التمايز التنافسى وأثره على تقدير الذات وتطوير مهارة حائط الصد الهجومى فى الكرة الطائرة

*د/ منار محمود عبد السلام شعبان

المقدمة ومشكلة البحث:

يعتمد تطوير المناهج التعليمية فى المؤسسات والهيئات المختلفة على أساليب جديدة وحديثة في عملية التدريس تجعل المنهج الدراسي أكثر فعالية من خلال إيجاد مواقف يكون فيها المتعلم أكثر نشاطاً وإيجابية،ومشاركة في إكتشاف المادة المراد تعلمها ومن ثم الوصول إلى درجة الإتقان والتمكن وترتكز أساليب التدريس الفعالة على مراعاة الإحتياجات المختلفة للمتعلمين وخبراتهم السابقة ومعلوماتهم وإستعدادتهم للتعلم والفروق الفردية بينهم فهى عملية تهتم بالاختلافات بين المتعلمين وان لكل متعلم خصائص تميزه عن غيره من المتعلمين داخل الصف الواحد.

وتكمن فلسفة التعليم المتمايز فى وجوب النظر الى الطلاب على انهم افراد يختلفون فيما بينهم ما يستدعى الاستجابة لهذه الاختلافات ليس عند ظهورها اثناء الموقف التعليمى فقط انما تكون اساسا عند التخطيط للعملية التعليمية.(١٠: ٤٨)

ويهتم الاتجاه الحديث فى مجال التربية الرياضية بمراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين والعمل على اكتشافها فى كل مرحله من مراحل التعليم المختلفة، حتى يتسنى للقائمين على تخطيط وتنفيذ البرامج التعليمية من توفير الامكانات المختلفة والملائمة لهذه القدرات بما يحقق تكافؤ الفرص التعليميه بين المتعلمين.(٢٢: ٢٤)، (٣٨:٣٢)،(٣٩: ٢٦٣)

ونظراً لوجود إختلافات بشكل كبير بين المتعلمين أثناء تعلم المهارات الحركية وانهم غير متساويين فى القدرات والاحتياجات بشكل تام فيجب على المعلم تصنيفهم لفئات متقاربة المستوى ثم يقوم بإعداد أنشطة وخبرات متنوعة إستناداً لتلك الإختلافات. (٢٨ : ١١٣ -١١٤)

يبنى التعليم المتمايز على عدد من الاسس النفسية ومنها انه لدى كل متعلم القابلية والقدرة على عملية التعلم وان الطرق التى يتعلم بها الطلاب تختلف من طالب لاخر وان درجة الذكاء متفاوته ومتنوعة لدى الافراد وان المخ البشرى يسعى الى الفهم والوصول الى معنى المعلومات التى يستقبلها وان عملية التعليم تحدث بصورة افضل وأن الانسان يسعى دائما لتحقيق النجاح والتميز.(٢٣ :٣٦-٣٨)

* مدرس بقسم الألعاب– كلية التربية الرياضية للبنات– جامعة الزقازيق.

وتشير الباحثة الى انها سوف تستخدم اسلوب التمايز التنافسى لزيادة تقدير الذات وتطوير مهارة حائط الصد الهجومى لدى طالبات الفرقة الثالثة تخصص الكرة الطائرة.

يهدف أسلوب التمايز التنافسي الى استخدام المعلم للأشكال التنافسية أثناء عملية التعلم، وزيادة دافعية المتعلم فى الموقف التعليمى، والذى بدوره يؤدى إلى تطوير المستوى البدنى والمهارى للمتعلم كما يعتبر من أفضل الأساليب الإجرائية التى تحث المتعلمين على بذل أكبر قدر من الجهد ويساهم فى التاثير على تنمية وتطوير مهاراتهم وقدراتهم وتشكيل سماتهم الخلقية والإرادية من خلال تعرضهم لمواقف تنافسية تتحدى جهدهم الفكرى والحركى وتساعد على إثارة دافعية غير المتفوقين لبذل مزيد من الجهد لتقديم أفضل إنجازاتهم، ويزيد من قوة الإرادة للمتعلمين المتفوقين لتحقيق مستوى أعلى، حيث يقوم المعلم بعملية التخطيط وتحديد الأهداف التعليمية في ضوء مستوى المتعلم والتعلم المطلوب، وتقسيم المتعلمين إلى مجموعات، ويحدث التنافس بين أفراد المجموعة بحيث يريد كل عضو فيها أن يحصل على المركز الأول فى الموضوع المراد دراسته، وتوزيع العمل على المجموعات، ويمدهم بالأنشطة والمعلومات وتقييم كل متعلم بمفرده، ويكون دور المعلم توجيه سلوك وأداء المتعلمين وتقديم التغذية الراجعة والمساعدة لهم أثناء تنفيذ المهمة في جو من التنافس والمرح، وذلك بهدف تحسين الأداء ومن ثم إتقان المهارات الحركية بشكل جيد.(٢٠:٤٥)، (١١: ٦٦)(٣: ١٠٨)(١٤: ٣)

يؤدى اشباع الحاجة فى تقدير الذات الى ثقة الفرد بذاته وشعوره بقيمة نفسه وتوافقه الشخصى وعلى العكس من ذلك فإن عجزه عن إشباعها قد يؤدى الى الاحساس بالدونية والضعف الذى يؤدى الى الاحباط ويمثل تقدير الذات طاقة تنتج النجاحات بينما إذا أخفق فى الحصول على تقدير الذات توجه الى طريقة منحرفة ويشخصن الامور والتفاعلات الإجتماعية، وتأثيرالشعور السيئ عن النفس كبير فى تدمير الإيجابيات التى يملكها الشخص، فالمشاعر والأحاسيس التى نملكها تجاه أنفسنا هى التى تكسبنا الشخصية القوية المتميزة أو تجعلنا سلبيين خاملين فى تحقيق الأهداف. (٢ :٢٩٧)، (١٨ :٣٠)

والشعور بقيمة الذات من أهم الحاجات التي تحرك الدوافع نحو ممارسة الرياضة، إذ كلما تمتع الرياضي بثقة عالية بالنفس استطاع أن يضع لنفسه أهدافاً تتناسب مع قدراته، وامتلاك الرياضي الثقة بالنفس يشعره بقيمة ذاته وأن يكون أكثر فاعلية في تصحيح أخطائه. (٤)

تحتاج الكرة الطائرة إلى تطبيق الأساليب العلمية الحديثة لتحقيق أهدافها بشرط أن يكون الأسلوب والطريقة متصل بالمهارة فإن حسن إستخدامها سوف يسهم بدرجة كبيرة فى إتقان المهارة. فيجب عند تطوير الأداء المهارى إستخدام أساليب جديدة تتناسب مع قدرات المتعلمين

وخصائصهم ومقابلة ما بينهم من فروق فى القدرات والمستويات وبذلك نجعل عملية التعليم والتدريب أكثر فعالية وإيجابية، وتعد مهارة حائط الصد الهجومى في الكرة الطائرة من المهارات المهمة إذ إنها ذات تأثير نفسي كبير على اللاعب الضارب وخصوصا بعد التعديل الأخير الذي أجري على قانون اللعبة وسمي بنظام (تتابع النقاط)، فعند نجاح مهارة حائط الصد يحصل الفريق على نقطة وحيازة الإرسال لهذا تعتبر من المهارات الهجومية الهامة فى الكرة الطائرة. (١٢، ١٠٩)، (٣٧، ٢٤)، (٤٠)

ولقد أثبتت نتائج العديد من الدراسات والبحوث العلمية العربية والأجنبية التي أجريت في مجال الأنشطة الرياضية المختلفة أهمية استخدام التنافس فى تنمية وتطوير المهارات الأساسية للأنشطة الرياضية المختلفة ومنها مراجع (١)، (٣٠)،(٢٩)، (١٧)، (٢١)، (٢٧)،(٦).

ولقد لاحظت الباحثة من خلال عملها كمدرس لمادة الكرة الطائرة وقيامها بتدريس مقرر الكرة الطائرة لطالبات الفرقه الثالثة بالكليه إنخفاض مستوى أداء الطالبات لمهارة حائط الصد الهجومى وأتضح ذلك من واقع درجات الإختبار التطبيقى فى مقرر الكرة الطائرة للفصل الدراسى الاول للعام الجامعى ٢٠٢١/٢٠٢٢،على الرغم من الجهد المبذول من جانب أعضاء هيئة التدريس فى تعلم تلك المهارة وقد يرجع ذلك إلى أستخدام الأسلوب التقليدى فى العملية التعليمية,والذى يعتمد على مصدر واحد للمعرفة هو الشرح اللفظى,وأداء النموذج العملى من قبل المعلمة دون مشاركة فعالة من الطالبات فى الموقف التعليمى سوى التنفيذ واشتراك الطالبات فى أداء التمرينات على السواء دون مراعاة الفروق الفردية بينهن، بما لا يتفق مع الاتجاه الحديث فى أساليب التدريس الحديثة من أجل جودة التعليم، الأمر الذى يؤثر بالسلب على تقدير الطالبة لذاتها وضعف الاداء لمهارة حائط الصد الهجومى، نتيجة لقلة الثقة بالنفس وعدم التركيز لذلك يتطلب هذا من القائمين بعملية التعليم البحث عن أسلوب للتدريس يجعل العملية التعليمية أكثر تشويقاً، ويجذب إنتباه المتعلمة، ويثبت الخبرات التعليمية لديهن ويراعى الفروق الفردية بين الطالبات. ومن هذا المنطلق نشأت فكرة البحث الذى ينص على" التمايز التنافسى وأثره على تقدير الذات وتطويرمهارة حائط الصد الهجومى فى الكرة الطائرة" حيث يساهم فى تحقق أهداف المادة التعليمية بصورة أفضل فى ظل الإمكانات المادية والبشرية المتاحة.

هدف البحث :

يهدف البحث إلى دراسة فعالية استخدام التمايز التنافسى فى تحسين تقدير الذات وتطويرمهارة حائط الصد الهجومى فى الكرة الطائرة لطالبات الفرقة الثالثة تخصص بالكلية والمتمثلة في :

- مستوى الاداء الحركي ويقاس بواسطة الاختبار الموضوعي لمهارة حائط الصد الهجومى (تقييم كمى).

- شكل الاداء الفنى ويقاس بواسطة إستمارة تقييم الاداء بواسطه ثلاث محكمات (إعداد الباحثة) (تقييم كيفي).
- مقياس تقدير الذات (الأفكار الراهنة).

فروض البحث :

١- توجد فروق دالة إحصائيًا في القياس البعدي بين مجموعات البحث (المستوى العالى، المستوى المتوسط، المستوى المنخفض) في المتغيرات قيد البحث.

٢- توجد فروق دالة إحصائيًا بين القياسين القبلي والبعدي لكل مجموعة من مجموعات البحث (المستوى العالى، المستوى المتوسط، المستوى المنخفض) في المتغيرات قيد البحث لصالح القياس البعدي.

٣- توجد فروق دالة إحصائيًا بين نسب تحسن مجموعات البحث (المستوى العالى، المستوى المتوسط، المستوى المنخفض) في المتغيرات قيد البحث لصالح المستوى المنخفض.

مصطلحات البحث:

التمايز التنافسي فى الكرة الطائرة:

يعرف التمايز التنافسى فى الكرة الطائرة اجرائيا بأنه :اسلوب للتمرين يعتمد على مبدأ مراعاه الفروق الفردية بين الطالبات والاستجابة للاختلافات الموجودة بينهن في الاستعدادات و مستوى الاداء، وتوفير خبرات النجاح لكل طالبه لمحاوله الوصول لأعلى معدلات التقدم لزيادة قدرتهن على تحسين تقدير الذات و تطوير مهارة حائط الصد الهجومى،، ويتم ذلك من خلال تقسيم الطالبات الى مستويات مختلفة (عالي – متوسط – ضعيف)، وأتاحه الفرصة لكل مستوى للتقدم وتحقيق أفضل نتائج ممكنه وفق مستويات من التحدي لقدراتهن.

