

أثر استخدام بعض أساليب في تنمية بعض الصفات البدنية و الحركية لدى طلاب معهد

التربية البدنية و الرياضية بوهران

أ. عوينتي هوارى جامعة الجزائر

ملخص البحث :

يهدف البحث الى الكشف عن أثر استخدام بعض أساليب التدريس في تنمية بعض الصفات البدنية و الحركية لدرس التربية البدنية . إذ استخدم المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث . وتكونت عينة البحث من 80 طالب لسنة أولى ليساندس موزعين على أربع مجاميع بواقع (20) طالبا لكل مجموعة . وتم التكافؤ بينهم في متغيرات (العمر و الطول و الوزن) فضلا عن التكافؤ في عدد من عناصر اللياقة البدنية و الحركية وبعض المهارات الحركية للعينة ، واستخدمت المجموعة التجريبية الاولى الاسلوب الفردي في التدريس واستخدمت المجموعة التجريبية الثانية الاسلوب التبادلي بينما استخدمت المجموعة التجريبية الثالثة الاسلوب التعاوني في حين استخدمت المجموعة الرابعة الاسلوب الامري .

واستغرق تنفيذ البرنامج التعليمي المقترح (10) أسابيع بواقع وحدة تعليمية واحدة في الاسبوع الواحد ، وأن زمن كل وحدة تعليمية 90 دقيقة ، واستخدمت الوسائل الاحصائية (المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري ومعامل الارتباط البسيط بيرسون و معامل الرتب (سبيرمان) واختبارات للعينات المرتبطة المتساوية العدد ، وتحليل التباين باتجاه واحد واختبار دنكن واستنتج الباحث ما يأتي :

1-فاعلية استخدام اسلوب التدريس الفردي في تطوير جميع عناصر اللياقة البدنية و الحركية قيد

الدراسة .

2-حقق أسلوب التدريس التبادلي تطورا في القوة الانفجارية لعضلات الاطراف السفلى و السرعة

الانتقالية و التوافق ، ماعدا عنصر الرشاقة و المداومة العامة .

3-حقق الاسلوب التدريس التعاوني تطورا في القوة الانفجارية لعضلات الاطراف السفلى و السرعة

الانتقالية و التوافق ماعدا عنصر الرشاقة و المداومة .

الكلمات المفتاحية: أساليب التدريس -الصفات البدنية و الحركية

Effect of Using Some Various Teaching Method to Achieve Some Qualifications Physical of Students institute of physical education

Abstract:

The study aims at:

1. Revealing the effect of using various teaching method in achieving some qualifications of physical teaching lesson.

2. Comparing the effect of using various teaching method in post test in achieving some qualifications of physical teaching lesson.

The researcher used the experimental approach method because it is suitable in the study. The study sample consisted of (80) students from academic first year bachelor .

the sample devifed distributed into four groups, each of which consisted of (20)students.

Equivalence in age, length, weight variables was achieved, in addition to some selected physical and movement skills.

The first experimental group used the individual method, the second experimental one used the reciprocal method, the third experimental one used the cooperative method, while the fourth group (control group) used the command method.

The proposed program continued for ten weeks with the average of one educational unit each week.

Mean, standard deviation, simple correlation coefficient (Person), paired T-test in one way ANOVA and L.S.R using Duncan test were processed statistically.

The researcher concluded the following:

1. The efficiency of using individual teaching method in developing all aspects of physical.
2. Alteruative and cooperative method proved development in aspects of physical education and the psychological trend for students towards the lesson and some except agility and endurance.
3. Command method did not prov a development in physical qualifications except locotor speed.

Keywords : teaching methods – Physical attributes and motor.

1-التعريف بالبحث :

1-1المقدمة و أهمية البحث :

تعد التربية البدنية و الرياضية من بين الميادين المعرفية التي لا تقتصر أهداف تدريسها على الجانب المعرفي فقط ،بل تتجاوز ذلك الى الصفات البدنية و الحركية و المهارات الحركية لدى الطلبة ،الا أن الملاحظ على هذه المادة تبين لنا أنها قادرة على تحقيق ذلك أو أن نسبة تحقيق هذه الاهداف تكون محددة وأن من العوامل الاساسية التي تؤثر في عدم تحقيق هذه الاهداف ربما تعود الى أن الاسلوب الامري المستخدم في الوقت الحاضر دون اللجوء الى استخدام أساليب تدريسية أخرى العملية التعليمية ففي السنوات الاخيرة ظهرت أساليب أخرى منها الاسلوب التعاوني فقد حضي باهتمام العديد من الباحثين ،ويذكر (slaven) أن الطلبة في الاسلوب التعاوني يؤدون أدوارا متميزة لا تجدها في الاسلوب الامري ،فهم يسلكون سلوكا تعاونيا إذ يساعد بعضهم ولهم أسس حافزية وتركيب متميز لمهام التعاون (slaven .1983.435) ولغرض تحقيق وقت أكثر في وقت التعلم الاكاديمي ولمشاركة الطلاب فعليا في إدارة الدرس فقد برز الاسلوب التبادلي و الذي يعطي الطالب دورا رئيسيا في العملية التعليمية في هذا الاسلوب ويقوم الطلاب بشرح المهارات لبعضهم البعض وكذلك بتصحيح الاخطاء في مرحلة تطبيق الدرس ،فأحد الطلاب يقوم بأداء المهارات وهو الطالب المؤدي بينما يقوم الاخر بالملاحظة و الاشراف عليه ويصحح له الاخطاء إذ حدث ذلك ،وهو ما نسميه بالطالب الملاحظ كما أهد جميع الخبراء و المختصين في العملية التدريسية الى ضرورة مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين وهذا لا يتحقق من خلال الاسلوب التعاوني و التبادلي بل من أساليب أخرى ،و بخاصة الاسلوب الفردي (black etal .1976.25) وعليه فقد أكدت الكثير من البحوث النفسية و التربوية على أهمية مراعاة الفروق الفردية في التعلم و التدريس ،كما ازداد الاهتمام مؤخرا بالتعليم المفرد (غزوي ويدر ،1988،147) إذ يرى البعض أن التربية الحديثة تعني بتقديم خبرات تربوية تمكن المتعلم من تنمية إمكانياته و استعداداته ،لذلك فإن على المدرسة أن تقدم للمتعلمين الانشطة التي تتحدى قدراتهم و استعداداتهم ،وعليه فإننا ينبغي أن يركز على تعلم الافراد مستقلين ما أمكن ما ينبغي أن يكون التعلم شخصيا أيضا و يندرج الاهتمام بالمتعلمين أفرادا تحت إسم التعلم الفردي أو أفراد التعلم (سلامة ،25،1995) وفي ضوء ما تقدم تكمن أهمية البحث :

1-من خلال تدريس لدرس التربية البدنية و الرياضية وجد أن الاسلوب المستخدم في التدريس هو الاسلوب الامري دون اللجوء الى الاساليب التدريسية الاخرى .

