



تأثير أسلوبين من أساليب التدريس على بعض جوانب
التعلم لمهارات الجمباز الأرضي لطلاب كلية
التربية البدنية جامعة طبرق

مقدم من قبل :

محمد عبد الله يونس

معيد بكلية علوم التربية البدنية والرياضة جامعة طبرق

تحت إشراف :

الأستاذ الدكتور : يحيى محمود لملوم

أستاذ بقسم المناهج وطرق التدريس

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات نيل درجة الإجازة العليا (الماجستير) في

التربية البدنية

جامعة بنغازي

كلية الآداب

2020 ديسمبر

Copyright © 2020. All rights reserved, no part of this thesis may be reproduced in any form, electronic or mechanical, including photocopy , recording scanning , or any information , without the permission in writing from the author or the directorate of graduate studies and training of Benghazi university .

حقوق الطبع 2020 محفوظة . لا يسمح اخذ أى معلومة من أى جزء من هذه الرسالة على هيئة نسخة الكترونية او ميكانيكية بطريقة التصوير او التسجيل او المسح من دون الحصول على إذن كتابي من المؤلف أو إدارة الدراسات العليا والتدريب جامعة بنغازي .

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا﴾

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

{الإسراء: 84}

بسم الله الرحمن الرحيم

الشكر والتقدير

أشكر الله مولاي وخالقي الذي من على اتمام هذا العمل المتواضع مع رجائي أن يتقبله منى ويجعله خالص لوجهه الكريم .

انطلاقاً من قوله تعالى (وقال رب أوزعنى أن أشكر نعمتك التى أنعمت على وعلى ولى وأن أعمل صلحاً ترضه وأدخلنى برحمتك فى عبادك الصالحين) سورة النمل ، ايه : 19).
إيماناً بفضل الاعتراف الجميل وتقديم الشكر والامتنان لى اصحاب المعروف أنى اتقدم بالشكر الجزيل والثناء العظيم لكل من ساعد فى نجاح هذه الرسالة وخص بالذكر .

أستاذي ومشرفي الفاضل أستاذ الدكتور / يحيى محمود لموم على قبوله الأشراف على هذه الرسالة ومتابعته له، فله منى كل الشكر والدعاء بأن يحفظه الله ويرعاه ، وأن يجعله داعماً دائماً لأهل العلم وطلبته ، فجزاه الله عنى خير الجزاء كم اتقدم بالشكر ايضاً إلى اعضاء لجنة المناقشة لممتحن الخارجي أستاذ الدكتور/ الحبيب أبو القاسم عاشور ، والممتحن الداخلي الدكتور/ حاتم سالم الشحومي .

كما اتقدم ايضاً بالشكر والتقدير الى أستاذ الدكتور / اشرف عبدالمنعم احمد على ما قدمه لي منذ أن كنت معيد بالكلية ومتابعته لي فى الدراسات العليا والبحث و اتقدم بالشكر ايضاً إلى أستاذتي الفاضله الدكتور / أيمن الصنعاني على ما قدمته من مساعده فى هذه الرسالة وعلى قبوله بدور المرشد على المقترح هذه الرسالة وكما أشكر ايضاً أستاذي الفاضل الدكتور / حاتم الشحومي على تقديم المشوره فى الرسالة أسأل الله أن يجعله فى ميزان حسناتهم والشكر موصول إلى السادة المحكمين لما بذلوه من جهد ووقت ، من نصائح وارشادات وتوجيهات فى تحكيم أدوات الرسالة .

كما أشكر افراد عائلتي جميعاً و اصدقائي على تشجيعهم ومساعدتهم لي حتى تمت بحثي هذا .

واخيراً أهدى هذا البحث إلى روح أخي الغالي رحمه الله تعالى .

واخير اسأل الله العظيم أن اكون قد وفقت فى هذا الرسالة

فما كان من توفيق فمن الله وما كان خطأ او نسيان

فمن الشيطان

الباحث

قائمة المحتويات

رقم الصفحة	المحتوى	رقم
-	العنوان.....	-
ب	صفحة حقوق الطبع	-
ج	صفحة التوقيعات	-
د	الآية	-
هـ	الشكر والتقدير.....	-
و	المحتويات.....	-
ك	الجداول.....	-
م	الأشكال.....	-
ن	المرافق.....	-
س	مستخلص الدراسة	-
1-الفصل الأول		
الإطار العام للبحث		
1		1
2	المقدمة و مشكلة البحث.....	1-1
8	أهمية والحاجة الية	2-1
9	أهداف البحث.....	3-1
10	فروض البحث	4-1
10	المصطلحات المستخدمة في البحث.....	5-1
2-الفصل الثاني		
الإطار النظري والدراسات السابقة		
2		2
14	القراءات النظرية.....	1-2
14	أساليب التدريس في التربية البدنية	1-1-2

تابع قائمة المحتويات

16 مواصفات الأسلوب الناجح.....	2-1-2
17 اختيار أساليب تدريس التربية البدنية.....	3-1-2
18 أساليب التدريس لموستون	4-1-2
18 مجموعة أساليب التدريس المباشرة	1-4-1-2
19 مجموعة أساليب التدريس غير المباشرة.....	2-4-1-2
21 أسلوب التعليم العرض التوضيحي (الأوامر).....	3 - 4-1- 2
22 قرارات التخطيط.....	1-3-4-1-2
23 قرارات التنفيذ	2-3-4-1-2
23 قرارات التقويم.....	3-3-4-1-2
23 أهداف أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري).....	4 -3-4-1-2
25 مضمون أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري).....	5-3-4-1-2
26 مميزات أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري).....	6-3 -4-1-2
26 عيوب أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري).....	7-3-4-1-2
27 أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي).....	1-8-4-1-2
29 قرارات التخطيط	1-1-8-4-1-2
30 قرارات التنفيذ.....	2-1-8-4-1-2
30 قرارات التقويم	3-1-8-4-1-2
31 تطبيق أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي).....	4-1-8-4-1-2
32 أهداف أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي)	5-1-8-4-1-2
32 أهداف مرتبطة بالموضوع الدراسي	1-5-1-8-4-1-2
32 الأهداف المرتبطة بدور المتعلمين.....	2-5-1-8-4-1-2
33 مضمون أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي).....	6-1-8-4-1-2
34 مميزات أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي).....	7-1-8-4-1-2
35 عيوب أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي).....	8-1-8-4-1-2

تابع قائمة المحتويات

35	ورقة المعيار	1-9-4-1-2
36	ورقة المعيار تحقق الأهداف.....	2-9-4-1-2
40	الفروق الفردية	3-9-4-1-2
41	رياضة الجمباز وأهميتها.....	5-1-2
42	الأهمية التربوية للجمباز.....	1-5-1-2
43	طبيعة الأداء على جهاز الحركات الأرضية.....	1-6-2
43	مراحل تكوين المهارات الحركية في الجمباز الأرضي.....	1-1-6-2
44	المهارات الأساسية المستخدمة في البحث.....	2-1-6-2
44	الشكلية الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد.....	1-2-1-6-2
45	الوقوف على الرأس.....	2-2-1-6-2
47	التحصيل المعرفي.....	7-1-2
49	الدراسات السابقة.....	2-2
49	الدراسات العربية	1-2-2
60	الدراسات الأجنبية	2-2-2
63	التعليق على الدراسات السابقة	2
65	الدراسات في مجال الجمباز.....	3-2-2
72	التعليق على الدراسات السابقة.....	4-2
73	مدى الاستفادة من الدراسات السابقة في إجراء البحث الحالي.....	5-2
74	أهم ما يتميز به البحث الحالية عن الدراسات السابقة.....	6-2

3- الفصل الثالث

خطة وإجراءات البحث

76	المنهج المستخدم.....	1-3
76	مجتمع البحث.....	2-3
77	عينة البحث.....	3-3

تابع قائمة المحتويات

77 تجانس العينة	4-3
81 تكافؤ عينة البحث	5-3
84 مجالات البحث	6-3
85 تصميم ورقة المعيار	7-3
86 أدوات جمع البيانات	8-3
86 القياسات	1-8-3
87 الاختبارات	2-8-3
87 اختبار معرفي	3-8-3
93 الاختبارات البدنية	4-8-3
95 بطاقة الملاحظة	5-8-3
96 أسس وضع البرنامج التعليمي	9-3
	إعداد الوحدات التعليمية الخاصة بأسلوب العرض التوضيحي	1-9-3
97 (الأمري)	
98 البرنامج التعليمي المقترح	2-9-3
98 الدراسة الاستطلاعية لتجريب وحدات البرنامج	3-9-3
99 مدة البرنامج التعليمي المقترح	4-9-3
99 القياس القبلي	5-9-3
100 الدراسة الأساسية	6-9-3
102 القياس البعدي	7-9-3
102 المعالجات الاحصائية	10-3

4-الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها

105 عرض النتائج	1-4
117 مناقشة النتائج	2-4

5-الفصل الخامس

الاستنتاجات والتوصيات

126 الاستنتاجات	1-5
127التوصيات	2-5
130 قائمة المراجع باللغة العربية	-
136 قائمة المراجع باللغة الأجنبية	-
137 المواقع الالكترونية	-
- المرفقات	-
- المستخلص	-

قائمة الجداول

ص	عنوان الجدول	م
20	دور المعلم والطالب في اتخاذ القرارات الثلاثة في بنية أساليب مستون لتدريس التربية البدنية.....	1
21	قنوات النمو في أساليب مستون للتدريس من منظور استقلالي.....	2
22	يوضح بنية أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري).....	3
25	يوضح قنوات النمو في أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري).....	4
29	يوضح بنية أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي).....	5
33	يوضح قنوات النمو في أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران.....	6
38	يوضح مقارنة بين أسلوبين التدريس (أسلوب العرض التوضيحي ، أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران).....	7
76	تصميم المنهج.....	8
77	تقسيم عينة الدراسة.....	9
78	المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري للمجموعة التجريبية والضابطة في معدلات النمو.....	10
79	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين التجريبية والضابطة معا في الاختبارات البدنية.....	11
80	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين التجريبية والضابطة معا في محاور الاختبار المعرفي لمهاري الشقبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد والوقوف على الرأس.....	12
80	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين التجريبية والضابطة معا في محاور الاختبار المعرفي لمهارة الوقوف على الرأس والشقبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد.....	13
81	تكاؤ عينة الدراسة في بعض معدلات النمو (السن، الطول، الوزن).....	14
82	تكاؤ مجموعتي البحث في الاختبارات البدنية.....	15

تابع قائمة الجداول

16	تكافؤ مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في محاور الاختبار المعرفي بمهارة
83	الوقوف على الرأس والشقبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد
17	دلالة الفروق بين مجموعتي البحث في الأداء المهاري الوقوف على الرأس و الشقبة
84	الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد.....
18	النسبة المئوية لآراء المحكمين ومدى مناسبة محاور الاختبار المعرفي لمهارة
88	الوقوف على الرأس والشقبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد.....
19	دلالة الفروق بين المتوسطين الأول والثاني ومعامل الثبات
90
92	يوضح معامل السهولة والصعوبة لي الاختبار المعرفي.....
21	النسبة المئوية و التكرار لآراء الخبراء حول الاختبارات البدنية للتكافؤ بين مجموعات
93	البحث قبل التجربة
22	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بين التطبيق الأول والثاني ومعامل الثبات
95
99	التوزيع الزمني على اجزاء الدرس.....
100	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين في القياس القبلي.....
25	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ونسبة التحسن للمجموعة الضابطة في الأداء
105
26	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت للمجموعة الضابطة في الاختبار
108
27	المعرفي لمهارة الوقوف على الرأس.....
109
28	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت للمجموعة التجريبية في الاختبار
112	المعرفي لمهارتي الوقوف على الراس والشقبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد
29	دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في الأداء
113
30	دلالة الفروق بين المجموعتين في القياس البعدي في الاختيار المعرفي في مهارة
116	الوقوف على الرأس والشقبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد.....

قائمة الأشكال

ص	عنوان الشكل	م
106	الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في الأداء المهاري للمجموعة الضابطة لمهارة الوقوف على الرأس	1
107	الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في الأداء المهاري للمجموعة الضابطة لمهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد	2
110	الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في الأداء المهاري للمجموعة التجريبية لمهارة الوقوف على الرأس	3
111	الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في الأداء المهاري للمجموعة الضابطة لمهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد	4
114	الفروق بين القياسين البعدي في الأداء المهاري للمجموعتين التجريبية والضابطة لمهارة الوقوف على الرأس	5
115	الفرق بين القياس البعدي في الأداء المهاري للمجموعتين التجريبية والضابطة لمهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد	6

قائمة المرفقات

رقم	عنوان المرفق
1	قائمة بأسماء المحكمين .
2	رسالة من جامعة بنغازي إلى كلية علوم التربية البدنية والرياضة /جامعة طبرق .
3	ورقة المعيار تصميم الباحث .
4	ورقة المعيار في الصورة النهائية .
5	الاختبار التحصيل المعرفي في صورته الأولية .
6	الاختبار التحصيل المعرفي في صورته النهائية .
7	استمارة استطلاع رأي الخبراء حول الاختبارات البدنية لغرض التكافؤ .
8	اختبارات لتكافؤ العينات .
9	بطاقة الملاحظة الخاصة بمهارتي الشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد و الوقوف على الرأس في الصورة الأولية .
10	بطاقة الملاحظة الخاصة بمهارتي الشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد و الوقوف على الرأس في الصورة النهائية .
11	الوحدات التعليمية المستخدمة في الأسلوب (الأمري) في الصورة الأولية .
12	الوحدات التعليمية المستخدمة في الأسلوب (الأمري) في الصورة النهائية .
13	الوحدات التعليمية المستخدمة في الأسلوب (التبادلي) في الصورة الأولية .
14	الوحدات التعليمية المستخدمة في الأسلوب (التبادلي) في الصورة النهائية .

المستخلص

تأثير أسلوبين من أساليب التدريس على بعض جوانب التعلم لمهارات الجمباز

الأرضي لطلاب كلية التربية البدنية جامعة طبرق .

قدمت من قبل : محمد عبدالله يونس

تحت اشراف :

أ.د: يحيى محمود لموم

عنوان البحث : تأثير أسلوبين من أساليب التدريس على بعض جوانب التعلم لمهارات الجمباز

الأرضي لطلاب كلية التربية البدنية جامعة طبرق .

يهدف البحث للتعرف على :

- تأثير استخدام أسلوب العرض التوضيحي على جوانب التعلم المعرفي والمهاري لمهاري

الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد والوقوف على الرأس.

-تأثير استخدام أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران على جوانب التعلم المعرفي والمهاري لمهاري الشقلبة

الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد والوقوف على الرأس.

-المقارنه بين كل من أسلوب العرض التوضيحي وأسلوب التطبيق بتوجيه الأقران على جوانب

التعلم المعرفي والمهاري لمهاري الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد والوقوف على

الرأس .

وأجريت الدراسة على عينة عمدية قوامها (24) طالباً من طلبة كلية التربية البدنية

في طبرق ، وقد قسمت العينة إلى مجموعتين متساويتين الأولى ضابطة والمجموعه

الثانية تجريبية عدد كل منهما (12) طالباً، وتم تطبيق اختبارات البدنية لغرض التكافؤ

المجموعات وهى اختبارات (المرونة - سرعة - القوة - رشاقه - طول - الوزن -التوازن)

وأشارت نتائج الدراسة إلى :

1- وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية والضابطة في تعلم مهارتي الوقوف على الرأس و الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد لصالح المجموعة التجريبية .

2- لقد أثرت أساليب التدريس في رفع من مستوى تعلم مهارتين .

3- هناك تأثير إيجابي لأسلوب التدريس التبادلي الذي استخدم في تعلم مهارتين .

4- هناك تأثير أيضاً لأسلوب التدريس الأمري الذي استخدم في تعلم مهارتين .

5- أن البرنامج التعليمي المقترح له تأثير إيجابي ذو دلالة إحصائية على تحسين الأداء المهاري .

6- إن أساليب التدريس التي استخدمت في البحث اختلفت اختلافاً في تأثيرها على تعلم مهارتي الوقوف على الرأس والشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد ، لصالح أسلوب المجموعة التجريبية (التبادلي) .

7- أظهرت نتائج البحث أن استخدام أسلوب تطبيق بتوجيه الاقران مع التغذية الراجعة المستمرة وزيادة وقت التطبيق أثر ايجابي في عملية التعليم المهارات .

8- اظهرت النتائج ايضاً أن استخدام أسلوب التطبيق بتوجيه الاقران قد أثر ايجابي في الجانب المعرفي لمهاراتي .

9- اظهرت النتائج ايضاً إلى تأثير الأسلوب العرض التوضيحي على الجانب المهاري .

1-الفصل الأول

الإطار العام للبحث

- 1-1- المقدمة ومشكلة البحث.
- 1-2- أهمية البحث والحاجة إليه.
- 1-3- أهداف البحث.
- 1-4- فروض البحث.
- 1-5- المصطلحات المستخدمة في البحث.

1-1- المقدمة ومشكلة البحث :

تُعدُّ التربية الرياضية إحدى العلوم التي أصبح لها انتشاراً في أنحاء العالم ومن ثم هي مظهر من مظاهر تقدم الأمم وتطورها، ويعد التعلم الحركي من العلوم المهمة والمميزة والقاعدة التي تستند إليها العملية التعليمية، إذ إن الهدف الرئيس من العملية التعليمية هو التوصل للتدريس المؤثر والفعال، وإن التدريس هو العملية التي يتم من خلالها نقل المعلومات التي يتضمنها المنهج المقرر بواسطة المدرس إلى الطالب ولكي يكون إيصالها بصورة جيدة ومميزة وذات تأثير فعال فعلى المدرس أن يمتلك مجموعة من الإمكانيات والوسائل وأن يستخدم أساليب مناسبة للوصول إلى أهدافه التي يسعى إليها. (44: 138)

تلعب العملية التعليمية دوراً مهماً في مستقبل الأمم المتطلعة إلى التقدم ، ومن ثم وجهت معظم الدول جُل جهودها وإمكانياتها المتاحة للارتقاء بكل ما يتعلق بالعملية التعليمية بما يتناسب مع المبتكرات التكنولوجية الحديثة، حيث إن المتابع للتغيرات التي يمر بها العالم اليوم، والتي تحدث في مجال التدريس والتعليم؛ يجد أن هناك تحولاً واسعاً وكبيراً في مختلف العلوم بصفة عامة وفي مجال التدريس بصفة خاصة، وإن من أهداف التربية إتاحة الفرص لنمو قدرات واستعدادات الفرد إلى أقصى حد.

فقد أشارت عفاف عبدالكريم إلى أن العملية التربوية والتعليمية تستهدف شخصية المتعلم من جميع النواحي البدنية والعقلية والخلقية، وإن التربية تسهم في نمو الشخصية نمواً متزناً وشاملاً، والتدريس هو مجموعة علاقات مستمرة تنشأ بين المعلم والمتعلم، هذه العلاقات تساعد المتعلم على النمو، وعلى اكتساب المهارات في الأنشطة البدنية. (41: 79)

وتشهد الفترة الحالية محاولات جادة لتطوير التعليم في جميع مراحله المختلفة، فاحتلت العملية التعليمية مكاناً بارزاً ضمن أولويات هذا التطوير لكونها عملية شاملة تتناول جميع المراحل التعليمية والجوانب الشخصية للمتعلم بالتغيير والتنمية عن طريق خلق مواقف تعليمية متعددة يتعرض فيها المتعلم لخبرات متنوعة تتفاعل فيها خبرات الأداء والإدراك والوجدان معاً بشكل متوازي ومتزن. (59: 80)

ويشير أبو النجا عزالدين (2000) : إلى أن المعلم الكفاء هو الذي يستطيع أن يقدم الجديد باستمرار ويعرف الكثير من المداخل وأساليب التدريس المباشر وغير المباشر، وهو الذي يُعيد المتعلم على البحث و الاكتشاف من خلال المشاركة بإيجابية ونشاط خلال عملية التدريس. (2: 9)

وعُرفَ التدريس ومازال يُعرف لدى العامة بل لدى المعلمين بأشكال عديدة، إلا إن أغلبها يدور حول فكرة رئيسية ألا وهي نقل المعلومات من الكبار إلى الصغار، وفي ضوء الفكرة فإن المعلم هو الشخص الوحيد الذي يعهد إليه بتلقي المعارف إلى المتعلمين، وترتبط هذه النظرية التقليدية للتدريس بالاتجاه التقليدي في التربية الذي كان يرى أن الأولوية يجب أن توجه إلى عقل المتعلم لشحنه بالمعارف والعلوم ، والتي تري الكبار أهميتها، لذا كان لابد من استبدال هذا المفهوم المعتاد للتدريس بمفهوم جديد وعصري يرى إن التدريس موقف مخطط، يستهدف تحقيق مُخرجات تعليمية مرغوبة على المدى القريب، كما تستهدف أيضاً إحداث مظاهر متنوعة للتربية على المدى البعيد، فالتدريس الناجح هو نتيجة التطابق بين ما يقصد وما يحدث بالفعل في الدرس، وللوصول لهذا التطابق يجب أن يعرف المعلم العوامل التي يجب أن تحقق أو تعوق هذا التطابق. (41: 79)

ويضيف أنور الشرقاوي (1992م): إنه أصبح من المعروف الآن أن لكل متعلم أساليب من الأداء تميزه عن غيره، وتظهر هذه الأساليب بدرجة عالية من الاتساق خلال الأنشطة الإدراكية والذهنية وتُسمى تلك أساليب الأداء بالأساليب المعرفية . (17: 39)

ويشير رجب سرور (1989): على أهمية الاعتماد على إدراك المتعلم بكونه أحد العمليات النفسية ، والذي يعتمد على الوسائل المهمة لتحديد الفروق الفردية المختلفة التي تعكس أساليب معرفية أوسع وأشمل من مجرد الذكاء . (25: 2)

وتشير عفاف عبدالكريم (1994) :إلى أن كل أسلوب للتدريس يُحدد علاقة معينة بين المعلم، وسلوك المتعلم، ونواتج التعلم، كما أن لكل أسلوب قواعد خاصة ودوراً معيناً في إنماء المتعلم من الناحية البدنية والمعرفية، حيث لا توجد طريقة واحدة يمكن أن نعدّها أفضل الطرق في التدريس، أما المعلم الكفاء هو الذي يختار ما يناسبه والموقف التعليمي لإمكان التأثير في دافعية المتعلم وتعليمه بطريقة فعالة ومجدية تُكسبه بصيرة و فهماً أكبر، مما يسهم في إنجاز خبرة تعليمية عميقة . (83:84،42)

ويذكر كلٌّ من جابر عبد المجيد (1998م)، ورفعت محمود(1998م)، وعلي أحمد (1998م): على أن التدريس عملية ذات ثلاث أبعاد، تتألف من معلم ومتعلم ومادة تعليمية، على أن تؤدي هذه العملية إلى تعلُّم التلاميذ وتنمية جوانب التعلم الممثلة في الجوانب المعرفية و النفسحركية والوجدانية، ولا بد من وجود تفاعل بين المعلم وتلاميذه والمادة التعليمية والخبرات التربوية. (22: 232)(27: 102)(45: 223)

وتذكر نوال إبراهيم ومحسن حمص (1997): إن نتيجة التطورات العلمية في مجال التربية بصفه عامة، وطرق التدريس بصفة خاصة فقد ظهرت في الآونة الأخيرة أساليب جديدة للتعلم منها أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران يتم بتقسيم المتعلمين إلى مجموعات ثنائية بحيث يقوم أحد المتعلمين بالأداء والآخر بالملاحظة مع إعطاء التغذية الراجعة للزميل وذلك باستخدام ورقة المعيار، هذا الأسلوب يتيح مناخاً لتنمية العلاقات الاجتماعية بين كل طالب وآخر أثناء التعلم.

(111:77)

وينفق محمد سعيد (1996) ومحسن حمص (1997): على أن أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران يعتمد على تقديم التغذية الراجعة للمتعلمين فيما بينهم حيث يقوم أحد المتعلمين بالأداء في حين يمهده الآخر بالتغذية الراجعة، وبعد ذلك يتم تبادل الأدوار ويكون دور المعلم هو تخطيط للواجبات المراد إنجازها وكذلك مساعدة المتعلم الملاحظ في تقويم الأداء للمتعلم المؤدي، ويكون دور المتعلم الملاحظ إعطاء التغذية الراجعة، وهذا الأسلوب يُساعد المتعلمين في تنمية قدراتهم على الملاحظة الدقيقة وكذلك الاتصال والتفاعل الاجتماعي بين المتعلمين، وأساس هذا الأسلوب قائم على عمل المتعلمين في شكل ثنائي (مؤدي - ملاحظ) (60:50) (68:94)

كما يذكر محمد زغلول وآخرون (2001): إلى أن أساليب التدريس التي يستخدمها المعلم تُعدُّ من أهم الجوانب في العملية التعليمية، وكل أسلوب له دور معين في إعداد المتعلمين من الناحية المعرفية والمهارية والبدنية والانفعالية والاجتماعية، وبما أن العبء الأكبر في نجاح العملية التعليمية يقع على عاتق المعلم باعتباره أحد ركائز نشاط المدرسة والمحرك الأساسي لجهودها؛ فإن الأمر يتطلب من المعلم تبني طرائق وأساليب تدريسية متطورة وجديدة عما ألفناه بحيث تعمل على رفع مستوى فاعلية التعلم وزيادة جدواه. (20: 59)

كما يُعدُّ تعليم مادة الجُمباز من المواد المهمة والرئيسية في التربية البدنية، وهي رياضة تعتمد في تعليمه على السند أي: يتبادل الطلاب الأدوار في العملية التعليمية ، وتشجيع التعاون يُعدُّ من الأهداف الأساسية في التربية الرياضية ، ولهذا اختار الباحث أسلوب التعليم التبادلي في تعليم بعض المهارات الجمباز .

كما يتفق رأي الباحث مع العلماء على أن: العملية التعليمية تلعب دوراً مهماً في مستقبل الأمم، حيث إن المتغيرات التي يمر بها العالم اليوم هي نتيجة الاهتمام العملية التعليمية، والعملية التعليمية تقف على معلم ومتعلم ووسائل تعليمية، يجب على المعلم أن يقدم كل ما هو جديد من طرق التدريس، أي أن عندما تختلف أهداف محتوى الدرس لابد من التنوع في أساليب التدريس .

ومن خلال عمل الباحث كمعيد في كلية التربية البدنية وتكليفه بالتدريس وخبرته السابقة في مجال الجمباز ، لاحظ أن هناك قصوراً في أداء بعض المهارات في الجمباز، كما لاحظ أن أسلوب التدريس المتبع يعتمد أساساً على المعلم في تقديم المادة العلمية عن طريق الشرح اللفظي، والنموذج العملي للمهارتين وفي هذا الأسلوب (أسلوب التعلم الأمري) لا يعطي الطالب الفرصة الإيجابية الكاملة للمشاركة في العملية التعليمية بما لا يتفق مع الاتجاهات الحديثة في مجال التدريس من أجل الارتقاء بالعملية التعليمية ومخرجاتها.

ويعد أسلوب التعلم بالأمر من الأساليب القديمة في العملية التعليمية ومازال هذا الأسلوب إلى وقتنا الحاضر مسيطر على تدريس التربية البدنية، وهذا الأسلوب يرتكز على سلوك المعلم ومادة الدرس سواء اختارها المعلم أو فرضت عليه، فجميع القرارات التي تتصل بالدرس يقرها المعلم بمفرده دون أي مشاركة من المتعلمين وغالباً ما يرجح الأسباب في سيطرة هذا الأسلوب

في تدريس التربية البدنية الي سهولة استخدامه وتعود المتعلمين عليه في جميع المقررات الدراسية، وجميع المراحل التعليمية الشائعة. (87 : 224)

هذا وتعتبر رياضة الجمباز من الرياضات المحببة إلى النفس إلا أنها تتميز بالحركات المتعددة ذات المستويات المتنوعة، والتي يجد فيها غالبية المتعلمين صعوبة في الأداء نظرا لما تحتاجه من قدرات بدنية ومهارية كالسرعة في الأداء والقوة والمرونة .

وكما يذكر كل من دراسة أحمد الموافي (1999) (3) ودراسة إيمان حسن، وليلي عباس (2001) (18) على تأثير الإيجابي لي أساليب التدريس في تعلم بعض المهارات وأن أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التعلم التبادلي) يعد من أفضل الأساليب التدريسية لاكتساب المهارات.

ويؤكد محمد شحاتة (2003): إن رياضة الجمباز تعتبر من الرياضات الأساسية التي تساعد المتعلم على تنمية صفاته البدنية، والنفسية، والعقلية؛ لتحقيق الهدف السامي لممارسة الرياضة بكل أبعادها، هذا وتميز الحركات الأرضية بالقدرة على الإحساس بالحركة وإدراك المكان والاتجاه والمدى الحركي للأطراف أو حركة الجسم ككل مما تكسبه للفرد من قدرات بدنية ونفسية واجتماعية . (56،63:62)

ومن هذا المنطلق قام الباحث باختيار أسلوب التعلم بتوجيه الأقران (التبادلي) في عملية التدريس لما لهذا الأسلوب من مميزات كثيرة منها جعل الطالب يقوم بعملية التقويم للطالب المؤدى حتى نتمكن من تخريج طالب قادراً على معرفة الأساليب أو حتى استخدام بعض الأساليب في التدريس .

من خلال مما سبق من توضيح لعملية التعليم ؛ التعلم و أساليب التدريس كان لازماً على الباحث أن يجد طريقة لتطوير عملية التدريس ، وكان الاختيار بعد رأي الخبراء المهتمين أن يتم إحدى طرق الحديثة وكان أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران ،

وفي ضوء مما تقدم فإن الباحث يهدف إلى استخدام أسلوب (التطبيق بتوجيه الأقران) ومقارنة بالأسلوب الأمري ومقارنة فاعلية كل أسلوب على جوانب التعلم في مهارتي الشقبة الأمامية على اليدين والوقوف على الرأس.

1-2-أهمية البحث والحاجة إليه :

- 1- استخدام استراتيجيات جديدة في التعلم من خلال تنوع الأساليب المستخدمة .
- 2- يساعد الطلاب على فهم وإتقان ما تعلموه من معلومات عن المهارات .
- 3- يساهم في تنمية الجانب الاجتماعي بين الطلاب .
- 4- يساهم في تخفيف العبء على المعلم من خلال إشراك الطلاب في عملية التعليمية .
- 5- يساعد الطلاب الذين يعانون من صعوبات في عملية التعلم من خلال مراعاة الفروق الفردية
- 6- يساعد في تطبيق أسلوب التعلم التبادلي مع طلاب كلية علوم التربية البدنية والرياضة.
- 7- يساهم هذا البحث من خلال إطارها النظري ونتائجها في فتح آفاق أمام طلاب الدراسات العليا.

ولقد أثبتت دراسة إيمان حسن، وليلي عباس (2001)(18) على فاعلية وكفاءة أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التعلم التبادلي) وكما أشارت العديد من الدراسات إلى نتائج مشجعة عند استخدام هذا الأسلوب لتحسين المهارات .

ولقد أثبتت الدراسات والأبحاث المتعددة، فاعلية وكفاءة أسلوب تدريس الأقران في تعزيز ومعالجة صعوبات التعلم بصفة عامة، وكذلك في تعلم المهارات الاجتماعية، أو في الصفات الشخصية وأشارت العديد من الدراسات إلى نتائج مشجعة عند استخدام هذا الأسلوب لتحسين المهارات الأكاديمية للمتعلمين كما أن هناك عدداً متزايداً من التربويين والمعلمين والباحثين المتحمسين لهذا الأسلوب لكونه أسلوباً يدعم التعليم النشط والفعال (11 : 4).

ومن هنا تبرز أهمية البحث في تقديمه نموذجاً لاستخدام أحد الأساليب التعليمية الحديثة في تعلم مهارتي الشقبة الأمامية على اليدين والوقوف على الرأس في الجمباز، حيث يمكن الاستعانة بأسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التعلم التبادلي) لأداء هذه المهارة بأحسن السبل وإبداعها.

1-3- أهداف البحث :

يهدف البحث للتعرف على :

- 1- تأثير استخدام أسلوب العرض التوضيحي على جوانب التعلم المعرفي والمهاري لمهارتي الشقبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد والوقوف على الرأس.
- 2- تأثير استخدام أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران على جوانب التعلم المعرفي والمهاري لمهارتي الشقبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد والوقوف على الرأس.
- 3- المقارنه بين كل من أسلوب العرض التوضيحي وأسلوب التطبيق بتوجيه الأقران على جوانب التعلم المعرفي والمهاري لمهارتي الشقبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد والوقوف على الرأس.

1-4-4- فروض البحث :

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبُعدي لدى المجموعة الضابطة في جوانب التعلم المعرفي والمهاري لمهاتري الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد والوقوف على الرأس لصالح القياس البُعدي.

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبُعدي لدى المجموعة التجريبية في جوانب التعلم المعرفي والمهاري لمهاتري الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد والوقوف على الرأس لصالح القياس البُعدي.

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القياس البُعدي لدى المجموعتين التجريبية والضابطة في جوانب التعلم المعرفي والمهاري لمهاتري الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد والوقوف على الرأس لصالح المجموعة التجريبية.

1-5-1- المصطلحات المستخدمة في البحث :

1-5-1-1- أسلوب التدريس :

هو مجموعة من إجراءات التدريس التي يخططها القائم بالتدريس مسبقاً بحيث تُعينه على تنفيذ الدرس في ضوء الإمكانيات المتاحة ؛ لتحقيق الأهداف التدريسية لمنظومة التدريس التي يبنيتها وبأقصى فاعلية ممكنة. (292:53)

1-5-1-2- أسلوب العرض التوضيحي (الأوامر) :

هو الأسلوب الذي يقوم المعلم فيه باتخاذ الحد الأقصى من القرارات (التخطيط-التنفيذ-التقويم) ويكون دور الطالب قاصراً على إتباع الأوامر في شكل أداء حركي وإتباع النموذج وأن يؤدي وبطبيع. (101:1)

1-5-3- أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التعلم التبادلي) :

هو أحد الأساليب الحديثة في التدريس والذي يتم فيه تقسيم المتعلمين داخل المجموعة الواحدة إلى أزواج؛ للعمل معا بالتبادل، أحدهما يؤدي والآخر يلاحظ ويكون دور الملاحظ هو تقديم التغذية الراجعة للمؤدي فيما يختص بأدائه ومساعدته في تصحيح أخطائه حتي يتم إنجاز العمل الحركي. (183:68)

1-5-4- جوانب التعلم :

هي درجة تحصيل المتعلم للمعلومات والمعارف والمفاهيم الخاصة بالأداء المعرفي والمهاري (تعريف إجرائي) .

1-5-5- الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد :

تُعدُّ من الحركات التي تؤدي على بساط الحركات الأرضية تكون اليدين باتساع الصدر مفرودة والأصابع تشير للأمام والرأس بين الذراعين في وضعها الطبيعي دفع الأرض يكون باليدين بعد الوصول إلى وضع وقوف على اليدين والهبوط على الأمشاط والركبتين مفرودة. (تعريف إجرائي).

1-5-6- الوقوف على الرأس :

تُعدُّ مهارة الوقوف على الرأس من المهارات التي تؤدي على بساط الحركات الأرضية؛ لكبر قاعدة الارتكاز وتؤدي من وضع الإقعاء اليدين باتساع الصدر يوضع الرأس على الأرض بحيث يشكل مع اليدين مثلثاً متساوي الأضلاع الجسم مفرد على استقامة واحدة. (تعريف إجرائي)

2- الفصل الثاني

القراءات النظرية والدراسات السابقة

- 2 - القراءات النظرية والدراسات السابقة .
 - 2-1- الإطار النظري .
 - 2-1-1- أساليب التدريس في التربية البدنية .
 - 2-1-2- مواصفات الأسلوب الناجح .
 - 2-1-3- اختيار أساليب تدريس التربية البدنية
 - 2-1-4- أساليب التدريس لموستون .
 - 2-1-4-1- مجموعة الأساليب المباشرة .
 - 2-1-4-1-1- مجموعة الأساليب غير المباشرة .
 - 2-1-4-1-1-1- أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري) .
 - 2-1-4-1-1-1-1- قرارات التخطيط .
 - 2-1-4-1-1-1-2- قرارات التنفيذ .
 - 2-1-4-1-1-1-3- قرارات التقويم .
 - 2-1-4-1-2- أهداف أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري) .
 - 2-1-4-1-3- مضمون أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري) .
 - 2-1-4-1-4- مميزات أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري) .
 - 2-1-4-1-5- عيوب أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري) .
 - 2-1-8-4-1-1- أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي) .
 - 2-1-8-4-1-1-1- قرارات التخطيط .
 - 2-1-8-4-1-1-2- قرارات التنفيذ .
 - 2-1-8-4-1-1-3- قرارات التقويم .
 - 2-1-8-4-1-2- تطبيق أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي) .
 - 2-1-8-4-1-3- أهداف أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي) .

- 2-1-4-8-1-5-1- أهداف مرتبطة بالموضوع الدراسي .
- 2-1-4-8-1-5-2- الأهداف المرتبطة بدور المتعلمين .
- 2-1-4-8-1-6-6- مضمون أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي) .
- 2-1-4-8-1-7- مميزات أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي) .
- 2-1-4-8-1-8- عيوب أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي) .
- 2-1-4-9-1- ورقة المعيار .
- 2-1-4-9-3- الفروق الفردية .
- 2-1-5-5- رياضة الجمباز وأهميتها .
- 2-1-5-1- الأهمية التربوية للجمباز .
- 2-1-6-1- طبيعة الأداء على جهاز الحركات الأرضية .
- 2-1-6-2- المهارات الأساسية المستخدمة في البحث .
- 2-1-6-2-1- الشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد .
- 2-1-6-2-2- الوقوف على الرأس .
- 2-1-7- التحصيل المعرفي .
- 2-2- الدراسات السابقة .
- 2-4- التعليق على الدراسات السابقة .
- 2-5- مدى الاستفادة من الدراسات السابقة في إجراء البحث الحالي.
- 2-6- أهم ما يتميز به البحث الحالية عن الدراسات السابقة.

2- القراءات النظرية والدراسات السابقة :

2-1-الإطار النظري :

2-1-1-أساليب التدريس في التربية البدنية :

عملية التدريس الناجحة تحدث نتيجة الانسجام بين الهدف المطلوب وبين ما يحدث حقيقة وبصورة فعلية خلال الدرس ، ولغرض التوصل إلى حالة الانسجام والتوافق هذه يجب علي المعلم معرفة و امتلاك القدرة علي توجيه وإدارة عدد من العوامل التي يمكن إن تؤدي إلى تعزيز حالة الانسجام أو اعاقها(12:71) .

وتشير عفاف عبدالكريم (1994) بأن استراتيجيات التعليم التي يستخدمها المعلم تُعدُّ من أهم الجوانب العملية التعليمية فلكل أسلوب دور معين في نمو المتعلم من النواحي البدنية و الاجتماعية والانفعالية والمعرفية (84:42).

أي أن مدرس التربية البدنية الناجح هو الذي بإمكانه استخدام أسلوب التعلم الملائم والمناسب؛ لتحقيق الأهداف العامة والخاصة المراد الوصول إليها في درس التربية البدنية وبشكل فاعل ، وهذا هو مفهوم التخطيط المناسب للتعليم والذي يجب أن يتصف بالمرونة وذلك احتساباً للمتغيرات واختلاف المواقف التعليمية، حيث ذكرت ألين وديع (1996) لكي يكون المعلم فعالاً فإنه يجب أن يختار الأساليب التي يشعر أنها تساعد على إنجاز الغرض المطلوب. (21:13)

لقد ظهرت نماذج ونظريات وفلسفات عن كيفية استخدام المدرس لجميع المعلومات المتحصل عليها في سلوك تدريسه، وكيف يعرف المدرس ماذا ينتقي ولأي غرض؟، وقد اتضح أن هناك ملاحظات عن التدريس تتمثل في مسألة الملائمة والخصوصية وعلاقة المدرسة بالمتعلم والأهداف، ولكل أسلوب من أساليب التدريس منطقيته وفلسفته، وقد يتبنى المعلم أسلوب واحداً أو أكثر، أو يفرض الموضوع المطلوب تعليمه، أو المراحل السنوية استخدام أسلوب خاص

يسهل وصول المعلومات، ويرجع تعدد الأساليب التدريسية في التربية الرياضية إلى عدم وجود أسلوب محدد يسهم في التنمية المتكاملة، كما أنه لا يمكن وضع أي منها في مرتبة أعلى من الآخر، أو تفضيل واحدة عن الأخرى، وتبرز كفاءة المعلم في تقديم الجديد بصفة مستمرة مع معرفته بالأساليب المختلفة التي تجعل المتعلم متفاعل أو إيجابياً، وهذا يعني أن المعلم يستخدم كلاً منها بدرجات متفاوتة، ومعرفة المعلم بما يمكنه أن يمتلك أدوات متعددة للوصول إلى هدفه من التدريس، كما أن المرونة والانتقال إلى آخر هو الأمر المتوقع من المعلم (161:29)

ويتفق كلٌّ من عفاف عبدالكريم (1990) وعثمان مصطفى عثمان (1998) على: أن كل أسلوب من هذه الأساليب له دور معين وحدود معينة في نماء المتعلم من الناحية البدنية والاجتماعية والانفعالية والمعرفية، وكل أسلوب ترتبط أهميته بالظروف التي تهيئها وتوفرها العملية التعليمية، ولا يوجد في علاقات التعليم والعلم أسلوب أفضل من الآخر يمكن أن يحقق جميع أهداف العملية التعليمية، ولكن أن يحقق فقط جزءاً منها. (84:41)(27:39)

ويذكر مستون (1994): إن أساليب التعليم تختلف تبعاً لمن هو المسؤول عن اتخاذ القرارات (المعلم - المتعلم) وأن زيادة الفرص للمتعلم لاتخاذ القرارات يسمح للمعلم الحصول على غايات ذهنية أو عاطفية بدون تغيير محتوى الدرس والمتعلمين، وبإمكان المعلم استخدام كل الأساليب في وحدة الدرس اعتماداً على النتائج التي يتوخاها واحتياجاته (130:89).

ويشير محسن حمص (1997) إلى أنه كلما تحولت القرارات المتعلقة بالتخطيط و التنفيذ و التقويم في أسلوب التدريس إلى الطالب، ساعد ذلك على أن يكون الطالب هو محور العملية التعليمية، وكلما وساعد أيضاً على نموه الفكري إلى جانب نموه البدني والانفعالي والاجتماعي (91:68).

