

## تأثير استخدام كروت TOP SPORT على تعلم رفعة الخطف لطلاب كلية التربية الرياضية بجامعة بنها

د. مصطفى رمضان علي عثمان  
كلية التربية الرياضية- جامعة بنها

### المقدمة ومشكلة البحث:

الاستفادة من جميع الوسائل التعليمية الحديثة في الوقت الراهن أصبح يمثل ضرورة هامة في العملية التعليمية، حيث انها تساعد على رفع المستوى البدني والمهارى وزيادة التحصيل المعرفي لدي المتعلمين، بالإضافة الى انها تساعد المتعلمين على التكيف مع تطورات الحياة الحديثة وكذلك المجتمع الرقمي الجديد.

يرى "مصطفى السايح" (٢٠٠٣م) إلى أن عملية التدريس منظومة لها أبعادها ومكوناتها والتي تتمثل في المعلم والمتعلم والخبرات التعليمية والأدوات والتقنيات الحديثة وأساليب التقويم ومن ثم فهي عملية ديناميكية تبدأ بصياغة الأهداف ووضع السياسات، وتحديد الاستراتيجيات وطرق وأساليب التدريس ثم التنفيذ والتقويم. (٨: ٧٥)

يشير "مجدي عزيز" (٢٠٠٢م) أنه من المهم استكشاف نماذج بديلة لفن التدريس وللأساليب التي يتم إتباعها، وذلك حتى يمكن التقدم بذلك الفن الراقى في ظل السياسات والقوانين والظروف التي قد تكون معاكسة في أحيان كثيرة للمقاصد النبيلة التي تهدف إلى تطوير عملية التدريس من منظور كونها فناً راقياً، وعلى الرغم من الوعي الكامل ورغبة المعلمين في الارتقاء بفن التدريس إلا أن ذلك يتطلب العمل ضد تيار المنهج الحالي الذي يتسم بالمحافظة على القديم وعدم ملاءمته للعصر في كل من المحتوي والأسلوب معاً. (٧: ١١)

حيث ظهرت اول مرة كروت TOP SPORT في الدورة الأولمبية لندن ٢٠١٢م حيث قامت الحكومة البريطانية ومنظمة اليونسيف وهيئة UK Sport المعنية بالرياضة في المملكة المتحدة، باستحداث برنامج الإلهام الدولي، لتكون مصدر إلهام لجيل، وكان أول برنامج من نوعه صمم ونفذ من قبل المدينة المضيفة. (١٠: ٣٤)

والعاب TOP SPORT إحدى المرتكزات التي تقوم على تقديم أنشطة بدنية ورياضية، حيث تتميز هذه الأنشطة بالجودة العالية، والشمولية، كما تعزز أقصى قدر من المشاركة باستخدام

الحد الأدنى من المعدات والموارد وذلك في ضوء الإمكانيات المتاحة للأنشطة الرياضية المختلفة للمراحل السنوية من ٥ : ١٨ سنة. (٦ : ١٨٩)

وكروت TOP SPORT هي كروت مصممة ذات ابعاد (٢٠ × ٢٠) سم يوضع عليها شكل الأداء المهارى المراد تعليمه للمتعلمين وتسهم في فهم المتعلمين لمتطلبات لأداء الحركي ويتم عرضها على المتعلمين ويقوم المعلم بشرح ما جاء في كل كرت وعلى المتعلمين تنفيذ ما شاهدوه داخل الكرت بمجرد رفع المعلم للكروت المحدد. (٦ : ١٩٠)

ومن خلال العرض السابق لأهمية ضرورة استخدام كروت TOP SPORT في تدريس الأنشطة الرياضية بصفة عامة ورياضة رفع الاثقال بصفة خاصة وذلك لإتاحة الفرصة للإبداع في طريقة التعليم من جانب المعلم، وفي طريقة الأداء من جانب المتعلمين.

ومن خلال اطلاع الباحث على العديد من الدراسات والبحوث في مجال تعليم المهارات الحركية والتي أوصت بالتوسع في استخدام نماذج وأساليب تدريس غير تقليدية في التربية الرياضية، كانت كروت TOP SPORT دوراً كبيراً في تحسدين وتطوير الجوانب للمهارات الحركية متمثلاً في الاداء المهارى لهذه المهارات ومن هذه الدراسات "رشا ناجح علي" (٢٠٢٠م) (٦) ودراسة "مروة صبري marwa sabry" (٢٠٢٠م) (٩) ، ودراسة ايه ربيع سيد عثمان" (٢٠١٩م) (٤) ودراسة "السيد يس حسن مرزوق" (٢٠١٨م) (٢) والتي اسفرت نتائجها على ايجابية استخدام كروت TOP SPORT في تعلم مختلف المهارات الحركية.

كما توصل الباحث من خلال الاطلاع على العديد من الدراسات والبحوث في مجال رفع الاثقال الى عدم وجود دراسة واحدة على حد علم الباحث تستخدم كروت TOP SPORT في رياضة رفع الاثقال.

ومن خلال قيام الباحث بتدريس مقرر رفع الاثقال فقد لاحظ انخفاض مستوي الأداء الفني والرقمي في رفعة الخطف، وارجع الباحث هذا الانخفاض الى عدة أسباب منها زيادة عدة الطلاب اثناء أداء المسابقة بالإضافة الى قلة الوقت المخصص لكل طالب لأداء المسابقة وبالإضافة الي عدم وجود طريقة حديثة تعمل على جذب انتباه الطلاب وتشجعهم على التفكير والأداء السليم، كما يرجع الباحث سبب الانخفاض في المستوي الأداء الفني والرقمي في رفعة الخطف أيضا الى عدم وجود النموذج المتكامل وليس الصحيح فقط وبالتالي يخلق تصور كامل لأداء المسابقة لدي الطلاب.

