

تأثير استخدام أسلوب التعلم الذاتي على التحصيل المعرفي ومستوى الأداء المهاري للوثب الثلاثي لطلاب المرحلة الثانوية بدولة الكويت

د.محمد حمد مبارك أشقير

أولاً: المقدمة

يتميز العصر الحديث بالتقدم العلمي في كثير من العلوم والتي تشمل مجالات الحياة، ويعتبر أساليب التعليم احد هذه العلوم التي تشهد آثار هذا التقدم العلمي وذلك من خلال استخدام أساليب تعلم حديثة، بهدف إتقان المهارات المتعلمة وتطويرها بما ينعكس على تطوير هذه الأنشطة.

ويمر التعليم في مصر الآن بفترة تطوير تفرضها طبيعة العصر مما يستلزم فيها تغيير أساليب التعليم وأهدافه ووسائله فالتعليم في العملية التعليمية اليوم يعتمد على الوظيفة النافعة لما نتعلم، بمعنى ان تتحول حقائق العلم الى ممارسة وسلوك وحياة. ويعتبر المجال التربوي من أكثر مجالات الحياة تأثراً بالثورة العلمية التي اجتاحت العالم خلال القرن الحادي و العشرين (١١ : ١٠٣) (٦ : ٣)

ويذكر **منتصر عبد اللطيف (٢٠١٤م)** إن الإحساس بالحاجة إلي الجودة في التعليم يعد خطوة أولى ضرورية نحو العمل العلمي المنضبط لإحداث التغيير المنشود ، ويمثل التنوع في البرامج التعليمية وأساليبها مدخلا من مداخل التطوير للتعليم والتي إذا بنيت علي أساس علمي داخل نظمها التعليمية يمكن أن تحدث تغييرات عميقة في الممارسات التعليمية علي المستوي الإجرائي والتنفيذي ، فليس من المقبول أن يتم التعلم في عصر المعلومات والتكنولوجيا من خلال البرامج التقليدية ، فهي لم تعد مناسبة للظروف التي نحيها الآن . (١٢ : ٢)

ويذكر " **حسن زيتون ، كمال عبد الحميد (٢٠٠٣)** ما يجب علي المؤسسات التربوية المتخصصة أن تطور فلسفتها وبرامجها وأساليبها وجميع جوانب العملية التعليمية من معلم ومتعلم ومادة علمية وبيئة تعلم ، ولعل العبء الأكبر يقع علي عاتق المعلم ، فلم يعد الأمر مجرد تلقين المعارف والمعلومات بل تعدي ذلك إلي قدرته علي توجيه التعليم ، الأمر الذي يجعل المتعلم إيجابيا مشاركا لتحقيق ذاته ولذلك يجب الاهتمام باستخدام استراتيجيات جديدة في التعليم من أجل التغلب علي نمطية الأسلوب التقليدي ، ولقد أصبحت النظرة العلمية والأخذ بالأسلوب العلمي الآن

ضرورة لا غني عنها في أي مجتمع معاصر يود أن يرقى ويتقدم ، والمنهج العلمي الذي نريد الأخذ به هو نتاج التفكير الذي يبني علي المفاهيم العلمية الصحيحة . (٤ : ٦٣)

ويري أبو النجا أحمد عز الدين (٢٠٠١م) أن المعلم يمثل أحد عناصر العملية التعليمية إلا أنه يعتبر أهم عنصر فيها لما له من تأثير كبير وفعال على الطلاب ، فهو القائد والموجه لعناصر العملية التعليمية ، والذي يناط إليه مسئولية تنفيذ المنهج الدراسي (١ : ٢٥) وهناك بعض الأساليب التي تنمي لدى المتعلم الاعتماد علي نفسه من جهة ، واكتساب مهارات التعلم من جهة أخرى كما أنها تقلل من اعتماده علي المعلم ، ولا يمكن الاستغناء عنه كليا باعتباره أحد المصادر المعرفية ، ونتيجة للاهتمام بتحديث أساليب التدريس ظهرت عدة فلسفات حديثة تعتبر أساسا لعدد من الطرق المستخدمة في طرق التدريس . (١٠ : ٣)

ثانيا: مشكلة البحث وأهميتها:

من خلال عمل الباحث رئيس قسم التربية البدنية بمنطقة حولى التعليمية بدولة الكويت قيامه بالمشاركة في تقييم مستوى اداء طلاب مرحلة المتوسط بدولة الكويت لرفع تقرير المستوى لوزارة التعليم بدولة الكويت ، لاحظ انخفاض مستوى الأداء في مسابقات العاب القوى عامة ومسابقة الوثب الثلاثي خاصة وتدني نتائج الطلاب المشاركين في المسابقة .

ومن خلال الخبرة العملية للباحث فى تدريس مادة التربية البدنية بصفه عامة وتدريب مهارة الوثب الثلاثي فى العاب القوى لاحظ الباحث ان الطلاب يعانون من عدم القدرة على الأداء الصحيح لمهارة الوثب الثلاثي قيد البحث ، مع ظهور عديد من الأخطاء أثناء أدائهم ،وان استخدام طريقة التعليم بالأوامر(الشرح وأداء النموذج) لا تكفى لتحقيق أهداف وطموحات كثيرة فى مجال تعليم رياضة العاب القوى بصفة عامة والوثب الثلاثي بصفة خاصة ولم تعد طريقة التعليم بالأوامر قادرة على مواكبة التقدم فى العملية التعليمية الحديثة.

ومن هنا يرى الباحث إن طرق التعليم المستخدمة تحتاج الى تطوير لكى تساعد الطلاب على استخدام حواسهم وإثارة دوافعهم نحو عملية التعلم وجعل المتعلم أكثر فاعلية فى العملية التعليمية من خلال تجارب ومواقف يكون فيها المتعلم أكثر ايجابية ، ولذا كانت أهمية الاستفادة من الإمكانيات التكنولوجية التعليمية الحديثة داخل المدرسة والتي تستخدم لخدمة العملية التعليمية والتي غيرت الكثير من الأنشطة فى مجال التربية الرياضية عامة ورياضة العاب القوى خاصة واستخدام أسلوب التعلم الذاتى سوف يكون له الأثر الأكبر فى التحصيل المعرفى و تحسين الأداء المهارى عن طريق تقليل الأخطاء الناتج عنها ضعف مستوى الأداء المهارى لمهارة الوثب الثلاثي.

ومن خلال أطلاع الباحث على بعض الدراسات التي تناولت أساليب التدريس الحديثة مثل دراسة السيد عادل رجب (٢٠١٦م) (٣)، حنان جاعد غالب (٢٠١٣م) (٥)، حريش ابراهيم، Hrpashp Ibrahim (٢٠١٣م) (١٥)، نجوى حسن على (٢٠١٢م) (١٣)، سهير السعيد جمعة (٢٠١١م) (٨)، احمد السيد محمد (٢٠٠٨م) (٢)، كياسنج Cai, Singe (٢٠٠٨م) (١٤) وجد ان اسلوب التعلم الذاتى لة دور في تنمية المهارات من جانب وإكساب المتعلمين طاقات معرفية من جانب أخر ، لذا فإن الباحث سوف يقوم بهذه الدراسة لمعرفة تأثير استخدام أسلوب التعلم الذاتى على التحصيل المعرفى ومستوى الأداء المهاري للوثب الثلاثي لطلبة المرحلة المتوسطة بدولة الكويت .

ثالثا: هدف البحث

التعرف على تأثير برنامج تعليمى باستخدام (التعليم الذاتى) على التحصيل المعرفى ومستوى الأداء المهاري للوثب الثلاثي لطلاب الصف الحادى عشر الثانوى بمدرسة فهد السالم الصباح للبنين بدولة الكويت.

رابعا :فروض البحث

١-توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية فى التحصيل المعرفى و القدرات البدنية ومستوى الاداء المهارى للوثب الثلاثى ولصالح القياس البعدى.

٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة فى التحصيل المعرفى والقدرات البدنية ومستوى الاداء المهارى للوثب الثلاثى لدى عينة البحث ولصالح القياس البعدى

٣-توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة فى التحصيل المعرفى والقدرات البدنية ومستوى الاداء المهارى للوثب الثلاثى لدى عينة البحث ولصالح المجموعة التجريبية .

خامسا: مصطلحات البحث

التعلم الذاتى :

هو "نظام تعليم ييسر للمتعلم القيام بدراسة يختارها، ويقوم بذلك متحرراً من قيود الزمان والمكان والالتزامات التي تفرض عادة في التعليم التقليدي ويمكن ان يتم ذلك بإشراف المعلم او بدونه." (٩ : ٢٧٣)

التعلم التقليدي (الشرح والنموذج) :-

هو ذلك الأسلوب الذي يعرض محتواه الكلي في المادة المعروضة علي المتعلم في صورة نهائية مكتملة إلي حد ما ، ويقتصر دور التلميذ علي تلقي وإستقبال المعلومات والمعارف والمهارات التي تعرض أمامه فقط (٧ : ٥٥)

ثانيا: الدراسات المرجعية

الدراسات العربية:

أجرى السيد عادل رجب (٢٠١٦م) (٣) دراسة بعنوان تأثير استخدام اسلوبي التعلم التعاوني والتعلم للاتقان على اداء بعض مسابقات العاب القوى لتلاميذ المرحلة الاعدادية هدف الدراسة التعرف على تأثير استخدام اسلوبي التعلم التعاوني والتعلم للاتقان على اداء بعض مسابقات العاب القوى لتلاميذ الصف الاول الإعدادي المنهج المستخدم التجريبي العينة ٣٦ تلاميذ وكانت اهم النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين بين متوسطى درجات المجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة فى القياس البعدى ولصالح المجموعتين التجريبيتين المستخدمة لاسلوب التعلم التعاوني والاتقان .

أجرت حنان جاعد غالب (٢٠١٣م) (٥) دراسة بعنوان فاعلية التعلم البنائى المدعم إلكترونيا على جوانب تعلم مسابقة الوثب الثلاثى لتلميذات المرحلة المتوسطة بدولة الكويت هدف الدراسة التعرف على فاعلية نموذج التعلم البنائى المدعم إلكترونيا على جوانب التعلم المعرفية والمهارية بمسابقة الوثب الثلاثى لتلميذات الصف السابع بالمرحلة المتوسطة بدولة الكويت المنهج المستخدم التجريبي العينة تلميذات الصف السابع بالمرحلة المتوسطة ١٢٠ تلميذة وكانت اهم النتائج ان تلميذات المجموعة التجريبية قد حققوا تقدما كبيرا فى الجوانب المعرفية للوثب الثلاثى وتحسن مستوى الاداء عن تلميذات المجموعة الضابطة وذلك نتيجة فاعلية نموذج التعلم البنائى المدعم إلكترونيا

أجرت نجوى حسن على (٢٠١٢م) (١٣) دراسة بعنوان مدى فاعلية برنامج تدريبي قائم على أستراتيجيات التعلم المنظم ذاتيا فى تقدير الذات والتحصيل الدراسى هدف الدراسة الكشف عن مدى فاعلية برنامج تدريبي قائم على أستراتيجيات التعلم المنظم ذاتيا فى تقدير الذات والتحصيل الدراسى المنهج المستخدم التجريبي العينة ٤٠ طالبة وكانت اهم النتائج ان طالبات المجموعة التجريبية قد حققوا تقدما كبيرا فى التحصيل الدراسى وتقدير الذات مقارنة بطالبات المجموعة الضابطة وذلك نتيجة للبرنامج التدريبي القائم على التعلم المنظم ذاتيا

أجرت سهير السعيد جمعة (٢٠١١م) (٨) دراسة بعنوان فاعلية برنامج قائم على التعلم المنظم ذاتيا لتنمية مهارات حل المشكلات لدى طلاب المرحلة الثانوية هدف الدراسة بناء برنامج قائم على التعلم المنظم ذاتيا لتنمية مهارات حل المشكلات لدى طلاب المرحلة الثانوية المنهج المستخدم التجريبي العينة ٥٩ طالب وطالبة وكانت اهم النتائج ان البرنامج القائم على استراتيجيات التعلم المنظم ذاتيا له فاعلية عالية لتنمية مهارات حل المشكلات لدى طلاب مرحلة الثانوية العامة.

أجرى احمد السيد محمد (٢٠٠٨م) (٢) دراسة بعنوان فاعلية الأسلوب التعاوني علي تحسين المستوي الرقمي ومستوي الأداء المهاري والقدرات البدنية الخاصة للوثب الثلاثي للمبتدئين هدف الدراسة التعرف علي فاعلية الأسلوب التعاوني علي تحسين المستوي الرقمي ومستوي الأداء المهاري والقدرات البدنية الخاصة للوثب الثلاثي للمبتدئين المنهج المستخدم التجريبي العينة ٥٠ تلميذا وكانت اهم النتائج استخدام أسلوب التعلم التعاوني له تأثيرا ايجابيا في الارتقاء بالمستوي الرقمي ومستوي الأداء المهاري وتحسين القدرات البدنية الخاصة بنسب تحسن كبيرة

الدراسات الاجنبية:

أجرى حرباش إبراهيم Hrpash Ibrahim (٢٠١٣م) (١٥) دراسة بعنوان: أثر التدريس بالأسلوبين التضميني والتبادلي على الرفع من مستوى الأداء البدني في الوثب الطويل. أستخدمت الدراسة : معرفة أثر التدريس باستخدام أسلوبين من أساليب تدريس التربية الرياضية في تحسين مستوى الأداء البدني في الوثب الطويل .المنهج المستخدم: التجريبي عينة قوامها : ٦٠ طالب أهم النتائج : أن التدريس باستخدام الأسلوب التضميني والتبادلي في حصة التربية البدنية والرياضية له تأثير إيجابي على الرفع من مستوى الأداء البدني في القفز الطويل .

أجرى كاي سينج Cai, Singe (٢٠٠٨م) (١٤) دراسة بعنوان أثر ثلاثة أساليب للتدريس علي الطلاب في محيط درس التربية الرياضية.هدف الدراسة التعرف على مدع استمتاع الطلاب في درس التربية الرياضية أثناء استخدام أساليب (الأمر ، التبادلي ، المتعدد المستويات) . المنهج المستخدم التجريبي العينة ٦٧ طالب وكانت اهم النتائج هناك فروق دالة بين فصول الكاراتيه وفصول ألعاب المضرب وتفوق أسلوب الأمر في المتعة في مجموعة الكاراتيه عن مجموعة ألعاب المضرب و عدم وجود فروق بين أسلوب التبادل والمتعدد في الكاراتيه وألعاب المضرب .

إجراءات البحث .

منهج البحث.

أستخدم الباحث المنهج التجريبي وذلك لملائمته لطبيعة هذا البحث باستخدام بالتصميم التجريبي ذو المجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة متبعاً القياس القبلي البعدي للمجموعتين .

مجتمع وعينة البحث.

يتمثل مجتمع البحث في طلاب الصف الحادي عشر الثانوى بمدرسة فهد السالم الصباح للبنين بدولة الكويت للعام الدراسي ٢٠١٨/٢٠١٩م وعدد الفصول (٥) خمسة فصول وعدد الطلاب (٢٠٠) طالب قام الباحث بإختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وعددهم فصلين قوام كل منهم (٤٠) طالب باجمالى ٨٠ طالب وذلك بنسبة مئوية قدرها (٤٠%) من مجتمع البحث وتم تقسيمهم إلي مجموعتين إحداهما مجموعة تجريبية والأخرى مجموعة ضابطة قوام كل منهما (٣٠ طالب ، وقام الباحث بسحب عدد (٢٠) طالب لإجراء الدراسة الإستطلاعية عليهم.

