

تأثير التغذية الراجعة علي مستوي تعلم بعض المهارات الحركية في رياضة المصارعة

* دكتور أحمد محمد السنتريسي

مقدمة :

ظهرت فكرة التغذية الراجعة Feed Back علي يد الانجليزي "همفري بوتر" نحو فتح وغلق صمامات ماكينة تعمل بالبخار وتستخدم في رفع الماء من أحد المناجم بإنجلترا، ففكر في ربط صمامات الآلة بذراع المكبس عن طريق خيوط فأصبحت الصمامات تفتح وتغلق مع حركة المكبس للأمام وللخلف، ومن هنا نشأت فكرة التغذية الرجعية أو المرتدة (٧١:١١). ويستخدم مصطلح التغذية الرجعية في نظرية الضبط الذاتي للمسارك لوصف نوع من التفاعل المتبادل بين نوعين أو أكثر من الأحداث، حيث يستطيع حدث معين أن يبعث نشاطا ثانويا لاحقا كمثير انبعث من استجابة بحيث يؤثر بدوره بطريقة مرتدة (بأثر رجعي) علي النشاط أو الاستجابة السابقة في شكلها الجديد فيعيد توجيهها اذا كانت قد حادت عن الهدف. ويمكن تحديد ثلاثة وظائف رئيسة للتغذية الرجعية في مجال التعليم وهي: إحداث حركة أو سلوك في إتجاه هدف معين أو في طريق محدد، ومقارنة آثار هذه الحركة أو السلوك بالاتجاه الصحيح للأداء وتعين الخطأ، واستخدام اشارة الخطأ السابقة لامادة توجيه السلوك (٤:٢٨٩-٣٩٠). وعلي ذلك يمكن القول أن

٨ استاذ مساعد بكلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة - جامعة حلوان

التغذية الرجعية عبارة عن عملية تقويم الفرد لسلوكه وأدائه ومحاولة تصحيح هذا السلوك (٤.٥:٢).

ويميل كل من "ثورنديك ، سكينر Thorndike, Skinner Hull" الي أن معرفة المتعلم لنتائج التعلم تعتبر تعزيزا أو دافعية جديدة للسلوك، فهم يميلون الي ارجاع آثار التغذية الرجعية الي التعزيز، فالفرد يشيع عن طريق الاستجابات الصحيحة والدافع الي المعرفة، والدافع نحو تحسين الذات التي تدفع الي استجابات جديدة.

ويوضح جودث رنك Judith Rink أن التغذية الرجعية تمثل مؤشرا أوليا للتعزيز وذلك من وجهة نظر السلوكيين، حيث تنال مكافأة ايجابية لنتائج الاستجابة الصحيحة والتي تعمل علي ارتفاع وتنمية السلوك والمحافظة عليه، في حين نقص وانخفاض السلوك يكون مرده للاستجابة الخاطئة، وبذلك تستخدم التغذية الرجعية كمصدرا للمعلومات المتعلقة بالأداء أو نتائج الأداء. وبذا تمثل التغذية الرجعية المعلومات الحسية التي يستقبلها الفرد وفقا لاستجاباته، كما تساهم التغذية الرجعية في وظيفة الدافعية نحو زيادة مستوي دافعية المتعلم وبدونها يفقد المتعلم القابلية نحو امكانية استكمال عملية التعلم. كما يؤكد جودث رنك Judith Rink الي أن التغذية الرجعية إما أن تكون خارجية حيث تمثل تغذية رجعية اضافية يقدمها مصدر خارجي وإما أن تكون وسيلة سمعية بصرية أو بصرية أو سمعية أو مدرب أو مدرس (٣٤:١٩-٣٥).

ويري سميث Smith أن المثيرات المنبعثة من التغذية الرجعية تعتبر دافعا للتعلم وأنه لا يشترط أن يحدث للفرد حالة عدم توازن لكي يحدث النشاط فيحدث التعلم، فالتوجيهات التي تحملها أجهزة الحس تكون بمثابة مثيرات أو دوافع جديدة تبعث علي النشاط أو الاستجابة ويكون مصدرها التحكم الذاتي الصادر عن التغذية الرجعية، حيث تقدم التغذية الرجعية للمتعلم معلومات ديناميكية بصورة مستمرة ولذا فإن تأجيل هذه المعلومات بأقل جزء من الثانية يفسد ترتيب وتتابع الحركة ويقلل من دقتها (٤.١:٤).

ويشير "دافيز Davis" ١٩٧٤ أن التغذية الرجعية لها أكبر الأثر نحو توجيه المتعلم ، حيث تمكن الشخص من مقارنة أدائه بالمستوي المطلوب تحقيقه ومعرفة أخطائه، وأن تقدم التغذية الرجعية بالاسلوب المناسب للمهارة المتقلمة (٢٩:٣١-٣١).

وتلعب التغذية الراجعة دورا هاما وأساسيا بالنسبة لاسترجاع تعلم المهارات الحركية حيث تمثل عملية الاسترجاع اختبار لمدي ما تعلمه الافراد من مادة التعلم ففي عملية الاسترجاع تحدث تغذية راجعة بالنسبة للمحاولات التالية لعملية

الاسترجاع، حيث تعتبر التغذية الراجعة عاملاً من عوامل التعلم بالنسبة للمهارية الحركية ككل وليس لبعض أجزاء منها حيث تظهر الارتباطات الصحيحة في التعلم الذي حدث بوضوح ونظام ولهذا فالتغذية الراجعة لها أهمية قصوي حيث تساهم في تعلم المهارات الحركية ومن ثم فهي ضرورية في مراحل التعليم المبكر للمبتدئين.

ويؤكد محمد حسن علاوي أنه يجب مواجهة الأداء الخاطئ بالأداء الصحيح وذلك عن طريق إعادة عرض النموذج الصحيح للمهارة الحركية لأحد اللاعبين عقب الأداء الخاطئ (١٣:٢٢٧). كما يشير محمد حسن علاوي الي أن التعلم الحركي في الأنشطة الرياضية هو الاكساب والتطوير والتثبيت والاستخدام والاحتفاظ بالمهارات الحركية والذي يرتبط بالتطوير العام للشخصية الانسانية ويحدث بصفة خاصة بارتباطه مع اكتساب المعارف وتطوير القدرات التوافقية والبدنية واكتساب الخصائص السلوكية ، فضلا عن الدافعية، والنضج، وانتقال أثر التدريب، والتكرار (١٤:٣٣٦).

