

تأثير استخدام أسلوب الممارسة على مستوى ودرجة أداء مهارات ألعاب القوى لتلاميذ الصف الأول الإعدادى

د. / أحمد محمود محمد قلغيلة

مشكلة البحث وأهميته :

تأثر التعليم فى الآونة الأخيرة بالتطور الحادث فى جميع مجالات الحياة مما استلزم إعادة النظر فى أهداف المناهج والبرامج الدراسية لمراحل التعليم المختلفة حيث يعتمد التعليم على التوظيف الجيد لما يتعلم أى تتحول المفاهيم والمعارف العلمية إلى ممارسات وسلوك يظهر فى الأداء. لذا شهدت السنوات الأخيرة من هذا القرن تطوراً ملحوظاً فى ميدان التدريس حيث أصبحت طرق وأساليب التدريس التقليدية غير فعالة فى مواكبة التطور الحادث فى التعليم فلم يعد الاهتمام بالمعلومات والمعارف هو الغاية الوحيدة من العملية التعليمية بل زاد الاهتمام بشكل ملحوظ بالمتعلم وذلك من خلال تشجيعه على القيام بمزيد من النشاط والتفاعل مع زملائه حيث أن الاتجاه الحديث فى التعليم يؤكد على ذاتية المتعلم الذى يقف موقفاً إيجابياً نشطاً فى تحقيق الأهداف التعليمية كل حسب قدراته وإمكانياته واستعداداته.

ولقد ظهر العديد من أساليب التدريس الحديثة والتي تم استخدامها على يد العديد من المتخصصين والتربويين فى مجال التربية الرياضية أمثال سيدنتوب (Sidentop 1991م) (35)، وموستون وأشورث (Mosston & Ashworth 1993م) (32)، ورنسك (Rink 1998م) (34)، حيث قام موستون وأشورث بتقديم سلسلة من أساليب التدريس والتي تحقق العديد من الأهداف التربوية حيث توفر الفرص لكى يتعلم كل فرد حسب قدراته واستعداداته حيث يتميز كل أسلوب بنظرية تحديد الفرد الذى يتخذ القرار خلال العملية

* مدرس بقسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية بكلية التربية الرياضية ببورسعيد جامعة قناة السويس.

كلية التربية الرياضية بـبورسعيد - جامعة قناة السويس

التعليمية سواء كان المدرس أو التلميذ أو كلاهما معاً وتبدأ بأسلوب الأمر وتنتهى بأسلوب التعلم الذاتى. (٣٢ : ١٢)

ويعرف الأسلوب فى مجال تدريس التربية الرياضية بأنه عبارة عن الشكل المتميز فى تنفيذ الدرس والذى يتخذه المدرس كوسيلة لتوصيل المعلومات إلى التلاميذ- أو هو مجموعة الإجراءات والأنشطة التى يقوم بها المدرس لتحقيق الهدف من الدرس فى أقل وقت وقد يتبنى المدرس أسلوباً واحداً أو أكثر وذلك بما يتناسب وخبرته السابقة والموضوع المطلوب تعلمه والمرحلة السنوية التى يتعامل معها. (١١ : ١٠)، (١٧ : ٣٥)

وتشير عفاف عبد الكريم (١٩٩٠م)، عنايات فرج (١٩٩٨م)، كمال زيتون (١٩٩٨م)، ناهد سعد ونيللى رمزى (١٩٩٨م)، إلى أنه لا يوجد أسلوب واحد من أساليب التدريس يمكن أن يسهم فى التنمية الشاملة للطلاب لذلك فإن المعلم الكفاء هو الذى يستطيع أن يقدم الجديد باستمرار وأن يعرف الكثير عن مدخل كل أسلوب مما ينتج عنه أن يكون موقف المعلم إيجابياً لا مستقبلاً لكل ما يلقى إليه وأنه لكى يتمكن المعلم من دفع طلابه إلى التعلم يجب أن يستخدم طرق وأساليب مختلفة ومتعددة مما يتطلب من المعلم أن يكون ملماً إلاماً تماماً بكيفية حدوث التعلم من جانب الطلاب وكيف تؤثر طرق وأساليب التدريس المستخدمة فى سرعة تحقيق الهدف من عملية التعليم وهو إتقان وتثبيت الأداء. وفى هذا الصدد يؤكد كل من سنجر وديك **Singer & Dick** (١٩٨٢م) (٣٤)، على أن تعليم الأداء الحركى وتنمية وصقل هذا الأداء يتطلب بناء وتشكيل عملية التعليم باختيار أمثل وأرشد طرق وأساليب التدريس وصولاً للهدف وهذا لن يأتى إلا بإلمام المعلم بأكثر من طريقة وأسلوب للتدريس لأنه بدون معرفته بتلك الطرق والأساليب تقل كفاءته التدريسية وتظل معارفه محدودة وبالتالي تتأثر العملية التعليمية. (٣٦ : ١٨)

ويعتبر أسلوب التعلم بالأوامر "العرض التوضيحي، الأسلوب التقليدى" هو أول أساليب سلسلة مستون وأشورث وهو الأكثر شيوعاً فى المدارس إلى اليوم وفيه يقوم المعلم باتخاذ جميع القرارات التى تتعلق بجوانب العملية التعليمية من تخطيط وتنفيذ وتقييم ويكون دور المتعلم هو التلقى والأداء- فإشارة الأمر من قبل المعلم تسبق كل حركة من قبل المتعلم وتؤدى الحركة تبعاً للنموذج الذى يقدم له وبشكل جماعى أو فردى ويكون أقصى

كلية التربية الرياضية ببولسعيد - جامعة قناة السويس

هدف للأداء هو تقليل انحرافات المتعلمين عن نموذج العرض المقدم إليهم. (١٤ : ٩٠)،
(٢١ : ٧٤-٧٦)

بينما يتميز أسلوب الممارسة بتوفير الفرص لإعطاء التغذية الراجعة الخاصة بتصحيح أداء كل متعلم على حدة وتوفير زمن كاف للتطبيق وتعلم المهارة فى ظروف تسمح بتوفير أقصى وقت لتطبيقها وفى هذا الأسلوب يكون دور المعلم هو اتخاذ جميع قرارات التخطيط والتقويم وفى قرارات التنفيذ تتحول بعض القرارات الخاصة بعملية التعلم من المعلم إلى المتعلم الذى يقوم بدور أكبر دون الاعتماد على المعلم بشكل كبير حيث يمكن للمتعلم تعديل بعض الظروف بمجموعة القرارات التنفيذية مثل الأوضاع- المكان- نظام العمل- وقت البداية- وقت النهاية- خلال الموقف التعليمى- فالمعلم يجب أن لا يعطى أوامر لكل حركة أو عمل أو نشاط بل يعطى الفرصة للمتعلم ليعرف كيف يتخذ هذه القرارات التسع وفى قرارات التقويم يلاحظ المعلم الأداء ويعطى التغذية الراجعة لكل تلميذ لتصحيح الأداء كل على حدة خلال الموقف التعليمى. (١٤ : ٩٠-٩٨)، (٢ : ٥٦-٥٢)

وتشير مناهج التربية الرياضية المدرسية وبرامجها التنفيذية إلى أن الهدف من ممارسة النشاط الرياضى بالقطاع التعليمى "المدرسى" هو هدف "بنائى- تعليمى" حيث يتم اكساب التلاميذ مكونات اللياقة البدنية العامة والخاصة واكسابهم المهارات الأساسية للأنشطة الرياضية المختلفة وفقاً لإمكاناتهم وقدراتهم واستعداداتهم وذلك من خلال تنفيذ درس التربية الرياضية بالمدرسة والذى يشكل أصغر وحدة تعليمية بالمنهاج يتم من خلالها تحقيق أهداف وواجبات وأغراض المنهاج العام للتربية الرياضية. (١٥)، (٢١)، (١٧)، (٢٤)، (٢٥)

وتعتبر مسابقات ألعاب القوى إحدى الرياضات الأساسية التى تتضمنها مناهج التربية الرياضية المدرسية (المنهاج المطور- دليل المعلم- المنهج التجريبي) وبرامجها التنفيذية والتى تدرس لمدة نصف عام دراسى كامل بالتبادل مع رياضة الجمباز لجميع المراحل التعليمية المختلفة طبقاً للنشرة التوجيهية العامة الصادرة من التوجيه المركزى للتربية الرياضية.

