تأثير إستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات علي مستوي أداء بعض مهارات الرمي من أعلي (ناجي - وازا) في رياضة الجودو

*م.د/ نجية عبدالفتاح شوقي

المقدمة ومشكلة البحث:

مع تزايد الاهتمام بالتعليم وما يواجهه من صعوبات وتحديات في القرن الحادي والعشرين وما به من ثورة معرفية ومعلوماتية ، فقد تطرقت التربية الرياضية في الأونة الأخيرة أبواب الأساليب الحديثة في مجالات التعليم تمشياً مع التطور العلمي الهائل والسريع في جميع مجالات الحياة المختلفة ، حيث يتسابق الباحثين الرياضين في تصميم البرامج التعليمية المبنية علي أسس ومبادئ علمية باستخدام أحدث النظريات العلمية للوصول بالعملية التعليمية إلي أعلي مستوي ممكن ، لذا فإن التقدم والتطور الكبير في مجالات التربية الرياضية المختلفة أدي بطبيعة الحال إلي ضرورة الاهتمام بوضع البرامج التعليمية الهادفة والإنتقال من الطرق والأساليب التعليمية التي تتمحور حول المعلم مثل الالقاء والمناقشة التي يقودها المعلم إلي الطرق والأساليب التي تتمركز حول المعلم والمتعلم ومنها أسلوب المحطات متباينة المستويات .

كماخطت التربية البدنية والرياضية خطوات واسعة نحو التقدم والرقى مستندة فى ذلك علي نتائج البحوث العلمية فى ذلك المجال والتى ساهمت فى الإرتفاع بالمستويات المختلفة للأنشطة الرياضية لذا كان لزاماً علينا إتباع الأسلوب العلمي كأساس لمزيد من التقدم والتطور فى التربية الرياضية بصفة عامة ورياضة الجودو بصفة خاصة.

ويذكر كلاً من" **محروس محمد قنديل ، محمد إبراهيم شحاته ، أحمد فؤاد الشاذلى(١٩٩٨)**" أنه لكى يتمكن المعلم من دفع طلابه إلى التعلم فلابد له من استخدام طرق وأساليب مختلفة ومتعددة مما يتطلب من المعلم أن يكون ملماً إلماماً تاماً بطرق وأساليب التدريس المختلفة، وكيفية حدوث التعلم من جانب الطلاب، وكيف تؤثر الطرق والأساليب المستخدمة فى سرعة تحقيق الهدف من عملية التعليم والتعلم، وهو إتقان وتثبيت الأداء، وكذا توفير الوسائل المختلفة لمراعاة الفروق الفردية بين الطلاب.(13: ٩١)

ويشير " **على راشد** " (١٩٩٦م) إلي أن هناك العديد من أساليب التدريس التى تختلف بإختلاف المادة الدراسية نظراً لوجود الكثير من المتغيرات المؤثرة مثل طبيعة الموقف التعليمى ، نوعية النشاط الممارس ، والمرحلة التعليمية ، والامكانات المتاحة ، تكنولوجيا التعليم الحديثة ،

* مدرس بقسم الرياضات المائية والمنازلات – كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق.

كما يضيف أن أساليب التدريس بإختلاف أنواعها تعتبر وسائل الإتصال الحقيقية لرسالة التعليم سواء كان محتوى هذه الرسالة معرفياً أو مهارياً أو نفسياً حيث تختص أساليب التدريس بالمدرس لذا عليه أن يختار أفضل الأساليب التى تناسب قدراته وقدرات المتعلمين (8 : ٦٥-٦٦).

ويذكر " **سنجر** Singer (١٩٩٥م) أنه من الضرورى أن يكون لدى المعلم إختيارات متعددة لأساليب التدريس حتى لا يقف عند أسلوب معين (٢٥ : ١٤) .

ونتيجة للتطورات العلمية في أساليب التدريس ، فقد ظهرت أساليب كثيرة منها أسلوب المحطات متباينة المستويات فتشير " **عفاف عبد الكريم** " (١٩٩٤) أن هذا الأسلوب أصبح استراتيجية تدريس هامة في التربية الرياضية ، إذ أنها إذا استخدمت جيدا تعطي إطار عمل لتعلم الخبرات يفي بمطالب جميع وظائف التدريس حيث يقرر المعلم الأعمال التي تؤدى نتيجة تخطيط سابق ، ففي نظام التدريس بالمحطات تؤدى أعمال متنوعة في نفس الوقت ويلعب المعلم فيه دورا هاما حيث أنه يحدد موقف العمل من محطة للأخرى ، ويستخدم أسلوب المحطات كاستراتيجية تدريس لأنه يعطي مرونة في انتقاء المحتوى حيث ينشط جميع المتعلمين لتأدية أعمالا متنوعة ، أما المحتوى والترتيبات الخاصة بالوقت في كل محطة فيمكن أن يقررها المعلم أو التلميذ ، كما أنه ولابد ترتيب البيئة بحيث يؤدي في الدرس أكثر من عمل في نفس الوقت ، فكل عمل يخصص له محطة في الملعب متباينة في المستوى وينتقل المتعلم للأداء من محطة إلى أخرى ، ومن العوامل الصعبة في التدريس بالمحطات هو الاحتفاظ بجودة الأداء في استجابات المتعلمين . فإذا كانت جودة الأداء هي المطلوبة من العمل فعلى المعلم أن يبحث عن طرق متنوعة تجعل المتعلمين مسئولين عن تحسين الأداء ، لأنه من الصعب استخدام التدريس بالمحطات لتقديم مهارات جديدة بسبب الوقت المتاح لتقديم العمل ، فمن المهم أن تستغرق الأعمال المختارة وقتا مساويا لكل منها وتؤدى إلى دافعيه ذاتية ، فإذا كان هناك نشاط يستغرق وقتا طويلا وآخر يستغرق وقتا أقصر فإن ذلك يؤدي إلى مشاكل في النظام ، ويصبح توصيل العمل مشكلة إذا حاول المعلم أن ينفذ أعمالا متعاقبة في محطة واحدة (7: ٢٢٧-٢٣٠) .

ويضيف " **عثمان مصطفى عثمان**" (٢٠٠٢) إمكانية التعلم بمحطات ذات مستويات مختلفة لنفس المهارة الحركية حيث يمكن تفريد خبرة التعلم بوضع الطالبات فى محطات تراعى مستوى قدراتهم أو اهتماماتهم أثناء تعلمهم المهارات الحركية ، كما أشار إلى أن توصيل المعلومات فى التعليم بأسلوب المحطات متباينة المستويات يشكل درجة صعوبة فى إجراءاته حيث يتم تصميم عدة مستويات لتأدية مهارة واحدة فى نفس الوقت ، وتتمثل المشكلة فى جعل كل متعلم ينشط بسرعة بعد أن يكون قد علم بكيفية أداء المهارة داخل مستواها بكل محطة وبالتكرارات المطلوبة وذلك دون وضعه فى دوامة من التوجهات التى تفيده مباشرة كما أنه أشار

إلى إمكانية تقديم ورقة بيان الأعمال للطالبات ووضعها فى لوحات كبيرة أمام كل محطة على حوامل بحيث تشمل على طريقة الأداء للمهارة حسب كل مستوى وبها وسائل إيضاح والتغذية الراجعة والمحك وخانة خاصة بتسجيل النتائج كما أشار أيضاً إلى من مميزات هذا الأسلوب انه يساعد على تقسيم الطالبات فى المجموعة الواحدة إلى فئتين أو أكثر بناءاً على درجات القياس القبلى بحيث يتيح ذلك إلى تصنيف الطالبات إلى مجموعات متجانسة ومتقاربة فى المستوى بما يناسب قدراتهم والفروق الفردية بينهم دون المساعدة المستمرة من المعلم الذى لا يمكنه القيام بكل الأعمال (٥ – ٣١٥).