وتعتبر رياضة المصارعة من الرياضات التي تتسم بكثرة وتعدد مهاراتها سواء من وضعي الصراع عاليا وأرضا أو المسكات وكيفية التخلص منها وأيضا الحركات المختلفة وطرق دفاعها وهجومها المضاد، معتمدا في تعلمها علي أسس ومبادئ التعلم الحركي حيث تعتبر الوسيلة التعليمية التي تعتمد علي حاستي الابصار والسمع ، والمساعدات التطبيقية من الأمور الهامة والضرورية لخلق التصور الصحيح للتسلسل الحركي لأداء المتعلم لحركات المصارعة والتدريب عليها واتقانها والتصاق تلك الحركات المرئية وتُرسيتها في ذهن المصارع نتيجة مشاهداتها عن طريق تلك المساعدات المرئية كعرض فيديو تعليمي أو أفلام سينمائية تعليمية بطيئة أو سريعة أو عن طريق الفانوس السحري أو الرسومات واللوحات الي غير ذلك من الوسائل التي تساهم في توضيح النموذج وتصحيح الأخطاء، وتتيح للمبتدئين الفرصة لمناقشة نواحي القوة والضعف في ادائهم فضلا عن اتاحة الفرصة لهم لمقارنة ادائهم في المواقف المتتالية، وتحقيق أقصى فائدة نحو اكساب المصارعين فنية أداء المهارات الحركية في كل من عمليتي التعلم والتدريب، كما تساهم أيضا في الاعداد للمسابقات أو في تجهيز مناورات وخطط وتوقعات معينة يمكن تنفيذها واخراجها في الوقت المناسب، وهذا يعتمد علي سلامة الجهازين العصبي والعضلي لكي يتمكن المصارع من أداء الحركات بتوافق وبطريقة صحيحة من أجل تحقيق الأداء الأمثل. كما أن التغير في كمية معلومات التغذية الرجعية للمصارع ومقدارها ودقتها يصاحبه تغير في كفاية التعلم وسرعته، حيث أن السرعة في تقديم معلومات التغذية الراجعة يساعد علي التقوية المباشرة الصحيحة بينما ارجائها يعطل سرعة التعلم. وعليه تلعب تلك الوسائل دورا هاما

وحيويا في تنمية القدرة علي التعلم حيث تعتبر وسيلة هامة للادراك الحسي،
لنفس الخبرات سواء كانت هذه الوسيلة بصرية أو سمعية أو تطبيقية وذلك
بغرض تحسين وتنمية طرق التعلم وتطويرها.

"ويشير أحمد خيرى كاظم وجابر عبد الحميد جابر: الي أن التعلم عن طريق
الخبرات الحسية المباشرة هو أفضل أنواع التعلم، اذ يهدف الي تكوين الادراك
الواضح السليم للمهارة المطلوبة وذلك بتهيئة واستخدام أكبر عدد من الحواس"
(١٦:١-١٨).

في ضوء ما تقدم تبدو ضرورة الدراسة الحالية والحاجة اليها كمحاولة علمية
من قبل الباحث، حيث لاحظ أنه رغم التطور التكنولوجي الهائل والمتقدم في
المجال التقني وفي مجال البحوث والدراسات التربوية وعلم التدريب الا أن تعليم
وتدريب المصارعين ما زال يعتمد علي الطريقة التقليدية من جانب المدرب
والمستند علي المعرفة الجزئية في اعداد المصارعين، بالاضافة لكثرة أخطاء
المصارعين رغم فورهم في المباريات بصرف النظر عن النواحي الفنية
والتكتيكية، كذلك لم تنل رياضة المصارعة حقا نحو اهتمام كثير من الباحثين
علي مدى تأثير التغذية الراجعة علي مستوي تعلم بعض المهارات الحركية في
رياضة المصارعة.

أهداف البحث :

تهدف هذه الدراسة الي :-

١- التعرف علي مدى تأثير التغذية الراجعة باستخدام طريقة شرائط الفيديو
التعليمية، وطريقة عرض الصور الثابتة، والطريقة التقليدية مع شرح المدرب
لكل طريقة علي مستوي تعلم بعض المهارات الحركية لاعبي المصارعة.

٢- التعرف علي أي الوسائل التعليمية المستخدمة أكثر فعالية في تعلم بعض
المهارات الحركية للاعبي المصارعة.

فروض البحث :

١- تؤثر التغذية الراجعة لكل من طريقتي شرائط الفيديو التعليمية، وعرض
الصور الثابتة تأثيرا ايجابيا علي مستوي تعلم بعض المهارات الحركية للاعبي
المصارعة بدرجة أكبر من الطريقة التقليدية.

٢- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين طريقة شرائط الفيديو التعليمية،
وطريقة عرض الصور الثابتة، والطريقة التقليدية في درجات أداء المهارات

الحركية للاعب المصارعة لصالح طريقة شرائط الفيديو التعليمية.

الدراسات السابقة :

* تشير نبيلة أحمد عبد الرحمن ١٩٧٨ في دراستها علي طالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالاسكندرية والتي تهدف الي التعرف علي استخدام وسائل الايضاح في رفع مستوي الأداء لرمي القرص، وقسمت عينة البحث الي مجموعتين احدهما تجريبية تستخدم الوسائل السمعية والبصرية، والثانية ضابطة تتبع الاسلوب التقليدي. ومن أبرز نتائج هذه الدراسة تأثير وفعالية الوسائل السمعية والبصرية في رفع وتحسين مستوي الاداء في رمي القرص (١٦).

* أما شيماء الليثي ١٩٧٩ فقد أجرت دراسة علي طالبات الصف الأول بكلية التربية الرياضية للبنات بالاسكندرية يهدف التعرف علي تأثير الوسائل التعليمية علي تعلم سباحة الصدر، حيث بلغت العينة ٦٠ طالبة تم تقسيمهن لثلاثة مجموعات تستخدم المجموعة التجريبية الاولي الأفلام المتحركة، بينما تستخدم المجموعة التجريبية الثانية الصور الثابتة، في حين تتبع المجموعة الثالثة (الضابطة) الطريقة التقليدية بدون وسائل. ومن أهم نتائج هذه الدراسة أن المجموعة التجريبية التي استخدمت طريقة الصور الثابتة أظهرت أفضل أسلوب تعليمي عن المجموعة التي اتبعت الطريقة التقليدية (٦).

* وقامت فتحية طه الشلقامي، عصمت محمد سعيد ١٩٨٠ بدراسة علي طالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة بهدف التعرف علي أثر التغذية الرجعية علي رفع مستوي الاداء في رياضة المبارزة باستخدام المرايا لكل من مهارتي وضع الاستعداد والظعن. وقد أظهرت نتائج هذه الدراسة أن التغذية الرجعية السمعية البصرية لها تأثير ايجابي في تحسن مستوي الاداء لمهارتي وضع الاستعداد والظعن في رياضة المبارزة (١٠).