ويذكر بسطويسى أحمد (١٩٩٧م) إلى أن مسابقات ألعاب القوى "العدو والجرى، الوثب، الرمي" تشغل ركناً أساسياً من بين الأنشطة الرياضية الأخرى فى برنامج الرياضة

كلية التربية الرياضية ببورسعيد - جامعة قناة السويس

المدرسية حيث لا يكاد يخلو درس من دروس التربية الرياضية من تلك الأنشطة فهى القاعدة والأساس للألعاب الرياضية المختلفة ومن هنا جاءت أهميتها فى المجال المدرسى. (٩ : ٧) وتتفق العديد من المراجع والأبحاث العلمية على ضرورة إكساب تلاميذ المرحلة السنينة من ١٢ إلى ١٥ سنة "المرحلة الإعدادية" قدر كبير من المهارات والخبرات والأنشطة الرياضية حيث يتميز أفراد تلك المرحلة بالنمو الحركى الكبير والاستعدادات المناسبة التى تجعلهم يخطون خطوات واسعة نحو اكتساب أنماط عديدة من المهارات الحركية لمختلف الأنشطة الرياضية حيث تعتبر تلك المرحلة السن المناسبة للتخصص الرياضى المبكر فى العديد من الأنشطة. (١٥ : ١٦٠)، (٨ : ١٧٥-١٨٠)، (١٧ : ٣٥)

ولقد ظهرت مشكلة البحث من خلال التساؤلات التى يثيرها طلاب شعبة التدريس بالكلية أثناء محاضرات طرق التدريس العملية والنظرية حول جدوى استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة ومدى فعاليتها فى تحقيق الأهداف المرجوة من العملية التعليمية وكذلك استجابة لما نادى به المتخصصون والباحثون فى مجال طرق التدريس من ضرورة استخدام الأساليب الحديثة فى المجال التعليمى. حيث أثار موضوع تعدد وتنوع أساليب التدريس فى التربية الرياضية الباحثين لمعرفة مدى فاعلية كل أسلوب على تعليم العديد من المهارات حيث أن المفاضلة بين الأساليب تدفعنا إلى إجراء المزيد من الأبحاث حول ملائمة هذه الأساليب للمراحل العمرية والأنشطة الرياضية المختلفة خاصة وأن معظم هذه الأساليب لم تشر إلى مرحلة سنينة معينة إضافة إلى ذلك تدنى المستوى الرقمى لتلاميذ تلك المرحلة وذلك من خلال نتائج مسابقات ألعاب القوى لبطولة المحافظة حيث لم يستطع غالبية التلاميذ تحقيق الأرقام التأهيلية للاشتراك فى بطولة الجمهورية وذلك من خلال متابعة الباحث لبطولة محافظتى بورسعيد والبحيرة لعام ٢٠٠٦/٢٠٠٧ للمراحل التعليمية المختلفة، كما لاحظ الباحث أن كثير من طلاب التربية العملية لا يستخدمون أساليب التدريس الحديثة أثناء لفترة التربية العملية من خلال إشرافه على التربية العملية- لذا كانت هذه الدراسة حول "تأثير استخدام أسلوب الممارسة على مستوى ودرجة أداء مهارات ألعاب القوى لتلاميذ الصف الأول الإعدادى".

هدف البحث :

- التعرف على تأثير استخدام أسلوب الممارسة على مستوى ودرجة أداء بعض مهارات ألعاب القوى لتلاميذ الصف الأول الإعدادى.

فروض البحث :

- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى فى كل من مستوى ودرجة الأداء لمعارات ألعاب القوى بين مجموعتى البحث ولصالح القياس البعدى.
- توجد فروق دالة إحصائياً فى القياسات البعدية بين مجموعتى البحث فيما بينهما فى كل من مستوى ودرجة الأداء لمعارات ألعاب القوى ولصالح المجموعة التجريبية.
- تختلف بالنسبة المتوية للتحسن فى كل من مستوى ودرجة الأداء لمعارات ألعاب القوى بين مجموعتى البحث.

الدراسات السابقة :

أ- الدراسات العربية :

- ١- دراسة ربيع أحمد إبراهيم (١٩٩١م) (١٣) وعنوانها "فاعلية طريقة التدريس التدريسية فى تحسين المستوى الرقمى والأداء الفنى لمهارة الوثب الطويل لدى طلاب قسم التربية الرياضية كلية التربية- جامعة الملك سعود"، وقد كانت أهم النتائج أن هناك تأثير إيجابى للطريقة التدريسية على المستوى الرقمى والأداء الفنى لمهارة الوثب الطويل.
- ٢- دراسة ميرفت على خفاجة (١٩٩٢م) (١٩) وعنوانها "دراسة مقارنة لتأثير بعض أساليب التدريس على مستوى أداء بعض المهارات الحركية بالمرحلة الإعدادية"، وكانت أهم النتائج أن هناك تأثير إيجابى لأسلوب الأقران والتعلم الذاتى على مستوى أداء بعض المهارات الحركية عن الأسلوب التقليدى.

كلية التربية الرياضية ببورسعيد - جامعة قناة السويس

٣- دراسة نجوى محمود والى وتادية رشاد داود (١٩٩٥م) (٢٢) وعنوانها "تأثير استخدام أسلوب الاكتشاف الموجه فى تدريس مسابقة دفع الجلة على التحصيل المعرفى والمستوى الرقى لتلميذات الصف الأول الإعدادى"، وكانت أهم النتائج حقق أسلوب الاكتشاف الموجه تقدم أكثر من الأسلوب التقليدى فى معدل التحسن لكل من التحصيل المعرفى والمستوى الرقى لمسابقة دفع الجلة.

٤- دراسة ياسر عبد العظيم سالم (١٩٩٨م) (٢٧) وعنوانها "تأثير استخدام أسلوب الواجبات الحركية على تعلم بعض مهارات كرة القدم الأساسية لتلاميذ المرحلة الإعدادية"، وكانت أهم النتائج أن هناك تأثير إيجابى لأسلوب الواجبات الحركية على تعلم بعض مهارات كرة القدم عن أسلوب الأمر.

٥- دراسة هشام صابر على (٢٠٠١م) (٢٣) وعنوانها "تأثير أسلوبى الممارسة والتعلم التبادلى على تعلم بعض مهارات ألعاب القوى بدرس التربية الرياضية للمرحلة الإعدادية"، وكانت أهم النتائج فاعلية أسلوب التعلم التبادلى على أسلوب الممارسة.

٦- دراسة خالد ثابت عوض (٢٠٠٥م) (١٠) وعنوانها "تأثير استخدام أسلوب الواجب الحركى والاستكشاف الموجه على مستوى بعض المتغيرات البدنية والأداء المهارى بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية"، وكانت أهم النتائج هى أن أسلوب التربية الحركية (الواجب الحركى- والاستكشاف الموجه) هم تأثير إيجابى أفضل من الأسلوب التقليدى على بعض المتغيرات البدنية والأداء المهارى.

ب- الدراسات الأجنبية :

١- دراسة أوسوزن وجيرسيل **Osthuzen, Griesel** (١٩٩٢م) (٣٣) وعنوانها "تأثير استخدام بعض أساليب التدريس على تحقيق أهداف التربية الرياضية على تلاميذ المدارس

كلية التربية الرياضية بورسعيد - جامعة قناة السويس

العليا، وكانت أهم النتائج أن أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران والذاتى متعدد المستويات ذا تأثير إيجابي فى المجال الانفعالى والبدنى والمهارى من أسلوب الأمر على تلاميذ المدارس العليا.

٢- دراسة مور Moore (١٩٩٦م) (٣١) وعنوانها "تأثير أسلوبين للتدريس على اكتساب مهارة حركية لطلاب الصف الخامس الابتدائى ولقد توصلت الدراسة إلى أنه لا توجد فروق بين أسلوب الممارسة والتبادلى فى اكتساب مهارة الإرسال من أعلى والتمريرة الرسغية فى الكرة الطائرة.

إجراءات البحث :

أولاً : منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي للملاءمة لطبيعة الدراسة وذلك بتصميم تجريبي، مجموعة ضابطة ومجموعة تجريبية.

ثانياً : مجتمع وعينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من تلاميذ الصف الأول الإعدادى بمدرسة بورفؤاد الإعدادية، إدارة بورفؤاد التعليمية، محافظة بورسعيد للعام الدراسى ٢٠٠٦/٢٠٠٧ والبالغ عددهم ١٦٠ تلميذ هم مجتمع البحث وبعد استبعاد التلاميذ الراسين والممارسين لألعاب القوى تم اختيار ٦٠ تلميذاً بالطريقة العشوائية من إجمالى تلاميذ مجتمع البحث- وتم تقسيمهم إلى مجموعتين :

- المجموعة الضابطة ٣٠ تلميذاً يتم التدريس لهم بأسلوب الأوامر فصل ١/١.
- المجموعة التجريبية ٣٠ تلميذاً يتم التدريس لهم بأسلوب الممارسة فصل ٢/١.

كلية التربية الرياضية ببورسعيد - جامعة قناة السويس

ولقد قام الباحث بإجراء المعالجات الإحصائية للتأكد من تجانس وتكافؤ مجموعتى البحث فى المتغيرات قيد البحث (السن- الطول- الوزن- الذكاء- الاختبارات البدنية- المهارية)، جداول (١)، (٢)، (٣).

