

فاعلية استخدام بعض استراتيجيات (التعلم البنائي والتعاوني) على بعض مهارات ألعاب القوى بدرس التربية الرياضية لتلميذات المرحلة الاعدادية

* د/داليا سعد السيد عبد العزيز

المخلص :

يهدف البحث إلي تحسين مستوى الاداء المهارى لمسابقة الوثب الطويل وعدو ٦٠م لتلميذات الصف الثالث الاعدادى.من خلال تصميم برنامج تعليمى مقترح باستخدام بعض استراتيجيات التدريس (الاسلوب البنائى- الاسلوب التعاونى). أستخدمت الباحثة المنهج التجريبي وذلك لملائمته لطبيعة هذا البحث باستخدام التصميم التجريبي ذو المجموعتين (التجريبية- الضابطة) متبعة القياس القبلي والبعدى للمجموعتين. وتمثل مجتمع البحث من تلميذات الصف الثالث الاعدادى بمدرسة بمدرسة اللواء محمد نجيب الرسمية لغات أعدادى بمحافظة الاسكندرية، وذلك للعام الدراسى ٢٠٢٠/٢٠٢١م والبالغ عددهم (١٧٨) تلميذة وقامت الباحثة بإختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وعددهم (٧٨) تلميذة. من مجتمع البحث وتم تقسيمهم إلي مجموعتين إحداهما مجموعة تجريبية والأخرى مجموعة ضابطة قوام كل منهما (٣٠) تلميذة، وقامت الباحثة بسحب عدد (١٨) تلميذة لإجراء الدراسة الإستطلاعية عليهم. **المعالجات الإحصائية:** المتوسط الحسابى- الإنحراف المعياري- الوسيط- معامل الإلتواء- معامل الإرتباط البسيط- إختبار "ت". **أهم النتائج:** يؤثر البرنامج التعليمي المقترح باستخدام (استراتيجيات التدريس) التعلم البنائى و التعليم التعاونى تأثيرا إيجابيا في مستوى الاداء المهارى لمسابقات الوثب الطويل- ٦٠متر عدو لدى أفراد المجموعة التجريبية، يؤثر البرنامج التعليمى باستخدام أسلوب (الشرح وأداء نموذج) تأثير إيجابيا فى مستوى الاداء المهارى لمسابقات الوثب الطويل- ٦٠متر عدو لدى أفراد المجموعة الضابطة، يؤثر البرنامج التعليمى المقترح باستخدام (استراتيجيات التدريس) التعلم البنائى والتعليم التعاونى تأثير إيجابيا أفضل من البرنامج التعليمى باستخدام أسلوب (الشرح وأداء نموذج) فى مستوى الاداء المهارى لمسابقات الوثب الطويل، دفع الجلة، ٦٠متر عدو قيد البحث، **التوصيات:** ضرورة تطبيق البرنامج المقترح باستخدام (استراتيجيات التدريس) التعلم البنائى والتعليم التعاونى فى تعلم الوثب الطويل، ٦٠متر عدو للمرحلة الاعدادية، تطبيق البرنامج المقترح باستخدام (استراتيجيات التدريس) التعلم البنائى والتعليم التعاونى فى مهارات أخرى وعلى مراحل تعليمية مختلفة.

* دكتوراه فى التربية الرياضية-جامعة الزقازيق-منسق لفريق المركز القومى للامتحانات والتقويم التربوى.

Research Summary

The research aims to improve the level of skill performance of the long jump competition and the 60-meter sprint for third year middle school students, through the design of a proposed educational program using some teaching strategies (constructivist method- cooperative method). The researcher used the experimental method due to its suitability to the nature of this research using the experimental design with two groups (experimental- control) following the tribal and remote measurement of the two groups. 2021 AD, their number is (178) female students, and the researcher has chosen the research sample in a deliberate way, and their number is (78) female students. From the research community, they were divided into two groups, one of them is an experimental group and the other is a control group, each consisting of (30) female students. The researcher withdrew (18) female students to conduct the exploratory study on them. **Statistical treatments:** arithmetic mean - standard deviation - median - skew coefficient - simple correlation coefficient - "t" test. **The most important results:** The proposed educational program using (teaching strategies) constructivist learning and cooperative learning positively affects the level of skill performance for the long jump competitions - 60 meters sprint among the experimental group members. The educational program using the method (explanation and model performance) has a positive effect on the level of skill performance for the long jump competitions - 60 meters sprint among the members of the control group. The proposed educational program using (teaching strategies) constructivist learning and cooperative learning has a better positive effect than the educational program using the method (explanation and model performance) in the level of skill performance for the long jump competitions, shot put, 60 meters sprint in question. **Recommendations:** The necessity of applying the proposed program using (teaching strategies) constructivist learning and cooperative education in learning the long jump - 60 meters sprint for the preparatory stage. Applying the proposed program using (teaching strategies) constructivist and cooperative learning in other skills and at different educational stages.

مقدمة ومشكلة البحث:

أن التغيرات السريعة والمتلاحقة في مختلف الميادين التعليمية والتكنولوجية هي من مميزات هذا العصر والتي لا يكفي ان نشجع على تحريكها أو توجيهه بالتكيف معها بل علينا أن نختار بديلاً لها ونسيرها في الاتجاهات التي تؤثر بشكل مباشر على السياسة التعليمية في وطننا العربي، ولقد أصبح ضرورياً البحث عن الأساليب التدريسية المبنية على أسس علمية للوصول إلى تحقيق الأهداف المرجوة من العملية التعليمية والتدريسية، ولما تكتسبه أساليب التدريس من أهمية كبيرة في عملية إعداد التلاميذ وتطوير مستوياتهم، وكان لابد من البحث عن أفضل هذه الأساليب وانسبها وبما يتلاءم مع خصائص المهارات التعليمية والمتعلمين أنفسهم.

ويري "محمد سعد، مصطفى السايح" (٢٠٠٣م) أن أساليب التعليم الحديثة تهدف إلى استغلال جميع حواس المتعلم في التعلم وذلك باستخدام الوسائل والوسائط التعليمية المختلفة التي تخاطب أكثر من حاسة تساعد التلاميذ على التذكر الحركي وتعمل على تيسير عملية التعلم، حيث يكون الأداء أكثر إيضاحاً كما تجعل المتعلم إيجابياً. (١٦ : ٨٦، ٨٧)

وتشير "مكارم حلمي أبو هرجه وأخرون" (٢٠٠٧م) إلى أنه يجب استخدام استراتيجيات تعلم حديثة تزودنا بأفاق واسعة وجديدة ومتنوعة تساعد المتعلمين على تنمية وإثراء معلوماتهم ومهاراتهم العقلية المختلفة وتدريبهم على أن يكونوا مبدعين قادرين على ارتياد أفاق الحداثة بال خوف أو تردد من خلال توفير مجال إيجابي يتفاعل فيه المتعلم مع المعلم لإنتاج كل ما هو جديد ومفيد. (١٧ : ٧)

ويذكر "علي أحمد مدكور" (٢٠٠٥) أنه من الضروري علي المعلمين أن يكونوا ملمين بأحدث الأساليب والتقنيات الحديثة التي تمكنهم من توصيل المعرفة للمتعلمين، وتهيئة مجالات أفضل لتحسين عملية التعليم والتعلم، ومن هنا تظهر أهمية اختيار الأسلوب التدريسي المناسب لتحقيق الهدف المنشود، وهذا الاختيار يتوقف علي خبرة المعلم ومدى إدراكه لطبيعة ومكونات ومتغيرات المواقف التعليمية المختلفة. (٩ : ٢٢٣)

وتشير "كوثر حسين كوجك" (٢٠٠١م) الي أنه قد زاد وعي المعلمين بضرورة استخدام طرق وأساليب جديدة للتدريس تتماشى مع النظم الديمقراطية وتستند على علم النفس الحديث مما يتيح للطلاب فرصة الاشتراك الإيجابي في العملية التعليمية ومن هذه الأساليب استخدام أسلوب التعلم التعاوني. والذي يعمل على تحقيق أكبر عدد من الأهداف التعليمية التي تستهدف تنمية شخصية الطالب من جميع النواحي (١٣ : ٧٤)

كما يذكر "جابر عبد الحميد" (٢٠١٢م) أن الإتجاه الحديث في العملية التعليمية يدعونا إلى إيجابية المتعلم في الحصول على الخبرة التي يهيئها له الموقف التعليمي الذي ينقل محور الأهتمام في العملية التعليمية من المعلم إلى المتعلم ليقف الأخير موقفا إيجابيا نشطا في تحقيق الأهداف التعليمية المطلوبة. (١٤٥ :٦)

وتذكر "لطيفه السميرى" (٢٠٠٣م) إن التعلم التعاوني بأنه احد أساليب التعلم التي تتطلب من الطلاب العمل في مجموعات صغيرة لحل مشكله ما، أو إكمال عمل معين، أو انجاز، أو تحقيق هدف ما، ويشعر كل فرد من أفراد المجموعة بمسئوليته تجاه مجموعته، فجاحه أو فشله هو نجاح أو فشل للمجموعة التي يسعى كل فرد من أفراد المجموعة لمساعدة زميله فيها، وبهذا تشيع روح التعاون بينهما. (١٤ :١٧)

وتشير "غادة محمد حسنى النوبى" (٢٠١٦م) أن التعلم البنائي تصور يتم تنفيذه لمساعدة الطالبات على بناء مفاهيمهم ومعارفهم العلمية وفق أربع مراحل متتابعة فى أصلها من مراحل دورة التعلم الثلاث وهذه المراحل هى : الدعوة، مرحلة الاكتشاف، مرحلة اقتراح الحلول والتفسيرات وأخيرا مرحلة اتخاذ الإجراءات مع التاكيد على ربط العلم بالتكنولوجيا والمجتمع خلال المراحل الأربع. (٣٢ :١٠)

أن النظر الى مخرجات التعلم العام نجد أن نسبة كبيرة منهم ليست على المستوى المأمول من ناحية امتلاكها للمهارات الاساسية بمختلف الفروع بالرغم من الجهود المبذولة من قبل المدرسين والمشرفين ومؤسسات الدولة ولذلك لزم أن يكون هناك علاج لمختلف العوامل المؤثرة، ومنها نوعية التدريس المقدم للمتعلم لجعل التدريس فعالا قادرا على إحداث التغير المطلوب. (١٧٩ :٥)

وترى الباحثة أن الأسلوب المستخدم في تدريس بعض مهارات ألعاب القوى في المنهج المقرر على المرحلة الاعدادية هو أسلوب تقليدي و يعتمد على مصدر واحد للمعرفة وهو الشرح من جانب المعلمة يتبعه عرض للنموذج دون أدنى مشاركة للتلاميذ في الموقف التعليمي، ويكون دور التلميذة هو الاستماع وأداء ما يلقي عليها من المعلمة وتكون التلميذة غير متفاعله بصورة إيجابية في العملية التعليمية وتكون نسبة التحصيل بطيئة للغاية وغير مشجعه على التعلم كما ان الاسلوب التقليدى قد لا يراعى الفروق الفردية بين التلميذات وقد افترض في التلميذات تساويهم في المستوي البدنى والمهارى.

