

جامعة النجاح الوطنية

كلية الدراسات العليا

فعالية برنامج تعليمي مقترح باستخدام بعض أساليب التدريس على تعلم
بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة لدى طالبات كلية التربية الرياضية
في جامعة النجاح الوطنية

إعداد

ليلى أديب وجيه سالم

إشراف

د. محمود حسني الأطرش

د. رافت الطيبي

قدمت هذه الأطروحة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية،
بكلية الدراسات العليا، في جامعة النجاح الوطنية، نابلس - فلسطين.

2019

فعالية برنامج تعليمي مقترح باستخدام بعض أساليب التدريس على تعلم
بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة لدى طالبات كلية التربية الرياضية
في جامعة النجاح الوطنية

إعداد

ليلى أديب وجيه سالم

نوقشت هذه الأطروحة بتاريخ 2019/12/26م، وأجيزت.

أعضاء لجنة المناقشة

التوقيع

- د. محمود الأطرش / مشرفاً ورئيساً

.....

- د. رأفت الطيبي / مشرفاً ثانياً

.....

- د. سهى سميرين / ممتحناً خارجياً

.....

- د. قيس نعييرات / ممتحناً داخلياً

.....

الإهداء

الى قدوتي ومثالي الاعلى في التعليم ... الى روح جدي الطاهرة الدكتور وجيه عبدالرحيم سالم
الى من اعطاني ولم يزل يعطني دون حدود، الى من حمل على عاتقه وصولي الى هذا المكان،
الى من امسك بيدي على دروب الحياة...ابي الغالي المحامي اديب سالم
الى من لا يشبهها احد ،الى من لا دنيا تقارن بها ولا وطن يغني عنها، الى من وجودها حياة
ودعواتها نجاة ... الى امي الغالية جهاد صالح
الى من استظل بهم ، الى رفقاء الطفولة واول الاصدقاء، الى سند الظهر الذي لا ينكسر، الى من
هم وطن وانا من دونهم غربة ... اخوتي واخواتي (اشرف ،لبنى ،احمد ،سلمى)
الى من كان عطاءه بلا حدود ، الى الذي كان عوناً لي في كل اوقاتي ولا يسعني الا ان اتقدم
بخالص الشكر الجزيل والعرفان على ما قدمه لي من نصح وارشاد وتفضل علي بقبول الاشراف
على رسالة الماجستير هذه ... الدكتور الفاضل محمود الأطرش
الى من وقف بجانبني وساندني لانهاء دراستي ... اهلي، عائلتي، وكل من كان له الفضل للوقوف
بي هنا

الباحثة

الشكر والتقدير

بدايةً الشكر أولاً لمن يستحق الشكر والحمد الدائم .. الحمد لله الذي اعاننا الى هذه اللحظة ...

الحمد لله الذي اعانني بتحقيق جزء من احلامي واهدافي.

كما أتقدم بالشكر الجزيل الذي لا يوصف إلى من لم يتوانوا بالاشراف على دراستي احد منارات العلم في فلسطين الدكتور محمود الاطرش والدكتور رأفت الطيبي على ما قدماء لي من نصح وارشاد ووقت غالٍ جزاهم الله عني خير جزاء.

كما اتقدم بخالص الشكر والامتنان من الممتحنة الخارجية للرسالة الدكتور سهى سمرين لابداء الاراء العلمية الهادفة.

كما اتوجه بوافر الشكر للدكتور قيس نعييرات مناقشا وممتحنا داخليا لاسهامه بارائه العلمية البناءة التي تدعم وتطور في عالم التربية الرياضية.

والشكر المتواصل الى الاستاذ القدير محمد القدومي لما قدمه لي من مساعدة

ووصلة شكر الى معلمينا الافاضل من سارو معنا في دراسة الماجستير.

الباحثة

الإقرار

أنا الموقعة أدناه، مقدمة الرسالة التي تحمل العنوان:

فعالية برنامج تعليمي مقترح باستخدام بعض أساليب التدريس على تعلم بعض المهارات
الأساسية في كرة الطائرة لدى طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية

أقر بأن ما اشتملت عليه هذه الرسالة إنما هي نتاج جهدي الخاص، باستثناء ما تمت الإشارة إليه
حيثما ورد، وأن هذه الرسالة ككل، أو أي جزء منها لم يقدم من قبل لنيل أية درجة أو لقب علمي
أو بحثي لدى أية مؤسسة تعليمية أو بحثية أخرى.

Declaration

The work provided in this thesis, unless otherwise referenced is the
researcher's own work, and has not been submitted elsewhere for any other
degree or qualification.

Student's Name :

اسم الطالب:

Signature :

التوقيع:

Date :

التاريخ:

فهرس المحتويات

الصفحة	المحتوى
ج	الإهداء
د	الشكر والتقدير
هـ	الإقرار
ح	فهرس الجداول
ط	فهرس الأشكال
ي	فهرس الملاحق
ك	الملخص
1	الفصل الأول: خلفية الدراسة وأهميتها
2	المقدمة
5	مشكلة الدراسة
6	أهمية الدراسة
7	أهداف الدراسة
8	حدود الدراسة
8	مصطلحات الدراسة
10	الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة
11	أولاً: الإطار النظري
33	ثانياً: الدراسات السابقة
43	التعليق على الدراسات السابقة
45	الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات
46	منهج الدراسة
46	مجتمع الدراسة
46	عينة الدراسة
48	أداة الدراسة
51	متغيرات الدراسة
52	إجراءات الدراسة
52	المعالجات الإحصائية

53	الفصل الرابع: عرض النتائج
54	عرض نتائج الدراسة
64	الفصل الخامس: مناقشة النتائج والاستنتاجات والتوصيات
65	أولاً: مناقشة النتائج
69	ثانياً: الاستنتاجات
70	ثالثاً: التوصيات
71	قائمة المصادر والمراجع
71	أولاً: المراجع العربية
77	ثانياً: المراجع الأجنبية
80	الملاحق
b	Abstract

فهرس الجداول

الرقم	الموضوع	الصفحة
1	تجانس وخصائص أفراد عينة الدراسة (ن=22)	47
2	التكافؤ بين أفراد المجموعتين التجريبتين على القياس القبلي للمهارات الأساسية في الكرة الطائرة قيد الدراسة (ن = 22).	47
3	معامل الثبات للمهارات الأساسية في الكرة الطائرة قيد الدراسة.	51
4	الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في متوسطات المتغيرات المهارية لدى أفراد المجموعة التجريبية الأولى (ن= 11).	54
5	الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في متوسطات المتغيرات المهارية لدى أفراد المجموعة التجريبية الثانية (ن= 11).	58
6	نتائج اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين لدلالة الفروق على القياس البعدي في بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة بين أفراد المجموعتين التجريبتين الأولى والثانية (ن = 22).	61

فهرس الأشكال

الرقم	الموضوع	الصفحة
1	الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في متوسطات متغير مهارة التمرير من اعلى لدى افراد المجموعة التجريبية الأولى.	55
2	الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في متوسطات متغير مهارة التمرير من اسفل لدى افراد المجموعة التجريبية الأولى.	56
3	الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في متوسطات متغير مهارة الارسال من اسفل المواجه لدى افراد المجموعة التجريبية الأولى.	56
4	الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في متوسطات متغير مهارة الارسال من اسفل الجانبي لدى افراد المجموعة التجريبية الأولى.	57
5	الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في متوسطات متغير مهارة التمرير من اعلى لدى افراد المجموعة التجريبية الثانية.	59
6	الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في متوسطات متغير مهارة التمرير من اسفل لدى افراد المجموعة التجريبية الثانية.	59
7	الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في متوسطات متغير مهارة الارسال من اسفل المواجه لدى افراد المجموعة التجريبية الثانية.	60
8	الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في متوسطات متغير مهارة الارسال من اسفل الجانبي لدى افراد المجموعة التجريبية الثانية.	60
9	متوسط القياس البعدي لمهارة التمرير من أعلى تبعا لأسلوب التدريس.	61
10	متوسط القياس البعدي لمهارة التمرير من أسفل تبعا لأسلوب التدريس.	61
11	متوسط القياس البعدي لمهارة الارسال من أسفل المواجه تبعا لأسلوب التدريس.	63
12	متوسط القياس البعدي لمهارة الارسال من أسفل الجانبي تبعا لأسلوب التدريس.	63

فهرس الملاحق

الرقم	الموضوع	الصفحة
1	البرنامج التعليمي المستخدم	81
4	أوراق المعيار	127
5	لجنة التحكيم	131

فعالية برنامج تعليمي مقترح باستخدام بعض أساليب التدريس على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة لدى طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية

إعداد

ليلى أديب وجيه سالم

إشراف

د. محمود حسني الأطرش

د. رأفت الطيبي

الملخص

هدفت الدراسة التعرف إلى أثر برنامج تعليمي مقترح باستخدام بعض أساليب التدريس على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة لدى طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية. ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قصدية قوامها (22) طالبة من المسجلات في مساق كرة الطائرة (1). واستخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي باحدى تصاميمه القياسين القبلي والبعدي لملائمته لأغراض الدراسة. وتم تقسيم عينة الدراسة إلى مجموعتين تجريبيتين، حيث تعلمت المجموعة التجريبية الأولى باستخدام الأسلوب التبادلي، أما المجموعة التجريبية الثانية تعلمت باستخدام الأسلوب متعدد المستويات. وتم اجراء القياسات القبليّة للمتغيرات المهارية قبل البدء بتنفيذ البرنامج التعليمي المقترح. ولمعالجة البيانات والوصول إلى نتائج الدراسة تم استخدام برنامج (SPSS).

وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في جميع المتغيرات المهارية قيد الدراسة (التمرير من اعلى، التمرير من اسفل، الارسال من اسفل المواجه، الارسال من اسفل الجانبي) ولصالح القياس البعدي لدى أفراد المجموعة التجريبية الأولى (الأسلوب التبادلي)، حيث كانت النسب المئوية للتغير للمهارات كما يلي: (التمرير من أعلى (92.71%)، التمرير من أسفل (75.59%)، الارسال من أسفل المواجه (121.05%)، الارسال من اسفل الجانبي (81.57%)). وأظهرت النتائج أيضا وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في جميع المتغيرات المهارية قيد الدراسة ولصالح القياس البعدي لدى أفراد المجموعة

التجريبية الثانية (الأسلوب متعدد المستويات)، حيث كانت النسب المئوية للتغير للمهارات كما يلي: (التمرير من أعلى (43.46%)، التمرير من أسفل (46.35%)، الارسال من أسفل المواجه (58.65%)، الارسال من اسفل الجانبي (42.87%)). كذلك وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية على القياس البعدي في جميع المتغيرات المهارية قيد الدراسة ولصالح أفراد المجموعة التجريبية الأولى (الأسلوب التبادلي).

وتوصي الباحثة بالعديد من التوصيات من أهمها ضرورة استخدام الأسلوبين التبادلي ومتعدد المستويات في تعلم المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لدى طالبات التربية الرياضية، وكذلك اجراء دراسة مشابهة على الطلاب الذكور في تخصص التربية الرياضية.

الفصل الأول

مقدمة الدراسة وأهميتها

- مقدمة الدراسة
- أهمية الدراسة
- مشكلة الدراسة
- أهداف الدراسة
- تساؤلات الدراسة
- مجالات الدراسة
- مصطلحات الدراسة

الفصل الأول

مقدمة الدراسة وأهميتها

مقدمة الدراسة:

يعد التعلم هو الركيزة الأولى للتقدم وهو الأساس اللازم لمسايرة التطور فمن خلاله يتم استثمار الموارد البشرية لتزويد الإنسان بالقيم الدينية والسلوكية والمعرفية والتخصصية في شتى المجالات حتى يصبح الإنسان مهيباً للمساهمة في بناء المجتمع الحديث.

وتتطلق أهداف التعلم في فلسطين من خلال استراتيجية عامة للتربية تأخذ في اعتبارها طبيعة الانسان الفلسطيني والتغيرات والتحولات الحادثة في المجتمع، هذا بالإضافة إلى الآثار الناتجة عن ضغوط تكنولوجيا المعلومات في عصر الانفجار المعرفي على المناهج التعليمية بهدف إعداد جيل من المتعلمين القادرين على استخدام هذه التكنولوجيا لمواجهة الحياة العصرية.

ويعتبر التعلم من أهم المظاهر التي تلعب دوراً كبيراً في تقدم الشعوب، وذلك لتأثيره الإيجابي في إعداد الأجيال الجديدة على أسس علمية سليمة وحديثة، ويمكن التعرف على هذا التقدم من خلال معرفة هذه الشعوب بطرق ووسائل وأساليب ونظريات التدريس والتعليم الحديثة، وتشهد هذه الفترة محاولات جادة لتطوير التعليم في جميع مراحله. (فرج، 1998).

ويذكر عبد الحميد (1998) إلى أن التعلم هو عملية التفاعل المتبادل بين المعلم والمتعلم من أجل إكساب المتعلمين المعلومات والمهارات المرغوبة التي ينبغي تحقيقها في فترة زمنية محددة.

ولكي يتمكن المعلم من دفع التلاميذ إلى التعلم فلا بد له من استخدام طرق وأساليب مختلفة ومتعددة مما يتطلب من المعلم أن يكون ملماً بكيفية حدوث التعلم من جانب التلاميذ، وكيف تؤثر الطرق والوسائل التدريسية المستخدمة في سرعة تحقيق الهدف من عملية التعلم وهو إتقان وتنشيط الأداء، وكذلك توفير الوسائل والطرق المختلفة لمراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ.

واحتلت العملية التعليمية مكاناً بارزاً ضمن آليات التطوير باعتبارها عملية تتناول جميع جوانب الشخصية للمتعلم.

ويشير بهجت (1998) نقلاً عن كورى (1994) إلى أن عملية التدريس عملية متعمدة لتشكيل بيئة الفرد بحيث تمكنه من أن يتعلم القيام بسلوك محدد أو الاشتراك في سلوك معين وذلك تحت شروط محددة أو كاستجابة لظروف محددة وبهذا المفهوم يكون التدريس هو ركيزة لعمليات التعلم ويرتبط ارتباطاً وثيقاً بها، وبذلك لا يمكن أن يحدث التدريس إلا إذا نتج عنه تعلم.

ويتفق شاهد (1997)، وحسب الله (1998)، وكوجاك (1997) على أن مفهوم الأساليب في مجال التدريس يعنى شكلاً مميزاً في تنفيذ الدرس يتخذه المدرس كوسيلة لتعليم الطلاب، وقد يتبنى المعلم أسلوب واحد أو أكثر.

ويذكر موستن واشورث (1986) انه في مجال التربية الرياضية قدمت مجموعة من أساليب التدريس الخاصة بتعلم المهارات الحركية والتي تحقق العديد من الأهداف التربوية حيث توفر الفرصة لكي يتعلم كل متعلم حسب قدراته وإمكاناته واستعداداته بالسرعة المناسبة له وفقاً لحاجاته وميوله ومن أهم هذه الأساليب هي (الأسلوب التبادلي وأسلوب الحبل المائل أو متعدد المستويات).

ان أكثر المجتمعات تقدماً في مجالات الحياة هي تلك التي تعطي التربية الرياضية اهتماماً كبيراً وفعالاً في التعليم، حيث يرى المختصون والمهتمون في التربية الرياضية ان التطور في هذا المجال يجب ان يهدف الى استيعاب اهداف المادة والمحتوى والاساليب التي يتبعها المربون في الوصول الى تحقيق الاهداف والمستوى والطرق التي يمكن أن تتبع في تدريبها. (الديري، 1993)

لقد زاد الاهتمام بالطرق وأساليب التدريس المختلفة وفوائدها في تحقيق المخرجات التعليمية المنشودة عند الطلبة وأدى هذا الاهتمام إلى انتشار القول بأن "المعلم الناجح ما هو إلا أسلوب وطريقة".

أما الكاظمي (2002) فيشير إلى أهمية اختيار الأسلوب التدريسي الذي يتلائم مع المهارات الحركية المطلوب تعلمها من جهة ومع الأهداف الرئيسية من جهة أخرى، من أجل الوصول إلى مستوى التعلم الفعال والتدريس المؤثر.

وتؤكد اللباني (1991) على أن المتعلم يتأثر إلى حد كبير بالطرق والأساليب التي يتبعها المعلم، لذا فإن التعلم الذي يقوم على أساس من التجريب والتطبيق لينقل أثره أسهل وأسرع في التعلم الأصم الذي يلقي به المتعلم فقط، وقد ظهرت أساليب جديدة في التدريس تساعد على نقل العملية التعليمية من المادة الدراسية إلى المتعلم وبذلك أصبحت المادة وسيلة وليست هدفاً.

ويذكر كلا من سنجر (1995)، وعبد الكريم (1994)، إلى أنه من الضروري أن يكون أمام المعلم اختيارات متعددة لأساليب التعلم حتى لا يقف عند أسلوب معين حيث أن استخدام أسلوب موحد لجميع المتعلمين قد لا يؤدي إلى التعلم الصحيح.

وقد أشارت العديد من الدراسات والبحوث كل من دراسة (عاشور، 2000)، (خضير، 2001)، (عبد الوهاب، 2004)، (بدر، 2000)، (العيان، 1999)، (كوكس، 1995)، (جانسون، 1991) إلى أهمية الأسلوب التبادلي في التأثير على نمو المتعلمين اجتماعياً وفعالياً ومعرفياً ومهارياً

وتذكر عبد الكريم (1994) أن هذا الأسلوب تظهر أهميته في المراحل الأولى من تعلم المهارة عندما يحتاج المتعلمين إلى التعرف على قدراتهم بعد كل محاولة لتساعدتهم على تصحيح أدائهم الفني ويعتبر بمثابة توفير معلم لكل متعلم.

ويشير السايح (2001) أن درس التربية الرياضية هو أحد القواعد الأساسية في تحقيق الأهداف التربوية والتعليمية في المدرسة، ولهذا يؤكد معظم المربين على ضرورة إيجاد أساليب تدريسية تتسجم مع المرحلة العمرية ومنها أسلوب التضمن (الأحتواء) الذي من خلاله يتم احتواء جميع الطالبات ضمن العمل في حصة الدرس بشكل فعال متماشياً مع قدراتهن بدلاً من إبعاد الطالبات الضعيفات في القدرات والتي قد تكون عائقاً ولهذا أسلوب التضمن الذي يأخذ بنظر الاعتبار

مستويات الصف كافة فالطالبة تتخذ القرار عند ادائها للحركة من المستوى الذي يمكن اداؤه ضمن العمل الواحد.

ويرى النداف (2004) أنه ومنذ صدور أساليب التدريس الحديثة المختصة بتدريس التربية الرياضية، والتي كان من أحدثها وأهمها على الإطلاق ما أصدره موسكا موستن (Muska Mosston) تحت مسمى "طيف أساليب التدريس" والتي أحدثت نقلة تطويرية ونوعية في طرح نهج جديد لأساليب تدريس التربية الرياضية.

ويؤكد (النداف، 2008) أن المعلم الكفاء هو الذي يستطيع أن يكيف والأساليب المختلفة لتلائم ظروف المتعلمين وخصائصهم والدرس الناجح هو الذي يستخدم فيه المعلم أكثر من أسلوب، لأن ذلك يعمل على تشويق الطلاب وتجديد نشاطهم ويكسر الروتين الممل الناجم عن إتباع طريقة واحدة على الدوام.