ومن هنا جاءت فكرة البحث الحالي لوضع برنامج تعليمي بإستخدام كروت TOP SPORT والتعرف على تأثيرها في مستوى الأداء الفني والرقمي في رفعة الخطف لطلاب كلية التربية الرياضية بجامعة بنها.

#### هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير استخدام كروت TOP SPORT على مستوى الأداء الفني والرقمي في رفعة الخطف لطلاب كلية التربية الرياضية بجامعة بنها.

#### فروض البحث:

- ١- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية التي تستخدم كروت TOP SPORT على مستوى الأداء الفني والرقمي في رفعة الخطف لصالح القياس البعدي.
- ٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة التي تستخدم الطريقة المتبعة (الشرح والنموذج) على مستوى الأداء الفني والرقمي في رفعة الخطف لصالح القياس البعدي.
- ٣- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعدين للمجموعة التجريبية والضابطة في مستوى الأداء الفني والرقمي في رفعة الخطف لصالح القياس البعدي ولصالح المجموعة التجريبية.

#### مصطلحات البحث:

##### كروت توب سبورت Top Sport cards:

هي كروت مصممة لألعاب حركية تساعد على تعلم أنشطة رياضية وبدنية للشباب، حيث تتميز هذه الأنشطة بالجودة العالية، والشمولية، كما تعزز أقصى قدر من المشاركة باستخدام الحد الأدنى من المعدات والموارد. (٣: ٦١)

#### الدراسات المرجعية:

- ١- أجرت "رشا ناجح علي" (٢٠٢٠م) دراسة بعنوان "تأثير برنامج تعليمي مدعوم بكروت توب بلاي TOP PLAY توب سبورت TOP SPORT على مستوى اللياقة الحركية لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي"، واستهدفت الدراسة التعرف على تأثير برنامج تعليمي مدعوم بكروت توب بلاي TOP PLAY توب سبورت TOP SPORT على مستوى اللياقة الحركية لدى تلاميذ

الحلقة الأولى من التعليم الأساسي، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي، على عينة قوامها (٨٠) تلميذ تم تقسيمهم الي مجموعتين المجموعة التجريبية قواما (٤٠) تلميذ والمجموعة الضابطة قواما (٤٠) تلميذ، ومن أدوات جمع البيانات الاختبارات البدنية، ومن أهم النتائج البرنامج التعليمي للمجموعة التجريبية المدعم بكروت التوب بلاي كان أكثر تأثيراً من البرنامج التقليدي في تنمية مستوي اللياقة الحركية لدي تلاميذ الحلقة الاولى من التعليم الاساسي.(٦)

٢- أجرت "مروة صبري marwa sabry" (٢٠٢٠م) دراسة بعنوان "برنامج تعليمي مدعوم ببطاقات TOP PLAY-TOP SPORT لتطوير المهارات الحركية الأساسية المتعلقة بلعبة تنس الطاولة وأثرها على الأداء المهارى والمهارات الحياتية للمعاقين ذهنياً قابلي التعلم"، واستهدفت الدراسة تصميم برنامج تعليمي باستخدام بطاقات TOP PLAY-TOP SPORT ومعرفة تأثيره لأداء المهارى والمهارات الحياتية للمعاقين ذهنياً قابلي التعلم، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي، على عينة قوامها (٢٠) تلميذ معاق ذهنياً تم تقسيمهم الي مجموعتين المجموعة التجريبية قواما (١٠) تلميذ معاق ذهنياً والمجموعة الضابطة قواما (١٠) تلميذ معاق ذهنياً ، ومن أدوات جمع البيانات الاختبارات المهارية ومقياس المهارات الحياتية، ومن أهم النتائج توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في المهارات الحركية الاساسية (المهارات الانتقالية - المهارات غير الانتقالية - مهارات المعالجة والتعامل) المرتبطة بمهارات تنس الطاولة لصالح القياسات البعدية لأفراد المجموعة التجريبية.(٩)

٣- أجرت "ايه ربيع سيد عثمان" (٢٠١٩م) دراسة بعنوان "تأثير استخدام برنامج TOP PLAY على مستوى اللياقة الحركية والادراك الحركي لتلاميذ الصف الثالث الابتدائي"، واستهدفت الدراسة التعرف على تأثير استخدام برنامج TOP PLAY على مستوى اللياقة الحركية والادراك الحركي لتلاميذ الصف الثالث الابتدائي، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي، على عينة قوامها (٤٠) تلميذ وتلميذة تم تقسيمهم الي مجموعتين المجموعة التجريبية قواما (٢٠) تلميذ وتلميذة والمجموعة الضابطة قواما (٢٠) تلميذ وتلميذة، ومن أدوات جمع البيانات اختبارات مستوى اللياقة الحركية ومقياس الادراك الحركي، ومن أهم النتائج البرنامج التعليمي للمجموعة التجريبية المدعوم ببرنامج TOP PLAY كان أكثر تأثيراً من البرنامج التقليدي في تنمية مستوى اللياقة الحركية والادراك الحركي لتلاميذ الصف الثالث الابتدائي.(٤)

٤- أجري "السيد يس حسن مرزوق" (٢٠١٨م) دراسة بعنوان "تأثير استخدام كروت top sport على مستوى تعلم بعض المهارات الأساسية لدي براعم كرة السلة"، واستهدفت الدراسة التعرف على أثير استخدام كروت top sport على مستوى تعلم بعض المهارات الأساسية لدي براعم كرة السلة،

