مجلة بنى سويف لعلوم التربية البدنية والرياضية

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

مجلد (5) -العدد العاشر ج2 سبتمبر 2022م

الترقيم الدولي الموحد للطباعة 2536-9881

الترقيم الدولي الموحد الإلكتروني 2536-X989

هيئة تحرير المجلة

أ.د/ طارق فاروق عبد الصمد

رئيس مجلس إدارة المجلة

أ.د/ سيدة علي عبد العال

نائب رئيس مجلس إدارة المجلة

رئيس التحرير

أ.د/ أحمد عبد الخالق تمام

نائب رئيس التحرير

د/ أحمد شاكر عبد العزيز الغول

مدير التحرير

أ.د/ محمد قدري بكري

عضواً من خارج جهة الاصدار

أ.د / محمد أمين رمضان

عضواً من خارج جهة الاصدار

أ.د / كوثر سعيد الموجي

عضواً من خارج جهة الاصدار

د/ وجدان سامي

سكرتير تحرير المجلة

مستشاروا التحرير

(مقررى وأمناء سر اللجان العلمية والأساتذة بالكلية)

- أ.د/ مسعد سيد عويس.
- أ.د/ صبرى محمد عمر.
- أ.د/ أبو العلا أحمد عبد الفتاح.
- أ.د/ عبد المنعم السيد بدير.
- أ.د/ إيمان الحارونى.
- أ.د/ أحمد عبد الخالق تمام.
- أ.د/ مدحت على أبو سريع.

قوائم المحكمين للعدد الثامن (بالترتيب الأبجدى) :

-1	أ.د/ أحمد صبحي سالم	:	أستاذ العاب المضرب جامعة الاسكندرية
-2	أ.د أحمد عزيز محمد	:	أستاذ الرياضات المائية كلية التربية الرياضية جامعة قناة السويس
	أ.د/ ايمن عبده محمد	:	أستاذ طرق تدري الكرة الطائرة جامعة أسيوط
-3	أ.د سماح حسن	:	أستاذ التمرينات كلية التربية الرياضية جامعة حلوان
-4	أ.د/ سيدة علي عبد العال	:	أستاذ التعبير الحركي جامعة بني سويف
-5	أ.د/ طارق محمد صلاح	:	أستاذ الرياضات المائية كلية التربية الرياضية جامعة المنيا
-6	أ.د/ رشا ناجح علي	:	أستاذ طرق تدريس التربية الرياضية جامعة المنيا
-7	أ.د/ عابر محمد سيد	:	أستاذ طرق تدريس التربية الرياضية جامعة حلوان
-8	أ.د عاطف سيد أحمد	:	أستاذ العاب القوي جامعة مدينة السادات
-9	أ.د/ مختار أمين	:	استاذ علم النفس الرياضي المتفرغ بكلية التربية الرياضية جامعة بني سويف
-10	أ.د/ مدحت علي أبو سريع	:	أستاذ طرق تدريس التربية الرياضية جامعة بني سويف
-11	أ.د/ محمود رجائي	:	أستاذ تدريب الكرة الطائرة جامعة بني سويف
12	أ.د محمود عبد المحسن	:	أستاذ تدريب الكرة الطائرة جامعة المنيا
13	أ.د/ مها إبراهيم أحمد	:	أستاذ طرق تدريس العاب المضرب جامعة الاسندرية
14	أ.د / نبيل منير سامي	:	أستاذ التمرينت والجمباز كلية التربية الرياضية جامعة حلوان

لائحة النشر لمجلة بنى سويف لعلوم التربية البدنية و الرياضية

كلية التربية الرياضية ـــ جامعة بني سويف

تمهيد :

انطلاقاً من رؤية ورسالة كلية التربية الرياضية بالاهتمام بالبحث العلمى والتميز فيه كان لابد من وجود ساحة علمية تنافسية ومساحة لتبادل المعرفة والإنتاج العلمى ، هذا يعنى انه لابد لكل باحث من أن يعرض منتجه البحثى بالإضافة إلى انه أيضا له الحق فى أن يقيم ويستفيد من أبحاث الآخرين.

ومن هنا تأتى أهمية المجلات العلمية فى المؤسسات التعليمية لذا فان كلية التربية الرياضية تؤمن بأهمية وجود مجله علمية بحثية ، لها لائحتها المنظمة والتى تحكم وتنظم كافة أعمالها لتصبح مجله ذات قيمة علمية .

رسالة المجلة :

تختص المجلة بنشر الدراسات والبحوث والمقالات العلمية فى المجالات الرياضية والدراسات التربوية والنفسية وعلوم الصحة الرياضية وكذلك البحوث والمقالات العلمية التى يجريها أو يشترك فى إجرائها أعضاء هيئة التدريس ومعاونيهم والباحثين فى الجامعات ومراكز وهيئات البحث العلمى فى مصر وخارجها وكذلك الحاصلين على درجة دكتوراه الفلسفة فى التربية الرياضية , وتصدر وفقا للتالي :

مادة (1) :

تصدر كلية التربية الرياضية بجامعة بنى سويف مجله علمية باسم – مجلة بنى سويف لعلوم التربية البدنية والرياضية .(B.J.P.E.S.S)

Beni-Suef Journal Of Physical Education And Sport Sciences

مادة (2) :

تصدر المجلة بصفة دورية نصف سنوية (مارس – سبتمبر).

مادة (3) :

تشكل هيئة تحرير المجلة لمدة ثلاث سنوات بموافقة مجلس الكلية وذلك من السادة :

الأستاذ الدكتور عميد الكلية	(رئيساً لمجلس الإدارة)
الأستاذ الدكتور وكيل الكلية للدراسات العليا	(رئيساً للتحرير)
عضو هيئة تدريس بالكلية	(نائباً لرئيس التحرير)
عضو هيئة تدريس بالكلية	(مدير تحرير)
عضو هيئة تدريس بالكلية	(سكرتير التحرير)

تسعة من السادة الأساتذة أعضاء هيئة التدريس بالكلية ويجوز أن يكونوا من خارج الكلية للإستفادة من خبراتهم العلمية (أعضاء الهيئة الإستشارية)

أحد العاملين بالجهاز الادارى فى الكلية (مسـئـول إدارى)

أحد اعاملين بالجهاز المالى بالكلية (مسـئـول مـالـى)

ويتم إختيار السـكرتير الإدارى بموجب قرار من (رئيس مجلس الإدارة) وباقتراح من (رئيس التحرير) ، ويتولى كافة الأعمال الإدارية و المالية الخاصة بالمجلة .

مادة (4) :

يتولى رئيس مجلس الإدارة تمثيل المجلة أمام الهيئات الأخرى وتصـريف شـئونها المالية والإدارية .

مادة (5) :

يقوم رئيس تحرير المجلة بالإشـراف على تلقى الأبحاث من الباحثين وتسـجيل بياناتهم وتوزيع الأبحاث على المحكمين ومراسـلة الباحثين والمحكمين لحين قبول البحث او رفضـه , كما يشـرف على تنسـيق واخراج المجلة ويتابع عدد الأبحاث التى أجيزت بترتيب تسـجيلها فى المجلة ومن ثم إرسالها الى المطبعة .

مادة (6) :

مدير التحرير مسئول عن متابعة كافة الإجراءات الخاصة باستلام البحوث وإعداد قواعد البيانات ومتابعة سـكرتارية المجلة فى إعداد خطابات النشـر ومسـودة المجلة قبل الطباعة ومتابعة أعمال الطباعة.

مادة (7) :

تنشـــر الأبحاث والمقالات العلمية التى يجريها أو يشـــترك فى إجرائها أعضـــاء هيئة التدريس أو الباحثين فى الجامعات والمعاهد العلمية ومراكز وهيئات البحث العلمى فى مصـــر وخارجها .

مادة (8) :

البحث مسـئولية الباحث ولا يجب أن يكون البحث قد قبل للنشـر فى مجله علمية أو أى جهة أخرى ويكتب الباحث إقرار بذلك .

مادة (9) :

تنشر الأبحاث فى المجلة وفقاً لأسبقية ورودها بعد تحكيمها وإعدادها فى شكلها النهائى وفقاً لشروط النشر والقواعد التى تقررها إدارة المجلة .

مادة (10) :

يتم ارســال البحث عبر الموقع الرســمي للمجلة التابع لبنك المعرفه المصــري ، ومن ثم يعرض البحث على رئيس التحرير وبعد مطابقته للقواعد الخاصة بالنشر بالمجلة يقوم بإرساله إلى الأساتذة المحكمين .

مادة (11) :

- يراعى بعد التعديلات المقترحة من الأســـاتذة المحكمين أن تكون كتابة البحث على ورق نصف ثمانيات (17.5 x 25 سم) بجهاز الكمبيوتر وعلى وجه واحد فقط على أن تترك 2.5ســم من كل جوانب الورقة مع ترك مســافة بين الأســطر على أن يكون العنوان الرئيسى والعناوين الجانبية للبحث بالبنط 14 بالخط الكوفى .
- يجب ألا يزيد عدد الأسطر فى الصفحة عن 23 سطر (بنط 13 بولد Simplified Arabic) على أن تتضــمن الصــفحة الأولى عنوان البحث ويكتب الخط الكوفى بنط (14) وكذا العناوين الرئيســية ويليه إســم الباحث أو الباحثين بالبنط الخفيف وتكتب وظائف الباحثين أسفل الصفحة بالبنط .

مادة (12) :

تقبل البحوث بإحدى اللغتين العربية أو الإنجليزية .

مادة (13) :

لا يجوز نشـــر البحوث العلمية المنشـــورة بالمجلة بأى طريقة أو فى أى مكان آخر إلا بإذن كتابي من رئيس مجلس الإدارة على أن يشار إلى العدد الذى ظهر فيه البحث لأول مرة .

مادة (14) :

يقوم بتحكيم الأبحاث عدد (2) من السادة الأساتذة ، الأول من أعضاء اللجان العلمية بالجامعات المصرية ، والثانى أستاذ فى مجال التخصص من الأساتذة المتخصصين بأقسام الكلية المختلفة ، وفى حالة عدم توافر أستاذ متخصص من الكلية يقوم بالتحكيم أستاذ من خارج الكلية.

مادة (15) :

بالنسبة للنشر العلمى للأساتذة من داخل الكلية يسمح لكل أستاذ بنشر بحث واحد فقط فى العام بدون تسديد أى رسوم على أن يكون البحث فردى ، ويعفى الأستاذ من رسوم التحكيم لأن بحث الأستاذ لا يحكم طالما كان البحث فى نفس مجال تخصصه .

مادة (17) :

يدعو رئيس مجلس إدارة المجلة أو من يفوضه إلى اجتماع لهيئة تحرير المجلة مرة كل ثلاثة أشهر بواقع أربعة مرات على الأقل خلال العام.

مقابل التحكيم والنشر :

الباحثون المصريون داخل جمهورية مصر العربية:

التحكيم: 500 جنيها لعدد (2) محكمينفى حالة الاحتياج لمحكم ثالث يتم إضافة 250 جنيهاً أخرى كرسوم تحكيمالنشر: 20 جنيه مقابل كل صفحة مقاس (JIS B5) بمواصفات المجلة

الباحثون غير المصريين:

التحكيم: 100 دولار أو مايعادلها بالجنيه المصـــري لعدد (2) محكمينفى حالة الاحتياج لمحكم ثالث يتم إضافة 250 دولار أخرى أو مايعادلها بالجنيه المصري كرسوم تحكيمالنشر: أول 20 صفحة بـ 200 دولار أو مايعادلها بالجنيه المصري مقابل كل

أحكام عامة :

ينشـــر البحث بالكامل كما قام المحكمون بتحكيمه إلا فى حالة عدم رغبة الباحث فى نشـــر المرفقات .

يتم تطبيق أحكام القوانين واللوائح المعمول بها فى الجامعة فيما لم يرد نص بشأنه .

نائب رئيس مجلس الإدارة ووكيل	رئيس مجلس الإدارة
الكلية للدراسات العليا والبحوث	وعميد الكلية
أ.د/ سيدة علي عبد العال	أ.د/ طارق فاروق

قائمة المحتويات

م	عنوان البحث وأسماء الباحثين	رقم الصفحة
1	"تأثير برنامج تدريبي (متعدد المستويات) لعضلات الجذع على بعض المتغيرات البدنية ومستوى الاداء المهارى لدى ناشئات سباحة الدولفن" أ.م.د/ عزة عبد المنصف محمد	37-12
2	تأثير استخدام تمرينات تاباتا Tabata على بعض عناصر اللياقة البدنية ومستوى أداء الجملة الحركية الحرة بمقرر التمرينات أ.م.د/ نهى السيد درويش	61-38
3	دراسة مقارنة بين جدولة الممارسة(المكثفة/ الموزعة) على دافعية التعلم وأداء مهارتي (الضرب الساحق- حائط الصد) في الكرة الطائرة أ.م.د/ بكر أنور تهامي	99-62
4	تأثير إستخدام إستراتيجية المحطات التعليمية المدعمة إلكترونياً على الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل أ.م.د/ علا السعيد عليوه فوده	-100 130
-5	معوقات استخدام التعلم الهجين لتدريس مقرر طرق تدريس التربية الرياضية لدى طلاب كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة. د/ رامي محمد محمد مبارك	-131 159
-6	تأثير برنامج تعليمي بإستخدام الذكاءات المتعددة علي بعض مهارات تنس الطاولة لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة أسيوط د/ دينا عبدالرحيم مهني	-160 193
7	تقيم الكفايات التكنولوجية لأعضاء هيئة تدريس التمرينات في ضوء التحول الرقمي بالجامعات المصرية د/ رانيا صديق عبد اللطيف	-194 225
8	فاعلية إستخدام أسلوب تحليل المهمة التعليمية بالحاسب الآلى في تعلم مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة م.د/ سارة السيد درويش السيد	-226 254
9	برنامج تعليمي قائم على البرامج الحركية المعممة واثرة علي اداء بعض المهارات الهجومية في كرة اليد د/ محمد عوض عبد الحليم	-255 294

"تأثير برنامج تدريبي (متعدد المستويات) لعضلات الجذع على بعض المتغيرات البدنية ومستوى الاداء المهارى لدى ناشئات سباحة الدولفن"

أ.م.د/عزة عبد المنصف محمد

المقدمة ومشكلة البحث

تعتبر رياضة السباحة من الرياضات التي تتطلب بذل جهد عالي في أقل زمن ممكن مما يؤدي إلى شعور السباح بالتعب وذلك نتيجة لقصور في بعض الأجهزة الحيوية، ويعمل التدريب الرياضي على تحميل الجسم عبء إضافي للوصول لحالة من التوافق الحركي لعمل أجهزة الجسم الداخلية وبالتالي رفع كفائتة وتحسين عمل هذه الأجهزة نتيجة تقنين الجهد المبذول.

ويشير كلا من ساك جم Cissik (2011م) هاب Hibbs (2011م) إلى أن عضلات المنطقة الوسطى من الجسم (الجذع) Center (Core) of the body تضم حوالى 30 عضلة مختلفة تلتف بشكل أساسي حول الجسم في المنطقة ما بين مفصل الورك والقفص الصدري، وهذه المنطقة تصل ما بين الجزء العلوى والجزء السفلى للجسم لذا يمكنها أداء وظيفتها كجزء واحد Function as one ، وتعتبر هذه المنطقة بمثابة الأساس Fundamental أو القاعدة لكل حركات الجسم ؛ فلا يمكن القيام بأي حركة بدون إشراك منطقة الجذع.(39:13)

ويذكر جامب Gamble (2007م) أن مصطلح ثبات الجذع Core Stabilization يستخدم للتعبير عن كيفية قيام العضلات الموجودة في منطقة الجذع Trunk بالمحافظة على اتزان وثبات العمود الفقري والجسم بشكل عام.(39:17) (شابت Chabut، 2009، ص29).

ويعبر ثبات الجذع عن القدرة على التحكم في وضع وحركة الجذع فيما فوق الحوض للإنتاج المثالي والنقل والتحكم في قوة وحركة الأطراف أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية.(91:33)

*/أستاذ مساعد بكلية التربية الرياضية جامعة حلوان

وأن هناك ما يسمى بالإخلال بالتوازن العضلي كنتيجة لتطوير مستوى القوة غير المتناسق وإلى القصر الذى يحدث في العضلات المحددة للمستوى وضعف العضلات التي لا يتم تدريبها بصورة كافية ، كما قد ينشأ أيضاً هذا الإخلال بالتوازن العضلي نتيجة أن المجموعات العضلية تميل بطبيعتها للضعف مثل عضلات البطن والمقعدة ، وينتج عن ذلك مشكلة في وظيفة المفاصل وفى النمط العصبي الحركي لبعض الحركات وتغير في النغمة العضلية (إقلال أو قصر في النغمة) مما يؤدى إلى الإخلال بالتعاون المثالي بين المجموعات العضلية المشتركة في أداء العمل الحركي وكذا التتابع الزمنى لانقباض عدة عضلات أو مجموعات عضلية وحدوث آثار سلبية على مستوى الانجاز الرياضي.(61:29)(39:31)

ويتفق كلا من البت "Abt " (2007م) ، بولى "Boyle " (2004م) انه تكمن المشكلة الرئيسية عند تدريب عضلات الجذع وبالذات عضلات البطن في أنه في كثير من التدريبات والتي يعتقد أنها تدريبات بطن . غالباً ما يتم إلقاء حمل أكبر على عضلات أخرى (وبالذات العضلات المثنية للجذع ذات الميل القوى للقصر) وبالتالي تقويتها بصورة أكبر من تلك التي يهدف إليها التدريب ويؤدى ذلك . وعلى عكس نية المدرب، إلى حدوث زيادة في الإخلال بالتوازن العضلي وزيادة وضع الحوض والعمود الفقري سوءاً بصفة مستمرة.(69:9)(39:11)

ويذكر كلا من " أبو العلا عبد الفتاح" (2011م) أن سباحة الدولفين من المسابقات المتعارف عليها في الاتحاد المصري للسباحة، وقد نالت رياضة سباحة الدولفن اهتماما كبيراً في الآونة الأخيرة حيث تطورت عالمياً بشكل مذهل وأصبحت ترتكز على أسس ومبادئ علمية، إلى جانب الاهتمام الكبير بالتخطيط للبرامج التدريبية للارتقاء بمستويات الإعداد العام والخاص، والذي يتصل بالقدرة الهوائية والقوة العضلية وعلاقتها بالتكون الجسماني للسباحين بغرض الارتقاء بالجوانب الفنية والإنجاز الرقمي لسباحي الدولفين (232:2).

وتعتبر عضلات البطن وعضلات الظهر المقابلة لها هي المركز البدني والعضلي Centerالرئيسى لتوزيع الحركة في جسم الإنسان لأننا إذا مررنا خطاً طولياً من الراس وخطاً عرضياً من الوسط تقابل الخطان عند نقطة في منتصف الجسم وهي البطن والمنطقة المقابلة لها الظهر والدليل على ذلك إذا قام شخص ما بتحريك الذراعين والرجلين فإنه يشعر بتحريك

عضلات البطن والظهر، وبذلك يشعر بمركزه البدني والعضلي مما يؤدى إلى سهولة التحكم في الحركة وتحسين المستوى المهارى والرقمى(64:10)(69:20).

وتعد تدريبات الجزع من التدريبات الهامة التي تساعد على تنمية القوة العضلية لعضلات الجذع والمتمثلة في عضلات البطن والظهر، وهذه من أهم سمات تدريبات القوة الوظيفية، التركيز على مجموعة عضلات الجذع (3:24).

وهناك العديد من الأبحاث المرجعية Review Article مثل هيبس Hibbs (2008)، كيسكCissik(2011)، كيبلر Kibler (2006)، جامبل Gamble (2007)، ستانتونStanton (2004)، ويلاردسون Willardson (2007)، والمواد المطبوعة literature مثل أكيوسودا Akuthota (2008)، لفلاس Lovelace (2009) تعرضت لأهمية البرامج التدريبية لهذه المنطقة وتأثير تدريباتها على تحسن الأداء ، أو كتب ومراجع علمية متخصصة مثل كلوفر Clover (2007)، شابت Chabut (2009)، بويلى Boyle (2004) ، أو دراسات في مجال التأهيل والعلاج مثل دراسة هيل Hill (2001)، كيسك Cissik (2011) ، أو دراسات وأبحاث وصفية لبحث العلاقة بين الجذع وتأثيره على الأداء كدراسات شاروك Sharrock (2011)، أوكادا Okada (2011)، نيسر Nesser (2008)، نيسر Nesser (2009)، أو بحث العلاقة من النواحي البيوميكانيكية والتحليل الحركي مثل دراسة آبت Abt (2007)، آوليفر Oliver (2010)، أو تحليل الاختبارات المستخدمة مثل دراسة هيبس Hibbs (2011).

ونظراً لطبيعة الأداء لسباحي الدولفن، ومن خلال عمل الباحثة كمدربة بقطاع الناشئين بنادي 6 اكتوبر وتدريبها لسباحة الدولفن فقد وجدت عدم قدرة بعض الناشئات على الاحتفاظ بوضع الطفو السليم على الماء وكذلك أداء حركات الجذع من الركبتين بدلاً من عضلات الجذع، مما يؤدى إلى إنثناء واضح في الركبتين ، حيث تقوم الناشئات بأداء حركات عشوائية وذلك لعدم ثبات وقوة الجذع مما يؤثر تأثيراً سلبياً على القوة المحركة داخل الماء، مما يترتب على ذلك سقوط منطقة الجذع لأسفل، وعدم قدرة السباحة على التحرك في الماء بصورة انسيابية وزيادة مقاومة الجسم للماء ، وترى الباحثة أن ذلك يرجع إلى نقص مقدار القوة العضلية الخاصة بمنطقة الجذع (عضلات البطن ، عضلات الظهر) وكذلك ضعف قدرة

السباحة على دفع الماء بفاعلية خلال الأداء بواسطة عضلات الجذع والمتمثلة في القوة المحركة داخل الماء

ومن خلال إطلاع الباحثة على العديد من الدراسات والمراجع كدراسة باسم سائد فضالي (2016م) تأثير استخدام أسلوب التدريس المركب على تعلم سباحة الدولفين لطلبة التربية الرياضية–جامعة الازهر, ودراسة محمد مصطفى الألفي (2016م) تأثير تدريبات القوة العضلية والقدرة لعضلات منطقة الجذع على فاعلية الأداء المهارى والمستوي الرقمي لسباحي الفراشة ناشئين, ودراسة مصطفى الزناتي محجوب: (2018م) تأثير برنامج تدريبي باستخدام تدريبات القوة الوظيفية على بعض الصفات البدنية والمستوى المهارى والرقمي لسباحي الدولفين الناشئين لاحظت الباحثة حداثة تدريبات الجذع ومنطقة Cor في المجال الرياضي بصفه عامه وبصفة خاصة في مجال تدريب سباحة الدولفن، رغم أن تدريبات الجذع متعدد المستويات من التدريبات التي تساعد على تنمية القوة العضلية الخاصة بمنطقة الجذع لما تحتويه من تدريبات تساعد في تقوية عضلات البطن والظهر، فعضلات الجذع القوية ناقل حركي للقوة من الطرف السفلى إلى الطرف العلوى، وهذا يساعد السباح بصورة جيدة في سباحة الدولفن ، لأنه كلما شعر السباح بمركزه البدني أي قوة عضلات البطن والظهر فإن ذلك يكسبه مزيداً من الثقة بالنفس داخل الماء، كما أن عضلات البطن والظهر كمركز للجسم تعتبر المسئولة عن التوازن بين الطرف العلوى والطرف السفلى للجسم في الماء ، لذا فإن أي اختلال في هاتين المنطقتين سوف يؤثر بالطبع على الأداء المهارى والمستوى الرقمي للسباح حيث ان الجذع على المنطقة الوسطى المتحكمة في الحركة الدفوعية للرجلين والزراعين في سباحة الدولفن وهذا ما دفع الباحثة الى القيام بهذه الدراسة للتعرف على تأثير برنامج تدريبي (متعدد المستويات) لعضلات الجذع على بعض المتغيرات البدنية ومستوى الاداء المهارى لدى ناشئات سباحة الدولفين.

هدف البحث

يهدف البحث الى التعرف على تأثير برنامج تدريبي (متعدد المستويات) لعضلات الجذع على بعض المتغيرات البدنية ومستوى الاداء المهارى لدى ناشئات سباحة الدولفن.

فروض البحث

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والبعدية في مستوى بعض المتغيرات البدنية الخاصة بسباحة الدولفن ولصالح القياس البعدي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والبعدية في مستوى الأداء المهارى الخاص بسباحة الدولفن ولصالح القياس البعدي.

مصطلحات البحث:

المنطقة الوسطى Core (لبّ الجسم) :

ويتضمن كل من عضلات الجذع Trunk والحوض pelvis والمسئولة عن المحافظة على ثبات واتزان العمود الفقري والحوض والمساعدة في توليد ونقل القوة generation & transfer of energy من الأجزاء الكبيرة إلى الأجزاء الصغيرة في العديد من الأنشطة الرياضية. (62:21)

تدريب الجذع Core Training:

برنامج تمهيدي pre-programmed يتم فيه دمج وتكامل عمل عضلات منطقة المفاصل الفردية single-joint muscles وعضلات المفاصل المتعددة multi-joint muscles وذلك لتوفير الثبات والاتزان provide stability وإنتاج الحركة produce motion وينتج عن ذلك أقصى ثبات لأقصى مدى حركي وأكثر قرب للنموذج الأقصى لإنتاج القوة وتكوين الحركات التفاعلية التي تعمل على تحريك وحماية المفاصل لأقصى درجة. (69:22)

تدريبي الجذع (متعدد المستويات)Trunk Training (Multi-Level)

هي استخدام تدريبات متنوعة خلال فترات البرنامج التدريبي المقترح كلها تقوم في تطوير القدرات البدنية الخاصة بعضلات الجذع يهدف بها الأداء المهارى والبدني لكل من الجذع وكل طرف على حد والجذع والطرفان معن. (تعريف إجرائي)

إجراءات البحث:

منهج البحث

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم القياس القبلي البعدي للمجموعة التجريبية وذلك نظرا لطبيعة البحث وتحقيقا لأهدافه.

عينة البحث

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من ناشئات السباحة بنادي (6) أكتوبر بمحافظة الجيزة للمستوى السني (14-12) سنة، حيث بلغ قوامها (20) ناشئة حيث تم اختيار (12) ناشئة من مجتمع البحث لإجراء الدراسة الاساسية بينما تم تقسيم باقي العينة إلى مجموعة استطلاعية قوامها (8) ناشئات.

شروط اختيار عينة البحث:

- أن تكون الناشئات غير خاضعات لأي برنامج تدريبي أخر.
- الانتظام في البرنامج طوال فترة البحث.
- استبعاد الناشئات المصابات.

جدول (1)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للمتغيرات (معدل النمو) قيد البحث (ن = 20)

المتغيرات		وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
المتغيرات الجسمية	الطول	سم	131.5	131	2.38	0.80-
	الوزن	كجم	35.6	35	3.59	1.19

يوضح جدول رقم (1) أن جميع قيم المتوسطات الحسابية تزيد على قيم الإنحرافات المعيارية، وأن جميع قيم الإلتواء تنحصر ما بين (±3) مما يشير إلى تجانس أفراد العينة وخلوها من عيوب التوزيعات غير الإعتدالية وذلك لمتغيرات معدل النمو قيد البحث.

جدول (2)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للمتغيرات البدنية قيد البحث

(ن = 20)

	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الاختبارات البدنية	قوة عضلات الظهر	كجم	35.2	35.0	2.79	1.40
	قوة عضلات البطن	كجم	22.5	22.3	0.17	0.36-
	قوة عضلات الرجلين	كجم	39.2	39.0	0.09	0.48-
	مرونة العمود الفقري إماما	سم	10.9	10.5	1.37	0.88-
	مرونة العمود الفقري يمين	سم	47.5	47.2	0.57	1.38-
	مرونة العمود الفقري يسار	سم	46.9	46.6	0.18	0.93-

يوضح جدول رقم (2) أن جميع قيم المتوسطات الحسابية تزيد على قيم الإنحرافات المعيارية، وأن جميع قيم الإلتواء تنحصر ما بين (±3) مما يشير إلى تجانس أفراد العينة وخلوها من عيوب التوزيعات غير الإعتدالية وذلك لمتغير القدرات البدنية قيد البحث

جدول (3)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للمتغيرات المستوى الرقمى قيد البحث

(ن = 20)

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
المستوى الرقمي (100) متر دولفن	ق	1.17	1.10	2.11	1.01

يوضح جدول رقم (3) أن جميع قيم المتوسطات الحسابية تزيد على قيم الإنحرافات المعيارية، وأن جميع قيم الإلتواء تنحصر ما بين (±3) مما يشير إلى تجانس أفراد العينة وخلوها من عيوب التوزيعات غير الإعتدالية وذلك لمتغير المستوى الرقمى قيد البحث

أدوات جمع البيانات:

قامت الباحثة بالإطلاع والمسح المرجعي للمراجع العلمية والدراسات السابقة العربية والأجنبية المتخصصة في التدريب الرياضي (الرياضات المائية) بهدف حصر وتحديد أهم وأنسب الاختبارات المستخدمة في البحث، بالإضافة لذلك قامت الباحثة بإستطلاع رأي الخبراء لتحديد الاختبارات لقياس المتغيرات البدنية (القوة العضلية–والمرونة) وقد انحصرت أراء السادة الخبراء وعددهم (10) خبراء، لا تقل الخبرة العلمية عن (10) سنوات للوقوف على الاختبارات الأساسية لقياس متغيرات البحث مرفق (1).

أولا: الأجهزة والأدوات المستخدمة:

- الرستاميتر لقياس الطول. *ميزان طبي لقياس الوزن.
- الديناموميتر لقياس قوة عضلات الظهر الرجلين.
- كرات سويسرية قطر (85) سم.
- حمام سباحة تعليمي (25*12.5). *شريط قياس.
- صندوق خشبي مدرج لقياس مرونة العمود الفقري.
- ساعة رقمية لتحديد أزمنة كل تمرين.

ثانياً: الاستمارات والمقابلات الشخصية:

1- استمارة استطلاع رأي الخبراء لتحديد أهم الاختبارات المستخدمة في البحث، والفترة الكلية للتطبيق، وعدد الوحدات التدريبية في الأسبوع، وزمن الوحدة التدريبية اليومية. مرفق (3)

2- استمارة استطلاع أراء الخبراء حول محتوى البرنامج المقترح لدى الناشئات عينة البحث. مرفق (3).

3- استمارة استطلاع تسجيل بيانات الناشئات عينة البحث. مرفق (5)

ثانيا: الاختبارات المستخدمة في البحث:

1- اختبار الديناموميتر لقياس قوة العضلية الظهر.

2- اختبار الديناموميتر لقياس قوة العضلية للرجلين.

3- اختبار الجلوس من الرقود لقياس قدرة عضلات البطن.

4- اختبار ثنى الجذع أماماً لقياس مرونة العمود الفقري الأمامية.

5- اختبار ثنى الجذع خلفاً لقياس مرونة العمود الفقري الخلفية.

6- اختبار ثنى الجذع الجانبي (يميناً- يساراً) لقياس مرونة العمود الفقري الجانبية.

7- اختبار قياس مستوى الأداء المهارى في سباحة (100) متر زحف. مرفق (2)

جدول (4)
الاختبارات المستخدمة لقياس متغيرات البحث

ن=10

م	المتغيرات	الاختبار	وحدة القياس	نسبة الاتفاق	التكرارات
1	القوة العضلية لعضلات الظهر	الديناموميتر لقياس قوة العضلية للظهر	كجم	%100	10
2	القوة العضلية لعضلات الرجلين	الديناموميتر لقياس قوة العضلية الرجلين	كجم	%80	8
3	القوة العضلية لعضلات البطن	جهاز Back Extension	كجم	%100	10
4	مرونة العمود الفقري الأمامية	اختبار قياس مرونة العمود الفقري	سم	%100	10
5	مرونة العمود الفقري الخلفية	اختبار قياس مرونة العمود الفقري	سم	%80	8
6	مرونة العمود الفقري الجانبية	اختبار قياس مرونة العمود الفقري	سم	%100	10
7	قياس مستوى الأداء المهارى.	اختبار زمن (100م) دولفن	درجة	%100	10

يتضـــح من جدول رقم (4) أنه انحصـــر اتفاق أراء الســـادة الخبراء بين (80% إلى 100%) في تحديد الاختبارات قيد البحث وقد ارتضت الباحثة هذه النسبة لقبول الاختبار.

المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة في البحث

قامت الباحثة بإجراء المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة في البحث على (العينة الاستطلاعية) من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية وقد بلغ قوامها (8) ناشئات، وقد تم تطبيق الاختبارات لقياس متغيرات البحث والتأكد من صـــلاحية الأدوات والأجهزة ومدى مناسبة الوحدات التدريبية المستخدمة.

صدق التمايز

لحســـاب صـــدق الاختبارات والمقاييس التي تقيس متغيرات البحث لعينة البحث استخدمت الباحثة صدق التمايز، فقامت الباحثة بتطبيق هذه الاختبارات والمقاييس علي عينة اســتطلاعية عددها(8) ناشــئات، وذلك في يوم 2022/2/10م من خلال إيجاد دلالة الفروق بين الربيعي الأعلى والربيعي الأدنى باستخدام اختبار(ت)، ويوضح ذلك جدول (5) الأتي:

جدول (5)

معامل الصدق بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى في مستوى المرونة والقوة العضلية والمستوى الرقمي في سباحة (100) متر دولفن ن=8

نوع الاختبارات	المتغيرات	وحدة القياس	الربيع الاعلى		الربيع الادنى		قيمة (ت) المحسوبة	مستوي الدلالة
			س	ع	س	ع		
القوة العضلية	القوة العضلية لعضلات الظهر	كجم	35.1	2.70	32.2	2.60	*2.98	دال
	القوة العضلية لعضلات الرجلين	كجم	22.4	0.17	19.2	2.96	*4.18	دال
	القوة العضلية لعضلات البطن	كجم	40.1	0.11	36.1	0.15	*5.44	دال
المرونة	مرونة العمود الفقري الأمامية	سم	10.2	1.30	9.2	0.13	*2.24	دال
	مرونة العمود الفقري الخلفية	سم	14.9	0.42	12.3	1.17	*2.18	دال
	مرونة العمود الفقري يمينا	سم	47.1	0.53	53.6	0.40	*2.29	دال
	مرونة العمود الفقري يسارا	سم	47.2	0.20	52.2	0.46	*2.19	دال
المستوى الرقمي		بالثانية	71.21	0.51	74.85	0.32	*2.80	دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) =1.78

يوضح جدول رقم (5) أنه توجد فروق معنوية دالة إحصائياً عند مستوى(0.05) في الاختبارات الخاصة بمستوى القوة العضلية والمرونة لصالح الربيعي الأعلى، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أعلى من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05)، مما يدل على صدق الاختبارات (قيد البحث) وقدراتها علي التميز بين الأفراد.

ثبات الاختبارات

حتى تتحقق الباحثة من ثبات الاختبارات المستخدمة في البحث قامت الباحثة باستخدام طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه(Test – Re test) فقامت بإجراء التطبيق الأول للاختبارات علي العينة الاستطلاعية البالغ عددهم (8) ناشئات وذلك في الثلاثاء الموافق 2013/2/12م ، ثم إعادة تطبيق الاختبارات للمرة الثانية علي ذات العينة وذلك في يوم 2022/2/17م بفارق (5) أيام بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني يوضح ذلك جدول(6) الأتي.

جدول (6)

معاملات الثبات للاختبارات (قيد البحث) ن=8

المتغيرات	وحدة القياس	التطبيق الاول		التطبيق الثانية		معامل الارتباط	مستوى الدلالة
		س	ع	س	ع		
القوة العضلية لعضلات الظهر	كجم	33.6	2.61	43.5	2.50	0.965	دال
القوة العضلية لعضلات الرجلين	كجم	20.8	2.92	22.2	2.80	0.962	دال
القوة العضلية لعضلات البطن	كجم	38.1	0.18	40.2	0.21	0.932	دال
مرونة العمود الفقري الأمامية	سم	9.7	0.17	10.2	0.20	0.932	دال
مرونة العمود الفقري الخلفية	سم	13.6	1.23	14.2	1.22	0.962	دال
مرونة العمود الفقري يمينا	سم	50.3	0.51	52.1	0.62	0.915	دال
مرونة العمود الفقري يسارا	سم	49.7	0.53	51.2	0.56	0.942	دال
المستوى الرقمي	بالثانية	55.20	0.18	54.32	0.74	0.965	دال

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى 0.05 = 0.614

يتضـــح من الجدول رقم (6) وجود علاقة ارتباطية دالة بين متوســـطات التطبيق الأول والتطبيق الثاني للاختبارات المرونة والقدرة العضـلية قيد البحث عند مسـتوى (0.05) حيث جاءت قيمة (ر) المحســـوبة أكبر من قيمتها الجدولية مما يدل على ثبات هذه الاختبارات (قيد البحث)، ويؤكد ذلك قيم معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني التي تراوحت ما بين (0.915 – 0.965) مما يدل علي أن الاختبارات المختارة ذات معاملات ثبات عالية.

– تدريبات القوة عضلات الجذع متعدد المستويات مرفق (4)

اتبعت الباحثة عند وضع التدريبات الخاصة بالجذع متعدد المستويات عدة خطوات:

أ- تحديد الهدف من التدريبات المقترحة:

تهدف التدريبات المقترحة إلى الارتقاء بكفائة عضلات الجذع (البطن والظهر) لدى سباحي الدولفن الناشئات.

(ب) أهم الأسس التي راعتاها الباحثة عند وضع تدريبات الجذع متعدد المستويات المقترحة:

1- ملائمة التدريبات للعينة التي صممت من أجلها (سباحي الدولفن مرحلة 12 سنة) .

2- أن تحقق التدريبات الهدف الموضوع من أجله وهو تطوير عضلات الجذع (البطن والظهر)

3- ارتباط تقوية عضلات الجذع ببعض المتغيرات البدنية المرتبطة بمستوى الأداء مثل (القوة والتوازن والمرونة والقدرة العضلية للرجلين)

4- مراعاة الأحماء الجيد لتهيئة العضلات ولمنع حدوث أى إصابة للعضلات العاملة .

5- تدريب عضلة البطن المستقيمة من الجزء السفلى ثم الجزء العلوى منها وذلك لما تتطلبه سباحة الدولفن .

6- عند أداء التمرينات من وضع الرقود يجب انقباض عضلات البطن للداخل بإحكام والإحتفاظ بالفجوة الطبيعية الصغيرة بين الظهر والأرض .

7- عند أداء تمرينات البطن يجب تجنب رفع الرقبة لأعلى بمعنى رفع الجزء العلوى من الجسم وليس الرقبة مما لا يعيق أداء المهارة .

8 – مراعاة شدة أو كثافة الحمل الذى تبدأ به التمرينات داخل البرنامج التدريبي المقترح ، وذلك لأن التمرينات القوية العنيفة تحرق الجليكوجين وليست الدهون وبذلك فقد راعى الباحثان أن يبدأ البرنامج التدريبي المقترح بحمل ذي شدة متوسطة .

9 – عدم الإنتقال من تمرين لأخر إلا بعد اتقان جميع السباحات له .

10- مراعاة الفروق الفردية بين أفراد عينة البحث كمبدأ من مبادئ علم التدريب الرياضي .

11- مراعاة مبدأ التدرج في التمرينات من السهل إلى الصعب ومن البسيط للمركب ومراعاة مبدأ التنوع من البطئ إلى السريع .

12- أن يتسم البرنامج بالمرونة حيث يمكن تبديل أو تغيير بعض التمرينات .

13- توافر عوامل الأمن والسلامة أثناء عملية التطبيق .

تخطيط وتصميم البرنامج.

أسس وضع البرنامج التدريبي المقترح.

- أن يتناسب البرنامج التدريبي مع الأهداف الموضوعة.
- الإستمرارية والإنتظام في ممارسة البرنامج التدريبي حتى يعود بالفائدة المرجوة.
- مراعاة الأسس الفسيولوجية للبرنامج.
- أن تمتزج تمرينات القوة بتمرينات التوازن والإطالة والاسترخاء.

- يراعى الفروق الفردية بين السباحين.
- تنوع محتويات البرنامج.
- الإحماء الجيد وتمرينات مرونة المفاصل والعمود الفقري.
- مراعاة أسس ومبادئ التدريب (التوقيت الصحيح لتكرار الحمل– الإرتفاع بدرجة حمل التدريب تدريجياً" (التدرج – الاستمرارية في التنمية – التنمية المتدرجة للصفات البدنية).
- التقييم المستمر للنواحي الحركية والوظيفية للتعرف على مدى فاعلية التدريب.

تخطيط البرنامج:

بناء على تحديد متغيرات البحث واختيار وسائل وأساليب جمع البيانات الملائمة لطبيعة البحث ودراسة بعض برامج التدريبية الخاصة بالدراسات السابقة والمراجع المتخصصة في تخطيط التدريب الرياضي بصفة عامة وتدريب السباحة بصفة خاصة وذلك للتعرف على بعض محددات البرنامج التدريبي المقترح التي تتوائم مع أهداف البحث والمرحلة السنية لعينة البحث، حيث كانت الفترة الزمنية لتطبيق البرنامج هي فترة الإعداد العام General preparation period وفترة الإعداد الخاص Specific preparation period، وبلغ مدة هاتين الفترتين 12 أسبوع ، ويرجع سبب اختيار هاتين الفترتين بالذات لتنفيذ البرنامج التدريبي إلى أنهما أكثر فترات الموسم اتصالاً وملائمةً لأجراء التطبيق العملي ، فكانت فترة الإعداد العام (4 أسابيع) وفترة الإعداد الخاص (8أسابيع) ليصبح إجمالي الفترتين (12 أسبوع) مما يلائم مدة تنفيذ البرنامج، هذا من الناحية الزمنية، أما من الناحية الفنية فإن فترتى الإعداد العام والإعداد الخاص يصل فيهما أحجام التدريب إلى أقصى المعدلات المقننة في البرنامج التدريبي.

وقد أشارت العديد من للمراجع العلمية في التدريب الرياضي ان شدة الحمل التدريبي للشدة المتوسطة تتراوح ما بين (50–74%) والشدة الأقل من القصوى ما بين (75–89%)، وأن الشدة القصوى تتراوح ما بين (90–100%)، وقد قامت الباحثة بتقين الاحمال التدريبية بشدة متوسطة من (60–69%) وشدة اقل من الأقصى من (70–79%) وشدة قصوى من

(80-90%)، وذلك بما يتناسب مع العينة والمرحلة السنية المختارة قيد البحث وفقاً لقدراتهم البدنية والعمر التدريبي.

تصميم البرنامج.

يتكون البرنامج التدريبي من:

- إجمالي عدد وحدات البرنامج (44) وحدة تدريبية بواقع (20) وحدة تدريبية لفترة الإعداد العام، (24) وحدة تدريبية لفترة الإعداد الخاص، (5) وحدات تدريبية أسبوعية لفترة الإعداد العام General preparation period، وعدد (3) وحدات تدريبية أسبوعية لفترة الإعداد الخاص Specific preparation period period بواقع وحدة تدريبية في اليوم فترة مسائية ماعدا يوم الثلاثاء و الجمعة لفترة الإعداد العام , و يوم الأحد والثلاثاء والخميس لفترة الإعداد الخاص للبرنامج التدريبي الأرضي .
- قام الباحثان بتنمية وتطوير عناصر القوة العضلية (القبضة – الرجلين – الظهر–البطن) باستخدام أجهزة الأثقال متعددة الأغراض .
- كما قامت الباحثة بتنمية عناصر المرونة (الجذع – العمود الفقري – المنكبين – مفصل القدم خلفى و الأمامى) بإستخدام التمرينات البدنية الخاصة بالمرونة.
- يحتوى البرنامج التدريبي الأرضي المقترح على عناصره الأساسية وهى :
- زمن الوحدة التدريبية للبرنامج التدريبي الأرضي المقترح (45 ق) بواقع:

(10ق) إحماء : ويتم فيها الجري حول حمام السباحة وأداء تدريبات إحماء عامة لجميع عضلات الجسم.

(30ق) الجزء الرئيسي: ويتم فيه أداء تدريبات الجذع متعدد المستويات المقترحة قيد البحث.

(5ق) الجزء الختامي: ويتم فيه أداء تمرينات اهتزازية لتهدئة الجسم والعودة للحالة الطبيعية.

اجراءات تنفيذ البحث.

تم تنفيذ هذا البحث وفقاً لمرحلتين.

المرحلة الأولى (الإعداد).

قامت الباحثة بعمل مسح مرجعي شامل للمراجع العلمية والدراسات العربية والأجنبية وإجراء المقابلات الشخصية مع السادة الخبراء لتحديد أنسب القدرات البدنية التي يمكن استخدامها في البحث، وتم في هذه المرحلة تحديد الإطار العام لكيفية تنفيذ البحث من حيث دراسة أفضل ألية ممكنة لتنفيذ خطوات البحث فضلاً عن تحديد الفترة الزمنية الأنسب لتنفيذ التجربة وأيضاً اختيار المساعدين.

المرحلة الثانية (التجربة الأساسية).

تم تنفيذ تجربة البحث الأساسية في الفترة من (2/15 /2022) حتى (12 / 5 /2022) وكانت على النحو التالي:

القياس القبلي

قامت الباحثة بإجراء القياس القبلي لناشئات السباحة قيد البحث بنادي (6) أكتوبر بمحافظة الجيزة وذلك لتوافر أجهزة القياس المعايرة والمعتمدة وذلك على النحو التالي:

- في يوم (15/ 2 /2022م) وفى تمام الساعة العاشرة صباحاً تم إجراء القياسات البدنية للسباحات الناشئين قيد البحث وقد تم قياس متغيرات (الطول، الوزن، السن، والعمر التدريبي، والمتغيرات البدنية والمهارية للسباحات الناشئات الناشئين قيد البحث.

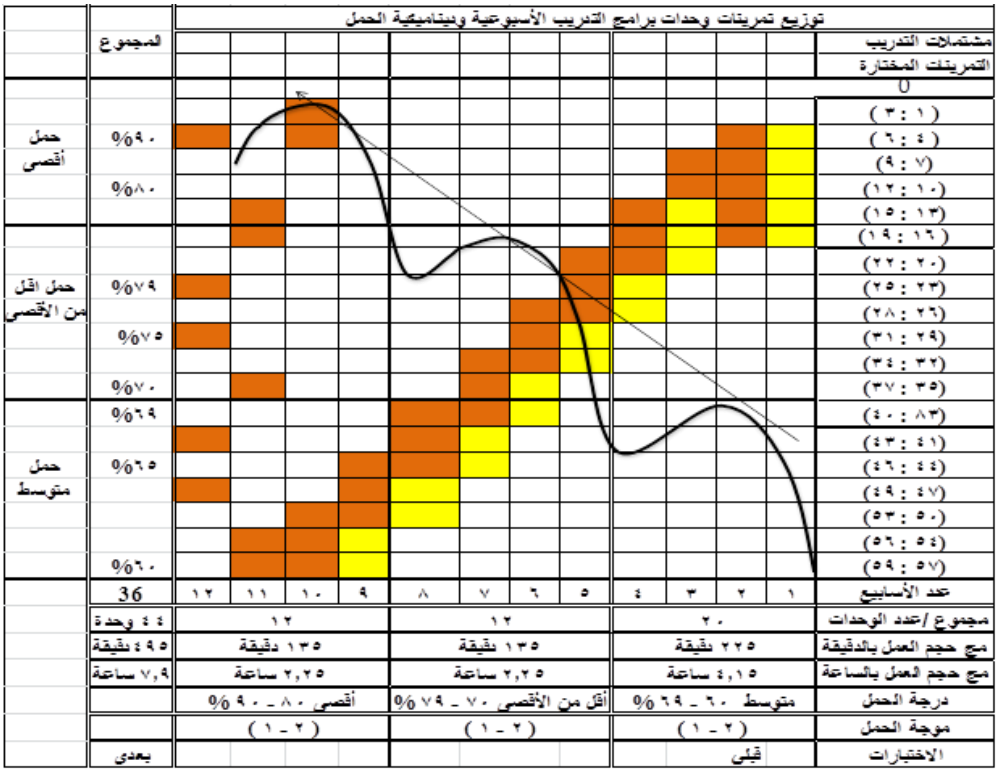
الدراسة الأساسية.

- تم تنفيذ التجربة في الفترة الزمنية من (18 / 2 /2022) حتى يوم الموافق (11 / 5 /2022) القياس البعدي.

قامت الباحثة بإجراء القياسات وذلك على النحو التالي:

- في يوم 12/ 5 /2022م تم إجراء القياسات البدنية للسباحات قيد البحث وذلك بنفس طريقة وتوقيت ومكان القياسات القبلية للسباحات الناشئات قيد البحث.

- قامت الباحثة بإتباع الخطوات السابقة والتي تم تنفيذها في القياس القبلي من حيث وضع المعدلات الزمنية الجديدة، وذلك بغرض جمع المعلومات وتنظيمها وجدولتها وإخضاعها للمعالجة الإحصائية.



شكل (1) ديناميكية الحمل التدريبي

المعالجات الإحصائية.

بعد جمع البيانات المستخرجة من القياسات (قبلي- بعدي)، اختيرت المعالجات الإحصائية المناسبة لتحقيق الأهداف والتحقق من صحة الفروض وكانت على النحو التالي:

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.

- معامل الالتواء.
- اختبار ت للفروق.
- النسبة المئوية.

حيث استخدمت الباحثة الحاسب الألى بواسطة البرنامج الإحصائي (*Spss*) في استخراج نتائج البحث ومعالجتها وارتضت الباحثة في جميع المعالجات الاحصائية عند مستوى معنوية (0.05) للتحقق من جميع الدلالات الاحصائية لنتائج البحث .

عرض النتائج ومناقشتها:

أولا: عرض النتائج

جدول (7)

دلالة الفروق بين القياسات القبلية والبعدية في مستوى القوة العضلية والمرونة لدى ناشئات سباحة (100) متر دولفن

ن=12

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة
		±س	±ع	±س	±ع		
القوة العضليه لعضلات الظهر	كجم	35.2	2.79	42.5	2.5	*3.08	دال
القوة العضليه لعضلات الرجلين	كجم	22.5	0.17	27.5	0.50	*3.09	دال
القوة العضليه لعضلات البطن	كجم	39.2	0.09	44.5	0.62	*3.04	دال
مرونة العمود الفقري الأمامية	سم	10.9	1.37	15.1	1.32	*3.90	دال
مرونة العمود الفقري الخلفية	سم	15.2	0.47	20.2	0.51	*2.65	دال
مرونة العمود الفقري يمينا	سم	47.5	0.57	40.5	0.62	*3.11	دال
مرونة العمود الفقري يسارا	سم	46.9	0.18	39.5	0.26	*3.65	دال

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى 0.05 = 1.81

يتضـــح من جدول (7) وجود فروق دالة إحصـــائياً عند مســـتوى الدلالة 0.05 بين القياسين القبلي والبعدي لعينة البحث في مستوى (المرونة – القوة العضلية) حيث جاءت قيمة (ت) المحسوبة أعلى من قيمة (ت) الجدولية.

جدول (8)

نسب التحسن بين القياسات القبلية والبعدية في مستوى القوة العضلية والمرونة لدى ناشئات سباحة (100) متر دولفن

ن=12

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطات	نسبة التحسن
		س±	ع±	س±	ع±		
القوة العضلية لعضلات الظهر	كجم	35.2	2.79	42.5	2.5	3.00	%20.7
القوة العضلية لعضلات الرجلين	كجم	22.5	0.17	27.5	0.50	5.0	%22.2
القوة العضلية لعضلات البطن	كجم	39.2	0.09	44.5	0.62	5.3	%13.52
مرونة العمود الفقري الأمامية	سم	10.9	1.37	15.1	1.32	4.2	%38.53
مرونة العمود الفقري الخلفية	سم	15.2	0.47	20.2	0.51	5	%32.89
مرونة العمود الفقري يمينا	سم	47.5	0.57	40.5	0.62	7	%17.2
مرونة العمود الفقري يسارا	سم	46.9	0.18	39.5	0.26	7.4	%18.7

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى 0.05 = 1.81

يتضـــح من جدول (8) وجود فروق دالة إحصـــائياً عند مســـتوى الدلالة 0.05 بين القياســـين القبلي والبعدي لعينة البحث في مســـتوى (المرونة – القوة العضـــلية) وقد تراوحت نسبة التحسن بين (13.52%: 38.53%).

جدول (9)

دلالة الفروق بين القياسات القبلية والبعدية في مستوى الأداء المهارى لدى ناشئات سباحة (100) متر دولفن

ن=12

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة
		س±	ع±	س±	ع±		
المستوى الرقمي	بالثانية	64.22	0.25	53.21	0.21	*3.44	دال

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى 0.05 = 1.81

يتضـــح من جدول (9) وجود فروق دالة إحصـــائياً عند مســـتوى الدلالة 0.05 بين القياســـين القبلي والبعدي لعنيه البحث في مســـتوى الأداء المهارى حيث جاءت قيمة (ت) المحسوبة أعلى من قيمة (ت) الجدولية.

جدول (10)
نسبة التحسن بين القياسات القبلية والبعدية في مستوى الأداء المهارى لدى ناشئات سباحة (100) متر دولفن ن=12

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطات	نسبة التحسن
		±س	±ع	±س	±ع		
المستوى الرقمي	بالثانية	64.22	0.25	53.21	0.21	11.01	%20.69

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى 0.05 = 1.81

يتضح من جدول (10) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 بين القياسين القبلي والبعدي لعنيه البحث في مستوى الأداء المهارى حيث جاءت نسبة التحسن (%20.69).

مناقشة النتائج

يتضح من جدول (7) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 بين القياسين القبلي والبعدي لعينة البحث في مستوى (المرونة – القوة العضلية) حيث جاءت قيمة (ت) المحسوبة أعلى من قيمة (ت) الجدولية.

يتضح من جدول (8) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 بين القياسين القبلي والبعدي لعينة البحث في مستوى (المرونة – القوة العضلية) وقد تراوحت نسبة التحسن بين (13.52% :38.53%).

وترجع الباحثة هذا التقدم في المتغيرات البدنية قيد البحث إلى انتظام أفراد عنة البحث في التدريب الجذع متعدد المستويات وكذلك تنفيذ البرنامج التدريبي الخاص بهن وإلى دور معلمة السباحة في تنفيذه لبرنامجه التدريبي، بالإضافة إلى قيام عينة البحث بأداء تدريبات تقوية للجذع ولكن بشكل حر.

كما تعزو الباحثة أيضاً هذا التقدم لكفاءة عينة البحث حيث أن الانتظام والاستمرار في الممارسة بالإضافة إلى التنافس المستمر بين اللاعبين لتقديم أفضل أداء بدنى كان له أثر كبير في رفع مستوى القدرات البدنية والذي أنعكس أثره على تطوير النواحي المهارية.

وتعزو الباحثة هذا التحسن إلى تأثير برنامج تدريبات الجذع ، حيث تم مراعاة تعدد المستويات واستخدام التدريبات بالأحمال البسيطة مما أعطى الفرصة للتركيز على الأداء بكفاءة عالية ، والذى ظهر تأثيره في تحسن في القدرات البدنية قيد البحث بالإضافة إلى زيادة عدد التكرارات أثناء الأداء مع إمكانية التقدم المستمر والمتدرج بالحمل ، هذا بالإضافة إلى طبيعة وتعدد أنواع التدريبات المستخدمة والتى روعى عند تصميمها المبادئ الخاصة بتدريبات الجذع وأهمها مناسبة عدد التكرارات لكل مستوى من المستويات الثلاثة (الأولى ، المتوسط ، المتقدم) وذلك للتأكد من عدم حدوث تعب للعضلات المثبتة Stabilizing muscles.

وتتفق هذه النتائج مع ما ابو العلا عبد الفتاح (2003م) من أن تحسن قدرة الجسم على التكيف مع التدريبات بمختلف شدتها يعتبر عامل هام فى بناء وتقدم السباحين، كما يعمل على تحسين مستوى الأداء المهارى وتأخر ظهور التعب مع عدم تأثر كفاءة اللاعب البدنية بكثرة التكرارات.(65:1)

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة كل من سامسون Samson (2005)، ساتو Sato (2009)، ستانتون Stanton (2004)، شارما Sharma (2012)، تسا Tse (2005)، كلارك Clarke (2009) والتي توصلت في نتائجها أن هناك شبه اتفاق على فاعلية البرامج المقترحة على النواحى البدنية والمهارية ، أو الدراسات والأبحاث الوصفية التي بحثت العلاقة بين الجذع وتأثيره على الأداء كدراسات شاروك Sharrock (2011)، أوكادا Okada (2011)، نيسر Nesser (2008)، نيسر Nesser (2009) والتي توصلت فى نتائجها أن هناك تحسنات ومكاسب ينتقل أثرها إلى الأداء كنتيجة لتحسن أداء منطقة الجذع.

وبذلك يكون قد تحقق فرض البحث الأول والذي ينص على انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والبعدية في مستوى بعض المتغيرات البدنية الخاصة بسباحة الدولفن ولصالح القياس البعدي

يتضح من جدول (9) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 بين القياسين القبلي والبعدي لعنيه البحث في مستوى الأداء المهارى حيث جاءت قيمة (ت) المحسوبة أعلى من قيمة (ت) الجدولية.

يتضـــح من جدول (10) وجود فروق دالة إحصـــائياً عند مســـتوى الدلالة 0.05 بين القياسين القبلي والبعدي لعنيه البحث في مستوى الأداء المهارى حيث جاءت نسبة التحسن (20.69%).

وترجع الباحثة ارتفاع نسب التحسن لعينة البحث من سباحات الدولفن إلى تأثير التدريب المنتظم على برنامج تدريبات الجذع المقترح والذى أحتوى على تمرينات موجهه لتنمية منطقة الجذع، والتي قد راعت الباحثة عند تصميمها واختيارها أن يكون هناك تعدد لمستويات التدريبات تناسب الفروق الفردية لأفراد عينة البحث (أولى ـ متوسط ـ متقدم) وبكل مستوى كان هناك تنوع تمثل في أنواع التدريبات الذى ضم 16 تصنيف (تدريبات الكوبرى ، السقوط .....) فالبرنامج بمستوياته الثلاثة قد تتضمن الكثير من التدريبات ذات المسارات الحركية المتنوعة والتي ركزت على الأداء الفردي واتسمت بصفة التنوع والتشويق والدافعية نحو الأداء مما أثر على الأداء البدني والمهارى، وقد أدى ذلك كله إلى التأثير الإيجابي على نتائج الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث حيث كانت الفروق ففي متوسطات القياسات البعدية والفروق ففي نسب التحسن لصالح القياس البعدي.

ويتفق ذلك مع ما ذكرته شابت Chabut (2009) من أن التدريب الجيد لهذه المنطقة Core يؤدى إلى قيام كل العضلات الموجودة بها بالعمل معاً وتنفيذ حركات أكثر قوة وفعالية وجسم أكثر اتزان وعضلات داخلية وخارجية مشدودة مع التحكم الجيد في الأطراف. (51:12)

وبالنسبة لتحسن نتائج الاختبارات المهارية قيد البحث فإن الباحثة تعزو ذلك إلى البرنامج المقترح حيث أن الإتقان في المهارات لن يتحقق إلا من خلال تنمية القدرات البدنية ، فمستوى الأداء المهارى يتحسن بتحسن القدرات البدنية كما أن ارتفاع نسبة التحسن في القياس البعدي في المستوى البدني والمهارى نظراً لتضمن البرنامج على تدريبات الجذع الوظيفية والتي لم تنفذها الا من خلال البرنامج المقترح والتي قامت بأداء وعمل تكرارات من تقوية عضلات البطن بشكل حر وليس بالتقنين الكافي والمناسب لإحداث التغيرات الإيجابية في جميع متغيرات البحث فالفروق في نسب التغير قد جاءت لصالح المجموعة التجريبية .

وتتفق نتائج هذا البحث مع النتائج التي توصل إليها شاروك Sharrock (2011) من وجود علاقة ارتباطيه بين نتائج الاختبارات البدنية الخاصة بقوة وثبات الجذع والنتائج الخاصة باختبارات الأداء المهارية.(64:29)

وترى الباحثة أن التحسن في نتائج اختبار المستوى الرقمي قيد البحث يعتبر منطقياً وطبيعياً فتحسن القدرات البدنية نتيجة استخدام تدريبات برنامج الجذع قيد البحث قد أنتقل أثره إلى تحسن مستوى أداء المهارات قيد البحث ، ويتفق ذلك مع رأى لفلاس Lovelace (2009) من أن قوة هذه المنطقة من الجسم توفر الثبات والتوازن balance & stability وهما أساسيان فى حركات الجذع أثناء أداء الحركات الرياضية فقوة هذه المنطقة تسمح للجسم بالمحافظة على أساس متين مع نقل هذه الطاقة من مركز الجسم للخارج إلى الأطراف الذراعان والرجلين.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع العديد من الأبحاث المرجعية مثل هيبس Hibbs (2008)، كيسك Cissik (2011)، كيبلر Kibler (2006)، جامبل Gamble (2007)، ستانتون Stanton(2004)، ويلاردسون Willardson (2007)، والمواد المطبوعة أو الكتب والمراجع العلمية المتخصصة ، بالإضافة إلى الدراسات ذات الطبيعة التجريبية كدراسة كل من سامسون Samson (2005)، ساتو Sato (2009)، ستانتون Stanton (2004)، شارما (2012)، تسا Tse (2005)، كلارك Clarke (2009) ، والتى أجمعت نتائجها على التأثير الفاعل لتدريب هذه المنطقة من الجسم سواء أكان هذا التأثير بشكل مباشر أو غير مباشر لانتقال أثر التدريب على المستوى المهارى.

وبذلك يكون قد تحقق فرض البحث الثاني والذي ينص على انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والبعدية في مستوى الأداء البدني الخاص بسباحة الدولفن ولصالح القياس البعدي

الاستنتاجات:

1. هناك تحسن في المتغيرات البدنية قيد البحث أدى ناشئات سباحة الدولفن
3. هناك فروق في نسب التحسن المئوية في المستوى الرقمي لدى ناشئات سباحة الدولفن.

التوصيات:

- ضرورة الاهتمام بتفعيل دور تدريبات الجذع في المجال الرياضي بصفة عامة والسباحة بصفة خاصة مع محاولة ربطها بتدريبات الرجلين والذراعين وذلك في ضوء طبيعة ومتطلبات كل رياضة تخصصية، لما لها من تأثير فعّال على النواحى البدنية وانتقال أثر ذلك على النواحى المهارية.
- ابتكار أشكال متعددة للأدوات التي يمكن توظيفها في تدريب الجذع مع اشتقاق أفكار التدريبات من المهارات الأساسية للرياضات المختلفة بحيث تخدم أجزاء تلك المهارة بشكل وظيفي ومباشر.
- إجراء أبحاث ودراسات مستقبلية لبحث وتحديد إذا ما كان هناك تصنيفات فرعية محددة للقدرات الخاصة بمنطقة الجذع وبحث علاقتها وتحديد أهميتها في حساب وتقنين التدريبات الخاصة بها فى مختلف الأنشطة الرياضية والتعرف على تأثيرها على الأداء الفعلي أثناء المنافسة.

المراجع

1-ابو العلا أحمد عبد الفتاح، محمد حسن علاوي (2003): فسيولوجيا التدريب الرياضي، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي .

2-أبو العلا احمد عبد الفتاح، حازم حسين سالم (2011): الاتجاهات المعاصرة في تدريب السباحة، دار الفكر العربي الطبعة الأولى، القاهرة.

3-باسم سائد فضالي: (2016م) تأثير استخدام أسلوب التدريس المركب على تعلم سباحة الدولفين لطلبة التربية الرياضية-جامعة الازهر، بحث علمي منشور، المجلة العلمية للتربية، كلية التربية , جامعة الازهر.

4-عصام عبد الخالق (2005) : التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات ، ط12 ، منشئة المعارف ، الاسكندرية .

5-مختار ابراهيم عبد الحافظ (2006م) تقويم خطط السباحة لسباحي المسافات القصيرة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنين جامعة بنها.

6 – محمد علي القط (2002): فسيولوجيا الرياضة وتدريب السباحة الجزء الثاني، المركز العربي للنشر، القاهرة.

7-محمد مصطفى الألفي: (2016م) تأثير تدريبات القوة العضلية والقدرة لعضلات منطقة الجذع على فاعلية الأداء المهارى والمستوي الرقمي لسباحي الفراشة ناشئين، بحث علمي منشور، المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة , كلية التربية الرياضية, جامعة المنصورة.

8-مصطفى الزناتي محجوب: (2018م) تأثير برنامج تدريبي باستخدام تدريبات القوة الوظيفية على بعض الصفات البدنية والمستوى المهارى والرقمي لسباحي الدولفين الناشئين , رسالة دكتوراه, كلية التربية الرياضية, جامعة أسيوط.

9-Abt, J.P., Smoliga, J.M., Brick, M.J., Jolly, J.T., Lephart, S.M., &Fu, F.H. (2007). Relationship between cycling mechanics and core stability. *J. Strength Cond. Res*, 21, 1300–1304.

10-Akuthota, V., Ferreiro, A., Moore, T., & Fredericson, M. (2008). Core stability exercise principles. *curr. Sports Med. Rep*. 7(1), 39-44.

11-Boyle, M. (2004). Functional *Training for sports*, Human Kinetics, U.S.A.

12-Chabut, L. (2009). Core Strength For Dummies, Wiley Publishing, Inc. U.S.A.

13-Cissik, J.M. (2011). The role of core training in athletic performance, injury prevention, and injury treatment, *strength and conditioning journal*, 33(1), 10-15.

14-Clarke, L. (2009). A comparison study between core stability and trunk extensor endurance training in the management of acute low back pain in field hockey players, Master's Thesis, Durban University of Technology.

15-Clover, J. (2007). *Sports Medicine Essentials: Core Concepts in Athletic Training* & Fitness *Instruction*, (2nd Ed.). U.S.A

16-Floria, P., Harrison, J.A. (2012). The Effect of Arm Action on the Vertical Jump Performance in Children and Adults Females, *Journal of* Applied *Biomechanics*, Human Kinetics, Inc.

17-Gamble, P. (2007). An Integrated Approach to Training Core Stability. *Strength and Conditioning Journal*, 29(1) 58–68

18-Hibbs, A.E., Thompson, K.G, French, D., Wrigley, A., & Spear, L. (2008). Optimizing Performance by Improving Core Stability and Core Strength. *Sports Med*, 38(12), 995-1008.

19-Hibbs, A.E., Thompson, K.G., French, D.N., Hodgson, D. & Spears, I.R. (2011). Peak and average rectified EMG measures: which method of data reduction should be used for assessing core training exercises? *Journal of electromyography and kinesiology*, 21(1), 102- 111.

20-Hill , J. Leiszler, M. (2001). Review and role of plyometrics and core rehabilitation in competitive sport, *the American college of sports medicine*, 10(6), 1-7.

21-Kibler WB, Press J, Sciascia A.(2006). The role of core stability in athletic function. *Sports Med*.; 36(3), 189-198.

22-Nesser, T.W., Huxel, K.C., Tincher, J.L., & Okado, T. (2008). The relationship between core stability and performance in Division I football players. *J Strength Cond Res*, 22(6), 1750–1754.

23-Nesser, T.W., Lee, W.L. (2009). The relationship between core strength and performance in division 1 female soccer players, journal of exercise physiology, 12(2), 21-28.

24-Okada, T., Huxel, K.C., & Nesser, T.W.(2011). Relationship between core stability, functional movement, and performance .*J Strength Cond Res*, 25(1) 252–261.

25-Oliver, G.D., Dwelly, P.M., Sarantis, N.D., Helmer, R.A., & Bonacci, J.A. (2010). Muscle activation of different core exercises. *J Strength Cond Res*, 24(11), 3069-3074.

26-Oliver, G.D., Keelet, W.D. (2010). Pelvis and torso kinematics and their relationship to shoulder kinematics in high-school baseball pitchers. *J Strength Cond Res* , 24(12), 3241-3246.

27-Samson , M. K. (2005). The Effects of a Five-Week Core Stabilization-Training Program on Dynamic Balance in Tennis Athletes, Master's Thesis, West Virginia University

28-Sato, K. , Mokha, M. (2009). Does core strength training influence running kinetics, lower extremity stability, and 5000-m performance in runners? *J Strength Cond. Res*, 23, 133–140.

29-Sharrock, C., Cropper, J., Mostad, J., Johnson, M. & Malone, T. (2011). A Pilot study of core stability and athletic performance: is there a relationship? *the international journal of sports physical therapy*, 6(2), 63-74.

30-Stanton, R., Reaburn, P.R., & Humphries, B. (2004). The effect of short-term Swiss ball training on core stability and running economy. *J. Strength Cond. Res*, 18(3), 522–528.

31-Stephenson, J., Swank, A.M. (2004). Core training: Designing a program for anyone. *Strength Cond. J*. 26, 34–37.

32-Tse, M.A., McManus, A.M.& Masters R.S.W. (2005). Development and validation of a core endurance intervention program: Implications for performance in college-age rowers. *J Strength Cond. Res*, 19, 547–552.

33-Willardson, J.M. (2007). Core stability training: Applications to sports conditioning programs. *J Strength Cond Res*. 21, 979–985.