مشكلة الدراسة:

من خلال اطلاع الباحث على عجلة التطور المستمر التي نشهدها في شتى مجالات الحياة كافة ومنها المجال الرياضي، حيث أصبحت في الآونة الأخيرة محط اهتمام، العديد من الباحثين والدارسين كل حسب مجال اختصاصه لمواكبة هذه التطورات والاستفادة منها، حيث ظهرت العديد من الأساليب والطرق التعليمية، وكغيرها من مجالات العلوم الرياضية أخذت قسطاً وفيراً من البحث العلمي مما جعلها تتطور من حين لآخر بما يواكب مستجدات العصر.

وتعتبر الكرة الطائرة من الأنشطة التي يتم فيها التعلم وفقاً لمبادئ التعلم الحركي إذ تتنوع مهاراتها ما بين السهل والصعب والبسيط والمركب وتعتمد جميع المهارات في الكرة الطائرة على بعضها البعض اعتماداً أساسياً حيث أن أداء أي مهارة يعتمد في الأساس على أداء مهارة أخرى كما أن الأسلوب التعليمي له أهمية بالغة في نجاح عملية التعلم فضلاً على أن الأسلوب الإيجابي في التعلم يسهم بصورة فعالة في الارتقاء بمستوى الأداء المهاري لتلك المهارات الحركية المراد تعلمها.

كما يعد إتقان أداء المهارات الأساسية في الكرة الطائرة من أهم العوامل التي تحقق للفريق الفوز حيث أن نجاح أي فريق يتوقف على قدرة لاعبيه على الأداء المهاري بإتقان وبأقل من الأخطاء لذا فيجب أن يتعلمها المبتدأ ويجيدها بإتقان.

فقد لاحظت في الآونة الأخيرة أن هناك من أساليب التدريس الحديثة مهمة ولا تستخدم بالصورة المطلوبة، فالمتتبع والمراقب لمعلمي التربية الرياضية يلحظ وبشكل لا يدع مجالاً للشك أن غالبيتهم ما زالوا يستخدمون الأساليب الشائعة والاعتيادية في التدريس ومن ضمنها الأسلوب الأمري الذي أخذ نصيب الأسد وأرهق استخداماً في تطبيق مفردات المنهاج على غير حق، في الوقت الذي قطع العالم شوطاً كبيراً وبعيداً في استخدام الأساليب الحديثة في التدريس الأمر الذي انعكس بالإيجاب على المستويات العالمية المتقدمة في المجال الرياضي، ومن خلال خبرة الباحثة وإطلاعها على التطور الحاصل في مجال التدريس ارتأت الباحثة القيام بهذه الدراسة القائمة على استخدام أساليب تدريسية تلاءم متطلبات تعليم مهارات اللعبة، فقد وجدت ذلك في العديد من الأساليب واختارت الباحثة (الأسلوب التبادلي، وأسلوب متعدد المستويات) لمعرفة مدى تأثيرها على تعلم بعض مهارات اللعبة، مما يسלט الضوء على مخرجات هذه الأساليب التعليمية الإيجابية ذات الجودة العالية الأمر الذي يدفع المدرسين والمدرسين إلى استخدام هذه الأساليب ويحفزهم نحو استخدام أساليب تدريس أخرى في تطبيق مفردات منهاج التربية الرياضية، وكل ذلك أملاً في تطوير المجال الرياضي بشكل عام ولعبة كرة الطائرة على الخصوص.

أهمية الدراسة:

تظهر أهمية الدراسة في النقاط الآتية:

1. تكمن أهمية هذه الدراسة في حداثتها على المستوى الفلسطيني لتشكل إضافة علمية للبيئة التعليمية الرياضية الفلسطينية .

2. تسهم هذه الدراسة على تشجيع استخدام أساليب التدريس الحديثة، وكذلك الاطلاع على مدى أهميتها في تطوير مستوى الأداء المهاري في مختلف الألعاب الرياضية بشكل عام، والأثر الكبير الذي تتركه جراء استخدامها في تدريس مهارات الأساسية في كرة الطائرة بشكل خاص.

3. استخدام البرنامج المقترح كمرجع لقياس مستوى المهارات الأساسية لكرة الطائرة للطلبة في الجامعات

4. أهمية التنوع في استخدام الأساليب المناسبة للمهارات الأساسية في الكرة الطائرة .

أهداف الدراسة:

سعت الدراسة الحالية إلى تحقيق الأهداف الآتية:

1- التعرف إلى فاعلية استخدام الأسلوب التبادلي على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة لدى أفراد المجموعة التجريبية الأولى.

2- التعرف إلى فاعلية استخدام الأسلوب متعدد المستويات على تعلم بعض المهارات الأساسية في الطائرة لدى أفراد المجموعة التجريبية الثانية.

3- التعرف إلى الفروق في فاعلية البرنامج التعليمي القائم على أسلوب التدريس (التبادلي، متعدد المستويات) على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة.

تساؤلات الدراسة:

سعت الدراسة الحالية إلى الإجابة عن التساؤلات الآتية:

1- ما فاعلية مناهج تعليمي قائم باستخدام الأسلوب التبادلي على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة لدى أفراد المجموعة التجريبية الأولى؟

2- ما فاعلية مناهج تعليمي قائم باستخدام الأسلوب متعدد المستويات على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة لدى أفراد المجموعة التجريبية الثانية ؟

3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعتين التجريبيتين (الأولى والثانية) على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة ؟

حدود الدراسة:

- **الحد البشري:** طالبات مساق كرة طائرة (1) المستجدات رسمياً في الفصل الدراسي الأول (2019_2020) كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية

- **الحد المكاني:** تم إجراء الدراسة في صالة كلية التربية الرياضية بجامعة النجاح الوطنية .

- **الحد الزمني:** تم تطبيق المنهاج التعليمي المقترح بتاريخ (2019/9/1-2019/11/1) في الفصل الدراسي الأول من العام الأكاديمي (2019/2020م) .

مصطلحات الدراسة:

- **التدريس:** هو مجموعة علاقات مستمرة بين المعلم والمتعلم، تساعد العلاقات المتعلم على النمو وعلى اكتساب المهارات الجديدة في النشاطات البدنية (خنفر، 2011).

- **أساليب التدريس:** أن مفهوم الأساليب في مجال التدريس يعنى شكلاً مميزاً في تنفيذ الدرس يتخذه المدرس كوسيلة لتعليم الطلاب، وقد يتبنى المعلم أسلوب واحد أو أكثر (شاهد وكوجاك، 1997).

- **الأسلوب التبادلي:** هو أسلوب يدعو إلى تنظيم الصف بشكل زوجي مع إعطاء كل طالب دوراً معيناً حيث يقوم أحد الطلاب بالأداء ويسمى المؤدي ويقوم الآخر بالملاحظة الأداء ويسمى الملاحظ (النداف، 2004).

- **الأسلوب المتعدد المستويات:** هو أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات ويسمى بالاحتواء لاعتماده على فكرة الشمول لجميع تلاميذ الصف الواحد وانخراطهم في العمل، كما أنه يوفر فرص متكافئة لكل منهم للاشتراك بالدرس أو المهمة حسب ما يتناسب وإمكاناته وقدراته الخاصة (أبو نمره وسعادة، 2009).

- المهارات الأساسية: المهارات الأساسية هي (الحركات التي يقوم بها اللاعب من أوضاع جسمية مختلفة بغرض منع سقوط الكرة في الملعب أو ضربها أو صدها أو تمريرها إلى الزميل أو إلى ملعب الفريق المنافس في صورة مختلفة تتحكم فيها ظروف اللعب المختلفة وموافقة المتعددة (عبد المجيد، 2000) .

- وقد عرفت المهارات الأساسية بالكرة الطائرة: الحركات التي تحتاج إليها اللاعب في الموقف جميعا التي تطلبها لعبة الكرة الطائرة والغرض منها الوصول إلى أفضل نتائج مع الاقتصاد الأمثل في الجهد (خطابية، 1996) .

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً: الإطار النظري

ثانياً: الدراسات السابقة

التعليق على الدراسات السابقة

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً: الإطار النظري

- المهارات الأساسية في كرة الطائرة:

المهارات الأساسية هي (الحركات التي يقوم بها اللاعب من أوضاع جسمية مختلفة بغرض منع سقوط الكرة في الملعب أو ضربها أو صدها أو تمريرها إلى الزميل أو إلى ملعب الفريق المنافس في صورة مختلفة تتحكم فيها ظروف اللعب المختلفة وموافقة المتعددة (عبد المجيد، 2000).

وقد عرفت المهارات الأساسية بالكرة الطائرة: الحركات التي تحتاج إليها اللاعب في الموقف جميعاً التي تطلبها لعبة الكرة الطائرة والغرض منها الوصول إلى أفضل نتائج مع الاقتصاد الأمثل في الجهد (خطابية، 1996).

ولعل الترابط المهاري في اللعبة الكرة الطائرة تحتم على اللاعب التقليل من الأخطاء المهارية لأن أي ضعف أو خلل في أداء مهارة يؤدي إلى رباك المهارة التي تليها فمثلاً الخطأ في استقبال الإرسال يؤدي إلى حدوث خلل في عملية الأعداد ومما يؤثر على عملية هجوم الفريق ويمكن تحقيق الأداء العالي في المهارات الأساسية من خلال مراعاة قانون اللعبة وقدرة الحصول على أقل النتائج مع الاقتصاد في بذل الجهد والارتباط الأداء المثالي بالعلوم الرياضية الأخرى ومنها التشريح وعلم الحركة (عبد المنعم، 1984).

إن الألعاب الرياضية يتميز بعضها عن بعض بأنواع المهارات الأساسية الخاصة بها، لذلك كان على كل لاعب يمارس أية فعالية رياضية أن يتعرف على مهاراتها، وأن يتقنها بدرجة عالية، حتى تمكنه من معرفة خطط اللعب، والتعاون مع أفراد الفريق بشكل يمكنه من تنفيذ النواحي الهجومية، أو الدفاعية والتي تسهل على الفريق إحراز الفوز والتقدم، إن إتقان المهارات يعني الحصول على أفضل النتائج مع الاقتصاد في بذل الجهد وإن الافتقار في إتقانها يعني افتقار

الفريق إلى عملية توظيف هذه المهارات من أجل تحقيق نتائج ايجابية، كما ذكر سابقاً أن لكل فعالية مهارات خاصة بها فالكرة الطائرة هي إحدى الفعاليات الرياضية التي تتميز بالعديد من المهارات والتي تتمثل في:

أولاً : المهارات الهجومية وتشمل:

1- الإرسال (من الأعلى - من الأسفل).

2- الاعداد (من الأعلى - من الأسفل).

3- الضرب الساحق.

4- حائط الصد الهجومي.

ثانياً: المهارات الدفاعية وتشمل:

1- استقبال الإرسال.

2- حائط الصد الدفاعي.

3- الدفاع عن الملعب (عبد المجيد، 2000)

أولاً: الإرسال

الإرسال هو " محاولة وضع الكرة في حالة اللعب "(عبد المجيد، 2000).

ويعرف الإرسال أيضاً على أنه: عبارة عن جعل الكرة في حالة لعب بواسطة اللاعب الذي يشغل المركز الخلفي الأيمن في الفريق، والذي يضرب الكرة بواسطة اليد المفتوحة أو المقفلة أو بواسطة أي جزء من الذراع، الهدف هو إرسال الكرة إلى ملعب الفريق المنافس. يعد الإرسال من المهارات ذات الأهمية الخاصة وهو ذو سلاح هجومي، وإن إتقانه يعد ذا أهمية

بالنسبة لخطط اللعب، إذ بدون ضربة الإرسال لا يمكن أن يبدأ اللعب وأيضا من خلاله يستطيع اللاعب أن يحصل على نقطة بدون أن يبذل فريقه أي مجهود (خطابية، 1996).

إن هذه المهارة تحتاج في أدائها الى التوجيه والدقة عند الاداء، إذ تحتاج إلى تركيز التفكير في تنفيذه بالصورة الصحيحة وفي المكان المناسب من ساحة الفريق المنافس (عبد المجيد، 2000).

إن مهارة الإرسال تحتاج إلى فرص اكبر لتطورها إذ تعد المهارة الخطرة في الوقت الراهن ولها أهمية تفوق السنوات الخمس عشرة الماضية. فضلاً عن ذلك فقد ازدادت أهمية الإرسال خلال هذه السنوات وخاصة بعد التعديلات الجديدة للإرسال وخاصة تعديل عام 1999 / 2000 الذي ينص على أن الإرسال يعد ناجحاً في حالة مس الشبكة بعدما كان يعد فاشلاً ويخسر الفريق حصة الإرسال في حالة مس الشبكة (خطابية، 1996).

- أنواع الإرسال:

من خلال الاداء الفني (التكنيك) الصحيح لأداء ضربات الإرسال نستطيع تقسيمها على نوعين: أولاً: الإرسال من الأسفل ويقسم إلى:

1- الإرسال من الأسفل المواجه الأمامي.

2- الإرسال من الأسفل الجانبي.

3- الإرسال من الأسفل المعكوس (الروسي).

ثانياً: الإرسال من الأعلى ويقسم على:

1- الإرسال من أعلى المواجه (التنس).

2- الإرسال من أعلى برؤوس الأصابع .

3- الإرسال الجانبي الخطافي والجانبي المواجه الخطافي.

4- الإرسال المتموج (الأمريكي والياباني).

5- الإرسال الساحق (خطابية، 1996) و(عبد المنعم، 1984).

ثانياً: استقبال الإرسال:

إن الأداء المهاري لهذه المهارة تطور نتيجة تنوع الإرسال، وزيادة فاعليته فمِنذ أن نشأت الكرة الطائرة ، وحتى الوقت الحاضر تنوعت وتتابع الطرائق المستخدمة في استقبال الكرة سواء بالكفين أو بالذراعين بعد أن كانت تؤدي من أعلى، وأصبحت تؤدي باستخدام السطح الداخلي للساعدين وذلك لضمان تسلم الكرة بطريقة جيدة وسميت هذه الطريقة (Beggar) (عبد المجيد، 2000).

تعد مهارة استقبال الإرسال من المهارات الدفاعية لاستقبال الكرة من الفريق المنافس، ويعد الأساس في بناء الهجوم، فكلما كانت عملية الاستقبال ناجحة وبشكل دقيق كانت إمكانية نجاح اللاعب المعد من إعداد الكرة أو كبسها أحياناً، لذلك نلاحظ أن غالبية الفرق المتقدمة وبالتالي معظم فرق الناشئين يفقدون كثيراً من النقاط بسبب ضعف هذه المهارة لذلك نجد أن هذه المهارة هي من المهارات المهمة في الكرة الطائرة .

"إن الدفاع عن الإرسال هو استقبال الكرة المرسل من اللاعب المرسل للفريق المنافس لتهيئتها للاعب المعد أو للزميل في الملعب وذلك بامتصاص سرعتها وقوتها وبتمريرها من أسفل لأعلى بالساعدين" (خطابية، 1996).

إن مهارة الاستقبال تتطلب صفات بدنية وخطية ومهارية ونفسية متنوعة كغيرها من المهارات الأساسية الأخرى، إذ يجب أن يتمتع اللاعب المستقبل بالقوة وسرعة رد الفعل والدقة في توصيل الكرة للاعب المحدد، فضلاً عن قابلية اللاعب على التركيز إذ أن " قابليات التركيز ورد الفعل والتوازن من العوامل التي تؤدي دوراً مهماً في عملية الاستعداد لاستقبال الإرسال" (عبد المنعم، 1984).

ثالثاً: الإعداد:

تعد مهارة الاعداد من المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة من ناحية استعمالها وتكرارها من اللاعبين خلال مجريات اللعب تمهيداً لإيصال الكرة إلى المكان المناسب لأداء عملية الهجوم، إن مهارة الإعداد هي عملية تمرير الكرة للأعلى وإلى المكان المناسب بعد استقبالها من إرسال أو دفاعها عن ضربة ساحقة أو تمريرة وتغير اتجاهها لتصل إلى اللاعب المهاجم الذي يقوم بوضعها بضربة ساحقة في ملعب الفريق المنافس (عبد المجيد، 2000).

يعد الإعداد عند علماء الكرة الطائرة في (روسيا) الاتحاد السوفيتي سابقاً روح الهجوم لأن نجاح عملية الضرب الساحق تتوقف على الإعداد الذي يتميز بالدقة والتنوع في المسافة وكذلك ارتفاعها عن مستوى الحافة العليا للشبكة (خطابية، 1996).

إن اللاعب (المعد) أو الرافع يجب أن يتميز بدرجة عالية من الذكاء والتركيز والدقة وذلك لملاحظة الكثير من الأشياء وما يدور في الملعب عند قيامه بالإعداد، كذلك يجب أن تتوفر لدى اللاعب المعد القدرة والكفاءة العالية على إمكانية أداء جميع انواع الاعداد وتوصيلها إلى اللاعب الكابس الضارب بدقة ليتمكن من حسم الهجوم لصالح فريقه.

- أنواع الإعداد:

- 1- الإعداد الأمامي من فوق الرأس.
- 2- الاعداد الخلفي من فوق الرأس.
- 3- الاعداد الجانبي.
- 4- الاعداد بالوثب.
- 5- الاعداد بالسقوط الجانبي (عبد المجيد، 2000)، (خطابية، 1996).

رابعاً: الضرب الساحق:

إن الضرب الساحق يعني ضرب الكرة بطرائق مختلفة من فوق الشبكة إلى ملعب المنافس بواسطة إحدى الذراعين، إن هذه المهارة تتطلب من لاعبيها أن يتميزوا بسرعة البديهة وحسن التصرف وارتفاع القامة وقوة عضلات الرجلين والتوافق العضلي العصبي وإلى الدقة في الأداء، كذلك تعتمد هذه المهارة وبشكل أساسي على أداء مهارة الإعداد وبشكل جيد لذلك نلاحظ أن هذه المهارة لا يستطيع جميع اللاعبين من أدائها نظراً لاختلافهم من حيث التكوين الجسمي والقدرات الحركية، لذلك كان لا بد من تدريب جميع أفراد الفريق لأداء مثل هذه المهارات، إن هذه المهارة لها أثر بالغ في إثارة حماس المشاهدين لأنها مليئة بالإثارة والحماس في كسب النقاط إذا كان الضرب الساحق صحيحاً وفي الوقت نفسه لها آثار عكسية إذا لم يستطع اللاعب إتقانها (عبد المجيد، 2000).

* أنواع الضرب الساحق

1- الضرب الساحق المواجه.

2- الضرب الساحق المواجه بالدوران.

3- الضربة الساحقة الجانبية (الخطافية).

4- الضربة الساحقة السريعة (الصاعدة).

5- الضربة الساحقة الساقطة بالرسغ.

6- الضرب الساحق بالخداع.

خامساً: حائط الصد:

تعد هذه المهارة من المهارات الدفاعية المهمة في الكرة الطائرة، كذلك يعد خط الدفاع الأول من الفريق ضد هجوم المنافس، إن هذه المهارة تؤدي إما بلاعب واحد أو لاعبين أو ثلاثة مع مراعاة قانون اللعبة في شروط أداء الصد ويمكن أن يعرف الصد هو: "حركة ديناميكية تتزايد مع تدريبات القوة" (خطابية، 1996). إن مهارة حائط الصد تعمل على توفير الوقت الكافي من أجل تهيئة اللاعبين الباقين لاتخاذ المواقع الدفاعية الصحيحة في الملعب نتيجة قيام اللاعب الموجود في المنطقة الأمامية بعملية الصد تبعاً لاتجاه الضرب الساحق ووضع أيدي لاعبي الصد فوق الشبكة مما يعطي مساحة مناسبة من الملعب تسمى منطقة الظل (ظل البلوك).

إن تشكيل حائط الصد بلاعبين هو الشائع الرئيس من حيث الاستخدام في الكرة الطائرة ثم يأتي بعدة بلاعب واحد، أما بثلاثة لاعبين فهي قليلة الاستخدام ويفضل استخدامه مع الفرق المتقدمة جداً بالمستوى (عبد المنعم، 1984).