كلية التربية الرياضية ببورسعيد - جامعة قناة السويس

جدول (١)

معامل الالتواء لمتغيرات السن، الطول، الوزن، درجة الذكاء، مجموعات البحث

$$ن_١ = ن_٢ = ٣٠$$

المتغيرات	المجموعة الضابطة				المجموعة التجريبية			
	س	ع	الوسط	معامل الالتواء	س	ع	الوسط	معامل الالتواء
السن	١٢,٠٦	١٠,٠٢	١٢,٠٦	٠,٠٣٢	١٢,٠٧	١٠,٠٢	١٢,٠٦	٠,٠٣٢
الطول	١٣٧,٥٧	٥,١٠	١٣٧,٥٠	٠,٣٢٥	١٣٧,٤٧	٥,٢٣	١٣٧,٥٠	٠,٣٥٧
الوزن	٣٦,٥٠	٤,٩٨	٣٥,٠٠	٠,٠٢٩	٣٦,٦٣	٥,٩٧	٣٥,٥٠	٠,٣٧٧
الذكاء	٨٢,٩٧	١,٥٠	٨٣,٠٠	٠,٤٥٧	٨٣,٤٣	١,٨١	٨٤,٠٠	٠,٠٠٤

الخطأ المعياري لمعامل الالتواء = ٠,٤٣ لجميع المتغيرات

يتضح من جدول (١) أن قيمة معامل الالتواء لمتغيرات السن، الطول، الوزن، درجة الذكاء للمجموعة الضابطة "الأوامر"، قد بلغ على التوالي (-٠,٠٣٢)، (-٠,٣٢٥)، (-٠,٠٢٩)، (-٠,٤٥٧)، وللمجموعة التجريبية "الممارسة" قد بلغ على التوالي (٠,٠٣٢)، (٠,٣٥٧)، (٠,٣٧٧)، (٠,٠٠٤)، وجميع تلك القيم قد انحصرت بين (+٣، -٣) مما يدل على تجانس أفراد المجموعة الواحدة وبين أفراد مجموعتي البحث في متغيرات السن، الطول، الوزن، درجة الذكاء.

كلية التربية الرياضية ببورسعيد - جامعة قناة السويس

جدول (٢)

معامل الالتواء للاختبارات البدنية والمهارية لمجموعتي البحث

(ن = ١٠، ن = ٣٠)

المجموعة التجريبية				المجموعة الضابطة				الإحصاء	
معامل الالتواء	الوسط	ع	س	معامل الالتواء	الوسط	ع	س	المعرات	
٠,١٩	٥,٤١	٠,٣٣	٥,٤٨	٠,٦٤	٥,٤٢	٠,٣١	٥,٤٦	٣٠ م عدد	البدنية
٠,١٠-	٢١,٤٧	٠,٥٩	٢١,٣٠	٠,١٥	٢١,٢٢	٠,٥٢	١٢,٢٤	الجرى الزجائحي	
٠,٥٢	١,٥٠	٠,١٣	١,٥٤	٠,٧٥-	١,٥٥	٠,١٥	١,٥٢	الوقت العريض	
٠,٢٣-	٢٦,٥٠	٣,٢٤	٢٥,٧٧	٠,٩٥-	٢٥,٠٠	٢,١٨	٢٥,٦٧	الوقت المتدرج	
٠,١٨-	٥,٢٠	٠,٢٥	٥,٢٠	٠,٧٥-	٥,٢٠	٠,١٩	٥,٢١	رسم كود طيبة	المهارية
١,٠٤	٧,٧٠	٠,٦١	٧,٩٤	٠,٧٨	٧,٧٥	٠,٤٩	٧,٩٠	زمن	
٠,١٥	٥,٠٠	١,٨٨	٥,٠٣	٠,١٠-	٥,٠٠	١,٧٩	٤,٩٧	درجة	
٠,٢٥-	٣,٠٢	٠,٢٤	٣,٠٢	٠,٠٤٨-	٣,١٠	٠,٢٦	٣,٠٣	مسافة	
٠,١٩	٤,٥٠	١,٤٥	٤,٦٠	٠,١٧-	٤,٥٠	١,٣٨	٤,٥٧	درجة	
٠,٧٢-	٦,١٨	٠,٤٨	٦,٠٩	٠,٨٤-	٦,٢٠	٠,٤٧	٦,٠٨	مسافة	
٠,٢٠	٥,٠٠	١,٦٥	٤,٧٧	٠,١٧	٤,٥٠	١,٦٣	٤,٦٧	درجة	

يتضح من جدول (٢) أن معامل الالتواء للاختبارات البدنية والمهارية للمجموعة الضابطة (الأوامر) قد بلغ على التوالي (٠,٦٤)، (٠,١٥)، (٠,٧٥-)، (٠,٩٥-)، (٠,٧٥-)، (٠,٧٨)، (٠,١٠-)، (٠,٠٤٨-)، (٠,٠٧-)، (٠,٨٤-)، (٠,١٧-). وللمجموعة التجريبية (الممارسة) قد بلغ على التوالي (٠,٤٩)، (٠,١٠-)، (٠,٥٢)، (٠,٢٣-)، (٠,١٨-)، (١,٠٤)، (٠,٠٥)، (٠,٢٥-)، (٠,١٩)، (٠,٧٢-)، (٠,٢٠)، ولقد انحصرت تلك القيم ما بين (٣+، ٣-) مما يدل على تجانس أفراد المجموعة الواحدة وبين أفراد مجموعتي البحث في تلك الاختبارات البدنية والمهارية.

كلية التربية الرياضية بـبورسعيد - جامعة قناة السويس

جدول (٣)

تكافؤ مجموعتى البحث فى متغيرات السن، الطول، الوزن، درجة الذكاء

$$(N_1 = N_2 = 30)$$

المتغيرات	الإحصاء	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفرق بين المتوسطين	قيمة ت الخسوبة
		ع	س	ع	س		
السن	١٢,٠٦	٠,٠٢	١٢,٠٧	٠,٠٣	٠,٠١	١,٢٣	
الطول	١٣٧,٥٧	٥,٠٠	١٣٧,٤٧	٥,٢٣	٠,١٠	٠,٠٨	
الوزن	٣٦,٥٠	٤,٩٨	٣٦,٦٣	٥,٩٨	٠,١٣	٠,٠٩	
درجة الذكاء	٨٢,٩٧	١,٤٩	٨٣,٤٣	١,٨١	٠,٤٦	١,٠٩	

قيمة (ت) الجدولية = ٢,٠٠ عند مستوى دلالة إحصائية (٠,٠٥)

يتضح من جدول (٣) إن قيمة (ت) الخسوبة بين المجموعتين الضابطة والتجريبية قد بلغت لمتغيرات السن، الطول، الوزن، الذكاء على التوالي ١,٢٣، ٠,٠٨، ٠,٠٩، ١,٠٩ وتلك القيم أصغر من قيمة (ت) الجدولية (٢,٠٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) مما يدل على تكافؤ المجموعتين فى تلك المتغيرات.

جدول (٤)

تكافؤ مجموعتى البحث فى الاختبارات البدنية والمهارية

$$(N_1 = N_2 = 30)$$

المتغيرات	الإحصاء	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفرق بين المتوسطين	قيمة ت الخسوبة
		ع	س	ع	س		
البدنية	٣٠م عدد	٥,٤٦	٠,٣١	٥,٤٨	٠,٣٣	٠,٠٢	٠,٢٨
	الجرى الزجراجى	٢١,٢٤	٠,٥٢	٢١,٢٩	٠,٥٩	٠,٠٥	٠,٣٧
	الوثب العريض	١,٥٢	٠,١٥	١,٥٤	٠,١٣	٠,٠٢	٠,٥٩
	الوثب العمودى	٢٥,٦٧	٢,٤٨	٢٥,٧٧	٣,٣٤	٠,١٠	٠,١٣
المهارية	رمى كرة طية	٥,٢١	٠,١٩	٥,٢٠	٠,٢٥	٠,٠١	٠,١٢
	عذر ٦٠م	٧,٩٠	٠,٤٩	٧,٩٤	٠,٦١	٠,٠٤	٠,٢٣
	درجة	٤,٩٧	١,٧٩	٥,٠٣	١,٨٨	٠,٠٦	٠,١٤
	وثب طويل	٣,٠٣	٠,٢٦	٣,٠٢	٠,٢٤	٠,٠١	٠,١٣
	درجة	٤,٥٧	١,٣٨	٤,٦٠	١,٤٥	٠,٠٣	٠,٠٩
	دفع جلة	٦,٠٨	٠,٤٥	٦,٠٩	٠,٤٨	٠,٠١	٠,٠٨
درجة	٤,٦٧	١,٦٣	٤,٧٧	١,٦٥	٠,١٠	٠,٢٤	

كلية التربية الرياضية ببورسعيد - جامعة قناة السويس

يتضح من جدول (٤) أن قيم (ت) الخسوية بين مجموعتي البحث فى الاختبارات البدنية والمهارية قد بلغت على التوالى (٠,٢٨)، (٠,٣٧)، (٠,٥٩)، (٠,١٣)، (٠,١٢)، (٠,٢٣)، (٠,١٤)، (٠,١٣)، (٠,٠٩)، (٠,٠٨)، (٠,٢٤) وهى أصغر من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث فى تلك المتغيرات.