تأثير استخدام تمرينات تاباتا Tabata على بعض عناصر اللياقة البدنية ومستوى أداء الجملة الحركية الحرة بمقرر التمرينات

أ.م.د/ نها السيد درويش

مقدمة ومشكلة البحث:

تعتبر التمرينات من الأنشطة الحركية التي تسعى الدول المتقدمة إلى تنشيط ممارستها حيث إنها تنمى الفرد بدنياً ونفسياً واجتماعياً وتعمل على اكتساب القوام الجيد والإحساس بالتناسق وقوة الحركات وتنمى الشعور بالعلاقة بين الزمان والمكان والإحساس بالحركة وديناميكيتها، كما أنها تتميز بالتنوع والشمول الذى يجعل الفرد متحكم في الاستجابة للعمل العضلي والاستمرار في العمل في إطار متوافق، فهي تعد أصلاً لكل الحركات البدنية وأساسا لكل النواحي الرياضية وهذا يوضح أهميتها كمادة أساسية بكليات التربية الرياضية حيث أنها تسهم بصورة مباشرة في عملية الإعداد المهني لخريج التربية الرياضية وتأهيله تربويا وفنيا بالقدر الذي يؤهله لتولى هذه المهمة كمتخصص. (6: 1)(7: 7)

وتشير "سامية الهجرسى"(2004م) إلى أن الجملة الحركية الحرة في التمرينات تتطلب مهارة عالية نظراً لما تحتويه على العديد من الحركات كالوثبات والفجوات والمرونات والتموجات والتوازنات والدورانات بالإضافة لحركات الربط مثل "الانتقالات والخطوات الراقصة والحركات شبه الأكروباتية" التي تؤدى بمصاحبة الموسيقى، لذا فهي تتطلب تطوير عناصر اللياقة البدنية للارتقاء بمستوى الأداء الحركي حتى لا تصبح حركات شكلية أو عشوائية. (5: 31- 87)

ويرى كلاً من "محمد علاوى، أبو العلا عبد الفتاح" (2000م) أن وراء نماذج الأداء المهارى الناجح في الأنشطة الرياضية قدرات بدنية تتعلق باستعدادات الفرد، وأن تؤدى هذه القدرات وظائفها بشكل مترابط في نسق متتابع يسهم في النهاية إلى تحقيق أداء المهارات الحركية بسهولة وانسيابية وتوافق جيد. (8: 15)

*/أستاذ مساعد كلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق

تُعد اللياقة البدنية أحد أهم الجوانب التي تُظهر الظروف الصحية للشخص وهى مجموعة من السمات المتعلقة بقدرته على أداء الأنشطة البدنية مثل التحمل القلبي التنفسي والقوة والمرونة والسرعة والقوة وغيرها وهي مهمة من أجل ممارسة الرياضة لفترة طويلة نسبيًا دون الشعور بالتعب المفرط ودعم الأداء الحركي، وقد زاد اهتمام المتخصصين بها باستخدام تمرينات متعددة للجسم نظراً لتعدد فوائدها وتأثيرها على الأداء الرياضي والذى ينتج عنه قوة هائلة تعمل على توفير أقصى أداء للطرفين العلوى والسفلى بما يخدم الجانب المهارى.(16: 376)(11: 368)

ويؤكد "يونغ جون شياو Yongjun Xiao" (2021م)، "إيدى ستيوان وآخرون Edi Setiawan et al" (2020م) على أنه يجب أن تستخدم تمرينات تاباتا في تحسين اللياقة البدنية لطلاب كليات التربية الرياضية وذلك جنباً لجنب مع تدريس المهارات الحركية لمقابلة احتياجات النمو البدني للطلاب والارتقاء بمستواهم للتغلب على مشكلات تدريس المناهج العملية. (16)(33)

وقد أسس تمرينات تاباتا Tabata العالم الفسيولوجي إيزومي تاباتا بجامعة طوكيو في عام 1996م، وتؤدى بشكل مكثف وسريع في زمن قصير مع أخذ فترات راحة قصيرة بين التمرينات وهي أكثر فاعلية من الطرق التقليدية حيث توفر الوقت بشكل كبير مع الحصول على أفضل النتائج في ظل القيود الزمنية الضيقة لنمط الحياة الحديثة. (28)

وتشير "لورين بات وآخرون Lauren pate et al" (2021م)، "توفيق كوراشمان وآخرون Taufik kurrachman, et al" (2020م)، "إيزومى تاباتا Izumi Tabata" (2019م)، "ناثان تامايو Nathan Tamayo" (2019م) إلى أن تمرينات تاباتا لديها القدرة على استهلاك أكبر كمية من الاكسجين VO2max عند ممارسة التمرين وتعرف بالقدرة الهوائية، كما تنتج الحد الأقصى من الطاقة في غياب الأكسجين عن طريق حرق الكربوهيدرات وتعرف بالقدرة اللاهوائية الأمر الذي يوفر زيادة كبيرة في القدرة على التحمل الهوائى، بالإضافة إلى هذه الفوائد تعمل تمرينات تاباتا على تحسين نظام القلب والأوعية الدموية وزيادة المرونة والقوة والتوافق العضلي العصبي واللياقة البدنية للجسم، كما تساهم بشكل كبير في حرق الدهون وإنقاص الوزن من

خلال زيادة معدل الأيض الذى يستمر بعد التمرين لذا فهو مناسب لأولئك الذين يريدون برنامج لياقة بدنية. (21: 293) (29: 554) (19: 559) (23: 1)

وتؤدى تمرينات تاباتا بكثافة عالية لمدة 20 ثانية يعقبها راحة إيجابية 10ثواني وبتكرار ثمانية في المجموعة الواحدة ويستمر التمرين (4) دقائق، مع راحة دقيقة بين المجموعات وبزمن إجمالي 20: 30 دقيقة داخل الوحدة التدريبية، ويمكن ممارسة هذه التمرينات من 3 إلى 4 مرات في الأسبوع. (28) (17: 2)

ويوضح كلاً من " هاكون ميهس Hakon Mehus " (2020م)،"لورا ميلر وآخرون "Laura Miller, et al(2015) أن تمرينات تاباتا تعتبر اقتصادية في الوقت ويمكن استخدامها بآمان لإحداث استجابات فسيولوجية وبدنية لتحسين اللياقة الدورية التنفسية والوظيفية الأيضية، كما أنها تعتبر بديل ناجح لأنظمة التدريب الهوائى التقليدية على الرغم من إنخفاض حجم التدريب بشكل كبير.(18) (21)

يعتبر مقرر التمرينات من المقررات الدراسية الأساسية في الفصل الدراسي الثاني لطالبات الفرقة الأولى، وفيها يتم تقييم أداء الطالبة باختبارها في أداء جملة حركية حرة وبأداة قانونية، ومن خلال عمل الباحثة في تدريس محتوى مقرر التمرينات والذي يعتمد الجزء العملي منه على قدرة الطالبة على الاتقان والوصول إلى أعلى مستوى أداء في الجملة الحركية الحرة، لاحظت الباحثة انخفاض متوسط درجات الطالبات في الاختبارات العملية الخاصة بأعمال السنة والاختبارات النهائية للجملة الحركية الحرة في السنوات السابقة على الرغم من تمكن الطالبة من اتقان المهارات بشكل منفرد إلا أنه بدخول المهارات داخل الجملة الحركية بمصاحبة الموسيقى يحدث تقطع وعدم استمرارية فى الأداء وافتقاد الانسيابية والدقة، وقد أرجعت الباحثة هذا القصور إلى افتقار الطالبة العناصر البدنية التي عادة تتسبب في إجهاد الطالبة وعدم تمكنها من إتمام واتقان أداء المهارات مجتمعة في الجملة الحركية الحرة، لذا تراءى للباحثة أنه من الممكن تطوير مستوى أداء الطالبة في الجملة الحركية الحرة باستخدام مجموعة من التمرينات المقننة بأسلوب علمي تعمل على تطوير بعض العناصر البدنية واستثارة دوافع الطالبة بطرق متنوعة ومشوقة، مما دفع الباحثة إلى محاولة استخدام تمرينات تاباتا في شكل برنامج مقنن يتناسب

مع خصائص المرحلة السنية وقدراتهم البدنية والحركية، وتتفق هذه الدراسة مع ما أشارت إليه دراسات كلا من "حازم عبده" (2021م)، "ممدوح أحمد" (2021م)، "يوجينيا سيالوفيتش وآخرون Eugenia Cialowicz , et al " (2020م)، "هاكون ميهس Hakon Mehus" (2020م)، "أميرة شاهين" (2020م)، "أسيب سومبنا وديكدك سديك Asep Sumpena and Dikdik Sidik" (2017م)، كما أوصى "أزومى تاباتا Izumi Tabata" (2019م) بإجراء مزيد من البحوث المتعلقة بتدريبات تاباتا نظراً لقلتها والتعرف على فاعليتها.(3) (10) (17) (18) (19) (14) (2)

هدف البحث

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير استخدام تمرينات تاباتا على بعض عناصر اللياقة البدنية ومستوى أداء الجملة الحركية الحرة بمقرر التمرينات.

فروض البحث:

1- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي في بعض عناصر اللياقة البدنية قيد البحث (التحمل الهوائي- التوافق- التوازن- الرشاقة- قدرة عضلات الرجلين لأعلى) ومستوى أداء الجملة الحركية الحرة بمقرر التمرينات لدى المجموعة الضابطة ولصالح القياس البعدي.

2- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي في بعض عناصر اللياقة البدنية قيد البحث (التحمل الهوائي- التوافق- التوازن- الرشاقة- قدرة عضلات الرجلين لأعلى) ومستوى أداء الجملة الحركية الحرة بمقرر التمرينات لدى المجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي.

3- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في بعض عناصر اللياقة البدنية قيد البحث (التحمل الهوائي- التوافق- التوازن- الرشاقة- قدرة عضلات الرجلين لأعلى) ومستوى أداء الجملة الحركية الحرة بمقرر التمرينات ولصالح المجموعة التجريبية.

مصطلحات البحث:

تمرينات تاباتا:

هي تمرينات صممها العالم الياباني أيزومى تاباتا وتتبع العمل الفترى مرتفع الشدة ويبلغ زمن الأداء فيه (20) ثانية تليها (10) ثواني راحة إيجابية وعدد (8) تكرارات لكل مجموعة و (4) دقائق لكل تمرين، ويمكن استخدامها وفقا للهدف الخاص بالبرنامج فهي تعتمد على العمل الهوائي واللاهوائي.

الدراسات السابقة:

1- قامت "أميرة شاهين" (2020م) بدراسة بهدف التعرف على تأثير استخدام تدريب تاباتا Tabata على مستوى الكفاءة الفسيولوجية ومستوى الأداء المهارى في التنس الأرضي، وتم استخدام التصميم التجريبي ذو المجموعة الواحدة، وقد بلغ حجم العينة (22) لاعب ولاعبة من ناشئى نادى 6 أكتوبر تحت (14)، وقد توصلت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائيا لصالح القياس البعدى في المتغيرات البدنية والفسيولوجية والمهارية قيد البحث.(2)

2- قام "ياروسلاف دوماردسكى وآخرون Jarosław Domaradzki et al" (2020م) بدراسة بهدف التعرف على تقييم آثار بروتوكول Tabata في حصص التربية البدنية على قياسات تكوين الجسم، والقدرة الهوائية، والأداء الحركي لدى المراهقين الذين يعانون من نقص الوزن وزيادة الوزن، وتم استخدام التصميم التجريبى ذو الثلاث مجموعات مجموعتين تجريبيتين من المراهقين الذين يعانون نقص وزيادة الوزن ومجموعة ضابطة من المراهقين ذوي الوزن الطبيعي، وقد بلغ حجم العينة (58) مراهق (28 مراهق، 30 مراهقة)، وقد توصلت النتائج إلى أن فعالية التدريبات تاباتا في تقليل وزن الجسم، ونسبة الخصر إلى الورك، ونسبة الدهون في الجسم فقط في الأفراد الذين يعانون من زيادة الوزن، وتحسن في القدرة الهوائية في الأولاد يعانون من نقص الوزن وزيادة الوزن.(20)

3- قامت كلا من "يوجينيا سيالوفيتش وآخرون Eugenia Cialowicz et al" (2020م) بدراسة بهدف التعرف على تأثير تمرينات تاباتا على تركيز الإرسين في الجسم والقدرة الهوائية

واللاهوائية وتكوين الجسم في الرجال، وتم استخدام التصميم التجريبى ذو المجموعتين التجريبية والضابطة، وقد بلغ حجم العينة (30) رجل مقسمة بالتساوى على المجموعتين، وقد توصلت النتائج إلى زيادة تركيز الإرسين في الدم، وزيادة القدرة الهوائية واللاهوائية، وانخفاض محتوى الدهون، وتشير النتائج إلى وجود تسارع في التمثيل الغذائي ويمكن الاستفادة من هذا التأثير في الوقاية من السمنة أو علاجها. (17)

4- قامت "أسماء صالح" (2020م) بدراسة بهدف التعرف على تأثير برنامج تعليمى باستخدام تمرينات تاباتا المعدلة على بعض القدرات البدنية التوافقية ومستوى الأداء المهارى لسباحة الصدر، وتم استخدام التصميم التجريبي ذو المجموعتين التجريبية والضابطة، وقد بلغ حجم العينة (40) طالبة مقسمة بالتساوي على المجموعتين، وقد توصلت النتائج إلى أن البرنامج التعليمي باستخدام تمرينات تاباتا أدى إلى تحسن القدرات البدنية التوافقية ومستوى الأداء المهارى لسباحة الصدر. (1)

الاستفادة من الدراسات السابقة:

من خلال إطلاع الباحثة على الدراسات السابقة تمكنت من تحديد هدف البحث واختيار المنهج المناسب للدراسة، كما ساعدت هذه الدراسات الباحثة في إجراءات ضبط العينة ووضع الفروض واختيار أدوات البحث وفترة تطبيق الدراسة وتحديد الأساليب الإحصائية المناسبة.

إجراءات البحث:

منهج البحث:

اســـتخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث وإجراءاته وذلك من خلال التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة عن طريق القياسين (القبلي، البعدي).

مجتمع وعينة البحث:

تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية للبنات– جامعة الزقازيق للعام الدراسي (2020م– 2021م) الفصل الدراسي الثانى، وبلغ قوام مجتمع البحث الكلى (860) طالبة، حيث تم استبعاد الطالبات الباقيات للإعادة

والطالبات المشتركات بالفرق الرياضية والطالبات المشاركات في أبحاث أخرى، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية حيث بلغ عددهن (80) طالبة، وتم تقسيمهن إلى (30) طالبة للمجموعة الضابطة، (30) طالبة للمجموعة التجريبية التي استخدمت تمرينات تاباتا، (20) طالبة للعينة الاستطلاعية، وتم إجراء التجانس لعينة البحث في المتغيرات قيد الدراسة جدول (1)

جدول (1)

تجانس عينة البحث في متغيرات (النمو – البدنية– مستوى أداء الجملة الحركية الحرة)

ن = 80 طالبة

المتغيرات		وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
متغيرات النمو	السن	سنه	17.94	18.00	0.24	0.75
	الوزن	كجم	59.71	60.00	0.86	1.01
	ارتفاع الجسم	سم	160.20	160.00	0.51	1.18
متغيرات بدنية	التحمل الهوائي	متر	1888.08	1891.5	12.19	0.84
	التوافق	عدد	2.19	2.00	0.39	1.43
	التوازن	ثانية	4.58	4.50	0.19	1.26
	الرشاقة	ثانية	10.05	10.00	0.12	1.25
	قدرة عضلات الرجلين لأعلى	سم	22.04	22.00	0.89	0.14
مستوى أداء الجملة الحركية الحرة		درجة	1.06	1.00	0.20	0.90

يتضح من جدول (1) أن قيم معاملات الالتواء تنحصر ما بين (0.14: 1.26) وأن جميعها تقع ما بين ±3، مما يدل على أن جميع أفراد العينة قد وقعوا تحت المنحني الاعتدالي في متغيرات النمو والمتغيرات البدنية قيد البحث، ومستوى أداء الجملة الحركية الحرة.

تم استبعاد عدد (20) طالبة للدراسة الاستطلاعية، ثم قامت الباحثة بإيجاد التكافؤ بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة وقوام كل منهما (30) طالبة في المتغيرات قيد البحث، وجدول (2) يوضح ذلك

جدول (2)

دلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات

(البدنية– مستوى أداء الجملة الحركية الحرة)

ن1=ن2=30 طالبة

م	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة "ت"
			متوسط حسابى	إنحراف معيارى	متوسط حسابى	إنحراف معيارى	
متغيرات بدنية	التحمل الهوائي	متر	1889.3	6.17	1888.1	6.67	0.47
	التوافق	عدد	2.43	0.50	2.37	0.49	0.53
	التوازن	ثانية	4.57	0.17	4.60	0.24	0.32
	الرشاقة	ثانية	10.06	0.10	10.07	0.11	0.36
	قدرة عضلات الرجلين لأعلى	سم	22.17	0.87	22.35	0.88	0.74
مستوى أداء الجملة الحركية الحرة		درجة	1.07	0.17	1.10	0.20	0.36

قيمة "ت" الجدولية عند مستوي معنوية 0.05 = 2.00

ويتضح من جدول (2) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائياً عند مستوي 0.05 بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات البدنية قيد البحث، ومستوى أداء الجملة الحركية الحرة.

أسباب اختيار عينة البحث:

- قيام الباحثة بالتدريس لعينة البحث مما يوفر الجو المناسب للبحث من حيث ضبط جميع المتغيرات التي يمكن أن تؤثر على نتائج البحث وحسن التعاون عند تطبيق تجربة البحث.

أدوات جمع البيانات: -

1 – أجهزة وأدوات البحث Tools and Equipment: –

- جهاز الرستاميتر لقياس ارتفاع الجسم مقدراً بالسنتيمتر.
- ميزان طبي لقياس الوزن مقدراً بالكيلوجرام.
- ساعة إيقاف Stop Watch.

- شريط لقياس الأطوال (سم).
- ميدان للجرى، أقماع.

2- استمارات:

أ- استمارة استطلاع رأي الخبراء لتحديد عناصر اللياقة البدنية في الجملة الحركية الحرة وأنسب الاختبارات الخاصة بها. مرفق (1)

ب- استمارة تقييم مستوى أداء الجملة الحركية الحرة. مرفق (2)

3- الاختبارات البدنية: – مرفق (3)

- اختبار التحمل الهوائى 12 دقيقة جرى ومشى.
- اختبار نط الحبل لقياس التوافق.
- اختبار الوقوف على مشط القدم لقياس التوازن الثابت.
- اختبار الجري الزجزاجى بطريقة بارو لقياس الرشاقة.
- اختبار الوثب العمودى لسارجنت لقياس القدرة العضلية للرجلين لأعلى. (15)(8)

الدراسة الاستطلاعية:

تم إجراء هذه الدراسة فى الفترة الزمنية من يوم الثلاثاء الموافق 2021/3/2م والتطبيق الثانى يوم الثلاثاء الموافق 2021/3/9م، على عينة قوامها (20) طالبة، تم اختيارهن بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية بهدف:

- إجراء المعاملات العلمية (ثبات- صدق) للاختبارات والمقاييس المستخدمة فى البحث.
- التأكد من صلاحية الأدوات المستخدمة في البحث.
- التعرف على نقاط القوة والضعف والمشكلات والصعوبات التي قد تتعرض لها الدراسة الأساسية.
- تحديد مدى قدرة الطالبات على أداء التمرينات المستخدمة ودرجة الصعوبة.
- التأكد من ملائمة الفترة الزمنية المحددة للوحدة التدريبية.

المعاملات العلمية (الصدق – الثبات) للاختبارات البدنية والمقاييس المستخدمة في البحث: -

أولاً الصدق:

أ- معامل صدق الاختبارات البدنية: -تم حساب الصدق عن طريق الصدق التجريبي (التمايز) على مجموعتين متساويتين في العدد قوام كل منهما (20) طالبة، إحداهما تمثل العينة الاستطلاعية والمسحوبة من مجتمع البحث (مجموعة غير مميزة)، والمجموعة الأخرى (المجموعة المميزة) وتمثلهن طالبات الفرقة الثالثة، وجدول (3) يوضح ذلك.

جدول (3)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في المتغيرات البدنية قيد البحث

ن1 =ن2= 20طالبة

المتغيرات البدنية	وحدة القياس	المجموعة المميزة		المجموعة غير المميزة		قيمة ت
		م	ع	م	ع	
التحمل الهوائي	متر	1947.2	13.68	1888.4	6.89	16.37
التوافق	عدد	3.75	0.55	2.40	0.50	7.58
التوازن	ثانية	6.55	0.48	4.58	0.18	16.20
الرشاقة	ثانية	9.46	0.20	10.08	0.11	11.36
قدرة عضلات الرجلين لأعلى	سم	25.10	0.64	22.15	0.88	11.55

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 = 2.00

يتضـــح من جدول (3) وجود فروق ذات دلالة إحصـــائية بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة وذلك لصـــالح المجموعة المميزة مما يدل على وجود تمايز بين المجموعتين وهذا يشير إلى صدق الاختبارات فيما وضعت من أجله.

ثانيا: الثبات

أ- ثبات الاختبارات البدنية: -

تم حســـاب الثبات للمتغيرات البدنية عن طريق تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه وذلك بفاصـــل زمني أســـبوع بين التطبيق الأول الذي تم إجراؤه يوم الثلاثاء الموافق 2021/3/2م والتطبيق الثانى يوم الثلاثاء الموافق 2021/3/9م، على عينة البحث الاســـتطلاعية وقوامها

(20) طالبة، وحساب معامل الارتباط بين القياسين الأول والثاني لجميع المتغيرات البدنية (قيد البحث) وجدول رقم (4) يوضح ذلك.

جدول (4)

معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في المتغيرات البدنية قيد البحث

ن=20 طالبة

المتغيرات البدنية	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة "ر"
		م	ع	م	ع	
التحمل الهوائي	متر	1888.4	6.89	1889.9	6.90	0.887
التوافق	عدد	2.40	0.50	2.45	0.51	0.698
التوازن	ثانية	4.58	0.18	4.63	0.22	0.728
الرشاقة	ثانية	10.08	0.11	10.07	0.10	0.746
قدرة عضلات الرجلين لأعلى	سم	22.15	0.88	22.05	1.05	0.851

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 =0.444

يتضح من جدول (8) أن معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني قد تراوحت ما بين (0.698، 0.887) أي انحصرت ما بين ±1 مما يشير إلى ثبات درجات هذه الاختبارات.

تمرينات تاباتا Tabata المقترحة: مرفق (4)

- تهدف تمرينات تاباتا المقترحة إلى دراسة تأثيرها على بعض عناصر اللياقة البدنية ومستوى أداء الجملة الحرة بمقرر التمرينات، وذلك كوسيلة للتغلب على انخفاض مستوى أداء الطالبات في الجملة الحركية الحرة، ومن خلال قيام الباحثة بالمسح الدراسات والمراجع أشارت إلى أهمية تمرينات تاباتا في تحسن القدرات البدنية والكفاءة الوظيفية للجسم. (13)(14)(25)(27) (28)(29)(30)(31)
- تم تحليل محتوى المراجع العلمية والدراسات المرتبطة لتتمكن الباحثة من تصميم البرنامج المقترح باستخدام تمرينات تاباتا. (4) (24)(22)(26)(23)(32)
- تم تحديد شدة الحمل عن طريق الاستعانة بمعدل النبض والاستفادة منه في التعرف على مدى ملائمة شدة التمرينات لمستوى أفراد العينة وقد تم حساب معدل النبض المستهدف (THR) من خلال المعادلة

THR= 60% (max HR– Rest HR) + Rest HR

حيث أقصى معدل للقلب (Max HR) = 220– السن

معدل القلب أثناء الراحة (Rest HR) يتم قياسه قبل العمل

وقد بلغت الشدة المستخدمة (70 %:90 %) من أقصى معدل للنبض.

- استغرق تطبيق البرنامج المقترح لتمرينات تاباتا (6) أسابيع بواقع ثلاث وحدات في الأسبوع أيام (السبت– الاثنين– الأربعاء) بإجمالي (18) وحدة تدريبية، خارج نطاق المحاضرة.
- تم تقنين التمرينات المستخدمة كما يلي:

أ– زمن أداء التمرين (20) ثانية ويتم الأداء بسرعة عالية.

ب– يلي أداء التمرين راحة زمنها (10) ثواني.

ت– عدد التكرارات (8) تكرار.

ث– زمن المجموعة (4) دقائق.

ج– عدد المجموعات تراوح من (3: 5)

ح– الراحة بين المجموعات (1) دقيقة.

خ– زمن تمرينات تاباتا في داخل الوحدة التدريبية تراوح بين (14: 24) دقيقة.

- الأسس التي تم مراعاتها عند تطبيق الوحدة التدريبية (عدم أداء التمرين بشكل يومي لابد من أخذ راحة في اليوم التالي للتمرين– مراعاة التدرج في التمرينات من السهل إلى الصعب زمن البسيط إلى المركب– مراعاة عوامل الأمن والسلامة أثناء التدريب– المرونة أثناء التطبيق وقابلية التعديل).

د– الإحماء ويهدف لإعداد وتهيئة أجزاء الجسم المختلفة للفرد لأداء الجزء الرئيسي لتلافى حدوث إصابات، وقد راعت الباحثة استخدام بعض التمرينات البسيطة تُبعت بالهرولة الخفيفة، وقد بلغ الزمن المخصص لهذا الجزء (10) دقائق في بداية كل وحدة تدريبية.

ذ– التهدئة يهدف هذا الجزء من الوحدة التدريبية محاولة العودة بأجهزة وأعضاء الجسم إلى حالتها الطبيعية، وزمن هذا الجزء (5) دقائق في جميع الوحدات التدريبية.

ر- تم تحميل تطبيق تاباتا على التليفون المحمول وهو عبارة عن منظم لوقت التمرين وزمنه (20) ثانية ووقت الراحة وزمنه (10) ثوانى لتنبيه الطالبات لفترات العمل والراحة أثناء التطبيق. مرفق (5)

تقييم مستوى الأداء المهارى:

تم قياس درجة مستوي أداء الجملة الحركية الحرة بواقع (15) درجة من قبل لجنة من المحكمين، يقمن بتدريس مقرر التمرينات لمدة لا تقل عن (15) عام وجميعهن حاصلات على درجة أستاذ، وتم الأخذ بمتوسط درجات المحكمات. مرفق (6)

الخطوات التنفيذية للبحث: -

القياسات القبلية:

تم إجراء القياسات القبلية لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في جميع المتغيرات المحددة (قيد البحث) وذلك في الفترة من 10- 2021/3/11م.

(2) تنفيذ التجربة الأساسية للبحث:

قامت الباحثة بتطبيق تمرينات تاباتا المقترحة على مجموعة البحث التجريبية خارج نطاق المحاضرات أيام (السبت، الاثنين، الأربعاء)، وذلك في الفترة من يوم السبت الموافق 2021/3/13م حتى يوم الأربعاء الموافق 2021/4/21م، بواقع (3) وحدات في الأسبوع، وتم التطبيق على عين البحث في صالة التمرينات.

(3) القياسات البعدية:

بعد الانتهاء من تنفيذ التجربة الأساسية للبحث تم إجراء القياسات البعدية في جميع المتغيرات قيد البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة، وقد روعيت نفس الشروط والظروف ونفس ترتيب القياس التي أتُبعت في القياسات القبلية وقد تمت هذه القياسات في الفترة من 22-2021/4/24م.

(4) المعالجات الإحصائية:

قامت الباحثة بتدوين البيانات التى تم الحصول عليها ومعالجتها عن طريق المعاملات الإحصائية التالية: المتوسطات الحسابية- الإنحراف المعياري- معاملات الإلتواء- معاملات الإرتباط- اختبار"ت" T Test لمجموعة واحدة ولمجموعتين.

عرض ومناقشة النتائج:

أولاً: عرض النتائج

جدول (5)

دلالة الفروق بين متوسطات القياسات القبلية والبعدية في بعض عناصر اللياقة البدنية ومستوى أداء الجملة الحركية الحرة للمجموعة الضابطة ن = 30 طالبة

م	المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		قيمة "ت"
			م	ع	م	ع	
متغيرات بدنية	التحمل الهوائي	عدد	1889.3	6.17	1894.0	7.86	4.56
	التوافق	ثانية	2.43	0.50	2.83	0.59	4.40
	التوازن	سم	4.57	0.17	4.80	0.25	5.34
	الرشاقة	ثانية	10.06	0.10	9.89	0.20	4.86
	قدرة عضلات الرجلين لأعلى	متر	22.17	0.87	22.73	0.94	5.46
مستوى أداء الجملة الحركية الحرة		درجة	1.07	0.17	8.18	1.34	29.30

قيمة ت الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.045

يتضح من جدول (5) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والبعدية في بعض عناصر اللياقة البدنية ومستوى أداء الجملة الحركية الحرة للمجموعة الضابطة وذلك لصالح القياس البعدي.

جدول (6)

دلالة الفروق بين متوسطات القياسات القبلية والبعدية في بعض عناصر اللياقة البدنية ومستوى أداء الجملة الحركية الحرة للمجموعة التجريبية ن = 30 طالبة

م	المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		قيمة "ت"
			م	ع	م	ع	
متغيرات بدنية	التحمل الهوائي	متر	1888.10	6.67	1960.17	11.48	28.94
	التوافق	عدد	2.37	0.49	3.73	0.58	15.27
	التوازن	ثانية	4.60	0.24	6.37	0.54	22.49
	الرشاقة	ثانية	10.07	0.11	9.41	0.08	37.70
	قدرة عضلات الرجلين لأعلى	سم	22.35	0.88	24.37	0.81	33.04
مستوى أداء الجملة الحركية الحرة		درجة	1.10	0.20	12.23	1.04	55.94

قيمة ت الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.045

يتضح من جدول (6) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والبعدية في بعض عناصـــر اللياقة البدنية ومســـتوى أداء الجملة الحركية الحرة للمجموعة التجريبية وذلك لصالح القياس البعدي.

جدول (7)

دلالة الفروق بين متوسطات القياسات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في بعض عناصر اللياقة البدنية ومستوى أداء الجملة الحركية الحرة ن = 30 طالبة

م	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		متوسط الفروق	قيمة "ت"
			م	ع	م	ع		
متغيرات بدنية	التحمل الهوائي	عدد	1894.0	7.86	1960.17	11.48	66.17	25.17
	التوافق	ثانية	2.83	0.59	3.73	0.58	0.90	5.72
	التوازن	سم	4.80	0.25	6.37	0.54	1.57	14.08
	الرشاقة	ثانية	9.89	0.20	9.41	0.08	0.49	12.81
	قدرة عضلات الرجلين لأعلى	متر	22.73	0.94	24.37	0.81	1.63	7.06
مستوى أداء الجملة الحركية الحرة		درجة	8.18	1.34	12.23	1.04	4.05	12.96

قيمة ت الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.00

يتضح من جدول (7) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات البعدية فى بعض عناصـــر اللياقة البدنية ومســـتوى أداء الجملة الحركية الحرة للمجموعة الضـــابطة والتجريبية وذلك لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

ثانياً: مناقشة النتائج:

يتضح من جدول (5) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لدى المجموعة الضابطة وذلك لصالح القياس البعدي في بعض عناصر اللياقة البدنية ومستوى أداء الجملة الحركية الحرة، وتُرجع الباحثة هذه الفروق في متغيرات البحث قيد الدراسة إلى النظام المتبع مع المجموعة الضابطة بالكلية والذي يعتمد على أداء الجملة الحركية عدد من المرات بمصاحبة الموسيقى، بالإضافة إلى الشرح وأداء النموذج العملي وتصحيح الأخطاء وتقديم التغذية الراجعة وإعطاء مجموعة من التمرينات المتدرجة من السهل إلى الصعب أتاح فرص جيدة للتعليم مما كان له أثر إيجابي في تحسن مستوى أداء الجملة الحركية الحرة.

وتؤكد كلاً من "أسماء صالح" (2020م) "مفتي إبراهيم" (2002م) على أن التطبيق والتدريب على المهارة يؤدى إلى تغيير إيجابي في القدرات البدنية المستخدمة في أداء المهارات المتعلمة من خلال الاختيار الجيد للتدريبات التي تحقق تعلم المهارة وتناسب مستوى التقدم بها. (1: 17) (9: 27)

وتتفق هذه النتائج مع دراسات كلا من " حمدى النواصرى، حامد حامد" (2021م)،" حازم عبده" (2021م) والتى تشير إلى أهمية استخدام الطريقة التقليدية والتى لا يمكن إغفالها حيث أنها تساعد بصورة إيجابية وصحيحة، وتعزو الباحثة هذه النتيجة أيضاً إلى أن التعلم بطريقة التلقين (بشكل جماعى) آثار دافعية الطالبات للتنافس فيما بينهم لإبراز تفوق كل منهن على الأخرى مما جعلهن يؤدين المهارات بأفضل شكل ممكن وتقدم مستوى أداء الجملة الحركية الحرة.(4) (1)

ونتيجة لما سبق ذكره يمكننا القول بأن نتائج جدول (5) تدعم الفرض الأول للبحث والذي ينص على أنه توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي في بعض عناصر اللياقة البدنية قيد البحث (التحمل الهوائي- التوافق-التوازن- الرشاقة-قدرة عضلات الرجلين لأعلى) ومستوى أداء الجملة الحركية الحرة بمقرر التمرينات لدى المجموعة الضابطة ولصالح القياس البعدي.

يتضح من جدول (6) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لدى المجموعة التجريبية وذلك لصالح القياس البعدي في بعض عناصر اللياقة البدنية قيد البحث ومستوى أداء الجملة الحركية الحرة.

وتُرجع الباحثة هذه النتائج إلى استخدام تمرينات تاباتا Tabata المقترحة فهي تمرينات ذات أحمال مقننة تُراعى التدرج بشكل معتدل والفروق الفردية وإعطاء فترات راحة، حيث يستمر أداء التمرين لمدة (20) ثانية تليها راحة مدتها (10) ثواني، وتتميز بمحتوى متنوع ومشوق يستثير دافعية الطالبات للأداء، ومناسبة للأهداف الموضوعة وتراعى اتجاه العمل الحركي وتخدم المجموعات العضلية المستخدمة في أداء الجملة الحركية الحرة، كما أنها تتمتع بالسهولة والبساطة ولا تحتاج إلى أي معدات أو مكان مخصص أو الكثير من الوقت للتدريب، ويشير كلاً من "ياروسلاف دوماردسكى وآخرون Jarosław Domaradzki et al" (2020م) "هيثم إبراهيم" (2019م)، "مهند منير" (2018م) إلى أن تمرينات تاباتا تقتصد في الوقت وخيار مؤثر لتحقيق فوائد بدنية وصحية متنوعة، وتقوم فكرتها على دفع الجسم لاحتياج كميات أكبر من الأكسجين مما يعمل على تحسين أداء القلب والأوعية الدموية وزيادة حرق الدهون واكساب الجسم لياقة بدنية عالية وذلك لسهولة استخدامها بالإضافة إلى تحسين القدرة العضلية والمرونة والرشاقة وسرعة رد الفعل والتوازن والتوافق العضلي العصبي بصورة كبيرة. (20: 2)(12: 626) (11: 371)

وتوضح "سامية الهجرسى" (2004م) الى ان التمرينات من الأنشطة الرياضية التي تتطلب ممارستها أداء مهارات ذات مواصفات معينة وتكنيك دقيق، يحتاج إلى إمكانيات حركية وبدنية ومتطلبات خاصة لأدائها، لذا كان الاهتمام في الآونة الأخيرة يبحث الطرق والأساليب العلمية، التي تصل بالطالبة للأداء الأمثل وتساعدها على أداء التكنيك الصحيح للمهارات المختلفة. (5: 45)

وقد أكد "أزومي تاباتا Izumi Tabata" (2019م) على أن تمرينات تاباتا أداة فعالة لتطوير عناصر اللياقة البدنية والأداء الحركي وتعزيز الصحة فهي تعتمد على دفعات قصيرة من التمارين عالية الكثافة تليها فترة قصيرة من الراحة أو التعافي وعادة ما يستغرق أدائها أقل من

30 دقيقة وتعد طريقة مثلى لتعزيز القدرة الهوائية واللاهوائية والتي تؤثر إيجابياً على التحمل، وترى الباحثة أن اكتساب الطالبة لعناصر اللياقة البدنية أثر بشكل كبير على مستوى أداء الجملة الحركية الحرة حيث راعى البرنامج المقترح الفروق الفردية وبالتالي أصبح هناك توافق عضلى عصبى نتج عنه انسيابية وسهولة في الأداء فحدث التقدم في مستوى الأداء.(19: 560-569)

وأوضحت "أميرة شاهين" (2020م) أن الاستجابات الفسيولوجية لبروتوكولات مختلفة من التدريب الفترى مرتفع الشدة أظهرت أن تمرينات تاباتا تعتبر بديل ناجح لأنظمة التدريب الهوائية التقليدية على الرغم من انخفاض حجم التدريب بشكل كبير.(2: 211)

وتعزو الباحثة هذا التحسن في مكونات عناصر اللياقة البدنية قيد البحث (التحمل الهوائي، التوافق، التوازن ، الرشاقة، قدرة عضلات الرجلين لأعلى) إلى احتواء البرنامج المقترح على تمرينات تستخدم وزن الجسم والتي ساعدت على زيادة قدرة عضلات الرجلين كما أن إنجاز الحركات والقدرة على تغيير اتجاه الجسم أو أحد أجزائه بسرعة تعتمد على سرعة الانتقال والتحرك من مكان الى آخر مع تغيير الاتجاه ساهم في تنمية الرشاقة والتوازن وعمل المجموعات العضلية في اتجاهات مختلفة أدى إلى تحسن التوافق، بالإضافة إلى أنها زادت من القدرة الهوائية التي ساهمت في تنمية التحمل الهوائي، وهذا يتفق مع ما أشار إليه "مهند منير" (2018م)، "يعقوب أفين وآخرون Yakup Afyon, et al" (2018م)، "يانج هوسونج وآخرون Yang Hoesong, et al" (2017م) أن برامج التمرينات البدنية المختلفة من شأنها أن ترفع مستوى اللياقة البدنية مما يساعد في رفع مستوى الأداء المهارى في الرياضات المختلفة، وتكمن أهمية تمرينات تاباتا في تحريك أكبر عدد من العضلات وتنمية عناصر اللياقة البدنية للإعداد المهارى، لذلك تعد إحدى وسائل التعلم الحركي المهمة في التربية الرياضية.(11) (30) (32)

وتوضح كلا من "يعقوب آفين وآخرون Yakup Afyon, et al " (2021م)، "أسماء صالح" (2020م) أن تمرينات تاباتا تعمل على تطوير القدرات البدنية التوافقية مثل التوافق والرشاقة والقدرة العضلية والتوازن من خلال الأداء المركب لحركات أجزاء الجسم، وتؤثر القدرات البدنية التوافقية على سرعة تعلم واتقان المهارات الحركية المركبة والمعقدة وفى حالة افتقار

المبتدئ لها لا يستطيع أداء المهارة بالشكل الصحيح ووجود العديد من الأخطاء الفنية. (31) (1: 22)، وقد أكد "يونغ جون شياو Yongjun Xiao" (2021م)، "ياروسلاف دوماردسكى وآخرون Jarosław Domaradzki et al" (2020م) على أنه يجب أن تستخدم تمرينات تاباتا في تحسين اللياقة البدنية لطلاب كليات التربية الرياضية وذلك جنباً لجنب مع تدريس المهارات الحركية لمقابلة احتياجات النمو البدني للطلاب والارتقاء بمستواهم للتغلب على مشكلات تدريس المناهج العملية. (33) (20)

لذا تُرجع الباحثة الفروق الدالة إحصائياً والتحسن الملحوظ ونسب التغير الحادثة لدى طالبات المجموعة التجريبية في مستوى أداء الجملة الحركية الحرة إلى التأثير الإيجابي لبرنامج تمرينات تاباتا المقترح في رفع عناصر اللياقة البدنية والتي اعتمدت على التدريب بصورة منتظمة ثلاث مرات بالأسبوع، بالإضافة إلى تعلمهم واتقانهم للمهارات الفنية ومحاولة تثبيتها للوصول إلى المستوى العالي في الأداء، وتقديم التغذية الراجعة.

وتتفق نتائج هذا البحث مع ما اشارت إليه نتائج دراسة كلاً من "حازم عبده" (2021م) "يوجينا سالوفيتش وآخرون Eugenia Cialowicz, et al" (2020م)، "هيثم إبراهيم" (2019م)، "")، "ناثان تامايو Nathan Tamayo" (2019م)، "أنيكا اكستروم وآخرون Annika Ekstrom, et al" (2017م) أن تمرينات تاباتا لها تأثير إيجابي على تطوير وتحسين عناصر اللياقة البدنية المختلفة، حيث كانت نتائجهم تدل على وجود فروق دالة إحصائيا بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي.(3)(17)(12)(23)(13)

وبذلك يتحقق صحة الفرض الثانى للبحث والذي ينص على أنه "توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي في بعض عناصر اللياقة البدنية قيد البحث (التحمل الهوائي– التوافق– التوازن– الرشاقة– قدرة عضلات الرجلين لأعلى) ومستوى أداء الجملة الحركية الحرة بمقرر التمرينات لدى المجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي".

يتضح من نتائج جدول (15) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في بعض عناصر اللياقة البدنية ومستوى أداء الجملة الحركية الحرة

وترجع الباحثة ذلك إلى أن البرنامج المتبع بالكلية والمتمثل في الشرح اللفظي من خلال إعطاء فكرة واضحة عن كيفية الأداء الصحيح للمهارة المتعلمة، وكذلك عمل نموذج لها بواسطة المعلمة أو أحد الطالبات ثم أدائها بمصاحبة الموسيقى دون الاهتمام بتنمية المكونات البدنية التي تحتاج إليها الجملة الحركية الحرة حيث أنها تشتمل على مجموعة مترابطة من المهارات والحركات التي تؤدى بمصاحبة الموسيقى.

إن تمرينات تابتا تهدف إلي تحسين قدرة الطالبات في السيطرة على أجسادهم، وتطوير السرعة والقوة والتحمل والرشاقة والتوازن، لأنها تُبني وتصمم على مبدأ تطوير مستوى اللياقة البدنية والتي ينتقل أثرها بعد ذلك إلى المهارات الخاصة بالجملة الحركية الحرة، فهي تدريبات ذات مسارات حركية متنوعة تتسم بالتنوع والتشويق وتحدى للقدرات الشخصية مما يؤثر على الأداء ويعمل علي تحسين وتطوير عناصر اللياقة البدنية ويكون له بالغ الأثر في تطوير أداء الجملة الحركية الحرة. (1)(4)(11)(16)(19)

ويتفق ذلك مع أشارت إليه دراسات كلاً من " ممدوح أحمد" (2021م)، "هيثم إبراهيم" (2019م) أن التدريب بالطريقة التقليدية تركز على الأداء في حالة ثبات وأن عرض الأداء والمعلومات الخاصة بالمهارات الحركية تزيد من فهم المتعلم وتحسين أدائه ويمكنه من توجيه حركات جسمه التوجيه السليم والتي يمكن من خلالها ان يحدث تقدم طفيف في تحسن مستوي المتغيرات البدنية والأداء المهاري ولكن بنسبة أقل من المجموعة التجريبية. (10)(12)

وبذلك يتحقق صحة الفرض الثالث للبحث والذي ينص على أنه "توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في بعض عناصر اللياقة البدنية قيد البحث (التحمل الهوائي– التوافق– التوازن– الرشاقة– قدرة عضلات الرجلين لأعلى) ومستوى أداء الجملة الحركية الحرة بمقرر التمرينات ولصالح المجموعة التجريبية".

الاستنتاجات:

في حدود أهداف وفروض وإجراءات البحث وعرض ومناقشة النتائج توصلت الباحثة إلى أن استخدام تمرينات تاباتا Tabata يؤدى إلى تحسن بعض عناصر اللياقة البدنية (التحمل

الهوائي– التوافق– التوازن الرشاقة– قدرة عضلات الرجلين لأعلى) ومستوى أداء الجملة الحركية الحرة بمقرر التمرينات.

التوصيات:

في ضوء أهداف البحث واستنتاجاته توصى الباحثة بـ:

1- إجراء دراسات توضح تأثير تمرينات تاباتا على مكونات الجسم للسيدات البدينات الأصحاء.

2- إجراء دراسات توضح تأثير تمرينات تاباتا على القدرات البدنية والحركية لتلاميذ المدارس والمراهقين.

3- إجراء المزيد من الدراسات للتعرف على تأثير تمرينات تاباتا على تحسين وظائف الأجهزة الحيوية وتطوير القدرات البدنية وتأخير مظاهر التعب.

4- إجراء دراسات للتعرف على تأثير تمرينات تاباتا على الجمل الحركية بأدوات.

5- توعية طالبات الكلية بضرورة المواظبة على هذه التمرينات لرفع كفاءتهن وتطوير عناصر اللياقة البدنية لخدمة العملية التعليمية.

قائمة المراجع

أولاً: المراجع باللغة العربية: -

1- أسماء أحمد صالح: تأثير برنامج تعليمي باستخدام تمرينات التاباتا المعدلة على بعض القدرات البدنية التوافقية ومستوى الأداء المهارى لسباحة الصدر، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، العدد 55، 2020م.

2- أميرة عبد الرحمن شاهين: تأثير استخدام تدريب تاباتا Tabata على مستوى الكفاءة الفسيولوجية ومستوى الأداء المهارى في التنس الأرضي، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة حلوان، العدد 88، 2020م.

3- حازم رضا عبده: تأثير التدريب الفتري مرتفع الشدة بأسلوب تاباتا على بعض القدرات البدنية والمؤشرات البيولوجية والمهارات الأساسية لناشئي كرة القدم، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، جمعة الإسكندرية، كلية التربية الرياضية بنات، العدد 16، 2021م.

4- حمدى السيد النواصرى، حامد عبد الرؤف حامد: تأثير استخدام تدريبات التاباتا Tabata وتناول مكمل الأرجنين Arginine على بعض المتغيرات الفسيولوجية والبيوكيميائية والمستوى الرقمي لمتسابقى 800 متر جرى، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، العدد 59، 2021م.

5- سامية أحمد الهجرسى: التمرينات الإيقاعية والجمباز الإيقاعي المفاهيم العلمية والفنية، مكتبة ومطبعة الغد، القاهرة، ط1 ،2004م.

6- فتحي أحمد إبراهيم إسماعيل: المبادئ والأسس العلمية للتمرينات البدنية والعروض الرياضية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، إسكندرية، ط1، 2008م.

7- فراج عبد الحميد توفيق: موسوعة التمرينات البدنية– تمرينات جمل العروض الرياضية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، ط1، الإسكندرية، 2007م.

8- محمد حسن علاوى، أبو العلا أحمد عبد الفتاح: اختبارات الأداء الحركي، دار الفكر العربي، القاهرة، 2000م.

9- مفتي إبراهيم حماد: المهارات الرياضية أسس التعليم والتدريب والدليل المصور، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2002م.

10-ممدوح محمد أحمد: تأثير إستخدام تمارين التاباتا "Tabata Exercises" علي الكفاءة البدنية والمؤشرات البيولوجية للاعبي الخماسي العسكري، العدد 68، المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية بنات، 2021م.

11-مهند محمد منير: تأثير استخدام تدريبات تاباتا Tabata على بعض المتغيرات البدنية الخاصة ومستوى أداء مهارة الإرسال لدى لاعبي الكرة الطائرة، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، العدد 47، 2018م.

12-هيثم أحمد إبراهيم: تأثير برنامج باستخدام تمرينات التاباتا على تطوير مستوى الأداء الخططى للدفاع والهجوم المضاد للمصارعين، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، العدد 86، جامعة حلوان، 2019م.

ثانياً: المراجع باللغة الإنجليزية: -

13- Annika Ekström, Anna Östenberg, Glenn Björklund and Marie Alricsson: The effects of introducing Tabata interval training and stability exercises to school children as a school-based intervention program, Article in International Journal of Adolescent Medicine and Health, 2017.

14- Asep Sumpena and Dikdik Sidik: The Impact of Tabata Protocol to Increase the Anaerobic and Aerobic Capacity, IOP Conference Series: Materials Science and Engineering, 2017.

15- Brian Mackenzie :101 Performance evaluation tests, Electric World plc, London, 2005.

16- Edi Setiawan, Dody Iwandana, Rifqi Festiawan and Ceu Baptista: Improving handball athletes' physical fitness components through Tabata training during the outbreak of COVID-19, Journal SPORTIF, Vol 6, pp 375: 389, 2020.

17- Eugenia Cialowicz, Pawel Wolanski, Jolanta Jagiello , Yuri Feito , Miroslav Petr, Jakub Kokstejn , Petr Stastny and Dawid Golinski :Effect of HIIT with Tabata Protocol on Serum Irisin, Physical Performance, and Body Composition in Men, International Journal Environmental Research and Public Health, Vol 17, pp 2020.

18- Hakon Mehus: Tabata vs. 4 x 4 HIIT: What is the difference and which is better for improving VO2max in moderately trained females, Master's thesis in Exercise Physiology, Norwegian University of Science and Technology, Faculty of Medicine and Health Sciences. 2020.

19- Izumi Tabata: Tabata training: one of the most energetically effective high-intensity intermittent training methods, The Journal of Physiological Sciences, Vol 69, PP 559: 572, 2019.

20- Jarosław Domaradzki, Ireneusz Cichy, Andrzej Rokita and Marek Popowczak: Effects of Tabata Training During Physical Education Classes on Body Composition, Aerobic Capacity, and Anaerobic Performance of Under-, Normal- and Overweight Adolescents, International Journal Environmental Research and Public Health, Vol 17, pp 1: 11, 2020.

21- Laura Miller, Leo D'Acquisto, Debra D'Acquisto, Karen Roemer and Mitchell Fisher: Cardiorespiratory Responses to a 20-Minutes Shallow Water Tabata-Style Workout, International Journal of Aquatic Research and Education, Vol 9, pp 292: 307, 2015.

22- Lauren pate, David buckley, Henry gebhardt, Tyler mchenry, and James rowe: A Comparison of High-intensity Interval Running And Tabata On Post-exercise Metabolism: A Pilot Analysis, Journal of Medicine & Science in Sports & Exercise, Vol 53, PP 298-299, 2021.

23- Nathan Tamayo: Performance Profile for Tabata Intermittent training on treadmill, In Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree Master of

Science in Kinesiology, The Faculty of Humboldt State University, California, USA, 2019.

24- Nur Ain Mohd, Ayu Muhamad, Adam Abdul: Effects of Tabata workouts on the immune cell response in physically inactive individuals, Malaysian Journal of Movement, Health and Exercise, Vol 10, pp 99: 104, 2021.

25- Olcay Mulazımoglu, Abdurrahman Boyaci, Yakup Akıf Afyon and Sınan Celıkbılek: acute effect of tabata workout on heart rate and blood lactate accumulation of female futsal players, journal of Acta Medica Mediterranea, Vol 37, pp 2457: 2461, 2021.

26- R.saravanan and Sugumar.C: effect of tabata interval methods of various durations on speed agility and speed endurance of school students, International Journal in Physical & Applied Sciences, Vol 3, pp 90: 96, 2016.

27- Ricardo Viana, Claudio Barbosa, João Araújo, Victor Coswig, Fabrício Del Vecchio and Paulo Gentil: Tabata protocol: a review of its application, variations and outcomes, Clinical Physiology and Functional Imaging, Vol 39, 2018.

28- Roger Hall: Tabata Workout Handbook, Hatherleigh Press, e-book, 1st edition, 2015.

29- Taufik kurrachman, Amy Wardathi, Afif Rusdiawan, Reno Sari: The Effect of Cardio and Tabata Exercises on Decreasing Body Fat, Weight and Increasing Physical Fitness, 5th International Seminar of Public Health and Education, pp 553: 568, 2020.

30- Yakup Afyon, Olcay Mülazımoğlu, Abdurrahman Boyacı and Begüm İskender: investigation of the effect of tabata training on vital capacities of swimmers, European Journal of Physical Education and Sport Science, Vol 5, pp 92: 99, 2018.

31- Yakup Afyon, Olcay Mulazimoglu, Sinan Celikbilek, Ibrahim Dalbudak and Cagan Kalafat: The effect of Tabata training program on physical and motoric characteristics of soccer players, journal of Progress in Nutrition, Vol 23, PP 1:6, 2021.

32- Yang Hoesong, Yoo Youngdae and Jeong Chanjoo: The Effects of Tabata Exercise and Kettle Bell Exercise on Vital Capacity, Skeletal Muscle Mass, and Endurance in Women, Journal of The Korean Society of Integrative Medicine, Vol 5, pp 11:19, 2017.

33- Yongjun Xiao: Feasibility Study of tabata Training in the Reform of Physical Education Teaching in Colleges and Universities, E3S Web of Conferences, Vol 236, china, 2021.

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

أ.م.د/ بكر أنور تهامي

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 مهيئاً للمساهمة في بناء وتقدم المجتمع .

ويذكر محى الدين شعبان توق (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 ومتزن (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 (126:6) .

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 التكررات وفترات العمل والراحة فيها، حتى يتمكن الطلاب المتعلمين من الممارسة بنشاط ودافعية بعيداً عن الملل والإرهاق البدني والنفسي (38 :215-199).

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

كما يذكر كل من "توفل 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 أمرا في غاية الصعوبة والتعقيد.(34: 214)

ولقد أكدت نتائج العديد من الدراسات السابقة أهمية الأشكال المختلفة من جدولة الممارسة في تعلم المهارات الأساسية للأنشطة 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)،"توفل 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(28:22).

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 اثارة 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 معيّنة من اللاّعبين يتميّزون بالسّرعة وحسن التّصرّف والثّقة بالنّفس، و ارتفاع القامة، و قوة عضلات الرّجلين والسّرعة الحركية الفائقة والرّشاقة والتّوافق العصبي العضلي ، و القوة الإنفجارية العالية في الوثب والضّرب والدّقة في الأداء الحركي وتوجيه ضربات إلى نقطة معيّنة بالإضافة إلى الهبوط الصّحيح. و لهذا لا يستطيع جميع اللاّعبين أن يقوموا بأداء مثل هذه المهارات نظرا لاختلاف تكوينهم الجسمي وقدراتهم الحركية ، فيفضّل تدريب جميع أفراد الفريق لأداء هذه المهارة ثمّ اختيار أفضل اللاّعبين للقيام بمهام أدائها أثناء المباريات.(39)

ويرى عصام أحمد الوشاحى (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 فاعليةٌ 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 أعتبارها مهارة هجومية دفاعية مباشرة في نفس الوقت وتكتسب هذه المهارة الاهمية الاكبر في الشوط الحاسم (39).

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

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

ومن خلال عمل الباحث بقسم المناهج وتدريس 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 فى 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 لتدريس المهارات الحركية في التربية الرياضية في الجدول الدراسي يعد أحد الأسباب الرئيسية لأهمية التخطيط في التدريس.(146:30)

وفى حدود ما اطلع علية الباحث من دراسات مرجعية مثل (18)،(19) لم يجد اى منها قد تناولت يهدف البحث الى التعرف على تأثير إستخدام 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 اى من الأنشطة الرياضية المختلفة .

ثانياً: أهمية البحث والحاجة إليه:

1- الارتقاء بمستوى تعلم مهارتى 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 التعليمى والاقبال عليه بنشـــاط موجه والاستمرار في هذا النشاط حتى يتحقق التعلم(211:31)

2- جدولة الممارسة:

أنماط تنظيمية متعددة لتنفيذ التمرين كأصـــغر مكون تعليمي يتم اســـتخدامه داخل الوحدة التعليمية أو التدريبية بغرض تعليم أو تطوير المهارات الحركية. (تعريف أجرائي) .

3- جدولة الممارسة الموزعة:

جدولة التكررات التي تتم ممارســـتها مع مراعاة إعطاء فترات راحة مســـاوية أو أكبر نسبياً من زمن الأداء لتلك التكرارات". (26: 104).

4- جدولة الممارسة المكثفة:

جدولة تمنع فيها فترات الراحة أو تمنح فترات راحة قصيرة بين الممارسة(23: 16).

5- الضرب الساحق:

هو ضـــرب الكرة بإحدى اليدين بقوة لتعديتها بالكامل فوق الشـــبكة 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 أثنين أو ثلاثة لاعبين معا وتكون بمواجهة الشـــبكة 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.(130:14)

سابعاً: خطة وإجراءات البحث:

- منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي لمجموعتين تجريبيتين بإتباع القياس القبلي والبعدى 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 الأساسية	التجريبية الأولى	30	المكثفة	(1:2)	60 طالب
2		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 فى متغيرات النمو قيد البحث:

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

جدول (2)

المتوسط الحسابي والإنحراف المعياري ومعامل الإلتواء والتفلطح

في المتغيرات للعينة قيد البحث (ن=60)

م	المتغيرات		وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الإلتواء	معامل التفلطح
1	متغيرات النمو	السن	سنه	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 للإلتواء= 0.74 ضعف الخطأ المعياري التفلطح= 1.44

يتضـــح من نتائج جدول (2) أن قيمة معامل الالتواء تراوحت ما بين (-0.51: 0.02) وهي أقل من ضعف الخطأ المعياري لمعامل الإلتواء، كما تراوحت قيمة معامل التفلطح ما بين (-1.22: 0.58) وهي أقل من ضـــعف الخطأ المعياري لمعامل التفلطح، مما يشـــير إلى إعتدالية توزيع العينة في متغيرات النمو.

- اعتدالية العينة فى 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 والإنحراف المعياري ومعامل الإلتواء والتفلطح في

المتغيرات البدنية والمهارية للعينة قيد البحث (ن=60)

المتغيرات	م	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الإلتواء	معامل التفلطح	الدلالة
الإختبارات البدنية	1	عدو 30م من بداية متحركة.	ثانية	4.26	0.21	0.11-	0.62	غير دال
	2	ثني 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 المكوكى.	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
الإختبارات 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 للإلتواء= 0.48 ضعف الخطأ المعياري التفلطح= 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 الإلتواء، كما تراوحت قيمة معامل التفلطح ما بين (-2.05: 0.89) وهي أقل من ضعف الخطأ المعياري لمعامل التفلطح، مما يشير إلى إعتدالية توزيع العينة في المتغيرات البدنية و المهارية قيد البحث.

- اعتدالية العينة فى 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 التجريبيتين في محاور دافعية التعلم قيد البحث(ن1+ن2= 60)

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

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

يتضح من جدول (4) عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين التجريبيتين 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 الرستاميتر 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 السنية 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 التردى 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 علي 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 التى 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 (البلوك).	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 ـ 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 والمهارية قيد البحث(ن = 12)

التغير	م	الاختبار	وحدة القياس	المجموعة المميزة		المجموعة غير المميزة		قيمة "ت"
				المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
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	رمى كرة السلة.	متر	27.55	1.82	22.90	2.00	*7.70
الاختبارات المهارية	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 (البلوك).	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 إحصائياً بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في جميع الاختبارات البدنية والمهارية 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 والمهارية 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)

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

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:

– تصـــميم محاور وعبارات المقياس: قام الباحث بالاطلاع على الدراســـات المرتبطة في هذا المجال كما تم الاطلاع على مجموعة من المقاييس التي لها علاقة بدافعية التعلم كما قام الباحث باجراء عدد من المقابلات الشـــخصـــية مع مجموعة من الســـادة الخبراء والمحكمين المتخصصين في مجال المناهج وطرق التدريس وعلم النفس والكرة الطائرة وتوصل الباحث الى أربعة محاور رئيسية للمقياس هي كالتالى:

1– دافع القيم. 2– دافع التوقع. 3– دافع الانفعال. 4– دافع المساهمة أو المشاركة الأجتماعية.

وفى ضـوء هذه المحاور تمت صـياغة مجموعة من العبارات التي لها علاقة بمحاور المقياس وبلغ عددها (70) فقرة.

– صلاحية العبارات:

للحكم على مدى صـــلاحية العبارات المكونة للمقياس قام الباحث بعرض المقياس في صـــورته الأولية على مجموعة من الســادة الخبراء المحكمين في المجالات المتخصـصـة (مناهج وطرق تـدريس وعلم النفس والكرة الطـائرة) ملحق (6) بتـاريخ 2022/3/10م الكترونيـا من خلال تطبيق (google form) وفى ضـوء أراء السـادة الخبراء أرتضـى الباحث جميع العبارات التي حصلت على نسبة موافقة 70% فأكثر وبذلك أصبح المقياس في صورته النهائية يحتوى على 56 عبارة تتضمن أتجاهات إيجابية وسلبية تجاه عملية التعلم .

– تصحيح المقياس:

تتم الإجابة على المقياس وفق التعليمات المذكورة في المقياس وضـمن الميزان الخماســي كما مبين في ملحق (7) وتم حســـاب درجة دافعية الطالب للتعلم على المقياس بإيجاد مجموعة الدرجات التي حصـــل عليها باســـتجابته لكل فقرة إذ حددت أوزان الاختيارات بين (1 الى 5) درجة لكل من الفقرات الإيجابية والعكس بالنســبة للفقرات الســلبية ثم تجمع درجات الاختيارات

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

- المعاملات العلمية للمقياس:

أولاً: الصـــدق: وفى ضـــوء ذلك قام الباحث بتصـــحيح الاســـتجابات ثم تم ترتيبها تنازلياً وتم تقسيمها الى الربيع الأعلى والربيع الادني 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 الادني		قيمة ت	م	الربيع الأعلى		الربيع الادني		قيمة ت
	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	3.69	29	3.88	0.99	2.12	1.62	3.46
2	3.67	0.92	2.33	1.20	3.31	30	3.95	0.84	2.05	1.28	4.64
3	3.58	0.84	2.28	1.62	2.69	31	3.97	0.84	2	1.34	4.66
4	3.91	1.01	2	1.44	3.06	32	3.82	0.82	2.09	1.54	3.71
5	4.11	1.02	2.22	1.32	4.23	33	3.71	0.92	2.14	1.84	3.09
6	3.77	1.12	2.14	1.49	3.19	34	3.95	1.15	2.21	1.63	3.48
7	3.73	0.87	2.39	1.55	2.82	35	3.84	1.12	2.13	1.35	3.97
8	3.77	0.914	2.22	1.62	3.14	36	3.94	1.01	2.12	1.36	4.18
9	3.89	0.82	2.24	1.44	3.72	37	3.06	0.75	2.03	1.58	2.05
10	3.73	0.74	2.30	1.48	3.23	38	3.78	0.88	2.13	1.45	4.16
11	3.49	1.01	2.02	1.28	3.37	39	3.94	0.75	1.99	1.42	4.63
12	3.80	1.04	2.09	1.55	3.43	40	3.85	1.03	2.11	1.49	3.78
13	3.66	1.02	2.01	1.44	3.499	41	3.45	0.93	2.06	1.63	2.85
14	3.97	0.89	2.02	1.35	4.54	42	3.96	0.85	2.13	1.39	4.53
15	3.74	1.01	2.11	1.82	2.93	43	3.83	1.12	2.01	1.35	4.23
16	3.65	1	2.04	1.34	3.60	44	3.92	0.99	2.07	1.53	3.87
17	4	0.75	2.04	1.48	4.42	45	1.68	1.22	3.69	0.75	5.26
18	3.91	0.92	2.12	1.34	4.12	46	3.06	0.75	2.23	1.28	2.11
19	3.85	0.82	2.01	1.62	3.79	47	3.91	0.96	2.31	1.86	2.93
20	3.74	0.94	2.21	1.35	3.48	48	3.44	0.83	2	1.76	2.78
21	3.6	0.92	2.04	1.74	2.96	49	3.394	1.12	2.01	1.54	3.75
22	4.20	1.04	2.21	1.82	3.55	50	3.74	1.03	2.14	1.96	2.69
23	3.82	1.04	2.32	1.62	2.91	51	3.62	0.91	2.12	1.86	2.95
24	3.89	1	2.04	1.75	3.43	52	3.08	0.01	2.02	1.52	2.02
25	3.66	0.92	2	1.34	3.82	53	3.52	0.83	2.12	1.64	3.10
26	3.74	0.84	2.06	1.49	3.67	54	3.85	0.94	2.23	1.24	4.02
27	1.65	1.02	2.66	0.99	2.63	55	3.92	0.83	2.12	1.33	4.56
28	3.66	0.95	2.06	1.54	3.31	56	3.78	0.76	2.11	1.49	3.92

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 الداخلى: وقد تم اجراء الاتساق الداخلى 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 لتلافى 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

يتضـــح 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 احصـائياً ولذلك تم حذفها وفى ضـوء التحليل السـابق تم التوصـل الى المقياس بصـــورته النهائية ملحق (7) وكان 48 عبارة فقط منها (28) عبارة تتضـــمن الاتجاه الايجابى نحو عملية التعلم، (6) عبارات تتضمن الاتجاه السلبى نحو عملية التعلم، كما أن المقياس تكون من أربعة محاور هي كالتالى:

- 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 المســـاهمة: (9، 17، 18، 19، 20، 21، 22، 33، 34، 35، 36، 37، 41، 43).

كما تضـمن المقياس معلومات عن الطالب وتعليمات مهمة ارشـادية ترشـده الى كيفية الإجابة عن العبارات وقد تراوحت درجة المقياس ما بين (48:240).

- استمارات تفريغ البيانات:

قام الباحث بإعداد استمارات لتفريغ 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 (الضـرب السـاحق- حائط الصـد) 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 الحركى والأداء الصحيح للضربة الساحقة.
- أن يعرف الطلاب التسلسل الحركى والأداء الصحيح لحائط الصد الفردي.
- أن يعرف الطلاب بعض النواحى القانونية الخاصة بالمهارات قيد البحث.
- أن يعرف الطلاب معلومات تمكنه من معالجة الأخطاء التى تواجهه.
- أن يعرف الطلاب كيفية تطبيق الأداء الصحيح للمهارات قيد البحث.
- أن يؤدى الطلاب الضربة الساحقة طبقاً لشروط الأداء الصحيح.
- أن يؤدى الطلاب حائط الصد الفردي طبقاً لشروط الأداء الصحيح.
- أنت يميز الطلاب بين صور الأداء الصحيح والخاطئ فى مراحل الأداء للمهارات قيد البحث.
- أن يربط الطلاب بين مراحل الأداء الفنى للمهارات قيد البحث.
- أن يؤدى الطلاب المهارات قيد البحث بإتقان فى مواقف الحقيقة.
- أن يطبق الطلاب مراحل الأداء الفني فى المهارات قيد البحث.
- أن يظهر الطلاب اهتماماً بتعلم المهارات موضوع الدرس.
- أن يبدي الطلاب استعدادهم لأنواع الأنشطة التمهيدية المتضمنة فى 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 فى اطار مبادئ وقيم الممارسة الرياضية الصحيحة.
- أن يبرز الطلاب الفائدة من ممارســـة لعبة الكرة الطائرة عن بقية الالعاب الأخرى التى تمارس.

2- أسس وضع البرنامج التعليمي:

قام الباحث بإتباع بعض الأسس عند إعداد المحتوي 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 مهارتى 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 الإمكانات 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 الآمن 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 مجالي لعبة كرة الطائرة وبناء البرامج التعليمية بإستخدام 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 التعليمى للمجموعتين التجريبيتين

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

يتضـــح من جدول (10) أن مدة البرنامج الذي تم تنفيذه في هذا البحث بلغت (8) أسـابيع ، حيث اشـتمل على (16) محاضـرة، بواقع محاضـرتين تعليميتين أسـبوعياً، على أن يكون زمن الوحدة (120) دقيقة، وبالتالي أصبح الزمن الكلي للبرنامج (1920) دقيقة.

جدول (11)

الشكل التنظيمي والتوزيع الزمني لأجزاء المحاضرة للمجموعتين التجريبيتين

م	أجزاء المحاضرة	أجزاء الدرس	الزمن
1	الجزء التمهيدي	الإحماء والإعداد البدني	18 ق
2	الجزء الرئيسي	الشرح اللفظي للمهارة وأداء النموذج والخطوات التعليمية والتدريبات التطبيقات	90 ق
3	الجزء الختامي	الجزء الختامي(تهدئة)	12 ق
المجموع			120 ق

يتضـــح من جدول (11) أنه تم توزيع زمن المحاضـــرة البالغ (120) دقيقة بواقع (18) دقيقة للإحماء والإعداد البدني من خلال تمرينات متنوعة للعضـــلات العاملة وفقا لنوع المهارة في كل محاضـرة،(90) دقيقة للجزء الرئيســي يشـتمل علي خطوات تعليمية أوتدريبات تطبيقية للمهارة بالإضـافة إلى تغذية راجعة وتصـحيح أخطاء، ثم الختام (12) دقيقة تشـتمل علي أنشـطة تهدئة وإصـدار أحكام تقويمية سـريعة علي نتائج الممارسـة، كما توصـل 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	التكررات	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	28/ 3/2022م	الضرب الساحق
		2	29/ 3/2022م	الضرب الساحق
2	الثاني	3	4/4/ 2022م	الضرب الساحق
		4	5/ 4/ 2022م	الضرب الساحق
3	الثالث	5	11/ 4/ 2022م	الضرب الساحق
		6	12/ 4/ 2022م	الضرب الساحق
4	الرابع	7	18/ 4/ 2022م	الضرب الساحق
		8	19/ 4/ 2022م	الضرب الساحق
5	الخامس	9	25/ 4/ 2022م	حائط الصد
		10	26/4/2022م	حائط الصد
6	السادس	11	5/2/ 2022م	حائط الصد
		12	5/3/ 2022م	حائط الصد
7	السابع	13	9/5/2022م	حائط الصد
		14	10/5/2022م	حائط الصد
8	الثامن	15	16/5/2022م	حائط الصد
		16	17/5/2022م	حائط الصد

يتضح من جدول (13) أن توزيع مهارتى 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 للأختبارات 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 القبلية:

أجريت القياسات القبلية 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 الأثنين الموافق 28 /2022/3م إلى يوم الثلاثاء الموافق 2022/5/17م، بواقع محاضرة أسبوعياً لكل مجموعة (محاضرتين) ووفقاً للترتيب التالي:

– 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 /2022/5م.

- المعالجات الإحصائية:

بعد جمع البيانات وجدولتها تم معالجتها إحصائيا باستخدام استخدام البرنامج الإحصائي Spss (V 20) وفقا للأساليب الإحصائية التالية:

المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري، النسبة المئوية، ، إختبار"ت"، نسبة التحسن.

- عرض ومناقشة النتائج :

– عرض نتائج الفرض الأول: والذى ينص على " 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 ".

جدول (14)

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

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

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 والبعدى 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 والبعدى للمجموعة التجريبية الأولى بأسلوب جدولة الممارسة (المكثف) في مقياس دافعية التعلم في الكرة الطائرة (ن = 30)

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

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 والبعدى 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 إحصائيا بين القياسات القبلية والبعدية لأسلوب جدولة الممارسة (المكثفة) في المتغيرات المهارية ومتغير دافعية التعلم قيد البحث لصالح القياسات البعدية.

ويرجع الباحث الفروق الدالة إحصائيا بين القياسين القبلي والبعدي لمجموعة البحث التجريبية في مقياس دافعية التعلم والمتغيرات المهارية قيد البحث إلى البرنامج التعليمي بإستخدام بأسلوب جدولة الممارسة (المكثفة)، نظرا 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 بإستخدام بتنويعات 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 التعليمى الفعال يؤثر ايجابياً بمجاله الوجدانى والانفعالى في استثارة دوافع الطلاب وقيمهم واتجاهاتهم إذ يشير ماجده السيدعبيد وآخرون (2001م) إلى أن التصميم التعليمى يعطى مجالاً من التأثيرات الانفعالية والوجدانية تشتمل على الأهداف المتعلقة بالعواطف والانفعالات والرغبات والميول والاتجاهات والتثقيف وطرائق التكييف.(71:25)

كما أن المناقشة والحوار وتبادل الآراء والتفاعل بين المدرس والطالب وبين الطلاب وانفسهم ساعد في تبادل الخبرات الامر الذى أدى الى استثارة دافعية التعلم وانعكس ذلك على أدائه في اختبار دافع القيم ودوافع المساهمة وهذا يتفق مع ما أشار اليه سبيتزر دين (1999م) الى ان الانسان اجتماعى بطبعه لا يحب الانعزال فالطالب لديه رغبة في الاتصال والتفاعل مع الاخرين من اقرانه وان استمرارية التفاعل الاجتماعى يزيد من دافعية المتعلم ويحسن التعلم، وهناك فرص متعددة للتفاعل الاجتماعى 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 إستخدام أسلوب جدولة الممارسة بأشكاله المختلفة قد أدى إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبلية والبعدى في المتغيرات المختلفة قيد البحث(البدنية، المهارية، المعرفية، الخططية) لصالح القياسات البعدية.

– الفرض الثاني: والذى ينص على " 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".

جدول (16)

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

م	الاختبارات	وحدة القياس	القياس القبلى		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 إحصائياً عند مستوى (0.05) بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدى 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 والبعدى للمجموعة التجريبية الثانية بأسلوب جدولة الممارسة (الموزعة) في مقياس دافعية التعلم في الكرة الطائرة (ن = 30)

م	محاور المقياس	القياس القبلى		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

يتضح من نتائج جدول (17) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدى 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 إحصائيا بين القياسات القبلية والبعدية لأسلوب جدولة الممارسة (الموزعة) في المتغيرات المهارية ومتغير دافعية التعلم قيد البحث لصالح القياسات البعدية.