2-قلة الدراسات في البيئة العربية و في الجزائر خاصة التي تناولت الاساليب الحديثة و خاصة الاسلوب الفردي في تدريس حصة التربية البدنية و الرياضية .

3-تعد هذه الدراسة محاولة جديدة في التعرف على أثر استخدام أساليب تدريسية تستخدم في درس التربية البدنية و في المرحلة الجامعية و المقارنة بينهما .

مشكلة البحث :

ترتبط أساليب التدريس ارتباطا وثيقا بأهداف و محتوى المنهج الذي يراد تدريسه فأسلوب التدريس المختار يجب أن يكون متناسقا مع الاهداف الموضوعية ،سواء كانت هذه الاهداف بعيدة أو قصيرة المدى ،وتختلف كذلك تبعا للمحتوى الذي يراد تدريسه ، فالمواد النظرية في مجال التربية البدنية و الرياضية تحتاج الى أساليب تدريسية تختلف عن المواد العملية ،الا أن هناك بعض الصفات و الاجراءات التي يجب ان تتوفر في أي أسلوب لكي يوصف بأنه الاسلوب الجيد و أن أفضل أسلوب تدريس هو الذي يحقق الاهداف المحددة ،ولكي يكون المتعلم الدور الفعال و النشط يستدعي ذلك ضرورة التنوع في أساليب التدريس و الابتعاد عن الاسلوب الامري الذي يجعل من التلميذ متلقيا ،وتكون جميع قرارات الدرس على عاتق المدرس ،لهذا لا بد من انتقال الأنشطة التعليمية التي تتمحور حول المدرس ،الى أنشطة تتمحور حول المتعلم نفسه وأن الاسلوب الامري هو الاسلوب المتبع في تدريس التربية البدنية و الرياضية و أن هناك إغفالا واضحا للأساليب التدريس الحديثة في تدريس مادة التربية البدنية التي تركز على دور المتعلم و مشاركته الفعالة في العملية التعليمية ،كذلك قلة الدراسات التي تناولت الاساليب التدريسية الحالية في مجال التربية البدنية و الرياضية عامة ،والذي دفع الباحث لإجراء مثل هذا البحث ومما سبق فإن مشكلة البحث تبرز في التعرف على أثر استخدام بعض أساليب التدريس الفردي و التبادلي و التعاوني في تنمية بعض الصفات البدنية و الحركية لدرس التربية البدنية و الرياضية .

هدفا البحث : يهدف البحث الى التعرف الى :

-أثر استخدام بعض أساليب التدريس في تنمية بعض الصفات البدنية و الحركية لدرس التربية البدنية و الرياضية .

-دلالة الفروق بين أساليب التدريس المختلفة للاختبار البعدي في تنمية الصفات البدنية و الحركية لدرس التربية البدنية و الرياضية .

فرضيات البحث :

-وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي و البعدي لبعض أساليب التدريس في تنمية بعض الصفات البدنية و الحركية لدرس التربية البدنية و الرياضية ولمصلحة الاختبار البعدي .

- وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبار البعدي بين أساليب التدريس المختلفة في تنمية بعض الصفات البدنية و الحركية لدرس التربية البدنية و الرياضية

مجالات البحث :

المجال البشري : طلاب السنة أولى ليسانس معهد التربية البدنية و الرياضية بجامعة وهران

المجال الزمني: من 2015/3/3 ولغاية 2015/5/7.

المجال المكاني: القاعة الرياضية بجامعة وهران بمعهد التربية البدنية و الرياضية .

2-1 الإطار النظري :

2-1-1-1-2-1 أسلوب التعلم الفردي (خطة كيلر):

ظهر هذا الأسلوب لأول مرة عام 1962 على يد كيلر وزملاءه من علماء النفس البرازيليين و الأمريكيين و تم تجربتها في مادة علم النفس في جامعة كولومبيا البرازيلية أول مرة ، وبعد خمس سنوات من التجريب كتب كيلر مقال شرح فيه تفصيلات الخطة و مكوناتها وخصائصها وبعدها توالى البحوث و الدراسات من حيث فاعليتها و أثرها في التحصيل وقياس اتجاهات المتعلم نحوها (الخطيب، 223، 1993).

ويقوم خطة كيلر على أساسين افتراضيين هما :

1- أن هناك تباينا في سرعة التعلم بين المتعلمين تبعا لقدراتهم و خصائصهم و مهاراتهم .

2- أن التعلم يتطلب تقويما مستمر لتوجيه عملية التعلم و التعليم .

2-1-1-2-2 أسلوب التبادلي: هو أسلوب قدمه لأول مرة (موستن 1981) إذ أعطى دورا رئيسيا في

العملية التعليمية بعد أن كان دوره في الأسلوب الامري سلبيا يقتصر على التلقي ، ففي الأسلوب التبادلي ينحصر دور المدرس بشرح المهارات الواجب تعلمها مع إعطاء نموذج عنها ثم إرسالها للمتعلمين للتأكد فيما كان لديهم غموض أو استيضاح عن أية نقطة ليعيد شرحها و توضيحها وبعد أن يطمئن الى أن توجيهاته و توضيحاته قد استوعبها المتعلمون فإنه يزورهم بورقة عمل (ورقة الفعاليات) تتضمن جميع المعلومات و المهمات التي سيؤديها المتعلم و كيفية عملها في أثناء التدريس إذ ان من الصعب على أي مدرس ان يلاحظ بمفرده الاداء المباشر كله في وقت واحد (معوض، 77، 1986) .

وعلى هذا فإن كل متعلم يختار زميلا له يقوم بالملاحظة و الاشراف على أداء زميله كما هو موجود في بطاقة المعايير متقابلين مع بعضهما على شكل صفتين ، يكون أفراد المجموعة الاولى مرة ملاحظين لأداء زملائهم المؤدبين المهارة المطلوبة فإنه يقوم بأخذ دور زميله فيصبح ملاحظا وهكذا نرى ان كل فرد ضمن هذا الأسلوب يقوم باتخاذ عدد من القرارات على وفق طبيعة الدور المناط به ، فضلا عن ذلك فإن إشراك الطالب في عملية التعلم تساعد على معرفة كيفية تصحيح أخطائه و أخطاء الآخرين و يمنحه له فرصة التفاعل مع الآخرين فيعلمهم و يتعلم منهم ، وحينما يشارك المدرس ضمن الدور المحدد له في هذا الأسلوب مع اثنين من الطلاب فإنه يؤدي الى تكوين علاقة ثلاثية هي :المدرس -الطالب الملاحظ -الطالب المؤدي.

2-1-3-الاسلوب التبادلي: يعني ترتيب الطلاب في مجموعات وتكليفهم بعمل او نشاط يقومون به مجتمعين و متعاونين ،ويخفف التعلم التعاوني من مسؤولية المدرس في إدارة الصف ،إذ يتعامل مع المجموعات الصغيرة التي تكون الصف بدلا من تعامله مع كل فرد على حدة ،فضلا عن مساعدته في التعامل مع عدد أكبر من الطلبة و يتيح له تشخيص الصعوبات لدى الطلاب ،كما أنه يزيد في الابداع و المشاركة الفعالة لدى الطلاب و يقلل من القلق عندهم ويؤدي الى تنمية مهارات القيادة و العمل الجماعي .

