

## تأثير أسلوبى التدريس والتدريبي والتبادلي في تحسين المستوى المهاري والبدني لشباب كرة القدم - نادي الرمثا الرياضي

باحث/عبدالله احسان ايوب الايوب

حاصل علي ماجستير - مدرس بوزارة التربية والتعليم - الاردن

دكتور/ محمد خلف ذيابات

أستاذ بكلية التربية الرياضية - جامعة اليرموك

دكتور/ راتب محمد الداود

أستاذ بكلية التربية الرياضية - جامعة اليرموك

### المقدمة :

تسعى المؤسسات التعليمية لخلق الفرص الجيدة لإكساب اللاعبين المهارات بأنواعها في خلال تنفيذ تدريبات التربية الرياضية وبشكل ناجح. حيث أن التدريس الجيد يجب أن يكون فيه تنوع وشمولية من اجل تحقيق حاجات اللاعبين ورغباتهم وميولهم، وان المدرب هو المحور الأساسي لإيجاد بيئة مليئة بالمتغيرات المتنوعة والمفضلة لدى اللاعبين بعيدا عن الروتين والملل ويهدف إكساب اللاعبين المعرفة والاستعداد للتطورات ولتحقيق الذات والشعور بالمتعة والرضا عن تدريب التربية الرياضية .

وينظر للتدريب الحديث بأنه مجموعة من العلاقات المستمرة التي تنشأ من المدرب واللاعب وهذه العلاقات تساعد اللاعب على النمو والتوافق في الجوانب المختلفة وعلى إكساب اللاعبين المهارات والأنشطة البدنية المختلفة.

وتشير مندره، (٢٠٠٧) انه لا يوجد أسلوب تدريس أفضل من الآخر ولا يوجد أسلوب تدريسي واحد يمكن أن يحقق الأهداف الموضوعه للتدريب بشكل كامل لذلك رأى الباحث أن يقوم باستخدام بعض أساليب التدريس الحديثة للتعرف على أفضل هذه الأساليب والتي سوف تساعد اللاعبين عن تحسين قدراتهم المختلفة.

والأسلوب التدريسي هو مجموعة من العلاقات المستمرة التي تنشأ بين المدرب واللاعب وهذه العلاقات تساعد اللاعب على اكتساب المهارات الحركية والصفات البدنية فما هي هذه العلاقات وكيف نعرفها؟ وكيف نعرف تأثيرها على اللاعب، لذلك السؤال الذي يواجهه المدرب دائما وفي كل تدريب كيف أصل إلى لاعبيني؟ وكيف أتأكد من أن النشاط الحركي في التدريب يطابق الهدف الموضوع، فالتدريب الناجح هو إتباع أساليب تدريسية مختلفة يمكن من خلالها الوصول للهدف الموضوع (Mosston & Ashworth,2002).

شهدت لعبة كرة القدم على المستوى العالمي تطوراً كبيراً ارتبط بشكل واضح بأداء اللاعبين وإنجازهم خلال المباريات بجانب هذه الألعاب المختلفة سواء كانت البدنية أو المهارية أو الخططية أو النفسية ، وان أداء اللاعبين ما هو إلا نتاج العمل المتكامل القائم على الأسس العلمية في عمليات التدريب والتدريس ، وان إعداد اللاعبين للوصول الى المستوى العالي يحتاج الى عمل مكثف والى تخطيط مدروس وإتباع أساليب بحسب مراحل نمو وتطور هؤلاء اللاعبين. وهذا ما أشار اليه (محمود، ٢٠١٢) الى أهمية المتطلبات الأساسية للاعبين سواء البدنية أو المهارية فهي جانب مهم في إنجاز اللاعبين للمهارات المطلوبة خلال المباريات ، وتسهم عملية إجراء الاختبارات بإعطاء مؤشر حول امتلاك اللاعبين للصفات البدنية المطلوبة لصقلها وتمييزها بأفضل الطرق مما تنعكس بشكل إيجابي على أداء اللاعبين في منحنى الإنجاز في لعبة كرة القدم وتطوير الجانب البدني والمهاري وكذلك سرعة التصرف وسرعة اتخاذ القرار في المواقف المختلفة.

### أهمية الدراسة :

تعتبر هذه الدراسة عوناً للقائمين و العاملين في مجال أساليب التدريس الحديثة في تدريب كرة القدم . تعطي مؤشر لأهمية أساليب التدريس (التدريبي ، التبادلي) في تطوير الصفات البدنية و المهارية . يعتبر اختيار الأساليب التدريسية المناسبة سواء كانت المباشرة أو غير المباشرة يسهم بصورة إيجابية في تحقيق نتائج التعليم وتميز اللاعبين بصورة إيجابية كما تسهم في رفع المستوى المهاري والبدني ولنجاح ذلك يجب اختيار الأنشطة المناسبة ، والتي تعتمد على اختيار الأسلوب المناسب، وهذا من منطلق أساليب التدريس الحديثة كالأسلوب التدريبي والتبادلي وغيرها ، ومن هنا ظهرت الحاجة الى استخدام أساليب تدريسية غير مباشرة تسهم في تحسين وتطوير الأداء المهاري والبدني والتغلب على الصعوبات والمعوقات التي قد تواجه لاعبي فريق الشباب بلعبة كرة القدم ، عند تعلم المهارات بالأسلوب التقليدي ومدى فاعلية استخدام احدي الأساليب غير المباشرة (الحديثة) في التدريس.

كما وأن الأساليب الغير مباشرة التي تركز على إعطاء مجموعة من القرارات للاعبين لتشبع رغبات وميول اللاعبين في التغيير من التدريس بالأسلوب التقليدي الى تطبيق أساليب تدريس مختلفة وحديثة تساعد اللاعبين الى الوصول الى الكفاءة المهارية و البدنية العالية وبالتالي تحقيق الأهداف الموضوعية للتدريب اليومي (الربيعي، ٢٠١٢).

وان تقديم التدريب اليومي ونجاحه يعتمد على الأسلوب التدريسي المستخدم حيث اجمع الكثير من الخبراء والمختصين (Gold ,berger,1992) إن الطلبة لا يستجيبوا لأسلوب تدريسي واحد وانه لا بد من تنوع أساليب التدريس فهي احد الحوافز المهمة للطلبة التي تساعدهم على اكتساب وإتقان المهارات المختلفة.

وتتبع أهمية هذه الدراسة من خلال ما يلي:

١. قد تساعد هذه الدراسة المدربين والمدرسين في تقويم برامجهم سواء التدريسية أو التدريبية والعمل على تجنب نواحي الضعف وتعزيز الجوانب الإيجابية عند اختيار الأسلوب التدريسي المناسب .
٢. تمكن هذه الدراسة العاملين في مجال التدريس والتدريب على التنبؤ بأداء اللاعبين ومستوياتهم البدنية والمهارية من خلال رصد وتوثيق المعلومات حول أدائهم في الاختبارات وتوثيق نتائج اختباراتهم.
٣. تعتبر هذه الدراسة في حدود علم الباحث من الدراسات القليلة في منطقة الشمال والتي تستخدم بعض أساليب التدريس الحديثة حول أنجاز اللاعبين المهاري والبدني في لعبة كرة القدم.

### مشكلة الدراسة :

على الرغم من تنوع أساليب التدريس وما طرأ عليها من تقدم كبير إلا انه من الملاحظ وفي معظم الأساليب المستخدمة في التدريس أنها تعتمد على أسلوب واحد وهو الأسلوب التقليدي حيث يكون دور المتعلم الاستجابة المباشرة لتعليمات المدرب والتي تحقق النتائج المطلوبة بمستويات مختلفة، ومن هنا ظهرت مشكلة الدراسة بضرورة البحث عن أساليب تدريس جديدة ترتبط بسرعة اكتساب المهارات، وكذلك وجود الأساليب التعليمية التقليدية المتبعة في تعليم المهارات الحركية والبدنية والمهارية التي تعتمد على التقليد والتلقين لتحل مكانها الأساليب الحديثة في تعليم المهارات المختلفة، وكذلك استخدام أسلوب تدريس جديدة يختلف عن الأسلوب التقليدي المتبع في التدريس .

ومن خلال متابعة الباحث لدوري فرق الشباب بكرة القدم الأردنية وكونه ضمن الكادر الفني لفريق الشباب بنادي الرمثا بكرة القدم فقد لاحظ أن هناك ضعف في الأداء المهاري والبدني ويظهر على اللاعبين بعض الأخطاء ومؤشرات التعب وتغير بعض ملامح الوجه والتي تنعكس على الأداء المهاري خلال المباريات في الجوانب البدنية المختلفة سواء السرعة أو القوة أو التحمل أو الرشاقة و غيرها .

ولاحظ الباحث أيضا أن اغلب المدربين لا ينوعون في استخدام أساليب التدريس و اعتمادهم على الأساليب التقليدية .