جدول (١)
توزيع عينة البحث

النسبة المئوية	عينة البحث الأساسية		العينة الاستطلاعية	مجتمع البحث	م
	ضابطة	تجريبية			
٤٠%	٣٠	٣٠	٢٠	٢٠٠	

يتضح من الجدول رقم (١) أن مجتمع البحث يتكون من ٢٠٠ طالب بنسبة ١٠٠% ، وتتكون عينة البحث الاستطلاعية ٢٠ بنسبة ٢٠% ، وعينة البحث الضابطة ٣٠ طالب بنسبة ١٥% ، عينة البحث التجريبية ٣٠ طالب بنسبة ١٥% .

جدول (٢)
تجانس أفراد عينة البحث الكلية فى متغيرات النمو

ن = ٨٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
العمر الزمنى	سنة	١٥,١٥	٠,٧٥	١٥,٠٠	٠,١٤-
الطول الكلى للجسم	سم	١٥٨,٥٠	٢,٧٣	١٥٨,٠٠	١,٤٠
وزن الجسم	كجم	٥٣,٣١	٢,٣٤	٥٢,٨١	٠,٣٦

يتضح من جدول (٢) أن جميع قيم معاملات الإلتواء لعينة البحث الكلية في بعض المتغيرات الجسمية (الطول، الوزن، والعمر الزمني) قيد البحث وتراوحت بين (-٠,١٤ : ١,٤٠) وأن هذه القيم إنحصرت ما بين (٣±)، مما يعنى وقوع جميع البيانات تحت المنحنى الإعتدالي، ويؤكد على تجانس عينة البحث ككل في بعض المتغيرات قيد البحث.

جدول (٣)

تجانس أفراد عينة البحث الكلية فى التحصيل المعرفى

ن = ٨٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
التحصيل المعرفى	درجة	٥,٩٣	٠,٦٠	٦,٠٠	-٠,٥٨

يتضح من جدول (٣) أن قيمة معامل الإلتواء لعينة البحث الكلية في التحصيل المعرفى قيد البحث كانت (-٠,٥٨) وأن هذه القيم إنحصرت ما بين (٣±)، مما يعنى وقوع جميع البيانات تحت المنحنى الإعتدالي، ويؤكد على أعتدالية عينة البحث ككل في التحصيل المعرفى قيد البحث.

جدول (٤)

تجانس عينة البحث الكلية فى الأداء المهاري والمستوي الرقمي لمهارة الوثب الثلاثى قيد البحث

ن = ٨٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء	الأداء المهاري
الأقتراب	درجة	٣,١٥	٠,٧١	٣,٠٠	-٠,٢٢	
الحجلة	درجة	٣,١٥	٠,٦٥	٣,٠٠	-٠,١٦	
الخطوة	درجة	٢,٨١	٠,٧١	٣,٠٠	٠,٢٧	
الوثبة	درجة	٢,٧٠	٠,٦٩	٣,٠٠	٠,٤٨	
شكل الاداء العام للوثب اثلاثى	درجة	١١,٨١	٢,١٨	١٢,٠٠	-٠,٠٥	
المستوي الرقمي لمهارة الوثب الثلاثى	متر	٥,٧٤	٠,١١	٥,٨١	-٠,٩٩	

يتضح من الجدول (٤) أن قيم معاملات الالتواء فى الأداء المهاري والمستوي الرقمي لمهارة الوثب الثلاثى تنحصر ما بين (-٠,٩٩ : ٠,٤٨) وأن جميعها تقع ما بين ± ٣ ، مما يدل تجانس أفراد عينة البحث و أن جميع أفراد العينة قد وقعوا تحت المنحنى الاعتدالي فى الأداء المهاري والمستوي الرقمي لمهارة الوثب الثلاثى قيد البحث

جدول (٥)

التكافؤ بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في متغيرات النمو قيد البحث

$$ن = ٢ = ٣٠$$

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية	
		المتوسط الحسابي	الإحراف المعياري ±	المتوسط الحسابي	الإحراف المعياري ±
العمر الزمني	سنة	١٥,١٣	٠,٧٣	١٥,١٦	٠,٧٩
الطول الكلي للجسم	سم	١٥٨,٧٣	٢,٨٢	١٥٨,٢٦	٢,٦٦
وزن الجسم	كجم	٥٣,١٦	٢,٣٢	٥٣,٥٦	٢,٤٠

* قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,٠١

يتضح من جدول رقم (٥) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات النمو قيد البحث مما يدل على تكافؤ مجموعتين البحث في متغيرات النمو.

جدول (٦)

التكافؤ بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في التحصيل المعرفي قيد البحث

$$ن = ٢ = ٣٠$$

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية	
		المتوسط الحسابي	الإحراف المعياري ±	المتوسط الحسابي	الإحراف المعياري ±
التحصيل المعرفي	درجة	٥,٩٠	٠,٥٧	٥,٩٧	٠,٦٣

* قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,٠٤٨

يتضح من جدول رقم (٦) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين في التحصيل المعرفي قيد البحث مما يدل على تكافؤ مجموعتين البحث في التحصيل المعرفي .

جدول (٧)

التكافؤ بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في الأداء المهاري والمستوي الرقمي لمهارة الوثب الثلاثي قيد البحث

$$ن = ٢ = ٣٠$$

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية	
		المتوسط الحسابي	الإحراف المعياري ±	المتوسط الحسابي	الإحراف المعياري ±
الأقتراب	درجة	٣,٠٦	٠,٧٣	٣,٢٣	٠,٦٧
الحجلة	درجة	٣,١٣	٠,٧٧	٣,١٦	٠,٥٣
الخطوة	درجة	٢,٧٦	٠,٦٧	٢,٨٦	٠,٧٣
الوثبة	درجة	٢,٧٠	٠,٧٠	٢,٧٣	٠,٦٩
شكل الاداء العام للوثب الثلاثي	درجة	١١,٦٦	٢,٤٦	١١,٩٦	١,٨٨
المستوي الرقمي لمهارة الوثب الثلاثي	متر	٥,٧٣	٠,١١	٥,٧٥	١,١٠

* قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,١٠١

يتضح من جدول رقم (٧) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة فى الأداء المهاري والمستوي الرقمي لمهارة الوثب الثلاثى قيد البحث مما يدل على تكافؤ مجموعتين البحث في هذه المتغيرات .

ثالثاً أدوات ووسائل جمع البيانات:

قام الباحث بالاطلاع على المراجع العلمية المتخصصة فى مجال التدريس بصفة عامة ومجال تدريس العاب القوى و بصفة خاصة الوثب الثلاثى وكذلك الدراسات المرتبطة بالبحث للاستفادة من تلك الدراسات والمراجع عند تصميم البرنامج التعليمي وتحديد أهم المتغيرات المرتبطة بالبحث وكذلك الاختبارات المناسبة لقياس هذه المتغيرات وطرق قياسها وتحديد الأجهزة والأدوات المناسبة

أ- الاستمارات والمقابلات الشخصية والبرنامج المقترح:

- كشف تسجيل لنتائج القياسات الخاصة بالنمو لعينة البحث(مرفق ١)-الاختبارات والقياسات الخاصة بالنمو الطول الكلى للجسم والوزن الكلى للجسم (مرفق ٢)-أسماء السادة الخبراء حسب الترتيب الابجدي (مرفق ٣)- أسماء السادة المحكمين (مرفق ٤)- استمارة تقييم مستوى أداء مسابقة الوثب الثلاثى(مرفق ٥)-التحصيل المعرفى فى الصورة المبدئية (مرفق ٦)-التحصيل المعرفى بالصورة النهائية (مرفق ٧)

ب-الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

-جهاز مقياس الطول رستاميتير Rest meter لقياس الطول الكلى للجسم لأقرب سم .-ميزان طبي معايير لقياس الوزن لأقرب كجم .-شريط قياس (متر) لقياس المسافة لأقرب سم .-حفرة وثب -اجهزة كمبيوتر (وداتا شو)

رابعاً: الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية على أفراد العينة الاستطلاعية وعددهم (٢٠) طالب من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية وذلك فى الفترة من ١ /٩/٢٠١٩م وحتى ١٠ /٩/٢٠١٩م .

