

برنامج تعليمي باستخدام الأداءات الحركية المدمجة لتحسين مستوى أداء المهارات الأساسية في التنس لطالبات كلية التربية الرياضية

مها ابراهيم احمد عثمان
أستاذ مساعد بقسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية
كلية التربية الرياضية للبنات
جامعة الاسكندرية

مشكلة البحث وأهميته :

أصبح البحث العلمي أساساً للوصول الي المستويات الرياضية العالية وذلك بهدف رفع مستوى الفرد في جميع الجوانب البدنية والمهارية وال نفسية حيث أصبح تقدم الدول يقاس بما حققته من إنجازات رياضية، وهذا يعكس أهمية الاتجاه الي إستخدام الأساليب الحديثة في العملية التعليمية، حيث ظهرت محاولات جادة لإصلاح وتحسين العملية التعليمية من خلال تعديل وتحديث وتطوير المناهج لمواكبة تحديات العصر.

وتتفق كل من **بدور مطاوع، وسهير بدر (٢٠٠٦)** علي أن التربية الرياضية جزء لا يتجزء من النظام العام للتعليم فهي تكمل الخبرات الأخرى للبرامج التعليمية والتربوية في المراحل التعليمية المختلفة، وتبدو قيمتها واضحة بما تساهم به في تحقيق الأهداف العامة للتربية حيث تساعد علي النمو المتكامل للمتعلم من جميع جوانبه سواء كانت (جسمية – عقلية – معرفية – حسية – حركية – إنفعالية – إجتماعية) بطريقة مثلي بصفته عضواً في المجتمع، ويمكن تعريف التربية الرياضية بأنها تربية عامة عن طريق إستغلال ميل الأفراد للحركة والنشاط، كما أنها عملية تعديل سلوك الفرد وتشكيله بما يتناسب مع متطلبات وأهداف المجتمع الذي يعيش فيه وذلك عن طريق الأنشطة الرياضية المختلفة (٥ – ١٣ : ١٧) و**بضيف كل من كمال عبد الحميد، محمد صبحي (١٩٨٠)** أن كل نشاط رياضي يتميز عن الأخر في مهاراته الحركية من حيث طبيعة المهارات ونوعها وعددها بالإضافة إلي الاختلاف الواضح في القانون وطرق التحكيم وعدد أفراد الفريق وخطط وطرق اللعب (١١ : ١٥٩).

و**بضيف محمد أحمد (٢٠٠٦)** أن المهارات الحركية لأي نشاط رياضي هي جوهر أداءه، ويعتمد هذا الأداء بشكل أساسي علي كفاءة الفرد وإعداده بدنيا والتي يبني عليها إعداده خططيا وفكريا ونفسيا (١٢ – ٣١).

وحيث أن مادة التنس من المواد الدراسية الأكاديمية التي تدرس بكليات التربية الرياضية والتي تسهم بقدر كبير في تحقيق أهداف هذه الكليات، وحيث أنها تشتمل علي العديد من المهارات منها المهارات الأساسية، بالإضافة إلي أنه أثناء اللعب يجب أن تكون الطالبة قادرة علي أداء مهارات مختلفة في الوقت المتاح للعب ، ويعتمد هذا علي نجاح الطالبة و مدى إتقانها للمهارة وكذلك التحرك للكرة بثبات وتوازن واتخاذ وضع جيد لضرب الكرة، وكذلك مسك المضرب مسكة صحيحة، بالإضافة إلي اختيار الضربة المناسبة أثناء اللعب .

وقد أشار كل من **محمد كشك، امر الله البساطي (٢٠٠٠)** إلي أن الاتجاه الحديث في تعليم وتدريب المهارات يؤكد علي ضرورة دمج الأداءات المهارية لتكوين أداءات مركبة

والتدريب عليها بصورة كلية، مع مراعاة خصائص المرحلة السنوية، وعامل التدرج في صعوبة التدريبات، وبذلك يستقر الأداء وتزيد السرعة والدقة عند مواجهة الزميلة (١٤ - ٧٧) ويرى **امرالله البساطي (١٩٩٤)** أن الأداء الحركي المركب بصفة عامة يمثل شكل من بناء يتكون من عدة أداءات حركية مترابطة يؤثر كل منها في الآخر تأثيراً متبادلاً لتحقيق فعل حركي محدد، وعادة ما تنشأ هذه الأداءات المهارية المركبة من الارتباط بين أجزاء ومراحل الحركة وعلاقتها فيما بينها لتكوين ما يسمى بالأداء المهاري المركب، ويمثل كل أداء مهاري في الجملة أداء مهاري مستقلاً يتكون مع ثلاث مراحل (تمهيدية، أساسية، نهائية) في حالة أدائه مستقلاً، وقد يتألف الأداء المهاري المركب من عدة أداءات وحيدة أو من عدة أداءات متكررة، وهذا يتطلب تسلسل الأداءات المهارية ودمج المرحلة النهائية مع المرحلة التمهيدية للأداء الثاني لتكوين مرحلة بينية مندمجة لها مواصفات خاصة، ولا يمكن أن يتم هذا الربط بشكل جيد إلا إذا توقع المتعلم (اللاعب) مسبقاً الاداء المهاري الثاني .

(٣ - ٧٧)

وقد شبه **جمال علاء الدين (١٩٩٠)** الأداء المهاري المركب بالمنظومة المركبة وضرورة النظر لهذا الأداء كوحدة متكامل وظائف أجزاءها المختلفة حيث تترايط الأجزاء من خلال إرتباطات عديدة ومتبادلة والتي تكسبها خواص جديدة متضمنة اصلا في خواص اجزائها(٦:٦)

كما اتفق كل من **جمال علاء الدين (١٩٨٤)** **محمد كشك، امرالله البساطي (١٩٨٦)** على أن الأنشطة ذات المواقف المتغيرة تتطلب من المتعلم (اللاعب) تنفيذ الأداءات المهارية بسرعة وتوافق وأنه يجب تحسين الأداءات المهارية الحركية لديه بتواليات حركية مختلفة (٧ : ١٤)، (١٥:٢٩) وقد أجري العديد من الباحثين عددا من البحوث العلمية للتعرف على فعالية تدريس الأداءات المهارية المركبة بدلاً من تدريس المهارات بطريقة فردية ومنفصلة، وذلك لتحسين وتطوير الأداءات المهارية المركبة بشكل جديد ومتطور يبتعد عن تجزئة المهارات ويقتصد في الوقت والجهد، وقد اجريت بعض الدراسات التي تناولت الاداءات الحركية المركبة في بعض الانشطة الرياضية المختلفة بهدف تحسين وتطوير المهارات كدراسة كل من مرعى حسين (٢٠٠٠)(١٧)، زينب أبو بكر (٢٠٠٢)(٩)، آساي وآخرون asai and others (٢٠٠٣) (٢١)، أحمد الشافعي (٢٠٠٤)(١)، دعاء الدرديري وآخرون (٢٠٠٨) (٨)، نسرين هطل (٢٠١١)(٢٠).

وقد أسفرت نتائج معظم الدراسات السابقة عن أهمية استخدام الأداءات المركبة (المدمجة) في تحسين وتنمية المهارات خاصة في الرياضات الجماعية وقد أوصت تلك الدراسات بضرورة دمج الأداءات المهارية والتدريب عليها والتدريس بها في كليات التربية الرياضية حيث يؤكد الاتجاه الحديث في مجال تعليم وتدريب المهارات على ضرورة دمج المهارات وأدائها بصورة مركبة تشبه مواقف اللعب المتنوعة بدلاً من أدائها بصورة منفردة .