2-1-4-الاسلوب الامري: هو الاسلوب في مجموعة الاساليب الذي يتميز بقيام المدرس باتخاذ جميع القرارات في بنية هذا الاسلوب و تركيبه ومن ثم فإن دور المدرس هو اتخاذ جميع القرارات في مرحلة ما قبل الدرس ومرحلة الدرس الذي نقصد بها الاداء و كذلك مرحلة ما بعد الدرس وهي التقويم ومن الناحية الاخرى فإن دور الطالب يكون في القيام بعملية الاداء و الالتزام بتعليمات المعلم .

2-2 الدراسات السابقة :

2-2-1-دراسة كامل (1986): تحت عنوان "تأثير ثلاثة أساليب التدريس على مستوى الاداء الحركي" هدفت الدراسة للتعرف على مدى تأثير ثلاثة اساليب تدريسية (الامري و التدريبي و التبادلي في تعلم مهارات الوقوف على اليدين في الجمباز لدى طلاب المرحلة الاعدادية ،وتوصلت الدراسة الى أن الاساليب الثلاثة لها أثر إيجابي في تعلم المهارة تفوق الاسلوب التبادلي على الاسلوب الامري و التدريبي في تعلم مهارة الوقوف على اليدين في الجمباز .

2-2-2-دراسة صالح (2000): "تأثير أربعة أساليب للتدريس على إكتساب مهارات مختارة لكرة السلة" هدفت الدراسة الى إختيار أربعة من أساليب التدريس التربوية الرياضية (أسلوب الامري و الواجبات الحركية و أسلوب التبادلي و اسلوب المجاميع الصغيرة) في تدريس بعض المهارات الاساسية لكرة السلة و للتعرف على مستوى تأثير كل هذه الاساليب في تعلم مهارة التمرير والاستلام و المحاورة و التصويب من الثبات و التصويبية السلمية كذلك تحديد الاسلوب التدريسي الافضل لتدريس بعض المهارات الاساسية لكرة السلة ،تضمنت العينة تلاميذ الصف الاول (بنين) بالمرحلة الاعدادية و قد توصل الباحث الى أن الاساليب التدريسية الاربعة قيد البحث أثبتت صحتها بصفة عامة .

3-1-منهج البحث :استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة مشكلة البحث .

3-2-مجتمع البحث و عينته: تكون مجتمع البحث من طلاب السنة أولى ليسانس جامعة و هران معهد التربية البدنية و الرياضية و البالغ عددهم 195 طالب و طالبة موزعين على 8 أفواج أما عينة البحث فقد تكونت من 145 طالب و طالبة يمثلون 8 أفواج دراسية ثم إختيارهم عشوائيا بطريقة القرعة و تم دمج كل فوجين لتكون مجموعة ينفذ عليها أحد أساليب التدريس المستخدمة في البحث واستبعد الباحث عددا من طلاب وذلك

لعدم تجانسهم مع بقية أفراد العينة و الطلاب الذين يمارسون ويمثلون النوادي و البالغ عددهم 65 وبذلك تكونت عينة البحث 80 طالب وقد مثلت عينة البحث 43,243% من مجتمع البحث ثم توزيعهم الى أربع مجاميع عشوائية وكل مجموعة تضم 20 طالبا ثم وزعت أساليب التدريس بصورة عشوائية أيضا على مجاميع البحث، و تم استخدام التصميم التجريبي ذو تصميم المجموعات المتكافئة العشوائية الاختبار ذات الملاحظة القبليّة و البعديّة .

3-3 تحديد عناصر اللياقة البدنية و الحركية المؤثرة في تعلم المهارات الاساسية واختباراتها

بعد الاطلاع على محتويات المصادر المختلفة في هذا المجال اسفر على تحديد الصفات البدنية و اختباراتها من خلال القيام بوضعها في صورة استبيان (الملحق 2) وتم عرضها على عدد من المختصين (ملحق 1) في مجال التربية البدنية و الرياضية بهدف اختبار الصفات البدنية و الحركية و اختباراتها المناسبة وبعد جمع إجابات السادة الخبراء، ثم حذف قسم من هذه العناصر و حددت نسبة اتفاق المختصين اكثر من 75% من اراء المختصين والعناصر هي :

- القوة الانفجارية للأطراف السفلى : ثم قياسها باختبار الوثب الطويل من الثبات .
- السرعة الانتقالية : ثم قياسها باختبار ركض 30م.
- التوافق : ثم قياسها باختبار الدوائر المرقمة .
- الرشاقة : و تم قياسها باختبار الجري المتعرج .
- المطاولة الجهازين الدوري و التنفسي : ثم قياسها باختبار ركض أو مشي 600 ياردة .

3-4 تكافؤ مجاميع البحث :

3-4-1 التكافؤ في متغيرات العمر و الطول و الوزن :

ثم تكافؤ أفراد عينة البحث بمتغيرات السن و الطول و الوزن و الجدول (1) يوضح ذلك

الجدول(1)

يوضح تحليل التباين في متغيرات السن و الطول و الوزن لمجموعات البحث الاربع

| المتغيرات | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجات الحرية | متوسط المربعات | قيمة ف المحسوبة |
|------------|----------------|----------------|--------------|----------------|-----------------|
| السن | بين المجموعات | 3'637 | 3 | 1'212 | 0'668 |
| | داخل المجموعات | '850 137 | 76 | 1'814 | |
| | المجموع | '487 141 | 79 | | |
| الطول (سم) | بين المجموعات | 66'7 | 3 | 22'233 | 0'510 |
| | داخل المجموعات | '10 3310 | 76 | 43'554 | |
| | المجموع | 33'768 | 79 | | |
| الوزن (كغ) | بين المجموعات | 62'650 | 3 | 20'883 | 0'662 |
| | داخل المجموعات | 23'92 | 76 | 31'538 | |
| | المجموع | '550 2459 | 79 | | |

قيمة (ف) الجدولية عند $\alpha=0'05$ و امام درجة حرية (3-76)

يتضح من الجدول (1) وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعات الاربع في كل من السن و الوزن و الطول وهذا يشير الى تكافؤ مجموعات البحث في تلك المتغيرات

3-4-2-التكافؤ في بعض عناصر اللياقة البدنية و الحركية :ثم تكافؤ عينة البحث باختبارات

عناصر اللياقة و الجدول (2) يوضح ذلك

الجدول (2)