في ضوء النتائج التي تم الحصول عليها من جدولي (16)، (17) يتبين وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبلية والبعدية 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 يكستبوا أكبر قدر من المعلومات عن المهارة وكيفية أدائها بصورة صحيحة مما إنعكس 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 حجبت 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.

ويذكر Cheryl A. Coker (2003م) أنه يواجه المتعلم المبتدئ صعوبات في أداء كثير من الحركات، وبناءاً 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 منطقى يبدأمن السهل الى الصعب ومن البسيط الى المركب ينسجم مع طبيعة عمل دافعية التعلم، أذ تعمل دافعية التعلم وفق تنظيم متسلسل ومستمر وعلى هذا الأساس كانت دافعية الطالب متسلسلة ومستمرة وهذا الانسجام اسهم في رفع المستوى التحصيلى لدافعية التعلم، فضلاً عن ان المحتوى التعليمى 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 سبيتزر 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)

– الفرض الثالث: والذى ينص على " 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".

جدول (18)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين البعديين للمجموعتين التجريبيتين بأسلوب جدولة الممارسة (المكثفة والموزعة) في المتغيرات المهارية في الكرة الطائرة (ن1+ن2 = 30)

م	الاختبارات	وحدة القياس	القياس البعدى للمجموعة التجريبية الأولى (المكثفة)		القياس البعدي للمجموعة التجريبية الثانية(الموزعة)		قيمة (ت)
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
1	اختبار دقة الضرب الساحق القطري.	درجة	59.50	5.12	58.50	5.33	*7.24
2	اختبار دقة الضرب الساحق المستقيم.	درجة	6.23	4.12	60.10	4.29	*4.14
3	اختبار مهارة حائط الصد الدفاعي.	درجة	50.47	5.18	50.13	4.87	*3.83
4	اختبار تكرار حائط الصد (البلوك).	زمن	8.13	0.73	*7.97	*0.76	*2.95

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

يتضح من نتائج جدول (18) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) بين متوسطي درجات القياسين البعديين للمجموعتين التجريبيتين 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 التجريبيتين بأسلوب جدولة الممارسة (الموزعة والمكثفة) في مقياس دافعية التعلم في الكرة الطائرة (ن1+ن2 = 30)

م	محاور المقياس	القياس البعدى للمجموعة التجريبية الأولى (المكثفة)		القياس البعدي للمجموعة التجريبية الثانية(الموزعة)		قيمة (ت)
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
1	دافع القيم.	73.88	2.76	60.56	3.65	34.32
2	دافع التوقع.	63.58	1.96	56.90	3.66	45.34
3	دافع الانفعال.	27.19	1.56	23.98	1.47	20.13
4	دافع المساهمة.	67.56	1.63	65.77	2.79	56.66
5	المجموع العام.	232.21	7.91	208.09	11.54	9.79

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 التجريبيتين 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 إحصائيا 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 إحصائيا بين القياسات البعدية للمجموعتين التجريبيتين قيد البحث ولصالح المجموعة الأولى والتي تستخدم شكل أسلوب جدولة الممارسة (المكثفة) حيث يرجع الباحث أسباب الفاعلية والتأثير الإيجابي لهذا الشكل عن الشكل الاخر إلى أن هذا الشكل قد راعى أكثر مبدأ التدرج بالحمل من الشدة المتوسطة أى 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 يكستبوا أكبر قدر من المعلومات عن المهارة وكيفية أدائها بصورة صحيحة مما إنعكس 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 أيضـــاً 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 يصـــيب المتعلم إذا حجبت عنه فترة الراحة، الأمر الذي زاد من عملية التركيز لديهم بشـــكل أفضـــل والذي أنعكس على التعزيز المبكر لإكســـاب المعلومات التي شكلت الأساس السليم لتعلم وتطور الواجبات الحركية نتيجة تكرار المهمات.

وتؤكد أميرة البارودى (2010م)، الى ان التدريب المكثف تتخلله فترات وراحة قليلة وفى بعض الأحيان بدون وقت راحة مما يؤدى الى زيادة فترات التعليم وانه من الواجب على المدرســـين والمدربين تشـــجيع المتعلمين على أداء اكبر عدد ممكن من محاولات التمرين قدر المستطاع (40)

ويذكر Cheryl (2003م) أنه يواجه المتعلم المبتدئ صـــعوبات في أداء كثير من الحركات، وبناءاً على ذلك فمن الواجب ألا تكون الدروس المبكرة معقدة أو صـــعبة، 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 يشـير كل من أبو العلا عبد الفتاح، ومحمد صـبحي حسـانين(1997م) على أن التدرج في مكونات الحمل وعلاقته بفترات الراحة يعدان أكثر العوامل أهمية للإرتفاع بمســـتوى الإنجاز الرياضي وتطويره.(1: 76)

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

كما أن تنظيم محتوى المادة التعليمية وفق تسلسل منطقى يبدأمن السهل الى الصعب ومن البســـيط الى المركب ينســـجم مع طبيعة عمل دافعية التعلم، أذ تعمل دافعية التعلم وفق تنظيم متسـلسـل ومسـتمر وعلى هذا الأسـاس كانت دافعية الطالب متسـلسـلة ومسـتمرة وهذا الانسـجام اسـهم في رفع المسـتوى التحصـيلى لدافعية التعلم، فضـلاً عن ان المحتوى التعليمى

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 سبيتزر 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 التعليمى 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 التعليمى 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 التعليمى 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- أجراء المزيد من الدراسات في تحسين مستوى دافعية التعلم لدى طلاب كليات التربية الرياضية بالجامعات الأخرى.

3- إجراء المزيد من الدراسات بإستخدام أشكال جدولة الممارسة على مجتمعات وعينات أخرى.

4- إجراء المزيد من الدراسات بإستخدام أشكال جدولة الممارسة على ألعاب رياضية أخرى فردية وجماعية.

المـــراجـــع

أولاً : المراجع باللغة العربية :

1- أبو العلا أحمد عبد الفتاح، ومحمد صبحي حسانين(1997م): " فسيولوجيا ومورفولجيا الرياضي وطرق القياس والتقويم"، 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 الاساسية في الكرة الطائرة لتلاميذ المرحلة الاعدادية"، 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 الموتمر الدولي لعلوم الرياضة والصحة ،مارس، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط.

8- خالد فريد عزت (2014م): " تأثير وحدات تعليمية بإستخدام 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 – مينى فولى – خطط أولية – قانون) "، منشأة الشنهابى ، الإسكندرية .

10- زكى محمد حسن (2007م) : " الكرة الطائرة – الجوانب المهارية والخططية" ، منشأة الشنهابى ، الإسكندرية.
11- زكي محمد حسن (2000م) : " الكرة الطائرة – تقنيات حديثة فى التعليم والتدريس" ، ملتقى الفكر ، الإسكندرية 0
12- سبيتزر دين (1999م): الدافعية العامل المهمل في التصميم التعليمى ترجمة محمد محمود الحيلة، مجلة المعلم الطالب، العدد2 ، عمان، الأردن.
13- سعد حماد الجميلي(2002م): " موسوعة الألف تمرين في الكرة الطائرة" , دار زهران للنشر والتوزيع، الأردن.
14- طارق محمد عبدالعزيز ، وأيمن عبده محمد (2006م) : " تأثير برنامج تعليمى باستخدام الحاسب الآلى على المستوى المهارى والتحصيل 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 أسلوبي التمرين المكثف والموزع في 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 الموافي(2006م):" نظريات تطبيقية في الكرة الطائرة"، ط2، مكتبة شجرة الدر، المنصورة.
17- عبد العاطي عبد الفتاح السيد ، خالد محمد زيادة (2003م) : " نظريات تطبيقية في الكرة الطائرة " ، مكتبة شجرة الدر ، المنصورة .
18- عثمان مصطفى عثمان (2001م) : " تأثير استخدام أنماط مختلفة لأسلوب التطبيق بتوجيه الأقران على تعلم بعض المهارات الأساسية في 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 العربي.
21- عفاف عثمان مصطفى (2007م) : "طرق التدريس فى التربية البدنية ،أساليب ، أستراتيجيات ، تقويم " ،منشأة المعارف،الاسكندرية.

22- علي حسنين حسب الله (2000م) : " الكرة الطائرة المعاصرة " ، ط1 ، مكتبة ومطبعه 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- ليلى 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 قفزة اليدين الأمامية على جهاز طاولة القفز في الجمناستيك"، مجلة الرافدين للعلوم الرياضية، المجلد التاسع عشر، العدد 61، جامعة الموصل، العراق.
27- محمد سعد زغلول، محمد لطفي السيد(2001م) : " الأسس الفنية لمهارات الكرة الطائرة للمعلم والمدرب " ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
28- محمد صبحى حسانين (2004م) : " القياس والتقويم فى التربية البدنية والرياضية" ، ط6 ، دار الفكر العربي ، القاهرة 0
29- محمد صبحى حسانين وحمدى 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 بإستخدام أشكال جدولة الممارسة على بعض المهارات الهجومية والدفاعية في كرة اليد المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة المجلد 73، العدد الأول يناير تأثير برنامج تعليمي بإستخدام 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.

40https://journals.ekb.eg/article_75360_8f9e3a9dfb90ed3eff853d6d73f66814.pdf

تأثير إستخدام إستراتيجية المحطات التعليمية المدعمة إلكترونياً على الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل

* أ.م.د/ علا السعيد عليوه فوده

المقدمة ومشكلة البحث:

تعتبر المنظومة التعليمية من أكثر المنظومات تأثرا بالتكنولوجيا فى العصر الحالى فهي تمر بتغيرات وتحديات متعددة ومتنوعة ، فقد ساعدت التكنولوجيا جميع عناصر، ومكونات المنظومة التعليمية من معلم ومتعلم ومادة تعليمية ، وأساليب تعليم ، وأساليب تقويم ، مما فرض عليها ضرورة استيعاب هذه التكنولوجيا ، وإدراك الوعى بإيجابياتها وسلبياتها ، وإعداد خطط وبرامج تستهدف تنمية وعى العاملين بها ، وبما تطرحه هذه التكنولوجيا من مستحدثات ، ودفع جهود البحث والتطوير، وإعادة تشكيل النظم التعليمية بما يتفق مع متطلبات توظيف التكنولوجيا.

ويشير ضياء مطاوع وحسن الخليفة (2015) أن طريقة التدريس تعد من أهم الأركان الرئيسية في تحقيق أهداف العملية التعليمية في المنظومة التعليمية ، لذا أنبثقت العديد من أساليب وطرق التدريس التي تبرز دور المتعلم كمحور أساسي في العملية التعليمية بعد المعلم باستخدام تكنولوجيا التعليم ، وأساليب التدريس الحديثة، وإستعمال النشاطات الذهنية ، والذاتية المختلفة ، والتي تهدف إلى تشجيع الطالب على البحث والتساؤل ، فتجعله قادر على التفكير العلمي مع تفعيل دور الطالب لتحقيق الجودة الشاملة في مخرجات التعليم.(139:9)

والنظم التعليمية فى الآونة الأخيرة تواجه تحدياً كبيراً ، هذا التحدى هو تحسين جودة التعليم الذى تقدمه المؤسسات التعليمية ، لذا كان من الضرورى الإهتمام بالتطوير والتحسين المستمر من خلال تقديم خدمات تعليمية متميزة.(19 : 14)

ويذكر محمود منسى (2015) أن من أهم الإستراتيجيات التي تعتمد على التعلم النشط إستراتيجية المحطات التعليمية ، والذى أسسها دينيس جونز Denise Jonse

* أستاذ مساعد بقسم مسابقات الميدان والمضمار – كلية التربية الرياضية بنات – جامعة الزقازيق.

(1997) ، وهى من الإستراتيجيات التدريسية الحديثة نسبيًا ، والتي تمثل أحد أشكال التنوع والتميز لأساليب وطرق التدريس بل والأنشطة التعليمية المختلفة ، حيث يتحول فيها شكل الفصل عن الشكل التقليدى إلى بعض المحطات التى يطوف حولها المتعلمين وفقاً لنظام محدد ، وتعتبر كل منها محطة تعليمية مزودة بأدوات ومواد تعليمية ، وأوراق عمل لممارسة مهمة تعليمية كنوع من أنواع الأنشطة التعليمية المختلفة والمتنوعة.(142:20)

وتتأسس إستراتيجية المحطات التعليمية على الدور النشط للطلاب في التعلم ، من خلال توزيع الطلاب على شكل مجموعات يقومون بالتجوال على عدد من المحطات بهدف إجراء تجربة عن موضوع ، أو قراءة موضوع في محطة أخرى ، أو تعلم مهارة حركية.(87:25)

ويشير فايز دندش (2019) أن هناك عدة أنواع من المحطات التعليمية منها (المحطة القرائية – المحطة الصورية – المحطة الإلكترونية – المحطة السمعية البصرية – المحطة الإستشارية) ويعتمد تصميمها على طبيعة كل درس ، ويمكن الدمج بين هذه الأنواع المختلفة لتصميم نموذج يتلائم مع طبيعة المتعلمين ، وطبيعة المادة العلمية ، والمهارات اللازم على المتعلمين إتقانها ، بالإضافة إلى الوقت المتاح في كل محطة ، وهناك أسئلة يضعها المعلم ، وينبغي أن يجيب عنها المتعلمون عند تواجدهم في كل محطة.(193:11)

ويضيف شامبر Chamber (2013) أن هناك العديد من مزايا إستراتيجية المحطات التعليمية منها تنوع الأنشطة في المحطات مما يساعد على تفريد التعليم ، ويمكن تدريس عدداً كبيراً من المهارات العملية الأساسية للطلاب في فترة زمنية قصيرة ، وتنمية الثقة بالنفس لديهم ، بالإضافة إلى التشويق والإثارة والمتعة فى التعلم، وتنمية العلاقات الاجتماعية بين الطلاب أنفسهم.(297:26)

ويعرف محمود منسى (2015) المحطات التعليمية بأنها عبارة عن " مجموعة من الأنشطة العلمية المتنوعة التي يضعها المعلم، والتي ينفذها الطلاب دوريا و بالتعاقب على طاولات محددة في الفصل بغية تحقيق أهداف معينة وفق تسلسل زمني يتناسب مع طبيعة الأنشطة المراد تعلمها".(147:20)

ويتفق كل من : جيجنج وآخرون Gigging ,et.al., (2005)، سورد هالتس Soured Halts (2009) على أن الحاسب الآلي يلعب دوراً هاماً في تطوير المناهج الدراسية، حيث أشارت بعض الدراسات إلي أن تحصيل المتعلمين الذين تلقوا تعليماً عن طريق الحاسب الآلي تفوق علي مستوي التعليم التقليدي ، وهذا يعني أن استخدام الحاسب الآلي في التعليم يوفر (23٪) من الوقت، كما أشارت كذلك إلي أن اتجاهات المتعلمين تكون موجبة.

(28: 281)(34: 149)

وبالرغم من إنتشار أجهزة ووسائل تقنيات التعليم بالمدارس والجامعات المصرية إلا أن أسلوب التعلم بالأمر مازال من أكثر الأساليب شيوعاً فى المدارس إلى اليوم، وفيه يقوم المعلم بإيجاد جميع القرارات التي تتعلق بجوانب العملية التعليمية من تخطيط وتنفيذ ، وتقويم ودور المتعلم هو التلقى والأداء.(17: 98)

والرضا الحركي بمفهومه العام يعني رضا الفرد عن حركاته وصفاته الحركية والبدنية، المتعلقة بالمهارة التي يمارسها مما يساعده على تعزيز ثقته بنفسه ، ومن ثم تطوير المستوى لديه من جميع الجوانب سواء كانت نفسية ، بدنية أو حركية ، وبالتالي قدرته على مواجهة مختلف الظروف أثناء التدريب ، والمنافسة الرياضية. (16: 171)

وتتكون مسابقة الوثب الطويل من أربعة مراحل متداخلة تتكامل فيما بينها ، وهى مرحلة الإقتراب ، مرحلة الإرتقاء ، مرحلة الطيران ، مرحلة الهبوط ، ويعتبر الإقتراب والإرتقاء من أكثر المراحل أهمية فى التأثير على مسافة الوثبة حيث يتفق كل من : بسطويسى أحمد (1997)، ستيف روبين Steve Rubin (2000) ، قاسم حسن وإيمان شاكر (2005) على أن الإقتراب فى الوثب الطويل يظهر التحدى الكبير لكل من المدرب والواثب سواء من جهة السرعة التى يجب أن تصبح مثالية حتى يستطيع أن يصل الواثب إلى مرحلة الإرتقاء بأعلى سرعة أفقية ممكنة مع إحتفاظه بوضع جسمه المناسب، وما يتفق ومتطلبات مرحلة الإرتقاء ومن جهة أخرى فإن الدقة يجب أن تصل إلى أعلى مستوى حتى لا يفقد الواثب بقدر الإمكان أى مسافة، ولو قليلة على لوحة الإرتقاء ، ودون حدوث فشل عند أداء المحاولة.

(7: 265 – 281)(35: 484)(15:198)

وتستعرض الباحثة بعض الدراسات العربية والأجنبية التى تشير إلى أهمية إستخدام إستراتيجية المحطات التعليمية فى تعلم المقررات التطبيقية مثل دراسة كل من : فداء أكرم وحامد مصطفى (2010)(12) ، أحمد عبد العزيز وآخرون (2011) (1) ، شامبر Chamber (2013) (26)، إسماعيل عبد زيد وعلى خطيب (2015)(4) ، أحمد محمد (2018)(2)، ايدوحومز وسنتروك Aydogums & Senturk (2019) (24) ومن خلال هذا المسح المرجعى للدراسات العلمية لاحظت الباحثة عدم وجود دراسة علمية – فى حدود علم الباحثة – تناولت التعرف على تأثير إستراتيجية المحطات التعليمية المدعمة إلكترونياً على الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل.

كما لاحظت الباحثة من خلال خبرتها فى مجال تدريس مقرر مسابقات الميدان والمضمار لطالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية بنات – جامعة الزقازيق أن هناك إنخفاضاً ملحوظاً في مستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل ، وقد أرجعت الباحثة ذلك إلى عدة أسباب من أهمها هو أسلوب التدريس المستخدم (أسلوب التعلم بالأمر)، حيث أن هذا الأسلوب التدريسى يعمل على إنخفاض مستوى الرضا الحركى لبعض الطالبات فى العملية التعليمية ، وذلك لأن المعلمة طوال فترة التدريس مشغولة فى شرح طريقة الأداء ، وإصلاح الأخطاء الفنية التى تظهر فى أداء الطالبات ، وقد وجدت الباحثة أنه من الممكن استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة مثل إستراتيجية المحطات التعليمية المدعمة إلكترونياً ، كمحاولة لتحسين مستوى الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل ، بالإضافة إلى مواكبة التطور التكنولوجى والإتجاهات الحديثة فى التدريس ، وهنا يشير هارجروف ونيتفلد Hargrove & Nietfeld (2014) أن الأساليب التقليدية عادة ما تهمل تنمية الجانب الوجدانى مما يؤثر سلبا على مستوى الرضا الحركى للطلبة حيث يكون أداؤهم الفعلي بعيد عن مستوى قدراتهم النفسية وامكاناتهم العقلية، ومن هنا برزت مشكلة هذا البحث فى السعى إلى استخدام الاستراتيجيات النشطة التي تعمل على تحفيز قدرات الطلبة ، وخاصة فيما يتعلق بتحسين مستوى الرضا الحركى. (3:29)

وفى ضـــوء ما تقدم فإن مشـــكلة البحث الحالى تتمثل فى محاولة للتعرف على تأثير إستخدام إستراتيجية المحطات التعليمية المدعمة إلكترونياً علي تحسين الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسـابقة الوثب الطويل لطالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضـية بنات – جامعة الزقازيق.

هدف البحث:

يهدف هذا البحث إلى التعرف على تأثير إســـتخدام إســـتراتيجية المحطات التعليمية المدعمة إلكترونياً علي تحسين الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل لطالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية بنات – جامعة الزقازيق.

فروض البحث:

1- توجد فروق دالة إحصـائياً بين متوسـطات القياسـات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية فى الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل لصالح القياس البعدى.

2- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة فى الرضـا الحركى ومسـتوى الأداء الفنى والرقمى فى مسـابقة الوثب الطويل لصـالح القياس البعدى.

3- توجد فروق دالة إحصـــائياً بين متوســـطات القياســـات البعدية للمجموعتين التجريبية والضـابطة فى الرضـا الحركى ومسـتوى الأداء الفنى والرقمى فى مسـابقة الوثب الطويل لصالح المجموعة التجريبية.

المصطلحات المستخدمة فى البحث:

إستراتيجية المحطات التعليمية Educational Stations Strategy :

هى " طريقة تدريس تتنقل فيها مجموعة صـغيرة من الطلاب عبر سـلسـلة من المحطات مما يسـمح للمعلمين اعتماد وسـائل محدودة تتيح لكل طالب تأدية كل النشـاطات عبر التناوب على المحطات المختلفة".(44:30)

الرضا الحركي :

هو" حصيلة المشاعر الوجدانية التي يشعر بها الفرد نحو نشاط معين، وتعبر عن مدى الإشباع المناسب لحاجات وتحقيق أهدافه التي من أجلها يلتحق بهذا النشاط".(107:3)

الدراسات المرجعية:

وقام شامبر Chamber (2013)(26) بدراسة أستهدفت التعرف على أثر استخدام المحطات التعليمية على التدريب العملي ومستوى التحصيل الدراسي لدى الطلاب ، وأستخدم الباحث المنهج التجريبى على عينة قوامها (49) طالبا ، ومن أهم النتائج : يؤثر إستخدام إستراتيجية المحطات التعليمية تأثيراً إيجابياً على مستوى التحصيل الدراسي لدى الطلاب.

وأجرى إسماعيل عبد زيد وعلى خطيب (2015)(4) دراسة أستهدفت التعرف على تأثير أسلوب محطات التعلم على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية فى كرة القدم ، وأستخدم الباحثان المنهج التجريبى ، وتكونت عينة البحث من عدد (30) طالباً بالفرقة الثانية بقسم التربية الرياضية بكلية التربية الأساسية جامعة المستنصرية ، ومن أهم النتائج : فاعلية إستخدام أسلوب محطات التعلم في تحسين مستوى أداء بعض المهارات الأساسية فى كرة القدم مقارنة بالطريقة المعتادة.

وأجرت هبه الله عيد ورنا جمال (2016)(22) دراسة أستهدفت التعرف على تأثير استخدام الفيديو التفاعلي علي المستوي الرقمي لتلميذات المرحلة الإعدادية في الوثب الطويل ، وأستخدم الباحثتان المنهج التجريبى ، وتكونت عينة البحث من عدد (24) تلميذة من تلميذات الصف الأول الإعدادي، ومن أهم النتائج : تفوق تلميذات المجموعة التجريبية علي المجموعة الضابطة في القياس البعدي في الإختبار المهاري والرقمي في الوثب الطويل.

أجرى جمال الشناوى وصافيناز مصطفي (2017)(8) دراسة أستهدفت التعرف على تأثير إستخدام الكتاب الإلكتروني علي التحصيل المعرفي لتلميذات الصف الأول الإعدادي في بعض مسابقات الميدان والمضمار، واستخدم الباحثين المنهج التجريبى ، وتكونت عينة البحث من عدد (40) تلميذة من تلميذات الصف الأول الإعدادي بمدرسة القناة الإعدادية ومن أهم النتائج : الطالبات يرغبن في التعامل مع الحاسب الآلي وتميل إلي التجديد مما يضفي علي

الموقف التعليمي عامل التشـــويق والمتعة الذي تفتقره الطريقة التقليدية، كما أنه يتم التفاعل مع جميع حواس التلميذه.

وقام أحمد محمد (2018)(2) بدراسة أستهدفت التعرف على تأثير إستخدام أسلوب المحطات على مســتوى أداء بعض مهارات كرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة المتوســطة بدولة الكويت ، وأستخدم الباحث المنهج التجريبى على عينة قوامها (30) تلميذاً بالمرحلة المتوسطة ، ومن أهم النتائج : يؤثر إستخدام أسلوب المحطات تأثير إيجابياً على مستوى أداء بعض مهارات كرة الطائرة.

وأجرى ايدوحومز وســنتروك Aydogums & Senturk (2019) (24) دراســة أستهدفت مقارنة فاعلية استخدام المحطات التعليمية والإستقصاءات التجريبية مع طريقة التدريس التقليدية على التحصيل الدراسي ، وأستخدم الباحثان المنهج التجريبى ، وأشتملت عينة البحث على عدد (60) طالباً فى & تكنولوجيا المعلومات ، ومن أهم النتائج : فاعلية استخدام المحطات التعليمية فى زيادة مستوى التحصيل الدراسي مقارنة بطريقة التدريس التقليدية.

إجراءات البحث:

منهج البحث :

أستخدمت الباحثة المنهج التجريبى بإستخدام التصميم التجريبى لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة بواسطة القياس القبلى والبعدى لكل مجموعة.

مجتمع وعينة البحث:

تم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية بنات – جامعة الزقازيق فى الفصل الدراسى الأول للعام الجامعى 2022/2021، والبالغ عددهن (790) طالبة مستجدة ، وقد أشتملت عينة البحث على عدد (86) طالبة ، وتم إستبعاد عدد (36) طالبة للدراسة الإستطلاعية ، وبذلك أصبحت عينة البحث الأساسية (50) طالبة ، وتم تقسيمهن إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (25) طالبة ، وقد قامت الباحثة بحساب إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث فى معدلات النمو (السن

– الطول – الوزن – الذكاء) ، ومستوى الرضا الحركى ، وبعض القدرات البدنية الخاصة ، ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل ، والجدولين (1)،(2) يوضحان ذلك :

جدول (1)

إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في معدلات النمو (السن

– الطول – الوزن – الذكاء) ومستوى الرضا الحركى ن= 86

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
السن	سنة	18.80	0.96	18.50	0.94
الطول	سم	167.50	8.14	165.00	0.92
الوزن	كجم	71.91	5.66	70.50	0.75
الذكاء	درجة	30.00	29.6	28.50	0.72
الرضا الحركى	درجة	97.50	7.03	96.00	0.64

يتضح من الجدول رقم (1) أن جميع قيم معاملات الالتواء لمعدلات النمو ومستوى الرضا الحركى قيد البحث تراوحت ما بين (0.64: 0.94) أي أنها تنحصر ما بين (±3) مما يشير إلى إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في هذه المتغيرات.

جدول (2)

إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في القدرات البدنية الخاصة

ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل ن= 86

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
القدرة العضلية للرجلين	متر	1.35	0.25	1.28	0.84
عدو 30 متر من البدء المتحرك	ثانية	5.12	0.64	5.01	0.52
التوازن الديناميكى	درجة	64.80	5.91	63.00	0.91
الرشاقة	ث	9.16	0.84	8.92	0.86
مرونة الجذع والفخذ	سم	8.50	3.29	7.50	0.91
مستوى الأداء الفنى فى الوثب الطويل	درجة	2.30	1.16	2.00	0.78
المستوى الرقمى فى الوثب الطويل	متر	2.25	0.85	2.00	0.88

يتضح من الجدول رقم (2) أن جميع قيم معاملات الالتواء للقدرات البدنية الخاصة ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل ، تراوحت ما بين (0.52 – 0.91) أى أنها تنحصر ما بين (±3) مما يشير إلى إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في تلك المتغيرات.

تكافؤ مجموعتى البحث:

قامت الباحثة بإجراء التكافؤ بين مجموعتى البحث التجريبية والضابطة فى المتغيرات (معدلات النمو – الرضا الحركى – القدرات البدنية – مستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل) قيد البحث ، والجدولين (3)،(4) يوضحان ذلك:

جدول (3)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة

فى معدلات النمو والرضا الحركى قيد البحث

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية ن= 25		المجموعة الضابطة ن= 25		قيمة "ت"
		م	ع	م	ع	
السن	سنة	18.50	0.71	18.60	0.63	0.52
الطول	سم	166.00	6.93	165.00	7.01	0.49
الوزن	كجم	70.00	4.75	68.72	5.19	0.89
الذكاء	درجة	29.00	11.5	29.52	5.74	0.33
الرضا الحركى	درجة	96.00	6.43	96.80	6.18	0.44

قيمة "ت" الجدولية مستوى 0.05 = 2.021 * دال عند مستوى 0.05

يتضح من الجدول رقم (3) وجود فروق غير دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 بين المجموعتين التجريبية والضابطة فى معدلات النمو والرضا الحركى قيد البحث مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين فى هذه المتغيرات.

جدول (4)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة فى القدرات البدنية

ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية ن= 25		المجموعة الضابطة ن= 25		قيمة "ت"
		م	ع	م	ع	
القدرة العضلية للرجلين	متر	1.25	0.20	1.30	0.15	0.96
عدو 30 متر من البدء المتحرك	ثانية	5.18	0.41	5.11	0.39	0.61
التوازن الديناميكي	درجة	63.52	5.28	64.20	4.86	0.29
الرشاقة	ث	9.21	0.62	9.16	0.55	0.31
مرونة الجذع والفخذ	سم	7.60	2.51	8.20	2.73	0.79
مستوى الأداء الفني في الوثب الطويل	درجة	1.92	1.02	2.00	1.00	0.27
المستوى الرقمى فى الوثب الطويل	متر	2.20	0.75	2.10	0.69	0.48

قيمة "ت" الجدولية مستوى 0.05 = 2.021 * دال عند مستوى 0.05

يتضح من الجدول رقم (4) وجود فروق غير دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 بين المجموعتين التجريبية والضابطة فى القدرات البدنية الخاصة ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين فى هذه المتغيرات.

أدوات جمع البيانات:

أولاً : الإختبارات البدنية قيد البحث : ملحق (2)

تشير الباحثة أنه تم تحديد القدرات البدنية المرتبطة بمستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل ، والإختبارات البدنية قيد البحث من خلال إستطلاع رأى الخبراء فى مسابقات الميدان والمضمار ملحق (1) فكانت النتيجة كما يلى :

1- إختبار الوثب العريض من الثبات.

2- إختبار العدو 30 متر من البدء المتحرك.

3- إختبار باس Bass المعدل للتوازن الديناميكى.

4- إختبار الجرى الزجزاجى بطريقة بارو 3 × 4.75 متر.

5- إختبار ثنى الجذع من الوقوف.

ثانياً : تقييم مستوى الأداء الفنى فى الوثب الطويل :

تم تقييم مستوى الأداء الفنى فى الوثب الطويل بإستخدام ثلاث محكمات (ملحق 3) ممن لهن خبرة فى تدريس مسابقات الميدان والمضمار لا تقل عن (15) سنة، وكل واحد منهن تعطى درجة واحدة للطالبة ثم يأخذ متوسط الدرجات الثلاث وفقاً لما جاء باستمارة تقييم مستوى الأداء الفنى فى الوثب الطويل (ملحق 3) ، وقد تم تقييم مستوى الأداء الفنى للوثب الطويل من (10) درجات موزعة كما يلى (درجتان لمرحلة الإقتراب – ثلاث درجات لمرحلة الإرتقاء – ثلاث درجات لمرحلة الطيران – درجتان لمرحلة الهبوط).

ثالثاً : قياس المستوى الرقمى فى الوثب الطويل:

قامت الباحثة بقياس المستوى الرقمى فى الوثب الطويل ، طبقاً للقواعد والشروط الخاصة التى حددها قانون الإتحاد الدولي لألعاب القوى، حيث تم قياس مسافة الوثب من أقرب أثر تتركه الطالبة داخل حفرة الوثب حتى لوحة الإرتقاء.

رابعاً : مقياس الرضا الحركي : ملحق (4)

قامت الباحثة بتطبيق مقياس الرضا الحركي الذى صممه آلن ونلسون ، وإقتباس وتعريب محمد حسن علاوى (2002)(16) ، ويتكون من عدد (30) عبارة وتستجيب المختبرة عليها وفق ميزان تقدير خماسى ، ويتم جمع الدرجات التى حددتها المختبرة بالنسبة لجميع عبارات المقياس وكلما قاربت من الدرجة العظمى وقدرها (150) درجة كلما دل ذلك على زيادة الرضا الحركى للمختبرة.

خامساً : إختبار الذكاء العالى إعداد / السيد محمد خيرى (2005)(5) : ملحق (5)

يهدف هذا الإختبار إلى قياس الذكاء العالى فهو يقيس القدرة على الحكم والإستنتاج خلال ثلاث أنواع من المواقف: مواقف لفظية, مواقف عددية, مواقف تتناول الأشكال المرسومة, ويصلح هذا الإختبار لقياس الذكاء للمستويات التعليمية الجامعية.

سادساً : الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

- جهاز الرستامير لقياس الطول الكلى للجسم.
- ميزان طبي معاير لقياس الوزن.
- أجهزة هاتف محمول وشبكة إنترنت.
- ساعة إيقاف.
- شريط قياس.
- ميدان وثب بأدواته المختلفة.

المعاملات العلمية (الصدق – الثبات) للإختبارات قيد البحث:

أولاً: معامل الصدق :

أستخدمت الباحثة صدق التمايز، وذلك لإيجاد معامل صدق الإختبارات البدنية ، ومقياس الرضا الحركى ، وإختبار الذكاء العالى قيد البحث على عينة قوامها (36) طالبة من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية ، وتم ترتيب الدرجات تنازلياً وتقسيمها إلى أرباعيات وحساب

دلالة الفروق بين درجات الأرباعيين الأعلى والأدنى في الإختبارات قيد البحث ، والجدول رقم (5) يوضح ذلك.

جدول (5)

دلالة الفروق بين درجات الأرباعيين الأعلى

والأدنى في الإختبارات قيد البحث

الإختبارات	وحدة القياس	الأرباعي الأعلى ن = 9		الأرباعي الأدنى ن = 9		قيمة "ت"
		م	ع	م	ع	
القدرة العضلية للرجلين	متر	1.35	0.05	1.15	0.10	*5.06
عدو 30 متر من البدء المتحرك	ثانية	4.81	0.29	5.24	0.32	*2.81
التوازن الديناميكي	درجة	67.56	3.17	62.00	3.66	*3.25
الرشاقة	ث	8.88	0.26	9.29	0.34	*2.72
مرونة الجذع والفخذ	سم	11.44	2.14	7.00	2.38	*3.93
الرضا الحركي	درجة	101.33	3.82	95.00	5.14	*2.81
الذكاء العالى	درجة	32.00	2.16	29.00	2.39	*2.63

قيمة " ت " الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.120 * دال عند مستوى 0.05

يتضح من الجدول رقم (5) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 بين درجات الأرباعيين الأعلى والأدنى في الإختبارات قيد البحث لصالح الأرباعي الأعلى مما يشير إلى صدق الإختبارات قيد البحث.

ثانياً: معامل الثبات:

تم حساب معامل الثبات بإستخدام طريقة تطبيق الإختبار ثم إعادته مرة أخرى ، وذلك عن طريق تطبيق الإختبارات قيد البحث على أفراد العينة الاستطلاعية، ثم إعادة التطبيق على نفس العينة بفاصل زمنى قدره يومان للإختبارات البدنية ، وبفاصل زمنى قدره (10) أيام بالنسبة لمقياس الرضا الحركى وإختبار الذكاء العالى ، وذلك فى الفترة من 2021/10/17 وحتى 2021/10/27 ، وتم حساب معامل الارتباط بين نتائج التطبيقين الأول والثانى ، والجدول رقم (6) يوضح ذلك.

جدول (6)

معامل الثبات للإختبارات قيد البحث ن=36

المتغيرات	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل الثبات
		م	ع	م	ع	
القدرة العضلية للرجلين	متر	1.25	0.10	1.30	0.05	*0.691
عدو 30 متر من البدء المتحرك	ثانية	5.11	0.34	5.04	0.31	*0.666
التوازن الديناميكى	درجة	63.50	3.91	64.81	3.85	*0.583
الرشاقة	ث	9.14	0.45	9.11	0.39	*0.702
مرونة الجذع والفخذ	سم	8.00	2.83	8.69	2.52	*0.597
الرضا الحركي	درجة	97.00	4.16	98.19	4.44	*0.544
الذكاء العالى	درجة	29.80	3.72	30.50	3.16	*0.528

قيمة " ر " الجدولية عند مستوى 0.05 = 0.319 * دال عند مستوى 0.05

يتضح من الجدول (6) وجود إرتباط دال إحصائياً عند مستوى 0.05 بين التطبيقيين الأول والثانى للاختبارات قيد البحث مما يشير إلى ثبات الاختبارات قيد البحث.

البرنامج التعليمى بإستخدام المحطات التعليمية :

أولاً: الهدف العام للبرنامج التعليمى:

1- تعلم وإتقان مسابقة الوثب الطويل وتحسين مستوى الرضا الحركى لطالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية بنات – جامعة الزقازيق ، وتم تقسيم الهدف من البرنامج إلى ثلاثة أهداف طبقا لجوانب التعلم وتتمثل فيما يلى :

أ – الأهداف المعرفية :

1- أن تتعرف الطالبة على مراحل الأداء الفني لمسابقة الوثب الطويل.

2- أن تفرق الطالبة بين الأداء الصحيح والخاطئ لمسابقة الوثب الطويل.

3- أن تتعرف الطالبة على بعض النواحى القانونية لمسابقة الوثب الطويل.

ب- الأهداف المهارية :

1- أن تؤدى الطالبة بإتقان مسابقة الوثب الطويل.

2- أن تحقق الطالبة أطول مسافة فى الوثب الطويل وفقا لشروط الأداء الصحيح.

ج- الأهداف الوجدانية :

1- أن تشعر الطالبة بالرضا الحركى أثناء تعلم الوثب الطويل.

2- أن تُقبل الطالبة على تعلم الوثب الطويل بسعادة نتيجة استخدام المحطات التعليمية المدعمة إلكترونياً.

3- أن تشارك الطالبة بايجابية وتتخلى عن السلبية.

ثانياً: محتوى البرنامج التعليمى:

أستخدمت الباحثة نموذج التصميم التعليمى ADDIE عند وضع محتوى البرنامج التعليمى باستخدام المحطات التعليمية المدعمة إلكترونياً وكانت مراحل النموذج :

- التحليل Analysis.
- التصميم Design.
- التطوير Development.
- التطبيق Implementation.
- التقويم Evaluation.

المرحلة الأولى : التحليل Analysis :

تضمنت هذه المرحلة الخطوات الآتية:

1- تحليل خصائص الطالبات : تم تحليل خصائص طالبات الفرقة الأولى بالكلية حيث تراوح أعمارهن ما بين (18.40-19.20) سنة ، وتم التأكد من تجانس أفراد عينة البحث.

2- تحديد الهدف العام : تم تحديد الهدف العام من استخدام إستراتيجية المحطات التعليمية المدعمة إلكترونياً، وهو تعليم مسابقة الوثب الطويل وتحسين مستوى الرضا الحركى.

3- تحليل متطلبات بيئة التدريس : تم في هذه الخطوة تحديد متطلبات بيئة التدريس توفير مجموعة من أجهزة هاتف محمول وشبكة إنترنت ، ومجموعة من الصور التوضيحية لمراحل الأداء الفنى لمسابقة الوثب الطويل بالإضافة إلى الأدوات المستخدمة فى التعلم.

4- تحليل المحتوى التعليمي : تم في هذه الخطوة مسح مرجعى للخطوات التعليمية ومراحل الأداء الفنى لمسابقة الوثب الطويل ، وذلك من المراجع العلمية المتخصصة فى مسابقات الميدان والمضمار (7)(14)(15)(22) وقد أسفر ذلك على التعرف على الخطوات التعليمية، ومراحل الأداء الفنى للوثب الطويل ، ودرجة الأهمية لكل خطوة تعليمية حتى يمكن ترتيبها من البسيط إلى المركب.

المرحلة الثانية التصميم Design :

قامت الباحثة بإتباع خطوات إعداد إستراتيجية المحطات التعليمية المدعمة إلكترونياً كما يلى:

- تحديد أهداف الموضوع المراد بناء المحطات التعليمية فيه.
- إعداد الأدوات والإمكانات اللازمة لتنفيذ البرنامج التعليمى ، مثل الصور التوضيحية ولقطات الفيديو ، ملفات word, pdf ، والأجهزة ، وغيرها من الوسائل ، والتأكد من صلاحيتها للإستخدام لضمان الاستفادة منها بشكل تام.
- تم إعداد محتوى المحطات التعليمية بحيث تكون بسيطة وواضحة بقدر الإمكان ،ومراعاة الفروق الفردية بين الطالبات.
- تم اختيار ثلاث محطات تعليمية (محطة الصور التوضيحية – محطة لقطات الفيديو التعليمية – المحطة الإلكترونية الإثرائية) في تعلم مسابقة الوثب الطويل.
- تم تقسيم طالبات المجموعة التجريبية عشوائياً إلى (5) مجموعات بالاعتماد على نتائج الاختبار القبلي بحيث تضم كل مجموعة عدد (5) طالبات.

المرحلة الثالثة : التطوير Development :

وهي مرحلة الإنتاج الفعلي حيث قامت الباحثة بتصميم المحطات الثلاثة وتجهيزها حيث تم وضع محتوى الوحدات التعليمية لمسابقة الوثب الطويل ، وتقسيمها إلى عدد (6) وحدات ، بواقع وحدة تعليمية فى الأسبوع الواحد ، وقد تم إستخدام البرنامج التعليمى المقترح مع المجموعة التجريبية ، كما تم إستخدام أسلوب التعلم بالأمر مع المجموعة الضابطة.

المرحلة الرابعة : التطبيق Implementation :

قبل تطبيق محتوى البرنامج التعليمى المقترح تم عرضه على عدد (5) أساتذة طرق التدريس ومسابقات الميدان والمضمار بكليات التربية الرياضية ملحق (6) حيث أتفقوا على محتوى البرنامج التعليمى ، ومناسبته للعينة وجاءت موافقتهم بنسبة مئوية قدرها (100%).

كما حددت الباحثة دور كل طالبة فى المحطات التعليمية (محطة الصور التوضيحية – محطة لقطات الفيديو التعليمية – المحطة الإلكترونية الإثرائية) كما يلى :

محطة الصور التوضيحية: وفى هذه المحطة يتم إرسال مجموعة من الصور التوضيحية أو الحصول عليها مباشرة من الإنترنت وتقوم الطالبات بمشاهدتها للخطوات التعليمية ومراحل الأداء الفنى لمسابقة الوثب الطويل لمدة (5) دقائق ، ومناقشة ما تم مشاهدته مع الباحثة ثم تنفيذ ما تم مشاهدته لمدة (10) دقائق وتتميز هذه المحطة بإعطاء القائم بالتدريس فرصة لعرض أكبر عدد ممكن من الصور المتاحة عبر شبكة الإنترنت دون تكلفة، فتساعد الطالبات علي تقريب المفاهيم العلمية المجردة والخبرات المحسوسة إلي أذهانهن.

محطة لقطات الفيديو التعليمية: وفى هذه المحطة يتم توجيه الطالبات قامت لمشاهدة لقطات الفيديو للخطوات التعليمية ومراحل الأداء الفنى لمسابقة الوثب الطويل لمدة (5) دقائق وتنفيذ ما تم مشاهدته لمدة (10) دقائق.

المحطة الإلكترونية الإثرائية : وفي هذه المحطة توجه الباحثة الطالبات لإستخدام الهاتف المحمول لمطالعة ملفات word, pdf لكل درس المُعده مسبقاً من قبل الباحثة لمدة (5) دقائق ، ومناقشة ما تم قراءته مع الباحثة، ثم تقوم الطالبات بتنفيذ ما تم مشاهدته لمدة (25) دقيقة.

المرحلة الخامسة التقويم Evaluation : وفى هذه المرحلة تم تقويم أداء طالبات المجموعة التجريبية فى مسابقة الوثب الطويل للتأكد من أن العمل داخل المحطات يؤدى بصورة جيدة، وإلتزام كل طالبة بدورها داخل المحطات التعليمية.

إجراءات تطبيق المحطات التعليمية المدعمة إلكترونياً خلال تطبيق البحث:

- تهيئ الباحثة للدرس وتوجيه الطالبات لإستخدام الهاتف المحمول وشبكة الإنترنت.
- تقسيم الطالبات إلي مجموعات عمل غير متجانسة.
- تشرح الباحثة للطالبات طبيعة عمل المحطات التعليمية المدعمة إلكترونياً، وتحديد الزمن اللازم الخاصة بكل محطة.
- يسمح للطالبات بالبدء معاً وفي وقت واحد في المحطة الأولي ثم مناقشته ما تم الإطلاع علية ومشاهدته والإنتقال لتنفيذه وتقديم التغذية الراجعة وهكذا حتي يتم الإنتهاء من باقي المحطات. والجدول رقم (7) يوضح دور الباحثة والطالبات خلال تطبيق المحطات التعليمية المدعمة إلكترونياً

جدول (7)

دور الباحثة والطالبة أثناء تطبيق المحطات التعليمية المدعمة إلكترونياً

المحطات التعليمية المدعمة إلكترونياً	دور الباحثة	دور الطالبة
محطة الصور التوضيحية	- تجهيز مجموعة من الصور الإلكترونية وترسلها للطالبات. - تثعد أسئلة حول محتوي الصور لمناقشتها مع الطالبات. - تسمح للطالبات بالإطلاع علي الصور بإستخدام الهاتف المحمول وشبكة الإنترنت. - تطلب من الطالبات الإجابة عن الأسئلة المعدة مُسبقاً، مناقشة إجابات الطالبات وتقديم تغذية راجعة. - تُشجع الطالبات علي تأدية المهام الموكلة إليهن. - تسمح للطالبات بالإنتقال للمحطة التالية.	- الإطلاع علي الصور بإستخدام الهاتف المحمول وشبكة الإنترنت. - تتفاعل مع الطالبات والباحثة أثناء إجراء المناقشة. - تنفيذ ما تم الإطلاع عليه ومشاهدته.
محطة لقطات الفيديو التعليمية	- تجهيز الفيديوهات الخاصة (الأداء الفني – المراحل الفنية –الخطوات التعليمة) ورفعها علي شبكة الإنترنت. - تُعد أسئلة حول محتوي الفيديوهات التعليمية. - تسمح للطالبات بتشغيل الفيديو. - تطلب من الطالبات الإجابة عن الأسئلة المعدة مُسبقاً مناقشة إجابات الطالبات وتقديم تغذية راجعة. - تُشجع الطالبات علي تأدية المهام الموكلة إليهن. - تسمح للطالبات بالإنتقال للمحطة التالية.	- الإطلاع علي الفيديوهات بإستخدام الهاتف المحمول وشبكة الإنترنت. - تتفاعل مع الطالبات والباحثة أثناء إجراء المناقشة. - تنفيذ ما تم الإطلاع عليه ومشاهدته.
المحطة الإلكترونية الإثرائية	- تستعين بأحد مصادر التعليم التي تتناول محتوي الدرس وتحويلها بشكل إلكتروني لملفات word, pdf. - تُرشد الطالبات إلي قراءة المحتوي بإستخدام الهاتف المحمول وشبكة الإنترنت. - تُعد بعض الأسئلة المرتبطة بالمادة المقروءة التي قامت بتحديدها، مناقشة إجابات الطالبات وتقديم تغذية راجعة. - تُشجع الطالبات علي تأدية المهام الموكلة إليهن.	- تقرأ بعناية محتوي المادة القرائية المجهزة من قبل الباحثة. - تتفاعل مع الطالبات والباحثة أثناء إجراء المناقشة. - تنفيذ ما تم الإطلاع عليه ومشاهدته.

رابعاً: التوزيع الزمنى لمحتوى البرنامج التعليمى:

تم تحديد المدة الزمنية للبرنامج بـ (6) أسابيع ، ويتضمن كل أسبوع وحدة تعليمية والمدة الزمنية للوحدة التعليمية (90) دقيقة مقسمة على النحو التالى:

- الإحماء والإعداد البدني (25) دقيقة

- الجزء التعليمي التطبيقى (60) دقيقة
- الختام (5) دقائق

القياسات القبلية:

قامت الباحثة بإجراء القياسات القبلية لأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة فى الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل فى الفترة من 2021/10/28 وحتى 2021/10/31.

تطبيق البرنامج التعليمى المقترح:

تم تنفيذ البرنامج التعليمى بإستخدام إستراتيجية المحطات التعليمية المدعمة إلكترونياً ملحق (7) على أفراد المجموعة التجريبية خلال الفترة من 2021/11/2 وحتى 2021/12/13, لمدة (6) أسابيع أشتملت على (6) وحدات تعليمية بواقع وحدة تعليمية فى الأسبوع الواحد بينما تم التدريس للمجموعة الضابطة بأسلوب التعلم بالأمر ملحق (8).

القياسات البعدية :

تم إجراء القياسات البعدية لمجموعتى البحث (التجريبية – الضابطة) فى الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل فى الفترة من 2021/12/14 إلى 2021/12/16 بنفس ترتيب وشروط القياسات القبلية.

الأساليب الاحصائية قيد البحث :

لمعالجة البيانات إحصائياً قامت الباحثة باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابى.
- الإنحراف المعيارى.
- الوسيط.
- معامل الإلتواء.
- معامل الإرتباط البسيط.
- إختبار "ت".
- نسب التحسن %.

عرض ومناقشة النتائج:

أولاً: عرض النتائج :

جدول (8)

دلالة الفروق بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل ن = 25

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		قيمة "ت"
		م	ع	م	ع	
الرضا الحركى	درجة	96.00	6.43	103.20	5.91	*4.62
مستوى الأداء الفنى فى الوثب الطويل	درجة	1.92	1.02	9.00	0.93	*22.15
المستوى الرقمى فى الوثب الطويل	متر	2.20	0.75	3.80	0.47	*8.34

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.064 * دال عند مستوى 0.05

يتضـــح من الجدول رقم (8) وجود فروق دالة إحصـــائياً عند مســـتوى 0.05 بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل لصالح القياس البعدى.

جدول (9)

دلالة الفروق بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل ن = 25

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		قيمة "ت"
		م	ع	م	ع	
الرضا الحركى	درجة	96.80	6.18	98.00	5.41	0.73
مستوى الأداء الفنى فى الوثب الطويل	درجة	2.00	1.00	8.00	1.13	*19.51
المستوى الرقمى فى الوثب الطويل	متر	2.10	0.69	3.25	0.40	*6.28

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.064 * دال عند مستوى 0.05

يتضـــح من الجدول رقم (9) وجود فروق دالة إحصـــائياً عند مســـتوى 0.05 بين القياســين القبلى والبعدى للمجموعة الضــابطة فى مســتوى الأداء الفنى والرقمى فى مســابقة الوثب الطويل لصالح القياس البعدى فى حين لا توجد فروق دالة إحصائياً فى الرضا الحركى.

جدول (10)

دلالة الفروق بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة فى الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية ن=25		المجموعة الضابطة ن=25		قيمة "ت"
		م	ع	م	ع	
الرضا الحركي	درجة	103.20	5.91	98.00	5.41	*3.17
مستوى الأداء الفني في الوثب الطويل	درجة	9.00	0.93	8.00	1.13	*3.36
المستوى الرقمى فى الوثب الطويل	متر	3.80	0.47	3.25	0.40	*4.37

قيمة "ت" الجدولية مستوى 0.05 = 2.021 * دال عند مستوى 0.05

يتضـــح من الجدول رقم (10) وجود فروق دالة إحصـــائياً عند مســـتوى 0.05 بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة فى الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل لصالح المجموعة التجريبية.

جدول (11)

نسب تحسن القياس البعدى عن القبلى للمجموعتين التجريبية والضابطة فى الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل

المتغيرات	المجموعة التجريبية ن =25			المجموعة الضابطة		ن=25
	قبلي	بعدي	نسب التحسن	قبلي	بعدي	نسب التحسن
الرضا الحركي	96.00	103.20	%7.50	96.80	98.00	%1.24
مستوى الأداء الفنى فى الوثب الطويل	1.92	9.00	%368.75	2.00	8.00	%300.00
المستوى الرقمى فى الوثب الطويل	2.20	3.80	%72.73	2.10	3.25	%54.76

يتضـــح من الجدول رقم (11) تفوق أفراد المجموعة التجريبية على أفراد المجموعة الضابطة فى نسب تحسن القياس البعدى عن القبلى فى الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل.

ثانياً: مناقشة النتائج:

أ- مناقشة نتائج الفرض الأول:

أظهرت نتائج الجدول رقم (8) وجود فروق دالة إحصـــائياً عند مســـتوى 0.05 بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل لصالح القياس البعدى.

وترجع الباحثة التحسن فى الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل لأفراد المجموعة التجريبية إلى فاعلية البرنامج التعليمى بإستخدام إستراتيجية المحطات التعليمية المدعمة إلكترونياً ، والتى أتاحت للطالبات فرصة للتنقل ، والتفاعل مع محتوى المحطات التعليمية الثلاثة كإستراتيجية تدريسية شاملة خلقت نوع من الإهتمام والتشويق لدى الطالبات لتعلم مسابقة الوثب الطويل ، وتراعى الفروق الفردية ، وهو ما يفتقده كثير من الأساليب التدريسية الأخرى ، كما أن هذه الإستراتيجية تهدف إلى جعل الطالبة تتعلم من خلال الإعتماد على نفسها ، وكذلك جهدها الذاتى بالإضافة إلى تنمية القدرة على النقد والتحليل والمقارنة لدى الطالبة من خلال المحطات التعليمية المتنوعة ، والمتعددة التى تتضمنها إستراتيجية المحطات التعليمية مما أثر إيجابياً على الرضا الحركى ، وأتاحت الفرصة للطالبات بالمشاركة الإيجابية الفعالة فى المحطات التعليمية ، وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه كل من : إدجر Ediger (2011)(27) ، جودسون Judson (2019)(31) أن إستخدام إستراتيجية المحطات التعليمية يؤدى إلى تنويع التدريس بما يراعى الفروق الفردية بين المتعلمين لمواجهة التباين في حاجات المتعلمين ، وهو مفيد لإتقان المهارات الأدائية ، وزيادة دافعية التعلم لدى المتعلمين ، ومفيد كذلك لمراعاة حاجات المتعلمين ، وذلك من خلال العمل بشكل مستقل وفقا لتفضيلاتهم ، والعمل فى مجموعات تنافسية وتعاونية.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من: فداء أكرم وحامد مصطفى (2010)(12) ، أحمد عبد العزيز وآخرون (2011) (1) ، شامبر Chamber (2013) (26)، إسماعيل عبد زيد وعلى خطيب (2015)(4) ، أحمد محمد (2018)(2) على أهمية إستخدام إستراتيجية المحطات التعليمية المدعمة إلكترونياً فى تحسين الجوانب المعرفية والأدائية للمتعلمين.

ويضيف مكاسي وآخرون Makasci, et.al., (2006) (32) أن التعلم باستخدام البرمجيات التعليمية ووسائل تكنولوجيا التعليم كان أكثر فاعلية من الطرق التقليدية فى كل المهام النظرية والتطبيقية.

وبذلك يتحقق صحة فرض البحث الأول والذى ينص على:" توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية فى الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل لصالح القياس البعدى".

ب- مناقشة نتائج الفرض الثانى :

أشارت نتائج الجدول رقم (9) إلى وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى مستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل لصالح القياس البعدى فى حين لا توجد فروق دالة إحصائياً فى الرضا الحركى.

وترجع الباحثة التحسن في مستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل لدى أفراد المجموعة الضابطة إلى التأثير الإيجابى لاستخدام الطريقة المعتادة (التعلم بالأمر) في التعليم والمتمثلة في الشرح اللفظى ، وإعطاء فكرة واضحة عن كيفية الأداء الصحيح ، وكذلك عمل نموذج لمراحل أداء مسابقة الوثب الطويل بواسطة المعلمة ، ثم تقديم مجموعة من التدريبات المتدرجة من السهل إلى الصعب، ومن البسيط إلى المركب ثم تأتي الممارسة والتكرار من جهة الطالبات ، ثم التغذية الراجعة من جانب المعلمة وتصحيح الأخطاء ، وهذا أتاح للطالبة فرصة لتعلم وإتقان مسابقة الوثب الطويل.

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه كل من : مارتن ولومسدين Martin & lumsden (2003)(33)، وفيقة مصطفى سالم (2007)(23)، مهدى محمود سالم (2014) (21) على أن الطريقة التقليدية فى التعليم تعود عليها المتعلمين خلال مراحل التعليم المختلفة، ومن خلالها يسهل عليهم تحصيل المهارات الحركية لقيام المعلم بهذه المهمة ، وفيها يتم تعديل سلوك المتعلم بالممارسة والتمرين حتى يحدث التكيف فى المواقف الجديدة.

كما تعزى الباحثة حدوث تحسن بسيط دال إحصائياً فى الرضا الحركى لدى أفراد المجموعة الضابطة إلى إستخدام الطريقة المعتادة فى التدريس، والقائمة على قيام الطالبة بأداء ما تشاهده ، وتسمعه من المعلمة ، وعدم تنوع أساليب التدريس وطرق عرض المهارة ، الأمر الذى أثر بالسلب على مستوى الرضا الحركى لدى طالبات المجموعة الضابطة نتيجة الملل والفتور خلال تنفيذ الدرس.

وبذلك يتحقق صـــحة فرض البحث الثانى جزئياً والذى ينص على:" توجد فروق دالة إحصـائياً بين متوسـطات القياسـات القبلية والبعدية للمجموعة الضـابطة فى الرضـا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل لصالح القياس البعدى".

ج- مناقشة نتائج الفرض الثالث:

أشارت نتائج الجدول رقم (10) إلى وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة فى الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل لصالح المجموعة التجريبية.

وترجع الباحثة هذه النتيجة إلى فاعلية البرنامج التعليمى بإســـتخدام إســـتراتيجية المحطات التعليمية المدعمة إلكترونياً حيث أنه يتميز بتعدد وبتنوع التدريس من خلال المحطات المتنوعة ، والتى أشـتملت على عرض مسـابقة الوثب الطويل باسـتخدام الصـور التوضـيحية ولقطات الفيديو التعليمية ملفات word, pdf لتوضـيح مراحل الأداء الفنى ، وتقسيم المهارة إلى مراحل فنية سهلة التعلم مما ساعدت الطالبات على إتقان مسابقة الوثب الطويل مما كان له الأثر الفعال فى تحســين الرضــا الحركى من خلال المشــاركة الإيجابية للطالبات ، بينما أكتفت المجموعة الضابطة بتعلم المهارة من خلال الشرح اللفظى ، ومشاهدة النموذج العملى لمسـابقة الوثب الطويل الأمر الذى أسـهم فى تفوق أفراد المجموعة التجريبية على أفراد المجموعة الضـابطة فى الرضـا الحركى ومسـتوى الأداء الفنى والرقمى فى مسـابقة الوثب الطويل ، وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه : ايدوحومز وسنتروك Aydogums & Senturk (2019) (24) أن عرض المهارات الحركية فى صـورة محطات تعليمية متباينة من خلال تنوع العرض تمكن المتعلم من تحســين الرضــا الحركى ، وبالتالى تطوير الأداء الفردى والإستجابة للأداء ، والتحكم فى كل جزء من أجزاء المهارات الآدائية.

كما تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسـة كل من: أحمد عبد العزيز وآخرون (2011) (1) ، إســماعيل عبد زيد وعلى خطيب (2015)(4) ، أحمد محمد (2018)(2) على فاعلية إســـتراتيجية المحطات التعليمية المدعمة إلكترونياً في تحســـين الجوانب المعرفية والأدائية للمتعلمين مقارنة بأسلوب التعلم بالأمر.

وأســـفرت نتائج الجدول رقم (11) عن تفوق أفراد المجموعة التجريبية على أفراد المجموعة الضابطة فى نسب تحسن القياس البعدى عن القبلى فى الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل.

وترجع الباحثة هذا التفوق إلى فاعلية إســـتراتيجية المحطات التعليمية المدعمة إلكترونياً، والتى وفرت للطالبات فرص للتنقل بينها ، حيث توفر لهن فرص للنقاش وتبادل الأفكار ، ومشاهدة النماذج الجيدة من خلال محطة الصور التوضيحية، محطة لقطات الفيديو التعليمية، والمحطة الإلكترونية الإثرائية مما أدى إلى حماس كبير لدى الطالبات للدراسة بهذه الإستراتيجية ، فزادت درجة الرضا الحركى عن الأداء ، وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه كل من : أمين الخولى وضـــياء الدين محمد (2009) (6)، فوزى الشـــربينى وعفت الطناوى (2011)(13)، عقيل رفاعى (2012)(10) أن إســـتراتيجية المحطات التعليمية تحتوى على عدة دعائم تعليمية ما بين صـــورة توضـــيحية ولقطات فيديو تعليمية، وملفات word, pdf إلكترونية تجعل التعليم ممتعاً بالإضافة إلى أساليب تقويم مرحلية ، ونهائية مما يجعل استخدام هذا النظام له قبولاً لدى العديد من الهيئات التربوية ، والمؤسسات التعليمية لأنه يحقق مستوى يفوق الأنظمة التقليدية الأخرى ، كما تتميز إســـتراتيجية المحطات التعليمية بالمرونة لكل من المعلم والمتعلم فيمكن تنظيم موضـوعاً واحداً بأكثر من شـكل أو تصـميم كما يمكن تغيير دور المعلم من موجه ومرشد إلي قائد للعملية التعليمية طبقاً للمهام التعليمية بما يسمح من مراعاة الفروق الفردية.

وبذلك يتحقق صحة فرض البحث الثالث والذى ينص على" توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة فى الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل لصالح المجموعة التجريبية".

الإستخلاصات:

فى ضوء نتائج البحث وأهدافه وفروضه، وفى حدود عينة البحث، تمكنت الباحثة من التوصل إلى الإستخلاصات التالية:

1- يؤثر إستخدام إستراتيجية المحطات التعليمية المدعمة إلكترونياً تأثيراً إيجابياً دال إحصائياً عند مستوى (0.05) على الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل لطالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية بنات – جامعة الزقازيق.

2- يؤثر أسلوب التعلم بالأمر تأثيراً إيجابياً دال إحصائياً عند مستوى (0.05) على مستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل فى حين لا يؤثر إيجابياً بدلالة إحصائية على الرضا الحركى لطالبات الفرقة الأولى بالكلية.

3- زيادة فاعلية إستراتيجية المحطات التعليمية المدعمة إلكترونياً فى التدريس عن أسلوب التعلم بالأمر فى التأثير إيجابياً على الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل.

4- تفوق أفراد المجموعة التجريبية على أفراد المجموعة الضابطة فى نسب تحسن القياس البعدى عن القبلى فى الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل.

التوصيات:

بناءً على ما جاء بالإستخلاصات وفى حدود عينة البحث توصى الباحثة بما يلى:

1- إستخدام إستراتيجية المحطات التعليمية المدعمة إلكترونياً لتحسين الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل لطالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية بنات – جامعة الزقازيق.

2- عقد دورات تدريبية لأعضاء هيئة التدريس ومعاونيهم بقسم مسابقات الميدان والمضمار بالكلية على تصميم وتنفيذ إستراتيجية المحطات التعليمية.

3- العمل على إستخدام الأساليب التدريسية التى تعطى دوراً فعالاً للطالبة خلال العملية التعليمية تمشياً مع التحديث والتطوير التربوى ومنها إستراتيجية المحطات التعليمية.

4- تشجيع أعضاء هيئة التدريس بقسم مسابقات الميدان والمضمار بالكلية على إستخدام أساليب التدريس الحديثة فى تعليم مسابقات الوثب ، وذلك لتفادى جمود الطريقة التقليدية فى التدريس.

5- إجراء دراسات مشابهة بإستخدام إستراتيجية المحطات التعليمية ومعرفة تأثيرها على تعلم مسابقات الوثب الأخرى لطالبات كليات التربية الرياضية.

المراجع

أولاً : المراجع العربية:

1- أحمد عبد العزيز عبيد ، حيدر عبد الرزاق كاظم ، لقمان عمران شنين (2011) :" تأثير أسلوبي المواجهة والمحطات في تعليم بعض الصفات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة"، مجلة علوم التربية الرياضية ، العدد (3)، المجلد (8) ، كلية التربية الرياضية ، جامعة البصرة، العراق.

2- أحمد محمد حسن (2018):" تأثير إستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات على تعلم بعض مهارات كرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة بدولة الكويت "، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية بقنا ، جامعه جنوب الوادى.

3- أسامة راتب ، إبراهيم خليفة ، عبد الحفيظ إسماعيل (2006): الإعداد النفسي للبطل الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة .

4- إسماعيل عبد زيد الكرعاوى ، على خوام خطيب (2015):" تأثير أسلوب محطات التعلم متباينة المستويات والتمارين الحركية المتنوعة فى الأداء المهارى والقدرات البدنية والحركية فى كرة القدم" ، مجلة كلية التربية الأساسية ،العدد (87)،المجلد (20)،الجامعة المستنصرية، العراق.

5- السيد محمد خيرى (2005): إختبار الذكاء العالى (تعليمات وتطبيقات)، دار النهضة العربية ، القاهرة.

6- أمين أنور الخولى , ضـــياء الدين محمد العزب (2009): تكنولوجيا التعليم والتدريب الرياضـــى "الوســـائل والمواد التعليمية – الأجهزة ومســـاعدات التدريب, دار الفكر العربى, القاهرة.

7- بسطويسى أحمد بسطويسى (1997): سباقات المضمار ومسابقات الميدان ، دار الفكر العربى ، القاهرة.

8- جمال الشـــناوي حجازي، صـــافيناز مصـــطفي حســـين (2017): تأثير إســـتخدام الكتاب الإلكتروني علي التحصـــيل المعرفي لتلميذات الصـــف الأول الإعدادي في بعض مســـابقات الميدان والمضـــمار، المجلة العلمية للبحوث والدراســـات في التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، العدد (34)، جامعة بورسعيد.

9- ضياء مطاوع ، حسن الخليفة (2015): إستراتيجيات التدريس الفعال ، مكتبة المتنبى ، عمان ، الأردن.

10- عقيل رفاعي (2012) : التعلم النشط المفهوم والاستراتيجيات وتقويم نواتج التعلم ، دار الجامعة الجديدة ، القاهرة.

11- فايز دندش (2019): إتجاهات جديدة في المناهج وطرق التدريس ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية.

12- فداء أكرم الخياط ، حامد مصطفى بلباس (2010):" تأثير أسلوب المحطات وفق التعلم التعاونى والذاتي في اكتســـاب بعض المهارات الاســـاســـية بكرة اليد"، مجلة علوم التربية الرياضـــية ، العدد (2)، المجلد (3)، كلية التربية الرياضـــية ، جامعة ديالى، العراق.

13- فوزى الشـــربينى ، عفت الطناوى (2011): مداخل عالمية فى تطوير المناهج التعليمية على ضوء تحديات القرن الحادى والعشرين ، ط2، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة.

14- قاسم حسن حسين (2008) : موسوعة الميدان والمضمار، دار الفكر، عمان، الأردن.

15- قاسم حسن حسين ، إيمان شاكر (2005) : الأسس الميكانيكية والتحليلية والفنية فى فعاليات الميدان والمضمار، ط 2، دار الفكر، عمان ، الأردن.

16- محمد حسن علاوى (2002): موسوعة الإختبارات النفسية للرياضيين ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة.

17- محمد سعد زغلول، مصطفي السايح (2004): تكنولوجيا إعداد وتأهيل معلم التربية الرياضية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية.

18- محمد صبحى حسانين (2003): القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة ، ط4، جـ1، دار الفكر العربي ، القاهرة.

19- محمد عطوة مجاهد ، المتولى إسماعيل بدير (2016): الجودة والإعتماد فى التعليم الجامعى مع التطبيق على كليات التربية ، المكتبة العصرية للنشر والتوزيع ، القاهرة.

20- محمود منسي (2015) : التعلم – المفهوم النماذج التطبيقات ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة.

21- مهدى محمود سالم (2014) : تقنيات ووسائل التعليم، ط2، دار الفكر العربى ، القاهرة.

22- هبه الله عيد الحديدي، رنا جمال صقر (2016): تأثير إستخدام الفيديو التفاعلي علي المستوي الرقمي لتلميذات المرحلة الإعدادية في الوثب الطويل، ، المجلة العلمية للبحوث والدراسات في التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، العدد (32)، جامعة بورسعيد.

23- وفيقة مصطفى سالم (2007): تكنولوجيا التعليم والتعلم فى التربية الرياضية ، الجزء الأول، منشأة المعارف ، الاسكندرية.

ثانياً: المراجع الأجنبية :

24-Aydogums, M., Senturk,C., (2019): The Effects Of Learning Stations Technique On Academic Achievement: A Meta-Analyse Study, Research in Pedagogy, Vol.9, No.1, p., 1-15.

25-Bulunuz, N., & Jarret, O .,(2010): The Effect of Hands- on Learning Stations on Building American Elementary Teacher's understanding about Earth And Space Science Concepts. Eurasia Journal Of Mathematics, since& Technology Education, 6 (2), p., 85-99 .

26-Chamber, D., (2013): .Station Learning: Dose It Clarify Misconceptions On Climate Change And Increase Academic Achievement Through Motivation In Science Education (Unpublished Master's Thesis). Ohio University, USA.

27-Ediger, M., (2011): Learning Stations in the Social Studies. Education, Vol.,131, No.,3, p.,467-470.

28-Gigging, N., et., al., (2005) : Instructional Technology in Higher Education Teaching, Quest (champing, Lii) Vol., 49, No., (3), p., 280- 290.

29-Hargrove, R. , & Nietfeld, J. , (2014): The Impact of Metacognitive Instruction on Creative Problem Solving, The Journal of Experimental Education,p., 1-28.

30-Jones, D., (2007): The station approach: How to each with Limited resource science Scope. Resarcsm the Journal of science. Vol., 30 ,No.,6,p.,43-59.

31- Judson, E.,(2019): Learning Stations in College Classrooms, College Teaching, Vol., 67, No., 4, p.,250-251.

32-Makasci, K., (2006) : Effects of Interactive, Computer Based, CD Rom Instruction on Improving Psyclomen or Skill Analysis Ability of Soccer Skills.

33-Martin & Lumsden (2003): Coaching an Effective Behavioral Approach, college publishing, Toronto.

34-Soured, H., (2009) : Multimedia Electronic Tools, for Learning Education Technology, May.

35- Steve Rubin(2000): Accuracy in Horizontal Jumps Approach, Track Coach, No., 152.

ملخص البحث

تـــأثيـــر إستخـدام إستراتيجيـة المحطـات التعليميـة المدعمة إلكتـــرونياً على الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل

* أ.م.د/ علا السعيد عليوه فوده

أستهدف البحث التعرف على تأثير استخدام إستراتيجية المحطات التعليمية المدعمة إلكترونياً علي تحسين الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل، وأستخدمت الباحثة المنهج التجريبى على عينة قوامها (50) طالبة بالفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق، وتم تقسيمهن إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (25) طالبة ، ومن أدوات البحث : مقياس الرضا الحركى - إختبارات بدنية - تقييم مستوى الأداء الفنى فى مسابقة الوثب الطويل - إختبار الذكاء - البرنامج التعليمى باستخدام إستراتيجية المحطات التعليمية ، وتم استخدام الأساليب الإحصائية التالية : المتوسط الحسابى – الإنحراف المعيارى – الوسيط – معامل الإلتواء – إختبار "ت" – معامل الإرتباط البسيط – نسب التحسن.