وقد لاحظت الباحثة من خلال عملها مدرس تربية رياضية ومنسق لفريق المركز القومى للامتحانات والتقويم التربوى، أن مستوى الاداء المهارى لبعض مهارات ألعاب القوى

بدرس التربية الرياضية للمرحلة الاعدادية يشوبه بعض القصور والضعف من خلال تقييم آخر العام. كما ان الطرق المستخدمة في عملية التدريس قد تحتاج إلى تطوير حتى يمكنها مساعدة التلميذات على استخدام جميع حواسهما وكذلك إثارة دوافعها نحو عملية التعليم، وكذلك مواجهة عدم كفاية الزمن المخصص للعملية التعليمية، الذي قد يؤدي إلى عدم تحقيق العملية التعليمية لأهدافها المرجوة على الوجه الأكمل ومن هذا المنطلق، ومواكبة للتقدم العلمي في استخدام الوسائل أساليب التعليم الحديثة في مجال تعلم المهارات الحركية، فقد لجئت الباحثة إلى التفكير في تصميم برنامج تعليمي باستخدام (بعض استراتيجيات التدريس) وذلك بهدف تحسين الأداء المهارى لبعض مسابقات ألعاب القوى بدرس التربية الرياضية وهما (مسابقة الوثب الطويل والعدو ٦٠ م) لتميزات الصف الثالث الاعدادى بمدرسة (اللواء محمد نجيب الرسمية لغات أعدادى بمحافظة الاسكندرية)، حيث أن استخدام الاساليب المختلفة يعتبر أحد أساليب التعليم الحديثة ويسهل عملية التعليم والتعلم، ومن خلال إطلاع الباحثة على العديد من الدراسات المرتبطة مثل دراسة كل من "اية حسن إبراهيم (٢٠٢٠م) (٤)، هبة الله عيد السيد (٢٠١٩م) (١٨)، السيد عادل رجب (٢٠١٦م) (٣)، ليث محمد، محمد عيد (٢٠١٤م) (١٥)، حرباش إبراهيم (٢٠١٣م) (٢١)، أثار حسن حامد (٢٠١٢) (٢)، فراس عجيل ياور (٢٠١٢م) (٧)، زان غاو واخرون، "Zan Gao et, al." (٢٠١٢م) (٢٢)، لاحظت الباحثة انة قد لا توجد دراسة علمية- فى حدود علم الباحثة- تناولت دراسة أثر استخدام بعض استراتيجيات التدريس على تعلم بعض مهارات كرة اليد لتلميذات المرحلة الاعدادية، ومن هذا المنطلق العلمى قام الباحث بدراسة تأثير استخدام بعض استراتيجيات (التعلم البنائى والتعاونى) بعض مهارات ألعاب القوى بدرس التربية الرياضية لتلميذات المرحلة الاعدادية

أهمية البحث :

الأهمية العلمية للبحث :

- محاولة للوقوف على مدى فاعلية استراتيجيات (التعلم البنائى والتعاونى) وذلك بهدف تعلم (مسابقة الوثب الطويل والعدو ٦٠ م) لتميزات الصف الثالث الاعدادى.
- إثراء الناحية المعرفية والعلمية لدي العاملين فى مجال تدريس التربية الرياضية عامة وألعاب القوى خاصة.
- يأتي كاستجابة لمواكبة الاتجاهات التربوية الحديثة في مجال تدريس وتعليم مسابقة الوثب الطويل وعدو ٦٠م.

الأهمية التطبيقية :

- توجيه نظر المعلمين والقائمين علي العملية التعليمية إلي إدراك فاعلية أستراتيجيات التدريس (التعلم البنائي والتعاوني) مقارنة بالأسلوب التقليدي.
- إعداد برنامج تعليمي باستخدام أستراتيجيات التدريس (التعلم البنائي والتعاوني) يمكن الباحثين من إعداد برامج آخري.
- قد يسهم هذا النمط الجديد من تنفيذ أستراتيجيات التدريس (التعلم البنائي والتعاوني) في تطوير وتدعيم مفاهيم تفريد التعلم في مجال تدريس ألعاب القوى رياضية أخرى.
- قد يؤدي إلي الارتقاء بعملية التعلم وتفعيلها بما يساعد علي تحقيق أهداف العملية التعليمية لألعاب القوى بصورة عامة وتعلم مسابقة (الوثب الطويل، ٦٠م عدو) بصفة خاصة.

هدف البحث :

يهدف البحث إلي تحسين مستوى الاداء المهارى لمسابقة الوثب الطويل وعدو ٦٠م لتلميذات الصف الثالث الاعدادى.من خلال تصميم برنامج تعليمى مقترح باستخدام بعض أستراتيجيات التدريس(التعلم البنائي والتعاوني)

فروض البحث :

- ١- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط نتائج القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة فى مستوى الاداء المهارى لمسابقة الوثب الطويل،عدو ٦٠م قيد البحث
- ٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط نتائج القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية فى مستوى الاداء المهارى لمسابقة الوثب الطويل،عدو ٦٠م قيد البحث
- ٣- توجد فروق دالة إحصائياً بين نتائج القياسيين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة فى مستوى الاداء المهارى لمسابقة الوثب الطويل،عدو ٦٠م قيد البحث

مصطلحات البحث:

- إستراتيجيات التدريس:

هى "مجموعة من إجراءات التدريس المختارة سلفاً من قبل المعلم أو مصمم التدريس، والتي يخطط لاستخدامها أثناء تنفيذ التدريس بما يحقق الأهداف التدريسية المرجوة بأقصى فاعلية ممكنة وفي ضوء الإمكانيات المتاحة". (٢٠ : ٢٨١)

- التعلم البنائي:

هو مفهوم مستوحى من النظرية البنائية؛ حيث يقوم الأفراد من المتعلمين بإعداد نماذج عقلية يستطيعون من خلالها فهم العالم الذي يحيط بهم.... ومن خلال مطالعة النظريات البنائية الواردة في علم النفس، سنتعرض لمصطلح التعلم باعتباره عملية إعادة بناء بدلاً من كونه عملية يتم من خلالها نقل المعرفة. (٧: ١٥٤)

- التعلم التعاوني:

هو عملية تشاركية تتم بين عدة أطراف في موقف تعليمي علي شكل مجموعات صغيرة وتقوم علي توزيع الأدوار داخل المجموعة الواحدة حسب قدرات الأعضاء لزيادة فاعلية التعلم وتحقيق الهدف المشترك. (١ : ٦٩)

الدراسات المرجعية

أ- الدراسات المرجعية العربية

- أجرت "اية حسن إبراهيم" (٢٠٢٠م) (٤) دراسة بعنوان "استراتيجية التدريس الفعال المدعم بالتمرينات الغرضية والتغذية الراجعة لتعليم سباحة الزحف على البطن للمبتدئات" بهدف التعرف على استراتيجية التدريس الفعال المدعم بالتمرينات الغرضية والتغذية الراجعة لتعليم سباحة الزحف على البطن للمبتدئات المنهج المستخدم: التجريبي العينة: (٥٠) مبتدئة سباحة أهم النتائج: يؤثر البرنامج التعليمي المقترح باستخدام استراتيجية (التعلم الفردي والتعاوني) تأثير إيجابيا أفضل من البرنامج التقليدي باستخدام أسلوب الأوامر (الشرح وأداء نموذج) في التحصيل المعرفي والقدرات البدنية وتعلم سباحة الزحف على البطن.

- أجرت "هبة الله عيد السيد" (٢٠١٩م) (١٨) دراسة بعنوان "تأثير استخدام الهيبيرميديا والفيديو التفاعلي والموبايل التعليمي على التحصيل المعرفي ومستوى الأداء المهاري لبعض مسابقات الميدان والمضمار لتلميذات المرحلة الإعدادية" بهدف التعرف على تأثير استخدام الهيبيرميديا والفيديو التفاعلي والموبايل التعليمي على التحصيل المعرفي ومستوى الأداء المهاري لبعض مسابقات الميدان والمضمار لتلميذات المرحلة الإعدادية. واستخدمت المنهج التجريبي العينة: أربع مجموعات مجموعة ضابطة وثلاث مجموعات تجريبية (١٢ تلميذة) لكل مجموعة وكانت اهم النتائج: تفوقت تلميذات المجموعة التجريبية الثالثة باستخدام استراتيجية الموبايل التعليمي في درجات الاختبارات مهارية ودرجة الاختبار المعرفي في القياس البعدي، مما أدى إلي ارتفاع وتحسن الجانب

المهاري والمعرفي في مسابقات الميدان والمضمار قيد البحث، حيث ظهرت فروق دالة إحصائياً في القياس البعدي بين الأربع مجموعات الثلاث التجريبية والمجموعة الضابطة لصالح المجموعة التجريبية الثالثة باستخدام استراتيجية الموبايل التعليمي.

- أجرى "السيد عادل رجب" (٢٠١٦م) (٣) دراسة بعنوان "تأثير استخدام اسلوبى التعليم التعاوني والتعليم للإتقان على أداء بعض مسابقات العاب القوى لتلاميذ المرحلة الإعدادية" بهدف التعرف على تأثير استخدام اسلوبى التعليم التعاوني والتعليم للإتقان على أداء بعض مسابقات العاب القوى لتلاميذ الصف الأول الإعدادي المنهج المستخدم: التجريبي عينة قوامها: ٣٦ تلاميذ أهم النتائج : وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة في القياس البعدي ولصالح المجموعتين التجريبتين المستخدمة لأسلوب التعليم التعاوني والإتقان.

- أجرى "ليث محمد، محمد عيد" (٢٠١٤م) (١٥) دراسة بعنوان "أثر استخدام إستراتيجية التعليم المتمايز في إكساب بعض المهارات الهجومية في كرة اليد" بهدف الكشف عن أثر استخدام إستراتيجية التعليم المتمايز في إكساب بعض مهارات كرة اليد لدى طلاب السنة الدراسية الرابعة في معهد إعداد المعلمين في نينوى. المنهج المستخدم: التجريبي عينة قوامها (٥٣) طالب ومن أهم النتائج: حقق التعليم المتمايز باستخدام إستراتيجيتي (مراكز التعليم والمجاميع المرنة) إكساب أفضل في بعض المهارات الهجومية في كرة اليد مقارنة بالأسلوب الاعتيادي.

- أجرت "أثار حسن حامد" (٢٠١٢) (٢) دراسة بعنوان "فاعلية استراتيجية التعلم النشط فى الجانب المعرفى لمقرر أساسيات الرياضات المائية على نواتج التعلم لطالبات كلية التربية الرياضية بالاسكندرية" بهدف التعرف على فاعلية استراتيجية التعلم النشط فى الجانب المعرفى لمقرر أساسيات الرياضات المائية على نواتج التعلم لطالبات كلية التربية الرياضية بالاسكندرية المنهج المستخدم: التجريبي العينة: ١٤٤ طالبة أهم النتائج: فاعلية إستراتيجية التعلم التعاونى فى الجانب المعرفى لمقرر أساسيات الرياضات المائية على نواتج التعلم (المعرفية والمهارية والانفعالية) وحققت إستراتيجية العصف الذهنى والتعلم المبرمج نواتج التعلم المراد تحقيقها بنسبة أكبر من التعلم التقليدى.