تحليل التباين بين مجموعات البحث الاربعة في اختبارات عناصر اللياقة البدنية و الحركية

| المتغيرات | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجات الحرية | متوسط المربعات | قيمة المحسوبة | ف |
|---------------------------------|----------------|----------------|--------------|----------------|---------------|---|
| القوة الانفجارية للأطراف السفلى | بين المجموعات | 39'500 | 3 | 13'127 | 1'615 | |
| | داخل المجموعات | 62'300 | 76 | 8'175 | | |
| | المجموع | 660'800 | 79 | | | |
| السرعة الانتقالية (ثا) | بين المجموعات | 0'568 | 3 | 0'189 | 1'766 | |
| | داخل المجموعات | 8'107 | 76 | 0'107 | | |
| | المجموع | 8'675 | 79 | | | |
| التوافق | بين المجموعات | 24'870 | 3 | 8'290 | 0'812 | |
| | داخل المجموعات | 775'237 | 76 | 10'205 | | |
| | المجموع | 800'508 | 79 | | | |
| الرشاقة (ثا) | بين المجموعات | 270'050 | 3 | 90'017 | 0'812 | |
| | داخل المجموعات | 835'700 | 76 | 10'996 | | |
| | المجموع | 862'750 | 79 | | | |
| مطاولة | بين المجموعات | 0'617 | 3 | 0'206 | 1'286 | |
| | داخل المجموعات | 12'160 | 76 | 0'160 | | |
| | المجموع | 12'777 | 79 | | | |

قيمة (ف) الجدولية عند $\alpha=0'05$ وامام درجة الحرية (3-76)

يتضح من الجدول (2) عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعات البحث الاربعة مما يشير الى تكافؤ مجموعات البحث في اختبارات بعض عناصر اللياقة البدنية و الحركية قيد البحث

3-5- التجربة الرئيسية البحث :

تضمنت البرامج التعليمية (الاسلوب الفردي و التبادلي و التعاوني و الامري) في تدريس المهارات الحركية لدرس التربية البدنية و الرياضية وتضمنت البرامج التعليمية على أربعين وحدة تعليمية لكل مجموعة 10 وحدات تعليمية وزمن الوحدة 90د و لكافة مجاميع البحث .

المجموعة (1) الاسلوب الفردي لخطة كيلر :

يظهر في إعداد البرنامج التعليمي جهدا يقع على عاتق المدرس إذ ثم إعداد وتخطيط الوحدات التعليمية بأسلوب حطة كيلر تهدف تعليم بعض المهارات الاساسية في درس التربية البدنية و الرياضية إذ يقوم المدرس بإعداد دليل مطبوع يساعد المتعلم في وضوح أهداف الوحدة التعليمية وكيفية السير في الوحدات وتنفيذ الانشطة و التمرينات التطبيقية لمهارات اللعبة وكيفية تنفيذ الاختبارات الذاتية بين واجب حركي واخر ، وكذلك كيفية التقدم لإختبار في نهاية الوحدة ومعيار الاتقان المعتمد لتلك الوحدة ،وتوفر لكل طالب دليلا موضحا في الاداء الفني الصحيح للمهارة المطلوب تعلمها، ويقوم المدرس بشرح و تطبيق المهارة تم يتم توزيع دليل الوحدة التعليمية المعد من قن بله ويتم الاتصال بين المدرس و الطالب من خلال النص المكتوب الذي يتضمن فيه التمارين التطبيقية للمهارة الحركية و التي ثم إعدادها بشكل مناسب يتناسب وقدرات المتعلمين مما يساعد المتعلمين من إختيار معيار الاتقان المعتمد في كل وحدة تعليمية ،أما المراقبون فهم يختارون من الطلبة المتفوقين في الصف ،و الذي أنهو واجباتهم الحركية بسرعة وإتقان وهؤلاء يقدمون لزملائهم المساعدة عند مواجهتهم أية صعوبات تتعلق بالمهارة الحركية ،ويتصف المراقب بإلمامه الجيد في المهارات الاساسية بكرة القدم ويكون متعاوننا مع زملائه ولا يشهر بهم و يطبق الطالب التمرين الاستعانة بخبراته أثناء تطبيق التمارين و الاستفادة من التغذية الراجعة الداخلية و الخارجية من قبل المراقب و المدرس عند الضرورة ويشجع الطلاب على الاعتماد فرديا ي اكتساب الخبرات.

المجموعة (2) الاسلوب التبادلي :طبقت هذه المجموعة البرنامج التعليمي المقترح باستخدام أسلوب

التدريس التبادلي حيث يتم تقسيم الطلاب الى مجموعتين إذ تضم المجموعة الفرعية الاولى الطلاب الملاحظين للأداء ،في حيث تضم المجموعة الفرعية الثانية الطلاب العاملين ،ودور الطالب هو إنجاز العمل واتخاذ القرارات الممنوحة ،أما دور الطالب الملاحظ فهو إعطاء التغذية الراجعة الى الطالب العامل بشكل بيانات وتوزع على الطلاب قبل البدء بالوحدة التعليمية وتأكيد من المعلم يتم شرحها بصورة مختصرة في الجزء التعليمي من الوحدة و العلاقة المتبادلة بين الطالبين تستمر حتى ينتهي الطالب الاول من عمله ،وبعد ذلك يستبدل الدور حيث يصبح الطالب العامل ملاحظا و الطالب الملاحظ عاملا ويتم التبادل بين عمل المجموعتين بعد الانتهاء من كل تمرين وإذ ما احتاج الطالب العامل الى إيضاح فإنه يطلبه من الطالب الملاحظ فضلا عن ذلك فإن

دور الطالب الملاحظ مراقبة انجاز الطالب العامل و مقارنة انجازه بورقة العمل التي تحتوي على وصف دقيق لمهام كل من الطالب المؤدي و الطالب الملاحظ و ما سيقومان به أثناء الدرس ومن تم الحكم على إنجازه وإعلام الطالب العامل بإنجازه بعد الانتهاء من الواجب الحركي نأما واجبات المدرس الرئيسية فهو يتخذ جميع القرارات المناسبة بشأن ما تحتويه مادة الدرس في أنشطة و تمارين مهارية متدرجة يفيد فيها العمل مع الزميل كذلك يراقب أسلوب متابعة وتقويم الزميل لزميله، فضلا عن قيامه بشرح الواجب الحركي و النقاط المهمة التي يجب ملاحظتها للطالب الملاحظ عند أداء زميله ويشرف على تقسيم الطلاب عشوائيا قبل البدء بالدرس ويحدد تناوب العمل بين الطالبين وتحديد الزمن المطلوب تنفيذه في كل تمرين و المرور على الطلاب لتصحيح المهام الوظيفية و تشجيع المجتهدين ويتم إعطاء التوجيهات و التصحيحات للطالب الملاحظ، فعندما يخطئ الطالب المؤدي فإنه يطلب من الطالب الملاحظ أن يصحح خطأ زميله المؤدي ويبقى الى جانبه الى أن يتأكد من أن المؤدي قد اتقن المهارة بصورة صحيحة وخلاف ذلك يمكنه إيقاف ممارسة التمارين عند سوء فهم الكثير ويقوم بإيقاف الممارسة أيضا عند انتهاء الزمن المخصص للتمرين .