وقد لاحظت الباحثة أن هذه الدراسات طبقت جميعها على الرياضات الجماعية في حين لم تتطرق أي دراسة في حدود علم الباحثة إلي رياضة التنس علي الرغم من أنها تدرس في كليات التربية الرياضية، بالإضافة إلى ملاحظة الباحثة من خلال تدريسها لمنهج التنس

للفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية (شعبة تعليم) أن الطالبات يؤدين المهارات منفردة بصورة جيدة ومقبولة بينما عند دمج وربط المهارات مع بعضها في صورة مسابقات في نهاية الدرس يكون الأداء ضعيف، وهذا ما دعى إلي التفكير في بحث تجريبي يتم من خلاله تحسين وتطوير الأداءات الحركية للمهارات الأساسية في التنس بشكل جديد ومتطور يبتعد عن تجزئة المهارات ويقتصد في الوقت والجهد، ويحقق أهداف المنهج وموضوعه "برنامج تعليمي باستخدام الأداءات الحركية المدمجة لتحسين مستوى الأداء للمهارات الأساسية في التنس لطالبات كلية التربية الرياضية".

أهداف البحث :

يهدف البحث الي :

1. تحديد الأداءات الحركية المدمجة للمهارات الأساسية في التنس وتمثل في (مهارة الارسال، مهارة الضربة الأمامية، مهارة الضربة الخلفية) .
2. وضع مجموعة من الأداءات الحركية المدمجة للمهارات الأساسية في التنس (مهارة الارسال، مهارة الضربة الأمامية، مهارة الضربة الخلفية) .
3. قياس فاعلية الأداءات الحركية المدمجة علي تحسين الاداء المهاري للمهارات الأساسية (قيد البحث).

فروض البحث :

من خلال الدراسات السابقة تم التوصل الي الفروض التالية :

- 1- توجد فروق دالة احصائيا بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء المهاري للمهارات الأساسية في التنس (المهارات قيد البحث) لصالح القياس البعدي
- 2- توجد فروق دالة احصائيا بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهاري للمهارات الأساسية في التنس (المهارات قيد البحث) لصالح القياس البعدي
- 3- توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى الأداء المهاري للمهارات الأساسية في التنس (المهارات قيد البحث) لصالح المجموعة التجريبية .
- 4- توجد فروق دالة احصائيا بين المجموعتين التجريبية والضابطة في نسبة تحسن المهارات الأساسية في التنس (المهارات قيد البحث) لصالح المجموعة التجريبية .

مصطلحات البحث :

الأداءات المهارية المدمجة في التنس : هي دمج نهاية كل مهارة مع بداية المهارة التالية في سلسلة حركية واحدة تتسم بالترابط والتوافق والأنسيابية بغرض تحسين الأداء المهاري (تعريف إجرائي) .

المهارات الأساسية في التنس : هي أحد أجزاء منهج التنس في كليات التربية الرياضية التي تتعلمها الطالبة أولاً، وتنقسم إلى ثلاث مهارات (مهارة الارسال، مهارة الضربة الأمامية، مهارة الضربة الخلفية) (٢: ٢٨)

إجراءات البحث :

١- منهج البحث :

تم استخدام المنهج الوصفي المسحي لتحديد الأداءات المهارية المدمجة، والمنهج التجريبي باستخدام مجموعتين احدهما تجريبية والأخرى ضابطة لمناسبتهم لهذه الدراسة .

٢- مجالات البحث :

▪ أولاً : المجال البشري :

▪ مجتمع البحث :

طالبات الفرقة الرابعة (شعبة تعليم) بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الإسكندرية للعام الجامعي (٢٠١٢/ ٢٠١٣) (الفصل الدراسي الثاني) وعددهم (٨٤) طالبة تم اختيارهن بطريقة عمدية حيث تكون الطالبة قد أتمت دراستها لجميع المهارات الأساسية في التنس .

أ – عينة الدراسة الأساسية : اختيرت بطريقة عشوائية وعددها (٥٠ طالبة) مقسمة إلى مجموعتين تجريبية وضابطة عدد كل منها (٢٥ طالبة) .

ب – عينة الدراسة الاستطلاعية : اختيرت بطريقة عشوائية وعددها (٣٠ طالبة) من خارج عينة الدراسة الأساسية وممثلة لعينة البحث .

ج – طالبات مستبعدات : عددهن (٤) طالبات مستبعدات للإصابة .

ثانياً : المجال الزمني :

- تم تنفيذ الدراسات الاستطلاعية في الفترة من (١٢/١٧ الي ١٢/٣٠/٢٠١٢) .
- تم تنفيذ الدراسة الأساسية في الفترة من (١٠ / ٢ الي ٣٠ / ٤ / ٢٠١٣) لمدة ١٢ اسبوع.

١ . القياس القبلي (١٠ – ٢/١١ / ٢٠١٣) .

٢ . تطبيق التجربة الأساسية من (١٢ / ٢ وحتى ٢٧ / ٤ / ٢٠١٣) .

٣ . القياس البعدي (٢٨-٢٩ / ٤ / ٢٠١٣) .

ثالثاً : المجال المكاني :

- ملعب التنس بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الاسكندرية .

٣- أدوات جمع البيانات :

أستمارة تحديد الأداءات الحركية المدمجة للمهارات الأساسية في التنس :

اعتمدت الباحثة في هذه الدراسة على تحسين وتطوير المهارات التي سبق تعلمها في الفرقة الثانية وتمثل في (مهارة الأرسال، مهارة الضربة الأمامية، مهارة الضربة الخلفية) ولتحديد الأداءات الحركية المدمجة استندت الباحثة على المراجع العلمية الخاصة برياضة التنس (٢، ٤، ٢١، ٢٢، ٢٣) وعمل مسح لبعض الدراسات السابقة كدراسة مرعى حسين (٢٠٠٠)(١٧)، وزينب بكر (٢٠٠٢)(٩)، وأحمد الشافعي (٢٠٠٤) (١)، ودعاء الدريدي (٢٠٠٨)(٨)، نسر ن هطل (٢٠١١) (٢٠) وذلك لوضع الأداءات الحركية المدمجة للمهارات الأساسية في التنس والملائمة لعينة البحث، ثم قامت الباحثة بتصميم استمارة لأستطلاع رأي السادة الخبراء في مجال المناهج وطرق التدريس والتنس وعددهم (١٠) خبراء مرفق (١) لتحديد أهم الأداءات الحركية المدمجة للمهارات الأساسية في التنس لعينة البحث، وقد أسفرت نتائج استطلاع آراء الخبراء على صلاحية جميع الأداءات الحركية المدمجة بنسب تراوحت ما بين (٨٠% : ١٠٠%) ويوضح ذلك جدول (١)

جدول (١)

أهم الأداءات الحركية المدمجة للمهارات الأساسية في التنس وفقاً لرأي الخبراء

م	الأداءات الحركية المدمجة	مناسب		غير مناسب	
		عدد	%	عدد	%
١.	الارسال والضربه الاماميه في خط مستقيم في منتصف الملعب متقاطعه	١٠	١٠٠%	-	-
٢.	الارسال والضربه الخلفيه في خط مستقيم في منتصف الملعب متقاطعه	٨	٨٠%	٢	٢٠%
٣.	الضربه الاماميه والضربه الخلفيه في خط مستقيم في منتصف الملعب متقاطعه	٩	٩٠%	١	١٠%
٤.	الضربات الاساسيه (الارسال - الضربه الاماميه - الضربه الخلفيه)	١٠	١٠٠%	-	-