أساليب التدريس:

ما زالت أساليب التدريس تتفاوت من شخص لآخر، لأنه من المعروف أن لكل مدرس أسلوب يستخدمه ويناسبه في المواقف التعليمية، غالباً ما يكون هو السبب في الفرق بين مدرس وآخر.

وترى عبد الكريم (1994) أنه لكي تزيد من فاعلية التدريس يجب الاهتمام بأساليب التدريس المتبعة، فلم يعد المدرس تلك السلطة المستبدة المطلقة التي عليها أن تقرر كل شيء ولا للمصدر الوحيد للإخطارات بل يكون مشجعاً للتلاميذ للإبداع والخلق والاستقلالية، ولم يعد التلميذ يمثل الجانب السلبي في عملية التعليم بحيث ينحصر دوره في إتباع أوامر المدرس دون تفهم، يتعلم عن طريق التقليد للمهارات والمعلومات وهو مقيد الحرية يسير في تعلمه بدون هدف يمكن تحقيقه .

ويؤكد غانم (2001) إن احترام شخصية الطالب يحتم علينا أن نشركه في تحديد الأساليب التي تساعد على التعلم، فالتدريس الجيد هو الذي يعمل على تهيئة المواقف التعليمية التي من خلالها

أن يحقق كل طالب أهداف التربية الرياضية وتتحول العملية التعليمية من مجرد تكرار للمادة إلى عملية تربوية .

- مفهوم أساليب التدريس:

مفهوم التدريس: هو مجموع العمليات التربوية التي تتضمن عملية التعليم والتعلم لتنفيذ الخطة وقد شبه "شيث" عملية التدريس بعملية الصيد باعتبارها تحتاج إلى تحديد الهدف جيداً وإعطاء الخطة وما تتطلبه من وسائل ثم تنفيذ العملية وتقويمها في النهاية، إذن، فالتدريس نشاط مقصود يجب أن يتضمن عناصر وأبعاد محددة، وطرق وأساليب ونماذج ومداخل ومهارات، يتم من خلالها إعطاء معلومات، وطرح أسئلة، وتقويم لنتائج تعليمية مقصودة (عبد الكريم، 2005).

أما الأسلوب التدريسي فقد عرفته (عفاف، 1996) : "مجموعة علاقات تنشأ بين المعلم والطالب، وهذه العلاقات تساعد المتعلم على النمو والاكساب المهاري في الأنشطة الرياضية".

وقد ذكر (الديري، 1987) أن الكثير من العلماء أكدوا أن الطلاب لا يستجيبون لعملية التعلم بنفس الطريقة وأنه لا بد من استعمال وسائل جديدة ومختلفة لبناء وتطوير معرف الطلاب.

ويذكر كلا من موستن واشورث (MOSSTN, ASHORTH, 2002) أن أساليب التدريس هي إطار لنماذج تعليمية تعتمد على اتخاذ قرارات المعلم والمتعلم.

وفي تدريس التربية البدنية لا ينظر للفرد على أنه كيان اجتماعي فقط يقوم بتحصيل ما يقدم له من معارف ومقدرات وسلوك وحسب، ولكن ينظر إليه كذلك على أنه كيان عضوي عليه أن ينهض بمستوى قدراته البدنية والحركية، والتدريس يساهم في إيجاد علاقات تعاونية بين طلاب الصف، كما يساهم في تطبع الطلبة على السلوك الاجتماعي الأمثل (عبد الكريم، 1990).

ويرى رضا (2008) أن مجموعة الأساليب التدريسية هي نظرية في العلاقات بين المعلم والتلميذ والواجبات التي يقومون بها وتأثيرها في تطوير التلميذ ويؤكد ما يحدث للأشخاص من خلال عملية التدريس والتعلم والتخطيط العلمي فإن مجموعة الأساليب تعد دليلاً إلى:

1. اختيار الأسلوب الملائم للتوصل إلى مجموعة معينة من الأهداف.

2. الانتقال المدروس في ضمن الخيارات الموجودة لضمان سلامة الهدف وانسجامه وتوافقه مع العمل.

- تطور أساليب التدريس:

لقد أثر تطور مختلف العلوم نتيجة لجهود الباحثين والعلماء في تطور أساليب التدريس، فقد تم الانتقال من المنظور القديم القائم على الفكرة القائلة أن فهم الدرس يتدفق منه سيل المعرفة وأن واجب التلاميذ هو الإصغاء والتذكر، إلى منظور حديث يحقق أهداف الدرس من خلال طرائق وأساليب ووسائل تتماشى والاتجاهات الحديثة وتواكب التطورات الحاصلة في مختلف المجالات، فقد ظهرت مجموعة من أساليب التدريس الحديثة منذ الستينيات، أو ما يعرف بأساليب التدريس لموسكا موستن وسارة أشورث، وقد أطلق عليها اسم (طيف أساليب التدريس (style teaching of spectrum) وقد طبقت هذه الأساليب بتوسع في مجال التربية البدنية والرياضية، ويطلب موسكا موستن رائد أساليب التدريس الحديثة من الباحثين البحث في هذا المجال، حيث أن مجموعة الأساليب تعطي إمكانية جديدة للقيام بعملية البحث في مجال التربية البدنية والرياضية، والبحث باختبار الفرضيات الموضوعية حول العلاقة الممكنة المستمرة والموجودة بين كل أسلوب من الأساليب والأهداف التربوية، وعملية البحث كفيلة بمسايرة التطور الحاصل في المجتمع بمختلف مكوناته والتي من بينها المدرسة والتي هي أساس بناء شخصية الفرد الذي يشكل اللبنة الأولى في المجتمع (أحمد، 2006).

- العوامل التي تحدد اختيار نوع أسلوب التدريس:

تشير دائرة المعارف للبحوث التربوية إلى أن أسلوب التدريس يرتبط بالنمط الذي يفضلته الأستاذ ويرتبط كثيرا بخصائصه الشخصية، ومن العوامل المحددة لنوع أسلوب التدريس نذكرها كما أوردها سالم والحليبي (1998):

- خصائص الأستاذ الشخصية.
 - البنية النفسية له بكل جوانبها.
 - خبراته السابقة في مجال تخصصه.
 - اتجاهاته نحو مهنته، وذاته وكذا نحو مجتمعه.
 - مهاراته التدريسية ومدى تحكمه فيها.
 - معرفته بالأساس النظري لطرق وأساليب التدريس المختلفة.
 - نوع المتعلمين وخصائصهم.
 - أهداف أساليب تدريس التربية البدنية والرياضية:
- يسعى أستاذ التربية البدنية والرياضية من خلال معرفته لمجموع أساليب التدريس، إلى تحقيق مجموعة من الأهداف كما ذكرها عايش (2008).
- التعرف على أساليب التدريس العامة والخاصة.
 - التعرف على طرق نقل المعارف إلى التلاميذ.
 - الاستخدام الأنسب للوسائل التعليمية وصولاً إلى الوفاء برغبات وحاجات التلاميذ.
 - الاختيار الأنسب لطرائق وأساليب التدريس.
 - تمكين الأستاذ من فهم خصائص المتعلم ومراحل نموه، وبالتالي مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ.
 - مساعدة الأستاذ على تحليل السلوك التعليمي للمتعلّم أثناء حدوثه.

- تنوع أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية:

يقول موسكا موستن: "إن الأسلوب الذي يستخدم بنجاح في موقف ما، أو حصة ما قد لا ينجح أو يفى بالغرض إذا استخدم في موقف أو حصة أخرى". فالمعلم الذي يستعمل أسلوباً واحداً في درسه فإنه سوف يؤدي إلى الملل والجمود وعدم تحقيق الأهداف التعليمية المطلوبة من سلوك متعلم، ولهذا فإن التنوع في الأساليب شيء ضروري، حتى لا يحس المتعلم الروتين والملل وخاصة أن المعلم تتعدد أهدافه وبالتالي لا بد من تعدد الأساليب المستخدمة في تحقيقها. إذن هذا التنوع قد يكون ضروريا للتأقلم مع متطلبات النشاط الرياضي، وكذلك مع الخصائص العامة للتلاميذ والتي تميزها الفروق الفردية (أحمد، 2006).

أساليب النظرية الموحدة للتدريس (طيف أساليب التدريس)

النظرية الموحدة للتدريس تتضمن أساليب متعددة لتدريس التربية الرياضية بحيث تشكل ما يعرف بطيف أساليب التدريس وهي تتدرج على النحو الآتي:

الأساليب المباشرة وتقسّم إلى:

1. الأسلوب الأمري:

إن العملية التعليمية تشتمل على طريق يستطيع كل منهما أن يتخذ القرار، وأسلوب التعلم بالعرض التوضيحي (الأمري) هو أول أسلوب يقع على سلسلة أساليب التدريس، وأن المعلم هو الشخص الوحيد المخول بإتخاذ جميع القرارات (التخطيط، التنفيذ، التقويم) ويقوم المعلم بتعيين المكان، والأوضاع الحركية، والوقت، والبدء والتنقيت والإيقاع، وإنهاء الفترة المخصصة للعمل.

أما المتعلم فدوره التنفيذ وإطاعة الأوامر، وإشارة المعلم تسبق كل حركة يقوم بها الطالب، وفي مجال التربية البدنية نستخدم هذا الأسلوب عند تدريس مهارات وتمارين عدة مثل تعليم الرقص وتمارين الإيقاع والباليه، وهنا يعطي إشارة البدء والأمر بالعمل من أفراد أو أجهزة مثل الإيقاع والموسيقا.

2. أسلوب الممارسة او التطبيق بتوجيه المعلم (الأسلوب التدريبي):

في هذا الأسلوب يحدث تغيير وذلك بتحويل قرارات المعلم إلى المتعلم ويظهر هذا التحول في اتخاذ القرار في الفئات التسع الخاصة بمجموعة القرارات التنفيذية الآتية:

- الأوضاع الجسمية.

- المكان والحيز الذي يشغله الطلبة أثناء التطبيق.

- ترتيب المهمات.

- وقت بدء العمل.

- الإنتهاء والتوقف عن العمل.

- الإيقاع الحركي.

- وقت الراحة.

- الملابس والمظهر الخارجي.

- طرح الأسئلة للأستفسار.

- نظام العمل.

أما اتخاذ القرارات الخاصة بالتخطيط والتقويم فتبقى كما هي في الأسلوب الأمري من صلاحيات المعلم، وفي أثناء تنفيذ العملية التعليمية يحول المعلم عملية اتخاذ القرار فيما يتعلق في التسعة قرارات السابقة إلى المتعلم.

وبعد نقل اتخاذ القرار في كل مجال من المجالات بداية عملية التكيف الفردي، حيث يبرز تصرفات من كل المعلم والمتعلم.

وفي قرارات التقويم يلاحظ المعلم أداء التلاميذ ويعطي تغذية راجعة، وهذا يتطلب منه أن يتجول بين التلاميذ بطريقة منتظمة ومدروسة، بحيث يسمح له المتابعة الحثيثة وإعطاء التغذية الراجعة الخاصة بتصحيح أداء كل تلميذ على حده، ويتميز هذا الأسلوب بتوفير زمن كاف للتطبيق مما يؤدي إلى تحسين الأداء الفني للمهارة وإتقانها (الخولي، 2002)

3. أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (الأسلوب التبادلي):

هذا الأسلوب يفيد في تنمية المفاهيم البدنية والاجتماعية والعاطفية في حياة التلميذ، وهذا يؤدي إلى تكوين علاقة ثلاثية على الشكل التالي: المؤدي المراقب المعلم . فالعلاقة هنا غير مباشرة بين المعلم والتلميذ ، بحيث يقوم بتقديم التغذية الراجعة للتلميذ المراقب، والذي بدوره ينقل تلك النصائح إلى التلميذ المنفذ، ويكون من حق كل مجموعة أن تختار المكان الذي تريد تطبيق المهارات فيه، والسرعة اللازمة لأداء كل مهارة، فعلاقة المعلم بالتلميذ في هذا الأسلوب علاقة غير مباشرة، بمعنى له علاقة مباشرة بالتلميذ المشرف، وليس للتلميذ المطبق (عبد الكريم، 2006).

مرحلة التقويم: وهي من اختصاص التلميذ المشرف قبل - انتهاء الدرس - أما بعد الانتهاء من التطبيق والتبادل فإن إعطاء الملاحظات وجمع أوراق المعايير أو أي وسيلة تعليمية أخرى المعلم يقوم بعملية تصحيح الأخطاء. إن هذا الأسلوب يوفر الفرصة الكافية لتعزيز العلاقات بين التلاميذ وتبادل الحوار والمناقشة حول الأداء الحركي، وبالتالي تكون فرصة التعبير الحركي والإبداع في هذا الأسلوب كبيرة مقارنة بالأساليب السابقة (عايش، 2008).

ويتميز هذا الأسلوب بتفاعل الطلبة فيما بينهم، وهنا مجال واسع لإعطاء التغذية الراجعة، وقدرة المعلم على التفاعل من خلال حدثين مختلفين في الوقت نفسه، وفي هذا الأسلوب مجال واسع لتبادل الأداء، والمنافسة، ومجال مخصص للتدريب الذهني، وساعد هذا الأسلوب على وضع درجة تطور القنوات كافة، والذهنية خاصة في أعلى مستوياتها. ومن مميزات هذا الأسلوب هو: مشاركة جميع المتعلمين في إعطاء التغذية الراجعة، ويساهم في تطور العلاقات الاجتماعية بالآخرين، ويهتم هذا الأسلوب بالفروق الفردية وتطبيق مبدأ معلم واحد لطالب واحد ويعتمد هذا الأسلوب أيضا على (مبدأ التوزيع التبادلي على شكل ثنائيات وبما أن وقت الجزء التطبيقي أصبح

للطالب المؤدي، والطالب الملاحظ بالتبادل وهذا يدعو إلى تقليل المحاولات التكرارية قليلاً نحو التطور وحصول تقدم واسع في درجة القناة الاجتماعية بين الطلاب أنفسهم من جهة ومع المعلمين من جهة أخرى (المفتي، 2000).

يرى أبو نمر (2014) أن أهداف الأسلوب التبادلي، تتحدد في مجموعتين:

الأهداف المرتبطة بالموضوع الدراسي:

1. إتاحة الفرص المتكررة لممارسة العمل مع زميل ملاحظ.
2. ممارسة العمل تحت ظروف للحصول المباشر على التغذية الراجعة مع الزميل.
3. ممارسة العمل دون تقديم تغذية راجعة من المعلم أو معرفة متى يصح الأداء غير الصحيح.
4. يكون المتعلم المؤدي قادراً على مناقشة جوانب معينة من العمل مع الزميل الملاحظ.
5. تصور الخطوات والإجراءات أو الأجزاء في أداء العمل وفهم تعاقبها بشكل صحيح.

الأهداف المتعلقة بدور المتعلمين:

1. الانشغال في عملية اجتماعية تناسب وإعطاء تغذية راجعة واستقبالها من الزميل.
2. الانشغال في خطوات هذه العملية بملاحظة أداء الزميل، وعرض الأداء على المعيار، واستخلاص استنتاجات، وتوصيل النتائج للزميل.
3. تنمية عادات الصبر والتسامح والاحترام المطلوب للنجاح في هذه العملية.
4. ممارسة التغذية الراجعة المتاحة (كيف يعطي التغذية الراجعة الهادية للأداء الصحيح).
5. يدرك نتائج الانجاز من خلال متابعة الزميل.
6. تنمية علاقات اجتماعية حسنة تستمر إلى ما بعد العمل.

- مميزات الأسلوب التبادلي:

- * يفسح المجال أمام كل تلميذ لتولي مهام التطبيق.
- * إعطاء التغذية الراجعة في الوقت المناسب.
- * لا تحتاج إلى وقت كبير للتعلم.
- * ممارسة القيادة لكل تلميذ وزيادة المهارات الاتصالية بين التلاميذ .

عيوب الأسلوب التبادلي:

- صعوبة السيطرة على ورقة الواجب الحركي.
 - الحاجة إلى أجهزة كثيرة.
 - كثرة المناقشات بين التلاميذ حول تنفيذ الواجب.
- ## - درجة الاستقلالية في الأسلوب التبادلي تبعا لعملية اتخاذ القرارات من قبل التلميذ:

- من الناحية البدنية: موقع التلميذ يكون مشابها بما هو عليه في الأسلوب التدريبي.
- من الناحية الاجتماعية: خلق حالة من العلاقات الاجتماعية المتداخلة وبالتالي هذا الأسلوب يحقق درجات قصوى للأهداف الاجتماعية خلال الحصة .
- من الناحية السلوكية: موقع التلميذ يتحرك قريبا من الأعلى لأن هناك شعور جيد تجاه الآخرين.
- من الناحية الذهنية: القيام بالمقارنة والتركيز على تنفيذ البيانات وإعطاء التغذية الراجعة تجعل موقع التلميذ يتجه نحو الأعلى (احمد، 2006) .

4. أسلوب التطبيق الذاتي:

يحدث تغير جديد في تلك العلاقة مرة أخرى، وتنشأ هذه العلاقات من خلال أسلوب المتابعة للأداء، فتنقل قرارات أكثر للمتعلم مما يجعله أكثر استعداداً لتحمل. (Wang, 2003)

أما الأهداف التي يمكن تحقيقها من هذا الأسلوب نوعان كما أوردها سعادة (2000)

أولاً: أهداف تتعلق بالموضوع الدراسي:

- تنمي وعي الفرد عن أدائه (الحس الحركي).
- ملاحظة الفرد لأدائه مما يؤدي إلى تحسين الحس الحركي .

ثانياً: أهداف تتعلق بدور المتعلم:

- الإعتقاد على النفس في التغذية الراجعة .
- استخدام المحكات لتحسين الأداء.
- يستمر في الأمانة والموضوعية عن أدائه.
- يتقبل أخطائه وحدود قدراته.

5. أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات (الاحتواء أو التضميني):

تعد الأساليب الأربعة السابقة ذات ملامح واحدة، وهي تصميم الأعمال، وكل عمل يمثل مستوى واحداً يقرره المتعلم، وعمل المتعلم هو تأدية العمل في هذا المستوى.

أما الأسلوب الخامس فيقدم مفهوماً مختلفاً في تصميم العمل حيث يعطي المتعلمين الفرصة بتعلم المهارة وأدائها بمستويات عدة، وهذا يعطي قراراً رئيساً للمتعلمين لم يسبق إعطاؤه في الأساليب السابقة، وهذا القرار هو في أي مستوى يبدأ المتعلم؟

أهداف أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات:

- أشارك جميع المتعلمين في النشاط.
- الإهتمام بالفروق الفردية.
- إتاحة الفرصة للطلبة ممارسة الأداء كل حسب قدرته.
- إتاحة الفرصة للمتعلّم بالرجوع إلى المستوى الأدنى إذا لم يحدث نجاح في المستوى المختار.
- إتاحة الفرصة للمتعلّم لكي يدرك العلاقة بين طموحة وحقيقة أدائه.
- تدريب المتعلّم على المتابعة الذاتية في نطاق هذا الأسلوب.
- إتاحة فرصة التفريد أكثر من الأساليب السابقة، لأن هناك أختيارات بين المستويات البدائل داخل العمل نفسه. (أبو نمره، 2000).

في حين يؤكد أبو نمره (2014) أن وصف الأسلوب المتعدد المستويات كما يلي:

قرارا التخطيط:

إن قرارات التخطيط جميعها يتخذها المعلم وتضم هذه القرارات التالي:

1. إعداد خطة الدرس حسب النموذج المعتمد .
2. اختيار المهمة الحركية بما يتناسب وهذا الأسلوب بحيث يمكن تحديد مستويات متدرجة في صعوبتها.
3. ترتيب الإجراءات اللازمة التي تساعد على تحقيق الأهداف وفق مقتضيات هذا الأسلوب وهيكله البنائي.
4. إعداد البطاقة المرجعية والبرنامج الفردي الذي سيتم استخدامه من قبل المتعلمين.