وتتفق نوال إبراهيم شلتوت، و ميرفت علي خفاجة (2002): أنه قد لوحظ أن الكثيرين ممن يدرسون مادة التربية الرياضية يتساءلون عن أفضل الطرق والأساليب والوسائل لتدريس درس ما من دروس التربية الرياضية ، بل إن بعضهم يذهب إلى حد أبعد من هذا فيؤكد أن أسلوب ما قد يكون الأفضل لتدريس مهارة معينة وهذا خطأ بيّن ، فالطريقة أو الأسلوب قد تصلح لتدريس مهارة في ظروف ما، في حين قد تكون هي ذاتها أسوأ طريقة وأسلوب لتدريس نفس المهارة في درس آخر مع اختلاف الظروف ، وهذا الأمر يدعونا إلى محاولة تحديد الشروط والمعايير التي يجب توافرها في الطريقة أو الأسلوب المختار لتدريس درس ما .(72:78)

ومن هذا المنطلق يري الباحث إنه لا بد من استخدام طرق وأساليب حديثة في مجال التربية الرياضية، لأنه لا يوجد أسلوب واحد يستطيع المعلم استخدامه في جميع المجالات التعليم أو في جميع الظروف المحيط بالبيئة التعليمية، عندما يستخدم المعلم أسلوباً جديداً فإنه يعطي حافزاً أكبر للمتعلم، أي أن استخدام أساليب حديثة يسهم بصورة إيجابية في تحقيق حصائل تعليم وهذا ما يطمح إليه الباحث في معرفة التحصيل المعرفي والمهاري عند استخدام الأسلوب التبادلي، كما يسهم في رفع مستوى الصفات البدنية والمهارية، ومن هنا اختار الباحث الأسلوب التبادلي؛ للخروج من دائرة الكم إلى التفكير في تجريب أساليب تدريس جديدة و متنوعة.

2-1-2- مواصفات الأسلوب الناجح :

1- أن يكون الأسلوب متمشياً مع نتائج بحوث التربية البدنية الأخرى والتي تؤكد على مشاركة الطلاب في النشاط أثناء التدريس .

2- أن يكون متمشياً مع الأهداف التربوية التي ارتضاها المجتمع ومع أهداف المادة الدراسية التي يقوم المعلم بتدريسها .

3- أن يضع في حسبانته مستوى نمو التلاميذ، ودرجة وعيهم، وأنواع الخبرات التعليمية التي يمرون بها .

4- أن يراعي الفروق الفردية بين التلاميذ .

5- مراعاة العنصر الزمني، أي موقع الحصة من الجدول الدراسي، فكلما كانت الحصة في بداية اليوم الدراسي، كان الطلاب أكثر نشاطاً، وكذلك مراعاة عدد الطلاب الذين يضمهم الفصل . (66:95)

2-1-3- اختيار أساليب تدريس التربية البدنية :

إن اختيار أساليب التدريس مهمة صعبة، وتعتمد على عدة عناصر من أهمها الهدف من الدرس، والبيئة التعليمية، ونوع المتعلم، وأسلوب التعلم، ونوع المهارة ، ومدى معرفة المتعلم بها، والإمكانيات المتاحة لها وغير ذلك مما يفرض اختيار أسلوب معين وتفضيله واستحسانه عن أسلوب آخر .

فالمدرس وحده هو الذي يمكن أن يحدد الأسلوب الذي يناسب وحدة تدريسية معينة يمكن أن يكون لها تأثيراً فعالاً على تعلم المتعلمين (158:51)، ويضع في الحسبان الاعتبار الفروق الفردية وإيجابيه متعلميه وإثارة تفكيرهم (21:61) .

كما أنه ليس بالضرورة أن يتبع المدرس أسلوب واحداً في التدريس؛ لأنه لا يوجد أسلوب واحد يناسب جميع المتعلمين ويلائم كل الظروف (84:41) .

ويُعدّ تقسيم (موستون) لأساليب التدريس من أكثر التقسيمات شيوعاً واستخداماً في مجال البحث والدراسة في تدريس المهارات الحركية في مجال التربية الرياضية، وقد وضع موستون منذ أوائل (1960) لتلك الأساليب البنية الخاصة لكل من سلوك التدريس والتعليم، ثم قام بتطويرها

إلى أن طُبقت هذه الأساليب عام (1981) بتوسع في مجال التربية الرياضية (63:90) (95-91:69) (21-20: 57).

2-1-4- أساليب التدريس لموستون :

تشير عفاف عبد الكريم إلى ظهور نظرية موحدة للتدريس رائدها موسكا موستون (Muska mosston) أطلق عليها طيف أساليب التدريس (Spectrum of teaching styles) وهي سلسلة من أساليب التدريس مرتبطة ببعضها، وقد طبقت هذه النظرية بتوسع في مجال التربية البدنية، ومنذ ذلك الوقت يعمل بها المدرسون بنجاح (83:41).

وتصف هذه النظرية عشرة أساليب من أساليب التدريس أو التعليم، حيث تعتمد على درجة المسؤولية التي يتخذها كل من المعلم والمتعلم لما يحدث أثناء الدرس وهذه الأساليب هي:

2-1-4-1- مجموعة الأساليب المباشرة :

1- أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري) : The command style

كل القرارات يتخذها المعلم بما فيها قرارات التخطيط والتنفيذ والتغذية الراجعة.

2- أسلوب التطبيق بتوجيه المعلم (التدريبي) : The practice style

ينفذ المتعلمون بمفردهم الحركات التي قررها المعلم.

3- أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي) : The reciprocal style

يقوم الأقران بمساعدة زملائهم في أداء الواجبات التي قررها المعلم.

4- أسلوب التطبيق الذاتي : The self check style

يقوم المدرس بالتخطيط ويتابع أداءها من خلال البطاقات المعيارية متخذاً قرارات التقويم

الذاتي لنفسه.

5- أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات : The inclusion style

يقرر المعلم الواجب الحركي ويعمل المتعلم على تنفيذ الأداء بالمستوى الذي قرره المعلم وذلك لوجود عدة مستويات للأداء ولنفس الواجب.

2-1-4-2- مجموعة الأساليب غير المباشرة :

1- أسلوب الاكتشاف (الموجه ، الحر) : The Guided Discovery style

يقوم المعلم بتوفير فرص لحل المشكلات المرتبطة للأداء من خلال تعاقب الأسئلة ويكتشف المتعلم مجموعة من الاستجابات.

2- أسلوب التفكير المتشعب (حل المشكلات) : The Divergent style

يحاول المتعلم التوصل إلى أجوبة للمشكلة التي يضعها المعلم.

3-أسلوب تصميم المتعلم للبرنامج الفردي : The Individual program Learners style

يضع المعلم مجموعة من المحتويات ، ويقوم المتعلم بالتخطيط؛ لتطبيق تلك المحتويات.

4-أسلوب المبادرة من المتعلم : The learner Initiated style

يخطط المتعلم برنامجه ويقدمه للمعلم للتقييم.

5-أسلوب التدريس الذاتي : The Self teaching style

يقوم المتعلم بدور المعلم والمتعلم ويتخذ المسؤولية تجاه تعلمه وبذلك تنتقل جميع القرارات إلى

المتعلم. (49: 21-22)

الجدول رقم (1)

دور المعلم والطالب في اتخاذ القرارات الثلاثة في بنية أساليب مستون لتدريس التربية البدنية.

مجموعة القرارات الثلاثة			اسم الأسلوب	الرقم
التقويم	التنفيذ	التخطيط		
المعلم	المعلم	المعلم	أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري)	1
المعلم	الطالب	المعلم	أسلوب التطبيق بتوجيه المعلم (التدريبي)	2
الطالب الملاحظ	الطالب المؤدي	المعلم	أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي)	3
الطالب	الطالب	المعلم	أسلوب التطبيق الذاتي	4
الطالب	الطالب	المعلم	أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات	5
المعلم- الطالب	المعلم- الطالب	المعلم	أسلوب الاكتشاف الموجه	6
المعلم- الطالب	المعلم- الطالب	المعلم	أسلوب التفكير المتشعب (حل المشكلة)	7
المعلم – الطالب	المعلم – الطالب	المعلم	أسلوب تصميم المتعلم للبرنامج الفردي	8
المعلم- الطالب	المعلم- الطالب	الطالب	أسلوب المبادرة من المتعلم	9
الطالب	الطالب	الطالب	أسلوب التدريس الذاتي	10

الجدول رقم (2)

قنوات النمو في أساليب مستون للتدريس من منظور استقلالي .

م	اسم الأسلوب	مجموعة القرارات الثلاثة			
		الجانب المعرفي	الجانب الانفعالي	الجانب الاجتماعي	الجانب المهاري
1	أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري)	1	1	1	1
2	أسلوب التطبيق بتوجيه المعلم (التدريبي)	1	2	2	1
3	أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي)	2	3	3	2
4	أسلوب التطبيق الذاتي	2	4	2	2
5	أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات	2	5	2	5
6	أسلوب الإكتشاف الموجه	7	6	2	2
7	أسلوب التفكير المتشعب (حل المشكلة)	7	7	2 أو 7	7
8	أسلوب تصميم المتعلم للبرنامج الفردي	8	8	2	8
9	أسلوب المبادرة من المتعلم	9	9	2	9
10	أسلوب التدريس الذاتي	10	10	2	10

الحد الأدنى 1-2-3-4-5-6-7-8-9-10 الحد الأقصى (26، 10: 12)

وحيث إن الدراسة الحالية سوف تقتصر على استخدام أسلوب التدريس هما أسلوب العرض التوضيحي (الأمري) وأسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي) ، عليه فإن الباحث سوف يتعرض لهما بشي من التفصيل.

2-1-4-3- أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري) :

وهو أول أسلوب من أساليب موسكا مستون للتدريس، وتعتمد بنية هذا الأسلوب على الأوامر فحسب، حيث يدفع المعلم طلابه إلى ما يراه مناسباً، فالمعلم يلعب الدور الأساس في التدريس، حيث إن أي حركة أو عمل يقوم به الطالب يجب أن تسبقه إشارة الأمر من المعلم ويتخذ المعلم

في هذا الأسلوب جميع القرارات الثلاثة التخطيط، والتنفيذ، والتقييم، بالإضافة إلى كافة القرارات الخاصة مثل: تحديد المكان، الأوضاع والوقت، والبدائية، والنهاية، والتوقيت، والإيقاع، والراحة.

الجدول رقم (3)

يوضح بنية أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري)

القرارات	متخذ القرار
قرارات التخطيط	المعلم
قرارات التنفيذ	المعلم
قرارات التقييم	المعلم

وفي هذا الأسلوب تكون قرارات التخطيط والتنفيذ والتقييم كما يلي :

2-1-4-3-1-قرارات التخطيط :

إن غرض قرارات التخطيط هو وضع خطة التفاعل بين المعلم و المتعلم، ويكون دور المعلم

هو اتخاذ قرارات عن الفئات الآتية :

1-تحديد الموضوع الدراسي : (ألعاب القوى - كرة السلة - الجمباز - إلخ).

2-تحديد الهدف العام من الدرس : بمعنى الإنجازات المتوقعة في نهاية الدرس.

3-الأعمال الخاصة : وتصف الأعمال التي سينشغل فيها المتعلم؛ لتحقيق الهدف العام من

الفقرة اللفظية.

4-النظام : تحدد إجراءات النظام للفقرة اللفظية من حيث تنظيم الأفراد وتنظيم الأدوات.

5-الزمن: يحدد زمن مناسب لكل فقرة حتى يمكن لجميع أو أغلب المتعلمين من تحقيق

الأهداف.(93:42)

2-1-4-3-2- قرارات التنفيذ :

وهي تشكل وقت العمل، والغرض من القرارات هنا، هو تنشيط المتعلمين ومتابعتهم لقرارات التخطيط.

ويجب على المعلم أن يتخذ قرارات متتالية ؛ لتحديد شكل الفقرة اللفظية، وتحديد شكل الفقرة اللفظية يتضمن العناصر التالية :

1-شرح أدوار كل من المعلم والمتعلم.

2-توصيل الموضوع الدراسي.

3-شرح الإجراءات التنظيمية. (94:42)

2-1-4-3-3- قرارات التقويم :

إن مجموعة القرارات تعطي التغذية الراجعة للمتعلم عن أداء العمل وعن دوره في متابعة قرارات المعلم. (94:42)

2-1-4-3-4- أهداف أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري) :

1- الاستجابة المباشرة للمثير.

2- التماثل.

3- أداء جميع الطلاب في وقت واحد.

4- التقيد بنموذج سابق.

5- الخضوع.

6- أداء مطابق للنموذج.

7- ضبط ودقة الاستجابة.

8- ثبات التقاليد الثقافية عن طريق العادات، الملابس، والاحتفالات.

9- الاحتفاظ بالمعايير الجمالية.

10- تدعيم روح الجماعة.

11- الكفاية في استخدام الوقت.

12- الأمان. (91:90،42)

ملحوظة :

هذا الأسلوب هو الأسلوب التقليدي الذي يُستخدم عادة في كثير من دروس التربية البدنية ومما يؤخذ عليه أنه لا يحقق أهداف التربية البدنية جميعها؛ وذلك لأنه يقلل من الاهتمام بمبدأ الفروق الفردية ، وقدرة الطالب على الابتكار والإنجاز والثقة بالنفس.

قنوات النمو في أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري) :

إن قنوات النمو في أي أسلوب توضح مدى تقدم الطالب ونموه من الناحية المهارية والاجتماعية والانفعالية والمعرفية حيث إن كل طالب يمكن أن يتحرك في هذه القنوات من أدنى إلى أقصى مستوى في النمو أو فيما بينهما وذلك باستخدام المحكات مثل: درجة الاستقلال أو مدى اعتماد الطالب على نفسه أو على الغير أو درجة الابتكار.

وإذا اعتمدنا مع الطالب الاستقلال في أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري) فإننا نجد

ما يلي :

1- الجانب المهاري : يقف دور الطالب عند حد التلقي وبذلك يكون في أدنى مستوى له.

2- الجانب الاجتماعي : إن تلقي الأوامر من المعلم لا يؤدي إلى تفاعل اجتماعي وبذلك

يكون النمو الاجتماعي في أدنى مستوى له.

3- الجانب الانفعالي : بعض الطلاب لا يتقبلون الأوامر بشكل دائم مما يؤثر على مستوى

الراحة النفسية لديهم، والبعض يتقبل الأوامر والتلقين فيشعرون براحة كبيرة.

4- الجانب المعرفي : يركز هذا الأسلوب على مستوى التنكر وهو أقل مستويات المعرفة.

(67 : 22-44) .

الجدول رقم (4)

يوضح قنوات النمو في أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري)

قنوات النمو				اسم الأسلوب
الجانب المعرفي	الجانب الانفعالي	الجانب الاجتماعي	الجانب المهاري	
1	1	1	1	أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري)

2-1-4-3-5- مضمون أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري) :

1- الموضوع الدراسي ثابت، ويمثل مستوى واحد.

2- يتعلم المتعلم الموضوع الدراسي بالاسترجاع المباشر وعن طريق الأداء المتكرر .

3- يمكن تقسيم الموضوع إلى أجزائه التي يمكن أن تؤدي بإجراءات المثير - الاستجابة،

كما يمكن أن يتعلم في فترة وجيزة من الوقت.

4- المعلم هو الخبير من حيث اختيار الموضوع الدراسي.

5- كلما كانت سرعة الاسترجاع كبيرة ، كان المتعلم أكثر كفاية في التحرك إلى جوانب

أخرى من الموضوع الدراسي.

6- الفروق الفردية لا ينظر إليها، وبدلاً من ذلك، يكون الاهتمام بتقليد الموضوع الدراسي.

7- عن طريق التقليد المتكرر، يمكن أن تؤد المجموعة عملاً متماثلاً.

8- يصل المتعلم بسرعة إلى التقدم في العمل.

9- إن أقصى هدف للأداء، هو تقليل انحراف كل فرد عن النموذج. (95:41)

2-1-4-3-6- مميزات أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري) :

1- يعطي المعلم المادة الدراسية في صورة منطقية مما يتيح للمتعلمين تذكرها والإفادة منها

وإمكانية تطبيقها سريعاً.

2- يستطيع هذا الأسلوب أن ينجز جزء كبيراً في المقرر في وقت قصير.

3- يُعدّ من أقلّ الأساليب تكلفة من الناحية المالية، ومن ثم فقد يلائم ظروف الإمكانيات

المادية القليلة.

4- يمكن استخدامه مع الأعداد الكبيرة من المتعلمين.

5- للمعلم دور إيجابي ؛ لأنه مصدر الفاعلية والنشاط في العملية التعليمية.

6- يحقق حد أدنى من المادة العلمية للمتعلمين بحيث يكون أساساً يمكن أن يضيف عليه

كل متعلم بقدر جهده وإمكاناته وطاقته. (61:51)

2-1-4-3-7- عيوب أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري) :

1- عدم الاهتمام بمراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين.

2- عدم الاهتمام بشخصية المتعلم والتغاضي عن ميوله.

3- عدم تهيئة الفرصة المناسبة لتنمية القدرات العقلية لدى المتعلمين .

4- لا يتيح فرص النمو الانفعالي إلا للقليل من المتعلمين .

5- ينمي بشكل واضح السلبية لدى المتعلمين .

6- موقف المعلم - كمثل للسلطة - فهو عبارة عن أمر وتلقين.

- 7- معظم النشاط التعليمي ومسئوليته ترتفع على كاهل المعلم وحده.
- 8- عدم وجود فعالية للعملية التعليمية سواء بين المعلم ومتعلميه أو بين بعضهم البعض.
- 9- صورة التقويم والامتحانات لا تتناسب مع الأسلوب من التدريس حيث لا تقيس إلا مستويات معرفية متواضعة.
- 10- لا تتيح للمتعلم إلا فرص قليلة جداً للنمو والتفاعل الاجتماعي.
- 11- لا تزود المتعلم بالخبرات التي تساعد على النجاح في الحياة ومواجهة مشكلاتها.
- (61:76).

2-1-4-8-1- أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي) :

هو الأسلوب الثالث ضمن مجموعة الأساليب المباشرة لأساليب مستون للتدريس وترجع أهمية استخدام هذا الأسلوب إلى :

1- يقول الخبراء : " تظهر فائدة أسلوب التدريس بتوجيه الأقران في المرحلة الأولى من تعلم المهارة عندما يتعرف المتعلمون على نقاط مهمة بعد كل محاولة للأداء التي تساعدهم على تصحيح أدائهم " .(111:41)(192:40) (137:30)(10:73)

2- استناداً لرأي العلماء والباحثين الذي يقول: " درس التربية الرياضية يقوم على عاملين مهمين، الأول زيادة زمن التطبيق Academic Learning Time (2:84) ، والثاني التغذية الراجعة Feed Back (288:88).

وهذان العاملان هما اللذان يركز عليهما أسلوب التدريس بتوجيه الأقران، حيث يقسم الفصل إلى قسمين أي يعمل المتعلمون أزواجاً (مؤدى - ملاحظ) مما يوفر الوقت ويزيد من زمن التطبيق، وكذلك التغذية الراجعة الفورية من الزميل الملاحظ والتي تعطى في حينها.

3- تهيئة المتعلمين وإعدادهم لاستخدام أساليب أكثر تطوراً في المستقبل (أساليب غير مباشرة).
وفي هذا الأسلوب يتم تشكيل المتعلمين كل تلميذين معاً، أحدهما يؤدي المهارة، والآخر يلاحظ هذا الأداء؛ لإعطائه التغذية الراجعة بعد كل محاولة طبقاً للمعيار المقرر من قبل المدرس، ثم يتبادل الزميلان دور المؤدى والملاحظ إلى أن يتم تعلم المهارة، وتظهر فائدة هذا الأسلوب في المرحلة الأولى من تعلم المهارة عندما يحتاج المتعلم إلى استقبال نقاط مهمة بعد كل محاولة لتساعده على تصحيح أدائه الفني.

ويطبق هذا الأسلوب في معظم حركات (الجمباز) أو في بعض المهارات التعليمية الخاصة بالألعاب المختلفة، وهذا الأسلوب بمثابة توفير مدرس لكل طالب (923:40).

أن من الحقائق الملموسة التي تؤثر في التعلم وتحسن الإنجاز هو معرفة نتائج العمل، وفي ضوء ذلك يكون من الممكن إعطاء التغذية الراجعة للأمر التي يمكن تصحيحها من خلال مراقبة الزميل أو من المعلم (34:63).

ويتفق كل من عفاف عبدالكريم (1994) ، ألين وديع (1996) ، ناهد محمود و نيلي رمزي (1998)، مصطفى السايح (2001): على أنه في الأسلوب التبادلي يتم تقسيم الفصل إلى أزواج بحيث يعطى كل متعلم دوراً محدداً فيقوم أحدهم بالأداء والآخر بالملاحظة ويكون دور المؤدى هو تنفيذ القرارات، أما دور الملاحظ فيكون بإعطاء التغذية الراجعة للمؤدى عن طريق ورقة المعيار التي سبق إعدادها من المعلم ويتم تبادل الأدوار بين الملاحظ والمؤدى (111:42)(183:13)(75:77-78)(235:62).

حيث أن تكون فرصة المتعلم في التعلم أكثر من أساليب الأخرى للأداء الصحيح، ويحتاج هذا الأسلوب إلى تنظيم الفصل بحيث تنتج الفرص للتغذية الراجعة المباشرة. (36: 82-99)

الجدول رقم (5)

يوضح بنية أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي)

القرارات	متخذ القرار
قرارات التخطيط	المعلم
قرارات التنفيذ	الطالب مؤدي
قرارات التقويم	الطالب الملاحظ

وفي هذا الأسلوب تكون قرارات التخطيط والتنفيذ والتقويم كما يلي:

2-1-4-8-1-1-1-1 : قرارات التخطيط :

يصمم المعلم ورقة العمل للطلاب المؤدي والطلاب الملاحظ، وهي العامل الوحيد الذي يقرر

نجاح أو فشل هذا الأسلوب، وتشمل ورقة المعيار الآتي :

1- وصفاً خاصاً للعمل يقسمه إلى أجزاء متتابعة.

2- نقاطاً تعليمية تلاحظ أثناء الأداء.

3- رسومات لتوضيح العمل.

4- عينة من السلوك اللفظي الذي سيستخدم.

5- تذكرة لدور الملاحظ في متابعة الأداء. (41: 113-116)

كما يكون دور المعلم عند تحضيره للدرس (مسبقاً) تقرير ما يلي :

1- اتخاذ القرارات المناسبة لمادة الدرس وتحليلها لتصبح في شكل واجبات حركية متدرجة.

2- تقرير أسلوب متابعة وتقويم الزميل لزميله.

3- تقرير الأشكال التنظيمية التي سيتم استخدامها لإخراج الدرس.

4- إعداد وتجهيز نموذجاً كبيراً لبطاقة (ورقة المعيار) توضع قريبة من المكان الذي يطبق فيه

المتعلمين الخطوات التعليمية. (27:31)(78: 85-87)

2-1-8-4-1-2- قرارات التنفيذ :

الدور الأساس للمعلم في هذا الأسلوب هو وضع الشكل الأساسي للأدوار والعلاقات الجديدة،

وفيما يلي تسلسل الأحداث في الفقرة اللفظية :

1- إخطار المتعلم أن غرض الأسلوب هو التعاون مع الزميل وتعلم كيفية إعطائه تغذية راجعة.

2- إيضاح أن كل فرد له دور متخصص، فكل متعلم سيمارس دوره كمؤدي وملاحظ بالتبادل.

3- إن دور المؤدي هو أداء الأعمال، واتخاذ القرار بالنسبة للتسعة لقرارات المذكورة سابقاً، وعليه

أن يتصل فقط بالزميل الملاحظ.

4- ودور الملاحظ هو إعطاء تغذية راجعة للمؤدي على أساس المعيار المعد من المعلم، وهذه

التغذية الراجعة تقدم أثناء الأداء، وحتى الانتهاء من العمل، وبينما يقوم المؤدي باتخاذ

قرارات التنفيذ، يتخذ الملاحظ قرارات التقييم. (42: 113-114)

2-1-8-4-1-3- قرارات التقييم :

يجب على الملاحظ أن يتم الخطوات التالية :

1- استلام المعيار الخاص بالأداء الصحيح من المعلم.

2- ملاحظة أداء المؤدي.

3- مقارنة الأداء بالمعيار.

4- استنتاج إن كان الأداء صحيحاً.

5-توصيل النتائج إلى المؤدي (يمكن أن تقدم التغذية الراجعة أثناء أو بعد الانتهاء منه) .

6-الاتصال بالمعلم إذا كان ذلك ضرورياً.

7-دور المعلم :

أ-الإجابة على أسئلة الملاحظ .

ب-الاتصال فقط بالملاحظ .

8- تبديل الأدوار، بعدما ينتهي المؤدى من العمل .(114:42)

2-1-4-8-1-4- تطبيق أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي) :

لقد لاقى أسلوب تدريس الأقران اهتمام بعض التربويين ولكن الاعتماد عليه ظل مرهوناً ببعض الدراسات والبحوث ولم يطبق ميدانياً إلا مؤخراً وهو بحاجة إلى دعم أكثر من الناحية (النظرية والعملية) ولقد صنفه البعض بأنه يأتي ضمن ما يسمى بالتعليم الموازي وعرف بأنه: قيام التلاميذ بتعليم بعضهم بعضاً، وقد يكون القرين المعلم من نفس العمر أو الصف أو المجموعة أو يعلوهم عمراً أو مستوى مدرسياً.(50 :49)

هذا الأسلوب جديد لمعظم التلاميذ وهو أسلوب مختلف عما تعود عليه التلاميذ، فمعظمهم لديهم الخبرة أو قد مارسوا الأساليب الأمرية والتدريبية بأشكال مختلفة وتحت ظروف مختلفة أيضاً ، وهذا الأسلوب يبين لنا حقيقة جديدة في درس التربية الرياضية ، هي إعطاء التغذية الراجعة الدقيقة والآتية أو المباشرة للتلميذ الآخر؛ لتخلق جواً اجتماعياً ونفسياً مناسباً، وان نقل أو تحويل اتخاذ القرارات لمرحلة ما بعد التدريس إلى التلاميذ يولد لديهم شعوراً معيناً :

1- المعلم يثق بالتلميذ الملاحظ ويجعله يلاحظ التلميذ الآخر ويعطيه التغذية الراجعة.

2- إن المعلم قد حمل المسؤولية للتلميذ الملاحظ فيجب عليه أن يلاحظ بدقة، وإنه سيعمل ورقة البيانات بأمانة وأن يعطى التغذية الراجعة بصورة صحيحة. (63: 35-36)

2-1-4-8-1-5- أهداف أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي) :

تُحدد أهداف أسلوب التبادل في مجموعتين هما :

2-1-4-8-1-5-1- أهداف مرتبطة بالموضوع الدراسي :

- 1- إتاحة الفرصة المتكررة لممارسة العمل مع شخص ملاحظ.
- 2- ممارسة تحت ظروف الحصول المباشر على التغذية الراجعة مع الزميل.
- 3- ممارسة العمل دون أن يقدم المعلم التغذية الراجعة أو معرفة متى تصحح الأخطاء .
- 4- يكون المتعلم قادراً على مناقشة جوانب معينة من العمل مع الزميل.
- 5- تصور وفهم الأجزاء وتعاقبها في أداء العمل. (112:42)

2-1-4-8-1-5-2- الأهداف المرتبطة بدور المتعلمين :

- 1- الانشغال في عملية اجتماعية تتناسب الأسلوب، وإعطاء واستقبال تغذية راجعة من الزميل.
- 2- الانشغال في خطوات هذه العملية، بملاحظة أداء الزميل وبمقارنة الأداء بالمعيار، واستخلاص استنتاجات وتوصيل النتائج للزميل.
- 3- تنمية الصبر و التسامح والاحترام المطلوب للنجاح في هذه العملية.
- 4- ممارسة التغذية الراجعة المتاحة.
- 5- يدرك نتائج الإنجاز من خلال متابعة نجاح الزميل
- 6- تنمية رابطة اجتماعية تستمر إلى ما بعد العمل. (42: 112-113)

قنوات النمو في أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي) :

في هذا الأسلوب يلاحظ التقدم في جوانب النمو نتيجة اتخاذ الطالب للقرارات التسعة ما عدا الجانب المعرفي.

1- الجانب المهاري : النمو المهاري في هذا الأسلوب مشابه للنمو المهاري في الأسلوب

التدريبي مع زيادة وهي أن الطالب يأخذ تغذية مباشرة من الملاحظ.

2- الجانب الاجتماعي : بما أن الطالب يتعاون مع زميله فإن المهارات الاجتماعية تكون في

أقصى مدى نحو النمو.

3- الجانب الانفعالي : تتطلب التغذية الراجعة من الطالب الكثير من الصفات السلوكية مثل

الأمانة والصبر والاحترام مما يجعل الجانب الانفعالي في أقصى مدى له.

4- الجانب المعرفي : يستعمل الطالب في هذا الأسلوب عمليات فكرية جديدة مثل المقارنة

والمحاكاة وبذلك يكون الطالب أكثر انطلاقةً عن الأسلوب السابق. (43: 38-39)

الجدول رقم (6)

يوضح قنوات النمو في أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران

قنوات النمو				اسم الأسلوب
الجانب المعرفي	الجانب الانفعالي	الجانب الاجتماعي	الجانب المهاري	
2	3	3	2	أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي)

2-1-4-8-1-6-مضمون أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي) :

1- يتقبل المعلم العملية الاجتماعية بين الملاحظ والمؤدي كهدف مطلوب في التعليم .

2- يعرف المعلم أهمية تعليم المتعلمين كيفية إعطاء تغذية راجعة دقيقة وموضوعية .

3- أن يكون المعلم قادراً على أن يحول عملية إعطاء التغذية الراجعة إلى المتعلم أثناء الوقت المحدد للفقرة اللفظية .

4- يمارس المعلم سلوكاً جديداً يتطلب عدم التوصيل المباشر للمتعلم .

5- يغير المعلم سلوكاً أكثر مما هو في أسلوب العرض التوضيحي والممارسة؛ فيكسر الوقت المطلوب للمتعلمين لتعليم هذه الأدوار الجديدة وفي اتخاذ المتعلمين قرارات إضافية .

6- يثق المعلم في المتعلمين ليتخذوا القرارات الإضافية المنقولة إليهم .

7- يتقبل المعلم واقعاً جديداً بأنه ليس هو المصدر الوحيد للإخطارات والتقييم والتغذية الراجعة.

8- يمكن للمتعلم أن ينشغل في أدوار ثنائية و يتخذ قرارات إضافية.

9- يمكن للمتعلم أن يوسع دوره الإيجابي في عملية التعلم.

10- يمكن للمتعلم أن يرى ويتقبل المعلم في دور غير الأدوار التي يلعبها في أسلوب العرض التوضيحي والممارسة .

11- يمكن للمتعلم أن ينشغل في علاقة ثنائية دون وجود المعلم الدائم باستخدام ورقة المعيار (42: 114-115)

2-1-4-8-1-7- مميزات أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي) :

يتفق كل من علي محمود ، محمود يحيى ، عفاف عبدالكريم على أن أهم ما يميز هذا الأسلوب هو :

1- يعمل علي توفير زمن كافٍ للتطبيق .

2- تحويل قرارات معينة من المعلم إلى المتعلم على إيجاد علاقات جديدة بين المعلم و المتعلم، وبين المتعلمين والأعمال التي يؤدونها، وبين المتعلمين أنفسهم .

3- يكون المتعلم أكثر استقلالية في اتخاذ القرارات عن أدائه؛ لأن المتعلم يمارس بدون أوامر المعلم.

4- يفيد في المرحلة الأولى من تعلم المهارة عندما يحتاج المتعلمون إلى التعرف على نقاط مهمة بعد كل محاولة؛ لتساعدهم على تصحيح أدائهم الفني.

5- يعتبر هذا الأسلوب بمثابة توفير معلم لكل متعلم.

6- يساهم في تنمية السلوك التعاوني. (218:46) (6:86) (111:42)

2-1-4-8-1-8- عيوب أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي) :

1- صعوبة السيطرة على تنفيذ دقة الواجب.

2- يحتاج إلى أجهزة وأدوات كثيرة. (37:63)

2-1-4-9-1- ورقة المعيار :

عبارة عن بطاقة من وضع المدرس تُعدُّ وسيلة الاتصال بين المدرس والمتعلم خلال مرحلة التنفيذ في أسلوب التدريس (بتوجيه الأقران) ، ومدون بها الأداء والمهارة والخطوات التعليمية اللازمة للأداء، كما تشتمل على الرسومات التوضيحية الأداء والمهارة، والسلوك اللفظي الذي يستخدمه المتعلم الملاحظ لإعطاء التغذية الراجعة وتزيد من فاعلية الزمن الفعلي للممارسة العلمية. (116:41) (3:73)

وُعدُّ (ورقة المعيار) من أكثر الوسائل التعليمية لأي شكل تنظيمي تستخدم في درس التربية الرياضية؛ لأنها تساعد علي تحسين وإتقان الأداء ، كما أنها تقرر النجاح أو الفشل في استخدام أسلوب التدريس (بتوجيه الأقران) .

2-1-4-9-2- ورقة المعيار تحقق الأهداف الآتية :

- 1- تساعد المتعلمين على تذكر المهارة التي سوف يؤدونها و كيفية أدائها.
- 2- تقلل من تكرار شرح المدرس للحركة .
- 3- تعلم المتعلمين التركيز عند الاستماع لشرح المدرس من البداية.
- 4- تعلم المتعلمين الانتباه ومتابعة التعليمات المكتوبة والخاصة بهذه الورقة ؛ لكي تساعدهم على تحسين وإتقان الأداء .

5- مساعدة المدرس على السيطرة على الوحدة التعليمية وتقلل من زمن التنظيم وزمن الشرح.

(924:40)(72: 106-116)

ولقد اجمع الخبراء والباحثون على أنه يجب مراعاة النقاط التالية عند تصميم ورقة المعيار

وهي :

- 1- وصف خاص للمهارة ، ويشمل تقسيم المهارة إلى أجزاء متتابعة.
- 2- تحديد النقاط الفنية التي يلاحظها المتعلم أثناء الأداء.
- 3- توضيح كيفية أداء المهارة طبقاً للتسلسل والتدرج .
- 4- نماذج من الصور التوضيحية لمراحل الأداء (أجزاء).
- 5- عينة من السلوك اللفظي الذي سوف يستخدمه المتعلم الملاحظ.
- 6- تحديد المعيار الذي يحكم الأداء . (924:40)(116:41)(7:73)(311:79)

ويري الباحث أن أسلوب التدريس بتوجيه الأقران يوفر مواقف تفاعل مختلفة، مثل تفاعل المتعلم مع زميلة سواء كان مؤدياً أو ملاحظاً، وتفاعل المتعلم مع المادة من متابعة الملاحظ لأداء زميلة المؤدي وتقديم التغذية الراجعة له في الوقت المحدد، وكذلك تنفيذ واستجابة المؤدي

لكل النقاط التعليمية والملاحظات التي يتلقاها من زميلة الملاحظ، وهي أدوار يتبادلها كل منهما تؤدي إلى تحسين وتثبيت المادة، فضلاً عن تفاعل المتعلم مع ورقة المعيار التي قام المعلم بإعدادها، كما يمكن للمتعلم الملاحظ الرجوع إلى المعلم؛ لمعرفة بعض التساؤلات، ولكن في حين أن زميله المؤدي لا يستطيع التواصل مع المعلم.

ومن خلال القراءات النظرية يمكن استخلاص بعض أوجه المقارنة بين أسلوبَي التدريس: أسلوب العرض التوضيحي وأسلوب التطبيق بتوجيه الأقران كما يوضحها الجدول التالي،
(الجدول رقم 7)

جدول رقم (7)

يوضح مقارنة بين أسلوبي التدريس (أسلوب العرض التوضيحي و أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران)

وجه المقارنة	العرض التوضيحي	التطبيق بتوجيه الأقران
دور المعلم	هو الذي يتخذ جميع القرارات من التخطيط - تنفيذ - تقويم.	هو الذي يتخذ قرارات التخطيط - الإجابة على أسئلة الملاحظ - الاتصال فقط بالملاحظ.
دور المتعلم	يؤدي ، وأن يتابع ، وأن يطيع سلمي - ينصت - يتابع - يتلقى.	سلمي إلى حد ما، ينظم في أزواج ويكلف كل فرد بدور خاص أحدهم ملاحظ والآخر مؤدي. -المتعلم المؤدي يتخذ قرارات التنفيذ والمتعلم الملاحظ قرارات التقويم التغذية الراجعة.
محور الاهتمام الاساسي	المادة-الشكلية-العلاقة المباشرة بين تنبيهات المدرس-استجابة المتعلم.	المتعلم - المادة .
مصدر المعرفة	المعلم-وسيلة ايضاح-الموضوع الدراسي ثابت ويمثل مستوى واحد.	المتعلم الملاحظ-توجيهات المعلم-ورقة المعيار .
محتوى المادة	تقديم للمتعلم جاهزة في صورة مكتملة أو أجزاء.	تقدم للمتعلم-التطبيق يؤديه المتعلم المؤدي مستنداً إلى التغذية الراجعة عن طريق ورقة المعيار من زميله الملاحظ .
المفاهيم	تعرض لصياغتها الصحيحة في بداية الموقف التعليمي.	-المدرس يصيغها والمتعلم ينفذها ويقوم بها. -تقدم كنموذج وينفذها المؤدي أمام الملاحظ ليطبق ما هو موجود بورقة المعيار .
التوجيه	لا يوجد إلى حد ما.	يقوم به الملاحظ .
مواصفات السلطة	شكلية جامدة.	ديمقراطية - مرنة .
الجوانب العقلية	لا يهتم بها الاهتمام الكافي - تنمو ببطء .	يهتم بها جيداً وتنمو بشكل جيد جداً.
الجوانب المعرفية	يهتم بها من حيث الكم +الحفظ ومع ذلك لا يتحسن الأداء	يهتم بها أساساً وبطريقة الحصول عليها والنمو جيد جداً.
الجوانب البدنية	تنمو بشكل جيد.	يهتم بها جيد جداً وتنمو بشكل متزن.

الجوانب الاجتماعية	تنمو إلى حد ما.	تنمو الروابط الاجتماعية وتظهر بوضوح يناسب الأسلوب.
المناخ التعليمي	مناسب لتلقي المتعلم.	مناسب للأسلوب بإعطاء واستقبال التغذية الراجعة ومقارنة الأداء بالمعيار، استنتاجات وتوصيل النتائج للزميل.

من خلال العرض السابق لأساليب تدريس التربية البدنية، المباشرة وغير المباشرة، وأسلوب التدريس قيد البحث بشيء من التفصيل، يتفق رأي الباحث مع رأي الخبراء القائل: بأن اختيار أسلوب التدريس يتوقف على عدة اعتبارات مهمة منها :

- الهدف من الدرس.
- البيئة التعليمية.
- نوع المتعلم.
- أسلوب التعلم.
- نوع المهارة ومدى معرفة المتعلم بها.
- الإمكانيات المتاحة. (27:48)

مما يفرض أسلوباً معيناً وتفضيله أسلوب عن الآخر ، فالمدرّس وحده هو الذي يمكن أن يحدد الأسلوب الذي يناسب وحدة تدريسية عن أخرى حيث إنه "لا يوجد أسلوب معين يناسب جميع المتعلمين ويلتئم كل الظروف فكل أسلوب له أهمية"، وكذلك عليه أن يؤمن بما للفروق الفردية من أهمية في العملية التعليمية. (1:73)(23:40)

وأكد العديد من العلماء على أهمية أسلوب تدريس الأقران وأنه يحقق ما يلي :

1-المساعدة معلم الفصول ذات الأعداد الكبيرة وذوي المستويات التحصيلية المتباينة على

تحقيق أهداف التعلم.

2-يخفف العبء عن المعلمين ويساعدهم على توجيه نشاطهم للتفاعل مع التلاميذ والاهتمام

بهم.

3-يجعل أنشطة التعلم مركزة حول المتعلمين بدلاً من المعلم بحيث يصبح المتعلمين أكثر

إيجابية من المشاركة الفعالة في عملية التعلم.

وأكد (توبنج ، 1988) على أهمية الاستعانة بالأقران في تعليم زملائهم بطريقة منتظمة،

ويُعدُّ هذا الأسلوب من الأساليب المهمة في التعليم فضلاً عن حدائتها.

طبيعي أن كل إنسان اجتماعي في طبعه وسلوكه، والسلوك بطبعه ثابت نسبياً وبعد نتيجة

متعلمة من المجتمع، والتعلم هو تغيير في السلوك ناتج عن استثارة، وهذه الاستثارة قد تكون من

الصحبة والأقران، فإذا كانت القلّة التي ينتمي إليها مُجدة ومحبّة للتعلم فيكون التكيف مع

البرنامج التعليمي سليم وإذا كان عكس ذلك فإنه يؤدي إلى سوء التوافق. (10 : 93-94)

2-1-4-9-3- الفروق الفردية :

إن الاهتمام بمعرفة الفروق الفردية، يعني العمل على ضوئها وتوظيفها بشكل مناسب

للجميع وخاصة في المجال التربوي، وأن اهتمام علم النفس بدراسة الفروق الفردية ليس لمجرد

الرغبة في فهم الإنسان فحسب ، بل لأن المجتمع المعاصر قد بلغ درجة عالية من التعقيد

وتنوعت فيه التخصصات .(1:34)

والفروق الفردية تشمل النواحي المختلفة من الشخصية كالناحية الجسمية مثل: الطول والوزن ونمط الجسم، وكذلك الناحية العقلية مثل: الذكاء والذاكرة، والناحية النفسية مثل: الدوافع والميول والاتجاهات، والناحية الاجتماعية مثل: التعاون والانطواء، وأن هذه الفروق هي نتائج الوراثة والبيئة معاً، وهي تساعد على تحسين الحياة بين الأفراد وأن أي خاصية لدى الفرد تمثل درجة على مقياس مستمر. (40: 170-173)(32:112)

2-1-5- رياضة الجمباز وأهميتها :

تعدُّ رياضة الجمباز من ضمن الرياضات الأساسية العالمية التي تحظى باهتمام كبير في الدول المتقدمة حيث أسهمت في تحقيق أهداف التربية الرياضية بدرجة كبيرة وتساعد على بناء الأجسام بناءً صحيحاً و سليماً، لذا عملت هذه الدول على نشر رياضة الجمباز في كافة المؤسسات سواء كانت تعليمية أو أندية أو مراكز للشباب وقد يرجع هذا الاهتمام إلى التطور الديناميكي الهائل والملموس لرياضة الجمباز.

ويذكر عادل عبدالبصير (1998): أن رياضة الجمباز تتيح فرصة لاحتاد لها خلق القدرة على ابتكار وفي تحقيق الرضا والسعادة عند النجاح في أداء التكوينات وتنفيذ الحركات المكونة لها، الأمر الذي يؤدي إلى تنمية القدرة على تجسيد التناسق والاستمرار والتوافق والاتزان والتوقيت السليم عند اللاعبين، بالإضافة إلى أن البهجة التي تضيف على اللاعبين نتيجة لتعلمهم حركة جديدة. (35:27)

يذكر محمد شحاتة (2003) : إن رياضة الجمباز أحد الأنشطة الرياضية الفردية، حيث يشترك الفرد بمفرده ومن ثم يعتمد على قدراته في أنجاز الواجب المهاري علي أجهزة الجمباز

المختلفة ، ومن خلال هذه الممارسة يتمكن الفرد من أن يقارن أدائه بمستوى أداء فرد آخر
(11:56).