وبناءً على ذلك قام الباحث باختيار بعض الأساليب الحديثة لتطبيقها على لاعبي فريق الشباب بلعبة كرة القدم للوقوف على مستواهم المهاري والبدني من خلال استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة وأثرها في تحسين الأداء المهاري والبدني وبالتالي التعرف على مستوى التقدم في ذلك بناءً على الأسلوب التدريسي المستخدم.

ويأمل الباحث من خلال هذه الدراسة التعرف إلى فاعلية أسلوب التدريس التدريبي و التبادلي والتي تؤدي الى التطوير والتحسين في أداء اللاعبين الشباب للمشاركة بتأثير إيجابية واستمرارية خلال المنافسات الرسمية.

### أهداف الدراسة:

هدف البحث الى تحسين المستوى المهاري و البدني لشباب كرة القدم من خلال تأثير الأسلوب التدريبي و التبادلي في كرة القدم من خلال الواجبات التالية :

- ١- التعرف على تأثير الأسلوب التدريبي على المستوى المهاري و البدني لشباب كرة القدم .
- ٢- التعرف على تأثير الأسلوب التبادلي على المستوى المهاري و البدني لشباب كرة القدم .
- ٣- التعرف على الفروق بين الأسلوب على المستوى المهاري و البدني لشباب كرة القدم .

### فرضيات الدراسة:

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) بين القياسين القبلي والبعدي باستخدام الأسلوب التدريبي على تحسين المستوى المهاري والبدني لشباب كرة القدم ولصالح القياس البعدي ؟
- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) بين القياسين القبلي والبعدي باستخدام الأسلوب التبادلي على تحسين المستوى المهاري والبدني لشباب كرة القدم ولصالح القياس البعدي ؟
- ٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) بين الأسلوب (التدريبي والتبادلي) في تحسين المستوى المهاري والبدني لشباب كرة القدم ؟

### مصطلحات الدراسة :

**أساليب التدريس :** مجموعة من الإجراءات التي يتبعها المدرب داخل الفصل للوصول إلى مخرجات في ضوء الأهداف التي وضعها وهي تتضمن مجموعة من الأساليب والوسائل والأنشطة وأساليب التقويم التي تساعد على تحقيق الأهداف (عبدالله وعبد العال، ٢٠٠٦).

وأشار (Mosston & Ashworth, 2002) إلى أنه يمكن التعرف على أسلوب التدريس من خلال التفاعل بين المدرب واللاعب وما ينتج عن ذلك وان أي عمل تدريسي يكون ناتجا عن القرار الذي تم اتخاذه. **الأسلوب التدريبي:** هو الأسلوب الذي تنتقل فيه بعض القرارات من المدرب الى المتعلم ويمتاز هذا الأسلوب بتوفير الزمن الكافي للتدريب وتطبيق المهارات والأنشطة ويستخدم في هذا الأسلوب الشرح التوضيحي للأداء الفني للمهارة المعطاة (خنفر، ٢٠١٠).

**الأسلوب التبادلي:** هو الأسلوب الذي يتم فيه تقسيم الطلبة في المجموعة الواحدة إلى أزواج للعمل معاً بالتبادل، أحدهما يؤدي والأخر يلاحظ، ويكون دور الملاحظ هو تقديم تغذية راجعة للطالب المؤدي فيما يخص بأدائه ومساعدته في تحديد متى يمكنه إنجاز العمل (حمص، ٢٠٠١).

**الصفات البدنية:** هي مستوى الحالة البدنية التي يعتمد عليها الرياضي من مكونات اللياقة البدنية الخاصة باللعبة والتي يتم قياسها بأجهزة القياس والاختبارات العملية ومقارنتها بالمستوى الأمثل وتشمل على العناصر التالية (القوة، السرعة، التحمل، الرشاقة، المرونة) (رضوان ومتولي، ٢٠٠٤).

**المهارات الأساسية بكرة القدم:** المقدرة على التوصل إلى نتيجة من خلال القيام بأداء واجب حركي في كرة القدم بأقصى درجة من الإتقان مع أقل بذل جهد و تشمل (التصويب، المراوغة، التمير، التنطط، وغيرها من المهارات) (تعريف إجرائي).

### مجالات الدراسة:

- المجال الزمني: الموسم الرياضي (٢٠٢٠/٢٠٢١).
- المجال المكاني: الملعب التدريبي التابع لنادي الرمثا - محافظة اربد .
- المجال البشري: لاعبي فريق الشباب بلعبة كرة القدم - نادي الرمثا الرياضي .

### الدراسات السابقة:

#### الدراسات العربية :

١- دراسة الذيابات وآخرون (٢٠١٢) والتي هدفت للتعرف على مقارنة أثر استخدام استراتيجيات التدريس التبادلية والتدريبية على تطوير عناصر منتقاة في اللياقة البدنية وبعض المتغيرات الفسيولوجية لدى لاعبي ألعاب القوى بكلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠) لاعباً من لاعبي ألعاب القوى بكلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك للفصل الدراسي الأول ٢٠١١/٢٠١٢، تم تقسيم عينة الدراسة إلى مجموعتين متكافئتين أحدهما تم تدريسها بالإستراتيجية التبادلية، والأخرى تم تدريسها بالإستراتيجية التدريبية، واستخدم الباحثون المنهج التجريبي، وتم تطبيق البرنامج على المجموعتين ولمدة ثمانية أسابيع بواقع ثلاث وحدات تدريسية في الأسبوع. وأظهرت نتائج الدراسة تأثير التدريس باستخدام الإستراتيجيتين التبادلية والتدريبية في تطوير عناصر اللياقة البدنية والمتغيرات الفسيولوجية لدى لاعبي ألعاب القوى في كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك، وأن هناك أثراً ذو دلالة إحصائية في تحسين بعض عناصر اللياقة البدنية والفسيولوجية ولصالح المجموعة التجريبية .

٢- دراسة القرعان، (٢٠١٦) والتي هدفت للتعرف إلى اثر استخدام إستراتيجية التعلم التعاوني في تحسين أداء بعض المهارات الأساسية في كرة القدم، ومدى وجود فروق في تأثير إستراتيجية التعلم التعاوني في تحسين أداء بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك. تم استخدام المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي للمجموعتين (التجريبية والضابطة). تكون مجتمع الدراسة من جميع الطلبة المسجلين في مساق تعليم كرة القدم والبالغ عددهم (١٨١) طالبا حسب إحصائيات دائرة القبول والتسجيل، تكونت عينة الدراسة من جميع الطلبة المسجلين في مساقات كرة القدم، وقد تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العمدية من الطلبة المسجلين في مساقات كرة القدم خلال الفصل الدراسي الثاني ٢٠١٤/٢٠١٥. والبالغ عددهم (٤٠) طالبا بحيث تم تقسيمهم إلى مجموعتين (مجموعه تجريبية ومجموعة ضابطة) وتم تطبيق البرنامج لمدة ثمانية أسابيع، وبواقع ثلاثة وحدات تدريبية أسبوعياً. وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية ( $\alpha \leq 0.05$ ) تعزى لأثر المجموعة في مهارات (التصويب، ودقة التمير، والجري المتعرج، والتتطط) وجاءت الفروق لصالح المجموعة التجريبية في جميع المهارات مقارنة بنتائج أداء المجموعة الضابطة. ويوصي الباحث بضرورة استخدام التعلم التعاوني في تدريس مهارات كرة القدم وكذلك استخدام مادة التعلم التعاوني ضمن مفردات مادة طرق التدريس في التربية الرياضية لما له من الأثر الفعال في عملية تحسين التعلم واكتساب المهارات بشكل أفضل.

٣- دراسة محسن ، (٢٠١٦) بدراسة هدفت للتعرف الى تأثير التدريس بالأسلوب التدريبي و الأسلوب التبادلي على بعض مهارات كرة السلة، والمفاضلة بين الأسلوبين في تدريس هذه المهارات بمدربة قتيبة الإعدادية في العراق ، اشتملت العينة على شعبتين بواقع (٤٠) طالب لكل شعبة من طلاب الصف الرابع الإعدادي بعمر (١٦) سنة، استخدم الباحث هذة اختبارات لمهارات كرة السلة، وتضمنت طريقة التدريس عشرة أسابيع بواقع حصة واحدة أسبوعياً ومدتها (٤٥) دقيقة، واستخدم الباحث معامل الارتباط بيرسون والنسبة المئوية واختبار (ت)، وأظهرت النتائج أنه يوجد تأثير إيجابي للأسلوبين التدريبي والتبادلي على تعلم مهارات كرة السلة، ويوجد فروق دالة إحصائية بين القياسات القبليّة والبعدية للأسلوبين التدريبي والتبادلي لصالح القياسات البعدية، وتظهر النتائج الخاصة بالفروق بين القياسات البعدية للأسلوبين التدريبي والتبادلي الى وجود فروق دالة إحصائية لصالح الأسلوب التدريبي.

