

أثر استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة في تنمية التوافق النفسي الإجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي

المركز الجامعي تسمسيلت.

مجاهد مصطفى.

ملخص.

إن مرحلة المراهقة مرحلة مهمة وحساسة من مراحل حياة الإنسان بالنظر إلى ما تشهده شخصية المراهق خلالها من تغيرات ونمو، كما أن دخول المراهق إلى المدرسة (المتوسطة) يطرح عليه بشدة مشكلة التوافق Adjustment مع هذا المجتمع والتفاعل interaction معه، مع ملاحظة التعسف في الفصل بين مشكلات التوافق عند المراهقين ومشكلات النمو والتغيير الذي يطرأ على المجتمع الذي يعيشون فيه، ولهذا الصدد أشار إريكسون Ericson إلى التوافق على أنه عبارة عن علاقة تكيفية مع البيئة، وتتضمن القدرة على تلبية الفرد لاحتياجاته وتلبية معظم المتطلبات الاجتماعية منها والفسولوجية، وتشير مشاهدات وملاحظات كثيرة إلى أن تلاميذ المدرسة المتوسطة يواجهون مشكلة التوافق بحدّة في هذا الطور، حيث تتم العلاقات في المدرسة بطابع لا شخصي وحيث تتفاعل جماعات كبيرة من المراهقين والمراهقات بدون عمق، ولا إستمرارية ولا مراعاة لظروف كل الأشخاص، وفي الواقع أن توافق التلاميذ مع بيئتهم المدرسية يتطلب منهم تعديلات في أساليبهم وإستراتيجياتهم، ومهاراتهم من أجل النجاح والإنجاز. وهذا ما تسعى إليه التربية البدنية والرياضية باعتبارها أحد النظم التربوية التي تهدف إلى تحقيق أقصى قدر من التطور والتنمية الشاملة المتزنة والمتكاملة لطاقت المتعلم حركيا ومعرفيا واجتماعيا ونفسيا تبعا لقدراته وإستعداداته وحاجاته وميوله، وذلك من خلال ممارسة موجهة ومنظمة للأنشطة البدنية والرياضية المختلفة والتي تعرف بأساليب التعليم (التدريس) والتي من خلالها تنظم المعلومات والمواقف والخبرات التربوية التي تقدم للتلميذ ويتفاعل معها لتحقيق أهداف الدرس مما ينعكس إيجابا على شخصية التلميذ وبالتالي علاقته ببيئته والمجتمع الذي يعيش فيه (التوافق) ،وهذا ما تهدف اليه الدراسة من خلال التعرف على مدى تأثير الأسلوب التدريبي والتبادلي في تنمية التوافق النفسي الإجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي.

الكلمات الدالة: اساليب التدريس , التوافق النفسي الاجتماعي, المرحلة الثانوية (المراهقة).

Abstract.

Adolescence is an important and sensitive step in the life of a human being within the great change and development that undergoes his personality, his entry to the Secondry School; during this step of his life, this will give a problem of adjustment and interaction with the society. 'Ericsson' has pointed the obligation of integration of the adolescent with his environment. A lot of remarks had been used for the comportment of the adolesents is superficial, they are sensitive with any remark, they love their high show every day, they don't love to show any symbol of failure. it is a humilation, in order to move out of this situation we have to change methods and strategies to get success and this later is the objective of sportive education which works to realise the best development of physic capacities and with the various sportive exercises given by specialised teachers who will give a positif result in the personality and the relations of the student and his environment, this means that the study has an objective within the knowledge of the affection of the style of training and its exchange in the psucho-social development of students of students of the first secondry year.

Key-words: Learning style / adjustment, psycho-social / secondry step / adolescence.

1. مقدمة.

تسعى التربية الحديثة اليوم إلى إتاحة الفرصة أمام المتعلم لينمو إلى أقصى حد تؤهله له قدراته وإستعداداته فقد أشارت عفاف (عفاف عبد الكريم، 1994، 83) إلى أن العملية التربوية والتعليمية تستهدف شخصية المتعلم من جميع النواحي البدنية والعقلية والخلقية، وإن التربية تسهم في نمو الشخصية نموا متزنا شاملا، ويتحقق هذا في نظرنا بعدة طرق نذكر منها التربية البدنية والرياضية باعتبارها أحد

النظم التربوية التي تهدف إلى تحقيق أقصى قدر من التطور والتنمية الشاملة المتزنة والمتكاملة لطاقت المتعلم حركيا ومعرفيا واجتماعيا ونفسيا تبعا لقدراته وإستعداداته وحاجاته وميوله، وذلك من خلال ممارسة موجهة ومنظمة للأنشطة البدنية والرياضية المختلفة (سفيان حلمي حافظ محمد، 2004، 02) وعليه بات تفهم مجموعة أساليب التدريس إحدى العوامل المؤثرة في التدريس، كما تسمح للمدرسين بأن يكونوا أكثر مرونة وشمولا وتأثيرا وتحكما في عملية التدريس، وهي من أهم مميزات المدرس الفعال والمتميز عن غيره، باعتبار أن التدريس الناجح هو فقط الذي يحدث فيه تطابق بين ما يقصد وما يحدث في الدرس، وهذا لن يتم بمعزل عن تفهم مجموعة الأساليب التدريسية الحديثة لموسن في التربية البدنية والرياضية (أطلق العالم موسكا موسن Muska Mosston على مجموعة أساليب التدريس "طيف أساليب التدريس" وقد ظهرت سنة 1966 بفضلها).

والواقع أن لكل أسلوب من هذه الأساليب دور هام في العملية التدريسية، كما لا يوجد من بينها أسلوب واحد بإمكانه تحقيق جميع أهداف درس التربية البدنية والرياضية؛ لأن لكل أسلوب القدرة على تحقيق قدر معين من الأهداف التربوية إذا ما استخدم لفترة معينة من الزمن تماشيا مع المواقف التدريسية التي يتطلبها، بالإضافة إلى أن لكل أسلوب دور خاص في نمو الطالب من الناحية المهارية والاجتماعية والانفعالية والمعرفية. وعليه يصبح من الخطأ الاعتماد على طريقة أو أسلوب واحد لتنمية جوانب عدة (مخلفي رضا، 2008، 02) ولعل من أهمها التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق.

