

تأثير برنامج تعليمى باستخدام طريقة دالتون المعدلة على الثقة الرياضية ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى سباق ١١٠ م حواجز لطلاب كلية التربية الرياضية

أ م د / نبيل محمد خطاب*

مشكلة البحث وأهميتها.

شهد العصر الحالى تقدماً علمياً كبيراً شمل جميع مجالات الحياة، وأصبح ما تحققه الدول من تقدم رياضى دليل على ما وصلت اليه من تقدم علمى. وعلى هذا فقد زاد الاهتمام بمجال التربية الرياضية فلم تعد مجال فرعياً بل فرعاً أساسياً، ووفرت الدول المتقدمة كل السبل والطرق لكى تحقق اهدافها وكان من الطبيعى التعرف على أفضل الطرق والأساليب التى يمكن استخدامها فى تنمية جوانب الطالب البدنية والمهارية والمعرفية والوجدانية فى أقل وقت وأيسر مجهود.

وركزت الإتجاهات الحديثة فى العملية التعليمية على ذاتية التعلم وقدرة المتعلم فى إكتساب الخبرة التى يوفرها الموقف التعليمى، والاستفادة من جميع المعطيات الموجودة فى البيئة التعليمية من (معلم وادوات واجهزة وزملاء) ليصبح المتعلم أكثر إيجابية وقدرة على تحقيق الأهداف التعليمية المطلوبة.

وقد ظهرت أساليب جديدة فى طرق التدريس تقوم على نشاط المتعلم فى المرتبة الأولى حيث يقوم المتعلم بتعليم نفسه بمساعدة المعلم، ومن هذه الطرق طريقة دالتون وهذه الطريقة طورتها (هيلين باركهورست) فى بلدة دالتون فى الولايات المتحدة، وتتخلص تقسيم المادة العلمية لتعينات متدرجة الصعوبة يتم إعطاء الطالب تعييناً معيناً يقوم به لفترة محددة يعينها المعلم ومبتدأً بالمستوى الذى يحدده الطالب.

* أستاذ مساعد بقسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة

يرى "سعيد خليل الشاهد" (١٩٩٧م) أن تحديد تكاليفات أو تعيينات محددة للمتعلم في تدريبات حركية دون تدخل من المعلم لها أثر كبير في عملية التعلم، وتكون هذه التدريبات متدرجة في الصعوبة، ليختار منها المتعلم ما يتناسب مع قدراته وإمكاناته كخطوة أولى يخطو منها إلى التكليف التالي. (١١: ٦٥)

وسباق ١١٠م حواجز من السباقات الهامة والتي تعود على المتعلمين والممارسين بالعديد من الفوائد البدنية والعقلية والنفسية، وذلك بسبب التغلب على المسافة ومحاولة تقليل الزمن وكذلك التغلب على الحاجز بعض القرارات من المعلم إلي المتعلم وتوثيق العلاقة بين المتعلمين بعضهم ببعض، وكذلك إنشاء علاقة جديدة بين المتعلم والمعلم وإكساب المتعلم بعض الصفات الشخصية الهامة نتيجة استقلالية المتعلم واتخاذها.

وترى "عفاف عبد الكريم" (١٩٩٠م) أن استخدام الزميل اثناء التطبيق العملي في تعلم المهارات الحركية له العديد من المميزات منها زيادة زمن الأداء الفعلي للتطبيق، وإعطاء المتعلم دوراً هاماً وذلك بنقل للقرارات دون الخضوع لأوامر مباشرة من المعلم وكذلك إمداد المتعلم بالتغذية المرتدة المباشرة طوال مدة التعلم ويوفر التعليم مع الزميل جهد المعلم كما يوفر معلم لكل متعلم ويساهم في بث روح التعاون بين المتعلمين وتنمية السلوك التعاوني وتحقيق الأهداف المختلفة للعملية التعليمية للمعلم و المتعلم. (١٣: ١١١)

وممارسة الرياضات باختلاف أنواعها تقدم فرصاً كثيرة للشعور بالنجاح، ويتم ذلك من خلال التغلب على الصعوبات التي تواجه الممارس في أداء المهارات الحركية، كما أن المواقف التي يتعرض لها الممارس من الفوز والهزيمة تساعده على نمو بعض الصفات النفسية مثل الثقة بالنفس والإعتماد على النفس وتغيير مفهومه عن ذاته. (٣٠: ١٦)

وتعتبر الثقة الرياضية عن إحساس المتعلم بقيمة نفسه فتترجم هذه الثقة إلى كل حركة من حركاته وسكناته ويتصرف الإنسان بشكل طبيعي دون قلق أو

رهبة، فتصرفاته هو من يحكمها وليس غيره وهي نابعة من ذاته ولاشأن لها بالأشخاص المحيطين به، وبالعكس ذلك إن انعدام الثقة تجعل الشخص يتصرف وكأنه مراقب ممن حوله فتصبح حركاته مخالفة لطبيعته ويصبح القلق حليفه الأول. (٢١: ١٦٨)

وقد لاحظ الباحث عند تدريس المقررات العملية لمسابقات الميدان والمضمار بأحد استراتيجيات التعليم الذاتي وجود بعض الثوابت والتي لا تساعد على تطبيق الاستراتيجيات مثل ثبات ميعاد المحاضرات وقلة الأدوات والامكان التي يتم فيها التدريس حيث تحتاج الى اماكن ذات مقاسات محددة كما تحتاج الى درجة عالية من مراعاة عوامل الأمن والسلامة مثل (خلو اماكن التدريس من الاشخاص او الممارسين وكذلك الاداء فى نفس الوقت وترتيب الأدوات فى اماكنها ثم الاداء فى نفس الوقت وعدم الاداء الا بمعرفة المنظم للأداء).

وعلى ما سبق قام الباحث بتجريب بأحد الطرق التي تستخدم التعليم الذاتي لتعليم أحد السباقات التي يحتاج الى درجة كبيرة من الثقة وهو سباق ١١٠م/ حواجز للرجال مع التعديل فى طريقة التطبيق العملى لتلائم طبيعة السباق وهى طريقة دالتون مع تعديل طريقة التطبيق من (ذاتية التطبيق الفردى او الذاتى الى التطبيق التبادلى الثنائى أو التعاونى حيث يقسم التطبيق العملى الى مجموعات فى كل مرحلة تعليمية من مراحل تعليم السباق حسب عدد كل مجموعة مع استخدام الحاسب الالى فى عملية التعليم).

المصطلحات المستخدمة في البحث :

- البرنامج :

هو كل الخبرات المتعلمة والمتوقعة من المنهاج، ويتضمن المحتوى وطرق التدريس وأهداف التعلم والإمكانات والوقت (١٨ : ٢٨).

- الثقة الرياضية :

وهي تعني "شعور اللاعب إن أداءه سوف يكون جيد بصرف النظر عن النتائج وحتى إذا كان الزميل متفوقا عليه، لذلك فإن الأداء الجيد المقرون بالثقة بالنفس ليس من الضروري أن يؤدي دائما إلى تحقيق المكسب وهذا لايفقد الرياضي الشعور بالثقة أو إجادة الأداء (٣: ٣٣٧)

- طريقة دالتون المعدلة* :

تقسيم المادة العلمية لتعينات متدرجة الصعوبة يتم إعطاء الطالب تعييناً معيناً يقوم به لفترة محددة يعينها المعلم ومبتدأً بالمستوى الذى يحدده الطالب وباستخدام الحاسب الآلى.

هدف البحث :

يهدف البحث إلى التعرف على :

- تأثير برنامج تعليمى باستخدام طريقة دالتون المعدلة على الثقة الرياضية ومستوى الأداء الفنى والرقمى فى سباق ١١٠م حواجز لطلاب كلية التربية الرياضية، جامعة دمياط.
- المقارنة بين نسبة التغير لكل من المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في (الثقة الرياضية ومستوى الاداء الفنى والرقمى لطلاب كلية التربية الرياضية، جامعة دمياط) في سباق ١١٠م حواجز.
- المقارنة بين القياس البعدى للمجموعة التجريبية والبعدى للمجموعة الضابطة في (الثقة الرياضية ومستوى الاداء الفنى والرقمى لطلاب كلية التربية الرياضية، جامعة دمياط) في سباق ١١٠م حواجز.

فروض البحث :

* تعريف إجرائى.