تقدير الذات:

يعرف تقدير الذات إجرائياً بأنه: وعي الطالبة وإدراكها لما تملك من مهارات حركية ومدى تطابقها مع مستواها الفعلي.

إجراءات البحث:

منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بإتباع التصميم التجريبى ذو القياس القبلى والبعدى لثلاث مجموعات (المستوى العالى، المستوى المتوسط، المستوى المنخفض).

مجتمع البحث:

تم اختيار مجتمع البحث من طالبات تخصص الكرة الطائرة الفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية بنات– جامعة الزقازيق للعام الجامعى ٢٠٢٢/٢٠٢١ قوامهن (١٧٤) طالبة وذلك بنسبة ١٠٠% لمجتمع البحث وتم استبعاد (٤) طالبات للغياب المتكرر وممارسة اللعبة.

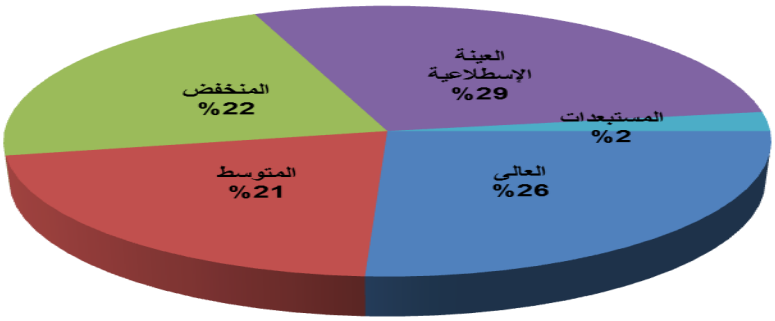
عينة البحث:

قام الباحثة باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية من طالبات تخصص الكرة الطائرة الفرقة الثالثة قوامهن (١٧٠) طالبة وتم تقسيمهن الى (١٢٠) طالبة يمثلون عينة الدراسة الاساسية تم تطبيق اختبار الاداء الحركي لمهارة حائط الصد الهجومى (مرفق٦) واستمارة تقييم شكل الاداء لمهارة حائط الصد الهجومى (مرفق٧) واستمارة تقدير الذات (مرفق٤) على الطالبات قبل تطبيق التجربة الاساسية وبناء على الدرجات تم تقسيمهن عمديا الى ثلاث مستويات (عالى– متوسط– ضعيف) وتم اختيار (٥٠ طالبة) بطريقة عشوائية من خارج عينة الدراسة الأساسية وممثلة لمجتمع البحث لأجراء المعاملات العلميه لادوات البحث، واجراء الدراسه الاستطلاعيه، كما هو موضح في جدول (١).

جدول (١)

توصيف عينة البحث.

	نوع العينة		العدد	النسبة	البرنامج
١	عينة الدراسة الأساسية	المستوى العالى	٤٥	%٢٥.٨٦	البرنامج المقترح
٢		المستوى المتوسط	٣٧	%٢١.٢٦	
٣		المستوى المنخفض	٣٨	%٢١.٨٤	
٤	العينة الإسطلاعية		٥٠	%٢٨.٧٤	الدراسة الاستطلاعية
٥	المستبعدون		٤	%٢.٣	-
	مجتمع البحث		١٧٤	%١٠٠	-



شكل (١) توصيف عينة البحث.

أسباب اختيار العينة:

- الباحثة تعمل مدرس بالكلية وتقوم بالتدريس لهؤلاء الطالبات.
- تطويرتقدير الذات ومهارة حائط الصد الهجومى لدى الطالبات.
- توافر الخبرة السابقة لمهارة حائط الصد الهجومى لدى الطالبات.

شروط اختيار العينة:

- لم تخضع تلك العينة لتطويرهذه المهارة من قبل.
- انتظام العينة في البرنامج التدريبي بنسبة (٩٠%) من مدة البرنامج.
- عدم اشتراك الطالبات فى مسابقات الكرة الطائرة او ممارستها خارج الاطار التعليمى.

التحقق من اعتدالية توزيع العينة الكلية للبحث:

للتأكد من تجانس العينة الكلية للبحث (١٧٠) طالبة ؛ قامت الباحثة بعمل بعض القياسات، للتأكد من اعتدالية توزيع البيانات بين أفراد العينه في المتغيرات قيد البحث، كما هو موضح في جدول (٢)، وشكل(٢).

جدول (٢)

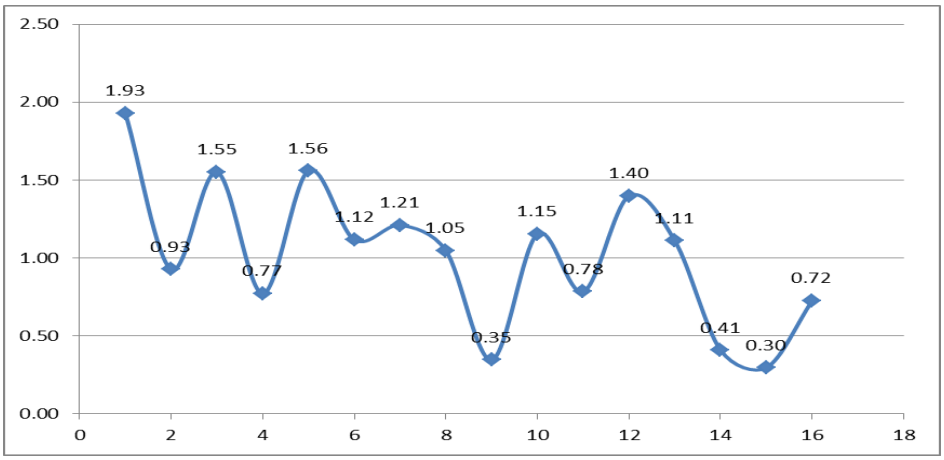
المتوسطات الحسابية والوسيط والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء للعينة الكلية للبحث في المتغيرات قيد البحث (ن=١٧٠)

	المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط Mean	الوسيط Median	الانحراف Std. Dev	الالتواء Skewness
الأساسية		العمر الزمني (السن)	سنة	٢١.٢٧	٢١.٠٠	٠.٤٢	١.٩٣
		الطول	سم	١٦٦.٦٧	١٦٥.٠٠	٥.٤٠	٠.٩٣
		الوزن	كجم	٦٦.٣٤	٦٢.٥٠	٧.٤٣	١.٥٥
البدنية	القدرة العضلية للرجلين	الوثب من الجري للهجوم	سم	٣٢.٩٧	٣٢.٠٠	٣.٧٧	٠.٧٧
	القدرة العضلية للذراعين	دفع الكرة الطبية (٣كجم)	م	٧.٩١	٧.٠٠	١.٧٥	١.٥٦
	الرشاقة	الجرى المكوكى لمختلف الابعاد (٩ – ٣ – ٦ – ٣ – ٩)	ث	١٠.٥١	١٠.٠٠	١.٣٧	١.١٢
	السرعة	عدو ١٨متر	ث	٤.٧٥	٤.٥٠	٠.٦٢	١.٢١
	المرونة	ثنى الجذع من الوقوف	سم	٢.٦٠	٢.٠٠	١.٧٢	١.٠٥
	التوافق	رمي الكرات على الحائط	عدد	١٣.٣٠	١٣.٠٠	٢.٦٠	٠.٣٥

تابع جدول (٢)

المتوسطات الحسابية والوسيط والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء للعينة الكلية للبحث فى المتغيرات قيد البحث (ن=١٧٠)

	المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط Mean	الوسيط Median	الانحراف Std. Dev	الالتواء Skewness
	الدقة	التصويب على المستطيلات المتداخلة	درجة	٧.٧٥	٧.٠٠	١.٩٥	١.١٥
	قوة عضلات الرجلين	القوة الثابتة للعضلات المادة للرجلين بالديناموميتر	كجم	٥٧.٦٥	٥٥.٠٠	١٠.١٥	٠.٧٨
	قوة القبضة	قوة القبضة	كجم	٢١.٦٣	٢٠.٠٠	٣.٥٠	١.٤٠
	التوازن	الوثب والتوازن فوق العلامات	نقطة	٣٢.٤٦	٣٠.٠٠	٦.٦٥	١.١١
المهارية	مهارة حائط الصد الهجومى	أداء مهارة حائط الصد الهجومى من مركز (٣) للضربات الهجومية من مركز (٣)	نقطة	١١.٣٦	١١.٠٠	٢.٦٤	٠.٤١
الفنية		استمارة تقييم الأداء الفني لمهارة حائط الصد الهجومى	درجة	١٠.٢٠	١٠.٠٠	٢.٠٣	٠.٣٠
النفسية	مقياس تقدير الذات	(الأفكار الراهنة)	درجة	٥٦.٧٦	٥٥.٠٠	٧.٢٨	٠.٧٢



شكل (٢) معامل الالتواء للعينة الكلية للبحث في المتغيرات قيد البحث.

يتضح من جدول (٢)، وشكل (٢)، أن قيم معاملات الالتواء انحصرت ما بين (-٣) و(+٣) مما يدل على أن قياسات العينة الكلية للبحث في المتغيرات قيد البحث قد وقعت تحت المنحنى الاعتدالي وهذا يدل على تجانس أفراد عينة البحث الكلية في هذه المتغيرات.

تكافؤ مجموعات البحث:

قامت الباحثة باجراء التكافؤ بين مجموعات البحث (المستوى العالى، المستوى المتوسط، المستوى المنخفض) في المتغيرات قيد البحث والتى قد تؤثر على البحث ويوضح جدول (٣) تحليل التباين بين القياسات (القبلية) بين مجموعات البحث في المتغيرات قيد البحث.

جدول (٣)

تحليل التباين بين القياسات (القبلية) بين مجموعات البحث (المستوى العالى، المستوى المتوسط، المستوى المنخفض) في المتغيرات قيد البحث (المستوى العالى =٤٥)(المستوى المتوسط =٣٧) (المستوى المنخفض =٣٨)

المتغيرات	وحدة القياس	مصدر التباين	مربع الانحرافات	درجات الحرية	متوسط مربع الانحرافات	قيمة (ف) المحسوبة
مهارة حائط الصد الهجومى من مركز (٣) للضربات الهجومية من مركز (٣)	نقطة	بين المجموعات	٥٤٢.٤٠	٢	٢٧١.٢٠	*١١١.٢٦
		داخل المجموعات	٢٨٥.١٩	١١٧	٢.٤٤	
		المجموع	٨٢٧.٥٩	١١٩		
استمارة تقييم الأداء الفني لمهارة حائط الصد الهجومى	درجة	بين المجموعات	١٧٩.٨٩	٢	٨٩.٩٤	*٣٤.٠٢
		داخل المجموعات	٣٠٩.٣١	١١٧	٢.٦٤	
		المجموع	٤٨٩.٢٠	١١٩		
مقياس تقدير الذات (الأفكار الراهنة)	درجة	بين المجموعات	٢٨٩٤.٣٦	٢	١٤٤٧.١٨	*٤٩.٦٠
		داخل المجموعات	٣٤١٣.٦٤	١١٧	٢٩.١٨	
		المجموع	٦٣٠٧.٩٩	١١٩		

*قيمة (ف) دالة عند (٠.٠٥)

يتضح من جدول (٣) وجود فروق دلاله احصائيا عند مستوى (٠.٠٥) حيث كانت قيمة (ف) المحسوبة أكبر من قيمة (ف) الجدولية؛ مما دعا الباحث إلى استخدام تحليل التغاير (*Analysis Of* ANCOVA) بين مجموعات البحث (المستوى العالى، المستوى المتوسط، المستوى المنخفض) وذلك لعدم وجود تكافؤ بين المجموعات منذ البداية.

وسائل وأدوات جمع البيانات:

اولا: المقابلة الشخصية

تم عرض استمارات الاستبيان والاداء الفنى على السادة الخبراء عن طريق المقابلة الشخصية كل على حدة لإبداء الرأى (خبراء الكرة الطائرة وطرق التدريس وعلم النفس). مرفق (١).