ثالثاً : أدوات البحث :

- ١- الاختبارات الخاصة بمعدل النمو :
 - السن لأقرب شهر بالرجوع إلى تاريخ الميلاد من سجل القيد بالمدرسة.
 - الطول : استخدام الرستامتر لأقرب ٠,٥ سم.
 - الوزن : استخدام الميزان الطبى المعايير لأقرب ٠,٥ كجم.
 - ٢- اختبار الذكاء المصور لأحمد زكى صالح (١٩٧٤م) (٣).
 - ٣- الاختبارات البدنية وتشتمل على :
 - الوثب العريض من الثبات (سم) لقياس القدرة العضلية للرجلين.
 - الوثب العمودى من الثبات (سم) لقياس القدرة العضلية للذراعين.
 - رمى كرة طبية ٣ كجم باليدين لأبعد مسافة (سم) لقياس القدرة العضلية للكفتين واليدين.
 - الجرى الزجاجى ٩م بين الحواجز (ث) لقياس الرشاقة.
 - ٣٠م عدو من البدء الطائر (ث) لقياس السرعة القسوى .
- ولقد اختار الباحث تلك الاختبارات حيث أنها من أكثر الاختبارات البدنية تحديداً للقدرات البدنية المساهمة فى المستوى الرقى لمسابقات (العدو والوثب الطويل - دفع الجلة) طبقاً لدراسة أحمد سعد الدين- طارق ياسين (٦ : ١٩١) بالإضافة إلى استخدامها فى كثير من الدراسات السابقة (١٠)، (١٩)، (٢٢)، (٢٣)، (٢٧) ولما لها من معاملات صدق وثبات وموضوعية عالية (١٨ : ٨٤، ٩٣، ١١٠، ٢٤٧، ٢٨٨) على البيئة المصرية.
- ٤- الاختبارات المهارية : وتشتمل على ٦٠م عدو من البدء المنخفض - الوثب الطويل مسن الجرى - دفع الجلة وذلك لتحديد المستوى الرقى لمسابقات ألعاب القسوى للمرحلة

كلية التربية الرياضية ببورسعيد - جامعة قناة السويس

الإعدادية طبقاً لدليل المعلم (٢٥) والنشرة التوجيهية للتربية الرياضية لعام ٢٠٠٦/٢٠٠٧ (٢٦) وبالإضافة إلى ذلك استعان الباحث بخمس محكمين من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية الرياضية ببورسعيد تخصص (طرق تدريس ألعاب قوى) لتقييم مستوى الأداء المهارى لكل مسابقة من (٦٠م عدو- وثب طويل- دفع جلة) أثناء الأداء وذلك بإعطاء درجة من عشرة لكل محكم حيث تستعد أعلى درجة وأقل درجة ويؤخذ متوسط الدرجات الأخرى لكل سباق طبقاً لاستمارات تقييم الأداء الخاصة بذلك.

- الدراسة الاستطلاعية :

قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية في الفترة من ٢٥/٩/٢٠٠٦م إلى ٢٨/٩/٢٠٠٦م بهدف التأكد من وضوح ورقة العمل الخاصة بأسلوب الممارسة ومدى علاقتها من حيث الصياغة ووصف الأعمال والخطوات التعليمية وكذلك صحة التدريبات التطبيقية لإتقان الأداء المهارى المستخدمة في أسلوب الممارسة وذلك على عينة قوامها ٣٠ تلميذ من خارج عينة البحث، وقد أسفرت تلك الدراسة عن مناسبة ورقة العمل من حيث الوضوح- الفهم والاستيعاب وسهولة التنفيذ وكذلك صحة التدريبات.

- التوزيع الرمزي لمحتوى مناهج ألعاب القوى للصف الأول الإعدادى :

لقد اطلع الباحث على مناهج ألعاب القوى للصف الأول الإعدادى بالمناهج المطور، ودليل المعلم وكذلك النشرة العامة لتوجيه التربية الرياضية للعام الدراسى ٢٠٠٦/٢٠٠٧م وجد أن محتوى مناهج ألعاب القوى يشتمل على :

١- الوحدة الأولى : العدو والجري السريع تدرس في ٨ دروس "حصص" وتشتمل على وحدات (تعليم وضع البدء المنخفض والانطلاق منه- وضع البدء العالى والانطلاق من الجرى المتزايد السرعة- منافسة فى العدو).

كلية التربية الرياضية ببورسعيد - جامعة قناة السويس

- ٢- الوحدة الثانية : الوثب الطويل تدرس فى ٨ دروس "حصص" وتشتمل على وحدات "الوثب بطريقة القرفصاء من ٣-٥ خطوات، الوثب من ٧-١٠ خطوات مع التركيز على عملية الهبوط- الوثب من الاقتراب الكامل- منافسة فى الوثب.
- ٣- الوحدة الثالثة رمى الكرة وتدرس فى ٨ دروس "حصص" وتشتمل على وحدات (حمل الكرة- رمى الكرة من الثبات بالمواجهة لقطاع الرمي- رمى الكرة والجانب مواجه لقطاع الرمي- منافسة فى الرمي)، وسوف يقوم الباحث بتسديدس تلك الوحدات التعليمية لكل من مجموعى البحث "الضابطة- التجريبية" من خلال درس التربية الرياضية حصتان أسبوعياً طبقاً للجدول المدرسى الحصة الثانية والثالثة ايام الثلاثاء والأربعاء من كل أسبوع.

التوزيع الزمني لدرس التربية الرياضية

الزمن	البيان	أجزاء الدرس	
٥ق	تدريبات قيمة أجزاء الجسم المختلفة لمجموعى البحث.	الإحماء	الجزء التمهيدي
١٥ق	تمارين الإعداد البدني بدليل المعلم للصف الأول الإعدادي ٩٨/٩٧	الإعداد البدني	
٢٠ق	* يتم تعليم مهارات الوحدات التعليمية للمجموعة الضابطة "أسلوب الأمر" عن طريق شرح المهارة. وأهميتها وطريقة أدائها بعمل نموذج من المدرس أو أحد التلاميذ ثم يقسم التلاميذ إلى مجموعات لأداء التدريبات التطبيقية لإتقان المهارة والتي تشتمل على تدريبات تمهيدية- أساسية- تحسين.	الجزء الرئيسي	
	* يتم تعليم مهارات الوحدات التعليمية للمجموعة التجريبية "أسلوب الممارسة" عن ورقة المعيار الخاصة بالمهارة المراد تعلمها بتوزيعها فى حصة التربية الرياضية السابقة لتنفيذ الدرس مع إعطاء التغذية الراجعة وإصلاح الأخطاء- والانتقال إلى التدريبات التالية من خلال مرور المدرس على المجموعات أثناء تنفيذ الدرس.		

كلية التربية الرياضية ببورسعيد - جامعة قناة السويس

٥ق	تجربات مُدنة ومرجحات لمجموعتى البحث.	الجزء الختامي
٤٥ق		

- التخطيط التنفيذى للبحث : واشتمل على :

١- القياس القبلى :

تم إجراء القياسات القبلى للاختبارات البدنية واختبار الذكاء والاختبارات المهارية لمجموعتى البحث "ضابطة- تجريبية" خلال المدة ١٨/٩/٢٠٠٦م إلى ٢٤/٥/٢٠٠٧م.

٢- تنفيذ التجربة :

تم إجراء التجربة خلال الفترة من ١/١٠/٢٠٠٦م إلى ٤/١/٢٠٠٧م.

٣- القياس البعدى :

تم إجراء القياسات البعدية للمتغيرات البدنية- المهارية مستوى ودرجة أداء لمجموعتى البحث "ضابطة- تجريبية" خلال الفترة من ٦/١/٢٠٠٧م إلى ١١/١/٢٠٠٧م.

- الأسلوب الإحصائى :

استخدم الباحث حزمة البرنامج الإحصائى للعلوم الاجتماعية (SPSS) المتوسط، الانحراف المعياري، معامل الالتواء، قيمات، نسبة والتحسين.

عرض ومناقشة النتائج :

فى ضوء المعطيات وهدف الدراسة يتناول الباحث عرض ومناقشة النتائج على النحو

التالى :

- عرض ومناقشة نتائج القياس القبلى والبعدى لكل من مجموعتى البحث "ضابطة- تجريبية" فى المتغيرات قيد البحث [البدنية- مهارة (مستوى رقمى ودرجة أداء)].