قرارات التنفيذ:

وتتضمن قرارات التنفيذ الآتي:

1. إعداد الملعب والأدوات والتجهيزات اللازمة لنجاح مثل هذا الأسلوب .
2. وقوف التلاميذ في شكل مناسب وتقديم مفهوم الأسلوب، ويمكن أن يتم بتوجيه أسئلة للمتعلمين قد ترشدهم إلى استكشاف مفهوم الحبل المائل والتي تقوم على مبدأ الاحتواء وشمول التلاميذ جميعاً ودعوته للمشاركة.

3. إيضاح هدف الأسلوب وشرح أدوار كل من المعلم والمتعلم.

4. إيضاح دور المتعلم والذي يتضمن:

- الوقوف على الخيارات المتوفرة.
- اختبار مستوى بداية الأداء المناسب لقدرته وخبرته الحركية.
- البدء بالتطبيق المهمة والتدريب عليها.
- تقويم المتعلم لأدائه، وذلك بمقارنة أدائه مع المعيار المرجعي والبطاقة الفردية.
- اتخاذ قرار إن كان مستوى آخر (أقل أو أعلى) يكون مناسب أو غير مناسب.

5 . وصف دور المعلم ويتضمن الآتي:

- تقديم المهمة الحركية، بعد تقديم مفهوم الأسلوب ووصف البطاقة المرجعية والبرنامج الفردي .
- الإجابة عن أسئلة المتعلمين والاستماع لملاحظاتهم واستفساراتهم .
- التحرك بين المتعلمين ودوام الاتصال بينهم للوقوف على احتياجاتهم .
- إيضاح الاجراءات التنظيمية والإدارية وتحديد المايير للأداء .

- إعطاء إشارة البدء بانتشار المتعلمين في الملعب وبدء العمل والانخراط في الأدوار والأعمال الفردية .

قرارات التقويم:

وتشمل القرارات الآتية:

1. يقوم المتعلمون بتقويم أدائهم وبشكل فردي مستخدمين ورقة معيار والبطاقة الفردية، في ضوء ذلك يصدرن احكاماً على مستوى أدائهم .
2. يلاحظ ويتابع المعلم المتعلمين، ويتحرك بينهم لتزويدهم بتغذية راجعة خاصة لكل منهم عن مدى فهمه لدوره في هذا الأسبوع كما يفتح قنوات اتصال فاعلة بينه وبين المتعلمين للتأكد من تنفيذ الأداء الصحيح وإن المتعلم قد أختار المستوى المناسب له .

اختيار وتصميم الموضوع الدراسي

مفهوم درجة الصعوبة

لو تأملنا فكرة الحبل المائل نجد إن التدرج في الارتفاع على طول الحبل تمثل قدرات المتعلمين بدرجات مختلفة الصعوبة داخل نفس العمل، والعمل هو الوثب من فوق الحبل بطريقة معينة، بغض النظر عن الارتفاع، فالتغيير يحدث في الارتفاع، والذي يحدد درجة الصعوبة.

تحديد العامل الذي يحدد درجة الصعوبة

ولتحديد العوامل في العمل المطلوب على المعلم إتباع ما يلي:

1. التخطيط لأختيار العمل الذي يوفر اشتراك التلاميذ جميعاً داخل هذا العمل .
2. بعد أختيار العمل، التقرير ما هو العامل الذي يمكن معالجته ليضمن مشاركة الجميع في العمل في الفقرة اللفظية .

3. تحديد الإمكانيات والتي منها خلالها تمكن المتعلم تحديد مستوى البداية المناسب له (حج الأداء، مساحة المرمى، وزن الأداء....الخ).

4. تحديد عدد التكرارات .

5. تحديد سرعة العمل .

6. معالجة الأوضاع التي يتخذها الجسم في أثناء أداء العمل .(أبو نمره، 2014)

الأساليب الغير مباشرة وتنقسم إلى:

1. أسلوب الاكتشاف الموجه:

ويشير غانم (2001) أن هذا الأسلوب من أكثر أساليب التدريس الحديثة فاعلية في قيمة التفكير العلمي لدى التلاميذ لممارسة طرق العلم وعملياته ومهارات الاكتشاف بأنفسهم .

وأن أساس هذا الأسلوب هو علاقة المعلم والمتعلم التي يؤدي فيها توالي الأسئلة إلى قيام المتعلم باكتشاف مجموعة صحيحة من الاستجابات لهذه الأسئلة، كما أن التأثير التراكمي لهذا التوالي هو عملية تقريب تؤدي بالمتعلم إلى اكتشاف المفهوم أو المبدأ أو الفكرة المطلوبة .

أهداف أسلوب الاكتشاف الموجه كما أشار إليها سعادة (2000):

- شغل المتعلم في عملية استكشاف معينة.

- تنمية علاقة صحيحة بين إستجابة المتعلم المكتشفة والمثير (السؤال الذي يقدمه المعلم) .

- تنمية مهارات إكتشاف متوالية .

- تنمية الصير لدى كل من المعلم والمتعلم

2. أسلوب حل المشكلات:

أما في هذا الأسلوب يتخذ المتعلم قرارات في الأعمال الخاصة في موضوع الدراسة المختار يتيح له الفرص له لتقديم أكبر عدد ممكن من الأفكار والمقترحات والحلول المتصلة بقضية أو مشكلة أو موقف معين يخص موضوع الدراسة، علماً أن المعلم ما زال هو الذي يتخذ القرارات عند بعض المواقف التعليمية الفرعية والموضوع الدراسي نفسه .

أهداف أسلوب التفكير المتشعب (حل المشكلات) كما أشار إليها أبو نمره (2000):

1. تنمية قدرة المتعلم على التحقق من الحلول وتقييمها .
2. تنشيط القدرات الفكرية لدى المعلم من أجل تصميم مشاكل في المجال المطلوب للموضوع الدراسي .
3. تنشيط القدرات الفكرية لدى المتعلم في إكتشاف الحلول لأي مشكلة .
4. تنمية ملكة التبصر في بنية النشاط وإبتكار موضوعات ومواقف ممكنة داخل البنية .
5. الوصول الى مستوى الامان الانفعالي الذي يسمح للمعلم والمتعلم أن يعبرا إلى ما بعد الإستجابات المتوقعة والمألوفة .

3. أسلوب تصميم المتعلم للبرنامج الفردي:

يعد هذا الأسلوب نقطة تحول بالنسبة للطالب المتعلم ففي هذا الأسلوب يقوم الطالب بوضع السؤال أو المشكلة أما المعلم فإنه يقرر الموضوع الدراسي العام والخاص، وعلى المتعلم أن يقرر المشكلة ويضع الحلول المتعددة في الموضوع الفرعي، وأن يقوم بعملية تنظيم الحلول على شكل بنود وموضوعات رئيسية.

أهداف الأسلوب:

1. منح المتعلم فرصة لوضع برنامج خاص لنفسه، معتمداً في ذلك على قدراته الفكرية والبدنية في الموضوع الخاص .
2. إفراح المجال للمتعلّم لكي يظهر قدراته البدنية وإبداعه في الإنتاج المتشعب .

4. أسلوب المبادأة من المتعلم:

إن إستخدام هذا الأسلوب من قبل المتعلم يتطلب منه ما قد وصل إلى درجة من الأهلية في إتخاذ القرارات القصوى في الفقرات اللفظية، وبالرغم من تشابه هذا الأسلوب مع الأسلوب السابق في بنيته وتقدمه إلا أنه يتميز بتميز واضح، لأن المتعلم يبادر في إستخدام هذا الأسلوب ولأول مرة فيعرف مدى إستعداده وقدراته على المبادأة في البحث والإستقصاء والإكتشاف ويصمم البرنامج من أجل تنمية ذاته والإرتقاء بقدراته.

أهداف الأسلوب:

1. أن يبادر المتعلم ويشارك في تطبيق هذا الأسلوب .
2. أن يتخذ المتعلم بنفسه جميع القرارات المتصلة بالتخطيط .
3. أن ينفذ جميع الأنشطة الموضوعية في قرارات التخطيط والتي صممها ويكون دوره لإكتشاف وإختيار الحلول، وهنا في قرار التنفيذ يشبه دوره في اظلسلوب السابق .
4. أن يتخذ جميع القرارات الخاصة بالتقويم أما دور المعلم فهو مساندة المتعلم وملاحظة حله أثناء الممارسة.

5. أسلوب التدريس الذاتي:

في هذا الأسلوب يتخذ المتعلم جميع القرارات بنفسه، غير أنه لا يمكن أن يطبق في داخل الصفوف الدراسية، وإنما يطبق عندما يتولى المتعلم تعليم نفسه بنفسه، فهو الذي يتخذ القرارات جميعها والتي كان يصدرها كل من المعلم والمتعلم سابقا.

ثانياً: الدراسات السابقة والمرتبطة:

من خلال مراجعة الباحثة للأدب النظري والكتب والمجلات عرضت الباحثة الدراسات السابقة والمشابهة لمفاهيم أساليب التدريس والكرة الطائرة والمتغيرات المؤثرة على الدراسة، وحاولت إكمال دراستها بعرض ما توصلت إليه البحوث والدراسات الأخرى، مما تؤكد الحاجة إلى إجراء المزيد من البحوث والدراسات في هذا المجال.

- قامت سؤالمة (2018) بدراسة هدفت الدراسة التعرف إلى أثر استخدام ثلاثة أساليب تدريس على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة لدى طلاب تخصص التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة تكونت من (60) طالب من طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية، المسجلين في مساق كرة طائرة (1)، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي ذو الثلاثة مجموعات متكافئة ومتساوية تكونت كل مجموعة من (20) طالب، تم تطبيق البرنامج التعليمي المقترح على النحو التالي: المجموعة التجريبية الأولى تكونت من (20) طالب، طبق عليهم البرنامج التعليمي باستخدام الأسلوب التبادلي، المجموعة التجريبية الثانية تكونت من (20) طالب، طبق عليهم البرنامج التعليمي باستخدام الأسلوب التعاوني، المجموعة التجريبية الثالثة تكونت من (20) طالب، طبق عليهم البرنامج التعليمي باستخدام الأسلوب الامري. وكانت مدة البرنامج (8) أسابيع بواقع (3) وحدات تعليمية في الأسبوع زمن كل وحدة (50) دقيقة، وبعد الانتهاء تم إجراء نفس الاختبارات للمجموعات التجريبية، وبعد جمع البيانات تم تحليلها باستخدام برنامج الرزم الإحصائية (spss)، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة بين القياسين القبلي والبعدى ولصالح القياس البعدى بين

أفراد المجموعات التجريبية الثلاثة، وجاءت النتائج لصالح الأسلوب التبادلي ثم التعاوني ويليهِ الأُمري.

- قام الأطرش وآخرين (2017) بدراسة هدفت التعرف إلى أثر برنامج مقترح باستخدام ثلاثة أساليب تدريسية على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لدى طلاب الصف السادس الأساسي في مدرسة ذكور طمون الأساسية الثانية في محافظة طوباس، ولتحقيق ذلك أُجريت الدراسة على عينة تكونت من (60) طالباً من طلاب الصف السادس الأساسي والمنتظمين في الدراسة خلال الفصل الدراسي الأول من العام الأكاديمي (2016/2017)، حيث تم توزيعهم على مجموعتين تجريبيتين ومتساويتين، ومجموعة ضابطة، المجموعة التجريبية الأولى تكونت من (20) طالباً، وأظهرت نتائج تحليل التباين الأحادي وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تعلم المهارات الأساسية على القياس البعدي لدى أفراد المجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة في جميع الاختبارات المهارية، وأظهرت نتائج الدراسة أيضاً أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تعلم المهارات الأساسية على القياس البعدي في جميع الاختبارات بين أفراد (المجموعة التجريبية الأولى) و(المجموعة الضابطة) ولصالح (المجموعة التجريبية الأولى) في جميع الاختبارات، وكذلك وجود فروق دالة إحصائية بين أفراد(المجموعة التجريبية الثانية) و(المجموعة الضابطة) ولصالح أفراد (المجموعة التجريبية الثانية) في جميع الاختبارات، وكذلك وجود فروق دالة إحصائية بين أفراد (المجموعة التجريبية الأولى) و(المجموعة التجريبية الثانية) ولصالح (المجموعة التجريبية الثانية) في جميع الاختبارات.

- قامت قطب (2017) بدراسة هدفت التعرف إلى أثر استخدام أسلوبَي التدريس الامري والتدريبي على بعض مهارات الحركات الأرضية في الجمباز الفني (الدرجة الأمامية، الدرجة الخلفية، الوقوف على اليدين، العجلة، الشقلبة العربية، جملة حركية باستخدام المهارات السابقة) لدى طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية، ولتحقيق ذلك أُجريت الدراسة على عينة مكونة من (30) طالبة تم توزيعهم على مجموعتين متساويتين ومتكافئتين، وطبق عليهم برنامج تعليمي مقترح لمدة (8) أسابيع بواقع (3) وحدات أسبوعية، وتم استخدام الأسلوب الامري على المجموعة الأولى، والأسلوب التدريبي على المجموعة الثانية، وأظهرت نتائج الدراسة انه توجد

فروق ذات دلالة إحصائية في اثر استخدام الأسلوب الامري على تعلم بعض مهارات الحركات الأرضية في الجمار الفني لدى طالبات كلية التربية الرياضية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي حيث وصلت النسبة المئوية للتغير (71.42%) في مهارة العجلة و(67.71%) في مهارة الشقلبة العربية، كما أظهرت نتائج الدراسة انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اثر استخدام الأسلوب التدريبي على تعلم بعض مهارات الحركات الأرضية في الجمار الفني لدى طالبات كلية التربية الرياضية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي حيث وصلت النسبة المئوية للتغير (133.3%) في مهارة الشقلبة العربية و(115.7%) في مهارة العجلة.

- قام الشنطي وآخرين (2016) بدراسة هدفت التعرف إلى أثر استخدام الأسلوب التبادلي وأسلوب التطبيق الذاتي في تنمية الإدراك الحس حركي لبعض مهارات كرة السلة لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة تكونت من (63) طالبا وطالبة من طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية والمسجلين في مساق كرة سلة (1) تم توزيعهم على مجموعتين متكافئتين ومتساويتين للذكور وللإناث كل على حده، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دلالة إحصائية في مستوى الادراك الحس حركي بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في جميع المتغيرات في المجموعات الثلاثة للطلاب والطالبات كل على حده، وأظهرت نتائج تحليل التباين الأحادي وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الادراك الحس حركي على القياس البعدي لدى أفراد المجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة ذكور في جميع أختبارات الادراك الحس حركي ما عدا اختبار (مهارة التمريرة الصدرية (الدوائر الرقمية).

- في حين أجرت البطيخي (2013) دراسة حول أثر استخدام أسلوب التدرّس التبادلي و الأمرى على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطاولة، حيث هدفت الدراسة إلى التعرف إلى استخدام أسلوب التدرّس الأمرى والتبادلي على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطاولة وهي الضربة الخلفية والأمامية والإرسال، حيث استخدمت الباحثة الأسلوب التجريبي ذو تصميم المجموعات المتكافئة، حيث تكونت عينة الدراسة من الطلبة المسجلين لمساق كرة الطاولة حيث خضعت الشعبة الأولى المكونة من (15) طالبا لأسلوب التدرّس الأمرى والشعبة الثانية التي تكونت من

(14) طالبا لأسلوب التدريس التبادلي وتم استخدام برنامج (SPSS) لإيجاد المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واستخدام اختبار (T)، وأسفرت النتائج أن أسلوب التدريس التبادلي و الأمرى قد حسن في تعليم بعض مهارات كرة الطاولة وأن للأسلوب التبادلي أثر أكبر من الأسلوب الأمرى.

- بينما قام **خلف وذيابات (2013)** بدراسة حول أثر استخدام أسلوب التدريس الأمرى والتبادلي في تعليم بعض المهارات الأساسية لكرة الطاولة للمبتدئين ومعرفة الأسلوب الأكثر فاعلية في عملية التعلم، حيث أجريت الدراسة على عينة مكونة من (36) متعلما من طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك، حيث قسمت العينة إلى مجموعتين مجموعة تجريبية (18) طالبا، استخدمت الأسلوب الأمرى في التعليم، ومجموعة ضابطة استخدمت الأسلوب التبادلي، وتم استخدام المنهج التجريبي للدراسة وأظهرت النتائج أن الأسلوب الأمرى والتبادلي لهما تأثير إيجابي وفعال في تعليم المبتدئين لبعض مهارات كرة الطاولة، وكان الأسلوب التبادلي له فاعلية واضحة في عملية التعلم للمهارات وخاصة الضربتين الرافعة الأمامية والرافعة الخلفية.

- قام **المصري (2012)** بدراسة هدفت إلى التعرف على اثر استخدام أسلوب (الاحتواء) التدريسي على الأداء المهاري لمهارتي دفع الجلة والوثب الثلاثي في ألعاب القوى، تكونت عينة الدراسة من (36) تلميذ من تلاميذ الصف العاشر من مرحلة التعليم الأساسي بمدينة رفح، تم تقسيمهم لمجموعتين متكافئتين، حيث استخدمت المجموعة الأولى أسلوب الاحتواء والمجموعة الثانية أسلوب التدريس التقليدي، ولغرض تحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة الدراسة، وتم استخدام الأساليب الإحصائية المتوسطات الحسابية، الانحراف المعياري، اختبار بيرسون، واختبار (T-Test) للمجموعات غير المرتبطة، أظهرت نتائج الدراسة فعالية استخدام أسلوب الاحتواء في تعلم مهارتي دفع الجلة والوثب الثلاثي في ألعاب القوى لتلاميذ الصف العاشر من مرحلة التعليم الأساسي، كما أوصت الدراسة باستخدام أسلوب الاحتواء لمهارات وفئات عمرية أخرى لمعرفة مدى تأثيره عليها.

- قام شاكر بدراسة (2010) هدفت التعرف إلى أثر التدريس باستخدام أسلوب التدريس التبادلي على تعلم سباحة الزحف على البطن، لدى طالب كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية. وتحقيقاً لهدف الدراسة استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو المجموعة التجريبية الواحدة لناسبته وطبيعة أهداف الدراسة، حيث طبقت الدراسة على عينة بلغ حجمها (20) طالبا من الطالب المسجلين في مساق السباحة (1) للعام الجامعي (2009-2010)، وقدمت تطبيق البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب التدريس التبادلي مدة (8) أسابيع على عينة الدراسة لاختبار صحة فرض الدراسة عوجلت بياناتها إحصائياً باستخدام اختبار (Test-T) وقد أظهرت نتائج الدراسة ما يلي: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي وفي ضوء نتائج الدراسة أوصى الباحث مجموعة من التوصيات منها: استخدام أسلوب التدريس التبادلي في تدريس السباحة و المواد العملية الأخرى، وإجراء مزيد من الدراسة حول التعليم التبادلي في تدريس طرق السباحة الأخرى.