المجموعة الثالثة (الاسلوب التعاوني) : طبقت هذه المجموعة البرنامج التعليمي المقترح باستخدام أسلوب التدريس التعاوني باستخدام طريقة (جكسو1) إذ تم تقسيم الطلاب الى أربع مجاميع وكل مجموعة تضم 5 طلاب غير متجانسين في التحصيل البدني و المهاري ويكون هذا التقسيم في بداية تطبيق البرنامج التعليمي ويتم تحديد دور لكل طالب في المجموعة الواحدة، على أن يتبادل طلاب المجموعة الواحدة تلك الادوار من درس لآخر ويعين لكل مجموعة قائدا تكون مسؤوليته في توجيه الطلاب لانجاز واجباتهم وهو الذي يسيطر على تنفيذ المهارات التعاونية مثل التعاون واحترام الاخرين وضبط النفس وادارة العمل والاداء بين افراد مجموعته ، بينما المستوضح فتكون مسؤوليته حول توضيح المهارة وتقوم باداء نموذج لها امام مجموعته، اما م مقرر المجموعة فمسؤوليته تسجيل ما يدور من ملاحظات ومناقشات، اما المراقب فيحدد صحة او خطأ الاداء للواجب الحركي المطلوب، ويتأكد من تقدم مجموعته نحو تحقيق الواجب الحركي، بينما المقيم فهو الذي يستحسن ما سجله زميله من نواحي القوة والضعف للمجموعة، وتستبدل هذه المهمات في كل وحدة تعليمية، وعند مواجهة اي صعوبة يمكنهم الرجوع الى مدرس المادة للاستفسار وحل المشاكل من خلال مروره بالمجاميع التعاونية، وفضلا عن متابعته للمشاركة الايجابية بين طلاب المجموعة الواحدة وقبل الانتهاء يتم تقويم المجاميع التعاونية من خلال تقييم العمل باختيار احد الطلاب وطلب اداء المهارة الحركية المطلوب تعلمها في تلك الوحدة التعليمية، فاذا استطاع تنفيذها حصلت مجموعته درجة تدون في جدول يقوم المدرس بوضعه امام الطلاب، ويستمر العمل هكذا مع المجاميع الاخرى والمجموعة الفائزة هي التي تحصل على درجة عالية ويتم تعزيزها.

المجموعة الرابعة (الاسلوب الامري): يتخذ المدرس جميع القرارات في بنية هذا الاسلوب والمتعلقة بالتخطيط والتنفيذ والتقويم، ودور الطالب هو ان يؤدي ويتابع ويطيع الاوامر وتنفيذ ما يطلب منه، وان اساس هذا الاسلوب هو العلاقة المباشرة بين تنبيهات المدرس واستجابة الطالب، فإشارة الامر من المدرس تسبق كل حركة من

الطالب والتي تؤدي حسب النموذج المقدم، وبذلك يتخذ المدرس جميع القرارات عن المكان والاضاع الحركية، والوقت والبدء والتوقيت والايقاع ووقت انتهاء المدة المخصصة للحركة والراحة، اذ يقوم المدرس بشرح المهارة الحركية وتنفيذ نموذج للمهارة من قبله، ومن ثمت الاستعانة بنموذج من الطلاب كي ينفذ الحركة، ثم يتم بعدها توزيع الطلاب عشوائيا الى اربعة مجاميع للبدء بتنفيذ التمارين التطبيقية للمهارة، ولا يحق للطلاب الاستعانة بزميله بخصوص مراقبة أدائه وتقديم التغذية الراجعة الا من قبل المدرس فقط، فهذا فإن المدرس هو الذي يشرف على عملية التقويم وتصحيح الاخطاء التي يراها عند مروره بين الطلاب الصف ولا يحق للطلاب اتخاذ أي قرار حول بدء التمرين أو التوقف أو الانتهاء منه و الانتقال الى تمرين اخر وإن أغلب قرارات المدرس لا تناقش فضلا عن ذلك فإن الجانب الابداعي للطلاب يقرره المدرس ولا علاقة للطلاب به ولا تؤخذ الفروق الفردية في القدرات عند الطلاب بعين الاعتبار .

3-6 الاختبارات البعدية: طبقت الاختبارات البعدية و التي تضمنت نفس الاختبارات القبالية على طلاب مجموعات البحث الرابع لبعض الصفات البدنية المختارة قيد البحث وتحت نفس الظروف التي جرت فيها الاختبارات وتمت بتاريخ 2015/05/13-9

3-7- الوسائل الاحصائية :

الوسط الحسابي و الانحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط، معامل ارتباط الرتب (سبيرمان) إختبار (ت) لوسطين حسابيين مرتبطين وتحليل التباين باتجاه واحد واختبار دنكن.

4- عرض النتائج وتحليلها و مناقشتها :

4-1- عرض و تحليل نتائج أثر استخدام الاساليب التدريسية المختلفة تطوير بعض العناصر اللياقة البدنية و الحركية ولمجموعات البحث الرابع و مناقشتها: يبين الجدول (2) ما يأتي :

1- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات درجات الاختبارين القبلي و البعدي في جميع عناصر اللياقة البدنية و الحركية لدى المجموعة الاولى و التي استخدمت الاسلوب الفردي في عملية التدريس إذ بلغت قيم (ت) المحسوبة لعناصر اللياقة البدنية و الحركية ما بين (2'817-2'871) و هي أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية 19 ونسبة خطأ 0'05 البالغة 2'09 و لمصلحة الاختبار البعدي ويعزى ذلك الى فاعلية الاسلوب المستخدم من حيث الاستثمار الامثل للوقت الفعلي المخصص في تنفيذ الواجب الحركي و الذي يؤدي الى زيادة الممارسة الفعلية عن طريق الاعداء والتكرار للتمرين الواحد لكل طالب، الامر الذي أدى الى زيادة الحركة و النشاط و تطوير أكثر عناصر اللياقة البدنية و الحركية ويؤكد (الامام) على أن استغلال

وقت الدرس في زيادة الاداء الحركي سيكسب المتعلمين تطورا في العديد من الصفات البدنية (الامام، 2001، 71).

وكما يؤكد (كامل و الهاشمي) إذ أن زيادة الوقت الفعلي للأداء المهاري سوف يؤدي الى زيادة في القدرات البدنية (كامل و الهاشمي ،17، 1987)

2- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات درجات الاختبارين القبلي و البعدي في عناصر اللياقة البدنية و الحركية (القوة الانفجارية ،السرعة الانتقالية ،التوافق) لدى المجموعة الثانية التي استخدمت الاسلوب التبادلي في التدريس ،إذ بلغت قيم (ت) المحسوبة لعناصر اللياقة البدنية و الحركية على التوالي (2'615، 2'291، 3'168) و هي أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية 19 و $\alpha=0'05$ البالغة 2'09 ولمصلحة الاختبار البعدي ويعزى ذلك الى وجود الطالب الملاحظ في الاسلوب التبادلي مما أدى الى أداء الواجب الحركي بصورة صحيحة و مؤثرة ،كما أن عملية تلقي الاوامر التوجيهات كان لها أثر في تحفيز الطالب (المؤدي) الى تنفيذ الواجبات بصورة دقيقة مما أبرز في هذا الاسلوب ميزة هي التفاعل و الثقة و الاطمئنان الذي حصل بين الطالب الملاحظ و المؤدي ،إذ يشعر كل منهما أنه يؤدي دور المدرس فيشعران بالمسؤولية ويتحسمان لأدائهما بشكل صحيح و كامل ويؤكد (السامرائي) أن من أبرز مميزات هذا الاسلوب التبادلي هو صلاحيته و إمكانية استخدامه مع الطلبة الذي يرمون العمل في مهنة التدريس أو التدريب لاسيما في المرحلة الجامعية أو في المؤسسات إعداد المعلمين (السامري، 91، 1991).