-واستهدفت الدراسة التعرف على ما يلى:-

- مدى ملائمة الاختبارات المهارية المستخدمة فى البحث.
- الصعوبات التى قد تواجه الباحث عند تنفيذ التجربة الأساسية للبحث.
- التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة فى البحث.

- صدق المحكمين للاختبارات المهارية قيد البحث

قام الباحث بتصميم بطاقة ملاحظة لتقييم مستوى الاداء المهارى للوثب الثلاثى بعد الإطلاع على المراجع العلمية فى تعليم مسابقات الميدان والمضمار ، وإستطلاع رأى الخبراء ، بحيث تحتوى إستمارة التقييم على عناصر محددة هى (الخطوات الفنية للوثب الثلاثى) ، وتم التقييم عن طريق الملاحظة المقننة للاداء السليم للعناصر الأساسية ، وأعتمد التقييم على النقد الذاتى الموضوعى لثلاثة محكمين (مرفق ٤) من أساتذة العاب القوى وتم أخذ متوسط الدرجات لهم حيث أن الدرجة النهائية للإستمارة (٤٠) درجة موزعة على العناصر الأساسية كما يلى:

١- مرحلة الاقتراب . (١٠) درجات ٢- مرحلة الحجلة. (١٠) درجات ٣- مرحلة الخطوة. (١٠) درجات ٤- مرحلة الوثبة (١٠) درجات ٥- الشكل العام لاداء الوثب الثلاثى (مجموع درجات المراحل) . مجموع الاستمارة (٤٠) درجة مرفق (٥)

تم ذلك الاجراء بتاريخ ٢٠١٩/٩/١ م ، ٢٠١٩/٩/٢ م وتم اعادة للصدق والثبات بفارق زمنى ثلاث ايام ٢٠١٩/٩/٦ م ، ٢٠١٩/٩/٧ م

المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للمتغيرات قيد البحث:

خطوات الاختبار المعرفي :

١- تحديد الهدف من الاختبار : يهدف هذا الاختبار إلى اكتساب النواحي المعرفية للعينة قيد البحث

٢- تحليل المحتوى : قام الباحث بتحليل محتوى مهارة الوثب الثلاثى الذي يدرس لطلاب الصف الحادى عشر بالمدرسة فى ذلك بالمراجع العلمية والأبحاث بهدف الموضوعات الرئيسية المراد قياسها والتي يتضمنها منهج العاب القوى ، ومن خلال المقابلة الشخصية مع بعض الخبراء المتخصصين فى مجال العاب القوى تم تحديد المحاور الرئيسية للاختبار ، وقد اتفق الخبراء على المحاور الثلاثة التالية :

١- الجانب التاريخى ٢- الجانب القانونى ٣- الجانب المهارى

٣- إعداد جدول المواصفات: بعد الاطلاع على محتوى منهج العاب القوى للصف الحادى عشر الثانوى بمدرسة فهد السالم الصباح للبنين بدولة الكويت قام الباحث بإعداد جدول المواصفات يوضح فيه محاور الاختبار (جدول ٨) وقد تم عرضها على ١٠ من الخبراء فى مجال ألعاب القوى (مرفق ٣) للإبداء بالرأى فى المحاور المراد قياسها ولتحديد الأهمية النسبية لباقي محاور الاختبار ولتحديد عدد الأسئلة لكل محور طبقاً للأهمية النسبية لهذه المحاور.

جدول (٨)

محاوِر الاختبار والأهمية النسبية وعدد أرقام عبارات كل محور

عدد عبارات كل محور	أرقام العبارات	الأهمية النسبية	محاوِر الاختبار
٥	٥ : ١	%١٦,٦٦	الجانب التاريخي
١٥	٢٠ : ٦	%٥٠	الجانب القانوني
١٠	٣٠ : ٢١	%٣٣,٣٤	الجانب المهاري
٣٠		%١٠٠	المجموع

٤- صياغة العبارات: راع الباحث في صياغة العبارات على نوع واحد من الأسئلة وهي أسئلة الاختيار المتعدد والتي تستخدم في ميدان التذكر واكتساب المعلومات والمصطلحات والمبادئ والقوانين وتفسير العلاقات، ثم قام بوضع (٣٧) عبارة موزعة على المحاور الثلاثة طبقاً للأهمية النسبية لكل محور وقد تم عرض العبارات على الخبراء للتحقق من صلاحية الاختبار ولتحديد مدى قدرة مفرداته في قياس الغرض الذي وضعت من أجله وللتوصل إلى الصورة المبدئية لتطبيق الاختبار (مرفق ٦)، وتم تعديل وإعادة صياغة بعض المفردات، وقام الباحث بإجراء تلك التعديلات وتم التوصل للصورة النهائية للاختبار المعرفي بعد حذف (٧ عبارات) ليصبح (٣٠ عبارة) (مرفق ٧)

٥- إعداد تعليمات الاختبار: تم وضع التعليمات الخاصة بالاختبار حيث طلب من الطالب قراءة كل سؤال بعناية وكذلك الإجابات وضرورة اختيار إجابة واحدة من بين الإجابات وعدم ترك أي سؤال دون الإجابة عليه، وان لكل سؤال درجة واحدة

٦- تصحيح الاختبار: تم تصحيح الاختبار بوضع درجة واحدة لكل سؤال فيصبح المجموع الكلي للدرجات مساوياً لعدد العبارات الموضوعية

٧- تطبيق الاختبار في صورته النهائية: تم تطبيق الاختبار على عينة عشوائية وقوامها (٢٠) طالب من طلاب مجتمع البحث وخارج العينة الأصلية بهدف التأكد من فهم ووضوح مفردات الاختبار ومعرفة مدى صلاحية الاختبار

٨- الاختيار النهائي لوحدة الاختبار: قام الباحث باختيار النهائي لمفردات الاختبار المعرفي وقد احتوى الاختبار في صورته النهائية على (٣٠) سؤالاً موزعاً كالتالي: الجانب التاريخي (٥) أسئلة أسئلة. الجانب القانوني (١٥) سؤال. الجانب المهاري (١٠) أسئلة.

المعاملات العلمية للاختبار المعرفي :

أولاً الصدق :

أ) صدق الاتساق الداخلي :

للحصول على الاتساق الداخلي للبحث قام الباحث بتطبيق الاختبار على عينة من مجتمع البحث وخارج العينة الأصلية قوامها (٢٠) من طلاب الصف العاشر الثانوي بمدرسة فهد السالم الصباح للبنين بدولة الكويت وذلك في الفترة من ١/٩/٢٠١٩ م. حيث تم حساب معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للاختبار وكذلك بين كل عبارة والدرجة الكلية للأبعاد والدرجة الكلية للاختبار وتم ذلك من خلال استخدام معادلة بيرسون حيث يتضح ذلك من خلال الجداول (٩ ، ١٠ ، ١١)

جدول (٩)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة للاختبار المعرفي والدرجة الكلية للبعد الذي تمثله

ن = ٢٠

الجانب المهاري		الجانب القانوني		الجانب التاريخي	
معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة
٠,٨١٨	٢١	٠,٧١٥	٦	٠,٧٧٧	١
٠,٨٩٤	٢٢	٠,٧١٠	٧	٠,٧٧٢	٢
٠,٧٢٢	٢٣	٠,٨٠٦	٨	٠,٦٧٧	٣
٠,٧٥٨	٢٤	٠,٦٩٦	٩	٠,٧٢٢	٤
٠,٧١٦	٢٥	٠,٦٧٩	١٠	٠,٦٨٤	٥
٠,٨١٧	٢٦	٠,٧٦٢	١١		
٠,٨١٦	٢٧	٠,٧٣٠	١٢		
٠,٨٠٥	٢٨	٠,٧٤٨	١٣		
٠,٨١١	٢٩	٠,٧٠٠	١٤		
٠,٧٩٤	٣٠	٠,٦٨٢	١٥		
		٠,٧٧٣	١٦		
		٠,٨٨٦	١٧		
		٠,٧٤٤	١٨		
		٠,٨٠٢	١٩		
		٠,٨٦٥	٢٠		

قيمة ر الجدولية عند مستوي ٠,٠٥ = ٠,٦٣٢

يتضح من الجدول السابق (٩) وجود ارتباط دال إحصائياً بين درجات الاختبار المعرفي لكل عبارة والدرجة الكلية للأبعاد التي تمثلها لعدد (٣٠) عبارة (حيث أن قيمة (ر) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) وهذا يشير إلى أن هناك اتساق داخلي بين كل عبارة من العبارات وبين البعد الذي تمثله .