٤- دراسة الزحراوي، (٢٠١٨) دراسة هدفت للتعرف الى اتجاهات طالبات كلية التربية الرياضية نحو مساقات كرة القدم في جامعة اليرموك، والكشف عن الفروق في اتجاهات طالبات كلية التربية الرياضية

نحو مسابقات كرة القدم تبعاً لمتغيرات ( السنة الدراسية، مكان السكن، الحالة الاجتماعية، نوع المساق ، المؤهل العلمي للأب)، تكونت عينة الدراسة من (٣٥٥) طالبة من طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك تم اختيارهن بطريقة المسح الشامل، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي المسحي، حيث قام الباحث بتصميم استبانة مكونة من المعلومات الشخصية، ومحاور الاتجاهات مكونة من ( ٥٤) فقرة موزعة على خمس محاور ( الاجتماعية، النفسية، الصحية، الأكاديمي، المعرفي، الرياضي)، وأظهرت النتائج أن اتجاهات طالبات كلية التربية الرياضية نحو مسابقات كرة القدم في الكلية كانت إيجابية وبدرجة متوسطة، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\geq 0.05$ ) في جميع محاور القياس ككل تبعاً لمتغير السنة الدراسية، مكان السكن، الحالة الاجتماعية، المؤهل العلمي للأب، باستثناء متغير نوع المساق لصالح الطالبات اللواتي أخذن مساق تعليم ونظريات التدريب في كرة القدم.

#### الدراسات الاجنبية :

٥- دراسة Cai (١٩٩٨) المعنونه بتأثير ثلاث أساليب للتدريس على الحالة المزاجية لطلاب الجامعة، والتمتع بالنشاط البدني، السلوك نحو التدريس وهدفت إلى معرفة تأثير ثلاثة أساليب للتدريس(الأمر- التطبيق الموجه-توجيه الأقران)على الحالة المزاجية لطلاب الجامعة، التمتع بالنشاط البدني، السلوك نحو التدريس واستخدم الباحث المنهج التجريبي وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية وبلغ قوامها ٩٨ طالباً (٦٧ طالب- ٣١ طالبة) من طلاب كلية التربية الرياضية قسموا إلى ٦ مجموعات قسموا كالتالي ٣ مجموعات تخصص كاراتيه، ٣مجموعات تخصص العاب مضرب. وكان من أهم النتائج انخفاض مستوى التعب في الفصل بعد التدريس بأسلوب توجيه الأقران، أسلوب توجيه الأقران في فصول الكاراتيه يزيد مستوى الحيوية عن أسلوب الأمر، أسلوب توجيه الأقران في الكاراتيه له أعلى درجة متعة ثم أسلوب الأمر ثم أسلوب التطبيق الموجه، المتعة في الكاراتيه مع أسلوب توجيه الأقران أعلى من المتعة باستخدام نفس الأسلوب في العاب المضرب، سلوك اللاعبين نحو التدريس لتوجيه الأقران أعلى من الأمر والتطبيق الموجه، اللاعبين تفضل توجيه الأقران في الكاراتيه، بينما تفضل أسلوب التطبيق الموجه في العاب المضرب.

٦- دراسة Salvara (٢٠٠٦) دراسة هدفت التعرف إلى أثر استخدام استراتيجيات التدريس على الطلبة واتجاهاتهم في التربية الرياضية. اشتملت العينة على (٧٥) طالبا وطالبة، من أربع مدارس في مدينة

الأكروبوليس اليونانية، منهم (٣٥) طالباً، و (٤٠) طالبة تتراوح أعمارهم بين (١١) و (١٢) سنة من طلبة الصف السادس الأساسي. تم تقسيمهم إلى أربع مجموعات: مجموعة تلقت برنامجاً في الرقص اليوناني بالاستراتيجية الأمرية، ومجموعة تلقت برنامجاً في الكرة الطائرة وكرة السلة وكرة القدم باستراتيجيات تدريسية عديدة هي: التدريبية، والتبادلية، والفحص الذاتي، والتضمينية. ومجموعة تلقت برنامجاً في الجمباز وكرة السلة والرقص باستراتيجية الاكتشاف الموجه، ومجموعة تلقت برنامجاً في الجمباز باستراتيجية حل المشكلات. تم استخدام المتوسطات، والانحرافات المعيارية، واختبار (ت)، وتحليل التباين الأحادي (ANOVA). أشارت النتائج إلى أن الطلبة الذين تعلموا بالاستراتيجية الأمرية اظهروا اتجاهاً نحو مفهوم الأنا، كذلك اظهروا رغبتهم ليكونوا أفضل من الآخرين، وكانوا قلقين من ارتكاب الأخطاء. في المقابل تجاوب الطلبة في الاستراتيجيات التدريسية الأخرى بإيجابية، وانخفض اتجاه الأنا لديهم، وكانوا أقل قلقاً من ارتكاب الأخطاء. أشارت النتائج إلى أن الاستراتيجيات التدريسية التي يشترك الطلبة فيها بصنع القرار، يظهر فيها الطلبة استجابات إيجابية نحو المهام التي يقومون فيها، كما أشارت النتائج إلى أن اللاعبين كن أكثر دافعية من اللاعبين.

٧- دراسة (٢٠١٢)، Dopsaj، دراسة هدفت للتعرف إلى أسلوب تدريسي للتقييم متعدد المستويات في القفز العام وعلاقته بوضعية اللعب لدى لاعبات الكرة الطائرة المتمرسات ذوات المنافسة القوية في المباريات الدولية، فقد تعرفت هذه الدراسة على معرفة ما إذا هناك فروق ذات دلالة إحصائية لأداء القفز لدى لاعبات الكرة الطائرة المتمرسات لعلاقة بوضعية اللعب في المهارات التالية ( لتصويب الاستقبال، الصد). ولتحقيق هدف الدراسة، استخدم الباحث المنهج التجريبي، وطبقت الدراسة على عينة من لاعبات الكرة الطائرة المتمرسات، وقام الباحث باستخدام (٧) متغيرات لتقييم مستويات القفز من (٦) متغيرات تغطي المسافة للقفز الرأسي، بينما هناك متغير واحد يغطي مهارات القفز الأفقي، وكذلك استخدم الباحث الاختبارات معيارية مثل ( طريقة أبالكوف، واختبار القفز الطويل) وذلك معرفة المقاييس، والاختبار صحة فروض الدراسة عولجت البيانات إحصائياً باستخدام مربع كاي وجاءت نتائج الدراسة لتبين انه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مهارات القفز لدى اللاعبات المتمرسات في الكرة الطائرة بالعلاقة مع وضعية اللعب. وكذلك أشارت النتائج بأن وضعية الاستقبال لدى اللاعبات القفز بأنها جيدة.

### التعليق على الدراسات السابقة:

- الاطلاع على أساليب التدريس الأكثر استخداماً .
- تحديد محاور الدراسة ( المنهجية و الأسلوب و الإجراءات والمناقشة وتفسير النتائج).



- ساعدت في تحديد مشكلة الدراسة والخطوات الواجب إتباعها لحل هذه المشكلة.
- تحديد منهج الدراسة وكيفية اختيار العينة.
- استخدام الأساليب الإحصائية المناسبة وكيفية عرض جداول الدراسة.
- ما تميزت به الدراسة الحالية من الدراسات السابقة إنها تعتبر هذه الدراسة في حدود علم الباحث من الدراسات القليلة في منطقة الشمال والتي تستخدم بعض أساليب التدريس الحديثة حول أنجاز اللاعبين المهاري والبدني في لعبة كرة القدم.

### منهجية الدراسة:

قام الباحث باستخدام المنهج شبه التجريبي لملائمته لطبيعة وأهداف الدراسة .

### مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من (٢٤) لاعب لفريق الشباب بنادي الرمثا بلعبة كرة القدم وتم إجراء وتطبيق البرنامج وذلك خلال الموسم الرياضي (٢٠٢٠-٢٠٢١) .

### عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من اللاعبين المنتظمين في البرنامج المقرر (كشوفات نادي الرمثا - فئة الشباب ) ، من خلال تقسيم العينة الى مجموعتين متكافئتين، وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية ، بمعدل (10) لاعبين في المجموعة الأولى التي سوف يتم تدريسها بالأسلوب التدريبي، والمجموعة الثانية مكونه (10) لاعبين و التي سوف يتم تدريسها بالأسلوب التبادلي .

### الأدوات المستخدمة في الدراسة :

- الأقماع والشواخص .
- ساعة توقيت .
- استمارة تسجيل القياسات لكل طالب لاختبارات الدراسة.
- كرات قدم .
- شريط قياس .
- مقاعد سويدية .
- صافرة .