ثانياً: استمارات تسجيل وتفريغ البيانات

قامت الباحثة بتصميم استمارات لتسجيل البيانات الشخصية والقياسات القبلية والبعدية بعينة البحث:

- إستمارة تسجيل بيانات كل فرد من العينة. مرفق (٢)
- إستمارة تسجيل قياسات عينة البحث فى متغيرات النمو والبدني والمهارى. مرفق (٢)
- إستمارة استطلاع رأى الخبراء لتحديد أهم المكونات البدنية المرتبطة بمهارة حائط الصد الهجومى فى الكرة الطائرة والإختبارات البدنية المرتبطة بمهارة حائط الصد الهجومى، بالإضافة إلى تحديد الإختبارات المهارية المناسب للمهارة قيد البحث. مرفق (٣)

ثالثاً: الأجهزة والأدوات قيد البحث:

جهاز الرستاميتر لقياس الطول الكلى للجسم – ميزان طبى معاير لقياس الوزن. – ملعب كرة طائرة بأدواته القانونية – شريط قياس – شريط لاصق – ساعة إيقاف – طباشير – جهاز الديناموميتر – كرات تنس –حبل – مقعد –كرة طبية.

رابعاً: الاختبارات والمقايس المستخدمة فى البحث:

- الإختبارات البدنية: مرفق(٥)
- الإختبارات المهارية والفنية:

- اختبار مهارة حائط الصد الهجومى من مركز (٣) للضربات الهجومية من مركز (٣) مرفق (٦)
- استمارة تقييم الأداء الفني لمهارة حائط الصد الهجومى مرفق (٧)

- مقياس تقدير الذات (الافكار الراهنة): مرفق(٤)

١- الإختبارات البدنية : مرفق (٥)

قامت الباحثة بالإطلاع على المراجع العلمية المتخصصة والدراسات المرجعية فى مجال لعبة الكرة الطائرة والاختبارات والمقاييس (١٣)، (٨)، (١٥) وتم تحديد القدرات البدنية المؤثرة فى أداء مهارة حائط الصد الهجومى، والإختبارات البدنية التى تقيسها، وتم عرضها على مجموعة من خبراء الكرة الطائرة , وأنحصرت آراء الخبراء ما بين (٩٠– ١٠٠%)، وقد أرتضت الباحثة بهذه النسبة للإختبار البدنية قيد البحث، وتم تحديد الإختبارات التي تقيس القدرات البدنية. وفقاً لآراء الخبراء فكانت كما يلي :

– القدرة العضلية للرجلين (إختبار الوثب من الجري للهجوم)

– القدرة العضلية للذراعين (إختبار دفع الكرة الطبية (٣كجم))

- الرشاقة (إختبار الجرى المكوكى لمختلف الابعاد (٩- ٣- ٦- ٣- ٩))
- السرعة (إختبار عدو ١٨متر)
- المرونة (إختبارثنى الجذع من الوقوف)
- التوافق (إختبار رمي الكرات على الحائط)
- الدقة (إختبار التصويب على المستطيلات المتداخلة)
- قوة عضلات الرجلين (إختبار القوة الثابتة للعضلات المادة للرجلين بالديناموميتر)
- قوة الذراعين (إختبار قوة القبضة)
- التوازن (إختبار الوثب والتوازن فوق العلامة)

الاختبارات المهارية:

أ- اختبار أداء مهارة حائط الصد الهجومى (التقدير الكمى) مرفق (٦)

قامت الباحثة بالرجوع للمراجع العلمية ومنها (٢٥)، (١٢)، (٥)، (٣٣)، وكذلك الدراسات المرتبطة بهذا المجال كدراسة (٨)، (١٥) و تم تحديدالاختبارات المهارية الخاصة بمهارة حائط الصد الهجومى،,وتم عرضها على مجموعة من خبراء الكرة الطائرة، وتم تحديد الاختبارالذى يقيس مهارة حائط الصد الهجومى كميا. وفقاً لآراء الخبراء كما يلي :

- أداء مهارة حائط الصد الهجومى من مركز (٣) للضربات الهجومية من مركز (٣)

أ- استمارة تقييم شكل الاداء الفنى لمهارة حائط الصد الهجومى في الكرة الطائرة (إعداد الباحثة) : مرفق (٧)

من أهم أهداف البحث الحالي قياس الجانب المهاري، ومعرفة أثر برنامج التمايز التنافسى على مستوى الأداء المهاري لمهارة حائط الصد الهجومى في الكرة الطائرة، لذا كان من الضروري إعداد بطاقة ملاحظة لقياس وتقويم الأداء المهاري لمهارة حائط الصد الهجومى في الكرة الطائرة، لذا اتبعت الباحثة الخطوات التالية لبناء وتصميم بطاقة ملاحظة لتقويم الاداء المهاري على النحو التالي:

١-تحديد الهدف من بطاقة ملاحظة الأداء المهاري:

٢- تحديد الأداءات التي تتضمنها بطاقة ملاحظة الأداء المهاري:

٣- وضع نظام تقدير درجات بطاقة ملاحظة الأداء المهاري:

٤-تعليمات بطاقة ملاحظة الأداء المهاري:

٥-العرض على الخبراء:

٦- الصورة النهائية لبطاقة ملاحظة الأداء المهاري:

وقد تحددت الخصائص النهائية لهذه البطاقة فيما يأتي:

* البطاقة تندرج تحت نوع الملاحظة الموضوعية.
* تتضمن البطاقة مجموعة من التعليمات موجهة للقائم على عملية الملاحظة.
* تشتمل البطاقة على مهارة حائط الصد الهجومى في الكرة الطائرة.
* تحتوى كل مرحلة على ثلاث تقديرات(ممتاز(٥)درجات – جيد(٣)درجات – ضعيف(١) درجة) وكل تقدير يحتوى على النقاط الخاصة بالمراحل الفنية التى على اساسها يضع المحكم درجته، وأمام كل مرحلة الدرجة المخصصة لها.
* الدرجة العظمى للمهارة (٢٠ درجة).

مقياس تقدير الذات (الافكار الراهنة): مرفق(٤)

أعد هذا المقياس بواسطة (1991)"Heatherton.T,polivy.J " ترجمة "أسامة أبو سريع" (٢٠١٣) نقلا عن "إبراهيم يونس" (٢٠١٨م) وقد تم تعديله بواسطة الباحثة ليتناسب مع المهارت قيد البحث ويشمل هذا المقياس على (٢٠) عبارة تعبر عن تقدير الطالبة لذاتها المهارية وتنقسم العبارات الى (٧) عبارات إيجابية و(١٣)عبارة سلبية.

الدراسة الاستطلاعية:

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الاستطلاعية باستخدام عينة الدراسة الاستطلاعية قوامهن (٥٠) طالبة تم سحبهم من عينة البحث ومن خارج العينة الأساسية في الفترة من الاحد الموافق ٢٧/ ٢/ ٢٠٢٢م إلى الأحد الموافق ٦/ ٣/ ٢٠٢٢م للتحقق من صدق وثبات أدوات القياس قيد البحث، وللتأكد من صلاحية الأجهزة المستخدمة، وسير الوحدة التعليمية.

التحقق من الخصائص السيكومترية للأدوات قيد البحث:

قامت الباحثة بتطبيق أدوات القياس قيد البحث على العينة الإستطلاعية على النحو التالي:

١- صدق الاختبارات البدنية والمهارية والفنية قيد البحث:

قامت الباحثة بحساب صدق الاختبارات باستخدام طريقة (صدق المقارنة الطرفية) بين الإرباع الادنى والإرباع الأعلى، لعينة البحث وذلك بعد ترتيبهم في جميع القياسات، ويوضح جدول (٤) دلالة الفروق بين المجموعتين في الاختبارات قيد البحث.

جدول (٤)

دلالة الفروق بين الإرباع الادنى والإرباع الأعلى في الاختبارات البدنية والمهارية والفنية قيد البحث (ن١=ن٢= ١٤)

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	الإرباع الأدنى (٣٧٪) = ١٤		الإرباع الأعلى (٣٧٪) = ١٤		قيمة (ت)
			المتوسط (س)	الانحراف (± ع)	المتوسط (س)	الانحراف (± ع)	
القدرة العضلية للرجلين	الوثب من الجري للهجوم	سم	٤٠.٣٢	٢.٨٠	٣٢.٨٢	٣.٦٠	٥.٩٣
القدرة العضلية للذراعين	دفع الكرة الطبية (٣كجم)	م	١١.٠١	١.١١	٧.٨٥	١.٦٩	٥.٦٣
الرشاقة	الجرى المكوكى لمختلف الابعاد (٩ – ٣ – ٦ – ٣ – ٩)	ث	٨.٥٦	٠.٤٥	١٠.٥٣	١.٣٧	٤.٩٢-
السرعة	عدو ١٨متر	ث	٣.٣٩	٠.٨٧	٤.٦٥	٠.٥٧	٤.٣٧-
المرونة	ثنى الجذع من الوقوف	سم	٨.٣٩	٢.١٥	٢.٦٥	١.٨٠	٧.٣٨
التوافق	رمي الكرات على الحائط	عدد	١٦.٦٥	١.٨٠	١٢.٥٠	٢.٥٥	٤.٧٩
الدقة	التصويب على المستطيلات المتداخلة	درجة	١١.٠٢	١.١٥	٧.٥٠	١.٩٠	٥.٧٢
قوة عضلات الرجلين	القوة الثابتة للعضلات المادة للرجلين بالديناموميتر	كجم	٦٩.٦٥	٣.٤٥	٥٦.٦٢	٩.٨٥	٤.٥٠
قوة الذراعين	قوة القبضة	كجم	٢٦.٤٩	١.٣٣	٢٠.٦٥	٣.٥٥	٥.٥٥
التوازن	الوثب والتوازن فوق العلامات	نقطة	٥٢.٦٥	٨.٢٥	٣٢.٦٥	٦.٥٩	٦.٨٣
مهارة حائط الصد الهجومى	أداء مهارة حائط الصد الهجومى من مركز (٣) للضربات الهجومية من مركز (٣)	نقطة	١٣.٥٠	١.٤٤	٨.٦٠	١.٦١	٨.١٨
	استمارة تقييم الأداء الفنى لمهارة حائط الصد الهجومى	درجة	١١.٦٥	١.٧٦	٨.٣٧	١.١١	٥.٦٨

$ت_{ج}$ (٢٦، ٠.٠٥) = ٢.٠٦

يتضح من جدول (٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الإرباع الادنى والإرباع الأعلى في جميع الاختبارات، مما يعنى أنها تعد اختبارات صادقة لقياس ما وضعت من أجله، لقدرة هذه الاختبارات على التمييز بين المستويات.

٢- ثبات الاختبارات البدنية والمهارية والفنية قيد البحث:

لحساب معامل الثبات قامت الباحثة باستخدام طريقة إعادة الاختبار (بفارق زمني قدره (٨) أيام بين التطبيقين الأول والثاني بنفس ظروف التطبيق الأول؛ ويوضح جدول (٥) معامل الثبات الاختبارات قيد البحث.