ب. استمارة الاداءات الحركية المدمجة للمهارات الاساسية في التنس :

بالرجوع للمراجع العلمية (٣)، (٤) والدراسات السابقة (١٨)، (١٩) وشبكة المعلومات (٢٤)، (٢٥)، (٢٦) ومن خلال متابعة بعض مباريات التنس تم تحديد أهم الأداءات الحركية المدمجة على شكل استمارة تحتوي على (٣٦) تدريب للمهارات قيد البحث، وبناء على استطلاع رأي السادة الخبراء مرفق (٢) تم تعديل بعض هذه التدريبات وذلك بتوضيح رد كرة الزميلة بخط متقطع، ورسم مربعات على الملعب لتوجه الطالبة التي تنفذ التدريب الكرة فيها وبذلك تكون التدريبات أكثر وضوحاً للطالبات، وتم استبعاد بعضها وعددها (١١) تدريب وذلك لصعوبة تنفيذها على الطالبات وبذلك أصبحت استمارة الأداءات الحركية المدمجة في صورتها النهائية (٢٥) تدريب، وتم توزيع التدريبات على وحدات البرنامج التعليمي المقترح وتحديد عدد

التدريبات في كل وحدة من (٢ : ٣) تدريب وتم عرض الاستمارة للمرة الثانية على الخبراء وقد وافقوا بالاجماع على الصورة النهائية مرفق (٢) .

ج. استمارة القدرات البدنية واختباراتها :

تم إجراء مسح مرجعي للمراجع العلمية العربية والأجنبية (٣)، (٤)، (٢٠)، (٢١) وبعض الدراسات السابقة (١٨)، (١٩) لتحديد القدرات البدنية الأكثر ارتباطًا بمهارات التنس قيد البحث والاختبارات التي تقيسها مرفق (٣) والتي يوضحها جدول (٢)

جدول (٢)
القدرات البدنية المرتبطة بمهارات التنس

م	القدرة	الاختبار	وحدة القياس	المراجع العلمية
١	القوة المميزة بالسرعة للذراعين	دفع كرة طبية (٣ كجم) بالذراع الضاربة	متر	١
٢	سرعة الاستجابة	أختبار المسطرة لقياس السرعة الحركية للذراعين	سم	٣٣
٣	قوة الرجلين	الوثب العمودي من الثبات	سم	٣٣
٤	الدقة	التصويب باليد علي الدوائر المتداخلة	درجة	٣٣، ١
٥	سرعة العدو	أختبار عدو ١٨ م	ثانية	٣٣، ١
٦	مرونة العمود الفقري	أختبار ثني الجذع خلفا	سم	٣٣، ١
٧	الرشاقة	أختبار ٩ - ٣ - ٦ - ٣ - ٩	ثانية	٣٣، ١

٤. المعاملات العلمية لأختبارات القدرات البدنية (قيد البحث)

صدق اختبارات القدرات البدنية :

تم حساب صدق اختبارات القدرات البدنية عن طريق تطبيقها على عينة مماثلة لعينة الدراسة قوامها (٣٠) طالبة، وتم تطبيق طريقة المقارنة الطرفية بين الاربع الاعلى والادنى لإيجاد قيمة (ت) كما يوضحها جدول (٣)

جدول (٣)

الدلالة الإحصائية لصدق اختبارات القدرات البدنية (ن = ٣٠)

م	القدره	الاختبارات	الارباع الاعلى		الارباع الادنى		قيمة (ت)
			س	ع±	س	ع±	
١.	القوة المميزة بالسرعة	دفع كرة طبية (٣ كجم) بالذراع الضاربة	٨,٠٩	٢,٧٠٢	٤,٩٠	٠,٩٢١	٢,٨٨

العدد	القيمة	القيمة	القيمة	القيمة	القيمة	القيمة	القيمة
٢	١٠,٥	٣,٠٣	٢,٦	٠,٧	٣,٠٨	أختبار المسطرة لقياس السرعة الحركية للذراعين	للذراعين سرعة الاستجابة
٣	٣٠,٥	٤,٠٨	١٩,٦	٢,١	٥,٩٧	الوثب العمودي من الثبات	قوة الرجلين
٤	١٦,٠٠	١,٧٧	٧,٠٠	٠,٨	٣,٥٧	التصويب باليد علي الدوائر المتداخلة	الدقة
٥	١٤,٦	١,٠٩	١١,٠	١,٠	٣,٩١	أختبار عدو ١٨ م	سرعة العدو
٦	٢٣,٧	٣,١٨	١٨,٩	٢,١	٤,٣٢	أختبار ثني الجذع خلفا	مرونة العمود الفقري
٧	١٨,٧	٢,٦٨	١٦,١	١,٧	٤,٩١	أختبار ٩ - ٣ - ٦ - ٣ - ٩	الرشاقة

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = ٢,٠٤ ، عند مستوى دلالة (٠,٠١) = ٢,٧٥

وبملاحظة جدول (٣)، وبمقارنة المتوسط الحسابي للارباع الاعلى والادنى يتضح أن قيمة (ت) تراوحت ما بين (٢,٨٨، ٥,٩٧) وجميعها دال احصائيا عند مستوى (٠,٠٥)، ومن ثم فإن الاختبارات تميز بين أداء المستوى العالى والمنخفض .

ثبات اختبارات القدرات البدنيه :

لإيجاد معامل الثبات قامت الباحثة بتطبيق الاختبارات على نفس العينة واعادة التطبيق بعد ساعة من تطبيق الاختبارات حتى لا تتداخل عوامل أخرى، وايجاد معامل الارتباط بين التطبيق الاول والثاني كما يوضحها جدول (٤) .

جدول (٤)

الدلالة الإحصائية لثبات اختبارات القدرات البدنية (ن = ٣٠)

م	القدره	الاختبارات	القياس الاول		القياس الثاني		قيمة (ر)	معامل الثبات
			ع±	س	ع±	س		
٨	القوة المميزة بالسرعة للذراعين	دفع كرة طبية (٣كجم) بالذراع الضارية	٢,٩٥	١٤,٦٦	٣,٢٣	١٤,٩٠	٠,٨٨٩	٨,٢١
٩	سرعة الاستجابة	أختبار المسطرة لقياس السرعة الحركية للذراعين	٥,١٦	٣٠,٠٢	٦,٠١	٣١,٢٤	٠,٩٠١	٨,٧٢
١٠	قوة الرجلين	الوثب العمودي من الثبات	٦,٧١	٣٢,٢٠	٧,٦٩	٣٤,٣٠	٠,٨٨٦	٨,٧٤
١١	الدقة	التصويب باليد علي الدوائر المتداخلة	٠,٩٤	٦,١٨	٠,٨١	٦,٢٦	٠,٩٦٢	٩,٠٥
١٢	سرعة العدو	أختبار عدو ١٨ م	١,٧٨	٨,٤٠	١,٥٨	٨,٦٠	٠,٩٣٦	٨,٨٤
١٣	مرونة العمود الفقري	أختبار ثني الجذع خلفا	٤,٩٨	٣٣,٩٠	٥,٣٦	٢٣,١٠	٠,٩٧٠	٩,١٦
١٤	الرشاقة	أختبار ٩ - ٣ - ٦ - ٣ - ٩	١,٤١	٣٠,٠١	١,٦٥	٢٩,٣٦	٠,٩٦٢	٩,٠٥

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = ٠,٣٤٩ ، عند مستوى دلالة (٠,٠١) = ٠,٤٤٩

وبملاحظة جدول (٤) يتضح أن قيم معامل الارتباط تراوحت ما بين (٠,٨٨٦، ٠,٩٧٠) وجميعها دال عند مستوى (٠,٠١)، كما تراوحت قيم معامل الثبات لاختبارات القدرات البدنيه ما بين (٨,٢١، ٩,١٦) وجميعها معاملات ثبات عالية تؤكد الثقة في النتائج التي يمكن الحصول عليها عند تطبيق تلك الاختبارات على عينة الدراسة الأساسية.