- أجرى "فراس عجيل ياور" (٢٠١٢م) (١١) دراسة بعنوان "أثر إستراتيجية التدريس المصغر فى تعلم السباحة الحرة للأطفال لأعمار (٦ - ١٠) سنوات" بهدف التعرف على تأثير إستراتيجية التدريس المصغر فى تعلم السباحة الحرة للأطفال لأعمار (٦ - ١٠)

سنوات المنهج المستخدم: التجريبي العينة: (٨) أطفال تم اختيارهم بطريقة عشوائية من مدرسة البطل الاولمبي اختصاص السباحة أهم النتائج: يؤثر البرنامج التعليمي باستخدام التدريس المصغر في تعليم السباحة الحرة للأطفال لأعمار (٦ - ١٠) سنوات.

ب- الدراسات المرجعية الاجنبية:

- أجرى "زان غاو واخرون, Zan Gao et, al." (٢٠١٢م) (٢٢) بدراسة بعنوان "تأثير التعلم النشط علي مستوى الدافعية ومستويات النشاط البدني واستمرار بذل الجهد" بهدف التعرف علي تأثير التعلم النشط علي مستوى الدافعية ومستويات النشاط البدني واستمرار بذل الجهد العينة: (٢٢٥) طالبا المنهج المستخدم: التجريبي أهم النتائج: وجود فرق ذو دلالة إحصائية في الاختبار التحصيلي مستوى الدافعية ومستويات النشاط البدني واستمرار بذل الجهد لصالح المجموعة التجريبية.
- أجرى "حرباش إبراهيم Hrpash Ibrahim" (٢٠١٣م) (١٩) دراسة بعنوان "أثر التدريس بالأسلوبين التضميني والتبادلي على الرفع من مستوى الأداء البدني في الوثب الطويل". أستهذفت 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

إجراءات البحث

منهج البحث:

أستخدمت الباحثة المنهج التجريبي وذلك لملائمته لطبيعة هذا البحث باستخدام التصميم التجريبي ذو المجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة متبعة القياس القبلي البعدي للمجموعتين.

مجتمع وعينة البحث :

تمثل مجتمع البحث من تلميذات الصف الثالث الاعدادي بمدرسة بمدرسة اللواء محمد نجيب الرسمية لغات أعدادي بمحافظة الاسكندرية، وذلك للعام الدراسي ٢٠٢٠/٢٠٢١م والبالغ عددهم (١٧٨) تلميذة وقامت الباحثة بإختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وعددهم (٧٨) تلميذة. من مجتمع البحث وتم تقسيمهم إلي مجموعتين إحداهما مجموعة تجريبية والأخرى مجموعة ضابطة قوام كل منهما (٣٠) تلميذة، وقامت الباحثة بسحب عدد (١٨) تلميذة لإجراء الدراسة الإستطلاعية عليهم.

جدول (١)
توصيف عينة البحث

عينة البحث الكلية	عينة البحث التجريبية	عينة البحث الضابطة	عينة البحث الاستلاعية	عينة البحث
	العدد	العدد	العدد	
٧٨	٣٠	٣٠	١٨	

أعدتاليه عينة البحث:

جدول (٢)
أعدتاليه أفراد عينة البحث الكلية في متغيرات النمو ن = ٧٨

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
العمر الزمني	سنة	١٤.٥٦	٠.٤٩	١٤.٧٦	٠.٠٨-
طول القامة	سم	١٥٦.١٦	٢.٢٥	١٥٧.٠٠	٠.١٠-
وزن الجسم	كجم	٥٢.٥٠	١.٥٣	٥٢.٥٠	٠.٣٢

يتضح من جدول (٢) أن جميع قيم معاملات الالتواء لعينة البحث الكلية في بعض المتغيرات الجسمية (الطول، الوزن، والعمر الزمني) قيد البحث وتراوحت بين (-٠.٠٨): (٠.٣٢) وأن هذه القيم إنحصرت ما بين (± 3)، مما يعني وقوع جميع البيانات تحت المنحنى الإعتدالي، ويؤكد على تجانس عينة البحث ككل في بعض المتغيرات قيد البحث.

جدول (٣)
تجانس عينة البحث الكلية في القدرات البدنية قيد البحث ن = ٧٨

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
سرعة	العدو ٣٠ م من بداية متحركة	ثانية	٨.٤٦	٠.٤٩	٨.٤٥	١.١٣
قدرة عضلية	الوثب العمودي لسارجنت	سم	٢٢.٢٢	٠.٤٦	٢٢.٢٣	٠.١٧
قدرة عضلية لليدين	رمى كرة طبية بيد واحدة	متر	٤.٢٥	٠.٤١	٤.٢٣	١.١٥
رشاقة	الجرى الارتدادى ٤×١ م	ثانية	١١.٣٧	٠.٠٨	١١.٣٤	١.٤٥
مرونة	ثنى الجذع للأمام من الوقوف	سم	٤.٥٦	٠.٠٢	٤.٥٥	٠.٠٣-
قوة عضلية	ثنى ومد الذراعين من الانبطاح المائل	عدد	٨.٢٤	٠.٠٧	٨.٢٥	١.١٥

يتضح من جدول (٣) أن جميع قيم معاملات الالتواء لعينة البحث الكلية في القدرات البدنية قيد البحث تراوحت بين (-٠.١٧): (١.٤٥) وأن هذه القيم إنحصرت ما بين (± 3)، مما يعني وقوع جميع البيانات تحت المنحنى الإعتدالي، ويؤكد على أعتدالية عينة البحث ككل في المتغيرات البدنية قيد البحث.

جدول (٤)

تجانس عينة البحث الكلية فى مستوى أداء مسابقة (الوثب الطويل- ٦٠ متر عدو) قيد
البحث ن = ٧٨

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
مرحلة الاقتراب	درجة	٣.٧٨	٠.٢٥	٣.٨٧	٠.٨٧-
مرحلة الارتقاء	درجة	٣.٤٧	٠.٦٩	٣.٥٠	١.٢٨-
مرحلة الطيران	درجة	٣.٥٣	٠.٤٥	٣.٥٠	٠.١٦
مرحلة الهبوط	درجة	٣.٨١	٠.٢٨	٤.٠٠	١.٤٣-
- الشكل العام لمراحل أداء الوثب الطويل	درجة	١٤.٦٠	٠.٧٦	١٤.٧٥	١.٧٢-
- مرحلة البدء والانطلاق (سرعة رد الفعل)	درجة	٤.٢٩	٠.٢١	٤.٢٥	٠.٣٥
- مرحلة التدرج فى السرعة (تزايد السرعة)	درجة	٤.٢٢	٠.١٣	٤.٢٥	٠.٠٨-
- مرحلة المحافظة على السرعة القصوى.	درجة	٤.١٨	٠.١٢	٤.٢٥	٠.٤٠-
- مرحلة هبوط السرعة.	درجة	٤.٢٥	٠.٢٤	٤.٢٥	٠.١٠
مرحلة إنهاء السباق	درجة	٤.٤٠	٠.١٢	٤.٥٠	٠.٥٣-
-الشكل العام لمراحل أداء سباق ٦٠ متر عدو	درجة	٢١.٣٥	٠.٣٥	٢١.٥٠	٠.٣٦-

يتضح من الجدول (٤) أن قيم معاملات الالتواء فى مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل تنحصر ما بين (-١.٧٢ : ٠.٣٥) وأن جميعها تقع ما بين ± ٣ ، مما يدل تجانس أفراد عينة البحث وأن جميع أفراد العينة قد وقعوا تحت المنحني الاعتدالي فى مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل قيد البحث.

جدول (٥)

التكافؤ بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة فى متغيرات النمو قيد البحث

$$٣٠ = ٢ = ١ ن$$

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة "ت" ودلالاتها
		ع	س	ع	س	
العمر الزمني	سنة	١٤.٥٩	٠.٤٧	١٤.٥٢	٠.٥٢	٠.٣٩
ارتفاع الجسم	سم	١٥٦.٩٠	١.٧٤	١٥٦.٦٠	١.١٤	١.٣٠
وزن الجسم	كجم	٥٢.٨٠	٢.٣٣	٥٢.٥٠	٢.٠٦	٠.٧٣

* قيمة ت الجدولية عند مستوى $٠.٠٥ = ٢.١٠١$

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

جدول (٦)

التكافؤ بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في المتغيرات البدنية قيد البحث

$$٣٠ = ٢ = ١ \text{ ن}$$

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة "ت" ودلالاتها
			ع	س	ع	س	
سرعة	العدو ٣٠م من بداية متحركة	ثانية	٠.٠٢	٨.٤٥	٠.٠٦	٨.٤٦	٠.٦٦
قدرة عضلية	الوثب العمودي لسارجنت	سم	٠.٤٥	٢٢.٢١	٠.٤٤	٢٢.٢٣	١.١٤
قدرة عضلية لليدين	رمى كرة طبية بيد واحدة	متر	٠.٠٣	٤.٢٥	٠.٠٤	٤.٢٦	٠.٠٧
رشاقة	الجرى الارتدادى ١٠×٤م	ثانية	٠.٠٥	١١.٣٥	٠.١١	١١.٣٩	١.٦٤
مرونة	ثنى الجذع للأمام من الوقوف	سم	٠.٠١	٤.٥٥	٠.٠٢	٤.٥٦	٠.٧٠
قوة عضلية	ثنى ومد الذراعين من الانبطاح المائل	عدد	٠.٠٩	٨.٢١	٠.٠٥	٨.٢٥	١.٩٣

* قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.١٠١

يتضح من جدول رقم (٦) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين فى المتغيرات البدنية قيد البحث مما يدل على تكافؤ المجموعتين قيد البحث فى المتغيرات البدنية.

جدول (٧)

التكافؤ بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة فى مستوى الأداء المهارى للمتعلم

لمسابقة (الوثب الطويل - ٦٠ متر عدو) قيد البحث ن ١ = ٢ = ٣٠

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة "ت" ودلالاتها
		ع	س	ع	س	
مرحلة الاقتراب	درجة	٠.٢٩	٣.٧٧	٠.٢١	٣.٧٨	٠.١٣
مرحلة الارتقاء	درجة	٠.٤١	٣.٥٥	٠.٨٩	٣.٤٠	٠.٦٥
مرحلة الطيران	درجة	٠.٤٨	٣.٥١	٠.٤١	٣.٥٥	٠.٢٦
مرحلة الهبوط	درجة	٠.٣٣	٣.٧٥	٠.٢٠	٠.٨٧	١.٤٢
-الشكل العام لمراحل اداء الوثب الطويل	درجة	٠.٥٣	١٤.٥٨	٠.٩٥	١٤.٦١	٠.٠٩
مرحلة البدء والانطلاق (سرعة رد الفعل)	درجة	٠.٢٢	٤.٢٣	٠.١٨	٤.٣٥	٠.٩١
مرحلة التدرج فى السرعة (تزايد السرعة)	درجة	٠.١٤	٤.٢٥	٠.١٣	٤.٢٠	١.٢٨
مرحلة المحافظة على السرعة القصوى.	درجة	٠.١٢	٤.١٥	٠.١٢	٤.٢١	١.٤٢
مرحلة هبوط السرعة.	درجة	٠.٢٤	٤.٢٦	٠.٢٣	٤.٢٣	٠.٢٦
مرحلة إنهاء السباق	درجة	٠.١٢	٤.٤٠	٠.١٢	٤.٤١	٠.٢٩
الشكل العام لمراحل اداء سباق ٦٠ متر عدو	درجة	٠.٣٧	٢١.٣٠	٠.٣٣	٢١.٤١	٠.٩٤

* قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.١٠١

يتضح من جدول رقم (٧) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة مستوى الأداء المهارى للمتعلم لمسابقة (الوثب الطويل - ٦٠ متر عدو) قيد البحث مما يدل على تكافؤ مجموعتين البحث في مستوى الأداء المهارى للمتعلم لمسابقة (الوثب الطويل - ٦٠ متر عدو).