وتعد رياضة الجودو وسيلة هامة للدفاع عن النفس بأقل قدر من القوي المبذولة، وأكبر قدر من المهارة الحركية والعقلية، وذلك بالاستناد إلي مجموعة من الطرق والأساليب العلمية.
(١٩: ٧٦)، (١٧:٢٣)

ويشير **يحيي الصاوى (١٩٩٦)** إلي أن كل حركة فى الجودو تنقسم إلي ثلاث وحدات أساسية

أولاً الكوزوشى kuzushi وهو إخلال توازن المنافس في الاتجاه الصحيح للحركة، ويختلف في وضع الثبات عنه في أداء الحركة وأثناء التحرك علي البساط ، **ثانياً تسكورى Tsukuri** وهو الدخول أو تنفيذ الحركة ويعتبر المرحلة الأساسية للأداء الحركي ، **ثالثاً كاكى Kake** وهو الوضع النهائي للرمي ويتم فيه عملية المتابعة التي قد يتبعها تنفيذ أحد الفنون المختلفة للجودو.(١٠٨:٢٣)

ومن خلال خبرة الباحثة فى تدريس مقرر الجودو لطالبات الفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية بنات – جامعة الزقازيق، لاحظت إنخفاض مستوى أداء بعض مهارات الرمي من أعلي (ناجي – وازا) والمتمثلة في مهارات (تسوري جوشي – هاني جوشي – أشي جورما) حيث يتم تدريسها بالطريقة التقليدية (أسلوب التعلم بالأوامر)، والذى يعتمد على الشرح اللفظى والنموذج العملى للمهارة دون أدنى مشاركة فعالة من الطالبات فى الموقف التعليمى، وهذا يتعارض مع التطور فى أساليب التدريس من حيث إستخدامها للإرتقاء بالعملية التعليمية فى الوقت الراهن،هذا إلى جانب الزيادة العددية للمتعلمات أثناء المحاضرة ، مما يؤدي إلي عدم متابعة وتصحيح أخطاء الطالبات بالشكل المطلوب والقصور في تقديم المعلومات الخاصة بالمادة والإرتقاء بمستوى الطالبات وزيادة العبء الواقع على المعلمة، وإحتياجها إلي جهد كبير لتعليم المهارات وتبسيطها بحيث يسهل إدراك مراحلها فى محاولة لإتقان كل مرحلة للوصول بها إلى الأداء الصحيح للمهارة، لذا يجب على المعلمة أن تراعى في إختيارها لأسلوب التدريس الإختلاف والتفرد بين المتعلمات اللاتى يمثلن محور العملية التعليمية ، ومن هذه الأساليب

أسلوب التدريس باستخدام المحطات متباينة المستويات والذى يعتمد على تصميم مستويات مختلفة للمهارة.

وعلي حد علم الباحثة لا توجد دراسة علمية تطرقت إلي إستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات في رياضة الجودو ، حيث طبق فى مجالات أخرى مثل دراسة كلاً من " عبدالله قاسم صقر " (٢٠١٤م)(٤) ودراسة " محمد محمود حسن " (٢٠٠٩ م) (١٧) ودراسة "شريف علي إبراهيم " (٢٠٠٨م)(٣) ودراسة " يحيي أحمد كامل " (٢٠٠٨م)(٢٢) ودراسة " خالد حسن توفيق " (٢٠٠٧م) (٢) مما يضفي صفة الحداثة للبحث ، وتري الباحثة أن هذا الأسلوب يعمل علي مراعاة الفروق الفردية بين الطالبات وزيادة زمن الأداء داخل المحطات وكذلك عدد التكرات وهو ما تحتاجه الطالبات لإتقان أداء المراحل الفنية للمهارات للإرتقاء بمستوي أداء هذه المهارات (قيد البحث) وتحقيق التفاعل بين الطالبات والمعلمة ، وبين الطالبات بعضهن البعض ، ومن خلاله يتم التغلب علي مشكلات الزيادة العددية للطالبات أثناء المحاضرة مما يعمل علي تحسين المنظومة التعليمية وتحقيق نتائجها وجعلها أكثر فاعلية .

ومن هنا جاءت فكرة البحث في كونها محاولة علمية للتعرف علي تأثير البرنامج التعليمي المقترح باستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات علي مستوي أداء بعض مهارات الرمي من أعلي (ناجي وازا) في رياضة الجودو .

هدف البحث:

يهدف هذا البحث إلى التعرف على تأثير إستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات علي مستوي أداء بعض مهارات الرمي من أعلي (ناجي وازا) في رياضة الجودو وذلك من خلال.

٢- تصميم برنامج تعليمي بإستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات .

٣- التعرف علي تأثير البرنامج التعليمي بإستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات علي مستوي أداء بعض مهارات الرمي من أعلي (ناجي - وازا) (تسوري جوشي- هاني جوشي - أشي جورما) في رياضة الجودو لطالبات الفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق.

فروض البحث:

١- وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوي أداء بعض مهارات الرمي من أعلي (ناجي وازا) (تسوري جوشي- هاني جوشي - أشي جورما) في رياضة الجودو لصالح القياس البعدي.

٢- وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوي أداء بعض مهارات الرمي من أعلي (ناجي وازا) (تسوري جوشي- هاني جوشي - أشي جورما) في رياضة الجودو لصالح القياس البعدي.

٣-وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوي أداء بعض مهارات الرمي من أعلي (ناجي وازا) (تسوري جوشي- هاني جوشي - أشي جورما) في رياضة الجودو لصالح المجموعة التجريبية.

مصطلحات البحث:

أسلوب المحطات متباينة المستويات:

هو" أسلوب تدريس يتم تقسيم المتعلمين فيه إلى مجموعات متقاربة فى القدرات بناء على القياسات القبلية ويتكون من عدة محطات كل محطة ذات مستويات معينة لتأدية المهارات الحركية وفيه يوزع المتعلمين على المحطات بالتساوي على أن يمر جميع المتعلمين بكل مستويات المحطات التالية ويؤدى الأعمال حسب ورقة بيان العمل وتكراراته المسلمة للمتعلمين والمعلقة أمام كل محطة".(٢٥٣:٥)

مستوي الأداء المهاري :

هو " الدرجة أو الرتبة التي يصل إليها اللاعب من السلوك الحركي الناتج عن عملية التعلم لاكتساب وإتقان حركات من النشاط الممارس على أن تؤدي بشكل يتسم بالانسيابية والدقة وبدرجة عالية من الدافعية عند الفرد لتحقيق أعلى النتائج مع الاقتصاد في الجهد" (٦: ٢٦) .

الدراسات المرجعية :

١- قام **عبدالله قاسم صقر** (٢٠١٤)(٤) بدراسة تهدف إلي التعرف على أثر إستخدام المحطات متباينة المستويات علي مستوي أداء بعض المهارات الحركية الأساسية لطفل ما قبل المدرسة بدولة الكويت ،وإستخدم الباحثان المنهج التجريبي،وبلغ عدد عينة البحث (٤٦) تلميذاً تم تقسيمهم إلي مجموعتين تجريبيتين ومجموعة ضابطة قوام كل منهم (٢٣) تلميذاً، وكانت أهم النتائج أن استخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات كان له تاثير إيجابي على مستوى مستوي أداء بعض المهارات الحركية الأساسية لطفل ما قبل المدرسة.

٢- قام **محمد محمود حسن** (٢٠٠٩)(١٧) بدراسة تهدف إلي التعرف على أثر إستخدام المحطات متباينة المستويات علي مستوي أداء بعض المهارات بدرس التربية الرياضية ،وأستخدم الباحث المنهج التجريبى، وبلغ عدد عينة البحث (٤٠) تلميذاً تم تقسيمهم إلي مجموعتين تجريبيتين ومجموعة ضابطة قوام كل منهم (٢٠) تلميذاً، وكانت أهم النتائج أن

استخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات أظهر تحسن في مستوي أداء بعض المهارات بدرس التربية الرياضية لتلاميذ الحلقة الأولي من التعليم الأساسي لمهارات الجمباز وكرة السلة قيد البحث أكثر من الأسلوب التقليدي (الشرح – النموذج) مما يدل علي فاعليته وتأثيره الإيجابي .

٣- قام **يحيي أحمد كامل** (٢٠٠٨)(٢٢) بدراسة تهدف إلي التعرف على أثر إستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات علي مستوي أداء بعض المهارات الأساسية فى كرة القدم،وأستخدم الباحث المنهج التجريبى وبلغ عدد عينة البحث (٣٠) طالب تم تقسيمهم إلي مجموعتين تجريبيتين ومجموعة ضابطة قوام كل منهم (١٥) طالب، وكانت أهم النتائج أن استخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات أدي إلي تحسين بعض المهارات الأساسية فى كرة القدم.

