرنامج التعليمي (ملحق 10) من خلال الباحث في الفترة من يوم الاثنين الموافق 2022/3/28م إلى يوم الثلاثاء الموافق 2022/5/17م، بواقع محاضرة أسبوعياً لكل مجموعة (محاضرتين) ووفقاً للترتيب التالي:

Beni-Suef Journal Of Physical Education And Sport Sciences (B.J.P.E.SS)

Website:- <https://obsa.journals.ekb.eg/>

E-mail:- journal@phed.bsu.edu.eg

- تم التدريس للمجموعة التجريبية الأولى (المكثفة) في تمام الساعة 8 - 10 صباحاً يوم الاثنين ، بينما تم التدريس للمجموعة التجريبية الثانية (الموزعة) في تمام الساعة 8-10 صباحاً يوم الثلاثاء، من كل أسبوع داخل اليوم الدراسي، وطبقاً للجدول الدراسي.

3- القياسات البعدية :

بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج التعليمي تمت القياسات البعدية لجميع أفراد العينة يوم الأربعاء الموافق 18 /5/2022م.

- المعالجات الإحصائية:

بعد جمع البيانات وجدولتها تم معالجتها إحصائياً باستخدام استخدام البرنامج الإحصائي (Spss (V 20 وفقاً للأساليب الإحصائية التالية:
المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري، النسبة المئوية، ، إختبار"ت"، نسبة التحسن.

- عرض ومناقشة النتائج :

- عرض نتائج الفرض الأول: والذي ينص على " توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي في أسلوب جدولة الممارسة (المكثفة) على دافعية التعلم ومستوى أداء مهارتي (الضرب الساحق - حائط الصد) في الكرة الطائرة لصالح القياس البعدي لطلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية - جامعة أسيوط ."

جدول (14)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى بأسلوب جدولة الممارسة (المكثفة) في المتغيرات مهارية في الكرة الطائرة (ن = 30)

م	الاختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت)	نسبة التحسن
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
1	اختبار دقة الضرب الساحق القطري.	درجة	6.73	34.17	5.12	59.50	*9.24	%74.12
2	اختبار دقة الضرب الساحق المستقيم.	درجة	5.16	37.20	4.12	6.23	*5.04	%61.91
3	اختبار مهارة حائط الصد الدفاعي.	درجة	4.93	36.52	5.18	50.47	*2.93	%38.19
4	اختبار تكرار حائط الصد (البلوك).	زمن	1.66	4.74	0.73	8.13	*4.29	%72.97

قيمه (ت) عند مستوي دلالة (0.05) = 2.04 *دال

يتضح من نتائج جدول (14) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى بأسلوب جدولة الممارسة بالشكل (المكثف) في المتغيرات المهارية قيد البحث في الكرة الطائرة لصالح متوسط درجات القياس البعدي، حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (2.93 : 9.24)، كما تراوحت نسب التحسن ما بين (38.19% : 74.12%).

جدول (15)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى بأسلوب جدولة الممارسة (المكثف) في مقياس دافعية التعلم في الكرة الطائرة (ن = 30)

قيمة (ت)	نسبة التحسن	القياس البعدي		القياس القبلي		محاور المقياس	م
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
*34.32	%90.60	2.76	73.88	1.54	38.76	دافع القيم.	1
*45.34	%69.81	1.96	63.58	1.36	37.44	دافع التوقع.	2
*20.13	%54.84	1.56	27.19	1.58	17.56	دافع الانفعال.	3
*56.66	%71.82	1.63	67.56	1.46	39.32	دافع المساهمة.	4
*9.79	%74.48	7.91	232.21	5.93	133.08	المجموع العام.	5

قيمه (ت) عند مستوي دلالة (0.05) = 2.04 *دال

يتضح من نتائج جدول (15) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى بأسلوب جدولة الممارسة بالشكل (المكثف) في مقياس دافعية التعلم قيد البحث في الكرة الطائرة لصالح متوسط درجات القياس البعدي، حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (9.79 : 56.66)، كما تراوحت نسب التحسن ما بين (54.84% : 90.60%).

- مناقشة نتائج الفرض الأول:

يتضح من جدول (14)، (15) ما يلي :

- وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات القبليّة والبعدية لأسلوب جدولة الممارسة (المكثفة) في المتغيرات المهاريّة ومتغير دافعية التعلم قيد البحث لصالح القياسات البعدية.