كلية التربية الرياضية ببورسعيد - جامعة قناة السويس

- عرض ومناقشة نتائج فروق القياسات البعدية بين مجموعتى البحث "ضابطة- تجريبية" فى المتغيرات قيد البحث [البدينية- مهارية (مستوى رقمى ودرجة أداء)].
- عرض ومناقشة نتائج النسبة المئوية لمعدلات التحسن بين القياس القبلى/ البعدى بين مجموعتى البحث (ضابطة- تجريبية) فى المتغيرات قيد البحث [البدينية- مهارية (مستوى رقمى ودرجة أداء)].

أولاً : عرض ومناقشة نتائج القياس القبلى والبعدى لمجموعتى البحث (ضابطة- تجريبية) :

جدول (٥)

دلالة الفروق بين نتائج القياس القبلى/ البعدى للمجموعة الضابطة

فى المتغيرات البدينية- المهارية قيد البحث

قيمة ت المحسوبة	الفرق بين المتوسطين	القياس البعدى		القياس القبلى		الإحصاء	
		ع	س	ع	س	المتغيرات	
٤,٣٩	٠,٤٤	٠,٤٣	٥,٠١	٠,٣١	٥,٤٦	٣٠ م عدو الجرى الرجزاجى الولب العريض الولب العمودى رمى كرة طيبة	البدينية
٦,٣٧	٠,٦٠	٠,٦١	٢٠,٦٤	٠,٥٢	٢١,٢٤		
٤,٨٧	٠,١٤	٠,١٢	١,٦٦	٠,١٥	١,٥٢		
٤,٨٠	٢,٨٦	١,٨١	٢٨,٥٣	٢,٤٨	٢٥,٦٧		
١٠,٩٢	٠,٣٦	٠,١١	٥,٥٧	٠,١٩	٥,٢١		
١١,٣٠	٠,٣١	٠,٥١	٧,٥٩	٠,٤٩	٧,٩٠	٦٠ م عدو زمن درجة مسافة رطب طويل دفع جلة	المهارية
٩,٠٢	٢,٢٣	٠,١٠	٧,٢٠	١,٧٩	٤,٩٧		
١٢,٢٧	٠,٢٣	٠,٢٠	٣,٢٦	٠,٢٦	٣,٠٣		
٩,٠٩	٢,٦٣	١,١٠	٧,٢٠	١,٣٨	٤,٥٧		
١١,٤٠	٠,٢٦	٠,٣٧	٦,٣٥	٠,٤٥	٦,٠٨		
١٢,٥١	٢,٩٣	١,٢٢	٧,٦٠	١,٦٣	٤,٦٧	درجة	

قيمة ت الجدولية = (٢,٠٥) عند مستوى دلالة إحصائية (٠,٠٥)

يتضح من جدول (٥) أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى المتغيرات البدينية والمهارية ولصالح القياس البعدى حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة على التوالي ٤,٣٩، ٦,٣٧، ٤,٨٧، ٤,٨٠، ١٠,٩٢، ١١,٣٠، ٩,٠٢،

كلية التربية الرياضية ببورسعيد - جامعة قناة السويس

١٢,٢٧، ٩,٠٩، ١١,٤٠، ١٢,٥١، وتلك القيم أكبر من قيمتات الجدوليات. ويعزو الباحث ذلك إلى فاعلية التأثيرات التدريبية لبرنامج الإعداد البدني الخاص بدليل المعلم للمرحلة الإعدادية والذي تم تطبيقه على مجموعتي البحث في زمن الإعداد البدني بدرس التربية الرياضية حيث تؤكد تلك النتائج وبصورة غير مباشرة صحة تشكيل هذا البرنامج وسلامة التمرينات التي تعمل على تطوير وتنمية عناصر اللياقة البدنية. حيث أن الهدف الأساسي لبرنامج الإعداد البدني العامة والخاصة بالقطاع التعليمي هو تطوير المكونات الأساسية للياقة البدنية بصورة شاملة ومتزنة وتنمية وصلل القدرات البدنية وتحقيق مستويات من اللياقة البدنية والحركية في ضوء طبيعة الخصائص السنبة لكل مرحلة سنبة. (٢٤ : ٢٠)

كما يظهر جدول (٥) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة "أسلوب الأوامر" في الاختبارات المهارة لصالح القياس البعدي فعلى الرغم من أن أسلوب الأوامر يتميز بأن المعلم هو الذى يتخذ جميع القرارات في بنية هذا الأسلوب وأن دور المتعلم هو الأداء حسب النموذج المقدم إليه إلا أن هذا الأسلوب قد أثر تأثيراً إيجابياً في تحسين زمن ومسافة ودرجة أداء سباقات عدو ٦٠م والوثب الطويل ودفع الجلة ويعزو الباحث ذلك التأثير الإيجابي لأسلوب الأوامر إلى ما يوفره ذلك الأسلوب من دور للمعلم من شرح لفظي للمهارة وأداء نموذج للأداء- وتصحيح الأخطاء للتلاميذ أثناء الأداء وتقديم التغذية الراجعة وإتباع الخطوات التعليمية والفنية بطريقة جيدة وقدرته على توصيل المعلومات عن الأداء بطريقة سليمة لسوف يتيح فرصاً جيدة للتعلم مما يؤثر إيجابياً على كفاءة وفعالية الأداء وتعتبر تلك النتيجة منطقية طبقاً لرأى عفاف عبد الكريم حيث أن لكل أسلوب من أساليب التدريس دور معين في نماء المتعلم من الناحية البدنية والحركية والانفعالية والمعرفية فلا يوجد أسلوب واحد يمكن أن يسهم في التنمية الكاملة للمتعلم فأهمية كل أسلوب ترتبط بالظروف التي يتم قمتنها للمتعلم من حيث توافر الإمكانيات- بيئة التعلم- المعلم المؤهل- حيث لا يوجد أسلوب واحد يناسب جميع التلاميذ ويلائم كل الظروف (١٤ : ٨٤)، وتفق تلك النتائج مع نتائج كل من مرفت سالم (٢٠)، هشام صابر (٢٣)، ياسر عبد العظيم (٢٧)، مرفت خفاجة (١٩)، ربيع أحمد (١٣)، خالد ثابت (١٠)، نجوى والى ونادية رشاد (٢٢) أن

كلية التربية الرياضية ببورسعيد - جامعة قناة السويس

أسلوب الأوامر "العرض والتوضيح" قد أثر تأثيراً إيجابياً فى تنمية بعض النواحي البدنية والمهارية والمعرفية- وبذلك يتحقق الفرض الأول وهو توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى فى كل من مستوى ودرجة الأداء لمهارات ألعاب القوى لمجموعتى البحث ونصالح القياس البعدى.

كلية التربية الرياضية ببورسعيد - جامعة قناة السويس

جدول (٦)

دلالة الفروق بين نتائج القياس القبلى/ البعدى للمجموعة التجريبية
فى المتغيرات قيد البحث

قيمة ت المحسوبة	الفرق بين الموسطين	القياس البعدى		القياس القبلى		الإحصاء	
		ع	س	ع	س	المتغيرات	
٥,٣٣	٠,٤٢	٠,٢٥	٥,٠٦	٠,٣٣	٥,٤٨	٣٠ م عدو	البدنية
٦,٩٠	٠,٧٣	٠,٣٦	٢٠,٥٧	٠,٥٩	٢١,٢٩	الجرى الزجراجى	
٩,٦٧	٠,١٦	٠,٠٣	١,٧٠	٠,١٣	١,٥٤	الوثب العريض	
٥,٨١	٣,٤٠	١,٣٩	٢٩,١٧	٣,٣٤	٢٥,٧٧	الوثب العمودى	
١٣,١٣	٠,٤٣	٠,١٤	٥,٦٣	٠,٢٥	٥,٢٠	رمى كرة طيبة	
٧,٣٨	٠,٧٢	٠,٢٢	٧,٢١	٠,٦١	٧,٩٤	زمن	المهارية
١٣,٧١	٣,١٤	١,١٧	٨,١٧	١,٨٨	٥,٠٣	درجة	
٨,٤٦	٠,٣٩	٠,٢١	٣,٤١	٠,٢٤	٣,٠٢	مسافة	
٣٣,٠٦	٣,٤٠	١,٠٢	٨,٠٠	١,٤٥	٤,٦٠	درجة	
٦,٩٩	٠,٤٤	٠,٢٦	٦,٥٤	٠,٤٨	٦,٠٩	مسافة	
١٦,٩١	٣,٨٦	٠,٩٦	٨,٦٣	١,٦٥	٤,٧٧	درجة	

يتضح من الجدول (٦) أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى الاختبارات البدنية والمهارية ولصالح القياس البعدى حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة لتلك المتغيرات على التوالى ٥,٣٣, ٦,٩٠, ٩,٦٧, ٥,٨١, ١٣,١٣, ٧,٣٨, ١٣,٧١, ٨,٤٦, ٣٣,٠٦, ٦,٩٩, ١٦,٩١ وتلك القيم أكبر من قيمة (ت) الجدولية.