٤- قام **شريف علي إبراهيم** (٢٠٠٨)(٣) بدراسة تهدف إلي التعرف على أثر إستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات علي مستوي أداء بعض المهارات بدرس التربية الرياضية ،وأستخدم الباحث المنهج التجريبى وبلغ عدد عينة البحث (٣٢) تلميذاً تم تقسيمهم إلي مجموعتين تجريبيتين ومجموعة ضابطة قوام كل منهم (١٦) تلميذاً، وكانت أهم النتائج أن استخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات ساهم بطريقة إيجابية في تعلم بعض مهارات العاب القوي للمجموعة التجريبية وكان أكثر فاعلية من الأسلوب التقليدي (الشرح – النموذج) في العملية التعليمية وعملية التعلم .

٥- قام **خالد حسن توفيق** (٢٠٠٧)(٢) بدراسة تهدف إلي التعرف على أثر إستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات علي المستوي الفني والرقمي لسباحة الزحف علي الظهر لدي طلاب كلية التربية الرياضية، وأستخدم الباحث المنهج التجريبى، وبلغ عدد عينة البحث (٢٠) طالباً تم تقسيمهم إلي مجموعتين تجريبيتين ومجموعة ضابطة قوام كل منهم (١٠) طلاب، وكانت أهم النتائج أن استخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات أدي إلي تحسين المستوي الفني والرقمي لسباحة الزحف علي الظهر لدي طلاب كلية التربية الرياضية.

الاستفاده من الدراسات المرجعية :

- معظم الدراسات استخدمت المنهج التجريبي ذو القياس القبلي والبعدي .
- تحديد الاختبارات المستخدمه لقياس المتغيرات البدنيه قيد البحث .
- تحديد أبعاد ومحتوى البرنامج التعليمي المقترح باستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات .

- تحديد البرنامج الزمنى .
- استفادت الباحثه من نتائج هذه الدراسات فى تفسير ومناقشه النتائج .
- تحديد أنسب المعالجات الاحصائيه بما يتناسب مع طبيعه فروض وأهداف الدراسه الحالية .

إجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة مستخدمة في ذلك القياس القبلي والبعدي لكل منهما وذلك لملاءمته لطبيعة هذا البحث .

مجتمع وعينة البحث:

قامت الباحثة بإختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من طالبات الفرقة الثالثة تخصص جودو بكلية التربية الرياضية بنات – جامعة الزقازيق الفصل الدراسى الثانى للعام الجامعى ٢٠١٥/٢٠١٦ وقد بلغ عدد مجتمع البحث (٦٤) طالبة، وقد تم أستبعاد عدد (6) طالبات منهن (4) طالبات حاصلات على درجة الحزام البني في الجودو ،وعدد (٢) طالبة مصابة ، وتم اختيار عينه استطلاعية بالطريقة العشوائية قوامها (١٨) طالبة لإجراء الدراسة الإستطلاعية ولإيجاد المعاملات العلمية (الصدق – الثبات) للإختبارات البدنية قيد البحث وبذلك بلغ عدد عينة البحث الأساسية النهائية (40) طالبة ، وقد تم تقسيمهن إلي مجموعتين إحداهما تجريبية يتم التدريس لهن بإستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات والأخري مجموعة ضابطة يتم التدريس لهن من خلال طريقة التدريس المعتادة باستخدام أسلوب الشرح وأداء النموذج ، قوام كل منهن (20) طالبة ، وجدول (١) يوضح تصنيف مجتمع وعينة البحث.

جدول (١) تصنيف مجتمع وعينة البحث

البيان	مجتمع البحث	عينة البحث الأساسية	العينة الاستطلاعية	المستبعدات
العدد	64	40	18	6
النسبة	%١٠٠	% 62.5	% 28.13	% 9.37

أسباب إختيار عينة البحث:

- جميع أفراد عينة البحث الأساسية يخضعون لخطة دراسية واحدة عملياً ونظرياً.
- تقوم الباحثة بالتدريس لعينة البحث وهذا يوفر حسن التعاون عند تطبيق تجربة البحث.

اعتدالية توزيع مجتمع البحث :

قامت الباحثة بإيجاد إعتدالية عينة البحث فى

- معدلات النمو (السن – الطول – الوزن) والذكاء.

- المتغيرات البدنية (قدرة عضلات الرجلين للأمام- قدرة عضلات الذراعيين - قوة عضلات الرجلين - التوازن الحركي).
- مستوى أداء بعض مهارات الرمي من اعلي (ناجي - وازا) والمتمثلة في مهارات (تسوري - جوشي (Tsuri - goshi) - هاني - جوشي (hane - goshi) - أشي - جورما (Ashi - gurama) وجدول (٢) يوضح ذلك .

جدول (٢) إعتدالية توزيع مجتمع البحث في جميع المتغيرات (قيد البحث) ن = ٦٤

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
السن	سنة	20.06	٢٠,٠٠	٠,٧٧	2,34
الطول	سم	165.03	١٦٥,٠٠	١,٣٤	0,07
الوزن	كجم	65.93	٦٦,٠٠	٠,٧٨	0,27-
الذكاء	درجة	68.05	٦٨,٠٠	٠,٨٤	0,18
القدرة العضلية للرجلين	متر	1.56	1.54	0.05	1,2
القدرة العضلية للذراعين	متر	٣,٤٦	٣,٤٢	٠,١٤	0,86
قوة عضلات الرجلين	كجم	121.59	124.00	1.73	2,02-
التوازن الحركي	درجة	66.30	66.00	1.99	0,45
تسوري جوشي Tsuri – goshi	درجة	٢,٠٦	٢,٠٠	٠,٧٥	0,24
هاني جوشي hane – goshi	درجة	٢,١٢	٢,٠٠	٠,٦٥	0,55
أشي جورما Ashi – gurama	درجة	٢,٢٠	٢,٢٥	٠,٨٠	1,03-

يتضح من جدول (٢) أن قيم معاملات الالتواء لمجتمع البحث تراوحت ما بين (2,34 ، -2,02) أي انحصرت ما بين (± ٣) مما يدل علي أن المعلومات تتبع المنحنى الاعتدالى في جميع المتغيرات (قيد البحث).

تكافؤ مجموعتي البحث

قامت الباحثة بإجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث(التجريبية والضابطة) في جميع المتغيرات قيد البحث وفقاً لنتائج القياسات القبلية كما هو موضح بجدول (٣) .

جدول (٣) دلالة الفروق بين مجموعتي البحث (التجريبية - الضابطة)

فى (متغيرات النمو، الذكاء ، المتغيرات البدنية ، المهارية) قيد البحث ن١ = ن٢ = ٢٠

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية ن = ٢٠		المجموعة الضابطة ن = ٢٠		م ف	قيمة "ت"
		م	ع	م	ع		
معدلات النمو							
السن	درجه	20.35	0.75	20.05	0.60	0.30	1.45

الطول	درجه	165.20	1.28	165.10	1.41	0.10	0.25
الوزن	درجه	65.70	0.80	65.95	0.69	0.25	0.89
القدرات العقلية							
الذكاء	درجة	68.25	0.85	68.00	0.73	0.25	0.84
المتغيرات البدنية							
القدرة العضلية للرجلين	متر	1.58	0.73	1.55	0.04	0.03	1.22
القدرة العضلية للذراعين	متر	3.49	0.18	3.42	0.02	0.07	1.60
قوة عضلات الرجلين	كجم	124.75	2.05	124.35	1.63	0.40	0.94
التوازن الحركي	درجة	65.20	3.04	64.25	4.60	0.95	1.10
المتغيرات المهارية							
تسوري جوشي Tsuri – goshi	درجة	2.55	0.56	2.15	0.78	0.40	1.87
هاني جوشي hane – goshi	درجة	2.15	0.89	2.45	0.48	0.30	1.58
أشي جورما Ashi – gurama	درجة	2.38	0.53	2.10	0.70	0.28	1.47

قيمة ت الجدولية عند مستوى دلالة (0.05)= ٢.٠١٨

يتضح من جدول (٣) عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين مجموعتي البحث (التجريبية – الضابطة) في متغير(معدلات النمو – الذكاء –المتغيرات البدنية – المتغيرات المهارية)(قيد البحث) مما يدل علي تكافؤ مجموعتي البحث في جميع المتغيرات (قيد البحث).