في ضوء أهداف البحث :

- ١- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في (الثقة الرياضية ومستوى الاداء الفنى والرقمى) لطلاب كلية التربية الرياضية في سباق ١١٠م حواجز لصالح القياس البعدي.
- ٢- توجد فروق في نسبة التغير بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في (الثقة الرياضية ومستوى الاداء الفنى والرقمى) لطلاب كلية التربية الرياضية في سباق ١١٠م حواجز لصالح المجموعة التجريبية.
- ٣- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس البعدي للمجموعة التجريبية والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في (الثقة الرياضية ومستوى الاداء الفنى والرقمى) لطلاب كلية التربية الرياضية في سباق ١١٠م حواجز لصالح المجموعة التجريبية.

الدراسات المرتبطة

- ١- دراسة "محمد يوسف حجاج" (٢٠٠٠) (٢٦) وهدفها التعرف على العلاقة بين الثقة الرياضية كسمة والثقة الرياضية كحالة لدى مجموعات الأنشطة الرياضية المختارة،، واتبع المنهج الوصفى، على عينة قوامها (٤٦) لاعباً من لاعبي المنتخبات القومية فى الأنشطة الرياضية الرقمية، وكانت أهم نتائج وجود علاقة تنبؤية للثقة الرياضية كحالة من خلال الثقة الرياضية كسمة، وكذلك توجد علاقة موجبة طردية دالة بين الثقة الرياضية كسمة والثقة الرياضية كحالة لدى مجموعات البحث.
- ٢- دراسة "أحمد عبد الفتاح حسين" (٢٠٠١) (٢) هدفها التعرف على فاعلية بعض أساليب استخدام الكمبيوتر في تعلم مسابقة ١١٠متر واجز، واتبع المنهج التجريبي، على عينة قوامها (٣٠) طالب، وكانت أهم نتائج تفوق المجموعة التى استخدمت الحاسب الآلى فى تعلم مسابقة ١١٠ متر حواجز.

٣- دراسة "شريف عبدالمنعم فهيم محمد" (٢٠٠٢م) (١٢) وهدفها التعرف على تأثير استخدام طريقة دالتون على تحقيق بعض أهداف درس التربية الرياضية واتبعت المنهج التجريبي على عينة قوامها (٤٠) طالب وكانت أهم النتائج طريقة دالتون اثرت بدرجة اكبر فى تحقيق اهداف درس التربية الرياضية.

٤- دراسة "تجلاء البدرى نور الدين" (٢٠٠٢) (٢٩) هدفها التعرف على العلاقة بين الثقة الرياضية كسمة، وكحالة والمستوى الرقى لسباق (١٠٠م) حواجز، واتبعت المنهج الوصفى، على عينة قوامها (٢٠٠) طالبة، وكانت أهم نتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة بين الثقة الرياضية كسمة والثقة الرياضية كحالة والمستوى الرقى لسباق (١٠٠م حواجز).

٥- دراسة "مرفت سمير حسين" (٢٠٠٧م) (٢٧) وهدفها التعرف على التدريس بطريقة دالتون وأثره على التحصيل المعرفى والأداء المهارى لبعض مهارات الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية بجامعة المنيا واتبعت المنهج التجريبي على عينة قوامها (٤٠) طالبة وكانت أهم النتائج التدريس بطريقة دالتون له تأثير إيجابى دال على الأداء المهارى والتحصيل المعرفى لبعض مهارات الكرة الطائرة قيد البحث لطالبات كلية التربية الرياضية بجامعة المنيا بدرجة أفضل من أسلوب التدريس التقليدي.

٦- دراسة "مريم محمد إبراهيم عمران" (٢٠١٥م) (٢٨) وهدفها التعرف على تأثير برنامج تعليمى باستخدام طريقة دالتون مدعم ببرمجية تعليمية فى تعلم بعض وثبات التمرينات الإيقاعية واتبعت المنهج التجريبي على عينة قوامها (٣٠) طالبة وكانت أهم النتائج تفوق المجموعة التى استخدمت

طريقة دالتون على المجموعة التي استخدمت الطريقة التقليدية فى تعلم بعض وثبات التمرينات الإيقاعية.

٧- دراسة "سلنج، ماري لوي Schilling, Mary Lou,e" (٢٠٠٠م) (٣٤) وهدفها التعرف على تأثير ثلاثة من أساليب التدريس على الأداء الرياضى لطلبة الجامعات واتبعنا المنهج التجريبي على عينة قوامها (١٢٠) طالب من طلاب الجامعة وكانت أهم النتائج تفوق المجموعة التي استخدمت التكاليف المتدرجة على المجموعة التي استخدمت التعلم مع الزميل لمهارة التصويبة الكرياجية.

منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين (مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة).

مجتمع وعينة البحث :

يمثل مجتمع البحث طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية، جامعة دمياط، والمقيدون للعام الدراسي (٢٠١٥م/ ٢٠١٦م) والبالغ عددهم (١٢٥) طالب، شملت عينة البحث الأساسية (٥٠) طالباً تم تقسيمهم عشوائياً إلى مجموعتين متكافئتين إحداهما تجريبية وعددها (٢٥) طالباً، والأخرى ضابطة عددها (٢٥) طالباً.

تجانس وتكافؤ العينة الأساسية في المتغيرات قيد البحث

جدول (١)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء وقيمة (ت) لعينة
البحث الأساسية في المتغيرات قيد البحث (ن=٢٠=٢٥)

م	المتغيرات	الاختبار	وحدة القياس	المجموعة	المتوسط	انحراف معياري	معامل الالتواء	قيمة (ت)
١	الطول	-	سم	الضابطة	١٧٧.١٦	٤.٤١	٠.١٠	١.١٨
				التجريبية	١٨٧.٩٢	٦.١٠	٠.٢٧	
٢	الوزن	-	كجم	الضابطة	٧٧.١٦	٣.٨٢	٠.٥٨	١.٣٨٠
				التجريبية	٧٨.٧٩	٤.٤٠	٠.٤٩	
٣	السن	-	سنة	الضابطة	١٨.٠٣	٠.٥٨	٠.٢٥	١.٨٩٥
				التجريبية	١٨.٣١	٠.٤٣	٠.٤٤	
٤	السرعة الانتقالية	٣٠ م طائر	الزمن بالتائنية	الضابطة	٤.٢٢	٠.٤٨	٠.٧٤	١.٦٢٩
				التجريبية	٣.٩٨	٠.٥٨	٠.١٩	
٥	الرشاقة	الوثبة الرباعية	عدد دورات	الضابطة	٢١.٩٢	٢.٦١	٠.٤٩	١.٤١٩
				التجريبية	٢١.٢٨	٣.٢٨	٠.٠٢	
٦	التوازن	باس المعدل	درجات	الضابطة	٧٨.٦٢	٦.١٣	٠.٨٢	١.٤١٩
				التجريبية	٧٦.٢٤	٦.٢٢	٠.٦٧	
٧	قدرة عضلية للرجلين	الوثب العرضي	المسافة بالمتر	الضابطة	٢.١٧	٠.١٧	٠.٨٤	٠.٥٦
				التجريبية	٢.١٥	٠.١٥	٠.٣١	
٨	مرونة العمود	ثني الجذع	المسافة بالسم	الضابطة	١٩.٠٨	٢.٨٨	٤.٤٥	٠.٨٠٩
				التجريبية	١٧.٨٨	٣.٢٧	٠.٠١	
٩	مرونة مفصل	فتح الرجلين	المسافة بالسم	الضابطة	٤٣.٥٢	٤.٤٥	٠.١٥	١.٥٨٦
				التجريبية	٤٦.٤٤	٤.١٥	٠.٨١	

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٠٠

يتضح من الجدول (١) أن جميع قيم معامل الالتواء في المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة تشير إلى تجانس مجموعتي البحث في المتغيرات الخاصة بالبحث. وكذلك قيم (ت) المحسوبة اصغر من قيم (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) ودرجة حرية (٤٨) وهذا يدل على عدم وجود فروق بين مجموعتي البحث مما يؤكد على تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات.