ويعزو الباحث الفروق المعنوية للاختبارات البدنية إلى فعالية تأثير برنامج الإعداد البدنى الخاص بدليل المعلم والذى تم تطبيقه على مجموعى البحث فى زمن الإعداد البدنى بدرس التربية الرياضية حيث تؤكد تلك النتائج وبصورة غير مباشرة إلى صحة تشكيل هذا البرنامج وسلامة التمرينات التى تعمل على تنمية وتطوير عناصر اللياقة البدنية. حيث أن الهدف

كلية التربية الرياضية ببورسعيد - جامعة قناة السويس

الأساسى لبرامج الإعداد البدنى العامة والخاصة بالقطاع التعليمى هو تطوير المكونات الأساسية للياقة البدنية بصورة شاملة ومتزنة حيث تعد اللياقة البدنية الأساس والقاعدة العريضة التى تبنى عليها اللياقة البدنية الخاصة والمهارات والخطط وطرق الممارسة فى المجال الرياضى. (٢٤) :

(٢٠)

كما يظهر جدول (٦) وجود فروق معنوية بين القياس القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى المتغيرات المهارية مستوى ودرجة الأداء ولصالح القياس البعدى ويعزى ذلك إلى ما يوفره أسلوب الممارسة من تغذية راجعة فورية لكل متعلم وتوفير زمن كاف للتطبيق يكون الهدف منه هو تعليم المهارة فى ظروف تسمح بتوفير أقصى وقت لتطبيقها كما أن تحويل قرارات معينة من المعلم إلى المتعلم هو بداية العملية الذاتية للتعلم كما تلعب ورقة العمل دوراً هاماً خلال مرحلة التنفيذ لكى تزيد من فاعلية زمن التطبيق الفعلى للممارسة وكوسيلة من وسائل الاتصال بين المعلم والمتعلم حيث تؤكد الاتجاهات الحديثة فى العملية التعليمية على ذاتية المتعلم فى الحصول على الخبرة التى توفرها له المواقف التعليمية التى تنقل محور الاهتمام من المعلم إلى المتعلم ليقف الأخير موقفاً نشطاً إيجابياً فى تحقيق الأهداف التعليمية كل حسب قدراته الشخصية ويتحول بالثنائى دور المعلم من الملقن إلى دور مصمم للبيئة التعليمية حيث يحدد كل أسلوب علاقة معينة بين سلوك المعلم وسلوك المتعلم ونواتج التعلم فلكل أسلوب قواعد خاصة ودور معين فى نماء المتعلم من الناحية الحركية، البدنية (٢١ : ٢١٠-٢١١)، (١٤ : ٢٢٣)، (٣٥ : ٦٥)، كما تؤكد عنايات محمد فرج (١٩٩٨م)، محسن حمص (١٩٩٧م) أن التلاميذ يحتاجون إلى قدر من الحرية أثناء ممارستهم للأداء وذلك لتطوير مستوى أدائهم طبقاً لقدراتهم وإمكاناتهم واستعداداتهم كما يجب أن يتعرفوا على نتائج الأداء بصورة منتظمة من خلال تغذية راجعة فورية بصورة منتظمة (١٥ : ١٦٤)، (١٧ : ٦٤)، تتفق تلك النتائج مع نتائج دراسة هشام صابر (٢٣)، وربيح أحمد (١٣) إلى أن أسلوب الممارسة قد أثر إيجابياً فى مستوى ودرجة أداء مسابقات ألعاب القوى وبذلك يتحقق الفرض الأول وهو توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى فى كل من مستوى ودرجة الأداء لمهارات ألعاب القوى لمجموعتى البحث ولصالح القياس البعدى.

كلية التربية الرياضية ببورسعيد - جامعة قناة السويس

ثانياً : عرض ومناقشة نتائج فروق القياسات البعدية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في المتغيرات البدنية والمهارية :

جدول (٧)

دلالة الفروق في القياس البعدى بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث

(ن_١ = ن_٢ = ٣٠)

المتغيرات	الإحصاء	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفرق بين المتوسطين	قيمة ت المحسوبة
		ع	س	ع	س		
البدنية	٣٠ م عدو	٥,٠١	٥,٤٣	٥,٠٦	٥,٢٥	٠,٠٥	٠,٥٥
	الجرى الزجراجى	٢٠,٦٤	٠,٦١	٢٠,٥٧	٠,٣٦	٠,٠٧	٠,٥٢
	الوثب العريض	١,٦٦	٠,١٢	١,٦٩	٠,١٠	٠,٠٣	١,١٧
	الوثب العمودى	٢٨,٥٣	١,٨١	٢٩,١٦	١,٣٩	٠,٦٣	١,٥٢
	رمى كرة طبية	٥,٥٧	٠,١١	٥,٦٣	٠,١٤	٠,٠٦	١,٦٦
المهارية	عدو ٦٠ م	٧,٦٠	٠,٥١	٧,٢١	٠,٢٢	٠,٣٩	٣,٨١
	درجة	٧,٢٠	١,٠٩	٨,١٧	١,١٨	٠,٩٧	٣,٢٩
	وثب طويل	٣,٢٧	١,٩٥	٣,٤١	٠,٢١	٠,١٤	٢,٦٧
	درجة	٧,٢٠	١,٠٩	٨,٠٠	١,٠٢	٠,٨٠	٢,٩٣
	دفع جلة	٦,٣٥	٠,٣٧	٦,٥٤	٠,٢٦	٠,١٩	٢,٣٧
	درجة	٧,٦٠	١,٢٢	٨,٦٣	٠,٩٦	١,٠٣	٣,٦٤

يتضح من الجدول (٧) أن قيمة ت المحسوبة للقياس البعدى للمتغيرات البدنية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية قد بلغت على التوالى ٠,٥٥، ٠,٥٢، ١,١٧، ١,٥٢، ١,٦٦ وتلك القيم أصغر من قيمة (ت) الجدولية بمعنى أن تلك الفروق غير دالة إحصائياً ويعزو الباحث ذلك إلى أن برنامج الإعداد البدنى كان واحد لمجموعتى البحث من حيث عدد التمرينات ونوعها وعدد التكرارات والشدة والحجم مما كان له أثر مباشر فى عدم وجود فروق معنوية بين مجموعتى البحث فى المتغيرات البدنية.

كلية التربية الرياضية ببورسعيد - جامعة قناة السويس

كما يظهر جدول (٧) وجود فروق معنوية فى القياس البعدى بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية ولصالح المجموعة التجريبية فى متغيرات ٦٠ م عدو زمن ودرجة، وثب طويل مسافة ودرجة، دفع جلة مسافة ودرجة حيث بلغت قيمت الحسوبة لتلك المتغيرات على التوالى (٣،٨١، ٣،٢٩، ٢،٧٦، ٢،٩٣، ٢،٣٧، ٣،٦٤)، وتلك القيم أكبر من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على تفوق المجموعة التجريبية ذات المتوسط الحسابى الأفضل على المجموعة الضابطة فى تلك المتغيرات ويرى الباحث أن هذا التفوق يرجع طبقاً لما يميز به كسل أسلوب من مميزات وخصائص تتلاءم مع الموقف التعليمى ونوعية الاهداف المراد تحقيقها- وطبيعة وخصائص الأداء حيث يشير كل من عفاف عبد الكريم (١٩٩٠م)، أنور الشرقاوى (١٩٩٨م)، مستون وأشورت (١٩٩٤م) إلى أن أسلوب الممارسة يتيح الفرص المتكررة لممارسة الأداء وتصور وفهم الأجزاء وتعاقبها خلال الأداء- من خلال ما تحويه ورقة العمل من صور متسلسلة للأداء. وخطوات تعليمية ونقاط فنية. بالإضافة إلى ما يوفره هذا الأسلوب من تغذية راجعة فورية لكل متعلم والتي عن طريقها يتم إمداد التلاميذ باستمرار بالمعايير التى تمكنهم من تصحيح استجاباتهم الخاطئة وتكرار الاستجابات الصحيحة مما ينشط ميلهم نحو ممارسة المهارات المتعلمة وبالتالي يتحسن ويتطور الأداء (١٤ : ١٠٠)، (٧ : ٢٨٥)، (٣٢ : ٦٦)، بينما لا يتيح أسلوب الأوامر الفرصة لتعديل وتغير الأداء، أو إعطاء التغذية الراجعة المناسبة للأداء- ولا يراعى الفروق الفردية بين التلاميذ- كما وأن فرص التفاعل الاجتماعى تكون محدودة للغاية لأن جميع القرارات تصدر من المدرس (١٩ : ١٦٢).