ويرجع الباحث الفروق الدالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدى لمجموعة البحث التجريبية في مقياس دافعية التعلم والمتغيرات المهاريّة قيد البحث إلى البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب جدولة الممارسة (المكثفة)، نظراً لما تميز به البرنامج التعليمي من مراعاة التقنين من حيث المجهود والراحة والتكرارات .

وهذا ما يؤكده محمود عبد الحليم عبد الكريم (2015م) أن من العوامل المؤثر على التعلم الحركي التدريب الموجه الذي يهدف إلى تنمية المهارات الصحيحة، من خلال تحديد حجم تكرار التمرين وفترات الراحة الخاصة به طبقاً لحاجات المتعلم وقدراته، مع مراعاة المعلم تقديم تغذية راجعة بشكل محدد وعاجل مركزاً في ذلك على المهارة المقدمة للطلاب والتي يتم التدريب عليها، حيث أنه لا يعتبر التدريب موجهاً إذا لم يتلق تغذية راجعة ذات معنى تدور حول مستويات الأداء. (30: 32)

ويتفق ذلك مع نتائج دراسة مصطفى أحمد عبد الوهاب، أسامة ابراهيم السعيد (2015م) (32) حيث أشاروا إلى أن أساليب جدولة التمرين وسيلة مؤثرة في مراحل التعلم الحركي من خلال تنظيم التكرارات باستخدام بتنوعات مختلفة ، حيث أن التدريب المنظم والمستخدم في أساليب جدولة الممارسة من حيث عدد التكرارات ووقت الراحة وتسلسل التمارين جعل التدريب فعالاً ومؤثراً ، فضلاً عن المتعة والتغيير الذي حققه من خلالها ، كما أن هذه الأساليب أدت إلى زيادة الفاعلية للتمرين عن طريق الإعادة والتكرار الأمر الذي أدى إلى زيادة الحركة والنشاط في الدرس ، حيث أساليب جدولة الممارسة تميزت بوجود فترات راحة بين تكرار وآخر، وهذا ساعد المتعلمين على التركيز والانتباه والحصول على أنماط مختلفة من التغذية الراجعة عن أدائهم ، كما ساعدهم في الحصول على التصور الذهني الذي يساعد في تحقيق المزيد من الفهم لطبيعة أداء المهارات .

إذ أن النموذج التعليمي الفعال يؤثر إيجابياً بمجاله الوجداني والانفعالي في استثارة دوافع الطلاب وقيمهم واتجاهاتهم إذ يشير ماجده السيدعبيد وآخرون (2001م) إلى أن التصميم التعليمي يعطى مجالاً من التأثيرات الانفعالية والوجدانية تشتمل على الأهداف المتعلقة بالعواطف والانفعالات والرغبات والميول والاتجاهات والتثقيف وطرائق التكيف.(71:25)

كما أن المناقشة والحوار وتبادل الآراء والتفاعل بين المدرس والطالب وبين الطلاب وانفسهم ساعد في تبادل الخبرات الامر الذي أدى الى استثارة دافعية التعلم وانعكس ذلك على أدائه في اختبار دافع القيم ودوافع المساهمة وهذا يتفق مع ما أشار اليه سبيترز دين (1999م) الى ان الانسان اجتماعي بطبعه لا يحب الانعزال فالطالب لديه رغبة في الاتصال والتفاعل مع الاخرين من اقرانه وان استمرارية التفاعل الاجتماعي يزيد من دافعية المتعلم ويحسن التعلم، وهناك فرص متعددة للتفاعل الاجتماعي منها التعلم المتبادل والمناقشات ضمن مجموعة صغيرة .(55:12)

كما تتفق تلك النتائج مع نتائج دراسة كل من ، نوفل فاضل رشيد (2005م)(33)، خالد فريد عزت(2014م)(8) حيث أشاروا إلى أن استخدام أسلوب جدولة الممارسة بأشكاله المختلفة قد أدى إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبليّة والبعدى في المتغيرات المختلفة قيد البحث(البدنية، المهارية، المعرفية، الخطئية) لصالح القياسات البعدية.

- الفرض الثاني: والذي ينص على " توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدى فى أسلوب جدولة الممارسة (الموزعة) على دافعية التعلم ومستوى أداء مهارتي (الضرب الساحق- حائط الصد) في الكرة الطائرة لصالح القياس البعدى لطلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية – جامعة أسيوط."