تكافؤ العينة الأساسية في القياس القبلي للمتغيرات قيد البحث :

جدول (٢)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي- القبلي في مستوى الاداء الفني
والمستوى الرقمي والثقة الرياضية للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة
(ن=١=٢=٢٥)

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي للتجريبية		القياس القبلي للضابطة		الفرق	قيمة (ت)
		ع	م	ع	م		
مستوى الاداء الفني	الدرجة	١٩.٤٤	٢.١٢	٢٠.٠٤	١.٨١	٠.٦٠	١.٠٧ -
المستوى الرقمي	ثانية	٢٥.٠٤	١.٢٨	٢٥.١٤	٠.٩٩	٠.٠١	٠.٣١ -
الثقة الرياضية	الدرجة	٦٦.٠٤	٤.٢٧	٦٧.٦٤	٥.٠٤	١.٦٠	١.٢٠ -

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى $٠.٠٥ = ٢.٠٠$

يتضح من الجدول (٢) أن قيم (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) حيث بلغت أكبر قيمة ل (ت) المحسوبة (١.٢٠) بينما بلغت قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٤٨) = ٢.٠٠ مما يدل على أن المجموعتين ليس بينهما فروق دالة إحصائية في مستوى الأداء الفني و المستوى الرقمي والثقة الرياضية.

وسائل جمع البيانات :

لجمع البيانات استخدام الباحث الأدوات والأجهزة التالية :

الأجهزة والأدوات

- الرستاميتير .
- ساعات إيقاف .
- حواجز .
- أجهزة كمبيوتر .
- ميزان طبي .
- كرات طبية .
- شريط قياس ٥٠م .
- اسطوانات مدمجة .

قياس مستوى الأداء الفني :

تم قياس مستوى الأداء الفني عن طريق التصوير الرقمي لكل طالب أثناء أداء أحسن محاولة في سباق ١١٠ م حواجز وإعطاء درجة للأداء الفني باستخدام قائمة المهام والمعايير الخاصة بسباق ١١٠ م حواجز مرفق (٣).

المستوى الرقمي :

تم قياس المستوى الرقمي عن طريق قياس احسن محاولة للطالب فى سباق ١١٠ م حواجز.

- اختبارات الصفات البدنية الخاصة بالمسابقات قيد البحث.

قام الباحث بتحديد أهم الصفات البدنية الخاصة بالمسابقات قيد البحث من خلال الإطلاع على المراجع العلمية المتخصصة في المتغيرات قيد البحث مثل بسطويسى احمد ١٩٩٧ (٦)، زكى محمد درويش، عادل محمود عبد الحافظ ١٩٩٧م (٩)، "Dean.H" ٢٠٠٠م (٣١) وهى كالأتي (السرعة الانتقالية- الرشاقة- التوازن- قدرة الرجلين- مرونة العمود الفقري- مرونة مفصل الحوض) ثم قام الباحث بالإطلاع على عدد من الدراسات والمراجع العلمية التي تناولت الاختبارات الخاصة بالمتغيرات قيد البحث مثل محمد حسن علاوى ومحمد نصر الدين (٢٣) ومحمد صبحي حسانين (٢٤)، إبراهيم سلامة (١) وتوصل إلى الاختبارات التالية :

١- العدو ٣٠ م من البدء الطائر لقياس السرعة الانتقالية.

٢- الوثبة الرباعية لقياس الرشاقة.

٣- باس المعدل لقياس التوازن الحركى.

٤- الوثب العريض من الثبات لقياس القدرة العضلية للرجلين

٥- ثنى الجذع اماما اسفل لقياس مرونة العمود الفقري.

٦- فتح الرجلين لقياس مرونة مفصل الحوض.

ثم قام بعرضها على السادة الخبراء (مرفق ١) وذلك من خلال استمارة استطلاع رأى الخبراء حول أهم الصفات البدنية الخاصة بالمسابقات قيد البحث

وكذلك الاختبارات التي تقيسها وكان متوسط الموافقة (٩٥%) على الصفات التي حددها الباحث. (مرفق ٢).

- استمارة استطلاع آراء الخبراء حول المراحل الفنية والنقاط الفنية لكل مرحلة ودرجتها المقابلة.

قام الباحث بإعداد استمارة استطلاع آراء الخبراء حول الأهمية النسبية لكل مرحلة فنية للسباق قيد البحث وعرضها على السادة الخبراء، ثم قام الباحث بإعداد استمارة استطلاع آراء الخبراء حول النقاط الفنية لكل مرحلة والدرجة المقابلة لها وذلك لإعداد قائمة بالمهام والمعايير الخاصة بسباق ١١٠م حواجز وذلك لتقييم الأداء الفني (مرفق ٣).

- قائمة سمة الثقة بالنفس فى الرياضية

صمم المقياس من قبل روبن فيلي (١٩٨٦) وقام بتعريبه وتقنينه (محمد حسن علاوي) ويتكون المقياس من (١٣) فقرة يتم الإجابة عليها فى مقياس مدرج من (٩) نقاط بحيث يحدد درجة الثقة الرياضية التي يتميز بها بصفة عامة عندما يتنافس في المجال الرياضي وذلك بالمقارنة بزميل آخر يتميز عنه بدرجة أعلى من الثقة بالنفس بصفة عامة أما تصحيح المقياس فيتم جمع الدرجات التي حددها الفرد في جميع العبارات وكلما اقترب من الدرجة العظمى وقدرها (١١٧) كلما تميز بدرجة كبيرة من سمة الثقة بالنفس. ثم قام الباحث بحساب المعاملات العلمية للتأكد من صدق وثبات المقياس (٢٠: ٥٥) مرفق (٤).

خطوات البحث

- البرنامج الزمني لتنفيذ الدراسات الاستطلاعية القياسات القبليّة والتجربة والبعديّة للبحث.

أولاً: تجربة استطلاعية أولى في الفترة من الاربعاء ٢٠١٥/٩/٣٠م إلى ٢٠١٥/١٠/٧م.

ثانياً: تجربة استطلاعية ثانية في الفترة من الخميس ٢٠١٥/١٠/١م إلى ٢٠١٥/١٠/٨م.

ثالثاً: تجربة استطلاعية ثالثة في الفترة من السبت ٢٠١٥/١٠/٣م إلى ٢٠١٥/١٠/١٠م.

رابعاً: تجربة استطلاعية رابعة يوم الاحد ٢٠١٥/١٠/١١م.

خامساً: القياس القبلي يوم الاثنين ٢٠١٥/٩/١٢م.

سادساً: التجربة الاساسية من ١٣/١٠ إلى ٢٠١٥/١٢/٨م واستغرقت ثمانية أسابيع.

سابعاً: القياس البعدي يوم ٢٠١٥/١٢/٩م.

الدراسات الاستطلاعية :

الدراسة الاستطلاعية الاولى :

قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية أولى على عدد (٤٠) طالب ممن يمارسون برامج رياضية لحساب معاملات الصدق والثبات لمقياس الثقة بالنفس الرياضية.

حساب الصدق :

استخدم الباحث طريقة المقارنة الطرفية لحساب صدق المقياس

جدول (٣)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للربيعي الأعلى والأدنى (ن) = ١٠

المقياس	الربيعي	العدد	المتوسط	انحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U
الثقة بالنفس الرياضية	الأدنى	١٠	٨٠.٩٠	٢.٣٧	٥.٥٠	٥٥.٠٠	٠.٠٠٠
	الأعلى	١٠	٩٥.٠٠	١.٤٩	١٥.٥٠	١٥٥.٠٠	

قيمة (U) الحرجة = (١) * دالة

يتضح من الجدول (٣) أن أقل قيمة لـ (U) المحسوبة (٠.٠٠٠) وهي أقل من قيمة (U) الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ هو (١) وهذا يشير إلى أن هذا المقياس يتميز بدرجة صدق عالية

حساب الثبات :

قام الباحث بحساب ثبات الاختبار عن طريق حساب معامل الارتباط بطريقة إعادة الاختبار كما هو موضح في الجدول (٤).