جدول (١٠)
معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للاختبار المعرفي ن = ٢٠

معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة
٠,٨٢٧	٢١	٠,٧٦٨	١١	٠,٨١٨	١
٠,٨٧٢	٢٢	٠,٨٨١	١٢	٠,٨٧٤	٢
٠,٧٥٨	٢٣	٠,٧٩٧	١٣	٠,٨٦٣	٣
٠,٧١٥	٢٤	٠,٨٣٤	١٤	٠,٧٦٣	٤
٠,٦٨٥	٢٥	٠,٨٧١	١٥	٠,٨٣٩	٥
٠,٧٩٦	٢٦	٠,٨٣٠	١٦	٠,٨٥٩	٦
٠,٨٩١	٢٧	٠,٨٢٩	١٧	٠,٧٢٥	٧
٠,٨٨١	٢٨	٠,٧٣١	١٨	٠,٧١٢	٨
٠,٨٦٩	٢٩	٠,٧٢٣	١٩	٠,٧١٨	٩
٠,٨١١	٣٠	٠,٨٧٤	٢٠	٠,٨٩٦	١٠

قيمة ر الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٦٣٢

يتضح من الجدول السابق (١٠) ما يلي :وجود ارتباط دال إحصائياً بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للاختبار المعرفي لعدد (٣٠) عبارة حيث أن قيمة (ر) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) وهذا يشير إلى أن هناك اتساق داخلي بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للاختبار المعرفي .

جدول (١١)
معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد الاختبار والدرجة الكلية للاختبار المعرفي (ن = ٢٠)

معامل الارتباط	عوامل المقياس	م
٠,٩٣١	الجانب التاريخي	١
٠,٨٤١	الجانب القانوني	٢
٠,٨٦٥	الجانب المهاري	٣
٠,٩٩١	الدرجة الكلية	

قيمة ر الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٦٣٢

يتضح من الجدول السابق (١١) ما يلي : وجود ارتباط دال إحصائياً بين درجات كل بعد من أبعاد الاختبار والدرجة الكلية للاختبار المعرفي لعدد (٣٠) عبارة حيث أن قيمة (ر) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وهذا يشير إلى إن هناك اتساق داخلي بين كل بعد من أبعاد الاختبار وبين الدرجة الكلية للاختبار .

(ب)الصدق الذاتي :تم حساب الصدق الذاتي للاختبار المعرفي وذلك عن طريق إيجاد الجذر التربيعي لمعامل الثبات وجدول (١٢) يوضح نتائج الصدق الذاتي للاختبار المعرفي

ثانياً الثبات :لحساب ثبات الاختبار والذي تم في الفترة من ١٠ / ٩ / ٢٠١٩م .تم تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه على عينة قوامها (٢٠) من طلاب الصف الحادي عشر الثانوي بمدرسة فهد السالم الصباح للبنين بدولة الكويت وهي ممثلة لعينة البحث ومن غير عينة البحث الأصلية بفاصل زمني مدته (١٠) عشر أيام بين

التطبيقين وتم حساب معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لإيجاد ثبات هذا الاختبار والجدول (١٢) يوضح معامل الارتباط بين القياسين .

جدول (١٢)

معامل الثبات والصدق الذاتي للاختبار المعرفي ن = ٢٠

م	المتغيرات	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة ر	الصدق الذاتي	مستوي الدلالة
		ع	م	ع	م			
١	معرفي	١٠,٧٨	٥,٩٣	١٠,٥٢	٥,٩٠	٠,٩٩	٠,٩٩	دالة

قيمة ر الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٦٣٢

يتضح من الجدول السابق (١٢) ما يلي: إن معامل الثبات وصل الى (٠,٩٩) وصدقه الذاتي (٠,٩٩) مما يشير الى ثبات وصدق الاختبار حيث أن قيمة (ر) المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية (٠,٦٣٢) عند مستوى (٠,٠٥).

جدول (١٣)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعتين المميزة وغير المميزة في الأداء المهاري والمستوي الرقمي لمهارة الوثب الثلاثي قيد البحث ن = ٢٠

قيمة ت	الفرق بين المتوسطين	مجموعة غير مميزة		مجموعة مميزة		وحدة القياس	القدرات مهارية
		ع	س	ع	س		
*٨,٩٠	٣,١٠	٠,٦٣	٢,٨٠	٠,٨٧	٥,٩٠	درجة	الأقتراب
*٤,٨١	٢,٤٠	٠,٧٣	٢,٩٠	١,١٥	٥,٣٠	درجة	الحجلة
*٦,٠٩	٢,٦٠	٠,٥٢	٢,٥٠	١,١٩	٥,١٠	درجة	الخطوة
*٨,٥٧	٢,٨٠	٠,٥١	٢,٤٠	٠,٩١	٥,٢٠	درجة	الوثبة
*١٨,٥٧	٨,٤٠	١,١٧	١٠,٥٠	٠,٧٣	١٨,٩٠	درجة	شكل الاداء العام للوثب الثلاثي
*١٢,٩١	١,٠٨	٠,١١	٥,٧٩	٠,٢٤	٦,٨٧	متر	المستوي الرقمي لمهارة الوثب الثلاثي

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,١٠١

يتضح من جدول (١٣) وجود فروق دالة إحصائياً لصالح المجموعة المميزة عن المجموعة غير المميزة في متغيرات المدى للحركي لمفصل الفخذ لدي عينة الدراسة الاستطلاعية الأمر الذي يشير إلى صدق المقياس .

جدول (١٤)
معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في الأداء المهاري والمستوي الرقمي لمهارة الوثب
ثلاثي قيد البحث

ن = ٢٠

قيمة (ر)	التطبيق الثاني		التطبيق الاول		وحدة القياس	المتغيرات	
	ع	/س	ع	/س			
*٠,٨١	٠,٦٣	٢,٨٠	٠,٦٩	٢,٦٠	درجة	الأقتراب	الأداء المهاري
*٠,٨٥	٠,٧٣	٢,٩٠	٠,٦٧	٢,٧٠	درجة	الحجلة	
*٠,٨٢	٠,٥٢	٢,٥٠	٠,٥١	٢,٤٠	درجة	الخطوة	
*٠,٨٠	٠,٥١	٢,٤٠	٠,٤٨	٢,٣٠	درجة	الوثبة	
*٠,٨٢	١,١٧	١٠,٥٠	١,٧٧	١٠,٤٠	درجة	شكل الاداء العام للوثب اثلاثي	
*٠,٩٣	٠,١١	٥,٧٩	٠,١٠	٥,٧٦	متر	المستوي الرقمي لمهارة الوثب الثلاثي	

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,١٠١

يتضح من جدول رقم (١٤) وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لمتغيرات المستوى المهاري ، حيث كانت قيمة "ر" المحسوبة أعلى من قيمة ر الجدولية

مراحل بناء البرنامج التعليمي باستخدام التعلم الذاتي

الهدف العام للبرنامج: يهدف البرنامج الى تعلم طلاب الصف الحادى عشر بمدرسة ثانوية فهد السالم الصباح للبنين بدولة الكويت للاداء الصحيح لمسابقة الوثب الثلاثى بالاضافة الى المفاهيم والحقائق والمعلومات المرتبطة بها ،

أسس بناء البرنامج:-ان يتناسب التسلسل المنطقى لمحتويات البرنامج مع أهدافه ومع خصائص المرحلة السنوية قيد البحث.