وتضيف أديل شنودة وآخرون(2003) : إن لرياضة الجمباز أهمية كبيرة في برامج التربية
الرياضية ، ذلك أنها تساعد على إشباع حاجات الفرد المباشرة، كما يسهل اختيار ما يتلائم مع
المراحل السنوية المختلفة، كما أن أنشطة الجمباز تزود الفرد بالمهارات التي تستمر معه؛
ليمارسها في المستقبل؛ للمحافظة على الصحة وتطوير قدراته البدنية والنفسية والاجتماعية
(16:8)

2-1-5-1- الأهمية التربوية للجمباز :

يذكر أمين الخولي وعدلي بيومي(1991م) : إن رياضة الجمباز تمثل أحد أهم أنشطة
التربية الرياضية فهي تكسب الأطفال والشباب الكثير من الصفات الإرادية والقيم السلوكية التي
تشكل شخصية المواطن الصالح وتعمل على نضجه ونموه بشكل يتسم بالشمول والالتزان
بالإضافة إلى اللياقة البدنية، ويكتسب التلميذ الممارس للجمباز الطلاقة الحركية المؤسسة للوعي
بالمفاهيم الحركية لدى الإنسان كالوعي الفراغي والوعي بالعلاقات الحركية وهي مفاهيم في
منتهى الأهمية لهذه الفترة العلمية للتلميذ ، لا على المستوى الحركي البدني فحسب وإنما على
مستوى جميع المجالات السلوكية والمعرفية والوجدانية . (1:16)

و يشير أحمد الهادي (1992م) : إلى أن اكتشاف أهم دقائق الأداء الفني الجيد لمهارات
الجمباز يتطلب السعي المستمر نحو معرفة خصائص ومقومات هذه المهارات ومتطلباتها من
الصفات البدنية الخاصة حيث إنها تمثل أهم الوسائل للارتقاء بمستوى الأداء، ويضيف (بيزيك)
(peszek) (1998م) أن رياضة الجمباز تنمي المشاركة الإيجابية بما تشمله من تمارين تتطلب

القوة، والمرونة، والسرعة، والتوازن، بالإضافة إلى التناسق، كما يزيد ثقة الفرد بنفسه وينمي لديه الصفات الإرادية (3:5) (56:92)

2-6-1- طبيعة الأداء على جهاز الحركات الأرضية :

أن الحركات الأرضية هي الركيزة المهمة لممارسة رياضة الجمباز؛ لأنها تخدم الأداء على اختلاف الأجهزة، حيث يبدأ المتعلم في تعلمها من سن مبكرة إذا تم مقارنتها بالعمر التعليمي لبقية أجهزة الجمباز الأخرى.

وترى أديل شنودة وآخرون (2003) :إلى أن الحركات الأرضية تُعدُّ من أسهل الأجهزة للوصول إلى مستوى عالٍ في وقت قصير بخلاف الأجهزة الأخرى التي تحتاج إلى مجهود كبير ووقت أكثر للوصول إلى المستوى الأمثل، وأن الأداء على الجمباز الأرضي يتميز بالقدرة على الإحساس بالحركة والتحكم في حركات الجسم أثناء المرجحات والدورانات والشقلبات بجانب القدرة على إدراك المكان والاتجاه والمدى الحركي بالأطراف أو حركة الجسم ككل، كما أن القفزات المؤداة على الجهاز الأرضي تجد إقبالاً شديداً من المتعلمين واللاعبين؛ لما تدخله عليهم من مرح وسرور، مما يساعد على درجة تحملهم وتأخير ظهور الإحساس بالتعب، كما تنمي فيهم الجراءة، والثقة بالنفس، وصفات خُلقية وإرادية أخرى (8: 62-63).

2-6-1-1- مراحل تكوين المهارات الحركية في رياضة الجمباز :

إن عملية الإعداد البدني للاعب يرتكز على مدى تنمية الصفات البدنية إلى جانب الاتفاق التام للمهارات الحركية التي هي في حد ذاتها تمثل الهدف النهائي لعملية التعلم الحركي الذي يتأسس عليه الوصول بمستوى اللاعب إلى أعلى المستويات الرياضية؛ لأنه مهما بلغ مستوى الصفات البدنية للاعب من تحسن وتطوير ومهما اتصف من سمات خلقية وإرادية؛ فإنه لا ولن

يحقق النتائج المرجوة ما لم يرتبط ذلك بالاتفاق التام للمهارات الحركية التي تمثل في مهارات الجمباز على مختلف الأجهزة، ويتم تقسيم مراحل تعلم الحركة (المهارة الحركية) إلى :

1- مرحلة التوافق الأولى : (اكتساب الأداء الأولي) :

في بداية تعليم اللاعب المهارة الحركية نجد أن حركاته تتميز بعدم الاقتصاد في الجهد؛ وذلك لظهور القطع المفاجئ في انسياب سريان الحركة ؛ لذا يتضح أهمية هذه المرحلة فهي تشكل الأساس الأول لتعليم الحركة واتقانها.

2- مرحلة التوافق الجيد : (اكتساب التوافق للحركة) :

تعدُّ هذه المرحلة مهمة لتطوير الشكل العام الأولي للمهارة ويتحقق ذلك بالتمرين والتكرار وبمراقبة وتلافي الأخطاء ؛ فتصبح المهارة أكثر وفي هذه المرحلة تتكون القابلية لأداء أساسيات الحركة.

3- مرحلة الإتقان و التثبيت : (التثبيت و المطابقة للشروط و القواعد) :

خلال هذه المرحلة يتم للاعب تثبيت المهارة الحركية وأدائها بإتقان ويصبح بالإمكان أداء المهارة الحركية تحت الظروف المتعددة و المتنوعة أي تصبح المهارة الحركية أكثر دقة ورسوخاً واستقراراً. (8: 45-48)

2-1-6-2- المهارات الأساسية المستخدمة في البحث :

2-1-6-2-1- الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد : Forward

handspring

الخطوات التعليمية :

1- تعليم الارتقاء وذلك من خطوة واحدة، خطوتين ثم من الجري العادي.

- 2- تعليم الدفع باليدين.
- 3- مرجحة الرجل الحرة للوقوف على اليدين.
- 4- زيادة المرجحة بالرجل الحرة أمام الحائط.
- 5- أداء المهارة أمام زميل مواجه والاستناد على الذراعين.
- 6- أداء المهارة بالسند مع زميلين وملاحظة النقاء القدمين عند الوقوف على اليدين.
- 7- مساعدة الزميل عن طريق دفعه لأعلى من الكتف خوفاً من النزول خلفاً.
- 8- أداء المهارة بالشكل النهائي بالسند والمساعدة.
- 9- أداء المهارة بدون سند والمساعدة.

الخطوات الفنية :

- 1- اليدين باتساع الصدر ومفرودة والأصابع متجهة وتشير إلى الأمام.
- 2- الرأس بين الذراعين في وضعها الطبيعي.
- 3- الجسم مفرد.
- 4- دفع الأرض باليدين بعد الوصول إلى وضع الوقوف على اليدين.
- 5- زيادة المرجحة بالرجل الحرة.
- 6- الهبوط يكون على الأمشاط والركبتين مفرودة والذراعين عالياً.

الأخطاء الشائعة :

- 1- عدم مرجحة الرجل الحرة.
- 2- ثنى الذراعين.
- 3- النظر للداخل أثناء الوقوف على اليدين.
- 4- اليدين أوسع أو أضيق من اتساع الصدر.

5- ثنى الركبتين أثناء الهبوط ويكون الهبوط على الكعبين وليس على الأمشاط.

(86-85: 38)

Hand Stand : 2-2-1-6-2-الوقوف على الرأس :

المسار الحركي :

يتفق كل من محمد شحاتة ،(2003)، وأميين أنور الخولي وآخرون (2002) على أن هذه المهارة تؤدي من الإقعاء بحيث توضع اليدين باتساع الصدر على الأرض وتشير الأصابع للأمام، ثم توضع الرأس عند منبت الشعر للجبهة على الأرض، بحيث تصنع الرأس واليدين مثلثاً متساوي الأضلاع ، وبواسطة دفع الرجلين للأرض ورفع الحوض ينتقل التلميذ للوقوف على الرأس ويمد الجسم في نفس الوقت بحيث تصنع أصابع القدم والرأس خطأ عمودياً تقريباً، بحيث يقع مركز الثقل فوق قاعدة الارتكاز حتى يتم التوازن السليم بدون مجهود (66:56) (6:15) .

الخطوات التعليمية :

- 1- إعطاء الفرد تمرينات بدنية؛ لتقوية عضلات الرقبة وتمرينات تساعد على فرد الجسم.
- 2- جلوس الجنو ثم وضع الجبهة على الأرض.
- 3- جلوس الجنو وضع الجبهة على الأرض ودفع الأرض بالقدمين؛ لنقل ثقل الجسم على قاعدة الارتكاز.
- 4- من الوضع السابق فرد مفصل الفخذ وذلك بإبعاد الفخذ عن الصدر.
- 5- بعد فرد مفصل الفخذ يتم فرد مفصل الركبة وذلك بإبعاد الساق عن الفخذ.
- 6- نفس الوضع السابق وبعد إبعاد الساق عن الفخذ يتم فرد مشطي القدمين.
- 7- أداء المهارة متتالية بالسند وبيطء أثناء فرد زوايا الجسم.
- 8- أداء المهارة بالشكل النهائي بدون مساعدة. (38 : 76)

الخطوات الفنية :

يذكر محمد شحاتة (2003) : إن النواحي الفنية لهذه المهارة تتمثل في:

- 1- اليدين باتساع الصدر والأصابع تشير للأمام.
- 2- وضع الرأس على الأرض بحيث تصنع مع اليدين مثلثاً متساوي الأضلاع.
- 3- إسناد الرأس على الجبهة بالتحديد عند منبت الشعر.
- 4- أن يكون الخط ما بين المشطين والرأس مستقيماً.
- 5- شد عضلات الجسم عند الأداء. (66:56)

الأخطاء الشائعة:

- 1- اليدين أضيق (أصغر) من اتساع الصدر.
- 2- وضع الرأس لا يشكل مع الكفين مثلثاً ووجود الرأس على خط واحد مع الكفين.
- 3- الجسم ليس على استقامة واحدة ووجود زوايا في الجسم أثناء أداء المهارة.
- 4- أصابع الكفين تشير للخارج وليس للأمام.
- 5- عضلات الجسم مرتخية أثناء الأداء.
- 6- عدم فرد مشطي القدمين مما يقلل من فرصة التوازن. (38: 76-77)

2-1-7- التحصيل المعرفي :

عن أهمية التحصيل المعرفي يشير علي المهدي (2003) إلى أنه يعد مؤشراً مهماً لنجاح العملية في تحقيق أهدافها، وذلك لأنه دال على مستوى السلوك الذي بلغه المتعلم في المجالات التعليمية المختلفة، بمعنى أن التحصيل المعرفي المرتفع يشير إلى مستوى كفاية عال بينما

التحصيل المعرفي المنخفض يشير إلى مستوى كفاية ضعيف، ومن أجل الوصول إلى تحصيل معرفي مرتفع أهتم الباحثون بتطوير إجراءات التدريس أكثر إفادة للدراسين. (125:47)

كما يشير محمود عبدالحليم (2006) إلى أن تقويم الإنجازات المعرفية (التحصيل المعرفي) في التربية الرياضية قد يكون في صورة محادثة غير رسمية مع تلميذ أو صورة اختبار المجموعة والتي يتم إدارتها بعناية، وذلك بظهور بعض الوعي من خلال الإدراك الحركي والمناقشات الخاصة بتسجيلات الفيديو والعروض، ويمكن إجراء تقويم دقيق إذا تم تصميم البيئة بطريقة أفضل، كما أن تقويم الإنجازات الرياضية في التربية البدنية يمكن أن يكون علماً أو منهجاً اعتماداً على متى يحدث وكيف يستخدم، بمعنى أن تقويم إنجاز جزء كبير من العمل (65:64).

2-2 الدراسات السابقة :

قام الباحث بعمل مسح للبحوث و الدراسات المرتبطة بموضوع البحث في العديد من المصادر المتمثلة في رسائل الماجستير والدكتوراه ، وفي المجالات و الدوريات العلمية الخاصة بالتربية البدنية، وكذلك المؤتمرات العلمية لكليات التربية البدنية، بالإضافة إلى مستخلصات رسائل الدكتوراه التي تمكن من الوصول إليها ، ومن تلك المصادر اختار الباحث الدراسات المرتبطة بمتغيرات هذا البحث، ومن خلال تلك المصادر اختار الباحث الدراسات من حيث (العنوان، الهدف، المنهج، العينة، أهم النتائج) حيث يتيح ذلك للباحث معرفة الإجراءات التي استخدمت من قبل وفي حدود ما توصل إليه الباحث من دراسات ، حيث قام بتصنيفها إلى ثلاث مجموعات وفي ما يلي عرض للدراسات السابقة العربية والأجنبية ودراسات في مجال الجمباز مرتبة تبعاً لأحدثها.

2-2-1- الدراسات العربية :

2-2-2- الدراسات الأجنبية :

2-2-3- الدراسات في مجال الجمباز :

2-2-1- الدراسات العربية :

2-2-1-1- دراسة : صفاء محمد : (2014) (33)

بعنوان: أثر استخدام التعلم التعاوني على تعلّم بعض مهارات كرة السلة لطالبات الصف السابع الأساسي في محافظة نابلس.

هدف الدراسة: التعرف على أثر استخدام التعلم التعاوني على تعلّم بعض مهارات كرة السلة لطالبات الصف السابع الأساسي في محافظة نابلس.

المنهج المستخدم والعينة : استخدمت الباحثة المنهج التجريبي ذي المجموعتين، وكان عدد العينة (30) مقسمة على مجموعتين متساويتين ومتكافئتين ، المجموعة التجريبية تكونت من (15) طالبة والمجموعة الضابطة (15) طالبة.

الاستنتاجات : وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مستوى التغير في الأداء المهاري بين الأفراد، المجموعتين الضابطة والتجريبية على القياسات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية التي تعلمت بأسلوب التعلم التعاوني.

2-2-1-2- دراسة : معين عودات ، منصور الزبون : (2013) (66)

بغوان: فاعلية استخدام أسلوب التآلف والبناء على مستوى أداء بعض المتغيرات البدنية والمهارية لطلبة الجامعة الهاشمية.

هدف الدراسة : هدفت الدراسة إلى التعرف على فاعلية استخدام أسلوب التآلف والبناء على مستوى أداء بعض المتغيرات البدنية والمهارية لطلبة الجامعة الهاشمية.

المنهج المستخدم والعينة : استخدم الباحثان المنهج التجريبي ، وأجريت الدراسة على عينة عمدية قوامها (40) طالباً من طلبة مساق كرة يد (1) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في الجامعة الهاشمية، وقد قسمت العينة إلى مجموعتين متساويتين، الأولى ضابطة والمجموعة الثانية تجريبية عدد كل منهما (20) طالباً، وتم تطبيق اختبارات بدنية ومهارية لقياس مستوى أداء الطلبة.

الاستنتاجات: وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية لتأثير استخدام أسلوب التآلف والبناء على بعض المتغيرات البدنية والمهارية ، وأوصي الباحثان بضرورة استخدام أسلوب التآلف والبناء في تدريس التربية الرياضية .

2-2-1-3- دراسة: معين عودات : (2010) (65)

العنوان: "فاعلية استخدام أسلوب التعلم التعاوني والتعلم التبادلي على التحصيل المهاري لبعض مهارات رياضة تنس الطاولة لتلاميذ المرحلة الأساسية العليا.

هدف الدراسة: التعرف إلى فاعلية استخدام أسلوب التعلم: التعاوني والتعلم التبادلي على التحصيل المهاري لبعض مهارات رياضة تنس الطاولة لتلاميذ المرحلة الأساسية.

المنهج المستخدم والعينة: الدراسة على عينة أُخترت عشوائياً قوامها (50) تلميذاً من تلاميذ الصف الثامن الأساسي في لواء بني كنانة/ الأردن للعام الدراسي 2009/2008، قُسموا إلى ثلاث مجموعات، مجموعتين تجريبيتين ومجموعة ضابطة.

الاستنتاجات : نتائج هذه الدراسة فاعلية استخدام أسلوب التدريس التعاوني والتبادلي في التحصيل المهاري لبعض مهارات رياضة تنس الطاولة.

2-2-1-4- دراسة : يحيى لموم (2010) (82)

بعنوان : أثر برنامج تعليمي قائم على الوسائط المتعددة مع كل من أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران و التطبيق الذاتي على تعلم مهارة دفع الجلة .

هدف الدراسة : تصميم برنامج تعليمي قائم على الوسائط المتعددة مع أسلوب التطبيق الذاتي والتطبيق بتوجيه الأقران لتعلم مهارة دفع الجلة .

المنهج المستخدم والعينة : استخدم الباحث المنهج التجريبي ، العينة : طلاب السنة الأولى بقسم علوم التربية البدنية ،كلية الآداب ،جامعة قاريونس وتم تقسيمهم إلى مجموعتين كل مجموعة 15 طالب .

الاستنتاجات : توصل الباحث إلى أن البرنامج التعليمي القائم على الوسائط المتعددة أثر ايجابي على المجموعتين وكانت نسب التحسن في المجموعتين دالة ، كما توصل الباحث إلى

أن برنامج الوسائط المتعددة مع أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران كانت نتائجه أفضل من أسلوب التطبيق الذاتي .

2-2-1-5- دراسة : حسين ، محمد : (2006) (24)

بعنوان : فعالية بعض الأساليب المستخدمة في تكييف الموقف التعليمي لخصائص المتعلم.

هدف الدراسة : التعرف على بعض الأساليب المستخدمة في تكييف الموقف التعليمي لخصائص المتعلم.

المنهج المستخدم والعينة: استخدم الباحثان المنهج التجريبي، عينة تم اختيارها بالطريقة العمدية قوامها (36) طالباً من طلبة الفرقة الثالثة من كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة.

الاستنتاجات: كانت أهم نتائج هذه الدراسة تفوق المجموعتين اللتان استخدمتا أسلوب التعلم التعاوني وأسلوب التدريس للمجموعات الصغيرة على المجموعة التي تم تدريسها لها بالطريقة التقليدية.

2-2-1-6- دراسة : الصياد ، حسين : (2005) (12)

بعنوان : تأثير أسلوب التآلف والبناء والواجبات الإضافية على بعض المتغيرات البدنية والمهارية في درس التربية الرياضية.

هدف الدراسة: التعرف على تأثير أسلوب التآلف والبناء والواجبات الإضافية على بعض المتغيرات البدنية والمهارية في درس التربية الرياضية.

المنهج المستخدم والعينة : استخدم الباحثان المنهج التجريبي، أجريت الدراسة على عينة تم اختيارها بالطريقة العمدية قوامها (78) طالبا قسموا إلى ثلاث مجموعات، مجموعتين تجريبيتين والمجموعة الثالثة ضابطة قوام كل منها (26) طالبا.

الاستنتاجات : في هذه الدراسة تفوقت المجموعتان اللتان استخدمتا أسلوبَي التآلف والبناء والواجبات الإضافية على المجموعة التي تم تدريسها لها بالطريقة التقليدية في بعض المتغيرات البدنية والمهارية في درس التربية الرياضية.

2-2-1-7- دراسة : هشام عبد الحميد : (2004) (80)

بعنوان : تأثير استخدام بعض الأساليب علي المتطلبات البدنية والمهارية والمعرفية الخاصة بالمبتدئين في الكاراتيه .

هدف الدراسة: التعرف على تأثير استخدام أساليب التدريس (الممارسة، التبادلي، الأوامر) على المتطلبات البدنية والمهارية والمعرفية الخاصة بالمبتدئين في الكاراتيه .

المنهج المستخدم والعينة: استخدم الباحث المنهج التجريبي، تم اختيار العينة بطريقة العشوائية وكان قوامها (90) طالباً من طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية جامعة المنصورة وثلاث مجموعات متساوية تجريبية (الأولي للممارسة، الثانية للتبادلي ، مجموعة ضابطة) .

الاستنتاجات : قد أثر البرنامج التعليمي باستخدام أساليب التدريس قد أثر على المتطلبات البدنية والمهارية والمعرفية للمبتدئين في الكاراتيه مع الفروق في أساليب التدريس المستخدمة في نسبة تأثير كل منهما في المتغيرات.

2-2-1-8- دراسة : أحمد محمود : (2004)(6)

بعنوان: تأثير استخدام بعض أساليب التدريس على مستوى الأداء الحركي والمعرفي في كرة السلة للصف الأول الثانوي.

هدف الدراسة: التعرف على تأثير استخدام أساليب التدريس الأوامر- التطبيق الموجه - المنافسة علي مستوى الأداء الحركي والمعرفي في كرة السلة للصف الأول الثانوي .

المنهج المستخدم والعينة : استخدم الباحث المنهج التجريبي، تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية، وكان قوامها (60) طالباً من طلاب الصف الأول الثانوي.

الاستنتاجات : أوجدت النتائج أن أساليب التدريس فيها اختلاف أو تمايز في مستوى الأداء المعرفي في كرة السلة.

2-2-1-9- دراسة : محمد أحمد : (2004) (58) .

بعنوان : فاعلية استخدام أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات والعرض التوضيحي على تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة الهوكي.

هدف الدراسة : التعرف على فاعلية استخدام أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات على أداء بعض المهارات الأساسية (دفع- نظر- ضرب- المجاوزة) في رياضة الهوكي لدى طلاب الفرقة الأولى في بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة الزقازيق، وكذلك فاعلية استخدام أسلوب العرض التوضيحي على أداء المهارات والتعرف على الفرق بين تأثير استخدام كل من الأسلوبين في أداء بعض المهارات الأساسية لرياضة الهوكي.

المنهج المستخدم والعينة : استخدام المنهج التجريبي ، وكان قوام العينة (84) طالباً .

الاستنتاجات : فاعلية استخدام أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات وتأثيره ايجابياً على تعلم بعض المهارات، وكذلك فاعلية استخدام أسلوب العرض التوضيحي وتأثيره ايجابياً على تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة الهوكي.

2-2-1-10- دراسة : عبدالسلام : (2004) (37)

بعنوان : أثر استخدام ثلاثة أساليب تدريسية على مستوى وتكرار أداء مهارتي الإرسال الطويل والإرسال القصير في الريشة الطائرة.

هدف الدراسة : التعرف على أثر استخدام ثلاثة أساليب تدريسية في التربية الرياضية (الأمر -
التطبيقي - وتقسيم الأداء الذاتي) على مستوى الأداء المهاري للمهاترين، وكذلك إجراء مقارنة
بين الأساليب التدريسية الثلاثة المستخدمة في الدراسة من حيث عدد مرات الأداء.
المنهج المستخدم والعينة : استخدم الباحث المنهج التجريبي، وكان قوام العينة (42) طالباً من
طلاب كلية العلوم التربوية.

الاستنتاجات: أسفرت النتائج عن إمكانية استخدام جميع أساليب الدراسة لأحداث تطور عال في
مستوى إنجاز الطلبة المهاري عند تعلمهم مهارة الإرسال في الريشة الطائرة، وإن عدد مرات
الأداء كان مؤثراً إيجابياً على رفع مستوى الإنجاز وعند المقارنة بين استخدام أساليب التدريس
فإن الأسلوب التطبيقي يُعدُّ أفضل من أسلوب تقسيم الأداء الذاتي في تدريس مهارة الإرسال
القصير في الريشة الطائرة.

2-2-1-11- دراسة : أحمد الموفي : (2004) (4)

بعنوان : تأثير استخدام بعض أساليب التدريس على مستوى التحصيل المهاري والمعرفي في
الكرة الطائرة لطلاب كلية التربية الرياضية.

هدف الدراسة: التعرف على تأثير البرنامج التعليمي باستخدام أساليب التدريس (الممارسة-
التعلم التبادلي -الوجبات الحركية) على مستوى التحصيل المهاري في الكرة الطائرة.
المنهج المستخدم والعينة: استخدم الباحث المنهج التجريبي، فكان عدد العينة (90) طالباً من
الفرقة الأولى في كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة، واختار العينة بالطريقة العشوائية وتم
تقسيم العينة إلى ثلاث مجموعات تجريبية لكل (30) طالباً.

الاستنتاجات : إن البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب الممارسة حقق أعلى مستوى في تعلم
مهارة الإرسال الأمامي المواجه من أسفل في طرة الطائرة.

2-2-1-12- دراسة : إسماعيل فتحي خميس : (2003) (9)

بعنوان : تأثير استخدام التعلم التعاوني على مستوى الأداء في كرة السلة لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي.

هدف الدراسة : التعرف على مدى تأثير استخدام التعلم التعاوني على تحسين مستوى الأداء المهاري لتلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، وكذلك فاعلية الوحدات التعليمية باستخدام أسلوب التعلم التعاوني في كرة السلة .

المنهج المستخدم والعينة: استخدم الباحث المنهج التجريبي، وكان قوام العينة (140) تلميذاً من تلاميذ الصف الثاني في المدرسة الإعدادية بالمنوفية على مجموعتين الأولى تجريبية والثانية ضابطة.

الاستنتاجات: إن استخدام أسلوب التعلم التعاوني أفضل من طريقة التعلم المتبعة في تعلم مهارات كرة السلة، وكذلك استخدام أسلوب التعلم التعاوني ذو فاعلية في تعلم مهارات كرة السلة أي إن هذا الأسلوب يفضل استخدامه في الألعاب الجماعية .

2-2-1-13- دراسة : أحمد يوسف : (2002) (7)

بعنوان : مقارنة أسلوب التطبيق الموجه والتطبيق الذاتي متعدد المستويات علي بعض المهارات الأساسية والصفات البدنية الخاصة للمبتدئين في كرة السلة.

هدف الدراسة : يهدف البحث إلى مقارنة التطبيق الموجه والتطبيق الذاتي متعدد المستويات على بعض المهارات الأساسية والصفات البدنية الخاصة للمبتدئين في كرة السلة.

المنهج المستخدم والعينة: استخدم الباحث المنهج التجريبي، وكان قوام العينة (60) طالباً من طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية ببورسعيد، وتم اختيارها بالطريقة العشوائية ، وقسمت العينة إلى ثلاث مجموعات متساوية كل منها (20) طالباً.

الاستنتاجات : تفوق أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات على كل من (التطبيق الموجه -المجموعة الضابطة) في تعلم مهاراتي (التمرير، التصويب) وتنمية الصفات البدنية الخاصة بكرة السلة والتي تمثلت في (القوة المميزة بالسرعة للرجلين والذراعين تحمل القوة- السرعة- الجلد - الدور التنفسي) وكذلك تفوق أسلوب التطبيق الموجه على كل من أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات والمجموعة الضابطة في تعلم مهارة (المحاورة) وفي تنمية صفة (الرشاقة)

2-2-1-14- دراسة : إيناس أحمد : (2001) (19)

بعنوان : أثر التفاعل بين الأسلوب المعرفي (الاعتماد -الاستقلال) ومعالجتين تعليميتين للتعبير عن الأداء اللغوي للتلاميذ الصف الثاني الإعدادي.

هدف الدراسة: التعرف على أثر التفاعل بين الأسلوب المعرفي (الاعتماد -الاستقلال) ومعالجتين تعليميتين للتعبير عن الأداء اللغوي للتلاميذ الصف الثاني الإعدادي.

المنهج المستخدم والعينة: استخدمت الباحثة المنهج التجريبي، تكونت العينة من (180) تلميذاً وتلميذة من المرحلة الإعدادية، وقسمت العينة إلى مجموعتين تجريبية وضابطة.

الاستنتاجات: وجود فروق دالة احصائياً لطلاب المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي في اختبارات الأداء اللغوي - البحث المكتبي لصالح المجموعة التجريبية، ويرجع ذلك إلى المعالجة عدم وجود تفاعل بين الاستعدادات والمعالجات.

2-2-1-15- دراسة: لمياء فوزى : (2000) (54)

بعنوان : تأثير استخدام بعض الأساليب على مستوى الأداء المهاري و الدافعية لبعض المهارات الأساسية في كرة السلة لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا.

هدف الدراسة: التعرف على تأثير استخدام بعض أساليب التدريس (توجيه الأقران - الاكتشاف الموجه - العرض التوضيحي) على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السلة لطالبات الصف الثاني في كلية التربية الرياضية بطنطا، وكذلك التعرف على أفضل الأساليب المستخدمة في تأثير على مستوى بعض المهارات الأساسية في كرة السلة لطالبات الصف الثاني بكلية التربية الرياضية بطنطا.

المنهج المستخدم والعينة: استخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وكان عدد العينة (72) طالبة. **الاستنتاجات:** أسفرت النتائج على: أن أفضل أسلوب لاكتساب بعض المهارات الأساسية في كرة السلة هو أسلوب التعليم بتوجيه الأقران يليه أسلوب الاكتشاف الموجه ثم أسلوب العرض التوضيحي، وكذلك أفضل الأساليب في تنمية دافعية الإنجاز هو أسلوب التعليم بتوجيه الأقران، يليه أسلوب الاكتشاف الموجه، ثم أسلوب العرض التوضيحي والأسلوب المتبع العرض التوضيحي غير كاف لتعلم المهارات الأساسية لكرة السلة بصورة جيدة.

2-2-1-16- دراسة : أحمد الموافي: (1999) (3)

بعنوان : تأثير استخدام بعض الأساليب التدريس على تعلم بعض مهارات كرة الطائرة لطالب كلية التربية البدنية والرياضة.

هدف الدراسة : التعرف على تأثير استخدام (أسلوب الأوامر-أسلوب التطبيق الأقران -التطبيق الذاتي المتعدد المستويات) على تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة لطالب كلية التربية البدنية الرياضية جامعه المنصورة .

المنهج المستخدم والعينة : استخدم الباحث المنهج التجريبي، وبلغ عدد العينة (90) طالباً من طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية البدنية للبنين جامعة المنصورة.

الاستنتاجات: أسفرت النتائج على :أن يؤثر أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران -التعلم التبادلي إيجابياً على تعلم مهارة الإرسال الأمامي المواجه من أسفل ومهارة التمرين من أسفل باليدين معاً كما يؤثر أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات تأثير إيجابياً على تعلم مهارة التمرين من أعلى والأمام لطلاب الكلية التربية الرياضية.

2-2-1-17-دراسة : أمانى رفعت : (1998) (14)

بعنوان : برنامج تعليمي باستخدام أسلوب الاكتشاف الموجه وأثره على تعلم بعض مهارات المباراة.

هدف الدراسة: تهدف هذه الدراسة إلى تصميم برنامج تعليمي باستخدام أسلوب الاكتشاف الموجه، والتعرف على أثره في تعلم بعض مهارات المباراة و التحصيل المعرفي لها لدى طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة المينا.

المنهج المستخدم والعينة: استخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وشملت العينة (44) طالبة من طالبات كلية التربية الرياضية بجامعة المينا، وقد تم تقسيمها إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية قوام كل مجموعة (22) طالبة، واستخدمت المجموعة التجريبية أسلوب الاكتشاف الموجه، أما الضابطة استخدمت الأسلوب الأمري المتبع من قبل مدرس المادة في تعلم المهارات المستخدمة في البحث.

الاستنتاجات: إن المجموعة التجريبية أفضل من المجموعة الضابطة في تعلم مهارات المباراة والتحصي المعرفي.

2-2-2 الدراسات الأجنبية :

2-2-2-1-2-2 دراسة : (2012) (91) Oudat:

بعنوان : تأثير استخدام بعض أساليب التدريس على بعض المتغيرات البدنية والمهارية في كرة السلة.

هدف الدراسة: التعرف إلى تأثير استخدام بعض أساليب التدريس على بعض المتغيرات البدنية والمهارية في كرة السلة.

المنهج المستخدم والعينة : المنهج التجريبي ، العينة المستهدفة اختيرت بالطريقة العمدية قوامها (24)

طالباً من طلاب الجامعة ، و قد قسموا إلى مجموعتين ، مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة. **الاستنتاجات :** كانت أهم نتائج هذه الدراسة : إن التنوع في الأساليب التدريسية أدى إلى تحسن واضح في الأداء.

2-2-2-2-2-2 دراسة : (2005) (86) Cheng Lin :

بعنوان : فاعلية أسلوب التدريس الأمري والتطبيقي بتوجيه المدرس.

هدف الدراسة: الهدف منها التعرف على فاعلية أسلوب التدريس الأمري والتطبيقي بتوجيه المدرس.

المنهج المستخدم والعينة : استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو مجموعتين، عينة تم اختيارها بالطريقة العمدية قوامها (40) طالباً قسموا إلى مجموعتين، مجموعة استخدمت الأسلوب الأمري، والأخرى استخدمت الأسلوب التطبيقي بتوجيه المدرس.

الاستنتاجات : كانت أهم نتائج هذه الدراسة تفوق المجموعة التي استخدمت الأسلوب التطبيقي بتوجيه المدرس على المجموعة التي استخدمت الأسلوب الأمري.

2-2-2-3- دراسة : (2000) (94) Schilling & Mary

بعنوان : تأثير كل من أسلوب توجيه الأقران، وأسلوب الواجبات الحركية وأسلوب الأوامر على مهارة التصويب الكراجية في رياضة كرة اليد.

هدفت الدراسة : التعرف على تأثير كل من أسلوب توجيه الأقران، وأسلوب الواجبات الحركية وأسلوب الأوامر على مهارة التصويب الكراجية في رياضة كرة اليد.

المنهج المستخدم و العينة : أجريت الدراسة على عينة اختيرت بالطريقة العشوائية قوامها (120) طالباً من طلاب الجامعة، قسموا إلى ثلاث مجموعات، مجموعتين تجريبيتين ومجموعة ضابطة.

الاستنتاجات : كانت أهم نتائج هذه الدراسة : إن كل الأساليب التدريسية أدت إلى تحسين واضح في الأداء، حيث كان أسلوب الواجبات الحركية أفضل الأساليب، ثم أسلوب توجيه الأقران، ثم الأسلوب الأمري.

2-2-2-4- دراسة : (1998) (85) Cai

بعنوان : متعة الطلاب في درس التربية الرياضية في محيط ثلاثة أساليب للتدريس.

هدفت الدراسة : إلى محاولة التحقيق من استماع الطلاب في ثلاث بيئات للتدريس وتحديد مدى الاستماع في درس التربية الرياضية بأسلوبي الأمر والتبادلي والتطبيق الذاتي المتعدد المستويات.

المنهج المستخدم والعينة: المنهج المستخدم المنهج التجريبي، كان قوام العينة (98) طالباً من طلاب الجامعة (67) طالباً و(31) طالبة قسموا إلى(6) مجموعات (3) مجموعات لفصول الكاراتيه و(3) لفصول ألعاب المضرب.

الاستنتاجات:- هناك فروق ذات دلالة بين مجموعات الكاراتيه ولا توجد فروق ذات دلالة بين مجموعات ألعاب المضرب.

-بمقارنة المتعة بين مجموعات الكاراتيه وجد أن أسلوب الأمر هو ذو أعلى مؤشر للدلالة وأسلوب التبادل أعلى من أسلوب المستويات.

مجموعة الأمر في الكاراتيه أعلى من مجموعة الأمر في ألعاب المضرب.

2-2-2-5- دراسة : (1998) (93) Siedentop Daryl

بعنوان : أثر استخدام التعلم التعاوني في تعليم بعض مهارات التربية الرياضية وتنمية مهارات العمل الجماعي.

هدف الدراسة: التعرف على أثر استخدام التعلم التعاوني في تعليم بعض مهارات التربية الرياضية وتنمية مهارات العمل الجماعي.

المنهج المستخدم والعينة: استخدم المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعتين، العينة: طلبة المدارس العليا مقسمة إلى مجموعتين مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة.

الاستنتاجات: تحسين المستوى المهاري والكفاءة البدنية للمجموعة التي استخدمت الأسلوب التعاوني.

2-2-2-6- دراسة : (1997) (83) Brucesdu W Gonson ley , David

بعنوان: أثر استخدام التعلم التعاوني لزيادة الخبرات الأكاديمية والاجتماعية للمبتدئين الرياضيين.

هدف الدراسة: التعرف على تأثير استخدام التعلم التعاوني لزيادة الخبرات الأكاديمية والاجتماعية للمبتدئين الرياضيين.

المنهج المستخدم والعينة: المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعتين، كان قوام العينة (170) طالباً من الطلاب المبتدئين في (17) رياضة داخلية كانوا مطلوبين لحضور الدراسة المسائية مقسمين إلى مجموعتين الأولى تجريبية والآخرى ضابطة.

الاستنتاجات :- إن برنامج المجموعة قد وجد تأييداً شخصياً وأكاديمياً وتسهيلاً لمجموعات العمل التعاوني.

- كما أنهم أتموا العمل وكونوا علاقات إيجابية ومشجعة مع زملائهم المشاركين من خلال العمل التعاوني.

2- التعليق على الدراسات السابقة :

بعد الاطلاع والتحليل للدراسات السابقة من حيث المشكلة والعينة والمنهج والإجراءات توصل الباحث إلى الآتي:

يتضح من خلال العرض السابق للدراسات السابقة أنها أجريت في الفترة من عام (1997) إلى عام (2014) وقد بلغ عددها (22) دراسة سابقة منها (16) دراسة عربية أجريت من عام (1993) إلى (2014) والدراسات الأجنبية (6) أجريت من عام (1997) إلى عام (2005).

1- المنهج : اتفقت معظم الدراسات السابقة، العربية منها والأجنبية، على استخدام المنهج

التجريبي باعتباره أنسب المناهج المستخدمة لمثل هذه الدراسات، وتم إدخال المتغير التجريبي، وهو أسلوب التدريس والتعرف على تأثير استخدامه على المتغيرات الأخرى، ولكن اختلفت الدراسات في التصميم التجريبي، فمنهم من استخدم مجموعة تجريبية وضابطة، ومنهم من استخدم مجموعتين تجريبيتين والأخرى ضابطة، ومنهم من استخدم ثلاث مجموعات والأخرى ضابطة.

2- **الأهداف:** يتضح من الدراسات السابقة: إنها اهتمت بالمقارنة بين عدد من الأساليب التعليمية المختلفة، وتلك المقارنة تهدف إلى التأثير على بعض المتغيرات التابعة، والتي منها البدنية أو المهارية، وكذلك التحصيل المعرفي، وقد اختلف الباحثون فيما بينهم حول محك المقارنة بين أساليب التعليم، فقد شمل الكثير من المتغيرات، ولكن معظم الدراسات تناولت المتغيرات البدنية والمهارية والتحصيل المعرفي، وهذا ما يتطابق مع الدراسة الحالية.

3- **عينة الدراسات :** اختلفت أعداد عينات الدراسات التي استطاع الباحث التوصل عليها، حيث تراوحت أعداد العينات من (8) إلى (180) طالباً، **نوعها :** واستخدمت الدراسات عينات مختلفة، انحصرت بين (تلاميذ المدارس - طلاب وطالبات كليات التربية البدنية الرياضية) **طريقة اختيار العينة :** اختلفت طريقة الاختيار في كل الدراسات حيث انحصرت بين (العشوائية - والعمدية).

4- **الأسلوب الإحصائي :** اتفقت معظم الدراسات السابقة العربية أو الأجنبية التي استخدمت التصميم التجريبي لمجموعتين أو أكثر على استخدام (المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - الوسيط - اختبارات - معامل الارتباط) مما أفاد الباحث في تحديد الأسلوب الإحصائي المناسب.

5- **أهم النتائج :** أسفرت نتائج الدراسات السابقة عن تفوق المجموعة التي استخدمت الأساليب التعليمية وهي:(أسلوب الممارسة- تطبيق الأقران- التآلف- التطبيق الذاتي) وغيرها من الأساليب على المجموعة الضابطة في المتغيرات الخاصة بكل دراسة، وهناك دراسات توصلت إلى تفوق المجموعة التي استخدمت الأسلوب التبادلي على المجموعة الضابطة، وهناك دراسات تفوق فيها أسلوب الممارسة والتبادلي على أسلوب الأوامر، وتفوق أسلوب حل المشكلات على أسلوب المجموعة الضابطة.

2-2-3- الدراسات في مجال الجمباز:

2-2-3-1- دراسة: عقيل يحيى هاشم ، نداء فليح حسن: (2013) (44)

بعنوان : تأثير استخدام أسلوب الاكتشاف الموجه في تعلم بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للطالبات.

هدف الدراسة: التعرف على تأثير أسلوب الاكتشاف الموجه في تعلم بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للطالبات وكذلك التعرف على تأثير الأسلوب (الأمري) الأسلوب المتبع من قبل المدرس في تعلم بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للطالبات.

المنهج المستخدم والعينة : المنهج المستخدم المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعتين، وتكونت عينة البحث من (22) طالبة من طالبات معهد إعداد المعلمات- المرحلة الخامسة، تم اختيارها بالطريقة العشوائية وبطريقة القرعة من أصل (30) طالبة بعد أن استبعد الباحثان (8) طالبة؛ لغرض تجانس العينة وهم طالبات التجربة الاستطلاعية، تم تقسيمهن إلى مجموعتين متساويتين الضابطة والتجريبية، وبلغ قوام كل مجموعة (11) طالبة.

الاستنتاجات : إن أسلوب الاكتشاف الموجه والأسلوب المتبع من قبل المدرس (الأسلوب الأمريكي) لهما تأثير إيجابي وفعال في تعلم الأداء الفني لمهارات الجمناستك.

-إن استخدام أسلوب الاكتشاف الموجه أفضل من التعليم المتبع من قبل المدرس (الأمريكي) في تعلم الأداء الفني لمهارات الجمناستك.

2-2-3-2- دراسة : حامد نوري علي : (2012) (23)

بعنوان : تأثير الأسلوبين التبادلي و الأمريكي في تعلم بعض المهارات الحركية و الثبات وتقديم

المساعدة اليدوية في الجمناستيك لطلاب الصف الثاني في كلية التربية الرياضية جامعة القادسية.

هدف الدراسة : معرفة الأفضل بين الأسلوبين (الأمري) و(التبادلي) في تعليم المهارات الحركية والثبات وكذلك معرفة الأسلوب الأفضل لتطوير المساعدة اليدوية.

المنهج المستخدم و العينة : استخدم الباحث المنهج التجريبي ، وقد تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية وكان عدد العينة (18) طالباً .

الاستنتاجات: تم التوصل إلى: أن أسلوب التعلم الأمريكي فعال في تعليم الأداء المهاري بنوعيه الثابت والحركي ؛ أما الأسلوب التبادلي فهو أسلوب فعال في تطوير مهارات التدريس و التعليم لمهارات الجمناستيك ومن أهمها المساعدة اليدوية كونه تدريب عملي وممارسة لنشاط تقديم المساعدة اليدوية.