- قام كلا من سعيد وسلمان (2010) بدراسة هدفت التعرف إلى تأثير استخدام أسلوبي التعلم التبادلي والتنافس المقارن في تعلم مهارتي الإرسال والاستقبال في كرة الطائرة، وقد استخدم المنهج التجريبي واشتملت العينة على (45) طالبا بواقع (15) لكل مجموعته وقد أظهرت النتائج تفوق أسلوب التنافس المقارن في تعلم واكتساب تلك المهارتين ومن ثم الأسلوب التبادلي فالأسلوب الامري. ولقد توصل الباحثان إلى الاستنتاجات الآتية:

- 1 -ظهرت فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في الأساليب الثلاثة، مما يؤشر وجود تأثير بدرجات مختلفة في تعلم مهارتي الإرسال والاستقبال
- 2 -تشير الجداول الخاصة بتسلسل عام لتأثير الأساليب الثلاثة في تعلم مهارتي الإرسال في كرة الطائرة، وكانت على التوالي لأسلوب التنافس المقارن بالدرجة الأولى ولأسلوب التبادلي بالدرجة الثانية ثم الأسلوب الامري بالمرتبة الثالثة لمهارتي الإرسال والاستقبال في كرة الطائرة.

- فيما أجرت **مفلح ومسمار (2010)** دراسة هدفت لبناء برنامج تعليمي يتعلق بالأسلوب التطبيقي بتوجيه المدرس وفاعلية استخدامه في تعليم مهارة الشقبة الجانبية، وتأثير البرنامج التعليمي في تحسين الأداء التدريسي والكفاية المعرفية المتعلقة في الأسلوب التطبيقي بتوجيه المدرس لدى أفراد عينة الدراسة، واستخدم الباحثان المنهج التجريبي ذو المجموعتين التجريبتين والضابطة للقياس القبلي والبعدي، واشتملت عينة الدراسة (28) طالبا وطالبة من طلبة مساق طرق وأساليب التدريس في الجامعة الأردنية حيث تم تقسيمهم إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية، ومن ثم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وتم تصميم البرنامج التعليمي متعلق بالأسلوب التطبيقي بتوظيف إستراتيجية التدريس المصغر الخاص بالطلبة المعلمين، وبناء اختبار معرفي متعلق بالأسلوب المعنى، وإعداد بطاقة ملاحظة لقياس الأداء التدريسي، ومن أبر النتائج التي آلت إليها الدراسة أن البرنامج التعليمي أظهر تأثير معنويا حيث كانت الفروق لمصلحة القياس البعدي في حين لم يظهر البرنامج التعليمي أية فروق معنوية بين متوسط نتائج الطالبات المعلمات والطلاب المعلمين تحديدا في القياس البعدي، وأوصت الدراسة تدريب الطلبة المعلمين على توظيف الأساليب الحديثة في التدريس مادة التربية الرياضية وباستخدام إستراتيجية التدريس المصغر.

- **قام علي (2008)** بدراسة هدفت التعرف إلى تأثير استخدام كل من أسلوبَي التعليم (التعاوني، التبادلي) على مستوى أداء بعض المهارات الهجومية لكرة اليد، ومعرفة دلالة الفروق بين أسلوب التعلم (التعاوني، التبادلي) على بعض المهارات الهجومية في كرة اليد. وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وهم الطلاب المسجلين في المجموعتين (1، 2) لمقرر كرة اليد (1) بقسم التربية البدنية والرياضية بكلية التربية الأساسية في الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت والبالغ عددهم (38) طالبا لمجموعتين تجريبتين وقد أظهرت نتائج الدراسة أن كلا من أسلوبَي التعلم (التعاوني، التبادلي) لهما تأثير ايجابي وفعال على تنمية بعض المهارات الهجومية في كرة اليد، ودلت النتائج أن البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب التعلم التعاوني له الأثر الأكبر من أسلوب التعليم التبادلي على تعليم وتنمية بعض المهارات الهجومية في كرة اليد.

- وقام سلامة وآخرين (2008) بدراسة أثر استخدام أسلوب التطبيق الذاتي والإكتشاف الموجه على تحسين الأداء في مهارتي الضربة الأمامية القاطعة والضربة الخلفية القاطعة في كرة الطاولة لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في الجامعة الهاشمية، حيث تكونت عينة الدراسة من (40) من كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في الجامعة الهاشمية، وتم تقسيمهم بالطريقة العشوائية الى قسمين (20) طالباً للمجموعة الأولى استخدم فيها أسلوب التقييم الذاتي، والمجموعة الثانية (20) طالباً استخدم فيها أسلوب الاكتشاف الموجه، حيث هدفت الدراسة التعرف إلى أثر أسلوب التقييم الذاتي والإكتشاف الموجه على تحسين مهارات كرة الطاولة الأساسية وخاصة مهارة الضربة القاطعة والضربة الخلفية القاطعة، وأسفرت النتائج أن هناك تأثير إيجابي لأسلوب الاكتشاف الموجه والتقييم الذاتي ، وكما أظهرت النتائج إن أسلوب التقييم الذاتي له أفضلية أكثر من أسلوب الإكتشاف الموجه في تحسين مهارتي الضربة الخلفية القاطعة والضربة الأمامية القاطعة في كرة الطاولة.

- قام كلا من الربابعة ومسمار (2006) بدراسة هدفت التعرف إلى تأثير التعلم الامري على تعلم مهارة العجلة البشرية، والفروق في التعليم تبعا لمتغير الصف والمدرسة، وتكونت العينة من الصفين السابع (135) طالبا والصف التاسع (132) طالب من مدرستين من محافظة الطفيلة الأردنية، وقسموا الى مجموعات صغيرة تعمل بطريقة التعلم الزمري وقد أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الصفين في اداء المهارة ولكن هناك تفوق بسيط للصف السابع، ودلت النتائج فروق جزئية بين المدرستين في الجزء الثالث من المهارة ولصالح مدرسة بصيرا الثانوية الشاملة للبنين .

- وفي حين أجرى لين (Cheng lin,2005) دراسة هدفت إلى مقارنة استخدام أسلوبين من أساليب موستن هما الأسلوب الأمري والأسلوب التطبيقي بتوجيه المدرس وذلك على عينه قوامها(40) طالبا اشترك في معسكر تدريب، حيث قسمت العينة إلى مجموعتين، مجموعة باستخدام الأسلوب التطبيقي بتوجيه المدرس، ومجموعة استخدم الأسلوب الأمري، وتوصل الباحث أن هناك فروق معنوية بين المجموعتين في الاختبارات الذاتية ولصالح المجموعة التي استخدمت الأسلوب التطبيقي بتوجيه المدرس

- قام مورجان وآخرون (Morgan,etal,2005) بدراسة هدفت إلى فحص أثر بعض أساليب التدريس على السلوكيات التدريسية التي تؤثر على استجابات الطلاب العقلية والعاطفية في التربية الرياضية، تكونت عينة الدراسة من أربعة معلمين متدربين و(92) طالباً وطالبة (47 طالباً و45 طالبة) تم اختيارهم من مدرستين في المملكة المتحدة. قام معلم متدرب بتدريس الطلاب باستخدام ثلاثة أساليب تدريسية مختلفة (الأمري، التبادلي، والاكتشاف الموجه) وتم تصوير هذه الدروس على شرائط فيديو، وقد أشارت النتائج إلى أن الأسلوبين التبادلي، والاكتشاف الموجه، أدت إلى إتقان الأداء بشكل أفضل، وإلى تحسن استجابات الطلاب العقلية والعاطفية وتكيفهم بشكل أفضل من الأسلوب الأمريكي .

- قام عبده (2005) بدراسة هدفت التعرف الى تأثير استخدام أسلوب التعلم بتوجيه الأقران على بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، وكذلك تأثير استخدام أسلوب التعلم التعاوني على بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، وكذلك الفروق بين الاساليب الثلاثة على تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، واستخدم الباحثان المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي لثلاثة مجموعات تجريبية لمناسبتها لطبيعة هذه الدراسة، وتم إجراء هذا البحث على عينة عمدية من طلاب الفرقة الأولى البالغ عددهم (436) طالب وطالبة وتم اختيار شعبتين لكل مجموعة تجريبية وبلغ عدد العينة (120) طالب وبعد استبعاد الطلاب اللاعبين والطلاب الباقين للإعادة والطلاب الغير منتظمين في الدراسة أصبحت عينة البحث (60) طالب مقسمة على ثلاث مجموعات تجريبية)، ومن أهم النتائج التي توصل اليها الباحثان وجود فروق دالة إحصائية بين القياسيين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية الأولى (أستخدمت أسلوب التعلم بتوجيه الأقران) في المتغيرات المهارية(التمرير من أعلى، التمرير من أسفل، الأرسال من أعلى)، وجود فروق دالة إحصائية بين القياسيين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية الثانية (أستخدمت أسلوب التعلم التعاوني) في المتغيرات المهارية(التمرير من أعلى، التمرير من أسفل، الأرسال من أعلى)، وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين الأولى والثانية في المتغيرات المهارية (التمرير من أعلى، التمرير من أسفل، الإرسال من أعلى)، و وجود فروق دالة إحصائية

بين المجموعتين الثانية والثالثة لصالح التجريبية الثالثة في المتغيرات المهارية (التمرير من أعلى، التمرير من أسفل، الإرسال من أعلى) .

- قام الحايك (2004) بدراسة وهدفت التعرف الى اثر استخدام إستراتيجية التعلم التعاوني في تدريس كرة السلة على مفهوم الذات بأبعاده الثلاثة لطلبة كلية التربية الرياضية واتجاهاتهم نحو مادة كرة السلة، وتكونت عينة الدراسة من (49) طالبا وطالبة من المسجلين في مساق كرة السلة، ودلت نتائج الدراسة الى وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس مفهوم الذات ومقياس الاتجاهات ولصالح المجموعة التجريبية، ودلت النتائج الى عدم وجود فروق دالة إحصائية على المقياسين تعزى لمتغير الجنس.

- قام أمين و يونس (2004) بدراسة هدفت التعرف الى تأثير استخدام أسلوب التعلم التعاوني على مستوى الأداء المهاري لبعض مهارات الكرة الطائرة لطلبة قسم التربية الرياضية بجامعة الأزهر، وكان الهدف من الدراسة التعرف إلى تأثير استخدام أسلوب التعلم التعاوني في تعلم بعض مهارات كرة الطائرة ممثلة (الإعداد باليدين من أعلي - الضرب الساحق - حائط الصد في كرة الطائرة) بكلية التربية بجامعة الأزهر، وشملت عينة الدراسة (60) طالباً، و استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين الأولى ضابطة والأخرى تجريبية، حيث تفوقت المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة، ويوصي الباحث باستخدام تطبيق أسلوب التعلم التعاوني على مهارات كرة الطائرة واستخدام أساليب تدريس معاصرة تتماشى مع تطور لعبة كرة الطائرة العالمية الحديثة .

- قام كلا من المفتي والكاتب (2004) بدراسة هدفت التعرف الى اثر استخدام أساليب التدريس على مستوى تعلم مهارة السباحة الحرة، وتضمنت عينة البحث (20) طالبة في المجموعة التجريبية و(20) طالبة في المجموعة الضابطة، وتم التجانس بينهما في اختبار الطفو لمسافة في الاختبار بعدها تم تطبيق أساليب التدريس المقترحة على المجموعة التجريبية والأسلوب الاعتيادي على المجموعة الضابطة، ثم اجري اختبار للأداء الفني لمسافة (5م) بالاستعانة بعدد من الخبراء في

رياضة السباحة وقد توصلت الدراسة إلى أن استخدام أساليب التدريس (الامري والتبادلي وفحص النفس والتضمين) يؤثر ايجابيا في مستوى تعلم السباحة الحرة للطلّابات .

- أجريت ربيع (2004) دراسة هدفت التعرف الى تأثير استخدام أسلوب التعلم التعاوني علي الأداء الحركي والتحصيل المعرفي لبعض المهارات الأساسية في البالية لطلّابات شعبة التدريس بكلية التربية الرياضية بطنطا، حيث هدفت الدراسة للتعرف إلى تأثير أسلوب التعلم التعاوني في الأداء الحركي والتحصيل المعرفي لبعض المهارات الأساسية في البالية) حركات السند ودوران الرجل على الأرض، واستخدم الباحث المنهج التجريبي من خلال تقسيم الطلبة إلى مجموعتين (تجريبية وضابطة) ، وتم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية من طالّابات كلية التربية الرياضية بطنطا، وكان قوامها (120) طالبة، وجاءت النتائج تفوق المجموعة التجريبية (مجموعة الدراسة) على المجموعة الضابطة، وكان أهم التوصيات تطبيق أسلوب التعلم التعاوني علي مهارات البالية، وكذلك استخدام الأسلوب نفسه على ألعاب أخرى .

- قام خضير(2001) بدراسة هدفت التعرف الى اثر استخدام أسلوبى التطبيق بتوجيه الأقران والتطبيق الذاتي على بعض المكونات البدنية والمهارية للمبتدئين في كرة اليد وهدفت إلى التعرف على تأثير كلا من أسلوبى التطبيق بتوجيه الأقران والتطبيق الذاتي على بعض المكونات البدنية والمهارية للمبتدئين في كرة اليد واستخدم الباحث المنهج التجريبي وتم اختيار عينة البحث بالطريق العشوائية لعينة قوامها (60) طالبا من طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية ببور سعيد تم تقسيمهم إلى 3 مجموعات متساوية،مجموعتان تجريبيتان والثالثة ضابطة وكان من أهم النتائج أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران له تأثير إيجابي أفضل من أسلوب التطبيق الذاتي والأسلوب التقليدي فى تنمية بعض الصفات البدنية والمهارية قيد الدراسة.

التعليق على الدراسات السابقة:

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة تبين أن هناك تشابه بين هذه الدراسة والدراسات السابقة، الأمر الذي ساعد الباحثة في التوصل إلى ما يلي:

- أغلب الدراسات السابقة اتبعت المنهج التجريبي ذو التصميم الواحدة، أو ذو المجموعتين (الضابطة-تجريبية) أو ثلاث مجموعات مثل دراسة كل من (سوالمة، 2018)، (الأطرش وآخرين، 2017)، (قطب، وآخرين، 2017)، (الشنطي وآخرين، 2016)، (خلف وذيابات، 2013)، (البطيخي، 2013)، (المصري، 2012)، (شاكر، 2010)، (سعيد وسلمان، 2010)، (مفلح ومسمار، 2010)، (علي، 2008)، (لين، 2005)، (مورجان وآخرون، 2005)، (عبده، 2005)، (الريابعة ومسمار، 2006)، (الحايك، 2004)، (أمين ويونس، 2004)، (والمفتى والكاتب، 2004)، (ربيع، 2004)، (خضير، 2001).

- أجريت هذه الدراسات على عينات من فئات ومستويات مختلفة من طلاب وطالبات ذوي قدرات وكفاءات عالية ومتفاوتة وناشئين ومبتدئين، وأجريت الدراسات السابقة على متغيرات مختلفة مثل: (اللعبة، الجنس، التحصيل الدراسي) وغيرها، تتراوح حجم العينة في بيئات مختلفة في الدراسات السابقة من (2-140).

- تبعا للفئات العمرية التي تناولتها الدراسات السابقة كانت تتراوح أعمارهم من (6-31) عام.

- ومن خلال الاطلاع على الدراسات السابقة مثل دراسة خلف وذيابات (2013)، والمصري (2012)، ولين (2005)، تم تحديد الأدوات والوسائل التعليمية المستخدمة في تطبيق الاختبارات والبرنامج التعليمي .

- اتفقت نتائج الدراسات السابقة على أهمية التنوع واستخدام أساليب التدريس الحديثة في تعلم المهارات الرياضية والمجالات الأخرى.

- أكدت الدراسات السابقة على أهمية إجراء المزيد من البحوث والدراسات حول أهمية استخدام وابتكار أساليب تدريسية حديثة في التعليم .

وترى الباحثة ومن خلال اطلاعها على هذه الدراسات أن الباحثين استخدموا المنهج التجريبي، وذلك لملائمته لطبيعة مثل هذه الدراسات، وقد بينت معظم هذه الدراسات نجاحه وفائدة الأساليب التي تستخدمها الباحثة في الدراسة الحالي (التبادلي، متعددة المستويات) في تعلم المهارات الرياضية في الألعاب المختلفة .

- أما من حيث الأهداف، فقد تنوعت أهداف هذه الدراسات كل حسب نوع الدراسة فمنه ما تناول التعرف على أثر الأسلوبين الأمري والتبادلي على كرة الطاولة كما ورد في (ذيابات وخلف 2013)، ومنه ما تعرف على أثر الأسلوبين التعاوني والتبادلي كما أشار (شاكر، 2010) ومنها ما تعرف على أثر الأساليب التعاوني والتبادلي على كرة اليد كما بين (علي، 2008)، وغيرها من هذه الدراسات.

وقد تميزت الدراسة الحالية عن الدراسة السابقة ما يلي:

1- تميزت هذه الدراسة على حد علم الباحثة أنها من الدراسات القليلة في فلسطين التي تناولت كرة الطائرة، وتأثير أساليب التدريس المختلفة، وأهم ما يميزها أنها استخدمت فيها الباحثة أسلوب التدريس.

2- امتازت هذه الدراسة في التعرف على فاعلية استخدام أسلوب تدريس (التبادلي، متعدد المستويات) على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة لطلاب السنة الأولى في جامعة النجاح الوطنية مساق طائرة (1) مما يتيح فرصة للمعلم بين والباحثين سواء في الجامعات أو المدارس الاستفادة من هذا البرنامج .

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

- منهج الدراسة
- مجتمع الدراسة
- عينة الدراسة
- أدوات الدراسة
- متغيرات الدراسة
- إجراءات الدراسة
- المعالجات الإحصائية

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

الطريقة والإجراءات:

يتألف هذا الفصل من المنهج المتبع في الدراسة ومجتمعها وعينتها وأدواتها والمعاملات العلمية للاختبارات والإجراءات المستخدمة في الدراسة ومتغيراتها والمعالجات الإحصائية.

منهج الدراسة:

استخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي بإحدى تصاميمه القياسين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبيتين نظرا لملائمته مع أغراض الدراسة.

مجتمع الدراسة:

اشتمل مجتمع الدراسة على جميع طالبات التربية الرياضية المسجلات في مساق طائفة (1) في الفصل الدراسي الأول من العام الأكاديمي (2019-2020) والبالغ عددهن ما يقارب (55) طالبة.

عينة الدراسة:

أجريت الدراسة على عينة قوامها (22) طالبة من طالبات التربية الرياضية تم اختيارهن بالطريقة القصدية من مجتمع الدراسة، حيث تم توزيعهن بالتساوي إلى مجموعتين تجريبيتين، حيث تعلمت المجموعة التجريبية الأولى بالأسلوب التبادلي، أما المجموعة التجريبية الثانية تعلمت بالأسلوب متعدد المستويات، والجدول (1) يبين خصائص وتجانس عينة الدراسة تبعا لمتغيرات العمر والوزن وطول القامة. أما الجدول رقم (2) يبين التكافؤ بين المجموعتين التجريبيتين على القياس القبلي للمهارات الأساسية في الكرة الطائرة قيد الدراسة.

الجدول رقم (1): تجانس وخصائص أفراد عينة الدراسة (ن=22).

المتغيرات	المتوسط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
العمر (سنة).	18.32	0.48	0.839
الوزن (كغم).	58.27	4.09	0.576
طول القامة (سم).	159.18	5.32	0.261

تشير نتائج الجدول (1) أن قيم معامل الالتواء لمتغيرات العمر والوزن وطول القامة جاءت ما بين (± 3) ، والذي يؤكد على خضوع عينة الدراسة للتوزيع الطبيعي المعتدل وتجانسها.

وللتأكد من التكافؤ بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على القياس القبلي لمتغيرات الدراسة، تم استخدام اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين، ونتائج الجدول رقم (2) تبين ذلك.

الجدول رقم (2): التكافؤ بين أفراد المجموعتين التجريبيتين على القياس القبلي للمهارات الأساسية في الكرة الطائرة قيد الدراسة (ن = 22).