-ان يتم تقديم المعلومات التي يتضمنها البرنامج التعليمى فى إطار متكامل ومترايط وفعال يستخدم جميع حواس المتعلمين.

-مراعاة التدرج بمحتوى البرنامج من السهل الى الصعب بما يتناسب مع مستوى الطلاب
المراجعة والتعديل والتطوير:-وفي ضوء ما توصل اليه الباحث من خلال اراء الخبراء ومن خلال نتائج التجريب العملى للبرنامج على عينة الدراسة الاستطلاعية تم تعديل وتطوير بعض الاجزاء الخاطئة فى البرنامج ليصبح جاهز فى شكله النهائى.(مرفق٨)

جدول (١٥) يوضح ذلك : نموذج لوحة تعليمية

هدف الوحدة : تعليم مرحلة الاقتراب الزمن : ٤٥ ق

أجزاء	الزمن	محتوى الوحدة التعليمية	دور المعلم	الأدوات
أعمال إدارية	٥ق	- تجهيز الأدوات بالمعلب. - أخذ الغياب.	- تحديد الاهداف التعليمية .- اعداد المواد والادوات التعليمية.- ترتيب بيئة التعلم.	دفتر الغياب
الإحماء والإعداد البدني العام	١٠ق	- لعبة صغيرة: لمس ركبة الزميل ١- (وقوف)الجرى فى المكان ٢- (وقوف)الوثب فتحا مع رفع الذراعين جانبا ٣- (وقوف)الجرى المكوكى ٤- (وقوف)تقوس الجذع للخلف	- المتابعة للاتجاه الصحيح للتمرينات - تصحيح الاخطاء	ملعب ذو مساحة واسعة أقماع- مقاعدسويدية
الجزء الرئيسى (تطبق محتوى الوحدة التعليمية)	٢٥ق	- مشاهدة بعض التدريبات لاكتساب المعرفة بالاداء الصحيح - شرح المهارة من قبل المعلم بعد مشاهدتها وتطبيقها على طريق الاقتراب. - الأداء	- تقسيم الطلاب الى مجموعات صغيرة غير متجانسة وذلك لعمل توازن بين المجموعات - ملاحظة الطلاب وادانهم المهارى ومدى المشاركة فيما بينهم. - توجيه سلوك الطلاب . - تقديم المساعدة أثناء الاداء - تقويم (تحديد مستوى الطلاب)من خلال الاختبار المهارى	قاعة دراسية، جهاز حاسب آلى ، اسطوانة تعليمية ، جهاز داتا شو، حفرة وثب ثلاثى -وطريق اقتراب
الختام	٥ق	- أداء تمرينات تهدئة لجميع أجزاء الجسم	- أن يعتاد الطلاب على أداء تمرينات التهدئة بعد الدرس. - أن يكتسب الطلاب الشعور بالاسترخاء والراحة النفسية.	بدون أدوات

إجراءات تنفيذ التجربة الأساسية :

القياس القبلى: تم إجراء القياس القبلى يوم ١١ / ٩ / ٢٠١٩م الى ١٢ / ٩ / ٢٠١٩م للمجموعتين التجريبية والضابطة فى بعض القدرات البدنية ومستوى الاداء المهارى والمستوى الرقمى للوثب الثلاثى

تجربة البحث الاساسية: تم تطبيق تجربة البحث الأساسية على العينة قيد البحث بمدرسة فهد السالم الصباح للبنين بدولة الكويت فى الفترة من ١٥ / ٩ / ٢٠١٩م وحتى ٧ / ١١ / ٢٠١٩م ولمدة (٨) أسابيع، وإشتملت على (١٦) وحدات تعليمية بواقع (٢) وحدتان أسبوعياً يوم (الاحد) ، (الخميس) من كل أسبوع، وقد تم تنفيذ البرنامج التعليمى مع أفراد المجموعة التجريبية، كما تم استخدام طريقة الاوامر مع المجموعة الضابطة.

القياس البعدي: بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج التعليمي المقترح باستخدام التعلم الذاتي تم إجراء القياسات البعدية فى ١٠-١١ / ١١ / ٢٠١٩م للمجموعتين التجريبية والضابطة فى التحصيل المعرفى ومستوى الاداء المهارى والمستوى الرقمى للوثب الثلاثى

المعالجات الإحصائية: استخدم الباحث حزمة البرنامج الإحصائى للعلوم الاجتماعية (SPSS) والذى يشتمل على المعالجات التالية: المتوسط الحسابى. الانحراف المعياري. الوسيط. معامل الالتواء. معامل الارتباط. اختبار "ت".

عرض ومناقشة النتائج
عرض ومناقشة الفرض الاول :

جدول (١٦)

دلالة الفروق بين القياسين القبلى والبعدي للمجموعة التجريبية فى التحصيل المعرفى و الأداء المهارى والمستوي الرقمى لمهارة الوثب الثلاثى قيد البحث

$$٣٠ = ٢ن = ١ن$$

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدي		فرق بين متوسطين	قيمة " ت " ودلالاتها
		المتوسط الحسابى	الانحراف المعياري ±	المتوسط الحسابى	الانحراف المعياري ±		
الأقتراب	درجة	٣,٠٦	٠,٧٣	٧,٣٣	٠,٧١	٤,٢٧-	*٢٥,٧٦
الحجلة	درجة	٣,١٣	٠,٧٧	٧,١٦	٠,٧٤	٤,٠٣-	*٢٠,٧٢
الخطوة	درجة	٢,٧٦	٠,٦٧	٧,٢٦	٠,٦٣	٤,٥٠-	*٢٧,٣٨
الوثبة	درجة	٢,٧٠	٠,٧٠	٧,٣٦	٠,٧١	٤,٦٦-	*٢٤,٠٨
شكل الاداء العام للوثب الثلاثى	درجة	١١,٦٦	٢,٤٦	٢٩,١٣	٢,٤٠	١٧,٤٧-	*٢٨,٩١
المستوي الرقمى لمهارة الوثب الثلاثى	متر	٥,٧٣	٠,١١	٧,١١	٠,٠٢	١,٣٨-	*٥٩,٥١
التحصيل المعرفى	درجة	٥,٩٠	٠,٥٧	٢٤,١٠	٠,٨٥	١٨,٢-	٣٦,١٦

* قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,٠٤٨

يتضح من نتائج جدول (١٦) وجود فروق ذات دلالة أحصائية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بين القياسين القبلى والبعدي للمجموعة التجريبية فى التحصيل المعرفى و الأداء المهارى والمستوي الرقمى لمهارة الوثب الثلاثى قيد البحث . حيث تراوحت قيمة (ت) ما بين (٥٩,٥١ : ٢٠,٧٢) وجميعها أكبر من قيمة (ت الجدولية). مما يدل على وجود فروق ذات دلالة أحصائية فى جميع المتغيرات.