2-2-3-3- دراسة : مفلح بسام : (2010) (67)

بعنوان : بناء برنامج تعليمي يتعلق بالأسلوب التطبيقي بتوجيه المدرس، وفاعلية استخدامه في تعليم مهارة الشقلبة الجانبية، وتأثير البرنامج التعليمي في تحسين الأداء التدريسي والكفاية المعرفية المتعلقة بالأسلوب التطبيقي بتوجيه المدرس لدى أفراد عينة الدراسة.

هدف الدراسة: بناء برنامج تعليمي يتعلق بالأسلوب التطبيقي بتوجيه المدرس وفاعلية استخدامه في تعليم مهارة الشقلبة الجانبية.

المنهج المستخدم والعينة: استخدم الباحثان المنهج التجريبي ذو المجموعتين الضابطة والتجريبية؛ للقياس القبلي والبعدي، حيث تم تصميم برنامج تعليمي متعلق بالأسلوب التطبيقي بتوظيف استراتيجية التدريس المصغر.

أجريت الدراسة على عينة قوامها (28) طالباً وطالبة من طلبة مساق طرق وأساليب تدريس التربية الرياضية في كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية.
الاستنتاجات: كانت أهم نتائج هذه الدراسة : إن للبرنامج التعليمي تأثيراً واضحاً لصالح القياس البعدي.

2-2-3-4- دراسة : فوزية محمد : (2005) (52)

بمعنوان: تأثير أسلوب التدريس (التبادلي والتدريبي) على تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز ومفهوم الذات لتلميذات التعليم الأساسي (المرحلة الإعدادية).
هدف الدراسة:1- تأثير أسلوب التدريس (التبادلي والتدريبي) على تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز ومفهوم الذات لتلميذات التعليم الأساسي (المرحلة الإعدادية).
2- أفضل الأساليب تأثيراً على تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز ومفهوم الذات لتلميذات التعليم الأساسي (المرحلة الإعدادية).
3- التعرف على نسبة التحسن لدى مجموعتي البحث في تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز ومفهوم الذات لتلميذات التعليم الأساسي (المرحلة الإعدادية).
المنهج المستخدم والعينة: استخدمت الباحثة المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعتين التجريبي والضابطة، وكانت العينة (28) تلميذة من تلميذات التعليم الأساسي، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية.

الاستنتاجات: هناك تأثير إيجابي لأسلوب التدريس التبادلي والتدريبي على مستوى تعلم المهارات، وكذلك هناك تأثير لأسلوب الأوامر الذي استخدم مع المجموعة الضابطة، وكذلك

هناك تأثير إيجابي للأسلوب التبادلي في نمو أبعاد السلوك، المنزلة العقلية، والمجموع الكلي لأبعاد المقياس، وهناك تأثير إيجابي للأسلوب التدريبي في نمو السعادة والرضى.

2-2-3-5- دراسة : بدوي ، حمودة: (2003) (20)

بعنوان: تأثير استخدام أسلوب التآلف والبناء والعرض التوضيحي في تعلم بعض مهارات الجميز على التحصيل المهاري لطالبات المرحلة الإعدادية.

هدف الدراسة: التعرف على تأثير استخدام أسلوب التآلف والبناء والعرض التوضيحي في تعلم بعض مهارات الجميز على التحصيل المهاري لطالبات المرحلة الإعدادية.

المنهج المستخدم والعينة: أجريت الدراسة على عينة اختيرت بالطريقة العمدية قوامها (129)

طالبة من طالبات الصف الثالث الإعدادي بمدارس نصر الخاصة بالهرم، قسموا إلى ثلاث مجموعات، مجموعتين تجريبيتين والمجموعة الثالثة ضابطة، قوام كل منها (38) طالبة، حيث تم تدريس المجموعة التجريبية الأولى باستخدام أسلوب التآلف والبناء، والمجموعة التجريبية الثانية باستخدام العرض التوضيحي، والمجموعة الضابطة تم تدريسها بالطريقة التقليدية.

الاستنتاجات : تفوق المجموعتين التجريبيتين اللتين استخدمتا أسلوب التآلف والبناء والعرض التوضيحي على المجموعة الضابطة التي تم تدريسها بالطريقة التقليدية.

2-2-3-6- دراسة: بسمان عبد الوهاب: (2002) (21)

بعنوان : تأثير استخدام الأسلوبين الأمري والتبادلي على مستوى التعلم والوقت المستثمر خلال درس الجمناسنك.

هدف الدراسة: معرفة تأثير كل من تأثير استخدام الأسلوبين الأمري والتبادلي على مستوى التعلم والوقت المستثمر خلال درس الجمناسنك لطلبة المرحلة الأولى في كلية التربية الرياضية

جامعة بغداد، وكذلك معرفة الوقت المستثمر في التعلم في كلٍ من الأسلوبين الأُمري والتبادلي خلال درس الجمناستك.

المنهج المستخدم والعينة: استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعتين، وكان عدد العينة (40) طالباً قسموا إلى عینتین ضابطة وتجريبية، وبمعدل (20) طالباً لكل مجموعة. **الاستنتاجات:** وقد توصل الباحث إلى وجود تباين في مستوى التعلم لبعض المهارات الأساسية في درس الجمناستك ولصالح الأسلوب التبادلي.

2-2-3-7- دراسة: إيمان حسن ، ليلي عباس (2001) (18)

بعنوان : أثر استخدام أساليب التدريس على مستوى الأداء والتذكر الحركي لمهارة الوقوف على اليدين والدرجة الأمامية.

هدف الدراسة: التعرف على أثر استخدام بعض أساليب التدريس (الأسلوب التقليدي- أسلوب الواجبات الحركية- أسلوب توجيه الأقران) على مستوى الأداء لمهارة الوقوف على اليدين و الدرجة الأمامية لتلميذات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي.

المنهج المستخدم والعينة : المنهج التجريبي ، عينة البحث : تلميذات الصف الثاني بمدرسة صفيه زغول الإعدادية.

الاستنتاجات : أثرت الأساليب المختارة (الأسلوب التقليدي- أسلوب الواجبات الحركية- توجيه الأقران) تأثيراً إيجابياً على مستوى أداء مهارة الوقوف على اليدين و الدرجة الأمامية وينسب متفاوتة .

- أفضل الأساليب التدريسية لاكتساب المهارة هو أسلوب التبادل، يليه أسلوب الواجبات الحركية ثم التقليدي- أكثر الأساليب تأثيراً على معدل التذكر الحركي للمهارة هو أسلوب التبادل يليه أسلوب الواجبات الحركية.

2-2-3-8 دراسة: ليلي عباس : (2000) (55)

بعنوان: فعالية استخدام استراتيجيات التعلم التعاوني على مستوى التحصيل المعرفي والحركي

وبقاء أثر التعلم لمهارة الشقلبة الأمامية على اليدين على حضان القفز.

هدف الدراسة: التعرف على فعالية استراتيجيات التعليم التعاوني على مستوى التحصيل المعرفي

والحركي للمهارة - التعرف على فعالية استراتيجيات التعلم التعاوني على بقاء أثر التعلم للمهارة

في كل من التحصيل المعرفي والحركي.

المنهج المستخدم والعينة: المنهج التجريبي، عينة البحث : طالبات الفرقة الثالثة في كلية

التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية.

الاستنتاجات: التعرف على فعالية استراتيجيات التعليم التعاوني على مستوى التحصيل المعرفي

والحركي للمهارة - التعرف على فعالية استراتيجيات التعلم التعاوني على بقاء أثر التعلم للمهارة

في كل من التحصيل المعرفي والحركي.

2-2-3-9- دراسة : ناهد خيري : (1999) (74)

بعنوان : تأثير استخدام أسلوب التدريس بالاكتشاف الموجه والتقليدي في درس التربية الرياضية

على بعض المهارات الحركية في الجمباز لتلميذات المرحلة الإعدادية .

هدف الدراسة : التعرف على أثر استخدام أسلوب التدريس بالاكتشاف الموجه والأسلوب الأمري

في الجمباز بدرس التربية الرياضية لتلميذات المرحلة الإعدادية على مستوى أداء بعض

المهارات الحركية في الجمباز (الدرجة الخلفية - الوقوف على الرأس).

المنهج المستخدم والعينة : استخدم الباحثان المنهج التجريبي، وشملت العينة (80) طالبة من

طالبات الصف الأول إعدادي ، وقد تم تقسيمهن إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية قوام كل

مجموعة (40) طالبة ، واستخدمت المجموعة التجريبية الأسلوب الاكتشاف الموجه أما الضابطة استخدمت الأسلوب التقليدي في تعلم المهارات المستخدمة في البحث.

الاستنتاجات : أسفرت النتائج على : أن الاعتماد على الذات يزيد الدافعية لدى التلميذات لتحقيق الأهداف المرجوة ، ومعرفة متطلبات الأداء قد أدى إلى سهولة استيعاب التلميذات لعناصر المهارات الحركية.

2-2-3-10- دراسة : زكية إبراهيم : (1993) (28)

بعنوان : فاعلية استخدام أسلوب الاكتشاف الموجه في تدريس بعض مهارات الجمباز على التحصيل الحركي والمعرفي لتلميذات الصف الخامس الابتدائي .

هدف الدراسة : التعرف على فاعلية أسلوب الاكتشاف الموجه في تدريس بعض مهارات الجمباز (الدرجة الأمامية - الوقوف على الأكتاف - الوقوف على الرأس) على التحصيل الحركي و المعرفي لتلميذات الصف الخامس الابتدائي .

المنهج المستخدم والعينة : استخدمت الباحثة المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعتين ، كان قوام العينة (70) تلميذه مقسمة على مجموعتين ، وتم اختيار العينة بطريقة العشوائية .

الاستنتاجات :

-يؤدي التدريس بأسلوب الإكتشاف الموجه والأسلوب التقليدي إلى التحصيل الحركي و المعرفي لمهارات الجمباز إلا أن التدريس باستخدام أسلوب الإكتشاف الموجه تفوق عن الأسلوب التقليدي.

-هناك فاعلية لاستخدام أسلوب الاكتشاف الموجه في التحصيل الحركي لمهارات الجمباز لدى تلميذات المجموعة التجريبية فيما عدا مهارة الوقوف على الرأس .

-هناك فاعلية لاستخدام أسلوب الإكتشاف الموجه في التحصيل المعرفى لمهارات الجباز لدى تلميذات المجموعة التجريبية .

2-4- التعليق على الدراسات السابقة :

بعد الاطلاع والتحليل للدراسات السابقة من حيث المشكلة والعيئة والمنهج والإجراءات توصل الباحث إلى الآتي :

يتضح من خلال العرض السابق للدراسات السابقة أنها أجريت بإستخدام الأساليب التعليمية في مجال الجباز في الفترة من عام (1993) إلى عام (2013) وقد بلغ عددها (10) دراسة سابقة جميع دراسات عربية .

1- المنهج : اتفقت معظم الدراسات السابقة العربية على استخدام المنهج التجريبي باعتباره أنسب المناهج المستخدمة لمثل هذه الدراسات وتم إدخال المتغير التجريبي وهو أسلوب التدريس الذي استخدمه الباحثون والتعرف على تأثير استخدامه على المتغيرات الأخرى ، ولكن اختلفت الدراسات في التصميم التجريبي فمنهم من استخدم مجموعة تجريبية وضابطة ومنهم من استخدم مجموعتين تجريبيتين والأخرى ضابطة ومنهم من استخدم ثلاث مجموعات اثنتان تجريبيتان والأخرى ضابطة .

2- الأهداف : يتضح من خلال الدراسات السابقة أنها اهتمت بالمقارنة بين أسلوب المتبع(أسلوب العرض التوضيحي) والأساليب التعليمية المختلفة ، واختلف الباحثون في المقارنة ، منهم من قارن بين تأثير أسلوبين من الأساليب (أسلوب الاكتشاف _أسلوب التبادلي _أسلوب التطبيق بتوجيه المدرس _أسلوب التالف _ أسلوب الواجبات الحركية)

ومنهم من قارن مع استراتيجية التعاون ، واتفق الباحثون على متغير التحصيل المعرفي ومستوى المهاري .

3- العينة : اختلفت إعداد عينات الدراسات السابقة ويتراوح عددها من (18) إلى (129) فردا
نوع العينة : استخدمت الدراسات عينات مختلفة من مراحل التعليمية المختلفة (تلاميذ المدارس _ طلاب كليات التربية الرياضية) وهذا يرجع إلى لطبيعة الاهداف كل دراسة ، طريقة اختيارها: اختلفت الدراسات السابقة في طريقة اختيار العينة ولكن انحصرت في (العشوائية _العمدية) .

4- الأسلوب الإحصائي : اتفقت معظم الدراسات السابقة التي استخدمت التصميم التجريبي لمجموعتين أو اكثر علي استخدام (المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - الوسيط - اختبارات - معامل الارتباط) مما أفاد الباحث في تحديد الأسلوب الاحصائي المناسب .

5- أهم النتائج : أسفرت النتائج الدراسات السابقة عن تفوق المجموعة التي استخدمت أساليب التعليمية وهي (أسلوب الاكتشاف - التطبيق الأقران - التالف -تطبيق الذاتي) وغيرها من الاساليب على المجموعة الضابطة في المتغيرات الخاصة بكل دراسة و اختلف الباحثون من حيث التأثير هناك دراسات توصلت إلى تفوق أسلوب الاكتشاف على أسلوب الامر في تعلم ، وهناك دراسات اسفرت إلى أن أسلوب تعلم الامر في تعلم في تعليم الأداء اما أسلوب التبادلي فعال في تطوير المهارات .

2-5- مدى الاستفادة من الدراسات السابقة في إجراء البحث الحالي :

1- استفاد الباحث من الدراسات السابقة في ضبط عنوان البحث .

2- تحديد أهداف من البحث .

3- اعطت الدراسات السابقة للباحث الطريقة التي ينفذ بها الاختبارات والقياسات المناسبة لطبيعة البحث الحالي .

4- كيفية تصميم اختبار التحصيل المعرفي ، ومعرفة أثره على تعلم بعض مهارات الجمباز .

5- أفادت الدراسات الباحث في اختيار المنهج التجريبي الملائم ، وتصميم التجريبي ذو المجموعتين التجريبية والضابطة من خلال التصميم القبلي والبعدي .

6- استفاد الباحث من الاستنتاجات والتوصيات التي جاءت بها الدراسات السابقة في تنفيذ الخطوات البحث .

7- أفادت الدراسات الباحث في تحديد الأسلوب الاحصائي المناسب لمعالجة بيانات البحث.

7- ساعدت الدراسات الباحث في مناقشة النتائج وتفسيرها .

2-6- أهم ما يميز به البحث الحالية عن الدراسات السابقة :

1- يتميز هذا البحث وفي ضوء علم الباحث بأنها من أول الدراسات التي تناولت موضوع في

الجمباز ووضع برنامج تعليمي يرتكز على استخدام أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي

) في المنطقة .

2- تمتاز نتائج هذا البحث في التعرف على أثر أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي) على

تعلم بعض مهارات الجمباز لطلاب كلية التربية البدنية في مدينة طبرق مما يتيح الفرصة

الاستفادة من هذه النتائج

3- الفصل الثالث

خطة وإجراءات البحث

- 3-1- المنهج المستخدم .
- 3-2- مجتمع البحث .
- 3-3- عينة البحث .
- 3-4- تجانس العينة .
- 3-5- تكافؤ مجموعتي البحث .
- 3-6- مجالات .
- 3-7- ورقة المعيار تصميم الباحث .
- 3-8- أدوات جمع البيانات .
 - 3-8-1- القياسات .
 - 3-8-2- الاختبارات.
 - 3-8-3- اختبار معرفي من تصميم الباحث .
 - 3-8-4- الاختبارات البدنية .
 - 3-8-5- بطاقة الملاحظة من تصميم الباحث .
 - 3-9- أسس وضع البرنامج التعليمي .
 - 3-9-4- مدة البرنامج التعليمي.
 - 3-9-5- القياس القبلي .
 - 3-9-6- الدراسة الأساسية .
 - 3-9-7- القياس البعدي .
 - 3-10- المعالجات الإحصائية .

خطة البحث وإجراءاته و وسائله

المقدمة :

يتناول هذا الفصل عرضاً للمنهج العلمي المستخدم ومجتمع وعينة البحث ، وحدود البحث ، وخطوات تصميم ورقة المعيار والاختبار المعرفي ، وبطاقة الملاحظة الفنية للمهارات والأجهزة والادوات المستخدمة في البحث ، والدراسة الاستطلاعية والأساسية .

3-1- المنهج المستخدم :

استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو التصميم التجريبي لمجموعتين باستخدام القياسين القبلي والبعدي - لمجموعتين أحدهما ضابطة و الأخرى تجريبية لملائمته للأهداف البحث .

3-2- مجتمع البحث :

تكون مجتمع الدراسة من طلبة السنة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة طبرق / ليبيا للعام الدراسي 2020/2019 ، والبالغ عددهم (29) طالب .

الجدول رقم (8)

يوضح التصميم التجريبي

الاختبار القبلي	المتغير	الاختبار البعدي	المجموعات
الأداء المهاري التحصيل المعرفي	أسلوب تدريس الأقران	الأداء المهاري التحصيل المعرفي	أسلوب تدريس الأقران
الأداء المهاري التحصيل المعرفي	أسلوب العرض التوضيحي	الأداء المهاري التحصيل المعرفي	أسلوب العرض التوضيحي

3-3- عينة البحث :

تم اختيار أفراد عينة البحث بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (24) طالب قسموا إلى مجموعتين في كل مجموعته (12) طلاب حيث كانت مجموعة الأولى الضابطة والأخرى تجريبية ، وذلك لأن جميع افراد عينة البحث يخضعون لخطة دراسية واحدة والجدول (12) يوضح تقسيم عينة الدراسة :

الجدول رقم (9)
تقسيم عينة الدراسة

النسبة المئوية	عدد الطلبة	البيان
%50	12	المجموعة الضابطة
%50	12	المجموعة التجريبية
%100	24	المجموع

3-3- تجانس العينة :

قام الباحث بالتأكد من تجانس أفراد عينة البحث التجريبية والضابطة في المتغيرات التالية : (العمر ، الطول ، الوزن ، وبعض القدرات البدنية ، التحصيل المعرفي) لمهارة الوقوف على الرأس و الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد ، و ذلك كما موضح في الجدول

(10) (11) (12) (13).

جدول (10)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري و معامل الالتواء للمجموعة التجريبية

والضابطة في معدلات النمو ن=24

المتغيرات	المجموعات	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
العمر	المجموعة الضابطة	12	23.50	25.41	3.84	.973
	المجموعة التجريبية	12	23.50	24.083	1.88	.447
الطول	المجموعة الضابطة	12	1.71	1.70	0.053	-.478
	المجموعة التجريبية	12	1.67	1.64	0.093	-.419
الوزن	المجموعة الضابطة	12	69.00	68.16	4.34	-.080
	المجموعة التجريبية	12	69.00	67.66	4.71	-.398

يلاحظ من الجدول (10) أن قيم معاملات الالتواء ما بين $(3 \pm)$ وهذا ما يعطى دلالة على

خلو تلك البيانات من عيوب توزيعات غير الاعتدالية ، مما يشير إلى أن عينة البحث متجانسة

في معدلات النمو .

جدول (11)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري و معامل الالتواء للمجموعة التجريبية

والضابطة معاً في الاختبارات البدنية ن=24

المتغيرات	المجموعات	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
العدو 30 متر . (سرعة)	المجموعة الضابطة	12	6.029	5.590	1.298	1.435
	المجموعة التجريبية	12	5.400	5.370	0.427	0.331
ثني الجذع للأمام من الجلوس (المرونة)	المجموعة الضابطة	12	16.66	15.00	6.85	0.800
	المجموعة التجريبية	12	14.00	15.00	5.96	0.092
الجلوس الطويل من الرقود(التحمل)	المجموعة الضابطة	12	17.41	17.00	2.27	0.637
	المجموعة التجريبية	12	15.50	15.50	3.17	0.449
الجري الارتدادي 10×4م (الرشاقة)	المجموعة الضابطة	12	23.250	23.00	2.63	0.787
	المجموعة التجريبية	12	24.250	24.00	3.16	0.406
المشي على عارضة التوازن 360سم (التوازن)	المجموعة الضابطة	12	9.00	10.00	1.53	-1.80
	المجموعة التجريبية	12	8.16	10.00	3.18	-1.90

كما يلاحظ من الجدول (11) أن قيم معاملات الالتواء ما بين (3±) وهذا ما يعطى دلالة

على خلو تلك البيانات من عيوب توزيعات غير الاعتدالية ، مما يشير إلى أن عينة البحث

متجانسة في الاختبارات البدنية .

جدول (12)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري و معامل الالتواء للمجموعة التجريبية والضابطة معاً
في محاور الاختبار المعرفي لمهاتري الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد
والوقوف على الرأس
ن=24

معايير الالتواء	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد العينة	المجموعات	محاور الاختبار
-0.067	6.274	25.00	12	المجموعة الضابطة	الاختبار المعرفي
-1.173	2.995	25.667	12	المجموعة التجريبية	

كما يلاحظ من الجدول (12) أن قيم معاملات الالتواء ما بين (± 3) ، مما يشير إلى أن
عينة البحث متجانسة في محاور الاختبار المعرفي .

جدول (13)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري و معامل الالتواء للمجموعات في
الأداء المهاري لمهاتري الوقوف على الرأس والشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد
ن=24

معايير الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي	عدد العينة	المجموعات	المهارة
0.478	0.75	3	2.75	12	المجموعة الضابطة	مهارة الوقوف على الرأس
0.096	1.5	3	3.5	12	المجموعة التجريبية	
0.637	1.24	2	2.5	12	المجموعة الضابطة	مهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد
0.822	1.16	2	2.5	12	المجموعة التجريبية	

كما يلاحظ من الجدول (13) أن قيم معاملات الالتواء ما بين (± 3) ، مما يشير إلى أن
عينة البحث متجانسة في الأداء المهاري لمهاتري الوقوف على الرأس و الشقلبة الأمامية على
اليدين بالارتقاء المنفرد

3-4 تكافؤ مجموعتي البحث :

قام الباحث بإجراء التكافؤ لمجموعتي البحث ، لغرض الحد من المتغيرات الداخلية التي قد تؤثر في نتائج البحث ، في عدد من المتغيرات التي قد تؤثر في المتغير التابع على حساب المتغير المستقل .

وهي : (العمر ، الطول ، الوزن ، والتكافؤ في بعض عناصر اللياقة البدنية) . وكما يوضح في الجدول (14) (15) .

الجدول رقم (14)

تكافؤ مجموعتي البحث في بعض معدلات النمو (السن، الطول، الوزن) ن=24

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة ن=12		المجموعة التجريبية ن=12		قيمة الت	الفرق بين المتوسطين	قيمة الاحتمالية
		س	ع ±	س	ع ±			
العمر	سنة	23.50	3.84	23.50	1.88	1.078	0	0.293
الطول	سم	1.71	0.053	1.67	0.093	1.900	-1.065	0.071
الوزن	كغ	69.00	4.34	69.00	4.71	.270	0	0.790

معنوي عند مستوى (0.05)

يتضح من الجدول (14) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعات ، وذلك من خلال القيم الاحتمالية أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية (0.05) في قياسات العمر ، الطول ، الوزن ، مما يدل على تكافؤ المجموعات في معدلات النمو .

جدول (15)
تكافؤ مجموعتي البحث في
الاختبارات البدنية

ن=24

قيمة الاحتمالية	الفرق بين المتوسطين	قيمة ت	المجموعة التجريبية ن=12		المجموعة الضابطة ن=12		الغرض	الاختبارات البدنية
			ع ±	س	ع ±	س		
0.125	0.628	1.593	0.427	5.400	1.298	6.029	سرعة	العدو 30 متر .
0.320	2.666	1.016	5.96	14.00	6.85	16.66	المرونة	ثني الجذع للأمام من الجلوس .
0.103	1.916	1.699	3.17	15.50	2.27	17.41	القوة	الجلوس الطويل من الرقود
0.409	-1.000	0.841	3.16	24.250	2.63	23.250	الرشاقة	الجري الارتدادي 10×4م
0.423	0.833	0.816	3.18	8.16	1.53	9.00	التوازن	المشي على عارضة التوازن 360سم

معنوي عند مستوى 0.05

كما يتضح من خلال الجدول (15) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات ، وذلك من خلال القيم الاحتمالية أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية في المتغيرات البدنية ، مما يدل على تكافؤ عينات البحث في الاختبارات البدنية .

جدول (16)

تكافؤ مجموعتي البحث في محاور الاختبار المعرفي بمهاتري الوقوف
على الرأس والشقبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد

ن=24

قيمة الاحتمالية	قيمة ت	الفروق بين المتوسطين	المجموعة الضابطة ن=12		المجموعة التجريبية ن=12		المحاور
			ع ±	س	ع ±	س	
0.010	-3.093	-1.750	2.99	25.66	5.274	25.00	الاختبار المعرفي

معنوي عند مستوى الدلالة (0.05)

كما يتضح من خلال جدول (16) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعات ، وذلك من خلال القيمة الاحتمالية (0.01) أقل من مستوى الدلالة الإحصائية (0.05) في محاور الاختبار المعرفي لمهارة الوقوف على الرأس و الشقبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد مما يدل على تكافؤ العينات في محاور الاختبار المعرفي .

جدول (17)

تكافؤ مجموعتي البحث في الأداء المهاري الوقوف على الرأس

ن=24

و الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد

المتغيرات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفروق بين المتوسطين	قيمة ت	قيمة الاحتمالية
	ن=12	س	ن=12	س			
مهارة الوقوف على الرأس	1.50	3.5	0.75	2.75	0.750	1.54	0.137
مهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد	1.16	2.5	1.24	2.5	0.00	0.00	1.000

معنوي عند مستوي (0.05)

كما يتضح من خلال جدول (17) عدم وجود فروق دالة إحصائية وذلك من خلال القيم الاحتمالية (0.137, 0.00) أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية (0.05) ، بين المجموعات في الأداء المهاري مما يدل على تكافؤ المجموعات في الأداء المهاري لمهارات البحث .

3-5-3- مجالات البحث :

3-5-3-1-المجال البشري : طلاب السنة الرابعة للعام الدراسي (2019-2020) كلية علوم

التربية البدنية و الرياضة جامعة طبرق .

3-5-3-2-المجال المكاني : كلية علوم التربية البدنية و الرياضة جامعة طبرق .

3-5-3-3-المجال الزمني : تم إجراء الدراسة خلال العام الدراسي (2019\ 2020) وينقسم

هذا إلى ثلاث فترات رئيسية :

1- الفترة الخاصة بأعداد الوحدات التعليمية وتقنين الاختبارات :

تم تقنين الاختبارات المتضمنه المتغيرات البدنية والمهارية في فترة ما بين 1 / 9 / 2019 إلى 21 / 11 / 2019 .

2- الفترة الخاصه باستطلاع إمكانية تنفيذ الوحدات التعليمية موضوع البحث بأسلوب التطبيق بتوجيه الأقران ومناسبتها للمتعلمين في فترة ما بين 29 / 11 / 2019 إلى 2/12/2019.

3- الفترة الخاصة بالتجربة الأساسية .

4- اختيار المساعدين :

قام الباحث بالاستعانة بزملائه من أعضاء هيئة التدريس بكلية علوم التربية البدنية والرياضة بجامعة طبرق ، وتم تعريفهم بهدف الدراسة ومتطلبات القياس وكيفية تطبيق البرنامج .

3-7- (ورقة المعيار) تصميم الباحث :

حيث إن الهدف الأساسي للبحث هو التعرف على تأثير أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران على المتغيرات المهارية و المعرفية لبعض مهارات الجمباز ، وعملية التعلم في هذا الأسلوب تعتمد على ورقة المعيار، والتي تعمل على تنظيم الموقف التعليمي ، حيث أن الباحث اعتمد في تصميم ورقة المعيار على دراسة يحيى لموم (2010) (82) ، وكان على الباحث أن يقوم بتصميم ورقة معيار خاصة لكل مهارة من مهاراتي قيد البحث .

- عرض ورقة المعيار على الخبراء :

تم عرض ورقة المعيار على الخبراء لاستطلاع آرائهم لتحديد مدى صلاحية ورقة المعيار ومناسبتها وازافة ما يروونه مناسب . مرفق (3)

نتائج عرض ورقة المعيار على الخبراء :

1- تعديل بعض العبارات .

2- تعديل بعض الخطوات لتعليم المهارات . مرفق (4)

الدراسة الاستطلاعية لورقة المعيار :

تم عرض ورقة المعيار على (5) طلاب من مجتمع الدراسة وخارج عينة البحث في الفترة من 10 / 12 / 2019 إلى 12 / 12 / 2019 أي استمرت لفترة وذلك للتعرف على مدى وضوح العبارات والصور ومناسبتها للطلاب ومدى تفاعل الطلاب مع الورقة .

نتائج الدراسة الاستطلاعية لورقة المعيار :

1- ملائمة ورقة المعيار .

2- معرفة الزمن الذي يستغرقه الطالب للتعلم .

3-8- أدوات جمع البيانات :

3-8-1 القياسات :

اعتمد الباحث على مصادر أساسية لجمع البيانات في دراسته وهي كالتالي:

1- تحليل الوثائق : قام الباحث باستخراج العمر الزمني للطلاب والحالة الصحية .

2- الأجهزة والأدوات : استخدم الباحث الأجهزة والأدوات الآتية :

- الرستاميتز: Rest meter لقياس الطول لأقرب سم.

- الميزان الطبي: لقياس الوزن لأقرب كغم.

- شريط قياس: لقياس المسافة لأقرب سم.

- ساعة إيقاف: لقياس الزمن لأقرب ثانية.

- بعض الأقماع لاستخدامها في الاختبارات .

3-8-2-1 الاختبارات :

- 1- اختبار التحصيل المعرفي . إعداد الباحث مرفق (5)
- 2- الاختبارات البدنية المستخدمة . مرفق (8)
- 3- بطاقة الملاحظة الفنية . إعداد الباحث مرفق (9)

3-8-3-3 اختبار معرفي من تصميم الباحث :

فيما يلي يأتي وصف للمراحل التي مر بها إعداد هذا الأدوات والاختبارات :

1- اختبار التحصيل المعرفي :

قام الباحث بتصميم وبناء الاختبار المعرفي لمستوى التحصيل المعرفي لمهاتري الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد والوقوف على الرأس .

2- الهدف من الاختبار :

يهدف الاختبار إلى قياس مستوى التحصيل المعرفي لطلاب السنة الرابعة ، في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة طبرق ، في المعلومات المعرفية لمهاتري الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد والوقوف على الرأس .

3- تحديد محاور الاختبار :

في ضوء الهدف العام من الاختبار تم تحديد ثلاث محاور من الاختبار المعرفي وهي :

- أ- الخطوات التعليمية لمهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد .
- ب- تحليل الأداء المهاري لمهارة الشقلبة الامامية على اليدين بالارتقاء المنفرد .
- ت- الخطوات التعليمية لمهارة الوقوف على الرأس .
- ث- تحليل الأداء المهاري لمهارة الوقوف على الرأس .

ج- القدرات الحركية المرتبطة بمستوى مهارة الوقوف على الرأس .

ح- القدرات الحركية المرتبطة بمستوى مهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد .

خ- القانون . مرفق (5)

وتم عرضها على الخبراء لإضافة أي محور يروونه مناسب ، أو حذف أي محور يروونه غير مناسب واتفق الخبراء على أن المحاور السبعة التي تكون الاختبار. كما يوضح

الجدول(18)

جدول (18)

النسبة المئوية لآراء المحكمين ومدى مناسبة محاور الاختبار المعرفي لمهارتي
الوقوف على الرأس والشقلبة الأمامية على اليدين
بالارتقاء المنفرد

م	المحاور	التكرار	النسبة المئوية
1	الخطوات التعليمية لمهارة الشقلبة الامامية على اليدين .	9	% 100
2	تحليل الأداء المهاري لمهارة الشقلبة الأمامية على اليدين .	7	% 75
3	الخطوات التعليمية لمهارة الوقوف على الرأس .	9	% 100
4	تحليل الأداء المهاري لمهارة الوقوف على الرأس .	7	% 75
5	القدرات الحركية المرتبطة بمستوي مهارة الوقوف على الرأس	7	% 75
6	القدرات الحركية المرتبطة بمستوي مهارة الشقلبة الأمامية .	7	% 75
7	القانون .	5	% 55

4- تحديد مفردات الاختبار :

استخدم الباحث اختبار الاختيار من متعدد لأنه الأكثر شيوعا من بين الاختبارات

الموضوعية ، حيث يتضمن على عدد من الأسئلة ، يتألف كل منها على سؤال وإجابتين .

5- صياغة مفردات الاختبار :

صمم الباحث مجموعه من المفردات الاختبار وبلغ عددها (38) عبارة ، بهدف استخلاص

المفردات الصالحة منها ، ثم تم عرضها على الخبراء وكانت على النحو التالي :

أ-الخطوات التعليمية لمهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد . (4) عبارات

ب- تحليل الأداء المهاري لمهارة الشقلبة الامامية على اليدين بالارتقاء المنفرد . (9)عبارات

ت-الخطوات التعليمية لمهارة الوقوف على الرأس . (4)عبارات

ث- تحليل الأداء المهاري لمهارة الوقوف على الرأس . (7)عبارات

ج-القدرات الحركية المرتبطة بمستوى مهارة الوقوف على الرأس . (3) عبارات

ح-القدرات الحركية المرتبطة بمستوى مهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء

المنفرد . (3)عبارات

خ- القانون . (8) عبارات

وقد أوصى الخبراء بأجراء تعديلات ، ودمج بعض المفردات الخاصة بمحور الخطوات

التعليمية ، وقد بلغ عدد المفردات النهائيه الاختبار (38) عبارة .

وكانت على النحو التالي :

أ-الخطوات التعليمية لمهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد .

ب- الخطوات التعليمية لمهارة الوقوف على الرأس .

ت-تحليل الأداء المهاري لمهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد .

ث- تحليل الأداء المهاري لمهارة الوقوف على الرأس .

ج- القدرات الحركية المرتبطة بمستوى مهارة الوقوف على الرأس .

- ح- القدرات الحركية المرتبطة بمستوى بمهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد .
د- القانون .

ثم تم عرضها على الخبراء للتحقق من صدق المحتوى واصبح الاختبار جاهزا في صورته

النهائية . مرفق رقم (6)

6- ثبات الاختبار :

وقد تم حساب ثبات الاختبار التحصيل المعرفي ، باستخدام طريقة تطبيق الاختبار ، وإعادة

تطبيقه على عينة قوامها (5) طلاب في فترة من 17 / 12 / 2019 إلى 19 / 12 / 2019

من مجتمع نفسه ، وخارج العينة الأساسية .

جدول(19)

دلالة الفروق بين المتوسطين الأول والثاني ومعامل الثبات ن=5

المحاور	التطبيق الأول ن=5		التطبيق الثاني ن=5		الفروق بين المتوسطين	قيمة ت	الدلالة المعنويه	معامل الثبات
	س	± ع	س	± ع				
الاختبار المعرفي	24.800	± 2.489	24.600	± 2.608	-0.200	1	0.374	0.986

يتضح من الجدول (19) : إن قيمة معامل الثبات بين التطبيق الأول و الثاني لاختبار

المعرفي لمهاتري البحث ، كانت (0.98) حيث تُعدُّ هذه الدرجة كافية للقيام بهذه الدراسة .

7- حساب متوسط زمن الاختبار :

في ضوء نتائج التجربة الاستطلاعية الاختبار التحصيل المعرفي تم تحديد زمن الاختبار وهو (25 دقيقة) ، عن طريق حساب متوسط زمن إجابة أفراد العينة الاستطلاعية .

8- حساب معامل السهولة والصعوبة :

تم حساب معامل السهولة والصعوبة لمفردات الاختبار (38) عبارة ، وذلك بهدف تقييم كل عبارة ، والحكم عليها من حيث السهولة والصعوبة ، مستخدماً المعادلة الآتية :

معامل الصعوبة = عدد الأفراد الذين أجابوا إجابة صحيحة / العدد الكلي

جدول (20) يوضح معامل السهولة والصعوبة للاختبار المعرفي

معامل الصعوبة	معامل السهولة	رقم العبارة	المحاور
0.60	0.40	1	المحور الاول
0.20	0.80	2	
0.60	0.40	3	
0.40	0.60	4	
0.40	0.60	5	المحور الثاني
0.20	0.80	6	
0.20	0.80	7	
0.60	0.40	8	
0	1	9	
0.80	0.20	10	
0.40	0.60	11	
0.40	0.60	12	
0.40	0.60	13	المحور الثالث
0.40	0.60	14	
0.20	0.80	15	
0.40	0.60	16	
0.40	0.60	17	
0.20	0.80	18	المحور الرابع
0.20	0.80	19	
0.60	0.40	20	
0.40	0.60	21	
0.80	0.20	22	
0	1	23	
0.60	0.40	24	
0.40	0.60	25	المحور الخامس
0.20	0.80	26	
0.20	0.80	27	
0	1	28	المحور السادس
0.20	0.80	29	
0.40	0.60	30	
0.80	0.20	31	المحور السابع
0.40	0.60	32	
0.40	0.60	33	
0.60	0.40	34	
0.60	0.40	35	
0.40	0.60	36	
0.60	0.40	37	
0.60	0.40	38	

يتضح من خلال جدول (20) ، إن معامل السهولة و الصعوبة يتراوح بين (0.20_0.80) ، وذلك يوضح أن مفردات اختبار التحصيل المعرفي ذات قوة ، وعليه يمكن استخدام الاختبار كأداة لتقويم التحصيل المعرفي .

3-8-4- الاختبارات البدنية :

- تحديد الاختبارات البدنية :

لتحديد الاختبارات البدنية التي تقيس الصفات البدنية الأكثر أهمية للمهارات ، قام الباحث بإعداد استمارة بها أهم الاختبارات التي كما موضح في المرفق رقم (7) ، ثم قام الباحث بتوزيع استمارة الاختبارات على الخبراء لتحدي أهم الاختبارات المناسبة ، وتم تحديد الاختبارات المناسبة عن طريق النسبة المئوية لآراء الخبراء كما موضح في جدول (21) .

جدول (21)

النسبة المئوية و التكرار لآراء الخبراء حول الاختبارات البدنية للتكافؤ بين مجموعات

البحث قبل التجربة

رقم	الاختبار	التكرار	النسبة
1	اختبار السرعة عدو 30 متر .	9	% 100
2	ثني الجذع للأمام من الجلوس .	7	% 77
3	الجلوس الطويل من الرقود .	7	% 77
4	الجري الارتدادي 4×10م .	8	% 88
5	المشي على عارضة التوازن 360سم .	7	% 77

- المعاملات العلمية لاختبارات الصفات البدنية :

1- صدق الاختبارات البدنية :

للتأكيد على صدق الاختبارات ، قام الباحث باستخدام صدق المحتوى عن طريق عرض الاختبارات على الخبراء في بعض الجامعات والمتخصصين في مجال التربية البدنية ، والمرفق رقم (1) يوضح أسماء الخبراء ورتبهم العلمية ومكان عملهم ، حيث تم توزيع استمارات الاختبارات على الخبراء لأبداء آرائهم وبعد استرجاع الاختبارات من الخبراء ، توصل الباحث إلى الشكل النهائي للاختبارات مع مراعات الاقتراحات والملاحظات المشار إليها من قبل الخبراء والمرفق رقم (8) يوضح الاختبارات .

2- ثبات الاختبارات البدنية :

تم حساب ثبات الاختبارات البدنية عن طريق إيجاد الصدق وذلك بتطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه على عينة المجتمع البحث وخارج العينة الأساسية للبحث وذلك لإيجاد معامل الثبات بين التطبيق الأول والثاني على العينة نفسها وتحت الشروط نفسها وبعد أربع أيام من التطبيق الأول والجدول (22) يوضح معامل الثبات بين التطبيق الأول والثاني للاختبارات البدنية وذلك في الفترة من 2019 / 12 / 21 إلى 2019 / 12 / 25 .

جدول (22)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بين التطبيق الأول والثاني ومعامل الثبات
الاختبارات البدنية

معامل الثبات	الفروق بين المتوسطين	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		الاختبارات
		س	ع ±	س	ع ±	
0.82	-0.01	0.45	5.36	0.60	5.34	العدو 30 سرعة زمن
0.94	0.00	2.38	13.80	2.77	13.80	ثنى الجذع للأمام من جلوس مرونة
0.91	2.00	1.64	17.80	1.78	15.80	جلوس من الرقود قوه
0.75	-0.45	0.91	21.60	1.28	21.15	الجري 10×4 رشاقة
0.98	-0.80	0.89	9.40	2.07	8.60	المشي على عارضة توازن

يتضح من جدول (22) أن قيمة معامل الثبات بين التطبيق الأول و الثاني تراوحت بين (0.75 _ 0.98) كما يتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التطبيق الأول و الثاني مما يدل على ثبات الاختبارات .

3-8-5- بطاقة الملاحظة الفنية (تصميم الباحث) :

تعد البطاقة الفنية من الأدوات البحث المكلمة للاختبارات ، وتقييم أداء الطالب ، وقام الباحث بحساب صدق وثبات البطاقه كما يلي :

1- التأكد من صدق البطاقة :

قام الباحث بحساب صدق البطاقه من خلال صدق المحتوى ، حيث تم عرضها على الخبراء في مجال الجمباز من أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية البدنية بجامعة بنغازي

وجامعة طرابلس وبعض أعضاء هيئة التدريس في جامعات جمهورية مصر العربية للحكم على

بطاقة من حيث :

1- دقة صياغة البطاقة .

2- تقسيم مراحل المهارات .

3- توزيع الدرجات لكل مرحلة من المراحل . كما موضح في المرفق (9)

وتم إجراء بعض التعديلات على البطاقة :

1- حساب الدرجة النهائية من (10) وتقسيمها على المراحل ، في كل مهارة .

2- ضم بعض الحركات لتصبح مرحلة واحده . كما موضح في المرفق (10)

2- حساب ثبات البطاقة الملاحظة :

تم حساب ثبات الاستمارة بطريقة ثبات المحكمين ، حيث تم تقدير أداء خمس طلاب من مجتمع البحث نفسه ، ومن خارج العينة الأساسية بواسطة أحد المحكمين ، ممن لديهم الخبرة في مجال الجمباز ، فكان معامل الثبات عند (0.82) ، وبذلك يوضح أن البطاقة ثابتة وتقيس ما وضعت من أجله .

3-9-أسس وضع البرنامج التعليمي :

قام الباحث بمراعاة الأسس التالية عند وضع الوحدات التعليمي وقبل عرضها على الخبراء :

1- مراعاة الفروق الفردية .