إن عملية التوافق بأبعادها وأشكالها المختلفة جعل علماء النفس يصفونها من أهم العمليات الهامة في حياة الفرد عبر جميع مراحل حياته فإذا تمكن الفرد أن يرضى في حدود قدراته وإمكانياته فهذا الشخص له قدرات عالية من التوافق بين نفسه ومجتمعه، أما عجزه من ذلك الإنسجام وعدم تحقيقه لرغباته وعدم إشباع حاجاته فهذا الشخص سيء التوافق وإن وجود أفراد من هذا النوع (الثاني) في المجتمع ما يجعله أقل ما يقال عنه أنه مجتمع مريض وينتج عن ذلك معاصرة أزمات وأمراض نفسية واجتماعية وحتى العضوية وهو ما آلت إليه المجتمعات المعاصرة أي سجلت أعلى معدلات المرض. حيث أصبح أفرادها يعانون من الإضطرابات النفسية والعقلية والاجتماعية وخاصة المراهقين منهم (أحمد محمد حسن صالح، 2000، 15). وتعد المراهقة مرحلة التحول في حياة الإنسان حيث تعتبر مرحلة النضج أو التطلع الاجتماعي أو النفسي بحيث يتعلم القيم والمعايير الاجتماعية من القدوة (عصام نور، 2004، 86) لأن المراهق في هذه المرحلة يتأثر بالشخص القدوة له سواء الوالدين أو الأستاذ. هذا ما أدى بنا إلى تبني هذا البحث الذي كان تحت عنوان: " أثر استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة في ميدان التربية البدنية والرياضية في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ السنة الأولى ثانوي. وتتجسد المشكلة الرئيسية في هذه الدراسة في التعرف على مدى تأثير أسلوب التطبيق بتوجيه (المدرس والأقران) في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ السنة الأولى ثانوي (16-17 سنة) "

إن عملية التعلم لم تعد معتمدة على إعطاء الطالب كما من المعلومات والخبرات فحسب وإنما تعدت ذلك ليصبح دور المعلم موجهها نحو دفع الطالب وتحفيزه وتشجيعه لكي يتمكن من الوصول إلى المعلومات والخبرات واكتساب الحقائق المراد تعلمها بنفسه مما يؤدي إلى ازدياد إيجابية الطالب وتوسع دوره ليشمل التخطيط والمشاركة في التقويم والأنشطة ليصبح بذلك محورا مهما في العملية التعليمية. وعلى ذلك يجب تحديد المهارات التدريسية الحديثة التي على المعلم الإلمام بها لتكون لديه القدرة على حث الطالب على المشاركة والتحرك من المواقف السلبية إلى المواقف الإيجابية (النداف عبد السلام، 2004، 104)... وذلك لتنمية جوانب عديدة ولعل أبرزها التوافق النفسي الاجتماعي، بالإضافة إلى تنمية قدرات أخرى للتلميذ (التفكير، الاكتشاف، حل المشكلات....). مما يسمح للمراهق بأن يكون أكثر إيجابية مع نفسه وبيئته.

فموضوع المراهقة أصبح في الوقت الحاضر من الموضوعات المهمة التي يهتم بها علماء التربية والنفس والإجتماع والصحة، بل إن الدول المتقدمة تهتم بمراهقيها الذين سيصبحون شبابا إيمانا منهم بأن تقدم الأمة لا يقوم إلا على الإمكانات البشرية من الشباب، وأن الأمم ترقى وتتقدم بقوة أفرادها هؤلاء الذين يعملون على كشف الموارد المادية وعلى تنميتها وتطويرها والإستفادة منها، ومن ثم تسخيرها في خدمة خطط التنمية الاقتصادية والاجتماعية والثقافية.

إن مرحلة المراهقة مرحلة مهمة وحساسة من مراحل حياة الإنسان بالنظر إلى ما تشهده شخصية المراهق خلالها من تغيرات ونمو، لذا فلا عجب في أن تكثر الدراسات حول هذه المرحلة (مصطفى فهمي، 1996، 96). مما لاشك فيه أن دخول المراهق إلى المدرسة (المتوسطة) يطرح عليه بشدة مشكلة التوافق Adjustment مع هذا المجتمع والتفاعل interaction معه، مع ملاحظة أن التعسف في الفصل بين مشكلات التوافق عند المراهقين ومشكلات النمو والتغيير الذي يطرق على المجتمع الذي يعيشون فيه، ولهذا الصدد أشار إريكسون Ericson وولمان Woolman إلى التوافق على أنه عبارة عن علاقة تكيفية

مع البيئة، وتتضمن القدرة على تلبية الفرد لإحتياجاته وتلبية معظم المتطلبات الاجتماعية منها والفسولوجية. والواقع هو أن الثانوية كمجتمع صغير يعيش فيه التلميذ (المراهق) تؤدي دورا كبيرا في حياته حيث تعدد وتساعد على النمو بأشكاله الفسولوجية والفسية الاجتماعية (ميخائيل إبراهيم أسعد، 1971، 82). وتشير مشاهدات وملاحظات كثيرة إلى أن تلاميذ المدرسة المتوسطة يواجهون مشكلة التوافق بحدّة في هذه الأخيرة، حيث تتم العلاقات في المدرسة بطابع لا شخصي Impersonal وحيث تتفاعل جماعات كبيرة من المراهقين والمراهقات بدون عمق، ولا إستمرارية ولا مراعاة لظروف كل الأشخاص وفي الواقع أن توافق التلاميذ مع بيئتهم المدرسية يتطلب منهم تعديلات في أساليبهم وإستراتيجياتهم، ومهاراتهم من أجل النجاح والإنجاز.