وحيث أن هذه الاختبارات حققت معاملات صدق وثبات عالية فهي صالحة لقياس ما وضعت من أجله ويمكن تطبيقها علي عينة الدراسة الأساسية.

ج- استمارات تقييم الأداء المهاري :

بالرجوع إلى المراجع العلمية العربية والأجنبية الخاصة برياضة التنس (٤)، (٣)، (٢١)، (٢٢)، (٢٣) والدراسات السابقة (١٨)، (١٩) تم الوصول إلى استمارات تقييم الأداء المهاري للمهارات الأساسية (مهارة الارسال، مهارة الضربة الأمامية، مهارة الضربة الخلفية) أمكن استخلاص عدد من الخصائص الحركية المتتالية لكل مهارة موزعة على ثلاث مراحل حركية، وقسمت كل مرحلة إلى عدد من الخصائص الحركية بالإضافة إلى وضع الاستعداد، وتم توزيع الدرجات على كل مرحلة بحيث أصبحت النهاية العظمى لكل استمارة (١٠) درجات والنهاية الصغرى (صفر) مرفق (٤) .

ولكى يتم التأكد من صلاحية استخدام تلك الاستمارات قامت الباحثة بإيجاد المعالجات الاحصائية الخاصة بها كالتالى :

١. صدق استمارات تقييم الأداء المهاري للمهارات الأساسية تم حساب صدق التكوين الفرضي للاستمارات عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجات الاستمارات الثلاث ببعضها البعض وبينها وبين الدرجة الكلية ويوضحه جدول (٥) .

جدول (٥)

معاملات الارتباط البينية ومعامل الارتباط بين الاختبارات والدرجة الكلية

الدرجة	الضربة الخلفية	الضربة الامامية	الارسال	الاختبار
١٠	-	-	-	الارسال
١٠	٠,٨٠٣	-	٠,٩٠٥	الضربة الامامية
١٠	-	٠,٨٢١	٠,٨٠٦	الضربة الخلفية
٣٠	٠,٨٧٤	٠,٨١٩	٠,٩٠٦	الدرجة الكلية

٢. ثبات استمارات تقييم الأداء المهاري :

تم حساب ثبات الاستمارات عن طريق تطبيق الاستمارات على العينة الاستطلاعية ثم إعادة التطبيق بفترة زمنية يومان وايجاد معامل الارتباط بين التطبيق الاول والثاني والذي يوضحه جدول (٦).

جدول (٦)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني ومعامل الثبات لاستمارات تقييم الأداء المهاري للمهارات الأساسية فى التنس (ن = ٣٠)

٢. موضوعية الاستثمارات :

تم تطبيق الاستثمارات الخاصة بتقييم الأداء المهاري للمهارات الأساسية في التنس على عينة الدراسة الأستطلاعية بواسطة محكمتان متخصصان في رياضة التنس، حيث طبقت الباحثة طريقة الارتباط البسيط بين درجات المحكمتان، وتم حساب معامل الارتباط كما يوضحه جدول (٧) .

جدول (٧)

الدلالة الاحصائية لموضوعية استثمارات تقييم الأداء المهاري للمهارات الأساسية في التنس

الاستثمارات	معامل الارتباط	درجة الثقة
تقييم الأداء المهاري للإرسال المستقيم	٠,٥٣٣	%٩٩
تقييم الأداء المهاري للضربة الأمامية	٠,٦٧٤	%٩٩
تقييم الأداء المهاري للضربة الخلفية	٠,٤٩٨	%٩٩

يتضح من جدول (٧) أن معامل الارتباط بين درجات المحكمتان تتراوح ما بين (٠,٤٩٨، ٠,٦٧٤) وهو ارتباط عالي موجب عند درجة ثقة (٩٩%) مما يثبت موضوعية استثمارات تقييم الأداء المهاري للمهارات الأساسية في التنس (قيد البحث) .

■ رابعاً : تجانس عينة البحث :

تم إجراء التجانس بين المجموعتين التجريبيية والضابطة في المتغيرات المؤثرة في الدراسة (السن والوزن والطول) القدرات البدنية الأكثر ارتباطاً بمهارات التنس الأساسية (قيد البحث) ويوضحه جدول رقم (٨)

جدول (٨)
التجانس بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في المتغيرات (قيد البحث)

قيمة (ت) الفروق	الفروق بين المتوسطات	المجموعة الضابطة				المجموعة التجريبية				المعالجات الأحصائية المتغيرات
		معامل التقلطح	معامل الالتواء	ع±	س	معامل التقلطح	معامل الالتواء	ع±	س	
٠,٤١٥	٠,٠٤٨	١,٥٥٤	٠,٢٦٣-	٠,٣٩	١٩,٦٢٤	٠,٩٠٣	٠,٧٤٥	٠,٤٤٣	١٩,٦٧٢	السن (سنة)
٠,٧٨	١,٨٤	٠,٦٨١-	٠,٢٩٤	٧,٧٨	٥٧,٠٤	١,٣١٢	١,١٢٥	٧,٤٣٤	٥٨,٨٨٠	الوزن (كجم)
٠,٠٢٨-	٠,٠٤-	٠,٥٩-	٠,٣١٢	٤,٩٣١	١٦١,٦٤	- ١,٢٦٧	٠,٤٢٧	٥,١٦٣	١٦١,٦٠	الطول (سم)
٠,٤١٠-	٠,٤٨	٠,٥٤٨-	٠,٦٣٧	٤,١٨	١٧,١٦	٠,٣٤١	٠,٩٣٣	٣,٨٨٠	١٦,٦٨	الارسال
٠,١٩٦-	٠,٢-	٠,٩٨١	٠,٩٥-	٣,٤٦٧	٢٥,١٢	١,٢٩	- ٠,٩٩٣	٣,٣٢٨	٢٤,٩٢	الضربة الامامية
١,٢٨١-	٠,٤٨-	٠,٦٣١-	٠,٠٤٢-	١,٥٠٣	١٧,٥٢	٠,٠٠٤	٠,٦١٨	١,٣٩٨	١٧,٠٤	الضربة الخلفية
٠,٩٥٣-	٠,٢٧٨-	٠,٩٢٤	٠,٧٦-	١,١١٨	٩,١	- ١,٠٧٤	٠,٠٢٢	٠,٨٥٦	٨,٨٣٢	القوة المميزة بالسرعة للذراعين
٠,٥٧٥-	٠,٤-	٠,٦٩١-	٠,٤٥٨-	٢,٦٠	١٣,٥٢	- ٠,٨٧٠	- ٠,٤٢١	٢,٦٨٢	١٣,١٢	سرعة الاستجابة
٠,٦٨٤	٠,٣٢	٠,٨١٤	٠,٦٢٧-	٢,٠٧٦	٢٣,٦٨	- ٠,٨٤٦	٠,٢٩٦	١,٢٢٤	٢٤,١	قوة الرجلين
٠,١١٠	٠,٠٨	٠,٨٢٦-	٠,٦٠٣-	٢,٢١٥	٨,٦٤	- ٠,٤٧٢	- ٠,٥٣٥	٢,١٣١	٨,٧٢٠	الدقة
٠,٤٦٤-	٠,٧٦-	٠,٥٧٨-	٠,٤٨	٠,٤٧٣	٠,٠٤٨	٠,١٣٩	٠,٩٧٢	٠,٥٣٤	٣,٩٧٢	سرعة العدو
٠,٦٤١	١,٦٨	٠,٨٨٤-	٠,١٨٧	٩,٤٨٧	٦٥,٤٤	- ٠,٩١٩	٠,٠٨-	٩,٤٩٧	٦٧,١٢	مرونة العמוד الفقرى
١,٨٠٤	٠,٥٦٧	٠,٢٣١	٠,٧٠١	١,١١٩	١٠,٠٣٦	٠,٧٨٨	٠,١٦٣	١,٠٨٥	١٠,٦٠٩	الرشاقة