بينما لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات درجات الاختبارين القبلي و البعدي لعنصري (الرشاقة و المطاولة العامة) إذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة (1'916، 1'994) و هما أصغر من قيمة ت الجدولية فيعزو الباحث سبب ذلك الى أن الصفتين تحتاجان الى الممارسة المكثفة سبب وجود الطالب الملاحظ الذي يقوم بدور المدرس من حيث تقديم التغذية الراجعة الى الطالب المؤدي من جهة على وفق ما لديه من تعليمات و توجيهات ومن جهة أخرى صلة الوصل بين الطالب المؤدي و المدرس و الذي يحسم المشكلات ويعطي القرارات الحاسمة و ربما تحتاج هاتان الصفتان الى عدد وحدات تعليمية اكبر مما هو عليه في البرنامج المقترح .

3- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات درجات الاختبارين القبلي و البعدي في عناصر اللياقة البدنية و الحركية لدى المجموعة الثالثة و التي استخدمت الاسلوب التعاوني في التدريس ،إذ بلغت قيم ت المحسوبة لعناصر اللياقة البدنية (القوة الانفجارية و السرعة الانتقالية ،التوافق) على التوالي (2'615، 2'803، 2'710) وهي أكبر من قيمة ت الجدولية عند درجة حرية 19 و $\alpha=0'05$ البالغة 2'09 ولمصلحة الاختبار البعدي ويعزى ذلك الى أن المجموعة التعاونية قد أدى طلابها حماسا و مشاركة فعلية في تنفيذ التمرينات البدنية و المهارية الخاصة بالوحدات التعليمية فضلا عن المبادرة وتحمل المسؤولية من الجميع كل في مجموعته في أثناء تنفيذ أحدهم الواجب الحركي ،ويذكر (manning) بأن استخدام الاسلوب التعاوني يعمل

على المشاركة الفعالة بين الطلاب وبيبين تعاوننا بناءا يتم من خلاله الافادة من قدرات طلاب المجموعة الواحدة بحيث يؤدي اندماج هذه القدرات في محصلة واحدة تتحد معا ليفيد منها أفراد المجموعة الواحدة ويحس أنهم مسؤولون عن إنجاز كل فرد وعن تحقيق هدف جماعي (Manning, 1991, 125).

بينما لا توجد فروق ذات دلالة معنوية في متوسطات درجات الاختبارين القبلي و البعدي لعنصري الرشاقة و المطاولة العامة إذ بلغت قيمتي ت المحسوبة (1961، 1597) وهم أصغر من قيمة ت الجدولية فيعزى عدم ظهور فروق معنوية الى أن الفروق الفردية في المجموعة الواحدة وجود الطلاب الضعفاء في كل مجموعة ربما قد أثر في أداء الواجبات الحركية و تنفيذها بصورة جيدة .

4- وجود فروق ذات دلالة معنوية في متوسط درجات الاختبارين القبلي و البعدي لعنصر السرعة الانتقالية و لمصلحة الاختبار البعدي ويعزى ذلك الى التمارين البدنية العامة و الخاصة التي نفذت في الجزء الاعداي من الدرس مضافا اليها تنفيذ التمارين المهارية في الجزء التطبيقي أدت ربما الى هذا التطور ويذكر (محبوب) أن التمارين أهمية كبرى في الاعداد البدني العام و الخاص و اعداد المهارية إن كانت للمبتدئين أو للمستويات العليا بما يتميز به من خصائص لتهيئة الرياضيين بدنيا و مهاريا و نفسيا وبما يتناسب مع ذلك النشاط (محبوب، 2000، 167).

بينما لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات درجات الاختبارين القبلي و البعدي في عناصر اللياقة البدنية و الحركية لدى المجموعة الرابعة و التي استخدمت الاسلوب الامري في التدريس، إذ بلغت قيم ت المحسوبة لعناصر اللياقة البدنية (القوة الانفجارية، التوافق، الرشاقة، المطاولة) على التوالي (1707، 1489، 1107، 1405) هي أصغر من قيمة ت الجدولية عند درجة حرية 19 و $\alpha=0.05$ البالغة 209 ويعزى ذلك الى ربما يعود أن الاسلوب الامري يختلف عن باقي الاساليب في تنفيذ قرارات الدرس إذ أ، المدرس يتخذ جميع القرارات من حيث التخطيط و التنفيذ و التقويم، بينما دور الطالب هو أن يؤدي و يتابع و يطيع كل ما يلقي عليه من أوامر و تعليمات صادرة من المدرس وأن هذا الاسلوب يقيد المشاركة الفعلية وعدم الاعتماد على قدرات المتعلمين البدنية و المهارية، مما يولد الملل و الضجر لدى المتعلمين وعدم تفاعلهم النشيط و الفعال نحو المشاركة الفعلية في تنفيذ الواجب الحركي، ويؤكد (كامل) أن النقد الذي يمكن أن يوجه للأسلوب الامري في التدريس هو عدم إتاحة الفرصة الكافية للتطور البدني و الحركي في درس التربية الرياضية (كامل، 1993، 61). و الجدول (2) يوضح ذلك

الجدول (2)

يوضح المعالم الاحصائية للاختبارين القبلي و البعدي في تطوير بعض عناصر اللياقة البدنية و الحركية لمجموعات البحث الاربع وحسب الاساليب التدريسية المختلفة

| الاسلوب الامري | الاسلوب التعاوني | | | الاسلوب التبادلي | | | الاسلوب الفردي | | | الاختبار | القدرات البدنية و الحركية |
|----------------|------------------|-------|-------|------------------|-------|-------|----------------|-------|-------|----------|---|
| | س | ع | ت | س | ع | ت | س | ع | ت | | |
| | 1'99 | 0'220 | | 1'60 | 0'254 | | 1'65 | 1'174 | | قبلي | القوة الانفجارية للاطراف السفلى الطويل من الثبات (م) |
| | 1'56 | 0'242 | | 1'67 | 1'622 | | 1'85 | 1'546 | | بعدي | |
| | 5'13 | 0'461 | | 5'10 | 0'263 | | 4'50 | 0'371 | | قبلي | السرعة الانتقالية ركض 30م(ثا) |
| | 4'71 | 0'371 | | 4'51 | 0'274 | | 4'30 | 0'684 | | بعدي | |
| | 6'17 | 0'695 | 2'710 | 6'20 | 0'768 | 3'168 | 6'11 | 0'713 | 0'913 | قبلي | التوافق الدوائر المرقمة (ثا) |
| | 6'45 | 0'497 | | 5'55 | 0'664 | | 5'14 | 0'786 | | بعدي | |
| | 7'38 | 0'819 | | 7'30 | 0'896 | | 7'28 | 0'745 | | قبلي | الرشاقة الشواخص (ثا) |
| | 8'08 | 0'781 | | 79,7 | 0'899 | | 7'43 | 0'896 | | بعدي | |
| | 121'6 | 0'296 | | 118'8 | 1'349 | | 110'7 | 0'267 | | قبلي | المطاولة العامة ركض أو مشي 600 ياردة |
| | 142'7 | 0'313 | | 127'2 | 0'364 | | 116'4 | 0'349 | | بعدي | |