واستخدم الباحث المنهج التجريبي، على عينة قوامها (٢٠) برعم تم تقسيمهم الي مجموعتين المجموعة التجريبية قواما (١٠) براعم والمجموعة الضابطة قواما (١٠) براعم، ومن أدوات جمع البيانات الاختبارات البدنية والمهارية، ومن أهم النتائج اثر البرنامج التعليمي باستخدام كروت top sport تأثير ايجابي في تحسن مستوي بعض المهارات الحركية الاساسية لدي براعم كرة السلة مجموعة البحث التجريبية. (٢)

٥- أجري "أيمن عبده محمد محمد" (٢٠١٥م) دراسة بعنوان "تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام كروت الكرة الطائرة وكروت TOP PLAY-TOP SPORT على تعلم بعض الحركات الأساسية التمهيديّة لمهارات الكرة الطائرة لتلاميذ المرحلة الابتدائية"، واستهدفت الدراسة التعرف على تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام كروت الكرة الطائرة وكروت TOP PLAY-TOP SPORT على تعلم بعض الحركات الأساسية التمهيديّة لمهارات الكرة الطائرة لتلاميذ المرحلة الابتدائية، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية من تلاميذ الصف الثالث الابتدائي من تلاميذ مدرسة الجامعة الابتدائية وبلغ حجم عينة البحث (٤٠) تلميذ، ومن أدوات جمع البيانات الاختبارات البدنية والمهارية، ومن أهم النتائج تصميم كروت لمهارات الكرة الطائرة مصورة لتلاميذ الصف الثالث الابتدائي، حققت كروت الكرة الطائرة تطورا في بعض المهارات الحركية الأساسية وبعض مهارات الكرة الطائرة ، حققت كروت top-play top sport تطورا في بعض وبعض مهارات الكرة الطائرة. (٣)

### إجراءات البحث:

### منهج البحث:

إستخدم الباحث المنهج التجريبي بإستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة وذلك لمناسبته لطبيعة هذه الدراسة.

### مجتمع وعينة البحث:

يتمثل مجتمع البحث في طلاب الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية بجامعة بنها للعام الدراسي ٢٠٢٠/٢٠٢١م والبالغ عددهم (٣٩٨) طالب، ولقد تم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (٤٥) طالب، حيث تم إختيار عدد (٣٠) طالب كعينة أساسية من مجتمع البحث وقد تم تقسيمهم إلي مجموعتين إحداهما مجموعة تجريبية قوامها (١٥) طالب وأتبع معها البرنامج التعليمي باستخدام كروت TOP SPORT، والأخرى مجموعة ضابطة (١٥) طالب وأتبع

معها الطريقة المتبعة (الشرح والنموذج)، بالإضافة إلى عدد (١٢) طالب لإجراء الدراسة الاستطلاعية، وتم استبعاد ثلاث طلاب لعدم الانتظام وجدول (١) يوضح ذلك.

## جدول (١)

## توصيف عينة البحث

المستبعدون	العينة الاستطلاعية	المجموعة الضابطة	المجموعة التجريبية	العينة الكلية	مجتمع البحث
٣	١٢	١٥	١٥	٤٥	٣٩٨

## اعتدالية توزيع عينة البحث:

قام الباحث بحساب إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في المتغيرات التالية: السن - الطول - الوزن - الذكاء، بجانب المتغيرات البدنية المرتبطة بمسابقة الوثب العالي (القدرة العضلية للرجلين - السرعة الإنتقالية - مرونة العمود الفقري)، ومستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب العالي، وجدول (٢) يوضح ذلك.

## جدول (٢)

## إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في المتغيرات قيد البحث

ن = ٤٢

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
١	السن	السنة	١٧.٣٧	١.١٧	١٧.٤٠	٠.٠٨-
٢	الطول	سم	١٦١.٧٦	٢.٨٧	١٦٢.٠٠	٠.٢٥-
٣	الوزن	كجم	٥٧.٣١	٥.٨٠	٥٨.٠٠	٠.٣٦-
٤	قوة القبضة اليمنى	الكجم	٣٢.٥٨	١.٦٧٦	٣٢.٥٠	٠.٦٦١
٥	قوة القبضة اليسرى	الكجم	٢٩.١٩	١.٥٢٧	٢٩.٠٢	٠.٢١٧
٦	رمي جلة للخلف عبر الرأس باليدين	المتر	٥.٧٨	٠.٩٦١	٥.٨٧	٠.١٨٣
٧	اختبار مرونة الكتف والرسغ	السم	٦١.٤٠	١.٢٤٢	٦١.٥١	٠.٠٥٦
٨	قياس الأداء الفني للخطف	الدرجة	٩.٤٣	١.٣١٠	٩.٥٠	٠.٣٦١
٩	المجموع الرقمي للخطف	الكجم	٦٣.٠٠	٦.٢٠٨	٦٤.٠٠	٠.٥٠٧

يتضح من الجدول (٢) أن قيم معاملات الإلتواء لأفراد عينة البحث في معدلات النمو (السن - الطول - الوزن - والمتغيرات البدنية (قوة القبضة يمين - قوة القبضة يسار - رمى جلة للخلف عبر الرأس باليدين ، اختبار مرونة الكتف والرسغ)، ومستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب العالي تراوحت ما بين (-٠.٠٨ - ٠.٦٦٠) أي أنها تنحصر ما بين (٣±) مما يشير إلى إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في هذه المتغيرات.  
ب- تكافؤ أفراد العينة:

قام الباحث بإجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث (التجريبية - الضابطة) في المتغيرات التالية: السن - الطول - الوزن بجانب المتغيرات البدنية المرتبطة برفعة الخطف (قوة القبضة يمين - قوة القبضة يسار - رمى جلة للخلف عبر الرأس باليدين ، اختبار مرونة الكتف والرسغ)، ومستوى الأداء الفني والرقمي في رفعة الخطف . وجدول (٣) يوضح ذلك.