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = ٢,٠٤

يتضح من جدول (٨) أن قيمة (ت) المحسوبة أقل من القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) في جميع المتغيرات قيد البحث مما يؤكد عدم وجود فروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة لجميع المتغيرات (قيد البحث).

■ خامساً : الدراسات الاستطلاعية :

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية علي (٣٠) طالبة من طالبات الفرقة الرابعة شعبة تعليم في الفترة من (١٧ /٣٠ /١٢ /٢٠١٢)

المرحلة الاولى تمت في الفترة من ١٧ : ٢٤ /١٢ /٢٠١٢ بهدف :

- ١- تحديد الأداءات الحركية المركبة للمهارات قيد البحث.
- ٢- تدريب المساعدات علي طريقة أداء الأداءات الحركية المدمجة لمساعدة الطالبات.
- ٣- التأكد من تجهيز الملعب والأدوات المستخدمة للقياس وصلاحيتها.

النتائج :

- ١- تم تحديد الأداءات الحركية المركبة للمهارات قيد البحث.
- ٢- تم تدريب المساعدات علي الأداءات المدمجة لمساعدة الطالبات.
- ٣- تم التأكد من تجهيز الملعب والأدوات.

المرحلة الثانية

تمت في الفترة من (٢٥ - ٢٠١٢/٩/٣٠) بهدف تخطيط وحدات البرنامج المقترح للأداءات المهارية المدمجة وتوزيع التدريبات علي وحدات البرنامج المقترح.

أثبتت نتائج الدراسة أن توزيع التدريبات مناسب لقدرات الطالبات وتساعد في تحسين الأداء المهاري للمهارات (قيد البحث)، وجدول (٩) يوضح خطة توزيع الأداءات الحركية المدمجة علي محاضرات الفرقة الرابعة.

جدول (٩)

خطة توزيع الأداءات الحركية المدمجة علي محاضرات الفرقة الرابعة

الأسابيع	الإحصاء (٥ ق)	الإعداد البدني الخاص (١٠ ق)	النشاط التعليمي (٢٥ ق)	النشاط التطبيقي (٤٠ ق)	ختم وتهدئة (٥ ق)
الأول				٣ ،٢ ،١	
الثاني				٦ ،٥ ،٤	
الثالث				٩ ،٨ ،٧	
الرابع	تهيئة عضلات الجسم للعمل من خلال الإحماء الحر أو إحماء الموانع أو الإحماء المتنوع	بعض التدريبات لتنمية عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالمهارات الأساسية في التنس باستخدام الأدوات المساعدة في الإعداد البدني مرفق ()	مراجعة الأداء المهاري للمهارات الأساسية في التنس	١٢ ،١١ ،١٠	
الخامس				١٤ ،١٣	تهيئة الطالبات باستخدام بعض الحركات الخفيفة وجمع الأدوات والأنصاف للمحاضرة التالية
السادس				١٦ ،١٥	
السابع				١٨ ،١٧	
العاشر				٢١ ،٢٠ ،١٩	
الحادي عشر				٢٣ ،٢٢	
الثاني عشر				٢٥ ،٢٤	

سادسا : بناء البرنامج :

الهدف من البرنامج :

- تحسين وإتقان المهارات الأساسية فى التنس (الارسال – الضربة الأمامية الأرضية – الضربة الخلفية الأرضية) باستخدام الأداءات الحركية المدمجة .
- أسس اختيار الاداءات الحركية المدمجة فى البرنامج :
- اختيار تدريبات متنوعة ومرتجة من السهل الى الصعب.
- اختيار تدريبات تتناسب مع مستوى الطالبات.
- إمكانية تسهيل أو صعوبة بعض التدريبات لضمان أستمراية الأداء.
- أن تحقق الأداءات المهارية الهدف من جزء النشاط التطبيقي بالمحاضرة.
- التكرار والتثبيت حتى تستطيع الطالبة ربط المهارات ببعضها البعض بسهولة.
- الترتيب المنطقي للمهارات وفقاً لهدف المحاضرة.

نموذج لوحة تعليمية للمجموعة التجريبية :

- 1- مهام إدارية (٥ ق) : أخذ الغياب – تعريف الطالبات بأهداف المحاضرة ومحتواها.
- 2- إعداد بدني عام (إحماء) (١٠ ق) : تهيئة الجسم للعمل ويتضمن الإحماء الحر وإحماء الموانع والإحماء المتنوع .
- 3- الإعداد البدني الخاص (١٠ ق) : تطبيق تدريبات الإعداد البدني الخاص باستخدام الأقماع والأطواق والكورالطبية مرفق (٥) .
- 4- النشاط التعليمي (٢٥ ق) : في هذا الجزء تقوم المعلمة بمراجعة شرح مهارات التنس الأساسية .
- 5- نشاط تطبيقي (٣٥ ق) : تطبيق مجموعة من تدريبات الأداءات الحركية المدمجة وفقاً لهدف كل محاضرة .
- 6- ختام الدرس والتهدئة (٥ ق) : تحركات خفيفة وجمع الأدوات ووضعها في المكان المخصص لها .

نموذج لوحة تعليمية للمجموعة الضابطة :

- 1- مهام إدارية (٥ ق) : أخذ الغياب – تعريف الطالبات بأهداف المحاضرة ومحتواها.
- 2- إعداد بدني عام (إحماء) (١٠ ق) : تهيئة الجسم للعمل ويتضمن الإحماء الحر وإحماء الموانع والإحماء المتنوع.
- 3- الإعداد البدني الخاص (١٠ ق) : تطبيق تدريبات الإعداد البدني الخاص باستخدام الأقماع والأطواق والكورالطبية.
- 4- النشاط التعليمي (٢٥ ق) : في هذا الجزء تقوم المعلمة بمراجعة شرح مهارات التنس الأساسية .
- 5- نشاط تطبيقي (٣٥ ق) : تطبيق مجموعة من التدريبات الفردية والزوجية وفقاً لهدف كل محاضرة.
- 6- ختام الدرس والتهدئة (٥ ق) : تحركات خفيفة وجمع الأدوات ووضعها في المكان المخصص لها.

سابعا : الدراسة الأساسية :

القياس القبلي :

تم إجراء القياس القبلي علي عينة الدراسة الأساسية في تقييم الأداء المهاري للمهارات الأساسية في التنس (مهارة الارسال، مهارة الضربة الأمامية، مهارة الضربة الخلفية) في الفترة من (١٠ - ١١ / ٢ / ٢٠١٣).