ومن أهم النتائج :

1- يؤثر إستخدام إستراتيجية المحطات التعليمية المدعمة إلكترونياً تأثيراً إيجابياً دال إحصائياً عند مستوى (0.05) على الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل لطالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية بنات – جامعة الزقازيق.

2- يؤثر أسلوب التعلم بالأمر تأثيراً إيجابياً دال إحصائياً عند مستوى (0.05) على مستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل فى حين لا يؤثر إيجابياً بدلالة إحصائية على الرضا الحركى لطالبات الفرقة الأولى بالكلية.

3- زيادة فاعلية إستراتيجية المحطات التعليمية المدعمة إلكترونياً فى التدريس عن أسلوب التعلم بالأمر فى التأثير إيجابياً على الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل.

5- تفوق أفراد المجموعة التجريبية على أفراد المجموعة الضابطة فى نسب تحسن القياس البعدى عن القبلى فى الرضا الحركى ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى مسابقة الوثب الطويل.

* أستاذ مساعد بقسم مسابقات الميدان والمضمار – كلية التربية الرياضية بنات – جامعة الزقازيق.

Research Summary

The effect of using the strategy of electronically supported educational stations on Kinetic satisfaction and the level of technical and digital performance in the long jump competition

Dr., : Ola Elsaid Eliewa Foda

The research aimed to identify the effect of using the strategy of electronically supported educational stations on improving motor satisfaction and the level of technical and digital performance in the long jump competition. Experimental and control, each consisting of (25) female students, and the research tools include: kinetic satisfaction scale - physical tests - assessment of the level of technical performance in the long jump competition - intelligence test - educational program using the strategy of educational stations, and the following statistical methods were used: Arithmetic mean - Standard deviation - median - skew coefficient - "t" test - simple correlation coefficient - improvement rates.

Among the most important results:

1- The use of the strategy of electronically supported educational stations has a positive, statistically significant effect at the level (0.05) on motor satisfaction and the level of technical and digital performance in the long jump competition for first-year students at the Faculty of Physical Education for Girls - Zagazig University

2- The learning style has a statistically significant positive effect at the level (0.05) on the level of technical and digital performance in the long jump competition, while it does not positively affect with statistical significance the motor satisfaction of the first year students in the college

3- Increasing the effectiveness of the strategy of electronically supported educational stations in teaching about the method of learning by order in positively affecting the motor satisfaction and the level of technical and digital performance in the long jump competition.

---

* Assistant Professor, Department of Field and Track Competitions - College of Physical Education Girls - Zagazig University.

معوقات استخدام التعلم الهجين لتدريس مقرر طرق تدريس التربية الرياضية لدى طلاب كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة.

د/ رامي محمد محمد مبارك

مقدمة ومشكلة البحث:

تواجه التربية علي مستوي العالم تحديات متعددة ومتسارعة وذلك نتيجة التغيرات الهائلة في المعارف والمعلومات والتكنولوجيا ونظم الاتصال وتتطلب هذه التحديات مراجعة شاملة لمنظومة التعليم في معظم دول العالم المتقدمة والنامية باعتبارها احد محددات الانتاج لهذه الدول وصاحبة الدور الرائد للتقدم ومحور الامن القومي للمجتمع.

وفي ظل الظروف المرتبطة بانتشار جائحة فيروس covid-19 حرصت الجامعات في جميع أنحاء العالم نحو استخدام أوسع للتكنولوجيا الرقمية، لمنح الطلاب استمرارية في التعلم، لذلك أعلنت وزارة التعليم العالي والبحث العلمي في مصر عن بدء تطبيق نظام التعليم الهجين، الذي يأتي من بين العديد من النماذج المقترحة لمستقبل الفصول الدراسية بمساعدة التكنولوجيا، وقد أشاد به بعض العلماء معتبرين أنه يعد "النموذج التقليدي الجديد للتعليم"، أوالوضع الطبيعي الجديد للتعلم.(8: 5)

ويري احمدالعنزي (2018م) ان التعليم الهجين هو عبارة عن أسلوب تعليمي يعتمد علي الجمع بين أساليب التعليم الالكتروني والتعليم التقليدي داخل الفصل الدراسي، حيث يقوم هذا الأسلوب علي توظيف جميع مميزات التعليم الالكتروني والتعليم التقليدي المباشر في آن واحد وعلي نفس الهدف وهو تعزيز عملية التعليم والتعلم (1 :115-114)

والتعلم الهجين هو نموذج تعليمي يحضر فيه بعض الطلاب الفصل شخصيًا، وينضم آخرون إلى الفصل فعليًا من المنزل في نفس الوقت، من خلال مزيج من الأنشطة الشخصية والمستندة إلى الويب والتي يقودها الطلاب، وفق أعلي معايير الأمن والسلامة لكافة مكونات العملية التعليمية، وهو مفهوم ليس بالجديد، فهو يهدف إلي مزج طرق التعليم واستراتيجياته مع

*/ مدرس بقسم المناهج وطرق التدريس كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة

الوســـائل التكنولوجية المتنوعة لإنتاج نظام تعليم هجينHybrid learning، ويتم احتساب نسبة مشاركة كل من "التعلم وجهًا لوجه" (التعلم المباشر) و"التعلم عن بعد" فيه وفقاً للمحتوى المعرفي والمهاري المطلوب تحقيقه في المقررات للقطاعات والكليات المختلفة. .(5: 43)

ويري يحيي يوسف (2010م) أن التعليم الهجين يقوم علي التكامل بين خبرات التعلم في القاعات الدراسية مع خبرات التعلم من خلال شبكات الأتصال والأنترنت، وبذلك يسمح بالتعلم المستقل، ويشجع الطلاب علي تبادل الأفكار والمعلومات والخبرات، والتعليم الهجين ليس عشوائيا، وإنما هو تعليم له أسس ومبادئ، ويهتم بعناصر ومكونات البرنامج التعليمي كاملاً، وتتوافر فيه قنوات الأتصال الرقمية والتفاعل بين الطلاب والأساتذة من خلال تبادل الخبرات التربوية، ومناقشة الآراء والحوارات الهادفة عن طريق قنوات الأتصال المختلفة مثل التخاطب الإلكتروني وغرف الصف الأفتراضية. (9:75)

وتري حنان رضا (2012م) ان التعليم الهجين يتميز بالمرونة ويحسن العملية التعليمية ويعطي للمتعلمين خيارات متعددة من التقنيات التي تسمح لهم بمتابعة التقدم في العملية التعليمية كما يتيح للمتعلمين القدرة علي التفكير ومشاركة اقرانهم في الصف، ويقلل من الكلفة المادية، ويفضله المتعلمون والمعلمون لأنه يطور العملية التربوية ويزيد التفاعل الاجتماعي (3 :20)

ويري الباحث ان مجال التعليم الجامعي شهد تطورًا مستمرًا في الأساليب والمناهج والوسائل والاستراتيجيات، وتزامنًا مع التطور التقني حيث بدأ التعليم يأخذ منحى جديدًا؛ فالوسائط المعلوماتية أحدثت ثورة معرفية طالت كل مجالات الحياة، ومعها تحرر التعليم من قيود الجغرافيا، وانطلقت تجارب حديثة، حملت معها كل ايجابيات التعليم في المراحل السابقة، وأضافت إليه ما استجد من اكتشافات وتطور، وهذا ما حدث داخل الجامعات المصرية عامة وجامعة المنصورة خاصة، حيث تحث على التعليم الهجين كأحد اشكال التعلم الالكتروني من خلال استخدام أنماط تعليمية جديدة ومتطورة والمزج بين المقرر والنمط التعليمي، وهذا بدوره أدى إلى ظهور معوقات لدى الطلبة و الأساتذة في استخدام التعليم الهجين وأنماطه المتعددة، كما يري الباحث ان تطبيق التعليم الهجين من قبل أعضاء هيئة التدريس بالجامعات ودمجه في التعليم التقليدي، وتدريب

الطالب علي التعلم الذاتي عن طريق البرمجيات التعليمية وشبكة الإنترنت، ووجود إتصال مستمر بين عضو هيئة التدريس والطالب داخل وخارج الجامعة، وان يكون دور عضو هيئة التدريس في العملية التعليمية موجهاً ومرشداً، يساعد علي تحقيق الأهداف التعليمية، والحصول علي مخرجات تعليمية ذات جودة .

ومن خلال اطلاع الباحث علي العديد من الدراسات والأبحاث العلمية السابقة اكتشف بعض المعوقات والمعوقات التي تواجه استخدام التعليم الهجين داخل المؤسسات الجامعية مثل دراسة احمد العنزي (2018م)،محمد محمود (2015م)Mohammed, M يانج (2012) yang، فوجان (2007) ,.Vaughan, N والتي اسفرت عن وجود معوقات ومشكلان وصعوبات عند تطبيق التعليم المدمج والتي تمثلت في ضعف البنية التحتية وعدم توافر الإمكانات والأجهزة ووسائل الاتصال.

وتتمثل مشكلة الدراسة في المعوقات التي تواجه طلاب كلية التربية الرياضية في مقرر طرق تدريس التربية الرياضية في ظل نمط التعليم الهجين، فهذه التحديات فرضت تغيرات في كيفية وطريقة التعليم، وفى نفس الوقت في المهارات والمعارف التي يجب أن يحصل عليها الطلاب، ليس في التعلم من بُعد فقط، ولكن أيضاً في التعليم التقليدي، والتعليم الهجين، وبالرغم من تبني اتجاهات تدريسية غير نمطية مدعمه بتوظيف إمكانات المنصات الإلكترونية لتدعم المتطلبات التدريسية للمقررات العملية، إلا ان الاستجابة لهذه الاتجاهات التدريسية كانت رده فعل وليس استجابة مخططة من قبل للانتقال من التعليم التقليدي إلى التعليم الهجين، وبالتالي فان هناك محدودية في المزايا التي تحققت من التعليم الهجين، كذلك فإن تطبيق التعليم الهجين تمثل في عملية استبدال مباشر فقط للمحاضرات في مدرجات الجامعة والقاعات الدراسية الى محاضرات من خلال الأنترنت بدون أي تغيير في المهمة التي كانت تؤدى بالطريقة التقليدية.

ومن خلال خبرة الباحث كمدرس لمقرر طرق تدريس التربية الرياضية بجامعة المنصورة، فقد لاحظ أن هناك بعض القصور في استخدام التقنيات التعليمية بشكلها الواسع في المجال التدريسي، وقد تولد لديهما شعور بأن هناك بعض العقبات أو المعوقات الرئيسية التي تحول دون أن يستخدم أعضاء هيئة التدريس تلك التقنيات بشكل موسع يساعد في استفادة

طلابهم ولهذا فقد عقد الباحث عدة مقابلات شخصية مع عينة من أعضاء هيئة التدريس بلغ عددهم خمس عشر عضو، علاوة علي 25 طالب، وذلك بغرض الكشف عن واقع استخدامهم التعلم الهجين أثناء تدريسهم والمعوقات التي تواجههم في ذلك، وقد أسفرت نتائج المقابلة عن التأكد من حقيقة مفادها إحجام 75% من أعضاء هيئة التدريس التي شملتهم العينة عن استخدام التعلم الهجين في تعليم وتعلم طلابهم، 80% من الطلاب يوجد لدية العديد من المعوقات التي تواجههم في استخدام التعليم الهجين، كما أشارت نتائج المقابلة إلى وجود بعض المحاولات الفردية من قبل القليل منهم لاستخدام بعض اساليب التعليم الالكتروني ومنه التعليم الهجين في تدريسهم لبعض موضوعات المقرر وخصوصا الموضوعات التي تتطلب إعمال الفكر والتخيل من الطلاب، وقد عزا عينة الدراسة الاستطلاعية السبب لعدة عوامل منها (معوقات متعلقة بالبيئة التحتية و المقرر الدراسي نفسة علاوة عن معوقات تتعلق بعضو هيئة التدريس والطلاب انفسهم).

ونظراً لما يمر به العالم اجمع والتي فرضت الاستمرار في استخدام التعليم الهجين داخل الجامعات في تدريس المقررات الدراسية عامة ومقرر طرق تدريس التربية الرياضية خاصة مما دعي الباحث للسعي عن كشف اهم معوقات استخدام التعلم الهجين في تدريس مقرر طرق تدريس التربية الرياضية.

هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على معوقات استخدام التعلم الهجين لتدريس مقرر طرق تدريس التربية الرياضية لدى طلاب كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة.

تساؤل البحث:

في ضوء هدف البحث وضع الباحث التساؤل التالي:

1. ما معوقات استخدام التعلم الهجين لتدريس مقرر طرق تدريس التربية الرياضية لدى طلاب كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة من وجه نظر الطلاب؟
2. ما معوقات استخدام التعلم الهجين لتدريس مقرر طرق تدريس التربية الرياضية لدى طلاب كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة من وجه نظر أعضاء هيئة التدريس؟

مصطلحات البحث:

التعلم الهجين:

هو احد أنماط التعليم الذي يجمع بين الأسلوب التقليدي للتعلم وجها لوجه والتعلم عبر شبكة الانترنت وفق متطلبات الموقف التعليمي بما يسمح للمتعلمين بتلقي المعارف والمعلومات وأداء المهام والأنشطة تحت إشراف وتوجيهات المعلم (3 : 25)

مقرر طرق تدريس التربية الرياضية :

هو ذلك المقرر الذي يتم تدريسه لطلاب الفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية – جامعة المنصورة .(تعريف إجرائي)

الدراسات السابقة :

1- دراسة ولاء محمد عطية محمد (2021) بعنوان " واقع التعلم الهجين بمرحلة رياض الاطفال في ظل جائحة كورونا" هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على أثر التعلم الهجين على طفل الروضة في ظل جائحة كورونا حيث تم الاعتماد على هذا النوع من التعلم، لتعليم طفل الروضة اثناء الجائحة وأيضا إكسابه القدرة على التواصل الفعال مع الآخرين وتطوير ملكاته العقلية المرتبطة بالإبداع والابتكار والاكتشاف وحل المعوقات. ويعتبر التعلم الهجين أسلوب مناسب لاستكمال العام الدراسي في ظل تخوف أولياء الأمور من إصابة أطفالهم والاجراءات الاحترازية الخاصة بالتباعد. وتناولت الدراسة الحالية (استمرارية التعليم الهجين في ظل انتشار كورونا – مستوى أنشطة التعلم الهجين مستوى خدمات التعلم الهجين مستوى التقويم بالتعلم الهجين في ظل انتشار كورونا تأثير التعلم الهجين برياض الاطفال في ظل انتشار كورونا) والتي كان له أثر فعال في استكمال العام الدراسي رغم الصعاب الناتجة عن جائحة كورونا، وقد اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي التحليلي وتحققت الدراسة عن طريق الاستبيان والدراسات السابقة بأن التعلم الهجين من أفضل أساليب التعلم المستخدمة في مواجهة جائحة كورونا حيث يوفر التعلم من خلال المنصات الالكترونية والقنوات التعليمية بالإضافة إلى التعلم داخل المدرسة مع اتباع الاجراءات كما يساعد في حل مشكلة الكثافة العددية في الروضات ويراعي زمن التعلم لكل طفل مما يحقق مبدأ الفروق الفردية.

2- دراسة أحمد سليمان إبراهيم (2021) بعنوان : "دراسة تحليلية للتعليم الهجين في ظل جائحة كورونا لكليات التربية الرياضية في إطار تطوير التعليم الجامعي" دفت الدراسة إلى التعرف على التعليم الهجين في ظل جائحة كورونا لكليات التربية الرياضية في إطار تطوير التعليم الجامعي، دراسة تحليلية. واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي. وتمثلت أداتها في استمارة استبيان، والتي تم تطبيقها على عينة من أعضاء هيئة التدريس والطلاب بكليات التربية الرياضية بجمهورية مصر العربية والبالغ عددهم (589) فرد. وأشارت الدراسة إلى وجود فروق دلالة بين استجابات (أعضاء هيئة التدريس–طلاب) في محاور استبيان للتعليم التهجين في ظل جائحة كورونا بكليات التربية الرياضية في إطار تطوير التعليم الجامعي وذلك عند مستوي معنوي (0.05).

3- دراسة محمد جمال عبد السميع (2020) بعنوان "تقييم مقرر طرق تدريس التربية الرياضية بكلية التربية الرياضية بدمياط " ،رسالةدكتوراهمنشورةكليةالتربيةالرياضية جامعة المنصورة ،حيث استخدمت المنهج الوصفي وتمثلت العينة في مجموعة من طلاب الفرقة الثالثة شعبة التدريس , كلية التربية الرياضية جامعة دمياط وكانت اهم الاستنتاجات:

- ان هناك قصور في تحقيق أهداف مقرر طرق تدريس التربية الرياضية (2) وتتضمن الاهداف كل من الاهداف العامة ونواتج التعلم (الاهداف المعرفية – الاهداف الوجدانية)
- أن هناك قصورا في محتوي وطرق وأساليب التدريس المستخدمة في مقرر طرق تدريس التربية الرياضية .
- عدم توافر مكونات البيئة التعليمية وكذلك عدم تنوع وسائل التقويم وتعددها .

4- دراسة رامي محمد مبارك (2019) بعنوان "تقويم مقرر طرق تدريس التربية الرياضية في ضوء متطلبات الكفايات التدريسية للطالب المعلم ببعض كليات التربية الرياضية، رسالة دكتوراه غير منشورة كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة حيث استخدمت المنهج الوصفي المسحي وتمثلت العينة في مجموعة من طلاب كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة وكانت اهم النتائج البارزة

- حاجة بعض مقررات طرق تدريس التربية الرياضية الي التعديل في ضوء الكفايات التدريسية للطلاب ببعض كليات التربية الرياضية بالجامعات المصرية.
- الحاجة الي استخدام الكفايات التدريسية كمؤشر في تطوير المناهج العملية للمواد النظرية والتطبيقية بكليات التربية الرياضية .

التعليق على الدراسات السابقة:

من عرض الدراسات السابقة يستخلص الباحث النقاط التالية: اتفقت هذه الدراسة مع الدراسات السابقة من حيث طبيعتها ومنهجيتها في بعض الأشياء، وتميزت عنها في أخرى، كما نجدها استفادت من مجمل الآراء، ويتضح ذلك جلياً في الآتي:

أولاً: أوجه الاتفاق:

- اتفق مع بعضها في الفترة الزمنية للبحث.
- اتفق مع بعضها في عينة الدراسة، والتي تمثلت في الطلاب.
- اتفق في بعض متغيرات الدراسة (تحليل وتقويم).

ثانياً: أوجه الاختلاف:

- اختلف مع بعض الدراسات في دراسة معوقات التعليم الهجين بوسائله المختلفة.
- دراستها لمعوقات التعليم الهجين بكلية التربية الرياضية جامعة المنصورة.

ثالثاً: أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:

- في صياغة وتحديد مسار مشكلة الدراسة والفروض.
- في تصميم اسئلة الاستبانة.
- في تحديد عينة الدراسة.
- في اختيار المنهج والأدوات وإثراء الجانب النظري.

إجراءات البحث:

منهج البحث:

سوف يستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي لملائمته لطبيعة البحث.

مجتمع البحث:

من أعضاء هيئة التدريس والقائمين علي تدريس مقرر طرق تدريس التربية الرياضية ، وطلاب كلية التربية الرياضية الفرقة الثالثة بقسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية للعام الدراسي 2021م / 2022م .

عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث الاساسية بالطريقة العمدية من بين أعضاء هيئة التدريس والقائمين على تدريس مقرر طرق تدريس التربية الرياضية بجامعة المنصورة وعددهم (7) أعضاء، كما تم اختيار عينة اخري بالطريقة العشوائية من طلاب كلية التربية الرياضية الفرقة الثالثة بقسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية للعام الدراسي 2020م / 2021 م والذي بلغ عددهم (257) طالب وطالبة، كما تم اختبار عينة اخري استطلاعية بلغت (5) من أعضاء هيئة التدريس، (61) طالب وطالبة.

وسائل جمع البيانات:

اولاً: استبيان معوقات استخدام التعلم الهجين لتدريس مقرر طرق تدريس التربية الرياضية لدى طلاب كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة.

خطوات بناء الاستبيان:

1- الهدف من الاستبيان:

يهدف الاستبيان الي التعرف اهم معوقات استخدام التعلم الهجين لتدريس مقرر طرق تدريس التربية الرياضية لدى طلاب كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة وتأثيرها على عملية تعلم مقرر طرق تدريس التربية الرياضية من وجة نظر الطلاب وأعضاء هئية التدريس.

2- محاور الاستبيان:

من خلال اطلاع الباحث علي المراجع العلمية والدراسات والبحوث السابقة تم تحديد عدد (7) محاور رئيسية للاستبيان تتمثل في:

اولاً: خاص بآراء الطلاب:

1- أنشطة التعلم الهجين.

2- الخدمات بالتعلم الهجين.

3- التقويم بالتعلم الهجين.

4- البنية التحية لاستخدام التعلم الهجين

5- معوقات متعلقة بالطلاب.

6- معوقات متعلمة بأعضاء هيئة التدريس

7- معوقات متعلقة بالمنهج.

ثانياً: خاص بآراء أعضاء هيئة التدريس:

1- المعوقات التي تواجه أعضاء هيئة التدريس عند توظيف التعليم الهجين.

كما تم عرض المحاور المستخلصة على عدد (9) خبراء من المتخصصين في المناهج وطرق التدريس وتكنولوجيا التعليم في التربية الرياضية مرفق (1) للوقوف على اهم هذه المحاور كما هو موضح بالجدول (1)

جدول (1)

اراء الخبراء حول محار استبيان معوقات التعليم الهجين في تدريس مقرر طرق تدريس التربية الرياضية (ن=9)

م		المحور	موافق	غير موافق	نسب الموافقة
1	الطلاب	معوقات أنشطة التعلم الهجين.	5	4	%55.56
2		معوقات الخدمات بالتعلم الهجين.	7	2	%77.78
3		معوقات التقويم بالتعلم الهجين.	4	5	%44.44
4		البنية التحية لاستخدام التعلم الهجين	8	1	%88.89
5		معوقات متعلقة بالطلاب.	8	1	%88.89
6		معوقات متعلمة بأعضاء هيئة التدريس	7	2	%77.78
7		معوقات متعلقة بالمنهج.	9	0	%100
8	أعضاء هيئة التدريس	المعوقات التي تواجه أعضاء هيئة التدريس عند توظيف التعليم الهجين	9	0	%100

يتضـــح من الجدول (1) ان نســـب موافقة الخبراء علي المحاور المقترحة تراوحت ما بين (100%:44.44%) وقد ارتضـــي الباحث نســـب القبول 75% للمحاور، وبذلك تم تحديد المحاور النهائية للاستبيان وهي:

- معوقات الخدمات بالتعلم الهجين
- معوقات البنية التحية لاستخدام التعلم الهجين.
- معوقات متعلقة بالطلاب.
- معوقات متعلمة بأعضاء هيئة التدريس
- معوقات متعلقة بالمنهج.
- المعوقات التي تواجه أعضاء هيئة التدريس عند توظيف التعليم الهجين

3- صياغة عبارات الاستبيان:

تضـــمنت هذه الخطوة إعداد عبارات الاســـتبيان، وقد رجع الباحث في ذلك إلى المراجع المتخصصة والدراسات والبحوث العربية والأجنبية، كما أجرى عددًا من المقابلات الشخصية مع العديد من الأساتذة والخبراء في مجال طرق التدريس وتكنولوجيا التعليم في التربية الرياضية، تم التوصل إلى إعداد 43عبارة للطلاب ، 17 عبارة لأعضاء هيئة التدريس.

وقد روعى في إعداد العبارات ما يلى: خلو العبارات من الأخطاء اللغوية، وضـــوح وتحديد ما يقصد من العبارات، دقة العبارات في التعبير عن الموضوع التي تدل عليه.

كما قام الباحث بوضـع عبارات الاسـتبيان فى اسـتمارة اسـتطلاع رأى، وتم عرضـها على مجموعة من الخبراء والمحكمين بلغ عددهم 9 خبراء تم اختيارهم من بين المتخصـصـين في طرق التدريس وتكنولوجيا التعليم في التربية الرياضـــية مرفق(1) وكان ذلك بهدف التعرف على:

- مدى كفاية العبارات المدرجة بالاستبيان لقياس معوقات التعليم الهجين.
- مدى دقة العبارات لقياس معوقات التعليم الهجين، ويوضح جدول (3) اراء الخبراء في عبارات الاستبيان.

جدول (2)

النسبة المئوية لآراء الخبراء نحو الصورة الأولية لعبارات الاستبيان

(ن = 9)

م	عبارات الاستبيان	رأى المحكم		نسب الاتفاق
		موافق	غير موافق	
	معوقات الخدمات بالتعلم الهجين			
1	التزام بمواعيد التواصل اون لين	7	2	%77.78
2	يوجد دعم فني متواصل لحل المعوقات الطارئة للتواصل	8	1	%88.89
3	إمكانية الاحتفاظ بالأنشطة المقدمة اون لين وإعادة عرضها في أي وقت لتدريب عليها	7	2	%77.78
4	يشمل المحتوي التعليمي علي تمارين ومهام منزلية تساعد علي التعلم	9	0	%100
5	يساهم التعليم الهجين التفاعل المستمر مع عضو هيئة التدريس	7	2	%77.78
6	نظام التعليم الهجين يوفر تواصلاً مباشراً بين الطالب وعضو هيئة التدريس	7	2	%77.78
7	هناك سهولة في ارسال واستلام الأنشطة التعليمية	7	2	%77.78
8	قلة المصادر العلمية الحديثة والمطلوبة للدراسة.	8	1	%88.89
9	لا يوجد تناسب بين الوقت المخصص للدراسة والموضوعات المعطاة	7	2	%77.78
	البنية التحية لاستخدام التعلم الهجين			
10	عدد القاعات المتواجدة داخل الكلية لا يناسب عدد الطلاب	8	1	%88.89
11	شبكة الانترنت داخل الكلية ضعيفة	7	2	%77.78
12	ارتفاع تكلفة استخدام التعليم الهجين	8	1	%88.89
13	يحتاج التعليم الهجين الي برامج قد لا يستطيع الطالب من توافرها	7	2	%77.78
14	عدد الأجهزة المستخدمة داخل المعامل الدراسية قليل	8	1	%88.89
15	صعوبة الدخول إلى المواقع الإلكترونية في الإنترنيت والخاصة بالجامعة	8	1	%88.89
	معوقات متعلقة بالطلاب			
16	هناك نقص في الخبرات لدي معظم الطلاب في التعامل مع شبكة الانترنت	8	1	%88.89
17	اقتناع الطلاب بجدوى استخدام منظومة التعليم الهجين	7	2	%77.78
18	توافر الانترنت لدي الطلاب في المنزل	8	1	%88.89
19	يمتلك الطلاب مهارات الحاسب الالي ومنظومة التعليم الهجين	7	2	%77.78
20	تهمل منظومة التعليم الهجين تنمية الجانب الوجداني للطلاب	8	1	%88.89
21	شعور الطلاب بالقلق عن التعامل مع الاختبارات الالكترونية	7	2	%77.78

م	عبارات الاستبيان	رأى المحكم		نسب الاتفاق
		موافق	غير موافق	
22	أنشغال الطلاب بمواقع ليس لها علاقة بالتعليم الهجين	7	2	%77.78
23	هناك تدريب للطلاب على المنصـــة الالكترونية قبل بدء العام الدراسي.	9	0	%100
24	ضعف دافعية الطلبة للدراسة	9	0	%100
25	ضعف إعداد الطالب علميا ومهنيا.	9	0	%100
	معوقات متعلمة بأعضاء هيئة التدريس			
26	تشـــجع بيئة الدراســـة بالكلية المحيطة على اســـتخدام التعليم الهجين	8	1	%88.89
27	عدم تمكن عضـــو هيئة التدريس من اســـتخدام منظومة التعليم الهجين	8	1	%88.89
28	ضعف التنسيق بين الطالب وأعضاء هيئة التدريس	9	0	%100
29	الاعتماد المباشر علي أسلوب الشرح اللفظي في المحاضرات	9	0	%100
30	ضعف الرقابة من أعضاء هيئة التدريس علي الطلاب	9	0	%100
31	غياب دور الأستاذ في توضيح المفاهيم والحقائق العلمية.	9	0	%100
32	لا يوجد اثر لطرائق التدريس.	7	2	%77.78
33	الافتقار إلى الخبرات التعليمية المباشرة	8	1	%88.89
34	الافتقار إلى الإدارة التربوية الصفية	7	2	%77.78
35	غياب المشاركة الجماعية في أنشطة التفكير	7	2	%77.78
	معوقات متعلقة بالمنهج			
36	يساعد حجم المحتوي التعليمي على استخدام التعليم الهجين	8	1	%88.89
37	تقل الأنشطة التعليمية الداعمة لتوظيف التعليم الهجين	8	1	%88.89
38	يصعب تطبيق المقرر الدراسي في نظام التعليم الهجين	9	0	%100
39	الافتقار إلى مفردات محددة للمنهج الدراسي	7	2	%77.78
40	تنوع الموضوعات الدراسية للمقرر الدراسي واتساعها	8	1	%88.89
41	المناهج لا تلبي حاجة المتعلم الفعلية	8	1	%88.89
42	غياب الجانب التطبيقي في بعض الاختصـاصـات التي تسـتوجب ذلك.	7	2	%77.78
43	ضعف المهارات الأكاديمية الواجب إتقانها عند الطلبة	9	0	%100
	المعوقات التي تواجه أعضاء هيئة التدريس عند توظيف التعليم الهجين			
1	الأعطال المفاجئة لأجهزة الحاسب الآلي.	8	1	%88.89
2	ضعف شبكات الإنترنت في المنازل.	8	1	%88.89
3	صعوبة تنفيذ التعليم الهجين بسبب كثرة أعبائهم الوظيفية.	9	0	%100
4	عدم توفر أجهزة الحاسب الآلي لدى أعضاء هيئة التدريس.	8	1	%88.89
5	قلة الدورات التدريبية في توظيف استراتيجيات التعليم الهجين.	9	0	%100
6	ضـــعف التعاون بين إدارة الكلية وأعضـــاء هيئة التدريس لقلة الوعي بأهمية التعليم الهجين.	7	2	%77.78

م	عبارات الاستبيان	رأى المحكم		نسب الاتفاق
		موافق	غير موافق	
7	ضعف الإمكانيات التقنية اللازمة لتطبيق استراتيجيات التعليم الهجين بالكلية.	9	0	%100
8	صعوبة استخدام التعليم الهجين في تغطية بعض المهارات.	7	2	%77.78
9	استخدام التعليم الهجين يزيد الأعباء على أعضاء هيئة التدريس.	7	2	%77.78
10	نقص الوعي بأهمية التعليم الهجين في التدريس .	9	0	%100
11	صعوبة تنفيذ أساليب التقويم الإلكترونية.	9	0	%100
12	صعوبة تنفيذ التعليم الهجين بالمقارنة مع التعليم اليومي.	7	2	%77.78
13	عدم توفر محتوى إلكتروني لمقرر طرق تدريس التربية الرياضية.	7	2	%77.78
14	قلة خبرة أعضاء هيئة التدريس باستراتيجيات التعليم الهجين.	8	1	%88.89
15	ضعف مهارات أعضاء هيئة التدريس في استخدام الحاسب الآلي.	9	0	%100
16	كثافة المناهج الدراسية من حيث المحتوى والأنشطة والتقويم في مقررات التعلم الهجين	8	1	%88.89
17	صعب تنظيم الحوار في بيئة التعليم الهجين عنها في البيئة التقليدية.	9	0	%100

يتضح من جدول(2)، والخاص بآراء الخبراء حول استبيان معوقات التعليم الهجين في تدريس مقرر طرق تدريس التربية الرياضية أن لا يوجد عبارات التي تم استبعادها من الصورة الأولية للاستبيان، حيث حصلت العبارات علي نسب موافقة تراوحت ما بين (77.78%) الي (100%).

المعاملات السيكومترية (الصدق - الثبات) للاستبيان

اولاً: صدقالاستبيان:

استعان الباحث بعدة طرق لحساب صدق الاستبيان، وهى:

- صدق المحتوى.
- صدق الخبراء.
- صدق الاتساق الداخلى.

صدق المحتوى:

قام الباحث بتحليل الأطر النظرية والدراسات المرتبطة والقوائم والمقاييس وعمل المسح المرجعى الشـامل لواقع اسـتخدام التعليم الهجين في تدريس المقررات الدراسـية في ضـوء الاتجاهات الحديثة، وتم تحديد محاور الاسـتبيان من خلال المسـح المرجعى للمراجع والأبحاث تم تحديد الأبعاد الأساسية واقتراح عدد من العبارات لكل بعد.

صدق الخبراء:

قام الباحث بعرض أبعاد وعبارات الاسـتبيانعلي عدد (9)خبراء وفقًا للمعايير السـابق ذكرها مرفق (1).

صدق الاتساق الداخلى:

للتحقق من صدق الاستبيان قام الباحث بحساب صدق التكوين الفرضى بإستخدام طريقة الإتساقالداخلى والتحقق من مدى تمثيل عبارات الاستبيان ومدى ارتباط درجة كل عبارة بالدرجة الكلية ، تم تطبيق الاسـتبيان على العينة الاسـتطلاعية والبالغ قوامها 61 من طلاب وطالبات كليات التربية الرياضية تخصص طرق تدريس التربية الرياضية.

جدول رقم (3)
صدق عبارات محاور الاستبيان

ن = 61

المحور	م	العبارة	معامل الارتباط
معوقات الخدمات بالتعلم الهجين	1	التزام بمواعيد التواصل اون لين	*0.87
	2	يوجد دعم فني متواصل لحل المعوقات الطارئة للتواصل	*0.75
	3	إمكانية الاحتفاظ بالأنشطة المقدمة اون لين وإعادة عرضها في أي وقت لتدريب عليها	*0.68
	4	يشمل المحتوي التعليمي علي تمارين ومهام منزلية تساعد علي التعلم	*0.75
	5	يساهم التعليم الهجين التفاعل المستمر مع عضو هيئة التدريس	*0.59
	6	نظام التعليم الهجين يوفر تواصلاً مباشراً بين الطالب وعضو هيئة التدريس	*0.82
	7	هناك سهولة في ارسال واستلام الأنشطة التعليمية	*0.89
	8	قلة المصادر العلمية الحديثة والمطلوبة للدراسة.	*0.76

المحور	م	العبارة	معامل الارتباط
	9	لا يوجد تناسب بين الوقت المخصص للدراسة والموضوعات المعطاة	*0.70
البنية التحية لاستخدام التعلم الهجين	10	عدد القاعات المتواجدة داخل الكلية لا يناسب عدد الطلاب	*0.78
	11	شبكة الانترنت داخل الكلية ضعيفة	*0.89
	12	ارتفاع تكلفة استخدام التعليم الهجين	*0.66
	13	يحتاج التعليم الهجين الي برامج قد لا يستطيع الطالب من توافرها	*0.89
	14	عدد الأجهزة المستخدمة داخل المعامل الدراسية قليل	*0.82
	15	صعوبة الدخول إلى المواقع الإلكترونية في الإنترنيت والخاصة بالجامعة	*0.92
	10	عدد القاعات المتواجدة داخل الكلية لا يناسب عدد الطلاب	*0.89
	11	شبكة الانترنت داخل الكلية ضعيفة	*0.76
	12	ارتفاع تكلفة استخدام التعليم الهجين	*0.84
	13	يحتاج التعليم الهجين الي برامج قد لا يستطيع الطالب من توافرها	*0.76
	14	عدد الأجهزة المستخدمة داخل المعامل الدراسية قليل	*0.83
	15	صعوبة الدخول إلى المواقع الإلكترونية في الإنترنيت والخاصة بالجامعة	*0.62
معوقات متعلقة بالطلاب	16	هناك نقص في الخبرات لدي معظم الطلاب في التعامل مع شبكة الانترنت	*0.89
	17	اقتناع الطلاب بجدوى استخدام منظومة التعليم الهجين	*0.76
	18	توافر الانترنت لدي الطلاب في المنزل	*0.84
	19	يمتلك الطلاب مهارات الحاسب الالي ومنظومة التعليم الهجين	*0.92
	20	تهمل منظومة التعليم الهجين تنمية الجانب الوجداني للطلاب	*0.84
	21	شعور الطلاب بالقلق عن التعامل مع الاختبارات الالكترونية	*0.91
	22	انشغال الطلاب بمواقع ليس لها علاقة بالتعليم الهجين	*0.63
	23	هناك تدريب للطلاب على المنصة الالكترونية قبل بدء العام الدراسي.	*0.90
	24	ضعف دافعية الطلبة للدراسة	*0.82
	25	ضعف إعداد الطالب علميا ومهنيا.	*0.71
معوقات متعلقة بأعضاء هيئة التدريس	26	تشجع بيئة الدراسة بالكلية المحيطة على استخدام التعليم الهجين	*0.86
	27	عدم تمكن عضو هيئة التدريس من استخدام منظومة التعليم الهجين	9*0.74
	28	ضعف التنسيق بين الطالب وأعضاء هيئة التدريس	*0.62
	29	الاعتماد المباشر علي أسلوب الشرح اللفظي في المحاضرات	*0.61
	30	ضعف الرقابة من أعضاء هيئة التدريس علي الطلاب	*0.84
	31	غياب دور الأستاذ في توضيح المفاهيم والحقائق العلمية.	*0.63
	32	لا يوجد اثر لطرائق التدريس.	*0.84
	33	الافتقار إلى الخبرات التعليمية المباشرة	*0.89
	34	الافتقار إلى الإدارة التربوية الصفية	*0.62
	35	غياب المشاركة الجماعية في أنشطة التفكير	*0.58
معوقات متعلقة بالمنهج	36	يساعد حجم المحتوي التعليمي على استخدام التعليم الهجين	*0.72
	37	تقل الأنشطة التعليمية الداعمة لتوظيف التعليم الهجين	*0.61
	38	يصعب تطبيق المقرر الدراسي في نظام التعليم الهجين	*0.73
	39	الافتقار إلى مفردات محددة للمنهج الدراسي	*0.81
	40	تنوع الموضوعات الدراسية للمقرر الدراسي واتساعها	*0.62

المحور	م	العبارة	معامل الارتباط
	41	المناهج لا تلبي حاجة المتعلم الفعلية	*0.68
	42	غياب الجانب التطبيقي في بعض الاختصاصات التي تستوجب ذلك.	*0.71
	43	ضعف المهارات الأكاديمية الواجب إتقانها عند الطلبة	*0.79

*قيمة "ر" الجدولية عند مستوي 0.05 =0.214

يتضح من جدول (3) أن معامل الارتباط لعبارات محاور الاستبيان تراوحت ما بين (0.58- 0.92) حيث ان قيم "ر" المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية مما يدل علي اتساق العبارات وبالتالي صدق الاستبيان.

تابع جدول رقم (5)
صدق عبارات محاور الاستبيان

ن = 5

المحور	م	العبارة	معامل الارتباط
المعوقات التي تواجه أعضاء هيئة التدريس عند توظيف التعليم الهجين	1	الأعطال المفاجئة لأجهزة الحاسب الآلي.	*0.92
	2	ضعف شبكات الإنترنت في المنازل.	*0.97
	3	صعوبة تنفيذ التعليم الهجين بسبب كثرة أعبائهم الوظيفية.	*0.95
	4	عدم توفر أجهزة الحاسب الآلي لدى أعضاء هيئة التدريس.	*0.95
	5	قلة الدورات التدريبية في توظيف استراتيجيات التعليم الهجين.	*0.94
	6	ضعف التعاون بين إدارة الكلية وأعضاء هيئة التدريس لقلة الوعي بأهمية التعليم الهجين.	*0.93
	7	ضعف الإمكانيات التقنية اللازمة لتطبيق استراتيجيات التعليم الهجين بالكلية.	*0.89
	8	صعوبة استخدام التعليم الهجين في تغطية بعض المهارات.	*0.96
	9	استخدام التعليم الهجين يزيد الأعباء على أعضاء هيئة التدريس.	*0.97
	10	نقص الوعي بأهمية التعليم الهجين في التدريس .	*0.92
	11	صعوبة تنفيذ أساليب التقويم الإلكترونية.	*0.94
	12	صعوبة تنفيذ التعليم الهجين بالمقارنة مع التعليم اليومي.	*0.91
	13	عدم توفر محتوى إلكتروني لمقرر طرق تدريس التربية الرياضية.	*0.90
	14	قلة خبرة أعضاء هيئة التدريس باستراتيجيات التعليم الهجين.	*0.93
	15	ضعف مهارات أعضاء هيئة التدريس في استخدام الحاسب الآلي.	*0.91
	16	كثافة المناهج الدراسية من حيث المحتوى والأنشطة والتقويم في مقررات التعلم الهجين	*0.96
	17	صعب تنظيم الحوار في بيئة التعليم الهجين عنها في البيئة التقليدية.	*0.94

*قيمة "ر" الجدولية عند مستوي 0.05 =0.805

يتضح من جدول (5) أن معامل الارتباط لعبارات محاور الاستبيان تراوحت ما بين (0.89 0.97) حيث ان قيم "ر" المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية مما يدل علي اتساق العبارات وبالتالي صدق الاستبيان.

ثبات الاستبيان:

تم حساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية وتعتمد هذه الطريقة على تجزئة الاستبيان إلى نصفين متساويين لاستخراج قيمة معامل ثباته، وذلك عن طريق استخدام المفردات الفردية فى مقابل المفردات الزوجية، إلا إنه بعد إيجاد قيمة معامل الارتباط بين نصفى الاستبيان يجب تصحيح قيمة المعامل الناتج؛ حيث إنه يمثل معامل ثبات نصف الاستبيانوذلك بالتطبيق على مجموعة الدراسة الاستطلاعية، وتم حساب معامل الثبات للمقياس كما موضح بجدول(4).

جدول (4)
ثبات عبارات محاور الاستبيان

م	المحاور	معامل الارتباط	معامل الثبات	سبيرمان	الفا كرونباخ
1	معوقات الخدمات بالتعلم الهجين	*0.488	*0.656	*0.546	*0.752
2	معوقات البنية التحية لاستخدام التعلم الهجين.	*0.546	*0.505	*0.684	*0.739
3	معوقات متعلقة بالطلاب	*0.496	*0.663	*0.565	*0.703
4	معوقات متعلمة بأعضاء هيئة التدريس	*0.619	*0.472	*0.571	*0.700
5	معوقات متعلقة بالمنهج	*0.560	*0.718	*0652	*0.742
	المعوقات التي تواجه أعضاء هيئة التدريس عند توظيف التعليم الهجين	*0.662	*0.639	*0.703	*0.889

يتضح من الجدول رقم (4) وجود ارتباط دال إحصائياً بين درجات العينة على العبارات الزوجية للمقياس والعبارات الفردية حيث أن قيمة "ر" المحسوبة أعلى من قيمتها الجدولية وهذا يعني تقارب درجات نصفي الاستبيان، كما تراوحت قيم الفاكرونباخ ما بين (0.742) الي (0.889) مما يدل على ثباته.

تطبيق الاستبيان فى صورته النهائية:

تم تطبيق الاستبيان على العينة قيد الدراسة فى الفترة من 2022/5/29م وحتى يوم الخميس 2022/6/15م.

وقد اتبعت الباحثالخطوات التالية:

1- توزيع الاستبيان على الطلاب (عينة البحث) بكليات التربية الرياضية.

2- شرح محتوى الاستمارات للعينة وإيضاح الهدف منها.

3- شرح أسلوب الإجابة على العبارات.

المعالجات الإحصائية:

استخدام برنامج الحزمة الإحصائي للعلوم الاجتماعية (spss) لحساب المعاملات الاحصائية المستخدمة بالبحث، واستخدم الباحث لمعالجة البيانات إحصائياً ما يلى:

- المتوسط الحسابي ، والانحراف المعياري.
- معامل الفا كرونباخ.
- معامل الارتباط بيرسون .
- اختبار (كا2).

عرض ومناقشة النتائج:

عرض ومناقشة نتائج: الدلالات الإحصائية معوقات استخدام التعلم الهجين في تدريس مقرر طرق تدريس التربية الرياضية

جدول (5)

الدلالات الإحصائية لاراء عينة البحث في معوقات الخدمات بالتعليم الهجين

(ن = 257)

م	عبارات الاستبيان	الاستجابات			المتوسط الحسابي	الوزن النسبي	كا2
		موافق	الي حد ما	غير موافق			
1	التزام بمواعيد التواصل اون لين	33	109	114	2.32	77.21	*48.29
2	يوجد دعم فني متواصل لحل المعوقات الطارئة للتواصل.	22	115	119	2.38	79.30	*70.60
3	إمكانية الاحتفاظ بالأنشطة المقدمة اون لين وإعادة عرضها في أي وقت لتدريب عليها.	21	101	134	2.44	81.38	*79.13
4	يشمل المحتوي التعليمي علي تمارين ومهام منزلية تساعد على التعلم.	20	104	132	2.44	81.25	*79.63
5	يساهم التعليم الهجين التفاعل المستمر مع عضو هيئة التدريس.	19	130	107	2.34	78.13	*80.45
6	نظام التعليم الهجين يوفر تواصلاً مباشراً بين الطالب وعضو هيئة التدريس.	18	100	138	2.47	82.29	*88.16
7	هناك سهولة في ارسال واستلام الأنشطة التعليمية.		124	20	2.36	78.65	*75.88
8	قلة المصادر العلمية الحديثة والمطلوبة للدراسة.	140	94	22	2.46	82.03	*82.91
9	لا يوجد تناسب بين الوقت المخصص للدراسة والموضوعات المعطاة.	112	124	20	2.36	78.65	*75.88

* قيمة(كا2) عند مستوى معنوية(0.05) ودرجة حرية(2) = (5.99)

يتضح من الجدول رقم (5) أن: المتوسط الحسابي لاستجابات عينة الدراسة في معوقات الخدمات بالتعليم الهجين تراوح ما بين (2.32) لعبارة رقم (1) " التزام بمواعيد التواصل اون لين" لصالح الاستجابة غير موافق الي (2.47)، لعبارة رقم (6) " نظام التعليم الهجين يوفر تواصلاً مباشراً بين الطالب وعضو هيئة التدريس "صالح الاستجابة غير موافق، كما يتضح ان قيمة (كا^2) المحسوبة أكبر من الجدولية (5.99)، لجميع العبارات معوقات الخدمات بالتعليم الهجين، مما يظهر وجود فروق ذات دلالة احصائية في كل العبارات.

جدول (6)

الدلالات الإحصائية لاراء عينة البحث في معوقات البنية التحية لاستخدام التعلم الهجين

(ن = 257)

م	عبارات الاستبيان	الاستجابات			المتوسط الحسابي	الوزن النسبي	كا2
		موافق	الي حد ما	غير موافق			
10	عدد القاعات المتواجدة داخل الكلية لا يناسب عدد الطلاب	140	101	15	2.49	82.94	*95.87
11	شبكة الانترنت داخل الكلية ضعيفة	130	97	29	2.39	79.82	*62.16
12	ارتفاع تكلفة استخدام التعليم الهجين	124	110	22	2.40	79.95	*71.66
13	يحتاج التعليم الهجين الي برامج قد لا يستطيع الطالب من توافرها	131	110	15	2.45	81.77	*89.54
14	عدد الأجهزة المستخدمة داخل المعامل الدراسية قليل	136	90	30	2.41	80.47	*66.22
15	صعوبة الدخول إلى المواقع الإلكترونية في الإنترنيت والخاصة بالجامعة	140	101	15	2.49	82.94	*95.87

* قيمة(كا2) عند مستوى معنوية(0.05) ودرجة حرية(2) = (5.99)

يتضح منالجدول رقم (6) أن: المتوسط الحسابي لاستجابات عينة الدراسة في معوقات البنية التحية لاستخدام التعلم الهجينتراوح ما بين (2.39) لعبارة رقم (11) " شبكة الانترنت داخل الكلية ضعيفة" لصالح الاستجابة موافق الي (2.49)، لعبارة رقم (10، 15) " عدد القاعات المتواجدة داخل الكلية، لا يناسب عدد الطلاب، صعوبة الدخول إلى المواقع الإلكترونية في الإنترنيت والخاصة بالجامعة" لصالح الاستجابة موافق، كما يتضح ان قيمة (كا^2) المحسوبة أكبر من الجدولية (5.99)، لجميع العبارات معوقات البنية التحية لاستخدام التعلم الهجين، مما يظهر وجود فروق ذات دلالة احصائية في كل العبارات.

جدول (7)

الدلالات الإحصائية لاراء عينة البحث في معوقات متعلقة بالطلاب

(ن = 257)

م	عبارات الاستبيان	الاستجابات			المتوسط الحسابي	الوزن النسبي	كا2
		موافق	الي حد ما	غير موافق			
16	هناك نقص في الخبرات لدي معظم الطلاب في التعامل مع شبكة الانترنت	131	107	18	2.44	81.38	*83.07
17	اقتناع الطلاب بجدوى استخدام منظومة التعليم الهجين	37	99	120	2.32	77.47	*43.65
18	توافر الانترنت لدي الطلاب في المنزل	11	113	132	2.47	82.42	*99.24
19	يمتلك الطلاب مهارات الحاسب الالي ومنظومة التعليم الهجين	24	108	124	2.39	79.69	*67.63
20	تهمل منظومة التعليم الهجين تنمية الجانب الوجداني للطلاب	120	124	12	2.42	80.73	*94.63
21	شعور الطلاب بالقلق عن التعامل مع الاختبارات الالكترونية	137	105	14	2.48	82.68	*95.45
22	انشغال الطلاب بمواقع ليس لها علاقة بالتعليم الهجين	141	94	21	2.47	82.29	*85.70
23	هناك تدريب للطلاب على المنصة الالكترونية قبل بدء العام الدراسي.	135	100	21	2.45	81.51	*79.93
24	ضعف دافعية الطلبة للدراسة	131	104	21	2.43	80.99	*77.02
25	ضعف إعداد الطالب علميا ومهنيا.	134	99	23	2.43	81.12	*75.48

* قيمة(كا2) عند مستوى معنوية(0.05) ودرجة حرية(2) = (5.99)

يتضح منالجدول رقم (7) أن: المتوسط الحسابي لاستجابات عينة الدراسة في معوقات متعلقة بالطالب تراوح ما بين (2.32) لعبارة رقم (17) " اقتناع الطلاب بجدوى استخدام منظومة التعليم الهجين" لصالح الاستجابة غير موافق الي (2.48)، لعبارة رقم (21) " شعور الطلاب بالقلق عن التعامل مع الاختبارات الالكترونية "صالح الاستجابة موافق، كما يتضح ان قيمة (كا^2) المحسوبة أكبر من الجدولية (5.99)، لجميع العبارات معوقات متعلقة بالطالب، مما يظهر وجود فروق ذات دلالة احصائية في كل العبارات.

جدول (8)

الدلالات الإحصائية لاراء عينة البحث في معوقات متعلمة بأعضاء هيئة التدريس

(ن = 257)

م	عبارات الاستبيان	الاستجابات			المتوسط الحسابي	الوزن النسبي	كا^2
		موافق	الي حد ما	غير موافق			
26	تشجع بيئة الدراسة بالكلية المحيطة على استخدام التعليم الهجين	27	101	128	2.39	79.82	*64.09
27	عدم تمكن عضو هيئة التدريس من استخدام منظومة التعليم الهجين	134	99	23	2.43	81.12	*75.48
28	ضعف التنسيق بين الطالب وأعضاء هيئة التدريس	137	96	23	2.45	81.51	*78.15
29	الاعتماد المباشر علي أسلوب الشرح اللفظي في المحاضرات	120	113	23	2.38	79.30	*68.59
30	ضعف الرقابة من أعضاء هيئة التدريس علي الطلاب	127	102	27	2.39	79.69	*63.48
31	غياب دور الأستاذ في توضيح المفاهيم والحقائق العلمية.	124	109	23	2.39	79.82	*69.62
32	لا يوجد اثر لطرائق التدريس.	130	101	25	2.41	80.34	*68.91
33	الافتقار إلى الخبرات التعليمية المباشرة	118	113	25	2.36	78.78	*64.13
34	الافتقار إلى الإدارة التربوية الصفية	132	97	27	2.41	80.34	*66.99
35	غياب المشاركة الجماعية في أنشطة التفكير	122	105	29	2.36	78.78	*57.48

* قيمة(كا2) عند مستوى معنوية(0.05) ودرجة حرية(2) = (5.99)

يتضح منالجدول رقم (8) أن: المتوسط الحسابي لاستجابات عينة الدراسة في معوقات بأعضاء هيئة التدريس تراوح ما بين (2.36) لعبارة رقم (33، 35) " الافتقار إلى الخبرات التعليمية المباشرة،غياب المشاركة الجماعية في أنشطة التفكير" لصالح الاستجابة موافق الي (2.45)، لعبارة رقم (28) " ضعف التنسيق بين الطالب وأعضاء هيئة التدريس"صالح الاستجابة موافق، كما يتضح ان قيمة (كا^2) المحسوبة أكبر من الجدولية (5.99)، لجميع العبارات معوقات بأعضاء هيئة التدريس ، مما يظهر وجود فروق ذات دلالة احصائية في كل العبارات.

جدول (9)

الدلالات الإحصائية لاراء عينة البحث في معوقات متعلقة بالمنهج

(ن = 257)

م	عبارات الاستبيان	الاستجابات			المتوسط الحسابي	الوزن النسبي	كا^2
		موافق	الي حد ما	غير موافق			
36	يساعد حجم المحتوي التعليمي على استخدام التعليم الهجين	29	98	129	2.39	79.69	*61.41
37	تقل الأنشطة التعليمية الداعمة لتوظيف التعليم الهجين	120	107	29	2.36	78.52	*56.77
38	يصعب تطبيق المقرر الدراسي في نظام التعليم الهجين	129	100	27	2.40	79.95	*64.74
39	الافتقار إلى مفردات محددة للمنهج الدراسي	132	101	23	2.43	80.86	*73.93
40	تنوع الموضوعات الدراسية للمقرر الدراسي واتساعها	133	100	23	2.43	80.99	*74.68
41	المناهج لا تلبي حاجة المتعلم الفعلية	135	100	21	2.45	81.51	*79.93
42	غياب الجانب التطبيقي في بعض الاختصاصات التي تستوجب ذلك.	127	106	23	2.41	80.21	*70.88
43	ضعف المهارات الأكاديمية الواجب إتقانها عند الطلبة	134	99	23	2.43	81.12	*75.48

* قيمة(كا2) عند مستوى معنوية(0.05) ودرجة حرية(2) = (5.99)

يتضح من الجدول رقم (9) أن: المتوسط الحسابي لاستجابات عينة الدراسة في معوقات متعلقة بالمنهج تراوح ما بين (2.36) لعبارة رقم (37) " تقل الأنشطة التعليمية الداعمة لتوظيف التعليم الهجين" لصالح الاستجابة موافق الي (2.45)، لعبارة رقم (41) " المناهج لا تلبي حاجة المتعلم الفعلية "صالح الاستجابة موافق، كما يتضح ان قيمة (كا^2) المحسوبة أكبر من الجدولية (5.99)، لجميع العبارات معوقات متعلقة بالمنهج، مما يظهر وجود فروق ذات دلالة احصائية في كل العبارات.

ويعزو الباحث هذه النتائج الي ان هناك معوقات متعلقة بالخدمات المستخدمة في التعليم الهجين والتي كانت ابرازها " عدم التزام بمواعيد التواصل اون لين، وان نظام التعليم الهجين لا يوفر تواصلاً مباشراً بين الطالب وعضو هيئة التدريس.

كما جاءت معوقات البنية التحية لاستخدام التعلم الهجين والتي تمثلت فيان شبكة الانترنت داخل الكلية ضعيفة ، وان عدد القاعات المتواجدة داخل الكلية، لا يناسب عدد الطلاب، صعوبة الدخول إلى المواقع الإلكترونية في الإنترنيت والخاصة بالجامعة.

كما أظهرت النتائج ان هناك معوقات متعلقة بالطالب والتي جاءت في عدم اقتناع الطلاب بجدوى استخدام منظومة التعليم الهجين و شعور الطلاب بالقلق عن التعامل مع الاختبارات الالكترونية .

كما جاء المعوقات المتعلقة بأعضاء هيئة التدريس في الافتقار إلى الخبرات التعليمية المباشرة التي يكتسبها الطلاب من أعضاء هيئة التدريس، غياب المشاركة الجماعية في أنشطة التفكير، وضعف التنسيق بين الطالب وأعضاء هيئة التدريس

واظهرت النتائج ان هناك معوقات متعلقة بالمنهج تمثلت في ان الأنشطة التعليمية الداعمة لتوظيف التعليم الهجين قليلة جداوان المناهج لا تلبي حاجة المتعلم الفعلية.

واتفقت نتائج هذه الدراسة مع ما أشار عبد اللاه إبراهيم الفقي (2011م) ان هناك معوقات تواجه الطلاب في استخدام استراتيجية التعليم المدمج وذلك في المقررات الدراسية المختلفة. (5: 53)

كما اشارت ولاء محمد عطية م (2021م) ان هناك معوقات تعوق استخدام المدمج بجامعة القاهرة بدرجة كبيرة، كما جاءت المتعلقة بالبنية التحية والمتعلقة بأعضاء التدريس والمنهج. (8)

كما يري يانج (Yang, 2012) ان هناك معوقات وصعوبات عند تطبيق التعليم المدمج بضعف البنية التحتية، وعدم توافر الأجهزة ووسائل الاتصال عن طريق الانترنت بالمحلة الجامعية.(12)

جدول (10)

الدلالات الإحصائية لاراء عينة البحث في المعوقات التي تواجه أعضاء هيئة التدريس عند توظيف التعليم الهجين (ن = 7)

م	عبارات الاستبيان	الاستجابات			المتوسط الحسابي	الوزن النسبي	كا2
		موافق	الي حد ما	غير موافق			
1	الأعطال المفاجئة لأجهزة الحاسب الآلي.	5	1	1	2.57	85.67	4.57
2	ضعف شبكات الإنترنت في المنازل.	4	2	1	2.43	81.00	2.00
3	صعوبة تنفيذ التعليم الهجين بسبب كثرة أعبائهم الوظيفية.	5	2	0	2.71	90.33	5.43
4	عدم توفر أجهزة الحاسب الآلي لدى أعضاء هيئة التدريس.	5	1	1	2.43	81.00	4.57
5	قلة الدورات التدريبية في توظيف استراتيجيات التعليم الهجين.	3	4	0	3.00	100.00	3.71
6	ضعف التعاون بين إدارة الكلية وأعضاء هيئة التدريس لقلة الوعي بأهمية التعليم الهجين.	7	0	0	2.29	76.33	14.00
7	ضعف الإمكانيات التقنية اللازمة لتطبيق استراتيجيات التعليم الهجين بالكلية.	4	1	2	2.43	81.00	2.00
8	صعوبة استخدام التعليم الهجين في تغطية بعض المهارات.	5	0	2	2.86	95.33	5.43
9	استخدام التعليم الهجين يزيد الأعباء على أعضاء هيئة التدريس.	6	1	0	2.43	81.00	8.86
10	نقص الوعي بأهمية التعليم الهجين في التدريس .	4	2	1	2.57	85.67	2.00
11	صعوبة تنفيذ أساليب التقويم الإلكترونية.	4	3	0	2.71	90.33	3.71
12	صعوبة تنفيذ التعليم الهجين بالمقارنة مع التعليم اليومي.	5	2	0	2.57	85.67	5.43
13	عدم توفر محتوى إلكتروني لمقرر طرق تدريس التربية الرياضية.	4	3	0	2.71	90.33	3.71
14	قلة خبرة أعضاء هيئة التدريس باستراتيجيات التعليم الهجين.	5	2	0	2.86	95.33	5.43
15	ضعف مهارات أعضاء هيئة التدريس في استخدام الحاسب الآلي.	6	1	0	2.57	85.67	8.86
16	كثافة المناهج الدراسية من حيث المحتوى والأنشطة والتقويم في مقررات التعلم الهجين	5	1	1	2.29	76.33	4.57
17	صعب تنظيم الحوار في بيئة التعليم الهجين عنها في البيئة التقليدية.	4	1	2	2.43	81.00	2.00

* قيمة(كا2) عند مستوى معنوية(0.05) ودرجة حرية(2) = (5.99)

يتضح من الجدول رقم (10) أن: المتوسط الحسابي لاستجابات عينة الدراسة في معوقات التي تواجه أعضاء هيئة التدريس عند توظيف التعليم الهجين تراوح ما بين (2.29) لعبارة رقم (16) " كثافة المناهج الدراسية من حيث المحتوى والأنشطة والتقويم في مقررات

التعلم الهجين " لصـــالح الاســـتجابة موافق الي (3.00)، لعبارة رقم (5) " الم قلة الدورات التدريبية في توظيف استراتيجيات التعليم الهجين "صالح الاستجابة موافق، كما يتضح ان قيمة (كا^2) المحســـوبة أكبر من الجدولية (5.99)، لجميع العبارات معوقات متعلقة بالمنهج، مما يظهر وجود فروق ذات دلالة احصائية في كل العبارات.

كما أظهرت النتائج ان هناك المعوقات التي تواجه أعضـاء هيئة التدريس عند توظيف التعليم الهجين والتي جاءت في صـــعوبة تنفيذ التعليم الهجين بســـبب كثرة أعبائهم الوظيفية، صعوبة استخدام التعليم الهجين في تغطية بعض المهارات، عدم توفر محتوى إلكتروني لمقرر طرق تدريس التربية الرياضية، قلة خبرة أعضاء هيئة التدريس باستراتيجيات التعليم الهجين.

كما يري يانج (Yang, 2012) ان هناك معوقات وصـــعوبات عند تطبيق التعليم المدمج بضـــعف البنية التحتية، وعدم توافر الأجهزة ووســـائل الاتصـــال عن طريق الانترنت بالمحلة الجامعية.(12)

كما اشـارت ولاء محمد عطية م (2021م) ان هناك معوقات تعوق اسـتخدام المدمج بجامعة القاهرة بدرجة كبيرة، كما جاءت المتعلقة بالبنية التحية والمتعلقة بأعضـــاء التدريس والمنهج. (8)

الاستنتاجات والتوصيات

اولاً: الاستنتاجات:

1- التعليم الهجين لا يحدد وقت للتعلم فيسـتطيع المعلم وضـع المادة كلها مرة واحدة ويتعامل الطالب معها من خلال حلقات النقاش والتعيينات.

2- كثافة المناهج الدراسية من حيث المحتوى والأنشطة والتقويم في مقررات التعليم الهجين.

3- أن نظام التعليم الهجين في الجامعة ما زالت أهدافه غير واضـــحة ولم يتم الإعداد له جيدا وذلك حسب وجهة نظر الطلاب أنفسهم.

4- نقص الوعي عند الدارسين بأهمية استخدام تكنولوجيا الاتصالات الحديثة يؤثر سلباً على بيئة التعليم الهجين.

5- الصعوبات التي تواجه الطلبة في بيئة التعلم قد تكون الاتصال بالإنترنت وضعفه، وتوفر جهاز كمبيوتر.

6- تغيير دور أستاذ المقرر في بيئة التعلم الهجين من المصدر للمعرفة إلى المرشد والموجه يعد من المعوقات التي تواجه الطلاب.

7- عدم التزام بمواعيد التواصل اون لين، وان نظام التعليم الهجين لا يوفر تواصلاً مباشراً بين الطالب وعضو هيئة التدريس من اهم المعوقات التعليم الهجين.

8- تعد معوقات البنية التحية لاستخدام التعلم الهجين حيث ان شبكة الانترنت داخل الكلية ضعيفة، وان عدد القاعات المتواجدة داخل الكلية، لا يناسب عدد الطلاب، صعوبة الدخول إلى المواقع الإلكترونية في الإنترنيت والخاصة بالجامعة.

توصيات الدراسة.

بناء على النتائج السابقة يوصي الباحث في هذه الدراسة بما يلي:

1- توفير البنية التحتية لهذا النوع من التعليم وتشمل: إعداد الكوادر البشرية المدربة،وتوفير خطوط الاتصالات المطلوبة، وأجهزة الحاسوب، والدعم الفني.

2- وضع برامج لتدريب الطلاب، وأعضاء هيئة التدريس للاستفادة القصوى من التقنية.

3- ضرورة إعادة النظر في العبء لعضو هيئة التدريس، نظرا لأنه المساهم الرئيس في صناعة هذا التعليم.

4- توسيع شبكة المختبرات وزيادة نسبة أجهزة الحاسوب المخصصة للدارسين للمساعدة في حصولهم على أفضل التقنيات الوصول لمصادر المعلومات ونشر ثقافة التعليم الهجين بينهم بشكل أوسع.

5- توفير خدمات الصيانة الدوية للأجهزة والأدوات المستخدمة في التعليم الهجين.

6- تعديل المناهج والمقررات الدراسية بما يتناسب مع التعليم الهجين.

7- تدريب الطلاب وأعضاء هيئة التدريس علس كيفية استخدام التعليم الهجين.

8- اجراء المزيد من الدراسات والأبحاث لوضع الحلول لهذه المعوقات.

قائمة المراجع:

اولاً: قائمة المراجع العربية:

1 احمد بن معجون العنزي : مستوى جودة التعليم المدمج ومعوقات توظيفة في مقرر الحاسب الالي من وجهة نظر الطلبة بجامعة الحدود الشمالية في ضوء بعض المتغيرات، مجلة كلية التربية، جامعة الازهر، 2018م

2 أحمد سليمان إبراهيم دراسة تحليلية للتعليم الهجين في ظل جائحة كورونا لكليات التربية الرياضية في إطار تطوير التعليم الجامعي، مجلة بني سويف لعلوم التربية البدنية والرياضية، مج4, ع8، جامعة بني سويف – كلية التربية الرياضية

3 حنان رجاء عبدالسلام : استراتيجية مقترحة للتعلم الخليط قائمة على نموذج بابي البنائي وفاعليتها في تنمية مهارات حل المعوقات البيئية لدي طالبات كلية التربية، المجلة المصرية للتربية العلمية، الجمعية المصرية للتربية العلملية، 2012م

4 رامي محمد مبارك : تقويم مقرر طرق تدريس التربية الرياضية في ضوء متطلبات الكفايات التدريسية للطالب المعلم ببعض كليات التربية الرياضية, رسالة دكتوراه , كلية التربية الرياضية , جامعة المنصورة , 2019م .

5 عبد اللاه إبراهيم الفقي : التعليم المدمج (التصميم التعليم – الوسائط المتعددة – التفكير الابتكاري)، كلية التربية النوعية , جامعة كفر الشيخ , 2011م .

6 كمال عبد الحميد إسماعيل، ومحمد نصر الدين رضوان : مقدمة التقويم في التربية الرياضية، دار الفكر العربى، القاهرة، 1994م.

7 محمد جمال عبد السميع : تقييم مقرر طرق تدريس التربية الرياضية (2) بكلية التربية الرياضية جامعة دمياط رسالة ماجستير , كلية التربية الرياضية , جامعة المنصورة , 2020م .

8 ولاء محمد عطية محمد واقع التعلم الهجين بمرحلة رياض الاطفال في ظل جائحة كورونا، مجلة دراسات في الطفولة والتربية، ع17، جامعة أسيوط – كلية التربية للطفولة المبكرة، 2021

9 يحيي عبدالخالق يوسف : اثر استخدام التعليم المتماذج " الخليط" في تحصيل طلاب المرحلة الثانوية في مادة الفقة واتجاهات نحوة، مجلة القراءة والمعرفة، جامعة عين شمس، كلية التربية، 2010م.

ثانياً: قائمة المراجع الاجنبية:

10 Mohammed, M Perceptions and Attitudes towards Blended Learning forEnglish Courses: A Case Study of Students atUniversity of Bisha,English Language Teaching, 8, 9, 2015

11 Vaughan, N perspectives on blended learning in higher education,International Journal on E-Learning , 6,1, 2007.

12 Yang, Y Blended learning for college students with English reading difficulties,Computer Assisted Language Learning. 25, 2, 2012.

تأثير برنامج تعليمي بإستخدام الذكاءات المتعددة علي بعض مهارات تنس الطاولة لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة أسيوط

د/ دينا عبدالرحيم مهني

المقدمة ومشكلة البحث :

إن حيوية المجتمع ونشاطه فى عصر التقدم العلمى والتقنى تتوقف إلى حد كبير على مدى فاعلية نظامة التعليمى، فالتربية سمة العصر، وبدون التربية ما كانت لتتحقق الإنجازات الهائلة والتغيرات السريعة فى مجالات العلم والتقنية وخاصة فى ظل تكيف النظام التعليمي مع المتغيرات الأجتماعية والأقتصـــادية والتقنية والفكرية التى تســـتجد مع مرور الزمن ، ولعل التطور والتغير المستمر هو طابع العصر الذى نعيشة ، فالنهضة العلمية والتكنولوجية الواسعة التى أفرزت لنا العديد من الوســائل والتقنيات الحديثة التى أســهمت وبشــكل فاعل فى تطوير وتحديث مجالات الحياة المختلفة (4 : 9) .

ويذكر "عبد الهادي مصـــباح" (2006) نقلا عن "هوارد جاردنر" أن النجاح في الحياة يتطلب ذكاءات متعددة ومتنوعة وينتهي إلي أن أهم إنجاز أو إسهام يمكن أن يقدمه التعليم من أجل تنمية الأفراد ، هو توجيههم نحو المجالات التي تتناســب مع أوجه التميز الموجودة لديهم ، حيث يتحقق لهم انذلك الرضـــا عما يفعلون ، والأمتياز والكفاءة لما ينتجون ، وذلك بدلا من الأسلوب العقيم الذي يعتمد علي جانب واحد من التقييم ، يتم من خلاله تقييم الطلاب إلي أفضـــل وأقل ذكاء ، فالاهتمام بإكتشـــاف أوجه الكفاءة والموهبة الطبيعية لديهم يمكننا من تنميتها والأستفادة منها (21 :71) .

ويري "جابر عبد الحميد"(1997) أن الذكاء يهتم بتكيف الفرد أو توافقه ، مع البيئة الكلية التي تحيط به أو مع بعض جوانبها ليصـــبح ذكاء الفرد مرهون بمدى قابليته للتعلم بالمعني الشامل ، فكلما ازداد ذكاؤه كان أكثر أستعداد للتعلم واتسع مجال خبرته ونشاطه (9 :41).

*/مدرس بقسم المناهج وطرق التدريس كلية التربية الرياضية جامعة أسيوط

ويري " حمدان الشـــامي " (2008) أن نظرية الذكاءات المتعددة لها عظيم الأثر في ميدان التربية والتعليم فخلال الســـنوات القليله أهتمت المدارس بتنظيم مناهجها التعليمية وأنشطتها الدراسية وفق نظرية الذكاءات المتعددة لتكون مجال للإبداع في جوانبه المختلفة ، والذي يكشـــف عن القدرات الكامنة لدى المتعلمين والتي تحتاج إلي تحســـين وتطوير إذ يعد مدخلا لإنشـــاء علاقات صـــفية فاعلة قادرة علي التعلم بأســـاليب ذاتية وجماعية لتحقيق أهداف محددة ، ويمكن للمعلم أن يلعب دورا بارزا في هذا المجال وخاصة في تطبيق استراتيجيات تدريسية معينة تتفق مع نوع الذكاء الذى يريد تنميتة أو تحسينه لدي المتعلمين ، كما أن البرامج القائمة علي نظرية الذكاءات المتعددة لها دور هام في زيادة التحصيل الدراسي للتلاميذ الذين كانت لديهم مشكلة تحصيليه ، وتلقي نجاحاً عالياً بين الأوساط التعليمية حيث أنها تسهم في زيادة الفهم والتحصيل الأكاديمي (12 : 18) .