### جدول (٣)

دلالة الفروق بين مجموعتي البحث في

جميع المتغيرات قيد البحث

ن = ١٥ = ن٢

المتغيرات	المجموعات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة "ت"
			س	ع	س	ع	
السن		السنة	١٧.٤١	٠.١٨	١٧.٣٥	٠.١٦	٠.٩٣
الطول		سم	١٦١.٨٠	٢.٤٨	١٦١.٤٧	٢.٩٧	٠.٣٢
الوزن		كجم	٥٦.٨٧	٢.١٠	٥٧.٢٠	٣.٤٩	٠.٣٠
قوة القبضة اليمنى		الكجم	٣١.٥٨	١.٦٧٦	٣١.٦٦	١.٥٥٧	٠.١٢٦
قوة القبضة اليسرى		الكجم	٢٩.١٦	١.٥٢٧	٢٩.٣٣	١.٣٧٠	٠.٢٨١
رمى جلة للخلف عبر الرأس باليدين		المتر	٥.٧٦	٠.٩٦٣	٥.٣٠	٠.٩٣٩	١.٢٠٢
اختبار مرونة الكتف والرسغ		السم	٦١.٤١	١.٢٤٠	٦١.٥٠	١.٥٠٧	٠.١٤٨
قياس الأداء الفني للخطف		الدرجة	٩.٤١	١.٣١١	٩.١٦	٠.٩٣٧	٠.٥٣٧
المجموع الرقمي للخطف		الكجم	٦٣.٠٠	٦.٢٠٨	٦٠.٥٠	٧.٨٦٨	٠.٨٦٤

\* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٠٤٨

يتضح من جدول (٣) عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوي ٠.٠٥ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات الانثروبومترية والبدنية والمهارية قيد البحث حيث تراوحت قيمة ت ما بين ( ٠,٣٠ : ١,٢٠٢) مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث في هذه المتغيرات.

## وسائل وادوات جمع البيانات:

## ١- ادوات جمع البيانات:

- جهاز الرستاميتير لقياس الطول الكلي للجسم بالسنتيمتر.
- ميزان طبي معاير لقياس الوزن بالكيلو جرام.
- ساعة إيقاف رقمية Stop Watch ١/١٠٠ من الثانية ومزودة بالذاكرة.

## ٢- وسائل جمع البيانات:

## أولاً: قياس معدلات النمو:

وتشمل (السن ويقاس بالسنة - الطول ويقاس بالسنتيمتر - الوزن ويقاس بالكيلوجرام)

## ثانياً: الاختبارات البدنية قيد البحث:

لتحديد أهم الاختبارات البدنية التي تؤثر على مستوى تعلم رفعة الخطف على طلاب الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية -جامعة بنها قام الباحث بالرجوع للدراسات وقد وجد الباحث أن أكثر القدرات البدنية ارتباطاً برفعة الخطف هي قوة القبضة يمين ، قوة القبضة يسار ، رمى جلة للخلف عبر الرأس باليدين ، اختبار مرونة الكتف والرسغ ملحق (٢)

## ثالثاً: تقييم مستوى رفعة الخطف:

قام الباحث باستخدام استمارة ملاحظة لتقييم مستوى أداء رفعة الخطف وتم التأكد من المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للاستمارة قبل تطبيقها، وذلك بعرضها على الخبراء في مجال رفع الاثقال ملحق (٤)

وتم حساب درجة مستوى الأداء الفني في رفعة الخطف لأفراد مجموعتي البحث بواسطة

## ثلاثة محكمين ملحق (٥)

## - الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة البالغ عددهم (١٢) طالب من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية وذلك يوم السبت الموافق ٢٠٢١/١٠/٢م وحتى الاثنين ٢٠٢١/١٠/٤م حيث قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية للتعرف على النواحي الإدارية والفنية والتنظيمية الخاصة بالبحث، وهي التأكد من سهولة الاختبارات، اختيار الأماكن المناسبة لإجراء الاختبارات، التأكد من المعاملات العلمية للاختبار (الثبات - الصدق)، والتأكد من مناسبة كروت

.TOP SPORT



## المعاملات العلمية (الصدق - الثبات):

## ١- الصدق:

لحساب معامل الصدق استخدم الباحث طريقة صدق التمايز بين مجموعتين إحداهما مميزة وهي مجموعة من الطلاب وعددهم (١٢) طالب يمثلون فريق رفع الأثقال بالكلية، والمجموعة الأخرى غير مميزة ويمثلها العينة الاستطلاعية وعددها (١٢) طالب، وجدول (٤)، يوضح دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في الاختبارات البدنية والمهارية:

## جدول (٤)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة

في الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث

ن = ١ = ٢ = ١٢

قيمة "ت"	المجموعة غير المميزة		المجموعة المميزة		وحدة القياس	الاختبارات البدنية
	ع	م	ع	م		
١٧.٠٢٨	٠.٨٩٤	٣١.٠٠	٠.٩٨١	٣٧.٨١	الكجم	قوة القبضة اليمنى
١٣.٢٣٠	١.٢٨٦	٢٨.٣٦	٠.٩٨١	٣٤.٨١	الكجم	قوة القبضة اليسرى
٤.٥٩٧	٠.٩٩٣	٥.٢٧	٠.٨٩٦	٧.١٢	المتز	رمى جلة للخلف عبر الرأس باليدين
١٤.٦٤٠	١.٥٠١	٦١.٦٣	١.٢٨٦	٧٠.٣٦	السم	اختبار مرونة الكتف والرسغ
٣٢.٥٧٧	٠.٨٠٩	١٠.٦٣	١.٠٣٥	٢٣.٥٤	الدرجة	قياس الأداء الفني للخطف
٤.٩٩٤	٤.٥٠٤	٣٥.٩٠	٤.١٠٩	٤٥.٠٩	الكجم	المستوى الرقمي للخطف

\* قيمة "ت" الجدولية عند مستوي ٠.٠٥ = ٢.٠٧٤

يتضح من الجدول (٤) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥ بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث، ولصالح المجموعة المميزة مما يشير إلي صدق الاختبارات .

## ٢- الثبات:

لحساب معامل الثبات قام الباحث باستخدام طريقة تطبيق الإختبار وإعادة تطبيقه، وذلك عن طريق تطبيق الاختبارات البدنية على أفراد العينة الاستطلاعية ثم إعادة التطبيق مرة أخرى على نفس العينة ، وتم حساب معامل الارتباط بين نتائج التطبيقين الأول والثاني، وجدول (٥) يوضح ذلك.

## جدول (٥)

معامل الثبات للاختبارات البدنية قيد البحث

ن = ١٢

قيمة "ر"	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الاختبارات البدنية
	ع	م	ع	م		
٠.٨٥٣	٠.٧٨٦	٣١.٧٢	٠.٨٩٤	٣١.٠٠	الكجم	قوة القبضة اليمنى
٠.٩٤٩	١.٢٥٠	٢٩.١٨	١.٢٨٦	٢٨.٣٦	الكجم	قوة القبضة اليسرى

٠.٩٩١	٠.٩٤٢	٥.٣٦	٠.٩٩٣	٥.٢٧	المتر	رمى جلة للخلف عبر الرأس باليدين
٠.٩٤٦	١.٥٥٥	٦٢.٢٧	١.٥٠١	٦١.٦٣	السم	اختبار مرونة الكتف والرسغ
٠.٧٦٣	٠.٦٠٣	١١.١٨	٠.٨٠٩	١٠.٦٣	الدرجة	قياس الأداء الفني للخطف
٠.٩٨٣	٤.٢٧٤	٣٦.٤٥	٤.٥٠٤	٣٥.٩٠	الكجم	المستوى الرقمي للخطف

\* قيمة " ر " الجدولية عند مستوي ٠.٠٥ = ٠.٥٧٦ .

يتضح من الجدول (٥) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥ بين نتائج التطبيقين الأول والثاني للاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث مما يشير إلى ثبات هذه الاختبارات عند التطبيق.

### بناء البرنامج التعليمي المقترح: ملحق (٦)

#### ١- هدف البرنامج التعليمي:

يهدف البرنامج التعليمي الى رفع مستوى الأداء الفني والرقمي في رفعة الخطف لطلاب الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية جامعة بنها باستخدام كروت TOP SPORT.

#### ٢- أسس البرنامج:

- مراعاة استخدام كروت ال TOP SPORT في الجزء التمهيدي من الوحدة
- مراعاة تقديم تعليمات وارشادات ومعلومات معرفية توضح النواحي الفنية الصحيحة لكل خطوة تعليمية لتلاشي الأخطاء وتصحيحها.
- مراعاة عرض نموذج صحيح لكل خطوة تعليمية بالوحدات التعليمية.
- أن يراعى خصائص الطلاب واحتياجاتهم البدنية والمهارية.
- مراعاة التنوع في التمرينات المستخدمة.

#### ٣- محتوى البرنامج:

يتضمن محتوى البرنامج التعليمي باستخدام كروت ال TOP SPORT لتعليم رفعة الخطف .

#### ٤- الإمكانيات اللازمة لتنفيذ البرنامج:

- عدد من اجهزة الكمبيوتر
- كروت TOP SPORT .
- بارات.
- شريط لاصق.
- طارات
- شريط قياس

### ٥- الإطار العام لتنفيذ البرنامج:

تم وضع الوحدات التعليمية لتعليم رفعة الخطف بالبرنامج وقسمت إلى (٢٤) وحدة بواقع ثلاث وحدات كل أسبوع مع العلم أن الزمن المخصص لتنفيذ الوحدة (٤٥) دقيقة، وبناء على ذلك فقد استغرق تنفيذ الوحدات التعليمية (٨) أسابيع، وتفصيل الوحدات التعليمية موضحاً على النحو التالي:

الإحماء (٥) دقائق - الأنشطة الحركية (١٠) دقيقة - الجزء الرئيسي (٢٥) دقيقة - الختام (٥) دقائق.

### التصميم التعليمي لكروت ال TOP SPORT:

استخدام كروت ال TOP SPORT ومحتواها في رفع مستوى الأداء الفني والرقمي في رفعة الخطف:

يتكون محتوى البرنامج من مجموعة من الخطوات الفنية وصور لمراحل أداء رفعة الخطف باستخدام كروت TOP SPORT وذلك عن طريق:

#### ١- تعديل تصميم الكروت:

قام الباحث بتغيير مقياس كروت ال TOP SPORT من ابعاد (٢٠ × ٢٠) سم وهو المقياس المعتاد الى ابعاد (٢٥ × ٢٥) سم وهو مقياس أكبر بما يتوافق مع رفعة الخطف ، بحيث تكون الرؤية واضحة للطلاب لاستثارة دافعيتهم وجذب انتباههم، كما قام الباحث بتغليف الكروت للمحافظة عليها، حيث يترك الطلاب الكروت على الأرض لممارسة الأداء المهارى.