معنوي عند نسبة خطأ 0'05 وأمام درجة حرية 19 وعلمًا أن قيمة (ت) الجدولية = 2'09

2-4 عرض نتائج المقارنة بين أثر استخدام أساليب التدريس المختلفة في تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية و الحركية لمجموعات البحث الاربع في الاختبارات البعدية و مناقشتها :

الجدول (3)

تحليل التباين بين مجموعات البحث الاربع في اختبارات اللياقة البدنية البعدية المختارة

| الاختبارات | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | قيمة ف المحسوبة |
|---------------------------|----------------|----------------|-------------|----------------|-----------------|
| القوة الانفجارية (السفلى) | بين المجموعات | 18'377 | 3 | 6'129 | 7'768 |
| | داخل المجموعات | 59'485 | 76 | 0'7892 | |
| | المجموع | 77'873 | 79 | | |
| السرعة الانتقالية (ثا) | بين المجموعات | 1'568 | 3 | 0'522 | 4'376 |
| | داخل المجموعات | 9'107 | 76 | 0'119 | |
| | المجموع | 10'675 | 79 | | |
| التوافق (درجة) | بين المجموعات | 9'537 | 3 | 3'179 | 3'177 |
| | داخل المجموعات | 75'820 | 76 | 0'997 | |
| | المجموع | 85'358 | 79 | | |
| الرشاقة (ثا) | بين المجموعات | 8'418 | 3 | 2'473 | 3'072 |
| | داخل المجموعات | 61'160 | 76 | 0'805 | |
| | المجموع | 68'578 | 79 | | |
| المطاولة العامة (ثا) | بين المجموعات | 11'540 | 3 | 3'846 | 5'162 |
| | داخل المجموعات | 56'680 | 76 | 0'745 | |
| | المجموع | 68'220 | 79 | | |

معنوي عند نسبة خطأ 0'05 و امام درجة حرية 3-76 علما أن قيمة ف الجدولية = 2'670

يبين الجدول (3) أن قيمة (ف) المحسوبة لمعظم عناصر اللياقة البدنية و الحركية هي أكبر من قيمة (ف) المحسوبة لمعظم عناصر اللياقة البدنية و الحركية (3,76) و البالغة (2'670) ولغرض اختبار جميع الفروق

الممكنة بين متوسطات مجموعات و أساليب البحث لاختبارات عناصر اللياقة البدنية و الحركية و لتحديد أي أسلوب يختلف و يتفوق عن الاخر استخدام الباحثان اختبار (دنكن) لمعرفة هذه الفروق ،و الجدول(4-8) يوضحون ذلك:

الجدول (4)

اختبار دنكن لمقارنة متوسطات اختبار القوة الانفجارية للأطراف السفلى للأساليب التدريسية

| س | I.S.R | 1'856 م | 1'672 م | 1'569 م |
|---------------|-------|---------|---------|---------|
| ↓ | ↓ | تبادلي | تعاوني | أمري |
| 2'115م_فردى | 0'298 | 0'259 | 0'443 | 0'546 |
| 1'765م_تبادلي | 0'289 | - | 0'184 | 0'287 |
| 1'672م_تعاوني | 0'274 | - | - | 0'103 |
| 1'596م_أمري | - | - | -- | - |

معنوي عند نسبة خطأ 0'05

الجدول(5)

اختبار دنكن لمقارنة متوسطات السرعة الانتقالية للأساليب التدريسية المستخدمة

| س | I.S.R | 4'302 ثانية | 4'412 ثانية | 4'716 ثانية |
|--------------------|-------|-------------|-------------|-------------|
| ↓ | ↓ | تبادلي | تعاوني | أمري |
| 40'090ثانية_فردى | 0'115 | -0'212 | -0'422 | -0'626 |
| 40'302ثانية_تبادلي | 0'112 | - | -0'210 | -0'414 |
| 4'512ثانية_تعاوني | 0'106 | - | - | -0'204 |
| 4'716ثانية_أمري | - | - | -- | - |

معنوي عند نسبة خطأ 0'05

الجدول (6)

اختبار دنكن لمقارنة متوسطات اختبار التوافق حسب الاساليب التدريسية المستخدمة

| س | I.S.R | 5'139 ثانية تبادلي | 5'558 ثانية تعاوني | 6'45 ثانية أمري |
|--------------------|-------|-----------------------|-----------------------|--------------------|
| ↓ | ↓ | | | |
| 50'029 ثانية_فردى | 0'340 | -0'110 | -0'529 | -1'421 |
| 5'139 ثانية_تبادلي | 0'327 | - | -0'419 | -1'311 |
| 5'558 ثانية-تعاوني | 0'310 | - | - | -0'892 |
| 6'45 ثانية-أمري | - | - | -- | - |

معنوي عند نسبة خطأ 0'05

الجدول (7)

اختبار دنكن لمقارنة متوسطات اختبار الرشاقة حسب الاساليب التدريسية المستخدمة

| س | I.S.R | 7'345 ثانية تبادلي | 7'792 ثانية تعاوني | 8'083 ثانية أمري |
|--------------------|-------|-----------------------|-----------------------|---------------------|
| ↓ | ↓ | | | |
| 60'047 ثانية_فردى | 0'305 | -0'298 | -1'745 | -2'036 |
| 7'345 ثانية_تبادلي | 0'295 | - | -0'448 | -0'738 |
| 7'792 ثانية-تعاوني | 0'280 | - | - | -0'291 |
| 8'083 ثانية-أمري | - | - | -- | - |

معنوي عند نسبة خطأ 0'05

الجدول (8)

اختبار دنكن لمقارنة متوسطات اختبار المطاولة حسب الاساليب التدريسية المستخدمة

| س | I.S.R | 116'4 ثانية تبادلي | 127'2 ثانية تعاوني | 142'8 ثانية أمري |
|--------------------|-------|-----------------------|-----------------------|---------------------|
| ↓ | ↓ | | | |
| 103'8 ثانية_فردى | 17'52 | -12'6 | -23'4 | -39'00 |
| 116'4 ثانية_تبادلي | 16'98 | - | -10'8 | -26'4 |
| 127'2 ثانية-تعاوني | 16'8 | - | - | -15'6 |
| 142'8 ثانية-أمري | - | - | -- | - |