أدوات ووسائل جمع البيانات.

استمارات تسجيل البيانات :

قامت الباحثة بتصميم الاستمارات التالية :

- استمارة تسجيل البيانات (ارتفاع الجسم، وزن الجسم، العمر الزمني). مرفق (١)
 - استمارة تسجيل نتائج القياسات والاختبارات البدنية قيد البحث مرفق (٢).
 - استمارة تسجيل قياسات التلميذات في مراحل أداء مهارة الوثب الطويل - ٦٠ متر مرفق (٣)
 - اختبارات النمو (طول- وزن) مرفق (٤)
 - استمارة استطلاع رأي الخبراء فى القدرات البدنية الخاصة لمهارات (الوثب الطويل- ٦٠ متر عدو) قيد البحث مرفق (٥)
 - اختبارات القدرات البدنية الخاصة (الوثب الطويل- ٦٠ متر عدو) مرفق (٦)
- وقام الباحث بتحديد الإختبارات البدنية التي تقيس القدرات البدنية وفقا لرأى السادة الخبراء مرفق(٦) و جدول (٨) يوضح ذلك

جدول (٨)

النسب المئوية لرأى السادة الخبراء فى متغيرات القدرات البدنية والاختبارات التي تقيسها

م	العنصر	الاختبار المستخدم	النسبة
١	السرعة	- اختبار العدو ١٠ ث	١٠%
		- عدو ٣٠ م من بداية متحركة	١٠٠%
		- الجرى فى المكان (١٥ ث)	٢٠%
		- اختبار العدو ٥٠ ياردة للجنسين	٢٠%
٢	القوة العضلية	- ثنى ومد الذراعين من الانبطاح المائل	١٠٠%
		- اختبار رمى كرة طبية بيد واحدة	٩٠%
		- اختبار الجلوس من الرقود	٦٠%
		- اختبار قوة عضلات الرجلين بالديناموميتر	٧٠%
٣	القدرة العضلية	- اختبار قوة عضلات الظهر بالديناموميتر	٥٠%
		- رمى كرة سلة لأقصى مسافة	٧٠%
		- رمى كرة طبية لأبعد مسافة	٥٠%
		- الوثب العمودي من الثبات (سارجنت)	١٠٠%
		- الوثب العمودي من الحركة	٦٠%
		- الوثب العريض من الثبات	٧٠%

تابع جدول (٨)

النسب المئوية لرآي السادة الخبراء في متغيرات القدرات البدنية والاختبارات التي تقيسها

م	العنصر	الاختبار المستخدم	النسبة
٤	المرونة	-أختبار ثنى الجذع للأمام من الوقوف	%١٠٠
		-أختبار ثنى الجذع للأمام من الجلوس الطويل	
		- ثنى الجذع خلفا من الانبطاح	
٥	الدقة	رمى الكرات على الحائط	صفر
		- التصويب على المستطيلات المتداخلة	-
٦	التوافق	-الدوائر الرقمية	-
		- اختبار نط الحبل	% ١٠
		- اختبار النط في الدوائر الرقمية	
٧	الرشاقة	الجرى الارتدادى ١٠×٤م	%٥٠
		- الجرى الزجراجى ١٠×٤م	%١٠٠
		- الخطوات الجانبية (١٠ ث)	%٢٠

يتضح من الجدول (٧) الصفات البدنية وكذا أنسب الاختبارات التي تقيسها والتي

حصلت على موافقة الخبراء بنسبة ٨٠% فأكثر. وهي كالتالي :

- ١-أختبار العدو ٣٠م من بداية متحركة
 - ٢-أختبار الوثب العمودى لسارجنت
 - ٣-أختبار رمى كرة طبية بيد واحدة
 - ٤-أختبار الجرى الارتدادى ١٠×٤م
 - ٥-أختبار ثنى الجذع للأمام من الوقوف
 - ٦-أختبار ثنى ومد الذراعين من الانبطاح المائل
 - استمارة تقييم مستوى أداء مسابقة الوثب الطويل مرفق (٧)
 - استمارة تقييم مستوى أداء مسابقة ٦٠ مترعدو مرفق (٨)
 - أسماء السادة الخبراء مرفق (٩)
- الأجهزة والأدوات المستخدمة.

استخدمت الباحثة الأجهزة والأدوات التالية :

- جهاز مقياس الطول رستاميتتر Rest meter لقياس الطول الكلى للجسم لأقرب سم.
- ميزان طبي معايير لقياس الوزن لأقرب كجم.
- شريط قياس (متر) لقياس المسافة لأقرب سم.
- حفرة وثب طويل
- حارات لسباق ٦٠م بعرض ١٢٢سم.
- أجهزة كمبيوتر (وداتا شو)

الدراسة الاستطلاعية:

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الاستطلاعية على أفراد العينة الاستطلاعية وعددهم (١٨) تلميذة من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية بمدرسة اللواء محمد نجيب الرسمية لغات أعداى بمحافظة الاسكندرية وذلك فى الفترة من ٢٠٢١/٣/١٤م وحتى ٢٠٢١/٣/١٦م. واستهدفت الدراسة التعرف على ما يلى:-

- مدى ملائمة الاختبارات (البدنية) المستخدمة فى البحث.
- الصعوبات التى قد تواجه الباحثة عند تنفيذ التجربة الأساسية للبحث.
- التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة فى البحث.
- تدريب المساعدين على كيفية إجراء القياسات الخاصة بالمتغيرات قيد البحث.
- المعاملات العلمية للاختبارات المهارية قيد البحث

المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للمتغيرات قيد البحث:
صدق الاختبارات البدنية:

أستخدمت الباحثة طريقة صدق التمايز للتحقق من صدق الاختبارات البدنية قيد البحث، وذلك باستخدام مجموعة مميزة (١٨) تلميذة من منتخب المدرسة اللواء محمد نجيب الرسمية لغات أعداى بمحافظة الاسكندرية لالعاب القوى ومجموعة غير مميزة وعددها (١٨) تلميذة من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية قيد البحث، وجدول (٩) يوضح ذلك.

جدول رقم (٩)

دلالة الفروق بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة فى الاختبارات البدنية قيد البحث

الاختبار	وحدة القياس	مجموعة مميزة ن=١٨		مجموعة غير مميزة ن=١٨		قيمة "ت" ودلائنها
		ع	س/	ع	س/	
العدو ٣٠ من بداية متحركة	ثانية	٦.٤٢	٠.٢	٨.٤٤	٠.٠٦	*١٥.٠١
الوثب العمودى لسارجنت	سم	٢٨.٢١	٠.٤٧	٢٢.٢٣	٠.٤٥	*١٣.٩٥
رمى كرة طبية بيد واحدة	متر	٦.٢٧	٠.٤٩	٤.٢٦	٠.٤٠	*١٢.٣١
الجرى الارتدادى ١٠×٤م	ثانية	٩.٣٥	٠.٠٥	١١.٣٩	٠.١١	*١٢.١٧
ثنى الجذع للأمام من الوقوف	سم	٦.٥٥	٠.٠٢	٤.٤٦	٠.٠١	*١٢.٦٦
ثنى ومد الذراعين من الانبطاح المائل	عدد	١١.١٩	٠.١٠	٨.٢٧	٠.٥٠	*١٥.٧٧

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٠٩٣

يتضح من جدول (٩) بين أفراد المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة فى الاختبارات البدنية قيد البحث الذي يشير إلى صدق المقياس.

ثبات الاختبارات البدنية:

قامت الباحثة باستخدام طريقة تطبيق الإختبار وإعادة تطبيقه لحساب معامل الثبات، وذلك عن طريق تطبيق الاختبارات البدنية قيد البحث على أفراد العينة الاستطلاعية ثم إعادة التطبيق مرة أخرى على نفس العينة بفاصل زمني قدره ثلاث أيام من التطبيق الأول، وتم حساب معامل الارتباط البسيط بين نتائج التطبيقين الأول والثاني، وجدول (١٠) يوضح ذلك.

جدول (١٠)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني للاختبارات البدنية قيد البحث ن = ١٨

قيمة (ر)	التطبيق الثاني		التطبيق الاول		وحدة القياس	الاختبارات
	ع	س/	ع	س/		
٠.٩٢	٠.٠٨	٨.٤٣	٠.٠٦	٨.٤٤	ثانية	العدو ٣٠م من بداية متحركة
٠.٩٨	٠.٤٤	٢٢.٢٢	٠.٤٥	٢٢.٢٣	سم	الوثب العمودي لسارجنت
٠.٩١	٠.٢٠	٤.٢٤	٠.٤٠	٤.٢٦	متر	رمى كرة طبية بيد واحدة
٠.٩٧	٠.١٢	١١.٣٨	٠.١١	١١.٣٩	ثانية	الجرى الارتدادى ٤×١٠م
٠.٩٦	٠.٠٣	٤.٤٧	٠.٠١	٤.٤٦	سم	ثنى الجذع للأمام من الوقوف
٠.٩٢	٠.٧٠	٨.٢٨	٠.٥٠	٨.٢٧	عدد	ثنى ومد الذراعين من الانبطاح المائل

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى $0.05 = 0.093$

يتضح من جدول رقم (١٠) وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوى معنوية 0.05 بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في الاختبارات البدنية قيد البحث، حيث كانت قيمة "ر" المحسوبة أعلى من قيمة ر الجدولية
صدق الاختبارات المهارية:

أستخدمت الباحثة طريقة صدق التمايز للتحقق من صدق الاختبارات المهارية قيد البحث، وذلك باستخدام مجموعة مميزة (١٨) تلميذة من منتخب المدرسة اللواء محمد نجيب الرسمية لغات أعداى بمحافظة الاسكندرية لالعاب القوى ومجموعة غير مميزة وعددها (١٨) تلميذة من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية قيد البحث، وجدول (١١) يوضح ذلك.