جدول (٥)

معامل الاستقرار بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني للعينة الاستطلاعية في الاختبارات البدنية والمهارية والفنية قيد البحث (ن=٥٠)

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة (ر)
			المتوسط (س)	الانحراف (±ع)	المتوسط (س)	الانحراف (±ع)	
القدرة العضلية للرجلين	الوثب من الجري للهجوم	سم	٣٣.٦٥	٣.٧٥	٣٣.٧٧	٣.٦٥	٠.٦٣٦
القدرة العضلية للذراعين	دفع الكرة الطبية (٣كجم)	م	٧.٩٦	١.٦٥	٧.٨٥	١.٧٠	٠.٦١١
الرشاقة	الجرى المكوكى لمختلف الابعاد (٩ – ٣ – ٦ – ٣ – ٩)	ث	١٠.٤٥	١.٣٣	١٠.٦٥	١.٣٥	٠.٦١١
السرعة	عدو ١٨متر	ث	٤.٧٢	٠.٥٥	٤.٧٥	٠.٥٩	٠.٦٣٦
المرونة	ثنى الجذع من الوقوف	سم	٢.٧١	١.٧٥	٢.٦٥	١.٦٨	٠.٧٠٠
التوافق	رمى الكرات على الحائط	عدد	١٢.٩٧	٢.٤٥	١٣.٠١	٢.٥٣	٠.٤٦٧
الدقة	التصويب على المستطيلات المتداخلة	درجة	٧.٦٥	١.٨٩	٧.٦٩	١.٩٣	٠.٤٦٧
قوة عضلات الرجلين	القوة الثابتة للعضلات المادة للرجلين بالديناموميتر	كجم	٥٥.٧١	٩.٩٠	٥٦.١٣	٩.٩٥	٠.٧٦٠
قوة القبضة	قوة القبضة	كجم	٢١.٣٠	٣.٦٠	٢١.٢٠	٣.٦٥	٠.٦٦١
التوازن	الوثب والتوازن فوق العلامات	نقطة	٣٣.٦٥	٦.٥٥	٣٢.١٠	٦.٦١	٠.٧١٢
مهارة حائط الصد الهجومى	أداء مهارة حائط الصد الهجومى من مركز (٣) للضربات الهجومية من مركز (٣)	نقطة	١١.٣٩	٢.٧٥	١١.٤٠	٢.٧٧	٠.٧٣٣
	استمارة تقييم الأداء الفني لمهارة حائط الصد الهجومي	درجة	١٠.٣٥	٢.٠٩	١٠.٣٩	٢.١١	٠.٧٥١

ر ج (٨، ٠.٠٥) = ٠.٦٣٢

يتضح من جدول (٥) وجود ارتباط دال إحصائيًا بين كل من درجات عينة الدراسة الاستطلاعية في التطبيق الأول والتطبيق الثاني للاختبارات قيد البحث، حيث إن قيم (ر) المحسوبة قد فاقت قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) وهذا يدل علي ثبات درجات الاختبارات عند إعادة تطبيقها تحت نفس الظروف.

٣- تحليل مفردات مقياس تقدير الذات (الأفكار الراهنة) قيد البحث:

أ- صدق مقياس تقدير الذات (الأفكار الراهنة):

بالإضافة إلى عرض المقياس على الخبراء - مرفق (١) - للتحقق من الصدق الظاهري، استخدمت الباحثة طريقة الاتساق الداخلي، عن طريق إيجاد معامل الارتباط بين العبارات وبين الدرجة الكلية للمقياس، وبين المحاور وبعضها، كما في جدول(٦).

جدول (٦)

معاملات الإرتباط بين العبارات والدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات (الأفكار الراهنة) (ن=٥٠)

م	معاملات الإرتباط مع الدرجة الكلية	م	معاملات الإرتباط مع الدرجة الكلية
١	٠.٧٠٠	١١	٠.٥١٠
٢	٠.٥٦٩	١٢	٠.٤٧٩
٣	٠.٨٢٠	١٣	٠.٦٣٠
٤	٠.٥٧١	١٤	٠.٤٨١
٥	٠.٧٤٥	١٥	٠.٥٥٥
٦	٠.٧٩٣	١٦	٠.٦٠٣
٧	٠.٧٥٦	١٧	٠.٥٦٦
٨	٠.٥٦٨	١٨	٠.٤٧٨
٩	٠.٧٠٠	١٩	٠.٥١٠
١٠	٠.٧٤٥	٢٠	٠.٥٥٥

ر ج (٤٨، ٠.٠٥) = ٠.٣٠٤

يوضح جدول (٦) وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥) بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية، وهذا يدعم الاتساق الداخلى كمؤشر لصدق التكوين حيث يعتبر محك التقويم هو الدرجة الكلية، مما يدل على صدق المقياس.

ب- ثبات مقياس تقدير الذات (الأفكار الراهنة):

اتبعت الباحثة طريقة التجزئة النصفية لسبيرمان براون، ومعادلة جتمان؛ بالإضافة إلى طريقة ألفا كرونباخ لحساب معامل الثبات الكلي للمقياس.

وتم تطبيق المقياس علي عينة الدراسة الاستطلاعية وعددها (١٠) طلاب، لحساب معامل ثبات المقياس؛ ويوضح جدول (٧) حساب معامل الثبات للمقياس بطريقة التجزئة النصفية (سبيرمان براون، ومعادلة جتمان)، وطريقة ألفا كرونباخ

جدول (٧)
ثبات مقياس تقدير الذات (الأفكار الراهنة) بطريقة التجزئة النصفية وكودرريتشاردسون

المحور	التجزئة النصفية		ألفا كرونباخ
	سبيرمان براون	جتمان	
مقياس تقدير الذات (الأفكار الراهنة) (الدرجة الكلية)	٠.٨٤٢	٠.٨١٨	٠.٩٠٣

يتضح من جدول (٧) أن قيم معاملات الارتباط بطريقة التجزئة النصفية لمحاور الاستمارة قد تراوحت بين (٠.٨١٨) و(٠.٨٤٢)، وكانت قيم الثبات الكلي ألفا كرونباخ (٠.٩٠٣)، مما يدل على أن مقياس تقدير الذات (الأفكار الراهنة) ذو معامل ثبات عال

برنامج التمايز التنافسي:

هدف البرنامج:

الأرتقاء بمستوى تقدير الذات وتطويرالأداء المهارى لمهارة حائط الصد الهجومى فى الكرة الطائرة لدى طالبات تخصص الكرة الطائرة الفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق من خلال وضع برنامج يشمل على مجموعة من التمرينات التنافسية ولاعداد التمرينات المقترحة استعانت الباحثة بالعديد من المراجع (٥)، (١٢)، (٢٤)،(٣٤).

ويتفرع من الهدف العام الأهداف التالية :

بعد انتهاء الطالبة من البرنامج التعليمي تكون قادر على تعلم :

الاهداف المعرفية :

يتمثل في إكساب الطالبات بعض المعلومات والمعارف عن :

- أن تتعرف الطالبة على تكنيك الأداء الصحيح لمهارة حائط الصد الهجومى فى شكل تنافسى.
- أن تغير الطالبة نظرتها لذاتها وترتقى بها.
- أن تفهم الطالبة اسلوب التمايز التنافسى وأهميته.

الأهداف النفس – حركية:

- أن تؤدى الطالبة مهارة حائط الصد الهجومى فى أشكل تنافسية مختلفة مع مراعاة تكنيك الأداء الصحيح.
- أن تتنافس الطالبات فى الاداء بطريقة صحيحة.
- الارتقاء بمستوى تقدير الذات لدى الطالبات.

الاهداف الوجدانية :

- ان تكتسب الطالبة بعض القيم التربوية والنفسية للعبة الكرة الطائرة.

- أن تكتسب الطالبة القيم التنافسية السامية من أجل الوصول الى الهدف.

الأسس التي يبنى عليها البرنامج التمايز التنافسى :

- أن يتناسب المحتوى مع اهداف البرنامج .
- أن يتمشى البرنامج مع خصائص الطالبات ومحقق لحاجتهم.
- أن يراعى البرنامج الفروق الفردية بين الطالبات ومحقق لحاجتهم.
- مرونة البرنامج وقبوله للتطبيق العملى.
- أن يتيح البرنامج الفرصة للمشاركة والممارسة لكل طالبة في آن واحد.
- أن يعمل على تحقيق الفرص الملائمة للنواحي العقلية والاجتماعية والخلقية والنفسية للطلاب.
- أن يتحدى محتواه قدرات الطلاب بما يسمح باستثارة كل الطلاب ودافعيتهم للتعلم والابتكار.
- ارتباط البرنامج بعملية التقويم.

تم عرض برنامج التمايزالتنافسي المقترح (مرفق ٨) على السادة الخبراء (مرفق١) وعليه تم تعديل بعض التمرينات كما يلى :

- تعديل تكرار بعض التمرينات
- تعديل المسافات المحددة لبعض التمرينات.
- التعديل فى الميزة التنافسيه لبعض التمرينات.
- التعديل في ترتيب بعض التمرينات.

محتوى البرنامج التعليمى

تم تحليل مراحل الأداء الفنى لمهارة حائط الصد الهجومى فى الكرة الطائرة قيد البحث، وذلك من خلال الإطلاع على العديد من المراجع العلمية فى الكرة الطائرة (٥)، (٨)، (١٢)، (١٣)، (١٥)، (٢٥).

وقد أسفر ذلك عن التعرف على الخطوات التعليمية ومراحل الأداء الفنى للمهارة حائط الصد الهجومى فى الكرة الطائرة قيد البحث، قامت الباحثة بوضع وتوزيع محتوى الوحدات التعليمية على اربع اسابيع بواقع عدد (٤) وحدات ونظرا لعدد العينة الاساسية والذى يتكون من (١٢٠) طالبة قد تم التطبيق على الثلاث مستويات (عالى– متوسط– منخفض) داخل الوحدات كما يلى:

- الأسبوع الأول (الوحدة الاولى): تم تطبيق الوحده على الثلاث مستويات كل مستوى فى يوم على حدا المستوى المنخفض يوم الاحد– المستوى المتوسط يوم الثلاثاء– المستوى العالى يوم الخميس مع مراعاة ان تكون الميزة التنافسية موجودة بين كل مستوى.

- الأسبوع الثانى (الوحدة الثانية): تم تطبيق الوحدة على الثلاث ايام (الاحد– الثلاثاء– الخميس) ولكن بالتطبيق كل يوم على ثلث من كل مستوى حتى يزيد ذالك من الميزة التنافسية بين الطالبات من كل مستوى.
- الاسبوع الثالث (الوحدة الثالثة): تم تطبيق الوحدة على الثلاث مستويات كل مستوى فى اليوم المخصص له دون دمج بين المستويات.
- الأسبوع الرابع (الوحدة الرابعة): تم تطبيق الوحدة مع دمج بين الثلاث مستويات باخذ ثلث من كل مجموعة فى الثلاث ايام المحددة للتطبيق وذلك لرفع الميزة التنافسية للثلاث مستويات (المرتفع– المتوسط– المنخفض) وبذل مزيد من الجهد.

ويتم ماسبق تحت مراعاة ضبط جميع المتغيرات عند التطبيق مع العلم بأن زمن الوحدة (٩٠) ق يتم توزيعها كما يلى أعمال ادارية والأحماء (١٠ق)، الاعداد البدنى (١٥ق)، الجزء الرئيسى (٦٠ق)، الختام (٥ق)، وهو ما ألتزمت به الباحثة فى زمن الوحدة بالبرنامج، وقد تم إستخدام برنامج التمايز التنافسى المقترح لتحسين مستوى تقدير الذات وتطوير اداء مهارة حائط الصد الهجومى فى الكرة الطائرة (قيد البحث) مع أفراد المجموعة التجريبية حيث يحتوى البرنامج على مجموعة من التمرينات التى تساعد الطالبة على رفع مستوى تقديرها لذاتها وتزيد من ثقتها بنفسها والقدرة على المواجهة وتحمل الضغط النفسى اثناء التقيمات المختلفة وقد قامت الباحثة بعرض محتوى برنامج التمايز التنافسى المقترح على مجموعة من الخبراء فى مجال الكرة الطائرة وطرق التدريس وعلم النفس مرفق (١) وقد أقروا بصلاحيته للتطبيق، وجاءت موافقتهم بنسبة مئوية قدرها (١٠٠%).