المجموعة التجريبية	الأولى (الأسلوب التبادلي) (ن = 11)		الثانية (متعدد المستويات) (ن = 11)		قيمة (ت)	مستوى الدلالة *
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف		
التمرير من أعلى	7.55	2.58	7.73	2.05	0.183-	0.857
التمرير من أسفل	7.09	1.30	7.27	1.85	0.267-	0.792
الارسال من أسفل المواجه	7.36	1.36	7.45	1.51	0.148-	0.884
الارسال من أسفل الجانبي	8.36	1.86	8.91	1.70	0.718-	0.481

* دال إحصائيا عند مستوى الدلالة $(\alpha \geq 0.05)$.

من خلال الاطلاع على نتائج الجدول (2) يتبين أنه يوجد تكافؤ بين أفراد المجموعتين التجريبيتين على القياس القبلي للمهارات الأساسية في الكرة الطائرة قيد الدراسة قبل البدء بالتعلم، حيث لم تكن هنالك فروق دالة إحصائية بينهما عند $(\alpha \geq 0.05)$ في جميع المتغيرات المهارية.

أدوات الدراسة:

أولاً: البرنامج التعليمي المقترح.

قامت الباحثة بتصميم برنامج تعليمي مقترح محتوي على أسلوبيين من أساليب التدريس وهما الأسلوب التبادلي والأسلوب متعدد المستويات. حيث تلقت المجموعة التجريبية الأول تعليمها بالأسلوب التبادلي، أما المجموعة التجريبية الثانية تلقت تعليمها بالأسلوب متعدد المستويات، وتم تطبيق البرنامج التعليمي لمدة ثمانية أسابيع وبواقع ثلاثة وحدات تعليمية أسبوعياً.

ثانياً: الاختبارات المهارية:

اشتملت المتغيرات المهارية على ما يلي:

1- مهارة التمرير من أعلى:

اسم الاختبار: تكرار التمرير من أعلى.

الهدف من الاختبار: قياس مهارة التمرير من أعلى.

طريقة الأداء: تقف الطالبة أمام الحائط على بعد (1.80) متر، وبعد سماع الصافرة تقوم بالتمرير من أعلى باستمرار على الحائط دون توقف بشرط أن تضرب الكرة أعلى الخط المرسوم على الحائط والذي يبتعد ثلاثة أمتار عن الأرض.

التسجيل: يسجل للطالبة عدد التكرارات الصحيحة خلال زمن قدره (30) ثانية. (حسانين وعبد المنعم، 1997).

2- مهارة التمرير من أسفل:

اسم الاختبار: تكرار التمرير من أسفل.

الهدف من الاختبار: قياس مهارة التمرير من أسفل.

طريقة الأداء: تقف الطالبة أمام الحائط على بعد (1.80) متر، وبعد سماع الصافرة تقوم بالتمرير من أسفل باستمرار على الحائط دون توقف بشرط أن تضرب الكرة أعلى الخط المرسوم على الحائط والذي يبتعد ثلاثة أمتار عن الأرض عن الأرض.

التسجيل: يسجل للطالبة عدد التكرارات الصحيحة خلال زمن قدره (30) ثانية. (حسانين وعبد المنعم، 1997).

3- مهارة الإرسال من أسفل المواجه.

اسم الاختبار: الإرسال من أسفل المواجه.

الهدف من الاختبار: قياس دقة الإرسال من أسفل المواجه.

طريقة الأداء: تقف الطالبة في منطقة الإرسال خلف الحد النهائي لملاعب الكرة الطائرة، وبعد ذلك تقوم بالإرسال بشكل قانون إلى النصف الثاني من الملعب من فوق الشبكة، حيث تؤدي الإرسال خمسة مرات متتالية بعد سماع كل صافرة.

التسجيل: يسجل للطالبة عدد الدرجات التي حصلت عليها بعد تأدية خمسة إرسالات، حيث أن أقصى درجة هي (25) وتتنوع كالتالي: إذا سقطت الكرة في مركز (5) يسجل خمسة درجات، وفي مركز (1) يسجل أربعة درجات، وفي مركز (6) يسجل ثلاثة درجات، وفي مركز (4) يسجل درجتان، وفي مركز (2) يسجل درجة واحدة. وإذا لم تعبر الكرة الشبكة أو كانت خارج الملعب يسجل صفر، ويسجل العلامة الأعلى إذا لمست الكرة الخط بين منطقتين. (حسانين وعبد المنعم، 1997).

4- مهارة الإرسال من أسفل الجانبي.

اسم الاختبار: الإرسال من أسفل الجانبي.

الهدف من الاختبار: قياس دقة الإرسال من أسفل الجانبي.

طريقة الأداء: تقف الطالبة في منطقة الإرسال خلف الحد النهائي لملاعب الكرة الطائرة، وبعد ذلك تقوم بالإرسال بشكل قانوني إلى النصف الثاني من الملعب من فوق الشبكة، حيث تؤدي الإرسال خمسة مرات متتالية بعد سماع كل صافرة.

التسجيل: يسجل للطالبة عدد الدرجات التي حصلت عليها بعد تأدية خمسة إرسالات، حيث أن أقصى درجة هي (25) وتتنوع كالآتي: اذا سقطت الكرة في مركز (5) يسجل خمسة درجات، وفي مركز (1) يسجل أربعة درجات، وفي مركز (6) يسجل ثلاثة درجات، وفي مركز (4) يسجل درجتان، وفي مركز (2) يسجل درجة واحدة. وإذا لم تعبر الكرة الشبكة أو كانت خارج الملعب يسجل صفر، ويسجل العلامة الأعلى اذا لمست الكرة الخط بين منطقتين. (حسانين وعبد المنعم، 1997).

ثالثاً: الأدوات المستخدمة:

ملعب كرة طائرة قانوني، كرات طائرة قانونية، صافرة، اقماع، أطواق، ساعة إيقاف، مقاعد سويدية، اشرطة فسفورية.

المعاملات العلمية للاختبارات:

أ- الصدق:

تم عرض البرنامج التعليمي المقترح للأسلوب (التبادلي ومتعدد المستويات) في الدراسة على مجموعة من المحكمين والخبراء في مجال التربية الرياضية من الجامعات الفلسطينية من أجل التحقق من صحة الأداة و تعديل ما يرونه مناسباً بعد التحكيم تم اعتماد البرنامج التعليمي والملحق رقم (2) يوضح أسماء المحكمين ورتبهم وأماكن عملهم وتخصصاتهم .

ب- الثبات:

وللتأكد من ثبات الاختبارات للمهارات الأساسية في الكرة الطائرة قيد الدراسة تم تطبيق الاختبارات وإعادتها من قبل عينة استطلاعية تكونت من (10) طالبات تربية رياضية من مجتمع

الدراسة، وكانت المدة الزمنية التي تفصل بين التطبيقين أسبوع، وللوصول إلى معاملات الثبات استخدمت الباحثة معامل الارتباط بيرسون، كما هو موضح في الجدول رقم (3).

الجدول رقم (3): معامل الثبات للمهارات الأساسية في الكرة الطائرة قيد الدراسة.

المتغيرات المهارية	معامل الثبات	الصدق الذاتي
التمرير من أعلى	**0.90	0.948
التمرير من أسفل	**0.87	0.932
الارسل من أسفل المواجه	**0.88	0.938
الارسل من أسفل الجانبي	**0.87	0.932

* دال إحصائيا عند مستوى الدلالة $(0.05 \geq \alpha)$ ، ** دال إحصائيا عند $(0.01 \geq \alpha)$.

تشير نتائج الجدول (3) أن معاملات الثبات لمهارة الكرة الطائرة قيد الدراسة تراوحت بين (0.87 - 0.90) وتراوحت قيم صدقها الذاتي بين (0.932 - 0.948)، وكانت جميعها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة $(0.01 \geq \alpha)$. وبالتالي يمكن الاستفادة من هذه الاختبارات في تحقيق اهداف الدراسة.

متغيرات الدراسة:

- المتغير المستقل:

تمثل المتغير المستقل في أثر البرنامج التعليمي القائم باستخدام أسلوب التدريس التبادلي ومتعدد المستويات.

- المتغير التابع:

تمثل المتغير التابع في بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة وهي: (التمرير من أعلى، التمرير من أسفل، الارسل من أسفل المواجه، الارسل من أسفل الجانبي).

اجراءات الدراسة:

قامت الباحث باجراء الدراسة وفقا للخطوات الآتية:

- الاطلاع على الأدب التربوي وتحديد موضوع الدراسة.
- تحديد مجتمع وعينة الدراسة والتأكد من وجود التجانس في عينة الدراسة.
- تحديد الاختبارات المهارية والتأكد من تحقيق شروطها العلمية قبل البدء بالبرنامج التعليمي المقترح.
- اجراء القياسات القبلية قبل تطبيق البرنامج التعليمي والتأكد من التكافؤ في متغيرات الدراسة بين أفراد المجموعتين التجريبيتين.
- تطبيق البرنامج التعليمي المقترح لمدة ثمانية أسابيع بواقع ثلاثة وحدات تعليمية أسبوعيا لكلا المجموعتين.
- اجراء القياسات البعدية لمتغيرات الدراسة بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج التعليمي.
- تم ادخال البيانات وتبويبها وترميزها الى الحاسب الالى ومعالجتها احصائيا باستخدام برنامج الرزم الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS).

المعالجات الاحصائية:

تكونت المعالجات الإحصائية مما يلي:

- المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الالتواء.
- اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين لدلالة الفروق بين أفراد المجموعتين التجريبيتين على القياسين القبلي والبعدي لمتغيرات الدراسة.
- اختبار (ت) للأزواج لدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي.
- معامل الارتباط بيرسون للتأكد من ثبات الاختبارات المهارية.

الفصل الرابع

عرض نتائج الدراسة

الفصل الرابع

عرض نتائج الدراسة

نتائج الدراسة

أولاً: نتائج للتساؤل الأول:

ما فاعلية منهج تعليمي قائم باستخدام الأسلوب التبادلي على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة لدى أفراد المجموعة التجريبية الأولى؟

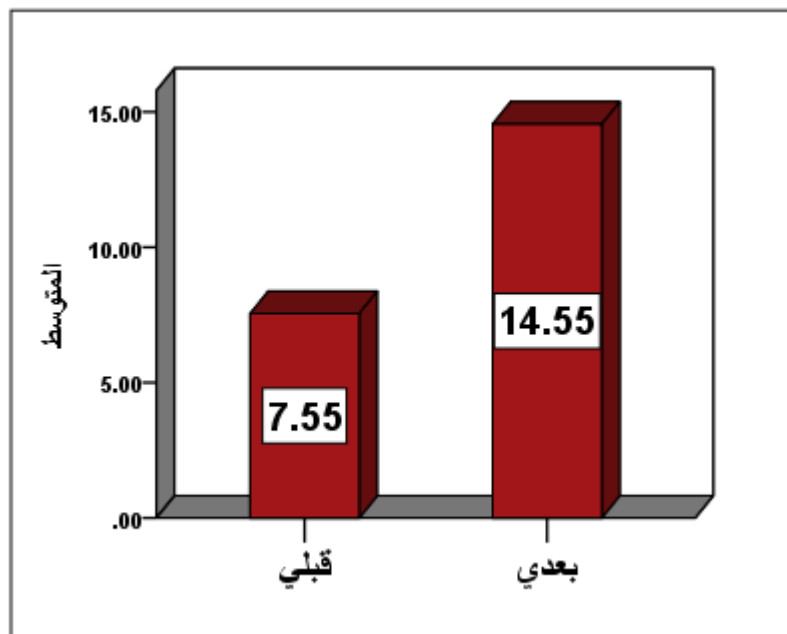
وللتعرف إلى اثر الأسلوب التبادلي في تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة ولدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لمتغيرات الدراسة، تم استخدام اختبار (ت) للأزواج (Paired samples t- test)، ونتائج الجدول () تظهر ذلك.

الجدول رقم (4): الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في متوسطات المتغيرات المهارية لدى أفراد المجموعة التجريبية الأولى (ن = 11).

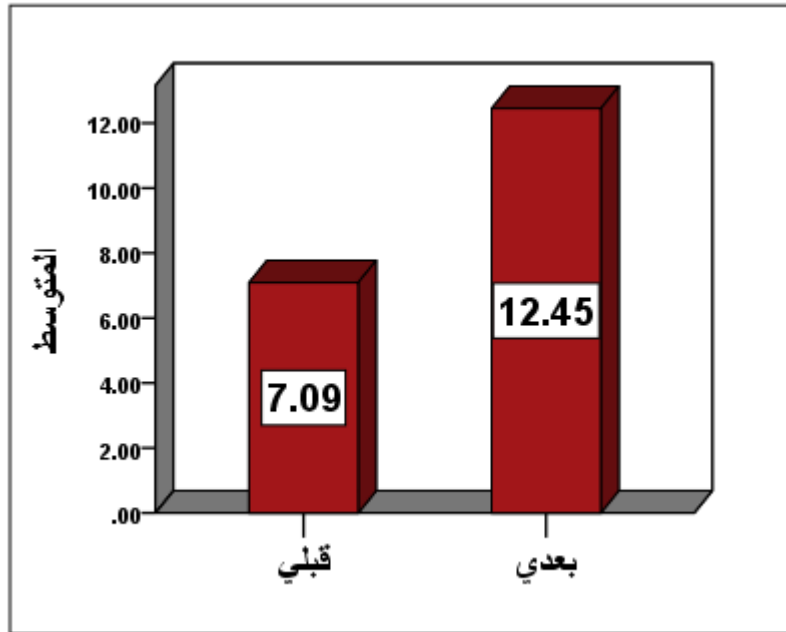
المتغيرات المهارية	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت)	مستوى الدلالة *	نسبة التحسن %
		المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف			
التمرير من أعلى	مرة	7.55	2.58	14.55	3.91	11.06	*0.000	92.71
التمرير من أسفل	مرة	7.09	1.30	12.45	1.92	19.24	*0.000	75.59
الارسل من أسفل المواجه	درجة	7.36	1.36	16.27	3.47	10.14	*0.000	121.05
الارسل من أسفل الجانبي	درجة	8.36	1.86	15.18	2.18	20.96	*0.000	81.57

* دال إحصائيا عند مستوى الدلالة $(\alpha \geq 0.05)$.

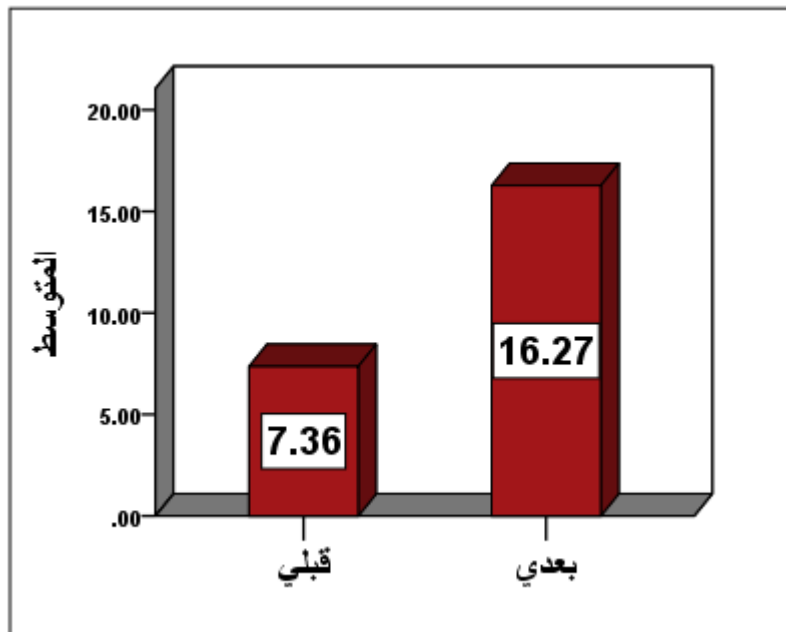
تشير نتائج الجدول (4) إلى وجود أثر إيجابي دال إحصائياً للمنهج التعليمي المقترح باستخدام الأسلوب التبادلي في تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، حيث كانت المتوسطات الحسابية في القياس البعدي أفضل من المتوسطات الحسابية في القياس القبلي في جميع المتغيرات المهارية المدروسة، وجاءت جميعها دالة إحصائياً عند $(\alpha \geq 0.05)$ ، وكانت النسبة المئوية للتحسن كالتالي: (التمرير من أعلى (92.71%)، التمرير من أسفل (75.59%)، الإرسال من أسفل المواجهه (121.05%)، الإرسال من أسفل الجانبي (81.57%)). والأشكال البيانية (1،2،3،4) تظهر ذلك.



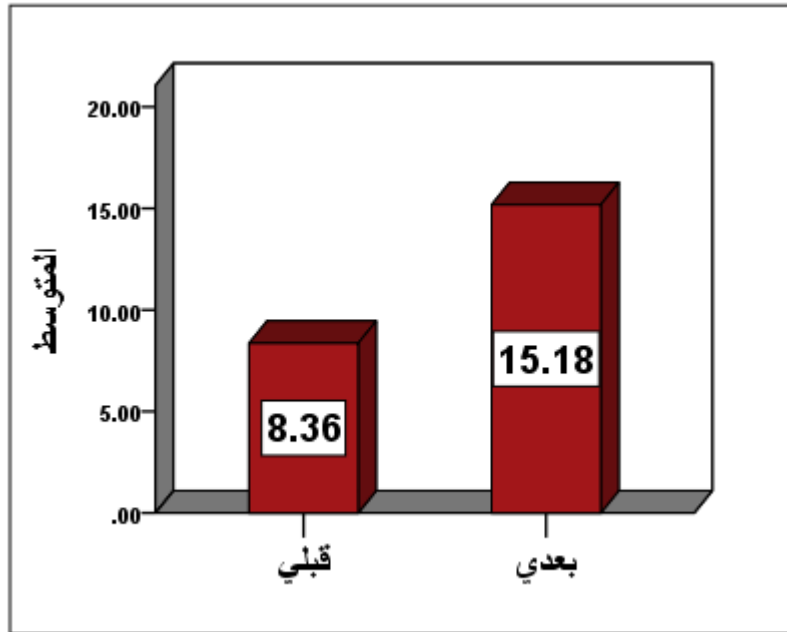
الشكل البياني (1): الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في متوسطات متغير مهارة التمرير من أعلى لدى أفراد المجموعة التجريبية الأولى.



الشكل البياني (2): الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في متوسطات متغير مهارة التمرير من اسفل لدى افراد المجموعة التجريبية الأولى.



الشكل البياني (3): الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في متوسطات متغير مهارة الارسال من اسفل المواجهه لدى افراد المجموعة التجريبية الأولى.



الشكل البياني (4): الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في متوسطات متغير مهارة الارسال من اسفل الجانبي لدى افراد المجموعة التجريبية الأولى.