جدول (١١)

دلالة الفروق بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة في مستوى الأداء المهارى للمتعم لمسابقة (الوثب الطويل - ٦٠ متر عدو) قيد البحث

الاختبار	وحدة القياس	مجموعة مميزة ن=١٨		مجموعة غير مميزة ن=١٨		قيمة "ت" ودلالاتها
		ع	س/	ع	س/	
مرحلة الاقتراب	درجة	٥.٢٦	٥.٢٧	٣.٨٢	٥.٢٠	*٩.٦٩
مرحلة الارتقاء	درجة	٥.١٥	٥.٢٤	٣.٥٥	٥.٤٣	*٩.٧٩
مرحلة الطيران	درجة	٥.١٠	٥.٢١	٣.٧٠	٥.٣٢	*١٣.١١
مرحلة الهبوط	درجة	٤.٤٥	٥.٧٣	٣.٨٧	٥.٢١	*٥.٣٤
الشكل العام لمراحل اداء الوثب الطويل	درجة	٢٠.١١	٥.١٢	١٤.٩٥	٥.٣٨	*١٠.٩٢
مرحلة البدء والانطلاق (سرعة رد الفعل)	درجة	٥.١٦	٥.٠٨	٤.٣٢	٥.٢٠	*١١.٨٤
مرحلة التدرج في السرعة (تزايد السرعة)	درجة	٥.١٧	٥.٠٩	٤.٢٠	٥.١٠	*١٤.٠٢
مرحلة المحافظة على السرعة القصوى.	درجة	٥.١٧	٥.٠٩	٤.٢٠	٥.١٠	*١٤.٠١
مرحلة هبوط السرعة.	درجة	٥.١٤	٥.٠٩	٤.٣٠	٥.٢٢	*١١.٥٣
مرحلة إنهاء السباق	درجة	٥.٢٠	٥.١٠	٤.٤٠	٥.١٢	*١٢.٣٢
الشكل العام لمراحل اداء سباق ٦٠ متر عدو	درجة	٢٥.٨٧	٥.١٥	٢١.٤٢	٥.٢٨	*٢٠.٢٦

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى $٠.٠٥ = ٢٠.٩٣$

يتضح من جدول (١١) بين أفراد المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة في مستوى الأداء المهارى للمتعم لمسابقة (الوثب الطويل) قيد البحث الذي يشير إلى صدق المقياس. ثبات الاختبارات المهارية:

قامت الباحثة باستخدام طريقة تطبيق الإختبار وإعادة تطبيقه لحساب معامل الثبات، وذلك عن طريق تطبيق مستوى الأداء المهارى للمتعم لمسابقة (الوثب الطويل) قيد البحث على أفراد العينة الاستطلاعية ثم إعادة التطبيق مرة أخرى على نفس العينة بفواصل زمنية قدره ثلاث أيام من التطبيق الأول، وتم حساب معامل الارتباط البسيط بين نتائج التطبيقين الأول والثاني، وجدول (١٢) يوضح ذلك.

جدول (١٢)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني مستوى الأداء المهارى للمتعم لمسابقة (الوثب الطويل - ٦٠ متر عدو) قيد البحث ن= ١٨

الاختبارات	وحدة القياس	التطبيق الاول		التطبيق الثاني		قيمة (ر)
		ع	س/	ع	س/	
مرحلة الاقتراب	درجة	٣.٨٢	٥.٢٠	٣.٨٣	٥.١٩	٥.٩٩
مرحلة الارتقاء	درجة	٣.٥٥	٥.٤٣	٣.٥٦	٥.٤٢	٥.٩٨
مرحلة الطيران	درجة	٣.٧٠	٥.٣٢	٣.٧٢	٥.٣٥	٥.٩٦
مرحلة الهبوط	درجة	٣.٨٧	٥.٢١	٣.٨٩	٥.٢٠	٥.٩٨
الشكل العام لمراحل اداء الوثب الطويل	درجة	١٤.٩٥	٥.٣٨	١٤.٩٧	٥.٤٠	٥.٩٨

تابع جدول (١٢)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني مستوى الأداء المهارى للمتعلم لمسابقة (الوثب الطويل- ٦٠ متر عدو) قيد البحث ن= ١٨

الاختبارات	وحدة القياس	التطبيق الاول		التطبيق الثاني		قيمة (ر)
		ع	س/ع	ع	س/ع	
مرحلة البدء والانطلاق (سرعة رد الفعل)	درجة	٤.٣٢	٠.٢٠	٤.٣٣	٠.٢١	٠.٩٨
مرحلة التدرج في السرعة (تزايد السرعة)	درجة	٤.٢٠	٠.١٠	٤.٢١	٠.١١	٠.٩٦
مرحلة المحافظة على السرعة القصوى.	درجة	٤.٢٠	٠.١٠	٤.٢٢	٠.٠٧	٠.٩٢
مرحلة هبوط السرعة.	درجة	٤.٣٠	٠.٢٢	٤.٣١	٠.٢١	٠.٩٨
مرحلة إنهاء السباق	درجة	٤.٤٠	٠.١٢	٤.٤١	٠.١٤	٠.٩٥
-الشكل العام لمراحل اداء سباق ٦٠ متر عدو	درجة	٢١.٤٢	٠.٢٨	٢١.٥٠	٠.٢٦	٠.٩٣

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى $0.05 = 0.093$

يتضح من جدول رقم (١٢) وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوى معنوية 0.05 بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في مستوى الأداء المهارى للمتعلم لمسابقة (الوثب الطويل)، حيث كانت قيمة "ر" المحسوبة أعلى من قيمة ر الجدولية. البرنامج التعليمى المقترح باستخدام استراتيجيات التدريس (التعلم البنائى والتعاونى) (مرفق ١٠)

معايير البرنامج التعليمى المقترح باستخدام استراتيجيات التدريس (التعلم البنائى والتعاونى) - ان يعمل البرنامج بقدر الامكان على تحقيق الاهداف الموضوعه من اجله من خلال محتواه.

- مرونة البرنامج بحيث يمكن تنفيذه حسب متطلبات الامور.
- ان يتناسب مع استعدادات وقدرات التلميذات فى هذه المرحلة.
- الاستمرار والانتظام حتى يعود بالفائدة المرجوة.
- ان يعمل البرنامج على زيادة التشويق والدافعية.
- ان يكون البرنامج مراعي لعوامل الامن والسلامة عند تنفيذه.
- ان يندرج البرنامج عند تطبيقه من السهل الى الصعب ومن البسيط الى المركب.
- ان يراعى الفروق الفردية بين التلميذات.

مراحل بناء البرنامج التعليمى باستخدام استراتيجيات التدريس (التعلم البنائى والتعاونى) الهدف العام للبرنامج:

يهدف البرنامج الى تعلم تلميذات الصف الثالث الاعدادى بمدرسة (بمدرسة اللواء محمد نجيب الرسمية لغات اعدادى بمحافظة الاسكندرية) للاداء الصحيح لمسابقة الوثب الطويل، سباق

٦٠ متر عدو بالاضافة الى المفاهيم والمعلومات المرتبطة بها ،حيث قامت الباحثة بتقسيم الاهداف

العامة للبرنامج الى ثلاث أهداف طبقا لجوانب التعليم وتتمثل فيما يلي :

أ- الأهداف المعرفية(غير مباشرة)

- أن تتذكر التلميذات بعض النواحي التاريخية للمهارات قيد البحث.
- أن تتقن التلميذات النواحي القانونية للمهارات قيد البحث.
- أن تتعرف التلميذات على المراحل الفنية للمهارات قيد البحث.
- أن تتعرف التلميذات على النقاط الأساسية عند تعليم المهارات قيد البحث.
- أن تتعرف التلميذات على كيفية أداء الحركات بطريقة صحيحة.
- أن تفرق التلميذات بين الأداء الصحيح والخاطئ للمهارات قيد البحث.

ب- الأهداف الوجدانية(مصاحب)

- أن تشعر التلميذات بالسعادة أثناء أداء المهارات قيد البحث.
- أن تشارك التلميذات بإيجابية أثناء تعليم المهارات الأساسية قيد البحث.
- أن تشعر التلميذات بالتشويق أثناء تعلم المهارات الأساسية قيد البحث.

ج- الأهداف المهارية(مباشرة)

- أن تؤدي التلميذات المبادئ الأساسية للمهارات قيد البحث بالطريقة الصحيحة.
- أن تستطيع التلميذات أداء حركات الرجلين وحركات الزراعين بطريقة صحيحة.
- أن تؤدي التلميذات الخطوات التعليمية للمهارات قيد البحث.
- أن تتمكن التلميذات من أداء المهارات قيد البحث بدقة عالية.

أسس بناء البرنامج التعليمي المقترح باستخدام استراتيجيات التدريس (التعلم البنائي والتعاوني)

- ان يتناسب مع المرحلة العمرية لعينة البحث.
- ان يتناسب التسلسل المنطقي لمحتويات البرنامج مع أهدافه ومع خصائص المرحلة السنوية قيد البحث.
- ان يتم تقديم المعلومات التي يتضمنها البرنامج التعليمي في إطار متكامل ومترابط وفعال يستخدم جميع حواس المتعلمين.

- مراعاة التدرج بمحتوى البرنامج من السهل الى الصعب بما يتناسب مع مستوى التلميذات
إجراءات تنفيذ التجربة الأساسية :

القياسات القبليّة: تم إجراء القياس القبلي علي مجموعتي البحث التجريبية والضابطة، وذلك في الفترة من يومى ٢٠٢١/٣/١٧م إلي ٢٠٢١/٣/١٨م .

التجربة الأساسية : تم تطبيق تجربة البحث الأساسية على العينة قيد البحث يوم الاثنين الموافق ٢٠٢١/٣/٢١م، حتى ٢٠٢١/٤/٢٧م ولمدة (٦) أسابيع، وإشتملت على (١٢) وحدات تعليمية بواقع (٢) وحدتان أسبوعياً (الاحد والثلاثاء)، وقد تم تنفيذ برنامج التعليمي المقترح باستخدام (استراتيجية التدريس) على المجموعة التجريبية، وقامت الباحثة باستخدام الاسلوب البنائي في الوحدة الاولى ثم قامت الباحثة باستخدام الاسلوب التعاوني وهكذا حتى أنتهاء البرنامج التعليمي اى انه تم استخدام (٦) وحدات تعليمية بالاسلوب البنائي، (٦) وحدات بالاسلوب التعاوني، ليصبح البرنامج التعليمي (١٢) وحدة تعليمية.

القياسات البعدية :

بعد الانتهاء من فترة تطبيق البرنامج علي عينة البحث قامت الباحثة بإجراء القياسات البعدية في الفترة ٢٠٢١/٤/٢٨م إلي ٢٠٢١/٤/٢٩م لمجموعة البحث التجريبية والضابطة في جميع المتغيرات قيد البحث مع مراعاة توافر نفس الظروف وشروط التطبيق التي تم اتباعها في القياسات القبليّة وتم تسجيل النتائج ثم بعد ذلك تمت المعالجة الإحصائية لهذه البيانات.

المعالجات الإحصائية:

استخدمت الباحثة حزمة البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية (SPSS) والذي يشتمل على المعالجات التالية:

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- الوسيط.
- معامل الارتباط.
- معامل الالتواء.
- اختبار "ت".