ويشـــير "محمد عبد الهادي" (2003) إلي أن الأفراد كما يختلفون من حيث ميولهم واتجاهاتهم وشخصياتهم ، فهم مختلفون أيضا من حيث أنواع الذكاءات التي يمتلكونها الأمر الذى يفتح المجال أمام المربيين لكســـر النظرة الموحدة للتعلم واســـتثمار القدرات العقلية والمعرفية التي يمتلكها المتعلمين والعمل على رعايتها وقد جاءت نظرية الذكاءات المتعددة لتقدم المعرفة العلمية من خلال الأنتقال من ذكاء إلي أخر ليتم تنشيط كل ذكاء علي حده وذلك من خلال إستراتيجيات التعليم التي تتناسب مع أنماط التعليم المختلفة ليتسني مخاطبة ذكاء كل طالب من المدخل الذي يناسبه (39 : 37 ، 123،38) .

ويضيف "مارتن وديفيد Martin & David "(2000) إلي ضرورة أن يدرس المعلم لكل الطلاب بطرق وأساليب مختلفة تراعي الفروق الفردية بينهم وأختلاف قدراتهم (56 : 33)

كما أشارت بعض المراجع العلمية والدراسات السابقة كدراسة كل من " أبو بكر مرسي "(2002) ،" إمام ســـيد "(2001) علي أهمية مراعاة قدرات المتعلمين والفروق الفردية بينهم الأمر الذى يســـتوجب من المعلم إدراك هذه الفروق أثناء التدريس وعمل موائمة بينها وبين

أساليب وإستراتيجيات التدريس المستخدمة وذلك للوصول بالمتعلمين إلى الحد الأمثل فى الأداء (1 : 39) (5 : 25) .

كما يشغل الذكاء الانساني حيزاً كبيراً من اهتمام الباحثين في العلوم التربوية والإنسانية و البيولوجية، وقد تنوعت اساليب العلماء في تحديد خصائص الذكاء و لكنهم واجهوا مشكلة اساسية وهي تحديد طبيعة هذا الذكاء، هل هو قدرة عقلية واحدة ام انه مجموعة من القدرات المستقلة، فالنظرة التقليدية للذكاء تعتبر الذكاء الانساني واحداً لا يتعدد يقاس بمجموعة من الاختبارات واعتقد الكثيرون من المعلمين سابقاً بان اداء بعض الافراد افضل من غيرهم بسبب تفوقهم في قدرات الذكاء الثابتة، فظلت النظرة محددة لفترة زمنية طويلة من حيث القدرات العقلية واللفظية والرياضية واهملت قدرات الابداع والقدرات المكانية والشخصية والطبيعية والاجتماعية، فظهرت العديد من النظريات رداً على النظرة الضيقة للذكاء تؤكد ان الذكاء الانساني يشتمل على قدرات عقلية متعددة مستقلة عن بعضها البعض والتي يمكن تسميتها بالذكاءات المتعددة وقد توصل (Gardner) الى وجود (8) ذكاءات متعددة هي: الذكاء اللغوي، الذكاء المنطقي، الذكاء الموسيقي، الذكاء الجسمي الحركي، الذكاء المكاني، الذكاء الذاتي، الذكاء الشخصي الاجتماعي، الذكاء التطبيقي، واضيف اليها حديثاً الذكاء الوجودي" (42 : 59) (54 : 155) (55 :98).

ومن خلال إطلاع الباحثة السابقة والبحوث مثل دراسة مروي محمود عبد المجيد (2017)(46)"رامي صالح حلاوة (2016)(16)" مرسي محمد (2014)(45)" علية زهدي، نيفين محمد (2013)(24) وجدت أن جميع الدراسات والبحوث التى تناولت تأثير بعض البرامج على الذكاءات المتعددة أظهرت النتائج أن البرامج القائمه علي الذكاءات المتعددة تساهم في التحسن المهاري في المجال الرياضي .

وتشير كل من " علية زهدى ، نيفين زيدان " (2013) إلى أن الذكاءات المتعددة ، يستخدمها اللاعبون في مواجهتهم للمواقف المتغيرة أثناء التدريب و المنافسة بحيث يتفاعل مع بعضها داخل هذا النموذج الذي ينظمها ويرسم لها تدرجاً خاصاً يأخذ شكلاً متسلسل على

قمته نمط الذكاء ويأتى من بعده باقي الذكاءات في ترتيب تنازلي وفقاً لأهميتهم في النشاط.(24 : 79).

وعلى الرغم من أهمية استخدام الأساليب والاستراتيجيات الحديثة في التعليم والتدريس ، وظهور نظرية الذكاءات المتعددة التي تدعو إلى تطوير التعليم وأساليبه، ومراعاة الفروق الفردية بين الطلاب والتعامل معهم وفقاً لأنماط ذكائهم إلا أن هناك قصور شديد في برامج تعليم الطلاب للمهارات في تنس الطاولة، ومن خلال طبيعة عمل الباحثة فى مجال تدريس وتعليم (ألعاب المضرب) واطلاعها على العديد من المراجع العلمية والدراسات السابقة وجدت ندرة في الدراسات التي تناولت نظرية الذكاءات المتعددة في تعليم المهارات الرياضية المختلفة وهذا ما يؤكده علوان حسون (2010م)(23).

وتري الباحثة أن الطلاب الذين لديهم ذكاءاً عالياً يعملون بجدية أكثر من غيرهم ويحققوا نجاحات أكثر وأداء فنياً عالي الدقة وعند مقارنة الطلاب بمن هم أقل من مستواهم في الذكاء فأنهم يكونوا أفضل في أداء المهارات حيث يؤدي الطالب المهارة بدقة عالية عن غيره وكذلك يكون لديه سرعة رد فعل وحسن تصرف في مواقف اللعب المختلفة أثناء عملية التعليم ، ولا يظهر قدرة أي طالب إلا عند أداء المهارات الفنية ويجتهد حتي يصل إلى حل لها خاصة في الألعاب الرياضية المتعددة المهارات مثل لعبة تنس الطاولة والتى تعتبر من الألعاب ذات المهارات الحركية التي تعتمد أعتماد كبير علي قدرة الطالب علي السرعة البديهية في الأداء ، ومن هنا تكمن أهمية البحث في معرفة الدور الذى يلعبة الذكاء لدى الطلاب الذي يتعلم تنس طاولة بما يحتويها على مختلف المهارات الهجومية والدفاعية وسرعة رد فعل والدقة والتي يحتاج لطالب لديه ذكاء في أداء كل المهارات في تنس طاولة.

لهذا جاء البحث الحالي كمحاولة لدمج الذكاءات المتعددة في البرامج التعليمية للتربية الرياضية وقياس مدى فاعليتها ، استناداً إلى الاتجاهات التربوية الحديثة التي توصى بضرورة إتباع بدائل تعليمية متعددة وتتلائم مع القدرات العقلية لكل الطلاب والمتمثلة في ذكائهم المتعدد ، كما أن واقع التعليم المتبع حالياً مازال يعتمد على أسلوب تعليم واحد لجميع الطلاب(الأسلوب التقليدي) بصرف النظر عن مدى ملائمة ذلك مع القدرات العقلية المتباينة لديهم ،

وتمشيه مع أسلوب التعلم الخاص والمفضل لكل منهم ، ومن هنا جاءت فكرة البحث للتعرف على مدى تأثير برنامج تعليمي الذكاءات المتعددة علي بعض مهارات تنس الطاولة لطلاب كلية التربية الرياضية –جامعة اسيوط .

هدف البحث :

يهدف هذا البحث إلي تصـــميم برنامج تعليمي للذكاءات المتعددة ومعرفة تأثيره على بعض المهارات تنس الطاولة لطلاب الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية جامعة أسيوط.

فروض البحث :

في ضوء هدف البحث الحالي تفرض الباحثة ما يلي :

1. توجد فروق داله احصائياً بين متوسطات القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في تنس الطاولة لصالح القياس البعدى.
2. توجد فروق داله احصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في تنس الطاولة لصالح القياس البعدى.
3. توجد فروق داله احصائياً بين متوسطات درجات القياسات البعديه لكل من المجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في تنس الطاولة لصالح المجموعة التجريبيه.

بعض مصطلحات البحث :

- الذكاءات المتعددة:

هي عبارة عن مجموعة من المهارات العقلية التي يقوم بها عقل الإنسان في عملية تناوله لمحتوى الموقف حتى يصـــل إلى الحل المطلوب والتي يمكن الأعتماد عليه في مواجهة المواقف والمشاكل و إيجاد الحلول و التوصيفات لهذه المواقف التعليمية المختلفة (52 : 35).

خطة وإجراءات البحث

تحقيقاً لهدف البحث واختباراً لفروضه اتبعت الباحثة الخطوات التالية:

منهج البحث:

أستخدمت الباحثة المنهج التجريبي نظراً لملائمته لطبيعة هذا البحث باستخدام التصميم التجريبى لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة بإتباع القياس القبلى والبعدى لكلا المجموعتين

مجتمع البحث:

أشتمل مجتمع البحث على طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية جامعة أسيوط خلال العام الجامعي (2021م/2022م) والبالغ قوامه (600) طالباً.

عينة البحث:

قامت الباحثة بأختيار عينة عشوائية قوامها (60) طالباً من مجتمع البحث، وتم تقسيم العينة إلى مجموعتين متساويتين قوام كل منها (30) طالباً إحداهما تجريبية وتستخدم البرنامج التعليمى بأستخدام الذكاءات المتعددة فى تعلم مهارات تنس الطاولة قيد البحث، والأخرى ضابطة وتستخدم الأسلوب التقليدى (الشرح وأداء النموذج) فى تعلم نفس المهارات، وتم إختيار (20) طالب من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الاساسية كعينة للدراسة الاستطلاعية ، وقد أستبعدت الباحثة الفئات التالية:

- الطلاب الباقون للإعادة والغير منتظمون.
- الطلاب المشتركون فى الأندية الرياضية والحاصلون على بطولات رياضية.

التوصيف الإحصائي للعينة في المتغيرات قيد البحث:

قامت الباحثة بإجراء التوصيف الإحصائي لعينة البحث من طلاب كلية التربية الرياضية والبالغ قوامها (60) طالباً في (السن، الطول، الوزن، الذكاء) وجدول (1) يوضح ذلك:

جدول (1)

المتوسط الحسابي والوسيط والإنحراف المعياري وقيمة معاملى الالتواء والتفلطح لعينة البحث في متغيرات النمو الأساسية (السن والطول والوزن) (ن = 60)

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابى	الوسيط	الانحراف المعيارى	معامل الالتواء	معامل التفلطح
سن	سنة	19.09	20.00	1.11	0.845	1.26
طول	سم	169.15	168.50	1.52	1.564	0.91-
وزن	كجم	71.50	71.00	2.30	0.812	0.83-

يتضح من نتائج جدول (1) أن قيمة معامل الالتواء تراوحت ما بين (0.812 : 1.564) أي انحصرت بين (±3) مما يشير إلى أن العينة موزعة توزيعا إعتداليا في متغيرات النمو الاساسية قيد البحث، بينما تراوحت قيم معامل التفلطح لمتغيرات النمو قيد البحث (-0.91 ، 1.26) مما يشير إلى أن العينه تخضع للتوزيع الطبيعي.

قامت الباحثة بإجراء التوصيف الإحصائي لعينة البحث من طلاب كلية التربية الرياضية والبالغ قوامها (60) طالباً في (متغيرات الذكاءات قيد البحث وجدول (2) يوضح ذلك:

جدول (2)

المتوسط الحسابي والوسيط والإنحراف المعياري وقيمة معاملى الالتواء والتفلطح لعينة البحث في متغيرات الذكاءات (الحركي، المكاني، الموسيقي، الاجتماعي) (ن = 60)

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابى	الوسيط	الانحراف المعيارى	معامل الالتواء	معامل التفلطح
الذكاء الحركي	درجة	27.35	28.50	5.983	.286	0.89
الذكاء المكاني	درجة	23.85	25.00	5.143	.654	0.95
الذكاء الموسيقي	درجة	22.50	24.00	4.989	0.712	1.12
الذكاء الإجتماعي	درجة	26.80	27.00	5.370	0.623	1.25

يتضح من نتائج جدول (2) أن قيمة معامل الالتواء تراوحت ما بين (0.286 ، 0.712) أي انحصرت بين (±3) مما يشير إلى أن العينة موزعة توزيعا إعتداليا في متغيرات الذكاءات قيد البحث، بينما تراوحت قيم معامل التفلطح في متغيرات الذكاءات قيد البحث (0.89، 1.25) مما يشير إلى أن العينه تخضع للتوزيع الطبيعي.

قامت الباحثة بإجراء التوصيف الإحصائي لعينة البحث من طلاب كلية التربية الرياضية والبالغ قوامها (60) طالباً في (المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث) وجدول (3) يوضح ذلك:

جدول (3)

المتوسط الحسابي والإنحراف المعياري وقيمة معاملى الالتواء والتفلطح للمتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث (ن=60)

	المتغيرات	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	الوسيط	معامل الالتواء	معامل التفلطح
الاختبارات البدنية	الوثب العريض من الثبات	165.28	1.24	165.00	0.677	0.16-
	ثني الذراعين من الانبطاح المائل	21.05	0.94	21.00	0.159	0.58-
	الجرى الارتدادي 4 × 10 متر	12.10	0.35	12.00	0.857	0.57-
	ثني الجذع من الوقوف	7.48	0.47	7.40	0.510	0.67-
	الوثب داخل الدوائر الرقمية	8.46	0.35	8.40	0.514	0.72-
	التصويب بالمضرب على المستطيلات المتداخلة	7.46	0.51	7.40	0.352	0.88-
	عدو 30 متراً من البد ء العالي	5.42	0.12	5.40	0.499	0.57-
– ب –	اختبار الإرسال بوجه المضرب الامامى.	21.07	0.14	21.00	1.50	0.74-
	اختبار الإرسال بوجه المضرب الخلفى.	20.70	0.47	20.50	1.27	0.22-
	اختبار الدفع بوجه المضرب الأمامى.	10.55	0.55	10.50	0.272	0.82-
	اختبار الدفع بوجه المضرب الخلفى.	7.42	0.16	7.40	0.375	0.55-
	اختبار الضربة المستقيمة بوجه المضرب الأمامى.	9.78	0.27	9.75	0.333	0.81-
	اختبار الضربة المستقيمة بوجه المضرب الخلفى.	13.10	0.52	13.00	0.576	0.46-
	اختبار الضربة الساحقه بوجه الامامى.	5.17	0.14	5.15	0.428	0.31-
	اختبار الضربة الساحقه بوجه المضرب الخلفى.	5.08	0.21	5.00	1.14	0.51-

يتضح من نتائج جدول (3) أن قيمة معامل الالتواء تراوحت ما بين (0,159: 1,50) أي انحصرت بين (±3) حيث بلغت قيمة معامل الألتواء فى المتغيرات البدنية ما بين (0.159 – 0.857) ، أما المتغيرات المهارية فقد تراوحت قيمة معامل الألتواء بين (0.272 – 1.50)، مما يشير إلى أن العينة موزعة توزيعا إعتداليا في المتغيرات "قيد البحث "، وبلغت قيمه معامل التفلطح للمتغيرات البدنية (-0.88 – -0.16) بينما تراوحت قيم معامل التفلطح للمتغيرات المهارية (-0.82 – -0.22)، ،مما يشير إلي أن العينة تخضع للتوزيع الطبيعي.

جدول (4)

المتوسط الحسابي والإنحراف المعياري وقيمة ت لمتغيرات السن والطول والوزن

(ن1=ن2=30)

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة ت	مستوى الدلالة
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابي	الانحراف المعيارى		
السن	سنة	19.12	0.41	19.07	0.33	1.66	غير دال
الطول	سم	168.95	1.40	168.70	1.54	1.49	غير دال
الوزن	كجم	71.10	0.29	71.80	2.21	29.1	غير دال

قيمة " ت " عند مستوى..05= 2.00

يتضح من جدول (4) وجود فروق غير دالة إحصائيا بين المجموعتين التجريبية والضابطة في جميع المتغيرات قيد البحث، حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (1.29: 1.66)، وهي أقل من قيمة " ت " الجدولية عند مستوى "0.05"مما يدل على تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات "السن والطول والوزن ".

جدول (5)

دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياسين القبليين للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات الذكاءات المتعددة (ن1= ن2 = 30)

جدول (6)

دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياسين القبليين للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث (ن1= ن2 = 30)

	المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة ت	مستوى الدلالة
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابي	الانحراف المعيارى		
المتغيرات البدنية	الوثب العريض من الثبات	161.25	0.54	160.20	0.58	0.680	غير دال
	ثني الذراعين من الانبطاح المائل	20.15	0.59	20.18	0.61	0.990	غير دال
	الجرى الارتدادي 4 × 10 متر	11.65	0.35	11.71	0.33	0.870	غير دال
	ثني الجذع من الوقوف	7.41	0.10	7.45	0.16	1.36	غير دال
	الوثب داخل الدوائر الرقمية	8.39	0.19	8.44	0.20	0.664	غير دال
	التصويب بالمضرب على المستطيلات المتداخلة	7.14	0.62	7.46	0.69	0.852	غير دال
	عدو 30 متراً من البد ء العالي	5.39	0.33	5.44	0.39	0.864	غير دال
المتغيرات المهارية	اختبار الإرسال بوجه المضرب الامامى.	20.97	1.33	21.17	1.49	1.234	غير دال
	اختبار الإرسال بوجه المضرب الخلفى.	20.60	1.57	20.80	1.45	1.302	غير دال
	اختبار الدفع بوجه المضرب الأمامى.	10.74	1.17	10.63	0.93	0.610	غير دال

اختبار الدفع بوجه المضرب الخلفى.	7.37	1.40	7.47	1.28	0.180	غير دال
اختبار الضربة المستقيمة بوجه المضرب الأمامى.	9.73	1.14	9.83	1.12	0.330	غير دال
اختبار الضربة المستقيمة بوجه المضرب الخلفى.	12.93	1.20	13.07	1.28	0.380	غير دال
اختبار الضربة الساحقه بوجه الامامى.	5.10	1.12	5.23	1.07	0.330	غير دال
اختبار الضربة الساحقه بوجه المضرب الخلفى.	5.03	0.89	5.13	0.86	0.740	غير دال

قيمة " ت " الجدولية عند مستوى..05 = 2.00

يتضح من جدول (6) وجود فروق غير دالة إحصائيا بين المجموعتين التجريبية والضابطة في جميع المتغيرات قيد البحث، حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة فى المتغيرات البدنية ما بين (0.664 – 1.36)، بينما تراوحت قيمة "ت" المحسوبة فى المتغيرات المهارية بين (0.180 – 1.302)، ، وقيم جميع المتغيرات أقل من قيمة " ت " الجدولية عند مستوى "0.05"، مما يدل على تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد البحث.

وسائل جمع البيانات:

استعانت الباحثة لجمع البيانات بالوسائل التالية :

أولاً : الأجهزة والأدوات :- جهاز الريستميتر لقياس الطول والوزن ، كرة طبية– ساعات إيقاف– أقماع

ثانيا الاستمارات:

1- : إستمارة إستطلاع رأى الخبراء في الذكاءات المستخدمة في البحث مرفق(1)

قامت الباحثة بتصميم استمارة استطلاع راي لعرضها على السادة الخبراء لإبداء رأيهم فى أنواع الذكاءات المتعددة المناسبة للمجال الرياضي وخاصة العاب المضرب(تنس طاولة)، و ارتضت الباحثة نسبة موافقة قدرها (70%) كحد أدنى لإتخاذ نوع الذكاء ، والجدول التالى (7) يوضح ذلك

جدول (7)

الأهمية النسبية لأنواع الذكاءات المتعدد لجاردنر فى ضوء طبيعة البحث الحالي وفقا لآراء السادة الخبراء(ن=10)

م	نوع الذكاء	النسبة المئوية
1	الذكاء المكاني	%100
2	الذكاء اللغوي	%40
3	الذكاء المنطقي الرياضي	%10
4	الذكاء الإجتماعى	%80
5	الذكاء الشخصي	%30
6	الذكاء الموسيقى	%80
7	الذكاء الوجودي	%10
8	الذكاء الجسمي الحركي	% 100
9	الذكاء المتعلق بالطبيعة	%10

يتضح من جدول (7) أن نسبة آراء الخبراء للذكاءت تراوحت ما بين (10%، 100%) وارتضت الباحثة الذكاءات التي حصلت على نسبة 70% فأكثر فتم حذف خمس انواع من الذكاءات وهي الذكاء(اللغوي، المنطقي الرياضي، الوجودي ،الشخصي، المتعلق بالطبيعة) والاستعانة بالذكاءات التي تتناسب مع تنس الطاولة وفقا لاراء الخبراء وبذلك أصبح عدد الذكاءات التي تم الاستعانه بها هي اربع ذكاءات وهي الذكاء(المكاني، الإجتماعى، الموسيقى، الجسمي الحركي) مرفق(4).

إستمارة أستطلاع رأى الخبراء حول الأختبارات البدنية المستخدمة فى البحث، (مرفق2)

قامت الباحثة بإعداد استمارة للاستطلاع رأى السادة الخبراء فى مدى ملائمة الأختبارات البدنية التى تم إختيارها من مجموعة من المراجع العلمية والدراسات السابقة

ثالثا : الاختبارات وتشمل

1- اختبارات الذكاءات المتعددة مرفق(5)

2- الإختبارات البدنية مرفق(3)

3- الأختبارات المهارية في تنس الطاولة مرفق(7) .

1- قائمة الذكاءات المتعددة:

لإختيار قائمة الذكاءات المتعددة التي تناسب البحث ، قامت الباحثة بإجراء دراسة مسحية على قوائم الذكاءات المتعددة العربية والأجنبية ذات الصلة بموضوع الدراسة متمثلة في: قائمة ماكنزي Mckenzie (1999) ترجمة فتحي عبدالحميد والسيد أبوهاشم (2006)(26) ، قائمة نائلة نجيب الخزندار وعزو إسماعيل (2004)(49) ، قائمة نايل دوجلاس Niall Doglas (2002)(57) ، قائمة توماس آرمسترونج Tomas Armstong (1994) ترجمة جابر عبدالحميد (1997)(9) ، وبعد مراجعة الدراسات المرتبطة بمجال البحث، استقرت الباحثة على استخدام قائمة الذكاءات المتعددة وفقا لنموذج جاردنر Gardner والذي ترجمته للغة العربية داليا عباس (2010) (14)،وقد قامت الباحثة بإختيار العبارات الخاصة بأنواع االذكاءات المرتبطة بتنس الطاولة كما قرر السادة الخبراء (ملحق1) ، والتي تمثلت في اربعة ذكاءات هي (الذكاء الحركي ، الذكاء المكاني ، الذكاء الموسيقي ، الذكاء الإجتماعي) حيث كان عدد تلك العبارات (50 عبارة).

ثانيا : الاختبارات البدنية:

قامت الباحثة بتحليل محتوى بعض المراجع العلمية والدراسات السابقة المرتبطة برياضة تنس الطاولة والاختبارات والمقاييس مثل (6)،(10)،(11)،(15)،(19)، (20)،(27)،(31)،(34) ثم قامت الباحثة بحصر مجموعة من الاختبارات البدنية والمرتبطة برياضة تنس الطاولة و تم وضعها في استمارة استبيان مرفق (2) وعرضها على السادة الخبراء مرفق (1) وذلك للتعرف على الصفات البدنية الخاصة برياضة تنس الطاولة والاختبارات التي تقيس هذه الصفات والتي تتناسب مع طبيعة هذا البحث والمرحلة السنية قيد البحث وجدول (8) يوضح نتائج استمارة استطلاع آراء السادة الخبراء للصفات البدنية التي تتناسب مع المرحلة السنية قيد البحث وكذلك أهم الاختبارات التي تقيسها.

جدول (8)

النسبة المئوية لآراء الخبراء حول أهم الصفات والاختبارات البدنية الخاصة برياضة تنس الطاولة (ن=10)

م	الاختبارات البدنية	وحدة القياس	التكرار	النسبة المئوية
1	اختبار ثنى الذراعين من الانبطاح المائل.	عدد	10	%100
2	اختبار العدو 30م من البدء العالى.	الثانية	10	%100
3	اختبار الجرى التردى 4×10متر.	الثانية	7	%70
4	اختبار ثنى الجذع للامام من الوقوف.	سم	10	%100
5	اختبار الوثب العريض من الثبات.	متر	10	%100
6	اختبار الدوائر المرقمة.	الثانية	8	%80
7	اختبار التصويب بالمضرب علي المستطيلات المتداخلة.	درجة	8	%80

يتضح من جدول (8) أن نسبة آراء الخبراء للصفات البدنية وكذلك الاختبارات التي يتم استخدامها لقياس تلك الصفات تراوحت ما بين (70%، 100%) وارتضت الباحثة استخدام الصفات والاختبارات التي حصلت على نسبة 70% فأكثر من آراء الخبراء مرفق(2)، وبذلك أصبح عدد الاختبارات البدنية التي تم اختيارها هي (سبعة اختبارات) مرفق(3).

المعاملات العلمية للإختبارات البدنية:

أ- الصدق:

لإيجاد معامل الصدق استخدمت الباحثة صدق التمايز وذلك بتطبيق الإختبارات على مجموعتين (غير مميزة – مميزة)، قوام كل منهما (20) طالب، المجموعة غير المميزة من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث، والمجموعة المميزة وهم طلاب تخصص تدريس ألعاب المضرب (تنس طاولة) للعام الجامعي 2020م–2021م، وقد طبقت الإختبارات البدنية على المجموعتين يوم الأحد 2021/10/10م، وجدول (9) يوضح ذلك.

جدول(9)

الفروق بين متوسطات المجموعتين المميزة والغير مميزة في الاختبارات البدنية ن1=ن2=20

م	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة المميزة		المجموعة الغير مميزة		قيمة ت	مستوى الدلالة
			المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى		
1	الوثب العريض من الثبات	سم	168.56	2.68	146.28	0.01	4.95	دال
2	ثني الذراعين من الانبطاح المائل	عدد	21.65	1.02	18.32	0.25	5.85	دال
3	الجرى الارتدادي 4 × 10 متر	ث	12.35	0.35	14.33	0.32	8.95	دال
4	ثني الجذع من الوقوف	سم	7.62	0.33	5.31	0.17	4.69	دال
5	الوثب داخل الدوائر الرقمية	ث	8.95	0.17	9.57	0.22	4.27	دال
6	التصويب بالمضرب على المستطيلات المتداخلة	درجة	8.97	0.24	6.61	0.91	3.91	دال
7	عدو 30 متراً من البد ء العالي	ث	5.91	0.39	6.64	0.10	5.79	دال

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

يتضـــح من جدول (9) وجود فروق داله إحصـــائياً بين المجموعة المميزة وغير المميزة لصـــالح المجموعة المميزة فى الاختبارات البدنية (قيد البحث) حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة بين (3.91: 8.95) وهي أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى (0.05) مما يدل على صدق الاختبارات البدنية (قيد البحث) حيث أنها تميز بين المجموعتين.

ب- الثبات:

لإيجاد معامل الثبات للاختبارات البدنية استخدمت الباحثة طريقة تطبيق الاختبار وإعادة التطبيق على عينة قوامها (20) طالبا من طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضـية. جامعة أسيوط، والسابق استخدامها في إيجاد الصدق وبفارق زمني أسبوعين خلال الفترة من 10/10/ 2021م الى 10/24/ 2021م وجدول (10) يوضح ذلك.

جدول(10)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني في الاختبارات البدنية (ن=20) قيد البحث

م	المتغيرات	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل الارتباط	مستوى الدلالة
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
1	الوثب العريض من الثبات	سم	146.28	0.01	169.10	1.02	0.958	دال
2	ثني الذراعين من الانبطاح المائل	عدد	18.32	0.25	22.36	0.25	0.947	دال
3	الجرى الارتدادي 4 × 10 متر	ث	14.33	0.32	12.10	0.17	0.995	دال
4	ثني الجذع من الوقوف	سم	5.31	0.17	7.95	0.35	0.948	دال
5	الوثب داخل الدوائر الرقمية	ث	9.57	0.22	8.51	0.52	0.964	دال
6	التصويب بالمضرب على المستطيلات المتداخلة	درجة	6.61	0.91	9.15	0.19	0.928	دال
7	عدو 30 متراً من البد ء العالي	ث	6.64	0.10	5.46	0.08	0.957	دال

قيمه (ر) عند مستوي دلالة (0.05) =0.04

يتضـــح من الجدول (10) وجود ارتباط دال إحصـــائياً بين التطبيق الأول والثاني في جميع الاختبارات المســـتخدمة (قيد البحث) حيث تراوح معامل الارتباط ما بين (0.928 : 0.995) وهو أكبر من قيمته الجدولية عند مســتوى (0.05) مما يدل على ثبات الاختبارات البدنية المستخدمة.

3- الاختبارات المهارية

تحديد اختبارات الأداء المهارى للمهارات قيد البحث:

قامت الباحثة بإجراء مسح للدراسات السابقة والمراجع العلمية المتخصصة فى مجال رياضـــة تنس الطاولة مثل كلا من (6)،(10)،(11)،(15)،(19)، (20)،(27)،(31)،(34) وذلك لتحديد الأختبارات التى تقيس الأداء المهارى المناســـب للمهارات المختارة قيد البحث (منهج الفرقة الأولى) ثم قامت بتوضيحها فى إستمارة إستبيان لأستطلاع رأى السادة الخبراء فى الاختبارات التى تقيس مســتوى الأداء المهارى للعينة "قيد البحث"، وجدول (11) يوضــح النسبة المئوية لرأى السادة الخبراء فى الأختبارات المهارية فى تنس الطاولة مرفق(6):

جدول(11)
أنسب الاختبارات المهارية للمهارات الأساسية (قيد البحث) فى تنس الطاولة
حسب أراء السادة الخبراء (ن=10)

م	الاختبارات المهارية	وحدة القياس	التكرار	النسبة المئوية
1	اختبار الإرسال بوجه المضرب الامامى.	النقطة	10	%100
2	اختبار الإرسال بوجه المضرب الخلفى.	النقطة	10	%100
3	اختبار الدفع بوجه المضرب الأمامى.	النقطة	7	%70
4	اختبار الدفع بوجه المضرب الخلفى.	النقطة	8	%80
5	اختبار الضربة المستقيمة بوجه المضرب الأمامى.	النقطة	10	%100
6	اختبار الضربة المستقيمة بوجه المضرب الخلفى.	النقطة	9	%90
7	اختبار الضربة الساحقه بوجه الامامى.	النقطة	9	%90
8	اختبار الضربة الساحقه بوجه المضرب الخلفى.	النقطة	8	%80

يتضـــح من جدول (11) أن النســـب المئوية لآراء الســـاده الخبراء في الاختبارات المهارية تراوحت ما بين (80%،100%)، وارتضت الباحثة الاختبارات المهارية التي حصلت على نســـبة مئوية 70% فأكثر وبذلك أصـــبح عدد الاختبارات المهارية التي تم اختيارها هي (ثمانية اختبارات) وتم تحديد وصف الأختبارات المهاريه "قيد البحث" مرفق (7).

المعاملات العلمية للإختبارات المهارية:

أ- الصدق:

لإيجاد معامل الصدق استخدمت الباحثة صدق التمايز وذلك بتطبيق الإختبارات على مجموعتين (غير مميزة – مميزة)،عدد كل منهما (20) طالبا، المجموعة غير المميزة من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث، والمجموعة المميزة وهم طلاب تخصـــص تدريس ألعاب المضرب (تنس طاولة) للعام الجامعي 2020م-2021م، وقد طبقت الإختبارات المهارية على المجموعتين يوم 2021/10/10م وجدول (9) يوضح ذلك:

جدول (12)

الفروق بين متوسطات المجموعتين المميزة والغير مميزة فى الأختبارات المهارية

(ن1=ن2=20)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة المميزة		المجموعة الغير مميزة		قيمة ت	مستوى الدلالة
			المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى		
1	اختبار الإرسال بوجه المضرب الامامى.	نقاط	35.93	2.45	17.40	1.25	7.95	دال
2	اختبار الإرسال بوجه المضرب الخلفى.	نقاط	37.80	1.95	21.93	2.39	5.93	دال
3	اختبار الدفع بوجه المضرب الأمامى.	نقاط	24.53	1.28	16.30	1.78	6.60	دال
4	اختبار الدفع بوجه المضرب الخلفى.	نقاط	16.60	1.16	7.40	1.59	7.28	دال
5	اختبار الضربة المستقيمة بوجه المضرب الأمامى.	نقاط	23.57	1.30	12.33	1.86	8.32	دال
6	اختبار الضربة المستقيمة بوجه المضرب الخلفى.	نقاط	23.580	1.42	11.03	1.92	5.15	دال
7	اختبار الضربة الساحقه بوجه الامامى.	نقاط	16.90	1.60	7.47	1.50	5.11	دال
8	اختبار الضربة الساحقه بوجه المضرب الخلفى.	نقاط	15.87	1.43	7.80	1.21	5.24	دال

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى..05 = 2,04

يتضح من جدول (12) للاختبارات المهارية وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين المجموعتين المميزة وغير المميزة حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (8.32:5.11) مما يشير إلى أن الاختبارات المهارية تميز بين الأفراد مما يؤكد صدقها.

ب-ثبات الاختبارات:

تم إيجاد معامل ثبات الاختبارات المهارية باستخدام طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه Test – Retest على عينة بلغ قوامها (20) طالبا من طلاب الفرقة الأولي من نفسس مجتمع البحث ومن خارج العينة الاساسية (المجموعة الغير مميزة)، وقد اعتبرت الباحثة نتائج الاختبارات الخاصة بالصدق للمجموعة المميزة بمثابة التطبيق الأول، ثم قامت بإعادة تطبيق الاختبارات تحت نفس الظروف وبنفس التعليمات بعد أسبوعين من التطبيق الأول وذلك في الفترة من 10/10 الي 2021/10/24م. وجدول (13) يوضح معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثانى.

جدول (13)

معامل الإرتباط بين التطبيقين الأول والثاني في الاختبارات المهاريه (ن=20)

م	المتغيرات	وحدة القياس	التطبيق الاول		التطبيق الثانى		معامل الارتباط	مستوى الدلالة
			المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى		
1	اختبار الإرسال بوجه المضرب الامامى.	نقاط	17.40	1.25	17.00	1.33	0.966	دال
2	اختبار الإرسال بوجه المضرب الخلفى.	نقاط	21.93	2.39	21.80	2.13	0.945	دال
3	اختبار الدفع بوجه المضرب الأمامى.	نقاط	16.30	1.78	16.80	1.20	0.928	دال
4	اختبار الدفع بوجه المضرب الخلفى.	نقاط	7.40	1.59	7.85	1.50	0.943	دال
5	اختبار الضربة المستقيمة بوجه المضرب الأمامى.	نقاط	12.33	1.86	12.05	1.44	0.991	دال
6	اختبار الضربة المستقيمة بوجه المضرب الخلفى.	نقاط	11.03	1.92	11.35	1.88	0.900	دال
7	اختبار الضربة الساحقه بوجه الامامى.	نقاط	7.47	1.50	7.55	1.20	0.976	دال
8	اختبار الضربة الساحقه بوجه المضرب الخلفى.	نقاط	7.80	1.21	7.25	1.35	0.998	دال

قيمة "ر" عند مستوى..05 =0.440

يتضــح من جدول (13) أن هناك معامل ارتباط دال إحصــائيا بين القياســين الأول والثاني في الاختبارات المهارية مما يشير الى ثبات تلك الاختبارات، حيث تراوح معامل الارتباط ما بين (0.900 : 0.998) وهو أكبر من قيمة " ر " الجدولية عند مستوى (0.5)..

رابعا : البرنامج التعليمي باستخدام الذكاءات المتعددة (مرفق 8)

أ- الهدف العام للبرنامج : يهدف البرنامج إلى تصــــميم برنامج تعليمي للذكاءات المتعددة ومعرفة تأثيره على بعض المهارات تنس الطاولة لطلاب كلية التربية الرياضية .

2- أهداف البرنامج :

يسعى البرنامج إلى تحقيق الأهداف التالية :

أ- اكتساب الطلاب مهارات تنس الطاولة قيد البحث.

ب-أن يتمكن الطلاب من تطبيق الأداء الصحيح لمهارات تنس الطاولة قيد البحث.

ج- اكســـاب الطلاب القدرة علي التفاعل مع محتوي الذكاءات المتعددة لمهارات تنس الطاولة قيد البحث

د- أن يتم أختيار أنشطة تساعد الطلاب على الانتباه والتركيز .

3- أسس البرنامج :

راعت الباحثة عند وضع البرنامج التعليمي الأسس التالية :

أ – أن يتناسب البرنامج مع خصائص المرحلة السنية قيد البحث .

ب–أن يشبع ميول واحتياجات الطلاب .

جـ–أن يتميز بالشمول والسهولة والمرونة والسهولة فى الفهم مع بساطة المجهود المطلوب للأداء

د–أن ينمي لدي الطلاب مهارات تنس الطاولة قيد البحث .

هـ–أن يراعي التدرج من السهل إلي الصعب .

و–أن يتناسب البرنامج مع لإمكانات المتاحة .

ز–أن ينمي البرنامج قدرات الطلاب الحركية المرتبطة بتنس الطاولة .

ح– أن يراعى محتوى البرنامج إمكانيات وقدرات الطلاب ويراعي الفروق الفردية ويثير دافعيتهم للتعلم .

ط– أن يتم توفير الفرصة لكل الطلاب للممارسة والعمل في وقت واحد والتقدم في تعليمهم لتحقيق الهدف.

ي– أن تكون سمة البرنامج هي التنوع والشمول والبساطة لإشباع رغبات الطلاب .

ك– أن يتم تقديم المعلومات التي يتضمنها البرنامج التعليمي في إطار متكامل ومترابط وفاعل.

ل– إعداد بيئة مشوقة للتعليم والتدريس من جانب المعلم .

4- محتوى البرنامج التعليمي :

قامت الباحثة بتحديد مكونات البرنامج التعليمي بناءا علي المحتوى للمقرر المستهدف بكلية التربية الرياضية جامعة اسيوط في ضوء الهدف العام والأهداف التعليمية المحددة حيث تم اختيار مهارات تنس الطاولة (القبضه (المصافحه)، وقفه الاستعداد، تحركات القدمين ، الإرسال الامامى/ الخلفي ، الدفع الأمامى/ الخلفي، الضربة المستقيمة الأمامية/ الخلفية. الضربة الساحقه الامامية/ الخلفية).، وقد تضمن محتوى البرنامج التعليمي بإستخدام الذكاءات المتعددة علي ما يلي :

- تمرينات لمهارات تنس الطاولة بإستخدام الذكاءات المتعددة.

5- إمكانات تنفيذ البرنامج :

قامت الباحثة بتحديد الإمكانات اللازمة لتنفيذ البرنامج من حيث مكان تنفيذ التجربة والأدوات والأجهزة اللازمة لتنفيذ العمل في ضوء الذكاءات المتعددة وقد استخدمت الباحثة ما يلي :

- عدد من كرات تنس الطاولة.
- عدد من مضارب تنس الطاولة.
- ملعب تنس طاولة.
- طاولات تنس
- أقماع
- كوادر العمل.
- صفارة وساعات إيقاف .

6- الإطار العام لتنفيذ البرنامج :

قامت الباحثة باستطلاع رأي الخبراء (مرفق 1) لتحديد زمن وشكل أجزاء الوحدة التعليمية على أن يكون شكل وتوزيع الوحدة كالآتي :

أ- ينفذ البرنامج من خلال الوحدة وذلك بواقع درسين كل أسبوع لكل مجموعة.

ب- ينفذ البرنامج التعليمي لمدة (8) ثمانية أسابيع وذلك في الفصل الدراسي الاول .

ج- أن يكون زمن تنفيذ الوحدة (120) مائة وعشرون دقيقة.

د- أن يكون الشكل التنظيمي للوحدة بعد إدخال البرنامج التعليمي للمجموعة التجريبية على النحو التالي :

-الأحماء	5 دقائق
-الأعداد البدنى	15 دقيقة
-النشاط التعليمي	20 دقيقة
- النشاط التطبيقي	75 دقيقة
-الختام	5 دقائق

أما بالنسبة للمجموعة الضابطة فقد استبدلت الباحثة الجزء التعليمي في شرح طريقة الأداء للمهارة المتعلم وإعطاء نموذج له ويوضح (مرفق10) نموذج لدرس تعليمي بإستخدام الذكاءات المتعددة

7- أسلوب التقويم :

من أجل تقويم البرنامج قيد البحث والأسلوب التقليدي المتبع "الشرح والنموذج" قامت الباحثة باستخدام مجموعة من اختبارات المهارية في تنس الطاولة قيد البحث.

التجربة الاستطلاعية :

قامت الباحثة بإجرائها على عينة بلغ قوامها (20) عشرون طالب من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية وذلك بهدف التعرف على :

- مدي مناسبة البرنامج للفروق الفردية بين الطلاب ومدي إدراكهم واستيعابهم.
- حساب المعاملات العلمية للاختبارات قيد البحث .
- تدريبات المساعدين على كيفية إجراء الاختبارات.

إجراءات تنفيذ التجريبية :

القياس القبلي :

قامت الباحثة بإجراء القياس القبلي لمجموعتي البحث للمتغيرات قيد البحث وذلك فى يوم الاثنين الموافق 2021/10/25م.

التجربة الأساسية:

قامت الباحثة عقب انتهاء القياس القبلي بتطبيق برنامج الذكاءات المتعددة لتنمية مهارات تنس الطاولة قيد البحث على المجموعة التجريبية وتطبيق الأسلوب التقليدي(النموذج والشرح) المتبع من قبل كلية التربية الرياضية جامعة أسيوط على المجموعة الضابطة وذلك خلال الفترة من يوم الثلاثاء الموافق 2021/10/26م إلي يوم الاحد الموافق 26 /2021/12م وقد التزمت الباحثة أثناء تنفيذ التجربة بما يلي :

1- قامت الباحثة بتصميم برنامج تعليمي يحتوي على مجموعة من التمرينات بإستخدام الذكاءات المتعددة لتنمية مهارات تنس الطاولة قيد البحث.

2- قامت الباحثة بالتدريس لطلاب المجموعة الضابطة وتستخدم الأسلوب التقليدى المتبع وهي قيام (الباحثة) بتنفيذ الوحدة التعليمية بالأسلوب التقليدي "الشرح والنموذج".

القياس البعدي :

قامت الباحثة بعد الانتهاء من المدة المحددة لتنفيذ التجربة لمجموعتي البحث المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بإجراء القياس البعدي للمتغيرات قيد البحث وذلك في يوم الأربعاء الموافق 2021/12/27م وقد تمت جميع القياسات على نحو ما تم إجراؤه في القياس القبلي

المعالجة الإحصائية:

قامت الباحثة بمعالجة البيانات الخاصة بنتائج البحث إحصائياً باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS ومن خلال المعاملات الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- اختبار (ت) لدلالة الفروق.
- نسبة التحسن.

✓ وقد ارتضت الباحثة بنسبة دلالة عند مستوى (0.05).

عرض ومناقشة النتائج:

سيتم عرض ومناقشة نتائج هذا البحث في ضوء ماتوصلت له الباحثة، ذلك وبعد أن قامت بمعالجتها إحصائياً وفقاً للقوانين الإحصائية المناسبة في محاولة للإجابة على مجموعة الفروض المطروحة في المقدمات النظرية لهذا البحث وهى.

1. توجد فروق داله احصائياً بين متوسطات القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في تنس الطاولة لصالح القياس البعدى.
2. توجد فروق داله احصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في تنس الطاولة لصالح القياس البعدى.
3. توجد فروق داله احصائياً بين متوسطات درجات القياسات البعديه لكل من المجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في تنس الطاولة لصالح المجموعة التجريبيه.

1- دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في تنس الطاولة لصالح القياس البعدى.

جدول (14)

نسبة التحسن و دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للاختبارات المهارية

للمجموعة التجريبية قيد البحث (ن=30)

	المتغيرات	القياس القبلى		القياس البعدى		فرق المتوسطين	نسبة التحسن	قيمة (ت)
		المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى			
1	اختبار الإرسال بوجه المضرب الامامى.	20.97	1.33	33.37	1.63	12.40	%37.15	11.63
2	اختبار الإرسال بوجه المضرب الخلفى.	20.60	1.57	29.00	1.58	8.40	%28.96	12.68
3	اختبار الدفع بوجه المضرب الأمامى.	10.74	1.17	20.90	2.14	10.16	%48.61	10.68
4	اختبار الدفع بوجه المضرب الخلفى.	7.37	1.40	18.80	2.01	11.43	%60.79	8.16

5	اختبار الضربة المستقيمة بوجه المضرب الأمامي.	9.73	1.14	21.43	2.14	11.70	%54.59	8.99
6	اختبار الضربة المستقيمة بوجه المضرب الخلفي.	12.93	1.20	21.40	1.45	8.47	%39.57	8.17
7	اختبار الضربة الساحقه بوجه الامامي.	5.10	1.12	16.77	1.22	11.67	%69.58	8.34
8	اختبار الضربة الساحقه بوجه المضرب الخلفي.	5.03	0.89	13.23	1.36	8.20	%61.98	8.64

قيمة ت عند مستوى..05 = 1.753

يتضح من جدول (14) أن هناك فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في جميع الاختبارات المهارية قيد البحث حيث تراوحت قيمة ت المحسوبة ما بين (8.16 – 12.68) وهي أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى (0.5)، كما يتضح من جدول (14) أن هناك نسب تحسن في الاختبارات المهارية قيد البحث حيث تراوحت النسب ما بين (28.96%: 69.58%).

وتعزو الباحثه هذه النتيجة أيضا إلي التأثير الإيجابي لتمرينات الذكاءات المتعددة في مهارات تنس الطاولة قيد البحث حيث راعت الباحثة الربط بين طريقة تنفيذ تمرينات الذكاءات المتعددة وطريقة أداء مهارات تنس الطاولة، كما تعزو الباحثة هذا التقدم إلي مدي مناسبة تلك التمرينات للطلاب حيث توفر لهم الكثير من المواقف التعليمية التى تساعدهم في تعلم تلك المهارات كما يتدرب عليها الطلاب للوصول بأداء المهارات بالطريقة الصحيحة الأمر الذي أدي إلي ارتفاع مستوي نمو وتطور مهارات تنس الطاولة قيد البحث ، كما راعت الباحثة أيضا التدرج فى التمرينات المستخدمة من السهل إلي الصعب حيث أثر ذلك إيجابيا فى تطوير مهارات تنس الطاولة للمجموعة التجريبية

وترجع ايضا تحسن النتيجة إلي أن احتواء البرنامج على مجموعة متنوعة من تمرينات الذكاءات المتعددة لطلاب المجموعة التجريبية وذلك أثر تأثيراً إيجابياً فى تنمية مهارات تنس الطاولة قيد البحث ، وفي هذا الصدد تذكر " عليه زهدى ، نيفين محمد زيدان "(2013) أنه يمكن تحسن وتنمية المهارات من خلال التدريب بإستخدام تمرينات الذكاء

المتعددة والتركيز علي كل أنواع الذكاءات المتعددة لما لها من تأثير إيجابي على تعلم مهارات الأساسية(24 : 22).

وتتفق هذه النتائج مع دراسة كل من مروي محمود عبد المجيد(2017)(46)"رامي صالح حلاوة (2016)(16)" مرسي محمد (2014)(45)" علية زهدي ، نيفين محمد (2013)(24)، والتى تناولت تأثير بعض برامج الذكاءات المتعددة التي أظهرت نتائجها أن البرامج القائمه علي الذكاءات المتعددة تساهم في تحسن الاداء المهاري في المجال الرياضي مما يساهم فى تحقيق الأهداف المهارية

وهنا قد تتحقق صحة الفرض الاول للبحث والذي ينص علي أنه "توجد فروق داله احصائياً بين متوسطات القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في مستوي اداء بعض المهارات الأساسية في تنس الطاولة لصالح القياس البعدى".

2- دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في تنس الطاولة لصالح القياس البعدي

جدول (15)

نسبة التحسن و دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للأختبارات المهارية للمجموعة الضابطة قيد البحث (ن =30)

	المتغيرات	القياس القبلى		القياس البعدى		فرق المتوسطين	نسبة التحسن	قيمة (ت)
		المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى			
1	اختبار الإرسال بوجه المضرب الامامى.	21.17	1.49	27.50	1.01	6.33	%23.01	4.21
2	اختبار الإرسال بوجه المضرب الخلفى.	20.80	1.45	24.93	0.94	4.13	%16.56	3.80
3	اختبار الدفع بوجه المضرب الأمامى.	10.63	0.93	15.73	1.08	5.10	%32.42	4.10
4	اختبار الدفع بوجه المضرب الخلفى.	7.47	1.28	11.10	1.27	3.63	%32.70	4.18
5	اختبار الضربة المستقيمة بوجه المضرب الأمامى.	9.83	1.12	14.60	1.19	4.77	%32.67	3.81
6	اختبار الضربة المستقيمة بوجه المضرب الخلفى.	13.07	1.28	15.50	1.04	2.43	%15.67	3.11
7	اختبار الضربة الساحقه بوجه الامامى.	5.23	1.07	9.17	1.05	3.94	%42.96	5.14
8	اختبار الضربة الساحقه بوجه المضرب الخلفى.	5.13	0.86	8.60	0.93	3.47	%40.34	4.12

قيمه (ت) عند مستوي دلالة (0.05) = 1،753 * دال

يتضح من جدول (15) أن هناك فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في جميع الاختبارات المهارية قيد البحث حيث تراوحت قيمة ت المحسوبة ما بين (3.11 – 5.14) وهي أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى (0.5)، كما يتضح من جدول (15) أن هناك نسب تحسن في الاختبارات المهارية قيد البحث حيث تراوحت النسب ما بين (15.67% – 42.96%).

وترى الباحثة أن ذلك التحسن قد يرجع إلى أن استخدام أسلوب الشرح وأداء النموذج مع أفراد المجموعة الضابطة له تأثير ايجابي على تعلم مهارات تنس الطاولة "قيد البحث" حيث يعتمد هذا الأسلوب على الشرح اللفظي لطريقة أداء المهارة المتعلمة، ثم قيام المعلم بأداء نموذج لها، ثم التدرج في الخطوات التعليمية ومتابعة المتعلمين أثناء الأداء، وإعطاء التغذية الراجعة لهم في وقت واحد ويوكد مارتن ، ليسيدن (1987) (56) إلى أنه عندما يعطى للطالب فكرة واضحة من الأداء فإن ذلك يجعل أداؤه أكثر فاعلية ، وفي هذا الصدد يذكر صلاح قادوس (1993) (18) أن الطالبة التي تدرك المهارة المتعلمة إدراكا كاملا تكون قادره على أدائها بالطريقة الصحيحة ، ويذكر محمد علاوي (1997) (36) أن التصور يلعب دورا هاما في عملية التعلم الحركي ففي حالة استطاعة المتعلم على أداء المهارة الحركية وشرحها فإنه يدل على أنه قد تمكن من تصورها ، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصل إليه كل من ، مصطفى الجيلاني (2000) (47) ، ميرفت سمير (1999) (48) ، الأمر الذي أدى الى سهولة استيعاب وفهم الطلاب وتعلمهم للمهارات قيد البحث.

كما قد يرجع ذلك التحسن أيضا إلى الانتظام والاستمرار في الممارسة والتعلم من قبل الطلاب المتعلمين، مع قيام المعلم بتقديم مجموعة من التدريبات المتدرجة من السهل إلى الصعب، وتعديل الأخطاء أثناء قيام المتعلمين بأداء المهارات المتعلمة، إضافة إلى التنافس المستمر بين الطلاب لتقديم الأفضل، كل ذلك لاشك يتيح فرصة جيدة للتعلم مما يؤثر ايجابيا في كفاءة الأداء المهاري.

ويتفق هذا ايضا مع ما جاء فى نتائج دراسات "مرام سراج الدين" و "أماني البحيري" (2006م)(44)، دراسة "مدحت عاصم عبد المنعم" (2009م)(43)

وهنا قد تحقق الفرض الثانى والذى ينص على: "توجد فروق داله احصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة في مستوي اداء بعض المهارات الأساسية في تنس الطاولة لصالح القياس البعدى".

3- توجد فروق داله احصائياً بين متوسطات درجات القياسات البعديه لكل من المجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في تنس الطاولة لصالح المجموعة التجريبيه.

جدول (16)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين البعديين للاختبارات المهارية والمعرفية بين المجموعتين التجريبية والضابطة قيد البحث

(ن1=ن2=30)

	المتغيرات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة ت	مستوى الدلالة
		المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى		
1	اختبار الإرسال بوجه المضرب الامامى.	27.50	1.01	33.37	1.63	5.78	دال
2	اختبار الإرسال بوجه المضرب الخلفى.	24.93	0.94	29.00	1.58	6.92	دال
3	اختبار الدفع بوجه المضرب الأمامى.	15.73	1.08	20.90	2.14	8.82	دال
4	اختبار الدفع بوجه المضرب الخلفى.	11.10	1.27	18.80	2.01	8.416	دال
5	اختبار الضربة المستقيمة بوجه المضرب الأمامى.	14.60	1.19	21.43	2.14	10.36	دال
6	اختبار الضربة المستقيمة بوجه المضرب الخلفى.	15.50	1.04	21.40	1.45	9.65	دال
7	اختبار الضربة الساحقه بوجه الامامى.	9.17	1.05	16.77	1.22	9.62	دال
8	اختبار الضربة الساحقه بوجه المضرب الخلفى.	8.60	0.93	13.23	1.36	8.65	دال

قيمه (ت) عند مستوي دلالة (0,05) = 2,02

يتضح من نتائج جدول (16) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) بين متوسطي درجات القياسين البعديين في الإختبارات المهارية بين المجموعتين التجريبية والضابطة قيد البحث لصالح متوسط درجات القياس البعدي للمجموعة التجريبية والتى تراوحت مابين (5.78 – 10.36) وهى أعلى من قيمتها الجدولية.

كما أشارت نتائج جدول (16) إلى تقدم أفراد المجموعة التجريبية على أفراد المجموعة الضابطة وتعزو الباحثة ذلك إلى أن البرنامج التعليمي المقترح والذي تم تنفيذه بتمرينات الذكاءات المتعددة والذي استخدمته المجموعة التجريبية كان له تأثير إيجابي وفعال عن الأسلوب التقليدي (أسلوب الشرح والنموذج) والذي استخدمته المجموعة الضابطة في تعلم مهارات تنس الطاولة قيد البحث .

كما تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن استخدام تمرينات الذكاءات المتعددة كان لها الأثر الفعال في حدوث التعلم نتيجة لتدريب الطلاب من خلال ذلك على التفكير السليم وتركيز الانتباه أثناء العمل وقد تم إشباع العديد من الحاجات لديهم من خلال تنفيذ تلك الذكاءات ، كما أن الطلاب قاموا بتنفيذ مهارات تنس الطاولة التي شاهدوها كما هي أثناء تنفيذ المحاضرة مما كان له أثرا إيجابيا في زيادة زمن التطبيق الأمثل والاستثمار الأكمل للوقت وهذا ما لم يتوفر في العمل بالأسلوب التقليدي ، كما أن استخدام تمرينات الذكاءات المتعددة في عملية التعلم قد أدى إلى تطوير أداء الطلاب أكثر من قبل مما ساعد على شد جذب انتباه الطلاب وتعزو الباحثة ذلك إلى أن الطلاب قد جذبهم العمل بالمشاركة فى برنامج الذكاءات المتعددة مما أدى إلى إكسابهم خبرات تعلم وأن التكرار فى أداء التدريبات الموجودة فى كل مهارة والتجريب بنماذج موسيقية وحركية ومكانية وأجتماعية وشخصية متعددة هو الأساس في التعلم الحركي وفي تثبيت أداء المهارة المتعلمة بصور مختلفة فى الأداء الحركي.

ويتفق ذلك مع ما أشار إليه كل من مروى عبد المجيد (2017) (46)، رامي حلاوه (2016) (16) ، ماجدة كمبش ، جنان علي (2014) (30) حيث أشار كل منهم إلى أن استخدام تمرينات الذكاءات المتعددة تعد طريقة جيدة وفعالة في تدريس العديد من المهارات الحركية وتعلمها كذلك كما أنه يساعد على أن يكون له التأثير الذى يجذب اهتمام الطلاب لفترات أطول من الأداء الحركى لمهارات تنس الطاولة وذلك للتنويع المستخدم فى أنواع الذكاء لما له من أثر إيجابى علي أداء الطلاب حيث أن أستخدام الموسيقي مع الحركة وتغيير أماكن التعلم والمعاونة مع الطالبات يعد من أهم النقاط التى تمنع الملل وتجذب للأداء والعمل بفترات أطول ومتعة وتشويق فى العمل أكثر مما تحدثه العمل بالطريقة التقليدية (الشرح والنموذج).

كذلك تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن تمرينات الذكاءات المتعددة تعتبر من التوجهات الجديدة في التدريس التى تراعي مبدأ مراعاة قدرات الطلاب وذلك ما إتفق عليه توفيق مرعى ، محمد الحيلة (2007) حيث يعتبر من العناصر الهامة فى عملية التعلم ومن الضرورى تبعا لذلك تهيئة الظروف بإستخدام الذكاءات المتعددة بمختلف أنواعها التى تتناسب قدرات المتعلمين المختلفة.(8 : 33).

وهنا قد تحقق الفرض الثالث للبحث والذى ينص على: "توجد فروق داله احصـــائياً بين متوسطات درجات القياسات البعديه لكل من المجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى اداء بعض المهارات الأساسية في تنس الطاولة لصالح المجموعة التجريبية".

الاستخلاصات والتوصيات :

أولاً الاستخلاصات :

في ضوء نتائج البحث توصلت الباحثة إلي الاستخلاصات الآتية :

1 . البرنامج التعليمي بالمستخدم الذكاءات المتعددة له تأثير إيجابي على تنمية بعض المهارات الاساسية في تنس الطاولة قيد البحث للطلاب .

2 .الأسلوب التقليدى المتبع من قبل المدرسة له تأثير إيجابي على تنمية بعض المهارات الاساسية في تنس الطاولة قيد البحث للطلاب .

ثانياً : التوصيات :

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث توصي الباحثة بما يلي :

1 . ضرورة الاهتمام بتنمية وتعليم مهارات تنس الطاولة من خلال إستخدام الذكاءات المتعددة لكل مهارة الرياضية المختلفة.

2 . ضرورة الاهتمام ببرامج التربية الرياضية المقدمة لطالبات الكلية في هذة المرحلة من خلال أستخدام طرق وأساليب التدريس والتعليم الحديثة في تعليم المهارات في الالعاب الرياضية بشكل عام وفي العاب المضرب بشكل خاص .

3 إجراء دراسات مشابهة لتطوير وتعليم الأداء المهاري في العاب المضرب بشكل يتسم بالمتعة والتشويق فى الأداء.

قائمة المراجع

أولا المراجع العربية :

1. أبو بكر محمد محمد مرسي: أثر استخدام أسلوب تحليل المهمة في تعليم بعض مهارات كرة السلة لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية جامعة أسيوط ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط، 2002م.
2. أحمد فاروق خلف : فاعلية استخدام أسلوبي التعلم البنائي والمتباين على تعلم بعض والحصائل المعرفية التحصيل المعرفي في كرة السلة ، بحث منشور، المؤتمر الدولي العاشر، اتجاهات حديثة في التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الأردن ، 2006م.
3. أحمد محمد خاطر ، علي فهمي البيك : القياس في المجال الرياضي ، ط2 ، دار المعارف، القاهرة , 1984م .
4. أسامة محمد شاكر، عبدالله دماس الأحمرى: مراكز مصادر التعلم ماهيتها ومهامها وإدارتها، مؤسسة حورس الدولية للنشر والتوزيع ، الأسكندرية ، 2008م.
5. إمام مصطفي سيد : فاعلية تقييم الأداء بإستخدام أنشطة الذكاءات المتعددة في أكتشاف المواهبين من تلاميذ المرحلة الأبتدائية، بحث منشور ، مجلة كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط ، مجلد 17 ، 2001م.
6. أيلين وديع فرج، سلوى عز الدين فكرى :المرجع فى تنس الطاولة، منشأة المعارف، الأسكندرية. (2002م)
7. إيهاب مصطفي كامل : دراسة عاملية للأختبارات البدنية والمهارية في كرة السلة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية جامعة المنيا ، 1990م
8. توفيق أحمد مرعى ، محمد محمود الحيلة: طرائق التدريس العامة ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، عمان ، 2007 م.
9. جابر عبد الحميد جابر : الذكاء ومقاييسه ، دار النهضة العربية ، 1997 م
10. جوزيف ناجى أديب: تأثير برنامج تعليمي باستخدام الوسائط الفائقة على تعلم بعض المهارات الأساسية لتنس الطاولة للمبتدئين، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، مدينة السادات، جامعة المنوفية 2003م
11. حبيب رضا حبيب: تأثير استخدام التدريس المصغر بالأسلوب التعاوني على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية فى تنس الطاولة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق2005م.
12. حمدان ممدوح الشامي : الذكاءات المتعددة وتعليم الرياضيات نظرية وتطبيق ، مكتبة الأنجلوا المصرية ، القاهرة ، 2008 م.

13. حيـــدر ناجي حبش و اخرون. 2015 " تأثير الذكاء الجسمي الحركي وعلاقته بالرضا الحركي لمهارة المناولة والتهديف للاعبي منتخب جامعة الكوفة بكرة القدم للصـالات". مجلة علوم التربية الرياضـية . كلية التربية للبنات. جامعه الكوفة. العراق مجلد (8) . العدد(5).
14. داليا زكريا عباس: نســق الذكاءات المتعددة لرياضـــي الأنشـــطة الفردية والجماعية، رســالة دكتوراه، كلية التربية الرياضـية للبنات، جامعة الإسـكندرية، 2010 م.
15. دينا عبد الرحيم مهنى (2014م): تأثير برنامج تعليمي باستخدام إستراتيجية كيلر على مســتوى أداء المهارات الأســاســية في تنس الطاولة لطالبات كلية التربية الرياضـية، جامعة أسـيوط، رســالة ماجســتير، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط.
16. رامي صـــالح حلاوه : الذكاءات المتعددة في تطبيق المهارات الحركية وعلاقتها بمســتوى التعلم لبعض فعاليات العاب"القوى ، بحث منشـــور، كلية التربية الراضية ، جامعة الأردن ، 2016م
17. رويدة ثامر نجم . 2017. "علاقة الذكاء الجســمي – الحركي بمهارة الطبطبة بكرة السلة لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات". مجلة الرياضة المعاصرة. كلية التربية البدنية للبنات . جامعة بغداد .العراق . المجلد (16) العدد(4).
18. صـــلاح الســـيد قادوس : الأســـس العلمية الحديثة للتقويم في الأداء الحركي ، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة ، 1993م .
19. طه محمد الســـيد (2014م): تأير برنامج مهام تعليمي مدعم بالحاســـب الآلي على مستوى أداء المهارات الأساسية في تنس الطاولة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط.
20. عبد العزيز عبد الله عبد العزيز (2010م): تأثير اسـتخدام الموديول التعليمى على تعلم بعض المهارات الاساسـيه لمبتدىء تنس الطاولة، رسـاله ماجسـتير، كليه التربيه الرياضيه للبنين، جامعه الزقازيق.
21. عبد الهادي مصباح : العبقرية والذكاء والأبداع ، الدار المصرية اللبنانية ، 2006م.
22. علاء الدين محمدى عبد الحميد : تأثير برنـامج مقترح بالألعاب الألكترونية على تعلم بعض مهارات كرة السـلة وتنمية الأبتكار الحركي لدى تلاميذ المرحلة الأبتدائية ، رسالة دكتوراة غير منشورة، المنيا، 2009م.
23. علوان حسون : مؤشر الذكاء لمراكز اللعب لدى لاعبي كرة السلة ، دهوك،2010م.
24. علية إبراهيم زهدى ، نيفين ممدوح محمد زيدان : نســق الذكاءات المتعددة المميزة للاعبات كرة السلة، الأكاديمية الدولية لتكنولوجيا الرياضة ، الأمارات ، 2013م.

25. عماد الدين عباس أبو زيد : التخطيط والأسس العلمية لبناء وأعداد الفريق للألعاب الجماعية (نظريات – تطبيقات) ، الطبعة الثانية ، منشأة المعارف، الأسكندرية ، 2007م.
26. فتحي عبد الحميد عبد القادر السيد محمد أبو هاشم: البناء العاملي للذكاء في ضوء تصنيف جاردنر وعلاقته بكل من فعالية الذات وحل المشكلات والتحصيل الدراسي لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق، العدد 52 ، يناير 2006 م.
27. كمال عبد الحميد إسماعيل (2011م): " نظريات رياضات المضرب وتطبيقاتها "، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
28. كمال عبد الحميد ، ومحمد صبحي حسانين: "رباعية كرة اليد الحديثة (الماهية والإبعاد وأسس القياس والتقويم)" ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2001 م.
29. لبنى عماد الدين:تأثير برنامج تعليمى باستحدام كرة السلة الإيقاعية كأسلوب على بعض المهارات الهجومية لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنيا ، 2015م.
30. ماجدة حميد كمبش ، جنان حسين علي: الذكاء المتعدد وعلاقته بدقة التصويب من الرمية الحرة في كرة السلة ،بحث منشور ، 2014 م.
31. مجدى أحمد شوقى: تنس طاوله أسس نظريه وتطبيقات عمليه، المركز العربى للنشر، القاهرة،2002م.
32. محسن محمد حسن الذكاء- الجسمي الحركي وعلاقته بالتفكير الخططي لدى اللاعبين المتقدمين بكرة القدم "مجلة علوم التربية الرياضية. كلية التربية الرياضية،جامعه بابل، العراق. المجلد(9) العدد(2) 2016.
33. محمد إبراهيم جاد الحق : تأثير التدريبات الحركية المنفردة والمركبة فى تحسين مستوى الأداء المهارى الهجومى للاعبى كرة السلة ، دكتوراة ، طنطا، 2008 م.
34. محمد احمد عبدالله إبراهيم: الاسس العلميه فى تنس الطاولة و طرق القياس، مركز ايات للطباعه والكمبيوتر، الزقازيق2006م.
35. محمد حسن علاوى : علم نفس المدرب والتدريب الرياضي، دار المعارف ، القاهرة ، 1997م .
36. محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان : اختبارات الأداء الحركي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1994م .
37. محمد حسني عبد العزيز: تأثير برنامج التمرينات هوائية على نسبة الكوليسترول بالدم لدى مرضي ضغط الدم المرتفع ، رسالة ماجستير،غير منشورة ، كلية التربية رياضية للبنات ، جامعة أسكندرية ، 2007م.

38. محمد صبحي حسانين : القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، ط 3، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1995م .
39. محمد عبد الهادي حسين : قياس وتقويم الذكاءات المتعددة ، دار الفكر العربي ، الأردن،2003 م.
40. محمد محمود عبد الدايم ، محمد صبحي حسانين: كرة السله (تدريب-مهارات-قياسات) دار الفكر العربي, القاهرة 1984 م.
41. محمد نصر الدين رضوان:الأختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1987م.
42. محمود داود الربيعي: نظريات التعلم و العمليات العقلية, لبنان , دار الكتب العلمية , 2013م.
43. مدحت عاصم عبد المنعم (2009م): " تأثير نموذج التعلم البنائي على مستوى أداء مهارات وحدات تدريسية لطلاب شعبة التعليم "، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، العدد 58، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.
44. مرام سراج الدين ربيع، أماني رفعت البحيرى (2006م): " أثر استخدام أسلوب التعلم البنائي في تدريس بعض مهارات الباليه على كل من الذاكرة الحركية ومستوى الأداء في الباليه لدى طالبات الفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا "، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.
45. مرسي أبوبكر محمد : بعض أنواع الذكاءات المتعددة كمؤشر تنبوئي لتعلم مهارتي التمريرة الصدرية والمحاورة لدى لاعبي الميني باسكت ، بحث منشور ، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ، جامعة أسيوط ، 2014 م
46. مروى محمود عبد المجيد :تأثير إستخدام الذكاءات المتعددة على المستوى التحصيل المهارى والمعرفى بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الأعدادية ، ماجستير ، بنها، 2017 م
47. مصطفى عبد القادر عبد الوهاب الجيلاني : تصميم منظومة للوسائط المتعددة وأثرها على تعلم بعض مهارات كرة القدم للبنين ، رسالة دكتورة ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ـ جامعة المنيا ، 2000م
48. ميرفت سمير حسين : اثر استخدام أسلوب التطبيق الذاتي الموجة على تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنيا، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالمنيا ، 1999م .
49. نائلة نجيب الخزندار، عزو إسماعيل: مستويات الذكاء المتعدد لدى طلبة مرحلة التعليم الأساسي بغزة وعلاقتها بالتحصيل في الرياضيات والميول نحوها،

مجلة الجامعة الإسلامية (سلسلة الدراسات الإنسانية) ، المجلد 12- العدد 2 ، يونيو 2004 م.

50. هبه سعد محمد : فعالية استخدام أنماط مختلفة لأسلوب التدريس المركب علي تعلم طالبات كلية التربية الرياضية لبعض مهارات كرة اليد ، رسالة ماجستير، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، 2005م .

51. هيثم عبد المجيد محمد : تأثير أسلوب التطبيق التبادلي الرباعي باستخدام الحاسب الآلي علي بعض المتغيرات المهارية والمعرفية والانفعالية لرياضة سلاح الشيش لدي طلبة كلية التربية الرياضية بالمنيا ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، 2005 م .

52. وليد العميد : الذكاء والذكاءات المتعددة، دار الكتب العلمية، بيروت_لبنان،2005م.