جدول (16)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية بأسلوب جدولة الممارسة (الموزعة) في المتغيرات المهارية في الكرة الطائرة (ن = 30)

م	الاختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		نسبة التحسن	قيمة (ت)
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
1	اختبار دقة الضرب الساحق القطري.	درجة	33.37	6.42	58.50	5.33	75.31%	7.24*
2	اختبار دقة الضرب الساحق المستقيم.	درجة	36.82	5.08	60.10	4.29	63.23%	4.14
3	اختبار مهارة حائط الصد الدفاعي.	درجة	36.33	4.84	50.13	4.87	37.98%	3.83
4	اختبار تكرار حائط الصد (البلوك).	زمن	4.53	1.41	7.97	0.76	75.94%	2.95*

قيمه (ت) عند مستوي دلالة (0.05) = 2.04 *دال

يتضح من نتائج جدول (16) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية بأسلوب جدولة الممارسة بالشكل (الموزع) في المتغيرات المهارية قيد البحث في الكرة الطائرة لصالح متوسط درجات القياس البعدي، حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (2.95 : 7.24)، كما تراوحت نسب التحسن ما بين (37.98% : 75.94%).

جدول (17)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية بأسلوب جدولة الممارسة (الموزعة) في مقياس دافعية التعلم في الكرة الطائرة (ن = 30)

م	محاوير المقياس	القياس القبلي		القياس البعدي		نسبة التحسن	قيمة (ت)
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
1	دافع القيم.	38.79	1.44	60.56	3.65	56.37%	13.55
2	دافع التوقع.	37.55	1.35	56.90	3.66	51.56%	12.15
3	دافع الانفعال.	17.84	1.25	23.98	1.47	34.45%	14.93
4	دافع المساهمة.	39.17	1.17	65.77	2.79	67.95%	27.48
5	المجموع العام.	133.33	5.19	208.09	11.54	55.65%	4.45

قيمه (ت) عند مستوي دلالة (0.05) = 2.04 *دال

Beni-Suef Journal Of Physical Education And Sport Sciences (B.J.P.E.SS)

Website:- <https://obsa.journals.ekb.eg/>

E-mail:- journal@phed.bsu.edu.eg

يتضح من نتائج جدول (17) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية بأسلوب جدولة الممارسة بالشكل (الموزع) في مقياس دافعية التعلم قيد البحث في الكرة الطائرة لصالح متوسط درجات القياس البعدي، حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (4.45: 27.48)، كما تراوحت نسب التحسن ما بين (34.45% : 67.95%).

- مناقشة نتائج الفرض الثاني:

يتضح من جدول (16)، (17) ما يلي :

- وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبلي والبعدي لأسلوب جدولة الممارسة (الموزعة) في المتغيرات المهارية ومتغير دافعية التعلم قيد البحث لصالح القياسات البعدية.

في ضوء النتائج التي تم الحصول عليها من جدول (16)، (17) يتبين وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية قيد البحث ولصالح القياسات البعدية والتي تستخدم شكل أسلوب جدولة الممارسة (الموزعة) حيث يرجع الباحث أسباب الفاعلية والتأثير الإيجابي لهذا الشكل أنه قد راعى مبدأ مساواة شدة الحمل بين زمن التدريب وفترة الراحة بشكل تناسب مع تعلم المهارات الحركية، حيث التدرج من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب، الأمر الذي عمل على مساعدة الطلاب في الوحدة التعليمية أن يكسبوا أكبر قدر من المعلومات عن المهارة وكيفية أدائها بصورة صحيحة مما انعكس معه التقليل من الأخطاء، فقد تكون لديهم المسار الحركي الصحيح للمهارة، حيث راعى هذا الشكل من الأسلوب (الموزعة) التكرارات الموزعة متوسطة الحمل في بداية كل تمرين إلى أن تحولت إلى التكرارات المكثفة بأحمال أعلى، مما جعل ذلك - من وجهة نظر الباحث - كافياً لبناء مسار حركي صحيح مع التقدم بأداء المهارات المقدمة .