عرض ومناقشة النتائج:

عرض ومناقشة نتائج الفرض الاول والذي ينص على : توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط نتائج القياسين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة في مستوى الاداء المهارى لمسابقة الوثب الطويل، عدو ٦٠ قيد البحث

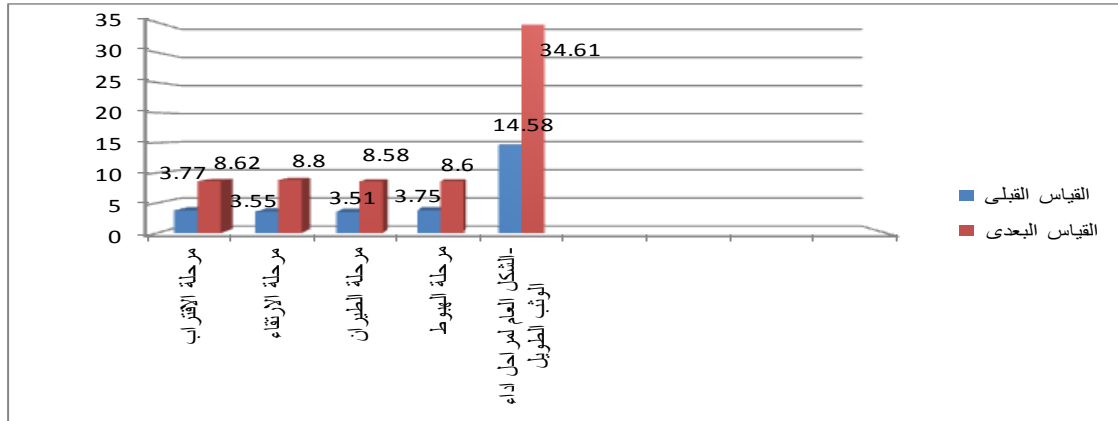
جدول (١٣)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة في مستوى الاداء المهارى للمتعلم لمسابقة (الوثب الطويل) قيد البحث ن = ٣٠

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدى		فرق بين متوسطين	قيمة "ت"
		ع	س	ع	س		
مرحلة الاقتراب	درجة	0.21	6.78	0.21	3.78	3	*17.46
مرحلة الارتقاء	درجة	0.40	6.58	0.89	3.40	3.18	*17.33
مرحلة الطيران	درجة	0.41	6.55	0.41	3.55	3	*17.38
مرحلة الهبوط	درجة	0.20	6.87	0.20	3.87	3	*17.22
الشكل العام لمراحل اداء الوثب الطويل	درجة	0.43	26.80	0.95	14.61	12.19	*25.52

* دال عند مستوى ٠.٠٥

قيمة "ت" الجدولية عند ٠.٠٥ = ٢.١٠١



شكل (١)

متوسط القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهاري للمتعلم لمسابقة (الوثب الطويل) قيد البحث

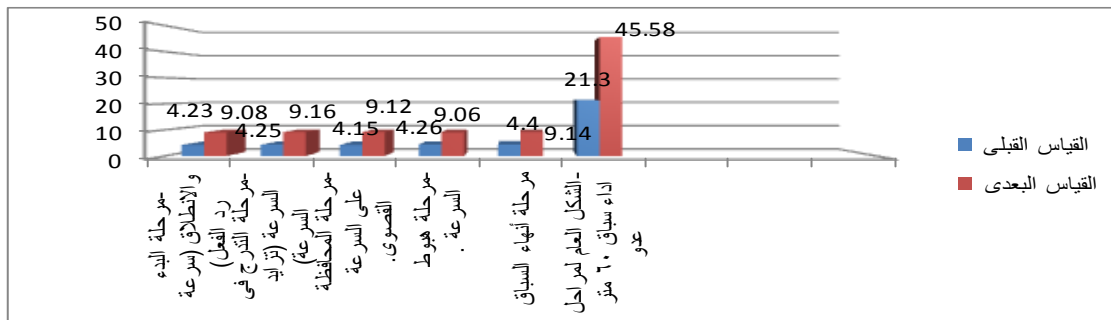
جدول (١٤)

دلالة الفروق بين القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة مستوى أداء مسابقة ٦٠ متر عدو قيد البحث ن = ٣٠

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		فرق بين متوسطين	قيمة "ت"
		س	ع	س	ع		
مرحلة البدء والانطلاق (سرعة رد الفعل)	درجة	٤.٣٥	٠.١٨	٧.١٧	٠.٠٧	٢.٨٢	*٢٨.٢٢
مرحلة التدرج في السرعة (تزايد السرعة)	درجة	٤.٢٠	٠.١٣	٧.١٦	٠.٠٩	٢.٩٦	*٢٨.٥٦
مرحلة المحافظة على السرعة القصوى.	درجة	٤.٢١	٠.١٢	٧.١٧	٠.٠٨	٢.٩٦	*٢١.٣٤
مرحلة هبوط السرعة.	درجة	٤.٢٣	٠.٢٣	٧.١١	٠.١٠	٢.٨٨	*٢٧.٢٥
مرحلة إنهاء السباق	درجة	٤.٤١	٠.١٢	٧.٢٠	٠.٠٩	٢.٧٩	*٢٤.٥٨
الشكل العام لمراحل أداء سباق ٦٠ متر عدو	درجة	٢١.٤١	٠.٣٣	٣٥.٨٣	٠.٢٠	١٤.٤٢	*٣٥.٨٤

* دال عند مستوى ٠.٠٥

قيمة "ت" الجدولية عند ٠.٠٥ = ٢.١٠١



شكل (٢) متوسط القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى أداء مسابقة

٦٠ متر عدو قيد البحث

يتضح من جدول (١٣) والشكل (١) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهارى للتلميذات لمسابقة (الوثب الطويل) لصالح القياس البعدي.

يتضح من جدول (١٤) والشكل (٢) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهارى للتلميذات لمسابقة ٦٠ متر عدو لصالح القياس البعدي.

وتعزو الباحثة تلك النتائج الى ان أسلوب الشرح والنموذج المتبع له تأثير ايجابي على تحسن مستوى الاداء لمسابقة الوثب الطويل، سباق ٦٠متر عدو قيد البحث فمن خلال اعطاء التلميذات المعلومات والمعارف المرتبطة بمسابقة الوثب الطويل وعن طريق اداء نموذج صحيح من المعلمة كان لها تأثير ايجابي فى تكوين صورته واضحة لمسابقة الوثب الطويل، سباق ٦٠متر عدو قيد البحث، مما يؤدي بدوره الى تحسين الاداء مما يوفر الوقت والجهد كما ان أسلوب الشرح والنموذج المتبعة فى عمليه التدريس والمتمثلة فى اعطاء فكرة واضحة عن كيفية الاداء السليم واداء نموذج للتلميذات ثم تأتى الممارسة، والتكرار من جانب المتعلم والتغذية الرجعية من جانب المعلمة وتصحيح الاخطاء ادى بدوره الى الارتقاء بالمستوى المهارى للوثب الطويل، سباق ٦٠متر عدو.

وتتفق الباحثة مع ما أشارت اليه وفيقة سالم (٢٠٠١م) (١٩) أن عملية التدريس ذات أبعاد ثلاثة وتتألف من معلم ومتعلم ومادة تعليمية، على أن تؤدي هذه العملية إلى تعلم التلاميذ وتنمية جوانب التعلم الممثلة في الجوانب المعرفية والنفسحركية والوجدانية، ولا بد من وجود تفاعل بين المعلم وتلاميذه والمادة التعليمية والخبرات التربوية، وتشكل الفروق الفردية بين المتعلمين حالة تحتاج الإهتمام بها ومراعاتها في مراحل إكتساب المهارة والتقدم بالأداء ونعني بها إختلاف الأفراد في قابليتهم وقدراتهم وخبراتهم المكتسبة والموروثة، وذلك لإكمال عملية التعلم والإستفادة من قدرات الأفراد فإنها تساعدنا في تنظيم مفردات المنهج التعليمي بما يلائم المتعلمين ومتطلبات البيئة التعليمية واختيار المهارات الحركية والتدرج بها على ضوء قدراتهم وتصميم الخبرات التعليمية وتحديد أساليب التعلم الملائمة لكل مهارة.

ويتفق ذلك مع نتائج دراسته كلا من "اية حسن إبراهيم (٢٠٢٠م) (٤)، هبة الله عيد السيد (٢٠١٩م) (١٨)، السيد عادل رجب (٢٠١٦م) (٣)، ليث محمد ومحمد عيد (٢٠١٤م) (١٥)، حرباش إبراهيم Hrpash Ibrahim (٢٠١٣م) (٢١)، أثار حسن حامد (٢٠١٢م) (٢)، فراس عجيل ياور (٢٠١٢م) (٧)، زان غاو واخرون، Zan Gao et, al. (٢٠١٢م) (٢٢)

وبذلك يتحقق صحة فرض البحث الاول والذي ينص: توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط نتائج القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الاداء المهارى لمسابقة الوثب الطويل، عدو ٦٠ قيد البحث

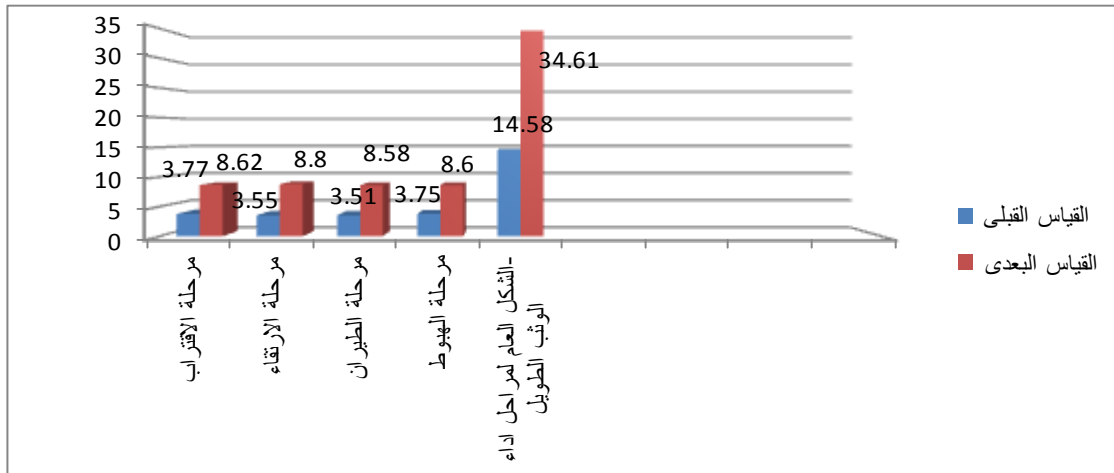
عرض ومناقشة نتائج الفرض الثانى والذي ينص على: توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط نتائج القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الاداء المهارى لمسابقة الوثب الطويل، عدو ٦٠ قيد البحث

جدول (١٥)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء المهارى للمتعلم لمسابقة (الوثب الطويل) قيد البحث ن = ٣٠