أولاً : أدوات جمع البيانات:

أ: الأجهزة والأدوات المستخدمة فى البحث:

- جهاز الرستامير لقياس الطول الكلى للجسم بالسنتيمتر.
- ميزان طبى معاير لقياس الوزن بالكيلو جرام.
- جهاز ديناموميتر لقياس قوة عضلات الرجلين.
- كرات طبية ، شريط قياس ، شريط لاصق ملون ، ساعة إيقاف.
- صالة جودو مجهزة بالكلية.

ثانياً: الإختبارات البدنية قيد البحث: مرفق (٣)

قامت الباحثة بإجراء بعض المقابلات الشخصية مع مجموعة من الخبراء في مجال (رياضة الجودو) لتحديد بعض القدرات البدنية الأكثر ارتباطا بالمهارات قيد البحث فى رياضة الجودو مرفق (١) ثم قامت الباحثة بمسح مرجعى لبعض المراجع العلمية المتخصصة فى

الإختبارات والمقاييس والتى أمكن الحصول عليها مثل:**محمد حسن علاوى ومحمد نصر الدين رضوان** (٢٠٠١)(١٥)، **محمد صبحى حسانين** (٢٠٠٣)(١٦) لتحديد أنسب الإختبارات التى تقيس القدرة العضلية للرجلين والذراعين وقدرة عضلات الرجلين والتوازن الديناميكى،وبناءً على ذلك تم تحديد الإختبارات التالية:

١- إختبار الوثب العريض من الثبات (لقياس القدرة العضلية للرجلين) .

٢- إختبار دفع كرة طبية زنة (٣) كجم (لقياس القدرة العضلية للذراعيين)

٣- إختبار قوة عضلات الرجلين بجهاز الديناموميتر (لقياس قوة عضلات الرجلين).

٤- إختبار باس المعدل للتوازن الديناميكي (لقياس التوازن الحركي)

ثالثاً: تقييم مستوى أداء المهارات قيد البحث فى رياضة الجودو:

تم تقييم أفراد عينة البحث الأساسية فى مستوى أداء المهارات (توماي ناجي – أشي جورما – تسوري جوشي) فى رياضة الجودو عن طريق لجنة مكونة من ثلاث محكمات من أعضاء هيئة التدريس لرياضة الجودو بالكلية مرفق (٤)، وتم حساب الدرجة من (١٠) درجات لكل مهارة على حدة، وقد تم أخذ متوسط الدرجات.

رابعاً: إختبار القدرة العقلية العامة"الذكاء": مرفق(٥)

قام ببناء هذا الإختبار **فاروق عبد الفتاح** (٢٠٠١) (٩) ، ويتضمن الإختبار(٩٠) سؤالاً من الأسئلة الذهنية التى تبين قدرة المختبرة على التفكير (الذكاء)،من خلال قياس القدرات العقلية المتعددة مثل (القدرة اللغوية – القدرة الحسابية – القدرة العددية) وهو صالح لكلا الجنسين، والمرحلة السنية المناسبة لتطبيقه مرحلة الشباب ، وزمن هذا الإختبار (٣٠) دقيقة.

الدراسة الإستطلاعية الأولى:

قامت **الباحثة** بتطبيق وحدة تعليمية على أفراد عينة البحث الاستطلاعية وعددهن (١٨) طالبة من مجتمع البحث و خارج العينة الأساسية في الفترة من ٢٤ / ٢/ ٢٠١٦م إلي ٢ /٣/ ٢٠١٦م وذلك للتأكد من :

- تدريب المساعدات على إجراء القياسات وتطبيق وحدة من وحدات البرنامج.
- التعرف على الصعوبات التي قد تواجه الباحثة أثناء إجراء الدراسة الأساسية.
- مناسبة البرنامج لعينة البحث الأساسية.
- مدى ملائمة الإختبارات المستخدمة لأفراد عينة البحث.
- تحديد عدد التكرارات وفترات الراحة بين كل تمرين وأخر.
- إيجاد المعاملات العلمية (الصدق – الثبات) للاختبارات قيد البحث.

نتائج الدراسة الإستطلاعية الأولى:

١- صلاحية محتوى الوحدات التعليمية بالبرنامج التعليمي المقترح ومناسبتة لعينة البحث الأساسية.

٢- ذُللت الصعوبات التى واجهت الباحثة قبل تنفيذ التجربة الأساسية للبحث.

٣- تم التأكد من ملائمة الإختبارات المستخدمة لأفراد عينة البحث.

٤- تم التحقق من المعاملات العلمية(الصدق – الثبات) للإختبارات قيد البحث.

المعاملات العلمية (الصدق – الثبات) للإختبارات قيد البحث:

أ- معامل الصدق للأختبارات البدنية :

أستخدمت الباحثة صدق التمايز للتحقق من صدق الإختبارات البدنية،وذلك بمقارنة نتائج قياسات المجموعتين إحداهما عينة البحث الإستطلاعية (مجموعة مميزة) وعددهن (١٨) طالبة من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية ، والأخري طالبات بالفرقة الثانية (مجموعة غير مميزة) ، ثم تم إيجاد دلالة الفروق بين هذه القياسات،وذلك يوم الاربعاء الموافق ٢٤ /٢/٢٠١٦، وجدول (٤) يوضح ذلك، ولحساب الصدق لإختبار القدرة العقلية العامة "الذكاء" تم عن طريق حساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات (الصدق الذاتي)،وجدول (٦) يوضح ذلك.

جدول (٤) دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة

فى المتغيرات البدنية قيد البحث ن١=ن٢=١٨

م	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة المميزة		المجموعة غير المميزة		م ف	قيمة ت
			م (١)	ع(١)	م(٢)	ع (٢)		
١-	قدرة عضلات الرجلين	متر	1.66	0.17	1.34	0.29	0.31	4.16
٢-	قدرة عضلات الذراعيين	متر	3,45	0.15	2.39	0.88	1.07	5.06
٣-	قوة عضلات الرجلين	كجم	123.67	1.85	121,94	3,24	1.72	3.02
٤-	التوازن الحركي	درجة	64,72	3,00	61,17	1,86	3,55	4,10

قيمة " ت" الجدولية عند مستوي ٠,٠٥ = ٢,٠١٤

يتضح من جدول (٤) أن قيمة "ت" المحسوبة أكبر من قيمة " ت " الجدولية مما يدل علي وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في المتغيرات البدنية (قيد البحث) لصالح المجموعة المميزة مما يدل علي صدق الاختبارات في قياس ما وضعت من أجله .

ثانياً: معامل الثبات:

قامت الباحثة بإيجاد معامل الارتباط للإختبارات البدنية ، والقدرة العقلية العامة "الذكاء" قيد البحث وذلك عن طريق تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه (Test R –Test) وبفاصل زمني أسبوع بين التطبيق الأول الموافق ٢٤ / ٢/٢٠١٦م والثاني ٢ / ٣ / ٢٠١٦ م وذلك علي العينة السابق ذكرها وجدولى (٥)،(٦) يوضحان ذلك.

جدول (٥) معامل الثبات للإختبارات البدنية قيد البحث ن = ١٨

م	المتغيرات	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة معامل الارتباط " ر "
			م (١)	ع(١)	م(٢)	ع (٢)	
١	قدرة عضلات الرجلين	متر	1.66	0.17	1,51	0,18	0,73**
٢	قدرة عضلات الذراعيين	متر	3.45	0.15	3,02	0,45	0,60**
٣	قوة عضلات الرجلين	كجم	123.67	1.85	122,17	3,73	0,74**
٤	التوازن الحركي	درجة	64,72	3,00	63,33	5,40	0,88**

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = 0,468

يتضح من جدول (٥) أن معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في المتغيرات البدنية قيد البحث انحصرت مابين (0,60**،0,88**) وهذا يدل أن هذه الاختبارات ذات معاملات ثبات عالية.