* كما قامت كل من كاميليا حسني، عواطف عبد الهادي ١٩٨٢ بدراسة علي عينة من طالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالاسكندرية، تهدف الي معرفة النتائج كتغذية مرتدة فورية في تدريس التمرينات وأثره علي مستوي الأداء المهاري. ومن أهم هذه الدراسة أن تزويد المتعلم بمعرفة النتائج كتغذية مرتدة لتقويم الأداء المهاري في التمرينات للمجموعة التجريبية من أفضل أساليب التدريس، ولم يظهر تحسن في الأداء المهاري للمجموعة الضابطة وذلك لعدم امدادها بنتائج أدائها كتغذية مرتدة فورية (١٢: ٨١-٨٢٢).

* وأجري عثمان رفعت ١٩٨٢ دراسة للتعرف علي أثر استخدام نظام البرمجة

في تنمية اللياقة البدنية وذلك من خلال اعداد وحدة مبرمجة خاصة بتنمية مكونات اللياقة البدنية، وايضا وحدة تدريبية خاصة بالطريقة التقليدية. ومن أبرز نتائج هذه الدراسة أن طريقة التعليم المبرمج (الكتاب المبرمج) أفضل من الطريقة التقليدية بالنسبة لتنمية وتطوير مكونات اللياقة البدنية (٨).

* وقامت كل من سعاد جبر ، نادية سلطان ١٩٨٢ بدراسة تهدف الي التعرف علي أثر استخدام بعض الوسائل التعليمية في تعلم تصويبة الكتف من الثبات في كرة اليد، واشتملت العينة علي ٥٧ طالبة من طالبات الصف الثاني بكلية التربية الرياضية للبنات بالاسكندرية وقسمت العينة لثلاث مجموعات قوام كل منها ١٩ طالبة. وقد أظهرت نتائج هذه الدراسة تفوق مجموعتي شرائط الفيديو، وعرض الصور الثابتة (٥:٢٢٩-٣٥٨).

* وقد أجري عادل فوزي جمال ١٩٨٢ دراسة بهدف معرفة أثر استخدام التصحيح كمعرفة فورية للاخطاء علي تحسين مستوي الاداء المهاري في كرة الماء، واختيرت عينة البحث من طلاب كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة تخصص سباحة وفريق جامعة حلوان لكرة الماء حيث بلغت ٢٦ طالبا، قسمت الي مجموعتين : المجموعة الأولى تجريبية وعددها ١٣ طالبا وتم تدريبهم بتصحيح الأخطاء والمباريات التصحيحية، والمجموعة الثانية ضابطة وعددها ١٣ طالبا وتم تدريبهم بالطريقة التقليدية المتبعة في تدريبهم. وقد أسفرت نتائج هذه الدراسة : أن من أفضل أساليب التدريب في كرة الماء ارشاد المتعلم بالأخطاء والتصحيح كمعرفة فورية لتقويم مستوي الأداء المهاري، بينما لم يظهر تحسن في الأداء المهاري للمجموعة الضابطة التي تتبع الطريقة التقليدية بالمستوي المطلوب نتيجة لعدم امدادها بتصحيح الأخطاء (٧:٤٥٤-٤٦٨).

* وتمكن حلمي لطفي الجمل ١٩٨٦ من اجراء دراسة تهدف الي التعرف علي مدى فاعلية كل من طريق البرمجة مع المدرب، وطريقة البرمجة فقط، والطريقة التقليدية علي تعلم بعض المهارات الفنية في رياضة المصارعة، وبلغت العينة ٢٠ فردا مبتدئا من اللاعبين المصارعين المتضمنين لمركز تدريب المصارعة للناشئين بمحافظة الغربية حيث بلغت متوسط أعمارهم ١٢ عاما وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية التطبيقية من المجتمع الكلي لمركز تدريب الناشئين، حيث قسمت العينة لثلاث مجموعات متساوية في العدد، وقد اشتملت مهارات المصارعة علي حركتين من وضع الصراع عاليا (الذراع والرقبة مع دوران الوسط، والذراع الواحد والبرم)، وحركتين من وضع الصراع أرضا (لم الذراع الواحد بالذراعين، ومسكة الرأس الجانبية). وقد أظهرت نتائج هذه الدراسة أن طريقة التعلم من خلال البرمجة مع المدرب كانت أفضل في تعلم مهارات المصارعة للمبتدئين (٣:٥٩-٧١).

* كما قام غازي السيد يوسف ١٩٩٠ بإجراء دراسة علي طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية للبنين بالزقازيق حيث بلغ عددهم ١٢٠ طالبا بهدف التعرف علي تأثير التغذية الرجعية البصرية السمعية في سرعة واتقان بعض المهارات الحركية في كرة القدم بالمقارنة بالطريقة التقليدية في التعلم. وقد أظهرت نتائج هذه الدراسة إرتفاع معدل تأثير مجموعة التغذية الرجعية البصرية السمعية في عملية التعلم عن باقي المجموعات الأخرى، كذلك عدم فاعلية الطريقة التقليدية المستخدمة في عملية تعليم المهارات الأساسية في كرة القدم (١٢٧:٩-١٤٣).

ويعقب الباحث بوجهة نظره تجاه تلك الدراسات بأنها أظهرت ارتفاع معدل تأثير فاعلية التغذية الرجعية السمعية البصرية في تحسين مستوى الأداء المهاري، وارشاد المتعلم بالأخطاء وتصحيحها كمعرفة فورية، وأنها أفضل أسلوب تعليمي لاسترجاع تعلم المهارات الحركية، وأنها عملية تقويم أداء الفرد وسلوكه ومحاولة تصحيح هذا الأداء والسلوك.

إجراءات البحث:

منهج البحث :

تتطلب منهجية الدراسة الحالية اتباع المنهج التجريبي باستخدام مجموعتين تجريبيتين ومجموعة ضابطة لبيان تأثير التغذية الراجعة باستخدام طريقة شرائط الفيديو التعليمية لمهارتي المصارعة (قيد الدراسة) مع شرح المدرب للمجموعة التجريبية الأولي، وطريقة عرض الصور الثابتة لنفس مهارتي المصارعة مع شرح المدرب وذلك للمجموعة التجريبية الثانية، في حين تتبع المجموعة الضابطة الطريقة التقليدية لشرح المدرب وبدون تغذية راجعة في عملية التعلم لنفس مهارتي المصارعة (قيد الدراسة).