**الاختبارات المستخدمة في الدراسة ( ملحق رقم ٣ )**

لتحديد الاختبارات البدنية والمهارية قام الباحث بالاطلاع على العديد من المراجع العلمية المتخصصة، وكذلك الاطلاع على الدراسات السابقة المرتبطة بالدراسة الحالية، ثم قام الباحث بأخذ آراء المحكمين من أصحاب الخبرة والمتخصصين في مجال أساليب التدريس و لعبة كرة القدم ( ملحق رقم ٣ ) .  
وتم اختيار الاختبارات التي تتناسب مع موضوع الدراسة وهي:

**الاختبارات البدنية:**

- اختبار الجري من بين الأقماع والذي يقيس صفة الرشاقة (المسافة المقطوعة / ثانية).
- اختبار الوثب من الثبات والذي يقيس القوة الانفجارية لعضلات الرجلين (المسافة المقطوعة/المتر).
- اختبار العدو لمسافة ٣٠ متر والذي يقيس السرعة الانتقالية ( المسافة المقطوعة/ ثانيه).
- اختبار ثني الذراعين من وضع الانبطاح المائل والذي يقيس قوة عضلات الذراعين ( عدد التكرارات حتى التعب).

**الاختبارات المهارية :**

- اختبار التصويب على مرمى مقسم والذي يقيس مهارة دقة التصويب ( عدد المرات الصحيحة من ٦ محاولات).
- اختبار التمرير على المقاعد السويدية والذي يقيس مهارة دقة التمرير ( عدد التكرارات الصحيحة خلال ٣٠ ثانية).
- اختبار التنطط والتحكم بالكرة والذي يقيس مهارة التحكم في الكرة ( عدد التكرارات الصحيحة خلال ٣٠ ثانية).
- اختبار الجري المتعرج بالكرة والذي يقيس مهارة المراوغة ( ثانية).

**المعاملات العلمية لأداة الدراسة :****الصدق :**

قام الباحث بالتأكد من صدق البرنامج والاختبارات المعدة لغايات الدراسة، باستخدام طريقة صدق المحتوى وذلك من خلال عرض الاختبارات على محكمين من أصحاب الخبرة والمتخصصين في مجال أساليب التدريس وكرة القدم (ملحق رقم ١).

## الثبات والموضوعية :

تم التحقق من ثبات وموضوعية اختبارات الدراسة من خلال تطبيقها على عينة تكونت من (4) لاعبين اخذو من مجتمع الدراسة، وتم استبعادهن من الدخول ضمن عينة الدراسة، وذلك بطريقة الاختبار وإعادةه (Test - Re Test) وبفارق أسبوع من التطبيقين الأول والثاني، وقد تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين التطبيقين وعلى كل عنصر من عناصر اللياقة البدنية والمهارية.

## الجدول (١)

## معامل ارتباط بيرسون للاختبارات البدنية

اسم الاختبار	الصدق الذاتي	الثبات	الموضوعية
الرشاقة	%٩٣	%٨٨	%٨٦
ثني الذراعين من وضع الانبطاح المائل	%٩١	%٨٥	%٨٦
الوثب من الثبات	%٩١	%٨٤	%٨٩
العدو لمسافة ٣٠ متر	%٩٢	%٨١	%٩٠

## الجدول (٢)

## معامل ارتباط بيرسون للاختبارات المهارية:

اسم الاختبار	الصدق الذاتي	الثبات	الموضوعية
دقة التصويب	%٩٠	%٨٧	%٨٦
دقة التمرير	%٨٩	%٨٦	%٩١
التنطيط والتحكم بالكرة	%٩١	%٨٨	%٩١
الجري المتعرج بالكرة	%٨٨	%٨٢	%٩٠

## الاختبارات القبلية :

قام الباحث بعد إجراء الصدق والثبات للدراسة ، بعدها قام الباحث بإجراء الاختبارات العملية في الأسبوع الأول من الموسم الرياضي ( ٢٠٢٠-٢٠٢١ ) للمجموعتين التجريبتين وفي نفس الظروف. وتم استخدام الاختبارات التالية المهارية والبدنية وهي ( التمرير والتصويب والتنطيط و الجري المتعرج بالكره ،الرشاقة و ثني الذراعين و العدو ٣٠ م و الوثب من الثبات ) .

**مكان تطبيق الاختبارات :**

تم تطبيق الاختبارات في الملاعب التدريبية التابعة لنادي الرمثا .

**زمن تطبيق البرنامج :**

تم تطبيق البرنامج لمدة ثمانية أسابيع وبواقع ثلاث مرات أسبوعيا ومدة كل وحدة تدريبية (٥٠ق) خلال الفترة من ( ٢٠٢١/٥/١٨ ) الى ( ٢٠٢١/٧/١٨ ) .

**الاختبارات البعدية:**

تم تطبيق الاختبارات البعدية في نهاية البرنامج المقرر وبنفس الظروف التي أجريت فيها الاختبارات القبلية .  
**متغيرات الدراسة**

المتغير المستقل : أسلوبى التدريس والتدريبي والتبادلي في تحسين الأداء المهاري والبدني لدى لاعبي فريق الشباب في لعبة كرة القدم .

المتغير التابع : تحسين الأداء المهاري والبدني في مهارات لعبة كرة القدم لدى أفراد عينة الدراسة .

**المعالجات الاحصائية:**

استخدم الباحث الرزمة للعلوم الاجتماعية (SPSS) :

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- النسب المئوية.
- اختبارات (t-test) للفروق.

**تحليل الفرضيات****الفرضية الأولى:**

"يوجد فروقات ذات دلالة إحصائية بين القياسيين القبلي والبعدى باستخدام الأسلوب التدريبى على تحسين المستوى المهاري والبدني لشباب كرة القدم ولصالح القياس البعدى".

للإجابة على هذه الفرضية قام الباحث باستخدام اختبار ت للعينات المرتبطة Paired sample T-test للمستوى المهاري والبدني لشباب كرة القدم تبعا لمتغير الاختبار (قبلي، بعدى) باستخدام الأسلوب التدريبى، على النحو التالي:

١- الاختبارات البدنية

## جدول (٣)

نتائج تطبيق اختبار T للعينات المرتبطة للمستوى البدني لشباب كرة القدم تبعاً لمتغير الاختبار (قبلي، بعدي) باستخدام الأسلوب التدريبي

المتغير	الاختبار	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت	الدلالة الإحصائية	وحدة القياس
الرشاقة	قبلي	8.04	.64	5.07	.001	م/ث
	بعدي	7.37	.43			
ثني الذراعين	قبلي	37.20	6.30	-8.25	.000	عدد (تكرار)
	بعدي	55.90	8.66			
الوثب من الثبات	قبلي	2.29	.15	-5.93	.000	م
	بعدي	2.56	.16			
العدو ٣٠ م	قبلي	4.68	.38	4.21	.002	م/ث
	بعدي	4.28	.30			

يبين الجدول رقم (٣) نتائج تطبيق اختبار T للعينات المرتبطة للمستوى البدني لشباب كرة القدم تبعاً لمتغير الاختبار (قبلي، بعدي) باستخدام الأسلوب التدريبي، حيث أظهرت النتائج ما يلي:

- وجود فروقات ذات دلالة إحصائية لمتغير الرشاقة تبعاً لمتغير الاختبار، حيث بلغت قيمة ت (٥.٠٧) وبدلالة إحصائية (٠.٠٠١)، وتعزى هذه الفروقات لصالح الاختبار البعدي.
- وجود فروقات ذات دلالة إحصائية لمتغير ثني الذراعين تبعاً لمتغير الاختبار، حيث بلغت قيمة ت (-٨.٢٥) وبدلالة إحصائية (٠.٠٠٠)، وتعزى هذه الفروقات لصالح الاختبار البعدي.
- وجود فروقات ذات دلالة إحصائية لمتغير الوثب من الثبات تبعاً لمتغير الاختبار، حيث بلغت قيمة ت (-5.93) وبدلالة إحصائية (٠.٠٠٠)، وتعزى هذه الفروقات لصالح الاختبار البعدي.
- وجود فروقات ذات دلالة إحصائية لمتغير العدو ٣٠ م تبعاً لمتغير الاختبار، حيث بلغت قيمة ت (4.21) وبدلالة إحصائية (٠.٠٠٢)، وتعزى هذه الفروقات لصالح الاختبار البعدي.

ويعزو الباحث ذلك إلى أن استخدام أسلوب التدريس التدريبي في التدريب على الصفات البدنية في كرة القدم لدى أفراد عينة الدراسة حسن من مستوى اللاعبين البدني ورفع مستوى الثقة لديهم بسبب العمل الفردي، إضافة إلى ازدياد تكرار المحاولات والتدريب المستمر على أداء المهارات الأساسية في كرة القدم، وتصحيح الأخطاء من المدربين والمراقبة لهم حيث يصل باللاعبين إلى مرحلة إتقان التوافق العضلي والحركي والعصبي، متفادياً أخطاءهم فيصبح الأداء البدني لديهم أفضل، أضافه إلى دور المدرب الذي يقوم بمراقبة

اللاعبين، ويكون بمثابة الموجه والمرشد بين أفراد المجموعة الواحدة، للوصول بهم إلى المستوى المهاري المنشود.