المعاملات العلمية لإختبار القدرة العقلية العامة "الذكاء"

جدول (٦) المعاملات العلمية (الثبات ــ الصدق الذاتي) لإختبار القدرة العقلية العامة "الذكاء" ن = ١٨

المتغير	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل الثبات	الصدق الذاتي
		م	ع	م	ع		
القدرة العقلية العامة "الذكاء"	درجة	68,17	0,86	65,83	2,81	0,62**	0,79

قيمة " ر " الجدولية عند مستوي ٠,٠٥ = 0,468

يتضح من جدول (٦) وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائياً عند مستوي ٠,٠٥ بين التطبيق الأول والثاني لإختبار القدرة العقلية العامة "الذكاء" وبلغ معامل الثبات (**0,62) بينما بلغ معامل الصدق الذاتي (0,79) مما يشير إلي صدق وثبات الإختبار عند إجراء القياس.

البرنامج التعليمي المقترح باستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات :

أولاً: الهدف من البرنامج التعليمي المقترحة:

- إكساب الطالبات المتعلمات المقدرة علي أداء بعض مهارات الرمي من أعلي (ناجي- وازا) وهي مهارة (تسوري – جوشي(Tsuri- goshi)، هاني – جوشى(hane- goshi) – أشي –جورما (Ashi - gurama) فى رياضة الجودو لدي طالبات الفرقة الثالثة (تخصص

جودو) بكلية التربية الرياضية بنات – جامعة الزقازيق وينقسم هذا الهدف إلي أهداف فرعية كما يلي:

أهداف معرفية :

- إكساب الطالبة معرفة المراحل الفنية للمهارات (قيد البحث) .
- إكساب الطالبة القدرة علي تقويم نفسها وأقرانها .

أهداف مهارية :

- تنمية القدرة علي أداء المراحل الفنية للمهارات (قيد البحث) .

ثانياً: أسس وضع البرامج التعليمية المقترحة:

أعتمدت الباحثة عند وضع البرنامج التعليمي علي الأسس التالية:

- أن تكون مكونات البرنامج تتفق مع تحقيق هدف البحث .
- ملائمة محتوي البرامج لمستوي وقدرات أفراد عينة البحث (المستوي منخفض الأداء – المستوي متوسط الأداء).
- مراعاة مبدأ الفروق الفردية بين الطالبات.
- مراعاة تقديم التعليمات والإرشادات التي توضح النواحي الفنية الصحيحة لكل مراحل أداء المهارات ، وذلك لتلافي الأخطاء وتصحيحها فور ظهورها.
- مراعاة عرض نموذج لكل خطوة تعليمية بالبرنامج .
- مراعاة مبدأ التدرج من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب.
- مراعاة إشباع حاجة الطالبة من الحركة والنشاط .
- مراعاة التكرارت والمجموعات وفترة الراحة المناسبة لتعلم المهارة.
- أن يتميز البرنامج بالبساطة والتنويع .
- إتاحة الفرصة لكل الطالبات للممارسة في وقت واحد.

محتوي البرنامج التعليمي المقترح باستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات :

قامت الباحثة بإجراءمسح مرجعي للمراجع العلمية المتخصصة فى رياضة الجودو مثل : **فايزة أحمد خضر** (٢٠١١)(١١)، **محمد حامد شداد** (٢٠٠٧) (١٤)، **نيفين حسين محمود** ٢٠٠٧)(٢٠) ، **أحمد أبو الفضل** (٢٠٠٦)(١)، **ياسر يوسف عبدالرؤف** (٢٠٠٥)(٢١)، **مراد إبراهيم طرفة** (٢٠٠١)(١٩)، وذلك لتحديد وحصر الخطوات التعليمية للمهارات (**تسوري – جوشي** (Tsuri – goshi)، **هاني – جوشى**(hane– goshi) – **أشي –جورما** (Ashi gurama –) قيد البحث فى رياضة الجودو وقد أسفر ذلك المسح عن ما يلي :

- التعرف علي الخطوات التعليمية للمهارات قيد البحث وترتيبها من السهل إلي الصعب، بالإضافة إلي تحديد التعليمات والإرشادات الفنية لتعليم المهارات بصورة علمية مبسطة.

- كما تم عرض البرامج التعليمية المقترحة على السادة الخبراء المتخصصين فى طرق تدريس التربية الرياضية ورياضة الجودو بكليات التربية الرياضية مرفق (١) حيث أتفقوا على محتوى البرامج التعليمية المقترحة،ومناسبتها للعينة،وصلاحيتها للتطبيق،وجاءت موافقتهم بنسبة مئوية قدرها ٩٠%.

- وقد استخدمت الباحثة البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات مع أفراد المجموعة التجريبية ، كما تم إستخدام أسلوب التعلم بالأوامر (الشرح اللفظي والنموذج العملي) مع أفراد المجموعة الضابطة ، وقد إستغرق تنفيذ البرنامج التعليمي المقترح (٧) أسابيع ، وقد راعت الباحثة عند تنفيذ البرنامج التعليمي المقترح بإستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات الخطوات التالية :

- وضع مراحل الأداء الفني للمهارات (تسوري جوشي – هاني جوشي – أشي جورما) قيد البحث علي شكل محطات متباينة المستويات .
- تعليم المهارات قيد البحث وأستخدام تدريبات تتناسب مع كل مستوي من المستويين (المستوي منخفض الأداء – المستوي متوسط الأداء).
- **كيفية تنفيذ أسلوب المحطات متباينة المستويات بالوحدات التعليمية** :قامت الباحث باتخاذ الإجراءات لهذا الأسلوب كما توضحه دراسة "عبدالله قاسم صقر" (٢٠١٤م) (٤)، دراسة " محمد محمود حسن (٢٠٠٩م) (١٧) ،دراسة "خالد حسن توفيق" (٢٠٠٧م) (٥٢) حيث أن هذا الأسلوب يتضمن المراحل التالية :

أولاً : قامت الباحثة بتقسيم أفراد المجموعة التجريبية وعددها(٢٠) طالبة والتى سوف يتم التدريس لها بإستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات قيد البحث إلي فئتين بناء على درجاتهم فى القياس القبلى فى المهارات قيد البحث إلى فئتين كل منهما متقاربة فى القدرات المهارية وتم تسمية الفئة الأولى (المجموعة ضعيفة الأداء) وتم تسمية الفئة الثانية (المجموعة متوسطة الأداء) وتعيين رئيسة لكل مجموعة .

ثانياً : قامت الباحثة بمراعاة التشكيل المنهجى والتنظيمى للتدريس بأسلوب المحطات متباينة المستويات وتنفيذ جميع الشروط الخاصة بالمستويات المختارة داخل المحطات وتتمثل في:

١. مراعاة اختيار المستويات للمهارة المطلوب تعلمها داخل كل محطة من حيث كيفية العمل حيث أن محور العمل هو تحقيق للأهداف التعليمية والتربوية بين الطالبات .

٢. يتم اختيار مستويات الأداء للمهارة المطلوب تعلمها فى كل محطة بحيث يمكن أن ينفذها الطالبات ذاتيا تحت إشراف المدرس ورؤساء المجموعات والذي يتم تبديلهن مع زملائهن حتى يمارس جميع الطالبات نفس العمل .

٣. مراعاة التنويع فى المستويات داخل المحطات للإثارة والتشويق والبهجة ومحاولة دفع الطالبات لتحدى قدراتهم للوصول للأداء الأمثل المدون بورقة المعيار.

٤. تؤدي الطالبات المهارة فى نفس الوقت أو الواحد تلو الأخر فى المستوى داخل المحطة وبسرعة ودون توقف وبذلك يمكن لكل طالبة فرصة فى أن تؤدى المهارة بمستواها دخل المحطة بحيث يؤدى جميع الطالبات نفس العدد من المرات وزيادة كثافة الأداء بكل محطة من مستوى إلى أخر ويصبح بذلك لكل مجموعة محطات ذات مستوى خاص .

٥. من الممكن أداء جميع الطالبات المهارة فى نفس الوقت داخل مستوى المحطة الواحدة وبذلك يكون لكل طالبة الفرصة لمزيد من تكرار الأداء .