2- اختيار الأوقات المناسبة للمحاضرات التعليمية .

3- مناسبة محتوى البرنامج لطلاب كلية التربية البدنية .

4-التدرج لتعليم المهاره من البسيط إلى المركب .

5-التأكد من سلامة الأدوات والاجهزة المستخدمة في البحث .

6-مراعاة خصائص أسلوب التدريس .

3-9-1-إعداد الوحدات التعليمية الخاصة بأسلوب العرض التوضيحي (الأمري) :

قام الباحث بأعداد الوحدات التعليمية الخاصه بأسلوب العرض التوضيحي ، وذلك بعد الرجوع إلى الكتب والمراجع العلمية والدراسات السابقة .

-هدف الوحدات التعليمية :

تهدف إلى تعلم بعض مهارات الجمباز لطلاب كلية التربية البدنية طبق بأسلوب العرض التوضيحي (الأمري) .

ثم قام الباحث بتوزيع وحدات الأسلوب العرض التوضيحي (الأمري) على الخبراء لي اضافة او حذف او تعديل يرونه مناسب كما موضح في المرفق رقم (11).

-نتائج عرض وحدات أسلوب العرض التوضيحي (الأمري) :

بعد العرض الوحدات على الخبراء اقترح الخبراء على تعديل شكل الوحدات أسلوب العرض التوضيحي (الأمري) وأعادة تقسيم الزمنى ، وكما اقترح الخبراء على تقسيم وقت المحاضرة على المهارتين لي تتم عملية التعليم في محاضرة واحدة وعلى توحيد مصطلحات اجزاء الدرس واحد كما هو موضح في المرفق رقم (12) .

3-9-2- البرنامج التعليمي المقترح :

قام الباحث بأعداد الوحدات التعليمية باستخدام أسلوب التدريس المقترح (أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران) لتعلم بعض المهارات الحركات الأرضيه ، ثم تم عرض الوحدات التعليمية بأسلوب تطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي) على الخبراء لي إبدأ الرأي وإضافة او تعديل ، كما موضح في المرفق رقم (13).

- نتائج عرض وحدات أسلوب التدريس بتطبيق الأقران (التبادلي) :

- تعديل الوحدات من حيث الشكل .

- إضافة الأهداف السلوكية في الأهداف الرئيسية للوحدات .

- توحيد المصطلحات .

- وضع كل وحدة تعليمية مرفقة بورقة المعيار . مرفق رقم (14) .

3-9-3- الدراسة الاستطلاعية لتجريب الوحدات البرنامج :

قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية لتجريب إحدى وحدات البرنامج على عينة مكونة من

خمس طلاب خارج العينة الأساسية وذلك بهدف :-

- اكتشاف الأخطاء أثناء تعامل الطلاب مع الأسلوب المقترح .

- التعرف على الصعوبات التي تواجه الطالب في التعامل مع ورقة المعيار .

- اختبار مدى صلاحية المكان ، الأجهزة ، الأدوات .

- ولقد اوضحت نتائج التجربة الاستطلاعية ما يلي :

- عدم معرفة الطلاب بأساليب التدريس .

- عدم معرفة استخدام ورقة المعيار .

- وبناء على النتائج التجريبية الاستطلاعية قام الباحث بالآتي :

إعطاء محاضرة لجميع افراد العينة على التعريف بالأسلوب التعليمي المقترح ، وعلى كيفية استعمال ورقة المعيار .

3-9-4- مدة البرنامج التعليمي :

تكون مدة البرنامج التعليمي (4) اسابيع يتم من خلالها إعداد البرنامج الذي يشمل على عدد (8) محاضرات تعليمية من حيث المستوي وفقا للمنهج العام للخطة الدراسية لمنهج السنة الرابعه لطلبة كلية التربية البدنية جامعة طبرق ، بواقع محاضرتين في الاسبوع لكلا المجموعتين الضابطة و التجريبية ، وجاء التوزيع الزمني على النحو التالي :

جدول (23)

التوزيع الزمني على أجزاء الدرس

الزمن	أجزاء المحاضرة
15	الأحماء
30	الجزء التعليمي
40	الجزء التطبيقي
5	الجزء الختامي

3-9-5-القياس القبلي :

تم تقييم الأداء في المهارتين قيد البحث للطلاب من قبل خمس محكمين من ذوى الخبرة في مجال الجمباز، وذلك من خلال عرض شريط الأداء إثناء أداء للمهارتين واعتمد المحكمين في تقييم على مقياس ممتد من (0_10) درجات وقام الباحث كذلك بإعداد استمارة التحصيل

المعرفي وتوزيعها على أفراد العينة وتجميعها بعد ذلك وتفرغ البيانات ، والجدول (12) يوضح التوصيف الاحصائي لمجموعات البحث في القياس القبلي لمستوى أداء المهارتين قيد البحث والتحصيل المعرفي .

الجدول رقم (24)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين في القياس القبلي ن=24

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد العينة	المجموعات	المتغيرات
1.24	2.50	12	المجموعة التجريبية	الشقبة الأمامية على اليدين
1.16	2.50	12	المجموعة الضابطة	
0.75	2.75	12	المجموعة التجريبية	الوقوف على الرأس
1.50	3.50	12	المجموعة الضابطة	
2.99	25.66	12	المجموعة التجريبية	التحصيل المعرفي
5.27	25.00	12	المجموعة الضابطة	

3-9-6- الدراسة الأساسية :

في ضوء ما اظهرته الدراسة النظرية تم تطبيق التجربة الأساسية وفقا للخطوات التالية :

القياسات القبليه :

قبل البدء في التدريس تم إجراء القياسات القبليه على المجموعتين ، في اختبار التحصيل المعرفي - قياس الأداء المهاري ، واستمرت القياسات القبليه من 1 / 1 / 2020 إلى 8 / 1 / 2020.

تنفيذ التجربة :

تم تدريس المجموعة التجريبية بأسلوب التطبيق بتوجيه الأقران والمجموعة الضابطة بأسلوب العرض التوضيحي للمهارات نفسها في الفترة من 15 / 1 / 2020 إلى 6 / 2 / 2020 اي

لمدة (4) اسابيع بواقع محاضرتين في الاسبوع ، زمن المحاضرة (1:30) ، وقام الباحث بشرح وتوضيح الغرض من البحث وكيفية تطبيق أسلوب التدريس موضوع الدراسة وكيفية استخدام ورقة المعيار .

عند التدريس لمجموعتي البحث يجب مراعاة الاتي :

تم توحيد زمن المحاضرات للمجموعتين التجريبية والضابطة وتوحيد الإعداد البدني وتساوي الزمن المحدد لهما ويكون الاختلاف في طريقة التدريس لتعليم المهارات قيد البحث ، باستخدام الأسلوب التطبيق بتوجيه الأقران للمجموعة التجريبية ، وأسلوب العرض التوضيحي للمجموعة الضابطة .

المجموعة التجريبية :

استخدم الباحث في التدريس لهذه المجموعة الأسلوب التطبيق بتوجيه الأقران التبادلي وبموجب ذلك تم تقسيم الطلاب إلى أزواج (طالب مؤدى ، طالب ملاحظ) ، يستخدم الطلاب الأوراق المعيارية المعدّة من الباحث ، و التي تتضمن مراحل تعلم المهارتين قيد البحث والرسومات التوضيحية ، ويقوم الطالب الملاحظ بملاحظة الأداء ومقارنته مع محتوى الأوراق المعيارية التي تتضمن الخطوات التعليمية التي تلاحظ أثناء الأداء ، ويتم تبادل العمل بين كل طلاب عقب انتهاء الطالب المؤدى .

المجموعة الضابطة :

استخدم الباحث مع المجموعة الضابطة الأسلوب الأمري (العرض التوضيحي) المعتاد عليه سابقاً في كلية التربية البدنية .

وبعد الانتهاء من تنفيذ التجربة الأساسية تم تقييم أداء الطلاب في مجموعات بواسطة الفيديو من قبل خمس محكمين متخصصين ، وذلك من خلال استمارة التقييم والتي تتضمن تقييم أداء الطلاب للمهارتين الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد والوقوف على الرأس

3-9-7- القياس البعدي :

تم أخذها في الفترة من 2020/ 2 /8 إلى 2020 / 2 /10 بعد الانتهاء من تدريس الوحدات التعليمية للمجموعتين وتم إجراء القياسات البعدية متمثلة في :

- 1- تطبيق بطاقة الملاحظة الفنية .
- 2- اختبار التحصيل المعرفي .

ثم قام الباحث بعد ذلك بتصحيح الاختبارات وتبويب نتائج القبليّة والبعدية ، لمعالجتها إحصائياً.

3-10- المعالجات الإحصائية :

تمت المعالجات الإحصائية عن طريق الحاسب الألى باستخدام البرنامج الاحصائي (s.p.s.s) .

mean 1- المتوسط الحسابي

standard deviation 2- الانحراف المعياري

- skewness 3- معامل الالتواء
- T-Test 4- اختبار ت
- correlation coefficient 5- معامل الارتباط
- analysis of covariance 6- تحليل التباين المتلازم الثنائي

وسوف يتخذ الباحث مستوى الدلالة عند 0.05

4- الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها

4-1- عرض النتائج .

4-2- مناقشة النتائج وتفسيرها .

عرض النتائج ومناقشتها

4-1- عرض النتائج :

المقدمة :

يتضمن هذا الفصل عرضاً لنتائج الدراسة ، وذلك من خلال الإجابة على الفروض واستعراض أبرز النتائج ، وقد تم إجراء المعالجات الاحصائية للبيانات المتجمعة من أدوات الدراسة باستخدام برنامج الإحصائي (s p s s) للحصول على نتائج الدراسة التي سيتم عرضها وتحليلها وتفسيرها في هذا الفصل .

الإجابة عن فروض الدراسة :

4-1-1- عرض نتائج الفرض الأول :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لدى المجموعة الضابطة في جوانب التعلم المعرفي والمهاري لمهاري الشقبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد والوقوف على الرأس لصالح القياس البعدي .

الجدول (25)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ونسبة التحسن للمجموعة الضابطة
في الأداء المهاري

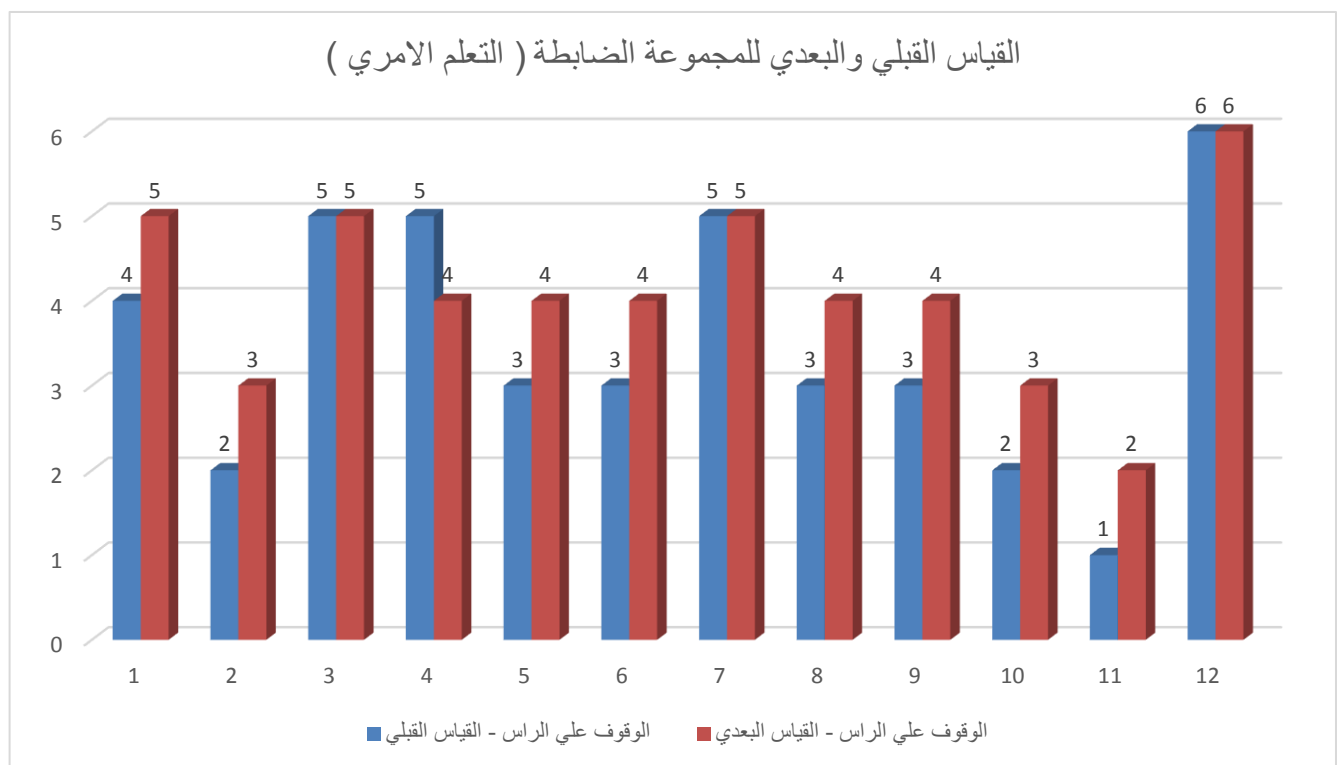
ن=12

المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		الفروق بين المتوسطات	قيمة ت	قيمة الاحتمالية
	س	ع ±	س	ع ±			
الوقوف على الرأس	3.5	1.50	4.08	1.08	1.08	-3.02	0.012
الشقبة الأمامية علي اليدين بالارتقاء المنفرد	2.5	1.16	3.41	0.99	2.06	-4.07	0.001

معنوي عند مستوى 0.05

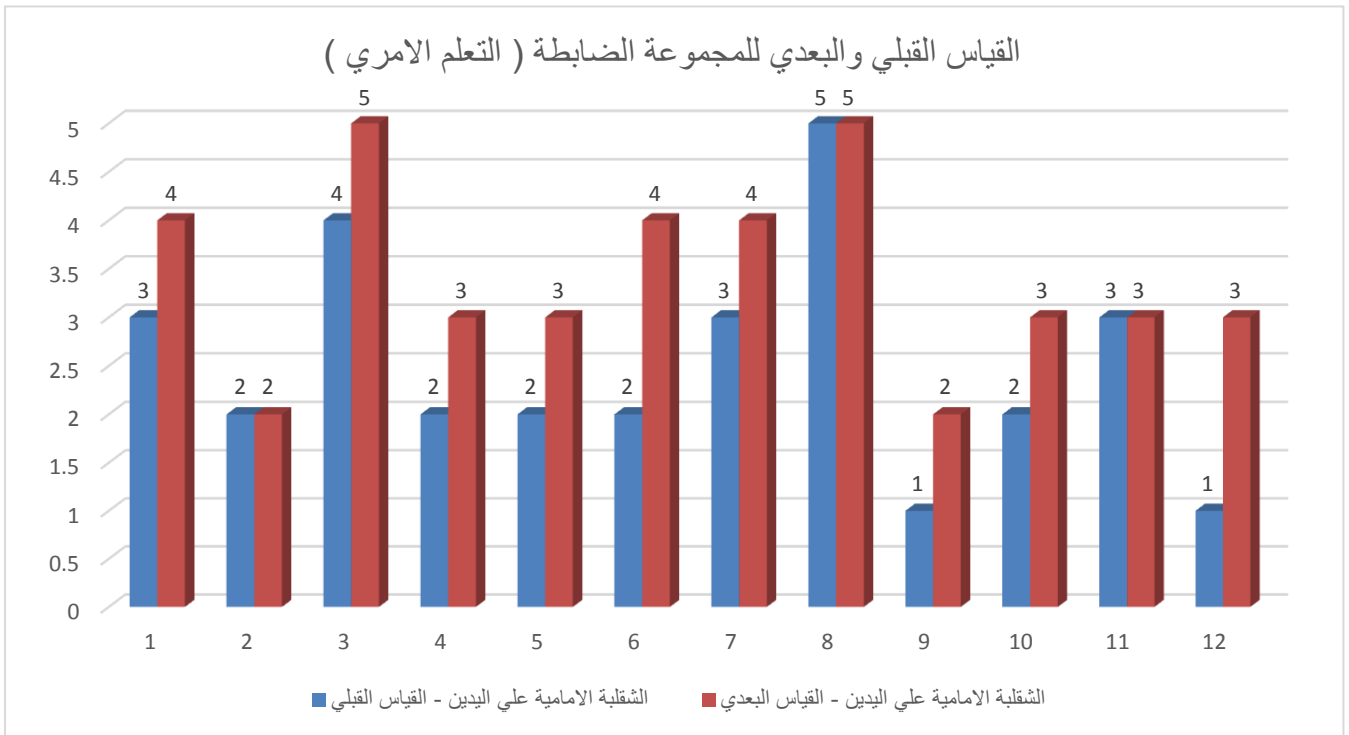
يتضح من خلال الجدول (25) أن القيمة الاحتمالية لمهارة الوقوف على الرأس بين القياس القبلي و القياس البعدي (0.012) ، أقل من مستوى الدلالة الإحصائية (0.05) وذلك يوجد فروق ذات الدلالة إحصائية لصالح القياس البعدي بمتوسط الحسابي (4.08) ، كما إن القيمة الاحتمالية لمهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد بين القياس القبلي والقياس البعدي (0.01) أقل من مستوى الدلالة الإحصائية (0.05) وبذلك يوجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القياس البعدي بمتوسط الحسابي (3.41) ، مما يؤشر ذلك إلى التحسن في مستوى الأداء المهاري لمهارتي البحث ، لدى أفراد المجموعة الضابطة ، وتوضح الفروق في مستوى

التعلم في الشكل رقم (1) و الشكل رقم (2)



الشكل (1)

الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في الأداء المهاري للمجموعة الضابطة لمهارة الوقوف على الرأس



الشكل (2)

الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في الأداء المهاري للمجموعة الضابطة لمهارة الشقلبة
الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد

الجدول (26)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت للمجموعة الضابطة في الاختبار المعرفي
لمهاتري الوقوف على الرأس والشقلبة الأمامية على اليدين

ن=12

المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		الفروق بين المتوسطات	قيمة ت	قيمة الاحتمالية
	س	ع ±	س	ع ±			
الاختبار المعرفي	25.000	5.274	26.750	4.475	-1.750	-3.093	0.010

معنوي عند مستوى (0.05)

كما يتضح من خلال الجدول (26) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوي (0.05) أقل من القيمة الاحتمالية (0.01) ، أي بين المتوسطين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة (الأسلوب العرض التوضيحي) في الاختبار المعرفي لمهارة الوقوف على الرأس و الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد لصالح القياس البعدي لدى أفراد المجموعة الضابطة ، مما يؤشر ذلك إلى نسبة التحسن .

4-1-2- عرض نتائج الفرض الثاني :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لدى المجموعة التجريبية في جوانب التعلم المعرفي والمهاري لمهاتري الشقلبة الأمامية على اليبدين بالارتقاء المنفرد والوقوف على الرأس لصالح القياس البعدي .

الجدول (27)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ونسبة التحسن للمجموعة التجريبية في الأداء المهاري

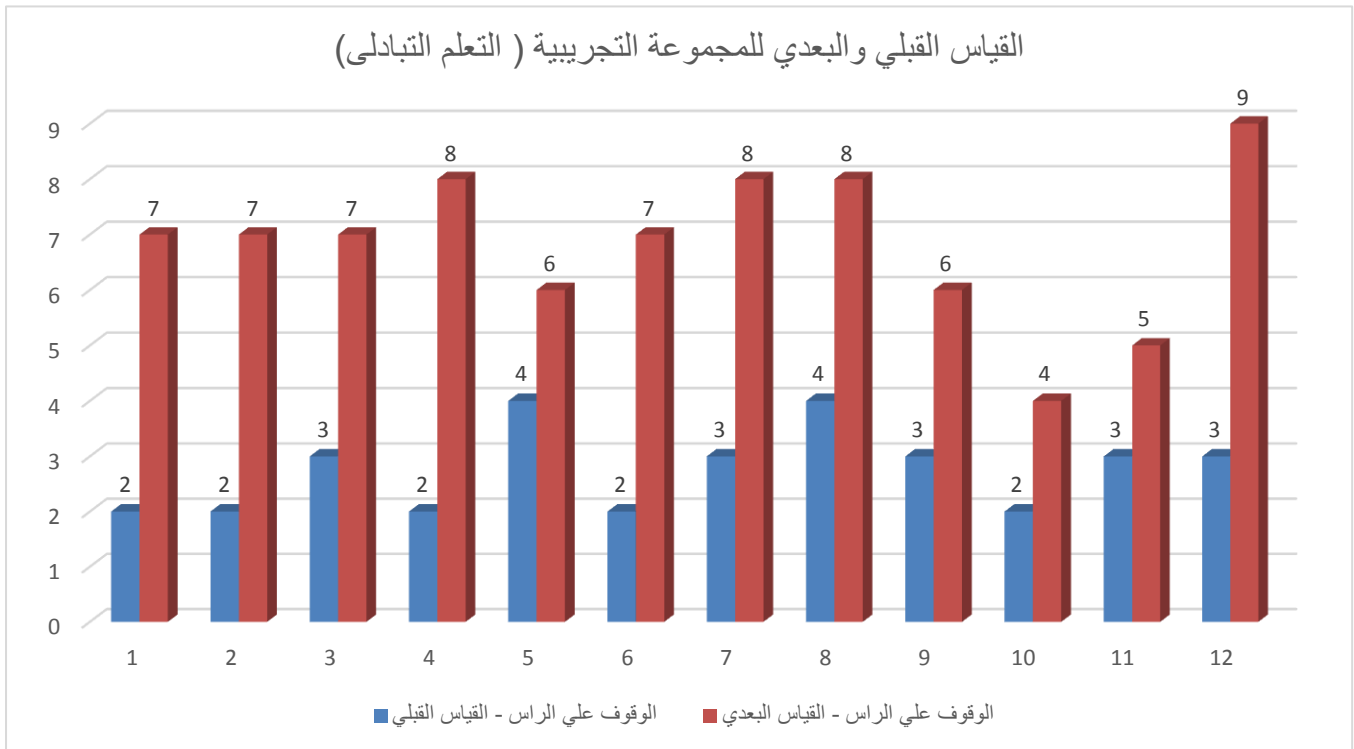
ن=12

المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		الفروق بين المتوسطات	قيمة ت	قيمة الاحتمالية
	س	± ع	س	± ع			
الوقوف على الرأس	2.75	± 0.75	6.83	± 1.40	-0.28	-9.39	0.00
الشقلبة الأمامية على اليبدين بالارتقاء المنفرد	2.5	± 1.24	6.25	± 1.28	-3.75	-28.7	0.00

معنوي عند مستوى (0.05)

يتضح من خلال الجدول (27) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطين القياس القبلي و القياس البعدي للمجموعة التجريبية (الأسلوب الأقران) في مهارة الوقوف على الرأس لصالح القياس البعدي حيث كان المتوسط الحسابي في القياس القبلي (2.75) ، وفي القياس البعدي(6.83) ، وكانت قيمة ت (-9.39) وهي قيمة دالة إحصائياً ، حيث إن مستوى الدلالة (0.00) مما يشير ذلك إلى نسبة التحسن لدى أفراد المجموعة التجريبية ، وتوضح الفروق في مستوى التعلم في الشكل رقم (3) .

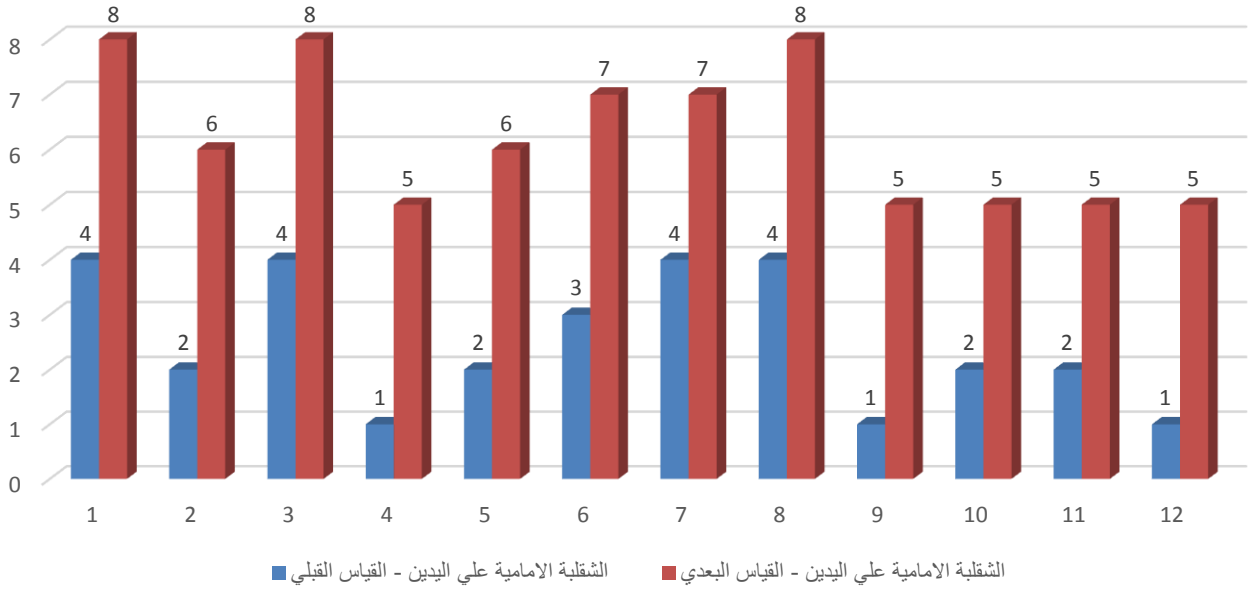
أما بخصوص مهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء حيث كان المتوسط الحسابي في القياس القبلي (2.5) وفي القياس البعدي (6.25) وكانت قيمة ت (-28.7) وهي قيمة دالة إحصائياً ، حيث إن مستوى الدلالة (0.00) مما ذلك يشير إلى نسبة التحسن لدى أفراد المجموعة التجريبية ، وتوضح الفروق في مستوى التعلم في الشكل رقم (4) .



الشكل (3)

الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في الأداء المهاري للمجموعة التجريبية لمهارة الوقوف على الرأس

القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (التعلم التبادلي)



الشكل (4)

الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في الأداء المهاري للمجموعة التجريبية لمهارة الشقبة
الأمامية على اليمين بالارتقاء المنفرد

الجدول (28)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت للمجموعة التجريبية في الاختبار المعرفي
لمهاتري الوقوف على الرأس والشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد

ن=12

المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		الفروق بين المتوسطات	قيمة ت	قيمة الاحتمالية
	س	ع ±	س	ع ±			
الاختبار المعرفي	25.667	2.995	32.667	2.387	-7.000	-5.603	0.000

معنوي عند مستوي (0.05)

كما يتضح من خلال الجدول (28) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين المتوسطين القياس القبلي و القياس البعدي للمجموعة التجريبية (الأسلوب التطبيق بتوجيه الأقران) في الاختبار المعرفي ، حيث كان متوسط القياس القبلي (25.667) وكان الانحراف المعياري (2.995) و القياس البعدي (32.667) والانحراف المعياري (2.387) لصالح القياس البعدي في جميع محاور الاختبار المعرفي ، وكانت الفروق بين المتوسطات (-7.000) ، وقيمة ت (-5.603) والقيمة الاحتمالية (0.000) ، مما يشير ذلك إلى نسبة التحسن لدى أفراد المجموعة التجريبية .

4-1-3- عرض نتائج الفرض الثالث :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القياس البعدي لدي المجموعتين التجريبية والضابطة في جوانب التعلم المعرفي والمهاري لمهاتري الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد والوقوف على الرأس لصالح المجموعة التجريبية .

الجدول (29)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في الأداء المهاري لمهاتري

ن = 24

المتغير	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفرق بين المتوسطين	قيمة ت	قيمة الاحتمالية
	س	± ع	س	± ع			
الوقوف على الرأس	4.083	1.084	6.833	1.403	-2.750	-5.373	0.000
الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد	3.417	0.996	6.250	1.288	-2.833	-6.028	0.000

معنوي عند مستوى (0.05)

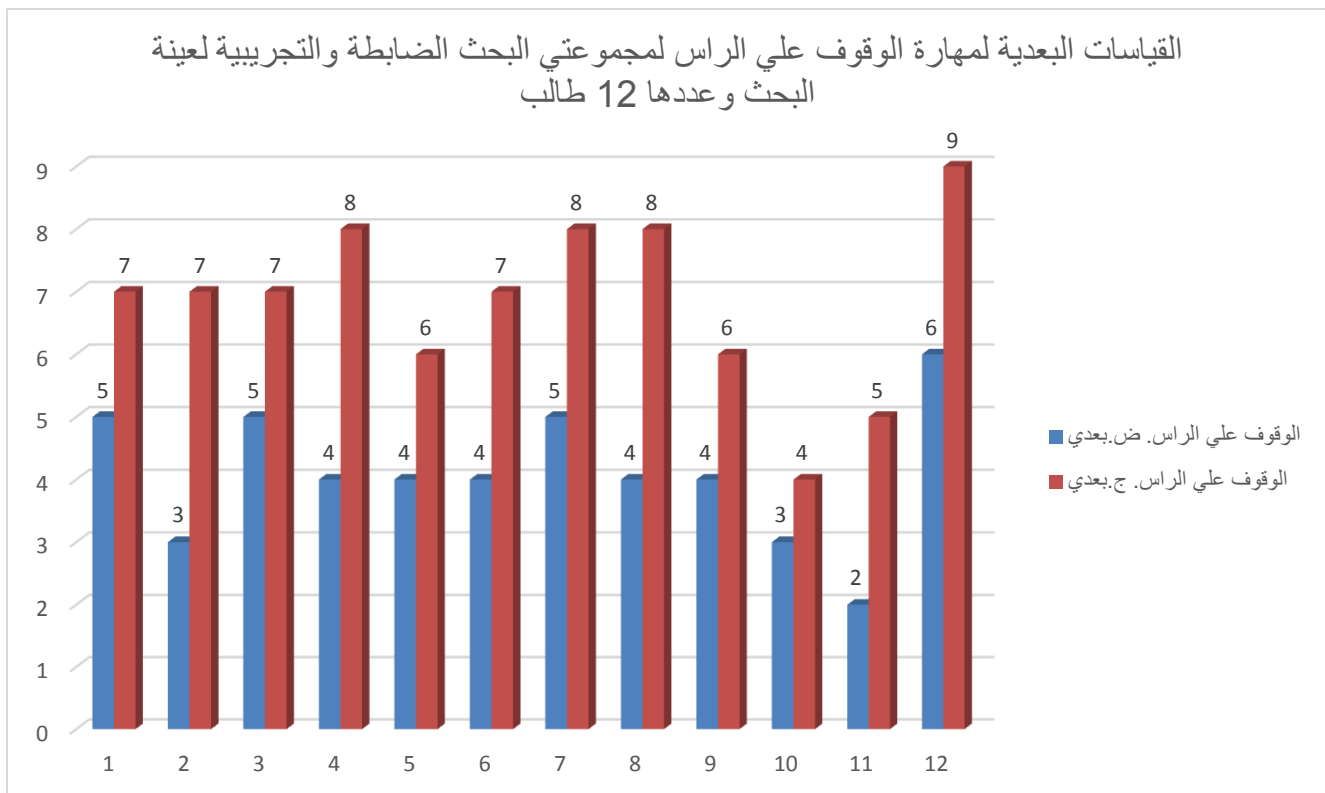
يتضح من خلال الجدول (29) وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المتوسطين القياس البعدي للمجموعتين الضابطة (الأسلوب العرض التوضيحي) ، والقياس البعدي للمجموعة التجريبية (أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران) ، في مهاتري الوقوف على الرأس و الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد ، حيث كان المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة لمهارة الوقوف على الرأس في القياس البعدي (4.083) والانحراف المعياري (1.084) وفي مهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد(3.417) والانحراف المعياري (0.996) وكان المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية لمهارة الوقوف على الرأس في القياس البعدي (6.833) والانحراف

المعياري (1.403) وفي مهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد (6.250) والانحراف المعياري (1.288) وكانت الفروق بين المتوسطين في مهارة الوقوف على الرأس (-2.750) وكانت قيمة ت (-5.373) أما مهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد كانت الفروق بين المتوسطين (-2.833) وكانت قيمة ت (-6.028) اما القيم الاحتمالية كانت (0.000) وهي قيمة دالة إحصائياً حيث إن مستوى معنوية (0.05) ، مما يشير ذلك إلى

نسبة

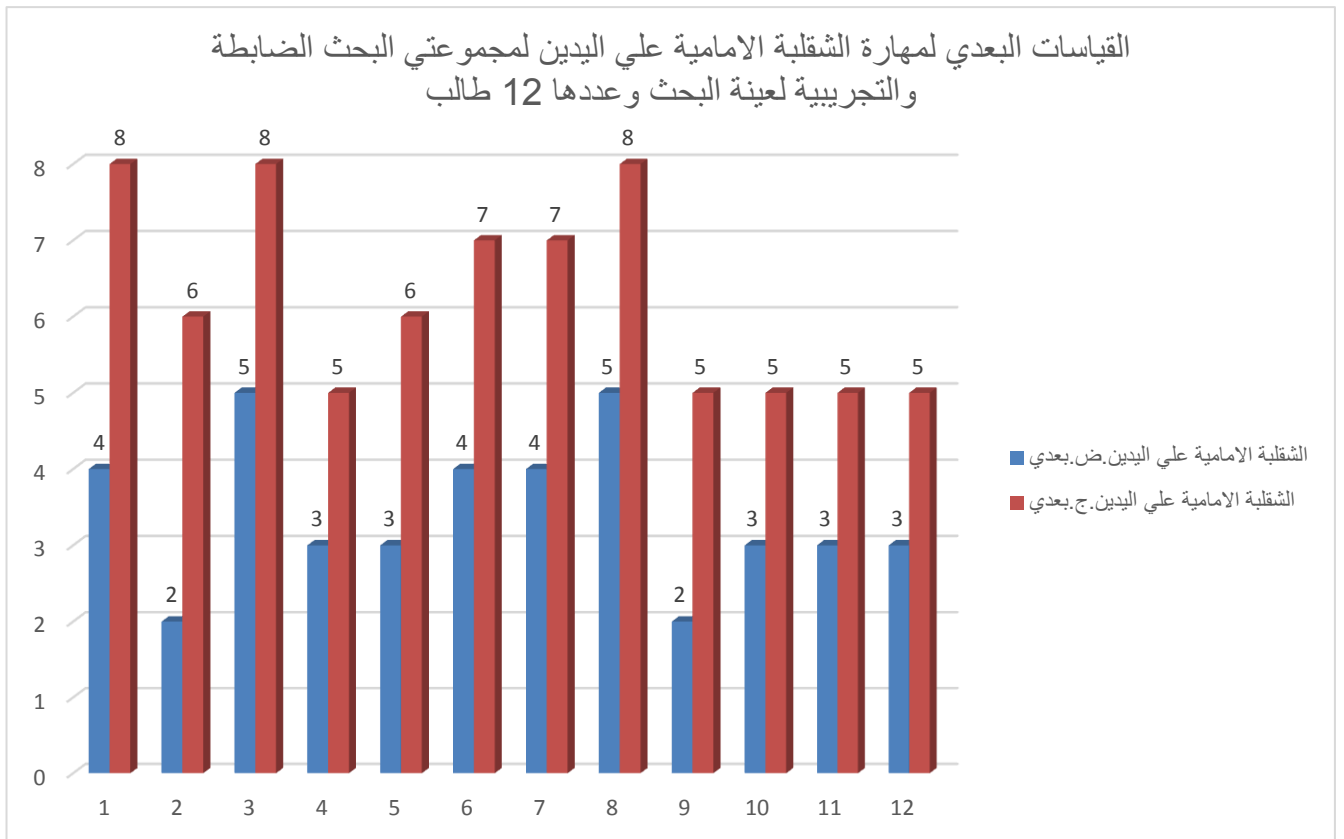
تحسن لدى أفراد المجموعة التجريبية على أفراد المجموعة الضابطة ، وتوضح الفروق في

مستوى التعلم في الشكل رقم (5) ، (6)



الشكل (5)

الفروق بين القياسين البعدي في الأداء المهاري للمجموعة التجريبية والضابطة لمهارة الوقوف على الرأس



الشكل (6)

الفروق بين القياسين البعدي في الأداء المهاري للمجموعة التجريبية والضابطة لمهارة الشقبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد

الجدول (30)

دلالة الفروق بين المجموعتين في القياس البعدي في الاختبار المعرفي في مهارة الوقوف على الرأس والشقبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد

ن=24

الاحتمالية	قيمة ت	الفروق بين المتوسطات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المتغيرات
			القياس البعدي	س	القياس البعدي	س	
0.001	-4.041	-5.917	± ع	2.38	± ع	26.750	المجموع الكلي للمحاور

معنوي عند مستوي (0.05)

يتضح من خلال الجدول (30) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) أقل من القيمة الاحتمالية (0.001) ، أي بين المتوسطين البعدي للمجموعة التجريبية (أسلوب الأقران) والبعدي للمجموعة الضابطة (العرض التوضيحي) في جميع محاور الاختبار المعرفي لمهاتري الوقوف على الرأس والشقبة الأمامية لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية حيث كان المتوسط الحسابي في القياس البعدي للمجموعة التجريبية (32.66) والانحراف المعياري(2.38) وفي القياس البعدي للمجموعة الضابطة كان المتوسط الحسابي(26.750) والانحراف المعياري (4.475) وكانت قيمة ت (-4.041) وهي قيمة دالة إحصائياً حيث إن القيمة الاحتمالية(0.001) مما يشير إلى نسبة تحسن .

4-2- مناقشة النتائج :

4-2-1- مناقشة نتائج الفرض الأول :

أشارت نتائج الفرض الأول إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لدى المجموعة الضابطة في جوانب التعلم المعرفي والمهاري لمهاتري الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد والوقوف على الرأس لصالح القياس البعدي .

يتضح من خلال الجدول (25) أن القيمة الاحتمالية لمهارة الوقوف على الرأس بين القياس القبلي و القياس البعدي (0.012) أقل من مستوي الدلالة الإحصائية (0.05) وذلك يوجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القياس البعدي بمتوسط الحسابي (4.08) ، أن القيمة الاحتمالية لمهارة الوقوف على الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد بين القياس القبلي والقياس البعدي (0.01) أقل من مستوي الدلالة الإحصائية (0.05) وذلك يوجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القياس البعدي بمتوسط الحسابي (3.41) مما يشير إلى نسبة التحسن .

كما يتضح من خلال الجدول (26) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوي (0.05) أقل من القيمة الاحتمالية (0.010) أي بين المتوسطين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة (أسلوب العرض التوضيحي) في الاختبار المعرفي لمهارة الوقوف على الرأس و الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد لصالح القياس البعدي .

لقد تبين من الجدول (25) الجدول (26) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوي (0.05) أقل من القيمة الاحتمالية ، أي بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة لصالح القياس البعدي في التحصيل المعرفي كما اظهرته النتائج في جدول (25) الجدول (26) إلى : إن هناك تحسن بسيط لدى المجموعة الضابطة التي تم تدريسها بالأسلوب

العرض التوضيحي (الأوامر) .

وتتفق نتائج الدراسة مع نتائج دراسة كلا من : دراسة زكية ابراهيم (1993) (28) ، بدوى ، حمودة (2003)(20) ، فوزية محمد (2005)(52) ، حامد نوري علي (2012)(23) دراسة : (2000) (94): Schilling & Mary ، التي اثبتت إن أسلوب العرض التوضيحي كان أفضل الأساليب في التعلم المهاري .

ولم تتفق نتائج الدراسة مع نتائج دراسة كلا من : دراسة حسين ، محمد (2006) (24) ودراسة الصياد ، حسين : (2005) (12) ، دراسة أحمد الموافي (2004)(4)، دراسة إيمان حسن ، ليلي عباس (2001) (18) و دراسة بسمان عبد الوهاب : (2002) (21) و دراسة عقيل يحيى هاشم ، نداء فليح حسن:(2013) (44) و دراسة Daryl ، Sientop ، (93) (1998) و دراسة (86) (2005) Cheng Lin ، التي اتفقت جميعها بتأثير الأسلوب التبادلي أو أساليب التدريس على أسلوب العرض التوضيحي (الأمري) .

أما ما يخص الجانب المهارى والمعرفي كانت نسبة التحسن بسيطة نظراً لان الاسلوب المتبع لا يعتمد على التغذية الراجعة المستمرة ولا إيتاح الفرصة لعملية التطبيق ، وهذا ما تؤكد دراسة هشام عبدالحميد (2004)(80) ، حيث إن اسلوب التعلم بالعرض التوضيحي (الوامر) غير كاف في عملية التعلم ، وهذا ما تؤكد عليه أيضاً دراسة لمياء فوزى (2000)(54) .

مما سبق يرى الباحث أن (الأسلوب الأمري) قد أسهم في التعلم نتيجة للمحاولة والتكرار ولسهولة تنفيذه حيث إن وجود المعلم في قيادة درس التربية الرياضية يساعد على شعور الطالب بالاطمئنان ولتعود الطالب على هذا الأسلوب ليس في درس التربية الرياضية فقط وإنما في المواد الأخرى ، ولهذا تظهر الفروق واضحة بين القياسين القبلي والبعدي .

من خلال مناقشة هذا النتائج تم التحقق من صحة الفرض الاول .

4-2-2- مناقشة نتائج الفرض الثاني :

أشارت نتائج الفرض الثاني الي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لدي المجموعة التجريبية في جوانب التعلم المعرفي والمهاري لمهاتري الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد والوقوف على الرأس لصالح القياس البعدي .

يتضح من خلال الجدول (27) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (أسلوب الاقران) في مهارة الوقوف على الرأس لصالح القياس البعدي ، حيث كان المتوسط الحسابي في القياس القبلي (2.75) وفي القياس البعدي(6.83) وكانت قيمة ت (-9.39) وهي قيمة دالة إحصائيا حيث إن مستوى الدلالة (0.00) مما يشير إلى نسبة تحسن .

أما بخصوص مهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء حيث كان المتوسط الحسابي في القياس القبلي (2.5) وفي القياس البعدي (6.25) وكانت قيمة ت (-28.7) وهي قيمة دالة إحصائياً حيث أن مستوى الدلالة (0.00) مما يشير إلى تحسن .

كما يتضح من خلال الجدول (28) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين المتوسطين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (الأسلوب التطبيق بتوجيه الأقران) في الاختبار المعرفي ، حيث كان متوسط القياس القبلي (25.667) وكان الانحراف المعياري (2.995) و القياس البعدي (32.667) والانحراف المعياري (2.387) لصالح القياس البعدي في جميع محاور الاختبار المعرفي ، وكانت الفروق بين المتوسطات (-7.000) ، أما القيمة ت (-5.603) و القيمة الاحتمالية (0.000) ، مما يشير إلى نسبة التحسن .