جدول (٤)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم (ر) للمقياس وإعادة التطبيق
(ن = ٤٠)

معامل الارتباط (ر)	إعادة التقييم		التقييم الأول		وحدة القياس	المقياس
	ع	م	ع	م		
* ٠.٨٧٩	٦.١٥	٩٠.٧٧	٥.٧٨	٨٧.٠٥	الدرجة	الثقة بالنفس الرياضية

قيمة (ر) عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٢٧٦

يتضح من الجدول (٤) أن قيمة (ر) المحسوبة أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) حيث بلغت قيمة (ر) الجدولية (٠.٢٧٦) بينما بلغت اقل قيمة لمعامل الارتباط بين التطبيق الأول وإعادة التطبيق (٠.٨٧٩) وهذا يدل على أن المقياس على درجة عالية من الثبات.
الدراسة الاستطلاعية الثانية

قام بها الباحث، وذلك لحساب معاملات الصدق والثبات لأوراق المهام والمعايير الخاصة بتقييم الأداء الفني لسباق وذلك عن طريق تصوير الأداء والتقييم من خلال ورقة المهام والمعايير المصممة.
حساب الصدق والثبات لأوراق المهام والمعايير الخاصة بسباق ١١٠م حواجز.

حساب الصدق:

استخدم الباحث طريقة المقارنة الطرفية لحساب صدق أوراق المهام والمعايير حيث كان الإرباعي الأعلى (٧) طالب والارباعى الأدنى (٧) طالب كما هو موضح بالجدول رقم (٥).

جدول (٥)
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (U) للربيعي الأعلى والأدنى
(ن = ٧)

المسابقة	الربيعي	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U المحسوبة
سباق ١١٠ م/ح	الأدنى	٧	٣٥.٠٠	١.٤١	٤	٢٨.٠٠	٠.٠٠٠
	الأعلى	٧	٤٤.٠٧	١.١٣	١١	٧٧.٠٠	

قيمة (U) الحرجة = (١)

يتضح من الجدول (٥) أن أقل قيمة لـ (U) المحسوبة وهي أقل من قيمة (U) الجدولية عند مستوى (٠.٠٠٥) (١) وهذا يشير إلى أن أوراق التقييم تتميز بدرجة صدق عالية
حساب الثبات :

جدول (٦)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم (ر) للتقييم وإعادة التقييم (ن = ٢٨)

المسابقة	وحدة القياس	التقييم الأول		إعادة التقييم		معامل الارتباط (ر)
		ع	م	ع	م	
سباق ١١٠ م/ح	الدرجة	٣٩.٥٣	٣.٩٢	٤٠.١٧	٤.٢٠	* ٠.٨٥٩

قيمة (ر) عند مستوى (٠.٠٠٥) = ٠.٣٧١

يتضح من الجدول (٦) أن قيمة (ر) المحسوبة أكبر من قيمة (ر) الجدولية وهذا يدل على أن أوراق التقييم ذات معاملات ثبات مقبولة.
الدراسة الاستطلاعية الثالثة

قام بها الباحث لحساب صدق وثبات الاختبارات البدنية الخاصة بسباق ١١٠ م حواجز.

حساب صدق اختبارات الصفات البدنية قيد البحث.

تم حساب الصدق عن طريق المقارنة الطرفية على عينة قوامها (٢٨) طالب، وتم تحديد الربيعي الأعلى والأدنى (٧) طلاب وتم حساب دلالة الفروق بينهما باستخدام اختبار (U) مان وتني.

جدول (٧)

المتوسط والانحراف المعياري وقيمة (U) للاختبارات البدنية الخاصة (ن=٧)

الاختبار	الرتبي	الرتب	متوسط	انحراف معياري	متوسط	العدد	الرتبي	قيمة (U)
١	٣٠ م طائر	٢٨	٤	٠.٢٩	٤.٧٧	٧	الأدنى	٠.٠٠
		٧٧	١١	٠.٠٥	٣.١٩	٧	الأعلى	
٢	الوثبة الرباعية	٢٨	٤	٠.٧٥	١٧.٧١	٧	الأدنى	٠.٠٠
		٧٧	١١	٠.٦٩	٢٤.٨٥	٧	الأعلى	
٣	باس المعدل	٢٨	٤	٣.٩٥	٦٧.٥٧	٧	الأدنى	٠.٠٠
		٧٧	١١	٠.٩٧	٨٣.٤٢	٧	الأعلى	
٤	الوثب العريض	٢٨	٤	٠.١٢	١.٩٨	٧	الأدنى	٠.٠٠
		٧٧	١١	٠.٠٥	٢.٤٨	٧	الأعلى	
٥	ثتى الجذع اماما اسفل	٢٨	٤	١.٦٣	٩.٠٠	٧	الأدنى	٠.٠٠
		٧٧	١١	١.٦٠	٢٢.٢٨	٧	الأعلى	
٦	فتح الرجلين	٢٨	٤	٣.٣٠	٣٩.٤٢	٧	الأدنى	٠.٠٠
		٧٧	١١	٠.٥٣	٥١.٥٧	٧	الأعلى	

قيمة (U) الحرجة = (١)

يتضح من الجدول (٧) أن اكبر قيمة لـ (U) المحسوبة = (٠.٠) وهى اقل من قيمة (U) الحرجة عند مستوى (٠.٠٥) = (١) وهذا يشير إلى أن هذه الاختبارات تتميز بدرجة صدق عالية.

حساب ثبات اختبارات الصفات البدنية قيد البحث

تم حساب ثبات الاختبارات عن طريق حساب معامل الارتباط بطريقة إعادة الاختبار.

جدول (٨)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ر) للاختبارات البدنية (ن= ٢٨)

م	المتغيرات	وحدة القياس	القياس الأول		القياس الثاني		معامل الثبات
			ع	م	ع	م	
١	٣٠ م طائر	ثانية	٠.٦٢	٤.٠٨	٤.٢٣	٠.٦١٥	٠.٨١٣
٢	الوثبة الرباعية	عدد	٢١.٣٥	٢.٨٨	٢٢.١٤	٢.٣٩	٠.٨٨١
٣	باس المعدل	درجة	٦٧.٤٢	٧.٣٢	٧٨.٧٨	٧.٠١	٠.٨٧٩

تابع جدول (٨)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ر) للاختبارات البدنية (ن = ٢٨)

م	المتغيرات	وحدة القياس	القياس الأول		القياس الثاني		معامل الثبات
			ع	م	ع	م	
٤	الوثب	المتر	٠.١٧	٢.٢٣	٢.٣٠	٠.١٢	٠.٨٦١
٥	ثنى الجذع	سم	٣.٤٤	١٧.٦٧	١٨.٢٨	٣.٦٣	٠.٩٣٣
٦	فتح الرجلين	سم	٤.٩٤	٤٦.٤٦	٤٤.٨٩	٤.٩٧	٠.٩٦٣

* قيمة (ر) عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٢٦٠

يتضح من الجدول (٨) أن قيم (ر) المحسوبة أكبر قيمة (ر) الجدولية حيث تراوحت قيم (ر) المحسوبة بين (٠.٨١٣ و ٠.٩٦٣) مما يدل على أن الاختبارات تتميز بدرجة عالية من الثبات.

الدراسة الاستطلاعية الرابعة:

قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية رابعة على عدد (١٠) طلاب من الفرقة الثانية بالكلية، بهدف معرفة مدى ملائمة البرنامج التعليمي، ومكان إجراء التجربة والأدوات.

القياس القبلي :

قام الباحث بإجراء القياس القبلي للمجموعة التجريبية والضابطة قبل البدء في التجربة لسباق ١٠م حواجز وذلك للتأكد من عدم وجود فروق في المستوى بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة

البرنامج التعليمي :

خطوات تصميم البرنامج التعليمي :

- قام الباحث بالاضطلاع على الكتب والمراجع لتحديد الموضوعات الشائع استخدامها في تعليم مسابقات الحواجز لطلاب كلية التربية الرياضية.

- توصل الباحث ان هناك خمس موضوعات اساسية هي (تاريخ سباق ١٠م حواجز، المراحل الفنية، الخطوات التعليمية، الاخطاء الفنية الشائعة وطرق تصحيحها، الجوانب القانونية للسباق)
- تم تصميم الخطوات التعليمية فى شكل تدريبات متدرجة الصعوبة بحيث يختار المتعلم المستوى الذى يبدأ منه والتطبيق مع الزميل فى نفس المستوى.
- قام الباحث بتصميم برنامج تعليمى لتعليم الموضوعات السابقة فى ثمانية اسابيع على الحاسب الالى باستخدام برنامج (باور بوينت) وذلك لزيادة الفاعلية التعليمية حيث يحتوى البرنامج على نصوص مكتوبة وتعليق صوتي وكذلك مقاطع فيديو للأداء الفني والخطوات التعليمية.