#### ٢- كيفية استخدام الكارت:

قام الباحث بتقسيم الطلاب الى أربع مجموعات صغيرة كل مجموعة مكونة من أربع طلاب ماعدا مجموعة واحدة مكونة من ثلاث طلاب، ثم قام بتوزيع الطلاب على الأربع محطات وقام بوضع الكروت في تلك المحطات ومع سماع إشارة البدء يقوم الطلاب بالتشاور والتناقش مع بعضهم البعض حول الكارت والأدوات الموضوعة في كل محطة ومطابقتها بالكارت وبدء تنفيذ المحطة عملياً، ثم تبديل المحطات بحيث يمر جميع الطلاب على كل المحطات، وكل محطة تحتوي على خطوة تعليمية لكل مرحلة من مراحل أداء رفعة الخطف.

### ٣- محتوى الكارت:

- يحتوي البرنامج التعليمي باستخدام كروت ال TOP SPORT على مجموعة من الخطوات الفنية والتعليمية المتدرجة لتعليم رفعة الخطف المصحوبة بالصور لدى طلاب كلية التربية الرياضية جامعة بنها
- ويوجد بالكارت مفتاح لكيفية استخدامه ويتمثل المفتاح في كلمة STEP.
- حيث يعبر (S) عن المساحة، (T) عن المهمة، (E) الأجهزة والأدوات، (P) عن الأشخاص.
- إتاحة الفرصة للطلاب للاستكشاف والابتكار والانطلاق في الأداء بحرية.
- وتحتوي الكروت على مجموعة من الخطوات الفنية والتعليمية وكذلك تدريبات للارتقاء بالمستوي الفني والرقمي لرفعة الخطف

### الدراسة الأساسية:

#### ١- القياسات القبليّة:

تم إجراء القياسات القبليّة للمجموعتين (التجريبية - الضابطة) في الاختبارات البدنية واختبارات قياس مستوى الأداء الفني والرقمي في رفعة الخطف ، وذلك يوم السبت ٢ / ١٠ / ٢٠٢١م

#### ٢- التجربة الأساسية:

قام الباحث عقب انتهاء القياس القبلي بإجراء التجربة الأساسية على مجموعتي البحث، (التجريبية - الضابطة) لمدة ثمانية أسابيع وذلك في الفترة من السبت ٩ / ١٠ / ٢٠٢١ إلى الاربعاء ٨ / ١٢ / ٢٠٢١م، بواقع ثلاث وحدات تعليمية أسبوعياً، زمن الوحدة (٤٥) خمسة واربعون دقيقة ملحق (٨)، كما قام الباحث بالتعليم للمجموعة الضابطة بالطريقة المتبعة (الشرح والنموذج).

#### ٣- القياس البعدي:

قام الباحث بعد انتهاء المدة المحددة للتطبيق بإجراء القياس البعدي لمجموعتي البحث (التجريبية - الضابطة) في الاختبارات المهارية وكذلك اختبارات قياس مستوى الأداء الفني والرقمي في رفعة الخطف على النحو الذي تم إجراؤه في القياس القبلي، وذلك يوم الاثنين ١٣ / ١٢ / ٢٠٢١م وبعد الانتهاء من القياس قام الباحث بتجميع النتائج وجدولتها ومعالجتها إحصائياً.

## المعالجات الإحصائية:

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- الوسيط.
- معامل الالتواء.
- معامل الارتباط البسيط.
- اختبار (ت).

## عرض ومناقشة النتائج:

## أولاً: عرض النتائج:

## جدول (٦)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

في مستوى الأداء الفني والرقمي في رفعة الخطف ن = ١٥

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة "ت"
		ع	م	ع	م	
التقييم الفني للخطف	الدرجة	١.٣١١	١٩.٢٥	٠.٩٦٥	٢٤.٢٧	
المستوى الرقمي للخطف	الكجم	٣.٤٣٧	٣٤.٠٠	٢.٢١٥	١٠.٩٠	

\* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.١٤٥

يتضح من جدول (٦) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء الفني والرقمي في رفعة الخطف لصالح القياس البعدي.

## جدول (٧)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

في مستوى الأداء الفني والرقمي في رفعة الخطف ن = ١٥

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة "ت"
		ع	م	ع	م	
التقييم الفني للخطف	الدرجة	٠.٩٣٧	١٥.٠٨	٠.٩٧٢	١٨.٩١	
المستوى الرقمي للخطف	الكجم	٣.٣٥٧	٢٩.٩١	٢.٨٧٤	١٦.٥٢	

\* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.١٦٠

يتضح من جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء الفني والرقمي في رفعة الخطف لصالح القياس البعدي.

## جدول (٨)

دلالة الفروق بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة

في مستوى الأداء الفني والرقمي في رفعة الخطف ن=١٠، ن=٢=١٥

قيمة "ت"	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات
	ع	م	ع	م		
١١.٥٥٤	٠.٧٩٢	١٥.٠٨	٠.٩٦٥	١٩.٢٥	الدرجة	التقييم الفني للخطف
٣.٨٩٧	٢.٨٧٤	٢٩.٩١	٢.٢١٥	٣٤.٠٠	الكجم	المستوى الرقمي للخطف

\* قيمة "ت" الجدولية مستوى ٠.٠٥ = ٢.٠٤٨

يتضح من جدول (٨) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى الأداء الفني والرقمي في رفعة الخطف لصالح المجموعة التجريبية.