ثانياً: النتائج للتساؤل الثاني:

ما فاعلية منهج تعليمي قائم باستخدام الأسلوب متعدد المستويات على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة لدى أفراد المجموعة التجريبية الثانية؟

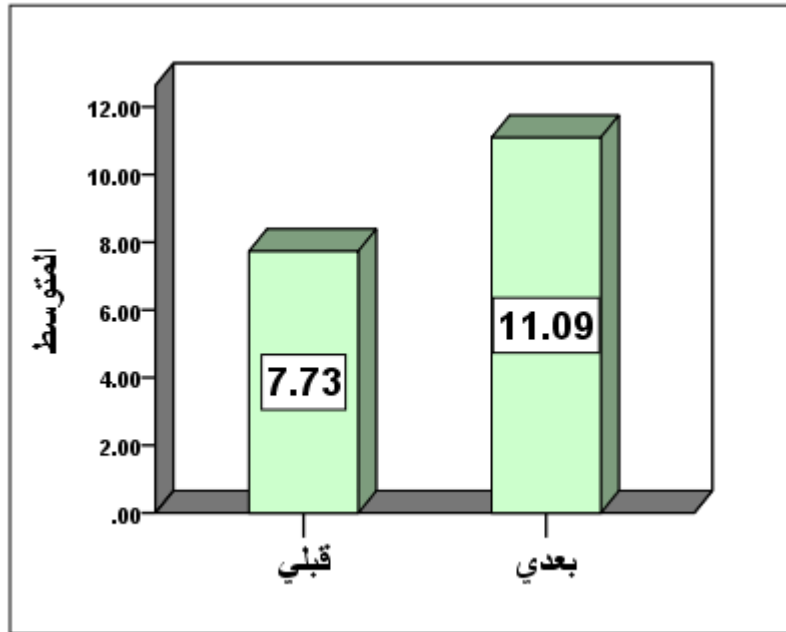
وللتعرف إلى اثر الأسلوب متعدد المستويات في تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة ولدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لمتغيرات الدراسة، تم استخدام اختبار (ت) للأزواج (Paired samples t- test)، ونتائج الجدول (5) تظهر ذلك.

الجدول رقم (5): الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في متوسطات المتغيرات المهارية لدى افراد المجموعة التجريبية الثانية (ن = 11).

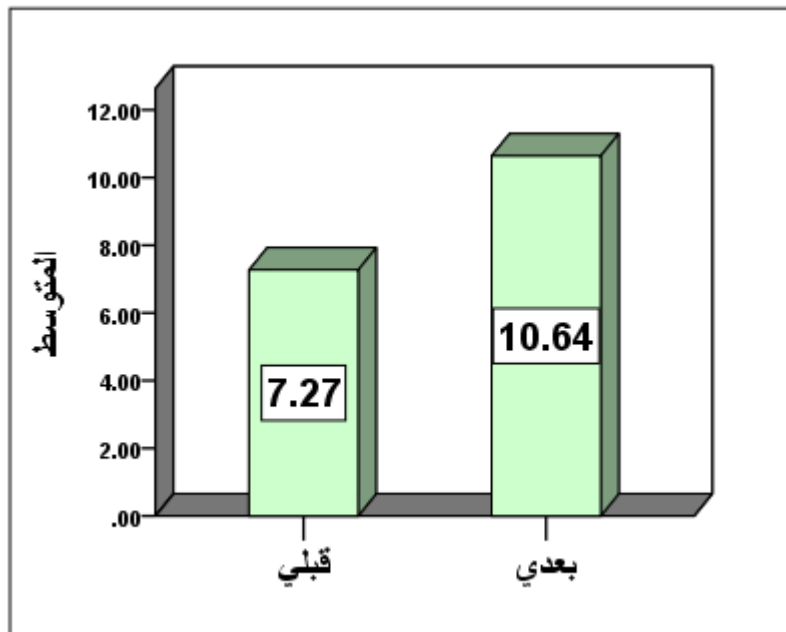
المتغيرات المهارية	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت)	مستوى الدلالة *	نسبة التحسن %
		المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف			
التمرير من أعلى	مرة	7.73	2.05	11.09	1.87	12.06	*0.000	43.46
التمرير من أسفل	مرة	7.27	1.85	10.64	1.63	13.78	*0.000	46.35
الارسل من أسفل المواجه	درجة	7.45	1.51	11.82	1.47	21.46	*0.000	58.65
الارسل من أسفل الجانبي	درجة	8.91	1.70	12.73	1.62	14.49	*0.000	42.87

* دال إحصائيا عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$).

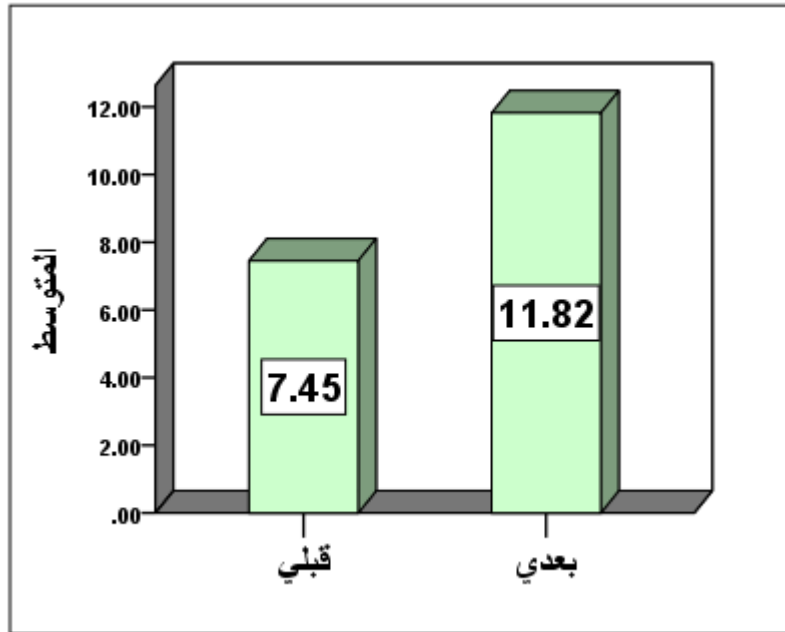
تشير نتائج الجدول (5) إلى وجود أثر ايجابي دال إحصائيا للمنهج التعليمي المقترح باستخدام الأسلوب متعدد المستويات في تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، حيث كانت المتوسطات الحسابية في القياس البعدي أفضل من المتوسطات الحسابية في القياس القبلي في جميع المتغيرات المهارية المدروسة، وجاءت جميعها دالة إحصائيا عند ($0.05 \geq \alpha$)، وكانت النسبة المئوية للتحسن كالاتي: (التمرير من أعلى (43.46%)، التمرير من أسفل (46.35%)، الارسل من أسفل المواجه (58.65%)، الارسل من أسفل الجانبي (42.87%)). والأشكال البيانية (5،6،7،8) تظهر ذلك.



الشكل البياني (5): الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في متوسطات متغير مهارة التمرير من أعلى لدى أفراد المجموعة التجريبية الثانية.

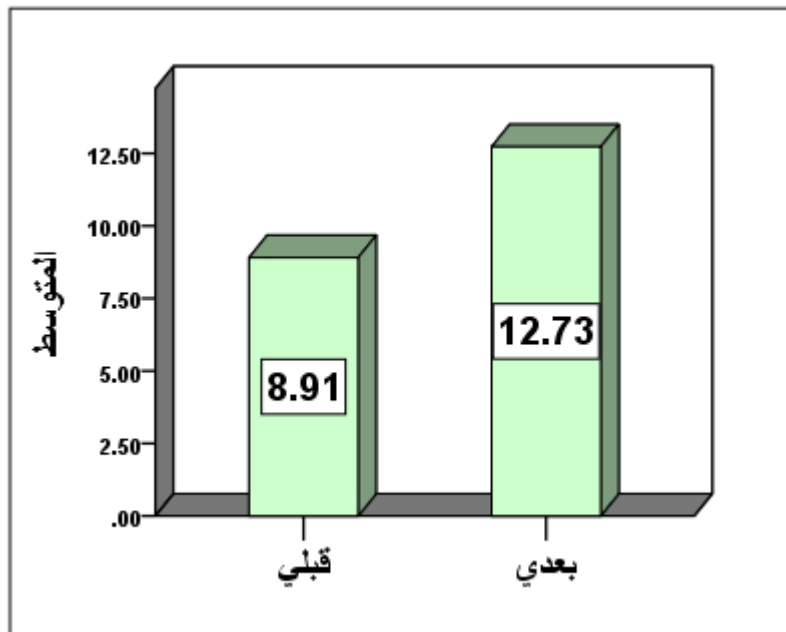


الشكل البياني (6): الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في متوسطات متغير مهارة التمرير من أسفل لدى أفراد المجموعة التجريبية الثانية.



الشكل البياني (7): الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في متوسطات متغير مهارة الارسال من اسفل المواجه لدى افراد

المجموعة التجريبية الثانية



الشكل البياني (8): الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في متوسطات متغير مهارة الارسال من اسفل الجانبي لدى افراد

المجموعة التجريبية الثانية

ثالثاً: النتائج للتساؤل الثالث:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية على القياس البعدي في بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة بين أفراد المجموعتين التجريبتين الأولى والثانية؟

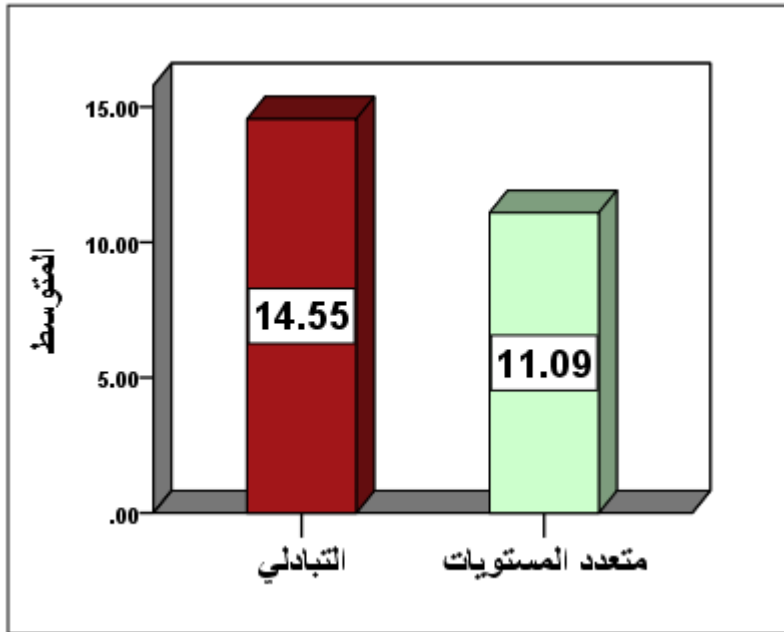
وللكشف عن الفروق في متوسط القياس البعدي للمتغيرات المهارية بين أفراد المجموعتين التجريبتين، تم استخدام اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين (Independent samples t- test)، ونتائج الجدول (6) تظهر ذلك.

الجدول رقم (6): نتائج اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين لدلالة الفروق على القياس البعدي في بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة بين أفراد المجموعتين التجريبتين الأولى والثانية (ن = 22).

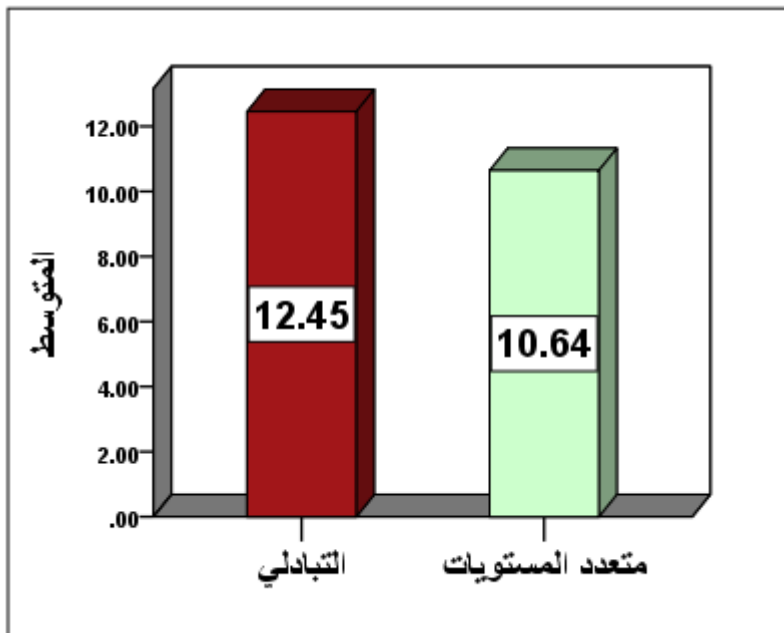
مستوى الدلالة *	قيمة (ت)	الثانية (متعدد المستويات) (ن = 11)		الأولى (الأسلوب التبادلي) (ن = 11)		المجموعة التجريبية المتغيرات المهارية
		الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط	
*0.061	2.645	1.87	11.09	3.91	14.55	التمرير من أعلى
*0.026	2.397	1.63	10.64	1.92	12.45	التمرير من أسفل
*0.001	3.923	1.47	11.82	3.47	16.27	الارسال من أسفل المواجه
*0.007	2.996	1.62	12.73	2.18	15.18	الارسال من أسفل الجانبي

* دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$).

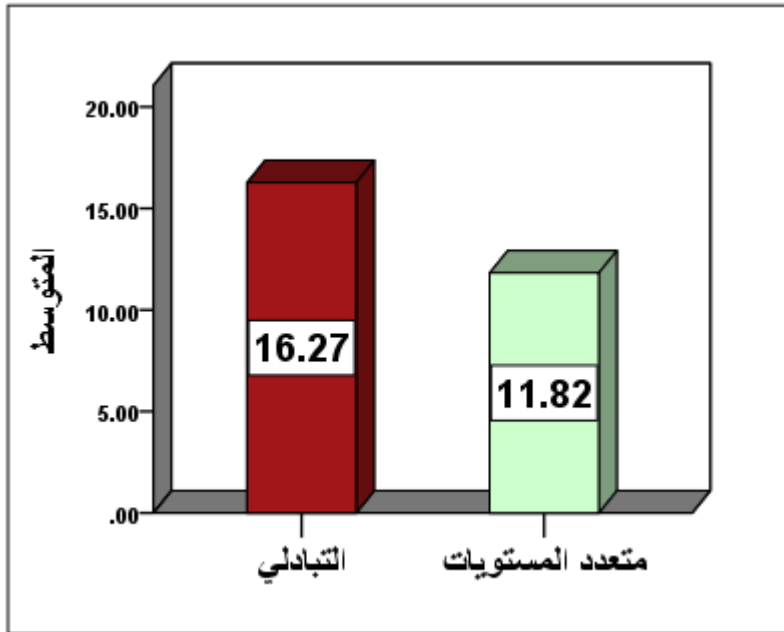
من خلال النظر إلى نتائج الجدول (6) يتبين أن المتوسطات الحسابية للقياس البعدي في جميع المهارات الأساسية في الكرة الطائرة قيد الدراسة لدى أفراد المجموعة التجريبية (الأسلوب التبادلي) كانت أفضل من متوسطات القياس البعدي للمتغيرات المهارية لدى أفراد المجموعة التجريبية الثانية (الأسلوب متعدد المستويات)، وكانت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$). ومما يفسر ذلك أن تعلم المهارات الأساسية في الكرة الطائرة باستخدام الأسلوب التبادلي أفضل بشكل ملحوظ من الأسلوب متعدد المستويات. والأشكال البيانية (9،10،11،12) تظهر ذلك.



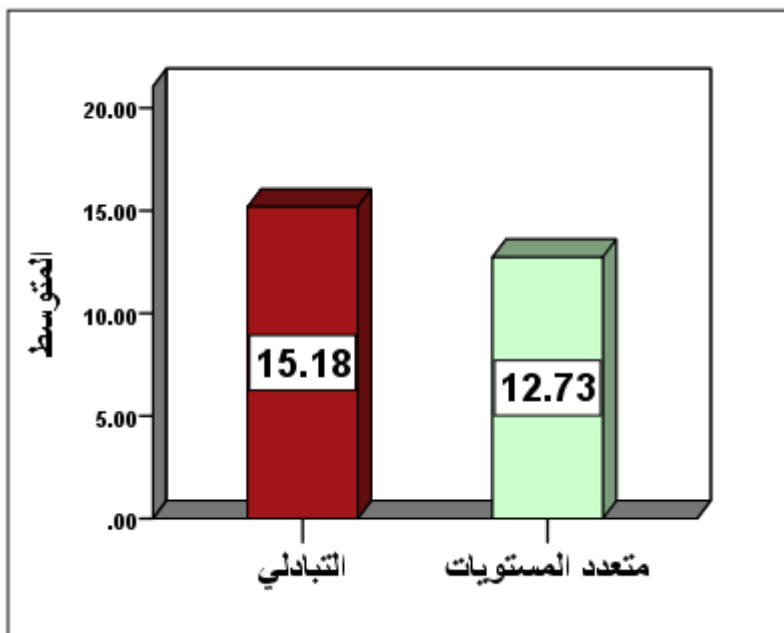
الشكل البياني (9): متوسط القياس البعدي لمهارة التمرير من أعلى تبعا لأسلوب التدريس.



الشكل البياني (10): متوسط القياس البعدي لمهارة التمرير من أسفل تبعا لأسلوب التدريس.



الشكل البياني (11): متوسط القياس البعدي لمهارة الارسال من أسفل المواجهه تبعا لأسلوب التدريس.



الشكل البياني (12): متوسط القياس البعدي لمهارة الارسال من أسفل الجانبي تبعا لأسلوب التدريس.

الفصل الخامس

مناقشة النتائج والاستنتاجات والتوصيات

• مناقشة النتائج

• الاستنتاجات

• التوصيات

الفصل الخامس

مناقشة النتائج والاستنتاجات والتوصيات

أولاً: مناقشة النتائج: فيما يلي عرض لمناقشة النتائج المتعلقة بالتساؤل الأول والذي ينص: ما فاعلية منهج تعليمي قائم باستخدام الأسلوب التبادلي على بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة لدى أفراد المجموعة التجريبية الأولى؟

تشير نتائج الجدول (4) إلى وجود أثر ايجابي دال إحصائياً للمنهج التعليمي المقترح باستخدام الأسلوب التبادلي في تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، حيث كانت المتوسطات الحسابية في القياس البعدي أفضل من المتوسطات الحسابية في القياس القبلي في جميع المتغيرات المهارية المدروسة، وجاءت جميعها دالة إحصائياً عند $(\alpha \geq 0.05)$ ، وكانت النسبة المئوية للتحسن كالاتي: (التمرير من أعلى (92.71%)، التمرير من أسفل (75.59%)، الارسال من أسفل المواجهه (121.05%)، الارسال من اسفل الجانبي (81.57%)).

وتعزو الباحثة أن التحسن في المهارات الأساسية المختارة في كرة الطائرة وذلك بسبب استخدام الاسلوب التبادلي الذي يجعل الطالب هو محور العملية التعليمية، من خلال جعل الطالب الملاحظ يؤدي دور المعلم في إيصال التغذية الراجعة من خلال ورقة المعيار ويزودها للطلاب المؤدي، وبعد ذلك يحصل تبادل الأدوار. الأمر الذي يجعل الطلاب منجذبين إلى الدرس ومتشوقين، هذا بدوره لعب الدور الأكبر في تحسن المهارات الأساسية بشكل ملحوظ مقارنة بالأسلوب التقليدي الذي كل قراراته تدور في فلك المعلم، فقد أتت النتائج المتعلقة بالتساؤل الخاص بالمجموعة التجريبية الأولى، وذلك بعد عرض النتائج ومناقشتها متفقة مع دراسة كل من الأطرش وآخرين (2017)، البطيخي (2013)، وخلف وذيابات (2013)، الحايك (2004)، الكيلاني (2003).