تنفيذ التجربة الأساسية

تم تنفيذ البرنامج التعليمي المقترح، بواقع محاضرتين أسبوعياً زمن المحاضرة الأساسية ساعة ونصف، وكانت اجراءات المتبعة لتنفيذ كل محاضرة على النحو التالي :

١- يبدأ (المتعلم أو المتعلمين طبقاً لتوافر اجهزة الحاسب الالى) بمشاهدة الجزء النظرى المحدد دراسته على الحاسب الالى (الاسطوانة التعليمية المصممة من قبل الباحث) (مرفق ٥) مستخدماً (ورقة التقييم الذاتى للجانب المعرفى) (مرفق ٦) والمصممة من قبل الباحث وذلك لفترة زمنية محددة (فترة اولى) ثم اعادة المشاهدة للنقاط التى سجل انه يريد مشاهدتها مرة اخرى (فترة مشاهدة ثانية).

٢. يقوم المتعلم بالتطبيق العملى مع الزميل فى نفس المستوى المختار البدء منه وباستخدام ورقة تقييم الاداء الفنى للزميل (مرفق ٧) خلال فترة زمنية محددة طبقاً لتكرار وصعوبة التمرين التعليمى.

٣. يقوم الطالب المؤدى بالاضطلاع على ورقة تقييم الاداء الفنى و المُقيمة من قبل الزميل لمعرفة تقييم الاداء الخاص به عند اداء التمرين التعليمى خلال فترة زمنية محددة.

٤. بعد معرفة جوانب القصور فى الاداء يقوم بتطبيق جوانب القصور مرة اخرى خلال فترة زمنية محددة طبقاً لتكرار وصعوبة التمرين التعليمى. وإذا فشل مرة اخرى فى تجاوز جوانب القصور، يقوم بالتطبيق مع المجموعة التالية فى نفس المستوى مع انتقال مجموعته لتعيين تالى.

٥- تكرر الخطوات رقم (٢) و(٣) و(٤) عند اداء كل تمرين تعليمي داخل المحاضرة.

٦. الانتقال الى التعيين التالى ثم تكرار الخطوات (١) و(٢) و(٣) و(٤) و(٥) كل محاضرة.

البرنامج التعليمي للمجموعة الضابطة :

كان محتوى البرنامج التعليمي للمجموعة الضابطة وفقاً للمقرر التعليمي، وقد تم مراعاة ضبط جميع المتغيرات التجريبية للمجموعتين والتي يمكن أن تؤثر في نتائج البحث.

القياس البعدى :

قام الباحث بإجراء القياس البعدى للمجموعة التجريبية والضابطة

المعالجات الإحصائية

استخدم الباحث المعاملات الإحصائية التالية :

- المتوسط الحسابي.
- اختبار (U) لمان . وتنى
- معامل الارتباط.
- معامل الالتواء
- اختبار (ت).
- نسبة التحسن

عرض ومناقشة النتائج

. عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول.

جدول (٩)

دلالة الفروق بين القياسيين القبلي- البعدى في مستوى الأداء الفني والرقمي والثقة بالنفس الرياضية للمجموعة التجريبية (ن=٢=٢٥)

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدى		الفرق	قيمة (ت)
		ع	م	ع	م		
مستوى الاداء الفني	الدرجة	٢٠.١٢	١٩.٤٤	٤١.٠٠٤	٢.٢٦	٢١.٦٠	٤٠.٨٢ *
المستوى الرقمي	الثانية	١.٤٨	٢٥.٠٤	٢١.٤٥	١.١٩	- ٣.٥٩	١٧.٨٦ *
الثقة الرياضية	الدرجة	٤.٢٧	٦٦.٠٤	٩٨.٧٢	٣.٩٦	٣٢.٦٨	٢٤.٥٩ *

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى $0.05 = 2.20$

يتضح من الجدول (٩) أن قيم (ت) المحسوبة اكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٤) حيث بلغت أقل قيمة لـ (ت) المحسوبة (١٧.٨٦) بينما بلغت قيمة (ت) الجدولية (٢.٢٠) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسيين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدى في مستوى الأداء الفني والرقمي والثقة بالنفس الرياضية لسباق ١١٠م حواجز لطلاب كلية التربية الرياضية.

ويعزو الباحث هذا التحسن والفرق المعنوي الكبير بين القياسيين القبلي والبعدى في مستوى الأداء الفني لسباق ١١٠م حواجز إلى التأثير الإيجابي للبرنامج التعليمي وما يحتويه من معارف نظرية تتعلق بالمراحل الفنية للسباق وكذلك الخطوات التعليمية التي تعمل تعديل الأداء الحركي للسباق والوصول الى الاداء السليم كما يعزو الباحث هذا التقدم الى استخدام طريقة دالتون مع

تعديلها والتي تتلخص فى تصميم الخطوات التعليمية فى شكل تكاليفات محددة ومتدرجة الصعوبة يختار الطالب منها نقطة البداية (دالتون) ثم يقوم الطالب بالتطبيق العملى مع الزميل (اسلوب تبادلى) (التعديل) فى حالة زميل واحد فى نفس المستوى أو التطبيق مع اكثر من زميل (تعاونى) فى نفس المستوى حيث يتم تصحيح الاخطاء الفنية التى تقع من المتعلم مباشرة بواسطة الزميل وباستخدام ورقة المعيار، كما يتم توفير تغذية راجعة فورية للمتعلم من خلال الزميل وورقة المعيار. كما لاستخدام الحاسب الآلى فى عرض الجانب المعرفى دور كبير فى عملية المعرفة والفهم والقدرة على تطبيق المراحل الفنية والخطوات التعليمية. وذلك لما يحتويه من صور وفيديوهات ونصوص تعمل تثبت المعرفة لدى المتعلم.

ويتفق هذا مع رأى "عفاف عبد الكريم حسن" (١٩٩٠م) أن جوهر الطريقة هو تحويل قرار تحديد مستوى الصعوبة إلى المتعلم، حيث يتطلب من المعلم فى مرحلة التخطيط أن يوفر اختيارات ذات مستويات متدرجة فى درجة الصعوبة لتحقيق الهدف النهائى، وهذا يسمح لكل متعلم باختيار المستوى الذى يتناسب مع قدراته، فنجد أن المتعلمون يؤدون العمل بمستويات مختلفة، ويقومون بتقويم أدائهم. (١١٧: ١٣).

كما يتفق مع رأى "حسن حسين زيتون" (٢٠٠٣م) حيث يرى انه يجب على المعلم أن يسعى لتصحيح الأخطاء لدى طلابه وحتى يتم هذا التصحيح بشكل فعال ان يتم باقصى سرعة وقبل ثبات الخطأ. (١٦٤: ٧)

كما يتفق مع رأى كلا من "محسن حمص نقلا عن "Rink" أن ورقة المعيار تؤدي إلى زيادة الفاعلية فى وقت العمل وتقدير التغذية الراجعة، كما تعتبر وسيلة تعليمية مساعدة فى درس التربية الرياضية، وتقل زمن التنظيم والشرح. (١٧)

كما يتفق ذلك مع آراء كلا من "بدور المطاوع و سهير بدير" (٢٠٠٦م) على أن الحاسب الآلى من الوسائل التعليمية الحديثة التى يتم

استخدامها في مجال التربية الرياضية وله مميزات عديدة، والتي من ضمنها المساعدة الفعالة في تعليم وتعلم المهارات الحركية والأنشطة الرياضية مهما بلغت صعوبتها، وتزويد الطلاب بعمليات تغذية لاحقة تحسن عمليات التعليم (٥ : ٢٠٠)

كما يعزو الباحث هذا التحسن والفرق المعنوي بين القياسيين القبلي والبعدي في المستوى الرقمي للمجموعة التجريبية إلى التأثير الإيجابي لاستخدام طريقة دالتون المعدلة وذلك لما تحتويه من تنظيم وعرض للمحتوى المعرفي والتطبيقي لتعليم سباق ١١٠م حواجز، والذي اثر بدرجة كبيرة في درجة الأداء الفني للسباق والذي ساعد على ارتفاع المستوى الرقمي للسباق وخاصة انه يتطلب أداء فني عالي فأداء مسار حركة الرجل القاطعة وكذلك مسار حركة الرجل الخاطفة وايضا ارتفاع الجسم عن الحاجز وكذلك حركة الجذع والذراعين بشكل مثالي يؤثر في الزمن المقطوع.