ويرجع الباحث وجود هذه الفروق المعنوية للمجموعة التجريبية في القياسات البعدية عنها في القياسات القبلية في جميع المتغيرات التي تأثر البرنامج التعليمي المقترح باستخدام أسلوب التعلم الذاتي في تحسين (التحصيل المعرفي و الأداء المهاري والمستوي الرقمي) قيد البحث ويعزو الباحث هذه النتائج الى استخدام التعلم الذاتي والاستفادة من خصائصه المميزة كاسلوب حديث من اساليب التدريس وكما يحتوى البرنامج التعليمي على مجموعة من التمرينات الفنية المعدة بالطريقة العلمية التي تناسب المرحلة السنية قيد البحث وكان لترتيب تلك التدريبات أثر في تحسن الاداء المهارى بمسابقة الوثب الثلاثى كما لعبت الفيديوها والصور التي شاهدها الطلاب أثناء العرض لبعض التدريبات المهارية بالشكل الصحيح للوثب الثلاثى كان لها الاثر في تلك الفروق بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية وكان لاستخدام الادوات والوسائل التكنولوجية المستخدمة فى البرنامج فاعلية على التحصيل المعرفى والاداء المهارى قيد البحث . وتشير **عفت مصطفى طهناوى (٢٠٠٢م) (١٠)** وهناك بعض الأساليب التي تنمي لدى المتعلم الاعتماد علي نفسه من جهة ، واكتساب مهارات التعلم من جهة أخرى كما أنها تقلل من اعتماده علي المعلم ، ولا يمكن الاستغناء عنه كلياً باعتباره أحد المصادر المعرفية ، ونتيجة للاهتمام بتحديث أساليب التدريس ظهرت عدة فلسفات حديثة تعتبر أساساً لعدد من الطرق المستخدمة في طرق التدريس .

ويتفق ذلك مع نتائج دراسته **كلا احمد السيد محمد (٢٠٠٨م) (٢)**، **سهير السعيد جمعة (٢٠١١م) (٨) حرباش إبراهيم Hrpash Ibrahim (٢٠١٣م) (١٥)** ان التعلم الذاتي له تأثير ايجابي على زياده أهتمام دافعية المتعلمين نحو التعلم مع عدم أغفال الفروق الفردية . ويعمل على تحسين التحصيل المعرفى ومستوى الاداء المهارى أدى الى تحسين مستوى الانجاز للوثب الثلاثى .وبذلك يتحقق صحة فرض البحث الاول والذي ينص:توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية فى التحصيل المعرفى والاداء المهارى للوثب الثلاثى ولصالح القياس البعدى.

عرض ومناقشة الفرض الثانى :

جدول (١٧)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في التحصيل المعرفي و الأداء المهاري
والمستوي الرقمي لمهارة الوثب الثلاثي قيد البحث

$$ن = ٢ = ٣٠$$

قيمة " ت " و دالاتها	فرق بين متوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	
		الإحراف المعياري ±	المتوسط الحسابي	الإحراف المعياري ±	المتوسط الحسابي		
*٢٠,٤٦	٢,٩٣-	٠,٨٣	٦,١٦	٠,٦٧	٣,٢٣	درجة	الأقتراب
*١٥,٠٧	٢,٨٧-	٠,٨٥	٦,٠٣	٠,٥٣	٣,١٦	درجة	الحجلة
*١٨,٤٥	٣,٣٧-	٠,٨١	٦,٢٣	٠,٧٣	٢,٨٦	درجة	الخطوة
*١٨,٤٢	٣,٦٠-	٠,٧٥	٦,٣٣	٠,٦٩	٢,٧٣	درجة	الوثبة
*٢٣,٠٢	١٢,٨٠-	٢,٨٣	٢٤,٧٦	١,٧٨	١١,٩٦	درجة	شكل الاداء العام للوثب الثلاثي
*٢٩,٣٥	٠,٨٢-	٠,٠٨	٦,٥٧	٠,١٠	٥,٧٥	متر	المستوي الرقمي لمهارة الوثب الثلاثي
*٢٦,١٦	١١,٥٨-	٠,٥١	١٧,٥٥	٠,٦٣	٥,٩٧	درجة	التحصيل المعرفي

* قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,٠٤٨

يتضح من نتائج جدول (١٧) وجود فروق ذات دلالة أحصائية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في التحصيل المعرفي و الأداء المهاري والمستوي الرقمي لمهارة الوثب الثلاثي قيد البحث . حيث تراوحت قيمة (ت) ما بين (٢٦,١٦ : ١٥,٠٧) وجميعها أكبر من قيمة (ت الجدولية). مما يدل على وجود فروق ذات دلالة أحصائية في جميع المتغيرات.

ويعزو الباحث تلك النتائج الى ان الطريه التقليدية المتبعة والمتمثلة في الشرح النظري واداء النموذج (الشرح والنموذج) لها تأثير ايجابي على تحسن التحصيل المعرفي ومستوى الاداء لمسابقة الوثب الثلاثي قيد البحث فمن خلال اعطاء الطلاب المعلومات والمعارف المرتبطة بالمعارف لمسابقة الوثب الثلاثي وعن طريق اداء نموذج صحيح من المعلم كان لها تأثير ايجابي في تكوين صورته واضحة لمسابقة الوثب الثلاثي قيد البحث، مما يؤدي بدوره الى تحسين الاداء وعمل الاداء الصحيح مما يوفر الوقت والجهد كما ان الطريقة التقليدية المتبعة في عمليه التدريس والمتمثلة في الشرح واداء نموذج وأعطاء فكرة واضحة عن كيفية الاداء السليم واداء نموذج للمتعلمين ثم تأتي الممارسة والتكرار من جانب المتعلم والتغذية الرجعية من جانب المعلم وتصحيح الاخطاء ادى بدوره الى الارتقاء بالمستوى البدني بمسابقة الوثب الثلاثي بالإضافة الى

ان التعلم بالشكل الجماعي اثار دافعية المتعلمين للتنافس فيما بينهم لابرار تفوق كل منهن على الاخر ،مما جعلهم يؤدون التدريبات البدنية الخاصة بمسابقة الوثب الثلاثي بأفضل ما يمكن مما يحسن فى مستوى الاداء المهارى والمستوى الرقمة .

ويتفق ذلك مع نتائج دراسة كل من سهير السعيد جمعة (٢٠١١م) (٨) نجوى حسن على (٢٠١٢م) (١٣) حنان جاعد غالب ٢٠١٣م (٥). وبذلك يتحقق صحة فرض البحث الثانى والذى ينص: توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة فى التحصيل المعرفى والقدرات البدنية ومستوى الاداء المهارى للوثب الثلاثى لدى عينة البحث ولصالح القياس البعدى
عرض ومناقشة الفرض الثالث :

جدول (١٨)

دلالة الفروق بين القياسين والبعدين للمجموعة التجريبية و الضابطة فى التحصيل المعرفى و الأداء المهارى والمستوى الرقمة لمهارة الوثب الثلاثى قيد البحث

$$٣٠ = ٢ن = ١ن$$

قيمة "ت" ودالاتها	فرق بين متوسطين	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات
		الانحراف المعياري ±	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري ±	المتوسط الحسابي		
*٧,٠٠	١,١٧	٠,٨٣	٦,١٦	٠,٧١	٧,٣٣	درجة	الأقتراب
*٦,٣٧	١,١٣	٠,٨٥	٦,٠٣	٠,٧٤	٧,١٦	درجة	الحجلة
*٦,٦٥	١,٠٣	٠,٨١	٦,٢٣	٠,٦٣	٧,٢٦	درجة	الخطوة
*٥,٤٧	١,٠٣	٠,٧٥	٦,٣٣	٠,٧١	٧,٣٦	درجة	الوثبة
*٧,٤٩	٤,٣٧	٢,٨٣	٢٤,٧٦	٢,٤٠	٢٩,١٣	درجة	شكل الاداء العام للوثب الثلاثى
*٥,٧٤	٠,٥٤	٠,٠٨	٦,٥٧	٠,٠٢	٧,١١	متر	المستوى الرقمة لمهارة الوثب الثلاثى
*١٩,٣٣	٦,٥٥	٠,٥١	١٧,٥٥	٠,٨٥	٢٤,١٠	درجة	التحصيل المعرفى

* قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,٠٤٨

يتضح من نتائج جدول (١٨) وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس القبلي فى التحصيل المعرفى للوثب الثلاثى قيد البحث . حيث تراوحت قيمة (ت) ما بين (١٩,٣٣ : ٥,٤٧) وجميعها أكبر من قيمة (ت الجدولية). مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى جميع المتغيرات ولصالح لقياس البعدى للمجموعة التجريبية.