وتتفق تلك النتائج مع نتائج ميرفت خفاجة (١٩)، وميرفت سالم (٢٠)، وهشام صابر (٢٢)، وياسر عبد العظيم (٢٥) فى أن أساليب التدريس قد أوجدت تمايزاً واختلافاً فى مستوى ودرجة الأداء مجموعى البحث ولصالح المجموعة التجريبية وبذلك يتحقق الفرض الثانى وهو توجد فروق دالة إحصائياً فى القياسات البعدية بين مجموعتى البحث فيما بينهما فى كل من مستوى ودرجة الأداء لمهارات ألعاب القوى ولصالح المجموعة التجريبية.

كلية التربية الرياضية ببورسعيد - جامعة قناة السويس

ثالثاً: عرض ومناقشة النسبة المئوية لمعدلات التحسن بين القياس القبلي والبعدي لمجموعتي

البحث (ضابطة- تجريبية) في المتغيرات قيد الدراسة :

جدول (٨)

النسبة المئوية لمعدلات التحسن بين القياس القبلي والبعدي لمجموعتي البحث

(ضابطة- تجريبية) في المتغيرات البدنية- المهارة قيد البحث

الفرق في نسبة التحسن	المجموعة التجريبية			المجموعة الضابطة			الإحصاء			
	نسبة التحسن %	بهدى س	قبلي س	نسبة التحسن %	بهدى س	قبلي س	المتغيرات			
→ ٠.٥٢	٧,٦٦	٥,٠٦	٥,٤٨	٨,١٨	٥,٠١	٥,٤٥	٣٠ م عدو	البدنية		
← ٠.٥٦	٣,٣٩	٢١,٥٧	٢١,٢٩	٢,٨٣	٢٠,٦٤	٢١,٢٤			الجرى الزجراجي	
← ٠.٧٠	١٠,١٨	١,٦٩	١,٥٤	٩,٤٨	١,٦٦	١,٥١			الوثب العريض	
← ٢,٠٣	١٣,٢٠	٢٩,١٦	٢٥,٧٦	١١,١٧	٢٨,٥٣	٢٥,٦٦			الوثب العمودي	
← ١,١٦	٨,٢٧	٥,٦٣	٥,٢٠	٧,١١	٥,٥٧	٥,٢٠			رمى كرة طرية	
← ٥,٢٥	٩,١٤	٧,٢١	٧,٩٣	٣,٨٩	٧,٥٩	٧,٩٠			زمن	٦٠ م عدو
← ١٧,٢٨	٦٢,٢٥	٨,١٦	٥,٠٣	٤٤,٩٧	٧,٢٠	٤,٩٦	درجة			
← ٥,٠٥	١٢,٩١	٣,٤١	٣,٠٢	٧,٨٦	٣,٢٦	٣,٠٣	مسافة	وثب طويل		
← ١٦,٢٥	٧٣,٩١	٨,٠٠	٤,٦٠	٥٧,٦٦	٧,٢٠	٤,٥٦	درجة			
← ١,٥٢	٥,٨٢	٦,٥٤	٦,٠٩	٤,٣٠	٦,٣٤	٦,٠٨	مسافة	دفع جلة		
← ١٨,٢٦	٨١,١٢	٨,٦٣	٤,٧٦	٦٢,٨٦	٧,٦٠	٤,٦٦	درجة			

* السهم يشير إلى المجموعة ذات المتوسط الحسابي الأفضل في القياس البعدي

يتضح من جدول (٨) أن نسبة التحسن في المتغيرات البدنية للمجموعة الضابطة قد تراوح ما بين (٢,٨٣%، ١١,١٧%) وللمجموعة التجريبية ما بين (٣,٣٩%، ١٣,٢٠%) كما يظهر جدول (٨) أن المجموعة الضابطة قد تفوقت على المجموعة التجريبية في النسبة المئوية للتحسن بين القياسين القبلي والبعدي في اختبار ٣٠ م عدو حيث الفرق في

كلية التربية الرياضية ببورسعيد - جامعة قناة السويس

نسبة التحسن ٠,٥٢، بينما تفوقت المجموعة التجريبية فى باقى الاختبارات البدنية حيث بلغ الفرق على التوالى (٠,٥٦، ٠,٧٠، ٢,٠٣، ١,١٦).

ويعزى الباحث التباين بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية فى الاختبارات البدنية ربما إلى تميز أفراد المجموعتين فى بعض أو كل خصائص قدرات السرعة حيث يتفق أبو العلا عبد الفتاح (١٩٩٧م) (١) وديفرز **Deveris** (١٩٩٥م) (٢٨)، وفرانك ديك **Frank D.** (١٩٩٢م) (٢٩)، وماتفيف (١٩٨٢م) (٣٠) أن السرعة القصوى لا تظهر مستقلة فى حد ذاتها ولكنها ترتبط بعوامل أخرى كمستوى القوة المحركة- المرونة- درجة إتقان الأداء المهارى- حيث تتميز السرعة بخصوصيتها كما لا توجد علاقة بين أشكال السرعة بعضها ببعض كما يمكن للفرد أن يودى حركة معينة بسرعة عالية وأخرى بسرعة بطيئة فالأداء الحركى الواحد فى النشاط الرياضى الممارس يحتاج إلى درجات مختلفة ومتباينة من قدرات السرعة. (١ : ١٨٨)، (٢٨ : ٤٥٢)، (٢٩ : ١٩٢)، (٣٠ : ١٩٦)

كما يظهر جدول (٨) نسبة معدلات التحسن بين القياس القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى مستوى ودرجة أداء اختبارات ٦٠م عدو، الوثب الطويل، دفع الجلة قد بلغ على التوالى (٣,٨٩، ٤٤,٩٧، ٧,٨٦، ٥٧,٦٦، ٤,٣٠، ٦٢,٨٦) بينما كانت نسب التحسن للمجموعة التجريبية لتلك الاختبارات هى على التوالى (٩,١٤، ٦٢,٢٥، ١٢,٩١، ٧٣,٩١، ٥,٨٢، ٨١,١٢) بينما كان الفرق فى النسبة المثوية للتحسن بين المجموعتين لتلك الاختبارات قد بلغ على التوالى (٥,٢٥، ١٧,٢٨، ٥,٠٥، ١٦,٢٥، ١,٥٢، ١٨,٢٦) ولصالح المجموعة التجريبية.

ويعزو الباحث اختلاف نسب التحسن فى كل من المتغيرات البدنية والمهارية بين كل من المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية والذي ظهر بجدول (٨) إلى أن أسلوب الأوامر وأسلوب الممارسة على درجة عالية من الأهمية بحيث لا يمكن القول بأن هناك أسلوب أفضل بشكل عام أو مطلق من الآخر ولكن هناك أسلوب يحقق بعض الجوانب فى التعليم بصورة

كلية التربية الرياضية بمورسعيد - جامعة قناة السويس

أفضل من غيره ولذلك يصعب أن نقرر أسلوب أمثل يصلح لتحقيق جميع الأهداف والأغراض المراد تحقيقها من تدريس التربية الرياضية المدرسية. (١٦ : ٣٣٣)، (١٤ : ١٩٨)، ويعزو الباحث تفوق المجموعة التجريبية إلى ما يوفره أسلوب الممارسة من وقت كافى للممارسة والتطبيق واحتواء ورقة العمل على صور متسلسلة للمهارة المراد تعلمها وخطوات تعلمها، بالإضافة إلى نقاط تلاحظ أثناء الأداء. مما يوفر كم من المعلومات والمعارف عن الأداء مما يسهم فى اكتساب التلميذ للتصورات اللازمة للأداء الحركى حيث تعتبر المعرفة أحد الجوانب الأساسية لتحسين الأداء. (٢١)، (١٥)، (١٧)

يؤكد كلاً من أحمد أمين وعبد العزيز سلامة وعنايات محمد فرج أن النموذج الصحيح الذى يؤديه المدرس أو المدرب لكل مهارة فى ظروف أقرب ما تكون إلى ظروف أدائها فى المباراة أو المنافسة يعطى صورة مرئية للمسار الزمنى والمكانى للحركة فيجعل اللاعب أو التلميذ يدرك معنى الأداء ويقف على تفاصيله وكلما كان النموذج واضحاً من حيث ظروف وكيفية الأداء كلما كانت قدرة اللاعبين أو التلاميذ على استيعابها أفضل. (٣ : ٥٣)، (١٥ : ١٦٠)

وتتفق تلك النتائج مع نتائج كل من هشام صابر (٢٣)، وميرفت سالم (٢٠)، ونجوى والى ونادية داود (٢٢) إلى أن أساليب التدريس قد أثرت إيجابياً فى النسبة المئوية للتحسن فى متغيرات البحث مجموعتى البحث وبنسب مختلفة وبذلك يتحقق الفرض الثالث وهو تختلف النسبة المئوية للتحسن فى كل من مستوى ودرجة الأداء لمهارات ألعاب القوى بين مجموعتى البحث.