الإطار الزمني لتنفيذ البرنامج :

قامت الباحثة بوضع الجدول الزمني لتنفيذ البرنامج وقد اشتمل على (٤) اسابيع تعليمية، و(٤) وحدات، وزمن الوحده التعليميه (٩٠) دقيقة، والجدول التالي يوضح التوزيع الزمني للبرنامج وكذلك أجزاء الوحدة التعلمية لبرنامج التمايز التنافسى جدول (٨)

جدول (٨)

التوزيع الزمنى للوحدات التعليمية فى البرنامج التعليمى قيد البحث

م	البيان	التوزيع الزمنى
١	عدد الأسابيع	٤ أسابيع
٢	عدد الوحدات التعليمية	٤ وحدة
٣	زمن التطبيق فى الوحدة	٩٠ دقيقة (ساعة ونصف)
٤	الزمن الكلى لتطبيق البرنامج	٣٦٠ دقيقة

تم توزيع التمرينات على الوحدات التعليمية وفقا للخطة الزمنية لمقرر الكرة الطائرة لطالبات الفرقة الثالثة جدول رقم (٩)

جدول (٩)

التوزيع الزمني لأجزاء الوحدة للمجموعه التجريبية (عالى – متوسط – ضعيف)

أجزاء الدرس	الزمن للمجموعة التجريبية (عالي – متوسط – ضعيف)
احماء واعمال إدارية	١٠ ق
إعداد بدني	١٥ ق
الجزء التطبيقى لتمرينات التمايز التنافسى	٦٠ق
ختام وتهدئة	٥ ق
الزمن الكلى	٩٠ ق

إجراءات تطبيق البحث:

١- القياس القبلي:

قامت الباحثة باجراء القياس القبلي في ٨- ٩-٢٠٢٢/٣/١٠م، للإختبارات البدنية والمهارية والفنية ومقياس تقدير الذات، ثم تم تقسيم المجموعة التجريبية الى ثلاث مستويات (عالي/٤٥ طالبه – متوسط/٣٧طالبه – ضعيف /٣٨طالبه) وفقا لدرجه الطالبة في اختبار حائط الصد الهجومى واستمارة تقييم شكل الاداء الفني لمهارة حائط الصد الهجومى ومقياس تقدير الذات.

٢- تطبيق البحث:

تم تطبيق التجربة الاساسية لمدة (٤) اسابيع، فى الفترة من يوم الأحد الموافق ٢٠٢٢/٣/١٣م إلى يوم الخميس الموافق ٤/٧ /٢٠٢٢م، وكان التطبيق كما يلى :

- وفقا لتقسيم الطالبات الى ٣ مستويات (أ- العالي) (ب- المتوسط) (ج- الضعيف).
- تم تطبيق التمرينات في الجزء التطبيقي من الوحدة التعليمية.
- تم التطبيق في ملعب الكرة الطائرة وعلى الحائط المستوى المجاور للملعب.
- تم وضع الخطوط ورسم كل تمرين وفقا للثلاث مستويات.
- تم المنافسة للمجموعات الثلاثة في نفس الوقت.
- الوصول بكل تمرين للنهاية حتى اعلان الطالبة الفائزة، مع الالتزام بشروط الاداء.
- مراعاة ان يكون فى كل تمرين ميزة تنافسية للمجموعات الضعيفة والمتوسطة وتكون في (التكرار – المسافة- ارتفاع خط على الحائط- ارتفاع الشبكة- الأزمنة).
- تقليل الميزات التنافسية الممنوحة للطالبات (مستوى متوسط- ضعيف) تدريجيا.

- تصحيح الاخطاء فور حدوثها.
- استخدام اسلوب التشجيع والتعزيز أثناء النجاح فى الاداء المطلوب.
- يتم دمج الطالبات للمستويات الثلاثة فى الثلاث وحدات الاخيرة للبحث على بذل المزيد من الجهد

القياس البعدي:

قامت الباحثة بإجراء القياس البعدي في يومي ١٠-٢٠٢٢/٤/١١م للإختبارات المهارية والفنية ومقياس تقدير الذات للطالبات، بنفس الظروف التي استخدمت في القياس القبلي.

المعالجات الإحصائية:

استخدمت الباحثة في المعالجات الإحصائية للبيانات داخل هذه الدراسة برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (*SPSS*) *Statistical Package For Social Science* الإصدار (٢٥) مستعينًا بالمعاملات التالية:

- المتوسط الحسابى
- الوسيط
- الانحراف المعيارى
- الالتواء.
- تحليل التباين الأحادي في اتجاه واحد.
- تحليل التغاير.
- اختبار (*Bonferroni*) للمقارنات المتعددة.
- اختبار (ت) لعينتين مرتبطتين من البيانات (Paired Sample t-Test).
- اختبار (ت) لعينتين مستقلتين من البيانات (Independent Samples t-Test).

حجم التأثير (*Effect Size*):

- باستخدام مربع ايتا (η^2) الجزئية (*Partial Eta Squared*) في حالة اختبار (ف) في تحليل التغاير. - باستخدام مربع ايتا (η^2) في حالة اختبار (ت). - باستخدام (*Cohen's d*) وتفسر في ضوء محكات كوهين (*Cohen's Standard*)، في حالة اختبار (ت).

١. معدل التغير (*Change Ratio*)

$$\text{معدل التغير} = \frac{\text{القياس البعدى} - \text{القياس القبلى}}{\text{القياس القبلى}} \times ١٠٠$$

عرض النتائج ومناقشتها:

يتناول هذا الفصل نتائج التحليل الإحصائي، وذلك بهدف اختبار صحة الفروض، ومناقشة النتائج وتفسيرها، وفيما يلي عرض تفصيلي لنتائج الدراسة ومناقشتها:

اولاً:عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول:

التحقق من صحة الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه :" توجد فروق دالة إحصائيًا في القياس البعدي بين مجموعات البحث (المستوى العالى، المستوى المتوسط، المستوى المنخفض) في المتغيرات قيد البحث."

وللتحقق من صحة الفرض الأول استخدمت الباحثة تحليل التغاير (*Analysis Of* ANCOVA) بين مجموعات البحث (المستوى العالى، المستوى المتوسط، المستوى المنخفض) واختبار (*Bonferroni*) للمقارنات الثنائية ودلالة الفروق بين أزواج المتوسطات الحدية المقدرة (المُتنبأ بها) للمتغيرات قيد البحث، كما تم حساب حجم التأثير (*Effect Size*) باستخدام مربع ايتا (η^2) الجزئية (*Partial Eta Squared*) في حالة اختبار (ف) في تحليل التغاير، كما في جدول (١٠) و(١١).

جدول (١٠)

نتائج تحليل التغاير (*Analysis Of* ANCOVA) بين مجموعات البحث (المستوى العالى، المستوى المتوسط، المستوى المنخفض) ونتائج حجم التأثير باستخدام مربع ايتا (η^2) الجزئية في المتغيرات قيد البحث (المستوى العالى=٤٥) (المستوى المتوسط=٣٧) (المستوى المنخفض=٣٨)

المتغيرات التابع(القياس البعدي)	وحدة القياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) المحسوبة	Partial (η^2)	مقدار تفسير التباين
مهارة حائط الصد الهجومى من مركز (٣) للضربات الهجومية من مركز (٣)	نقطة	مهاري (القياس القبلى)	٤.٨٥	١	٤.٨٥	١.٩٤	٠.٠٢	١.٦٥
		نوع المجموعة	٣٣.٩٣	٢	١٦.٩٧	*٦.٨٠	٠.١٠	١٠.٤٩
استمارة تقييم الأداء الفني لمهارة حائط الصد الهجومى	درجة	فني (القياس القبلى)	٤.٦٨	١	٤.٦٨	١.٣٢	٠.٠١	١.١٣
		نوع المجموعة	٦٤.٤٢	٢	٣٢.٢١	*٩.٠٨	٠.١٤	١٣.٥٤
مقياس تقدير الذات (الأفكار الراهنة)	درجة	نفسي (القياس القبلي)	٤١.٠٠	١	٤١.٠٠	١.٠٥	٠.٠١	٠.٩٠
		نوع المجموعة	٦٠٠.٢٩	٢	٣٠٠.١٥	*٧.٧٢	٠.١٢	١١.٧٥

*قيمة (ف) دالة عند (٠.٠٥)

يتضح من جدول (١٠) عدم وجود تأثير دال إحصائيا للمتغير المصاحب (مهاري القياس القبلي) و(فني القياس القبلي) و(نفسي القياس القبلي) على المتغير التابع (مهاري القياس

البعدي) و(فني القياس البعدي) و(نفسي القياس البعدي) حيث كانت قيمة (ف) المحسوبة غير دالة عند مستوى (٠.٠٥)، وتشير قيمة مربع ايتا (η^2) الجزئية، إلى أن المتغير المصاحب (مهاري القياس القبلي) يفسر (١.٦٥%) من التباين في قيم المتغير (مهاري القياس البعدي) حيث كانت قيمة مربع ايتا (η^2) الجزئية تساوي (٠.٠٢)، وأن المتغير المصاحب (فني القياس القبلي) يفسر (١.١٣%) من التباين في قيم المتغير (فني القياس البعدي) حيث كانت قيمة مربع ايتا (η^2) الجزئية تساوي (٠.٠١)، وأن المتغير المصاحب (نفسي القياس القبلي) يفسر (٠.٩٠%) من التباين في قيم المتغير (نفسي القياس البعدي) حيث كانت قيمة مربع ايتا (η^2) الجزئية تساوي (٠.٠١).

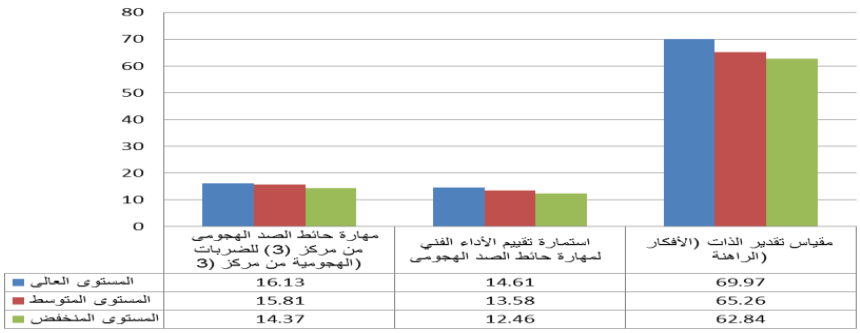
ويتضح من جدول (١١) وجود تأثير دال إحصائيا للمتغير المستقل (نوع المجموعة) على المتغير التابع (مهاري القياس البعدي) و(فني القياس البعدي) و(نفسي القياس البعدي) حيث كانت قيمة (ف) المحسوبة دالة عند مستوى (٠.٠٥)، وتشير قيمة مربع ايتا (η^2) الجزئية، إلى أن المتغير المستقل (نوع المجموعة) يفسر (١٠.٤٩%) من التباين في قيم المتغير (مهاري القياس البعدي) حيث كانت قيمة مربع ايتا (η^2) الجزئية تساوي (٠.١٠)، وأن المتغير المستقل (نوع المجموعة) يفسر (١٣.٥٤%) من التباين في قيم المتغير (فني القياس البعدي) حيث كانت قيمة مربع ايتا (η^2) الجزئية تساوي (٠.١٤)، وأن المتغير المستقل (نوع المجموعة) يفسر (١١.٧٥%) من التباين في قيم المتغير (نفسي القياس البعدي) حيث كانت قيمة مربع ايتا (η^2) الجزئية تساوي (٠.١٢).

جدول (١١)

اختبار (*Bonferroni*) للمقارنات الثنائية ودلالة الفروق بين أزواج المتوسطات الحدية المقدرة (المُتنبأ بها) للمتغيرات قيد البحث بين مجموعات (المستوى العالى، المستوى المتوسط، المستوى المنخفض)

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعات	المتوسطات المقدرة	العالى	المتوسط	المنخفض	قيمة المتغير المصاحب
مهارة حائط الصد الهجومى من مركز (٣) للضربات الهجومية من مركز (٣)	نقطة	العالى (ن=٤٥)	١٦.١٣		٠.٣٢	*١.٧٦	١١.٣٦
		المتوسط (ن=٣٧)	١٥.٨١			*١.٤٣	
		المنخفض (ن=٣٨)	١٤.٣٧				
استمارة تقييم الأداء الفني لمهارة حائط الصد الهجومى	درجة	العالى (ن=٤٥)	١٤.٦١		*١.٠٣	*٢.١٥	١٠.٢٠
		المتوسط (ن=٣٧)	١٣.٥٨			١.١٢	
		المنخفض (ن=٣٨)	١٢.٤٦				
مقياس تقدير الذات (الأفكار الراهنة)	درجة	العالى (ن=٤٥)	٦٩.٩٧		*٤.٧١	*٧.١٢	٥٦.٧٦
		المتوسط (ن=٣٧)	٦٥.٢٦			٢.٤١	
		المنخفض (ن=٣٨)	٦٢.٨٤				

*الفروق بين المتوسطات دالة عند (٠.٠٥)



شكل (٣) الفروق بين المتوسطات المعدلة للمتغيرات قيد البحث

٢- مناقشة نتائج الفرض الأول:

ويتضح من جدول (١٠)، (١١) وشكل (٣) وجود فروق بين مجموعات البحث (المستوى العالى- المستوى المتوسط- المستوى المنخفض) فى القياسات البعدية فى متغيرات البحث(مهارة حائط الصد الهجومى من مركز (٣) للضربات الهجومية من مركز (٣)- استمارة تقييم الأداء الفني لمهارة حائط الصد الهجومى- مقياس تقدير الذات (الأفكار الراهنة)) وإن اكبر نسبة فروق تتضح فى المستوى المنخفض ويلية المستوى المتوسط ثم المستوى العالى.