## ثانياً: مناقشة النتائج:

أظهرت نتائج جدول (٦) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء الفني والرقمي في رفعة الخطف ولصالح القياس البعدي.

ويرجع الباحث هذه الفروق إلى استخدام البرنامج التعليمي باستخدام كروت ال TOP SPORT حيث انه يدعم الاحتياجات الشخصية للطلاب أثناء تعلم المهارة، وبذلك تتحقق الاستقلالية والتخطيط، وتقدير أهمية الزمن اللازم لعملية التعلم، مما ينمي الدافعية لعملية التعلم، كما يعمل على زيادة التنافسية بين الطلاب ويجعلهم حريصين على التعلم الصحيح للمسابقة، والتطلع للتعرف على كل ما هو جديد في تعلم رفعة الخطف.

كما يرجع الباحث تقدم القياس البعدي عن القياس القبلي لدي أفراد المجموعة التجريبية إلى البرنامج التعليمي باستخدام كروت ال TOP SPORT الذي أدى إلى زيادة قدرة الطلاب على الاحتفاظ بطريقة الأداء الصحيحة للمسابقة لأن استخدام البرنامج التعليمي باستخدام كروت ال TOP SPORT أصبح محبب لهم وبذلك تولد لديهم القدرة على التفاعل مع البرنامج ومن ثم تذكر كل مرحلة من مراحل الأداء بطريقة صحيحة، بالإضافة إلى تقسيم الطلاب إلى مجموعات صغيرة تقوم بالتعلم باستخدام البرنامج التعليمي باستخدام كروت ال TOP SPORT وعمل المحطات لأداء المراحل الفنية لرفعة الخطف كل ذلك ساعد على تطوير المستوى الفني والرقمي في رفعة الخطف لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة بنها.

ويذكر "ايمان عبده محمد" (٢٠١٥م) ( ) ان استخدام كروت ال Top SPORT تشجع المتعلمين على التخيل والادراك والمحاكاة وحب التقليد بالإضافة الى إعطاء الحرية للمتعلم في الحركة والابداع والنشاط المتنوع وبالتالي تحقيق نتائج كبيرة في عملية التعلم.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كلاً من: دراسة "رشا ناجح علي" (٢٠٢٠م) ( )، ودراسة "السيد يس حسن" (٢٠١٨م) ( )، على أن البرامج التعليمية المستخدمة كروت ال TOP SPORT لهم تأثير ايجابي على رفع مستوى الأداء المهارى لأداء المهارات المختلفة. وبذلك يتحقق صحة ما جاء بالفرض الأول والذي ينص على:

"توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية التي تستخدم كروت TOP SPORT على مستوى الأداء الفني والرقمي في رفعة الخطف لصالح القياس البعدي".

كما أظهرت نتائج جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء الفني والرقمي في الوثب العالي ولصالح القياس البعدي.

ويرجع الباحث هذه الفروق الى استخدام البرنامج التعليمي المتبع (الشرح والنموذج) حيث اهتم الباحث بعرض الرفعة قيد البحث عملياً من خلال النموذج العملي الصحيح، وتقديم الشرح اللفظي السهل والمبسط عن المسابقة حتى يتمكن الطلاب من تكوين تصور واضح عن مراحل الأداء الفني لرفعة الخطف، كما يقدم الباحث التوجيهات والنصح كلما دعت الضرورة لذلك حتى يستطيع الطالب الذي يؤدي الخطأ من إصلاح الأخطاء الفنية فور ظهورها.

وفي هذا الصدد يشير "أبو النجا عز الدين" (٢٠٠٥م) أن معلم التربية الرياضية هو سيد المنظومة التعليمية وهو مفتاحها وأساسها وعليه يقع نجاح أو فشل المنظومة التعليمية. (١: ٧) وبذلك يتحقق صحة ما جاء بالفرض الثاني والذي ينص على:

"توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة التي تستخدم الطريقة المتبعة (الشرح والنموذج) على مستوى الأداء الفني والرقمي في رفعة الخطف لصالح القياس البعدي".

أظهرت نتائج جدول (٨) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥ بين القياسين البعدين للمجموعة التجريبية والضابطة في مستوى الأداء الفني والرقمي في رفعة الخطف ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

ويرجع الباحث تقدم المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في القياس البعدي الي البرنامج التعليمي باستخدام كروت ال Top SPORT حيث راعى الفروق الفردية بين الطلاب، كما ساعد البرنامج التعليمي باستخدام كروت ال Top SPORT الطلاب على حرية التنقل بين المحطات التعليمية وبالتالي ساعد البرنامج على تعلم الطلاب طبقاً لرغبة كل طالب في عملية التعلم، كما ساعد البرنامج التعليمي باستخدام كروت ال Top SPORT الذى يقوم بعرض البرنامج على زيادة التفاعل بين الطلاب والبرنامج بحيث يقف الطلاب موقف ايجابي في البحث عن المعلومات والمناقشة فيما بينهم عن المعلومة ولا يقف موقف سلبي في عملية التعليم، كما أن التنوع في التدريبات المستخدمة لتعليم كل مرحلة من مراحل أداء الرفعة ساعد على تعلم الطلاب **رفعة الخطف.**