كما يرى الباحث أيضاً أن ثبات فترات الراحة بين التكرارات (الموزعة) داخل المحاضرات اتاح للطلاب الفرصة لمراجعة أدائهم ذهنياً وأن يستوعبوا الواجب الحركي المفروض عليهم أدائه، مما قلل التعب والملل الذي قد يصيب المتعلم إذا حُجبت عنه فترة الراحة، الأمر الذي زاد

من عملية التركيز لديهم بشكل أفضل والذي انعكس على التعزيز المبكر لإكساب المعلومات التي شكلت الأساس السليم لتعلم وتطور الواجبات الحركية نتيجة تكرار المهمات.

ويذكر Cheryl A. Coker (2003م) أنه يواجه المتعلم المبتدئ صعوبات في أداء كثير من الحركات، وبناءً على ذلك فمن الواجب ألا تكون الدروس المبكرة معقدة أو صعبة، كما أن التعلم والتكرار السريع لا يؤدي إلى زيادة التعلم بل يمكن أن يزيد أو يثبت الأخطاء الحركية من خلال أداء المهارات. (36: 115)

كما يشير كل من أبو العلا عبد الفتاح، ومحمد صبحي حسانين (1997م) على أن التدرج في مكونات الحمل وعلاقته بفترات الراحة يعدان أكثر العوامل أهمية للإرتفاع بمستوى الإنجاز الرياضي وتطويره. (1: 76)

وتتفق تلك النتائج من نتائج دراسة كل من طارق نزار مجيد الطالب (2001م) (15) ، خالد فريد عزت (2014م) (8) حيث أشارت إلى تفوق أسلوب جدولة الممارسة المتغيرة (الموزعة – المكثفة) في المتغيرات المهارية والتي عكست التأثير الإيجابي لهذا الشكل عن باقي أشكال أسلوب جدولة الممارسة.

كما أن تنظيم محتوى المادة التعليمية وفق تسلسل منطقي يبدأ من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب ينسجم مع طبيعة عمل دافعية التعلم، إذ تعمل دافعية التعلم وفق تنظيم متسلسل ومستمر وعلى هذا الأساس كانت دافعية الطالب متسلسلة ومستمرة وهذا الانسجام اسهم في رفع المستوى التحصيلي لدافعية التعلم، فضلاً عن ان المحتوى التعليمي تضمن المحفزات التي تمثلت بالاشكال والمخططات والرسوم والجداول والامثلة التطبيقية التي ساهمت في جذب انتباه الطالب واثارة دافعيته وهذا ساعد على جعل البيئة التعليمية اكثر متعة وهذا يتفق مع ما أشار اليه سبيترز دين 1999م من أن تضمين المحفزات للمادة التعليمية عند تصميمها سوف يشعر المتعلمين بالاجابية وينتج عن ذلك المزيد من الطاقة وهذا سيساعد على تحويل البيئة التعليمية الى بيئة ممتعة للمتعلم. (12: 57)

- الفرض الثالث: والذي ينص على " توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين البعديين في أسلوب جدولة الممارسة (المكثفة والموزعة) على دافعية التعلم ومستوى

أداء مهارتي (الضرب الساحق - حائط الصد) في الكرة الطائرة لصالح القياس البعدي لأسلوب جدولة الممارسة المكثفة لطلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية - جامعة أسيوط".

جدول (18)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين البعديين للمجموعتين التجريبتين بأسلوب

جدولة الممارسة (المكثفة والموزعة) في المتغيرات المهارية في الكرة الطائرة (ن+1=2 = 30)

م	الاختبارات	وحدة القياس	القياس البعدي للمجموعة التجريبية الأولى (المكثفة)		القياس البعدي للمجموعة التجريبية الثانية (الموزعة)	
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	اختبار دقة الضرب الساحق القطري.	درجة	59.50	5.12	58.50	5.33
2	اختبار دقة الضرب الساحق المستقيم.	درجة	6.23	4.12	60.10	4.29
3	اختبار مهارة حائط الصد الدفاعي.	درجة	50.47	5.18	50.13	4.87
4	اختبار تكرار حائط الصد (البلوك).	زمن	8.13	0.73	7.97	0.76

قيمه (ت) عند مستوي دلالة (0.05) = 2.04 *دال

يتضح من نتائج جدول (18) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين متوسطي درجات القياسين البعديين للمجموعتين التجريبتين الأولى والثانية في المتغيرات المهارية قيد البحث في الكرة الطائرة لصالح متوسط درجات القياس البعدي للمجموعة التجريبية الأولى.