وترجع الباحثة هذه النتائج الى برنامج التمايزالتنافسي المستخدمه فى الجزء التطبيقى من الوحدة التعليميه، والذى عمل على زيادة دافعية الطالبات فى الموقف التعليمى،فالمنافسه تعمل على تحسين مستوى الطالبه سواء بدنيا أو مهاريا او نفسيا، كما تعمل على الاشتراك الايجابى للطالبه فى الاداء، والذى يدفعها الى بذل المزيد من الجهد والعطاء لتحقيق مستوى عالى من الاداء.

وتري الباحثة ان تفاعل الطالبات مع برنامج المتمايزالتنافسى والتي تكمن اهميتها في مراعاة الانماط المختلفة للطلاب واشباع ميولهم واتجاهاتهم وتعزيز مستوي الدافعية ورفع مستوي تقدير الذات لديهن ومساعدتهم علي التقييم بصورة جيدة وقياس المخرجات هو الذي ادي الي تطوير قدراتهم التي تتناسب مع ميولهم واستعداداتهم بحيث يؤدي ذلك الي تقارب الطالبات فكريا ومهاريا.

وتتفق تلك النتيجة مع نتيجة الدراسات التى تناولت استخدام التعليم المتمايز التنافسى وتأثيره تأثيرا ايجابيا في تنمية المهارات المتعلمة ورفع مستوي القدرات الخاص بهذة المهارات وزيادة ثقة المتعلمين بانفسهم.(١)،(١٦)،(٩)،(٣٠)،(١٩)،(٧)،(٣٢)،(٢٦).

يبنى التعليم المتمايز على عدد من الاسس النفسية ومنها انه لدى كل متعلم القابلية والقدرة على عملية التعلم وان الطرق التى يتعلم بها الطالبات تختلف من طالبة لاخره وان درجة

الذكاء متفاوته ومتنوعة لدى الافراد وان المخ البشرى يسعى الى الفهم والوصول الى معنى المعلومات التى يستقبلها وان عملية التعليم تحدث بصورة افضل وأن الانسان يسعى دائما لتحقيق النجاح والتميز. (٢٣ :٣٦-٣٨)

وبذلك يتحقق صحة الفرض الاول الذى ينص على " توجد فروق دالة إحصائيًا في القياس البعدي بين مجموعات البحث (المستوى العالى، المستوى المتوسط، المستوى المنخفض) في المتغيرات قيد البحث".

ثانيا: عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني:

١- التحقق من صحة الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه: "توجد فروق دالة إحصائيًا بين القياسين القبلي والبعدي لكل مجموعة من مجموعات البحث (المستوى العالى، المستوى المتوسط، المستوى المنخفض) في المتغيرات قيد البحث لصالح القياس البعدي"؛ وللتحقق من صحة الفرض الثاني استخدمت الباحثة اختبار (ت) لعينتين مرتبطتين من البيانات (*Paired Sample tTest*)، لدالة الفروق بين متوسط الدرجات في القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية، في المتغيرات قيد البحث، كما تم حساب حجم التأثير (*Effect Size*) باستخدام مربع ايتا (η^2) في حالة اختبار (ت)، بالإضافة إلى حجم التأثير (*Effect Size*) باستخدام (*Cohen's d*) ويفسر في ضوء محكات كوهين (*Cohen's Standard*)، وحساب معدل التغير/ نسبة التحسن (*Change Ratio*) وذلك كما في جدول (١٢) و(١٣) وشكل (٤) و(٥).

جدول (١٢)

دلالة الفروق بين القياس القبلى والقياس البعدى لكل مجموعة من مجموعات البحث (المستوى العالى، المستوى المتوسط، المستوى المنخفض) فى المتغيرات قيد البحث.

المتغيرات	المجموعات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت)	حجم التأثير	
			المتوسط (سَ)	الانحراف (± ع)	المتوسط (سَ)	الانحراف (± ع)		(η^2)	*Cohen's d*
مهارة حائط الصد الهجومى من مركز (٣) للضربات الهجومية من مركز (٣)	العالى (ن=٤٥)	نقطة	١٣.٩٣	١.٣٩	١٦.٤٧	١.١٢	*١٠.٠٧	٠.٦٩٨	٢.٠
	المتوسط (ن=٣٧)	نقطة	١٠.٧٦	١.٧٤	١٥.٧٣	١.١٧	*١٥.٧٤	٠.٨٧٣	٣.٣
	المنخفض (ن=٣٨)	نقطة	٨.٨٩	١.٥٧	١٤.٠٥	٢.٢٧	*١٢.٣٠	٠.٨٠٤	٢.٦
استمارة تقييم الأداء الفني لمهارة حائط الصد الهجومى	العالى (ن=٤٥)	درجة	١١.٢٢	١.٦٨	١٤.٧٣	١.٣٧	*١٠.٧٠	٠.٧٢٢	٢.٢
	المتوسط (ن=٣٧)	درجة	١٠.٧٨	٢.٠٠	١٣.٦٥	١.٧٤	*٨.٠٦	٠.٦٤٣	١.٥

تابع جدول (١٢)

دلالة الفروق بين القياس القبلى والقياس البعدى لكل مجموعة من مجموعات البحث (المستوى العالى، المستوى المتوسط، المستوى المنخفض) فى المتغيرات قيد البحث.

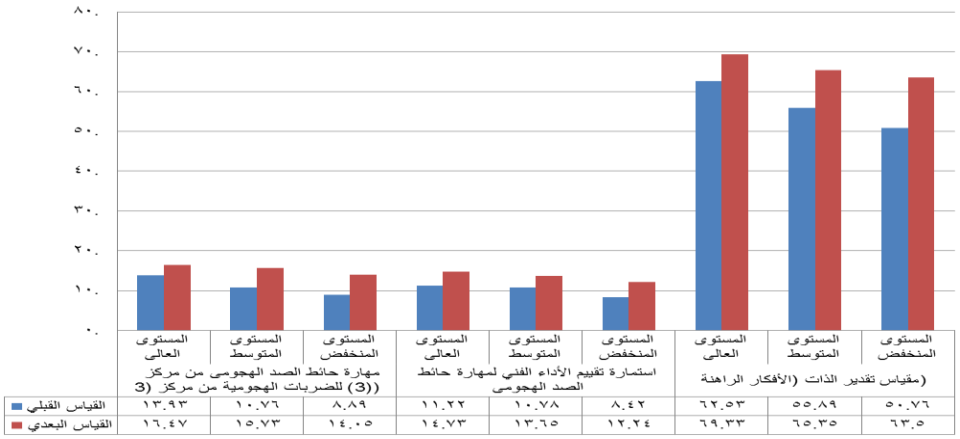
المتغيرات	المجموعات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت)	حجم التأثير	
			المتوسط (س)	الانحراف (±ع)	المتوسط (س)	الانحراف (±ع)		(η^2)	Cohen's d
مقياس تقدير الذات (الأفكار الراهنة)	المنخفض (ن=٣٨)	درجة	٨.٤٢	١.٠٦	١٢.٢٤	٢.٤٧	*٨.٧٤	٠.٦٧٤	٢.٠
	العالى (ن=٤٥)	درجة	٦٢.٥٣	٥.٧٣	٦٩.٣٣	٣.٠٦	*٦.٢٦	٠.٤٧١	١.١
	المتوسط (ن=٣٧)	درجة	٥٥.٨٩	٦.٦٠	٦٥.٣٥	٦.٨٨	*٥.٨٣	٠.٤٨٦	١.٤
	المنخفض (ن=٣٨)	درجة	٥٠.٧٦	٣.٢٩	٦٣.٥٠	٨.١١	*٨.٩١	٠.٦٨٢	٢.١

*قيمة (ت)دالة عند (٠.٠٥)

يتضح من جدول (١٢) أن قيم (ت) المحسوبة تراوحت بين (٥.٨٣) و(١٥.٧٤).

ولتحديد الدلالة التطبيقية للمتغير المستقل علي المتغير التابع تم حساب حجم التأثير باستخدام مربع ايتا (η^2) الذي يعبر عن حجم تأثير المتغير المستقل في المتغير التابع، وتراوحت قيم(η^2) بين (٠.٤٧١) و(٠.٨٧٣) وهذا يدل على حجم تأثير (ضخم *Huge*).

وتراوحت قيم (*Cohen's d*) بين (١.١) و(٣.٣) وهذا يدل على حجم تأثير (كبير جدا *Very Large*). (ضخم *Huge*).



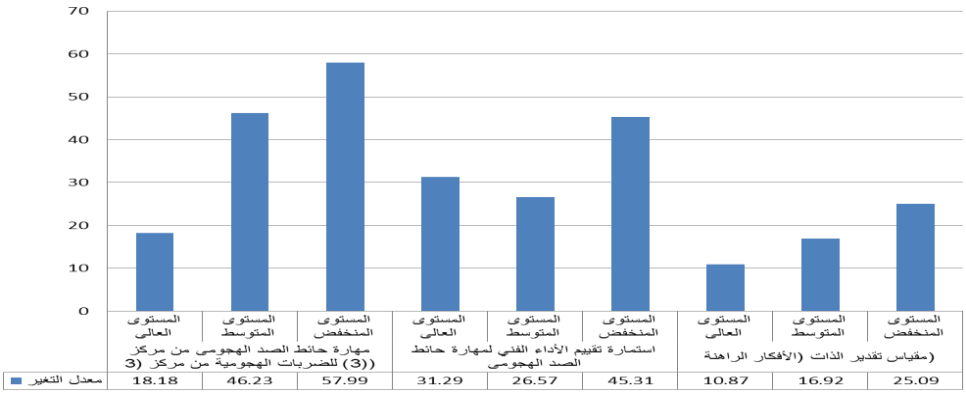
شكل (٤) الفروق بين القياس القبلى والقياس البعدى لكل مجموعة من مجموعات البحث (المستوى العالى، المستوى المتوسط، المستوى المنخفض) في المتغيرات قيد البحث

جدول (١٣)

معدل التغير بين درجات لكل مجموعة من مجموعات البحث (المستوى العالى، المستوى المتوسط، المستوى المنخفض) فى المتغيرات قيد البحث

المتغيرات	المجموعات	وحدة القياس	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	الفرق بين القياسين	معدل التغير
مهارة حائط الصد الهجومى من مركز (٣) للضربات الهجومية من مركز (٣)	العالى (ن=٤٥)	نقطة	١٣.٩٣	١٦.٤٧	٢.٥٣	١٨.١٨
	المتوسط (ن=٣٧)	نقطة	١٠.٧٦	١٥.٧٣	٤.٩٧	٤٦.٢٣
	المنخفض (ن=٣٨)	نقطة	٨.٨٩	١٤.٠٥	٥.١٦	٥٧.٩٩
استمارة تقييم الأداء الفنى لمهارة حائط الصد الهجومى	العالى (ن=٤٥)	درجة	١١.٢٢	١٤.٧٣	٣.٥١	٣١.٢٩
	المتوسط (ن=٣٧)	درجة	١٠.٧٨	١٣.٦٥	٢.٨٦	٢٦.٥٧
	المنخفض (ن=٣٨)	درجة	٨.٤٢	١٢.٢٤	٣.٨٢	٤٥.٣١
مقياس تقدير الذات (الأفكار الراهنة)	العالى (ن=٤٥)	درجة	٦٢.٥٣	٦٩.٣٣	٦.٨٠	١٠.٨٧
	المتوسط (ن=٣٧)	درجة	٥٥.٨٩	٦٥.٣٥	٩.٤٦	١٦.٩٢
	المنخفض (ن=٣٨)	درجة	٥٠.٧٦	٦٣.٥٠	١٢.٧٤	٢٥.٠٩

يتضح من جدول (١٣) أن قيم (معدل التغير) تراوحت بين (١٠.٨٧) و(٥٧.٩٩).