عينة البحث :

أجريت هذه الدراسة علي عينة من لاعبي المصارعة للمرحلة الثالثة فوق ١٤ سنة حتي ١٦ سنة بأندية محافظة الجيزة حيث تتراوح أعمارهم بين ١٤-١٦ سنة بمتوسط قدرة ١٥,٣٥ وانحراف معياري (- ٠,٥٧٤)، وتم إختيارهم بالطريقة العمدية وقد بلغ عددهم ٤٥ مصارعا ليس لديهم خبرة سابقة بالمهارات المتعلمة (قيد الدراسة حيث تعتبر مهارات جديدة لم يسبق لهم تعلمها. وقسمت عينة البحث الي ثلاث مجموعات متساوية في العدد قوام كل منها ١٥ مصارعا وذلك علي النحو التالي: -

أ - المجموعة التجريبية الأولى وعددها ١٥ مصارعا من لاعبي نادي الترسانة الرياضي والتي تستخدم طريقة شرائط الفيديو التعليمية صوت وصورة لتعلم مهارتي المصارعة (قيد الدراسة) وتوضيح النموذج وتصحيح الأخطاء مع شرح المدرب.

ب- المجموعة التجريبية الثانية وعددها ١٥ مصارعا من لاعبي نادي البنك الاهلي الرياضي والتي تستخدم طريقة عرض الصور الثابتة مع شرح المدرب لتعلم نفس مهارتي المصارعة (قيد الدراسة) وتوضيح النموذج وتصحيح الأخطاء.

ج- المجموعة الضابطة وعددها ١٥ مصارعا من لاعبي مركز شباب امبابه والتي تتبع الطريقة التقليدية لشرح المدرب وبدون تغذية راجعة في عملية التعلم لنفس مهارتي المصارعة (قيد الدراسة).

وقد قام الباحث بحساب تكافؤ وتجانس عينة البحث للمجموعات الثلاث حيث تم ضبط المتغيرات المؤثرة وهي : الطول، والوزن ، والعمر الزمني، وبعض القدرات البدنية التي قد تؤثر في مستوى الأداء المهاري وفقا لقائمة كيث Keith (١٤:٢٠) كما يوضحه الجدول (١).

اسم النادي	عدد اللاعبين
الاهلي	٦
الزمالك	٦
الترسانه	٥
الاتحاد	٤
الاولمبي	٤
المصري	٦
الهلة	٥
المنصورة	٤
المجموع	٤٠ لاعبا

جدول (١)

تحليل التباين لمتغيرات الطول والوزن والعمر الزمني
وبعض القدرات البدنية المؤثرة في الدراسة

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع مربعات الانحراف	درجات الحرية	التباين	قيمة ف
الطول (سم)	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	٦٢٣٠,١٥ ٦٤٨٥٤٦,٤٠ ٧١.٨٦٦,٥٥	٢ ٤٢ ٤٤	٣١١٦,٠٨ ١٥٤٤١,٥٨	٢,٠٢
الوزن (كم)	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	٧١٢٤,١٤ ٦٥٣٢,٦٨ ٧٢٤٤٩,٨٢	٢ ٤٢ ٤٤	٣٥٦٢,٠٧ ١٥٥٥,٣٧	٢,٢٩
العمر الزمني (بالشهر)	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	٧٩٨,٢٥ ٦٣٥٤,٧٣ ٧١٥٢,٩٨	٢ ٤٢ ٤٤	٣٩٩,١٣ ١٥١,٠٣	٢,٦٤
عدو ٥٠ متر (ثانية)	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	٩١,٣٤ ٩٢٣,٥٢ ١.١٤,٨٦	٢ ٤٢ ٤٤	٤٥,٦٧ ٢١,٩٩	٢,٠٨
الشدة لأعلي علي العقلة (بالعدد)	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	٤٥,١٢ ٣٧٦,٨١ ٤٢١,٩٣	٢ ٤٢ ٤٤	٢٢,٥٦ ٨,٩٧	٢,٥١
الجري المتعرج (ثانية)	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	٥٨٧,٢٦ ٥١٢١,٤٧ ٥٧.٨,٧٣	٢ ٤٢ ٤٤	٢٩٣,٦٣ ١٢١,٩٤	٢,٤١

* قيمة "ف" الجدولية (٣,٢٢) دالة عند مستوي (٠,٠٥).

** قيمة "ف" الجدولية (٥,١٥) دالة عند مستوي (٠,٠١).

يتضح من الجدول (١) عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين مجموعتي البحث التجريبيتين والمجموعة الضابطة. لمتغيرات الطول والوزن والعمر الزمني وبعض القدرات البدنية مما يؤكد تكافؤ وتجانس مجموعات البحث الثلاث في تلك المتغيرات. وبذلك يكون مرد أي فرق في الأداء الي المتغير التجريبي وحده.

أدوات البحث :

قام الباحث باستخدام المقاييس التالية :-

١- مقياس الطول باستخدام جهاز الرستاميتتر.

٢- ميزان طبي لقياس الوزن.

٣- ساعة إيقاف لأقرب $\frac{1}{10}$ ثانية.

٤- قياس بعض القدرات البدنية طبقا لقائمة Keith (١٤:٢٠).

٥- شرائط فيديو تعليمية تتناول شرح الخطوات التعليمية لتعلم مهارتي المصارعة (قيد الدراسة) وتوضيح النموذج وهي :-

أ- من وضع الصراع عاليا : حركة مسكة الذراعين بالذراعين من الخارج والتقوس خلقا (السبلس)

ب- من وضع الصراع أرضا : حركة تمرير الذراع من أسفل الأبط لمسك الساعد من علي الرقبة والرمي بالتقوس خلفا عن طريق الظهر (المفتاح الألماني للخلف)

٦- جهاز تليفزيون ٢٠ بوصة ، جهاز فيديو للعرض.

٧- صور ثابتة لنفس هاتين المهارتين، يتم رسم وطبع الخطوات التعليمية ومراحلها المختلفة لكل مهارة مستقلة في كارت خاص بها بتسلسل المراحل التعليمية الخاصة بتلك المهارة، بحيث يحتوي كل كارت علي مهارة واحدة فقط من مهارتي المصارعة (قيد الدراسة).