كما يرجع الباحث ايضاً تفوق المجموعة التجريبية المستخدمة البرنامج التعليمي باستخدام كروت ال Top SPORT على المجموعة الضابطة المستخدمة الطريقة المتبعة الشرح والنموذج الى استخدام كروت ال Top SPORT في هذه الدراسة في عملية التعليم حيث أنها تجربة جديدة للطلاب وأسهمت هذه الطريقة في تنمية مستوى الأداء الفني والرقمي **لرفعة الخطف** وتفاعل الطلاب من خلال البرنامج التعليمي باستخدام كروت ال Top SPORT وتعزيز المعلومة لدى الطلاب من خلال أكثر من خدمة متوفرة في البرنامج التعليمي.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كلاً من: دراسة "السيد يس حسن" (٢٠١٨م) (٢)، (٣)، ودراسة "خالد عبد الجابر عبد الحافظ" (٢٠١٥م) (٨)، على أن البرامج التعليمية المستخدمة كروت ال Top SPORT لهم تأثير ايجابي على اكتساب المهارات الحركية بشكل أفضل من الطريقة المتبعة (الشرح والنموذج).

وبذلك يتحقق صحة ما جاء بالفرض الثالث والذي ينص على:

" توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة في مستوى الأداء الفني والرقمي في رفعة الخطف لصالح القياس البعدي ولصالح المجموعة التجريبية".



## الإستخلاصات والتوصيات

### أولاً: الإستخلاصات:

- في حدود أهداف البحث ومن خلال نتائج التحليل الإحصائي أمكن الباحث من التوصل إلى الإستخلاصات التالية:
- وجدت فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء الفني والرقمي في رفعة الخطف ولصالح القياس البعدي.
  - وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء الفني والرقمي في رفعة الخطف ولصالح القياس البعدي.
  - تفوقت المجموعة التجريبية والمتبع معها كروت ال Top SPORT على المجموعة الضابطة والمتبع معها طريقة (الشرح والنموذج) في مستوى الأداء الفني والرقمي في رفعة الخطف.

### ثانياً: التوصيات:

- ضرورة استخدام كروت ال Top SPORT في تعليم رفعة الخطف لما أثبتته نتائج هذه الدراسة من وجود تأثير إيجابي دال إحصائياً على مستوى الأداء الفني والرقمي في رفعة الخطف للطلاب.
- إجراء المزيد من الدراسات المشابهة مع هذه الدراسة في مراحل سنوية ودراسية مختلفة وذلك للتأكد من تأثير استخدام كروت ال Top SPORT على جميع المراحل الدراسية.
- التوسع في استخدام كروت Top sport على رفعات رفع الاثقال وكذلك في ألعاب اخرى.
- إقامة دورات ودراسات تأهيلية لأعضاء هيئة التدريس بالجامعة على كيفية استخدام كروت ال Top SPORT في تعليم جميع أنواع رفعات رياضة رفع الاثقال وكذلك الرياضات الأخرى.
- تدريب طلاب المستويات المتقدمة بكلية التربية الرياضية جامعة بنها على استخدام كروت ال Top SPORT في تعليم رفعات رياضة رفع الاثقال.

## قائمة المراجع :

## اولا : مراجع البحث باللغة العربية:

- ١- أبو النجا أحمد عز الدين (٢٠٠٥م): معلم التربية الرياضية، دار الكتب، القاهرة.
- ٢- السيد يس حسن مرزوق (٢٠١٨م): تأثير استخدام كروت top sport على مستوى تعلم بعض المهارات الأساسية لدي براعم كرة السلة، بحث منشور، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، جامعة أسيوط.
- ٣- أيمن عبده محمد محمد (٢٠١٥م): تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام كروت الكرة الطائرة وكروت TOP PLAY-TOP SPORT على تعلم بعض الحركات الأساسية التمهيديّة لمهارات الكرة الطائرة لتلاميذ المرحلة الابتدائية، بحث منشور، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، العدد (٤٠) الجزء الاول مارس.
- ٤- ايه ربيع سيد عثمان (٢٠١٩م): تأثير استخدام برنامج TOP PLAY على مستوى اللياقة الحركية والادراك الحركي لتلاميذ الصف الثالث الابتدائي، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان.
- ٥- خالد عبد الجابر عبد الحافظ (٢٠١٥م): برنامج ترويجي رياضي مقترح باستخدام كروت "Top Sport" لطلاب التعليم الفني الصناعي، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط.
- ٦- رشا ناجح علي (٢٠٢٠م): تأثير برنامج تعليمي مدعوم بكروت توب بلاي TOP PLAY توب سبورت TOP SPORT على مستوى اللياقة الحركية لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي، بحث منشور، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، العدد (٩٠)، الجزء الثاني.
- ٧- مجدي عزيز محمد (٢٠٠٢م): التدريس الفعال - ماهيته - مهاراته - إدارته، دار الأنجلو المصرية، القاهرة.
- ٨- مصطفى السايح محمد (٢٠٠٣م): أساليب التدريس في التربية الرياضية، مكتبة ومطبعة الاشعاع الفنية، الإسكندرية.

ثانيا : مراجع البحث باللغة الانجليزية:

- 9- **marwa sabry sabry** (2020): An educational program supported by Top Play – Top sport cards to develop basic motor skills related to table tennis and its impact on the skill performance and life skills of the mentally handicapped who are able to learn, the international scientific journal of physical education and sport sciences, helwan university, Article 3, Volume 8, Issue 2.
- 10- **Wiliam, P** (2012): The relation between Humor styles and Empathy, Europe s Journal of Psychology, 6(3), pp.34-45.