ثالثاً : فى بداية تنفيذ التدريس بإستخدام بأسلوب المحطات متباينة المستويات يتم البدء بكيفية أداء المهارة حسب النموذج المؤدى من المعلمة ثم أداء نموذج عملى لشكل الأداء المطلوب داخل كل مستوى بكل محطة على أن تمر كل طالبة فيما بعد على المستويات المختلفة داخل كل المحطات طبقا لما هو مطلوب بورقة المعيار وذلك قبل تنفيذ الأعمال بالمستويات مما يتيح للمعلمة إعطاء التعليمات لرؤساء المجموعتين والطالبات فى وقت واحد

رابعاً : يتم التمرين على المستويات المختلفة كل مجموعة حسب المستويات المحددة لها فى بداية تعلم المهارة ثم اندماج المجموعتين معا لكى يصل جميع الطالبات لمستوى الأداء الجيد على الأقل وذلك لتنمية الذاتية لديهم وممارسة رؤساء المجموعة لمسئولياتهم مع مراعاة تبديلهن مع زملائهن حتى يتسنى للجميع ممارسة القيادة والتبعية .

خامساً : يتم تبديل المجموعات حسب الزمن المحدد طبقا لتعليمات المعلمة .

سادساً : وجود فترات راحة ايجابية أثناء تبديل المجموعات بين المحطات تسمح بتوصيل المعلومات للمجموعة أو لكل طالبة قدرها (٤٥-٦٠) ثانية .

سابعاً : يتم التوقف عن تأدية المهارة فقط عند التبديل من محطة إلى أخرى .

ثامناً : يتم مراعاة مستوى المهارة ومستوى العمل السابق واللاحق بكل محطة حسب المستويات المحددة لها ومكان التعلم وعدد التكرارات داخل كل مستوى فى كل محطة .

تصميم المحطات متباينة المستويات :

قامت الباحث بتصميم المحطات متباينة المستويات وفقاً لما أشار إليه " عثمان مصطفى عثمان " (٢٠٠٢م) (٥)، محمد محمود حسن (٢٠٠٩م) (١٧)،"خالد حسن توفيق" (٢٠٠٧م) (٢) حيث أشاروا إلى أن الخبرات الميدانية أثبتت أن انسب زمن يستغرقه التمرين فى دوائر المحطات يتراوح من (٤ :٦) دقيقة وفترة راحة بين المحطات (٣٠) ثانية حتى (٢) دقيقتين ويقوم فيها المعلم بتصحيح أخطاء وإصدار التعليمات عن سير العمل .

الوحدات التعليمية بإستخدام أسلوب التعلم بالأوامرللمجموعة الضابطة:

قامت الباحثة بتنفيذ محتويات الوحدات التعليمية الخاصة بأفراد المجموعة الضابطة والمستخدم معها أسلوب التعلم بالأوامر (الطريقة التقليدية) حيث قامت الباحثة بتقديم الشرح اللفظى وأداء النموذج العملى للمهارة المراد تعلمها وتصحيح الأخطاء،والطالبة تؤدى فقط،وهنا يقع العبء الأكبر على المعلمة،والملاحظ أن الإختلاف الوحيد بين أفراد المجموعتين (التجريبية – الضابطة) هو أسلوب التدريس فقط.

أساليب تقويم البرنامج :

من أجل تقويم البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات (قيد البحث) قامت الباحثة بالاستعانة بلجنة مكونة من (٣) محكمات في رياضة الجودو مرفق (٤) للوقوف علي مستوي الأداء المهاري (قيد البحث) .

التوزيع الزمني للبرامج التعليمية المقترحة :

- عدد أسابيع البرامج التعليمية (٧) أسابيع.
- عدد الوحدات التعليمية وحدتين تعليميتين في الأسبوع.
- زمن الوحدة التعليمية المقترحة (٦٠) دقيقة وباقى المحاضرة (٣٠) ق لتعلم بقية المقرر،مع العلم بأن زمن المحاضرة العملي لطالبات الفرقة الثالثة (تخصص جودو)٩٠ ق وتشتمل علي ما يلى:
  - الجزء التمهيدي (١٧) ق.
  - الجزء الرئيسى (٤٠) ق.
  - الجزء الختامى (٣) ق.
- إجمالى عدد الوحدات التعليمية (١٤) وحدة.

وتشير الباحثة إلي أن محتوي البرنامج التعليمي المقترح بإستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات للمجموعة التجريبية موضح تفصيلياً في مرفق (٦) كما أن مرفق (٧) يوضح نموذج لوحدة تعليمية بإستخدام أسلوب التعلم بالأوامر للمجموعة الضابطة .

القياسات القبلية:

قبل إجراء القياسات القبلية قامت الباحثة بتدريس وحدتين تعليميتين لأفراد عينة البحث الأساسية لكى يصل جميع أفراد العينة إلى مستوى معين يمكن للباحثة من خلاله إجراء القياسات القبلية،وذلك فى الفترة من ٣/٣ وحتى ٢٠١٦/٣/١٠ ، ثم قامت الباحثة بإجراء القياسات القبلية لعينة البحث في جميع المتغيرات المحددة (قيد البحث) وذلك يومى ١٢ ،٢٠١٦/٣/١٣م وتم القياس وفقاً للترتيب التالى (المتغيرات البدنية – المتغيرات المهارية) قيد البحث .

تطبيق البرنامج التعليمي المقترح:

قامت الباحثة بتطبيق البرنامج التعليمي المقترح في الفترة من ٢٠١٦/٣/١٤ وحتي ٢٠١٦/٤/٢٥ وتم توزيعها علي (٧) أسابيع أشتملت علي (١٤) وحدة بواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع الواحد ، وتم التدريس للمجموعة التجريبية بإستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات ، يوم الأحد من كل أسبوع بينما تم التدريس للمجموعة الضابطة بإستخدام أسلوب التعلم بالأوامريوم الاربعاء من كل أسبوع .

القياسات البعدية:

قامت الباحثة بإجراء القياسات البعدية يوم ٢٠١٦/٤/٢٨ لأفراد مجموعتي البحث (التجريبية – الضابطة) في مستوي الأداء المهاري بنفس ترتيب وشروط القياسات القبلية.

المعالجات الإحصائية:

لمعالجة البيانات إحصائياً قامت الباحثة بإستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

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

عرض ومناقشة النتائج:

أولاً : عرض النتائج

جدول (٧) دلالة الفروق بين متوسط القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية في مستوي أداء بعض مهارات الرمى من أعلي (ناجي وازا) فى رياضة الجودو قيد البحث ن = ٢٠

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		م ف	قيمة "ت"	معدل التغير
		م	ع	م	ع			
تسوري جوشي	درجة	2,55	0,56	7,98	1,78	5,43	14,05	%212,94
هاني جوشي	درجة	2,15	0,89	7,70	0,73	5,55	21,88	%258,14

أشي جورما	درجة	2,38	0,53	8.05	0,99	5,67	18,93	%238,23

قيمة " ت " الجدولية عند مستوي ٠,٠٥ = ٢,٠٩٣

يتضح من جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوي ٠,٠٥ بين متوسط القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى مستوى أداء بعض مهارات الرمى من أعلي (تسوري جوشي – هاني جوشي – أشي جورما) فى رياضة الجودو لصالح القياس البعدى.

جدول (٨) دلالة الفروق بين متوسط القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة

في مستوي أداء بعض مهارات الرمى من أعلي (ناجي وازا) فى رياضة الجودو قيد البحث ن = ٢٠

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		م ف	قيمة "ت"	معدل التغير
		م	ع	م	ع			
تسوري جوشي	درجة	2,15	0,78	5,80	0,77	3,65	15,70	%169,77
هاني جوشي	درجة	2,10	0,70	5,35	0,75	3,25	16.22	%154,76
أشي جورما	درجة	2,45	0,48	6,75	1,21	4,30	14,03	%175,51

قيمة " ت " الجدولية عند مستوي ٠,٠٥ = ٢,٠٩٣

يتضح من جدول (٨) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوي ٠,٠٥ بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى مستوى أداء بعض مهارات الرمى من أعلي (تسوري جوشي – هاني جوشي – أشي جورما) فى رياضة الجودو لصالح القياس البعدى.

جدول (٩) دلالة الفروق بين متوسط القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة

في مستوي أداء بعض مهارات الرمى من أعلي فى رياضة الجودو قيد البحث ن ١= ن٢= ٢٠

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		م ف	قيمة "ت"
		م	ع	م	ع		
تسوري جوشي	درجة	7,98	1,78	5,80	0,77	2,18	4,56
هاني جوشي	درجة	7,70	0,73	5,35	0,75	2,35	8,89
أشي جورما	درجة	8.05	0,99	6,75	1,21	1,30	5,94

قيمة " ت " الجدولية عند مستوي ٠,٠٥ = ٢,٠١٨

يتضح من جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوي ٠,٠٥ بين القياسين البعديين والبعدى للمجموعة التجريبية والضابطة فى مستوى أداء بعض مهارات الرمى من أعلي (تسوري جوشي – هاني جوشي – أشي جورما) فى رياضة الجودو لصالح المجموعة التجريبية.