٨- الطريقة التقليدية والتي تعتمد علي شرح وتعليم المدرب لنفس هاتين المهارتين (قيد الدراسة)

تطبيق الأدوات :

قام الباحث بتطبيق تجربة بحثه خطوات البرنامج التعليمي وتوضيح النموذج لمهارتي المصارعة (قيد الدراسة) واستخدام التغذية الراجعة لطريقة شرائط الفيديو التعليمية صوت وصورة مع شرح المدرب للمجموعة التجريبية الاولى وتصحيح الأخطاء للمجموعة التجريبية الثانية، في حين يتم تعلم المجموعة الضابطة باتباع الأسلوب التقليدي لشرح المدرب وتصحيح الأخطاء وبدون تغذية راجعة لنفس مهارتي المصارعة (قيد الدراسة). وتمثلت مدة البرنامج التعليمي لكل مجموعة من المجموعات الثلاث علي فترة قدرها ستة أسابيع (شهر ونصف) بواقع جلستين أسبوعيا لكل مجموعة ومدة الجلسة الواحدة ساعتان، وقد أجريت هذه الدراسة في الفترة من أول ديسمبر ١٩٩١ الي ١٩٩٢/١/١٥. وتم بناء محتوى خطوات البرنامج التعليمي لكل مهارة يتم تصويرها وتسجيلها علي شريط الفيديو صوت وصورة وفق التسلسل الحركي لها، كما تم رسمها علي الكارت كصور ثابتة وفق الخطوات التعليمية والتسلسل الحركي أيضا لكل مهارة مستقلة من مهارتي المصارعة (قيد الدراسة) وذلك من جانب الباحث وبالاشتراك مع المدرب العام لمنطقة الجيزة للمصارعة.

ولقد استخدم الباحث جدول كيث Keith (٧٠:٢٠) لتقييم الاداء المهاري لحركتي المصارع قيد الدراسة، وهو عبارة عن بطاقة تقييم يسجل فيها اسم ووزن المصارع والمرحلة السنوية وتاريخ الاختبار، كما تدون اسم ونوع المهارة المراد تقييمها، ويوجد بهذا الجدول ميزان لتقييم الاداء الفني للمهارة وذلك وفق الاداء الصحيح (للتجميع، والتنفيذ، والوضع النهائي) لكل مهارة، وتحسب الدرجة في كل مرحلة من هذه المراحل الثلاث، اذ تبلغ النهاية العظمي ١٠ درجات والنهاية الصغري درجة واحدة، ويتم حساب الدرجة الكلية لمستوي الاداء المهاري من المجموع الكلي لجميع المهارات المقيسة مقسوما عل عدد المهارات. وتم اجراء هذا التقييم عن طريق ثلاثة حكام دوليين من حكام المصارعة في نهاية البرنامج التعليمي (تجربة البحث)، وقد قدرت الدرجة النهائية لتقييم كل مهارة بالنسبة لكل مصارع باستخراج المتوسط الحسابي للثلاثة حكام. وقم تم تطبيق خطوات البرنامج التعليمي لمهارتي المصارعة قيد الدراسة وتقييم أداء المصارعين تحت اشراف الباحث.

المعاملات العالمية لقائمة القدرات البدنية المستخدمة
في تكافؤ وتجانس مجموعات البحث في الدراسة الحالية

اولا : ثبات القائمة :

قام الباحث بحساب ثبات المقياس علي عينة من المصارعين في البيئة المصرية بمحافظة الجيزة عن طريق اعادة الاختبار Test Re-Test وذلك بتطبيقها علي ٣٠ مصارعا تم تواجدهم بمركز التدريب العام لمنطقة الجيزة، وتم إعادة تطبيق الإختبار علي نفس العينة بعد مضي أسبوع واحد من التطبيق الأول تحت نفس الظروف والشروط وذلك من ١٩٩١/١١/١ حتي ١٩٩١/١١/٨ والجدول (٢) يوضح معاملات ثبات القائمة (معامل الاستقرار) في الدراسة الحالية.

جدول (٢)

المتوسطات والانحرافات المعيارية ومعاملات الارتباط ومستوي الدلالة

بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لاختبارات قائمة القدرات

البدنية (ن = ٣٠)

مستوي الدلالة	قيمة ر	التطبيق الثاني ن=٣٠		التطبيق الاول ن=٣٠		اختبارات القائمة
		ع	م	ع	م	
٠,٠١	٠,٩٨٠	٠,٦١٤	٦,٠٧	٠,٥٨١	٥,٩١	عدد ٥٠ متر / ث
٠,٠١	٠,٨٢٢	١,٦٥	٦,٦٧	١,٤٦	٦,٧٣	الشد لاعلي علي العقلة/بالعدد
٠,٠١	٠,٩١٣	٠,٧٥١	١٠,٩٩	٠,٦٥٤	١٠,٠٨	الجري المتعرج / ث

- (٠,٣٦١) تدل علي أن الارتباط دال عند مستوي (٠,٠٠٥).

- (٠,٤٦٣) تدل علي أن الارتباط دال عند مستوي (٠,٠٠١).

يتضح من الجدول (٢) أن معامل الثبات (الاستقرار) يبدو مرتفعا نظرا لوجود ارتباطات عالية عند مستوي دلالة (٠,٠١) بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني مما يدل علي ثبات اختبارات القائمة في الدراسة الحالية علي المصارعين في البيئة المصرية.

ثانيا : صدق القائمة :

١- الصدق الذاتي : index of Reliability

قام الباحث بحساب قيمة الصدق الذاتي باستخدام معامل الثبات لإختبارات قائمة القدرات البدنية ويوضحه جدول (٣).

جدول (٣)

معاملات الارتباط لثبات اختبارات قائمة القدرات البدنية

والجذر التربيعي لها (الصدق الذاتي) ن=٢٠.

إختبارات القائمة	عدو ٥. متر/ث	الشدة لأعلي علي العقلة (بالعدد)	الجري المتعرج/ث
الثبات	٠,٩٨٠	٠,٨٢٢	٠,٩١٣
للثبات	٠,٩٨٩	٠,٩٠٦	٠,٩٥٥

يتضح من الجدول (٣) أن معامل الصدق الذاتي يبدو مرتفعا مما يدل علي صدق قائمة القدرات البدنية في الدراسة الحالية علي المصارعين في البيئة المصرية.

٢- الصدق التلازمي :

قام الباحث بحساب صدق اختبارات قائمة القدرات البدنية عن طريق الصدق التلازمي للتعرف علي مدى قدرة اختبارات القائمة علي التمييز بين أصحاب المستوي العالي وأصحاب المستوي المنخفض لكل اختبار (المقارنة بين المجموعات المتضادة) (٢٠٣:١٥). وقد قام الباحث بترتيب نتائج الأفراد المفحوصين علي

اختبارات القائمة ترتيباً تنازلياً وتم أخذ الربع الأعلى Upper quartile والربع الأدنى Lower quartile لتلك النتائج وتمت المقارنة بينهما للتعرف على قدرة اختبارات القائمة على التمييز، والذي يمثل ٢٧٪ من طرفي التوزيع الاعتيادي فأصبح عدد الأفراد مرتفعي المستوي على اختبارات القائمة ٨ أفراد، وذوي المستوي المنخفض ٨ أفراد وذلك من حجم العينة البالغ عددها ٢٠ مصارعاً. وقد تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة "ت" ومستوي الدلالة كما يوضحه جدول (٤).