المراجع الأجنبية :

53. **Gardner, H.: Intelligence Reframed, Multiple intelligences for the 21st century, New York, Basic Books, USA,1999**

54. **Jessica Elizabeth Asqui Luna1,Julio César León Sinche2,Rodrigo Roberto, Santillán Obregón2, Humberto Rodrigo Santillán Altamirano2, Grace Amparo Obregón Vite2, Santiago Calero, Morales3: Influencia de la teoría de las inteligencias múltiples en la educación física: estudio de casos, Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas, Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE. Ecuador2017.**

55. **Kimberly Smith Burton, Nancy Reese-Durham: The Effects of the Multiple Intelligence Teaching Strategy on the Academic Achievement of Eighth Grade Math Students, Fayetteville State University, Fayetteville, NC2008.**

56. **Martin D David j: Elementary Science Methods A Constructivist Approach Wads Worth Belmont Second Edition USA,2000**

57. **Niall Doglas: Multiple Intelligence Test, Last updated. 15 March 2009.**

تقيم الكفايات التكنولوجية لأعضاء هيئة تدريس التمرينات في ضوء التحول الرقمي بالجامعات المصرية

* د/ رانيا صديق عبد اللطيف

المقدمة ومشكلة البحث:

إن ما يميز نهاية القرن الماضي وبداية القرن الحالي هو الانفجار التكنولوجي الهائل وسطوة تقنيات الإعلام والاتصال الحديثة على مختلف مناحي الحياة، سواء أكانت الشخصية أو المجتمعية، ومن ثم حاول كل أعضاء هيئة التدريس بالجامعات المصرية في مختلف المجالات، الاستفادة من هذا الانفجار والثورة التكنولوجية، وما أفرزته من وسائل وتقنيات، وتوظيفها في مجالات عملهم، وعلى اعتبار أن قوة المجتمعات تكمن في قوة عنصرها البشري، فقد سعت كل المجتمعات إلى الاهتمام به، وهذا عن طريق الاهتمام بالتعليم، حيث استغل القائمون عليه مختلف ما توصلت إليه العلوم والتكنولوجيا من أفكار وأجهزة، لتكوين وتعليم الأفراد.

فالتعليم كما هو معروف عملية معقدة، مكونة أساسا من معلم ومتعلم ومادة تعليمية ووسائل تعليمية وبيئة تعليمية، فالمعلم والمتعلم هما طرفان موجودان لا يحتاجان إلى إيجاد مسبق، أما الوسائل والتقنيات التعليمية والبيئة التعليمية، فهي أطراف توظف من طرف المعلم والمتعلم لإنجاح العملية التعليمية وتحقيق نتائج جيدة.

وعلى هذا الأساس لم يعدّ هدف المؤسسات التعليمية في هذا العصر إكساب معلميها المعرفة والحقائق فقط، بل تعدّاه إلى ضرورة إكسابه المهارات والقدرات والإعتماد على الذات وتحسين كفاياته التكنولوجية؛ ليكون قادرًا على مواكبة متغيرات

* مدرس بقسم المناهج وتدريس التربية الرياضية- كلية التربية الرياضية – جامعة اسيوط.

العصر التكنولوجية، ومن هذا المنطلق حرصت كثير من المؤسسات التربوية والتعليمية على الأخذ بزمام المبادرة، وتوظيف التقنيات بما يحقق أهدافها (13: 63).

ويتوقف نجاح العملية التعليمية فى تحقيق أهدافها على عدة عوامل من أهمها هو القائم بعملية التعليم بإعتباره هو المخطط والمعد والمنظم للمحتوى التعليمى، لذا فأن قضية إعداده لمواكبة متطلبات العصر هى من القضايا الحيوية الهامة فى الميدان التربوى، ولا يمكن إحداث التغيير الايجابى بدون تهيئة بيئة تعليمية مناسبة وهذا لا يتحقق الا من خلال تكنولوجيا التعليم التى يستطيع المعلم من خلالها أن يكون حصيلة من الخبرات التعليمية عن طريق إستخدام كافة مصادر المعرفة التكنولوجية.(15: 147)

وهذا ما أشار إليه وانج (Wang, Y & Cohen, 2000م) حين أوضح أن التكنولوجيا تعيد هيكلة نظام التعليم ومؤسساته، فهي تقدم للمتعلمين طرائق جديدة للتعلم، وللمعلم طرائق جديدة للتعليم وتقديم المعرفة، وللإداريين طرائق جديدة في تنظيم النظام التعليمي، وقد استثمر التعليم هذا التقدم، وظهرت الاستفادة من هذه التقنيات داخل القاعة الدراسية، وبين أروقة المؤسسات التعليمية، وأدى ذلك إلى تأسيس تعلم متكامل معتمد على هذه التقنيات، وهو ما سُمّيَ بالتعلم الإلكتروني.(27: 303)

ونظرًا لإمكانيات التّعلم الإلكتروني ظهرت الحاجة الماسة إليه من قبل المؤسسات التعليمية التي تسعى بدورها إلى مواكبة المستحدثات التقنية، حيث أصبح إدخال التعلم الإلكتروني في العملية التعليمية أمرًا ملحًّا وفي غاية الأهمية نظراً للدور الأساسي الذي يقوم به في تقديم المعلومات العلمية المتجددة باستمرار، كما يمكن إستخدامه كوسائل معينة للمعلم في تدريس المقررات الدراسية، من أجل إثراء الموقف التعليمي (7: 85).

وقد بدا الاهتمام العالمى بإعداد المعلم، والكفايات التى يحتاج أن يمتلكها عندما تم دراسة الكفايات التدريسية كاتجاه تربوى سائد من خلال برامج إعداد

المعلمين، وقد عرف هذا الاتجاه بالتربية القائمة على الكفايات، وتعد حركة التربية القائمة على الكفايات من أبرز الاتجاهات التربوية فى مجال إعداد المعلمين، حيث تهتم هذه الحركة بإكساب المعلمين القدرات المعرفية، بحيث تصبح الكفاية قدرة مركبة تشمل المعارف والمهارات والاتجاهات.(10: 114)(22: 627)

فالمعلم الناجح لابد ان يتقن مادته العلمية، وأساليب التدريس الحديثة، وأن يكون مبدعاً فى إستخدام الوسائط، وتصميم البرامج التعليمية بطريقة تتماشي مع حاجات وقدرات وخصائص المتعلمين، وأن يهيأ للمتعلمين مصادر التعلم المختلفة، وفى هذا الصدد يشير شروم ولامب schrum&lamp 2002م ان المعلم من خلال استخدام تكنولوجيا التعليم يمكنه مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين، وإعطاء كل منهم الخبرات التى تناسبه مما يزيد إيجابيتهم، وإثارة حماسهم ومساعدتهم على التفكير الإيجابى، أى أن استخدام المعلم تكنولوجيا التعليم يحقق الأغراض التعليمية مما يؤدى الى جودة عملية التدريس.(24: 7)

والكفايات التكنولوجية هى مجموعة القدرات التى يجب أن يمتلكها المعلم ويمارسها أثناء العملية التعليمية(20: 392)

ويرى حسن على أحمد (2010م) أن الكفايات التكنولوجية التعليمية هى مجموعة القدرات والمهارات والاتجاهات التى يمتلكها المعلم ويستطيع ممارستها فى مجالات تكنولوجيا التعليم المختلفة، وذلك فى مجال تصميم وإنتاج واستخدام وتقويم المواد التعليمية، وفى مجال تشغيل وصيانة الاجهزة التعليمية المختلفة.(8: 446)

ونظرا لما للكفايات التكنولوجية التعليمية من أهمية بالنسبة للمعلمين وأعضاء هيئة التدريس فقد تناولها بالدراسة العديد من الباحثين مثل دراسة كلا من: يوكو وآخرون YuKu,et..al (2006م) (29)، ديفيز Davies (2013م)(18)، ركان عيسي أحمد (2014م)(9)، أشرف مطلق، صالح ناصر عليمات (2016م)(5)، حيث أشارت نتائجهم إلى أهمية توافر مجموعة من الكفايات التكنولوجية لدى المعلمين

على إختلاف تخصصاتهم، وأنهم فى حاجة ماسة إلى ممارسة هذه الكفايات لتطوير عملية التدريس.

ومن خلال عمل الباحثة كعضو هيئة تدريس وخبرتها العملية فى مجال تدريس التمرينات لطلاب كلية التربية الرياضية – جامعة أسيوط، وإحتكاكها وتواصلها ببعض أعضاء هيئة تدريس التمرينات بالجامعات المصرية لاحظت أن هناك تفاوت فى درجة إمتلاك وممارسة أعضاء هيئة التدريس لتكنولوجيا التعليم فى ضوء تبنى الجامعات المصرية لنظام التحول الرقمي فى عملية التدريس لطلاب الجامعات حيث أن البعض ينقصه بعض الكفايات التكنولوجية وخاصة فى مجال إختيار وإستخدام وسائل الإتصال التعليمية، وإعتمادهم كلياً على الاساليب التدريسية التقليدية فى تدريس المحتوى العلمى للتمرينات، وعدم إستخدامهم للاساليب التكنولوجية بالرغم من توافر أجهزة الحاسب الالى بكليات التربية الرياضية، مما دعت الباحثة الى القيام بهذه الدراسة لمعرفة الكفايات التكنولوجية لاعضاء هيئة تدريس التمرينات فى ضوء نظام التحول الرقمى بالجامعات المصرية وذلك لأن توافر الكفايات التكنولوجية لدى القائم بعملية التدريس له أهمية كبيرة فى تحسين جودة المنتج التعليمى وهذا ما أكدته دراسة كلا من حسن على أحمد (2010)(8)، إحسان بن محمد كنسارة (2007)(3)، وفى حدود علم الباحثة لا توجد دراسة علمية تناولت الكفايات التكنولوجية لاعضاء هيئة تدريس التمرينات خاصة بعد تبنى الجامعات المصرية لنظام التحول الرقمى.

أهداف البحث:

يهدف البحث الى

1. تحديد الكفايات التكنولوجية اللازمة لاعضاء هيئة تدريس التمرينات فى ضوء نظام التحول الرقمى بالجامعات المصرية من وجهة نظرهم.
2. معرفة درجة امتلاك اعضاء هيئة تدريس التمرينات للكفايات التكنولوجية فى ضوء نظام التحول الرقمى بالجامعات المصرية من وجهة نظرهم.

3. معرفة درجة ممارسة اعضاء هيئة تدريس التمرينات للكفايات التكنولوجية فى ضوء نظام التحول الرقمى بالجامعات المصرية من وجهة نظرهم.
4. تحديد العلاقة بين درجة امتلاك اعضاء هيئة تدريس التمرينات للكفايات التكنولوجية ودرجة ممارستهم لها فى ضوء نظام التحول الرقمى بالجامعات المصرية.

تساؤلات البحث:

1. ما الكفايات التكنولوجية اللازمة لاعضاء هيئة تدريس التمرينات فى ضوء نظام التحول الرقمى بالجامعات المصرية من وجهة نظرهم.
2. ما درجة امتلاك اعضاء هيئة تدريس التمرينات للكفايات التكنولوجية فى ضوء نظام التحول الرقمى بالجامعات المصرية من وجهة نظرهم.
3. ما درجة ممارسة اعضاء هيئة تدريس التمرينات للكفايات التكنولوجية فى ضوء نظام التحول الرقمى بالجامعات المصرية من وجهة نظرهم.
4. ما العلاقة بين درجة امتلاك اعضاء هيئة تدريس التمرينات للكفايات التكنولوجية ودرجة ممارستهم لها فى ضوء نظام التحول الرقمى بالجامعات المصرية.

المصطلحات الواردة البحث:

الكفاية:

1-هى مجموعة من المعارف والقدرات والمبادئ التي يحملها المعلم ويؤمن بها ويوظفها في تدريسه.(73:6)

الكفايات التكنولوجية:

2-هى مجموعة القدرات والمهارات والإتجاهات التى يمتلكها المعلم ويقدر على ممارستها فى مجالات تكنولوجيا التعليم المختلفة, وخاصة فى مجال تصميم وإنتاج المواد التعليمية ، وإستخدامها وتقويمها ، وفى مجال تشغيل الأجهزة التعليمية المختلفة.(120:26)

الدراسات المرجعية :

3-دراسة أشرف مطلق الغزو وصالح ناصر عليمات (2016)(5) أستهدفت التعرف على درجة ممارسة أعضاء هيئة التدريس في الجامعات الأردنية للكفايات التكنولوجية وعلاقتها بأدائهم الوظيفي من وجهة نظرهم ، وإستخدم الباحثان المنهج التجريبى، وبلغ حجم عينة البحث (563) عضو هيئة تدريس اختيروا بالطريقة الطبقية العشوائية، ومن أدوات البحث: الإستبيان الخاص بالبحث، ومن أهم النتائج : وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً بين مجالات الكفايات التكنولوجية والأداء الوظيفي لدى أعضاء هيئة التدريس في الجامعات الأردنية.

4-دراسة ركان عيسى أحمد (2014)(9) أستهدفت معرفة درجة امتلاك معلمي اللغة العربية للمرحلة الأساسية العليا في عمان لكفايات تكنولوجيا التعليم من وجهة نظر مديري ومديرات المدارس، وإستخدم الباحث المنهج الوصفى، وأشتملت عينة البحث على عدد (70) مدير ومديرة في مدارس عمان، ومن أدوات البحث : إستبيان تكون من (48) كفاية تعليمية موزعة على (5) مجالات، وقد أظهرت نتائجها : أن معلمي اللغة العربية يمتلكون (32) كفاية بدرجة مرتفعة، وعدد (16) كفاية بدرجة متوسطة وأهم الكفايات التي توافرت لدى أفراد عينة الدراسة وتمارس بدرجة عالية جداً أو عالية هي التي تتناول العناصر الرئيسة لعملية التدريس/ من إعداد خطة، وتحليل المحتوى التعليمي، وتحديد الاستراتيجيات التعليمية، وأظهرت أيضاً وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين درجة توافر الكفايات التقنية التعليمية لدى أفراد العينة ودرجة ممارستهم لها.

5-دراسة ديفز Davies (2013)(18) أستهدفت الكشف عن الكفايات التكنولوجية لدى معلمي المرحلة الثانوية، تكونت عينة الدراسة من عدد (320) معلماً بالمرحلة الثانوية في ثلاث دول هي بريطانيا وجنوب إفريقيا وأستراليا، ومن أدوات البحث : إستبيان الكفايات التكنولوجية الخاص بالدراسة، ومن أهم النتائج : وعى المعلمين بأهمية إستخدام التقنيات التعليمية الحديثة , وأهم الكفايات التكنولوجية التعليمية لدى المعلمين(إعداد الدرس – إختيار واستخدام الوسائل التكنولوجية – التقويم).

6-دراسة إحسان بن محمد كنسارة (2007)(3) أستهدفت الكشف عن إمتلاك أعضاء هيئة التدريس للكفايات التكنولوجية وبيان حالة ممارستهم لها والصعوبات التى يواجهونها, وإستخدم الباحث المنهج الوصفى، وأشتملت عينة البحث على عدد(598) عضو هيئة التدريس بالطريقة الطبقية العشوائية, ومن أدوات البحث: إستبيان يتكون من (57) عبارة موزعة على (7) أبعاد, ومن أهم النتائج : وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائياً بين درجة الإمتلاك والممارسة للكفايات التكنولوجية لدى أعضاء هيئة التدريس فى جامعة أم القرى.

7-دراسة يوكو وآخرون YuKu,et.,al (2006)(29) أستهدفت التعرف على تصورات المجتمع التعليمى فى أريزونا Arizona الأمريكية حول أهمية الكفايات التكنولوجية لدى معلمى ما قبل الخدمة وأثناء الخدمة ، وإستخدم الباحثون المنهج الوصفى ، وأشتملت عينة البحث على عدد(67) معلما ما قبل الخدمة ، وعدد(67) معلماً بالخدمة، وعدد (45) مدير مدرسة من المناطق التعليمية ، ومن أدوات البحث: إستبيان يتكون من (62) عبارة تتعلق بالكفايات التكنولوجية التعليمية ، ومن أهم النتائج: أعطى المعلمون أثناء الخدمة تقديراً كبيراً لأهمية المهارات التكنولوجية التعليمية (تخطيط التدريس – إستخدام التقنيات – التقويم).

إجراءات البحث:

منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفى بإتباع الأسلوب المسحى لملاءمته لطبيعة إجراءات البحث.

عينة البحث:

تم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من السادة القائمين على تدريس التمرينات بكليات التربية الرياضية بجمهورية مصر العربية للعام الجامعى 2020م/2021م وبلغ إجمالى عينة البحث الأساسية (25) عضو هيئة تدريس، وقد روعى عند إختيار عينة البحث أن تكون ممثلة لكليات التربية الرياضية بنين وبنات ، بالإضافة إلى عدد (10) أعضاء هيئة تدريس كعينة إستطلاعية لتقنين أداة البحث الرئيسية (الإستبيان)، وبلغت النسبة المئوية لعدد أعضاء

هيئة التدريس (80%) من مجتمع البحث الكلى، وجدول(1) يوضـــح توزيع عينة البحث المختارة.

جدول (1)
توزيع أفراد عينة البحث الأساسية والإستطلاعية طبقاً لكليات التربية الرياضية بنين وبنات بجمهورية مصر العربية

م	الكليـــة	أعضاء هيئة التدريس		
		عينة البحث الأساسية	العينة الإستطلاعية	المجموع
1	كلية التربية الرياضية– جامعة أسيوط	2	3	2
2	كلية التربية الرياضية بنات – جامعة الإسكندرية	4	-	5
3	كلية التربية الرياضية بنات – جامعة الزقازيق	4	2	6
4	كلية التربية الرياضية بنين – جامعة الزقازيق	3	1	4
5	كلية التربية الرياضية – جامعة بورسعيد	2	1	2
6	كلية التربية الرياضية – جامعة المنصورة	2	2	3
7	كلية التربية الرياضية بنين – جامعة بنها	2	-	3
8	كلية التربية الرياضية - جامعة جنوب الوادى	1	-	1
9	كلية التربية الرياضية – جامعة بني سويف	1	1	2
10	كلية التربية الرياضية – جامعة مدينة السادات	2	-	3
11	كلية التربية الرياضية بنين – جامعة حلوان	2	-	4
	المجموع	25	10	35

أدوات جمع البيانات: وتنقسم إلى ما يلى:

1- المسح المرجعى للمراجع العلمية (4)،(6)،(10)،(12)،(14)، والدراسات العلمية المرتبطة (3)،(5)،(8)، (9)،(16) والتى تناولت الكفايات التكنولوجية.

2- استمارة استبيان (الكفايات التكنولوجية) من إعداد الباحثة.

خطوات تصميم استبيان الكفايات التكنولوجية لاعضاء هيئة تدريس التمرينات:

1- تحديد المحاور الرئيسية والكفايات الخاصة بكل مجال بناءً على ما تم إستخلاصه من المصادر التالية :

- الدراسات المرتبطة والتى تناولت الكفايات التكنولوجية التعليمية لأعضاء هيئة التدريس.
- المقابلة الشخصية مع العديد من أعضاء هيئة تدريس التمرينات وطرق التدريس بكليات التربية الرياضية، وذلك للتعرف على أهم الكفايات التكنولوجية فى تدريس مقررات التمرينات.

وقامت الباحثة بتصميم استبيان الكفايات التكنولوجية متبعة الخطوات التالية :

أ- تم عرض محاور قائمة الكفايات التكنولوجية فى صورتها الاولية (مرفق 2) على عدد (10) من السادة القائمين على تدريس التمرينات وطرق التدريس بكليات التربية الرياضية (مرفق 1)، وذلك للحكم على مدى صلاحية المحاور، وكذلك تحديد الأهمية النسبية لكل محور، والجدول (2) يوضح ذلك.

جدول (2)
النسبة المئوية والاهمية النسبية لاراء السادة الخبراء حول محاور
استبيان الكفايات التكنولوجية التعليمية ن=10

م	المحاور	رأى الخبير		النسبة المئوية	الأهمية النسبية %
		مناسب	غير مناسب		
1	تخطيط وتصميم التدريس.	9	1	% 90	% 100
2	إختيار التقنيات التعليمية المناسبة.	10	-	% 100	% 84.50
3	إستخدام التقنيات التعليمية.	10	-	% 100	% 100
4	صيانة الأجهزة والوسائل العلمية.	5	5	% 50	% 56.90
5	إنتاج المواد التعليمية.	6	4	% 60	% 58.00
6	التقويم.	9	1	% 90	% 100

يتضـــح من جدول (2) أنه أحتلت المحاور التالية (تخطيط وتصـــميم التدريس – إستخدام التقنيات التعليمية المناسبة– إختيار التقنيات التعليمية – التقويم) على نسبة مئوية تراوحت ما بين (90%: 100%) كما تراوحت الاهمية النســـبية لتلك المحاور ما بين (84.50%: 100%)، كما أحتل مجالى صـــيانة الأجهزة والوســـائل العلمية – وإنتاج المواد التعليمية على نسـب مئوية (50%، 60%) على الترتيب، كما تراوحت الاهمية النسـبية لتلك المحاور ما بين (56.90: 58)، وارتضـــت الباحثة نســـبة (80% فاكثر) من آراء المحكمين لتحديد محاور اســـتبيان الكفايات التكنولوجية التعليمية وبذلك تكون الباحثة قد توصـــلت الى المحاور النهائية لقائمة الكفايات التكنولوجية التعليمية لاعضاء هيئة تدريس التمرينات بكليات التربية الرياضـــية بالجامعات المصـــرية (مرفق 3) والتى ضـــمت (4) محاور وهى (كفايات تخطيط وتصـــميم التدريس – كفايات إســـتخدام التقنيات التعليمية المناســـبة – كفايات إختيار التقنيات التعليمية – كفايات التقويم).

ب – تم تحديد (49) كفاية تعليمية وفقاً للمســـح المرجعى والدراســـات المرتبطة والمقابلات الشـــخصـــية للاربعة محاور التى تم التوصـــل اليهم، والجدول (3) يوضـــح توزيع محاور الاستبانة وعدد الكفايات الخاصة بكل محور.

جدول (3)
قائمة الكفايات التكنولوجية التعليمية فى صورتها الأولية

المجال	المجال	عدد الكفايات الخاصة
الأول	تصميم التدريس.	12
الثاني	إختيار التقنيات التعليمية.	12
الثالث	إستخدام التقنيات التعليمية.	15
الرابع	التقويم.	10
المجموع		49

ج– ثم تم عرض عبارات محاور الكفايات التكنولوجية التعليمية لاعضاء هيئة تدريس التمرينات بكليات التربية الرياضية بالجامعات المصرية فى صورتها الأولية (مرفق 4) على عدد (10) خبراء من السادة القائمين على تدريس التمرينات طرق التدريس بكليات التربية الرياضية (مرفق 1) بغرض تحديد مدى مناسبة الكفايات لكل محور وجدول (4) يوضح ذلك.

جدول (4)
عبارات قائمة الكفايات التكنولوجية التعليمية فى صورتها الأولية ن= 10

م	الكفاية	الكفاية (تصميم التدريس)	الاستجابة	
			الدرجة المقدرة	النسبة المئوية
1	ك	تحليل المقرر الدراسي لتحديد إحتياجاته من أدوات وأجهزة تكنولوجية	44	88
2		مراعاة تكامل الوسيلة مع طريقة وأسلوب التدريس.	42	84
3		تحليل الأهداف لتحديد الوسيلة التكنولوجية المناسبة لتحقيق كل هدف.	40	80
4		صياغة الأهداف السلوكية المتعلقة بتصميم الوسائل والبرامج التعليمية.	40	80
5		تنظيم المحتوى التدريسي تنظيماً يتفق مع تسلسل الأهداف السلوكية.	48	96
6		تحديد الإستراتيجيات التعليمية المناسبة لتحقيق الأهداف التعليمية.	46	92
7		البحث عن اشكال مختلفة لوسائل تكنولوجية واختيار افضلها للموقف التعليمي	38	76
8		وضع أنشطة متنوعة وبديلة لمراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين.	44	88
9		تصميم برنامج تعليمي مستخدماً فيه وسائل تكنولوجية متنوعة حسب معايير التصميم الناجح.	42	84
10		تحديد الجوانب الفنية اللازمة لانتاج وسائل تكنولوجية جذابة.	40	80
11		تحليل خصائص المتعلمين لتحديد الوسائل والبرامج المناسبة لهم	36	72
12		إختيار محتوى المواد ووسائل التكنولوجيا المناسبة لتحقيق الاهداف التعليمية	50	100
1	كفاية اختيار التقنيات التعليمية	إختيار وسائل تكنولوجيا التعليم المناسبة لطريقة وأسلوب التدريس.	50	100
2		مراعاة مناسبة الوسيلة للمفهوم الذى تعرضه كأن تكون متحركة إذا كان المراد تعلم مهارة حركية.	42	84
3		مراعاة خصائص المتعلمين عند إختيار وسائل تكنولوجيا التعليم.	42	84
4		مراعاة إحتواء الوسيلة على فكرة واضحة ومناسبة ومتطلبات الموقف التعليمي.	40	80
5		مراعاة قابلية الوسيلة للتطبيق في الموقف التعليمي.	40	80

6		إختيار وسائل تكنولوجيا التعليم بحيث تناسب موضوع الدرس واهدافه.	50	100
7		مراعاة توافر عناصر الحداثة والدقة عند إختيار وسائل تكنولوجيا التعليم.	40	80
8		مراعاة توافر عناصر الإثارة والدافعية والتشويق في وسائل تكنولوجيا التعليم.	42	84
9		مراعاة التكلفة والفاعلية عند إختيار وسائل تكنولوجيا التعليم.	50	100
10		اتاحة الفرصة للمتعلمين في اختيار وسائل تكنولوجيا التعليم	32	64
11		مراعاة اشتراطات الامن والسلامة عند اختيار الوسيلة التكنولوجية.	30	60
12		تحديد المشكلات التى تواجه المعلم عند اختيار وسائل تكنولوجيا التعليم.	36	72

م	الكفاية	الكفاية (تصميم التدريس)	الاستجابة الدرجة المقدرة	الاستجابة النسبة المئوية
1	كفاية استخدام التقنيات التعليمية	تهيئة أذهان المتعلمين لإستخدام وسائل تكنولوجيا التعليم	42	84
2		متابعة أداء المتعلمين ومشاركتهم فى عملية التعلم خلال إستخدام وسائل تكنولوجيا التعليم.	44	88
3		القدرة على تشغيل وإستخدام وسائل تكنولوجية لعرض ودراسة برنامج تعليمي.	50	100
4		القدرة على تشغيل وإستخدام جهاز عرض البيانات الداتا شو.	40	80
5		القدرة على إستخدام شبكة المعلومات للحصول على بيانات تعليمية	50	100
6		تهيئة الظروف المكانية والتسهيلات الفنية اللازمة لتأمين المشاهدة والإستماع بشكل صحى وسليم وواضح لكافة المتعلمين.	40	80
7		إتاحة الفرصة للمتعلمين لإستخدام وسائل تكنولوجيا التعليم.	44	88
8		الإطلاع على محتوى التقنية (الوسيلة) قبل إستخدامها.	40	80
9		تجريب الأجهزة والمواد التعليمية للتأكد من صلاحيتها للإستخدام.	50	100
10		مناقشة المتعلمين وتقويم الوسيلة بعد الاستخدام.	30	60
11		يستطيع ارسال واستقبال البريد الالكتروني Email.	50	100
12		يستخدم الوسائط المتعددة والوسائط الفائقة بكفاءة لتعزيز التعلم.	44	88
13		التعرف على الأساليب الحديثة فى إستخدام وسائل تكنولوجيا التعليم.	40	80
14		معرفة اجزاء الاجهزة التكنولوجية ووظيفة كل كمها وطريقة الحفاظ عليها.	36	72
15		إيقاف الأجهزة التعليمية عند الإنتهاء من تشغيلها وإستخدامها وإعادة المواد والأجهزة إلى أماكنها ووضعها لتكون جاهزة للإستخدام مرة أخرى.	40	80
1	كفاية التقويم	مراعاة خصائص المتعلمين عند وضع فقرات الاختبار.	50	100
2		تصميم أنواع متعددة من الإختبارات لقياس مستوى التعلم.	50	100
3		يحلل نتائج الاختبارات ويفسرها للاستفادة منها في تحسين الأداء.	44	88
4		وضع معايير واضحة للتقويم في خطة المقرر.	44	88
5		إعداد اختبارات متنوعة لتحسين ومعرفة أداء المتعلمين.	50	100
6		مراعاة الإستمرارية والشمولية فى تقويم وسائل تكنولوجيا التعليم للمحافظة على حداثتها ومستوى فاعليتها دائماً.	42	84
7		تصميم الإستمارات والبطاقات الخاصة بتقويم وسائل تكنولوجيا التعليم.	42	84
8		يطلع المتعلمين على نتائج تقويمهم.	50	100
9		يستخدم البطاقات الخاصة بتقويم وسائل تكنولوجيا التعليم	36	72
10		معرفة معايير تقييم وسائل تكنولوجيا التعليم	30	60

يتضح من الجدول (4) والخاص بعبارات قائمة الكفايات التكنولوجية التعليمية أن النسبة المئوية لاراء السادة الخبراء فى المحور الاول والخاص بكفايات تصميم التدريس انحصرت من بين (72%: 100%)، وفى المحور الثانى والخاص بكفايات إختيار التقنيات التعليمية انحصرت من بين (60%: 100%)، وفى المحور الثالث والخاص بكفايات إستخدام

التقنيات التعليمية انحصرت من بين (60%: 100%)، وفى المحور الرابع والخاص بكفايات التقويم انحصرت من بين (60%: 100%) وقد إرتضت الباحثة بنسبة مئوية (80%) فيما فوق وقد أسفر ذلك عن حذف بعض العبارات، وجدول (5) يوضح ذلك:

جدول (5)
الكفايات التى تم حذفها فى قائمة الكفايات التكنولوجية

المجال	المجال	أرقام الكفايات التى تم حذفها
الأول	تصميم التدريس.	11/7
الثاني	إختيار التقنيات التعليمية.	12/11/10
الثالث	إستخدام التقنيات التعليمية.	14/10
الرابع	التقويم.	10/9

حيث تم إتباع ميزان تقدير ثلاثى (نعم – إلى حداً ما – لا) بتقدير درجات (5 – 3 – 1)، وبذلك أصبحت القائمة فى شكلها النهائى (مرفق 5) تتكون من (4) محاور تشمل على عدد (40) كفاية موزعة على النحو التالى:

جدول (5)
قائمة الكفايات التكنولوجية فى صورتها النهائية

المجال	المجال	عدد الكفايات الخاصة
الأول	تصميم التدريس.	10
الثاني	إختيار التقنيات التعليمية.	9
الثالث	إستخدام التقنيات التعليمية.	13
الرابع	التقويم.	8
	المجموع	40

المعاملات العلمية (الصدق – الثبات) لقائمة الكفايات :

أولاً : معامل الصدق:

لحساب معامل صدق القائمة استخدمت الباحثة صدق الإتساق الداخلي حيث تم تطبيق الإستبيان على عدد (10) أعضاء هيئة تدريس من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية، وقد تم حساب معامل الإرتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمحور الذى تمثله، وكذلك حساب معامل الإرتباط بين المجموع الكلى لكل محور والدرجة الكلية لقائمة الكفايات التكنولوجية التعليمية، وجدولي (6)،(7) يوضحان ذلك.

جدول (6)
معامل الإرتباط بين درجات كل عبارة وبين المحور الذى تمثله
فى قائمة الكفايات التكنولوجية ن = 10

المحور الأول		المحور الثانى		المحور الثالث		المحور الرابع	
رقم العبارة	قيمة"ر"	رقم العبارة	قيمة"ر"	رقم العبارة	قيمة"ر"	رقم العبارة	قيمة"ر"
1	0.749	1	0.827	1	0.788	1	0.815
2	0.726	2	0.74	2	0.823	2	0.875
3	0.757	3	0.729	3	0.811	3	0.751
4	0.721	4	0.734	4	0.767	4	0.728
5	0.699	5	0.770	5	0.740	5	0.815
6	0.743	6	0.822	6	0.721	6	0.752
7	0.732	7	0.835	7	0.705	7	0.768
8	0.736	8	0.719	8	0.808	8	0.727
9	0.830	9	0.801	9	0.812	-	-
10	0.813	-	-	10	0.776	-	-
-	-	-	-	11	0.824	-	-
-	-	-	-	12	0.792	-	-
-	-	-	-	13	0.729	-	-

قيمة " ر" الجدولية عند مستوى 0.05 = 0.632 *دال عند مستوى 0.05

يتضح من جدول (6) وجود إرتباط دال إحصائياً عند مستوى 0.05 بين درجة كل عبارة والمحور الذي تنتمي إليه، مما يشير إلي صدق استبيان الكفايات التكنولوجية التعليمية.

جدول (7)
معامل الإرتباط بين درجات كل محور والدرجة الكلية
لمحاور استبيان الكفايات التكنولوجية ن = 10

م	المحاور	قيمة " ر "
1	تصميم التدريس.	*0.870
2	إختيار التقنيات التعليمية.	*0.752
3	إستخدام التقنيات التعليمية.	*0.754
4	التقويم.	*0.795

قيمة " ر" الجدولية عند مستوى 0.05 = 0.632 * دال عند مستوى 0.05

يتضح من جدول (7) وجود إرتباط دال إحصائياً عند مستوى 0.05 بين درجة كل محور والدرجة الكلية لمحاور استبيان الكفايات التكنولوجية.

ثانياً: معامل الثبات:

تم إيجاد ثبات استبيان الكفايات التكنولوجية بإستخدام طريقة التطبيق وإعادة التطبيق علي عينة قوامها (10) أعضاء هيئة تدريس من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية، وتم إعادة التطبيق بعد (10) أيام من التطبيق الأول، وذلك فى الفترة من 2021/4/1م وحتى

2021/5/10م، وقد تم إيجاد معامل الإرتباط بين نتائج التطبيق الأول والثانى ، وجدول (8) يوضح ذلك.

جدول (8)
معامل الثـبات لقائمة الكفايات التكنولوجية
قيد البحث ن= 10

مجالات قائمة الكفايات	وحدة القياس	التطـبيق الأول		التطـبيق الثانى		قيمة "ر"
		م	ع	م	ع	
درجة الإمتلاك	درجة	83.21	4.70	83.95	4.14	*0.739
درجة الممارسة	درجة	51.80	3.00	52.22	2.09	*0.769
الأداة كاملة	درجة	135.01	7.70	136.17	6.23	*0.768

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 = 0.632 * دال عند مستوى 0.05

يتضح من جدول (8) أن معاملات الإرتباط بين نتائج التطبيقين الأول والثاني لقائمة الكفايات التكنولوجية التعليمية تراوحت ما بين (0.739 : 0.769) وهى دالة إحصائياً عند مستوى 0.05، مما يشير إلى ثبات القائمة.

تطبيق قائمة الكفايات التكنولوجية:

بعد أن تأكدت الباحثة من صدق وثبات استبيان الكفايات التكنولوجية لتحقيق أهداف البحث ووضعه فى صورته النهائية حيث إشتمل على عدد (40) كفاية ، وقد تم توزيعها على أعضاء هيئة تدريس التمرينات بكليات التربية الرياضية بالجامعات المصرية فى العام الجامعى 2020م/2021م، وقد بلغ عددهم (25) عضواً.

الأساليب الإحصائية قيد البحث:

لمعالجة البيانات إحصائياً قامت الباحثة باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابى.
- الدرجة المقدرة.
- النسبة المئوية.
- الإنحراف المعيارى.
- معامل الإرتباط.
- التكرارات والنسب المئوية.

عرض ومناقشة النتائج:

عـرض نتـائج التسـاؤل الأول : مـا الكفايـات التكنولوجيـة اللازمـة لاعضـاء هيئـة تـدريس التمرينات فى ضوء نظام التحول الرقمى بالجامعات المصرية من وجهة نظرهم.

جدول (9)

الكفايات التكنولوجية اللازمة لاعضاء هيئة تدريس التمرينات ن=25

المحور	العبارة	ميزان التقدير			الدرجة المقدرة	النسبية المئوية%	المحور	العبارة	ميزان التقدير			الدرجة المقدرة	النسبية المئوية%
		5	3	1					5	3	1		
كفاية تصميم التدريس	1	25	0	0	125	100	كفاية اختيار التقنيات التعليمية	1	22	3	0	119	95.2
	2	24	0	1	121	96.8		2	24	1	0	123	98.4
	3	24	0	1	121	96.8		3	25	0	0	125	100
	4	22	1	2	115	92		4	21	3	1	115	92
	5	25	0	0	125	100		5	21	2	2	113	90.4
	6	23	0	2	117	93.6		6	25	0	0	125	100
	7	25	0	0	125	100		7	22	2	1	117	93.6
	8	22	1	2	117	93.6		8	23	2	0	121	96.8
	9	21	3	1	115	92		9	23	1	1	119	95.2
	10	22	0	3	113	90.4							
كفاية استخدام التقنيات التعليمية	1	24	0	1	121	96.8	كفاية التقويم	1	22	2	1	117	93.6
	2	25	0	0	125	100		2	24	0	1	121	96.8
	3	25	0	0	125	100		3	24	0	1	121	96.8
	4	22	2	1	117	93.6		4	25	0	0	125	100
	5	25	0	0	125	100		5	22	2	1	117	93.6
	6	22	2	1	117	93.6		6	22	2	1	117	93.6
	7	24	0	1	121	96.8		7	25	0	0	125	100
	8	24	0	1	121	96.8		8	24	0	1	121	96.8
	9	22	2	1	117	93.6							
	10	25	0	0	125	100							
	11	25	0	0	125	100							
	12	25	0	0	125	100							
	13	22	2	1	117	93.6							

يتضح من خلال عرض جدول (9) أن عينة البحث من أعضاء هيئة تدريس التمرينات بكليات التربية الرياضية بالجامعات المصرية قد اجتمعت بالموافقة على جميع عبارات قائمة الكفايات التكنولوجية التعليمية والتي جاءت بالاستبيان والتي بلغ مجمل عددها (40) كفاية، حيث تراوحت الدرجة المقدرة ما بين (113: 125) بنسبة مئوية تراوحن ما بين (90.4%: 100%).

عرض نتائج التساؤل الثانى: ما درجة امتلاك اعضاء هيئة تدريس التمرينات للكفايات التكنولوجية فى ضوء نظام التحول الرقمى بالجامعات المصرية من وجهة نظرهم.

جدول (10)

النسب المئوية لإستجابات أعضاء هيئة التدريس (التمرينات) على قائمة الكفايات التكنولوجية فى مدى إمتلاكهم كفايات تصميم التدريس ن = 25

المحور	العبارة	ميزان التقدير						الدرجة المقدرة	النسبية المئوية%	مستوى الامتلاك
		ك	%	ك	%	ك	%			
كفاية تصميم التدريس	1	11	%44	14	%56	0	% 0	97	77.6	متوسط
	2	14	%56	5	%20	6	24 %	91	72.8	متوسط
	3	21	%84	4	%16	0	% 0	117	93.6	مرتفع
	4	15	%60	7	%28	3	%12	99	79.2	متوسط
	5	20	%80	5	%20	0	% 0	115	92	عالية
	6	23	%92	2	%8	0	% 0	121	96.8	مرتفع
	7	21	%84	4	%16	0	% 0	117	93.6	مرتفع
	8	24	%96	1	%4	0	% 0	123	98.4	مرتفع
	9	20	%80	4	%16	1	%4	113	90.4	مرتفع
	10	11	%44	6	%24	9	%36	82	65.6	منخفض

يتضح من الجدول (10) التكرارات والنسب المئوية لتقدير أفراد عينة البحث لدرجة إمتلاكهم كفايات مجال تصميم التدريس، وإنحصرت النسب المئوية للكفايات التى يمتلكونها ما بين (65.6%: 98.4%).

جدول (11)

النسب المئوية لإستجابات أعضاء هيئة التدريس (التمرينات) على قائمة الكفايات التكنولوجية فى مدى إمتلاكهم كفايات لإختيار التقنيات التعليمية ن = 25

المحور	العبارة	ميزان التقدير						الدرجة المقدرة	النسبية المئوية%	مستوى الامتلاك
		ك	%	ك	%	ك	%			
كفاية اختيار التقنيات التعليمية	1	20	%80	5	%20	0	% 0	115	92	مرتفع
	2	23	%92	2	%8	0	% 0	121	96.8	مرتفع
	3	24	%96	1	%4	0	% 0	123	98.4	مرتفع
	4	16	%64	6	%24	3	%12	101	80.8	متوسط
	5	23	%92	2	%8	0	% 0	121	96.8	مرتفع
	6	24	%96	1	%4	0	% 0	123	98.4	مرتفع
	7	10	%40	5	%20	10	%40	75	60	منخفض
	8	16	%64	6	%24	3	%12	101	80.8	متوسط
	9	25	%100	0	%0	0	%0	125	100	مرتفع

يتضح من الجدول (11) التكرارات والنسب المئوية لتقدير أفراد عينة البحث لدرجة إمتلاكهم كفايات إختيار التقنيات التعليمية، وإنحصرت النسب المئوية للكفايات التى يمتلكونها ما بين (60%: 100%).

جدول (12)
النسب المئوية لإستجابات أعضاء هيئة التدريس (التمرينات)
فى إمتلاكهم كفايات إستخدام التقنيات ن= 25

المحور	العبارة	ميزان التقدير						الدرجة المقدرة	النسبية المئوية%	مستوى الامتلاك
		ك	%	ك	%	ك	%			
كفاية استخدام التقنيات التعليمية	1	24	%96	1	%4	0	%0	123	98.4	مرتفع
	2	17	%68	6	%24	2	%8	105	84	متوسط
	3	20	%80	5	%20	0	%0	115	92	مرتفع
	4	20	%80	5	%20	0	%0	115	92	مرتفع
	5	24	%96	1	%4	0	%0	123	98.4	مرتفع
	6	16	%64	6	%24	3	%12	101	80.8	متوسط
	7	18	%72	5	%20	2	%8	107	85.6	متوسط
	8	25	%100	0	%0	0	%0	125	100	مرتفع
	9	25	%100	0	%0	0	%0	125	100	مرتفع
	10	23	%92	2	%8	0	% 0	121	96.8	مرتفع
	11	5	%20	10	%40	10	%40	65	52	منخفض
	12	17	%68	6	%24	2	%8	105	84	متوسط
	13	23	%92	2	%8	0	% 0	121	96.8	مرتفع

يتضح من الجدول (12) التكرارات والنسب المئوية لتقدير أفراد عينة البحث لدرجة إمتلاكهم كفايات إستخدام التقنيات التعليمية، وإنحصرت النسب المئوية للكفايات التى يمتلكونها ما بين (52%: 100%).

جدول (13)
النسب المئوية لإستجابات أعضاء هيئة التدريس (التمرينات) على قائمة
الكفايات التكنولوجية فى مدى إمتلاكهم كفايات مجال التقويم ن = 25

المحور	العبارة	ميزان التقدير						الدرجة المقدرة	النسبية المئوية%	مستوى الامتلاك
		ك	%	ك	%	ك	%			
كفاية التقويم	1	25	%100	0	%0	0	%0	125	100	مرتفع
	2	16	%64	6	%24	3	%12	101	80.8	متوسط
	3	21	%84	4	%16	0	%0	117	93.6	مرتفع
	4	24	%96	1	%4	0	%0	123	98.4	مرتفع
	5	18	%72	5	%20	2	%8	107	85.6	متوسط
	6	17	%68	6	%24	2	%8	105	84	متوسط
	7	11	%44	6	%24	9	%36	82	65.6	منخفض
	8	25	%100	0	%0	0	%0	125	100	مرتفع

يتضح من الجدول (13) التكرارات والنسب المئوية لتقدير أفراد عينة الدراسة لدرجة إمتلاكهم كفايات مجال التقويم، وإنحصرت النسب المئوية للكفايات التى يمتلكونها ما بين (65.6%: 100%).

عرض نتائج التساؤل الثالث: ما درجة ممارسة اعضاء هيئة تدريس التمرينات للكفايات التكنولوجية فى ضوء نظام التحول الرقمى بالجامعات المصرية من وجهة نظرهم.

جدول (14)
النسب المئوية لإستجابات أعضاء هيئة التدريس (التمرينات) على قائمة الكفايات التكنولوجية فى مدى ممارستهم كفايات تصميم التدريس ن = 25

المحور	العبارة	ميزان التقدير						الدرجة المقدرة	النسبية المئوية%	مستوى الممارسة
		ك	%	ك	%	ك	%			
كفاية تصميم التدريس	1	4	%16	9	%36	12	%48	59	47.2	منخفض
	2	17	%68	6	%24	2	%8	105	84	متوسط
	3	20	%80	5	%20	0	% 0	115	92	مرتفع
	4	16	%64	3	%12	6	%24	95	76	متوسط
	5	20	%80	5	%20	0	% 0	115	92	مرتفع
	6	19	%76	5	%20	1	%4	111	88.8	متوسط
	7	20	%80	4	%16	1	%4	113	90.4	مرتفع
	8	17	%68	6	%24	2	%8	105	84	متوسط
	9	18	%72	5	%20	2	%8	107	85.6	متوسط
	10	7	%32	8	%32	9	%36	68	54.4	منخفض

يتضح من الجدول (14) التكرارات والنسب المئوية لتقدير أفراد عينة الدراسة لدرجة ممارستهم كفايات مجال تصميم التدريس، وإنحصرت النسب المئوية للكفايات التى يمارسونها ما بين (47.2%: 92%).

جدول (15)
النسب المئوية لإستجابات أعضاء هيئة التدريس (التمرينات) على قائمة الكفايات التكنولوجية فى مدى ممارستهم كفايات لإختيار التقنيات التعليمية ن=25

المحور	العبارة	ميزان التقدير						الدرجة المقدرة	النسبية المئوية%	مستوى الممارسة
		ك	%	ك	%	ك	%			
كفاية اختيار التقنيات التعليمية	1	20	%80	5	%20	0	%0	115	92	مرتفع
	2	24	%96	1	%4	0	%0	123	98.4	مرتفع
	3	19	%76	5	%20	1	%4	111	88.8	متوسط
	4	19	%76	5	%20	1	%4	111	88.8	متوسط
	5	17	%68	6	%24	2	%8	105	84	متوسط

مرتفع	98.4	123	%0	0	%4	1	%96	24	6	
منخفض	53.6	67	%52	13	%12	3	%36	9	7	
منخفض	47.2	59	%48	12	%36	9	%16	4	8	
مرتفع	100	125	%0	0	%0	0	%100	25	9	

يتضح من الجدول (15) التكرارات والنسب المئوية لتقدير أفراد عينة الدراسة لدرجة ممارستهم كفايات مجال إختيار التقنيات التعليمية، وإنحصرت النسب المئوية للكفايات التى يمارسونها ما بين (47.2%: 100%).

جدول (16)

النسب المئوية لإستجابات أعضاء هيئة التدريس (التمرينات) على قائمة الكفايات التكنولوجية في مدى ممارستهم كفايات إستخدام التقنيات التعليمية ن= 25

المحور	العبارة	ميزان التقدير						الدرجة المقدرة	النسبية المئوية%	مستوى الممارسة
		ك	%	ك	%	ك	%			
كفاية استخدام التقنيات التعليمية	1	25	%100	0	%0	0	%0	125	100	مرتفع
	2	11	%44	4	%16	10	%40	77	61.6	منخفض
	3	20	%80	4	%16	1	%4	113	90.4	مرتفع
	4	20	%80	5	%20	0	%0	115	92	مرتفع
	5	25	%100	0	%0	0	%0	125	100	مرتفع
	6	19	%76	3	%12	3	%12	107	85.6	متوسط
	7	11	%44	6	%24	9	%36	82	65.6	منخفض
	8	25	%100	0	%0	0	%0	125	100	مرتفع
	9	25	%100	0	%0	0	%0	125	100	مرتفع
	10	20	%80	5	%20	0	%0	115	92	مرتفع
	11	11	%44	6	%24	9	%36	82	65.6	منخفض
	12	7	%32	8	%32	9	%36	68	54.4	منخفض
	13	20	%80	4	%16	1	%4	113	90.4	مرتفع

يتضح من الجدول (16) التكرارات والنسب المئوية لتقدير أفراد عينة الدراسة لدرجة ممارستهم كفايات مجال إستخدام التقنيات التعليمية، وإنحصرت النسب المئوية للكفايات التى يمارسونها ما بين (54.4%: 100%).

جدول (17)
النسب المئوية لإستجابات أعضاء هيئة التدريس (التمرينات) على قائمة
الكفايات التكنولوجية في مدى ممارستهم كفايات مجال التقويم ن = 25

المحور	العبارة	ميزان التقدير						الدرجة المقدرة	النسبية المئوية%	مستوى الممارسة
		ك	%	ك	%	ك	%			
كفاية التقويم	1	19	%76	5	%20	1	%4	111	88.8	متوسط
	2	17	%68	6	%24	2	%8	105	84	متوسط
	3	24	%96	1	%4	0	%0	123	98.4	مرتفع
	4	25	%100	0	%0	0	%0	125	100	مرتفع
	5	17	%68	6	%24	2	%8	105	84	متوسط
	6	11	%44	6	%24	8	%32	81	64.8	منخفض
	7	12	%48	5	%20	8	%32	83	66.4	منخفض
	8	19	%76	6	%24	0	%0	113	90.4	مرتفع

يتضح من الجدول (17) التكرارات والنسب المئوية لتقدير أفراد عينة الدراسة لدرجة ممارستهم كفايات مجال التقويم، وإنحصرت النسب المئوية للكفايات التى يمارسونها ما بين (64.8%: 100%).

عرض نتائج التساؤل الرابع :" ما العلاقة بين درجة امتلاك اعضاء هيئة تدريس التمرينات للكفايات التكنولوجية ودرجة ممارستهم لها فى ضوء نظام التحول الرقمى بالجامعات المصرية.

جدول (18)
معامل الإرتباط بين الدرجة الكلية لإمتلاك أعضاء هيئة التدريس (التمرينات)
الكفايات التكنولوجية وممارستهم لها ن= 25

المجال	الممارسة
إمتلاك الكفايات التكنولوجية التعليمية	*0.519
ممارسة الكفايات التكنولوجية التعليمية	

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى 0.05 = 0.349 دال عند مستوى 0.05

يتضح من الجدول (18) وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوى 0.05 بين الدرجة الكلية لإمتلاك أعضاء هيئة التدريس (التمرينات) بكليات التربية الرياضية الكفايات التكنولوجية وممارستهم لها.

ثانياً : مناقشة النتائج:

مناقشة نتائج التساؤل الأول " ما الكفايات التكنولوجية اللازمة لاعضاء هيئة تدريس التمرينات فى ضوء نظام التحول الرقمى بالجامعات المصرية من وجهة نظرهم.

إتضح من خلال عرض النتائج بجدول (9) أن عينة البحث من السادة أعضاء هيئة تدريس التمرينات بكليات التربية الرياضية بالجامعات المصرية قد اجتمعوا بالموافقة على جميع عبارات قائمة الكفايات التكنولوجية والتي جاءت بالاستبيان بنسب عالية جداً تراوحت ما بين (90.4%: 100%) وقد بلغ مجمل عددها (40) كفاية موزعة على اربع محاور كالتالي:

المحور الأول: كفاية تصميم التدريس (10) عشرة كفايات .

المحور الثاني: كفاية إختيار التقنيات التعليمية (9) تسعة كفايات.

المحور الثالث: كفاية استخدام التقنيات التعليمية (13) ثلاثة عشر كفاية.

المحور الرابع: كفاية التقويم (8) ثمانية كفايات.

وموافقة عينة البحث على الكفايات التكنولوجية التعليمية بتلك النسب العالية يؤكد على أهمية إكتساب القائمين بتدريس التمرينات بتلك الكفايات التكنولوجية حيث أنه ومن خلال النظر إلى النتائج السابقة نجد أن هناك أتفاقاً حول الحاجة إلى الكفايات التكنولوجية لاعضاء هيئة تدريس التمرينات فى مجالات (كفاية تصميم التدريس – كفاية إختيار التقنيات التعليمية – كفاية استخدام التقنيات التعليمية – كفاية التقويم)

ويشير فى هذا الصدد عبدالرحمن توفيق (2001م) أنه ومع تعاظم ثورة التكنولوجيا وتراكم المعلومات المتبادلة في العالم لا بد لنا من الإفادة من الإمكانات التكنولوجية الهائلة في تطوير كفاءة القائم على العملية التعليمية ليصبح مشاركا في وضع المقررات وتصميم الاختبارات وطرق التقييم المختلفة والتوجيه والإشراف العلمي والأكاديمي. (11: 64)

وهنا ذكر أحمد السالم (2017م) أنه على المعلم أن يتمكن من إتقان مجموعة من المهارات كاستخدام الأجهزة وإنتاج الوسائل والبرامج التعليمية، وذلك يتطلب إعداد المعلم على الكفايات المهنية إلى جانب الناحية الأكاديمية وخاصة تدريب المعلمين على كفايات تكنولوجيا التعليم، حتى تنعكس على أدائهم التدريسي لتحقيق الأهداف المنشودة. (4: 38).

ومن خلال ما سبق عرضه تكون بهذا قد اجابت الباحثة على التساؤل الأول وهو " ما الكفايات التكنولوجية اللازمة لاعضاء هيئة تدريس التمرينات فى ضوء نظام التحول الرقمى بالجامعات المصرية من وجهة نظرهم؟"

مناقشة نتائج التساؤل الثانى " ما درجة امتلاك اعضاء هيئة تدريس التمرينات للكفايات التكنولوجية فى ضوء نظام التحول الرقمى بالجامعات المصرية من وجهة نظرهم.

1- مجال تصميم التدريس:

أسفرت نتائج الجدول (10) عن درجة إمتلاك أعضاء هيئة التدريس (التمرينات) بكليات التربية الرياضية لكفايات مجال تصميم التدريس بدرجة عالية.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن أعضاء هيئة تدريس (التمرينات) بكليات التربية الرياضية يمتلكون الكفاءة المهنية والتدريسية العالية، ويرجع ذلك إلى طريقة إعداد عضو هيئة التدريس منذ كانت معيدة حتى أصبحت عضوة لهيئة التدريس، ولكي ينجح القائم بالتدريس في القيام بعمله لابد أن يكون على علم بهذه الكفايات حتى يكون قادراً على إحداث تعليم فعال، ولا يتأتى ذلك إلا إذا كان قادراً على إعداد الخطط التعليمية، وتحديد الأهداف وربطها بالأنشطة والتقويم مع مراعاة خصائص المتعلمين عند صياغة هذه الأهداف، والقدرة على تحديد الإستراتيجيات التعليمية المناسبة لتحقيق الأهداف التعليمية.

وفى هذا الصدد يشير كل من: أبو النجا أحمد عز الدين (2005)(1)، فكرى حسن ريان (2010) (12) ، أحمد السالم (2017)(4) أن المعلم الكفء هو الذى يستطيع أن يقدم الجديد باستمرار ، ويعرف الكثير من مداخل وأساليب التدريس المباشرة ، وغير المباشرة ، وأنه من خلال التدريس يجب أن يكون موقف المتعلم إيجابياً وليس سلبيا، نشطاً وفعالاً.. لا مستقبلاً لكل ما يلقى إليه.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من : يوكو وآخرون Yu Ku ,et.,al (2006) (29)، مضر عبد الباقي وآخرون (2011)(16)، ركان عيسى أحمد (2014) (9) على ضرورة إمتلاك المعلمين لكفاية إعداد وتصميم التدريس بدرجة عالية.

2- مجال اختيار التقنيات التعليمية:

أشـــارت نتائج الجدول (11) أن درجة إمتلاك أعضـــاء هيئة التدريس (التمرينات) بكليات التربية الرياضـــية لكفايات مجال إختيار التقنيات التعليمية كانت بدرجة عالية إلى حداً ما.

وترجع الباحثة هذه النتيجة إلى أن شـــروط إختيار الوســـائل والأجهزة التعليمية يمكن امتلاكها بســـهولة لأنها تدور حول إدراك عام لعملية الاختيار لأي وســـيلة تعليمية، وأعضـــاء هيئة التدريس لديهم القدرة على تحديد الوســـيلة والجهاز المناســـب للجانب التطبيقى والجانب المعرفى، وتتفق هذه النتيجة مع ما أشـــار إليه بوني موهنســـن Bonnie Mohansen (1999)(17)، هو Hou (2014) (20) أن أغلبية المعلمين لديهم القدرة على تحديد وإختيار التقنيـات التعليميـة الأكثر فـاعليـة، والمرتبطـة بطبيعـة الموقف التعليمى، ومن أكثر الأجهزة التعليمية إختياراً من قبل المعلمين جهاز الحاســب الآلى بما يمتلكه من خصــائص فريدة تميزه عن باقى الأجهزة التعليمية.

3- مجال استخدام التقنيات التعليمية:

أظهرت نتائج الجدول (12) أن درجة إمتلاك أعضـــاء هيئة التدريس (التمرينات) بكليات التربية الرياضية لكفايات مجال إستخدام التقنيات التعليمية كانت بدرجة متوسطة.

وترجع الباحثة هذه النتيجة إلى أن أعضـــاء هيئة تدريس التمرينات بكليات التربية الرياضية يعتمدون فى التدريس على أسلوب التعلم بالأمر (الشرح اللفظى – النموذج العملى)، وذلك بســـبب الزيادة المضـــطردة فى أعداد المتعلمين، بالإضـــافة إلى التكلفة العالية لإعداد البرامج التعليمية بالوسائط الفائقة أو المتعددة، وقلة الأجهزة الإلكترونية ببعض كليات التربية الرياضية ، وصعوبة نقل الأجهزة إلى الملاعب، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من: مـــضر عبد الباقي وآخرون (2011) (16)، ركان عيسى أحمد (2014)(9) على أن إمتلاك المعلمين بالمؤسسات التعليمية لكفايات مجال إستخدام التقنيات التعليمية كانت بدرجة متوسطة أو عالية إلى حداً ما.

4- مجال التقويم :

أشـــارت نتائج الجدول (13) إلى أن درجة إمتلاك أعضـــاء هيئة تدريس (التمرينات) بكليات التربية الرياضية لكفايات مجال التقويم كانت بدرجة عالية.

وترجع الباحثة هذه النتيجة إلى إقتناع الكثير من أعضـــاء هيئة تدريس (التمرينات) بكليات التربية الرياضية بفاعلية وأهمية عملية التقويم أثناء الدرس وبعده، وإهتمامهم الوصول بالمتعلمين إلى أعلى مســـتوى فى الجانبين العملى والمعرفى فى مقررات التمرينات، وهذا لن يتحقق إلا بإهتمام أعضـاء هيئة التدريس بعملية التقويم للتعرف على مدى التحصـيل الحركى والمعرفى للمتعلمين، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراســـة كل من: يوكو وآخرون Yu Ku (2006),et.,al (29)، مـــــضـــر عبد الباقي وآخرون (2011)(16)، ركان عيســـى أحمد (2014)(9) على أن درجة إمتلاك المعلمين لكفايات مجال التقويم كانت بدرجة عالية.

ومن خلال ما سبق عرضـه تكون بهذا قد اجابت الباحثة على التسـاؤل الثانى وهو " ما درجة امتلاك اعضاء هيئة تدريس التمرينات للكفايات التكنولوجية فى ضوء نظام التحول الرقمى بالجامعات المصرية من وجهة نظرهم.

مناقشــة نتائج التســاؤل الثالث:" ما درجة ممارســة اعضــاء هيئة تدريس التمرينات للكفايات التكنولوجية فى ضوء نظام التحول الرقمى بالجامعات المصرية من وجهة نظرهم.

1- مجال تصميم التدريس :

أشـــارت نتائج الجدول (14) أن درجة ممارســـة أعضـــاء هيئة التدريس (التمرينات) بكليات التربية الرياضية لكفايات تصميم التدريس كانت بدرجة عالية ، وترجع الباحثة ذلك إلى أن مقررات التمرينات لا بد من تنفيذها في وقت محدد طبقاً للخطة الدراســية الموضــوعة، ولا يتحقق ذلك إلا من خلال إعداد الدروس التعليمية ومحتواها، وتحديد الإســـتراتيجيات التعليمية المناســـبة لتحقيق الأهداف التعليمية، وتنظيم المحتوى التدريســـى تنظيماً يتفق مع تســـلس الأهداف السلوكية ، ومراعاة تكامل الوسيلة مع طريقة وأسلوب التدريس، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من: يوكو وآخرون Yu Ku ,et.,al(2006)(29)، مـــضر عبد الباقي وآخرون (2011) (16) ، ركان عيسى أحمد (2014)(9).

2- مجال اختيار التقنيات التعليمية:

أظهرت نتائج الجدول (15) أن درجة ممارســـة أعضـــاء هيئة تدريس (التمرينات) بكليات التربية الرياضية لكفايات إختيار التقنيات التعليمية كانت بدرجة عالية.

وترجع الباحثة هذه النتيجة إلى أن أعضـــاء هيئة تدريس (التمرينات) بكليات التربية الرياضـية لديهم القدرة على إختيار وسـائل تكنولوجيا التعليم بحيث تناسـب موضـوع الدرس وأهدافه، ومراعاة خصـائص المتعلمين عند إختيار وسـائل تكنولوجيا التعليم، بالإضـافة إلى مناسـبة الوسـيلة للمفهوم الذى تعرضـه كأن تكون متحركة إذا كان المراد تعلم مهارة حركية ، وذلك لتحقيق جودة العملية التعليمية، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من: مضر عبد الباقي وآخرون (2011)(16)، ركان عيسى أحمد (2014)(9).

3- مجال استخدام التقنيات التعليمية:

أسـفرت نتائج الجدول (16) عن أن درجة ممارسـة أعضـاء هيئة تدريس (التمرينات) بكليات التربية الرياضـية لكفايات إسـتخدام التقنيات التعليمية كانت بدرجة متوسـطة، ويمكن تفسـير ذلك على أسـاس أن غالبية أعضـاء هيئة التدريس (التمرينات) يميلون إلى إسـتخدام الشرح اللفظى، وأداء النماذج العملية عند تدريس مقررات التمرينات، بالإضافة إلى صعوبة نقل الأجهزة العلمية من معمل الكليات إلى ملاعب التمرينات، كذلك ضـعف صـقل أعضـاء هيئة التدريس (التمرينات) فى المجال التكنولوجى لتعليم المهارات الرياضـية، كما أن الكثافة العددية الكبيرة لأعداد المتعلمين تحد من القدرة على إسـتخدام تقنيات التعليم، وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه كل من : سورد هالتس Soured Halts (1997)(25) ، محمد سعد ومصطفى السايح (2004) (14)، أبو النجا أحمد عز الدين (2006)(2) أن من أهم المشكلات في مجال تدريس مقررات التربية الرياضـية تتلخص فى عدم وجود سـاعات مخصـصـة لتدريس مادة تكنولوجيا التعليم في بعض كليات التربية الرياضـية، وعدم معرفة طلبة كلية التربية الرياضـية لكيفية تصـميم دروس تكون تكنولوجيا التعليم بوسـائلها جزء متكاملاً منها مع بقية نظام الدرس، وعدم اهتمام المعلمين ببذل الوقت والجهد لتحضير دروسه بوسائل تكنولوجية متنوعة ومتعددة، وعدم وجود متخصصين في مجال تكنولوجيا التعليم في كليات التربية الرياضية.

4- مجال التقويم :

أسفرت نتائج الجدول (17) عن أن درجة ممارسة أعضاء هيئة التدريس (التمرينات) بكليات التربية الرياضية لكفايات التقويم كانت بدرجة عالية، ويمكن تفسير ذلك إلى أن العملية التقويمية من أهم المراحل التعليمية لقياس نواتج العملية التعليمية، كما يرجع إهتمام أعضـاء

هيئة التدريس بعملية التقويم لأن معظمهم لديه الرغبة فى تعليم الطلبة محتوى مقررات التمرينات (العملى – النظرى)، ولكى يتحقق ذلك لابد من مراعاة خصائص المتعلمين عند وضع فقرات الاختبار، ويحلل نتائج الاختبارات ويفسرها للاستفادة منها في تحسين الأداء، بالإضافة إلى أنه يطلع المتعلمين على نتائج تقويمهم، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من : يوكو وآخرون Yu Ku ,et.,al(2006) (29)، مضر عبد الباقي وآخرون (2011)(16)، ركان عيسى أحمد (2014)(9).

ومن خلال ما سبق عرضه تكون بهذا قد اجابت الباحثة على التساؤل الثالث وهو ما درجة ممارسة اعضاء هيئة تدريس التمرينات للكفايات التكنولوجية فى ضوء نظام التحول الرقمى بالجامعات المصرية من وجهة نظرهم.

مناقشة نتائج التساؤل الرابع : ما العلاقة بين درجة امتلاك اعضاء هيئة تدريس التمرينات للكفايات التكنولوجية ودرجة ممارستهم لها فى ضوء نظام التحول الرقمى بالجامعات المصرية.

أسفرت نتائج الجدول (18) عن وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوى 0.05 بين الدرجة الكلية لإمتلاك أعضاء هيئة التدريس (التمرينات) بكليات التربية الرياضية الكفايات التكنولوجية وممارستهم لها.

وترجع الباحثة هذه النتيجة إلى أنه عندما تتوافر الكفايات لدى أعضاء هيئة التدريس (التمرينات) تزداد درجة ممارستهم لها، وفى هذا الصدد يتفق كل من : باميلا Pamela (2000) (23)، دونال Donal (2002)(19) على أنه يجب إستخدام التقنيات الحديثة فى المجالين النظرى والتطبيقى وأهمية إستخدام تلك التقنيات فى التربية الرياضية، وضرورة إعداد وتدريب المعلمين فى الخدمة، والطلاب المعلمين قبل الخدمة على إستخدام الحاسب الآلى، والتعامل مع التكنولوجيا، وضرورة توفير أجهزة الحاسب الآلى لهم وتعريفهم كيفية إستخدامها.

ومن خلال ما سبق عرضه تكون بهذا قد اجابت الباحثة على التساؤل الرابع وهو ما العلاقة بين درجة امتلاك اعضاء هيئة تدريس التمرينات للكفايات التكنولوجية ودرجة ممارستهم لها فى ضوء نظام التحول الرقمى بالجامعات المصرية.

وبذلك ومن خلال الاجابة على تساؤلات البحث تكون قد توصلت الباحثة الى هدف البحث

الإستخلاصات:

فى ضوء أهداف وتساؤلات البحث وتحليل نتائجه وفى حدود عينة البحث استخلصت الباحثة ما يلى:

1- وجود عدد (24) كفاية تكنولوجية يمتلكها أعضـــاء هيئة التدريس (التمرينات) بكليات التربية الرياضـية بدرجة عالية من أصـل (40) كفاية، أي بنسـبة مئوية مقدارها (60٪) وأرقام هذه الكفايات بمرفق (5) هى:

- مجال تصميم التدريس : (3، 5، 6، 7، 8، 9)
- مجال إختيار التقنيات التعليمية: (1، 2، 3، 5، 6، 9)
- مجال إستخدام التقنيات التعليمية: (1، 3، 4، 5، 8، 9، 10، 13)
- مجال التقويم: (1، 3، 4، 8)

2- وجود عدد (12) كفاية تكنولوجية يمتلكها أعضـــاء هيئة التدريس (التمرينات) بكليات التربية الرياضية بدرجة متوسطة من أصل (40) كفاية ، أي بنسبة مئوية مقدارها (30٪) وأرقام هذه الكفايات بمرفق (5) هى:

- مجال تصميم التدريس : (1، 2، 4)
- مجال إختيار التقنيات التعليمية: (4 ، 8)
- مجال إستخدام التقنيات التعليمية: (2، 6، 7، 12)
- مجال التقويم: (2، 5، 6)

3- وجود عدد (4) كفايات تكنولوجية تعليمية يمتلكها أعضـــاء هيئة التدريس (التمرينات) بكليات التربية الرياضية بدرجة منخفضة من أصل (40) كفاية، أي بنسبة مئوية مقدارها (10٪) وأرقام هذه الكفايات بمرفق (5) هى:

- مجال تصميم التدريس : (10)
- مجال إختيار التقنيات التعليمية: (7)
- مجال إستخدام التقنيات التعليمية: (11)

- مجال التقويم: (7)

4- وجود عدد (18) كفاية يمارسها أعضاء هيئة التدريس (التمرينات) بكليات التربية الرياضية بدرجة عالية من أصل (40) كفاية، أي بنسبة مئوية مقدارها (45.٪) وأرقام هذه الكفايات بمرفق (5) هى:

- مجال تصميم التدريس : (3، 5، 7)
- مجال إختيار التقنيات التعليمية: (1، 2، 6، 9)
- مجال إستخدام التقنيات التعليمية: (1، 3، 4، 5، 8، 9، 10، 13)
- مجال التقويم: (3، 4، 8)

5- هناك عدد (12) كفاية يمارسها أعضاء هيئة التدريس (التمرينات) بكليات التربية الرياضية بدرجة متوسطة من أصل (40) كفاية ، أي بنسبة مئوية مقدارها (30٪) وأرقام هذه الكفايات بمرفق (5) هى:

- مجال تصميم التدريس : (2، 4، 6، 8، 9)
- مجال إختيار التقنيات التعليمية: (3، 4، 5)
- مجال إستخدام التقنيات التعليمية: (6)
- مجال التقويم: (1، 2، 5)

6- هناك عدد (10) كفايات يمارسها أعضاء هيئة التدريس (التمرينات) بكليات التربية الرياضية بدرجة منخفضة ، أي بنسبة مئوية مقدارها (30٪) وأرقام هذه الكفايات بمرفق (5) هى:

- مجال تصميم التدريس : (1 ، 10)
- مجال إختيار التقنيات التعليمية: (7 ، 8)
- مجال إستخدام التقنيات التعليمية: (2، 7، 11، 12)
- مجال التقويم: (6 ، 7)

7- يوجد ارتباط دال إحصائياً عند مستوى 0.05 بين الدرجة الكلية لإمتلاك أعضاء هيئة التدريس (التمرينات) بكليات التربية الرياضية الكفايات التكنولوجية وممارستهم لها.

التوصيات:

فى ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث توصي الباحثة بما يلى:

1- توفير البيئة التعليمية المناسبة التى تشجع أعضاء هيئة التدريس بكليات التربية الرياضية على إكتساب وإمتلاك الكفايات التكنولوجية التعليمية وممارستها وتكون متطلباً أساسياً من متطلبات الجودة داخل الجامعات.

2- عقد دورات صقل لأعضاء هيئة التدريس (التمرينات) بكليات التربية الرياضية لتحسين إمتلاك وممارسة الكفايات التكنولوجية التعليمية.

3- ضرورة الاستفادة من قائمة الكفايات التكنولوجية التعليمية عند إعداد معاونى أعضاء هيئة التدريس بكليات التربية الرياضية.

4- إجراء المزيد من الدراسات العلمية حول الكفايات التكنولوجية التعليمية وعلاقتها بالأداء المهنى لأعضاء هيئة التدريس بكليات التربية الرياضية.

المراجـــــع

أولاً: المراجع العربية:

1- أبو النجا أحمد عز الدين (2005) : التدريس فى التربية الرياضية (الطرق- الأساليب- الاستراتيجيات)، مكتبة شجرة الدر، المنصورة.

2- أبو النجا أحمد عز الدين (2006): المناهج وتكنولوجيا التعليم في التربية الرياضية، مطبعة 6 أكتوبر، المنصورة.

3- إحسان بن محمد كنسارة (2007):"مدى إمتلاك أعضاء هيئة التدريس فى جامعة أم القرى للكفايات التكنولوجية ومدى ممارستهم لها والصعوبات التى يوجهونها"،سلسلة البحوث التربوية والنفسية، معهد البحوث التربوية والنفسية، جامعة أم القرى،السعودية.

4- أحمد السالم (2017): تكنولوجيا التعليم والتعليم الالكتروني، مكتبة الرشد ، الرياض،المملكة العربية السعودية.

5- أشرف مطلق الغزو ، صالح ناصر عليمات (2016):" درجة ممارسة أعضاء هيئة التدريس في الجامعات الأردنية للكفايات التكنولوجية وعلاقتها بأدائهم الوظيفي من وجهة نظرهم "، مجلة جامعة القدس المفتوحة للابحاث والدراسات التربوية والنفسية ، المجلد(4)، العدد(15) ، جامعة القدس المفتوحة.