ويتفق هذا مع آراء "حنفي محمود مختار" (١٩٩٨م) (٨) على أن دقة الأداء الفني وإتقان المهارات من أهم العوامل المؤثرة في إحراز أفضل النتائج والارتفاع بالمستوى الرقمي مثل تحقيق أقصى سرعة أو أبعد مسافة.

كما يعزو الباحث هذا التحسن والفرق المعنوي بين القياسيين القبلي والبعدي في الثقة بالنفس الرياضية للمجموعة التجريبية إلى مستوى الاداء الفني الجيد الذي وصل اليه المتعلم فعندما يرى المتعلم الحاجز وارتفاعه وكذلك رؤية المسابقة ومدى الصعوبة في الأداء وكذلك تعديده الحاجز والخطوات بين الحواجز ومدى التوافق الكبير بينهما يتولد لدى المتعلم تحدى للوصول لهذا المستوى وباستخدام طريقة التعلم والوصول الى مستوى جيد من الأداء يكتسب الفرد الثقة الرياضية بنفسه ووتتضح هذه الثقة عند الاداء في التدريبات التي تحتوى على منافسات بين الزملاء ويتفق هذا مع رأى "عفاف عبد الكريم" (١٩٩٣م) حيث ترى أن الأداء الصحيح تكون نتيجته ايجابية سواء كان ذلك

إجتماعياً أو مادياً. وهذا يعمل على ثبات السلوك أو تعزيزه. والاستجابة الغير صحيحة قد تكون معاقبة وهذا يؤدي إلى انطفاء السلوك أو تعطيله (١٤) : (١٧٤)

ويضيف "محمد حسن علاوى" (٢٠٠٠م) أن أهم عامل يساعد في بناء الثقة هو الانجازات التي يحققها الشخص فعندما يتميز أداءه بالنجاح في الماضي سوف يزيد من ثقته في نجاح الأداء مرة أخرى في المستقبل. (٢٢ : ٢٩٦)

ويتفق هذا مع نتائج دراسات كلا من "أحمد عبد الفتاح حسين (٢٠٠١م) (٢)، نجلاء البدرى نور الدين (٢٠٠٢) (٢٩)، مرفت سمير حسين (٢٠٠٧م) (٢٧)، مريم محمد إبراهيم عمران" (٢٠١٥م) (٢٨).

وبذلك يتحقق الفرض الاول للبحث والذي ينص على أنه توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في (مستوى الاداء الفنى والرقمى والثقة الرياضية لطلاب كلية التربية الرياضية) في سباق ١١٠م حواجز لصالح القياس البعدي

- عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني.

جدول (١٠)

النسبة المئوية لتغير القياسات البعدية عن القبليّة للمجموعة التجريبية والضابطة (ن=١ ن=٢٠)

المجموعة	المتغيرات	القياس البعدي		القياس القبلي		الفرق	نسبة التغير
		ع	م	ع	م		
المجموعة التجريبية	مستوى الاداء الفنى	٤١.٠٤	٢.٢٦	١٩.٤٤	٢.١٢	٢١.٦٠	% ٤٣.٢٠
	المستوى الرقمى	٢١.٤٥	١.١٩	٢٥.٠٤	١.٤٨	٠٣.٥٩	% ١٥.١٣
	الثقة الرياضية	٩٨.٧٢	٣.٩٦	٦٦.٠٤	٤.٢٧	٣٢.٦٨	% ٢٧.٩٣
المجموعة الضابطة	مستوى الاداء الفنى	٣٤.٢٠	١.١٤	٢٠.٠٤	١.٨١	١٤.١٦	% ٢٨.٣٢
	المستوى الرقمى	٢٣.٠٦	٣.١٠	٢٥.١٤	٠.٩٩	٠٢.٠٨	% ٨.٢٧
	الثقة الرياضية	٨٦.٥٢	٦.٠٦	٦٧.٦٤	٥.٠٤	١٨.٨٨	% ١٦.١٣

يتضح من الجدول (١٠) أن نسب التغير في مستوى الأداء الفني والرقمي الثقة بالنفس الرياضية للمجموعة التجريبية اكبر من المجموعة الضابطة في سباق ١١٠م حواجز، التعلم، حيث بلغت نسبة التغير للمجموعة التجريبية على التوالي (٤٣.٢٠%، ١٥.١٣%، ٢٧.٩٣%) والمجموعة الضابطة على التوالي (٢٨.٣٢%، ٨.٢٧%، ١٦.١٣%).

ويعزو الباحث هذا الفرق بين نسب التغير في مستوى الأداء الفني والرقمي والثقة الرياضية للمجموعة التجريبية في سباق ١١٠م حواجز إلى الطريقة المستخدمة مع المجموعة التجريبية حيث يراعى الفروق البدنية والمهارية بين المتعلمين، لذا فإن المعلم يخطط بحيث يراعى جميع المستويات، ويوفر خطوات تعليمية ذات مستويات متعددة في درجات الصعوبة لكي تسمح لكل متعلم أن يختار المستوى الذي يتناسب مع قدراته ثم يستمر في التقدم حتى يصل إلى تحقيق الهدف النهائي.

حيث تذكر "زينب علي، غادة عبد الحكيم" (٢٠٠٨م) أن هذه الطريقة تتناول عدة مستويات لاداء المهارة بحيث تتيح الفرصة لكل متعلم فى اى مستوى من الاداء يبدأ (١٠ : ١٤١).

هذا الى جانب تطبيق هذه الطريقة باستخدام الحاسب الالى حيث ساعد على خلق بيئة تعليمية نشطة وفعالة أصبح فيها المتعلم مشاركاً إيجابياً، هذا إلى جانب ميزة سرعة وعرض وحفظ المعلومات والبيانات وتنظيمها وترتيبها بترتيب معين يسهل استدعاؤها فى أى وقت وفى أقصر مدة زمنية وكذلك عرضها بصورة مشوقة تجذب انتباه المتعلم. ويتفق ذلك مع ماكلين **Daniel & MacLean** ٢٠٠٣م إلى أن استخدام الحاسب الآلي والوسائط المتعددة في مجال التربية الرياضية له مميزات عديدة والتي من ضمنها المساعدة الفعالة في تعليم وتعلم بعض المهارات الحركية للأنشطة الرياضية وزيادة دافعية الطلاب نحو تعلمها مهما بلغت صعوبتها بالإضافة إلى

إزالة عامل الرهبة والخوف من هذه المهارات، وتزويد الطلاب بعمليات تغذية لاحقة تحسن عمليات التعليم والتعلم مما يؤدي إلى الأداء الأمثل. (٣٢)

كما أن استخدام الزميل أو مجموعة الزملاء في التعليم العديد من الفوائد ومنها زيادة زمن الأداء الفعلي للتطبيق، وإعطاء المتعلم دوراً هاماً وذلك بنقل بعض ادوار المعلم إلي المتعلم، وكذلك توثيق العلاقة بين المتعلمين بعضهم ببعض وإكساب المتعلم بعض الصفات الشخصية الهامة نتيجة استقلالية المتعلم وامداد المتعلم بالتغذية المرتدة المباشرة طوال مدة التعلم وذلك عن طريق ورقة المعيار التي تعطى المتعلم الفرصة لتلقى التعليمات من الملاحظ بدقة وفي نفس الوقت تعطى المعلم الفرصة للتفاعل مع المتعلم الملاحظ حيث تذكر **عفاف عبد الكريم ١٩٩٠ م** ان ورقة العمل من أكثر الوسائل التعليمية المساعدة لأي شكل تنظيمي حيث تساعد المتعلمين علي تذكر المهارة التي سوف يؤدونها وكيفية أدائها وتقلل من تكرار شرح المعلم للحركة وتعلم المتعلمين التركيز عند الاستماع لشرح المعلم من البداية ومتابعة التعليمات المكتوبة والخاصة بالمهارة لكي تساعده علي تحسين وإتقان الأداء. (١٣: ١١٦)

كما يرى الباحث الاداء الفنى الجيد الذى يصل اليه المتعلم من خلال استخدام طريقة دالتون وما بها من تعديلات كما ان التغلب على الاداء الفنى الصعب وكذلك التغلب على الارتفاع الخاص بالحاجز له اكبر الى الأثر على زيادة ثقة الفرد بنفسه عند الاداء الرياضى.