ومن خلال إستعراض نظريات التوافق الاجتماعي نلاحظ أنها نظرت إلى التوافق من زوايا عديدة، فنظرية التحليل النفسي رأت أن التوافق يتم من خلال إشباع الحاجات وتعلم كيف التعامل مع الصراعات الداخلية ونظرية التعلم الاجتماعي فهمت التوافق السوي من خلال مهارات الفرد في التفاعل بنجاح مع بيئته والنظرية الإنسانية فسرت التوافق طبق الإتجاهات النمو عند الأفراد كعملية مستمرة، أما النظريات المعرفية والسلوكية فلم تعرفا موضوع التوافق مباشرة، ولكن الأولى إرتأت أن توافق عند الأفراد يعني التفكير بطريقة منطقية في حين إرتأت الثانية أن السلوك ما هو إلا محصلة للتعلم السوي (سعاد سليمان، 1991، 150).

يهدف البحث الى معرفة تأثير أسلوب التدريس (التدريبي، والتبادلي) في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي، ولتحقيق هذا الهدف يجب أن نحقق جملة من الأهداف الفرعية : معرفة تأثير أسلوب التطبيق بتوجيه المدرس (التدريبي) في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي؛ معرفة تأثير أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي) في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي؛ الكشف عن أفضل أسلوب تدريسي تأثيرا في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي.

2. الخلفية النظرية.

2.1. تحديد المفاهيم والمصطلحات.

- **مفهوم أساليب التدريس:** الأسلوب في أوسع معانيه لا يعنى عن كونه إعدادا مدروسا للخطوات اللازمة لعملية التعليم (عباس احمد صالح السامرائي، 1987، 17) وتضيف عفاف عبد الكريم عن تركيبة أسلوب التدريس " كل أسلوب له بنية وهذه البنية تشمل القرارات التي يجب أن تتخذ دائما في أي وحدة تدريسية" (عفاف عبد الكريم، 1994، صفحة 98)، هذه القرارات تتمثل في قرارات التخطيط وهي التي تسطر قبل مواجهة الطلبة، وقرارات الأداء (التنفيذ) والتي تؤدي رفقة الطلبة أثناء الدرس، وأخيرا قرارات التقويم والتغذية الراجعة.

- **الأسلوب التدريبي (THE PRACTICE STYLE) :** وهو الأسلوب الثاني من مجموعة الأساليب التدريسية، وفيه يتخذ المعلم جميع القرارات بعملية التخطيط والتقويم، فيها تنتقل للمتعلم بعض القرارات الخاصة بالتنفيذ (القرارات التسعة) وهي (المكان، الأوضاع الحركية، نظام العمل، التوقيت والإيقاع الحركي، وقت البداية، وقت الانتهاء من العمل، المظهر، الراحة إلقاء الأسئلة) (حسن عمر السوطري، 2007، 19).

- **الأسلوب التبادلي (THE RECIPROCAL STYLE) :** وهو الأسلوب الثالث في مجموعة الأساليب التدريسية، وفيه ينتقل للمتعلم قرارات أكثر في العملية التعليمية حيث يصبح مشاركا فاعلا في قرارات التقويم، وذلك عن طريق تقديم التغذية الراجعة لزميله الذي يؤدي المهارة، حيث يلاحظ أداءه ويصحح الخطأ وذلك يناقشه بالأداء ثم يتم تبادل الأنوار ليصبح الملاحظ مؤديا والمؤدي ملاحظا (حسن عمر السوطري، 2007، 27).

- **التوافق النفسي:** التوافق النفسي عملية ديناميكية مستمرة تتناول السلوك والبيئة (الطبيعية والاجتماعية) بالتعبير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته وهذا التوازن يتضمن إشباع حاجات الفرد وتحقيق متطلبات البيئة.

- **التوافق الاجتماعي :** يتضمن السعادة مع الآخر والإلتزام بأخلاقيات المجتمع ومسيرة المعايير الاجتماعية والإمتثال لقواعد الضبط الاجتماعي وتقبل التغيير الاجتماعي والتفاعل الاجتماعي السليم مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية (حامد عبد السلام زهران، 1984، 29).

1-5-6 التوافق النفسي والاجتماعي: هو حالة تكون حاجات الفرد من ناحية ومتطلبات البيئة من ناحية أخرى متشعبة تماما من خلال علاقة منسجمة بين الفرد وبيئته الاجتماعية (حسين أحمد حشمت ومصطفى حسين باهي، 2006، 47).

- **المراهقة:** هي مرحلة إنتقالية بين الطفولة والرشد وهي من المراحل الحساسة في حياة كل فرد لما يحدث فيها من تغيرات فيزيولوجية وجسمية مفاجئة تترتب عنها توترات إنفعالية وتكثر فيها المشاكل النفسية والاجتماعية التي غالبا ما تعكر حياة المراهق وتتطلب من المحيطين به التدخل (مصطفى زيدان، 1996، 62).

2.2. الدراسات السابقة والمثابفة.

- **دراسة جيهان حامد السيد إسماعيل (1990):** تحت عنوان مستوى أداء طالبات كلية التربية الرياضية في التربية العملية وعلاقته بالتوافق النفسي، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي. وطبق البحث على عينة شملت على طالبات الفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية للبنات، وإستعان الباحث بمقياس كالفورنيا للشخصية والذي أعده بالعربية "محمود عطية هنا بالإضافة الى بطاقة تقييم الطالبات في التربية العملية. وتوصلت الباحثة إلى أن هناك علاقة إيجابية بين التوافق الشخصي بأبعاده الستة ومستوى أداء الطالبات في التربية العملية، بالإضافة إلى وجود علاقة إيجابية بين التوافق الاجتماعي ومستوى الأداء، وبالتالي يوجد علاقة إيجابية بين التوافق النفسي العام ومستوى الأداء للطالبات في التربية العملية، كما أوصت الباحثة بتطبيق مقياس كالفورنيا للتوافق النفسي في اختبار القبول.