جدول (٤)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة "ت" ودلالة الفروق بين

أداء المجموعتين المرتفعة والمنخفضة لاختبارات قائمة القدرات البدنية

مستوي الدلالة	قيمة "ت"	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	الربع الأعلى والربع الأدنى لاختبارات قائمة القدرات البدنية
٠,٠١	٤,٤٤	٠,٢٢٦	٦,٧٠	٨	الربع الأعلى للمصارعين في اختبار عدو ٥٠ متر
		٠,٠٥٩	٥,٢٨	٨	الربع الأدنى للمصارعين في اختبار عدو ٥٠ متر
٠,٠١	٧,٣٢	٠,٥٣٤	٨,٥٠	٨	الربع الأعلى للمصارعين في اختبار الشد على العقلة
		٠,٧٥٥	٥	٨	الربع الأدنى للمصارعين في اختبار الشد على العقلة
٠,٠١	٧,٨٥	٠,٧٨١	١٠,٨٨	٨	الربع الأعلى للمصارعين في اختبار الجري المتعرج
		٠,١٠٣	٩,٥٣	٨	الربع الأدنى للمصارعين في اختبار الجري المتعرج

* قيمة "ت" الجدولية (٢,٣٦) دالة عند مستوي (٠,٠٥).

** قيمة "ت" الجدولية (٣,٥٠) دالة عند مستوي (٠,٠١).

يتضح من الجدول (٤) أن هناك فروقا ذات دلالة احصائية بين المستوي العالي والمستوي المنخفض لاختبارات قائمة القدرات البدنية وقيمة "ت" كلها دالة احصائيا عند مستوي (٠,٠١) وتشير هذه النتائج الي صدق قائمة القدرات البدنية في الدراسة الحالية علي المصارعين في البيئة المصرية.

المعالجة الاحصائية :

قام الباحث بايجاد معاملات الثبات والصدق لقائمة القدرات البدنية، والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" وتحليل التباين ودلالة الفروق باستخدام أقل فرق معنوي (L.S.D) لمجموعات البحث الثلاث قيد الدراسة.

نتائج البحث :

يتم عرض نتائج البحث من متوسطات وانحرافات معيارية وتحليل التباين ثم دلالة الفروق باستخدام أقل فرق معنوي (L.S.D) وذلك وفقا للجداول التالية:-

جدول (٥)

المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات أداء مهارتي المصارعة

للمجموعات الثلاث طبقا لطرق التعلم المختلفة

الانحراف المعياري	المتوس الحسابي	المجموعات طبقا لطرق التعلم
٠,٩٦١	٩,٢٧	المجموعة التجريبية (١) باستخدام شرائط الفيديو
١,٤٩	٦,٩٣	المجموعة التجريبية (٢) باستخدام عرض الصور الثابتة
٠,٩١٥	٤,٤٧	المجموعة الضابطة باستخدام الطريقة التقليدية

جدول (٦)

تحليل التباين لدرجات الأداء المهاري لمهاتمي المصارعة

للمجموعات الثلاث طبقا لطرق التعلم المختلفة

مصدر التباين	مجموع مربعات الانحراف	درجات الحرية	التباين	قيمة "ف"
بين المجموعات	٥٥,٥٩	٢	٢٧,٨٠	**
داخل المجموعات	١٠٦,٧٢	٤٢	٢,٥٤	١٠,٩٤
المجموع	١٦٢,٣١	٤٤		

* قيمة "ف" الجدولية (٣,٢٢) دالة عند مستوي (٠,٠٥).

** قيمة "ف" الجدولية (٥,١٥) دالة عند مستوي (٠,٠١).

يتضح من الجدول (٦) أن قيمة "ف" دالة احصائيا عند مستوي (٠,٠١) لدرجات الأداء المهاري لمهاتمي المصارعة للمجموعات الثلاث (المجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة) طبقات لطرق التعلم المختلفة.

جدول (٧)

المتوسطات ودلالة الفروق لدرجات الأداء المهاري لمهاتري المصارعة
للمجموعات الثلاثة طبقا لطرق التعلم المختلفة باستخدام أقل فرق معنوي (L.S.D)

المجموعات طبقا لطرق التعلم	العدد	L.S.D.	تجريبية (١) شرائط الفيديو	تجريبية (٢) عرض الصور الثابتة	الضابطة الطري التقليدية
			٩,٢٧	٦,٩٢	٤,٤٧
المجموعة التجريبية (١) باستخدام شرائط الفيديو م = ٩,٢٧	١٥	١,٥٨	=====	٢,٢٤	٤,٨
المجموعة التجريبية (٢) باستخدام عرض الصور الثابتة م = ٦,٩٢	١٥			=====	٢,٤٦
المجموعة الضابطة باستخدام الطريقة التقليدية م = ٤,٤٧	١٥				=====

أقل فرق معنوي (L.S.D) = ١,٥٨.

مناقشة النتائج :