ويتفق ذلك مع "**محمد حسن علاوي**" (٢٠٠٠م) حيث يرى إن الأفكار والمشاعر والسلوك يتأثر كل واحد بالأخر فكلما تميز الأداء زاد من ثقة الفرد الرياضى بنفسه (٢٢: ٢٩٦)

ويعزو الباحث هذا الفرق بين نسب التغير في مستوى الأداء الفنى والرقمي والثقة الرياضية للمجموعة الضابطة في سياق ١٠م حواجز إلى

الطريقة التقليدية التي تتبع في عملية التعلم والتي جعلت المتعلم غير متفاعلا في الدرس لا يعتمد على ذاته في التحليل، فهو غالباً في موقف سلبي، وقد أشاروا إلى ضرورة التحرر من طرق التدريس التي يكون فيها موقف الطالب غير إيجابي والتي لا تراعى الفروق الفردية واتباع طرق وأساليب التدريس التي تقدم المعلومات والحقائق للطلاب في صورة غيرمشوقة.

ويتفق هذا مع نتائج دراسات كلا من "أحمد عبد الفتاح حسين (٢٠٠١م) (٢)، شريف عبدالمنعم فهيم محمد (٢٠٠٢م) (١٢)، نجلاء البدرى نور الدين (٢٠٠٢م) (٢٩)، مرفت سمير حسين (٢٠٠٧م) (٢٧)، مريم محمد إبراهيم عمران" (٢٠١٥م) (٢٨).

وبذلك يتحقق الفرض الثاني للبحث والذي ينص على أنه توجد فروق في نسبة التغير بين المجموعة التجريبية والضابطة في (مستوى الاداء الفني والرقمى والثقة الرياضية لطلاب كلية التربية الرياضية) في سباق ١٠ م حواجز لصالح المجموعة التجريبية. عرض ومناقشة نتائج الفرض الثالث.

جدول (١١)

دلالة الفروق بين القياسيين البعدى - البعدى في مستوى الأداء الفني والمستوى الرقمى الثقة الرياضية للمجموعة التجريبية والضابطة (ن=٢٠ = ٢٥)

المتغيرات	وحدة القياس	القياس البعدى للتجريبية		القياس البعدى للضابطة		الفرق	قيمة (ت)
		ع	م	ع	م		
مستوى الاداء الفني	الدرجة	٤١.٠٤	٢.٢٦	٣٤.٢٠	١.١٤	١٧.٩٨	٨.٨٩ *
المستوى الرقمى	الثانية	٢١.٤٥	١.١٩	٢٣.٠٦	٣.١٠	١٢.٧٥	٥.١٩ *
الثقة الرياضية	الدرجة	٩٨.٧٢	٣.٩٦	٨٦.٥٢	٦.٠٦	١٢.٢	٨.٤١ *

* دال

قيمة (ت) = ٢.٠٠

يتضح من الجدول (١١) أن قيم (ت) المحسوبة اكبر من قيمة (ت) الجدولية، حيث بلغت اقل قيمة (ت) المحسوبة (٥.١٩) بينما بلغت قيمة (ت) الجدولية (٢.٠٠٠) عند مستوى (٠.٠٥) ودرجة حرية (٤٨).

ويعزو الباحث الفارق المعنوي بين القياس البعدى للمجموعة التجريبية والقياس البعدى للمجموعة الضابطة إلى استخدام البرنامج التعليمي بطريقة دالتون بالتطبيق التبادلي (ثنائي أو ثلاثي أو رباعي) وكذلك تصميم البرنامج التعليمي باستخدام الحاسب الالى حيث كان له دورا إيجابيا في فهم طبيعة أدا عدو الحواجز والفرق بين خطوة العدو وخطوة الحاجز وكيفية الاستفادة من حركات الجسم والاقتصاد في الجهد عن طريق اتقان الألف الفني والذي انعكس بصورة واضحة على الزمن الكلي للسباق.

ويتفق هذا مع آراء "إسلام على عبد المنعم" (٢٠٠٦م) (٤) على أنه من أجل الوصول إلى الأداء الماهر يتطلب تعلم تنفيذ البناء الحركي للمهارة الحركية الجديدة وحتى يتحقق ذلك الأمر يتطلب أن يتم تغذية المتعلم مسبقاً بمعلومات حركية قبل الشروع في أدائه للمهارة لكي يفهم تسلسل بنائها الحركي وهو ما يعرف بالتغذية المسبقة. كما اتاح تقسيم الخطوات التعليمية لاكثر من مستوى متعدد الصعوبة اكثر اكبر في اتاحة الفرصة للطلاب لاختيار المستوى الذين يبدأون منه تعليمهم.

كما تشير عفاف عبد الكريم (١٩٩٠م) (٤) أن هذا الأسلوب أكثر فاعلية من الأساليب الأخرى وذلك لأن العمل يصمم بداخلة في مستويات مختلفة الصعوبة، ويقرر المتعلمين مستواهم داخل العمل، وجميع المتعلمين في هذا الأسلوب متفاعلين ويمارسون النشاط مستمرين في العمل لفترة طويلة دون فاقد من الوقت وفق قدراتهم وهذا ما يصعب تحقيقه في الأساليب الأخرى.

بينما يرى الباحث أن المجموعة الضابطة والتي استخدمت أسلوب الأوامر قد حققت مستوى اقل في المستوى الفني والمستوى الرقمي حيث أن

أسلوب الأوامر له العديد من المميزات وكذلك العديد من العيوب فمن المميزات التي يتميز بها أسلوب الأوامر وهي تحقيق حد أدنى من التعليم بينما يقلل فرصة الإبداع والتميز، كما يعمل الطالب في أسلوب الأوامر تحت سيطرة المدرس معظم فترات الدرس حيث يقع العبء الأكبر على كاهل المدرس من قرارات (التخطيط- التنفيذ- والتقييم) ودور الطالب هو أن يؤدي وينفذ فقط ما يطلبه المدرس مما يؤدي إلى عدم إتاحة الفرصة للطلاب للمشاركة الإيجابية مما يؤثر على أدائهم الحركي، وكما يتفق هذا مع آراء كلا من "فايزة شبل" (٢٠٠١م) (١٥) أن اعتماد الفرد على الممارسة المنظمة وتزوده بالمعارف والمعلومات تسهم في اكتساب المتعلم التصورات اللازمة للأداء الحركي وزيادة فاعلية التعلم، ومن ثم التغيير في السلوك وفقا للأهداف التعليمية الموضوعية، وأن درجة أداء المتعلم تتوقف على قدرة المعلم على الشرح الجيد والأداء المهاري من حيث صحة الأوضاع لكل جزء من أجزاء الجسم خلال عملية التعلم وهذا يتوفر في أسلوب الأوامر.

كما يتفق ذلك مع رأى "كمال زيتون" (١٩٩٨م) (١٦) أن أسلوب الأوامر يهمل حاجات المتعلم واهتماماته مما يجعل المتعلم سلبياً مما يترتب عليه ضعف ميول المتعلمين واتجاهاتهم نحو التعلم، بالإضافة إلى ذلك أنه يبعث الملل عند الطلاب، ولا يأخذ في الاعتبار الفروق الفردية بين المتعلمين. ويعزو الباحث تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في القياس البعدي إلى أن طريقة دالتون اكتسبت الجانب المعرفي بدرجة كبيرة وخاصة بعد استخدام الحاسب الآلي، وهو بالتالي يؤثر بدرجة كبيرة على الأداء الفني أثناء التطبيق وخاصة بعد أن بدأ المتعلم عملية التعليم من المستوى الذى يناسبه، وهذا بالتبعية يؤدي إلى تحقيق مستوى رقمي أعلى حيث أن الأداء الفني غير النموذجي يؤدي إلى إنجاز رقمي أقل، وذلك لعدم الاستغلال

الأمثل للمسارات الحركية للأداء الفني والأسس الميكانيكية للأداء وهذا ما أكده
كلام من محمد عثمان (١٩٩٠م) (٢٥) وبسطويسي احمد ١٩٩٧م (٦).