لقد تبين من الجدول (27) والجدول (28) وجود فروق معنوية بين القياس القبلي و القياس البعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في كل من الأداء المهاري و التحصيل المعرفي ، كما أن البرنامج التعليمي المقترح ساهم في عرض المحتوى التعليمي من خلال أوراق المعيار مما ادى إلى استيعاب الطلاب للمهارات بشكل جيد كما أظهرت النتائج في جدول (27) الجدول (28) .

كما يذكر ويشير محسن حمص (1997) : إلى أنه كلما تحولت القرارات المتعلقة بالتخطيط و التنفيذ و التقويم في أسلوب التدريس إلى الطالب ، ساعد ذلك على أن يكون الطالب هو محور العملية التعليمية ، وكلما ساعد ايضاً على نموه الفكري إلى جانب نموه البدني و الانفعالي و الاجتماعي .(91:68)

وتتفق النتائج مع نتائج كلا من : دراسة لمياء فوزى (2000)(54)تأثير استخدام بعض الاساليب على مستوي الاداء المهاري والدافعية لبعض المهارات الاساسية في كرة السلة ،صفاء محمد (2014) (33) والتي تهدف إلى التعرف لي أثر استخدام التعلم التعاوني على تعلم بعض مهارات كرة السلة لطالبات الصف السابع الأساسي في محافظة نابلس ، إسماعيل فتحي خميس (2003) (9) والتي تهدف إلى التعرف على مدى تأثير استخدام التعلم التعاوني على تحسين مستوى الأداء المهاري لتلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي ، وكذلك فاعلية الوحدات التعليمية باستخدام أسلوب التعلم التعاوني في كرة السلة ، حسين ، محمد (2006) (24) و التي تهدف للتعرف إلى بعض الأساليب المستخدمة في تكييف الموقف التعليمي لخصائص المتعلم ، ولم تتفق الدراسة مع أحمد السيد (2004) (4) والتي تهدف إلى التعرف على تأثير البرنامج التعليمي باستخدام أساليب التدريس (الممارسة - التعلم

التبادلي - الوجبات الحركية) على مستوى التحصيل المهاري في الكرة الطائرة ، دراسة أحمد الموافي (1999)(3) تأثير استخدام بعض الاساليب على بعض مهارات كرة الطائرة .

أما ما يخص الجانب المهاري كانت نسبة التحسن كبيرة وهذا يدل على تأثير أسلوب تطبيق توجيه الاقران ، وهذا ما تؤكد عليه دراسة كل من دراسة صفاء محمد (2014)(33) ،معين عودات (2010)(65) ،دراسة لمياء فوزى (2000)(54)،أحمد الموافي (199)(3) .

أما الجانب المعرفي كانت ايضا نسبة التحسن كبيرة وهذا ما تأكده دراسة كلا من دراسة يحيى لموم (2010)(82) ،هشام عبدالحميد (2004) (80) ،أحمد محمود (2004)(6) ،

ويعزى الباحث أن هذا التحسن الذى أحرزته افراد عينة المجموعة التجريبية إلى فاعلية أسلوب التبادلي كأسلوب تدريسي مقترح ، وما تضمنه من تحديد الواجبات التي يقوم بها الطلاب أثناء التطبيق حيث روعي فيها التدرج من السهل إلى الصعب ، ومن البسيط إلى المركب مما خلق جو تعليمي مناسب وفعال ساعد على فهم واستيعاب جوانب التعلم ، وهذا بدوره أدى إلى زيادة التحصيل في المهارتين ، هذا بالإضافة إلى متابعة الباحث للطلاب أثناء تطبيق الوحدات التعليمية ، حيث إن الأسلوب يبين أنه هناك علاقة خاصة بين كل من الطالب المؤدى و الطالب الملاحظ حيث يقوم الطالب الملاحظ بإعطاء التغذية الراجعة للطالب المؤدى ، و الاتصال في هذا الأسلوب يكون بين كل من الطالب المؤدى و الطالب الملاحظ وكذلك بين الطالب الملاحظ والمعلم من جهة أخرى ، وهذا يساعد في الحصول على التغذية الراجعة الفورية عند الأداء .

من خلال مناقشة هذا النتائج تم التحقق من صحة الفرض الثاني

4-2-3- مناقشة نتائج الفرض الثالث :

أشارت نتائج الفرض الثالث إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القياس البعدي لدى المجموعتين التجريبية والضابطة في جوانب التعلم المعرفي والمهاري لمهاتري الشقبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد والوقوف على الرأس لصالح المجموعة التجريبية .

كما تظهر النتائج بين المجموعتين التجريبية والضابطة في أداء مهاتري الوقوف على الرأس و الشقبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد ، وهذا النتائج تشير إلى تقدم في المستوى الأداء للمجموعة التجريبية على الضابطة ، كما يوضح جدول (29) إلى :إن الفروق بين المتوسطين كانت في مهارة الوقوف على الرأس (-2.750) وقيمة ت الحسابية (-5.373) وفي مهارة الشقبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد (-2.833) وقيمة ت الحسابية (-6.028) .

ويعزى الباحث هذه النتائج إلى : إن الأسلوب التدريس الذي تم تطبيقه على مجموعه التجريبية أدى إلى تأثير كبير في العملية التعليمية .

بينما الأسلوب الذي تم تطبيقه على المجموعة الضابطة أدى إلى تأثير بسيط في العملية التعليمية في أداء مهاتري البحث ، نستطيع القول : إن الطالب لا يتلق تغذية مباشرة أثناء الأداء المهاري ، وهنا يصبح تأخر في التغذية الراجعة مما سيؤثر على العملية التعليمية .

أما ما يخص الجانب المعرفي فكانت هناك فروق في القياس البعدي بين المجموعات التجريبية والضابطة لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية ، كما يوضح جدول (30) أن الفروق بين المتوسطين في مجموع المحاور (-5.917) وقيمة ت (-4.041) القيمة

الاحتمالية (0.001) ، ومن خلال النتائج نستطيع القول : إن الأسلوب الحديث قد أثر تأثير إيجابي على المجموعة التجريبية في بعض الجوانب المعرفية .

وتتفق هذا النتائج مع نتائج دراسة كلاً من : دراسة: معين عودات : (2010) (65) ، أحمد الموفى : (1999) (3) ، إيمان حسن ، ليلي عباس: (2001) (18) ، لمياء فوزى: (2000) (54) ، بسمان عبدالوهاب : (2002) (21) ، إسماعيل فتحي خميس (2003) (9) ، دراسة هشام عبد الحميد (2004) (80) ، حسين محمد (2006) (24) ، دراسة Daryl Siedentop : (1998) (93) ، واتفقت هذا الدراسات على إن استخدام الأسلوب التبادلي ساعد في تعلم لبعض المهارات .

ولم تتفق مع دراسة زكية ابراهيم (1993) (28) ، بدوى ،حمودة (2003) (20) ، فوزية محمد (2005) (52) ، حامد نوري علي (2012) (23) دراسة : (Schilling & Mary) (2000) (94):، التي اثبتت إن أسلوب العرض التوضيحي كان أفضل الأساليب في التعلم المهاري .

أما الجانب المهاري اتفقت الدراسة في تأثير الاسلوب التبادلي على الجانب المهاري مع دراسة: معين عودات : (2010) (65) ، اما الجانب المعرفي اتفقت الدراسة مع دراسة : هشام عبد الحميد : (2004) (80)

كما يرى الباحث إن الفروق الجوهرية بين الأسلوبين أوجدت في مستوى الأداء (المهاري - المعرفي) .

ويؤكد الباحث إن سبب نجاح البرنامج التعليمي المقترح إلى مزايا التي تتوفر في أسلوب توجيه بتطبيق الأقران (التبادلي) من حيث تقديم المادة ومحاولات تعلم مع شرح كل جزء في

المهارة من حيث : جزء المكتوب ، صورة لكل جزء من مهارة ، الذي خاطب اكثر من حاسة من حواس المتعلم .

وبهذا يتفق الباحث مع (عودات، 2010) : إن استخدام أساليب التدريس المختلفة ومتنوعة والتي تعمل على تكيف الموقف التعليمي تخلق جوا من التغيير عن المسار المعتاد في الطريق التقليدية (65: 305)

ويرى الباحث أن استخدام ورقة المعيار في تطبيق الأداء ، ساعد الطالب من الحصول على التغذية الراجعة فورية ، واكتشاف نواحي الضعف ، مما ساعد على استيعاب المهارة ، وتصحيح الأخطاء .

وبذلك يتحقق الفرض الثالث الذي ينص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القياس البعدي لدي المجموعتين التجريبية والضابطة في جوانب التعلم المعرفي والمهاري لمهاري الشقبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد والوقوف على الرأس لصالح المجموعة التجريبية .

ومن خلال مناقشة نتائج الدراسة وما موثق أعلاه تم التحقق من صحة الفروض قيد البحث .

5- الفصل الخامس

الاستنتاجات والتوصيات

5-1- الاستنتاجات .

5-2- التوصيات .

5-1- الاستنتاجات :

من واقع البيانات والمعلومات التي توصل إليها الباحث، وفي حدود عينة البحث وخصائصها وطبيعتها وأهداف ومجال البحث الذي طبق فيه ، وفي ضوء المعالجات الإحصائية ، ومن خلال مناقشة وتفسير النتائج، يمكن استنتاج الآتي:

- 1- لقد أثرت أساليب التدريس في رفع من مستوى تعلم المهارتين .
- 2- هناك تأثير إيجابي لأسلوب التدريس التبادلي الذي استخدم في تعلم المهارتين .
- 3- هناك تأثير أيضا لأسلوب التدريس الأمري الذي استخدم في تعلم المهارتين .
- 4- أن البرنامج التعليمي المقترح له تأثير إيجابي ذو دلالة إحصائية على تحسين الأداء المهاري .
- 5- وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في تعلم مهارتي الوقوف على الرأس و الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد لصالح المجموعة التجريبية
- 6- إن أساليب التدريس التي استخدمت في البحث اختلفت اختلافاً في تأثيرها على تعلم مهارتي الوقوف على الرأس والشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد ، لصالح أسلوب المجموعة التجريبية (التبادلي) .
- 7- أظهرت نتائج البحث أن استخدام أسلوب تطبيق بتوجيه الاقران مع التغذية الراجعة المستمرة وزيادة وقت التطبيق أثر ايجابي في عملية التعليم المهارات .
- 8- اظهرت النتائج ايضاً أن استخدام أسلوب التطبيق بتوجيه الاقران قد أثر ايجابي في الجانب المعرفي لمهاراتي .

9- اظهرت النتائج ايضاً أن استخدام أسلوب التطبيق بتوجيه الاقران قد أثر إيجابي في المهارى المعرفي لمهاراتي .

10- اظهرت النتائج ايضاً إلى تأثير الأسلوب العرض التوضيحي على الجانب المهاري .

5-2-التوصيات :

في ضوء ما أسفرت عليه نتائج البحث واعتماداً على مشاهدات الباحث خلال فترة تنفيذ تجربة الدراسة يوصي الباحث بالآتي :

1- استخدام أسلوب التوجيه بتطبيق الأقران (التبادلي) ساهم في خلق أجواء تعليمية فعالة داخل محاضرة التربية البدنية بما يحقق أهداف المواقف التعليمية .

2- ضرورة التنوع في استخدام الاساليب التعليمية في عملية التدريس وخاصة في تعليم المهارات .

3- ضرورة إلمام كافة أعضاء هيئة التدريس المكلفين بالتربية العملية بأساليب التدريس لكي يتم تطبيقها من قبل طلاب كلية التربية البدنية .

4- إجراء المزيد من الدراسات على مهارات الجمباز المختلفة نظراً لأهمية اللعبة سواء في المدارس أو كليات التربية الرياضية .

5- إجراء المزيد من الدراسات التي تستخدم أساليب التدريس المختلفة .

7- يوصى الباحث باستخدام أسلوب التطبيق بتوجيه الاقران في عملية التعليم وخاصة في ظل جائحة (كورونا) لما لهذا الاسلوب من مميزات وهي عملية التباعد وعدم الاحتكاك بين

الطلاب وبين الطلاب والمعلم ، نظرا لي عملية التعلم عن بعد تحتاج إلى إمكانيات مادية كبيرة ، ونحن لا نملك هذا الامكانيات .

8- ضرورة إستخدام أسلوب التطبيق بتوجيه الاقران (التبادلي) في تعليم مهارات الجمباز او مهارات العاب الاخرى لدى الطلبة.

9- ضرورة الاستفادة من تطبيق المنهج التعليمي باستخدام أسلوب التطبيق بتوجيه الاقران في تعلم الأداء الفني لمهارات الجمناستك لما له تأثير ايجابي .

10 - إستخدام أسلوب التعلم بالعرض التوضيحي (الأمرى) في تعلم الأداء المهاري .

11 - إستخدام الاختبار المعرفي لما له من تأثير ايجابي ، والتنوع في إستخدام الاختبار المعرفي في مهارات مختلفة .

قائمة المراجع

- اولاً - المراجع العربية .
- ثانياً - المراجع الأجنبية .
- ثالثاً - المواقع الكترونية .

قائمة المراجع

أولاً : المراجع باللغة العربية :

العنوان	الاسم	م
معلم التربية الرياضية ، دار الاصدقاء ،المنصورة .	ابوالنجا أحمد عزالدين : (2001)	1
الاتجاهات الحديثة في طرق التدريس التربية البدنية الرياضية ، شجرة الدار ،المنصورة .	_____ : (2000)	2
تأثير استخدام بعض الأساليب التدريس على التعلم بعض مهارات كرة الطائرة لطلاب كلية التربية البدنية الرياضة ، رسالة ماجستير ، غير منشورة كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة .	أحمد السيد الموافي: (1999)	3
تأثير استخدام بعض أساليب التدريس على مستوى التحصيل المهاري والمعرفي في الكرة الطائرة لطلاب كلية التربية الرياضية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعة المنصورة .	أحمد السيد الموافي : (2004)	4
تكنولوجيا الحركة في الجمباز ، مطبعة التوني ، الإسكندرية .	أحمد الهادي يوسف : (1992)	5
تأثير استخدام بعض أساليب التدريس على مستوى الأداء الحركي والمعرفي في كرة السلة للصف الاول الثانوي ، بحث منشور ، كلية التربية الرياضية ، العدد الواحد والخمسون ، جامعة الإسكندرية.	أحمد محمود محمد : (2004)	6
مقارنة أسلوبى التطبيق الموجة والتطبيق الذاتى متعدد المستويات على بعض المهارات الأساسية والصفات البدنية الخاصة للمبتدئين في كرة السلة ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ،كلية التربية الرياضية بورسعيد ، جامعة قناة السويس .	أحمد يوسف عاشور : (2002)	7
الجمباز الفني مفاهيم وتطبيقات ،الطبعة الثانية ، دار الحكمة ،الإسكندرية .	أديل سعود شنودة : (2003)	8
تأثير استخدام التعلم التعاونى على مستوى الأداء في كرة السلة لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسى ،رسالة ماجستير غير منشوره ،كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا .	إسماعيل فتحي خميس : (2003)	9
الإرشاد التربوي والنفسى، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، أبو زينة، فريد كامل: الرياضيات مفاهيم وأصول تدريسها، دار الفرقان للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 1982العراق،	الحياىلى، عاصم محمود: (1989)	10

- 11 الحارثي، منى بنت فيحان (2007) فاعلية استراتيجية تدريس الأقران في اكساب بعض الكلمات الوظيفية للتلاميذ المتخلفين عقلياً بدرجة متوسطة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الخاصة، جامعة ملك سعود، السعودية.
- 12 الصياد ، حسين : (2005) تأثير أسلوبى التآلف والبناء والواجبات الإضافية على بعض المتغيرات البدنية والمهارية في درس التربية الرياضية ،رسالة ماجستير، جامعة حلوان، القاهرة .
- 13 الين وديع فرج : (1996) خبرات في العاب للصغار و الكبار ،الإسكندرية ،منشأة المعارف .
- 14 أماني رفعت البحيري : (1998) برنامج تعليمي باستخدام أسلوب الاكتشاف الموجه وأثره على تعلم بعض مهارات المباراة ،(المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضة كلية التربية الرياضية،العدد23)، جامعة المنيا.
- 15 أمين أنور الخولي وأخرون : (2002) دليل المعلم في التربية الرياضية للصف الثاني الإعدادي
- 16 أمين أنور الخولي، عدلي حسين بيومي: (1991) سلسلة برامج التربية الحركية الجمباز التربوي للأطفال الناشئة ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 17 أنور محمد الشرقاوي (1992) علم النفس المعرفي المعاصر ،مكتبة الانجلو ، القاهرة .
- 18 إيمان حسن الجيلي ،إيلي عباس سليمان : (2001) أثر استخدام أساليب التدريس على مستوى الأداء والتذكر الحركي لمهارة الوقوف على اليدين والدرجة الأمامية ،المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ،كلية التربية الرياضية للبنات ،الإسكندرية .
- 19 ايناس أحمد علي : (2001) أثر تفاعل بين الأسلوب المعرفي (الاعتماد-الاستقلال) ومعالجتين تعليميتين للتعبير المكتوب على الأداء اللغوي لتلاميذ الصف الثاني ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الإسكندرية .
- 20 بدوي عبد العال ، حمودة : (2003) تأثير استخدام أسلوبى التآلف والبناء والعرض التوضيحي في تعلم بعض مهارات الجمباز على التحصيل المهاري لطالبات المرحلة الإعدادية ، مجلة علوم وفنون التربية الرياضية، جامعة حلوان، القاهرة.
- 21 بسمان عبد الوهاب : (2002) تأثير كل من تأثير استخدام الأسلوبين الأمري والتبادلي على مستوى التعلم والوقت المستثمر خلال درس الجمناستك لطلبة المرحلة الاولى في كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ،بحث منشور ، المجلد الحادي عشر ،العدد الاول .
- 22 جابر عبدالمجيد : (1998) التدريس والتعليم ، الأسس النظرية ، الاستراتيجية و الفاعلية ، دار الفكر العربي ،القاهرة .

- 23 حامد نوري علي: (2012) تأثير الأسلوبين التبادلي والأمري في تعلم بعض المهارات الحركية والثبات وتقديم المساعدة اليدوية في الجمناستيك ، لطلاب الصف الثاني ، كلية التربية الرياضية ، جامعة القادسية.
- 24 حسين، محمد: (2006) فعالية بعض الأساليب المستخدمة في تكييف الموقف التعليمي لخصائص المتعلم (رسالة دكتوراه) جامعة حلوان، القاهرة .
- 25 رجب سرور مختار: (1989) التفاعل بين الأساليب المعرفية وكل من التعلم الفردي الموجه والطريقة التقليدية في تدريس مادة الرياضيات بالمرحلة الثانوية وأثره على بعض المتغيرات ، رسالة الدكتوراه ، غير منشورة كلية التربية ، جامعة الإسكندرية .
- 26 رشيد بن عبد العزيز ،خالد السبر: أساليب التعلم في التربية البدنية ، مكتبة الملك فهد الوطنية ، الرياض . (2005)
- 27 رفعت محمود وبهجات: (1998) التعلم الجامعي والمعرفي ،عالم الكتب ،القاهرة .
- 28 زكية إبراهيم كامل : (1993) فاعلية استخدام أسلوب الاكتشاف الموجه في تدريس بعض مهارات الجمباز على التحصيل الحركي و المعرفي لتلميذات الصف الخامس الابتدائي ، بحث منشور، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، كلية التربية الرياضية الهرم ، جامعة حلوان ، المجلد الأول .
- 29 سامية فرغلي منصور ، نادية محمد عبدالقادر: (2002) التدريس والتدريب الميداني في التربية الرياضية ، مكتبة دار الحكمة ، الإسكندرية .
- 30 سعاد محمد أحمد جبر : (1992) أثر استخدام استراتيجيات التدريس بأساليب مختلفة على التذكر الحركي في كرة اليد ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، العدد الثاني ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية
- 31 سعيد خليل الشاهد: (1995) طرق تدريس التربية الرياضية ، شبرا ، القاهرة .
- 32 سليمان الخضري الشيخ: (1975) الفروق الفردية في الذكاء ، دار الثقافة للطباعة و النشر ،القاهرة .
- 33 صفاء مخلص محمد عبدالعزيز: (2014) أثر استخدام التعلم التعاوني على تعلم بعض مهارات كرة السلة لطالبات الصف السابع الأساسي في محافظة نابلس ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة النجاح الوطنية ، فلسطين .
- 34 طلعت حسن عبدالرحيم: (1983) أساسيات تدريس العلوم ، دار المعارف ، الطبعة الثانية ،الإسكندرية .
- 35 عادل عبدالصير علي: (1998) النظريات و الأسس العلمية في تدريب الجمباز الحديث ، دار الفكر العربي
- 36 عباس أحمد السامرائي ،عبدالكريم محمود السامرائي: (1981) كفايات تدريسية في طرائق التدريس للتربية الرياضية ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد .
- 37 عبدالسلام النداف: (2004) أثر استخدام ثلاث أساليب تدريسية على مستوى وتكرار أداء مهارتي

- الارسال الطويل والارسال القصير في الريشة الطائرة ، مجلة دراسات العلوم التربوية ، المجلد 31، العدد(88-102).
- 38 عبد المنعم سليمان برهم : (1995) موسوعة الجباز العصرية مهارات ، تعليم ، تدريب ، قياس وتقويم ، تنظيم وإدارة ، تحكيم ، مصطلحات رياضية ، قسم التربية الرياضية ، كلية العلوم التربوية ، جامعة مؤته .
- 39 عثمان مصطفى عثمان : (1998) مقارنة فعالية أسلوبين للتعلم على بعض المتغيرات البدنية و المهارية و المعرفية بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ببور سعيد، جامعة السويس .
- 40 عصمت إبراهيم كامل : (1987) تأثير ثلاث أساليب للتدريب على مستوى الأداء الحركي ، المؤتمر العلمي الأول ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان .
- 41 عفاف عبدالكريم : (1990) التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية ، أساليب ، استراتيجيات ، تقويم ، منشأة المعارف ، الإسكندرية .
- 42 _____ : (1994) التدريس للتعليم في التربية البدنية و الرياضة ، أساليب - استراتيجيات - تقويم ، دار المعارف ، الإسكندرية .
- 43 _____ : (1989) طرق التدريس في التربية الرياضية ، منشأة المعارف ، القاهرة .
- 44 عقيل يحيى هاشم ، نداء فليح حسن : (2013) تأثير استخدام أسلوب الاكتشاف الموجه في تعلم بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للطالبات ، مجلة علوم التربية الرياضية ، العدد الثاني ، المجلد السادس . كلية التربية البدنية .
- 45 علي أحمد مدكور : (1998) مناهج التربية أسسها و تطبيقاتها ، دار الفكر العربي . القاهرة .
- 46 علي محمود الريدى : (1986) مقارنة فاعلية زمن الأداء الفعلي لدرس التربية الرياضية لكل من الطريقتين التقليدية و التبادلية ، مجلة بحوث التربية الرياضية ، المجلد الثالث . كلية التربية الرياضية ، اليرموك .
- 47 علي مهدي كاظم ، علي بن شرف ، موسى بن عبدالله : (2003) جهاز قياس الفهم نموذج مقترح للتدريس الجماعي ، بحث منشور بمجلة التربية المعاصرة ، العدد الخامس و الستون ، السنة العشرون ، القاهرة .
- 48 عنايات أحمد فرج : (1988) دليل مدرس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي ، دار الفكر العربي
- 49 فاطمة سالم الشعاب : (2003) تأثير برنامج مقترح لمقارنة ثلاث أساليب تعليم في أداء الارسال المستقيم في كرة المضرب الأرضي لطالبات السنة الثالثة بكلية التربية البدنية ، الزاوية .
- 50 فرج عبد اللطيف بن حسين : (2009) طرق التدريس في القرن الواحد والعشرين ، ط2، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، عمان ، الأردن .

- 51 فوزى أحمد الحبشي (1948) دراسة لفاعلية الابتكار مع طريقتي العرض والاكتشاف الموجه في تحصيل الطلاب واتجاهاتهم نحو مادة الفيزياء ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق .
- 52 فوزية محمد عمر (2005) تأثير أسلوبى للتدريس (التبادلى و التدريبي) على تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز و مفهوم الذات لتلميذات التعلم الأساسى (المرحلة الاعدادية) ، رسالة ماجستير ، كلية التربية البدنية ، جامعة السابع من أبريل .
- 53 كمال حسين زيتون (1998) التدريس نماذجه ومهاراته ، المكتب العلمي للنشر و التوزيع الإسكندرية .
- 54 لمياء فوزى محروس (2000) تأثير استخدام بعض الأساليب التدريس على مستوى الأداء المهارى و الدافعية لبعض المهارات الأساسية في كرة السلة لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعة طنطا .
- 55 ليلي عباس سليمان (2000) فعالية استخدام استراتيجية التعلم التعاوني والحركي وبقاء أثر التعلم لمهارة الشقلبة الأمامية على اليدين على الحصان القفز ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنات ، الإسكندرية .
- 56 محمد إبراهيم شحاتة (2003) أسس جمباز الأجهزة ، مطبعة التوني ، الإسكندرية .
- 57 محمد إبراهيم شحاتة ، محمد محمود عبدالسلام: (1991) أسس جمباز الأجهزة ، مطبعة التوني ، الإسكندرية .
- 58 محمد أحمد : إبراهيم (2004) فاعلية استخدام أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات والعرض التوضيحي على تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة الهوكي ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية للبنات ، العدد السابع والعشرون (1-31) ، جامعة الإسكندرية .
- 59 محمد سعد زغلول (2001) أثر استخدام أسلوب حل المشكلات على المستوى الرقوى لمسابقة دفع الجلة لدي قسم التربية الرياضية بطنطا ، بحث غير منشور ، المجلة العاشرة ، كلية التربية الرياضية بالزقازيق .
- 60 محمد سعيد عزمي (1996) أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الأساسى بين النظرية و التطبيق ، منشأة المعارف ، الإسكندرية .
- 61 محمد عبدالقادر أحمد (1992) طرق التدريس العامة ، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة .
- 62 مصطفى السايح محمد (2001) اتجاهات حديثة في تدريس التربية الرياضية ، مكتبة الإشعاع ، الإسكندرية .
- 63 أساليب التدريب في التربية و الرياضة ، مكتبة و مطبعة الأشعار الفنية ، الطبعة الاولى ، القاهرة .

- 64 محمود عبد الحليم عبد الكريم
ديناميكية تدريس التربية الرياضية ، الطبعة الأولى ، مركز الكتاب للنشر ،
القاهرة . (2006)
- 65 معين عودات : (2010)
فاعلية استخدام أسلوبي التعلم التعاوني والتعلم التبادلي على التحصيل
المهاري لبعض مهارات رياضة تنس الطاولة لتلاميذ المرحلة الأساسية العليا
، مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية .
- 66 معين عودات ، منصور الزبون :
(2013)
فاعلية استخدام أسلوب التألف والبناء على مستوى أداء بعض المتغيرات
البدنية و المهارة لطلبة الجامعة الهاشمية ، كلية العلوم التربوية ، المنارة ،
المجلد التاسع العدد الثالث .
- 67 مفلح بسام : (2010)
تأثير الأسلوب التطبيقي في تدريس مهارة حركية منتقاة بتوظيف إستراتيجية
التدريس المصغر للطلبة المعلمين ، بحث منشور ، مجلة علوم التربية
الرياضية ، العدد الثاني ، المجلد الرابع .
- 68 محسن محمد حمص : (1997)
المرشد في تدريس التربية الرياضية ، دار المعارف ، الإسكندرية .
- 69 _____ : (1991)
المرشد في تدريس التربية الرياضية ، منشأة المعارف ، تحقيقها ، القاهرة .
- 70 محمد صبحى حسانين : (2001)
القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر العربي ، الطبعة
الرابعة ، القاهرة .
- 71 موسكا موستون ، سارة اشاورت
(1991):
ترجمة عباس السامرائي : التدريس في التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية
، جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة و النشر ، بغداد .
- 72 موسى فهمى إبراهيم : (1969)
موسوعة الجباز للرجال ، الجزء الثاني ، دار الكتب الجامعية .
- 73 ميرفت علي خفاجة : (1990)
دراسة مقارنة لتأثير استخدام بعض أساليب التدريس في التربية البدنية على
مستوى اداء بعض المهارات الحركية بالمرحلة الإعدادية ، مجلة نظريات
وتطبيقات ، العدد الثالث عشر ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة
الإسكندرية .
- 74 ناهد خيرى عبد الله : (1999)
تأثير استخدام أسلوبي التدريس بالاكشاف الموجه والتقليدي في درس التربية
الرياضية على بعض المهارات الحركية في الجباز لتلميذات المرحلة
الإعدادية . ، (المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضة) ، كلية التربية
الرياضية للبنات ، العدد 23 ، جامعة الإسكندرية
- 75 ناهد محمود سعد ، نيلي رمزي :
(1998)
طرق التدريس في التربية الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة
- 76 ناجي لطفي الباجوري : (1992)
أثر تفاعل كل أسلوبي التعلم بالاكشاف والتعلم بالتلقي مع مستوى الدافع
للمعرفة على التحصيل العلمي في درس التربية الرياضية ، رسالة دكتوراه

- غير منشورة ،كلية التربية الرياضية للبنين ،جامعة الإسكندرية .
- 77 نوال إبراهيم شلتوت : (1997) طرائق التدريس في التربية الرياضية ، الجزء الثاني ، منشأة المعارف الإسكندرية .
- 78 نوال إبراهيم شلتوت ،ميرفت علي خفاجة : (2002) طرق التدريس في التربية الرياضية ،الجزء الثاني ،التدريس للتعليم والتعلم ،مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية ، الإسكندرية .
- 79 هدى مصطفى درويش : (1994) تأثير بعض أساليب التدريس المصغر على الارتقاء بمستوى الأداء الحركي للتصويبة السلمية في كرة السلة ،نظريات وتطبيقات ، مجلة كلية التربية الرياضية ،الإسكندرية .
- 80 هشام حجازي عبد الحميد : (2004) تأثير استخدام بعض الأساليب على المتطلبات البدنية و المهارية و المعرفية الخاصة بالمبتدئين في الكاراتيه، رسالة دكتوراه غير منشورة ،كلية التربية الرياضية ،جامعة المنصورة .
- 81 وزارة الدفاع القوات المسلحة المصرية: دليل الكليات والمعاهد العسكرية ، المركز الإعلامي للقوات المسلحة . (2018)
- 82 يحيى محمود لموم : (2010) أثر برنامج تعليمي قائم على الوسائط المتعددة مع كل من أسلوبى التطبيق بتوجيه الأقران و التطبيق الذاتى على تعلم مهارة دفع الكرة ، رسالة دكتوراه كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية.

ثانياً : المراجع باللغة الانجليزية :

- 83 Bruce W Gonson ley , David : (1997) Using cooperative learning to enhance the academic and Social experiences of freshman student athletes journal Of p44g(18).
- 84 Brophy , j , E , : (1979) Teacher Behavior and its Effects journal of Education , st , Louis , The c, v, Mosby company .
- 85 Cai : (1998) Student enjoyment of physical education class in three teaching Style environments education vol (118) Iss UE 3P : 412 gpspring .
- 86 CHENG LIN , CHIA. (2005) The comparison of the teaching effects among mosston teaching spectrum apply to junior high school basketball camp, National Taiwan College Of Physical Education.
- 87 Joyce M Harrison : (1996) Instructional strategies for secondary school physical education , 4 Ed. , brawn bench mark.
- 88 Messick ,s, : (1984) The Nature of Cognitive styles problems in Educational practive Educational psychology , vol , 19, no .

- 89 Mosston , M Ashworth , Teaching physical Education , Columbus , oh . Merrill publishing company .
- 90 Mosston , M :(1979) Teaching from command to discovery,Baion , C.A:Mccalchan publishing corp ,
- 91 OUDAT, M.A : (2012) A Comparative study of the impact of some teaching styles applied on certain physical and skill variables in basketball for the Faculty of Physical Education and Sport Science Students at the Hashemite University. International Journal of Academic Research Part B, 4(6), 83-89.
- 92 Peszek: (1998) The gymnastics Almanac net Icontemnastics Publishing Groupl M C Chicago and .
- 93 Siedentop , Daryl :(1998) Sport education what is sport education and How it work Journal of physical education , Reception and Dance V(69) N,p:18 .
- 94 SCHILLING, L & MARY, L : (2000) The Effect of Three Style of Teaching on the University Students Sport Performance, <http://Ericir, Sys.edu/ plueLs Cgi>.

ثالثاً : المواقع الالكترونية :

- 95 WWW. Geocities./dmosad/indexg.4.html

مرفق (1)

قائمه بأسماء السادة المحكمين

قائمه بأسماء المحكمين ورتبهم العلمية ومكان عملهم

م	اسم المحكم	التخصص
1	أ.د. الحبيب أبو القاسم عاشور	عضو هيئة تدريس بكلية التربية البدنية ومدير تحرير مجلة علوم التربية البدنية والرياضة ، جامعة طرابلس .
2	أ.د. أشرف عبدالمنعم أحمد	أستاذ جمباز وتمريبات ، الإدارة المركزية، جامعة المنيا.
3	أ.د. ناصر عمر السيد الوصيف	أستاذ التمريبات والجمباز كلية التربية البدنية والرياضة ، جامعة المنيا .
4	أ.د. عمر أحمد عبد النعيم	أستاذ التمريبات و الجمباز كلية التربية البدنية ،جامعة المنيا .
5	أ.د. محمد محمود حسن	أستاذ التمريبات و الجمباز وكيل كلية التربية البدنية لشؤون التعليم والطلاب ،جامعة الوادي الجديد .
6	أ.د. عمرو سليمان محمد	أستاذ ورئيس قسم علوم الحركة ، كلية التربية البدنية ، جامعة المنيا.
7	د.ك. إيمان فرج الصنعاني	أستاذ مشارك ، بقسم التدريب جمباز ، عضو هيئة التدريس بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضية ، جامعة بنغازي .
8	د.ك. عواطف أبو جناح	أستاذ مشارك ، عضو هيئة التدريس بكلية التربية البدنية ،جامعة طرابلس .
9	د.ك. هاله مسعود الباروني	أستاذ مشارك ، عضو هيئة التدريس بكلية التربية البدنية ، جامعة طرابلس .
10	د.م. حاتم سالم الشحومي	أستاذ مساعد ، بقسم التدريب جمباز ، عضو هيئة التدريس بكلية التربية البدنية و علوم الرياضة ، جامعة بنغازي .
11	أ.م. فوزى الهوارى	أستاذ مساعد ، عضو هيئة التدريس بكلية التربية البدنية ، جامعة طرابلس .
12	أ.م. فائزة جمعة الأخضر	أستاذ مساعد ، عضو هيئة التدريس بكلية التربية البدنية ، جامعة طرابلس .
13	أ.م. فوزى الصيد	أستاذ مساعد ، عضو هيئة التدريس بكلية التربية البدنية ، جامعة طرابلس .

مرفق (2)

بيان تسهيل مهمة الباحث

مرفق (3)

نموذج لورقة المعيار التطبيق بتوجيه الأقران

في الصورة الأولى

جامعة بنغازي

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

قسم المناهج وطرق التدريس

إستمارة إستطلاع رأي الخبراء عن ورقة المعيار المستخدمة في أسلوب التدريس بتوجيه الأقران (التبادلي) التي تقيس التحصيل المهاري لمهاتري الشقلبة الأمامية بالإرتقاء المنفرد على اليدين والوقوف على الرأس .

الأستاذ الدكتور :

يقوم الباحث محمد عبدالله يونس المقيد بقسم طرق المناهج وطرق التدريس بعمل دراسة ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية البدنية وعنوانها (تأثير أسلوبين من أساليب التدريس على بعض جوانب التعلم لمهارات الجمباز الأرضي لطلاب كلية التربية البدنية جامعه طبرق) .

ولثقة الباحث بما لسيادتكم من خبرة في هذا المجال يتقدم الباحث بورقة المعيار التي تقيس التحصيل المهاري الخاص لمهاتري الشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد والوقوف على الرأس .

الرجاء الاطلاع على الورقة والتوجيه بالتعديل المطلوب الذي يوافق رأى سيادتكم مع التكرم بإبداء الرأي في تعديل او اضافة او حذف أي من الخطوات .

شاكرآ لكم تعاونكم في إثراء البحث العلمي

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

الأسلوب المستخدم (الأقران)

ورقة معيار الجمباز (الوقوف على الرأس) - بطاقة رقم ()

التاريخ : / /

الزمن:

الاسبوع:

اسم الطالب المؤدي:..... ،

اسم الطالب الملاحظ:..... ،

توجيهات للطالب (الملاحظ) يجب مراعاتها :	توجيهات للطالب (المؤدى) يجب مراعاتها :
1- التعاون مع الزميل المؤدى (كملاحظ - كشارك - كمعاون - كمنافس - كجهاز - كعائق) 2- دورك تقديم التغذية الراجعة للمؤدى في صورة تصحيح للأخطاء وذلك من خلال ورقة المعيار مع وضع علامة في خانة التقويم للأداء اما (✓) او (×) . 3- تقويم الطالب المؤدى والاتصال فقط بالمعلم في الواجبات الصعبة . 4- مقارنة الأداء بورقة المعيار مع اتاحة الفرصة للمؤدى لتصحيح الأخطاء ثم تبديل المهام .	1- دورك هو أداء الاعمال والاتصال فقط بالزميل الملاحظ . 2- تقبل التصحيح من الزميل الملاحظ مع التركيز على الاداء الصحيح قبل الانتقال للوالب الحركى . 3- تبديل المهام بعد الانتهاء بصورة صحيحة مع الزميل الاخر لتصبح (الملاحظ) 4- يتم التبديل بعد المحاولة الثانية.

ملاحظات	التقويم				التوضيح	النواحي الفنية لمهارة الوقوف على الرأس
	ملاحظ(2)		مؤدى (1)			
	×	✓	×	✓		
						1_من وضع الوقوف الركبتين مفرودتين وتشكل مع الجذع زاوية حاده وضعية الرأس على الأرض واليدين باتساع الصدر بحيث ترسم مثلثا على الأرض .
						2_رفع الرجلين عالياً وهى مفروده مع فرد الأمشاط .
						3_ بحيث يكون الارتكاز فقط على المثلث (الكفين +الرأس) .
						4_ وصولاً للوقوف على الرأس بحيث يكون الجسم مفروداً على أسنقمامه وعمودياً على الأرض . (يكون الجسم في وضع زوايا 90 درجة) .
						5_مرحلة الهبوط تكون الركبتين والامشاط مفروده وهى اول جزء يلمس الأرض .

الأسلوب المستخدم (الأقران)

ورقة معيار الجمباز (الشقبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد) - بطاقة رقم ()

التاريخ / /

الزمن:

الاسبوع:

اسم الطالب المؤدي:.....

اسم الطالب الملاحظ:.....

توجيهات للطالب (المؤدى) يجب مراعاتها :	توجيهات للطالب (الملاحظ) يجب مراعاتها :
1-التعاون مع الزميل المؤدى (كملاحظ - كمشارك - كمعاون - كمنافس - كجهاز - كعائق)	1-دورك هو أداء الاعمال والاتصال فقط بالزميل الملاحظ .
2-دورك تقديم التغذية الراجعة للمؤدى في صورة تصحيح للأخطاء وذلك من خلال ورقة المعيار	2-تقبل التصحيح من الزميل الملاحظ مع التركيز على الأداء الصحيح قبل الانتقال للواجب الحركى .
مع وضع علامة في خانة التقويم للأداء اما (✓)او (×) .	3-تبديل المهام بعد الانتهاء بصورة صحيحة مع الزميل الاخر لتصبح (الملاحظ)
3-تقويم الطالب المؤدى والاتصال فقط بالمعلم في الواجبات الصعبة .	4- يتم التبديل بعد المحاولة الثانية.
4-مقارنة الأداء بورقة المعيار مع اتاحة الفرصة للمؤدى لتصحيح الأخطاء ثم تبديل المهام .	

ملاحظات	التقويم				التوضيح	النواحي الفنية لمهارة الشقلمبة الأمامية على اليدين
	(2) ملاحظ		(1) مؤدى			
	x	✓	x	✓		
						1_ مرحلة الاقتراب من خطوتين او ثلاث .
						2-مرجحة الذراعان ودفء الأرض برجل الارتقاء .
						3- اليدين باتساع الصدر والاصابع تشير إلى الامام والرأس في الوضع الطبيعي (يجب الا تكون اوسع او اضيق من الصدر)
						4-الجسم مفرد . (يجب الا يكون أي تقوس في الجسم) .
						5- الإرتقاء بالرجل المنفردة وتقوس في الجذع للارتكاز على اليدين .
						6_ زيادة المرجحه بالرجل الحره.

						7_ الوقوف على اليدين ودفع الأرض يكون عن طريق الكتفين .
						8_ ضم الرجلين تمهيداً للمرحلة القادمة .
						9_ تقوس الجذع مع ثني الركبتين للهبوط على الامشاط. (يجب الا يكون الهبوط على الكعبين)
						10 _ الوقوف على الرجلين مع وضع الذراعين عاليا .

هل يرى سيادتكم اي إضافة ؟

.....
.....
.....

تفضلوا بقبول الشكر والتقدير

الباحث

اسم الخبير :

الوظيفة :

الدرجة :

سنوات الخبرة :

مرفق (4)

نموذج لورقة المعيار التطبيق بتوجيه الأقران

في الصورة النهائية

الأسلوب المستخدم (الأقران)

ورقة معيار الجمباز (الوقوف على الرأس) - بطاقة رقم ()

التاريخ : / /

الاسبوع:

المرحلة :

الزمن:

اسم الطالب المؤدي:..... ،

اسم الطالب الملاحظ:..... ،

توجيهات للطالب (المؤدى) يجب مراعاتها :	توجيهات للطالب (الملاحظ) يجب مراعاتها :
<p>4- التعاون مع الطالب المؤدى (كملاحظ - كمشارك - كمعاون - كمنافس - كجهاز - كعائق)</p> <p>5- دورك تقديم التغذية الراجعة للطالب المؤدى في صورة تصحيح للأخطاء وذلك من خلال ورقة المعيار مع وضع علامة في خانة التقويم للأداء اما (✓) او (x) .</p> <p>6- تقويم الطالب المؤدى والاتصال فقط بالمعلم في الواجبات الصعبة عند الضرورة .</p> <p>4-مقارنة الأداء بورقة المعيار مع اتاحة الفرصة للمؤدى لتصحيح الأخطاء ثم تبديل المهام .</p>	<p>5- دورك هو أداء الاعمال والاتصال فقط بالزميل الملاحظ .</p> <p>6- تقبل التصحيح من الطالب الملاحظ مع التركيز على الأداء الصحيح قبل الانتقال للواجب الحركى .</p> <p>7- تبديل المهام بعد الانتهاء بصورة صحيحة مع الطالب الاخر لتصبح (الملاحظ)</p> <p>8- يتم التبديل بعد المحاولة الثانية.</p>

ملاحظات	التقويم				التوضيح	النواحي الفنية لمهارة الوقوف على الرأس
	ملاحظ (2)		مؤدى (1)			
	×	✓	×	✓		
						1_من وضع الوقوف الركبتين مفرودتين وتشكل مع الجذع زاويه حاده وضعية الرأس على الأرض واليدين باتساع الصدر بحيث ترسم مثلثا على الأرض.
						2_رفع الرجلين عالياً وهى مفروده مع فرد الأمشاط .
						3_ بحيث يكون الارتكاز فقط على المثلث (الكفين +الرأس) .
						4_وصولاً للوقوف على الرأس بحيث يكون الجسم مفروداً على أستقامه وعمودياً على الأرض . (يكون الجسم في وضع زوايا 90 درجة) .