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		فرق بين متوسطين	قيمة "ت"
		ع	س	ع	س		
مرحلة الاقتراب	درجة	0.29	3.77	0.71	8.62	4.85	*22.25
مرحلة الارتقاء	درجة	0.41	3.55	0.63	8.80	5.25	*24.64
مرحلة الطيران	درجة	0.48	3.51	0.55	8.58	5.07	*22.61
مرحلة الهبوط	درجة	0.33	3.75	0.69	8.60	4.85	*22.25
الشكل العام لمراحل اداء الوثب الطويل	درجة	0.53	14.58	0.83	34.61	20.03	*41.40

قيمة "ت" الجدولية عند ٠.٠٥ = ٢.١٠١ * دال عند مستوى ٠.٠٥



شكل (٣)

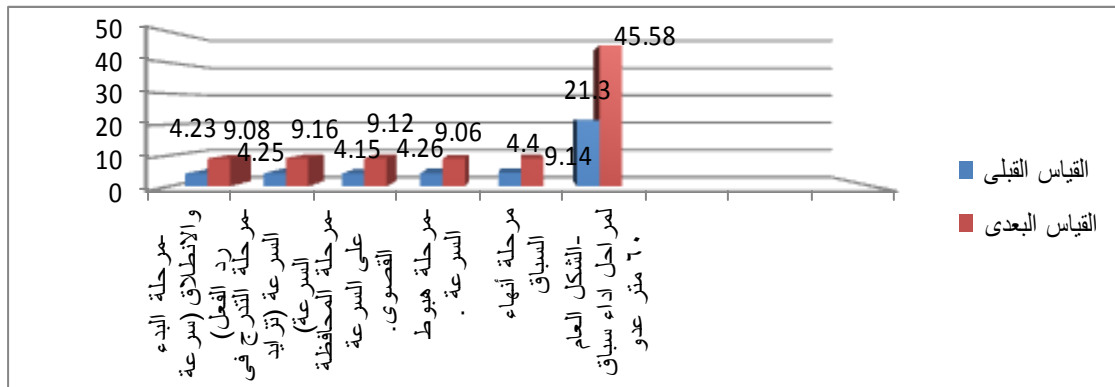
متوسط القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الاداء المهارى للمتعلم لمسابقة (الوثب الطويل) قيد البحث

جدول (١٦)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى أداء مسابقة ٦٠ متر عدو قيد البحث ن = ٣٠

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		فرق بين متوسطين	قيمة "ت"
		س	ع	س	ع		
مرحلة البدء والانطلاق (سرعة رد الفعل)	درجة	٤.٢٣	٠.٢٢	٩.٠٨	٤.٨٥	*٣٤.٨٢	*34.82
مرحلة التدرج في السرعة (تزايد السرعة)	درجة	٤.٢٥	٠.١٤	٩.١٦	٠.١٨	٤.٩١	*٣٦.٤٢
مرحلة المحافظة على السرعة القصوى.	درجة	٤.١٥	٠.١٢	٩.١٢	٠.١٠	٤.٩٧	*٣٦.٨٥
مرحلة هبوط السرعة.	درجة	٤.٢٦	٠.٢٤	٩.٠٦	٠.٠٦	٤.٨	*٣٥.٥٢
مرحلة إنهاء السباق	درجة	٤.٤٠	٠.١٢	٩.١٤	٠.٠٥	٤.٧٤	*٣٧.٢٥
-الشكل العام لمراحل أداء سباق ٦٠ متر عدو	درجة	٢١.٣٠	٠.٣٧	٤٥.٥٨	٠.١٩	٢٤.٢٨	*٥٣.٦٢

قيمة "ت" الجدولية عند ٠.٠٥ = ٢.١٠١ * دال عند مستوى ٠.٠٥



شكل (٤) متوسط القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى أداء مسابقة ٦٠ متر عدو قيد البحث

يتضح من جدول (١٥) والشكل (٣) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهارى للمتعلم لمسابقة (الوثب الطويل) لصالح القياس البعدي.

يتضح من جدول (١٦) والشكل (٤) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى أداء مسابقة ٦٠ متر عدو لصالح القياس البعدي.

وترى الباحثة وجود هذه الفروق المعنوية للمجموعة التجريبية في القياسات البعيدة عنها في القياسات القبلية الي تأثير البرنامج التعليمي المقترح باستخدام (أستراتيجية الاسلوب البنائي والاسلوب التعاوني معا) في تحسين مستوى الاداء للمسابقات (الوثب الطويل- ٦٠متر عدو) قيد البحث، وما اشتمل عليه من تمرينات مختلفة ومتجددة لتحسين عناصر اللياقة البدنية الخاصة مما كان له الاثر على تحسين المستوى المهارى. وان هذه الفروق المعنوية للمجموعة التجريبية في الاداء المهارى (للوثب الطويل - ٦٠متر عدو) قيد البحث. كما ان البرنامج التعليمي المقترح راعى فية الفروق الفردية والجانب الابداعى للتلميذا وتنمية التغذية الرجعية من خلال الباحثة وكان ذلك له الاثر فى التنمية والتحسين وكما كانت اتاحة الفرصة لاستخدام أكثر من أسلوب فى البرنامج انتج عنه تناسب وتناسق المعلومات طبقا للقدرات العقلية للتلميذات وأثارة التعاون بينهم والمساعدة مما أدى الى رفع الكفاءة الجماعية والمشاركة فيما بينهم.

وتتفق الباحثة مع ما أشار اليه "عبد السلام مصطفى عبد السلام" (٢٠٠٠) (٨) أن هناك إيجابيات تعود على المتعلمين من خلال المناقشة والحوار والمشاركة تجعل المتعلم فعّال في الدرس، لا مجرد فرد سلبي يتلقى من المعلم فحسب، ويزداد تقديره للعالم الذي يتلقاه. وان التدريس بالاسلوب البنائي يستثير قدرات المتعلم العقلية وتجعلها في أحسن حالته، نظراً لحالته التحدي العلمي الذي يعيشه مع أقرانه.

وتتفق الباحثة مع ما تشير اليه "لطيفه السميرى" (٢٠٠٣م) (١٤) إن التعلم لتعاوني بأنه احد أساليب التعلم التي تتطلب من الطلاب العمل في مجموعات صغيره لحل مشكله ما، أو إكمال عمل معين، أو انجاز، أو تحقيق هدف ما، ويشعر كل فرد من أفراد المجموعة بمسئوليته تجاه مجموعته، فنجاحه أو فشله هو نجاح أو فشل للمجموعة التي يسعى كل فرد من أفراد المجموعة لمساعدة زميله فيها، وبهذا تشيع روح التعاون بينهما.

ويتفق ذلك مع نتائج دراسته كلا من "اية حسن إبراهيم" (٢٠٢٠م) (٤)، هبة الله عيد السيد (٢٠١٩م) (١٨)، السيد عادل رجب (٢٠١٦م) (٣)، ليث محمد، محمد عيد (٢٠١٤م) (١٥)، حرباش إبراهيم Hrpash Ibrahim (٢٠١٣م) (٢١)، أثار حسن حامد (٢٠١٢) (٢)، فراس عجيل ياور (٢٠١٢م) (٧)، زان غاو واخرون، Zan Gao et, al. (٢٠١٢م) (٢٢)، ان استخدام أستراتيجية التدريس بالتعلم البنائي والتعاوني تعمل ايجابيا على الفهم والمعرفة من خلال التذكر والفهم والتحليل للمعلومات والمعارف والربط بينهم لاتقان الاداء الحركى، مما يساهم بدرجة كبيرة فى تحسين المستوى المهارى وتقليل الاخطاء، كما ان له

تأثير ايجابي على زياده أهتمام دافعية التلميذات نحو التعليم مع عدم أغفال الفروق الفردية، كما ان أستراتيجية التدريس بالتعلم البنائي والتعاوني عملت على جذب اهتمام التلميذات ومساعدتهم على أكتساب الخبرات التعليمية وبقاء أثر التعليم وتوافرها في أى وقت وأى مكان مما يحقق أهداف التعليم للتلميذات.

وبذلك يتحقق صحة فرض البحث الثاني والذي ينص: "توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط نتائج القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية فى مستوى الاداء المهارى لمسابقة الوثب الطويل، عدو ٦٠ م قيد البحث.

عرض ومناقشة نتائج الفرض الثالث والذي ينص على: توجد فروق دالة إحصائياً بين نتائج القياسيين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة فى مستوى الاداء المهارى لمسابقة الوثب الطويل، عدو ٦٠ م قيد البحث.

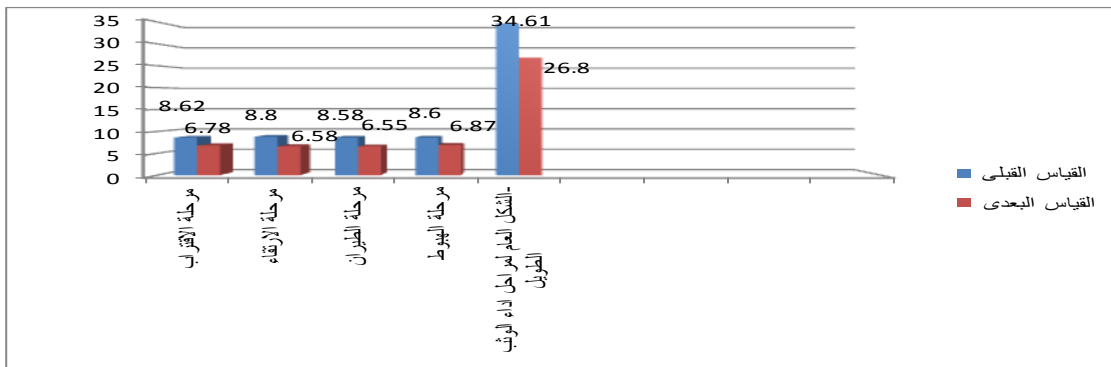
جدول (١٧)

دلالة الفروق بين القياسيين البعدين للمجموعة التجريبية والضابطة فى مستوى الأداء المهارى للمتعلم لمسابقة (الوثب الطويل) قيد البحث ن = ١ = ن = ٢ = ٣٠

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		فرق بين متوسطين	قيمة "ت"
		ع	س	ع	س		
مرحلة الاقتراب	درجه	0.71	8.62	0.21	6.78	1.84	*11.60
مرحلة الارتقاء	درجة	0.63	8.80	0.40	6.58	2.22	*13.78
مرحلة الطيران	درجه	0.55	8.58	0.41	6.55	2.03	*14.71
مرحلة الهبوط	درجه	0.69	8.60	0.20	6.87	1.73	*11.37
-الشكل العام لمراحل اداء الوثب الطويل	درجه	0.83	34.61	0.43	26.80	7.81	*15.30

* دال عند مستوى ٠.٠٥

قيمة "ت" الجدولية عند ٠.٠٥ = ٢.١٠١



شكل (٥)