## ٢- الاختبارات مهارية

## جدول (٤)

نتائج تطبيق نتائج تطبيق اختبار T للعينات المرتبطة للمستوى المهاري لشباب كرة القدم تبعا لمتغير الاختبار (قبلي، بعدي) باستخدام الأسلوب التدريبي

المتغير	الاختبار	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت	الدلالة الإحصائية	وحدة القياس
دقة التمرير	قبلي	7.70	1.06	-3.07	.013	عدد (تكرار)
	بعدي	9.00	1.15			
الجري المتعرج بالكره	قبلي	10.28	1.42	6.78	.000	ث
	بعدي	9.27	1.09			
التنطيط بالكره	قبلي	83.90	27.42	-14.31	.000	عدد (تكرار)
	بعدي	107.80	29.42			
دقة التصويب	قبلي	8.90	2.13	-4.13	.003	عدد (تكرار)
	بعدي	10.10	1.60			

يبين الجدول رقم (٤) نتائج تطبيق اختبار T للعينات المرتبطة للمستوى المهاري لشباب كرة القدم تبعا لمتغير الاختبار (قبلي، بعدي) باستخدام الأسلوب التدريبي، حيث أظهرت النتائج ما يلي:

- ١- وجود فروقات ذات دلالة إحصائية لمتغير دقة التمرير تبعا لمتغير الاختبار، حيث بلغت قيمة ت (-٣.٠٧) وبدلالة إحصائية (٠.٠١٣)، وتعزى هذه الفروقات لصالح الاختبار البعدي.
- ٢- وجود فروقات ذات دلالة إحصائية لمتغير الجري المتعرج بالكره تبعا لمتغير الاختبار، حيث بلغت قيمة ت (٦.٧٨) وبدلالة إحصائية (٠.٠٠٠)، وتعزى هذه الفروقات لصالح الاختبار البعدي.
- ٣- وجود فروقات ذات دلالة إحصائية لمتغير التنطيط بالكره تبعا لمتغير الاختبار، حيث بلغت قيمة ت (-١٤.٣١) وبدلالة إحصائية (٠.٠٠٠)، وتعزى هذه الفروقات لصالح الاختبار البعدي.
- ٤- وجود فروقات ذات دلالة إحصائية لمتغير دقة التصويب تبعا لمتغير الاختبار، حيث بلغت قيمة ت (-٤.١٣) وبدلالة إحصائية (٠.٠٠٣)، وتعزى هذه الفروقات لصالح الاختبار البعدي.

ويعزو الباحث السبب بذلك نظرا لفاعلية استخدام الأسلوب التدريبي على الأداء المهاري لدى اللاعبين ، يعود إلى التأثير الإيجابي لهذا الأسلوب الذي ساهم في إعطاء الوقت الكافي للاعبين للتدريب وممارسة المهارات بشكل كاف ، وكذلك التطبيق بعيدا عن أوامر المدرب المباشرة، وكذلك العامل النفسي الذي حدث للاعبين والاعتماد على النفس من خلال التخلص من الخجل والعمل ضمن إمكاناتهم الفردية، مما أدى إلى زيادة الرغبة في التطبيق والتدريب، فأصبح هنالك تحسن ملحوظ في دقة وسرعه أداء هذه المهارات، وكذلك توفر معلومات مرجعية في كرت الفعاليات المخصص للمهارة المعطاة للرجوع إليه عند اللزوم. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة محسن (٢٠١٦) والتي أظهرت نتائجها أن هنالك اثر ذو دلالة إحصائية للأسلوب التدريبي على تعلم مهارات كرة السلة، وتتفق مع دراسة الذيابات (٢٠١٣) والتي هدفت إلى قياس المتعة المتوافرة في دروس التربية باستخدام أساليب تدريسية مختلفة.

#### الفرضية الثانية:

"يوجد فروقات ذات دلالة إحصائية بين القياسيين القبلي والبعدي باستخدام الأسلوب التبادلي على تحسين المستوى المهاري والبدني لشباب كرة القدم ولصالح القياس البعدي".  
للإجابة على هذه الفرضية قام الباحث باستخدام اختبار ويلكسون Wilcoxon test للعينات المرتبطة للمستوى المهاري والبدني لشباب كرة القدم تبعا لمتغير الاختبار (قبلي، بعدي) باستخدام الأسلوب التبادلي، على النحو التالي: ١ - الاختبارات البدنية

#### جدول (٥)

نتائج تطبيق نتائج تطبيق اختبار T للعينات المرتبطة للمستوى البدني لشباب كرة القدم تبعا لمتغير الاختبار (قبلي، بعدي) باستخدام الأسلوب التبادلي

المتغير	الاختبار	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت	الدلالة الإحصائية	وحدة القياس
الرشاقة	قبلي	9.44	.59	5.18	.001	م/ث
	بعدي	9.02	.57			
ثني الذراعين	قبلي	22.40	6.72	-4.49	.009	عدد (تكرار)
	بعدي	24.10	4.58			
الوثب من الثبات	قبلي	2.21	.20	-7.47	.000	م
	بعدي	2.41	.24			
العدو ٣٠ م	قبلي	5.34	.36	4.64	.001	م/ث
	بعدي	5.18	.30			

يبين الجدول رقم (٥) نتائج تطبيق اختبار T للعينات المرتبطة للمستوى البدني لشباب كرة القدم تبعا لمتغير الاختبار (قبلي، بعدي) باستخدام الأسلوب التبادلي، حيث أظهرت النتائج ما يلي:

١- وجود فروقات ذات دلالة إحصائية لمتغير دقة التمرير تبعا لمتغير الاختبار، حيث بلغت قيمة ت (٥.١٨) وبدلالة إحصائية (٠.٠٠١)، وتعزى هذه الفروقات لصالح الاختبار البعدي.

٢- وجود فروقات ذات دلالة إحصائية لمتغير ثني الذراعين تبعا لمتغير الاختبار، حيث بلغت قيمة ت (٤.٤٩) وبدلالة إحصائية (٠.٠٠٩)، وتعزى هذه الفروقات لصالح الاختبار البعدي.

٣- وجود فروقات ذات دلالة إحصائية لمتغير الوثب من الثبات تبعا لمتغير الاختبار، حيث بلغت قيمة ت (٧.٤٧) وبدلالة إحصائية (٠.٠٠٠)، وتعزى هذه الفروقات لصالح الاختبار البعدي.

٤- وجود فروقات ذات دلالة إحصائية لمتغير العدو ٣٠م تبعا لمتغير الاختبار، حيث بلغت قيمة ت (٤.٦٤) وبدلالة إحصائية (٠.٠٠١)، وتعزى هذه الفروقات لصالح الاختبار البعدي.

ويعمل الباحث سبب تطور الأداء البدني باستخدام الأسلوب التبادلي لقدرات (المرونة من الجلوس الطويل، الوثب من الثبات، العدو لمسافة ٣٠ متر)، بوجود فروق ذات دلالة الإحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين القياسين القبلي والبعدي لفاعلية استخدام الأسلوب التبادلي على الأداء البدني لدى أفراد هذه المجموعة قد خضعوا لبرنامج متقن خاص باستخدام الأسلوب التبادلي وبشكل منتظم ومستمر وكذلك التزام اللاعبين بالبرنامج؛ إذ أن مدة البرنامج كانت (٨) أسابيع وهي تعتبر مدة كافية لتطوير مستوى الأداء البدني في لعبة كرة القدم، إذ أن التدريب باستخدام هذا الأسلوب يتيح المجال للتطبيق بشكل وافر على هذه القدرات البدنية، كما يعزو الباحث هذه النتيجة إلى التأثير الإيجابي للأسلوب التبادلي على اللاعب؛ إذ أن اللاعب يعد بمثابة المدرب لزميله مما يساهم في تقديم المعلومة للزميل، ويقدم التشجيع والمساعدة والدافعية له باستمرار حيث أنه يعمل على منح الفرصة للاعب لكي يعمل مع زميله، بحيث يكون مرة مؤدياً للأداء وفي المرة الأخرى يكون ملاحظاً (مدرب)، فيصحح أخطاءه ويتعلم منه.

حيث اتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة الذيابات وآخرون (٢٠١٢) والتي أظهرت نتائجها أن هنالك فاعلية ذو دلالة إحصائية في تحسن بعض عناصر اللياقة البدنية والفسولوجية ولصالح مجموعته الأسلوب التبادلي.