تطبيق البرنامج المقترح :

تم تطبيق البرنامج المقترح للأداءات الحركية المدمجة علي المجموعة التجريبية من طالبات الفرقة الرابعة شعبة تعليم في الفترة من (٢/١٢ - ٢٧ / ٤ / ٢٠١٣) بواقع محاضرة واحدة اسبوعيا وفقاً للتوزيع الزمني لخطة الدراسة بالكلية لمقرر التنس للفرقة الرابعة.

كما تم تطبيق البرنامج القليدي على المجموعة الضابطة من طالبات الفرقة الرابعة شعبة تعليم في الفترة من (٢/١٢ - ٤/٢٧) بواقع محاضرة واحدة إسبوعيا وفقاً للتوزيع الزمني لخطة الدراسة بالكلية لمقرر التنس للفرقة الرابعة، حيث تم ضبط المتغيرات التي قد تؤثر على البحث وهي :

- ١- تطبيق البحث على المجموعتين التجريبيه والضابطه من قبل الباحثة
- ٢- توحيد المساعدات على المجموعتين .
- ٣- توحيد اليوم الدراسي للمجموعتين والمحاضرة كذلك .

ثامناً : القياس البعدي :

تم إجراء القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في تقييم الأداء المهاري للمهارات الأساسية في التنس (مهارة الارسال، مهارة الضربة الأمامية، مهارة الضربة الخلفية) في الفترة (٢٨ ، ٢٩ / ٤ / ٢٠١٣) مع مراعاة نفس الشروط والظروف التي تم اتباعها في القياسات القبلي مرفق (٤) .

تاسعاً : المعالجات الإحصائية :

تحقيقاً لأهداف البحث والفروض تم استخدام المعالجات الإحصائية التالية :

- النسب المئوية
- الانحراف المعياري
- المتوسط الحسابي
- (ت) الفروق
- معامل الارتباط

عاشراً : عرض ومناقشة النتائج :

سوف يتم عرض ومناقشة النتائج من خلال فروض البحث :
وللتحقق من صحة الفرض الأول الذي ينص على "توجد فروق دالة احصائيا بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء المهاري للمهارات الأساسية في التنس (المهارات قيد البحث) لصالح القياس البعدي" قامت الباحثة بإيجاد الفروق بين متوسط القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء المهاري للمهارات الأساسية في التنس والذي يوضحه جدول (١٠)

جدول (١٠)
يوضح قيمة (ت) بين القياس القبلي والبعدي في تقييم الأداء المهاري
للمهارات الأساسية للمجموعة التجريبية
(ن = ٢٥)

قيمة (ت)	المجموعة التجريبية				المتغيرات	
	القياس البعدي		القياس القبلي			المعالجات الأحصائية
	ع±	س	ع±	س		
١٣,٤٢٩	٢,٥٩٠	٢٧,٧٢	١,٥١٠	١٦,٦٨	الإرسال المستقيم	
٨,٥٧	١,٧٣٨	٢٠,٧٦	٢,٠٧١	١٩,١٢	الضربة الأمامية المستقيمة	
١٥,٢٣	٢,٤١٥	١٩,٦٠	١,٦٢٣	١٧,٠٤	الضربة الخلفية المستقيمة	

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = ٢,٠٦ ، عند مستوى دلالة (٠,٠١) = ٢,٧٩

يتضح من جدول (١٠) أن قيمة (ت) دالة معنوياً عند مستوى (٠,٠٥) في المهارات الأساسية في التنس (المهارات قيد البحث) لصالح القياس البعدي، وترجع الباحثة ذلك التحسن لدى أفراد العينة الأساسية في القياس البعدي للأداءات الحركية المدمجة لتضمنها منظومة من التدريبات المدمجة المشابهة لمواقف اللعب، وكذلك التنوع والتدرج في التدريبات من السهل للصعب الأمر الذي أدى إلى تحسن الأداء المهاري للمهارات قيد البحث وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من أمرالله البساطي (١٩٩٤) (٣)، وزينب بكر (٢٠٠٢) (٩)، ودعاء الدرديري وآخرون (٢٠٠٨) (٨)، ونسرین هطل (٢٠١١) (٢٠) والتي أكدت على فعالية الأداءات في تحسين الأداء المهاري للمهارات المختلفة، وهذا يؤكد صحة الفرض الأول .

وللتحقق من صحة الفرض الثاني والذي ينص على "توجد فروق دالة احصائياً بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهاري للمهارات الأساسية في التنس (المهارات قيد البحث) لصالح القياس البعدي" قامت الباحثة بإيجاد الفروق بين متوسط القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهاري للمهارات الأساسية في التنس والذي يوضحه جدول (١١)

جدول (١١)
قيمة (ت) بين القياس القبلي والبعدى لتقييم الأداء المهارى
للمهارات الأساسية للمجموعة الضابطة
(ن = ٢٥)

قيمة (ت)	المجموعة الضابطة				المعالجات الاحصائية	المتغيرات
	القياس البعدى		القياس القبلى			
	ع±	س	ع±	س		
٩,٣٠	٣,٥٢٧	٢٥,٨٨	١,٧٢٣	١٧,١٦	الإرسال المستقيم	الاختبارات المهارية
٤,٩٦	٢,٦٨٥	١٩,٤٤	٢,١٤٢	١٩,٠٤	الضربة الأمامية المستقيمة	
١٠,٢٠	١,٦٧٩	١٨,٢٨	١,٩٣٧	١٧,٢٥	الضربة الخلفية المستقيمة	

يتضح من جدول (١١) أن قيمة (ت) دالة معنوياً عند مستوى (٠,٠٥) في المهارات الأساسية فى التنس (المهارات قيد البحث) لصالح القياس البعدى، وترجع الباحثة هذا التحسن إلى الطريقة المتبعة التى تقوم على الشرح اللفظى وأداء نموذج وتصحيح الأخطاء من قبل المعلمة، والتكرار والممارسة من جهة المتعلمة، وهذا بلا شك يوفر للطالبة فرصة جيدة لتحسن الأداء المهارى ويتفق هذا مع ما أشار إليه محمد علاوى (١٩٩٤) (١٦) فى أن التعلم الحركى هو التغير فى الأداء والسلوك الحركى كنتيجة للتدريب أو الممارسة وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من عبد العاطى عبد الفتاح (١٩٩٨) (١٠)، محمد أشرف (١٩٩٩) (١٣)، زينب أبوبكر (٢٠٠٢) (٩) وهذا يؤكد صحة الفرض الثانى .

وللتحقق من صحة الفرض الثالث والذى ينص على "توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة فى مستوى الاداء المهارى للمهارات الأساسية فى التنس (المهارات قيد البحث) لصالح المجموعة التجريبية" قامت الباحثة بإيجاد المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين القياس البعدى للمجموعتين التجريبية والضابطة فى تقييم الأداء المهارى للمهارات الأساسية فى التنس والذى يوضحه جدول (١٢)

جدول (١٢)
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) في القياس البعدي
لتقييم المهارات الأساسية لمجموعتي البحث (ن = ٥٠)

قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	القياس البعدي				المعالجات الأحصائية	
		المجموعة الضابطة (ن=٢٥)		المجموعة التجريبية (ن=٢٥)		المتغيرات	
		ع	س	ع	س		
٢,١٣٦	١,٣٩	٣,٥٢٧	٢٥,٨٨	٢,٥٩٠	٢٧,٧٢	الإرسال المستقيم	اختبارات المهارة
٢,٥٤٥	١,٣٢	٢,٦٨٥	١٩,٤٤	١,٧٣٨	٢٠,٧٦	الضربة الأمامية المستقيمة	
٢,٢٤٥	١,٣٢	١,٦٧٩	١٨,٢٨	٢,٤١٥	١٩,٦٠٠	الضربة الخلفية المستقيمة	

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = ٢,٠١ ، عند مستوى دلالة (٠,٠١) = ٢,٦٨

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق دالة أحصائياً بين القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في المهارات (قيد البحث) لصالح المجموعة التجريبية في الثلاث مهارات حيث تراوحت قيمة (ت) (٢,١٣٦) للإرسال، (٢,٥٤) للضربة الأمامية، (٢,٢٤٥) للضربة الخلفية وجميعها دال عند مستوى (٠,٠٥).