١- تؤثر التغذية الراجعة لكل من طريقتي شرائط الفيديو التعليمية، وعرض الصور الثابتة تأثيرا ايجابيا علي مستوي تعلم بعض المهارات الحركية للاعبي المصارعة بدرجة أكبر من الطريقة التقليدية وهذا يحقق صحة الغرض الأول من فروض البحث في التأثير الايجابي للتغذية الراجعة علي مستوي تعلم بعض المهارات الحركية للاعبي المصارعة وتؤكدته نتائج الجدول (٧)، وتتفق هذه النتيجة مع نبيلة أحمد عبد الرحمن (١٦)، شيماء الليثي (٦) ، فتحية الشلقامي ، عصمت سعيد (١٠)، كاميليا حسني وعواطف عبد الهادي (١٢) ، عثمان رفعت (٨)، سعاد جبر ونادية سلطان (٥) ، عادل فوزي جمال (٧)، حلمي الجمل (٣)، غازي السيد (٩) في مدي تأثير وفعالية التغذية الراجعة بواسطة شرائط الفيديو، وعرض الصور الثابتة كأفضل أسلوب تعليمي في تنمية وتحسين مستوي الأداء المهاري في مختلف رياضات العاب القوي والسباحة، والمبارزة ، والتمرينات، وكرة اليد، والمصارعة، وكرة القدم بدرجة أكبر من الطريقة التقليدية . ويفسر الباحث هذه النتيجة بقوله أن إرتفاع مستوي الأداء المهاري لمهارتي المصارعة (قيد الدراسة) للمجموعة التجريبية الثانية والتي استخدمت عرض الصور الثابتة مع شرح المدرب يكون مرده الي مدي حيوية وفعالية المواقف التعليمية باستخدام تلك الوسائل لأنها تمد المصارع المتعلم بالتصور الصحيح للتسلسل الحركي للنواحي الفنية للمهارة المتعلمة، وتوفر له خبرات عديدة ومتنوعة ذات مستوي تعليمي متميز ومثمر وبالتالي تؤثر في مسار عملية التعلم الحركي للمهارات المتعلمة. كما أن التغذية الراجعة قد ساهمت نحو زيادة مستوي دافعية التعلم لدي المصارعين وبعثه علي النشاط والاستجابة الصحيحة، وكذلك اكساب المصارعين الدقة والادراك الحسي لأن التغذية الراجعة الحسية تقدم للمتعلم معلومات ديناميكية بصورة مستمرة، حيث أن تأجيل هذه المعلومات بأقل جزء من الثانية يفسد ترتيب وتتابع الحركة ويقلل من دقتها، وهذا يتفق مع ما أشار اليه أحمد خيرى كاظم وجابر عبد الحميد جابر "أن التعلم عن طريق الخبرات الحسية المباشرة هو أفضل أنواع التعلم اذ يهدف الي تكوين الادراك الواضح السليم للمهارات المطلوبة وذلك بتهيئة واستخدام أكبر عدد من الحواس (١٦:١-١٨)". كما أن هؤلاء المصارعين يمرون بمنحنيات الزيادة الايجابية عند تعلمهم لهذه المهارات وأن هذه الزيادة تعمل علي زيادة الدافعية نحو الممارسة ومحاولة تحسين المستوي وحسن التوجيه والتحكم في عملية التعلم الحركي. كما أن عرض شرائط الفيديو التعليمية بالصوت والصورة، وعرض الصور الثابتة علي المصارعين يؤدي الي الوصول لأفضل تصور لاجزاء الحركة وخط سيرها وبذلك تتحقق لهم صورة

واضحة للمهارة المتعلمة علاوة على شرح المدرب وتصحيحه للأخطاء الفورية لكي تصل الي سرعة ادراك للمهارة المتعلمة ويمكن القول أن هؤلاء المصارعين قد تمكنوا من الوصول لعملية الاسترجاع والربط التي تعمل علي تعديل الاستجابة وتحقيق أفضل أداء، كما يمكن التحكم فيه وفقا لاحتياجات المصارع المتعلم ومدى تقدمه وطبيعة الموقف ذاته وبذلك تتاح الفرصة للتقويم المستمر مما يجعل المصارع المتعلم والمدرب يلمسان مدى التقدم وذلك من خلال المقارنة بين أداء المصارع في المواقف المتتالية. وهنا تلعب المعلومات المنقولة من خلال التغذية الراجعة دورا فعالا وتصحيح الاستجابة وانتقاء الاداء الصحيح وحذف الأخطاء. وهذا يؤكد ما أشار اليه " ولبر شرام الي أن التغذية الراجعة الفورية تزيد من احتمال حدوث الاستجابة المرغوبة واحتمال تكرارها في نفس الوقت ولنفس المثير حيث تعمل علي ضبط الخبرة واعطاء المتعلم المعلومات التي تعرفه بمدى صحة اجابته وتحفزه علي مداومة العمل وبذل الجهد" (١٧:١٦٧).

وبذا تأكد للباحث أنه من المفيد استخدام التغذية الراجعة سواء السمعية البصرية أو البصرية من أجل تحقيق الأداء الأمثل وأفضل النتائج، حيث أنها ساهمت في سرعة تعلم المصارعين لتلك المهارات المتعلمة حيث أن التصور الأولي لمهارتي المصارعة المتعلمة قد ساعد المصارعين علي تفهم دقائق تلك المهارات والتذكر الحركي لها مما أدى لارتقاء وكفاءة الأداء، في حين تؤخذ علي الطريقة التقليدية افتقارها للتغذية الراجعة الموضوعية وهبوط الرغبة في تكملة عملية التعلم. وهذا يتفق مع "نيلسون Nelson في أنه من الأهمية استخدام الوسيلة التعليمية المناسبة لأنه من خلالها تصبح الخبرات التعليمية أكثر قابلية للذكر" (٨:٢١).

٢- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين طريقة شرائط الفيديو التعليمية، وطريقة عرض الصور الثابتة، والطريقة التقليدية في درجات أداء المهارات الحركية للاعبين المصارعة لصالح طريقة شرائط الفيديو التعليمية وهذا يحقق صحة الفرض الثاني في تمييز طريقة شرائط الفيديو التعليمية في التعلم وتؤكد نتائج الجدول (٧) وتتفق هذه النتيجة مع نبيلة أحمد عبد الرحمن (١٦)، سعاد جبر ونادية سلطان (٥)، غازي السيد (٩) علي تفوق طريقة شرائط التعلم في رفع مستوي الأداء لرمي القرص، وفي تفوق تعلم تصويبة الكتف من الثبات في كرة اليد، وارتفاع معدل عملية التعلم في كرة القدم. ويسفر الباحث هذه النتيجة من وجهة نظره بقوله أن هذه الطريقة تتميز بالحركة مما تجعل منها وسيلة إتصال تعليمية هامة (تعليمية من جانب المدرب، تعليمية من جانب المصارع)، وأنها تجمع بين الصوت والصورة بشكل متزامن ومتكامل مما يساعد علي اشراك أكثر من حاسة في عملية التعلم مما يزيد من فاعليته، وأنها طريقة مناسبة لتحقيق

الأهداف التي خطط لها في خطة البرنامج التدريبي للمصارعين وبذلك يساعد علي تحقيق فهم أعمق للموضوع المراد تعلمه، ويضفي جوا من المتعة الي عملية التعلم ويثير الدافعية عند المتعلمين. وأنها توفر الفرصة للمتعلم لمشاهدة تلك المهارات وتطبق بشكل جيد وبأداء صحيح، وتهيئة الجو المناسب عقليا للمتعلم ، وهي عنصر هام كأسلوب في العمل وطريقة في التفكير. وبذلك جاءت هذه الوسيلة ملبية لحاجات هؤلاء المصارعين عند تعلمهم لمهارتي المصارعة (قيد الدراسة).