## ٢- الاختبارات المهارية



## جدول (٦)

نتائج تطبيق نتائج تطبيق اختبار T للعينات المرتبطة للمستوى المهاري لشباب كرة القدم تبعا لمتغير الاختبار (قبلي، بعدي) باستخدام الأسلوب التبادلي

المتغير	الاختبار	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت	الدلالة الإحصائية	وحدة القياس
دقة التمرير	قبلي	5.40	1.35	-6.09	.000	عدد (تكرار)
	بعدي	6.70	1.34			
الجري المتعرج بالكره	قبلي	10.85	.59	5.77	.000	ث
	بعدي	10.46	.51			
التنطيط بالكره	قبلي	58.60	29.71	-5.77	.000	عدد (تكرار)
	بعدي	70.50	28.60			
دقة التصويب	قبلي	6.50	1.43	-5.01	.001	عدد (تكرار)
	بعدي	7.40	1.51			

يبين الجدول رقم (٦) نتائج تطبيق اختبار T للعينات المرتبطة للمستوى المهاري لشباب كرة القدم تبعا لمتغير الاختبار (قبلي، بعدي) باستخدام الأسلوب التدريبي، حيث أظهرت النتائج ما يلي:

- ١- وجود فروقات ذات دلالة إحصائية لمتغير دقة التمرير تبعا لمتغير الاختبار، حيث بلغت قيمة ت (٦.٠٩) وبدلالة إحصائية (٠.٠٠٠)، وتعزى هذه الفروقات لصالح الاختبار البعدي.
- ٢- وجود فروقات ذات دلالة إحصائية لمتغير الجري المتعرج بالكره تبعا لمتغير الاختبار، حيث بلغت قيمة ت (٥.٧٧) وبدلالة إحصائية (٠.٠٠٠)، وتعزى هذه الفروقات لصالح الاختبار البعدي.
- ٣- وجود فروقات ذات دلالة إحصائية لمتغير التنطيط بالكره تبعا لمتغير الاختبار، حيث بلغت قيمة ت (٥.٧٧) وبدلالة إحصائية (٠.٠٠٠)، وتعزى هذه الفروقات لصالح الاختبار البعدي.
- ٤- وجود فروقات ذات دلالة إحصائية لمتغير دقة التصويب تبعا لمتغير الاختبار، حيث بلغت قيمة ت (٥.٠١) وبدلالة إحصائية (٠.٠٠٠١)، وتعزى هذه الفروقات لصالح الاختبار البعدي.

ويعود السبب بذلك من وجهة نظر الباحث إلى أن الأسلوب التبادلي يتناسب مع ميول ورغبات اللاعبين في المشاركة والتعاون بالإضافة إلى أن تقسيم اللاعبين إلى أزواج غير متجانسة زاد من المشاركة داخل المجموعة لتحقيق هدف مشترك وبالتالي جعلهم أكثر نشاطا وواقعية نحو التعلم ومعرفة بكل ما هو جديد. كما يسعى الأقران لتحقيق هدف واحد ومحدد والحصول على تعزيز من بعضهم البعض بالتساوي وفقا لمعيار

ثابت مما يحفز المؤدي نحو الأداء الراقي مع الاحتفاظ بالتعلم لأطول فترة ممكنة، فلأسلوب التبادلي له تأثير كبير على اكتساب المهارات لدى أفراد العينة بالإضافة إلى زيادة الرغبة لديهم في التعلم ووجود اتجاهات إيجابية نحو الزملاء والدافعية لإنجاز أهداف مشتركة.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة الربيعي، (٢٠٠٠) والتي بينت نتائجها تفوق المجموعة التجريبية في القياس البعدي عن القياس القبلي في جميع المهارات الأساسية في كرة القدم. ويعود السبب كذلك والذي سبب التحسن إلى تأثير الإستراتيجية التبادلية المستخدمة والى أثر تعزيز اللاعبين لبعضهم البعض لان اللاعبين في استراتيجيه الأقران يعملون بشكل فريق متكامل وكل فرد مسئول عن نجاح أو فشل اللاعب الآخر وأنهم يسلكون سلوكا تعاونيا فيما بينهم .

#### الفرضية الثالثة:

"يوجد فروقات ذات دلالة إحصائية بين الأسلوبين (التدريبي والتبادلي) في تحسين المستوى المهاري والبدني لشباب كرة القدم".

للإجابة على هذه الفرضية قام الباحث باستخدام اختبار ت للعينات المستقلة -Independent Sample T test في تحسين المستوى المهاري والبدني لشباب كرة القدم تبعا لمتغير الأسلوب المستخدم (التدريبي والتبادلي)، على النحو التالي:

#### ١- الاختبارات البدنية

#### جدول (٧)

نتائج تطبيق اختبار ت للعينات المستقلة في تحسين المستوى البدني لشباب كرة القدم تبعا لمتغير الأسلوب المستخدم (التدريبي والتبادلي)

المتغير	الأسلوب	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت	الدلالة الإحصائية	وحدة القياس
الرشاقة	التدريبي	7.37	.43	-7.29	.000	م/ث
	التبادلي	9.02	.57			
ثني الذراعين	التدريبي	55.90	8.66	10.27	.000	عدد (تكرار)
	التبادلي	24.10	4.58			
الوثب من الثبات	التدريبي	2.56	.16	1.74	.099	م
	التبادلي	2.41	.24			
العدو ٣٠ م	التدريبي	4.28	.30	-6.72	.000	م/ث
	التبادلي	5.18	.30			

يبين الجدول رقم (٧) نتائج تطبيق اختبارات للعينات المستقلة في تحسين المستوى البدني لشباب كرة القدم تبعاً لمتغير الأسلوب المستخدم (التدريبي والتبادلي)، حيث أظهرت النتائج ما يلي:

١- وجود فروقات ذات دلالة إحصائية لمتغير الرشاقة تبعاً لمتغير الأسلوب المستخدم (التدريبي والتبادلي)، حيث بلغت قيمة ت (-٧.٢٩) وبدلالة إحصائية (٠.٠٠٠)، وتعزى هذه الفروقات لصالح الأسلوب التبادلي.

٢- وجود فروقات ذات دلالة إحصائية لمتغير ثني الذراعين تبعاً لمتغير الأسلوب المستخدم (التدريبي والتبادلي)، حيث بلغت قيمة ت (١٠.٢٧) وبدلالة إحصائية (٠.٠٠٠)، وتعزى هذه الفروقات لصالح الأسلوب التدريبي.

٣- عدم وجود فروقات ذات دلالة إحصائية لمتغير الوثب من الثبات تبعاً لمتغير الأسلوب المستخدم (التدريبي والتبادلي)، حيث بلغت قيمة ت (١.٧٤) وبدلالة إحصائية (٠.٠٠٩٩).

٤- وجود فروقات ذات دلالة إحصائية لمتغير العدو ٣٠م تبعاً لمتغير الأسلوب المستخدم (التدريبي والتبادلي)، حيث بلغت قيمة ت (-٦.٧٢) وبدلالة إحصائية (٠.٠٠٠)، وتعزى هذه الفروقات لصالح الأسلوب التدريبي.

ويعزو الباحث السبب في افضليه الأسلوب التدريبي الى أهميه عدد التدريبات والتكرارات العديدة في هذا الأسلوب حيث يؤدي اللاعب الأداء البدني بمفرده وهذا مما يساعده على مراقبة أدائه بنفسه وهذا يتفق مع دراسة القرعان (٢٠١٦) التي أشارت الى أهميه ازدياد عدد التكرارات لتحسين الأداء البدني .

٢- الاختبارات المهارية

## جدول (٨)

نتائج تطبيق اختبارات للعينات المستقلة في تحسين المستوى المهاري لشباب كرة القدم تبعاً لمتغير الأسلوب المستخدم (التدريبي والتبادلي)

المتغير	الأسلوب	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت	الدلالة الإحصائية	وحدة القياس
دقة التمرير	التدريبي	9.00	1.15	4.12	.001	عدد (تكرار)
	التبادلي	6.70	1.34			
الجري المتعرج بالكره	التدريبي	9.27	1.09	-3.13	.006	ث
	التبادلي	10.46	.51			
التنطيط بالكره	التدريبي	107.80	29.42	2.88	.010	عدد (تكرار)
	التبادلي	70.50	28.60			
دقة التصويب	التدريبي	10.10	1.60	3.89	.001	عدد (تكرار)
	التبادلي	7.40	1.51			

يبين الجدول رقم (٨) نتائج تطبيق اختبارات للعينات المستقلة في تحسين المستوى المهاري لشباب كرة القدم تبعاً لمتغير الأسلوب المستخدم (التدريبي والتبادلي)، حيث أظهرت النتائج ما يلي:

١- وجود فروقات ذات دلالة إحصائية لمتغير دقة التمرير تبعاً لمتغير الأسلوب المستخدم (التدريبي والتبادلي)، حيث بلغت قيمة ت (٤.١٢) وبدلالة إحصائية (٠.٠٠١)، وتعزى هذه الفروقات لصالح الأسلوب التدريبي.