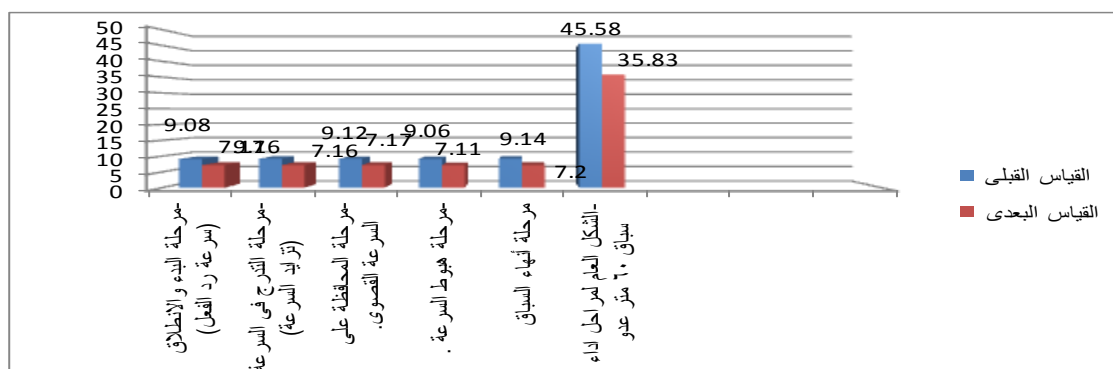
متوسط القياسيين البعدين للمجموعة التجريبية والضابطة فى مستوى الاداء المهارى للمتعلم لمسابقة (الوثب الطويل) قيد البحث

جدول (١٨)

دلالة الفروق بين القياسين البعديين للمجموعة التجريبية تقويم مستوى الأداء المهارى للمتعلم (٦٠ متر عدو) قيد البحث ن = ١ = ٢ ن = ٣٠

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		فرق بين متوطين	قيمة "ت"
		ع	س	ع	س		
مرحلة البدء والانطلاق (سرعة رد الفعل)	درجة	9.08	0.08	7.17	0.07	1.91	*15.97
مرحلة التدرج فى السرعة (تزايد السرعة)	درجة	9.16	0.18	7.16	0.09	2	*19.14
مرحلة المحافظة على السرعة القصوى.	درجة	9.12	0.10	7.17	0.08	1.95	*18.99
مرحلة هبوط السرعة.	درجة	9.06	0.06	7.11	0.10	1.95	*17.88
مرحلة إنهاء السباق	درجة	9.14	0.05	7.20	0.09	1.94	*19.93
-الشكل العام لمراحل اداء سباق ٦٠ متر عدو	درجة	45.58	0.19	35.83	0.20	9.75	*24.80

قيمة "ت" الجدولية عند ٠.٠٥ = ٢.١٠١ * دال عند مستوى ٠.٠٥



شكل (٦) متوسط القياسين البعديين للمجموعة التجريبية تقويم مستوى

الأداء المهارى للمتعلم (٦٠ متر عدو) قيد البحث

يتضح من جدول (١٧) والشكل (٥) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة في مستوى الأداء المهارى للمتعلم لمسابقة (الوثب الطويل) لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية ويتضح من جدول (١٨) والشكل (٦) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة تقويم مستوى الأداء المهارى للمتعلم (٦٠ متر عدو) لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية وترى الباحثة ان البرنامج التعليمى باستخدام (استراتيجية الاسلوب البنائى والاسلوب التعاونى معا) أسهم ايجابيا فى الفهم والتحليل والمعارف التى يتضمنها البرنامج

التعليمى بدرجة أكبر من الشرح اللفظى، كما أسهم البرنامج ايجابيا فى تعلم مسابقة الوثب الطويل وسباق ٦٠ متر عدو قيد البحث من خلال القدرة على توظيف المعلومات والمعارف التى يتضمنها البرنامج التعليمى والربط بينهما لاتقان الاداء الحركى والتوافق بين مكونات الاداء والذى يسهم فى تحسين المستوى المهارى لاتقان الاداء الحركى والتوافق بين مكونات الاداء والذى يسهم فى تحسين المستوى الاداء (للوثب الطويل) - ٦٠ متر عدو بدرجة أكبر من الاعتماد على الشرح واداء النموذج، كما يساعد على تقليل الاخطاء

وتتفق الباحثة مع ما أشار اليه كمال عبد الحميد زيتون (٢٠٠٣م) (١٢) انه للعلاقات الاجتماعية بين المتعلمين فى حجرة الدراسة أهمية كبيرة، وخاصة ما يتعلق منها بتفاعل المعلمين معاً، أي تفاعل متعلم مع متعلم، أو تفاعل جماعة مع جماعة أخرى أثناء تعلم المادة الدراسية، وتتبع أهمية العلاقات الاجتماعية بين المتعلمين ممن كونها تستثيرهم للتعلم، وتعديل من اتجاهاتهم، وتعتمد هذه العلاقات الاجتماعية فى الموقف التعليمى على نوعية الاعتماد الايجابى المتبادل بين المتعلمين ويعد التعلم التعاونى احد أنماط التفاعل بين المتعلمين فى حجرة الدراسة، حيث يتم التفاعل بثلاث أنماط رئيسية من الاعتماد المتبادل، تؤثر كل منها فى تفاعل التلميذ مع زملائه، كما تؤثر فى اتجاهاتهم واحتفاظهم بالمادة التعليمية وأولى هذه الأنماط: الاعتماد الايجابى المتبادل بين المتعلمين، المسمى بالأسلوب التعاونى، أما الصورة الثانية فهى: الاعتماد السلبى المتبادل والمسمى بالأسلوب التنافسى، أما الصورة الثالثة فهى: لا اعتماد متبادل والمسمى بالأسلوب الفردى، ولكل صورة ممن تلك الصور أهميتها، وما يعيننا فى البحث الحالى هو الصورة الأولى "التعاون" وتتضح لنا أهمية التعاون بين المتعلمين فى حجرة الدراسة.

ويتفق ذلك مع نتائج دراسته كلا من "اية حسن إبراهيم (٢٠٢٠م) (٤)، هبة الله عيد السيد (٢٠١٩م) (١٨)، السيد عادل رجب (٢٠١٦م) (٣)، ليث محمد، محمد عيد (٢٠١٤م) (١٥)، حرباش إبراهيم Hrpash Ibrahim (٢٠١٣م) (٢١)، أثار حسن حامد (٢٠١٢) (٢)، فراس عجيل ياور (٢٠١٢م) (٧)، زان غاو واخرون، Zan Gao et, al. (٢٠١٢م) (٢٢) ان استراتيجيات التدريس الحديثة أسهمت ايجابيا فى الفهم والتحليل والمعارف التى يتضمنها البرنامج التعليمى بدرجة أكبر من الشرح اللفظى، كما أسهم البرنامج ايجابيا فى المتغيرات قيد البحث من خلال القدرة على توظيف المعلومات والمعارف التى يتضمنها البرنامج التعليمى والربط بينهما لاتقان الاداء الحركى والتوافق بين مكونات الاداء والذى يسهم فى تحسين المستوى الرقى لاتقان الاداء الحركى والتوافق بين مكونات الاداء والذى

- الرياضية بالإسكندرية، رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية بنات، جامعة الإسكندرية.
- ٣- السيد عادل رجب (٢٠١٦م): تأثير استخدام اسلوبى التعلم التعاوني والتعلم للإتقان على أداء بعض مسابقات العاب القوى لتلاميذ المرحلة الإعدادية رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة الزقازيق.
- ٤- اية حسن إبراهيم (٢٠٢٠م): استراتيجيات التدريس الفعال المدعم بالتمارين الغرضية والتغذية الراجعة لتعليم سباحة الزحف على البطن للمبتدئات، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق
- ٥- بلانش سلامة متياس، نيلي رمزي فهميم (٢٠١٠م): استراتيجيات تدريس التربية الرياضية بين النمطية والمعاصرة، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٦- جابر عبد الحميد جابر (٢٠١٢م): سيكولوجية التعلم ونظريات التعلم، دار النهضة العربية، القاهرة.
- ٧- حسن حسين زيتون، كمال عبد الحميد (٢٠٠٣م): التعلم والتدريس من منظور النظرية البنائية، ط٢، عالم الكتب، القاهرة.
- ٨- عبد السلام مصطفى عبد السلام (٢٠٠٠م): أساسيات التدريس والتطوير المهني للمعلم، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٩- علي أحمد مدكور (٢٠٠٥): مناهج التربية أسسها وتطبيقاتها، ط٢، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ١٠- غادة محمد حسنى النوبى (٢٠١٦م): النظرية البنائية مدخل معاصر لتجويد بيئة التعلم، عالم الكتب، القاهرة.
- ١١- فراس عجيل ياور (٢٠١٢م): أثر إستراتيجية التدريس المصغر فى تعلم السباحة الحرة للأطفال لأعمار (٦- ١٠) سنوات، بحث علمى منشور، مجلة التربية البدنية والرياضة، كلية التربية الرياضية جامعة، بغداد.
- ١٢- كمال عبد الحميد زيتون (٢٠٠٣م): تكنولوجيا التعليم في عصر المعلومات والاتصالات"، عالم الكتب، القاهرة.
- ١٣- كوثر حسين كوجك (٢٠٠١م): اتجاهات حديثة في المناهج وطرق التدريس، الطبعة الثانية، عالم الكتاب، القاهرة.

١٤- لطيفه السميرى (٢٠٠٣م): "فاعلية استخدام استراتيجيات التعلم التعاوني في تنمية المهارات الاجتماعية لدي طالبات كلية التربية جامعة الملك سعود، الرياض"، المجلة التربوية، كلية التربية، جامعة الكويت، العدد ٦٨، مجلد ١٧.

١٥- ليث محمد داود، محمد عيد علي (٢٠١٤م): أثر استخدام إستراتيجيات التعليم المتمايز في إكساب بعض المهارات الهجومية في كرة اليد، مجلة الراافدين للعلوم الرياضية، المجلد العشرون، العدد ستة وستون، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، العراق.

١٦- محمد سعد زغلول ومصطفى السايح محمد (٢٠٠٣م): تكنولوجيا إعداد وتأهيل معلم التربية الرياضية، دار الوفاء للطباعة والنشر، الإسكندرية.

١٧- مكارم حلمي أبو هرجه و أخرون (٢٠٠٧م): مدخل التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

١٨- هبة الله عيد السيد (٢٠١٩م): تأثير استخدام الهيبرميديا والفيديو التفاعلي والموبايل التعليمي على التحصيل المعرفي ومستوى الأداء المهاري لبعض مسابقات الميدان والمضمار لتلميذات المرحلة الإعدادية، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بورسعيد.

١٩- وفيقة مصطفى سالم (٢٠٠١م): تكنولوجيا التعليم والتعلم في التربية الرياضية الجزء الأول، ط١، منشأه المعارف، الإسكندرية.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

20- Jambor & Weeks (2002): Videotape Feedback Make it More effective, journal of physical education, Vol. 66, Feb.

21- Hrpash Ibrahim2013: " 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

22- Zan Gao et, al., 2012 : Effect of active learning on motivation, physical activity levels and continued effort. Vol 118, Issue 3,p 412, 9p, Spring,