الاستنتاجات :

فى ضوء الهدف من البحث وفى نطاق العينة تم التوصل إلى النتائج التالية :

كلية التربية الرياضية ببورسعيد - جامعة قناة السويس

- أثر أسلوبى الممارسة والأوامر كان لهم تأثيراً إيجابياً فى مستوى درجة أداء مهارات ألعاب القوى قيد الدراسة (٦٠م عدو- الوثب الطويل- دفع الجلة).
- أسلوب الممارسة أكثر فعالية من أسلوب الأوامر من حيث التأثير على مستوى ودرجة الأداء لمهارات ألعاب القوى ٦٠م عدو- الوثب الطويل- دفع الجلة.

التوصيات :

- فى ضوء نتائج البحث يوصى الباحث بما يلى :
- استخدام أسلوب الممارسة كأحد الأساليب الأساسية لتعلم مهارات ألعاب القوى بالمرحلة الإعدادية.
- استخدام أساليب تدريس أخرى لتعلم مهارات ألعاب القوى لمراحل سنية مختلفة.
- حث معلمى التربية الرياضية وطلاب التربية العملية على استخدام طرق وأساليب تدريس متنوعة فى التدريس لمسايرة الاتجاهات الحديثة فى العملية التعليمية.

قائمة المراجع

أولاً : المراجع العربية :

- ١- أبو العلا أحمد عبد الفتاح : (١٩٩٧م)، التدريب الرياضى الأسس الفسيولوجية، دار الفكر العربى، القاهرة.
- ٢- أبو النجا أحمد عز الدين : (٢٠٠٠م)، الاتجاهات الحديثة فى طرق تدريس التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية بالمنصورة، جامعة المنصورة.
- ٣- أحمد أمين فوزى، محمد عبد العزيز سلامة : (١٩٨٦م)، كرة السلة للناشئين، الفنية للطباعة والنشر، الإسكندرية.
- ٤- أحمد حسين اللقانى : (١٩٩٥م)، المناهج بين النظرية والتطبيق، الطبعة الرابعة، عالم الكتب، القاهرة.
- ٥- أحمد زكى صالح : (١٩٧٤م)، تعليمات اختبار الذكاء المصور، المطبعة العالمية، القاهرة.
- ٦- أحمد سعد الدين محمود، طارق يس عبد الصمد : (٢٠٠٤م)، دراسة لبعض القدرات البدنية ومدى مساهمتها النسبية فى المستوى الرقى لدى ناشئ المستويات العليا فى بعض مسابقات الميدان، بحث منشور بمجلة نظريات وتطبيقات، العدد ٥٠، كلية التربية الرياضية للبنين بأبو قير بالإسكندرية.
- ٧- أنور محمد الشرقاوى : (١٩٩٨م)، التعلم- نظريات وتطبيقات، الطبعة الخامسة، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

- ٨- بسطويسى أحمد : (١٩٩٦م)، أسس ونظريات الحركة، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٩- بسطويسى أحمد : (١٩٩٧م)، سباقات المضمار ومسابقات الميدان "تعليم- تدريب- تكتيك"، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ١٠- خالد ثابت عوض : (٢٠٠٥م)، "تأثير استخدام أسلوبى الواجب الحركى والاستكشاف الموجه على مستوى بعض المتغيرات البدنية والأداء المهارى بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة السويس.
- ١١- سعيد الشاهد : (١٩٩٥م)، طرق تدريس التربية الرياضية، مكتبة الطلبة، القاهرة.
- ١٢- عبد السلام مصطفى : (٢٠٠٠م)، أساسيات التدريس والتطوير المهني للمعلم، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ١٣- ربيع أحمد إبراهيم : (١٩٩١م)، فاعلية طريقة التدريس التدريسية فى تحسين المستوى الرقمى والأداء الفنى لمهارة الوثب الطويل لدى طلاب قسم التربية البدنية- كلية التربية- جامعة الملك سعود، بحث منشور، مجلة نظريات وتطبيقات العدد ١١، كلية التربية

كلية التربية الرياضية ببورسعيد - جامعة قناة السويس

الرياضية للبنين، الإسكندرية.

- ١٤- عفاف عبد الكريم : (١٩٩٠م)، التدريس للتعلم فى التربية البدنية والرياضية: أساليب إستراتيجيات تقويم، منشأة المعارف، الإسكندرية.
- ١٥- عنايات محمد فرج : (١٩٩٨م)، مناهج وطرق تدريس التربية البدنية، دار الفكر العربى، القاهرة.
- ١٦- كمال عبد الحميد زيتون : (١٩٩٨م)، التدريس، نماذجه ومهاراته، المكتب العلمى للنشر والتوزيع، الإسكندرية.
- ١٧- محسن حمص : (١٩٩٧م)، المرشد فى تدريس التربية الرياضية، منشأة المعارف، الإسكندرية.
- ١٨- محمد حسن علاوى، محمد نصر الدين رضوان : (١٩٩٤م)، اختبارات الأداء الحركى، الطبعة الثالثة، دار الفكر العربى، القاهرة.
- ١٩- ميرفت على خفاجة : (١٩٩٢م)، دراسة مقارنة لتأثير بعض أساليب التدريس فى التربية البدنية على مستوى أداء بعض المهارات الحركية بالمرحلة الإعدادية، مجلة نظريات وتطبيقات، العدد (٤)، كلية التربية الرياضية للبنين، الإسكندرية.
- ٢٠- ميرفت على سالم : (٢٠٠٢م)، تأثير استخدام بعض أساليب التدريس فى تعلم بعض مهارات الجمباز على التحصيل المهارى لتلميذات المرحلة الثانوية، بحث

كلية التربية الرياضية ببورسعيد - جامعة قناة السويس

- منشور، المجلة العلمية للبحوث والدراسات فى التربية الرياضية، العدد (٤)، يناير ٢٠٠٢، كلية التربية الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة السويس.
- ٢١- ناهد محمود سعد، : (١٩٩٨م)، طرق التدريس فى التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ٢٢- نجوى محمود والى، : (١٩٩٥م)، تأثير استخدام أسلوب الاكتشاف الموجه فى تدريس مسابقة دفع الجلة على التحصيل المعرفى والمستوى الرقمى لتلميذات الصف الأول الإعدادى، بحث منشور بمجلة نظريات وتطبيقات العدد (٢٥)، كلية التربية الرياضية للبنين بأبو قير بالإسكندرية.
- ٢٣- هشام صابر على أحمد : (٢٠٠١م)، تأثير أسلوبي الممارسة والتعلم التبادلى على تعلم مهارات ألعاب القوى بدرس التربية الرياضية للمرحلة الإعدادية، بحث منشور، مجلة بحوث التربية الرياضية، المجلد ٢٤ العدد ٥٦، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
- ٢٤- وزارة التربية والتعليم : (٨٥/٨٤)، المنهاج المطور للتربية الرياضية وبرامجه التنفيذية للمرحلة الإعدادية، الجهاز المركزى للكتب الجامعية والمدرسية والوسائل التعليمية، القاهرة.
- ٢٥- وزارة التربية والتعليم : (١٩٩٨/١٩٩٧م)، دليل معلم التربية الرياضية للصف الأول الإعدادى.
- ٢٦- وزارة التربية والتعليم : النشرة التوجيهية العامة للتربية الرياضية، ٢٠٠٦/٢٠٠٧.

كلية التربية الرياضية ببورسعيد - جامعة قناة السويس

٢٧- ياسر عبد العظيم سالم : (١٩٩٨م)، تأثير استخدام أسلوب الواجبات الحركية على تعلم بعض مهارات كرة القدم الأساسية لتلاميذ المرحلة الإعدادية، بحث منشور بمجلة بحوث التربية الرياضية، المجلد ٢١، العدد ٤٤، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.

ثانياً : المراجع الأجنبية :

- 28- Devries Herbet A. : (1995), Physiology of exercise of physical education and athletics. Brown Publishers, Dubuque Iowa, Fourth edition.
- 29- Frank W. Dick : (1992), Sports training principles, Second edition, AC Blok, London.
- 30- Matveye, L. : (1982), Fundamentals of sports training progress, Publishers, Moscow.
- 31- Moore, R.E. : (1995), Effect of the use of two different teaching styles at motor skill acquisition at fifth grade students (volleyball), East Texas State University.
- 32- Mosston M. and Asthworth S. : (1994), Teaching physical education, 4th ed., Merrill Publishing Co., Columbus, Ohio, U.S.A.

كلية التربية الرياضية ب بورسعيد - جامعة قناة السويس

- 33- Osthozen M.J. and Greesl, J. : (1992), The effect of the command, reciprocal and inclusion teaching style on the realization of objective in physical education for high school boys S.H., Journal of Recreation, Urusedburg.
- 34- Rink, J. : (1998), Teaching physical education for learning, 3rd ed., McGraw Hill, Boston, U.S.A.
- 35- Sedentop, D. : (1991), Developing teaching skills in physical education, 3rd ed., Mayfield Publishers, Palo Alto CA, U.S.A.
- 36- Singer R, Dick : (1982), The learning at motor skill, MacMillan Publishing Co., Inc., New York, U.S.A.