٢- وجود فروقات ذات دلالة إحصائية لمتغير الجري المتعرج بالكره تبعاً لمتغير الأسلوب المستخدم (التدريبي والتبادلي)، حيث بلغت قيمة ت (-٣.١٣) وبدلالة إحصائية (٠.٠٠٦)، وتعزى هذه الفروقات لصالح الأسلوب التدريبي.

٣- وجود فروقات ذات دلالة إحصائية لمتغير التنطيط بالكره تبعاً لمتغير الأسلوب المستخدم (التدريبي والتبادلي)، حيث بلغت قيمة ت (٢.٨٨) وبدلالة إحصائية (٠.٠١٠)، وتعزى هذه الفروقات لصالح الأسلوب التبادلي.

٤- وجود فروقات ذات دلالة إحصائية لمتغير دقة التصويب تبعاً لمتغير الأسلوب المستخدم (التدريبي والتبادلي)، حيث بلغت قيمة ت (٣.٨٩) وبدلالة إحصائية (٠.٠٠١)، وتعزى هذه الفروقات لصالح الأسلوب التبادلي.

ويعمل الباحث السبب في افضليه الأسلوب التدريبي الى استقلاله اللاعب في أداءه والسماح باتخاذ التسعة بشكل إيجابي وفاعل بحيث استطاع اللاعبون الاستفادة من هذه الميزة لتحسين أدائهم في اختبارات دقة التمرير والجري المتعرج وهذا يتفق مع دراسة ( الزحراوي ، ٢٠١٨ ) .

### الاستنتاجات:

في ضوء أهداف الدراسة وأسئلتها واستنادا الى المعالجات الإحصائية وتحليل النتائج توصل الباحث الى الاستنتاجات التالية :

- ١- أظهرت النتائج أن أسلوب التدريس التبادلي له تأثير في تحسين مستوى الأداء المهاري والبدني في لعبة كرة القدم .
- ٢- أظهرت النتائج أن أسلوب التدريس التدريبي له تأثير في تحسين مستوى الأداء المهاري والبدني في لعبة كرة القدم .
- ٣- وجود تأثير لاستخدام أسلوب التدريس التبادلي في تحسين المستوى البدني والمهاري في القياس البعدي.
- ٤- وجود تأثير لاستخدام أسلوب التدريس التدريبي في تحسين المستوى البدني والمهاري في القياس البعدي.
- ٥- يعتبر الأسلوب التدريبي افضل من الأسلوب التبادلي في تحسين مستوى الأداء البدني والمهاري في لعبة كرة القدم بناء على نتائج التحليل الإحصائي .

### التوصيات:

- بناء على النتائج التي توصلت اليها الدراسة يوصي الباحث بما يلي :
- ١- التأكيد على ضرورة استخدام أكثر من أسلوب تدريسي مثل ( التدريبي و التبادلي ) و غيرها من الأساليب التدريسية الحديثة خلال عمليات التدريب لتحقيق النتائج الموضوعية.
  - ٢- عمل ورشات عمل للمدربين و اطلاعهم على أساليب التدريس و منها (التبادلي و التدريبي) .
  - ٣- ضرورة تفعيل أساليب التدريس والتنوع في استخدام أكثر من أسلوب في رياضة كرة القدم.
  - ٤- إجراء دراسات مشابهة لاستخدام أسلوب التدريس (التبادلي والتدريبي) على عينات تعليمية أخرى لإثبات وتأكيدها فاعلية هذه الأساليب.
  - ٥- إجراء دراسات أخرى للعبة كرة القدم على عينات أخرى لتطور مستوى هذه اللعبة.
  - ٦- التوصية بإعتماد هذه الأساليب ضمن دورات التدريب المتخصصة في لعبة كرة القدم .

## قائمة المصادر والمراجع

## أولاً: المراجع العربية:

- ١- أحمد فؤاد الشاذلي ويوسف عبد الرسول (٢٠٠١): الأسس العملية لتدريس التمرينات، ذات السلاسل، الكويت.
- ٢- أمام مختار (٢٠٠٠): مهارات التدريس، ط١، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة.
- ٣- أمين أنور الخولي، جمال الدين الشافعي: مناهج التربية البدنية المعاصرة، دار الفكر العربي، القاهرة .
- ٤- حمص، محسن محمد (٢٠٠١). المرشد في تدريس التربية الرياضية، ط١، الإسكندرية، منشأة المعارف، مصر.
- ٥- خنفر، وليد (٢٠١٠). طرق وأساليب تدريس التربية البدنية والتمرينات، نابلس- فلسطين: مطبعة النصر- الحجاوي.
- ٦- الذيابات، محمد وشوكه، نارت (٢٠١٢). اثر استخدام أسلوب التدريس التدريبي والتبادلي على تطوير عناصر منتقاة في اللياقة البدنية و بعض المتغيرات الفسيولوجية لدى لاعبي العاب القوى بجامعة اليرموك. بحث علمي غير منشور. جامعه اليرموك، اريد-الأردن.
- ٧- ذيابات، محمد (٢٠١٣). قياس المتعة المتوافرة في دروس التربية الرياضية باستخدام أساليب تدريس مختلفة، مجلة جامعة الأقصى (سلسلة العلوم الإنسانية)، المجلد التاسع عشر، العدد الأول، ص ٣٦٠-٣٨٤.
- ٨- الربيعي، محمود (٢٠١١). طرائق تدريس التربية الرياضية واساليبها، بيروت: دار الكتب العلمية.
- ٩- رشدي احمد طعيمة (١٩٩٩): المدرب ، كفاياته ، إعدادة ، تدريبيه ، ط١، دار الفكر العربي.
- ١٠- رضوان، محمد ومتولي، أحمد (٢٠٠٤). اللياقة البدنية للجميع، القاهرة - مصر: مركز الكتاب للنشر.
- ١١- الزحراوي، حازم (٢٠١٨). اتجاهات طالبات كلية التربية الرياضية نحو مسابقات كرة القدم في جامعة اليرموك، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، الأردن.
- ١٢- زكية إبراهيم كامل وآخرون (٢٠٠٢): طرق التدريس في التربية الرياضية ، الجزء الأول، أساسيات في تدريس التربية الرياضية، ط١، مكتبة الإشعاع، الإسكندرية .
- ١٣- القرعان، محمد (٢٠١٦). أثر استخدام استراتيجية التعلم التعاوني على اكتساب بعض مهارات كرة القدم لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك، رسالة ماجستير غير منشورة جامعة اليرموك.

- ١٤- الكيلاني، غازي (٢٠٠٣). اثر استخدام ثلاثة أساليب تدريس ( الأمرى، التبادلى، الذاتى) على تعلم بعض المهارات الأساسية فى لعبة كرة اليد وفى رياضة السباحة. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، عمان، الأردن. ص٣٤-٧٦.
- ١٥- كوثر كوجك(٢٠٠٠): اتجاهات حديثة فى المناهج وطرق التدريس، ط١، عالم الكتب، القاهرة.
- ١٦- محسن، عبد الجبار (٢٠١٦). تأثير تدريس بأسلوبى التدريبى والتبادلى فى تدريب التربية الرياضية لمهارات كرة السلة للاعبين، مجلة علوم الرياضة فى عالم متغير، المؤتمر العلمى الدولى الخامس، المجلد الثانى، الجامعة الأردنية، عمان- الأردن.
- ١٧- محمد سامى منير(٢٠٠٠): المدرب المثالى نحو تعليم أفضل، ط١، دار . الغربى، للطباعة والنشر، القاهرة .
- ١٨- محمد سعد ومصطفى السائح (٢٠٠٤): تكنولوجيا إعداد وتأهيل معلم التربية الرياضية ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ،الإسكندرية .
- ١٩- محمد محمود الحيلة(٢٠٠٣) : طرائق التدريس وإستراتيجياته ، ط٣، دار الكتاب الجامعى.
- ٢٠- محمود، غازى (٢٠١١). كرة القدم المفاهيم والتدريب، ط١، عمان: مكتبة المجتمع العربى.
- ٢١- مصطفى السايح محمد(٢٠٠١): «اتجاهات حديثة فى تدريس التربية الرياضية، مكتبة الإشعاع، الإسكندرية.
- ٢٢- مندره، فوزية (٢٠٠٧)، تأثير أسلوب التدريس التبادلى والتدريبى على تعلم بعض الحركات الأرضية فى الجىماز ومفهوم الذات لتلميذات التعلم الأساسى (المرحلة الإعدادية)، المؤتمر العلمى الثانى، المستجدات العلمىة فى التربية الرياضية، جامعة اليرموك - الأردن.
- ٢٣- ناهد محمود سعد، نيللى رمزى فهميم(١٩٩٨): طرق التدريس فى التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة .

## ثانياً: المراجع الأجنبية:

- 24- "Ann Bayeec(1999): The Preparation of Physical Education Teacher D.D  
Florida State University Journal of Park Recreation administration (Champ -  
aign) P. No 302 .

- 25- **Ceek - c(2003)**: "The preparation Physical education teachers in turkey Journal of the international council for health, physical education Recreation, Sport and Dance- spring, page 227 .
- 26- **Barlett, Lucy E(1994)**: The Evaluation Improvement and Dissemination of Guided Discovery Method for Teaching Development Mathematics. Nova University.
- 27- **Bennet et al(2001)**: Comparative Physical Education and Sport. P. NO .
- 28- **Berliner, D(1998)**: "Teacher expertise" Teaching and learning in the secondary school, London: Routledge P. No 313.
- 29- **Boopher, S(1995)**: "Strategies for developing physical education teacher an integrated thematic approach P. No. 127 .
- 30- **Cai.S.X. (1998)**. Effect of three styles of teaching on college student mood states, enjoyment of physical activity and attitude toward teaching PhD threis, university of Arkansan.
- 31- **Chen. B. et al(2002)**: "Professional preparation for physical education and certification in teaching" Journal of the International council for health Physical education Recreation sport and Dance (Reston - va) 38 total. P. No 22 Publishing.company .
- 32- **Chet(1998)**: A guided Exploration mode of Problem solving discovery learning, University of washington .
- 33- **Coaper, H. & Tom. D(2003)**: "Teacher expectation research teacher education. P. No. 523 .
- 34- **Connie Blakmore & others(2000)**: "Nontraditional program to preparation of Physical education teacher" Journal of physical education - recreation and Dance Vol 68, P. N 56 .



- 35- **Daughtrey. G., and lewis, C.G(1989)**: Effective Teaching strategies in Secondary Physical Education, 3d., edPhiladelphia. W.B. Saunders Company.
- 36- **Dembo, M. H(1996)**: Applying Educational Psychology in the classroom. (6<sup>th</sup> ed.), New york. Longman.
- 37- **Diane, M. Koegel Buford(1997)**: "Multimedia for learning (development) Application evaluation technology Publication Englewood cliffs new Gersy Pinled Ine (U.S.A).
- 38- **Dopsaj, M. (2012)**. Jumping Performance in Elite Famale Volleyball playe: Related toPlaying Positions: A Practical Multidimensional Assessment Model. Serbin Journal of Sports Sciences, 6(2). 61-69.
- 39- **Faucette. N., & Thillidge, S.B**: Research Findings. Specialists and Classroom Teachers, Journal of Physical .
- 40- **Frank, M. Graham, G., Lawson, H., Loughrey, T. Riston (1998)**:Physical Education Outcomes : Project of the National Association for Sport and Physical Education.
- 41- **Gold berger ,M,(1992)**: The Spectrum of Teaching Styles ,Perspective For Reseach on Teaching Phy. Edu.,Journal of physical education ,Recreation and Dance,63. Pp.42-46.
- 42- **Green, K & Hardman.K(2005)**: "Physical education, Essential issues. SAGE publications, London.
- 43- **Harrison Joyce, M(1996)**: In structional strategies for secondary school physical education (4th ed) Brawn Benchmark Pub., U.S.A.
- 44- **Hastie, Peter, A(2006)**: "Teaching Elementary Physical Education Strategies for the Classroom Teacher, Pearson Benjamin Cummings San Francisco .
- 45- **Jay Hoffman(2002)**: Physiological aspects of sport training and performance, Human kinetics.

- 
- 46- **John Hey wood(1997)**. Sarah Hey wood: The training of student teachers in discovery methods of instruction and learning, Ireland.
- 47- **Journal of physical Education, Recreation and Dance 1998, P. 26-32.**
- 48- **Kyriacou, C(1995)**: "Essential Teaching skills oxford: Basil Black well P. No. 82 .
- 49- **Lohman, Margret(1995)**: The effects of A Guided Discovery versus A Deductive training method on supervisors's ability to solve problems and facilitate problem. Solving skill of subordinates.
- 50- **Marks, M., A(1997)**. Ticket out the Door: Strategies, PP. 17-27.
- 51- **Mosston and Ashworth (2002)**. Teaching physical Education, 5<sup>th</sup> edu. New York, Benjamin Cummings.P.123-157.
- 52- **Ornstein. A(2000)**: "Strategies for effective teaching" oxford England. P No 136 .
- 53- **Placek, J., A Multicase(1999)**: Study of Teacher Planning in Physical Education. Journal of Teaching in Physical Education, pp. 39-49
- 54- **Salvava, M., Jess, M., Abbott, A., and beggar (2006)**.A preliminary Studs to Investigate the in Flounce of Different Teaching Styles on Pupils Goal Orientations in Physical Education.European Physical education review. 12.1, 15.
- 55- **Teaching Children Physical Education, becoming a Master Teacher, 2<sup>nd</sup> Ed, Human Kinetics United States, 2001 .**
- 56- **Wesson, K & others,(2005)**: "Sport and PE, A complete guide to advanced level stydy, 3<sup>rd</sup> ed, Hodder Arnold, London.
-

---

### الملخص

تأثير أسلوبى التدريس والتبادلى فى تحسين المستوى المهارى والبدنى لشباب كرة القدم - نادى الرمثا الرياضى

عبدالله احسان ايوب الايوب

محمد خلف ذيابات

راتب محمد الداود

---

هدفت الدراسة التعرف الى تأثير أسلوبى التدريس والتبادلى فى تحسين المستوى المهارى والبدنى لشباب كرة القدم - نادى الرمثا الرياضى كما هدفت للتعرف الى الفروق بين الأسلوبين (التدريبي والتبادلى) فى تحسين المستوى المهارى والبدنى لشباب كرة القدم ، بحيث تكونت عينة الدراسة من ( ٢٠ ) لاعبا قسموا الى مجموعتين بحيث استخدم مع المجموعة الأولى الأسلوب التدريبي واستخدم مع المجموعة الثانية الأسلوب التبادلى ، و تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية ، وتم استخدام المنهج شبه التجريبي بأسلوب القياس القبلى والبعدي لمناسبته لطبيعة وأهداف الدراسة ، حيث قام الباحث باختيار بعض الاختبارات البدنية و المهارية (التمرير، التصويب، التنطط ، الجري المتعرج بالكره، الرشاقة ، ثني الذراعين، العدو ٣٠ م ، الوثب من الثبات ) وأشارت النتائج وجود اثر لأسلوب التدريس والتدريبي و التبادلى على تطوير الصفات البدنية و المهارية عند أفراد عينة الدراسة، وأظهرت النتائج افضليه فى تطوير الأداء المهارى والبدنى للاعبين عند استخدام الأسلوب التدريبي . ومن اهم التوصيات التى يوصي الباحث التركيز على أهمية استخدام أساليب التدريس (التدريبي ، التبادلى) فى تحسين مستوى الأداء البدنى والمهارى لما لها من دور إيجابى ملموس.

**الكلمات المفتاحية:** أساليب التدريس، الأسلوب التدريبي، الأسلوب التبادلى، الصفات البدنية، المهارات الأساسية بكرة القدم ، كرة القدم .

---

### Abstract

#### **The impact of the instructional and interactive teaching approach on enhancing the skill level and physical fitness of the youth football players at Al-Ramtha Sporting Club.**

**Abdullah Ihsan Ayoub Al Ayoub  
Mohammed Khalaf Thiabat  
Rateb Muhammad Al-Dawood**

The aim of this study was to examine the impact of two teaching styles, namely instructional and interactive, on enhancing the skill and physical level of youth players in Al-Ramtha Sports Club's football team. Additionally, the study aimed to identify the differences between the instructional and interactive styles in improving the skill and physical level of the youth players. The study sample consisted of 20 players who were divided into two groups. The instructional style was applied with the first group, while the interactive style was used with the second group. The sample was selected randomly, and a quasi-experimental design was employed using pre- and post-tests, which suited the nature and objectives of the study. The researcher selected various physical and skill tests, including passing, shooting, dribbling, agility, arm flexion, 30-meter sprint, and vertical jump, to assess the players' physical and skill abilities. The results indicated that both instructional and interactive teaching styles had a significant impact on improving the physical and skill characteristics of the study sample. However, the results showed a superiority in enhancing the skill and physical performance of the players when using the instructional style. One of the main recommendations of the study is to emphasize the importance of utilizing teaching methods, specifically instructional and interactive styles, to enhance the level of physical and skill performance. These methods have a tangible positive effect and should be given significant attention.

**Keywords:** Teaching styles, Instructional style, Interactive style, Physical characteristics, Basic football skills, Football.