- **دراسة محمد إبراهيم عبد الحميد (1996):** رسالة ماجستير -جامعة عين شمس- تحت عنوان: "العلاقة بين ممارسة بعض الأنشطة وتنمية التوافق النفسي والاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين عقليا". استخدم الباحث المنهج التجريبي، تكونت عينة الدراسة من 30 مفحوصا وتم اختيارهم بالطريقة العمدية، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين 15 طفل وطفلة مجموعة ضابطة و15 طفل وطفلة مجموعة تجريبية، وكانت أعمارهم من (8-10 سنوات). استخدم الباحث مقياس السلوك التكيفي ومقياس جودانف هارس للذكاء وبرنامج لبعض الأنشطة الرياضية كأدوات للدراسة. توصل الباحث إلى أهم النتائج ب وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجتى عينة الدراسة على النشاط مقياس السلوك التكيفي لصالح العينة التجريبية قبل وبعد ممارسة النشاط الحركي، وتوصي النتائج بالاهتمام بالأنشطة الرياضية والموسيقية للمتخلفين عقليا

- **دراسة عبد الجبار سعيد محسن (2006):** بعنوان تأثير التدريس بأسلوبى التدريبي والتبادلي في درس التربية الرياضية على مهارات كرة السلة للطلاب، استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو المجموعات المتكافئة ذات الاختبار القليل والبعدي لملائمته لطبيعة المشكلة المراد حلها، استخدم الباحث المنهج التجريبي واشتملت عينة البحث على (80) طالبا مقسمين الى مجموعتين، أجرى الباحث تجانس وتكافؤ المجموعات في كل من الطول والوزن، واختبار لرمي الكرة الطيبة التي تزن (03) كلف كما إستعان الباحث بالاختبارات المهارية في كرة السلة، وكانت النتائج في صالح القياسات البعيدة في كل المتغيرات المهارية، وهذا يعني أن الأسلوب التدريبي في القسم التعليمي لدرس التربية الرياضية قد ساهم في تطور المهارات في كرة السلة، بالإضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التي درست بالأسلوب التدريبي عند مقارنة القياسيين البعديين للمجموعتين الأولى والثانية في مهارات كرة السلة، وهذا يعني أن الأسلوب التدريبي يشجع على التفكير في اكتساب تفاصيل دقيقة عن المهارات، وفي استيعاب النواحي الفنية الخاصة بالمهارة من المجموعة الثانية.

- **دراسة فوزية محمد عمر منذر (2007):** بعنوان تأثير أسلوبى التدريس التبادلي والتبادلي على تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز، ومفهوم الذات لتلميذات التعليم الأساسي " المرحلة الإعدادية انتهجت الباحثة المنهج التجريبي باستخدام تصميم المجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة لملائمته لطبيعة البحث، واختارت الباحثة عينة عمدية شملت ثلاث صفوف دراسية من صفوف التعليم الأساسي تحديدا الصف السابع للعام الدراسي 2004-2005م أظهرت النتائج ان هناك تأثير إيجابي للأسلوب التبادلي في نمو أبعاد مقياس مفهوم الذات التالية : السلوك، المنزل العقلية، والمجموع الكلي لأبعاد المقياس. وأن هناك تأثير إيجابي للأسلوب الامري في نمو أبعاد مقياس مفهوم الذات التالية : السلوك، المنزل العقلية، الفلق، الشعبية، السعادة، الرضا، والمجموع الكلي لأبعاد المقياس، كما تختلف الأساليب التدريسية في تأثيرها على تعلم مهارة الحرجة الأمامية، بينما لوحظ الاختلاف في تعلم مهارة الثقبلة الجانبية ولصالح الأسلوبين التجريبيين (التدريبي والتبادلي)، بمعنى آخر أن سهولة الحركة يقف وراء عدم التمايز بين الأسلوبين التدريبيين

3. المنهجية.

إعتمدنا على المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة الإشكالية المطروحة. تم اختيار عينة البحث بطريقة عشوائية وعددها (40) تلميذاً (ذكور) مقسمين الى مجموعتين تجريبيتين بالتساوي (20) تلميذ لكل مجموعة من تلاميذ السنة أولى ثانوي من شعبة آداب ولغات عربية لثانوية شبياكي ع القادر-تبارت-. الموسم الدراسي 2010-2011. أجريت الدراسة في الفترة الزمنية الممتدة ما بين 02/02 / الى غاية 24/04/2011. بالنسبة للدراسة الإستطلاعية، قمنا بإجراء الاختبارات في الأسبوع الأول على عينة من المجتمع الأصلي يوم 02/02/2011 وتم إعادة إجراء الاختبارات على العينة نفسها أسبوعاً بعد ذلك يوم 09/02/2011.

- **التصميم التجريبي للبحث :** إستخدمنا تصميم تجريبي لمجموعتين تجريبيتين متكافئتين، الأولى تجريبية بإستخدام أسلوب التطبيق بتوجيه المدرس (التدريبي)، والثانية تجريبية بإستخدام أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي) عن طريق القياس القبلي والبعدي، والشكل رقم (1) يوضح التصميم التجريبي المعتمد في بحثنا. **القياسات القبليّة**، يوم 27/02/2011 لكلا المجموعتين، هذا وتم تدريس المجموعتين بالأسلوبين المقترحين (تدريبي. تبادلي) بواقع حصتين تعليميتين في الأسبوع ومدة كل منها (60 د). **القياسات البعدية**، كانت نهاية الفصل الدراسي الثاني من الموسم 2011، تحديداً بتاريخ: 24/04/2011. - **أدوات البحث:** إستخدمنا أدوات ووسائل ساعدتنا على الإلمام أكثر بالموضوع وكشف جوانبه وتحديدها ومن وأهم هذه الوسائل

المصادر والمراجع والمقابلات الشخصية قصد تحديد الموضوع والكشف عن جوانبه وكذا :