جدول (19)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين البعديين للمجموعتين التجريبتين بأسلوب

جدولة الممارسة (المكثفة والموزعة) في مقياس دافعية التعلم في الكرة الطائرة (ن+1=2 = 30)

م	محاور المقياس	القياس البعدي للمجموعة التجريبية الأولى (المكثفة)		القياس البعدي للمجموعة التجريبية الثانية (الموزعة)	
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	دافع القيم.	73.88	2.76	60.56	3.65
2	دافع التوقع.	63.58	1.96	56.90	3.66
3	دافع الانفعال.	27.19	1.56	23.98	1.47
4	دافع المساهمة.	67.56	1.63	65.77	2.79
5	المجموع العام.	232.21	7.91	208.09	11.54

قيمه (ت) عند مستوي دلالة (0.05) = 2.04 *دال

يتضح من نتائج جدول (19) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) بين متوسطي درجات القياسين البعديين للمجموعتين التجريبتين الأولى والثانية في مقياس دافعية التعلم قيد البحث في الكرة الطائرة لصالح متوسط درجات القياس البعدي للمجموعة التجريبية الأولى.

- مناقشة نتائج الفرض الثاني:

يتضح من جدول (18)، (19) ما يلي :

- وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسات البعدية للمجموعة التجريبية الأولى المستخدمة لأسلوب جدولة الممارسة (المكثفة) والمجموعة التجريبية الثانية المستخدمة لأسلوب جدولة الممارسة (الموزعة) في المتغيرات المهارية ومتغير دافعية التعلم قيد البحث لصالح القياسات البعدية للمجموعة التجريبية الأولى المستخدمة لأسلوب جدولة الممارسة (المكثفة).

في ضوء النتائج التي تم الحصول عليها من جدولي (18)، (19) يتبين وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسات البعدية للمجموعتين التجريبتين قيد البحث ولصالح المجموعة الأولى والتي تستخدم شكل أسلوب جدولة الممارسة (المكثفة) حيث يرجع الباحث أسباب الفاعلية والتأثير الإيجابي لهذا الشكل عن الشكل الآخر إلى أن هذا الشكل قد راعى أكثر مبدأ التدرج بالحمل من الشدة المتوسطة أي أن أنتقل بالحمل إلى شدة عالية بشكل تناسب مع تعلم المهارات الحركية، حيث التدرج من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب، الأمر الذي عمل على مساعدة الطلاب في بداية الوحدة التعليمية أن يكسبوا أكبر قدر من المعلومات عن المهارة وكيفية أدائها بصورة صحيحة مما انعكس معه التقليل من الأخطاء، فقد تكون لديهم المسار الحركي الصحيح للمهارة، حيث راعى هذا الشكل من الأسلوب (المكثفة) التكرارات الموزعة متوسطة الحمل في بداية كل تمرين إلى أن تحولت إلى التكرارات المكثفة بأحمال أعلى، مما جعل ذلك - من وجهة نظر الباحث - كافياً لبناء مسار حركي صحيح مع التقدم بأداء المهارات المقدمة للطلاب مقارنة بالمجموعة التجريبية الأخرى.

كما يرى الباحث أيضاً أن تغير فترات الراحة بين التكرارات (الموزعة- المكثفة) داخل المحاضرات اتاح للطلاب الفرصة لمراجعة أدائهم ذهنياً وأن يستوعبوا الواجب الحركي المفروض عليهم أدائه، مما قلل التعب والملل الذي قد يصيب المتعلم إذا حجت عنه فترة الراحة، الأمر الذي زاد من عملية التركيز لديهم بشكل أفضل والذي أنعكس على التعزيز المبكر لإكساب المعلومات التي شكلت الأساس السليم لتعلم وتطور الواجبات الحركية نتيجة تكرار المهمات. وتؤكد أميرة البارودي (2010م)، الى ان التدريب المكثف تتخلله فترات وراحة قليلة وفى بعض الأحيان بدون وقت راحة مما يؤدي الى زيادة فترات التعليم وانه من الواجب على المدرسين والمدرربين تشجيع المتعلمين على أداء اكبر عدد ممكن من محاولات التمرين قدر المستطاع (40)

ويذكر Cheryl (2003م) أنه يواجه المتعلم المبتدئ صعوبات في أداء كثير من الحركات، وبناءً على ذلك فمن الواجب ألا تكون الدروس المبكرة معقدة أو صعبة، كما أن التعلم والتكرار السريع لا يؤدي إلى زيادة التعلم بل يمكن أن يزيد أو يثبت الأخطاء الحركية من خلال أداء المهارات. (36: 115)