الاستنتاجات:

من خلال هذه الدراسة التجريبية وفي ضوء نتائجها يمكن استخلاص ما يلي:

١- أظهرت النتائج مدي فعالية استخدام طريقة شرائط الفيديو التعليمية بالصوت والصورة، وطريقة عرض الصور الثابتة في تعلم مهارتي المصارعة نحو زيادة مستوي درجات الأداء المهاري.

٢- أسلوب التعلم من خلال طريقة شرائط الفيديو التعليمية بالصوت والصورة أفضل من الطريقة التقليدية التي يتبعها المدرب في تعلم مهارتي المصارعة.

٣- عدم ظهور تحسن في الأداء المهاري بالمستوي الجيد للمجموعة الضابطة نتيجة لعدم اتباعها أسلوب التغذية الراجعة.

التوصيات :

يقدم الباحث التوصيات التالية في ضوء النتائج التي تمخض عنها البحث:

١- ضرورة ادراج التغذية الراجعة كبرنامج أساسي ضمن برامج اتحاد المصارعة ومناطقه المنتشرة علي مستوي الجمهورية، ومراكز تدريب الناشئين.

٢- الاهتمام بتطبيق أسلوب شرائط الفيديو التعليمية كوسيلة سمعية بصرية ضمن برامج التدريب بمراكز تدريب الناشئين بمحافظة الجيزة.

٣- التأكيد علي إجراء مزيد من الدراسات المماثلة باستخدام التغذية الراجعة عند أداء مهارات أخرى جديدة في رياضة المصارعة للشباب والكبار والفريق القومي.

المراجع :

المراجع العربية :

- ١- أحمد خير كاظم، جابر عبد الحميد جابر : الوسائل التعليمية والمنهج،
القاهرة، دار النهضة
العربية، ١٩٦٤.
- ٢- أحمد ذكي صالح : نظريات التعلم، القاهرة، مكتبة
النهضة المصرية، ١٩٧١.
- ٣- حلمي لطفى الجمل : أثر التعلم المبرمج على تعلم
بعض مهارات المصارعة للمبتدئين،
المؤتمر الدولي لتاريخ وعلوم
الرياضة، المجلد الثاني، كلية التربية
الرياضية، جامعة المنيا، يناير
١٩٨٨.
- ٤- رمزية الفريب : التعلم، دراسة نفسية - تفسيرية -
توجيهية، الطبعة الرابعة، القاهرة،
مكتبة الأجلو المصرية، ١٩٧١.
- ٥- سعاد محمد جبر، نادية محمد سلطان : أثر استخدام بعض الوسائل
التعليمية في تعلم تصويبة الكتف
من الثبات في كرة اليد، المؤتمر
العلمي الرابع لدراسات وبحوث
التربية الرياضية، ترشيد التربية
البدنية والرياضة لشباب الجامعات
من ١٨-٢٥ سنة، كلية التربية
الرياضية للبنين بالاسكندرية،
فبراير ١٩٨٣.
- ٦- شيماء اللىسى : أثر استخدام بعض الوسائل
التعليمية في تعلم سباحة الصدر

لطالبات كلية التربية الرياضية
للبنات بالاسكندرية، رسالة
ماجستير، جامعة حلوان، ١٩٧٩.

: أثر المعرفة الفورية للأخطاء
على الأداء المهاري في كرة الماء،
المؤتمر العلمي الرابع لدراسات
وبحوث التربية الرياضية
وترشيد التربية البدنية
والرياضة لشباب الجامعات من
١٨-٢٥ سنة، كلية التربية
الرياضية للبنين بالاسكندرية،
فبراير ١٩٨٣.

: أثر استخدام نظام البرمجة في
تنمية اللياقة البدنية، رسالة
دكتوراه، كلية التربية الرياضية
للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان،
١٩٨٢.

: دراسة تحليلية لتأثير استخدام
التغذية الرجعية على مستوى
تعليم بعض المهارات الحركية في
كرة القدم، علوم وفنون دراسات
وبحوث، المجلد الثاني، العدد
الرابع، مجلة جامعة حلوان،
أكتوبر ١٩٩٠.

أثر التغذية الراجعة على رفع
مستوي الأداء في رياضة المبارزة،
المؤتمر الأول للتربية الرياضية
والبطولة، المجلد السادس، كلية
التربية الرياضية للبنات

٧- عادل فوزي جمال

٨- عثمان حسين رفعت

٩- غازي السيد يوسف

١٠- فتحية طه الشلقامي، عصمت محمد سعيد

بالقاهرة، جامعة حلوان، يناير
١٩٨١.

: الموسوعة الصغيرة في علم
السيبرنيتيكا، من ألف الي ياء،
ترجمة أبو بكر يوسف، موسكو،
دار أمير للطباعة والنشر، ١٩٧٤.

١١- فيكتور بيكيليس

: معرفة النتائج كتغذية مرتدة
فورية في تدريس التمرينات
وأثره على مستوي الأداء
المهاري، المؤتمر العلمي الثالث
لدراسات وبحوث التربية
الرياضية بالاسكندرية، مارس
١٩٨٢.

١٢- كاميليا حسني، عواطف عبد الهادي

: موسوعة الألعاب الرياضية،
الطبعة الثالثة، القاهرة، دار
المعارف، ١٩٨٢.

١٣- محمد حسن علاوي

: علم النفس الرياضي، الطبعة
الرابعة، القاهرة، دار المعارف،
١٩٧٩.

١٤- _____

: القياس في التربية الرياضية
وعلم النفس الرياضي، القاهرة،
دار الفكر العربي، ١٩٧٩.

١٥- _____ ، محمد نصر الدين رضوان

: أثر تطوير العمل العضلي
واستخدام وسائل الأيضاح في
رفع مستوي الأداء الحركي
لمسابقة رمي القرص لطالبات
كلية التربية الرياضية للبنات

١٦- نبيلة أحمد عبد الرحمن

بالاسكندرية ، رسالة دكتوراه،
جامعة حلوان، ١٩٧٨.

: التعليم المبرمج اليوم وغدا،
ترجمة عثمان لبيب فراج،
القاهرة ، مكتبة نهضة مصر،
١٩٦٦.

١٧- ولبر شرام

المراجع الأجنبية

- 18- Davis, Robert H., and others : Learning system Design, an Approach to the improvement of instruction, New York, Mc Grew-Hill. Book company,1974
- 19- Judith E. Rink : Teaching physical Education For Learning, Times Mirror Mosby College Publishing St. Louis,1985.
- 20- Keith, A. : A Complete Guide to championship wrestling, illustrated Coaching methods and Techniques, parker Publishing Company, inc. New York,1968
- 21- Nelson, D.O., : effect of solzmaton Loopfilmson Learning of Golf. R.A. vol. 29 March,58.