* **مقياس التوافق النفسي الإجتماعي :** استخدمنا في دراستنا مقياس التوافق النفسي الاجتماعي الذي أعدته الباحثة المصرية (رشا عبد الرحمن محمد والي، 2007) لتلاميذ المرحلة المتوسطة حيث يقيس إشباع التلميذ لحاجاته النفسية وتقبله لذاته واستمتاعه بحياة خالية من التوترات والصراعات والأمراض النفسية، وكذلك استمتاعه بعلاقات اجتماعية حميمة ومشاركته في الأنشطة الاجتماعية، وتقبله لعادات وتقاليد قيم مجتمعه، وبعد اطلاع الباحثة على العديد من المراجع والمقاييس المرتبطة بهذا المقياس اقترحت، مع العلم انه يقيس بعدين أساسيين هما التوافق النفسي وبعد التوافق الاجتماعي حيث يحتوي كل محور على ستة أبعاد (مجالات) ومجموع الأبعاد يساوي 12 بعد وهي كالتالي: "المهارات الشخصية، الإحساس بالقيمة الذاتية، الاعتماد على النفس، التحرر من الميل إلى الانفراد، الحالة الصحية، الحالة الانفعالية، اللياقة في التعامل مع الآخرين، الامتثال للمجموعة، القدرة على القيادة، العلاقات في الأسرة، العلاقات في المدرسة، العلاقات في البيئة المحيطة.

* **الوحدات التعليمية في الكرة الطائرة (البرنامج التعليمي) :** إن الهدف الأساسي من إعداد هذه الوحدات التعليمية هو التعرف على تأثير محتوى هذه الأخيرة بإستخدام الأسلوب التدريبي في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي مقارنة بالأسلوب التبادلي على متعلمي الأولى ثانوي ذكور. تضمنت الدراسة على 16 وحدة تعليمية في نشاط الكرة الطائرة منها 8 وحدات تعليمية خاصة بالأسلوب التدريبي، و8 وحدات تعليمية خاصة بالأسلوب التبادلي. إستمد الباحث مضمونها من عدد من المراجع وبالأخص مناهج التربية البدنية والرياضية والوثائق المرافقة للمرحلة الثانوية وذلك لما تحتويه من توجيهات تساعد المعلم في وضع محتويات الوحدات التعليمية المختلفة، وقد تم بناء الوحدات التعليمية حسب خصائص ومميزات كل أسلوب من الأساليب قيد الدراسة. ثم عرضت على مجموعة من الخبراء من أساتذة جامعيين (شعلاّل عبد المجيد، بن كبيش فادة، تواتي بن فلاور) ومفتشي التعليم الثانوي (بن عليا) وأساتذة التعليم الثانوي، وقد أسفرت النتائج جُلّها على الموافقة الكلية على التمارين المقترحة وما يتعلق بالشكل العام للوحدة التعليمية، وقد حرص الأستاذ المساعد على تطبيق الوحدات التعليمية بمعية الباحث لأنه يمتلك خبرة وكفاءة في تدريس المادة بالأسلوبين خلال مساره المهني. وبعدها تم الشروع في العمل الميداني.

* **الوسائل البيداغوجية :** والتمثلة في ملعب كرة الطائرة (قانوني)، كرات لعبة كرة الطائرة، صافرة، ميقاتي، شواخص، حائط.

* **الوسائل الإحصائية :** إعتمدنا في بحثنا على المتوسط الحسابي، الإنحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط لبيرسون (زكرياء الشربيني، 1994، 132)، اختبار "ت" دلالة الفروق بين متوسطين مرتبطتين $n_1 = n_2$ ، معادلة "ت" للعينتين المتساويتين وغير مرتبطتين (الكريتي، وديع ياسين والعبيدي، حسن محمد عبد، 1999)

- **الأسس العلمية لأداة القياس المستخدمة.**

* المرحلة الأولى ترشيح (تحكيم) الاختبارات : بحيث بلغت نسبة إتفاق المحكمين على المقياس %100

* المرحلة الثانية : الدراسة الأولية للاختبارات : الصدق وإستخدامنا صدق المحكمين، وصنق المحتوي بحيث تم عرض المقياس على (6) محكمين مختصين مشهودا لهم بالخبرة والكفاءة في مجال التدريس والبحث العلمي وهذا - لتعديل صياغة العبارات وتوضيحها، إضافة أو حذف العبارات الغير مناسبة وقد وجد أن عبارات ومحاور المقياس ملائمة وتخدم البعد وبالتالي تم الحصول على مقياس يضم (80) عبارة في صورته النهائية وسيتم التأكد كذلك من الصدق الذاتي عن طريق حساب ثبات المقياس. بالنسبة للثبات، قمنا بتطبيق الاختبارات على عينة حجمها 20 تلميذا تم إختيارهم بطريقة عشوائية من مجتمع البحث يوم 2011/02/02 وتم إعادة إجراء الاختبارات على العينة نفسها أسبوعا بعد ذلك يوم 09 / 02 / 2011، يتضح من خلال النتائج أن المقياس يمتاز بدرجة عالية من الثبات والصدق، كون الدرجة المحسوبة لمعامل الثبات والصدق كانت أكبر من الجدولية المقدرة: (0.36)، يتم التأكد من صدق الاختبار باستخدام الصدق الذاتي والذي يقاس عن طريق الجذر التربيعي لمعامل الثبات.

4. عرض، تحليل ومناقشة النتائج.

قبل عرض النتائج نشير إلى أننا حرصنا أن تتم الإجابة على المقياس المعتمد في الدراسة في أحسن الظروف الممكنة، كما تم التأكد من فهم أفراد العينة لتعليمية المقياس، خصوصاً ما تعلق بالهدف من عملية القياس بمعنى ضرورة أن تعكس إجابة المبحوث شعوره ورأيه الشخصي وبعد الانتهاء من عملية التطبيق والتأكد من الإجابة على كل بند من بنود المقياس، تم القيام بعملية التصحيح، ثم شرع في المعالجة الإحصائية لكافة البيانات المجمعة للتحقق من صحة فرضيات الدراسة. وعليه سيتم فيما يلي تحليل ومناقشة النتائج المتعلقة بكل فرضية من فرضيات الدراسة في ضوء الدراسات السابقة والإطار النظري الذي يُفسر متغيرات الدراسة. ومن خلال المعالجة الإحصائية التي تم إعتماها توصلنا إلى ما هو موضح في الجدول رقم (01) :

جدول رقم 01: نتائج إختبار "ت" لدلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التدريبي.