ويرى ان البرنامج التعليمى باستخدام أسلوب التعلم الذاتى أسهم ايجابيا فى الفهم والتحليل والمعارف التى يتضمنها البرنامج التعليمى بدرجة أكبر من الشرح اللفظى ،كما أسهم البرنامج ايجابيا فى المسابقة قيد البحث من خلال القدرة على توظيف المعلومات والمعارف التى

يتضمنها البرنامج التعليمي والربط بينهما لاتقان الاداء الحركى والتوافق بين مكونات الاداء والذي يسهم فى تحسين المستوى الرقوى لاتقان الاداء الحركى والتوافق بين مكونات الاداء والذي يسهم فى تحسين المستوى الرقوى بدرجة أكبر من الاعتماد على النموذج العملى ،كما يساعد على تقليل الاخطاء وتم أعداد البرنامج المقترح من خلال الاطلاع على خصائىة ومميزاتة المعده لهذا الغرض وما شمل من طرق ووسائل ايضاح كافيه للمتعلمين بالاضافة الى توضيح الاداء الصحيح لمسابقة الوثب الثلاثى والخطوات التى تتبع لتلك المسابقة وكذلك القدرة على توظيف المعلومات والمعارف والربط بينهما لاتقان الاداء الحركى مما يسهم فى درجة كبيرة فى تحسين مستوى الاداء وتقليل الاخطاء ،كما ان له تأثير ايجابى على زياده دافعيه المتعلمين نحو التعلم مع عدم أغفال الفروق الفردية

كما يتفق ذلك مع نتائج كلا من احمد السيد محمد (٢٠٠٨م) (٢)، سهير السعيد جمعة (٢٠١١م) (٨)، نجوى حسن على (٢٠١٢م) (١٣)، حنان جاعد غالب (٢٠١٣م) (٥)، السيد عادل رجب (٢٠١٦م) (٣) ، كياسنج Cai, Singe (٢٠٠٨م) (١٤) ، حرياش ابرهام Hrpashp Ibrahim (٢٠١٣م) (١٥).

وبذلك يتحقق صحة فرض البحث الثالث والذي ينص:توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين البعديين للمجموعتين التجريبيية والضابطة فى التحصيل المعرفى والقدرات البدنية ومستوى الاداء المهارى للوثب الثلاثى لدى عينة البحث ولصالح المجموعة التجريبيية .

الإستخلاصات والتوصيات

اولا: الإستخلاصات :

- ١- يؤثر البرنامج التعليمى المقترح باستخدام التعلم الذاتى تأثيرا إيجابيا فى تعلم مسابقة الوثب الثلاثى لدى أفراد المجموعة التجريبيية .
- ٢- يؤثر البرنامج التقليدى باستخدام أسلوب الشرح والنموذج تأثير إيجابيا فى تعلم مسابقة الوثب الثلاثى لدى أفراد المجموعة الضابطة.
- ٣- يؤثر البرنامج التعليمى المقترح باستخدام التعلم الذاتى تأثير إيجابيا أفضل من البرنامج التقليدى باستخدام أسلوب (الشرح والنموذج) على التحصيل المعرفى و الاداء المهارى والمستوى الرقوى لمسابقة الوثب الثلاثى

ثانياً: التوصيات:

- ١- ضرورة تطبيق البرنامج المقترح باستخدام التعلم الذاتي في تعلم مهارة الوثب الثلاثي لما تتطلبه المهارات الحركية من تواجد فعلى للطرفين (المعلم / الطلاب).
- ٢- ضرورة استخدام التعلم الذاتي في تعليم مهارات مختلفة في العاب القوى .

المراجع

اولاً: المراجع العربية

- ١- أبو النجا احمد عز الدين: " معلم التربية الرياضية " ، دار الأصدقاء للنشر والتوزيع ، المنصورة (٢٠٠١م).
- ٢- احمد السيد محمد : فاعلية الأسلوب التعاوني علي تحسين المستوي الرقمي ومستوي الأداء المهاري والقدرات البدنية الخاصة للوثب الثلاثي للمبتدئين.رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية جامعة الزقازيق ،(٢٠٠٨م)
- ٣- السيد عادل رجب : " تأثير استخدام أسلوب التعلم التعاوني والتعلم للإتقان علي أداء بعض مسابقات العاب القوى لتلاميذ المرحلة الإعدادية " رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة الزقازيق ٢٠١٦م
- ٤- حسن حسين زيتون: " التعليم والتدريس من منظور البنائية " ، عالم الكتب ، القاهرة.(٢٠٠٣م)
- ٥- حنان جاعد غالب : فاعلية التعلم البنائي المدعم إلكترونياً على جوانب تعلم مسابقة الوثب الثلاثي لتلميذات المرحلة المتوسطة بدولة الكويت،رسالة دكتوراة ،كلية التربية الرياضية للبنات،جامعة الزقازيق، ٢٠١٣م
- ٦- خليل يوسف الخليلي،عبد اللطيف حسين حيدر ، محمد جمال الدين يونس: " تدريس العلوم في مراحل التعليم العام " ، دار القلم للنشر والتوزيع ، دبی ، الإمارات العربية المتحدة(١٩٩٦م)
- ٧- سعد خليل الشاهد: " طرق تدريس التربية الرياضية " ، مكتبة الطلبة ، القاهرة (١٩٩٧م)

٨- سهير السعيد جمعة: فاعلية برنامج قائم على التعلم المنظم ذاتيا لتنمية مهارات حل المشكلات لدى طلاب المرحلة الثانوية رسالة ماجستير غير منشورة بكلية التربية فرع دمياط. جامعة المنصورة، ٢٠١١م.

٩- عبد اللطيف حسين فرج: تحفيز التعلم، ط١، دار الحامد للنشر والتوزيع - عمان. ٢٠٠٧

١٠- عفت مصطفى طهناوى: " أساليب التعليم والتعلم وتطبيقاتها فى البحوث التربوية " ، مكتة الانجلو المصرية ، القاهرة(٢٠٠٢م)

١١- محمد سعد زغلول، يوسف محمد: اثر استخدام الوسائط المتعددة على تعليم بعض مهارات الكرة الطائرة لتلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الاساسى، المجلد السابع العدد الاول، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان. (١٩٩٥م)

١٢- منتصر عبد اللطيف: تأثير برنامج باستخدام نموذج التعلم البنائي المدعم بالحاسب الآلي علي جوانب تعلم مهارات كرة اليد للمبتدئين " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا(٢٠١٤م) .

١٣- نجوى حسن على: مدى فاعلية برنامج تدريبي قائم على استراتيجيات التعلم المنظم ذاتيا فى تقدير الذات والتحصيل الاكاديمي لدى طالبات كلية التربية جامعة القصيم ،مجلة العلوم التربوية والنفسية ،معهد الدراسات التربوية،جامعة القاهرة ،الجزء (١)المجلد (٢٠)٢٠١٢م.

ثانيا: المراجع الاجنبية

١٥- Cai, Singe .x : " Student Enjoyment of Physical Education class In Three Teaching Style Environments " , Education, Vol ١١٨ , Issue ٣,p ٤١٢, ٩p, Spring, ٢٠٠٨ .

١٤- Hrpash Ibrahim : " The Effect of Using the Inclusion and the Reciprocal Teaching Styles to Improve the Level of Physical Performance in the Long Jump " , International Journal of Research in Education and P^tnt. J. Res. ,٢٠١٣ .