ثانيا مناقشة النتائج :

تشير نتائج جدول (٧) إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط القياسين (القبلى و البعدى) للمجموعة التجريبية فى جميع المتغيرات المهارية قيد البحث ولصالح القياس البعدي،

وتعزو **الباحثة** هذا التحسن في مستوي أداء مهارات الرمي من أعلي (قيد البحث) في رياضة الجودو لدي أفراد المجموعة التجريبية إلي إستخدام الأسلوب المقترح في التدريس وهو أسلوب المحطات متباينة المستويات وما يحتويه من عدة محطات كل محطة ذات مستوي خاص بها مما ساهمت مساهمة فعالة في رفع مستوي الأداء المهاري حيث روعي فيها التدرج من السهل للصعب ومن البسيط للمركب مما ساعد علي مراعاة الفروق الفردية بين الطالبات وفهم واستيعاب جميع مراحل الأداء الخاصة بالمهارات قيد البحث حيث تري الباحثة أن هذه المهارات تحتاج في تعلمها إلي عدة خطوات متسلسلة حتي يتم الوصول بها إلي درجة الأداء الجيد ويتم ذلك من خلال التدرج بالمراحل الفنية للمهارة والتي تشتمل علي ثلاث مراحل هي (مرحلة الكوزوشي - مرحلة التسكوري - مرحلة الكاكي) ولذلك فقد جاء هذا الأسلوب ليتشابه مع طريقة تعلم هذه المهارات بالإضافة إلي إعطاء الفرصة لكل طالبة بأن تتعلم هذه المهارات وفقاً لقدراتها وذلك لأنها تمرعلي كل محطة بمستواها ، كما أن هذا الأسلوب يعتمد بشكل أساسي علي مراعاة الفروق الفردية بين الطالبات والعمل علي إشراكهن في الأداء في وقت واحد كل منهن حسب مستواها وزيادة الرغبة الداخليه لديهن في الارتفاع بالمستوي ، كما أن الاعداد الجيد لورقة المعيار الخاصة بالمهارات كوسيلة لتقنين أسلوب المحطات متباينة المستويات والصياغة الجيدة للمراحل الفنية للمهارة له تأثير إيجابي وفعال في إمداد الطالبة بالتصور العقلي للأداء والتسلسل الحركي للمهارة مما كان له أكبر الأثر في رفع المستوي الأداء المهاري لدي الطالبات بينما يكون دور المعلم هوالتوجية والارشاد وملاحظة الطالبات أثناء الوحدة التعليمية .

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشارت إلي **عفاف عبدالكريم** (١٩٩٤) (٧) إلي أنه من مميزات أسلوب المحطات هو الأداء بصورة جيدة حيث أن المهم هو الأداء السليم وليس سرعة الأداء فالمعلم يهتم بجودة الأداء حيث أنه يلعب دوراً هاماً في نظام التدريس بأسلوب المحطات وتحديد وقت العمل في كل محطة ، كما أن هذا الأسلوب يتيح للمعلم فرصة التحرك بين المحطات ليعطي التغذية الراجعة وتقديم بعض المساعدات للطالبات أثناء فترات التبديل بين المحطات أو نهاية الأداء للمهارة المتعلمة مع الأهتمام بتشجيعهن وتصحيح الأخطاء لديهن .

كما تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كلاً من "**عبدالله قاسم صقر**"(٢٠١٤م)(٤) ، "**محمد محمود حسن**"(٢٠٠٩م)(١٧)،"**خالد حسن توفيق** " (٢٠٠٧م) (٢) علي فاعلية إستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات في تعلم المهارات الحركية في المجال الرياضي .

وفي ضوء ما سبق تري **الباحثة** أن أسلوب المحطات متباينة المستويات ساهم بشكل فعال تحسين مستوي أداء بعض مهارات الرمي من أعلي (قيد البحث) في رياضة الجودو .

ومن خلال العرض السابق تكون الباحثة قد قامت بتحقيق صحة الفرض الأول والذي ينص علي

" **وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوي أداء بعض مهارات الرمي من أعلي (ناجي وازا) (تسوري جوشي- هاني جوشي – أشي جورما) في رياضة الجودو لصالح القياس البعدي** ".

وتشير نتائج جدول (٨) إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين (القبلى و البعدى) للمجموعة الضابطة فى جميع المتغيرات المهارية قيد البحث ولصالح القياس البعدي، وتعزو **الباحثة** هذا التحسن في مستوي أداء مهارات الرمي من أعلي (قيد البحث) في رياضة الجودو لدي أفراد المجموعة الضابطة إلي إستخدام الأسلوب التقليدي المتبع في التدريس وهو (أسلوب التعلم بالأوامر) والذي يعتمد علي الشرح اللفظي للمهارة من قبل المعلمة وعرض نموذج عملي للمهارة وتقديم التغذية الراجعة للطالبات وتصحيح الأخطاء أثناء الوحدة التعليمية ، وكذلك الممارسة والتكرارمن جهة الطالبات مما يتيح للطالبات فرصة للتعلم مما يؤثر بصورة إيجابية علي مستوي الأداء المهاري لديهن .

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إلية كلاً من "**فكري حسن ريان**" (٢٠٠٤) (١٢) ، " **وفايز مراد والأمين عبدالحفيظ** "(٢٠٠٣) (١٠) إلي أن أسلوب التعلم بالأوامر من الأساليب المباشرة لسرعة وصول المعلومات واكتساب المهارات من المعلم إلي المتعلم حيث يشعر المعلم بالسيطرة علي الموقف التعليمي ، كما أنه يستطيع ضبط ظروف البيئة المحيطة بالمتعلم .

كما تتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه "**محمود عبدالحليم** "(٢٠٠٦) (١٨) أن المعلم في أسلوب التعلم بالأوامر هو صانع القرار والمتحكم الرئيسي في العملية التعليمية كما يعمل علي تأكيد نجاح المتعلم وتحديد خط سيره خلال العملية التعليمية .

ومن خلال العرض السابق تكون الباحثة قد قامت بتحقيق صحة الفرض الثاني والذي ينص علي " **وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوي أداء بعض مهارات الرمي من أعلي (ناجي وازا) (تسوري جوشي- هاني جوشي – أشي جورما) في رياضة الجودو لصالح القياس البعدي** ".

وتشير نتائج جدول (٩) إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط القياسين (البعدين) للمجموعة التجريبية والضابطة فى جميع المتغيرات المهارية قيد البحث ونسبة التحسن لصالح المجموعة التجريبية ، وتعزو **الباحثة** هذا التحسن في مستوي أداء مهارات الرمي من أعلي (قيد البحث) في رياضة الجودو ونسبة التحسن لدي أفراد المجموعة التجريبية إلي إستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات وما يحتويه من عدة محطات كل محطة ذات مستوي يختلف عن الآخر مما أتاح الفرصة لجميع الطالبات بأن تمر بجميع المستويات داخل هذه المحطات وتحت إشراف المعلمة ، وما تضمنه أيضاً من ورقة المعيار الخاصة بالمهارات

قيد البحث والمعلقة علي لوحات مثبتة أمام كل محطة موضحاً عليها الأداء الفني للمهارة وتكرارته وإرشاداته اللازمة أثناء الأداء مما أدي ذلك إلي تشجيع الطالبات ومحاولاتهن للوصول إلي الأداء الأمثل المدون بهذه اللوحات أمام كل محطة .

ويتفق ذلك مع ما أشارت إليه دراسة (**عبدالله قاسم صقر**) (٢٠١٤م) (٤) ، " **محمد محمود حسن** "(٢٠٠٩م) (١٧) ، " **شريف علي إبراهيم** " (٢٠٠٨م) (٣)إلي أن وجود لوحة التعليمات أمام كل محطة مدون عليها التكرارات وتعليمات الأداء ووجود رسومات توضيحية للمراحل الفنية للمهارات كانت بمثابة محك للطالبات لمقارنة أدائهن بما هو مطلوب ومحاولة التقدم للوصول للمستوي الأمثل في الأداء .