كما يشير كل من أبو العلا عبد الفتاح، ومحمد صبحي حسانين (1997م) على أن التدرج في مكونات الحمل وعلاقته بفترات الراحة يعدان أكثر العوامل أهمية للإرتفاع بمستوى الإنجاز الرياضي وتطويره. (1: 76)

وتتفق تلك النتائج من نتائج دراسة كل من طارق نزار مجيد الطالب (2001م) (15) ، خالد فريد عزت (2014م) (8) حيث أشارت إلى تفوق أسلوب جدولة الممارسة المتغيرة (الموزعة - المكثفة) في المتغيرات المهارية والتي عكست التأثير الإيجابي لهذا الشكل عن باقي أشكال أسلوب جدولة الممارسة.

كما أن تنظيم محتوى المادة التعليمية وفق تسلسل منطقي يبدأ من السهل الى الصعب ومن البسيط الى المركب ينسجم مع طبيعة عمل دافعية التعلم، إذ تعمل دافعية التعلم وفق تنظيم متسلسل ومستمر وعلى هذا الأساس كانت دافعية الطالب متسلسلة ومستمرة وهذا الاتسجام اسهم في رفع المستوى التحصيلي لدافعية التعلم، فضلاً عن ان المحتوى التعليمي

تضمن المحفزات التي تمثلت بالاشكال والمخططات والرسوم والجداول والامثلة التطبيقية التي ساهمت في جذب انتباه الطالب واثارة دافعيته وهذا ساعد على جعل البيئة التعليمية اكثر متعة وهذا يتفق مع ما أشار اليه سييتزر دين 1999م من أن تضمين المحفزات للمادة التعليمية عند تصميمها سوف يشعر المتعلمين بالايجابية وينتج عن ذلك المزيد من الطاقة وهذا سيساعد على تحويل البيئة التعليمية الى بيئة ممتعة للمتعلم.(57:12)

- الاستنتاجات:

- في ضوء هدف البحث وفروضه والإجراءات التي أتبعها الباحث أستنتج الآتي:
- 1- الوحدات التعليمية داخل البرنامج التعليمي بإستخدام أسلوب شكل جدولة الممارسة (المكثفة) له تأثير ايجابي في تعلم مهارتى الضرب الساحق وحائط الصد في لعبة الكرة الطائرة قيد البحث لطلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية جامعة أسيوط.
 - 2- الوحدات التعليمية داخل البرنامج التعليمي بإستخدام أسلوب شكل جدولة الممارسة (الموزعة) له تأثير ايجابي في تعلم مهارتى الضرب الساحق وحائط الصد في لعبة الكرة الطائرة قيد البحث لطلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية جامعة أسيوط.
 - 3- البرنامج التعليمي بإستخدام أسلوب أشكال جدولة الممارسة (المكثفة- الموزعة) له تأثير ايجابي في تحسن مستوى دافعية التعلم لدى طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية جامعة أسيوط وخاصة أسلوب جدولة الممارسة بالشكل المكثف.

- التوصيات:

- في ضوء نتائج البحث يوصي الباحث بما يلي:
- 1- تطبيق البرنامج التعليمي باستخدام أشكال جدولة الممارسة (الموزعة - المكثفة) في تعلم المهارات الأساسية للعبة الكرة الطائرة لما له من تأثير إيجابي في تحسن نتائج المتغيرات المهارية.
 - 2- إجراء المزيد من الدراسات في تحسين مستوى دافعية التعلم لدى طلاب كليات التربية الرياضية بالجامعات الأخرى.

- 3- إجراء المزيد من الدراسات باستخدام أشكال جدولة الممارسة على مجتمعات وعينات أخرى.
- 4- إجراء المزيد من الدراسات باستخدام أشكال جدولة الممارسة على ألعاب رياضية أخرى فردية وجماعية.