شكل (٥) معدل التغير بين درجات لكل مجموعة من مجموعات البحث (المستوى العالى، المستوى المتوسط، المستوى المنخفض) في المتغيرات قيد البحث.

١ـ مناقشة نتائج الفرض الثاني:

للتحقق من صحة الفرض الثانى قامت الباحثة استخدمت الباحثة اختبار (ت) لعينتين مرتبطتين من البيانات، لدالة الفروق بين متوسط الدرجات في القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية، في المتغيرات قيد البحث، كما تم حساب حجم التأثير باستخدام مربع ايتا (η^2) في حالة اختبار (ت)، بالإضافة إلى حجم التأثير باستخدام (*Cohen's d*) ويفسر في ضوء محكات كوهين (*Cohen's Standard*)، وحساب معدل التغير/ نسبة التحسن (*Change Ratio*).

يوضح جدول (١٢)،(١٣) وشكل(٤)،(٥) توجد فروق دالة إحصائيًا بين القياسين القبلي والبعدي لكل مجموعة من مجموعات البحث (المستوى العالى، المستوى المتوسط، المستوى المنخفض) في متغيرات(مهارة حائط الصد الهجومى من مركز (٣) للضربات الهجومية من مركز (٣)- استمارة تقييم الأداء الفني لمهارة حائط الصد الهجومى- مقياس تقدير الذات (الأفكار الراهنة)) قيد البحث لصالح القياس البعدي.

وترجع الباحثة هذه النتائج الى برنامج التمايز التنافسى المقترح الذى يراعى الفروق الفردية بين الطالبات ومستوى كل طالبة ووضع الطالبة فى المجموعة التى تتناسب مع قدرتها والتمرينات التى اشتمل عليها البرنامج التى تم وضعها وفقا للمستويات المختلفة للطالبات تجعل الطالبة هى محور العملية التعليمية حيث يزيد من دافعيتها نحو التعليم وترفع من تقدير الطالبة لذاتها وتصبح اكثر ثقة بنفسها وبقدرتها على بذل مزيد من الجهد وتتيح الفرصة للطالبة للتنافس مع المستوى الذى يناسب قدرتها وايضا عند نجاحها تستطيع ان تتنافس مع المستوى الاعلى لتشجيعها على الاداء الافضل.

بالاضافه الى ان الاسلوب الذى تم إتباعه فى تطبيق برنامج التمايز التنافسى المقترح إحتوى على مجموعة من المواقف التنافسية المشوقة والممتعة التى عملت على تطوير الأداء المهارى (الكمى والكيفى) وذلك من خلال تنوع التمرينات واختلاف مستوى الصعوبة والسهولة إستناداً إلى إستعدادات الطالبات وتعامل بمرونة فى الاستجابة لاحتياجات التعلم المتنوعة لديهن كما ان التمرينات التنافسية اعطت الطالبة خبرات النجاح والتقدم والثقة بالنفس بدلا من الخوف والقلق من الفشل فى الاداء ويتضح ذلك من شغف وحب الطالبة على الاداء والمنافسة والحرص على الفوز والتفوق فى الاداء وان هذه التمرينات اعطت الطالبة القدرة على تقدير ذاتها بالشكل الصحيح وذلك من خلال تحويل الاخفاقات فى الأداء الى نجاحات ومكسب ساعدها فى رفع الروح والثقة لديها وبالتالى يزداد تقديرها لذاتها.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة الدراسات التى اكد على أن استراتيجية المتمايز التنافسى له تأثير إيجابي على المتغيرات النفسية والمتغيرات المهارية التي تقيس المستوى المهاري كما أظهرت هذه الدراسات فروق واضحة لصالح القياسات البعدية للمجموعة التجريبية أثناء استخدام التعليم المتمايز وهذا ما اظهرته نتائج الدراسة الحالية.(٣٠)، (٢٩)، (١٦)، (٩)، (١٩)، (٣٥)،(٣٦).

ونظراً لان المتعلمين غيرمتساويين فى القدرات والإحتياجات بشكل تام، وان هناك إختلافات فى القدرات والفروق تظهر بشكل كبير أثناء تعلم المهارات الحركية فإن على المعلم

تصنيفهم لفئات متقاربة المستوى ثم يقوم بإعداد أنشطة وخبرات متنوعة إستناداً لتلك الإختلافات. (٢٨: ١١٣،١١٤)

يعتبر التمايز التنافسى من أفضل الأساليب الإجرائية التى تحث المتعلمين على بذل أكبر قدر من الجهد ويساهم فى التاثير على تنمية وتطوير مهاراتهم وقدراتهم وتشكيل سماتهم الخلقية والإرادية من خلال تعرضهم لمواقف تنافسية تتحدى جهدهم الفكرى والحركى وتساعد على إثارة دافعية غير المتفوقين لبذل مزيد من الجهد لتقديم أفضل إنجازاتهم،كما يزيد من قوة الإرادة للمتعلمين المتفوقين لتحقيق مستوى أعلى.(٣: ١٠٨)(١٤ : ٣)

وبذلك يتحقق صحة الفرض الثانى الذى ينص على: "توجد فروق دالة إحصائيًا بين القياسين القبلي والبعدي لكل مجموعة من مجموعات البحث (المستوى العالى، المستوى المتوسط، المستوى المنخفض) في المتغيرات قيد البحث لصالح القياس البعدي".

ثالثا: عرض ومناقشة نتائج الفرض الثالث:

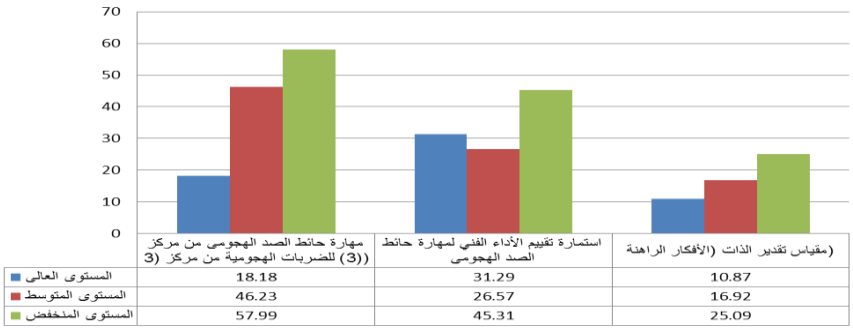
١- التحقق من صحة الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على أنه :" توجد فروق دالة إحصائيًا بين نسب تحسن مجموعات البحث (المستوى العالى، المستوى المتوسط، المستوى المنخفض) في المتغيرات قيد البحث لصالح المستوى المنخفض"؛ وللتحقق من صحة الفرض الثالث استخدمت الباحثة مقارنة معدل التغير/ نسبة التحسن (*Change Ratio*) في المتغيرات قيد البحث، وذلك كما في جدول (١٤)، وشكل (٦).

جدول (١٤)

معدل التغير بين درجات مجموعات البحث (المستوى العالى، المستوى المتوسط، المستوى المنخفض) فى المتغيرات قيد البحث

المتغيرات	وحدة القياس	معدل التغير للمجموعة (المستوى العالى)	معدل التغير للمجموعة (المستوى المتوسط)	معدل التغير للمجموعة (المستوى المنخفض)
مهارة حائط الصد الهجومى من مركز (٣) للضربات الهجومية من مركز (٣)	نقطة	١٨.١٨	٤٦.٢٣	٥٧.٩٩
استمارة تقييم الأداء الفني لمهارة حائط الصد الهجومى	درجة	٣١.٢٩	٢٦.٥٧	٤٥.٣١
مقياس تقدير الذات (الأفكار الراهنة)	درجة	١٠.٨٧	١٦.٩٢	٢٥.٠٩



	مهارة حائط الصد الهجومى من مركز (3) للضربات الهجومية من مركز (3)	استمارة تقييم الأداء الفني لمهارة حائط الصد الهجومى	(مقياس تقدير الذات (الأفكار الراهنة
المستوى العالى	18.18	31.29	10.87
المستوى المتوسط	46.23	26.57	16.92
المستوى المنخفض	57.99	45.31	25.09

شكل (٦) معدل التغير بين درجات مجموعات البحث (المستوى العالى، المستوى المتوسط، المستوى المنخفض) في المتغيرات قيد البحث

٢- مناقشة نتائج الفرض الثالث:

وللتحقق من صحة الفرض الثالث استخدمت الباحثة مقارنة معدل التغير/ نسبة التحسن (*Change Ratio*) في المتغيرات قيد البحث.

ويتضح من جدول (١٤)، وشكل (٦) ان هناك نسب تحسن فى الثلاث مستويات (العالى – المتوسط – المنخفض) وان اكبر نسبة تحسن ترجع الى المستوى المنخفض حيث تراوحت بين (٢٥.٠٩:٥٧.٩٩) ويلية المستوى المتوسط تراوحت نسبة التحسن فى متغيرات البحس بين (١٦.٩٢: ٤٦.٢٣) ثم اقل نسبة تحسن حدثت فى المجموعة ذات المستوى العالى حيث تراوحت بين(١٠.٨٧: ١٨.١٨).

وترجع الباحثة هذا التحسن الى برنامج التمايز التنافسى المقترح حيث يحتوى على مجموعة من التمرينات التنافسية التى تساعد على سرعة التعلم وتحسين الاداء وتزيد من حماسة الطالبات وتدفعهم الى الاداء المميز وان نسبة التحسن حدثت فى المستوى المنخفض بشكل اكبر وذلك لان التمرينات التنافسية كانت تشكل دافع كبير لطالبات المستوى المنخفض لذل مزيد من الجهد وتحقيق الذات وتحدى قدراتهن عن طريق التنافس وادى ذالك الى زاد من ثقتهن فى انفسهن ورفع مستوى التحسن بدرجة عالية وان معرفة شروط الاداء وطرق التقييم والدرجة المطلوبة لكل انجاز قد سعدتهن على معرفة نقاط الضعف لديهن وتجنبها وزيادة طرق النجاح وكل هذه الامور قلت فى المجموعة ذات المستوى المتوسط وانخفض فى المجموعة ذات المستوى العالى وترجع الباحثة ذلك لتوافر خبرة اكبر لدى كلا من المجموعة ذات المستوى المتوسط والعالى.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج الدراسات التى اكدت على أهمية التنافس فى تطوير الأداء الحركى وزيادة ثقة الطالبات فى ذاتهن لمختلف الأنشطة الرياضية. (١)، (٣٠)، (٢٩)،(٣١)،(٢١).

يتأسس أسلوب التعلم التنافسي على إستخدام المعلم للأشكال التنافسية أثناء عملية التعلم، ويهدف إلى زيادة دافعية المتعلم فى الموقف التعليمى، والذى بدوره يؤدى إلى تحسين المستوى البدنى والمهارى والنفسى، ويكون دور المعلم توجيه سلوك وأداء المتعلمين وتقديم التغذية الراجعة والمساعدة لهم أثناء تنفيذ المهمة في جو من التنافس والمرح، وذلك بهدف تحسين الأداء ومن ثم إتقان المهارات الحركية بشكل جيد. (٢٠ :٤٥)، (١١: ٦٦)

وبذلك يتحقق صحة الفرض الثالث الذى ينص على " :" توجد فروق دالة إحصائيًا بين نسب تحسن مجموعات البحث (المستوى العالى، المستوى المتوسط، المستوى المنخفض) في المتغيرات قيد البحث لصالح المستوى المنخفض".