كما أكد Mauch (٢٠٠١م) (٣٣) على أن استخدام الوسائل
التكنولوجية في التعليم تعمل على تحسين مهارات حل المشكلات وتجعل
الطالب أحسن تفكيراً وأكثر إبداعاً وكذلك تزيد من إثارة الدافعية لديه وتقلل
الرهبة والقلق أثناء عملية التعليم مما يزيد من الثقة بالنفس عند الاداء
الرياضي ويتفق ذلك مع محمد حسن علاوى ١٩٩٤ م أن خبرات النجاح ينتج
عنها حالة انفعالية سارة تعتبر من أهم الأسس للنهوض بمستوى قدرات الفرد
وعلى العكس من ذلك فان خبرات الفشل ينتج عنها حالة انفعالية يصعب عليها
الحزن والقلق والضيق وتؤثر بصورة سلبية على قدراته ومستواه. (١٩) :

(٢٠٤)

ويتفق هذا مع نتائج دراسات كلا من "محمد يوسف حجاج (٢٠٠٠م)
(٢٦) وأحمد عبد الفتاح حسين (٢٠٠١م) (٢)، شريف عبدالمنعم فهيم محمد
(٢٠٠٢م) (١٢)، نجلاء البدرى نور الدين (٢٠٠٢م) (٢٩)، مرفت سمير
حسين (٢٠٠٧م) (٢٧)، مريم محمد إبراهيم عمران" (٢٠١٥م) (٢٨)
وبذلك يتحقق الفرض الثالث للبحث والذي ينص على أنه توجد فروق
دالة إحصائياً بين القياس البعدى للمجموعة التجريبية والقياس البعدى للمجموعة
الضابطة في (مستوى الاداء الفنى والرقمى والثقة الرياضية لطلاب كلية التربية
الرياضية) في سباق ١١٠م حواجز لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية.

الاستخلاصات

في حدود أهداف وفروض البحث والعينة وما أسفرت عنه المعالجات
الإحصائية، وفي ضوء تفسير النتائج التي تم التوصل إليها فقد توصل الباحث
إلى الاستخلاصات التالية :

- ١- إبراهيم احمد سلامة: المدخل التطبيقي للقياس في اللياقة البدنية، منشأة المعارف، القاهرة، ٢٠٠٠م.
- ٢- أحمد عبد الفتاح حسين: فاعلية بعض أساليب استخدام الكمبيوتر في تعلم مسابقة ١١٠ متر حواجز، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة الزقازيق، ٢٠٠١م.
- ٣- اسامة كامل راتب: علم النفس الرياضية، المفاهيم والتطبيقات، دار الفكر العربي، ١٩٩٧ م.
- ٤- إسلام على عبد المنعم: مقارنات بين أساليب مختارة من التغذية المعلوماتية على أداء مهارة العجلة الجانبية في الجمباز، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان ٢٠٠٦م.
- ٥- بدور المطاوع، سهير بدير: التربية البدنية مناهجها وطرق تدريسها، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ٢٠٠٦م.
- ٦- بسطويسى احمد بسطويسى: سباقات المضمار ومسابقات الميدان، (تعليم، تكنيك، تدريب)، دار الفكر العربي، ١٩٩٧م.
- ٧- حسن حسين زيتون : استراتيجيات التدريس، رؤية معاصرة لطرق التعليم والتعلم، عالم الكتاب، ٢٠٠٣م.
- ٨- حنفي محمود مختار: أسس تخطيط برامج التدريب الرياضي. دار زهران للنشر والتوزيع، القاهرة، ١٩٩٨م.
- ٩- زكى محمد درويش، عادل محمود عبد الحافظ: موسوعة ألعاب القوى، فن العدو للتتابعات، دار المعارف، الإسكندرية، ١٩٩٧م.

- ١٠- زينب على عمر، غادة جلال عبد الحكيم: طرق تدريس التربية الرياضية، الأسس النظرية والتطبيقات العملية، ط ١، دار الفكر العربي، ٢٠٠٨م.
- ١١- سعيد خليل الشاهد: طرق تدريس التربية الرياضية، مكتبة الطلبة، القاهرة، ١٩٩٧م.
- ١٢- شريف عبدالمنعم فهمي محمد : تأثير استخدام طريقة دالتون على تحقيق بعض أهداف درس التربية الرياضية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان، ٢٠٠٢م
- ١٣- عفاف عبد الكريم حسن: التدريس في التربية الرياضية والبدنية، أساليب واستراتيجيات وتقويم، منشأة المعارف بالإسكندرية، ١٩٩٠م.
- ١٤- عفاف عبد الكريم : طرق التدريس فى التربية البدنية والرياضية. منشأة المعارف، الإسكندرية، ١٩٩٣م.
- ١٥- فاييزة محمد شبل: تأثير برنامج مقترح باستخدام الأسلوب المتباين على تعلم بعض المهارات الكرة الطائرة لدى طالبات كلية التربية الرياضية بطنطا، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا، ٢٠٠١م.
- ١٦- كمال عبد الحميد زيتون: التدريس نماذجه ومهارته، المكتب العلمي للنشر والتوزيع، الإسكندرية، ١٩٩٨م.
- ١٧- محسن محمد حمص: المرشد فى تدريس التربية الرياضية، منشأة المعارف، الإسكندرية، ١٩٩٧م.

- ١٨- **محمد الحماحى، أمين الخولى:** أسس بناء برامج التربية الرياضية، القاهرة، دار الفكر العربى، ١٩٩٠م.
- ١٩- **محمد حسن علاوى:** علم النفس الرياضى، دار الفكر العربى، ط ٩، ١٩٩٤م.
- ٢٠- **محمد حسن علاوى:** موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، مركز الكتاب للنشر، ط ١، القاهرة، ١٩٩٨م.
- ٢١- **محمد حسن علاوى:** مدخل علم النفس الرياضى، مركز الكتاب للنشر، ط ٧، القاهرة، ٢٠٠٩م.
- ٢٢- **محمد حسن علاوى:** الإعداد النفسي في كرة اليد ، مركز الكتاب للنشر، ط ١ ، القاهرة ، ٢٠٠٠م.
- ٢٣- **محمد حسن علاوى، محمد نصر الدين رضوان:** اختبارات الأداء الحركي، دار الفكر العربى، القاهرة، ١٩٩٤م.
- ٢٤- **محمد صبحي حسانين :** التقويم والقياس في التربية البدنية والرياضية، ج ١، دار الفكر العربى، القاهرة، ١٩٩٥م.
- ٢٥- **محمد عبد الغنى عثمان:** موسوعة ألعاب القوى، دار القلم، الكويت، ١٩٩٠م.
- ٢٦- **محمد يوسف حجاج:** الثقة الرياضية وعلاقتها بالتوجه التنافسى لدى لاعبي المستويات الرياضية العالية فى بعض الأنشطة المختارة، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، ٢٠٠٠م.
- ٢٧- **مرفت سمير حسين:** التدريس بطريقة دالتون وأثره على التحصيل المعرفي والأداء المهاري لبعض مهارات الكرة الطائرة

لطالبات كلية التربية الرياضية بجامعة المنيا، مجلة علوم
الرياضة العدد ٢٠، ٢٠٠٧م.

٢٨- **مريم محمد إبراهيم عمران**: تأثير برنامج تعليمي باستخدام طريقة دالتون
مدعم ببرمجية تعليمية في تعلم بعض وثبات التمرينات
الإيقاعية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة
طنطا، ٢٠١٥م.

٢٩- **نجلاء البدي نور الدين**: الثقة الرياضية كسمة وكحالة والدافعية للإنجاز
وعلاقتها بالمستوى الرقمي لسباق ١٠٠ متر حواجز، رسالة
ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان،
٢٠٠٢م.

٣٠- **وليد عبد المنعم محمد**: العلاقة بين مفهوم الذات الجسمية والقدرة الحركية
لدى لاعبي الكاراتيه بجمهورية مصر العربية"، رسالة
ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان،
القاهرة، ١٩٩٨م.

ثانياً: المراجع الأجنبية

31 - Dean H : USA track & field coaching manual, USA
track & field ,USA,2000.

32- MacLean& Daniel D : Use of Computer _ Based
Technology in Health, Physical Education,
Recreation, and Dance. Eric Digests No
ED390874, <http://www.ericdigests.org>,
1/9/2008.

- 33 – Mauch Elizabeth:** Using Technological Innovation to Improve the problem solving skills of middle school students Educations experienees with legomind storms robotie Invetion system In ERIC No.EG 622793. 2001.
- 34- Schilling, L.,Mary, L.,:** The effect of three styles of teaching on the university students sports performance, [http: // cricir.sys.edu/pluels,2000](http://cricir.sys.edu/pluels,2000).