						<p>5_مرحلة الهبوط تكون الركبتين والامشاط مفروده وهى أول جزء يلمس الأرض .</p>
						<p>6_الدرجة الأمامية من وضع الوقوف على الرأس ثم الوقوف على الرجلين .</p>

الأسلوب المستخدم (الأقران)

ورقة معيار الجمباز (الشقبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد) - بطاقة رقم ()

المرحلة : التاريخ / /

الزمن : الاسبوع:

اسم الطالب المؤدي:.....،

اسم الطالب الملاحظ:.....،

توجيهات للطالب (المؤدى) يجب مراعاتها :	توجيهات للطالب (الملاحظ) يجب مراعاتها :
1-التعاون مع الطالب المؤدى (كملاحظ - كمشارك - كمعاون - كمنافس - كجهاز - كعائق).	1-دورك هو أداء الاعمال والاتصال فقط بالطالب الملاحظ .
2-دورك تقديم التغذية الراجعة للطالب المؤدى في صورة تصحيح للأخطاء وذلك من خلال ورقة المعيار مع وضع علامة في خانة التقويم للأداء اما (✓)او (×) .	2-تقبل التصحيح من الطالب الملاحظ مع التركيز على الأداء الصحيح قبل الانتقال للواجب الحركى .
3-تقويم الطالب المؤدى والاتصال فقط بالمعلم في الواجبات الصعبة عند الضرورة.	3-تبديل المهام بعد الانتهاء بصورة صحيحة مع الزميل الاخر لتصبح (الملاحظ)
4-مقارنة الأداء بورقة المعيار مع اتاحة الفرصة للمؤدى لتصحيح الأخطاء ثم تبديل المهام .	4- يتم التبديل بعد المحاولة الثانية.

ملاحظات	التقويم				التوضيح	النواحي الفنية لمهارة الشقلبة الأمامية على اليدين
	(2) ملاحظ		(1) مؤدى			
	x	✓	x	✓		
						1_ مرحلة الاقتراب من خطوتين او ثلاث .
						2-مرجحة الذراعان ودفع الأرض برجل الارتفاع .
						3- اليدين باتساع الصدر والاصابع تشير إلى الامام والرأس في الوضع الطبيعي (يجب الا تكون اوسع او اضيق من الصدر)
						4-الجسم مفرد . (يجب الا يكون أي تقوس في الجسم) .
						5-الإرتقاء بالرجل المنفردة وتقوس في الجذع للارتكاز على اليدين .

						6_ زيادة المرجحة بالرجل الحرة .
						7_ الوقوف على اليدين ودفع الأرض يكون عن طريق الكتفين .
						8_ ضم الرجلين تمهيداً للمرحلة القادمة .
						9_ تقوس الجذع مع ثني الركبتين للهبوط على الامشاط. (يجب الا يكون الهبوط على الكعبين)
						10_ الوقوف على الرجلين مع وضع الذراعين عاليا .

مرفق (5)

الاختبار المعرفي في صورته الأولية

جامعة بنغازي

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

قسم المناهج وطرق التدريس

استمارة استطلاع رأي الخبراء عن اهم الأسئلة
التي تقيس التحصيل المعرفي الخاص لمهارتي الشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد
والوقوف على الرأس .

الأستاذ الدكتور :

يقوم الباحث محمد عبدالله يونس المقيد بقسم طرق المناهج وطرق التدريس بعمل دراسة
ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية البدنية وعنوانها (تأثير أسلوبين من
أساليب التدريس على بعض جوانب التعلم لمهارات الجمباز الأرضي لطلاب كلية التربية
البدنية جامعة طبرق) .

ولتقة الباحث بما لسيادتكم من خبرة في هذا المجال يتقدم الباحث بالاستمارة لتحديد أهم
المحاور و الأسئلة التي تقيس التحصيل المعرفي الخاص لمهارتي الشقلبة الأمامية على اليدين
بالإرتقاء المنفرد والوقوف على الرأس .

الرجاء الاطلاع على محاور الاختبار والأسئلة التي يتضمنها الاختبار والتوجيه بالتعديل
المطلوب الذي يوافق رأى سيادتكم مع التكرم بإبداء الرأي في الأهمية النسبية لكل محور وأي
الأسئلة صالحة لقياس التحصيل المعرفي .

شاكراً لكم تعاونكم في إثراء البحث العلمي

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

الأهمية النسبية للمحور	محاو الاختبار
%.....	الخطوات التعليمية لمهارة الشقبة الامامية على اليدين
%.....	تحليل الأداء المهاري لمهارة الشقبة الأمامية على اليدين
%.....	الخطوات التعليمية لمهارة الوقوف على الرأس
%.....	تحليل الأداء المهاري لمهارة الوقوف على الرأس
%.....	القدرات الحركية المرتبطة بمستوي مهارة الوقوف على الرأس
%.....	القدرات الحركية المرتبطة بمستوي مهارة الشقبة الأمامية
%.....	القانون

هل يرى سيادتكم إضافة محاور اخرى لاختبار التحصيل المعرفي ؟

.....

.....

.....

.....

تفضلوا بقبول الشكر والتقدير

الباحث

اسم الخبير :

الوظيفة :

الدرجة :

جهة العمل :

المحور الأول : الخطوات التعليمية لمهارة الشقبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد:

م	العبرة	الإجابة الصحيحة
1	من النواحي التعليميه يكون تعليم الارتقاء من: 1- خطوة واحدة خطوتين ثم الجري . 2- ثلاث خطوات ثم الجري .	
2	المرجحة تكون برجل : 1- برجل الحرة . 2- برجل الارتقاء .	
3	يكون أداء المهارة بالسند مع زميلين : 1- وملاحظة إلتقاء القدمين قبل على اليدين . 2- وملاحظة إلتقاء القدمين عند الوقوف على اليدين .	
4	مساعدة الزميل في طريق دفعه لأعلى من : 1- الكتف خوفا من النزول للأمام . 2- الكتف خوفا من النزول خلفا .	

المحور الثاني : تحليل الأداء المهاري لمهارة الشقبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد:

م	العبرة	الإجابة الصحيحة
5	من النواحي الفنية الشقبة الأمامية على اليدين أن تكون اليدين : 1- أضييق قليل والأصابع تشير إلى الأمام . 2- بإتساع الصدر والأصابع تشير إلى الأمام .	
6	وضعية الرأس في مرحلة الإقتراب يكون في : 1-الوضع الطبيعي بين الكتفين والنظر للأمام و الأعلى . 2-الوضع الطبيعي والنظر إلى الأرض .	
7	في مرحلة الإقتراب يكون الجسم في وضع : 1- وضع التكور . 2-وضع مفرود .	
8	مرحلة الإستناد وضع اليدين على الأرض تكون بعد الوصول إلى : 1- قبل الوصول إلى الوقوف على اليدين . 2- في وضع الوقوف على اليدين .	

9	زيادة المرحة بعد الوقوف على اليدين تكون عن طريق : 1- الرجل الحرة . 2- رجل الإرتقاء .
10	الهبوط يكون على الأمشاط مع ثني الركبتين قليلاً : 1- الذراعين عاليًا . 2- الذراعين أسفل .
11	طريقة السند تكون من وضع : 1- نصف جثو . 2- وضع الوقوف .
12	يكون وضع اليدين في عملية السند : 1- اليد الداخلية على الكتف والخارجية أسفل الظهر . 2- اليد الداخلية أسفل الظهر والخارجية على الكتف .
13	الغرض من مسك رسغ يد اللاعب هو : 1- لي محاولة دفع اللاعب إلى الأمام . 2- إيقاف اللاعب إذا كان سيندفع إلى الأمام .

المحور الثالث: الخطوات الفنية لمهارة الوقوف على الرأس:

م	العبرة	الإجابة الصحيحة
14	من النواحي الفنية إعطاء الفرد تمارينات بدنية لتقوية : 1- عضلات الرقبة وتمارين تساعد على فرد الجسم. 2- عضلات الرقبة فقط .	
15	جلوس الجثو وضع الجبهة على الأرض ودفع الأرض بالقدمين لنقل : 1- ثقل الجسم على قاعدة الإرتكاز . 2- ثقل الجسم على جبهة فقط .	
16	من الوضع السابق فرد مفصل الفخذ لي : 1- إبعاد الفخذ عن الجذع . 2- إبعاد الفخذ عن الصدر .	
17	بعد فرد مفصل الفخذ يتم : 1- فرد مفصل الركبة كاملاً . 2- فرد مفصل الركبة قليلاً .	

المحور الرابع: تحليل الأداء المهاري لمهارة الوقوف على الرأس :

18	من النواحي الفنية لمهارة الوقوف على الرأس أن تشير الأصابع : 1- إلى الأمام . 2- إلى الداخل .	
----	---	--

19	وضع الرأس على الأرض بحيث يصنع : 1- مثلثاً بسيط مع اليدين . 2- مثلثاً متساوي الأضلاع مع اليدين .
20	إسناد الرأس على الأرض يكون : 1- على الجبهة عند منبت الشعر . 2- على الجبهة .
21	وضع اليدين تكون : 1- بإتساع الصدر . 2- تكون إتساع أكثر بقليل .
22	عندما يتم الوقوف يكون الخط على الرأس الواصل بين : 1- المشطين والجذع . 2- المشطين والرأس .
23	عملية السند تتم من قبل شخصين من الوقوف كل منهما : 1- جانب اللاعب . 2- أمام اللاعب .
24	عندما تكون القدمين مفتوحة وعند أداء المهارة من الجلوس على أربع تتم عملية السند : 1- من الجلوس الطويل فتحا مواجهة لظهر اللاعب . 2- من الوقوف جانب اللاعب .

المحور الخامس : القدرات الحركية المرتبطة بمستوى مهارة الوقوف على الرأس :

25	يتطلب أداء مهارة الوقوف على الرأس : 1- سرعة – قوة – رشاقة . 2- رشاقة – توازن – مرونة – قوة عضلات .
26	تتطلب مهارة الوقوف على الرأس توافق : 1 - لا تحتاج إلى توافق . 2- توافق الذراعين والعين .
27	تعتبر قوة العضلات من العناصر البدنية : 1- الغير مهمة لأداء المهارة . 2- شديدة الأهمية لأداء المهارة .

المحور السادس : القدرات الحركية المرتبطة بمستوى مهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد :

28	تتطلب مهارة الشقلبة الامامية على اليدين إلى : 1- قوة – سرعة - توافق . 2- قوة – سرعة – توافق – توازن .
29	تكون قوة عضلات الكتفين من العناصر : 1- المهمة للأداء . 2- غير مهمة للأداء مهارة .

30	التوافق عند أداء المهارة يكون بين : 1- الذراع والعين . 2- لا تحتاج إلى توافق .
----	--

المحور السابع : قانون :

31	الزمن الذي تؤدي الحركات على البساط الأرضي هو: 1-70 ث . 2-1:50 .
32	تحدد منطقة الحركات الأرضية بمساحة هي : 1-12×12 . 2-15×12 .
33	يمكن ممارسة الجمباز في : 1- الأماكن المغلقة فقط . 2- الأماكن مغلقة و المفتوحة .
34	مسافة بين الجدار والبساط الأرضي تكون : 1- 2 م . 2- 1:75 م .
35	تجهز مسطبة خشبية مرتفعة عن الأرض مساحتها: 1-14×14 . 2-15×15 .
36	كم خطوة يجب أن يجري اللاعب قبل عملية الإرتقاء في مهارة الشقلبة الأمامية على اليدين : 1- خمس خطوات . 2- ثلاث خطوات .
37	عندما يتجاوز اللاعب مساحة البساط الأرضي : 1- تخصم من نقاط اللاعب . 2- تلغى محاولة اللاعب .
38	إذا لمس اللاعب خطوط حدود البساط الأرضي دون تجاوزها تعتبر : 1- تلغى المحاولة . 2- تعتبر محاولة صحيحة مع الخصم .

مرفق (6)

اختبار التحصيل المعرفي في صورته النهائي لمهاتري الشقلبة الأمامية على اليدين

بالإرتقاء المنفرد والوقوف على الرأس

المحور الأول : الخطوات التعليمية لمهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد:

م	العبرة	الإجابة الصحيحة
1	من النواحي التعليميه يكون تعليم الارتقاء من: 1- خطوة واحدة خطوتين ثم الجري . 2- ثلاث خطوات ثم الجري .	
2	المرجحة تكون برجل : 3- برجل الحرة . 4- برجل الارتقاء .	
3	يكون أداء المهارة بالسند مع زميلين : 3- وملاحظة إلتقاء القدمين قبل على اليدين . 4- وملاحظة إلتقاء القدمين عند الوقوف على اليدين .	
4	مساعدة الزميل في طريق دفعه لأعلى من : 3- الكتف خوفا من النزول للأمام . 4- الكتف خوفا من النزول خلفا .	

المحور الثاني : تحليل الأداء المهاري لمهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد:

م	العبرة	الإجابة الصحيحة
5	من النواحي الفنية الشقلبة الأمامية على اليدين أن تكون اليدين : 1- أضييق قليل والأصابع تشير إلى الأمام . 2- بإتساع الصدر والأصابع تشير إلى الأمام .	
6	وضعية الرأس في مرحلة الإقتراب يكون في : 1-الوضع الطبيعي بين الكتفين والنظر للأمام و الأعلى . 2-الوضع الطبيعي والنظر إلى الأرض .	
7	في مرحلة الإقتراب يكون الجسم في وضع : 1- وضع التكور . 2-وضع مفروود .	
8	مرحلة الإستناد وضع اليدين على الأرض تكون بعد الوصول إلى : 3- قبل الوصول إلى الوقوف على اليدين . 4- في وضع الوقوف على اليدين .	

9	زيادة المرجحة بعد الوقوف على اليدين تكون عن طريق : 3- الرجل الحرة . 4- رجل الإرتقاء .
10	الهبوط يكون على الأمشاط مع ثني الركبتين قليلاً : 1- الذراعين عاليًا . 2- الذراعين أسفل .
11	طريقة السند تكون من وضع : 3- نصف جثو . 4- وضع الوقوف .
12	يكون وضع اليدين في عملية السند : 3- اليد الداخلية على الكتف والخارجية أسفل الظهر . 4- اليد الداخلية أسفل الظهر والخارجية على الكتف .
13	الغرض من مسك رسغ يد اللاعب هو : 1- لي محاولة دفع اللاعب إلى الأمام . 2- إيقاف اللاعب إذا كان سيندفع إلى الأمام .

المحور الثالث: الخطوات الفنية لمهارة الوقوف على الرأس:

م	العبرة	الإجابة الصحيحة
14	من النواحي الفنية إعطاء الفرد تمارينات بدنية لتقوية : 3- عضلات الرقبة وتمارين تساعد على فرد الجسم. 4- عضلات الرقبة فقط .	
15	جلوس الجثو وضع الجبهة على الأرض ودفع الأرض بالقدمين لنقل : 3- ثقل الجسم على قاعدة الإرتكاز . 4- ثقل الجسم على جبهة فقط .	
16	من الوضع السابق فرد مفصل الفخذ لي : 3- إبعاد الفخذ عن الجذع . 4- إبعاد الفخذ عن الصدر .	
17	بعد فرد مفصل الفخذ يتم : 3- فرد مفصل الركبة كاملاً . 4- فرد مفصل الركبة قليلاً .	

المحور الرابع: تحليل الأداء المهاري لمهارة الوقوف على الرأس :

18	من النواحي الفنية لمهارة الوقوف على الرأس أن تشير الأصابع : 3- إلى الأمام . 4- إلى الداخل .	
----	---	--

19	وضع الرأس على الأرض بحيث يصنع : 3- مثلثاً بسيط مع اليدين . 4- مثلثاً متساوي الأضلاع مع اليدين .
20	إسناد الرأس على الأرض يكون : 2- على الجبهة عند منبت الشعر . 2- على الجبهة .
21	وضع اليدين تكون : 3- بإتساع الصدر . 4- تكون إتساع أكثر بقليل .
22	عندما يتم الوقوف يكون الخط على الرأس الواصل بين : 3- المشطين والجذع . 4- المشطين والرأس .
23	عملية السند تتم من قبل شخصين من الوقوف كل منهما : 3- جانب اللاعب . 4- أمام اللاعب .
24	عندما تكون القدمين مفتوحة وعند أداء المهارة من الجلوس على أربع تتم عملية السند : 3- من الجلوس الطويل فتحا مواجهة لظهر اللاعب . 4- من الوقوف جانب اللاعب .

المحور الخامس : القدرات الحركية المرتبطة بمستوى مهارة الوقوف على الرأس :

25	يتطلب أداء مهارة الوقوف على الرأس : 3- سرعة – قوة – رشاقة . 4- رشاقة – توازن – مرونة – قوة عضلات .
26	تتطلب مهارة الوقوف على الرأس توافق : 1 - لا تحتاج إلى توافق . 2- توافق الذراعين والعين .
27	تعتبر قوة العضلات من العناصر البدنية : 3- الغير مهمة لأداء المهارة . 4- شديدة الأهمية لأداء المهارة .

المحور السادس : القدرات الحركية المرتبطة بمستوى مهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد :

28	تتطلب مهارة الشقلبة الامامية على اليدين إلى : 3- قوة – سرعة - توافق . 4- قوة – سرعة – توافق – توازن .
29	تكون قوة عضلات الكتفين من العناصر : 3- المهمة للأداء . 4- غير مهمة للأداء مهارة .

	<p>30 التوافق عند أداء المهارة يكون بين : 3- الذراع والعين . 4- لا تحتاج إلى توافق .</p>
<u>المحور السابع : قانون :</u>	
	<p>31 الزمن الذي تؤدي الحركات على البساط الأرضي هو: 1-70 ث . 2-1:50 .</p>
	<p>32 تحدد منطقة الحركات الأرضية بمساحة هي : 1-12×12 . 2-15×12 .</p>
	<p>33 يمكن ممارسة الجمباز في : 3- الأماكن المغلقة فقط . 4- الأماكن مغلقة و المفتوحة .</p>
	<p>34 مسافة بين الجدار والبساط الأرضي تكون : 3- 2 م . 4- 1:75 م .</p>
	<p>35 تجهز مسطبة خشبية مرتفعة عن الأرض مساحتها: 1-14×14 . 2-15×15 .</p>
	<p>36 كم خطوة يجب أن يجري اللاعب قبل عملية الارتقاء في مهارة الشقلبة الأمامية على اليدين : 3- خمس خطوات . 4- ثلاث خطوات .</p>
	<p>37 عندما يتجاوز اللاعب مساحة البساط الأرضي : 3- تخصم من نقاط اللاعب . 4- تلغى محاولة اللاعب .</p>
	<p>38 إذا لمس اللاعب خطوط حدود البساط الأرضي دون تجاوزها تعتبر : 3- تلغى المحاولة . 4- تعتبر محاولة صحيحة مع الخصم .</p>

مرفق (7)

استمارة إستطلاع رأي الخبراء حول الإختبارات

البدنية

جامعة بنغازي

كلية علوم التربية البدنية والرياضة

قسم مناهج وطرق التدريس

استمارة استطلاع رأى الخبراء حول الاختبارات التى تقيس عناصر اللياقة البدنية

الخاصة لمهاراتي الوقوف على الرأس الشقلبة الأمامية على اليدين

بالارتقاء المنفرد.

السيد الأستاذ الدكتور /.....،

يقوم الباحث / محمد عبدالله يونس المعيد بكلية علوم التربية البدنية والرياضة - جامعة طبرق

بدراسة بعنوان "تأثير أسلوبين من أساليب التدريس على بعض جوانب التعلم لمهارات

الجمباز الأرضي لطلاب كلية التربية البدنية جامعة طبرق".

نرجو تحكيم هذه الإختبارات من خلال خبرتكم في هذا المجال ،حيث إن رأيكم سيكون له بالغ

الأثر في نتائج الدارسة .

وتفضلوا بقبول وافر الإحترام

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

الباحث

اسم الخبير/.....

الوظيفة /.....

الدرجة /.....

ملاحظة : يرجى إبداء الرأي موافق او غير موافق للاختبارات المقترحة لكل عنصر.

اولاً : ((القوة العضلية))					
م	المتغيرات	م	الإختبارات البدنية المقترحة	موافق	غير موافق
1	قوة التحمل	1	ثني الذراعين من الانبطاح المائل .		
		2	التعلق ثني الذراعين على جهاز العقلة .		
		3	الجلوس الطويل من الرقود (البطن) .		
ثانياً : ((السرعة))					
م	المتغيرات	م	الإختبارات البدنية المقترحة	موافق	غير موافق
1	السرعة الانتقالية	1	عدو 30 متر من بداية متحركة لقياس السرعة (بالثانية) .		
		2	عدو 50 متر من بداية متحركة لقياس السرعة (بالثانية) .		
		3	عدو 70 متر من بداية متحركة لقياس السرعة (بالثانية) .		
ثالثاً : ((الرشاقة))					
م	المتغيرات	م	الإختبارات البدنية المقترحة	موافق	غير موافق
1	الرشاقة	1	اختبار الجري المتعرج .		
		2	اختبار الجري الارتدادي 40 متر مقسمة 10×4 .		
		3	اختبار الأنبطاح المائل خلال (10ثواني)		
رابعاً : ((المرونة))					
م	المتغيرات	م	الإختبارات البدنية المقترحة	موافق	غير موافق
1	المرونة	1	اختبار ثني الجذع للأمام من الجلوس الطويل .		
		2	اختبار ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف.		

خامساً : ((التوازن))					
م	المتغيرات	م	الإختبارات البدنية المقترحة	موافق	غير موافق
1	التوازن	1	اختبار المشي على عارضة التوازن 360سم لقياس التوازن .		
		2	اختبار الوقوف بالقدم طوييه على العارضة مع رفع الرجل الاخرى لقياس التوازن (بالثانية) .		

هل يرى سيادتكم اي إضافة ؟

.....
.....

تفضلوا بقبول الشكر والتقدير

الباحث

اسم الخبير :

الوظيفة :

الدرجة :

سنوات الخبرة :

مرفق (8)
الاختبارات البدنية

- الاختبار :

اسم الاختبار : العدو 30 م من بداية متحركة .

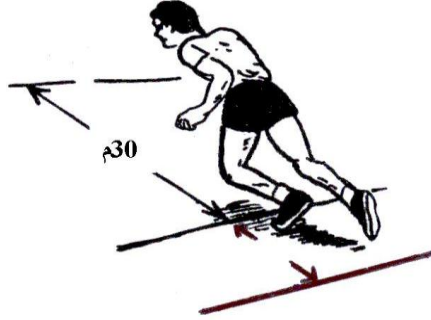
الغرض من الاختبار: قياس السرعة.

الأدوات: ساعة إيقاف . ثلاث خطوط مرسومة على الأرض المسافة بين الخط الأول والثاني 10م وبين الثاني والثالث 30م .

مواصفات الأداء: يقف المختبر خلف الخط الأول وعند سماع الإشارة يقوم بالعد حتى الخط الثالث.

التسجيل: يسجل للمختبر الزمن الذي استغرقه من الخط الثاني إلى الثالث للمختبر محاولة واحدة.

(70 : 2001) .



شكل () اختبار العدو 30م من بداية متحركة لقياس السرعة

2- الاختبار :

اسم الاختبار : اختبار ثني الجذع للأمام من الجلوس الطويل .

الغرض من الاختبار : قياس مرونة العمود الفقري على المحور الأفقي .

الادوات : مقعد بدون ظهر ارتفاعه (40) سم، مسطرة غير مرنة مقسمة من صفر إلى (100 سم) مثبتة أفقيًا على المقعد بحيث يكون رقم (50) موازيا لسطح المسطرة ورقم (100) موازيا للحافة السفلى للمقعد، مؤشر خشبي يتحرك على المسطرة .

مواصفات الأداء: يجلس المختبر طولاً امام المقعد والقدمان مضمومتان على حافة المقعد، مع الاحتفاظ بالركبتين مفردتين، ثم يقوم المختبر بثني الجذع للأمام حيث يدفع المؤشر بأطراف أصابعه إلى أبعد مسافة ممكنة على أن يثبت عند آخر مسافة يصل لها لمدة ثانيتين كما في الشكل رقم ()

التوجيهات:

- يجب عدم ثني الركبتين اثناء الأداء.

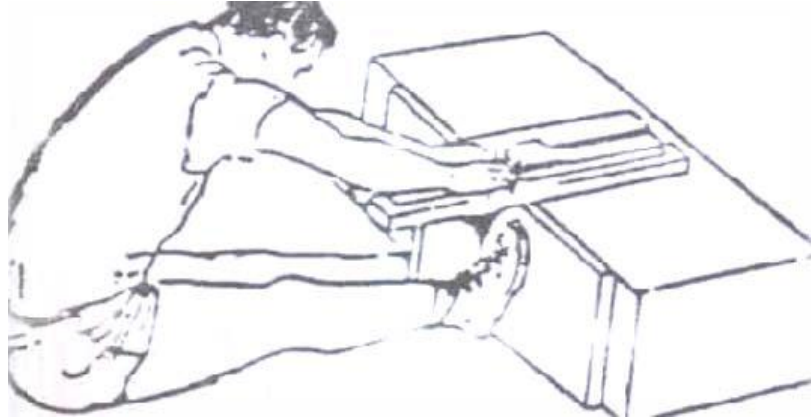
- للمختبر محاولتان تسجل افضلهما.

- يجب أن يتم ثني الجذع ببطء.

- يجب الثبات عند آخر مسافة يصل اليها المختبر لمدة ثانيتين.

التسجيل : تسجل للمختبر المسافة التي حققها في المحاولتين وتحسب المسافة الأكبر بالسنتيمتر

(70 ، 2001) .



الشكل رقم () : اختبار ثني الجذع للأمام من الجلوس الطويل

3- الاختبار:

اسم الاختبار: الجلوس من الرقود في 30 ثانية .

الغرض من الاختبار: قياس قوة عضلات البطن والعضلات القابضة لمفصل الفخذ.

الأدوات: ساعة إيقاف . فراش من الموكيت.

مواصفات الأداء: [أ] يرقد المختبر على ظهره والكفان متشابكان خلف الرقبة.

[ب] يقوم زميل بتنشيت قدمي المختبر بالمسك من مفصل القدمين ويسمح للمختبر بثني الركبتين.

[ج] عند سماع إشارة البدء يقوم المختبر بثني الجذع أماماً للوصول لوضع الجلوس الطويل ثم يكرر ذلك أكبر عدد ممكن من المرات في (30 ثانية)

التسجيل: تسجيل للمختبر عدد مرات الأداء الصحيحة في (30 ثانية) وتحسب العدة صحيحة عندما يقوم بلمس الأرض بالكتفين أثناء الرقود والوصول لزاوية قائمة بين الجذع والرجلين أثناء الجلوس مع استمرار تشبيك الكتفين خلف الرقبة . (70 : 2001)



شكل () اختبار الجلوس الطويل من الرقود

4- الاختبار:

اسم الاختبار: الجري الارتدادي 40 متر مقسمه 4×10 م .

الغرض من الاختبار: قياس الرشاقة.

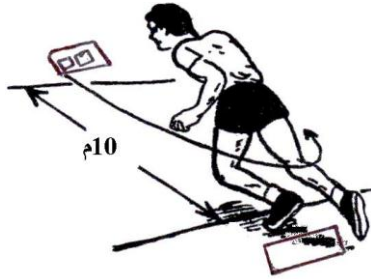
الأدوات: ملعب طوله 15 متر وعرضه 15م يقسم لجزئين . كرات تنس أرض ساعة إيقاف (ساعة رقمية).

مواصفات الأداء:

1. يؤدي التمرين في شكل منافسة بين كل تلميذين معاً.
2. الملعب كما بالشكل (14) يقف المختبران على خط البداية [أ].
3. توضع في المنطقة [ب] داخل مربع عدد مكعبين خشبي لكل تلميذ.
4. عند سماع إشارة البدء يقوم المختبران بالعدد بأقصى سرعة للنقطة الموجود في النقطة [أ] ثم يقوم بالعدد مرة أخرى لإحضار المكعب الثاني لوضعه في المربع [أ] أو الجري به خارج خط البداية.

التسجيل: يسجل لكل مختبر الزمن الذي استغرقه في قطع مسافة الـ 40 متر .

التوجيهات: ضرورة وضع المكعب الخشبي بلامسة الأرض باليد وليس بقذفه من الوقوف وذلك بعد ضمان اجتياز خط البداية أو النهاية، (70 : 2001) .



شكل () اختبار الجري الارتدادي 4 X 10 متر .

5- الاختبار:

اسم الاختبار: اختبار المشي على عارضة التوازن 360 سم لقياس التوازن (10 درجات)

الغرض من الاختبار: قياس قدرة الفرد على السيطرة على أعضاء الجسم عضلياً و عصبياً فوق جزء ضيق (حركي - ثابت).

مواصفات الأداء:

- يمشي الطالب على عارضة توازن مسافة 360 سم و يدور في نهايتها و يعود مرة أخرى لنفس المسافة بدون السقوط .
 - ارتفاع العارضة 120 سم - التمرين بدون زمن محدد -
- (81 : 2018) .

تقييم التمرين:

الدرجة	الأداء
10	مضي
صفر	قصر

مرفق (9)

بطاقة ملاحظة الأداء المهاري لمهارتي الشقبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد و
الوقوف على الرأس في الصورة الأوليه

جامعة بنغازي

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

قسم المناهج وطرق التدريس

استمارة استطلاع رأي الخبراء حول استمارة التقييم لمهارتي الدراسة .

الأستاذ الدكتور :

يقوم الباحث محمد عبدالله يونس المقيد بقسم طرق المناهج وطرق التدريس بعمل دراسة ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية البدنية وعنوانها:

(تأثير اسلوبين من أساليب التدريس على بعض جوانب التعلم لمهارات الجمباز الأرضي لطلاب كلية التربية البدنية جامعته طبرق) .

ومن متطلبات هذا الدراسة أن يقوم الباحث بأعداد استمارة تقييم مهاراتي الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد والوقوف على الرأس .

شاكراً لكم تعاونكم في إثراء البحث العلمي

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

الباحث

اسم الخبير :

الوظيفة :

الدرجة :

جهة العمل :

بطاقة الملاحظة الفنية لقياس المستوى الأداء لمهارة الوقوف على الرأس .

درجة المقيم	الدرجة المثالية	المعيار ما يجب ان يكون	الجزء المعني بالحركة	مرحلة الاداء الفني	التسلسل الحركي
		من وضع الوقوف الركبتين مفردتين وتشكل مع الجذع زاوية حادة وضعية الرأس على الأرض واليدين باتساع الصدر بحيث ترسم مثلثا على الأرض	الرأس _ اليدين	وضعية الرأس على الأرض واليدين باتساع الصدر بحيث ترسم مثلثا على الأرض .	
		رفع الرجلين عالياً وهي مفردة مع فرد الامشاط.	الرجلين _ الامشاط	رفع الرجلين عالياً وهي مفردة مع فرد الامشاط .	
		حيث يكون الارتكاز فقط على المثلث (الكتفين _ الرأس)	الكتفين _ الرأس	حيث يكون الارتكاز فقط على المثلث (الكتفين _ الرأس)	
		وصولاً للوقوف على الرأس بحيث يكون الجسم مفرداً على استقامة وعمودياً على الأرض (يكون الجسم في وضع زاويا 90 درجة)	الجسم كاملاً	وصولاً للوقوف على الرأس بحيث يكون الجسم مفرداً على استقامة .	

		مرحلة الهبوط تكون الركبتين والامشاط مفرودة وهي أول جزء يلمس الأرض.		الركبتين والامشاط مفرودة وهي اول جزء يلمس الأرض .	
--	--	--	--	---	--

بطاقة الملاحظة الفنية لقياس المستوى الأداء لمهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد.

درجة المقيم	الدرجة المثالية	المعيار ما يجب ان يكون	الجزء المعني بالحركة	مرحلة الاداء الفني	التسلسل الحركي
		حيث تكون مرحلة الاقتراب من خطوتين او ثلاث	خطوات الاقتراب قريبة ومتساوية .	مرحلة الاقتراب	
		مرجحة الذراعان ودفع الأرض برجل الارتقاء.	الرجلين _ الذراعان	مرجحة الذراعان ودفع الأرض برجل الارتقاء .	
		اليدين باتساع الصدر والاصابع تشير إلى الامام والرأس في الوضع الطبيعي (يجب الا تكون اوسع او اضيق من الصدر).		اليدين باتساع الصدر والاصابع تشير إلى الامام والرأس في الوضع الطبيعي	
		الجسم مفرد يجب الا يكون أي تقوس في الجسم .		الجسم مفرد .	

		الارتقاء بالرجل المنفردة وتقوس في الجذع للارتكاز على اليدين .	دوران الجسم حول المحور العرضي .	الارتقاء بالرجل المنفردة وتقوس في الجذع للارتكاز على اليدين .	
		زيادة المرجحة بالرجل الحرة .	الرجلين .	زيادة المرجحة بالرجل الحرة.	
		عملية الوقوف تتم عن طريق الارتكاز على اليدين و ثم تتم عملية دفع عن طريق الكتفين .	الكتفين و الجذع .	الوقوف على اليدين ودفع الأرض يكون عن طريق الكتفين .	
		ضم الرجلين تمهيداً للمرحلة القادمة .		ضم الرجلين تمهيداً للمرحلة القادمة .	

		تقوس الجذع مع ثنى الركبتين للهبوط على الامشاط (يجب الا يكون الهبوط على الكعبين)		تقوس الجذع مع ثنى الركبتين للهبوط على الامشاط .	
		الوقوف على الرجلين مع وضع الذراعان عالياً		الوقوف على الرجلين مع وضع الذراعان عالياً.	

مرفق (10)

**بطاقة ملاحظة الأداء المهاري لمهاراتي الشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد و
الوقوف على الرأس في الصورة النهائية**

جامعة بنغازي

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

قسم المناهج وطرق التدريس

بطاقة الملاحظة الفنية لقياس مستوى الأداء لمهاتري الوقوف على الرأس والشقلمبة الأمامية
على اليدين

بالارتقاء المنفرد .

الدكتور المقيم :

أسم الطالب :

الدرجة النهائية للطالب في :

_ الوقوف على الرأس :

_ الشقلمبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد :

ملاحظة : علماً بأن مجموع الدرجات لكل مهارة (10) درجات مقسمة على حسب التقسيم
الداخلي .

شاكرأ لكم تعاونكم في أثناء البحث العلمي

الباحث

بطاقة الملاحظة الفنية لقياس مستوى الأداء مهارى الوقوف على الرأس .

المرحلة	التسلسل الحركي	مرحلة الأداء الفني	الجزء المعني بالحركة	درجة المثالية	درجة المقيم
المرحلة التمهيدية		وضعية الرأس على الأرض واليدين باتساع الصدر بحيث ترسم مثلثا على الأرض .	الرأس - اليدين	1	
		رفع الرجلين عالياً وهي مفرودة مع فرد الامشاط .	الرجلين _ الأمشاط	1	
المرحلة الأساسية		حيث يكون الارتكاز فقط على المثلث (الكتفين _ الرأس) .	الكفين + الرأس	3	
		وصولاً للوقوف على الرأس بحيث يكون الجسم مفرداً على استقامة .	الجسم كاملاً	3	
المرحلة النهائية		الدرجة الأمامية من وضع الوقوف على الرأس، ثم الوقوف على الرجلين	الذراع والرجلين	2	

بطاقة الملاحظة الفنية لقياس مستوى الأداء مهارى للشقبة الأمامية على اليدين بالارتقاء

المنفرد .

المرحلة	التسلسل الحركي	مرحلة الأداء الفني	الجزء المعني بالحركة	درجة المثالية	درجة المقيم
المرحلة التمهيدية		مرجحة الذراعان ودفع الأرض برجل الارتقاء .	الرجلين الذراعان	1.5	
		اليدين باتساع الصدر والاصابع تشير إلى الامام والرأس في الوضع الطبيعي .	الارتكاز على الذراعين والرجل الحرة .	1.5	

	5	دوران الجسم حول المحور العرضي - الرجلين - الكتفين و الجذع	الارتقاء بالرجل المنفردة وتقوس في الجذع للارتكاز على اليدين مع زيادة المرجحة بالرجل الحرة وصولاً إلى الوقوف على اليدين ودفع الأرض يكون عن طريق الكتفين.		المرحلة الأساسية
	2		تقوس الجذع في مرحلة الطيران وصولاً للووقوف على الرجلين مع ثني الركبتين قليلاً للهبوط على الأرض والذراعان عالياً		المرحلة النهائية

مرفق (11)

وحدات التعليمية الخاصه بأسلوب العرض التوضيحي (الأمري)

في الصورة الأوليه

نموذج لدرس التربية البدنية باستخدام أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأوامر)

المرحلة : الرابعة . الاسبوع : عدد الطلاب :

الموضوع : تعلم مهاراتي الشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد و الوقوف على الرأس .

التاريخ : ١ ١ .

الزمن : 1:30

المحاضرة	اجزاء الدرس التعليمية	الزمن	الإجراءات
الأولي و الثانية	الاعداد البدني	(15) د	-الجري حول الملعب . (وقوف) الجري المتعرج بين الأقماع (وقوف- ثبات الوسط) الوثب في المكان . (وقوف) الجري جانباً للمس الكرات (وقوف - مواجهه) محاولة لمس ركبة الزميل (..) . (الأنبساط المائل)ثنى مد الذراعين . تمرين إطالة 1- (وقوف) الجري المتعرج 2- (وقوف) الوثب جانباً 3- (وقوف) الحجل أماماً 4- (وقوف) الجري خلفاً.
	الجزء الرئيسي للتعليم	(70) د	*سوف يتم تقسيم الوقت إلى نصفين بحيث يتم تعليم بعض النواحي الفنية للمهارة . الخطوات التعليمية مهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد : 10- تعليم الارتقاء وذلك من خطوة واحدة ، خطوتين ثم من الجري العادي . 11- تعليم الدفع باليدين . 12- مرجحة الرجل الحرة للوقوف على اليدين . 13- زيادة المرجحة بالرجل الحرة امام الحائط . * ويتم ذلك من خلال المعلم عن طريق شرح النواحي الفنية من المهارة من 1 إلى 5 : 1- مرحلة الاقتراب من خطوتين او ثلاث . 2- مرجحة الذراعان ودفع الأرض برجل الارتقاء .

3- اليدين باتساع الصدر والاصابع تشير إلى الامام والرأس في الوضع الطبيعي .

4-الجسم مفرد .

5-الإرتقاء بالرجل الحرة المنفردة في الجذع للارتكاز على اليدين .

- شرح اهمية كل خطوة وشرح

- إعطاء نموذج للخطوات

- تصحيح الأخطاء

- تطبيق الطلاب لنواحي الفنية المذكورة في النصف الأول من الزمن .

يتم تعليم الخطوات الفنية لمهارة الوقوف على الرأس :

1-(جلوس على أربع مع وضع الجبهة على الأرض) دفع الأرض بالقدمين للوصول إلى وضع الوقوف على الرأس والركبتان ممتيتان على الصدر (يلاحظ عدم الثبات)

2-(جلوس على أربع) الوقوف على الرأس والركبتان ممتيتان ثم مدهما فتيها ثانية للرجوع (التمرين بالمساعدة من الجانب يد على الظهر والأخرى على عضلات الفخذ الأمامية)

3-(وقوف على أربع فتحاً- سند الجبهة على الأرض) رفع الرجلين ببطء للوصول إلى وضع الوقوف على الرأس فتحاً ثم ضم الرجلين والثبات

* ويتم ذلك من خلال المعلم عن طريق شرح الخطوات الفنية من المهارة من 1 إلى 3

1-من وضع الوقوف الركبتين مفردتين وتشكل مع الجذع زاوية حادة وضعية الرأس على الأرض واليدين باتساع الصدر بحيث ترسم مثلثاً على الأرض .

2-رفع الرجلين عاليا وهي مفردة مع فرد الامشاط .

3-بحيث يكون الارتكاز فقط على المثلث الكفين والرأس .

-شرح أهمية كل خطوة وشرح .

- إعطاء نموذج للخطوات.

- تصحيح الأخطاء .

-تطبيق الطلاب لنواحي الفنية المذكورة في النصف الثاني من الزمن .

<p>*اعمال الإدارية .</p> <p>لعبة صغيرة :لعبة كرة الطائرة :المشاركون من(1إلى10) الزمن :مفتوح</p> <p>شرح اللعبة :يقف لاعبو الفريق على مسافات متباعدة ويضرب كل منهم كرة الطائرة مرة واحدة الى زميل حتى تسقط الكرة منهم على الأرض بحيث الا تضرب الكرة بالقدم ولا تضرب اكثر من مرة وأن لا يمسك بها وأن لا يعيد الكرة إلى الذى قذفها والفريق الفائز من تبقي الكرة فترة اطول دون الاخلال بالشروط .</p> <p>الأدوات : كرة طائره .</p>	(5)د	الجزء الختامي	
--	------	---------------	--

نموذج لدرس التربية البدنية باستخدام أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأوامر)

المرحلة : الرابعه . الاسبوع : عدد الطلاب :

الموضوع : تعلم مهاراتي الشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد و الوقوف على الرأس .

التاريخ : \ \ .

الزمن : 1:30

المحاضرة	اجزاء الدرس التعليمية	الزمن	الإجراءات
الثالثه	الاعداد البدني	(15) د	-الجري حول الملعب - الجري الخفيف - الجري الزجزاجي - الجري في المكان - الجري الجانبي - الجري مع الوثب . *المشي حول الملعب ، الجري الخفيف ، الجري والوثب مع رفع الركبتين عالياً ،الجري مع لمس المقعدة بكعب القدم ، الجري ثم الوثب وتقوس الجذع للخلف ومرجحة الذراعين عالياً ، (وقوف فتحا)تبادل لف الجذع جانباً . (جلوس طويل)ميل الجذع اماما ملامسة الذراعين للمشطين . (الوقوف فتحا مع تشابك أصابع اليدين خلف الرقبة) تبادل دوران الجذع للجهة اليمين والجهة اليسار .
	الجزء الرئيسي تعليم المهارة	(70) د	*سوف يتم تقسيم الوقت إلى نصفين بحيث يتم تعليم بعض الخطوات الفنية للمهارة . الخطوات التعليمية مهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد : الخطوات التعليمية للمهارة : 4- أداء المهارة امام زميل مواجه والاستناد على الذراعين . 5- أداء المهارة بالسند مع زميلين وملاحظة التقاء القدمين عند الوقوف على اليدين 6- مساعدة الزميل عن طريق دفعه لأعلى من الكتف خوفا من النزول خلفا . 7- أداء المهارة بالشكل النهائي بالسند والمساعدة . 8- أداء المهارة بدون سند والمساعدة .