وترجع الباحثة الفروق في المهارات الأساسية في التنس إلي الأداءات الحركية المدمجة التي طبقت علي طالبات المجموعة التجريبية حيث أن هناك ارتباط بين تلك المهارات فإداء أي مهارة يؤثر علي أداء المهارة التي تليها ونتيجة للتكرار في أداء الأداءات تدرك الطالبة الطريقة الصحيحة لأداء المهارة لتحقيق الهدف منها. ويؤكد امرالله البساطي (١٩٩٤) أنه من الضروري أن يكون لدى الطالبة القدرة علي دمج المهارات وتأييدها في صورة مدمجة حتى يمكن تحسينها و تطويرها في وقت كافي (٣ : ٢ : ٣)

ويشير كل من جمال علاء الدين (١٩٩٠)، محمد كشك (١٩٨٦) إلي أن الأنشطة ذات المواقف المتغيرة تتطلب تنفيذ أداءات مهارية بسرعة و توافق، وأنه يجب تنمية هذه الأداءات بتواليات حركية مختلفة (٦ : ١٤) (١٥ : ٢٩) وتؤكد زينب أبو بكر (٢٠٠٢) (٩) علي ضرورة أن يكون لدي الطالبة القدرة علي دمج المهارات بصورة مركبة، حيث أن التركيب العام بينها يمثل البناء، ويتكون من عدة أشكال مترابطة يؤثر كل منها في الأخر تأثيراً متبادلاً لتحقيق فعل حركي محدد.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من عبد العاطي عبدالفتاح (١٩٩٨) (١٠)، محمد أشرف (١٩٩٩) (١٣)، زينب أبو بكر (٢٠٠٢) (٩) دعاء الدرديري وآخرون (٢٠٠٨) (٨)، نسرین هطل (٢٠١١) (١٨) وهذا يؤكد صحة الفرض الثالث.

وترى الباحثة أن رياضة التنس من الرياضات التي تتميز بتعدد المهارات الأساسية وأنه من المهم أن يرتبط اتقان المهارات بدمجها في قالب واحد يتميز بالتوافق والترابط والإنسيابية في شكل أداء حركى مركب.

وللتحقق من صحة الفرض الرابع الذي ينص علي أن "هناك فروق دالة احصائياً بين المجموعتين التجريبية والضابطة في نسبة تحسن المهارات الأساسية في التنس لصالح المجموعة التجريبية" ولحساب فاعلية الأداءات الحركية المدمجة تم إيجاد النسبة المئوية لتحسن القياسات البعدية عن القياسات القبليّة للمجموعتين التجريبية والضابطة لاستمارات تقييم الأداء المهارى للمهارات الاساسية فى التنس (المهارات قيد البحث) والتي يوضحها جدول (١٣).

جدول (١٣)
نسب التحسن بين القياس القبلي والبعدى لاختبارات تقييم الأداء للمهارات الأساسية في التنس للمجموعتين التجريبية والضابطة

المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية			المعالجات الاحصائية	
نسبة التحسن %	بعدي	قبلي	نسبة التحسن	بعدي	قبلي	المتغيرات
٦١,٥٣٨	٢٥,٨٨	١٧,١٦	٦٦,١٨٧	٢٧,٧٢	١٦,٦٨	الإرسال
٢,١٠١	١٩,٤٤	١٩,٠٤	٨,٥٧	٢٠,٧٦	١٩,١٢	الضربة الأمامية
٥,٩٧٦	١٨,٢٨١	١٧,٢٥	١٥,٠٢٣	١٩,٦٠	١٧,٠٤	الضربة الخلفية

يتضح من جدول (١٣) أن فاعلية البرنامج التعليمي المقترح باستخدام الأداءات المهارية الحركية من خلال نسب التحسن للمتغيرات قيد البحث يعتبر انعكاساً لخضوع المجموع التجريبية للأداءات الحركية المدمجة، كما يمكن ملاحظة تفاوت قيم نسب التحسن حيث حقق اختبار مهارة الإرسال أعلى نسبة تحسن والتي بلغت (٦٦,١٨٧%) للمجموع التجريبية، (٦١,٥٣٨%) للمجموع الضابطة، تليها في المرتبة الثانية مهارة الضربة الخلفية والتي حققت نسبه تحسن (١٥,٠٢٣%) للمجموع التجريبية و(٥,٩٧٦%) للمجموع الضابطة، وجاء في المرتبة الثالثة مهارة الضربة الامامية حيث حققت نسبة تحسن (٨,٥٧%) للمجموع التجريبية، (٢,١٠١%) للمجموع الضابطة، وبذلك تتحقق صحة الفرض الرابع.

الاستنتاجات :

- ١- في ضوء أهداف ومجتمع البحث وما تم التوصل إليه من نتائج تم استنتاج ما يلي :
- تطبيق الأداءات الحركية المدمجة للمهارات الأساسية في التنس (مهارة الارسال، الضربه الاماميه، الضربه الخلفيه) أدى إلي تحسين مستوى أداء طالبات الفرقة الرابعه في هذه المهارات.
- ٢- الدمج بين المهارات في شكل أداءات مدمجة عند التعلم أدى إلي تحقيق نسب تحسن أفضل عن التجزئة في المهارات عند تعلم المهارات الأساسية في التنس.

التوصيات :

- ١- تطبيق الأداءات الحركية المدمجة (قيد البحث) لتحسين مستوى الأداء للمهارات الأساسية في التنس لطالبات الفرقة الرابعة شعبة تعليم بكلية التربية الرياضية.
- ٢- الأهتمام بدمج المهارات والبعد عن التجزئة عند تعليم المهارات الأساسية والمتقدمة في التنس.
- ٣- عمل برنامج للأداءات الحركية المدمجة للمهارات المتقدمة في التنس.
- ٤- عمل برامج للأداءات الحركية المدمجة لمختلف الرياضات.