الاستنتجات :

في ضوء عينة البحث وخصائصها، والمنهج المستخدم، ووفقاَ لما أشارت إلية نتائج التحليل الإحصائى. أمكن الباحثة التوصل إلى الاستنتجات التالية:

١- أثر برنامج التمايز التنافسى المقترح إيجابيا على نتائج مقياس تقدير الذات وتطوير مهارة حائط الصد الهجومى لدى الطالبات.

٢- توجد فروق دالة إحصائيًا بين القياسين القبلي والبعدي لكل مجموعة من مجموعات البحث (المستوى العالى، المستوى المتوسط، المستوى المنخفض) في نتائج مقياس تقدير الذات ومهارة حائط الصد الهجومى قيد البحث لصالح القياس البعدي.

٣- هناك نسبة تحسن حادثة بين القياسين القبلى والبعدى بين مجموعات البحث (المستوى العالى، المستوى المتوسط، المستوى المنخفض) في مقياس تقدير الذات ومهارة حائط الصد الهجومى وكانت أفضل نسبة تحسن راجعة للمجموعة ذات المستوى المنخفض ثم يتبعها مجموعة المستوى المتوسط ثم اقل نسبة تحسن للمجموعة ذات المستوى العالى.

٤- تمرينات التمايز التنافسى ساهمت فى الارتقاء بمستوى تقدير الذات والاداء المهارى(الكمى والكيفى) لطالبات تخصص الكرة الطائرة الفرقة الثالثة للمجموعات الثلاثة (عالى- متوسط- ضعيف).

التوصيات:

فى ضوء البحث واستخلاصاته توصى الباحثة بالتوصيات التالية:

١- استخدام برنامج التمايز التنافسيى لتطوير مستوى أداء المهارات الاساسية فى الكرة الطائرة.

٢- استخدام استمارة تقييم الأداء الفني لمهارة حائط الصد الهجومى في الكرة الطائرة لتقييم مستوى الطالبات تقييما (كيفيا) (إعداد الباحثة).

٣- ضرورة مراعاة الجوانب النفسية لدى الطالبات عند تدريبهن وتعليمهن لمهارات الأنشطة الرياضية بصفة عامة ومهارات الكرة الطائرة بصفة خاصة.

٤- تطبيق مقياس تقدير الذات للوقوف على نظرة الطالبة لذاتها والعمل على تطوير ذلك لتحصل على تقدير اعلى لذاتها.

((المراجـــــــــع))

أولاً: المراجع باللغة العربية

١- **إبراهيم حسن مجاهد حسن (٢٠١٨م):** تأثير استخدام إستراتيجية التعليم المتمايز علي التحصيل المعرفي وأداء بعض مهارات الكرة الطائرة، رسالة دكتوراه،كلية التربية الرياضية، جامعة الوادي الجديد

٢- **إبراهيم يونس (٢٠١٨م):** قوة علم النفس الإيجابى، مؤسسة حورس الدولية للنشر والتوزيع،الإسكندرية.

٣- **أحمد فكرى محمد (١٩٩٢):** إستخدام التمايز كأسلوب تنافسى لتحسين المستوى الرقمى لسابقة ٨٠٠متر جرى، مجله نظريات وتطبيقات، العدد الثالث عشر، كليه التربية الرياضية للبنين، جامعه الاسكندريه.

٤- **أسامة راتب (١٩٩٧م):** علم النفس الرياضي- المفاهيم -التطبيقات "،ط٢،دار الفكر العربي،القاهرة،مصر.

٥- **الين وديع فرج (٢٠١١م):** الكرة الطائرة دليل المعلم والمدرب اللاعب، منشأة المعارف، الاسكندرية.

٦- **ايناس عوض الله(٢٠٠٥):** تأثير اسلوب المنافسات الجماعية على تطوير مستوى الاداء المهارى فى كرة السله لتلميذات المرحله الثانويه، رساله ماجستير،غير منشورة، كليه التربية الرياضية للبنات، جامعه الزقازيق.

٧- **بسمة احمد محمد الديب(٢٠١٥م):** "تأثير التعليم المتمايز في ضوء أنماط المتعلمين علي تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لتلاميذ المرحلة الابتدائية"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.

٨- **جيهان محمد فؤاد، عزة أحمد السعيد(٢٠١٢م):** فاعلية تدريبات القوة الوظيفية على كثافة معادن ومحتوى العظام وبعض القدرات البدنية الخاصة ومستوى أداء حائط الصد لدى ناشئات الكرة الطائرة، مجلة بحوث التربية الشاملة، كلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق.

٩- **حنان عبدالرحمن سلمان(٢٠١٧م):** "فاعلية استخدام التعليم المتمايز في تنمية بعض مهارات التفكير الرياضي لدي طالبات المرحلة المتوسطة بمدينة الرياض" مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة القصيم، السعودية، ع ٤.

١٠- **حنان محمد الطويرقي(٢٠١٣م):** "التدريس المتمايز وأثرة علي الدافعية والتفكير والتحصيل الدراسي"، دار خوارزم العلمية المملكة العربية السعودية،.

١١- **رضا مسعد السعيد، هويدا محمد الحسيني (٢٠٠٧م):** إستراتيجيات معاصرة فى التدريس للموهوبين والمعوقين، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

١٢- **زكى محمد حسن (٢٠٠٢م):** طرق تدريس الكرة الطائرة (تعليم – تدريس- تطبيق- تقويم)، ط١، مكتبة الاشعاع الفنية، الاسكندرية.

١٣- **سارة السيد درويش (٢٠١٨م):** التدريبات المركزية واللامركزية وتأثيرها على القوة الانفجارية وتطوير مهارتى الضرب الساحق وحائط الصد فى الكرة الطائرة، رسالة دكتوراه،غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق.

١٤- **سعاد محمد جبر، زينب محمد بكر (١٩٩٤):** استخدام اسلوب التمايز التنافسى للارتقاء بمستوى الانجاز فى الالعاب التمهيدية لكل من كرة اليد وكرة السله،مجله بحوث التربية الرياضية، كليه التربية الرياضية للبنين، جامعه الزقازيق.

١٥- **سعد حماد الجميلى(٢٠١٠م):** الكرة الطائرة وتدريباتها الميدانية لمهارة الهجوم الساحق- حائط الصد- الدفاع عن الملعب، دار دجلة، الطبعة الاولى.

١٦- **سوزان محمد حسن(٢٠١٧م):** "فعالية برنامج مقترح لاعداد معلمي العلوم قائم علي مدخل التدريس المتمايز في تنمية تحصيلهم واكسابهم بعض مهارات ادارة التمايز بين الطلاب اثناء تدريس المادة"، مجلة التربية العلمية، العدد٩، مصر.

١٧- **سيف سعد دلفى (٢٠١٦م):** فعالية الأسلوب التنافسى على تعلم بعض المهارات الأساسية فى الكرة الطائرة لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة واسط بالعراق، رساله ماجستير، غير منشورة، كليه التربية الرياضية للبنات، جامعه الاسكندريه.

١٨- **عبد ربه على شعبان (٢٠١٠م):** الخجل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى المعاقين بصريا، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية.

١٩-**عماد الدين حمدي محمد(٢٠١٦م):** "برنامج تعليمي مقترح لتحسين الذكاء الحركي واثرة علي مستوي اداء المهارات المنهجية في الكرة الطائرة لتلاميذ المرحلة الابتدائية" رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط.

٢٠- **فاطمة عوض صابر (٢٠٠٦م):** طرق تدريس الألعاب الجماعية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية.

٢١- **كانياو حسن صديق (٢٠١٤):** فعاليه استخدام اسلوبى التعلم والتنافسى التعاونى فى تعليم بعض الهارات الهجوميه فى كرة اليد للمرحله الاعداديه فى محافظة اربيل- العراق، رساله ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الاسكندريه.

٢٢- **كمال عبد الحميد زيتون (٢٠٠٥):** التدريس نماذجه ومهاراته،المكتب العلمى للنشر والتوزيع، الاسكندرية.

٢٣-**كوثر حسين كوجك وآخرون (٢٠٠٨م):** "تنويع التدريس في الفصل"، دليل المعلم لتحسين طرق التعليم والتعلم في مدارس الوطن العربي، بيروت، مكتب اليونسكو الإقليمي للتربية في الدول العربية، ٢٠٠٨م.

٢٤- **محمد أحمد نبيه أحمد (٢٠١٩م):** تأثير برنامج تعليمى بأستخدام التعلم التنافسى على مستوى الأداء المهارى لبعض المهارات الأساسية فى الكرة الطائرة لطلاب كلية التربية الرياضية – جامعة دمياط، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، العدد (١)، جامعة أسيوط.

٢٥- **محمد صبحى حسانين، حمدى عبد المنعم (١٩٩٧):** الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس (بدني، مهاري، معرفي، نفسي، تحليلي)، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

٢٦- **محمد عبد الوهاب مبروك (٢٠١١م):** تأثير استخدام التعليم المتمايز علي التحصيل المعرفي واداء بعض مسابقات الميدان والمضمار لتلاميذ المرحلة الإعدادية"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية.

٢٧- **مـروة أحمـد عـامر(٢٠١٠):** فعاليـه استخدام اسلوب التنـافس علـى مستوى أداء بعض المهـارات الاساسـية فـى الكـرة الطـائرة لتلميـذات المرحلـه الاعداديـة، رسـاله ماجستير غير منشورة، كاية التربية الرياضية للبنات، جامعه الاسكندريه.

٢٨- **مصـطفى السـايح محمد (٢٠٠٨):** اتجاهـات حديثـة فـى تـدريس التربيـة البدنيـه والرياضـة، الطبعه الاولى، مكتبة الاشعاع الفنية، الاسكندرية.

٢٩- **ميرفت محمد كمال(٢٠١٧م):** "توظيف التعليم المتمايز من خلال الكتاب الاليكتروني في تـدريس الهندسـة لتنميـة المسـتويات التحصـيلية العليـا ومهـارات التواصـل الرياضي والفهم العميق لدي طلاب الصف الثاني الاعدادي"، مجلة تربويات الرياضة بمصر، العدد٤.

٣٠- **هالة الشحات عطية يوسف(٢٠١٧م):** "برنامج قائم علي استراتيجيات التعليم المتمايز في تـدريس التـاريخ لتنميـة المفـاهيم التاريخيـة ومهـارات التفكيـر الابـداعي لـدي تلاميـذ المرحلـة الاعداديـة" مجلـة الجمعيـة التربويـة للدراسـات الاجتماعيـة – مصر، ع٨٧.

٣١- **هوزان عبد الله اومر (٢٠١٤):** فعالية استخدام اسلوب التعلم التنافسي على مستوى أداء بعض المهارات الاساسية الهجومية في كرة السلة لدى طلاب المرحلة الأولى بمعهد التربية الرياضية أربيل باقليم كردستان – العراق، رسالة ماجستير غير منشورة، كليه التربية الرياضية للبنات، جامعه الاسكندرية

٣٢- **وفاء محمود عبداللطيف (٢٠١٢م):** "تأثير استخدام بعض اساليب التدريس المختلفة وفقا لانواع الذكاء علي تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة والرضا الحركي" رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان.

ثانياً: المراجع الاجنبية:

33- **American volleyball coaches (2012):** The volley ball Drill book , Amazon ,usa.

34- **Kinda l., (2006):** volleyball skills and drills,American volleyball coaches association, Human Kinetics,Canada.

35- **MaxeyKatherine(2013):"**differentiated Instruction: Effects on Primary Students Mathematics Achievement". Published by Parquets, North central University.

36- Millikan, Shari(2012): "Teachers Perceptions of the Use of Differentiated Instruction on Student Achievement in Mathematics". Unpublished Ph. D. Thesis, Walden University.

37- Schillding & Maryloue (2000): The effect of three styles of teaching on university student, sports performance http:encirsys.edu/pluelscig.

38- Swift.M.,(2009): The Effect Differentiated Instruction in Social Student Performance, unpublished PhD thesis, University of Wisconsin-Stout united States of America

39- Tomlinson, C., (2005): Deciding to differentiate instruction in the middle school: one school's journey". Gifted child quarterly, 392

ثالثاً: شبكة المعلومات الدولية:

40- https://al-billah-sport.mam9.com/t3-topic