الرقم	الأبعاد	أسلوب تدريبي (فني)		أسلوب تدريبي (بُعدي)		ت محسوبة	ت الحثولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
		ع	س	ع	س					
01	المهارات الشخصية	5.65	1.23	7.45	0.97	6.20		0.05	19	دال
02	الإحساس بالقيمة الذاتية	2.75	0.62	3.53	0.66	2.85				دال
03	الاعتماد على النفس	2.5	0.59	3	0.63	1.42				غير دال
04	التحرر من المل إلى الأفراد	4.25	1.08	5.25	1.08	4.54				دال
05	الحالة الصحية	5.35	1.15	6.05	1.02	2.41				دال
06	الحالة الانفعالية	3.4	0.91	4.1	0.7	2.59				دال
07	الثقافة في التعامل مع الآخرين	3.25	0.88	4.25	0.76	3.44				دال
08	الاستئثار للجساعة	5.65	1.19	7.7	1.30	8.2				دال
09	القدرة على القيادة	4	1	4.85	0.79	3.14				دال
10	العلاقات في الأسرة	3.65	1.10	4.5	0.86	3.26				دال
11	العلاقات في المدرسة	6.55	1.62	6.85	1.42	0.29				غير دال
12	العلاقات في البيئة المحيطة	4.15	1.01	4.95	0.80	2.96				دال

ن- 1 / درجة الحرية : 19

إتضح من خلال الجدول رقم (01)، أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد مجموعة الأسلوب التدريبي في مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الاختبار القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في الأبعاد ككل، الخاصة بالمقياس بإعتبار أن قيمة "ت" المحسوبة كانت أكبر من قيمة "ت" الجدولية والتي تساوي (0.93 .2)، ما عدا بعد (03) الإعتماد على النفس والبعد (11) العلاقات في المدرسة بحيث كانت

قيم "ت" المحسوبة أقل من قيمة "ت" الجدولية مما يدل على أنها غير دالة إحصائياً. وانطلاقاً من فرضية البحث الأولى والتي تنص على : يؤثر استخدام الأسلوب التدريبي إيجاباً في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي.

يمكن القول: تتفق دراستنا مع كل من (جيهان حامد السيد إسماعيل، 1990)، (محمد إبراهيم عبد الحميد، 1996)، (عبد الجبار سعيد محسن، 2006) ، (فوزية محمد عمر منذر، 2007) في تأثير التربية البدنية وأساليب موستن (Ashworth & Mosston, 2002) بالترتيب على: مستوى الأداء في التربية العملية، مستوى الأداء في الأنشطة الرياضية ومستوى الذكاء، المهارات الأساسية في كرة السلة، الحركات الأرضية في الجمباز). حيث تؤكد هذه الدراسات بما لا يدع مجالاً للشك على إسهامات أساليب موستن في التعلم والتدريب، وهذا ما أثبتته دراستنا لكن على متغير آخر وهو التوافق النفسي الاجتماعي، كما أن الطرح النظري لطيف أساليب التدريس للأسلوب التدريبي تشير إلى أن إعطاء التلميذ حرية في اتخاذ القرارات التسع الممنوحة إليه يساعده على ربط علاقات جيدة مع الآخرين. وبالتالي فإن نتائج الدراسة تؤكد تأثير الأسلوب التدريبي إيجاباً على تنمية التوافق النفسي الاجتماعي حيث كانت النتائج في صالح القياسات البعيدة، ونشير هنا إلى أن الدراسات كلها تقريباً تناولت الأداء في حين إنفردت دراستنا بالتوافق النفس الاجتماعي.

تطرقنا بعد ذلك إلى عرض نتائج المجموعة التجريبية الثانية التي تم تدريسها بالأسلوب التبادلي. ومن خلال المعالجة الإحصائية التي تم اعتمادها توصلنا إلى ما هو موضح في الجدول رقم (02) الذي يوضح نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الاجتماعي في الأسلوب التبادلي.

جدول رقم 02: نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الاجتماعي في الأسلوب التبادلي.

الترقيم	الأبعاد	أسلوب تدريبي (قبلي)		أسلوب تدريبي (بعدي)		ت محسوبة	ت الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
		ع	س	ع	س					
01	المهارات الشخصية	5.65	1.23	7.45	0.97	6.20	2.093	0.05	19	دال
02	الإحساس بالقصة الذاتية	2.75	0.62	3.53	0.66	2.85				دال
03	الاعتماد على النفس	2.5	0.59	3	0.63	1.42				غير دال
04	التحرر من الميل إلى الانفراد	4.25	1.08	5.25	1.08	4.54				دال
05	الحالة الصحية	5.35	1.15	6.05	1.02	2.41				دال
06	الحالة الانفعالية	3.4	0.91	4.1	0.7	2.59				دال
07	التيقاف في التعامل مع الآخرين	3.25	0.88	4.25	0.76	3.44				دال
08	الامتثال للجماعة	5.65	1.19	7.7	1.30	8.2				دال
09	القدرة على القيادة	4	1	4.85	0.79	3.14				دال
10	العلاقات في الأسرة	3.65	1.10	4.5	0.86	3.26				دال
11	العلاقات في المدرسة	6.55	1.62	6.85	1.42	0.29				غير دال
12	العلاقات في البيئة المحيطة	4.15	1.01	4.95	0.80	2.96				دال

ن-1 / درجة الحرية : 19

يتضح من خلال الجدول رقم (02)، فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد مجموعة الأسلوب التبادلي في مقياس التوافق النفسي الاجتماعي في الاختبار القبلي والبعدي وفي لصالح القياس البعدي في الأبعاد ككل الخاصة بالمقياس بإعتبار أن قيم "ت" المحسوبة كانت أكبر من قيمة "ت" الجدولية والتي تساوي (2.093)، مما يؤكد وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية. وإنطلاقاً من فرضية البحث الثانية والتي تنص على : يؤثر استخدام الأسلوب التبادلي إيجاباً في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي.