المراجع

أولاً : المراجع باللغة العربية :

١. أحمد أمين الشافعي (٢٠٠٤) : تنمية سرعة ودقة أداء بعض المهارات المندمجة الهجومية وتأثيرها علي فاعلية المباريات لناشئي كرة القدم، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، مدينة السادات، جامعة المنوفية.
٢. إلين وديع فرج (٢٠٠٧): التنس - تعليم - تدريب - تقييم - تحكيم، منشأة المعارف، الإسكندرية، الطبعة الثانية.
٣. أمرالله أحمد البساطي (١٩٩٤) : دراسة تحليلية لأنواع الأداءات الحركية المركبة (المندمجة) في بعض الالعب الجماعية خلال المباراة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية.
٤. أمين أنور الخولي (٢٠٠٦): التنس- التاريخ - المهارات والخطط - قواعد اللعب، سلسلة ألعاب المضرب المنصورة، دار الفكر العربي، القاهرة.
٥. بدور المطوع، سهير بدير (٢٠٠٦): التربية البدنية مناهجها وطرق تدريسيها، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
٦. جمال محمد علاء الدين (١٩٩٠) : منظومة الحركات وطرق توجيهها والتحكم فيها، نظريات وتطبيقات، العدد الثاني بكلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية.
٧. _____ (١٩٨٤) : تصميم جهاز ميكانيكي قاذف للكرات كوسيلة فعالة لتوجيه المؤشرات البيوميكانيكية لمهارة التصويب من الحركة في كرة القدم، المجلد الخامس، المؤتمر العلمي بالقاهرة.
٨. دعاء الدرديري، وفاء محمد عبد المجيد، حسين عبد الحميد : إستراتيجية لتطوير النضج الحركي وبعض الأداءات، الهجومية المركبة في كرة اليد باستخدام أسلوب التنافس، المؤتمر الاقليمي الدولي للصحة والتربية البدنية الترويج والرياضة والتعبير الحركي لمنطقة الشرق الاوسط، الجزء الأول، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية.
٩. زينب محمد أبو بكر (٢٠٠٢) : تأثير استخدام جمل حركية مركبة علي مستوى أداء بعض المهارات الهجومية في كرة السلة لطالبات قسم التربية البدنية بدولة الكويت، مجلة بحوث التربية الرياضية، المجلد (٢٥) العدد (٦١) كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
١٠. عبد العاطى عبد الفتاح (١٩٩٨) : تأثير برنامج تدريبي مقترح لناشئي الكرة الطائرة علي تنمية بعض الأداءات المهارية المستخلصة من تحليل مباريات كأس العالم (١٩٩٥)، رسالة دكتوراه غير منشورة كلية التربية الرياضية ببورسعيد جامعة قناة السويس.
١١. كمال عبدالحميد، محمد صبحي حسانين (١٩٨٠) : القياس في كرة اليد، ط ٣ دار الفكر العربي، القاهرة

١٢. محمد أحمد الشاذلي (٢٠٠٦) : الإعداد الشامل للاعب الهوكي، مركز آيه للطباعة والكومبيوتر.
١٣. محمد أشرف كامل (١٩٩٩) : أثر برنامج مقترح لتنمية بعض الأداءات المهارية المركبة على مستوى الانجاز لناشئ كرة اليد تحت (١٠) سنوات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية.
١٤. محمد شوقي كشك، أمر الله البساطي (٢٠٠٠) : أسس الاعداد المهاري والخططي في كرة القدم (ناشئين) منشأة المعارف الإسكندرية
١٥. محمد شوقي كشك (١٩٨٦) : توجيه بعض المؤشرات الزمنية والمكانية لتنمية دقة التصويب في كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية، جامعة حلوان.
١٦. محمد حسن علاوى (١٩٩٤) : علم التنس الرياضى ، ط (٩) ، دار المعارف ، القاهرة
١٧. مرعى حسن مرعى (٢٠٠٠) : دراسة الأداءات الحركية المدمجة للاعبى المراكز وخطوط اللعب في رياضة الهوكى، المجلة العلمية العدد (١٩) كلية التربية الرياضية بنات، جامعة الإسكندرية.
١٨. مها إبراهيم أحمد (٢٠١٠) : تأثير تدريبات الرؤية الرياضية علي بعض القدرات البصرية ومهارة الإرسال في التنس الأرضي لطالبات الفرقة الثانية، مؤتمر بلغاريا الدولي (sport stress) إبريل
١٩. _____ (٢٠٠٦) : فعالية برنامج تعليمي باستخدام الحاسب الالى علي تعليم مهارة الإرسال المستقيم في التنس للطالبات المبتدئات بكلية التربية الرياضية بنات، رسالة دكتوراه غير منشورة كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الاسكندرية.
٢٠. نسرين علي هطل (٢٠١١) : فعالية استخدام الأداءات المهارية المركبة كمنظومة لتنمية بعض المهارات والدفاعية في كرة اليد لطالبات كلية التربية الرياضية بالإسكندرية، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية.

ثانياً : المراجع باللغة الأجنبية :

21. Asai & carre & akatsuka & haake(2003): The effect of the special Preparation stage planning on the young players, sports engineering Oxford England.
22. Baron's (2000): Tennis course volume lessons and training, beaver book, ontario I, iwcanda.
23. Gakson (2005) : Learn tennis in a weekend, dorling, Kindersley London .

ثالثاً : شبكة المعلومات الدولية internet :

- 24-<http://www.sportplan.net/drills/tennis>
- 25-<http://www.saaaid.net/tarbian1107.htm>
- 26=<http://www.iusst.info/resrarch/abst/all.co>

المخلص

برنامج تعليمي باستخدام الأداءات الحركية المدمجة لتحسين مستوى أداء المهارات الأساسية في التنس لطالبات كلية التربية الرياضية

مها ابراهيم احمد عثمان
أستاذ مساعد بقسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية
كلية التربية الرياضية للبنات
جامعة الاسكندرية

ويهدف إلى : تحديد الأداءات الحركية المدمجة للمهارات الأساسية في التنس وتمثل في مهارة الارسال، مهارة الضربة الأمامية، مهارة الضربة الخلفي، وضع مجموعة من الأداءات الحركية المدمجة للمهارات الأساسية في التنس ، قياس فاعلية الأداءات الحركية المدمجة علي تحسين الاداء المهاري للمهارات الأساسية (المهارات قيد البحث)

طبقت الدراسة على عينة من الفرقة الرابعة (شعبة تعليم) قوامها (٥٠) طالبة قسموا إلى مجموعتين متساويتين وكانت أهم النتائج :
وجود فروق دالة احصائيا بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء المهاري للمهارات الأساسية في التنس (المهارات قيد البحث) لصالح القياس البعدي
وجود فروق دالة احصائيا بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهاري للمهارات الأساسية في التنس (المهارات قيد البحث) لصالح القياس البعدي.

" وجود فروق دالة احصائياً بين القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في المهارات (قيد البحث) لصالح المجموعة التجريبية في الثلاث مهارات"

فاعلية البرنامج التعليمي المقترح باستخدام الأداءات المهارية الحركية من خلال نسب التحسن للمتغيرات قيد البحث .

Summary

Educational program using a compact motor performances to improve the performance of basic skills in tennis for the students of the Faculty of Physical Education

DR. Maha Ibrahim Ahmed

Assistant professor Doctor

Department of curriculum and Instruction

Faculty of physical Education Alex university

It aims to: identify renderings kinetic compact basic skills Ge tennis and is in the skill of the transmitter, the skill of the strike front, skill strike back, a set of renderings kinetic compact basic skills in tennis, measure the effectiveness of renderings kinetic compact to improve the performance skills of basic skills (skills under discussion) The study was applied boil a sample of fourth division (Division of Education) of (50) students were divided into two equal groups and were the most important findings:

The presence of statistically significant differences between pre and post measurement of the experimental group in the level of performance skills of basic skills in tennis (skills under discussion) in favor of telemetric.

The presence of statistically significant differences between pre and post measurement of the control group in the level of performance skills of basic skills in tennis (skills under discussion) in favor of telemetric.

" The presence of statistically significant differences between the two sets of measurements dimensional experimental and control skills (under discussion) for the experimental group in the three skills The effectiveness of the proposed educational program using renderings motor skills through the improvement ratios of the variables under consideration