6- توفيق مرعي (2015): شرح الكفايات التعليمية، دار الفرقان للنشر والتوزيع، عمان.

7- جمال بن عبد العزيز الشرهان (2001م): الكتاب الإلكتروني في المدرسة الإلكترونية والمعلم الافتراضي، مطابع الحميضي، الرياض.

8- حسن على أحمد (2010):"درجة تقدير معلمى العلوم لأهمية الكفايات التكنولوجية التعليمية فى تحسين أدائهم المهنى",مجلة جامعة دمشق، سوريا،المجلد(26)،العدد(3).

9- ركان عيسى أحمد (2014):" درجة امتلاك معلمي اللغة العربية للمرحلة الأساسية العليا في عمان لكفايات تكنولوجيا التعليم من وجهة نظر مديري ومديرات المدارس" ، مجلة التربية ، العدد (159)، الجزء الثانى ، كلية التربية ، جامعة الأزهر.

10- شوقي حساني محمود (2008): تقنيات وتكنولوجيا التعليم، المجموعة العربية للتدريب والنشر،القاهرة.

11- عبد الرحمن توفيق (2001): التدريب عن بعد: تنمية الموارد البشرية باستخدام الكمبيوتر والإنترنت، القاهرة: مركز الخبرات المهنية للإدارة- بميك.

12- فكرى حسن ريان (2010): "التدريس، أهدافه، أساليبه، تقويم نتائجه، تطبيقاته"، ط2، عالم الكتاب، القاهرة.

13- محمد السيد مرسي (2010): الحاسب الآلي وتطبيقاته في التعليم، مكتبة الشقري للنشر والتوزيع، الرياض.

14- محمد سعد زغلول، مصطفى السايح (2004): تكنولوجيا إعداد وتأهيل معلم التربية الرياضية , دار الوفاء للنشر,الاسكندرية.

15- محمد سعد زغلول ، مكارم حلمى أبو هرجة، هانى سعيد عبد المنعم (2001): تكنولوجيا التعليم وأساليبها فى التربية الرياضية ، مركز الكتاب للنشر, القاهرة.

16- مـــــضر عبد الباقي وآخرون (2011) : "الكفايات التعليمية لمدرسي ومدرسات التربية الرياضية في محافظات الفرات الأوسط"، مجلة علوم التربية الرياضية ، المجلد الرابع ، العدد الثالث ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، العراق.

ثانياً : المراجع الأجنبية :

17-Bonnie, M.,(1999): Using Technology in Physical Education for Classroom Teachers, Human kinetics, p. 308.

18-Davies,L.,(2013): Communication and technology competencies of primary school teachers, Educational Technology and Society, 36(3):.

19- Donal, S.,(2002): Teaching by Multimedia as Systems Approach Spot Media, New York.

20 - Hou, K., (2014): The important of technological competencies need for primary school teachers, DAI, 62(1).

21-Johnson, P., (2012): Structure of technological competencies used to improve teachers, technical competencies. Dissertation Abstract International, 50(12).

22-Lochrie.,M.,(1999):Business Teacher Education Re-Invented:A competency-Based,field-based paradigm of teacher preparation for the twenty-first century, Dissertation abstract. 60 (3) .

23-Pamela,L., (2000) : How pre service teacher incorporate technology into lesson during their practice teaching experience , an intrinsic case study , PhD , the university of Nebraska Lincoln available at : http :// www.lip-umi.com/disserations.

24 -Schrum, L., & Lamb, T.,(2002): Computer Network sasinstructional and collabortative Distance learning Environment. Available at: http: // www. Att. Com / learning Network.

25- Soured, H., (1997): Multimedia Electronic Tools, for Learning Education Technology.

26 -Tsao, M., (2000): Estemate the Degree of Technology Competency Teaching At Secondary School Teacher in Aliniwe, Dissertation Abstracts. International.

27- Wang, Y. & Cohen, A. (2000): Communication and sharing inCyberspace University faculty usa of internet resources.International Journal of Educational Telecommunications, 6(4).

28 -Yalin, H., (2015): A study of secondary school teacher competencies Necessary for the use of educational technology (teacher competencies), Dissertation Abstract International, 54 (3): A.

29 -Yu Ku,H., Hopper,L., & Igoe, A., (2006) :Perecptions of teachers technology competency skills in Arizona ,"In Crawford , C.,willis, D., proceedings of society for Information technology and teacher Education International Conference.

فاعلية إستخدام أسلوب تحليل المهمة التعليمية بالحاسب الآلى في تعلم مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة

* م.د/ سارة السيد درويش السيد

المقدمة ومشكلة البحث:

تعد تكنولوجيا التعليم أحد أهم التطبيقات الحديثة المستخدمة لتطوير التعليم في مجالاته ومراحله المختلفة، وتهدف إلى إعداد المتعلم الكفء ، وتدريبه على استخدام الأجهزة الحديثة استخداماً صحيحاً ، بالإضافة إلى تزويده بالمعلومات لجميع عناصر العملية التعليمية من أهداف، ومحتوى، وطرق، واستراتيجيات تدريس، ووسائل تعليمية، وطرق التقويم ، كما تتيح للمتعلم أفضل أساليب طرق الحصول على المعرفة، فتكنولوجيا التعليم تعتمد على التفكير، وتسير في مراحل منظمة يعيشها كل متعلم أثناء سعيه للحصول على المعرفة، واكتساب خبرات جديدة.

ويمكن الإستفادة من تكنولوجيا التعليم في المجال الرياضي ، حيث أنها تسمح في نجاح عملية التعلم الحركي من خلال بناء التصور الحركي للأداء عند المتعلم ، فمن خلال عمليات العرض ثم إستخدام عائد المعلومات (التغذية الراجعة) لكي يمكن التأثر الإيجابي في بناء وتطوير التعلم الحركي عند المتعلم.(22:13)

ومن الاستراتيجيات التي يمكن أن تتناسب مع طبيعة المهارات الحركية المركبة ، ومع طبيعة تلاميذ المرحلة الإعدادية ، والتي يمكن أن تسهم في علاج القصور في استراتيجيات التدريس المستخدمة حاليا هي استراتيجية" تحليل المهمة التعليمية حيث تعتمد هذه الاستراتيجية على تمكين المتعلم من إتقان عناصر المهمة الجزئية، وتركز على تسلسل وتبسيط المهمة التعليمية، وتقسيم المهارة إلى مهام أو مهارات فرعية قابلة للتدريب.(1171:28)

ويشير سرينفاسان وبارتسيرتى Srinivasan & Parthasarathi (2013) أن أسلوب تحليل المهمة التعليمية يعتبر من أهم الأساليب التدريسية الحديثة ، والذى يتأسس

* مدرس بقسم الألعاب – كلية التربية الرياضية بنات – جامعة الزقازيق.

على أجهزة الحاسب الآلى من حيث عرض مراحل أداء المهارة العملية ، وتقسيمها إلى أجزاء صغيرة أو إطارات تعليمية مترابطة ، وخاصة عندما تكون المهام التعليمية صعبة.(139:29)

ويساعد تحليل المهمة في تعلم المهارات من خلال : مساعدة المعلم في تحديد النقطة التي سيبدأ منها تدريسه ، وتقديم تقويم تفصيلي لأداء التلميذ في مهارات معينة ، ويوضح للمعلم التتابع المنطقي للمادة ، وتسهيل التدريس عن طريق معرفة مستوى التلميذ ، ومعرفة المهارة التي تقابل مستواه.(29:27)

كما أن تحليل المهمة ممكن أن يفيد في وضع المهمة في صورة مهمات تعليمية قبل تدريسها في مستويات متدرجة في مستويات من السهولة حتى يتم الوصول إلى قمة الهرم ، وبدء من المهام البسيطة التي يؤدي اكتسابها ، وإتقانها إلى إكتساب المهمة الرئيسة.(165:22)(114:15)

ويعرف مصطفى الكسوانى (2015) تحليل المهمة التعليمية بأنها "عملية تتضمن تجزئة المهام التعليمية إلى سلسلة من العناصر الصغيرة التى يجمعها إطار تسلسلى سليم ، وتتضمن عملية التعليم هنا تدريس المتعلم هذه العناصر بصورة تدريجية منظمة ، بحيث يسير من أبسط المهارات وأسهلها إلى أكثرها صعوبة."(60:18)

ويشير عبد الحافظ محمد (2007) أن الحاسب الآلي يتميز عن غيره من الوسائل التعليمية بعدة مميزات مثل توفير عنصر الإثارة والتشويق أثناء عملية التعلم ، وتوفير الوقت والجهد ، و تقديم المادة العلمية بصورة سهلة ، وبسيطة تمكن الطالب من الفهم السريع لها.(7: 233)

وتعطى عرض الحركة الرياضية عن طريق أجهزة الحاسب الآلى الفرصة لاستيعاب أجزاء المهارة أفضل من أدائها بصورة سريعة لمرة واحدة ، ومع انتشار أجهزة عرض هذه الأفلام عن طريق الشاشة المرئية بواسطة الحاسب الآلى ، فليس ثمة ما يمنع من محاولة إستخدام تلك الوسيلة التكنولوجية فى تعليم ، وتدريب المهارات الحركية خاصة أنه فى بعض الأحيان قد لا يتقن المدرب أداء بعض المهارات الحركية المركبة بشكل جيد ، أو عند استحداث أساليب جديدة. (26 : 129)(20 : 73)

وتعد الكرة الطائرة من الرياضات الجماعية التي تتعدد فيها المهارات الهجومية والدفاعية ويعتبر الضرب الساحق من أهم المهارات الهجومية ، والتي تتعدد باختلاف طرق وخطط اللعب الهجومية ، والتي لها دور رئيسي في إنهاء الخطط الهجومية وإحراز النقاط ، ويعتبر من أكثر المهارات تطوراً حيث تشير الإحصائيات أن 80٪ من نقاط المباراة تتم من خلال المهارات الهجومية ، ومن أهم هذه المهارات الضرب الساحق.(9: 14)(5: 549)

ويشير سعد الجميلي (2010) أن الضرب الساحق يعتبر العامل الأول في اكتساب نقطة للفريق ، وكلما كانت الضربة الساحقة في الكرة الطائرة قوية كانت الفرصة أكبر لتحقيق نقطة الفوز، كما أن الضربة القوية تعطي للعبة جاذبية وجمالاً أكثر لذا أهتم المدربون واللاعبون بهذه المهارة. (6 : 17)

وتستعرض الباحثة بعض الدراسات المرجعية والتى تشير إلى فاعلية إستخدام أسلوب تحليل المهمة التعليمية فى تعلم الجوانب المتعددة للرياضات الفردية والجماعية مثل دراسة كل من : أحمد شوقى (2016)(2)، محمد أحمد وآخرون (2018)(12) ، شياو تشو وآخرون Xiao Zhou,et.,al (2019)(31) ، ماجدة محمد (2019)(10) ، محمود محمد (2020)(17) ، ممدوح محمد (2021)(21) ومن خلال هذا المسح المرجعى تبين للباحثة أن هذه الدراسات العلمية لم تتعرض أى دراسة علمية – فى حدود علم الباحثة – لإستخدام أسلوب تحليل المهمة التعليمية بالحاسب الآلى فى تعلم مهارة الضرب الساحق فى الكرة الطائرة.

ومن خلال قيام الباحثة بتدريس الكرة الطائرة لتلاميذ المدرسة الإعدادية الرياضية بالزقازيق لاحظت أن أسلوب التدريس المتبع (التعلم بالأمر) يعتمد أساساً على المعلمة فى تقديم المادة العلمية عن طريق الشرح والنموذج ، وما يتعلق بها من نواحى معرفية وحركية ، ويحاول كل تلميذ أن يكتسب هذه المهارات وفقاً لإستعداده وقدراته ، وهو بذلك لا يعطى الفرصة للمتعلم للمشاركة الفعالة والإيجابية بما لا يتفق والإتجاهات المعاصرة فى طرق التدريس من أجل جودة التعليم.

كما لاحظت الباحثة قصوراً كبيراً فى مستوى أداء مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة لدى تلاميذ المدرسة الإعدادية الرياضية بالزقازيق , ويبدو ذلك واضحاً من واقع

الدراسة الإستطلاعية التى قامت بها الباحثة على درجات الإختبار العملى فى الكرة الطائرة لتلاميذ المدرسة الإعدادية الرياضية بالزقازيق فى الفصل الدراسى الأول للعام الجامعى 2022/2021، حيث تبين أن نسبة (38.00%) من مجموع التلاميذ (49) تلميذ حاصلون على درجات ضعيفة فى مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة , وترى الباحثة أن ذلك قد يرجع إلى عدم مناسبة أسلوب التدريس المتبع (التعلم بالأمر) فى تعليم مهارة الضرب الساحق فى الكرة الطائرة ، الأمر الذى لا تراعى فيه المعلمة الفروق الفردية بين التلاميذ ، ويتطلب هذا من القائمة بعملية التدريس البحث عن أسلوب للتدريس يجعل العملية التعليمية أكثر تشويقاً.

وفى ضوء ما تقدم فإن مشكلة البحث الماثل تتمثل فى محاولة التعرف على تأثير إستخدام أسلوب تحليل المهمة التعليمية بالحاسب الآلى باعتباره أحد أساليب التدريس الحديثة على مستوى أداء مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة لتلاميذ المدرسة الإعدادية الرياضية بالزقازيق.

أهداف البحث:

يهدف هذا البحث إلى التعرف على:

1- تأثير إستخدام أسلوب تحليل المهمة التعليمية بالحاسب الآلى على مستوى أداء مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة لدى تلاميذ المدرسة الإعدادية الرياضية بالزقازيق.

2- تأثير إستخدام أسلوب التعلم بالأمر على مستوى أداء مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة لدى تلاميذ المدرسة الإعدادية الرياضية بالزقازيق.

فروض البحث:

1- يؤثر إستخدام أسلوب تحليل المهمة التعليمية بالحاسب الآلى تأثيراً إيجابياً على مستوى أداء مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة لدى تلاميذ المدرسة الإعدادية الرياضية بالزقازيق.

2- يؤثر إستخدام أسلوب التعلم بالأمر تأثيراً إيجابياً على مستوى أداء مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة لدى تلاميذ المدرسة الإعدادية الرياضية بالزقازيق.

3- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة فى مستوى أداء مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة لصالح المجموعة التجريبية.

مصطلحات البحث:

تحليل المهمة التعليمية Task Analysis Method:

هى "أسلوب تدريسى حديث قائم على وسائل تكنولوجيا التعليم لتجزئة المهام التعليمية إلى إطارات تعليمية صغيرة يقوم المتعلم بتنفيذها وصولاً إلى أداء المهارة بشكل كلى."(119:16)

الضرب الساحق Smash hit :

هو" ضرب الكره بإحدى اليدين بقوة لتعديتها بالكامل فوق الشبكة وتوجيهها إلى ملعب الفريق المنافس بطريقة قانونية ".(9 : 112)

الدراسات المرجعية:

أجرى أحمد شوقى (2016)(2) دراسة أستهدفت التعرف على تأثير استخدام أسلوب تحليل المهمة بالحاسب الآلى على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية والتحصيل المعرفى فى الريشة الطائرة ، وأستخدم الباحث المنهج التجريبي ، وأشتملت عينة البحث على عدد (40) طالباً بالفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية – جامعة بنها ، ومن أهم النتائج : فاعلية استخدام أسلوب تحليل المهمة بالحاسب الآلى فى تحسين مستوى أداء بعض المهارات الأساسية فى الريشة الطائرة مقارنة بالطريقة المعتادة.

وأجرى محمد أحمد وآخرون (2018)(12) دراسة أستهدفت التعرف علي تأثير برنامج تعليمى باستخدام أسلوب تحليل المهمة على تعلم بعض المهارات الأساسية للهوكى لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة سوهاج ، وأستخدم الباحث المنهج التجريبي علي عينة قوامها (40) طالباً بالفرقة الأولى بالكلية ، ومن أهم النتائج : يؤثر البرنامج التعليمى باستخدام أسلوب تحليل المهمة تأثيراً إيجابياً على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية للهوكى.

وأجرى شياو تشو وآخرون Xiao Zhou,et., al (2019)(31) دراسة أستهدفت التعرف علي تأثير أسلوب التدريس باستخدام تحليل المهام التعليمية لتعزيز وتعلم المهارات الحركية الأمامية في الريشة الطائرة ، وأستخدم الباحثون المنهج التجريبي علي عينة قوامها

(60) مبتدىء للريشة الطائرة ، ومن أهم النتائج : توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى مستوى أداء المهارات الحركية الأمامية في الريشة الطائرة لصالح القياس البعدى.

وأجرت ماجدة محمد (2019)(10) دراسة أستهدفت التعرف علي أسلوب تحليل المهمة باستخدام الحاسب الآلى وتأثيره على مستوى الأداء الفنى والرقمى لمسابقة قذف القرص، وأستخدمت الباحثة المنهج التجريبي ، وتكونت عينة البحث من عدد (56) طالبة من طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنات – جامعة الزقازيق ، ومن أهم النتائج : فاعلية أسلوب تحليل المهمة باستخدام الحاسب الآلى فى تحسين مستوى الأداء الفنى والرقمى لمسابقة قذف القرص.

وأجرى محمود محمد (2020)(17) دراسة أستهدفت التعرف علي تأثير أسلوب تحليل المهمة التعليمية المدعم بالحاسب الآلى على مستوى أداء الشقلبة الأمامية على اليدين لجهاز الحركات الأرضية فى الجمباز ، وأستخدم الباحث المنهج التجريبي علي عينة قوامها (40) طالباً بالفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنين – جامعة الزقازيق ، ومن أهم النتائج : توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة فى مستوى أداء الشقلبة الأمامية على اليدين لجهاز الحركات الأرضية لصالح المجموعة التجريبية.

وأجرى ممدوح محمد (2021)(21) دراسة أستهدفت التعرف علي أثر إستخدام التعلم المعكوس المدعم بأسلوب تحليل المهمة على مستوى التحصيل المعرفى وأداء بعض المهارات الدفاعية فى كرة اليد لطلاب كلية التربية الرياضية، وأستخدم الباحث المنهج التجريبي علي عينة قوامها (30) طالباً بالفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية جامعة سوهاج ، ومن أهم النتائج :فاعلية التعلم المعكوس المدعم بأسلوب تحليل المهمة فى تحسين مستوى التحصيل المعرفى وأداء بعض المهارات الدفاعية فى كرة اليد.

التعليق على الدراسات المرجعية:

1- أجريت هذه الدراسات العلمية فى الفترة الزمنية من عام (2016) وحتى عام (2021) ، وكان عددها (6) دراسات أستخدمت أسلوب تحليل المهمة مقارنة بأسلوب التعلم بالأمر في تعلم المهارات الحركية في الرياضات الفردية والجماعية.

2- استخدمت جميع الدراسات المنهج التجريبى لتنفيذ تجربة البحث.

3- تراوحت أعداد العينات فى الدراسات بين (30) فرد و(60) فرد يمثلون مراحل مختلفة (مبتدئين – ناشئين – طلاب جامعة).

4- ومن أهم النتائج التى تم التوصل إليها فى هذه الدراسات أن استخدام أسلوب تحليل المهمة يؤثر إيجابياً على تعلم بعض المهارات الحركية فى الرياضات الفردية والجماعية.

الإستفادة من الدراسات المرجعية:

أستفادت الباحثة من الدراسات المرجعية ما يلى:

- معظم الدراسات أوضحت أن أفضل الأساليب إستخداماً هو أسلوب تحليل المهمة ، وهذا ما يشير إلى أهمية إستخدام الباحثة لهذا الأسلوب مقارنة بأسلوب التعلم بالأمر فى تنفيذ تجربة البحث.
- على حد علم الباحثة وبعد الإطلاع على الدراسات المرجعية إتضح أنه لم تتناول أى دراسة علمية مقارنة أسلوب تحليل المهمة بأسلوب التعلم بالأمر على مستوى أداء بعض المهارات الهجومية فى الكرة الطائرة وهذا يعطى أهمية للدراسة الحالية.
- الرجوع إلى نتائج الدراسات المرجعية فى الإستشهاد العلمى فى الإتفاق والإختلاف فيما يتعلق بنتائج الدراسة الحالية مع تفسير سبب حدوث الإتفاق أو الإختلاف.

إجراءات البحث:

منهج البحث:

أستخدمت الباحثة المنهج التجريبى لمناسبته لطبيعة هذا البحث بإتباع التصميم التجريبى الذى يعتمد على القياس القبلى البعدى لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة.

مجتمع وعينة البحث:

قامت الباحثة بإختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وعددهم (28) تلميذاً بالمدرسة الإعدادية الرياضية بالزقازيق فى الفصل الدراسى الثانى للعام الجامعى 2021 /2022 من إجمالي مجتمع البحث والبالغ عددهم (49) تلميذاً ، وذلك بنسبة مئوية قدرها (57.14%)، وقد تم تقسيم عينة البحث الأساسية إلي مجموعتين متساويتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (14) تلميذاً ، بالإضافة إلى عدد (10) تلاميذ للدراسة الإستطلاعية لتقنيين الإختبارات البدنية والمهارية والذكاء.

حساب إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث:

قامت الباحثة بحساب إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث فى المتغيرات التى قد يكون لها تأثير على المتغير التجريبى مثل معدلات النمو (السن – الطول – الوزن – الذكاء) والقدرات البدنية الخاصة (القدرة العضلية للذراع الضاربة – القدرة العضلية للرجلين – دقة توجيه الذراع الضاربة – التوافق بين الذراع والعين والكرة) ، ودقة أداء مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة ، والجدولين رقمى (1)،(2) يوضحان ذلك.

جدول (1)

إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث

فى السن والطول والوزن والذكاء *ن = 38*

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابى	الإنحراف المعيارى	الوسيط	معامل الإلتواء
السن	سنة	14.20	0.89	14.00	0.67
الطول	سم	159.82	6.11	158.00	0.89
الوزن	كجم	56.50	4.93	55.00	0.91
الذكاء	درجة	45.39	67.5	44.50	0.47

يتضح من الجدول رقم (1) أن جميع قيم معاملات الإلتواء لمعدلات النمو (السن – الطول – الوزن – الذكاء) , تراوحت ما بين (47.0 : 91.0) أى أنها تنحصر ما بين (±3) مما يشير إلى إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث فى هذه المتغيرات.

جدول (2)

إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث فى المتغيرات البدنية

ودقة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة *ن = 38*

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابى	الإنحراف المعيارى	الوسيط	معامل الإلتواء
القدرة العضلية للذراع الضاربة	متر	5.95	2.72	5.25	0.77
القدرة العضلية للرجلين	سم	31.50	5.14	30.50	0.58
دقة توجيه الذراع الضاربة	درجة	22.42	4.52	21.50	0.61
التوافق بين الذراع والعين والكرة	درجة	15.00	3.66	14.00	0.82
دقة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة	درجة	4.79	1.81	4.50	0.48

يتضـــح من الجدول رقم (2) أن جميع قيم معاملات الإلتواء للمتغيرات البدنية ودقة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة تراوحت ما بين (0.48 : 0.82) أى أنها تنحصر ما بين (±3) مما يشير إلى إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث فى هذه المتغيرات.

أدوات جمع البيانات:

أولاً : الأجهزة والأدوات المستخدمة فى البحث:

- جهاز الرستاميتر لقياس إرتفاع القامة بالسنتيمتر.
- ميزان طبى معاير لقياس الوزن بالكيلو جرام.
- أجهزة حاسب آلى.
- أسطوانات مدمجة (CD)
- ساعة إيقاف.
- شريط قياس.
- ملعب كرة طائرة بأدواته.
- شريط لاصق.

ثانياً: الإختبارات البدنية والمهارية قيد البحث :

قامت الباحثة من خلال الإطلاع علي المراجع العلمية المتخصصة فى القياس والكرة الطائرة (3)،(4)،(5)،(6)،(9)،(11)،(14) بتصميم إستمارة إستطلاع رأي وتم عرضها علي مجموعة من أساتذة الكرة الطائرة بكليات التربية الرياضية ملحق (1) لإستطلاع رأيهم لتحديد الآتي :

1- أهم القدرات البدنية الخاصة بأداء الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة ، وأهم الإختبارات البدنية التي تقيسها ، وطبقاً لآراء الخبراء فإن القدرات البدنية الخاصة بأداء

الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة هى (القدرة العضلية للذراع الضاربة – القدرة العضلية للرجلين – دقة توجيه الذراع الضاربة – التوافق بين الذراع والعين والكرة).

وفى ضوء ذلك تم تحديد الإختبارات التي تقيس القدرات البدنية ملحق (2) وفقاً لآراء الخبراء فكانت كما يلي :

- إختبار ضرب الكرات على الحائط. (قياس القدرة العضلية للذراع الضارب)
- إختبار اختبار الوثب من الجري للهجوم. (قياس القدرة العضلية للرجلين)
- إختبار دقة التوجيه لليد الضاربة. (قياس دقة التوجيه)
- إختبار رمي الكرات على الحائط. (قياس التوافق بين العين والذراع والكرة)

2- قياس دقة الضرب الساحق المستقيم : ملحق (3)

تم تحديد إختبار دقة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة من خلال إستطلاع رأى أساتذة الكرة الطائرة بكليات التربية الرياضية (ملحق 1), وقد إنحصرت آراء الخبراء ما بين (80 – 100%)، وأرتضت الباحثة بهذه النسبة للإختبار المهاري قيد البحث.

ثالثاً : إختبار الذكاء المصور: إعداد / أحمد زكى صالح (1989)(1) ملحق(4)

يتضمن هذا الإختبار (60) سؤالاً لقياس القدرة على تداول الصور الذهنية وتصور حركة الأشكال وعلاقتها ببعض من حيث التشابه أو الإختلاف , وقد تم إستخدامه فى العديد من الدراسات العلمية فى المجال الرياضى حيث يعد من أنسب الإختبارات لقياس الذكاء غير اللفظى.

المعاملات العلمية (الصدق – الثبات) للإختبارات قيد البحث:

أولاً: صدق التمايز:

لحساب معامل الصدق للاختبارات البدنية وإختبار دقة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة أستخدمت الباحثة صدق التمايز بين مجموعتين إحداهما مميزة (10 تلاميذ بالصف الأول بالمدرسة الثانوية الرياضية بالزقازيق) ، والأخرى مجموعة غير مميزة (عينة البحث الاستطلاعية وعددهم 10 تلاميذ بالمدرسة الإعدادية الرياضية بالزقازيق) ، وتم حساب دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة فى الاختبارات قيد البحث ، والجدول رقم (3) يوضح ذلك.

جدول (3)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة

فى الإختبارات البدنية والمهارية قيد البحث

الإختبارات	وحدة القياس	مجموعة مميزة ن=10		مجموعة غير مميزة ن=10		قيمة "ت"
		م	ع	م	ع	
القدرة العضلية للذراع الضاربة	متر	6.35	0.59	5.50	0.66	*2.88
القدرة العضلية للرجلين	سم	33.80	3.17	27.30	3.41	*4.19
دقة توجيه الذراع الضاربة	درجة	27.00	4.03	21.00	3.26	*3.47
التوافق بين الذراع والعين والكرة	درجة	16.40	2.15	13.20	2.98	*2.61
دقة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة	درجة	8.90	1.73	4.50	1.41	*5.91

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.201 * دال عند مستوى 0.05

يتضـــح من الجدول رقم (3) وجود فروق دالة إحصـــائياً عند مســـتوى 0.05 بين المجموعتين المميزة وغير المميزة فى الإختبارات قيد البحث لصـــالح المجموعة المميزة مما يشير إلى تمتع تلك الإختبارات بدرجة عالية من الصدق.

ثانياً : معامل الثبات:

تم حساب معامل الثبات للاختبارات البدنية وإختبار دقة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة بإستخدام طريقة التطبيق ثم إعادته مرة أخرى ، وذلك عن طريق تطبيق الاختبارات قيد البحث على أفراد العينة الاســتطلاعية ، ثم إعادة التطبيق على نفس العينة بفاصــل زمنى قدره (3) أيام ، وتم حســـاب معامل الإرتباط بين نتائج التطبيقين الأول والثانى ، والجدول رقم (4) يوضح ذلك.

جدول (4)

معامل الثبات للإختبارات قيد البحث ن = 10

الإختبارات	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثانى		قيمة "ر"
		م	ع	م	ع	
القدرة العضلية للذراع الضاربة	متر	5.50	0.66	5.80	0.73	*0.814
القدرة العضلية للرجلين	سم	27.30	3.41	28.00	3.29	*0.751
دقة توجيه الذراع الضاربة	درجة	21.00	3.26	21.20	3.01	*0.839
التوافق بين الذراع والعين والكرة	درجة	13.20	2.98	14.00	2.66	*0.844
دقة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة	درجة	4.50	1.41	4.90	1.35	*0.819

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى 0.05 = 0.632 * دال عند مستوى 0.05

يتضح من الجدول رقم (4) وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 بين التطبيقين الأول والثانى للإختبارات البدنية والمهارية مما يشير إلى تمتع تلك الإختبارات بالثبات.

المعاملات العلمية (الصدق – الثبات) لإختبار الذكاء المصور:

قامت الباحثة بحساب معامل الثبات لإختبار الذكاء المصور بإستخدام طريقة التطبيق ثم إعادته مرة أخرى ، وذلك عن طريق تطبيق الاختبار على أفراد العينة الاستطلاعية ثم إعادة التطبيق على نفس العينة بفاصل زمنى قدره (10) أيام ، وتم حساب معامل الإرتباط بين نتائج التطبيقين الأول والثانى ، وذلك فى الفترة من 2022/2/20 وحتى 2022/3/2 ، وتم حساب معامل الصدق الخاص بالإختبار عن طريق حساب الجذر التربيعى لمعامل الثبات (الصدق الذاتى)، والجدول رقم (5) يوضح ذلك.

جدول (5)

المعاملات العلمية (الثبات – الصدق الذاتى)

لإختبار الذكاء المصور ن=10

الإختبار	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثانى		معامل الثبات	الصدق الذاتى
		م	ع	م	ع		
الذكاء المصور	درجة	44.00	4.59	44.80	4.31	0.729	0.854

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى 0.05 = 0.632 * دال عند مستوى 0.05

يتضح من الجدول رقم (5) أن الجذر التربيعى لمعامل الثبات (الصدق الذاتى) لإختبار الذكاء المصور بلغ (0.854) مما يشير إلى صدق هذا الاختبار فيما يقيس.

البرنامج التعليمى بإستخدام أسلوب تحليل المهمة التعليمية بالحاسب الآلى:

أولاً: الهدف من البرنامج التعليمى المقترح:

1- إتقان مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة لتلاميذ المدرسة الإعدادية الرياضية بالزقازيق ، وينبثق من الهدف العام الأهداف التالية :

أ- الأهداف المهارية :

- أن يؤدي التلميذ بإتقان ودقة مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة.
- أن يستطيع التلميذ أداء المهارة فى مختلف المراكز بملعب المنافس.

ب – الأهداف المعرفية :

- أن يفهم التلميذ تسلسل الأداء الفنى للمهارة قيد البحث.
- أن يكتسب التلميذ مهارة التقويم لأدائه الفنى من حيث الحركة ومستوى الأداء.
- أن يكتسب التلميذ طريقة جديدة للتعلم.

جـ – الأهداف الوجدانية :

- أن يكتسب التلميذ طريقة التعلم الذاتى والتعامل مع الحاسب الآلى.
- أن يكتسب التلميذ القدرة على تحمل المسئولية والثقة بالنفس.

ثانياً: أسس وضع البرنامج التعليمى:

1- أن يتناسب محتوي البرنامج مع أهدافه ومع خصائص أفراد عينة البحث.

2- أن يتحدى محتوى البرنامج إمكانيات وقدرات التلاميذ بما يراعى الفروق الفردية.

3- مراعاة التدرج البرنامج من السهل إلى الصعب بما يناسب مستوى كل تلميذ.

4- أن تكون سمة البرنامج هى التنوع والشمول والبساطة لإشباع رغبات التلميذ الحركية.

5- مراعاة شكل وحجم الصور ومقاطع الفيديو والنص المعرفى بما يتناسب وحجم الشاشة.

6- مراعاة عرض جميع الرسوم والصور ومقاطع الفيديو بواسطة الحاسب الآلى بجانب النص المعرفى.

7- أن يقوم التلميذ بالعمل على الحاسب الآلى والاختيار من قائمة المحتويات داخل البرنامج بنفسه بما يتناسب مع مستوى التعلم المطلوب تحقيقه.

8- خلق بيئة مشوقة للتعليم والتعلم من جانب المعلمة يقود التلميذ إلى إتقان ما يتعلمه مما يزيد من فعالية التعليم من حيث الفهم والتحليل والتقويم.

ثالثاً: محتوى البرنامج التعليمى :

قامت الباحثة بإجراء تحليل لمراحل الأداء الفنى لمهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة ، وتم وضع مجموعة من الخطوات التعليمية لكل مرحلة ، وذلك من المراجع العلمية المتخصصة فى الكرة الطائرة (4)،(5)،(6)،(9) وتم ترتيبها من السهل إلى الصعب ، كما تم الإستعانة بمتخصص فى الحاسب الآلى "مبرمج" لوضع مراحل الأداء الفني للمهارة قيد البحث على شكل واجبات حركية فى برمجية تعليمية مبسطة يتعامل معها التلاميذ حيث يوجد نص مكتوب لكل مرحلة ، ولقطات فيديو تعليمية وصور توضيحية ، وقد أتاح ذلك للتلميذ تكوين تصور كامل لكل مرحلة من مراحل الأداء الفنى للمهارة قيد البحث.

رابعاً : التوزيع الزمنى للبرنامج التعليمى :

1- إجمالى عدد الأسابيع (5) أسابيع هى فترة تطبيق التجربة وهى الفترة المخصصة لتعلم مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة.

2- الزمن المخصص لكل درس (90) دقيقة موزعة كما يلى :

- مشاهدة البرمجية التعليمية (15) دقيقة من خلال الكمبيوتر المحمول (لاب توب).
- التهيئة والإعداد البدني الخاص (25) دقيقة.
- الجزء التعليمى والتطبيقى (45) دقيقة.
- الختام (5) دقائق.

كما تم عرض محتوى البرنامج التعليمى بإستخدام أسلوب تحليل المهمة التعليمية المدعم بالحاسب الآلى لتعلم مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة على مجموعة من أساتذة طرق التدريس والكرة الطائرة بكليات التربية الرياضية ملحق (5) وأتفق الخبراء على صلاحية البرنامج بنسبة قدرها (100%).

القياسات القبلية :

تم إجراء القياسات القبلية لأفراد مجموعتى البحث التجريبية والضابطة فى المتغيرات البدنية قيد البحث ودقة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة ، وأيضاً للتأكد من تكافؤ المجموعتين فى هذه المتغيرات ، وذلك فى الفترة من 2022/3/6 وحتى 2022/3/8 ، والجدولين رقمى (6),(7) يوضحان ذلك :

جدول (6)

دلالـــة الفـروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة

فى معدلات النمو (السن، الطول، الوزن ,الذكاء)

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية ن = 14		المجموعة الضابطة ن = 14		قيمة "ت"
		م	ع	م	ع	
السن	سنة	14.00	0.61	13.90	0.73	0.38
الطول	سم	158.50	5.97	157.29	5.62	0.31
الوزن	كجم	55.64	4.12	55.00	4.01	0.28
الذكاء	درجة	45.00	04.5	44.21	4.98	0.41

قيمة "ت" الجدولية عند مستوي 0.05 = 2.056

يتضح من الجدول رقم (6) وجود فروق غير دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 بين المجموعتين التجريبية والضابطة في معدلات النمو(السن،الطول،الوزن,الذكاء)مما يشير إلى تكافؤ أفراد مجموعتي البحث فى هذه المتغيرات.

جدول (7)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة فى المتغيرات البدنية

ودقة أداء الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية ن = 14		المجموعة الضابطة ن = 14		قيمة "ت"
		م	ع	م	ع	
القدرة العضلية للذراع الضاربة	متر	5.80	2.13	5.65	2.02	0.19
القدرة العضلية للرجلين	سم	31.00	4.28	30.14	4.45	0.51
دقة توجيه الذراع الضاربة	درجة	22.21	3.91	21.64	4.13	0.36
التوافق بين الذراع والعين والكرة	درجة	14.64	3.14	14.00	3.01	0.53
دقة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة	درجة	4.57	1.39	4.43	1.52	0.25

قيمة "ت" الجدولية عند مستوي 0.05 = 2.056

يتضح من الجدول رقم (7) وجود فروق غير دالة إحصائياً عند مستوي 0.05 بين المجموعتين التجريبية والضابطة فى المتغيرات البدنية ودقة أداء الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة مما يشير إلى تكافؤ أفراد مجموعتي البحث فى هذه المتغيرات.

تطبيق محتوى البرنامج التعليمى المقترح :

قامت الباحثة بتطبيق محتوى البرنامج التعليمى بإستخدام أسلوب تحليل المهمة التعليمية بالحاسب الآلى ملحق (6) على أفراد المجموعة التجريبية لمدة (5) أسابيع متصلة بواقع (4) وحدات تعليمية فى الأسبوع ، كما أن ملحق (7) يوضح نموذج لوحدة تعليمية بإستخدام أسلوب التعلم بالأمر مع أفراد المجموعة الضابطة ، وتم التطبيق فى الفترة من 2022/3/10 وحتي 2022/4/13.

القياسات البعدية :

تم إجراء القياسات البعدية لأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة فى دقة أداء الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة ، بنفس ترتيب وشروط القياسات القبلية ، وذلك فى الفترة من 2022/4/14 إلى 2022/4/17.

الأساليب الإحصائية قيد البحث :

قامت الباحثة بمعالجات البيانات إحصائياً، بإستخدام أساليب التحليل الإحصائى التالية:

- المتوسط الحسابى.
- الإنحراف المعيارى.
- الوسيط.
- معامل الإلتواء.
- إختبار "ت".
- معامل الإرتباط البسيط.
- نسب التحسن.

عرض ومناقشة النتائج:

أولاً: عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول:

جدول (8)

دلالة الفروق بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية

فى دقة أداء الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة *ن= 14*

المتغير	وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		قيمة "ت"
		م	ع	م	ع	
دقة الضرب الساحق فى الكرة الطائرة	درجة	4.57	1.39	11.21	1.02	*11.96

قيمة "ت" الجدولية عند مستوي 0.05 = 2.160 * دال عند مستوى 0.05

يتضح من الجدول رقم (8) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى دقة أداء الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة لصالح القياس البعدى.

وتعزى الباحثة التحسن فى دقة أداء الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة لأفراد المجموعة التجريبية إلى فاعلية البرنامج التعليمى بإستخدام أسلوب تحليل المهمة التعليمية بالحاسب الآلى ، والذى تتأسس على تقسيم المهمة التعليمية إلى مراحلها الدقيقة مدعمة بمجموعة من الصور التوضيحية ولقطات الفيديو التعليمية بجانب الشرح الوافى لكل مرحلة من مراحل الأداء الفنى للمهارة قيد البحث مما أسهم بتكوين تصور واضح نقى عن مراحل الأداء الفنى ، والتى تؤدى دوراً فعالاً فى إمداد المتعلم بالتغذية الراجعة الفورية لتصحيح الأخطاء الفنية التى تحدث أثناء الأداء للمهارة قيد البحث، بالإضافة إلى شرح الخطوات التعليمية المتدرجة من البسيط إلى المركب مما أدى إلى تعلم وإتقان مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة ، وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه : عبد العظيم الفرجانى (2007) أن الصورة التعليمية تقدم الحقائق العملية فى صورة معلومات بصرية، وتعطى فرصة للمقارنة بين الأحجام والأشكال والأبعاد ، وتمده بسبل التفكير الاستنتاجى ، كما أنها متعددة أساليب العرض ، وأنها العامل المشترك فى معظم العروض التعليمية ، كما أنها عامل ارتباط معرفي في حياة المتعلم ، وأن تحقيق الهدف من الصورة يتوقف على قدرة المتعلم على إلتقاط المعرفة المعنية فى الصورة ،

والمقارنة بين معلوماته السابقة ، والمعلومات التى تقدمها الصورة ،والمقارنة بين الانطباع الجديد عن المشاهدة ، وسابق خبراته المعرفية.(8: 85)

كما تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من: محمد أحمد وآخرون (2018)(12) ، شياو تشو وآخرون Xiao Zhou,et.,al (2019)(31) ، محمود محمد (2020)(17) ، ممدوح محمد (2021)(21) على أهمية إستخدام أسلوب تحليل المهمة التعليمية بالحاسب الآلى فى إكتساب المهارات الحركية وبقاء أثرها والإحتفاظ بها فى الرياضات الفردية والجماعية.

ويضيف ماجيل وأندرسون Magill & Anderson (2013) استخدام استراتيجية تحليل المهمة في تدريس المهارات بعد تجزئتها إلى مهام فرعية، بما تتمتع به هذه الاستراتيجية من خطوات وإجراءات تسمح بأن يدرس التلميذ المهارات الفرعية مرتبة حسب موقعها في المهارة الرئيسة وفق نظام مسلسل واضح ومتقن، بما يساعد في تحديد الجانب الذي فشل التلميذ في تنفيذه وإتقانها، وتحديد أجزاء المهمة التي يواجه التلميذ صعوبة في إتقانها، فيتم تدريبه ، وإعادة التدريب عليها إلى أن يتقن جميع المهام الفرعية المكونة للمهارة المركبة.(61:25)

وبذلك يتحقق صحة الفرض الأول للبحث والذى ينص على :" يؤثر إستخدام أسلوب تحليل المهمة التعليمية بالحاسب الآلى تأثيراً إيجابياً على مستوى أداء مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة لدى تلاميذ المدرسة الإعدادية الرياضية بالزقازيق".

ثانياً: عرض ومناقشة نتائج الفرض الثانى :

جدول (9)

دلالة الفروق بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة

فى دقة أداء الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة *ن= 14*

المتغير	وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		قيمة "ت"
		م	ع	م	ع	
دقة الضرب الساحق فى الكرة الطائرة	درجة	4.43	1.52	10.00	1.17	*10.19

قيمة "ت" الجدولية عند مستوي 0.05 = 2.160 * دال عند مستوى 0.05

يتضح من الجدول رقم (9) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى دقة أداء الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة لصالح القياس البعدى.

وتعزى الباحثة التحسن في دقة أداء الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة للمجموعة الضابطة إلي وجود المعلمة أثناء تنفيذ الوحدة التعليمية وقدرتها علي أداء النموذج العملي والشرح اللفظي ، بالإضافة إلي تصحيح الأخطاء الفنية فور ظهورها أثناء تنفيذ المتعلمين للمحتوى التعليمي الأمر الذي أدى إلي تعلم وإتقان مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة ، وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه مفتى إبراهيم (2009) أن مستوى أداء اللاعبين يتوقف على مقدرة المدرب الرياضى على الشرح الجيد للمهارة الحركية من حيث الوضع الصحيح للجسم ، كما أن التدريب المستمر على المهارة، وتكرار الأداء وتعديله يؤدى إلى تكامل الأجزاء الصغيرة المكونة للمهارة الحركية، وترابطها مما يسهم فى تحسين مستوى الأداء.(19:210)

وبذلك يتحقق صحة الفرض الثانى للبحث والذى ينص على:" يؤثر إستخدام أسلوب التعلم بالأمر تأثيراً إيجابياً على مستوى أداء مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة لدى تلاميذ المدرسة الإعدادية الرياضية بالزقازيق".

ثالثاً: عرض ومناقشة نتائج الفرض الثالث :

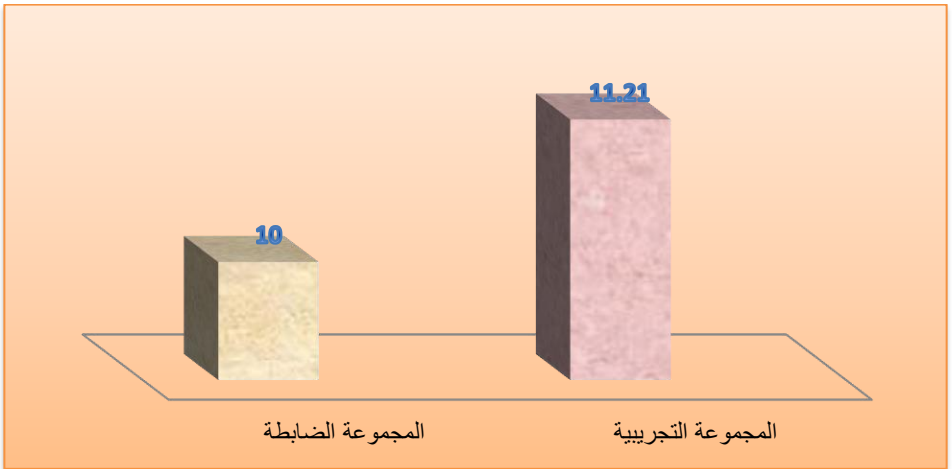
جدول (10)

دلالة الفروق بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة فى دقة أداء الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة

المتغير	وحدة القياس	المجموعة التجريبية ن = 14		المجموعة الضابطة ن = 14		قيمة "ت"
		م	ع	م	ع	
دقة الضرب الساحق فى الكرة الطائرة	درجة	11.21	1.02	10.00	1.17	*2.81

قيمة "ت" الجدولية عند مستوي 0.05 = 2.056 * دال عند مستوى 0.05

يتضح من جدول (10) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة فى دقة أداء الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة لصالح المجموعة التجريبية.



الشكل رقم (1)

دلالة الفروق بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة
فى دقة أداء الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة

وتعزى الباحثة تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في دقة أداء الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة إلى استخدام المجموعة التجريبية للبرنامج التعليمى المقترح بإستخدام أسلوب تحليل المهمة التعليمية بالحاسب الآلى الذي يعتبر من أساليب التدريس الحديثة فى تعزيز العملية التعليمية ، وذلك عن طريق تقديم الوحدات التعليمية بشكل تكنولوجى بواسطة الحاسب الآلى من خلال عرض مراحل أداء المهارة بلقطات فيديو تعليمية بجانب النص المعرفى ، ومجموعة الخطوات التعليمية المتدرجة من البسيط إلى المركب مما ساعد التلاميذ على التركيز والفهم لكل جزء وتعلمه بسهوله ، ومن ثم الوصول إلى تعلم وإتقان مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة.

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار اليه كل من: بوني Bonnie (2008)، دونال Donal (2011) أن إستخدام أسلوب تحليل المهمة التعليمية المدعم بتقنيات التعليم كالحاسب الآلى يرسخ وتعمق مادة التدريس ، وإطالة فترة احتفاظ المتعلمين بالمعلومات ، وتحسين القدرة على التركيز والتذكر ، ويتأتي ذلك من خلال إشراك مختلف حواس المتعلم ، بالإضافة إلى اختصار وقت المعلم وجهده داخل قاعة التدريس ، ففي عرض وسيلة تعليمية بصرية مناسبة إراحة للمعلم من الشرح المطول ، وتشير بعض الدراسات التربوية إلي أن استخدام أشكال من التقنيات التعليمية في التدريس كالصور التوضيحية وبرمجيات الحاسب الآلي أختصر وقت التدريس بمعدل الثلث. (23: 3، 4)(24: 20، 21)

كما تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من: أحمد شوقى (2016)(2)، شياو تشو وآخرون Xiao Zhou,et.,al (2019)(31) ، ماجدة محمد (2019)(10) ، ممدوح محمد (2021)(21) على فاعلية إستخدام أسلوب تحليل المهمات التعليمية بالحاسب الآلى فى تعلم وإتقان المهارات الحركية مقارنة بأسلوب التعلم بالأمر.

وفى هذا الصدد يشير فو هوينه وبيدفورد Vu Huynh & Bedford (2011)(30) أن أسلوب تحليل المهمات التعليمية يتيح عرض المهارات الحركية فى صورة أجزاء متسلسلة بشكل يسمح للمتعلم من تكوين تصور نقى عن مراحل الأداء الفنى للمهارات المركبة ، والتحكم فى كل جزء من أجزاء المهارة بما يتيح له تعلم وإتقان المهارات الصعبة مما يسهم في تطوير الأداء المهارى للمتعلم.

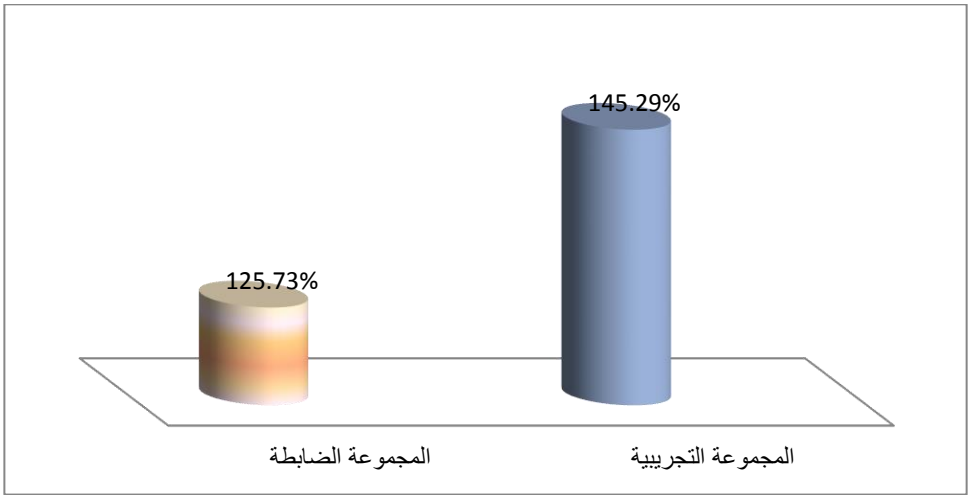
جدول (11)

نسب تحسن القياس البعدى عن القبلى للمجموعتين التجريبية والضابطة

فى دقة أداء الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة

المتغير	المجموعة التجريبية ن = 14			المجموعة الضابطة ن= 14		
	قبلي	بعدي	نسب تحسن	قبلي	بعدي	نسب تحسن
دقة الضرب الساحق فى الكرة الطائر	4.57	11.21	%145.29	4.43	10.00	%125.73

يتضح من الجدول رقم (11) وجود نسب تحسن للقياس البعدى عن القبلى فى دقة أداء الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة حيث بلغت نسبة التحسن (145.29%) للمجموعة التجريبية ، بينما بلغت نسبة التحسن (125.73%) للمجموعة الضابطة.



الشكل رقم (2)

نسب تحسن القياس البعدى عن القبلى للمجموعتين التجريبية والضابطة

فى دقة أداء الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة

وترجع الباحثة هذا التحسن إلى البيئة التعليمية الجديدة التي توفرت لأفراد المجموعة التجريبية بما تحتويه من مثيرات بصرية وسمعية ، ونصوص مكتوبة ، وصور متحركة توضح الأداء النموذجي للضرب الساحق من خلال الحاسب الآلى ، كل هذا أدى إلى تفاعل يعد جديداً من نوعه يشجع على التفكير العلمي الايجابي ، ويعمل على سير العملية التعليمية وفقاً لرغبة

وسرعة كل تلميذ ، كل هذا جعل التلاميذ يشعرن بأهمية دورهم في العملية التعليمية ، ومن ثم إتقان التلاميذ وتمكنهم من أداء المهارة قيد البحث.

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه محمد سعد ومكارم أبو هرجه وهاني سعيد (2001) (13) أن تقسيم الموقف التعليمي يؤدي إلى زيادة فرصة النجاح ، وتقليل الاستجابة الخاطئة مما يؤدي إلى تجنب سلبية الطلاب المتعلمين ، وزيادة مشاركتهم الايجابية في اكتساب المهارات الحركية.

وبذلك يتحقق صحة الفرض الثالث للبحث والذى ينص على:" توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة فى مستوى أداء مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة لصالح المجموعة التجريبية".

الإستخلاصات:

في ضوء أهداف وفروض البحث والنتائج التي تم التوصل إليها يمكن استخلاص ما يلي:

1- يؤثر أسلوب تحليل المهمة التعليمية بالحاسب الآلى تأثيراً إيجابياً دال إحصائياً عند مستوى (0.05) على مستوى أداء مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة لدى تلاميذ المدرسة الإعدادية الرياضية بالزقازيق.

2- يؤثر أسلوب التعلم بالأمر تأثيراً إيجابياً دال إحصائياً عند مستوى (0.05) على مستوى أداء مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة لدى تلاميذ المدرسة الإعدادية الرياضية بالزقازيق.

3- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة فى مستوى أداء مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة لصالح المجموعة التجريبية.

4- وجود نسب تحسن للقياس البعدى عن القبلى فى دقة أداء الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة حيث بلغت نسبة التحسن (145.29%) للمجموعة التجريبية ، بينما بلغت نسبة التحسن (125.73%) للمجموعة الضابطة.

التوصيات:

فى ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث توصى الباحثة بما يلى:

1- تطبيق البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب تحليل المهمة التعليمية بالحاسب الآلى لتعلم وإتقان مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة لتلاميذ المدرسة الإعدادية الرياضية بالزقازيق.

2- تدريب معلمى التربية الرياضية على إستخدام التقنيات التكنولوجية الحديثة فى تدريس الكرة الطائرة لتلاميذ المدرسة الإعدادية الرياضية وذلك لتفادى جمود الطريقة التقليدية فى التدريس.

3- توفير الإمكانيات المادية ، وتجهيز بيئة التعلم التي تتيح للمعلم استخدام الاستراتيجيات التدريسية الحديثة ، وبما يسمح للمتعلم من ممارسة المهارات المركبة في الكرة الطائرة المختلفة بسهولة ويسر.

4- إجراء دراسة مقارنة بين أسلوب تحليل المهمة التعليمية والأساليب التدريسية أخرى في تعلم المهارات المركبة في الكرة الطائرة لدى تلاميذ المدارس الإعدادية الرياضية.

المراجع

أولاً :المراجع العربية:

1- أحمد زكى صالح (1989): إختبار الذكاء المصور – كراسة التعليمات ، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة.

2- أحمد شوقى محمد (2015):" تأثير استخدام أسلوب تحليل المهمة بالحاسب الآلى على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية والتحصيل المعرفى فى الريشة الطائرة "، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة ، العدد (73) ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان.

3- أحمد علي الراعي (2013) :" تأثير استخدام التدريب المتقاطع على تطوير القدرات الحركية الخاصة وعلاقته بدقة الضرب الساحق للاعبي الكرة الطائرة "، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة الزقازيق.

4- زكي محمد حسن (1998):الكرة الطائرة بناء المهارات الفنية والخططية،منشأة المعارف، الإسكندرية.

5- زكي محمد حسن (2002): طرق تدريس الكرة الطائرة ، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، الإسكندرية.

6- سعد حماد الجميلي (2010) : الكرة الطائرة وتدريباتها الميدانية لمهارة (الهجوم الساحق – حائط الصد – الدفاع عن الملعب)،الجزء الثاني،دار دجلة،المملكة الأردنية الهاشمية.

7- عبد الحافظ محمد سلامة (2005): مدخل الى تكنولوجيا التعليم، ط2، دار الفكر العربى، القاهرة.

8- عبد العظيم عبدالسلام الفرجانى (2007): التربية التكنولوجية وتكنولوجيا التربية،ط2، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.

9- علي مصطفي طه (1999) : الكرة الطائرة تاريخ – تعليم – تدريب – تحليل – قانون ، دار الفكر العربي ، القاهرة .

10- ماجدة محمد جمال (2019):" أسلوب تحليل المهمة باستخدام الحاسب الآلى وتأثيره على مستوى الأداء الفنى والرقمى لمسابقة قذف القرص"، مجلة بحوث التربية الشاملة ,العدد (2), كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق.

11- محمد أحمد أنور (2005):"التنبؤ بمستوى أداء مهارة الضرب الساحق بدلالة بعض محددات التكوين الجسمي والقدرات البدنية والعقلية لدي ناشيء الكرة الطائرة "، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة الزقازيق.

12- محمد أحمد عبدالله وآخرون (2018):" تأثير برنامج تعليمى باستخدام أسلوب تحليل المهمة على تعلم بعض المهارات الأساسية للهوكى لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة سوهاج"، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط.

13- محمد سعد زغلول ، مكارم أبو هرجة ، هاني سعيد (2001): تكنولوجيا التعلم وأساليبها في التربية الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة.

14- محمد صبحي حسانين (2001):التقويم والقياس فى التربية البدنية، جـ1، ط4 ، دار الفكر العربى، القاهرة.

15- محمد عطية خميس (2009): عمليات تكنولوجيا التعليم ، دار الكلمة، القاهرة.

16- محمد محمود الحيلة (2015) : طرائق التدريس واستراتيجياته،دار الكتاب الجامعي، العين،الإمارات العربية المتحدة .

17- محمود محمد الشحات (2020):" تأثير أسلوب تحليل المهمة التعليمية المدعم بالحاسب الآلى على مستوى أداء الشقلبة الأمامية على اليدين لجهاز الحركات الأرضية فى الجمباز "، مجلة بحوث التربية الشاملة ، العدد (3)، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعة الزقازيق.

18- مصطفى خليل الكسوانى (2015) : أساسيات تصميم التدريس ، ط2، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن.

19- مفتى إبراهيم حماد (2009): التدريب الرياضى التربوى ،مؤسسة المختار للنشر والتوزيع ، القاهرة.

20- مكارم حلمى أبوهرجة ، محمد سعد زغلول (2005): مناهج التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة .

21- ممدوح محمد السيد (2021):" أثر إستخدام التعلم المعكوس المدعم بأسلوب تحليل المهمة على مستوى التحصيل المعرفى وأداء بعض المهارات الدفاعية فى كرة اليد لطلاب كلية التربية الرياضية"، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ، العدد (57)، الجزء الأول ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط.

ثانياً:المراجع الأجنبية:

22-Barbara, L., & John, L., (2010): Effectively Educating Students With Hearing Impairments, London, Longman.

23-Bonnie Mohansen (2008) : Teaching Middle School physical Education Humankineties, United States Human Kinetic p . o . Box 506 , Champaign.

24-Donal, S.,(2011): Teaching by Multimedia as Systems Approach Spot Media, New York. Inter Net.

25-Magill, R., & Anderson, D.,(2013): Motor abilities. In: Motor learning and control:concepts and applications, New York : Mc Graw-Hill., P.,59-65.

26-Nielson,K.,(2004): The Eeffects of Video- Cueing Selected Teaching Behavior in Physical Education Classes, Journal of Teaching in Physical Education ,Vol.,61.

27-Robert, J.,(2007): Teaching Mathematics to Children, New York, Harper and Rovv Publishers, Inc.

28-Shen, B.,& Wang, S., (2015): "An independent life support robot for the lower-limb handicapped and elderly: Taskintention-identification and assistive-motion-planning algorithms". IEEE, International Conference on Robotics and Biomimetics (ROBIO).

29-Srinivasan, B., & Parthasarathi, R., (2013): An intelligent task analysis approach for special education based on MIRA. J Appl Logic., 137-145.

30-Vu Huynh, M, & Bedford, A.,(2011): An analysis of the skills acquisition trainer for badminton program: exploring the effectiveness of visual based training in sport. I J CSS. p., 5-17.

31-Xiao Zhou, et.,al (2019) :"Teaching Method Using Task Analysis to Boost Motor Skill and Badminton Forehand Overhead Clear Skill Learning , International Journal of Sports Science & Medicine, ISSN: 2640-0936.

ثالثاً: مواقع الإنترنت (شبكة المعلومات الدولية) :INTERNET

32 - http://www.topendsports.com/testing/equipment-vertec.htm

33 - http://www.topendsports.com/testing/tests/wall-catch.htm

ملخص البحث

فاعلية إستخدام أسلوب تحليل المهمة التعليمية بالحاسب الآلى في تعلم مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة

* م.د/ سارة السيد درويش السيد

أستهدف البحث التعرف على تأثير إستخدام أسلوب تحليل المهمة التعليمية بالحاسب الآلى على مستوى أداء مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة ، وأستخدمت الباحثة المنهج التجريبى على عينة قوامها (28) تلميذاً بالمدرسة الإعدادية الرياضية بالزقازيق تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما مجموعة تجريبية (أسلوب تحليل المهمة التعليمية) ، والأخرى مجموعة ضابطة (أسلوب التعلم بالأمر) قوام كل منهما (14) تلميذاً ، ومن أدوات البحث : إختبارات بدنية – إختبار دقة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة - إختبار الذكاء المصور – البرنامج التعليمى بإستخدام أسلوب تحليل المهمة التعليمية بالحاسب الآلى ، كما تم استخدام الأساليب الأحصائية التالية : المتوسط الحسابى – الإنحراف المعيارى – الوسيط – معامل الإلتواء – معامل الإرتباط البسيط – إختبار"ت"– نسب التحسن.

ومن أهم النتائج :

1- يؤثر أسلوب تحليل المهمات التعليمية بالحاسب الآلى تأثيراً إيجابياً دال إحصائياً عند مستوى (0.05) على مستوى أداء مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة لدى تلاميذ المدرسة الإعدادية الرياضية بالزقازيق.

2- يؤثر أسلوب التعلم بالأمر تأثيراً إيجابياً دال إحصائياً عند مستوى (0.05) على مستوى أداء مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة لتلاميذ المدرسة الإعدادية الرياضية بالزقازيق.

3- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة فى مستوى أداء مهارة الضرب الساحق المستقيم فى الكرة الطائرة لصالح المجموعة التجريبية.

* مدرس بقسم الألعاب – كلية التربية الرياضية بنات – جامعة الزقازيق.

Research Summary

The effectiveness of using the computerized educational task analysis method In learning the skill of hitting straight landslide in volleyball

Dr., : Sara Alsaid Drwish Alsaid.

The research aimed to identify the effect of using the method of analyzing the educational task by computer on the level of performance of the skill of straight smashing in volleyball.), and the other is a control group (learning by command), each of which consists of (14) students, and the research tools include: physical tests - a test of the accuracy of straight smashing in volleyball - a test of illustrated intelligence - the educational program using the method of analyzing the educational task by computer.

Among the most important results:

1-The method of analyzing educational tasks by computer has a positive, statistically significant effect at the level (0.05) on the level of performance of the skill of straight smashing in volleyball for preparatory school students in sports in Zagazig.

2-The learning method has a positive and statistically significant effect at the level (0.05) on the performance level of the skill of straight smashing in volleyball for preparatory school students in sports in Zagazig.

3-There are statistically significant differences between the two dimensional measurements of the experimental and control groups in the level of performance of the skill of straight smash in volleyball in favor of the experimental group.

Among the most important recommendations:

1-Applying the educational program using the method of analyzing educational tasks by the computer to learn and master the skill of straight smashing in volleyball for students of the preparatory sports school in Zagazig.

برنامج تعليمي قائم على البرامج الحركية المعممة واثرة علي اداء بعض المهارات الهجومية في كرة اليد

*د/ محمد عوض عبد الحليم

أولاً: المقدمة ومشكلة البحث :

يشهد مجتمعنا المعاصر تقدما علميا كبيراً للمعرفة العلمية والعملية وتطويرها واختراع أساليب جديدة في البحث وزيادة فعاليتها عن طريق استخدام تلك المعرفة والأدوات جنبًا إلى جنب مع التقنيات الحديثة لتحسين الإنسان وتسهيل أمور حياته وتوفير حياة جيده ومريحة له. وهنا تبرز أهمية العلم في تقديم رؤية واضحة لما يدور في العالم، وبالتالي المساهمة في نشر ومشاركة الأفكار اللازمة باستمرار لتطوير أدوات وتطبيقات جديدة للارتقاء بالفرد والمجتمع لذى يعيش فيه.

ويعتبر التعلم الحركي أقدم أنواع التعلم . فهو قديم من قدم الأنسان على الارض. فسلوك الأنسان في معظمه سلوك حركي فالاهتمام بالتعلم الحركي والبرامج الحركية مدخلا اساسيا في الارتقاء بالحركات الرياضية وتعديل السلوك فيها بما يتواكب مع التقدم العلمي.

ويرى عبد الله عصام الدين. أحمد إبراهيم (2016م) أن مفردات التعلم بصورة عامة والتعلم الحركي بصورة خاصة تتنوع بمجالات أبعاد شخصية الإنسان النفس حركية والمعرفية والانفعالية . والتي تشكل خبرات الانسان الحياتية . ويعتبر التعلم من القدرات العقلية العليا التي تميز الإنسان عن باقي الكائنات الحية . حيث تتسع متطلبات الحياة الانسانية الهادفة الى التفاعل مع مفردات الحياة والتغلب على الصعوبات التي تواجه مسيرة هذه الحياة . فيتعلم الانسان نماذج لنشاطات حركية ومعرفية وانفعالية معينة تؤثر في مواقف الحياة المختلفة . ولا يقف عند هذا الحد إذ يتعداه الى استخدام هذه المفردات في حل مشكلات على هذه الابعاد والتي قد تواجهه مستقبلا وبدون توقيت محدد بل حسب توالى مفردات الحياة المختلفة.(15: 196)

* مدرس بقسم المناهج وتدريس التربية الرياضية – كلية التربية الرياضية- جامعة أسيوط.

ويؤكد سعودي عامر أحمد (2018م) أن التعلم الحركي يهدف الي تعلم المهارات الحركية عن طريق إحداث تغيير ثابت في السلوك الحركي للفرد من خلال استخدام المناهج التعليمية التي تعتمد على نظريات التعلم الحركي للفرد. فالأداء الحركي لأي مهارة رياضية وفقا لنظريات التعلم الحركي تمثل مجموعة من الاستجابات العصبية المرتبة والمنسقة بشكل يؤدي الى تحقيق الهدف من أداء حركي معين. ومن خلال الممارسة والتدريب على هذه الحركات يتم بناء وتنسيق هذه الاستجابات العصبية داخل الذاكرة وصولاً إلى مستوى الإتقان في المهارة، حيث ان لكل مهارة برنامجاً حركياً خاصاً بها مخزوناً في الذاكرة الحركية للفرد يتم استدعاؤه وتنفيذه عند أداء هذه المهارة.(12: 154)

فالبرامج الحركية عملية يتم فيها تجميع الأوامر من العضلات قبل بداية أداء سلسله من الحركات بحيث يتمكن الفرد من أداء هذه الحركات متتابعة وبدون الحاجة إلى الرجوع لعائد المعلومات أو التغذية الراجعة الطرفية.(42: 281)

ويري الباحث انا البرامج الحركية عبارة عن نظام معرفي ومفاهيمي معد مسبقاً لدى الفرد يتم تخزينه في الذاكرة يحدد أبعاد ومواصفات أداء مهاري معين يظهر عندما يدخل حيز التنفيذ أثناء الأداء المهارى لمهارة معينة.

حيث أشار أراز محمد نوري (2018م) أنه يجب الاستفادة المهارات الحركية المتشابهة عند بناء البرامج الحركية. حيث أن انتقال أثر التعلم من أكثر المواضيع أهمية في عملية التعلم الحركي. فجميع عمليات التعلم الحركي تتأثر بالانتقال سواء السلبى أو الإيجابي. كما أن انتقال اثر التعلم يعد من الأمور ذات الأهمية في مجال التعليم والتعلم الحركي. اذ لولا خاصية انتقال أثر التعلم لأصبح لزاما على كل متعلم أن يتعلم كل ما يحتاجه من استجابات خاصة لكل موقف تعليمي.(3: 172)

ولا يمكن الخوض في مجال التعلم الحركي وتطوير مبادئه وتعميق أثاره ما لم نلق الضوء على موضوع انتقال أثر التعلم أو ما يسمى انتقال أثر التدريب والذي يعد من أهم مواضيع علم النفس والتعلم الحركي والذي من خلاله نستطيع توسيع نطاق تأثير التعلم بالإضافة الى توفير الوقت والجهد إذا ما استغل بشكل فعال في العملية التعليمية.(22: 184)

لذا يؤكد عادل فاضل (2005م) أنه ليس ثمة شك في أن انتقال أثر التعلم يحدث في جميع أشكال ومحاولات تعلم المهارات الرياضية وهذا ما أيدته البحوث التجريبية التي أجراها العلماء منذ مستهل هذا القرن . فتعلم أمر معين يفيد في تعلم أمر آخر.(13: 92)

وهذا ما أشار الية وجية محجوب (2002م) أنه حينما يؤثر تدريب شخص معين في عمل معين أو في أسلوب ما من أساليب النشاط الرياضي، على نشاط اخر في موقف جديد أو في عمل مختلف فأن هذا يسمى انتقال أثر التعلم حيث تكون لدي الفرد برنامج حركي عام للمهارة الحركية التي قام بالتدريب عليها.(38: 213)

كما يذكر سشميدت Schmidt (2005) أن البرنامج الحركي عندما يوفر استجابات مشابهة يسمي برنامجاً حركياً معمماً، ولذلك عند المحاولة لتعميم برنامج حركي لمهارة معينه يقوم المدرب بتنويع أشكال المهارة وتغيير ظروف أدائها، وكلما تقدم في ذلك سيتكون عند المتعلم برنامج حركي عام لتلك المهارة يظهر عند اداء المهارات المتشابه.(45: 296)

وهذا ما أكدة يعرب خيون (2010م) أن البرنامج الحركي المعمم أو العمومي هو عبارة عن تكوين برنامج حركي لصنف معين من الحركات يخزن في الذاكرة مما يؤدي إلى القيام بنشاط فريد من نوعه عند تنفيذ هذا البرنامج.(41: 202)

لذا يعد التعميم صفه للتعلم Generalization Learning Criterion حيث ان هدف التعلم هو تطوير أداء حركة معينة من جراء التمرين المستمر ، ولكن هناك فوائد أوسع منها التعميم والذي يعني المدى الذي يمكن للتدريب على واجب معين ان يساهم في أداء واجب آخر متعلق به (المهارات المرتبطة أو المتشابهة) مما يدل على إمكانية استخدام برنامج رمي عمومي لمجموعه من مهارات رمي متنوعة يمكن التحكم فيما بينها باختيار قيم خاصة ملائمة مثل نوع الأداة التي ترمي او مسافة الرمي أو هدف الرمي ... الخ.(37: 91)

فبصيغة أخرى يعد البرنامج عاماً عندما يحتوي على قيم أو شفرات مختصره تحدد تسلسل الأحداث أو مراحل الأحداث بالإضافة الى القوه التي تنفذ بها تلك الأحداث.(44: 210)

وتضيف منار صبري إبراهيم (2017م) أن البرنامج الحركي العام عبارة عن برنامج حركي تختلف طريقة التعبير عنه باختلاف قيمة خاصة معينة.(35: 47)

لذا يري الباحث ان تدريب الفرد في المواقف الحركية من خلال تكوين برامج حركي عامة للأداء الحركي المتشـــابه يؤثر في طريقه مواجهته وتعلمه في المواقف الأخرى التالية له حيث تكون لدى الفرد قاعدة حركية عامة للأداء الحركي للمهارة التي تعلمها.