يمكن القول: تتفق دراستنا مع كل من (جيهان حامد السيد إسماعيل، 1990)، (محمد إبراهيم عبد الحميد، 1996)، (عبد الجبار سعيد محسن، 2006) ، (فوزية محمد عمر منذر، 2007) في تأثير التربية البدنية وأساليب موستن (Ashworth & Mosston, 2002) بالترتيب على (مستوى الأداء في التربية

العملية، مستوى الأداء في الأنشطة الرياضية ومستوى الذكاء، المهارات الأساسية في كرة السلة، الحركات الأرضية في الجمباز). حيث تؤكد هذه الدراسات بما لا يدع مجالاً للشك على إسهامات أساليب موستن في التعلم والتدريب. وهذا ما أثبتته دراستنا لكن على متغير آخر وهو التوافق النفسي الاجتماعي، كما أن الطرح النظري لطيف أساليب التدريس للأسلوب التبادلي تشير إلى أن خصوصية هذا الأسلوب والمتمثلة في تبادل الأدوار بين التلاميذ وكذا منح قرار التغذية الراجعة يساعد في تكوين علاقات اجتماعية متينة بين التلاميذ ويسهم في تنمية روح المسؤولية والثقة في النفس وبالتالي فإن نتائج الدراسة تؤكد أن الأسلوب التبادلي أثر إيجاباً على تنمية التوافق النفسي الاجتماعي حيث كانت النتائج فيصالح القياسات البعيدة، ونشير هنا إلى أن الدراسات كلها تقريباً تناولت الأداء فيحين إنفردت دراستنا بالتوافق النفسي الاجتماعي.

بعدها تطرقنا إلى مقارنة نتائج الإختبارات البعيدة حيث إتضح أثر مقارنة نتائج الإختبارات القبلية البعيدة أن أثر إستخدام أسلوب التدريس (التدريبي والتبادلي) كان إيجابياً ولكن نشير إلى وجود تفاوت في درجة تأثير كل أسلوب. وقد إعتدنا على إجراء مقارنة بين نتائج الإختبارات البعيدة لكل من الأسلوب التدريبي والتبادلي جدول (03) الذي نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق بين القياسين البعدين لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الاجتماعي تبعاً لنوع الأسلوب التدريسي.

جدول رقم 03: نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق بين القياسين البعدين لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الاجتماعي تبعاً لنوع الأسلوب التدريسي.

البيانات	الأسلوب تدريبي (بعدي)	الأسلوب تبادلي (بعدي)	ت	ت	الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
01	7.45	0.97	8.35	0.79	3.21	0.05	38	دال
02	4.1	0.7	4.4	0.66	8.61			دال
03	3.45	0.66	3.7	0.45	3.94			دال
04	5.9	1.17	6.55	0.73	4.32			دال
05	6.9	0.99	7.45	0.66	5.02			دال
06	5	1.04	5.5	0.74	5.99			دال
07	4.25	0.76	4.7	0.45	2.25			دال
08	7.7	1.30	8.5	0.74	2.35			دال
09	5.4	0.73	5.75	0.43	4.35			دال
10	5.2	0.87	5.5	0.74	3.82			دال
11	7.7	1.55	8.5	0.74	4.49			دال
12	5.3	0.78	5.65	0.57	3.09			دال

$$دح = (2-2) = 38$$

ومن خلال المعالجة الإحصائية التي تم إعتماها من (متوسط حسابي، إنحراف معياري، "ت" ستودنت للمتوسطات المرتبطة) توصلنا إلى ما هو موضح في الجدولين رقم (03) الذي يوضح نتائج إختبار "ت" لدلالة الفروق بين القياسين البعدين لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الاجتماعي تبعاً لنوع الأسلوب التدريسي، ومنه يتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس التوافق النفسي بين الأسلوبين في التأثير على أبعاد مقياس التوافق النفسي الاجتماعي بعيداً ولصالح الأسلوب التبادلي بإعتبار أن قيم "ت" المحسوبة كانت محصورة ما بين (2. 25) و(8. 61) وهي قيم أكبر من قيمة "ت" الجدولية والتي تساوي (2. 02)، مما يدل على وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية ولصالح الأسلوب التبادلي. وإنطلاقاً من فرضية البحث الثالثة والتي تنص على : يؤثر إستخدام كل من الأسلوب التدريبي والتبادلي إيجاباً في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي، وأفضل أسلوب هو الأسلوب التبادلي.

تتفق دراستنا مع ما ذهب إليه دراسة (عفاف عبد الكريم، 1994) والذي ترجع فيه تفوق الأسلوب التبادلي على الأسلوب التدريبي من الناحية النفسية الاجتماعية إلى طبيعة العلاقة المتبادلة بين الطالبين حيث يقومان بالأدوار نفسها، وما ورد في سلسلة طيف أساليب التدريس لموسطن (Mosston, 2002)