المراجع

أولاً: المراجع باللغة العربية :

- 1- أبو العلا أحمد عبد الفتاح، ومحمد صبحي حسانين(1997م): " فسيولوجيا ومورفولوجيا الرياضي وطرق القياس والتقييم"، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 2- أحمد السيد الموافي (2004م) : " تأثير استخدام بعض أساليب التدريس علي مستوي التحصيل المهاري والمعرفي في الكرة الطائرة لطلاب كلية التربية الرياضية " ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة .
- 3- أحمد طلعت أحمد أبوزيد (2007م) : " تأثير برنامج تعليمي باستخدام الوسائط المتعددة على التحصيل المعرفي ومستوى المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لتلاميذ المرحلة الإعدادية"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.
- 4- أحمد عبد الدايم الوزير، على مصطفى طه(1999م) : "دليل المدرب في الكرة الطائرة (إختبارات – تخطيط – سجلات)"، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 5- إلين وديع فرج (2004م) : "أسس تدريب الكرة الطائرة للناشئين" ، منشأة المعارف ، الإسكندرية0
- 6- أمين أنور الخولى ، أسامة كامل راتب(2007م): " نظريات وبرامج التربية الحركية للأطفال (مزود بالصور والرسوم التوضيحية) " ، ط1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- 7- إيمان سيد احمد (2015م) " تأثير استخدام مرجع الوحدة على مستوى أداء مهارات الكرة الطائرة لتلميذات الحلقة الثانية من التعليم الاساسى، " بحث منشور المؤتمر الدولي لعلوم الرياضة والصحة ،مارس، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط.
- 8- خالد فريد عزت (2014م): " تأثير وحدات تعليمية باستخدام أشكال جدولة الممارسة على بعض المتغيرات البدنية والمهارية للمبتدئين في لعبة الجودو"، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، العدد (71)، جامعة حلوان.
- 9- زكى محمد حسن (2003م) : "طرق تدريس الكرة الطائرة (تعليم – تدريس – تطبيق – تقويم – ميني فولى – خطط أولية – قانون) "، منشأة الشنهاى ، الإسكندرية

- 10- زكى محمد حسن (2007م) : " الكرة الطائرة – الجوانب المهارية والخطئية " ، منشأة الشنهابى ، الإسكندرية.
- 11- زكي محمد حسن (2000م) : " الكرة الطائرة – تقنيات حديثة فى التعليم والتدريس " ، ملتقى الفكر ، الإسكندرية 0
- 12- سبببتر دين (1999م): الدافعية العامل المهمل فى التصميم التعليمى ترجمة محمد محمود الحيلة، مجلة المعلم الطالب، العدد2 ، عمان، الأردن.
- 13- سعد حماد الجميلي(2002م): " موسوعة الألف تمرين فى الكرة الطائرة " , دار زهران للنشر والتوزيع، الأردن.
- 14- طارق محمد عبدالعزيز ، وأيمن عبده محمد (2006م) : " تأثير برنامج تعليمى باستخدام الحاسب الآلى على المستوى المهارى والتحصييل المعرفى فى الكرة الطائرة لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة أسيوط " ، بحث منشور ، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ، العدد الثالث والعشرون ، الجزء الرابع ، عدد نصف سنوى ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط.
- 15- طارق نزار مجيد الطالب (2001م): " تأثير استخدام أسلوبى التمرين المكثف والموزع فى تعلم ونقل تعلم بعض مهارات الجمناستك "، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، العراق.
- 16- عبد العاطى عبد الفتاح السيد ، وخالد محمد زيان ، وأحمد السيد المواقى(2006م): " نظريات تطبيقية فى الكرة الطائرة "، ط2، مكتبة شجرة الدر، المنصورة.
- 17- عبد العاطى عبد الفتاح السيد ، خالد محمد زيادة (2003م) : " نظريات تطبيقية فى الكرة الطائرة " ، مكتبة شجرة الدر ، المنصورة .
- 18- عثمان مصطفى عثمان (2001م) : " تأثير استخدام أنماط مختلفة لأسلوب التطبيق بتوجيه الأقران على تعلم بعض المهارات الأساسية فى الكرة الطائرة " ، بحث منشور ، مجلة علوم الرياضة ، المجلد الثالث عشر ، عدد نصف سنوى ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا .
- 19- عثمان مصطفى عثمان ، وناصر مصطفى سيد (2005م) : " فعالية استخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات على بعض المتغيرات البدنية والمهارية والصحية ومفهوم الذات الجسمية بدرس التربية الرياضية " ، بحث منشور ، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ، العدد العشرون ، الجزء الثانى ، عدد نصف سنوى ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط.
- 20- عصام أحمد الوشاحى (1994م): الكرة الطائرة مفتاح الوصول الى المستوى العالمى، القاهرة، دار الفكر العربى.
- 21- عفاف عثمان مصطفى (2007م) : " طرق التدريس فى التربية البدنية ، أساليب ، استراتيجيات ، تفويم " ، منشأة المعارف، الاسكندرية.