كما أشار عبد الله حسين اللامي (2006م) أنه من العوامل التي تسهل عملية التعلم. وجود التشابه العام بين المهارات الحركية. وكذلك التدرج في التعلم من السهل إلى الصعب والوصول بالمهارة المتعلمة إلى درجة الإتقان والألية زيادة على التنوع في عملية تزويد المتعلم بالمعارف والخبرات والتدريب بطرق مختلفة على أداء المهارات التي يتعلمها وذلك من خلال برامج حركية معممه والتي تؤثر جميعها ايجابيا في عملية التعلم وتسهل عملية انتقال التعلم للمهارات الأخرى.(14: 131)

وتعد مهارات لعبة كرة اليد هي من المهارات التي تكون برامجها الحركية متعددة الاستجابات، فالبرنامج الحركي الخاص بالتمرير على سبيل المثال يضم العديد من المهارات التي تتطلب اداء حركي خاص مثل (التمرير الكرباجي من الارتكاز والتمرير الكرباجي من الحركة والتمريرة المرتدة وغيرها..... من المهارات كما ان التصويب يضم العديد من المهارات التي تحتاج ايضا الى اداء حركي خاص مثل التصويب من الارتكاز والتصويب من الوثب والتصويب ...الخ وهكذا يوجد العديد من الاستجابات في البرنامج الحركي الواحد الخاص بكل مهارة من مهارات كرة اليد.(7: 63)

وبما ان هدف المدرس او المدرب توصيل اداء لاعبيه الى حالة مشابهة لحالة اللعب الحقيقية ، اذن تحتاج عملية التعلم الى أن تأخذ بالحسبان بناء برامج حركية بوضعيات وأشكال مختلفة للتقرب من حالة اللعب وهذه العملية تسمى تعميم البرنامج الحركي الخاص بالمهارات وهو يشير إلى إمكانية استخدام البرنامج الحركي للمهارة في وضعيات ومواقف مختلفة بحيث يعطي استجابات مشابهة.(25: 154)

كما ان نشاط كرة اليد الذي يحتاج إلى جهد كبير في تعلمه وإتقانه وذلك لتعدد مهاراته، حيث تعتبر كرة اليد من أحدث العاب الفرق التي استخدمت فيها الكرة، خاصة إذا ما قورنت بالألعاب الأخرى سبقتها بعشرات السنين، فهي تعتبر جديدة في العالم كله، وبالرغم من حداثة

عمرها فقد أخذت هذه اللعبة في الانتشار بسرعة، وقد ساعد في ذلك طبيعتها، فهي تتميز بنواحي عديدة منها إمكانياتها البسيطة، السهولة في التعليم والتقدم بها، قانونها مبسط، تمارس لكال الجنسين ومختلف الأعمار، مشوقة لكل من اللاعبين والمتفرجين، بالإضافة إلى فائدتها الشاملة لجميع أجزاء الجسم.(23: 122)،(28: 24)

كما يؤكد فتحي أحمد هادي (2010م) أن رياضة كرة اليد تشكل صورة متكاملة لتنمية الفرد ، كما أن تعلمها يحقق معظم أهداف التربية الرياضية عامة من حيث التنمية الشاملة بدنيا وعقليا ونفسيا واجتماعيا، وتساعد الأفراد الممارسين علي إنماء أنفسهم من النواحي السابقة كما توفر لكل فرد ما يتلاءم مع إشباع حاجاته وشعوره بالرضا والسرور.(19: 212)

ويضيف أشرف كامل (2020) أن الأداء في كرة اليد يعتمد على التفاعل والتناسق بين الحركات والمهارات المواقف المختلفة حيث انها تعتمد على التوقيت السليم لاختيار المهارات المناسبة تبعا لسرعة حركة المنافسين، كما ان الأداء في كرة اليد يتطلب تكوين أنماط سلوكيه حسب قدرة الفرد على تغيير سلوكه وتعديله تبعا لمواقف اللعب المتغيرة أثناء المنافس.(5: 234)

كما أن للعبة كرة اليد تقنيات ومهارات تعتمد في الأساس الأول على سرعة الإنطاق والجري والوقوف المفاجئ، كما تعتمد على حسن التصرف واستخدام القدمين في التحرك للقيام بعملية الخداع وهذا يتطلب من اللاعب قدمين قويتين، رشيقتين في الحركة والتنقل، كما يتطلب توافق عضلي عصبي بحيث يتحكم في اتزان جسم اللاعب بسهولة ويسر بحيث يستطيع عند الضرورة القيام بالأداء الحركي بإتقان ودقة وسلاسة.(10: 218).(32: 188)

ويتفق كلاً من كمال سليمان حسن على، مصطفى أحمد عبد الوهاب السباعي (2017م). منير جرجس إبراهيم (2004م)، محمد توفيق الوليلي (2002م) إلى أن المهارات الأساسية في كرة اليد تعتبر بمثابة العمود الفقري للعبة . كما أن الاعداد البدني وخطط اللعب لا قيمة لها بدون مهارات . فالمهارات الحركية وتدريباتها التطبيقية هي المحور الذى يدور حوله كلا من الاعداد البدني وخطط اللعب.(24: 191)،(36: 95).(29: 292)

لذا لا بد من التخطيط الجيد الذي يهدف إلى وصول اللاعب إلى الدقة والإتقان والتكامل في أداء جميع المهارات الأساسية للعبة كرة اليد بحيث يمكن أن يؤديها اللاعب بصورة آلية متقنة تحت أي ظروف من ظروف المباراة.(26: 98)

وهنا يرى الباحث أن أهمية البحث تكمن في أعداد برنامج تعليمي قائم على مبدأ تعميم البرامج الحركية لتعلم أهم المهارات الهجومية بلعبة كرة اليد بهدف تحقيق تعلم أكثر فاعلية وإتقاناً وباقتصادية في الجهد والوقت مما يسهل العملية التعليمية.

ومن خلال عمل الباحث كعضو هيئة تدريس، وفي ضوء خبرة الباحث الميدانية لاحظ أن هناك بعض القصور في الطرق المعتادة في تدريس مهارات كرة اليد وتحقيق الأهداف المرجوة فضلاً عن عدم استغلال التعلم الحركي بشكل جيد لذا قد يكون هناك قصور في مخرجات التدريس مما يظهر الحاجة الي استخدام برامج حركية حديثة يمكن من خلالها تنمية المهارات الهجومية لكرة اليد لدي طلاب كلية التربية الرياضية جامعة أسيوط.

كما ان عملية توجيه التعلم باتجاه بناء البرامج الحركية وتعميمها هو الطريق الصحيح في التقرب إلى الأداء الأفضل والمناسب لتطور الأداء في لعبة كرة اليد.

وهذا ما أكدة وسام صلاح عبد الحسين. سامر يوسف متعب (2013م) أن البرنامج الحركي عبارة عن مجموعه من الأوامر العصبية العضلية والمبرمجة سلفاً والقادرة على تنفيذ الحركة دون الحاجة إلى التغذية الراجعة وذلك من خلال تكوين استجابات حركية عامة لدي الفرد والتي يستخدمها عند تنفيذ الواجب الحركي.(40: 225)

كما لاحظ الباحث أن البرامج التعليمية المتبعة من اغلب اعضاء هيئة التدريس تكتفي بإتقان المهارات وتوصيل الطلاب إلى أدائها في ظروف واوضاع محددة دون الوصول إلى الكفاية التعليمية في إتقان أداء هذه المهارات بأوضاع متنوعة ومواقع مختلفة وظروف بيئية حرجة كحالات اللعب المتغيرة، مما يؤدي إلى مواجهة الطلاب لصعوبة ومشاكل متعددة في أثناء الاداء في استخدام هذه المهارات في ظروف متغيرة، وكذلك عدم الاستفادة من نقل التعلم من مهارة إلى أخرى والذي يؤدي إلى زيادة في الوقت والجهد المبذول في التعلم.

وهذا سشميدت Schmidt (2005) أن عملية تنويع التدريب ستولد برنامجاً حركياً عاماً ومرناً يمكن ان يستثمره المتعلم في الظروف المتغيرة للأداء المهارى.(45: 207)

ومن خلال ما سبق، رأى الباحث ان وضع برنامج تعليمي قائم على فكرة بناء البرامج الحركية وتعميمها ومعرفة انتقال اثر التعلم من مهارة الي اخري هو الاساس الذى يبني علية تحسين الاداء في المهارات الاساسية في لعبة كرة اليد لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية جامعة اسيوط.

ثانياً: أهداف البحث :

يهدف البحث إلي بناء برنامج تعليمي قائم على البرامج الحركية المعممة لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية – جامعة أسيوط، في كرة اليد وذلك من خلال التعرف على.

1-تأثير البرنامج التعليمي على الأداء المهارى لبعض المهارات الهجومية في كرة اليد لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية جامعة اسيوط.

2-التعرف على انتقال أثر التعلم لبعض المهارات الهجومية في كرة اليد لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية جامعة اسيوط.

ثالثاً: فروض البحث :

1- توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والتتبعي للمجموعة التجريبية لصالح القياس التتبعي في مستوي اداء بعض المهارات الهجومية في كرة اليد لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية – جامعة اسيوط.

2- توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات درجات القياسين التتبعي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في مستوي أداء بعض المهارات الهجومية في كرة اليد لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية – جامعة اسيوط.

3- توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في مستوي أداء بعض المهارات الهجومية في كرة اليد لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية – جامعة اسيوط.

رابعاً: المصطلحات المستخدمة في البحث:-

1- البرنامج الحركي: motor program

مجموعة التكوينات المسبقة للأوامر الحركية (ألفا – كاما) والتي ينتج عنها حركات موجهة إلى أهداف محددة نتيجة لإثارتها ولا تتأثر بالتغذية الراجعة الطرفية أو عائد المعلومات حتى لو استهدفت التغذية الراجعة أو عائد المعلومات تغيير الهدف.(43: 270)

2- التعميم: Generalization

إمكانية تكوين استجابة معينه يمكن الاستعانة بها في مواقف حركيه عديدة متشابهة.(44: 254)

3- البرامج الحركية المعممة : Generalized kinematic programs

هي عبارة عن تكوين برنامج حركي لصنف معين من الحركات يخزن في الذاكرة مما يؤدي إلى القيام بنشاط فريد من نوعه عند تنفيذ هذا البرنامج.(41: 164)

خامساً: الدراسات السابقة:

1- دراسة "بركات نصر الدين" (2018م)(6). استهدفت الدراسة التعرف على أثر برنامج تعليمي مبنى على الالعاب الشبه رياضية المتنوعة وغير المتنوعة في تعليم وتحسين بعض المهارات الأساسية في كرة اليد ،كما هدفت الدراسة للتعرف على دلالة الفروق بين القياسات البعدية لمجموعتي الدراسة، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وتمثل مجتمع البحث في طلاب الفرقة الثانية. للموسم الجامعي (2017م / 2018م) بقسم التربية بجامعة المسيلة البالغ عددهم 77 طالبا، وتم اختيار عينة الدراسة بالطريقة القصدية للفوجين (4-3) حيث بلغ عددهم (34) طالبا تم تقسيمهم لمجموعتين بواقع 17 طالب في كل مجموعة ، وكانت أهم النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين في الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة الأولى، ووجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسات القبلية والبعدية ولصالح القياسات البعدية للبرنامجين، وللبرنامج المقدم بالألعاب الشبه رياضية أثر في تعليم وتحسين المهارات الأساسية في كرة اليد.

2- دراسة "خالد بن سالم " (2017م)(9). واستهدفت الدراسة معرفة انتقال اثر التعلم من بعض مهارات التمرير الي مهارة التصويب في كرة السلة. واستخدم الباحث المنهج التجريبي بالتصميم

التجريبي لمجموعة تجريبية، وتمثل المجتمع في لاعبي كرة السلة الاقل من (15) عام، واشتملت العينة على لاعبي كرة السلة للمرحلة العمرية من (13- 15) الذكور. لعام (2017م)، وكانت اهم النتائج وجود نقل حركي إيجابي من مهارة التمرير باليدين من فوق الرأس إلى مهارة التصويب من الثبات، كما حققت المجموعة التجريبية نسب جيدة في انتقال اثر التعلم من مهارة التمرير باليدين من فوق الرأس إلى مهارة التصويب من الثبات.

3- دراسة "علي هاني محمد فتحي. السعيد ريحاب فراج " (2017م)(17) استهدف البحث التعرف على تأثير برنامج تعليمي باستخدام القصص الحركية على بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لتلاميذ المرحلة الابتدائية، واستخدم الباحثون المنهج التجريبي عن طريق القياس القبلي والبعدي، باستخدام التصميم التجريبي للمجموعتين (الضابطة، التجريبية) وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (40) طالب من تلاميذ المرحلة الابتدائية تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وتم إعداد برنامج للمجموعة التجريبية قيد البحث تتكون من (16) ستة عشر وحدة تعليمية موزعة على (8) أسابيع، حيث تم تنفيذ التجربة من الفترة 2015/11/1 إلى 2015/12/31م بواقع وحدتين أسبوعيا وزمن الوحدة (45ق). وقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية ولصالح المجموعة التجريبية (مجموعة برنامج القصة الحركية) نتيجة لتحسن المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث.

4- دراسة "وسام صلاح عبد الحسين" (2014)(4) استهدف الدراسة تعميم البرامج الحركية من خلال توفير استجابات متنوعه وبيارامترات مختلفه، من خلال إعداد تمرينات فوق التعلم لتعميم البرنامج الحركي لبعض المهارات الأساسية للشباب بالريشة الطائرة، واستخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم (المجموعتان المتكافئتان ذات الاختبار القبلي والبعدي)، ومثلت عينة البحث مجتمع البحث بأكمله وهم لاعبوا المنتخب الوطني للشباب للموسم 2013م والبالغ عددهم (10) لاعبين، وتم تقسيمهم عن طريق القرعة إلى مجموعتين متساويتين الاولى تجريبيه والثانية ضابطه، وكانت اهم الاستنتاجات هي ان لتمرينات فوق التعلم لتعميم البرنامج الحركي تأثيراً إيجابياً في تطوير دقه بعض المهارات الأساسية للشباب بالريشة الطائرة. ولتمرينات فوق التعلم تأثيراً ايجابياً في تطوير نسب التعميم للبرنامج الحركي لبعض المهارات بالريشة الطائرة، كما

استنتج الباحث بان هناك تطوراً واضحاً للمجموعة التجريبية على حساب المجموعة الضابطة في دقه بعض المهارات الأساسية بالريشة الطائرة ونسب تعميم البرنامج الحركي.

5- دراسة "إسماعيل قاسم جميل" (2003)(4) استهدفت الدراسة اقتراح أسلوب في تفعيل البرامج الحركية وكذلك بيان أهمية تنويع التدريب في تنفيذ البرنامج الحركي ودقة الأداء. وتكونت عينة البحث من (40) طالباً من طلاب المرحلة الأولى من كلية التربية الرياضية جامعة بغداد، وقد تضمن البحث أداء تكرارات لليد المفضلة وغير المفضلة او معاً وحسب مجاميع البحث، وقد استنتج الباحث ان التدريب على اليد غير المفضلة فحسب، قد ساعد في تطوير دقة اليد المفضلة. وكذلك استنتج انه على الرغم من ان حجم التكرار في التمرين على اليد المفضلة كان ضعف التكرار على اليد المفضلة وغير المفضلة فأن النتائج لم تشر الى تطوير دقة الرمي لليد المفضلة بشكل جيد. وكذلك ان التمرير باليد المفضلة وغير المفضلة الذي أتخذ مبدأ التعاقب قد أثبت فاعليته مقارنه بمبدأ التمرين المتناوب الفردي ، وان التمرين المتناوب على اليد المفضلة وغير المفضلة يعطي فرصة بناء برامج حركيه عامه تسمح للاعب بمرونة اختيار الأداء مما يزيد فاعلية التنفيذ.

سادساً: التعليق على الدراسات السابقة:

1- استخدم جميع الدراسات السابقة المنهج التجريبي، وهذا ما سوف يقوم به الباحث في البحث الحالي.

2- اختلف التصميم التجريبي في الدراسات السابقة ما بين مجموعة تجريبية واحة أو مجموعتين تجريبيتين او تجريبه وضابطة، وسوف يستخدم الباحث مجموعة تجريبية.

3- اختلفت الدراسات المرجعية في طريقة اختيارها للعينة ولكنها انحصرت فيما بين (العمدية – العشوائية) لتلاميذ المدارس أو طلاب وطالبات الجامعات او ناشئين أو لاعبين وذلك يرجع إلى طبيعة وأهداف كل دراسة.

4- استخدمت هذه الدراسات الوسائل المختلفة في جمع البيانات مثل المسح المرجعي والاختبارات البدنية والمهارية مما ساعد الباحث في تحديد الخطوات اللازمة لجمع البيانات.

5- اتفقت جميع الدراسات السابقة على أن استخدام البرامج الحركية وكذلك تعميم البرامج الحركية وايضا انتقال اثر التعلم له فاعلية إجابيه في بناء البرامج التعليمية للمهارات المختلفة، وهذا ساعد الباحث على صياغة فروض البحث، وأيضا تعضيد ومناقشة نتائج هذه الدراسة.

سابعاً: خطة واجراءات البحث:

منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي عن طريق القياسات القبلية والتتبعية والبعدية باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة تجريبية. وذلك لملائمته لطبيعة البحث.

مجتمع البحث:

تمثل مجتمع البحث من طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية – جامعة اسيوط للعام الجامعي (2021م/2022م).

عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية – جامعة اسيوط، حيث بلغ عددهم (40) طالب. كما تم اختيار عدد(20) طالب من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث. لإجراء الدراسة الاستطلاعية عليهم.

شروط اختيار عينة البحث:

أ- إن يكون الطلاب من المقيدين في العام الدراسي 2021م-2022 م.

ب- أن يكون الطلاب من المنتظمين في الدراسة.

ج- خلو الطلاب من الإصابات والأمراض المزمنة والتي تؤثر علي لياقتها البدنية.

د- أن يكون الطلاب راغبين في الاشتراك في البحث.

ه- استبعاد الطلاب الذين يمارسون لعبة كرة اليد بالأندية الرياضية.

جدول (1)

توصيف عينة البحث

المجموعة التجريبية	عدد الطلاب	القياس القبلي	البرنامج التعليمي المتبع	القياس التتبعي	البرنامج التعليمي المتبع	القياس البعدي
عينة البحث الأساسية	40	المهارات قيد البحث (التمرير - التصويب)	الوحدات التعليمية الخاصة بمهارة التمرير في كرة اليد	المهارات قيد البحث (التمرير - التصويب)	الوحدات التعليمية الخاصة بمهارة التصويب في كرة اليد	المهارات قيد البحث (التمرير - التصويب)
العينة الاستطلاعية	20	المعاملات العلمية للبحث				

تجانس عينة البحث في المتغيرات الأساسية (معدلات النمو):

قام الباحث بإيجاد عامل التجانس لعينة البحث (40 طالب) من طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية – جامعة أسيوط. في بعض معدلات النمو (السن – الطول – الوزن) وذلك نظراً لأهمية هذه المتغيرات وتأثيرها على مســـتوى الأداء الفني والمهارى للمهارات قيد البحث، وجدول (2) يوضح ذلك.

جدول (2)

المتوسط الحسابي والانحراف

المعياري وقيمة النسبة الفائية للمتغيرات قيد البحث (ن=40)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التباين	النسبة الفائية
1	السن	سنة	19.55	0.63	0.15	*0.89
2	الطول	سم	170.42	4.82	23.78	*1.78
3	الوزن	كجم	66.89	4.36	38.17	*1.01

قيمة "ف" الجدولية= 2.84 * دال

يتضح من جدول (2) وجود فروق غير دالة إحصائياً بين القياسات القبلية للمجموعة التجريبية في المتغيرات الأنثروبومترية (متغيرات النمو)، حيث تراوحت قيمة "ف" المحسوبة ما

بين, (0.89 :1.78)، وهي أقل من قيمة "ف" الجدولية، مما يدل على تجانس عينة البحث في المتغيرات الأنثروبومترية (متغيرات النمو).

ثامناً: أدوات جمع البيانات:

المسح المرجعي:

قام الباحث بأجراء المســـح المرجعي للعديد من المراجع العلمية العربية والأجنبية والدراســات الســابقة، والتي لها علاقة وثيقة بموضــوع البحث وذلك لتحديد الاختبارات البدنية والمهارية في كرة اليد.

1- الاختبارات البدنية لتحديد مستوى الأداء البدني لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية – جامعة أسيوط في كرة اليد:

قام الباحث بتحليل المراجع العلمية والدراســات الســابقة التي أجريت في مجال كرة اليد، مثل (26),(28)،(30)،(31)،(32)،(36) وذلك لتحديد الاختبارات اللازمة لقياس عناصــر اللياقة البدنية في كرة اليد لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضــية – جامعة اســيوط مرفق (2)، وتم عرض الاستمارة على عدد 10 خبراء مرفق(1)، وجدول (3) يوضح ذلك.

جدول (3)

التكرارات والنسبة المئوية لآراء الساده الخبراء في

الاختبارات البدنية لعناصر اللياقة البدنية الخاصة بلعبة كرة اليد (ن =10)

م	اســم الاختبار	وحدة القياس	التكرارات	النسبة المئوية
1	قوة القبضة (لليد المصوبة)	**كجم**	10	%100
2	قوة عضلات الرجلين	**كجم**	8	%80
3	قوة عضلات الظهر	**كجم**	9	%90
4	الجلوس من الرقود في (60 ث)	عدد	5	*%50
5	(الانبطاح المائل) ثني الذراعين	عدد	10	%100
6	الوثب العمودي من الثبات	سم	8	%80
7	عدو 30 متر (سرعة انتقالية)	ثانية	10	%100

8	الجري الزجزاجي بطريقة بارو	ثانية	10	%100
9	ثني الجذع للأمام من الوقوف	سم	10	%100
10	التصويب على الدوائر المتداخلة	درجة	9	%90

*تحذف

يتضح من جدول (3) عناصر اللياقة البدنية الخاصة بلعبة كرة اليد وقد ارتضى الباحث بعناصر اللياقة البدنية التي حصلت على نسبة مئوية 75% فأكثر من آراء الخبراء فأصبح عدد الاختبارات البدنية (9) اختبارات فقط.

الاختبارات المهارية لتحديد مستوى الأداء المهارى لبعض المهارات الهجومية لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية – جامعة أسيوط في كرة اليد:

قام الباحث بتحليل المراجع العلمية العربية والأجنبية والدراسات السابقة في مجال كرة اليد مثل (3)،(4)،(5)،(9)،(23)،(25)، وذلك لتحديد الاختبارات المهارية اللازمة لقياس مستوى الأداء المهارى لبعض المهارات الهجومية في كرة اليد مرفق (3)، حيث أشارت المراجع العلمية ونتائج الدراسات السابقة إلى أن هذه الاختبارات تقيس ما وضعت من أجله وعليه فقد تم تجميع الاختبارات المهارية للمهارات قيد البحث، والتي تتناسب مع طلاب الفرقة الثانية لكلية التربية الرياضية – جامعة أسيوط، وتم عرض الاختبارات المهارية على عدد (10) خبراء في مجال كرة اليد، وجدول (4) يوضح ذلك:

جدول (4)

التكرارات والنسبة المئوية لآراء الساده الخبراء في الاختبارات المهارية التي تقيس مستوي الأداء المهارى للمهارات قيد البحث في كرة اليد

(ن=10)

م	اسـم الاختبار	التكرار	النسبة المئوية
1	التمرير والاستلام على الحائط30 ثانية	10	%100
2	سرعة التمرير بين لاعبين	8	%80
3	**التمرير من الجري (ذهاب وعوده) لليمين واليسار(للاتجاهين)**	4	*%40
4	التمرير من المركز (8كرات)	5	*%50
5	التمرير من الجري (ذهاب وعوده) لاتجاه واحد فقط	6	*%60
6	التنطيط لمسافة 30 متر في خط متعرج	5	*%50
7	التنطيط المستمر في اتجاه متعرج لمسافة 40م	5	*%50
8	التصويب بالطيران من الجانب	6	*%60
9	التصويب بالوثب عالياً عدد 10 كرات .	9	%90
10	التصويب بالوثب الطويل من مسافة 9 امتار	10	%100
11	التصويب بالوثب العالي على هدف محدد 60×60	5	*%50

*تحذف

يتضـــح من جدول (4) التكرارات والنســـبة المئوية لآراء الخبراء في الاختبارات المهارية في كرة اليد والتي تقيس الاداء المهارى للمهارات قيد البحث لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية – جامعة أسيوط, ولقد ارتضى الباحث بنسبة اكثر من 75%.

الأدوات والأجهزة المستخدمة:

اســتخدم الباحث خلال القياســات القبلية وتطبيق البرنامج التعليمي والقياســات التتبعية والبعدية الأدوات والأجهزة التالية: – الميزان الطبي لقياس الوزن. – كرات تنس .

– **جهاز الرستاميتر لقياس الطول.** – **مرمى.** – **كرات يد .** – **مقاعد سويدية.**

– **جهاز الديناموميتر لقياس القوة.** – **حائط تدريب.** – **حواجز واقماع.** – **سلم وثب.**

تاسعاً: المعاملات العلمية للاختبارات (البدنية ـ المهارية) المختارة للمهارات قيد البحث:

الصدق:

صدق المحكمين:

لإيجاد صدق المحكمين قام الباحث بتحليل المراجع العلمية والدراسات السابقة التي أجريت في مجال كرة اليد، والتي سبق ذكرها، وذلك لتحديد الاختبارات البدنية والمهارية للمهارات الهجومية في كرة اليد لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية – جامعة اسيوط، وتم عرضها على السادة الخبراء، وعددهم (10) خبراء في مجال كرة اليد، ولقد ارتضى الباحث بنسبة اكثر من 75%، مرفق (2)،(3).

صدق التمايز:

لإيجاد معامل الصدق استخدم الباحث صدق التمايز وذلك بتطبيق الاختبارات البدنية والمهارية للمهارات قيد البحث على مجموعتين (مميزة – غير مميزة)، عدد كل منهما (20) طالب، وتمثلت المجموعة المميزة من منتخب الكلية، والمجموعة غير المميزة من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية، وقد طبقت الاختبارات البدنية والمهارية وذلك يومي الأحد والأثنين الموافق 27– 2022/2/28م، وجدول (5) يوضح ذلك.

جدول (5)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة والغير المميزة

في الاختبارات البدنية والمهارية للمهارات قيد البحث (ن1=ن2 = 20)

م	الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة المميزة		المجموعة غير المميزة		قيمة "ت" المحسوبة
			م	ع	م	ع	
	أولا: الاختبارات البدنية:						
1	قوة القبضة لليد المصوبة	كجم	35.78	2.45	30.60	1.77	8.*08
2	قوة عضلات الرجلين	كجم	171 11.	3.64	169 13.	3.16	6.*23
3	قوة عضلات الظهر	كجم	170 01.	3.61	168 00.	3.21	6.*47
4	(الانبطاح المائل) ثني الذراعين	عدد	27.67	1.59	22.17	2.17	*11.98
5	الوثب العمودي من الثبات	سم	37.89	2.71	33.20	2.57	*12.79
6	عدو 30 متر (سرعة انتقالية)	ثانية	3.9 9	0.83	5.0 6	0.75	*10.65
7	الجري الزجزاجي بطريقة بارو	ثانية	7.5 7	0.53	8.5 0	0.53	*6.88
8	ثني الجذع للأمام من الوقوف	سم	5.7 8	1.18	6.1 0	1.27	*8.49
9	التصويب على الدوائر المتداخلة	عدد	18.93	1.27	15.93	1.36	*13.75
	ثانياً: الاختبارات المهارية:						
1	التمرير والاستلام على الحائط 30 ثانية	عدد	23.13	3.17	14.99	3.51	*5.63
2	سرعة التمرير بين اللاعبين	عدد	17.10	1.12	10.01	1.09	* 3.72
3	التصويب بالوثب عالياً 10 كرات	عدد	7.4 3	0.89	4.0 2	1.20	*8.78
4	التصويب بالوثب الطويل من مسافة 9 امتار	عدد	7.4 0	0.94	3.8 9	0.96	*6.86

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (0.05)= 2.14 * دال عند مستوى (0.05).

يتضح من نتائج جدول (5) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي قياسات المجموعتين المميزة وغير المميزة في الاختبارات البدنية والمهارية للعينة قيد البحث لصالح المجموعة المميزة حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (3.72: 13.75)، وهي أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى (0.05)، مما يشير إلى صدق الاختبارات البدنية والمهارية المختارة للمهارات قيد البحث لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية – جامعة أسيوط.

الثبات :

لإيجاد معامل الثبات للاختبارات البدنية والمهارية للمهارات قيد البحث استخدم الباحث طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه على عينة قوامها (20) طالب وهم السابق استخدامهم في إيجاد الصدق وبفارق زمني أسبوع وذلك في الفترة من يوم الأحد الموافق 2022/2/27 إلى يوم الأثنين الموافق 2022 /3/7 ، وجدول (6) يوضح ذلك.

جدول (6)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني

للاختبارات البدنية والمهارية للمهارات (قيد البحث) (ن=20)

م	الاختبارات	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة "ت" المحسوبة
			م	ع	م	ع	
	أولا: الاختبارات البدنية:						
1	قوة القبضة لليد المصوبة	كجم	30.60	1.77	31.13	2.45	0.87*
2	قوة عضلات الرجلين	كجم	16 9.13	3.16	16 9.80	3.64	0.88*
3	قوة عضلات الظهر	كجم	16 8.00	3.21	16 8.87	3.61	0.80*
4	(الانبطاح المائل) ثني الذراعين	عدد	22.17	2.17	21.60	1.59	0.88*
5	الوثب العمودي من الثبات	سم	33.20	2.57	33.97	2.71	0.92*
6	عدو 30 متر (سرعة انتقالية)	ثانية	5.06	0.75	5.24	0.83	0.81*

7	الجري الزجزاجي بطريقة بارو	ثانية	8.50	0.53	8.62	0.73	0.70*
8	الجذع للأمام من الوقوف ثني	سم	6.10	1.27	6.33	1.18	0.95*
9	التصويب على الدوائر المتداخلة	عدد	15.93	1.36	15.63	1.27	0.92*
	ثانياً: الاختبارات المهارية:						
1	التمرير والاستلام على الحائط 30 ثانية	عدد	13.20	3.24	14.99	3.52	0.89*
2	سرعة التمرير بين اللاعبين	عدد	10.05	1.64	10.01	1.09	0.86*
3	التصويب بالوثب عالياً عدد 10 كرات	عدد	3.95	1.10	4.02	1.20	0.87*
4	التصويب بالوثب الطويل من مسافة 9 امتار	عدد	3.88	1.01	3.89	0.96	0.80*

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (0.05)= 0,36 * دال عند مستوى (0.05)

يتضح من نتائج جدول (6) وجود ارتباط دال إحصائياً بين التطبيق الأول والثاني في جميع الاختبارات البدنية والمهارية المستخدمة (قيد البحث) حيث تراوح معامل الارتباط ما بين (0.70: 0.95) وهو أكبر من قيمته الجدولية عند مستوى (0.05) مما يدل على ثبات الاختبارات البدنية والمهارية المستخدمة.

تجانس عينة البحث في الاختبارات البدنية والمهارية:

قام الباحث بعمل تجانس لعينة البحث في الاختبارات البدنية والمهارية للمهارات قيد البحث وهي نفس القياسات القبلية لعينة البحث وجدول(7) يوضح ذلك.

جدول (7)

تجانس مجموعة البحث التجريبية

في الاختبارات البدنية والمهارية للمهارات قيد البحث (ن=40)

م	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التباين	قيمة "ف" المحسوبة
	أولا: الاختبارات البدنية:					
1	قوة القبضة لليد المصوبة	كجم	30.60	1.77	3.13	*1.04
2	قوة عضلات الرجلين	كجم	169.13	2.16	4.66	*1.76
3	قوة عضلات الظهر	كجم	168.00	2.21	4.88	*1.18
4	(الانبطاح المائل) ثني الذراعين	عدد	22.17	2.17	4.07	*1.47
5	الوثب العمودي من الثبات	سم	33.20	2.57	6.06	*0.65
6	عدو 30 متر (سرعة انتقالية)	ثانية	5.06	0.75	0.56	*2.21
7	الجري الزجزاجي بطريقة بارو	ثانية	8.50	0.53	0.28	*0.88
8	ثني الجذع للأمام من الوقوف	سم	6.10	1.27	1.06	*0.54
9	التصويب على الدوائر المتداخلة	عدد	15.93	1.36	1.84	*0.30
	ثانياً: الاختبارات المهارية:					
1	التمرير والاستلام على الحائط 30 ثانية	عدد	12.22	3.24	10.49	*0.52
2	سرعة التمرير بين اللاعبين	عدد	10.78	1.64	2.68	*0.47

3	التصويب بالوثب عالياً عدد 10 كرات	عدد	3.95	1.10	1.21	*1.69
4	التصويب بالوثب الطويل من مسافة 9 امتار	عدد	3.99	1.01	1.02	*2.00

قيمة "ف" الجدولية= 2.84 * دال

يتضح من جدول (7) وجود فروق غير دالة إحصائياً بين القياسات القبلية للمجموعات التجريبية في المتغيرات البدنية والمهارية حيث تراوحت قيمة "ف" المحسوبة ما بين (0.52 :2.21)، وهي أقل من قيمة "ف" الجدولية، مما يدل على تجانس العينة في الاختبارات البدنية والمهارية للمهارات قيد البحث.

عاشراً: البرنامج التعليمي المقترح:

قام الباحث بإعداد برنامجا تعليمياً للمجموعة التجريبية، يتضمن (وحدات تعليمية لتعلم مهارة التمرير ثم الانتقال الى الوحدات التعليمية لتعلم مهارة التصويب مباشرةً وذلك لمعرفة انتقال اثر التعلم من مهارة التمرير إلى مهارة التصويب بالإضافة الى مدي تأثير البرنامج الحركي المعمم على مستوي الأداء المهارى للمهارات قيد البحث.

الهدف من البرنامج:

هدف البرنامج التعليمي إلى تعلم وتطوير الأداء المهارى لبعض المهارات الهجومية، (التمرير الكرباجي من الارتكاز – التمرير الكرباجي من الحركة – التمريرة المرتدة – التصويب من الارتكاز – التصويب بالوثب العالي – التصويب بالوثب الطويل)، في كرة اليد لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية – جامعة أسيوط وذلك من خلال البرنامج الحركي المعمم.

أسس بناء البرنامج التعليمي:

أ- تحليل محتوى مقرر اساسيات كرة اليد، حيث قام الباحث باختيار بعض المهارات الهجومية في كرة اليد والتي يجد الطلاب صعوبة في تعلمها والتي يتشابه فيها الاداء الحركي .

- التمرير (التمرير الكرباجي من الارتكاز – التمرير الكرباجي من الحركة – التمريرة المرتدة).
- التصويب (التصويب من الارتكاز – التصويب بالوثب العالي – التصويب بالوثب الطويل).

ب- تحليل المراجع العلمية المتخصصة في مجال كرة اليد، ومجال التعلم الحركي، والدراسات والبحوث السابقة، للتعرف على أجزاء كل مهارة ومحتواها ومتطلباتها المتخصصة .

ج- تدرج الخطوات التعليمية والتدريبات من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب.

د- تنوع الأداء الحركي والواجبات الحركية للمهارات الهجومية قيد البحث .

هـ- التركيز على الأداء الحركي المتشابه في تعلم المهارات قيد البحث لتعميم البرنامج المقترح.

و- ملائمة محتوى الوحدات لمستوى وقدرات طلاب عينة البحث .

ز- مراعاة التكرارات المناسبة لتعلم المهارات الهجومية (قيد البحث).

ح- مراعاة عرض نموذج لكل خطوة تعليمية بالوحدات التعليمية للمهارات قيد البحث.

ط- مراعاة توافر الإمكانيات والأدوات المستخدمة لتنفيذ الوحدات .

ك- مراعات تقديم الارشادات والمعلومات لكل اداء حركي داخل البرنامج الحركي المعمم.

محتوي البرنامج المقترح:

من خلال اطلاع الباحث على ما يحتويه مقرر كرة اليد لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية – جامعة أسيوط ومن خلال اطلاع الباحث على بعض المراجع العلمية، والدراسات السابقة في مجال المناهج وطرق التدريس مثل، (1)،(8)،(11)،(16)،(18)،(20)، وأيضاً الاطلاع على المراجع العلمية، والدراسات السابقة في مجال التعلم الحركي، والتربية الحركية مثل، (2)،(3)،(4)،(9)،(21)،(37)، بالإضافة الي المراجع العلمية، والدراسات السابقة في مجال كرة اليد مثل، (5)،(7)،(17)،(19)،(29)،(30)،(39)، وتم تجميع محتوي البرنامج التعليمي والذى يتمثل في مجموعة من الوحدات التعليمية، وتم صياغة الأهداف الخاصة بكل وحدة تعلمية، بالإضافة الى الخطوات التعليمية والأداءات الحركية التي تعد قاعدة حركية عامة للبرنامج الحركي عند تنفيذ الواجبات الحركية للمهارات قيد البحث.

1- التوزيع الزمني للبرنامج التعليمي المقترح:

من خلال اطلاع الباحث على المراجع العلمية والدراسات السابقة في مجالي كرة اليد وبناء البرامج التعليمية مثل ،(17)،(20)،(27)،(31)،(33)،(34)،(39)(40)، قام الباحث بالتوزيع الزمني للبرنامج، حيث كانت مدة البرنامج التعليمي شهرين، وبلغ مجموع الوحدات

التعليمية داخل البرنامج، (16) وحدة تعليمية، (عدد (8) وحدات تعليمية لمهارة التمرير وعدد (8) وحدات تعليمية في مهارة التصويب) في كرة اليد, وبواقع وحدتين في الأسبوع يتم تدريسها للطلاب علي محاضرتين, كما مقرر في اللائحة الداخلية لكلية التربية الرياضية – جامعة اسيوط, وقد طبق على العينة الأساسية للبحث في الفترة من (يوم الأحد الموافق 2022/3/13 الي يوم الخميس الموافق 2022/5/26), مراعياً الإجازات الرسمية، ولقد اشتمل البرنامج التعليمي على عدد (16)، وحدة تعليمة، وجدول (8)،(9) يوضحان ذلك.

جدول (8)

التوزيع الزمني لبرنامج الوحدات التعليمية للمجموعات الأربعة التجريبية

م	المحتوي	العــدد
1	مدة تطبيق البرنامج التعليمي	8 أسابيع
2	عدد الوحدات التعليمية	16 وحدة
3	عدد المحاضرات في الأسبوع	2 محاضرة
4	العدد الكلي للمحاضرات	16 محاضرة
5	زمن المحاضرة	120 دقيقة

يتضح من جدول (8) أن مدة البرنامج الذي تم تنفيذه في هذه الدراسة بلغت (8) أسابيع وهي المدة المحددة لتعلم بعض المهارات الهجومية المقررة على الطلاب قيد البحث، حيث اشتملت على (16) محاضرة، بواقع محاضرتين تعليميتين أسبوعياً، على أن يكون زمن المحاضرة (120) دقيقة وفقاً للائحة الكلية.

جدول (9)

الشكل التنظيمي والتوزيع الزمني لا جزاء المحاضرة للمجموعة التجريبية

م	أجزاء المحاضرة	اجزاء الدرس	الزمن
1	الجزء التمهيدي	الإحماء والإعداد البدني	18 ق
2	الجزء الرئيسي	شرح الأداء الفني ومحتوي البرنامج	90 ق
3	الجزء الختامي	الجزء الختامي	12 ق
	المجموع		120 ق

يتضح من جدول (9) أنه تم توزيع زمن المحاضرة البالغ (120) دقيقة بواقع (18) دقيقة للإحماء، (90) دقيقة للجزء الرئيسي يشتمل علي خطوات تعليمية وتدريبات للمهارة، ثم الختام (12) دقيقة تشتمل علي أنشطة تهدئة وإصدار أحكام تقويمية سريعة علي نتائج الممارسة.

كما توصل الباحث لتوزيع المهارات الهجومية المقررة على العينة قيد البحث على محاضرات البرنامج التعليمي من خلال استمارة استطلاع رأي لبعض السادة الخبراء والبالغ عددهم (9) خبراء في مجال كرة اليد، وقد اشترط فيهم الباحث الخبرة التدريسية بحد أدنى (20) سنه في ذلك المجال، كما قام الباحث بوضع مهارات كرة اليد قيد البحث في تلك الاستمارة مرفق (4)، وعرضها على السادة الخبراء، وجدول(10) يوضح ذلك.

جدول (10)

التكرارات والنسبة المئوية لموافقة السادة الخبراء على توزيع

مهارات كرة اليد (قيد البحث) على محاضرات البرنامج التعليمي (ن=9)

م	المتغيرات	عدد المحاضرات	التكررات	النسبة المئوية
1	التمرير الكرباجي من الارتكاز	2	8	87.75
2	التمرير الكرباجي من الحركة	4	9	100
3	التمريرة المرتدة	2	7	77.78
4	التصويب من الارتكاز	2	9	100
5	التصويب بالوثب العالي	3	7	77.78
6	التصويب بالوثب الطويل	3	9	77.78

يتضح من جدول (10) أن النسبة المئوية للسادة الخبراء على عدد المحاضرات قد تراوحت بين (77.78%: 100%)، حيث تراوحت عدد المحاضرات (3-4) محاضرة حسب طبيعة كل مهارة.

الحادي عشر: الدراسة الاستطلاعية:

حرصاً من الباحث على سلامة الإجراءات الإدارية والفنية قبل وأثناء وبعد تطبيق الاختبارات، قام الباحث باختيار عدد (20) طالب من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث،

لإجراء الدراسة الاستطلاعية عليهم في الفترة من يوم الأحد الموافق 2021/2/27م إلى يوم الأثنين الموافق 2022/3/7م 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 .
- صدق وثبات الاختبارات البدنية والمهارية المختارة.
- التعرف على المشكلات التي تظهر عند التطبيق.

وبناءاً على نتائج الدراسة الاستطلاعية توصل الباحث إلى:

- صلاحية وكفاية الأدوات والأجهزة المستخدمة في الاختبارات.
- صدق وثبات الاختبارات البدنية والمهارية التي ستستخدم في البحث موضوع الدراسة.

الثاني عشر: الخطوات التنفيذية للبحث:

1- القياسات القبلية:

أجريت القياســـات القبلية في المتغيرات قيد البحث وذلك يومي الثلاثاء والاربعاء الموافق 2022/3/8م و 9 /2022/3م.

2- تجربة البحث الأساسية:

تم تطبيق البرنامج التعليمي في الفترة من يوم الأحد الموافق 2022/2/23م إلى يوم الخميس الموافق 2022/5/26م، بواقع محاضرتين أسبوعياً. وذلك من خلال تنفيذ عدد (16) وحدة تعليمية داخل البرنامج التعليمي،(عدد 8 وحدات لمهارة التمرير وعدد 8 وحدات لمهارة التصويب) وتم تطبيق البرنامج على فترتين متتاليين مباشرةً حيث تم تدريس وحدات التمرير ثم الوحدات الخاصة بمهارة التصويب, وبينهما قياسات تتبعية لمعرفة مدى انتقال اثر التعلم، حيث ان تم تطبيق الفترة الاولي وهي الخاصة بالوحدات التعليمة لمهارة التمرير للمجموعة التجريبية في الفترة من 2022/3/13الي 2022/4/14م ولمدة شـــهر, ثم تم اجراء القياســـات التتبعية يومي الأحد والأثنين الموافق 2022/4/17م و 2022/4/18م يليها مباشرةً الفترة الثانية وهي

الوحدات التعليمية الخاصـــة بمهارة التصـــويب في كرة اليد في الفترة من يوم الثلاثاء الموافق 2022/4/19م الي يوم الخميس الموافق 2022/5/26م.

3- قياس انتقال اثر التعلم داخل البرنامج التعليمي(القياسات التتبعية).

تم اجراء قياسات تتبعيه لمعرفة مدى انتقال اثر التعلم وذلك يومي الأحد والأثنين الموافق 2022/4/17م و 2022/4/18م.

5-القياسات البعدية :

بعد الانتهاء من تطبيق الوحدات التعليمية الخاصة بالتمرير والتصويب للبرنامج التعليمي تمت القياسات البعدية لجميع أفراد العينة يومي الاحد والاثنين الموافق 5/29 /2022 م و 2022/5/30م ، بنفس شروط وترتيب القياسات القبلية.

الثالث عشر: المعالجات الإحصائية المستخدمة:

بعد جمع البيانات وجدولتها تم معالجتها إحصائيا باستخدام استخدام البرنامج الإحصائي Spss (V 20) وفقا للأساليب الإحصائية التالية:

– المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، النسبة المئوية، معامل الارتباط (بيرسون)، إختبار"ت"، نسبة التحسن، تحليل التباين ذو الاتجاه الواحد، أقل فرق معنوي (L.S.D).

الرابع عشر: عرض ومناقشة النتائج :

1–الفرض الأول: توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والتتبعي للمجموعة التجريبية لصالح القياس التتبعي في مستوي اداء بعض المهارات الهجومية في كرة اليد لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية جامعة اسيوط.

جدول (11)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين

القبلي والتتبعي ونسبة التحسن للمجموعة التجريبية في المتغيرات

المهارية (قيد البحث) للوحدات التعليمية الخاصة بالتمرير في كرة اليد(ن = 20)

م	المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس التتبعي		نسبة التحسن	قيمة (ت)
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
1	التمرير والاستلام على الحائط 30 ثانية	عدد	12.22	3.24	19.65	2.01	60.63%	2.72*
2	سرعة التمرير بين لاعبين	عدد	9.11	1.64	14.36	1.15	57.62%	4.48*
3	التصويب بالوثب عالياً عدد 10 كرات يد	عدد	3.95	1.10	6.01	1.18	52.15%	5.75*
4	التصويب بالوثب الطويل من مسافة 9 امتار	عدد	3.99	1.01	6.11	0.89	53.13%	6.82*

قيمه (ت) عند مستوي دلالة(0.05)=2.09 *دال

يتضح من نتائج جدول (11) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) بين متوسطات درجات القياسين القبلي والتتبعي للمجموعة التجريبية بعد تدريس الوحدات التعليمية الخاصة بالتمرير في كرة اليد لصالح متوسط درجات القياس التتبعي كما يلي:-

- بالنسبة لاختبارات مهارة التمرير، تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (2.72: 4.48)، كما تراوحت نسب التحسن ما بين (60.63% : 57.62%).
- بالنسبة لاختبارات مهارة التصويب، تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (5.75: 6.82)، كما تراوحت نسب التحسن ما بين (52.15%: 53.13%).

ويرجع الباحث نسبة التحسن في اختبارات مهارة التمرير في كرة اليد، نتيجة للوحدات التعليمية للتمرير وما تحتويه تلك الوحدات من تنوع الأداء الحركي، والواجبات الحركية، وايضا الاعتماد على فكرة تعميم الاداء الحركي للمهارة, ادي الى تحسن الاداء المهارى في مهارة التمرير في كرة اليد لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية – جامعة أسيوط.

كما يرجع الباحث نسبة التحسن في اختبارات مهارة التصويب في كرة اليد الى انتقال اثر التعلم من مهارة التمرير الى مهارة التصويب، حيث أنه تتشابه الواجبات الحركية في التمرير والتصويب وانعكس ذلك على الاداء المهارى في مهارة التصويب في كرة اليد وهذ يدل على أن البرنامج الحركي المتبع أصبح عاما، أي يمكن تعميمه في تعلم المهارات الحركية المتشابه في الاداء الحركي، فالبرنامج الحركي عندما يوفر استجابات مشابهة يسمي برنامجاً حركياً معمماً، ولذلك عند تعميم برنامج حركي لمهارة التمرير تم نباء محتوي البرنامج التعليمي بحيث تتنوع أشكال التدريب على المهارة وتغيير ظروف أدائها.

وهذا ما أكدته ناهد عبد زيد الدليمي (2019م)، أن التعميم صفه للتعلم حيث ان هدف التعلم هو تطوير أداء حركة أو مهارة معينة، ولكن هناك فوائد أوسع منها، وهي التعميم والذي يعني "المدى الذي يمكن للتدريب على واجب معين ان يساهم في أداء واجب آخر متعلق به " (المهارات المرتبطة أو المتشابهة) مما يدل على إمكانية استخدام برنامج رمي عمومي لمجموعه من مهارات رمي متنوعة يمكن التحكم فيما بينها باختيار قيم خاصة ملائمة مثل نوع الأداة التي ترمي او مسافة الرمي أو هدف الرمي.(37: 91)

كما يتفق كلا من، محمود عبد الحليم عبد الكريم, (2015م)، وكوثر حسين كوجك, (2002م) ان استخدام البرنامج التعليمية التي تقوم على أفكار حديثة ووفقا للأساليب والاستراتيجيات العلمية الحديثة في التدريس يؤدي إلى رفع المستوى التعلم والارتقاء بالأداء المهارى، ويعمل على إزالة الشعور بالممل، والتشجيع والمكافأة والتعزيز، والمنافسة الشريفة، وعرض المادة بطريقة مشوقة.(33: 122)،(27: 176)

لذا يؤكد Magill . A. R (2004) انه عندما يتعلم الفرد مهارة حركية فان التغيرات التي تحدث في سلوك المتعلم يمكن الإفادة منها في تعلم مهارات أخرى وعلى هذا الأساس فإن

التعلم السابق سينتقل إلى التعلم الجديد وهذا ما يسمى بانتقال أثر التعلم، إذ يعد احد أسس التعلم التي بدأ البحث والدراسة فيه منذ زمن مبكر واستأثر باهتمام المعلمين وواضعي المناهج نظراً لأهميته المتمثلة في كون الفرد يستعمل نتائج تعلمه السابق في ابتكار طرائق جديدة يواجه بها المواقف الجديدة التي يتعرض لها، وانتقال التعلم من أهم أهداف المدرسة أو الجامعة بل من مبررات وجودها فليس المقصود بالتعلم الذي يكتسب في المدرسة أو الجامعة أن يكون مقتصراً بالمواقف التعليمية أو المادة الدراسية وحدها بل إنَّ هذا التعلم في شتى أشكاله سواء أكان معرفياً أم حركياً أم انفعالياً أم اجتماعياً يجري وأمامه هدف انتقال أو إعمام أو تطبيق ما تعلمه إلى مادة دراسية أخرى في الحاضر أو المستقبل أو من المدرسة والجامعة إلى الحياة.(44: 234)

كما يشير قاسم لزام صبر (2005م) إنَّ المسار الحركي المتشابه بين بعض المهارات في اللعبة الواحدة أو الألعاب المختلفة يساعد المتعلمين على استخدام برامج حركية مخزونة في الدماغ لتسهيل عملية تعلم جديدة، لذا يمكن تعليم مهارات في لعبة معينة وإتقانها وبعد ذلك يمكن استثمار هذا التعلم وانتقاله إلى مهارات جديدة ولعبة جديدة مشابهة.(21: 113)

وبذلك يتحقق الفرض الأول والذى ينص على " توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والتتبعي للمجموعة التجريبية لصالح القياس التتبعي في مستوي اداء بعض المهارات الهجومية في كرة اليد لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضـــية جامعة اسيوط".

2-الفرض الثاني : توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات درجات القياسين التتبعي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في مستوي أداء بعض المهارات الهجومية في كرة اليد لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية جامعة اسيوط.

جدول (12)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين

التتبعي والبعدي ونسبة التحسن للمجموعة التجريبية في المتغيرات

المهارية (قيد البحث) للوحدات التعليمية الخاصة بالتصويب في كرة اليد (ن = 20)

م	المتغيرات	وحدة القياس	القياس التتبعي		القياس البعدي		نسبة التحسن	قيمة (ت)
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
1	التمرير والاستلام على الحائط 30 ثانية	درجة	19.65	2.01	25.65	2.01	30.53%	3.89*
2	سرعة التمرير بين لاعبين	درجة	14.36	1.15	17.36	1.15	20.89%	3.93*
3	التصويب بالوثب عالياً عدد 10 كرات يد	درجة	6.01	1.18	8.99	1.18	49.58%	4.57*
4	التصويب بالوثب الطويل من مسافة 9 امتار	درجة	6.11	0.66	9.12	0.66	49.26%	5.65*

قيمه (ت) عند مستوي دلالة(0.05)=2.09 *دال

يتضح من نتائج جدول (12) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) بين متوسطات درجات القياسين التتبعي والبعدي للمجموعة التجريبية بعد تدريس الوحدات التعليمية لمهارة التصويب في كرة اليد، ولصالح متوسط درجات القياس البعدي، كما يلي :-

- بالنسبة لاختبارات مهارة التمرير، تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (3.89: 3.93)، كما تراوحت نسب التحسن ما بين (20.89% : 30.53%).
- بالنسبة لاختبارات مهارة التصويب، تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (4.57: 5.65)، كما تراوحت نسب التحسن ما بين (49.26%: 49.58%).

ويرجع الباحث ذلك الى البرامج الحركية المعممة التي تعتمد على تكرار الاداء على واجب حركي معين مما يجعل لدي المتعلم قاعدة حركية ذهنية يمكن استخدامها في أي موقف مشابه للأداء الحركي الذى تدرب علية, كما ان التدريب على مهارة التمرير ثم الانتقال الى تعلم مهارة التصويب وما تحتويه المهارتين من تشابه في الاداء الحركي كل ذلك ادي الى تحسن الاداء المهارى في القياسات البعدية.

كما يرجع الباحث التحسن في اختبارات مهارة التمرير علي الرغم من تدريس الوحدات الخاصة بالتصويب الي البيئة الحركية الخاصة بالتصويب، وما تمتلكه من اداءات حركية, وواجبات حركية عديده، بالإضافة الي عامل التشويق في مهارات التصويب، كل ذلك ادي الي انتقال اثر تعلم للتمرير مما ادي الى تعميم الاداء الحركي لدى طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية – جامعة أسيوط عند أداء المهارات المتشابه, مما ترتب علية تحسن في الاداء المهارى في كرة اليد.

وهذا ما اكدة مصطفي باهي، سمير جاد (2006م) أن البرنامج الحركي لكل مهارة يعتمد بالدرجة الأساس على كمية المعلومات المخزونة في الدماغ والتي يتم الحصول عليها خلال الممارسة والية استرجاعها مما يحتم تصنيف هذه المعلومات المخزونة لكي تسهل عملية استدعائها او استرجاعها عند الحاجة إليها.(34: 125)

كما يذكر سامي محمد ملحم (2006م) أن بناء التصور الحركي السليم داخل خطة التعلم يتطلب أن يستخدم المعلم التدريبات المتنوعة كمثيرات تعليمية يتم تخزينها في الذاكرة ، ومن ثم استرجاعها عند الأداء الحركي.(11: 163)

فإن تشابه محتويات المادة أو المهارة الأولى وعناصرها مع محتويات المادة أو المهارة الثانية وعناصرها، وكذلك تشابه مبادئ التعلم يعد شروط لانتقال اثر التعلم والتدريب، زيادة على الصفات الذاتية للمتعلم والتي تؤثر في عملية انتقال اثر التعلم، ومنها الذكاء، وكذلك قدرة المتعلم على إدراك المبادئ المتعلمة في موقف معين، ليطبقها في مواقف أخرى.(41: 271)

ويعتبر انتقال أثر التعلم من أهم الأهداف التي تسعى إليها العملية التعليمية منذ زمن بعيد، ولكن ربما يكون غائبا عن الأذهان أننا نلمسه واقعا في حياتنا العملية، فما يتعلمه الطلبة

في المدارس والكليات والجامعات لابد أن ينتقل أثره إلى خارج هذه الأماكن، وكذلك ما يتعلمه الفرد داخل النشاط الرياضي لابد وان ينتقل اثرة الى تعلم نشاط اخر.(3: 231)

ويذكر أحمد امين فوزي (2002م) أن تأثير الممارسة السابقة لمهارات حركية أو مفاهيم مكتسبة يؤثر على تعلم مهارات حركية جديدة، حيث تعتمد الكفاءة في التعلم على السرعة في استخدام المهارات التعليمية السابقة وتطبيقها عن اكتساب المهارات الجديدة.(2: 94)

كما يشير سعودي عامر أحمد (2018م) إلى موضوع انتقال أثر التعلم موضحاً "أنه تستند أنواع التعلم جميعها تقريباً على مفهوم الانتقال، ويعني المفهوم الضمني له حدوث تأثيرات مهمة تم تعلمها سابقاً على مهمة أخرى يراد تعلمها، وإنَّ آثار التمرين على الانتقال هي ليست للاستخدام الحالي فقط بل كذلك للتطبيقات المستقبلية، والشيء الذي نتأمله من الانتقال هو إن ما تم تعلمه في إطار حالة ما بالإمكان ترحيله إلى حالة أخرى.(12: 103)

وهذا ما أكدة وجية محجوب (2002) أنه يجب الاستفادة من هذه الخاصية في ما بين المهارات الحركية المتشابهة، حيث أن انتقال أثر التعلم من أكثر المواضيع أهمية في عملية التعلم الحركي، فجميع عمليات التعلم الحركي تتأثر بالانتقال سواء السلبى أو الإيجابي، كما أن انتقال اثر التعلم يعد من الأمور ذات الأهمية في مجال التعليم والتعلم الحركي، اذ لولا خاصية انتقال أثر التعلم لأصبح لزاما على كل متعلم أن يتعلم كل ما يحتاجه من استجابات خاصة لكل موقف تعليمي.(38: 68)

وبذلك يتحقق الفرض الثاني والذى ينص على "توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات درجات القياسين التتبعي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في مستوي أداء بعض المهارات الهجومية في كرة اليد لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية – جامعة اسيوط.

3-الفرض الثالث: توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في مستوي أداء بعض المهارات الهجومية في كرة اليد لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية – جامعة اسيوط.

جدول (13)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين
القبلي والبعدي ونسبة التحسن للمجموعة التجريبية في
المتغيرات المهارية (قيد البحث) للبرنامج التعليمي المقترح في كرة اليد (ن = 20)

م	المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		نسبة التحسن	قيمة (ت)
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
1	التمرير والاستلام على الحائط 30 ثانية	عدد	12.22	3.24	25.65	2.01	109.%90	9.21*
2	سرعة التمرير بين لاعبين	عدد	9.11	1.64	17.36	1.15	90.5%5	8.99*
3	التصويب بالوثب عالياً عدد 10 كرات يد	عدد	3.95	1.10	8.99	1.18	127.%59	7.76*
4	التصويب بالوثب الطويل من مسافة 9 امتار	عدد	3.99	1.01	9.12	0.66	128.%57	6.99*

قيمه (ت) عند مستوي دلالة(0.05)=2.09 *دال

يتضح من نتائج جدول (13) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية للبرنامج التعليمي المقترح في المتغيرات المهارية قيد البحث في كرة اليد، لصالح متوسط درجات القياس البعدي، حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (7.76: 9.21)، كما تراوحت نسب التحسن ما بين (90.55% : 128.57%).

ويرجع الباحث ذلك الى التنوع في البرامج التعليمية الخاصة بالتمرير ثم التصويب وهذا يجعل الطلاب في حالة شدة من الانتباه والتركيز والسيطرة وتهيئة برامج حركية سريعة لغرض مواجهة، تغير المواقف في أثناء الأداء، وكذلك يفيد في جعل المتعلم إيجابياً في عملية التعلم حيث يخزن خبرات سابقة للأداء خلال فترة زمنية قصيرة بحيث يصبح الهدف من المهارة اكثر وضوحاً لدى المتعلم.

ويتفق ذلك مع عدنان عاطف مصلح (2009م) حيث ذكر أن من العوامل المؤثرة 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 الاداء الحركي بشكل محدد وعاجل مركزاً في ذلك على المهارة المقدمة للطلاب والتي يتم التدريب عليها. (16: 32)

ويتفق ذلك مع ما ذكره كل من كمال سليمان حسن (2007م)، ومنير جرجس (2004م) أن التدريبات التطبيقية ذخيرة المدرب وهي عصب اللعبة ووسيلة المدرب أو المدرس عند تطبيقي واجبات الأداء المهارى، ويجب على المدرب أن تكون لديه القدرة على الابتكار وخلق تدريبات تخدم الأغراض المختلفة، حيث يقاس ثقل المدرب بما لديه من تدريبات حتى لا يمل المتعلم نتيجة دوام استخدام التدريبات التقليدية المعروفة.(23: 46)،(36: 217)

ويذكر عبد الله عصام الدين، أحمد ابراهيم (2016م) ان عند اعداد برنامج تعليمي او حركي لنوع معين من المعلومات الذي يخزن في الذاكرة، فان نمطا حركيا خاصا بذلك البرنامج سوف يتكون لدى المتعلمين يمكن استرجاعه عند الاداء الحركي والمهارى للمهارات المشابه للمهارات التي تدرب عليها وبالتالي تكونت فكرة عمومية البرنامج الحركي .(15: 119)

فالبرنامج الحركي المعمم يعد كونه أشكالاً مركبةً مخزونةً يسمح للمؤدي تعديل الحركة التي يؤديها لأجل أن تتماشى مع المتطلبات البيئية المتغيرة.(40: 74)

ويرى الباحث أن فكرة تعميم البرنامج الحركي لمهارة معينة يمكن أن تتطور من خلال تعدد الأشكال الحركية للمهارة الواحدة والتي تحتاج من القائم بالتدريس التنوع في اعطاء الواجبات الحركية والتدريبات بعدد غير محدود من الاستجابات الحركية مع التغيير المستمر في ظروف الأداء المهارى للمهارات المختلفة، وفي ظروف بيئية متغيرة وكذلك الممارسة والتكرارات المدعومة بالتدريبات الحركية المتنوعة والموجهة، وبالتالي يكون أداء المهارات بشكل أكثر دقة وإتقان وكذلك استرجاع الاستجابات التي تم تخزينها في مواقف تعليمية متشابهة.

وهذا الذي أكده يعرب خيون (2010م) بقوله " إن التعميم هو ظاهرة تعبر عن تكامل وتفاوت بين الأنماط الحركية في واجبات أكثر اتساعا وتعميما.(41: 248)

وبذلك يتحقق الفرض الثالث والذى ينص على "توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في مستوي أداء بعض المهارات الهجومية في كرة اليد لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية جامعة اسيوط

الخامس عشر: الاستنتاجات:

1- للبرنامج التعليمي المقترح تأثير إيجابي في تعلم مهارتي التمرير والتصويب لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية – جامعة اسيوط.

2- يوجد انتقال اثر تعلم واضح من مهارة التمرير الي مهارة التصويب مما ادي الي سرعة التعلم وتحسين الاداء المهارى .

3- استخدام البرنامج الحركي المعمم لمهارتي التمرير والتصويب ادي الى تحسن الاداء المهارى بشكل كبير.

4- إن لمبدأ تعميم البرامج الحركية صفة تعلمية مؤثرة في عملية بناء البرامج التعليمية الفعالة.

السادس عشر: التوصيات:

1- استخدام البرنامج التعليمي المعمم لمهارتي التمرير والتصويب من المدربين والقائمين بعملية التدريس في تعلم مهارات كرة اليد.

2- الاعتماد على تعميم البرامج الحركية وانتقال اثر التعلم في عملية بناء البرامج التعليمية للمهارات الحركية المختلفة.

3- البحث عن وسائل فعالة جديدة تساعد في تعميم البرامج الحركية وانتقال اثر التعلم وتطبيقها في برامج تعليمية اخرى بكرة اليد وربما لمهارات اخرى.

4- إجراء بحوث مشابهة لبناء برامج تعليمية معممه لتعلم مهارات كرة اليد لجميع الفئات العمرية.

5- إجراء بحوث مشابهة على الألعاب الأخرى والمقررات الدراسية الأخري.

المراجـــــــــــــع

أولا: المراجع العربية

1- أبو النجا عز الدين: التربية العملية واساليب التدريس، دار حراء، المنيا، 2004م.

2- أحمد أمين فوزى: سيكولوجية التعلم الحركي في المجال الرياضي. منشأة دار المعارف. مصر. 2002م.

3- أراز محمد نوري: التعليم الإلكتروني في التعلم المهارى والمعرفي والنقل التبادلي لبعض مهارات كرة اليد. مؤسسة عالم الرياضة للنشر، القاهرة. 2018م.

4- إسماعيل قاسم جميل: تأثير تمرين اليد غير المفضلة في تفعيل البرنامج الحركية لتطوير دقة الرمي لليد المفضلة وغير المفضلة . رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد. 2003م.

5- أشرف كامل : تعليم المبتدئين وتدريب الناشئين في كرة اليد، عالم الرياضة للنشر والتوزيع الإسكندرية. 2020م.

6- بركات نصر الدين: أثر برنامج تعليمي مبني على الألعاب الشبه رياضية المتنوعة وغير المتنوعة في تحسين بعض المهارات الأساسية في رياضة كرة اليد. مجلة الابداع الرياضي. مجلد رقم 9. جامعة بوضياف. 2018م.

7- جلال كمال سالم: كرة اليد الحديثة ، مطبعة الإسراء، ط 6 بورسعيد 2006م.

8- حسن شحاتة احمد: المناهج الدراسية بين النظرية والتطبيق، مكتبة الدار العربية للكتاب، القاهرة، 2007م.

9- خالد بن سالم: انتقال اثر التعلم من تعلم بعض مهارات التمرير الي مهارة التصويب في كرة السله عند لاعبين من الفئة العمريه (13_15) ذكور، رسالة ماجستير، جامعة كربلاء، 2017م.

10- خالد جمال السيد: كرة اليد الخطط الهجومية والدفاعية. دار الفكر العربي للنشر. مصر. 2014م.

11- سامي محمد ملحم: سيكولوجية التعلم والتعليم – الأسس النظرية والتطبيقية ، ط1 ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، عمان 2006م.
12- سعودي عامر أحمد: التحكم و التعلم الحركي ، دار رضوان للنشر والتوزيع ، عمان الاردن 2018م.
13- عادل فاضل: التعلم والتعلم الحركي المفهوم والأهداف ، مقالة منشورة على موقع الأكاديمية الرياضية العراقية الالكترونية ، بغداد ، 2005 م .
14- عبد الله حسين اللامي: أساسيات التعلم الحركي. ط1، الديوانية: مجموعة مؤيد الفنية للطبع والتوزيع، 2006م.
15- عبد الله عصام الدين. أحمد إبراهيم: أسس وطبيعة المهارات الحركية ، مركز الكتاب الحديث ، القاهرة .2016م.
16- عدنان عارف مصلح: التربية في رياض الأطفال، ط2، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، الأردن 2009م.
17- علي هاني محمد فتحي. السعيد ريحاب فراج: " تأثير برنامج تعليمي باستخدام القصص الحركية على بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لتلاميذ المرحلة الابتدائية من "6-9" سنوات ". المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة. العدد ٢٨. كلية التربية الرياضية – جامعة المنصورة. 2017م.
18- عماد عبد الرحيم الزغلول: مبادئ علم النفس التربوي .ط1، دار المسيرة عمان 2009م
19- فتحي أحمد هادي: التدريس العلمي الحديث في رياضة كرة اليد .(التدريب – النظريات – التطبيق – الطرق – الوسائل – الفسيولوجيا – إنتاج الطاقة – التخطيط)، مؤسسة حورس الدولية، الإسكندرية 2010م.
20- فخر الدين العلا: طرائق التدريس العام في عصر المعلومات، دار الكتاب الجامعي، 2006م.
21- قاسم لزام صبر: موضوعات في التعلم الحركي. بغداد ، 2005م.

22- كامل عبد المجيد قنصوه، عاصم صابر راشد، ليلي عبد العزيز زهران: التربية الحركية، المقومات النظرية والتطبيقية، دار زهران، للنشر 2012م.

23- كمال سليمان حسن: أداء وتعليم كرة اليد وتطبيقاتها، شركة دار العلم للنشر والتوزيع، الكويت،2007م.

24- كمال سليمان حسن علي، مصطفي أحمد عبد الوهاب: الشامل في تدريس كرة اليد، مركز الكتاب للنشر ،ط3. 2017م.

25- كمال عبد الحميد، محمد صبحي حسانين: رباعيات كرة اليد الحديثة ، جـ4 ، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2002م.

26- كمال عبدالرحمن درويش، قدري سيد مرسي، عماد الدين عباس أبو زيد: القياس والتقويم وتحليل المباريات في كرة اليد، مركز الكتاب للنشر، القاهرة،2002م.

27- كوثر حسين كوجك: اتجاهات حديثة في المناهج وطرق التدريس، عالم الكتب، القاهرة، 2002م.

28- محمد ابراهيم أبو عاصي. مدحت قاسم : كرة اليد (قانون – تعليم – تدريب). العبير للتجارة. 2001م.

29- محمد توفيق الوليلي: كرة اليد " تعليم – تدريب – تكنيك " ، القاهرة ، 2002م.

30- محمد حسن علاوي، كمال عبد الحميد: الممارسة التطبيقية لكرة اليد، دار الفكر العربي، القاهرة، 2005م.

31- محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان: الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة 2003م.

32- محمد فوزي عبد الشكور، محمد السيد محمد حلمي: أسس ونظريات التعلم الحركي، ط1 ، القاهرة، 2003م.

33- محمود عبد الحليم عبد الكريم "منظومة الرياضة المدرسية"، دار الفكر العربي، القاهرة 2015 .م.

34- مصطفي باهي ، سمير جاد . سيكولوجية الأداء الرياضي نظريات وتحليلات وتطبيقات، ط1، القاهرة، المكتبة الانجلو مصرية، 2006م.

35- منار صبري إبراهيم: تأثير برنامج أنشطة حركية على بعض المهارات الأساسية والعادات الصحية لدى أطفال ما قبل المدرسة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا 2017م.

36- منير جرجس إبراهيم: كرة اليد للجميع (التدريب الشامل والتميز المهارى)، دار الفكر العربي، القاهرة، 2004م.

37- ناهدة عبد زيد الدليمى: مختارات في التعلم الحركي . ط5 . وزارة التعليم العالي والبحث العلمي. الدار المنهجية للنشر والتوزيع. العراق. 2019م.

38- وجيه محجوب: التعلم والتعليم والبرامج الحركية. دار الفكر للنشر والتوزيع. عمان. الشروق، 2002م.

39- وسام صلاح عبد الحسين: تأثير تمرينات فوق التعلم لتعميم البرنامج الحركي في تطوير دقة بعض المهارات الأساسية للشباب بالريشة الطائرة" جامعه كربلاء- كليه التربية الرياضية . 2014م.

40- وسام صلاح عبد الحسين. سامر يوسف متعب: التعلم الحركي وتطبيقاته في التربية البدنية والرياضية. دار الكتب العلمية. العراق. 2013م.

41- يعرب خيون: التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق، ط2، المكتبة الرياضية الشاملة للطباعة، بغداد، 2010م.

ثانيا: المراجع الأجنبية

42- **Falkenberg .G. Schirwitz. B: Kommunaler Arbeitskreis. Bewegungerziehung und Grundschulsport. In Pfeifer & Wolff. (Hrsg) partner fur eine bewegte Kindheit. Pohl-Verlag2003.**

43- Jennes. Marcel: Bewegung im Allteg von kindern; eine Tagesverlaufstudie. Diplomarbeit. Deutsche Sporthochschule Kolon2002.
44- Magill .A. R.: Motor learning and control. Concepts and application. 7th ed.. Boston. Mc-Graw Hill. 2004.
45- Schmidt A. Timothy D.Lee: motor control and learning. 4th Ed Human Kinetics. 2005.