(Ashworth & عباس احمد صالح السامرائي وعبد الكريم السامرائي، 1991، 34) من خلال القنوات التطورية والذي يرى أن موقع التلميذ في قناة التطور الاجتماعي في الأسلوب فيتحرك باتجاه الأعلى، فيتبادل الأدوار في هذا الأسلوب ويخلق حالة من العلاقات الاجتماعية الكثيرة المتداخلة أكثر من الأسلوب التدريبي، وعندما تقع أو تحصل العلاقات الاجتماعية المتبادلة فلاستنتاج هنا أن شعورا جيدا يمكن أن يحدث باتجاه الآخرين، وباتجاه النفس، ولذلك فموقع التلميذ في القناة السلوكية يمكن أن يتحرك قريبا من الأعلى، ودراسة (عبد الجبار سعيد محسن، 2006) الذي بينت نتائج وجود تأثير إيجابي للأسلوب التدريبي مقارنة بالأسلوب (التبادلي) في تطور المهارات في كرة السلة، وهذا يعني أن الأسلوب التدريبي يشجع على التفكير في اكتساب تفاصيل دقيقة عن المهارات، وتعلم أحسن وأسرع من مجموعة الأسلوب التبادلي، وما وصلت إليه دراسة (فوزية محمد عمر منذر، 2007) من خلال تفوق الأسلوب التبادلي على الأسلوب التدريبي في نمو كل أبعاد مقياس مفهوم الذات (السلوك، المنزل، العقلية، القلق، الشعبية، السعادة، الرضا) وبالتالي نتائج بحثنا تتفق مع ما ورد أنفا من دراسات، فمن خلال الرجوع الجدول رقم(03) نجد تفوق الأسلوب التبادلي على الأسلوب التدريبي في كل أبعاد المقياس، ويعزو الباحث هذا التوافق إلى أن وضع التلميذ في ترتيب منظم (طريقة الأزواج) في الأسلوب التبادلي يحثم وجود لكل تلميذ معلم وهذا ما لا يتوافر في أي من الأساليب الأخرى، إذ هناك تعامل وتواصل بين جميع الطلاب فيما بينهم، أو مع المدرس وقت الحاجة، كما تزداد فرص إعطاء التغذية الراجعة مباشرة بعد الأداء في هذا الأسلوب نتيجة التواصل والتقارب بين كل طالبين (المؤدي، والملاحظ/الملاحظ، والمؤدي).

خلاصة.

بصفة عامة، واستخلاصا مما ورد أنفا عند مقارنة الأسلوب التدريبي بالتبادلي يمكن القول: جاءت نتائج الفرضية الثالثة والتي تنص على أن أفضل أسلوب تدريبي تأثيرا على تنمية التوافق النفسي الاجتماعي هو الأسلوب التبادلي، ذلك انه يعتمد على التعلم التعاوني ذو النتائج الإيجابية والفعالة في التركيز على زيادة فعالية المتعلم مع زملائه بأسلوب جماعي تعاوني، كما انه ينمي الميول (والرغبات، واحترام الآخرين مما ينعكس على تفاعل الطلبة كما أكدته (الحايك، 2004). يؤثر استخدام كل من الأسلوب التدريبي والتبادلي إيجابيا في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي وأفضل أسلوب تدريبي هو الأسلوب التبادلي.

المراجع والمصادر.

- عفف عبد الكريم. (1994). التدريس في التربية الرياضية، ط2، الإسكندرية: منشأة المعارف.
- حامد عبد السلام زهران. (1972). علم نفس النمو والمراهقة، ط2، القاهرة: علم الكتب.
- سفيان حلمي حافظ محمد. (2004). برنامج مقترح باستخدام القصص الحركية وأثره في تنمية التحصيل المعرفي وبعض المهارات الحركية والابتكار الحركي لدى تلاميذ الصف الأول (ابتدائي)، رسالة دكتوراه غير منشورة للتربية الرياضية بسوهاج، مصر: جامعة الوادي.
- مخلفي رضا. (2009). علاقة النشاط الرياضي بصورة الجسم وأثرها على تقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين، دراسة متمحورة حول البعد النفسي الاجتماعي، رسالة ماجستير، الشلف: معهد التربية البدنية والرياضية.
- عصام نور. (2004). سيكولوجية المراهقة، الإسكندرية: مؤسسة شباب الجامعة.
- ميخائيل إبراهيم أسعد. (1971). مشكلات المراهقين في المدن والريف، ط1، القاهرة: دار المعارف.
- حامد عبد السلام زهران. (1984). علم النفس الاجتماعي، ط5، القاهرة: علم الكتب.
- أحمد محمد حسن صالح وآخرون. (2000). الصحة النفسية وعلم النفس الاجتماعي والتربية الصحية، ط 1، الإسكندرية: مركز الإسكندرية للكتاب.
- حسين أحمد حشمت ومصطفى حسين باهي. (2006). التوافق النفسي والتوازن الوظيفي، ط1، مصر: الدار العلمية للنشر والتوزيع الأهرام.
- مصطفى زيدان. (1996). النمو النفسي للطفل والمراهقة والأسس الصحية، جدة: دار الشرق.
- التكريتي، وديع ياسين والعبيدي حسن محمد عبد. (4). التطبيقات الاحصائية واستخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية، الموصل: دار الكتب للطباعة والنشر.
- رشا عبد الرحمن محمد والي. (2007). تأثير برنامج للألعاب التمهيدية الجماعية على التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ المرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير، منشورة، مصر: كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.
- حسن عمر السوطري. (2007). أثر استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة في توظيف المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية القائمة على الإقتصاد المعرفي، الأردن: دار وائل للنشر والتوزيع.
- عبد الجبار سعيد محسن. (2006). تأثير التدريس بأسلوب التبادلي في درس التربية الرياضية على مهارات كرة السلة للطلاب، المؤتمر العلمي الدولي الخامس-علوم الرياضة في عالم متغير 10-11 أيار 2006، المجلد الثاني، كلية التربية الرياضية، الأردن: الجامعة الأردنية

مخبر علوم وممارسة الأنشطة البدنية الرياضية والإيقاعية SPAPSA

فوزية محمد عمر منذر. (2007). تأثير أسلوبي التدريس التدريبي والتبادلي على تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز، ومفهوم الذات لتلميذات التعليم الأساسي المرحلة الإعدادية، المؤتمر العلمي الدولي الثاني: المستجدات العلمية في التربية البدنية والرياضية أيام: 10 و 9 أيار 2007، مجلد البحوث، الأردن: جامعة اليرموك، كلية التربية الرياضية.

Mosston, M. & Ashworth, S. (2002). Teaching Physical Education, New York: Macmillan College Publishing Company.