- 22- علي حسنين حسب الله (2000م) : " الكرة الطائرة المعاصرة " ، ط1 ، مكتبة ومطبعة الفدى ، القاهرة .
- 23- ليث محمد داود البنا (2001م): "أثر إستخدام جدولة الممارسة اليومية للوحدة التعليمية في إكتساب وإحتفاظ فن أداء ودقة بعض الإرسالات السهلة والصعبة بالكرة الطائرة"، رسالة، دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، العراق.
- 24- ليلي السيد فرحات (2001م): "القياس والتقويم في التربية البدنية واللعبة"، ط4، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 25- ماجده السيد عبيد واخرون (2001م): اساسيات في تصميم التدريس، الطبعة الأولى، دار الصفاء للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 26- محمد خضر اسمر، خالد محمد شعبان (2013م): "أثر استخدام برنامج تعليمي وفق جدولة الممارسة المتغيرة (مكثفة – موزعة) في تعلم مهارة فقرة اليمين الأمامية على جهاز طاولة الففز في الجمناستيك"، مجلة الراقدن للعلوم الرياضية، المجلد التاسع عشر، العدد 61، جامعة الموصل، العراق.
- 27- محمد سعد زغلول، محمد لطفي السيد(2001م) : " الأسس الفنية لمهارات الكرة الطائرة للمعلم والمدرّب " ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- 28- محمد صبحى حسنين (2004م) : " القياس والتقويم فى التربية البدنية والرياضية" ، ط6 ، دار الفكر العربي ، القاهرة 0
- 29- محمد صبحى حسنين وحمدي عبدالمنعم (1997م) : " الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس للتقويم (بدنى – مهارى – معرفى – نفسى – تحليلى) " ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة.
- 30- محمود عبد الحليم عبد الكريم (2015م): "منظومة الرياضة المدرسية"، دار الفكر العربي، القاهرة.
1. 31- محى الدين شعبان توق: أسس علم النفس التربوي، دار الفكر للطباعة والنشر، ط3، عمان، 2003م.
- 32- مصطفى أحمد عبد الوهاب، أسامة إبراهيم السعيد(2015م) تأثير برنامج تعليمي باستخدام أشكال جدولة الممارسة على بعض المهارات الهجومية والدفاعية في كرة اليد المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة المجلد 73، العدد الأول يناير تأثير برنامج تعليمي باستخدام أشكال جدولة الممارسة على بعض المهارات الهجومية والدفاعية في كرة اليد ، جامعة حلوان.
- 33- نوفل فاضل رشيد(2005م): "تأثير إستخدام أساليب جدولة التمرين في المستوى البدني والمهاري والتحصيل المعرفي في مادة كرة القدم"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، الأردن.

- 34- نوفل فاضل رشيد، السيد عمر ناطق (2013م): "اثر استخدام أسلوب جدولة التمرين (الممارسة) الثابت الموزع في تعلم عدد من المهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة المصغرة الأساسية الهجومية بكرة السلة المصغرة"، مجلة الرافدين للعلوم الرياضية، المجلد التاسع عشر، العدد 61، جامعة الموصل، العراق.
- 35- وجيه محجوب محجوب (2001م): "نظريات التعلم والتطور الحركي"، دار وائل للطباعة والنشر، عمان، الأردن.

ثانياً : المراجع باللغة الأجنبية :

- 36- Cheryl A. Coker (2003): "Motor Learning and Control for Practitioners with PowerWeb Bind-in Passcard", McGraw-Hill Higher Education. New York
- 37- mary wise (2000): volleyball drills for champions university of florida editor human kinetics usa.
- 38- Schmidt A. Richard (2000): "Motor Learning and Performance" Human Kinetics Books, champing, Ilion's. p. 86 – 215.

ثالثاً : مراجع شبكة المعلومات الدولية :

- 39-<https://www.sport.ta4a.us/team-sports/volleyball/974-beating-landslide-in-volleyball.html> 13/3/2022 10.11am.
- 40-https://journals.ekb.eg/article_75360_8f9e3a9dfb90ed3eff853d6d73f66814.pdf