أما أسلوب التعلم بالأوامر والتي خضعت له المجموعة الضابطة فإنه يصيب الطالبات بالرتابه والملل وعدم التحفيز ، كما أنه لا يراعي الفروق الفردية بين الطالبات ممايؤثر بالسلب علي مستوي الأداء المهاري لديهن .

ويتفق ذلك مع ما أشار إليه "**الفريد Alfred** "(٢٠٠١م) (٢٤) بأن أسلوب التعلم بالأوامر لا يعطي الوقت الكافي لكل متعلم لأداء أكبر عدد من المرات كما أنه لا يسمح للمعلم بتصحيح الأخطاء لجميع المتعلمين في وقت واحد ، كما أنه يلقي كل المسئولية علي المعلم في العملية التعليمية قبل وأثناء وبعد تنفيذ الوحدة التعليمية .

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة " **شريف علي إبراهيم** " (٢٠٠٨م)(٣) أن أسلوب المحطات متباينة المستويات كان أكثر فاعلية من الأسلوب التقليدي (التعلم بالأوامر) في العملية التعليمية وعملية التعلم .

ومن خلال العرض السابق تكون الباحثة قد قامت بتحقيق صحة الفرض الثالث والذي ينص علي

" وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط القياسين البعديين للمجموعة التجريبية و الضابطة في مستوي أداء بعض مهارات الرمي من أعلي (ناجي وازا) (تسوري جوشي- هاني جوشي – أشي جورما) في رياضة الجودو لصالح القياس البعدي ".

الاستنتاجات والتوصيات :

أولا: الاستنتاجات:

في حدود أهداف وفروض وإجراءات البحث وعرض ومناقشة النتائج توصلت الباحثة للآتى:

١- البرنامج التعليمي المقترح بإستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات ساهم بطريقة إيجابية في تحسين مستوي الأداء المهاري لدي أفراد المجموعة التجريبية .

٢- طريقة التلقين (الشرح وأداءالنموذج) ساهمت بطريقة إيجابية في تحسين مستوي الأداء المهاري لدي أفراد المجموعة الضابطة .

٣- أظهرت فروق نسب التحسن أن البرنامج التعليمي المقترح بإستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات له تأثير أفضل من طريقة التلقين (الشرح وأداءالنموذج) في تحسين مستوي الأداء المهاري لدي الطالبات في رياضة الجودو.

ثانيا: التوصيات :

فى ضوء أهداف البحث واستنتاجاته توصى الباحثة بـ :

١- ضرورة تطبيق البرنامج التعليمي المتقترح باستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات للإرتقاء بمستوى أداء مهارات الرمي من أعلي قيد البحث فى رياضة الجودو لدي طالبات كلية التربية الرياضية جامعة الزقازيق.

٢- أهمية استخدام أساليب تدريس غير نمطية فى تدريس الجانب العملى لمقرر الجودو بكليات التربية الرياضية.

٣- ضرورة التقويم المبدئى لتصنيف الطالبات من البداية إلى مجموعات متقاربة المستوى.

٤- إجراء المزيد من البحوث التجريبية بإستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات ومقارنته

٥- بالأساليب التدريسية الأخرى، وإختيار الأسلوب المناسب منها للوصول إلى درجة الإتقان أو تطوير كفاءة العملية التعليمية عند تدريس مقررات الجودو بكليات التربية الرياضية.

المراجع

أولاً: المراجع العربية

١- **أحمد أبو الفضل حجازى (٢٠٠٦)**: الجودو (الأسس النظرية والتطبيقية) ، عامر للطباعة والنشر ، المنصورة .

٢- **خالد حسن توفيق (٢٠٠٧)**:" أثرإستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات علي تحسين المستوي الفني والرقمي لسباحة الزحف علي الظهر لدي طلاب كلية التربية الرياضية ، بحث منشور ، مجلة علوم فنون الرياضة، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا.

٣- **شريف علي إبراهيم (٢٠٠٨)**: تأثيرإستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات بإستخدام الحاسب الالي علي تعلم بعض المهارات بدرس التربية الرياضية لتلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي بمدينة المنيا ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا.

٤- **عبدالله قاسم صقر (٢٠١٤)** : تأثيرإستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات علي تعلم بعض المهارات الحركية الأساسية لطفل ما قبل المدرسة بدولة الكويت ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق.

٥- **عثمان مصطفي عثمان (٢٠٠٢)**: فعالية التدريس بأسلوب النظم والمحطات متباينة المستويات على التحصيل المهارى و المعرفي بالجزء الرئيسي بدرس التربية الرياضية ، بحث منشور ، مجلة علوم الرياضة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا .

٦- **عصام الدين عبدالخالق (١٩٩٢)**: التدريب الرياضي الحديث (نظريات وتطبيقات) ، دار المعارف ، القاهرة .

٧- **عفاف عبد الكريم حسن (١٩٩٤)**: التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية (أساليب وإستراتيجيات وتقويم)، منشأة المعارف ،الإسكندرية.

٨- **علي راشد (١٩٩٦)** : إختبار المعلم ، دار الفكر العربى ، القاهرة.

٩- **فاروق عبد الفتاح موسى (٢٠٠١)**:إختبار القدرة العقلية، كلية التربية،جامعة الزقازيق.

١٠- **فايز مراد ، الأمين عبدالحفيظ (٢٠٠٣)**:دليل التربية العملية وإعداد المعلمين ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ، الاسكندرية .

١١- **فايزة أحمد خضر (٢٠١١)** : تقنيات فن الجودو ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .

١٢- **فكري حسن ريان (٢٠٠٤)** : التدريس " أهدافه – أسسه – تقويم نتائجه – تطبيقاته " عالم الكتب ، القاهرة .

١٣- **محروس محمد قنديل ، محمد إبراهيم شحاته ، أحمد فؤاد الشاذلى(١٩٩٨)**: أساسيات التمرينات البدنية، منشأة المعارف، الإسكندرية.

١٤- **محمد حامد شداد (٢٠٠٧)**: طرق التدريس الحديثة فى الجودو، دار شمس للطباعة، القاهرة.

١٥- **محمد حسن علاوى ، محمد نصر الدين رضوان (٢٠٠١)**: إختبارات الأداء الحركى، ط٤، دار الفكر العربى، القاهرة.

١٦- **محمد صبحى حسانين (٢٠٠٣)**: القياس والتقويم فى التربية البدنية والرياضة، جـ١، ط٥، دار الفكر العربى، القاهرة.

١٧- **محمد محمود حسن (٢٠٠٩)**: تأثير إستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات علي مستوي أداء بعض المهارات بدرس التربية الرياضية لتلاميذ الحلقة الأولي من التعليم الأساسي ، بحث منشور ، مجلة جامعة المنوفية للتربية البدنية والرياضية

١٨- **محمود عبدالحليم عبدالكريم (٢٠٠٦)**: ديناميكية تدريس التربية الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .

١٩- **مراد إبراهيم طرفة (٢٠٠١)**: الجودو بين النظرية والتطبيق، دار الفكر العربى، القاهرة.

٢٠- **نيفين حسين محمود (٢٠٠٧)**: فنون الجودو، ط٢، مذكرات منشورة، كلية التربية الرياضية بنات،الزقازيق.

٢١- **ياسر يوسف عبد الرؤوف (٢٠٠٥)**: رياضة الجودو والقرن الحادى والعشرين،دار الإسراء للطباعة والنشر،القاهرة.

٢٢- **يحيي أحمد كامل (٢٠٠٨)**: فعالية إستخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات علي أداء بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لطلاب الفرقة الأولي بكلية التربية الرياضية بالمنيا ، بحث منشور ، مجلة علوم الرياضة ، كلية التربية الرياضية ،جامعة المنيا.

٢٣- **يحيى الصاوى محمود (١٩٩٦)**: الأسس العلمية لرياضة الجودو ، مركز كمبيوتر النعام للطباعة والنشر، القاهرة .

ثانياً: المراجع الأجنبية:

24- **Alfred, B (2001)**: poblems the Command style in physical Education, the Journal of Educatinal , Research ,Vol.114,no. 40.

25- **Singer, R.,(1995)** : Motor Learning , Human Performance 2nd ed., N.Y, Macmillan Rub, Co., Inc,.