معنوي عند نسبة خطأ 0'05

يتضح من الجدول (4-8) المقارنة بين متوسطات نتائج اختبارات بعض الصفات البدنية و الحركية وحسب الاساليب المستخدمة في البحث و كما يأتي :

وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاسلوب الفردي و الاساليب الاخرى (التبادلي ،التعاوني ،الامري) ولمصلحة الاسلوب الفردي ،ويعزى سبب ذلك أن الاسلوب الفردي يعتمد على تنفيذ التمارين المهارية بصورة فردية وعلى ذات المتعلم ،كما يراعي الفروق الفردية بين المتعلمين وممارسة التمارين المهارية حسب قدرته المتعلم و سرعته الذاتية في تقدمه ،فضلا عن ذلك فإن مبدأ إتقان الوحدة التعليمية المحدد بمقياس أو محك جعل أفراد عينة الاسلوب الفردي يتفوقون على غيرهم في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم ويشجعهم على الممارسة ،كذلك فرصة عدم السماح للمتعلم بالانتقال من وحدة تعليمية الى وحدة تعليمية جديدة الا بعد اتقان المادة التعليمية لتلك الوحدة كما يشير (الحيلة) أن التعليم الفردي هو ذلك النمط من التعلم المخطط و المنظم و الموجه ذاتيا أو فرديا ،و الذي يمارس فيه المتعلم النشاطات التعليمية بمفرده ،وينتقل من نشاط الى اخر متجها نحو الاهداف التعليمية المقررة بحرية ،وبالمقدار و السرعة التي تناسبه مستعينا في ذلك بالتقويم الذاتي (الحيلة ،2001،219) .

بينما لم تظهر فروق ذات دلالة معنوية بين الاسلوبين الفردي و التبادلي في بعض عناصر اللياقة البدنية ويعزى ذلك الى أوجه التشابه في تنفيذ التمارين المهارية بصورة فردية من قبل المتعلم واعتماده على قدراته الذاتية في اتقان الواجب الحركي ولكثرة الممارسة واعتماد المتعلم على سرعته الذاتية في التعلم واستخدامه التغذية الراجعة الداخلية و مستعينا بورقة العمل لمقارنة أدائه ،بينما وجود ورقة الفعاليات لدى الطالب الملاحظ وتقديم نتيجة إنجاز عمل الطالب المؤدي مباشرة بعد كل أداء أدى الى ممارسة التمارين المهارية بصورة دقيقة ،الامر الذي أدى الى عدم ظهور فروقات بينهما تصل الى حد المعنوية في تنمية هذه الصفات البدنية لكلا الاسلوبين

5-الاستنتاجات و التوصيات :

5-1-الاستنتاجات :

في ضوء النتائج التي توصل اليها الباحث :

-اثبت فاعلية استخدام اسلوب الفردي في تطوير جميع عناصر اللياقة البدنية و الحركية .

-حقق اسلوب التبادلي تطورا في القوة الانفجارية لعضلات الاطراف السفلى و السرعة الانتقالية و التوافق ،

ماعدا عنصري الرشاقة و المطاولة في درس التربية البدنية و الرياضية

- حقق اسلوب التعاوني تطورا في القوة الانفجارية لعضلات الاطراف السفلى و السرعة الانتقالية و التوافق، ماعدا عنصري الرشاقة و المطاولة في درس التربية البدنية و الرياضية
- لم يحقق الاسلوب الامري تطورا في القوة الانفجارية لعضلات الاطراف السفلى و التوافق الرشاقة و المطاولة العامة ماعدا صفة السرعة .
- تفوق الاسلوب الفردي عند مقارنته بالأساليب (التبادلي و التعاوني و الامري) في تعلم بعض المهارات الاساسية للعبة كرة القدم .

5-2-التوصيات :

- استخدام الاسلوب الفردي في التدريس بوصفه أفضل الاساليب التدريسية المقترحة في تنمية بعض الصفات البدنية.
- اجراء دراسة تتناول استخدام أساليب تدريسية اخرى و لمراحل دراسية مختلفة مقارنة بالأسلوب الامري .

-المصادر :

- 1-التكريتي،وديع ياسين و العبيدي ،حسن محمد(1997):التطبيقات الاحصائية في بحوث التربية الرياضية ،دار الكتب للطباعة و النشر ،جامعة الموصل .
- 2-الخطيب ،جمال (1993) :تحليل تجريبي لأثر بعض عناصر خطة كيلر على تحصيل الطلبة في مسار جامعي ،مجلة اتحاد الجامعات العربية ،عدد 28.
- 3-السامرائي ،عباس أحمد ،و السامرائي ،عبد الكريم محمود (1991) :كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية الرياضية ،دار الحكمة ،البصرة .
- 4-سلامة ،حسن علي (1995) :طرق تدريس الرياضيات بين النظرية و التطبيق ،دار الفجر للنشر و التوزيع ،القاهرة .
- 5-عبد الحميد ،كمال حسانين ،محمد صبحي (1998) :أسس التدريب الرياضي لتنمية اللياقة البدنية في دروس التربية البدنية بمدارس البنين و البنات ،دار الفكر العربي ،القاهرة .
- 6-غزوي ،محمد زيان ،ويدر ،قاسم يعقوب(1988): التصميم النظامي للمجموعات التعليمية ،مجلة العلوم الاجتماعية ،عدد خاص .

7- كامل، زكية ابراهيم احمد (1993) :فاعلية استخدام أسلوب الاكتشاف الموجه في تدريس بعض مهارات الجمناز على التحصيل الحركي و المعرفي لتلميذات الصف الخامس ،المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية ،المجلد الاول (رؤيا مستقبلية للتربية البدنية و الرياضية في الوطن العربي) ،كلية التربية الرياضية بالهرم ،جامعة حلوان ،القاهرة .

8-محجوب ،وجيه (2000) :التعلم وجدولة التدريب ،المكتبة الوطنية ،بغداد.

9-معوض ،حسن سيد(1976) :طرق التدريس في التربية الرياضية ،الجهاز المركزي للكتب الجامعية و المدرسية و الوسائل التعليمية ،القاهرة .

10-Black.B.etal.1976 .One at a time all one :the creative teachers guide to individual instruction without anarchy .California Goo year publishing Company Inc .

11-Dkebukoklu.p.1986.the problem of large classrooms in science :An experiment in cooperative learning European Journal of Science Education ;8.

12-Manning ,L ,Lucking,R 1991 ,what and how cooperative learning ,The Social ,vol 82 ,No ,3.

13-Mosston ,Muska, Ana Ashorwort ,1981,Teaching Physical education ,forth Edition ,new York,micmillan college Publishing.

14-Slavin ,R 1983 ,When does cooperative learning increase student achievement ,Psychological ,vol4,No .3.