<p>* ويتم ذلك من خلال المعلم عن طريق شرح الخطوات الفنية من المهارة من 5 الى 9 :</p> <p>5-أداء المهارة امام زميل مواجه والاستناد على الذراعين .</p> <p>6-أداء المهارة بالسند مع زميلين وملاحظة التقاء القدمين عند الوقوف على اليدين .</p> <p>7-مساعدة الزميل عن طريق دفعه لأعلى من الكتف خوفا من النزول خلفا .</p> <p>8-أداء المهارة بالشكل النهائي بالسند والمساعدة .</p> <p>9-أداء المهارة بدون سند والمساعدة .</p> <p>*تعليم الخطوات الفنية للمهارة :</p> <p>5-الإرتقاء بالرجل المنفردة وتقوس في الجذع للارتكاز على اليدين.</p> <p>6-زيادة المرجحة بالرجل الحرة .</p> <p>7-الوقوف على اليدين ودفع الارض يكون عن طريق الكتفين .</p> <p>8-ضم الرجلين تمهيدا للمرحلة القادمة .</p> <p>9-تقوس الجذع مع ثنى الركبتين للهبوط على الامشاط .</p> <p>10-الوقوف على الرجلين مع وضع الذراعين عاليا .</p>			
<p>*اعطاء لعبة صغيرة جري عكس الاشارة .</p> <p>*اعمال الادارية .</p>	<p>(5)د</p>	<p>الجزء الختامي</p>	

نموذج لدرس التربية البدنية باستخدام أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأوامر)

المرحلة : الرابعه . الاسبوع : عدد الطلاب :

الموضوع : تعلم مهاراتي الشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد و الوقوف على الرأس .

التاريخ : \ \ .

الزمن : 1:30

المحاضر	اجزاء الدرس التعليمية	الزمن	الإجراءات
الرابعه	الاعداد البدنى	(15)د	*الجري حول الملعب ، الجري البطيئ ، الجري مع تزايد السرعة ، الجري مع لمس الأرض باليدين بالتبادل ، المشي واخذ الشهيق والزفير ،المشي ضم الركبتين للصدر بالتبادل . *(وقوف فتحا)تبادل لف الجذع جانبا . *(جلوس طويل)ميل الجذع اماما ملامسة الذراعين للمشطين . *(جلوس التربع) دوران الكتفين مرة او اكثر للأمام والخلف .
الجزء الرئيسي للتعليم	(70)د	يتم تقسيم الوقت إلى نصفين لتعليم كل مهارة في نصف في النصف الأول سوف يتم تعليم مهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد . الخطوات التعليمية للمهارة : 1- تعليم الإرتقاء وذلك من خطوة واحدة ، خطوتين ثم من الجري العادي . 2- تعليم الدفع باليدين . 3- مرجحة الرجل الحرة للوقوف على اليدين . 4- زيادة المرجحة بالرجل الحرة امام الحائط . 5- أداء المهارة امام زميل مواجه والاستناد على الذراعين . 6- أداء المهارة بالسند مع زميلين وملاحظة التقاء القدمين عند الوقوف على اليدين . 7- مساعدة الزميل عن طريق دفعه لأعلى من الكتف خوفا من النزول خلفا . 8- أداء المهارة بالشكل النهائي بالسند والمساعدة . 9- أداء المهارة بدون سند والمساعدة .	

<p>* ويتم ذلك من خلال المعلم عن طريق :</p> <p>- شرح أهمية المهارة وشرح كل واجب حركي.</p> <p>- إعطاء نموذج للمهارة ككل .</p> <p>- أداء المهارة بواسطة احد الطلاب .</p> <p>- تصحيح الاخطاء .</p> <p>- أداء المهارة بواسطة جميع الطلاب .</p> <p>- تصحيح الاخطاء .</p> <p>* يتم تعليم مهارة الوقوف على الرأس في النصف الثاني من الوقت :</p> <p>1- (جلوس على أربع مع وضع الجبهة على الأرض) دفع الأرض بالقدمين للوصول إلى وضع الوقوف على الرأس والركبتان مثنيتان على الصدر (يلاحظ عدم الثبات).</p> <p>2- (جلوس على أربع) الوقوف على الرأس والركبتان مثنيتان ثم مدهما فثنيها ثانية للرجوع (التمرين بالمساعدة من الجانب يد على الظهر والأخرى على عضلات الفخذ الأمامية).</p> <p>3- (وقوف على أربع فتحاً- سند الجبهة على الأرض) رفع الرجلين ببطء للوصول إلى وضع الوقوف على الرأس فتحاً ثم ضم الرجلين والثبات.</p> <p>4- (جلوس على أربع- الرجل اليمنى خلفاً) مرجحة الرجل خلفاً عالياً تتبعها الرجل المرتكزة والارتكاز على الأرض بالجبهة للوقوف على الرأس.</p> <p>5- (جلوس على أربع- الركبتان مضمومتان بين اليدين) الوقوف على الرأس.</p> <p>6- (جنو) مرجحة الجسم للوقوف على الرأس (بالمساعدة).</p> <p>7- أداء الحركة مع تقليل المساعدة تدريجياً إلى أن يمكن أداؤها بدون مساعدة ومن مختلف أوضاع البدايات.</p> <p>* ويتم ذلك من خلال المعلم عن طريق :</p> <p>- شرح أهمية المهارة وشرح كل واجب حركي.</p> <p>- إعطاء نموذج للمهارة ككل .</p> <p>- أداء المهارة بواسطة احد الطلاب .</p> <p>- تصحيح الأخطاء .</p> <p>- أداء المهارة بواسطة جميع الطلاب .</p> <p>- تصحيح الاخطاء.</p>			
--	--	--	--

<p>*اعمال الادارية . *لعبة صغيرة: جمع العملات الزمن :5د . شرح اللعبة : يقذف بالأوراق الملونة بحيث يكون لكل لون قيمه معينة مثلا (الحمراء =50 البيضاء=100)ويطلب من اللاعب إغماض اعين اللاعبين من يجمع اكبر عدد من الاوراق والفائز يجمع اكبر قيمه . الأدوات : اوراق 10 حمراء 5 بيضاء .</p>	<p>(5)د</p>	<p>الجزء الختامي</p>	
---	-------------	--------------------------	--

مرفق (12)

وحدات التعليميه الخاصه بأسلوب العرض التوضيحي (الأمري)

في الصوره النهائيه

نموذج لوحده تعليميه بأسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأوامر) المرحلة : الرابعة .
 الزمن : 1:30 عدد الطلاب : الاسبوع : التاريخ : \ 2020 .
 الموضوع : تعليم مهاراتي الوقوف على الرأس والشقبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد.
الأهداف السلوكية : يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية :

المهاري : أن _ يتعلم الطالب بعض الخطوات لكل من مهاراتي الوقوف على الرأس والشقبة الأمامية بالإرتقاء المنفرد .
المعرفي : أن يتعرف الطالب علي بعض المعارف ومعلومات الخاصة بكل مهارة .
الوجداني : أن يساعد الطالب المعلم أثناء شرحه للمهارة .

المحاضرة	اجزاء الدرس	الزمن	محتوى الدرس
الاولى	الاحماء	(15)د	-الجري حول الملعب . (وقوف) الجري المتعرج بين الأقماع. (وقوف- ثبات الوسط) الوثب في المكان . (وقوف) الجري جانباً للمس الكرات. (وقوف - مواجه) محاولة لمس ركبة الزميل (..). (الأنبساط المائل)ثنى مد الذراعين . تمرين إطالة 1- (وقوف) الجري المتعرج 2- (وقوف) الوثب جانباً 3- (وقوف) الحجل أماماً 4- (وقوف) الجري خلفاً.
	الجزء الرئيسي للتعليم	(70)د	*سوف يتم تقسيم الوقت إلى نصفين بحيث يتم تعليم بعض الخطوات الفنية للمهارة الخطوات التعليمية مهارة الشقبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد : 14- تعليم الإرتقاء وذلك من خطوة واحدة ، خطوتين ثم من الجري العادي . 15- تعليم الدفع باليدين . 16- مرجحة الرجل الحرة للوقوف على اليدين . 17- زيادة المرجحة بالرجل الحرة امام الحائط . * ويتم ذلك من خلال المعلم عن طريق شرح الخطوات الفنية من المهارة من 1 الى 5 : 1- مرحلة الإقترب من خطوتين او ثلاث .

- 2- مرجحة الذراعان ودفع الأرض برجل الإرتقاء .
- 3- اليدين باتساع الصدر والاصابع تشير إلى الامام والرأس في الوضع الطبيعي
- 4-الجسم مفرد .
- 5-الإرتقاء بالرجل الحرة المنفردة في الجذع للارتكاز على اليدين :
- شرح أهمية كل خطوة وشرح .
- إعطاء نموذج للخطوات.
- تصحيح الاخطاء .
- تطبيق الطلاب لنواحي الفنية المذكورة في النصف الأول من الزمن .

يتم تعليم الخطوات الفنية لمهارة الوقوف على الرأس :

- 1-(جلوس على أربع مع وضع الجبهة على الأرض) دفع الأرض بالقدمين للوصول إلى وضع الوقوف على الرأس والركبتان مثنيتان على الصدر (يلاحظ عدم الثبات).
- 2-(جلوس على أربع) الوقوف على الرأس والركبتان مثنيتان ثم مدهما فثنيها ثانية للرجوع (التمرين بالمساعدة من الجانب يد على الظهر والأخرى على عضلات الفخذ الأمامية).
- 3-(وقوف على أربع فتحاً- سند الجبهة على الأرض) رفع الرجلين ببطء للوصول إلى وضع الوقوف على الرأس فتحاً ثم ضم الرجلين والثبات.

*** ويتم ذلك من خلال المعلم عن طريق شرح الخطوات الفنية من**

مهارة الوقوف على الرأس من 1 الى 3 :

- 1-من وضع الوقوف الركبتين مفردتين وتشكل مع الجذع زاوية حادة وضعية الرأس على الأرض واليدين باتساع الصدر بحيث ترسم مثلثاً على الأرض .
- 2-رفع الرجلين عالياً وهي مفردة مع فرد الامشاط .
- 3-بحيث يكون الارتكاز فقط على المثلث الكفين والرأس .
- شرح أهمية كل خطوة وشرح
- إعطاء نموذج للخطوات.
- تصحيح الأخطاء .

<p>-تطبيق الطلاب لنواحي الفنية المذكورة في النصف الثاني من الزمن .</p>			
<p>*أعمال الادارية . لعبة صغيرة :لعبة كرة الطائرة :المشاركون من(1إلى10) الزمن مفتوح شرح اللعبة :يقف لاعبو الفريق على مسافات متباعدة ويضرب كل منهم كرة الطائرة مرة واحدة إلى زميل حتى تسقط الكرة منهم على الأرض بحيث الا تضرب الكرة بالقدم ولا تضرب اكثر من مرة وأن لا يمسك بها وأن لا يعيد الكرة إلى الذي قذفها والفريق الفائز من تبقي الكرة فترة اطول دون الاخلال بالشروط . الأدوات : كرة طائره .</p>	<p>د(5)</p>	<p>الجزء الختامي</p>	

نموذج لوحده تعليميه بأسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأوامر) المرحلة : الرابعة .
 الزمن : 1:30 عدد الطلاب : الاسبوع : التاريخ : \ 2020 .
 الموضوع : تعليم مهاراتي الوقوف على الرأس والشقبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد .
الأهداف السلوكية : يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية :

المهاري : أن _ يتعلم الطالب بعض الخطوات لكل من مهاراتي الوقوف على الرأس والشقبة الأمامية بالإرتقاء المنفرد .
المعرفي : أن يتعرف الطالب علي بعض المعارف ومعلومات الخاصة بكل مهارة .
الوجداني : أن يبادر الطالب بأداء المهارة المطلوب أدائها .

المحاضرة	اجزاء الدرس	الزمن	محتوى الدرس
الثانية	الاحماء	د(15)	-يقف الطلاب في قطار واحد عند الاشارة يجرى الطلاب ثم الحبل ثم العودة وهكذا . (وقوف) الجري المتعرج بين الأقماع (وقوف- ثبات الوسط) الوثب في المكان . (جلوس الطويل) ثنى الركبة على الصدر ومسكها باليدين والثبات ثم التبديل . (وقوف - مواجهه) محاولة لمس ركبة الزميل (..) . (الأنبطاح المائل) ثنى مد الذراعين . (وقوف نصفاً) الحجل أماماً على اليدين . 2- (وقوف) الوثب جانباً 3- (وقوف) الحجل أماماً 4- (وقوف) الجري خلفاً
	الجزء الرئيسي للتعليم	د(70)	*سوف يتم تقسيم الوقت إلى نصفين بحيث يتم تعليم بعض الخطوات الفنية لكل مهارة . اولاً: الخطوات التعليمية لمهارة الشقبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد : 5-أداء المهارة امام زميل مواجهة والاستناد على الذراعين . 6-أداء المهارة بالسند مع زميلين وملاحظة التقاء القدمين عند الوقوف على اليدين. 7-مساعدة الزميل عن طريق دفعه لأعلى من الكتف خوفاً من النزول خلفاً .

<p>8- أداء المهارة بالشكل النهائي بالسند والمساعدة . أداء المهارة بدون سند والمساعدة . * ويتم ذلك من خلال المعلم عن طريق شرح الخطوات الفنية من المهارة من 5 الى 10 :</p> <p>5-الارتقاء بالرجل المنفردة وتقوس في الجذع للارتكاز على اليدين. 6-زيادة المرجحة بالرجل الحرة . 7-الوقوف على اليدين ودفع الأرض يكون عن طريق الكتفين . 8-ضم الرجلين تمهيدا للمرحلة القادمة . 9-تقوس الجذع مع ثني الركبتين للهبوط على الامشاط 10-الوقوف على الرجلين مع وضع الذراعين عاليا . - شرح أهمية كل خطوة وشرح . - إعطاء نموذج للخطوات. - تصحيح الاخطاء . - تطبيق الطلاب للخطوات الفنية المذكورة في النصف الأول من الزمن . يتم تعليم الخطوات الفنية لمهارة الوقوف على الرأس :</p> <p>1-(جلوس على أربع مع وضع الجبهة على الأرض) دفع الأرض بالقدمين للوصول إلى وضع الوقوف على الرأس والركبتان مثنيتان على الصدر (يلاحظ عدم الثبات) 2-(جلوس على أربع) الوقوف على الرأس والركبتان مثنيتان ثم مدهما فثنيها ثانية للرجوع (التمرين بالمساعدة من الجانب يد على الظهر والأخرى على عضلات الفخذ الأمامية) 3-(وقوف على أربع فتحاً- سند الجبهة على الأرض) رفع الرجلين ببطء للوصول إلى وضع الوقوف على الرأس فتحاً ثم ضم الرجلين والثبات * ويتم ذلك من خلال المعلم عن طريق شرح الخطوات الفنية من مهارة الوقوف على الرأس من 1 الى 3 :</p> <p>1-من وضع الوقوف الركبتين مفرودتين وتشكل مع الجذع زاوية حادة وضعية الرأس على الأرض واليدين باتساع الصدر بحيث ترسم</p>			
---	--	--	--

<p>مثلتا على الأرض .</p> <p>2-رفع الرجلين عاليا وهي مفرودة مع فرد الامشاط .</p> <p>3-بحيث يكون الارتكاز فقط على المثلث الكفين والراس .</p> <p>-شرح أهمية كل خطوة وشرح .</p> <p>- إعطاء نموذج للخطوات.</p> <p>- تصحيح الاخطاء .</p> <p>-تطبيق الطلاب للخطوات الفنية المذكورة في النصف الثاني من الزمن .</p>			
<p>*اعمال الادارية .</p> <p>لعبة صغيرة :لعبة كرة الطائرة :المشاركون من(1الى10) الزمن</p> <p>مفتوح:</p> <p>شرح اللعبة :يقف لاعبو الفريق على مسافات متباعدة ويضرب كل منهم كرة الطائرة مرة واحدة الى زميل حتى تسقط الكرة منهم على الارض بحيث الا تضرب الكرة بالقدم ولا تضرب اكثر من مرة وأن لا يمسك بها وأن لا يعيد الكرة الى الذي قذفها والفريق الفائز من تبقي الكرة فترة اطول دون الاخلال بالشروط .</p> <p>الادوات : كرة طائره .</p>	(5)د	الجزء الختامي	

نموذج لوحة تعليمية بأسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأوامر) المرحلة : الرابعة .

الزمن : 1:30 الاسبوع : عدد الطلاب : التاريخ : \ \ 2020 .
الموضوع : تعلم مهاراتي الشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد و الوقوف على الرأس .
الأهداف السلوكية : يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية :
المهاري : أن يتعلم الطالب مهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد .
المعرفي : أن يتعرف الطالب على معلومات ومعارف كالقدرات البدنية المرتبطة بالمهارة .

الوجداني : أن يبادر الطالب بأداء المهارة المطلوب أدائها .

المحاضرة	اجزاء الدرس	الزمن	محتوى الدرس
الثالثة	الاحماء	د(15)	-الجري حول الملعب - الجري الخفيف - الجري الزجراجي - الجري في المكان - الجري الجانبي - الجري مع الوثب . *المشي حول الملعب ، الجري الخفيف ، الجري والوثب مع رفع الركبتين عاليا ، الجري مع لمس المقعدة بكعب القدم ، الجري ثم الوثب وتقوس الجذع للخلف ومرجحة الذراعين عاليا ، (وقوف فتحا)تبادل لف الجذع جانبا . (جلوس طويل)ميل الجذع اماما ملامسة الذراعين للمشطين . (الوقوف فتحا مع تشابك أصابع اليدين خلف الرقبة) تبادل دوران الجذع للجهة اليمين والجهة اليسار .
الجزء الرئيسي تعليم المهارة	د(70)	*سوف يتم تقسيم الوقت الي نصفين بحيث يتم تعليم بعض الخطوات للمهارة . الخطوات التعليمية مهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد : 9- أداء المهارة امام زميل مواجهة والاستناد على الذراعين . 10- أداء المهارة بالسند مع زميلين وملاحظة التقاء القدمين عند الوقوف على اليدين . 11- مساعدة الزميل عن طريق دفعه لأعلى من الكتف خوفا من النزول خلفا . 12- أداء المهارة بالشكل النهائي بالسند والمساعدة .	

<p>13- أداء المهارة بدون سند والمساعدة .</p> <p>* ويتم ذلك من خلال المعلم عن طريق شرح الخطوات الفنية من المهارة من 5 الى 9 :</p> <p>5-أداء المهارة امام زميل مواجهة والاستناد على الذراعين</p> <p>6-أداء المهارة بالسند مع زميلين وملاحظة التقاء القدمين عند الوقوف على اليدين .</p> <p>7-مساعدة الزميل عن طريق دفعه لأعلى من الكتف خوفا من النزول خلفا</p> <p>8-أداء المهارة بالشكل النهائي بالسند والمساعدة .</p> <p>9-أداء المهارة بدون سند والمساعدة .</p> <p>*تعليم الخطوات الفنية للمهارة :</p> <p>5-الإرتقاء بالرجل المنفردة وتقوس في الجذع للارتكاز على اليدين.</p> <p>6-زيادة المرجحة بالرجل الحرة .</p> <p>7-الوقوف على اليدين ودفع الأرض يكون عن طريق الكتفين .</p> <p>8-ضم الرجلين تمهيدا للمرحلة القادمة .</p> <p>9-تقوس الجذع مع ثنى الركبتين للهبوط على الأمشاط .</p> <p>10-الوقوف على الرجلين مع وضع الذراعين عاليا .</p>			
<p>* اعطاء لعبة صغيرة جري عكس الاشارة .</p> <p>* اعمال الادارية .</p>	(5)د	الجزء الختامي	

نموذج لوحدّة تعليميه بأسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأوامر) المرحلة : الرابعة .
الزمن : 1:30 الاسبوع : عدد الطلاب : التاريخ : \ \ 2020 .
الموضوع : تعلم مهاراتي الشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد و الوقوف على الرأس .
الأهداف السلوكية : يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية :
المهاري : أن _ يقوم الطلاب بأداء المهارات بشكل كامل بحيث تكون عملية الإتقان .
المعرفي : أن _ يتعرف الطالب على القانون الخاصة بالعبة .
الوجداني : أن _ يلتزم الطالب بأداء المهارة وفقا لما يطلبه معلم .

المحاضرة	اجزاء الدرس	الزمن	محتوى الدرس
الرابعة	الإحماء	د(15)	*الجري حول الملعب ، الجري البطيء ، الجري مع تزايد السرعة ، الجري مع لمس الارض باليدين بالتبادل ، المشي واخذ الشهيق والزفير ، المشي ضم الركبتين للصدر بالتبادل . * (وقوف فتحا)تبادل لف الجذع جانبا . * (جلوس طويل)ميل الجذع اماما ملامسة الذراعين للمشطين . * (جلوس التريبع) دوران الكتفين مرة او اكثر للأمام والخلف .
	الجزء الرئيسي للتعليم	د(70)	يتم تقسيم الوقت الى نصفين لتعليم كل مهارة في نصف في النصف الاول سوف يقوم الطلاب بأداء مهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد كامله . * ويتم ذلك من خلال المعلم عن طريق : - شرح اهمية المهارة وشرح كل واجب حركي . - إعطاء نموذج للمهارة ككل . - أداء المهارة بواسطة احد الطلاب . - تصحيح الاخطاء . - أداء المهارة بواسطة جميع الطلاب . - تصحيح الاخطاء . *يقوم الطلاب بأداء مهارة الوقوف على الراس في النصف الثاني من الوقت : * ويتم ذلك من خلال المعلم عن طريق : - شرح أهمية المهارة وشرح كل واجب حركي . - إعطاء نموذج للمهارة ككل .

<ul style="list-style-type: none"> - أداء المهارة بواسطة احد الطلاب . - تصحيح الاخطاء . - أداء المهارة بواسطة جميع الطلاب . - تصحيح الاخطاء . 			
<ul style="list-style-type: none"> *اعمال الادارية . *لعبة صغيرة: 	د(5)	الجزء الختامي	

مرفق (13)

وحدات التعليميه الخاصه بأسلوب التعليم بتوجيه الأقران (التبادلي)

في الصوره الأوليه

<p>*تطبيق المهارة كما تم شرحها وكما هو موثق في ورقة المعيار بحيث يتم التطبيق بحيث ينقسم الطلاب إلى أزواج ، أي أن كل طالب يختار الطالب الذي سوف يطبق المهارة بالتبادل وهذا ما يسمى بأسلوب توجيه الأقران .</p>	<p>تطبيق المهارة</p>	<p>الجزء التطبيقي (30 د)</p>	
<p>إعطاء تمرينات تهدئة وارتخاء العضلات وأداء تحية والانصراف .</p>	<p>*تهدئة الجسم *ارتخاء العضلات *ازالة التعب</p>	<p>الجزء الختامي (5 د)</p>	

<p>*تطبيق المهارة كما تم عرضها في ورقة المعيار بعد التذكير أن الهدف من الدرس هو أن يؤدي الطلاب الخطوات الفنية المطلوبة فقط ويتم ربطها بخطوات السابقة ، في حالة عدم اتساع المكان يتم الاشتراط على كل طالب أن يؤدي المهارة بعد انتهاء الطالب الأول ،ودور المدرس هو الإشراف التنظيمي .</p>	<p>*تطبيق مهاراتي</p>	<p>الجزء التطبيقي (30 د)</p>	
<p>إعطاء تمرينات تهدئة وارتخاء العضلات وأداء تحية والانصراف .</p>	<p>*تهدئة الجسم *ارتخاء العضلات *ازالة التعب</p>	<p>الجزء الختامي (5 د)</p>	

نموذج لوحدة تعليمية بأسلوب تدريب الأقران المرحلة : الرابعة . الزمن : 1:30

عدد الطلاب : الاسبوع : التاريخ : / / .

الموضوع :تعليم مهاراتي الوقوف على الراس والشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد
الأهداف التعليمية :

1- اكتساب الطالب معلومات ومعارف كالقانون والقدرات البدنية والخطوات تعليمية والفنية حول المهارات وهو جزء خاص بجانب المعرفي .

2- أن يؤدي الطالب الخطوات مهارة الوقوف على الرأس وبعض الخطوات الشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد.

المحاضرة	اجزاء الدرس وزمن الجزء	الأهداف التعليمية	الإجراءات
الثالثة	الاعداد البدني (15 د)	* تهيئة الجسم للعمل العضلي بما في ذلك المفاصل و العضلات . *تنمية القدرة على التحكم والسيطرة . *تنمية الاحساس بالحركة المطلوبة	*أداء سباق الموانع على النحو التالي : *البدء من وضع جلوس القرفصاء ثم الحجلة على رجل واحدة لمسافة 10 امتار . *الجري الزجراجي ذهاب وعودة لمسافة 10 امتار . *(الأنبطاح المائل) ثني ومد الذراعين 10 مرات . *(الأنبطاح المائل)رفع الذراعين عن الأرض والتصفيق . *(وقوف فتحا) ثني الجذع للخلف ومحاولة لمس الكعبين بالأصابع . *(وقوف فتحا) لف الجذع لليمين واليسار مع ترك الذراعين حرة تماما .
	الجزء التعليمي (40 د)	*تعلم مهاراتي الوقوف على الرأس و الشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد.	*يتم تعليم المهارات كما موضح في ورقة المعيار المرفقة. * يتم تقسيم الوقت إلى نصفين الجزء الأول يتم تعليم مهارات الوقوف على الرأس ، الجزء الثاني يتم تعليم مهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد . * سوف يتم تعليم الخطوات الفنية من 3 إلى 4 من مهارة الوقوف على الرأس و تعليم الخطوات الفنية من 8 إلى 10 من مهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد .
	الجزء التطبيقي (30 د)	*التعرف على المهارة ومحاولة تطبيقها بشكل جيد .	*تطبيق المهارة كما تم عرضها في ورقة المعيار ، حيث يتم التطبيق كما جاء في الوحدات التعليمية السابقة و دور المدرس هو الإشراف التنظيمي .

<p>أداء لعبة صغيرة للارتخاء و التنشيط (لعبة عكس الاشارة) وأداء تحية والانصراف .</p>	<p>*تهنئة الجسم *ارتخاء العضلات *ازالة التعب</p>	<p>الجزء الختامي (5 د)</p>	
--	--	------------------------------------	--

- نموذج لوحدية تعليمية بأسلوب تدريب الأقران المرحلة : الرابعة . الزمن : 1:30
عدد الطلاب : الاسبوع : التاريخ : / / .
الموضوع :تعليم مهاراتي الوقوف على الرأس والشقبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد
الأهداف التعليمية :
1-اكتساب الطالب معلومات حول عملية السند ومعلومات ومعارف الخاصه بالمهارات وهو جزء خاص بجانب المعرفي .
2-أن يؤدي الطالب مهارتي الوقوف على الرأس والشقبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد.

المحاضرة	اجزاء الدرس وزمن الجزء	الأهداف التعليمية	الإجراءات
الرابعه	الاعداد البدني (15 د)	*تنمية الوعي اتجاه المهارة المطلوب تطبيقها. *تهيئة الجسم للعمل .	*الوثب من فوق المقعد السويدي – الجري بين الاعلام –المرور من أسفل جبل مشدود – الوثب لمس أعلى نقطة في الحائط . *(الوقوف فتحا) لمس اصابع الرجل اليمين باليد اليسرى ثم العكس لمس الرجل اليسرى باليد اليمين . *(الانبطاح المائل) ثني ومد الذراعين .
الجزء التعليمي (40 د)	*تعلم مهاراتي الوقوف على الرأس الشقبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد.	*يتم تعليم المهارات كاملة كما موضح في ورقة المعيار الخاصة بهذا الأسلوب . *يتم تقسيم الوقت إلى نصفين حيث النصف الأول يقوم الطلاب بتطبيق مهارة الوقوف على الرأس كاملة . *نصف الثاني يتم تعليم مهارة الشقبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد .	
الجزء التطبيقي (30 د)	*تطبيق المهارة في صورتها النهائية .	*تطبيق المهارة كما تم عرضها في ورقة المعيار ، حيث يتم التطبيق كاملا دون تجزئة ،السماح لكل طالب أن يؤدي مع زميلة ما يناسب بعد الاطلاع على ورقة المعيار –السماح للطلاب بتصحيح الأخطاء . *دور المدرس هو الاشراف التنظيمي .	
الجزء الختامي (5 د)	*تهدئة الجسم *ارتخاء العضلات *ازالة التعب	إعطاء تمرينات تهدئة وأداء تحية والانصراف .	

مرفق (14)

وحدات التعليميه الخاصه بأسلوب التعليم بتوجيه الأقران (التبادلي)

في الصوره النهائيه

نموذج لوحده تعليمية بأسلوب تعليم الأقران المرحلة : الرابعة . عدد الطلاب :

الزمن : 1:30 الاسبوع : التاريخ : / / 2020.

الموضوع : تعليم مهاراتي الوقوف على الرأس والشقبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد.

الأهداف السلوكية : يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الاهداف السلوكية الآتية :

المهاري : أن _ يؤدي الطالب بعض النواحي الفنية لمهاراتي الوقوف على الرأس والشقبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد.

المعرفي : أن _ يكتسب الطالب المعارف ومعلومات حول القدرات البدنية المرتبطة بالمهارات وجزء من الجانب المعرفي.

الوجداني : أن _ انطباق الطالب حول المهارة .

المحاضر	اجزاء الدرس وزمن الجزء	الأهداف التعليمية	الإجراءات
الاولي	الإحماء (15 د)	تهيئة الجسم والعضلات والمفاصل للعمل . تعزيز النشاط وروح المنافسة .	* المشي حول الملعب ، الجري الخفيف ، الجري والوثب مع رفع الركبتين عاليا ، الجري مع لمس المقعدة بكعب القدم ، الجري ثم الوثب وتقوس الجذع للخلف ومرجحة الذراعين عالياً . * (الوقوف) على اليدين يقوم الزميل بمسك الرجلين . * بجانب الحائط الوقوف على اليدين مرجحة الرجلين بسرعة للوقوف على اليدين إلى الحائط . * (وقوف فتحا) تبادل لف الجذع جانبا . * (جلوس طويل) ميل الجذع اماماً ملامسة الذراعين للمشطين . * (الوقوف فتحا مع تشابك أصابع اليدين خلف الرقبة) تبادل دوران الجذع للجهة اليمين والجهة اليسار . * (الوقوف) على الرأس من وضع الإقعاء مع سند على الحائط (3مرات) . * (الوقوف) على الرأس من وضع الجلوس على اربع من سند على الحائط (3مرات) . * (الوقوف) على الرأس على اربع فتحاً (3مرات) .

<p>*يتم تعليم المهارات كما موضح في ورقة المعيار المرفقة. * يتم تقسيم الوقت إلى نصفين الجزء الأول يتم تعليم مهارات الوقوف على الرأس ، الجزء الثاني يتم تعليم مهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد . * سوف يتم تعليم الخطوات الفنية من 1 إلى 2 من مهارة الوقوف على الرأس و تعليم الخطوات الفنية من 1 إلى 4 من مهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد .</p>	<p>تعلم مهاراتي الوقوف على الرأس الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد.</p>	<p>الجزء التعليمي (40 د)</p>	
<p>*تطبيق المهارة كما تم شرحها وكما هو موثق في ورقة المعيار حيث ينقسم (يقسم) الطلاب إلى ازواج ، أي أن كل طالب يختار الطالب الذي سوف يطبق المهارة بالتبادل وهذا ما يسمى بأسلوب توجيه الأقران .</p>	<p>تطبيق مهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد.</p>	<p>الجزء التطبيقي (30 د)</p>	
<p>إعطاء تمرينات تهدئة وارتقاء العضلات وأداء تحية والانصراف.</p>	<p>*تهدئة الجسم *ارتقاء العضلات *ازالة التعب</p>	<p>الجزء الختامي (5 د)</p>	

نموذج لوحده تعليميه بأسلوب تعليم الأقران المرحلة : الرابعة . عدد الطلاب :

الزمن : 1:30 الاسبوع : التاريخ : / / 2020 .

الموضوع :تعليم مهاراتي الوقوف على الرأس والشقبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد.
الأهداف السلوكية : يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية :
المهاري : أن _ يؤدي الطالب مهاراتي الوقوف على الرأس والشقبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد.

المعرفي : أن _ يكتسب الطالب معلومات حول الخطوات الفنية وتعليمية حول المهارات وهو جزء خاص بجانب المعرفي .

الوجداني : أن يقبل الطالب ملاحظات زملائه أثناء أداء المهارة .

المحاضرة	اجزاء الدرس وزمن الجزء	الأهداف التعليمية	الإجراءات
الثانية	الاحماء (15 د)	* تهيئة الجسم للعمل العضلي بما في ذلك المفاصل و العضلات . * تعزيز النشاط وروح المنافسة .	*الجري حول الملعب ، الجري البطيئ ، الجري مع تزايد السرعة ، الجري مع لمس الأرض باليدين بالتبادل ، المشي واخذ الشهيق والزفير ، المشي ضم الركبتين للصدر بالتبادل . * (وقوف فتحا)تبادل لف الجذع جانبا . * (جلوس طويل)ميل الجذع اماماً ملامسة الذراعين للمشطين . * (جلوس التربع) دوران الكتفين مرة او اكثر للأمام والخلف . * (الوقوف)على اليدين بجانب بساط مرتفع والسقوط على الظهر فوق البساط ثم يلي ذلك نفس التمرين ولكن مع دفع اليدين للأرض قبل السقوط . باستخدام القفاز الخاص بطاولة القفز أداء الشقبة الأمامية بمساعدة المعلم ليتم دفع القفز باليدين لتسهيل تعليم الدفع . * (الوقوف) على الرأس من وضع الاقعاء مع سند على الحائط .
الجزء التعليمي (40 د)	*تعلم مهاراتي الوقوف على الرأس والشقبة الأمامية	*يتم تعليم المهارات كما موضح في ورقة المعيار المرفقة. * يتم تقسيم الوقت إلى نصفين الجزء الأول يتم تعليم مهارات الوقوف على الرأس ، الجزء الثاني يتم تعليم مهارة الشقبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد . * سوف يتم تعليم الخطوات الفنية من 3إلى4 من مهارة الوقوف على الرأس و تعليم الخطوات الفنية من 5إلى7 من مهارة الشقبة الأمامية	

على اليدين بالإرتقاء المنفرد .	على اليدين بالارتقاء		
*تطبيق المهارة كما تم عرضها في ورقة المعيار بعد التذكير أن الهدف من الدرس هو أن يؤدي الطلاب الخطوات الفنية المطلوبة فقط ويتم ربطها بخطوات السابقة ، في حالة عدم اتساع المكان يتم الاشتراط على كل طالب أن يؤدي المهارة بعد انتهاء الطالب الأول ،ودور المدرس هو الاشراف التنظيمي .	*تطبيق مهاراتي الوقف على الرأس والشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء	الجزء التطبيقي (30 د)	
* الأعمال الإدارية . *أداء تحية والانصراف .	*تهديئة الجسم *ارتخاء العضلات	الجزء الختامي (5 د)	

نموذج لوحة تعليمية بأسلوب تعليم الأقران المرحلة : الرابعة . عدد الطلاب :

الزمن : 1:30 الاسبوع : التاريخ : / / 2020 .

الموضوع : تعليم مهاراتي الوقوف على الراس والشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد.

الأهداف السلوكية : يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية :

المهاري : أن يؤدي الطالب الخطوات مهارة الوقوف على الرأس والخطوات الفنية الشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد.

المعرفي : أن اكتساب الطالب معلومات ومعارف كالقانون والقدرات الفنية المرتبطة بالخطوات الفنية التي يتم تعليمها من الجانب المعرفي .

الوجداني : أن يدرك الطالب أهمية التنافس الرياضي الشريف .

المحاضرة	اجزاء الدرس وزمن الجزء	الأهداف التعليمية	الإجراءات
الثالثة	الاحماء (15 د)	* تهيئة الجسم للعمل العضلي بما في ذلك المفاصل و العضلات . * تنمية القدرة على التحكم والسيطرة . * تنمية الاحساس بالحركة المطلوبة	* أداء سباق الموانع على النحو التالي : * البدء من وضع جلوس القرفصاء ثم الحجلة على رجل واحدة لمسافة 10 امتار . * الجري الجزاجي ذهاب وعودة لمسافة 10 امتار . * (الأنبساط المائل) ثنى ومد الذراعين 10 مرات . * (الأنبساط المائل)رفع الذراعين عن الأرض والتصفيق . * (وقوف فتحا) ثنى الجذع للخلف ومحاولة لمس الكعبين بالأصابع . * (وقوف فتحا) لف الجذع لليمين واليسار مع ترك الذراعين حرة تماما .
الجزء التعليمي (40 د)		* تعلم مهاراتي الوقوف على الرأس و الشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد.	* يتم تعليم المهارات كما موضح في ورقة المعيار المرفقة. * يتم تقسيم الوقت إلى نصفين الجزء الأول يتم تعليم مهارات الوقوف على الرأس ، الجزء الثاني يتم تعليم مهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المنفرد . * سوف يتم تعليم الخطوات الفنية من 3 إلى 4 من مهارة الوقوف على الرأس و تعليم الخطوات الفنية من 8 إلى 10 من مهارة الشقلبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد.

<p>*تطبيق المهارة كما تم عرضها في ورقة المعيار ، حيث يتم التطبيق كما جاء في الوحدات التعليمية السابقة و دور المعلم هو الاشراف التنظيمي .</p>	<p>*التعرف على المهارة ومحاولة تطبيقها بشكل جيد</p>	<p>الجزء التطبيقي (30 د)</p>	
<p>أداء لعبة صغيرة للارتقاء و التنشيط (لعبة عكس الاشارة) وأداء تحية والانصراف .</p>	<p>*تهدئة الجسم *ارتقاء العضلات *ازالة التعب</p>	<p>الجزء الختامي (5 د)</p>	

نموذج لوحة تعليميه بأسلوب تعليم الأقران المرحلة : الرابعة . عدد الطلاب :

الزمن : 1:30 الاسبوع : التاريخ : / / 2020 .

الموضوع : تعليم مهاراتي الوقوف على الراس والشقبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد.

الأهداف السلوكية : يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الأتية :

المهاري : أن _ يؤدي الطالب مهاراتي الوقوف على الرأس والشقبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد .

المعرفي : أن _ اكتساب الطالب معلومات حول عملية السند ومعلومات ومعارف الخاصة بالمهارات وهو جزء من الجانب المعرفي .

الوجداني : أن _ يلتزم الطالب بالقانون الخاص بالعبة .

المحاضرة	أجزاء الدرس وزمن الجزء	الأهداف التعليمية والتربوية	الإجراءات التنفيذية
الرابعة	الاحماء (15 د)	*تنمية الوعي اتجاه المهارة المطلوب تطبيقها. *تهيئة الجسم للعمل .	*الوثب من فوق المقعد السويدي - الجري بين الاعلام - المرور من اسفل حبل مشدود - الوثب لمس أعلى نقطة في الحائط . * (الوقوف فتحا) لمس اصابع الرجل اليمين باليد اليسرى ثم العكس لمس الرجل اليسرى باليد اليمين . * (الأنبساط المائل) ثنى ومد الذراعين .
الجزء التعليمي (40 د)	*تعلم مهاراتي الوقوف على الرأس الشقبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد.	*يتم تعليم المهارات كاملة كما موضح في ورقة المعيار الخاصة بهذا الأسلوب . *يتم تقسيم الوقت إلى نصفين حيث النصف الأول يقوم الطلاب بتطبيق مهارة الوقوف على الرأس كاملة . *نصف الثاني يتم تعليم مهارة الشقبة الأمامية على اليدين بالإرتقاء المنفرد .	
الجزء التطبيقي (30 د)	*تطبيق المهارة في صورتها النهائية .	*تطبيق المهارة في صورتها النهائية .	*تطبيق المهارة كما تم عرضها في ورقة المعيار ، حيث يتم التطبيق كاملاً دون تجزئة ،السماح لكل طالب أن يؤدي مع زميلة ما يناسب بعد الاطلاع على ورقة المعيار -السماح للطلاب بتصحيح الاخطاء . *دور المعلم هو الإشراف التنظيمي

إعطاء تمرينات تهدئة وأداء تحية والانصراف .	*تهدئة الجسم *ارتخاء العضلات *ازالة التعب	الجزء الختامي د (5)	
--	---	---------------------------	--

المستخلص
باللغة الإنجليزية

The effect of Ascouben of teaching methods on some aspects of learning for gymnastics the skills for students of Faculty of Physical Education of Tobruk.

By: Mohammed Abdullah Younus .

Supervisor

(p .r .o)D; Yahya mahmood lamloom .

ABSTRACT

The objectives of the research.

The research aims to know:

- 1- The influence of using the demonstration method on the aspects of cognitive and skill learning for both skills, headstand and front handspring.
- 2- The influence of using application by peer guidance method on the aspects of cognitive and skill learning for both skills, headstand and front handspring.
- 3- Comparison of both the demonstration method and application by peer guidance on the aspects of cognitive and skill learning for both skills, headstand and front handspring.

The study was conducted on purposive sample of (24) students from Faculty of Physical Education in Tobruk, The sample was divided into two equal groups the first one was control group and the other was experimental the number of each was (12) students.

Physical tests were applied for the purpose of equal the groups and these tests are (flexibility-speed- strongness- agility- height-weight-blaance).

Results indicated :

- 1-**The existence of statistical posts between the experimental group and his officer in learning my skills to stand on the head and fluorescent faint based hands with the selective selection of the experimental group .
- 2-**The teaching methods have affected a lifting of the level of learning of the skills .
- 3-** There is a positive impact of the instructional method of the skills use .
- 4-** There is also an effect for the way of teaching what is used to learn the skills .
- 5-** The proposed program of education has a positive impact on statistical performance .
- 6-** The teaching methods used in research differsive in a different impact on learning my skills to stand on the head and fluorescent fool of the heads of the exchange of the exchange .
- 7-** The results of the application showed that the application of an application of the direction of the ERG was with the feedback and increased application timely positive in the process of education skills .
- 8-** The results also showed that the use application style by era has positive impact on the cognitive side of my skills .
- 9-** The results also showed the effect of the demonstration method on the skills .



Effect of two teaching methods on some aspects of learning for the skills of floor gymnastics for students of Faculty Physical Education of Tobruk

By

Mohammed Abdullah Younus

Supervised By

(Prof .D) Yahya mahmood lamloom

Professor of the

Department of Curricula and Teaching

a thesis

submitted in partial fulfillment of the requirements for the master degree in Physical Education

University of Benghazi.

Faculty of Arts

Dec 2020