وكذلك يعد الاسلوب التبادلي من أكثر الأساليب التي تساعد الطلاب وخاصة في ما يتعلق بالتغذية الراجعة، فتوفير التغذية الراجعة الفورية والمستمرة من المتعلم المعلم الملاحظ للزميل المؤدي يحسن من الاداء ويزيد من الثقة بالنفس وخاصة معرفته بنتيجة الاداء لأنها تشكل له دافعا لبيذل المزيد من الجهد لتحقيق نتائج افضل وخاصة إذا كان أداء متميزا اذ يشير محجوب (2001) إلى أن جميع المعلومات التي يمكن للمتعلم الحصول عليها من مختلف المصادر حول الاداء . ويكون الهدف منها تعديل الاداء للوصول إلى الاستجابات المطلوبة وهو احد الشروط الاساسية لعملية التعليم الصحيحة إذ أن أعلى نسب من التغذية الراجعة يمكن توفيرها للمتعلم وهي بتوفير معلم واحد لكل متعلم وهذا ما يوفر الزميل المراقب لزميله ، كما ان وجود زميلين يتبادلان الادوار فيما بينهم يخلق جوا من التنافس ومقارنة ادائهم فيما بينهم وكذلك الاستثمار الامثل لوقت التدريب المخصص للمهارة وجاءت نتائج الاسلوب التبادلي في الدراسة الحالية متفقة مع بعض الدراسات السابقة التي ذكرتها الباحثة منها دراسة الخلف وذيابات (2013) وشاكر (2010) ومحي الدين (2000) التي ظهر فيها أفضل تأثير لتفوق الاسلوب التبادلي ودراسة صالح (2000) ، العريان (1999) التي أظهرت من خلال نتائجه التحسن الذي يزد من نسب التقدم للمهارات المراد تعلمها باستخدام الاسلوب التبادلي على الاسلوب التعلم الامري.

ثانياً: النتائج للتساؤل الثاني:

ما فاعلية منهاج تعليمي قائم باستخدام الأسلوب متعدد المستويات على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة لدى أفراد المجموعة التجريبية الثانية؟

تشير نتائج الجدول (5) إلى وجود أثر ايجابي دال إحصائيا للمنهاج التعليمي المقترح باستخدام الأسلوب متعدد المستويات في تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، حيث كانت المتوسطات الحسابية في القياس البعدي أفضل من المتوسطات الحسابية في القياس القبلي في جميع المتغيرات المهارية المدروسة، وجاءت جميعها دالة إحصائيا عند $(\alpha \geq 0.05)$ ، وكانت النسبة المئوية للتحسن كالاتي: (التمرير من أعلى (43.46%)، التمرير من أسفل (46.35%)، الارسال من أسفل المواجه (58.65%)، الارسال من اسفل الجانبي (42.87%).

من خلال عرض النتائج تعزو الباحثة أن سر تفوق هذا الأسلوب في قابليته لاحتواء جميع طلاب الصف في أداء المهارة في وقت واحد، وذلك عن طريق وضع مستويات متدرجة الصعوبة تتيح للطلاب اختيار المستوى المناسب لهم بحرية مطلقة دون تدخل المعلم في الاختيار والخوض في ذلك المستوى ومقارنة الأداء بورقة الواجب، الأمر الذي يعمل على استثمار الوقت التعليمي بصورة أكثر كفاءة من الأسلوب التبادلي والذي يقودنا إلى عدد تكرارات أكثر، مما يلعب دورا كبيرا في زيادة نسبة التحسن مقارنة بالأسلوبين الذي شاركاه هذه الدراسة، فقد اتفقت نتائج هذه الدراسة مع كل من المصري (2012) ودراسة البداح (2007)، ودراسة المسعود (2007)، ودراسة على (2006)، ودراسة حسن (2005)، ودراسة محمد (2004)، ودراسة عبدالله (2004)

ويدل هذا على التأثير الايجابي لاستخدام اسلوب متعدد المستويات في تعلم المهارات الحركية الاساسية لكرة الطائرة .

وقد ترجع هذه الفروق الى استخدام اسلوب جديد للتعلم كما ساعد على تحفيز الطلاب نحو تعلم ومعرفة ما هو جديد بالاضافة يساعد هذا على تثبيت المعلومات التي تم اكتسابها لأطول فترة ممكنة فيما يحصل عليه الطلاب يكون بمجهوده وبمجهود زملاءه ولهذا يساعد التعلم بسرعة وإتقان، بالاضافة الى انه لن ينسى ما اكتسبه بسهولة .

وكذلك تعزو الباحثة الى تحسين المهارات الاساسية بكرة الطائرة باستخدام أسلوب متعدد المستويات للأسباب الآتية:

- يتيح إلى استيعاب المجموعة الدراسية في آن واحد، لان فكرته قائمة على الشمول.
- يقدم أفضل استثمار للوقت التعليمي.
- يفتح باب الاختيار بين المستويات متدرجة الصعوبة.
- يخلق جو من التنافس بين المتعلمين.
- يجعل الطالب متشوق ومنجذب نحو الدرس، وبذلك كسر لقاعدة الروتين.

- يتيح الفرصة لتكرار المهارات بشكل فردي (عدد مرات أكثر) مقارنة ببقية الأساليب وذلك لأن أساس التطور في المجال الرياضي كثرة التكرار والممارسة.
- يعمل على إزالة الخوف والرغبة لدى المتعلمين لأنه يسمح بالحرية الاختيار.

ثالثاً: النتائج للتساؤل الثالث:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية على القياس البعدي في بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة بين أفراد المجموعتين التجريبتين الأولى والثانية؟

من خلال النظر إلى نتائج الجدول (6) يتبين أن المتوسطات الحسابية للقياس البعدي في جميع المهارات الأساسية في الكرة الطائرة قيد الدراسة لدى أفراد المجموعة التجريبية (الأسلوب التبادلي) كانت أفضل من متوسطات القياس البعدي للمتغيرات المهارية لدى أفراد المجموعة التجريبية الثانية (الأسلوب متعدد المستويات)، وكانت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$). ومما يفسر ذلك أن تعلم المهارات الأساسية في الكرة الطائرة باستخدام الأسلوب التبادلي أفضل بشكل ملحوظ من الأسلوب متعدد المستويات.

تعزو الباحثة تفوق المجموعة التجريبية الأولى (الأسلوب التبادلي) عن المجموعة التجريبية الثانية (أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات)، حيث أن الأسلوب التبادلي يتيح للمتعلمين تقديم التغذية الراجعة وتصويب الأخطاء من خلال ورقة المعيار وزيادة عدد مرات التطبيق بشكل ثنائي واستغلال الوقت في التطبيق، وكذلك التوافق والترتيب من خلال استخدام التشكيلات في الأسلوب الأمري إلا أن أسلوب الاحتواء كان سيد الموقف بلا منازع في هذه الدراسة. فضلاً عن استمرار تكرار الاداء المستمر اثناء المحاضرة من تصحيح الاخطاء وتقديم التغذية الراجعة للطلاب من قبل الباحثة بصورة واضحة اثناء الاداء مما اثر ايجابيا على الاداء المهاري للطلالبة كما تُرجع الباحثة هذه النتائج الى خبرة الباحثة لاعبة كرة طائرة ومعرفتها للأداء الصحيح للمهارة والتعرف على نقاط القوة والضعف من خلال الملاحظة وبالتالي القيام بتصحيح الاخطاء التي قد يقع فيها الطلاب اثناء الاداء .

كما تشير الباحثة أن هذا الأسلوب يتم بتكرار المحاولات والتدريب المستمر على أداء المهارة بحيث يصل المتعلم إلى مرحلة التوافق العضلي العصبي بأداء المهارة وتقل أخطائه ويكون الأداء المهاري بشكل أفضل إضافة إلى دور المدرس كمرشد إضافة والهدف الأساسي هو الوصول بالمتعلم إلى المستوى المنشود، ويسهل تحقيق الهدف إذا أشركنا الطلبة بطريقة فعلية في إدارة عملية التعلم.

واختلفت نتائج الدراسة مع دراسة كل من (الأطرش، 2017)، ودراسة (سوالمة، 2018) ودراسة بويس (1992) وكان من اهم النتائج ان اساليب التدريس الثلاث (الممارسة والأوامر والتبادلي) تعمل على تحسن الاداء الحركي لكن اسلوبي الاوامر والممارسة تحسن اكثر من الاسلوب التبادلي. دراسة صالح (2000) و دراسة خلف وذيابات (2013)، وتعارضت هذه النتائج مع دراسة الحديثي (2003) والتي اظهرت نتائجها تفوق الاسلوب التعاوني على الاسلوب المتبع التقليدي في تعلم المهارات الاساسية في كرة الطائرة .

وتوضح الباحثة ان النتائج الايجابية متفقة مع نتائج اغلب الدراسات السابقة منها دراسة شاك (2010)، سعيد وسلمان (2010)، علي (2008)، رضا (2008)، الحديثي (2003)، التي ظهرت لصالح الاختبار البعدي للأساليب الثلاثة، وتعارضت مع دراسة الحايك (2004) التي اظهرت نتائجها عدم وجود فروق بين القياس القبلي والبعدي والتي اعزاها الباحث الى متغير الجنس. ودراسة غيث (2003) التي لم تظهر نتائج دراسته اثر التعلم التعاوني على التحصيل بين الذكور والإناث.

الاستنتاجات:

في ضوء عرض نتائج الدراسة ومناقشتها استنتجت الباحثة ما يلي:

- إن البرنامج التعليمي المقترح كان له الأثر الواضح والايجابي على تحسين الأداء المهاري للمهارات المختلفة (التمرير من أعلى، التمرير من أسفل، الأرسال المواجهة، الأرسال الجانبي) .

- أن الأساليب التي تم استخدامها في هذه الدراسة تركت أثرا ايجابيا على مستوى التعلم لبعض المهارات الأساسية المختارة في كرة الطائرة لدى طالبات كلية التربية الرياضية.
- حيث كان الأسلوب التبادلي له الفاعلية الأكبر في تعليم بعض المهارات الأساسية، ويليه أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات .
- يجب أن يستطيع المدرس تحديد الأسلوب المناسب للموقف التعليمي، حيث أن المعلم الكفاء من أهم ميزاته قدرته على تحديد الأسلوب المثالي.

التوصيات:

في ضوء نتائج الدراسة أوصت الباحثة بالتوصيات الآتية:

- ضرورة إعطاء أسلوب التبادلي أهمية من حيث العمل على استخدامه في تدريس مهارات كرة الطائرة .
- ضرورة العمل على استخدام الأسلوب التبادلي في تدريس ألعاب الرياضة المختلفة لأنه أثبت كفاءة بصورة قوية ونتائج الدراسة تثبت ذلك، وعدم اقتصار الدرس الرياضي على أسلوب الأمر.
- ضرورة تنفيذ بحوث ودراسات ذات صلة بموضوع الدراسة الحالية، على مراحل عمرية مختلفة، وكذلك على ألعاب رياضية (جماعية و فردية).
- ضرورة توظيف الأساليب الحديثة في درس التربية الرياضية وعدم اختزال الدرس على الأسلوب التقليدي.
- تعميم نتائج الدراسة الحالية والبرنامج التعليمي المقترح باستخدام اسلوبي التدريس (التبادلي ومتعدد المستويات) على كليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية والعربية للاستفادة منها.

قائمة المصادر والمراجع

أولاً: المراجع العربية:

- احمد، عطاالله. (2006). أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية. ط1، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- أمين، محمد إبراهيم ويوسف، محمد سلامة. (2004). تأثير استخدام أسلوب التعلم التعاوني على مستوى الأداء المهاري لبعض مهارات كرة الطائرة لطلبة قسم التربية الرياضية بجامعة الأزهر العلمية لعلوم التربية الرياضية. المجلة العلمية، العدد الخامس، مصر.
- حسانين، محمد؛ وعبد المنعم، حمدي . (1997). الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس للتقويم. مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر.
- حسب الله، حسنين. (1998). الحديث في طرق تدريس الكرة الطائرة. مؤسسة عبير للطباعة، القاهرة، مصر.
- خضير، خالد نبيل. (2001). "أثر استخدام أسلوب التطبيق بتوجيه الإقران والتطبيق الذاتي على بعض المكونات البدنية والمهارية للمبتدئين في كرة اليد". رسالة دكتوراة غير منشورة كلية التربية الرياضية ببور سعيد، جامعة قناة السويس، مصر.
- خطابية، أكرم زكي. (1996). موسوعة الكرة الطائرة الحديثة. قسم التربية الرياضية، ط1، العلوم التربوية جامعة مؤتة، الأردن.
- خنفر، وليد عبد الفتاح. (2010). طرق وأساليب تدريس التربية البدنية والتمارين. مطبعة النصر الحجاوي، عمادة البحث العلمي في جامعة النجاح الوطنية نابلس، فلسطين.
- الديري، علي. (1987). أساليب تدريس التربية الرياضية في الأردن. دار الاول للطباعة والنشر، جامعة اليرموك، الأردن.

- سالم، مهدي محمود؛ والحليبي، عبد اللطيف. (1998). المخطط التربوية الميدانية وأساسيات التدريس. ط2 ، دار الفكر العربي، الرياض، السعودية.
- سليمان، خليل إبراهيم. (2003). "تأثير استخدام الأسلوب التعاوني بطريقة التدريب الدائري والأسلوب المتبع في تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة". أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، العراق.
- شاكرا، جمال. (2010). أثر التدريس باستخدام أسلوب التدريس التبادلي على تعلم سباحة الزحف على البطن، لدى طالب كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية. المؤتمر العلمي الفلسطيني الرياضي الدولي الثاني، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.
- عايش، احمد جميل. (2008). أساليب تدريس التربية الفنية والمهنية والرياضية. ط1 دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة، الأردن.
- عبد الحميد، جابر. (1998). التدريس والتعليم – الأسس النظرية. دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- البطيخي، نهاد. (2013). أثر استخدام أسلوبي التدريس التبادلي والأمري على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطاولة. مؤتمة للبحوث والدراسات. سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية. المجلد(28). العدد(5).
- عبد الكريم، عفاف. (1990). التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية. منشأة دار المعارف، القاهرة، مصر.
- عبد الكريم، عفاف. (1996). التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية. منشأة دار المعارف. الاسكندرية، مصر.
- عبد الكريم، عفاف. (1989). طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية. منشأة دار المعارف بالاسكندرية، الاسكندرية، مصر.

- عبد الكريم، عفاف. (2005). **تصميم المناهج في التربية البدنية**. ط1، منشأة دار المعارف، الاسكندرية، مصر.
- عبدالله، عصام الدين متولي؛ وبدوي، عبدالعالي بدوي. (2006). **طرق تدريس التربية البدنية**. ط1، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الاسكندرية، مصر.
- المصري، وائل. (2012). **فعالية استخدام اسلوب الاحتواء التدريسي على الاداء المهاري لمهارتي دفع الجلة والوثب الثلاثي في ألعاب القوى**. مجلة جامعة الأزهر. المجلد (14). العدد (1)، غزة، فلسطين.
- الأطرش، محمود، مفلح، راغدة، بشارت، عمرو. (2017). **أثر برنامج مقترح باستخدام ثلاثة أساليب تدريسية على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لدى طلاب الصف السادس الأساسي في مدرسة ذكور طمون الأساسية الثانية في محافظة طوباس، المؤتمر العربي الأوروبي الثاني لعلوم الرياضة والصحة (تحديات التغيير 2)، كلية التربية الرياضية، الجامعة الاردنية، عمان، الاردن.**
- الكاظمي، ظافر. (2002). **الأسلوب التدريس المتداخل وتأثيره في التعليم والتطوير من خلال الخيارات التنظيمية والمكانية لبيئة تعليم التنس**. رسالة دكتوراه. كلية التربية الرياضية. جامعة بغداد. العراق.
- العريان، ياسر محمد متولي. (1999). **"تأثير التدريس بأسلوب العمل التبادلي على تنمية بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لتلاميذ المرحلة الإعدادية"**. رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، مصر.
- كوجاك، كوثر حسين. (1997). **اتجاهات حديثة في المناهج وطرق التدريس**. ط 3 ، عالم الكتاب، القاهرة، مصر.

- الحايك، صادق وآخرون.(2004). درجة تقضيل طلبة كلية التربية الرياضية للأساليب المستخدمة في تدريس منهاج كرة السلة وألعاب المضرب واتجاهاتهم نحوها.مجلة العلوم التربوية والنفسية. المجلد (6). العدد(3). جامعة البحرين. البحرين.
- فرج، عنايات. (1998). طرق تدريس التربية الرياضية. ط2. القاهرة: دار الفكر العربي.
- اللباني، سهير. (1991). "أثر استخدام طريقة حل المشكلات على تحقيق الأهداف التعليمية لبعض المهارات في التنس". رسالة دكتوراة كلية التربية الرياضية للبنات بفلمنج، جامعة الاسكندرية، مصر.
- السايح، مصطفى. (2001). اتجاهات في تدريس التربية الرياضية. ط1. الإسكندرية: مكتبة الإشعاع.
- مفلح، راغده و مسمار، بسام.(2010). تأثير أسلوب التطبيقي في تدريس مهارة حركية منتقاة بتوظيف إستراتيجية التدريس المصغر للطلبة المعلمين. مجلة جامعة النجاح الوطنية للأبحاث. مجلد(24). العدد(10). جامعة النجاح الوطنية. نابلس. فلسطين.
- المسعود، عبد الحميد.(2007). تأثير استخدام أسلوبي التعلم بالتوجيه الذاتي ومتعدد المستويات في دروس التربية البدنية على جوانب التطور المهاري والمعرفي والوجداني لدى طلاب الصف الخامس الأساسي بمدينة الرياض. بحث منشور. مجلة وزارة التربية والتعليم. السعودية.
- النداف، عبد السلام.(2004). أثر استخدام ثلاثة أساليب تدريسية على مستوى تكرار أداء مهارتي الإرسال الطويل والإرسال القصير في ريشة الطائرة. بحث منشور. مجلة الدراسات.المجلد(3). العدد(51). الجامعة الأردنية. عمان.

- خلف وذيابات.(2013). أثر استخدام أسلوب التدريس الأمري والتبادلي في تعليم بعض المهارات الأساسية في كرة الطاولة للمبتدئين ومعرفة الأسلوب الأكثر فاعلية في عملية التعلم.كلية التربية الرياضية. جامعة اليرموك. مجلة الدراسات. مجلد(40). العدد(3).
- أبو نمر، محمد.(2009). التربية الرياضية وطرائق تدريسها. ط2. عمان. منشورات القدس المفتوحة.
- البداح، رشيد.(2007). تأثير استخدام أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات في دروس التربية الرياضية على الجانب المهاري والانفعالي لدى طلاب الصف السادس الابتدائي. رسالة ماجستير منشورة. كلية التربية. جامعة الملك سعود. السعودية.
- محمد، شرين.(2004). تأثير استخدام الأسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات على مستوى الأداء المهاري والدافعية في بعض المهارات والتمرينات لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنوفية. بحث منشور. كلية التربية الرياضية. جامعة المنوفية.مصر.
- الخولي، أمين. (2002). مناهج التربية البدنية المعاصرة.ط2.القاهرة: دار الفكر العربي.
- الشاهد، سعيد خليل .(1995). طرق تدريس التربية الرياضية، مكتبة الطلبة، القاهرة.
- قطب، روند، عبد الحق، عماد، رفعت، بدر. (2017). أثر استخدام أسلوب الامري والتدريبي على بعض مهارات الحركات الأرضية في الجمباز الفني لدى طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.
- الشنطي، علي، عبد الحق، عماد، رفعت، بدر. (2016). أثر استخدام الأسلوب التبادلي وأسلوب التطبيق الذاتي في تنمية الادراك الحس-حركي لبعض مهارات كرة السلة لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين .

- سوالمة، مرفت، شاكرا، جمال.(2018). أثر استخدام ثلاثة أساليب تدريس على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة لدى طلاب تخصص التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية، كلية التربية الرياضية، نابلس، عمان.
- أبز نمره، محمد، سعادة، نايف. (2000). التربية الرياضية وطرائق تدريسها، جامعة القدس المفتوحة، ط(1).
- المفتى، محمد أمين، وإيليا، سمير. (2000). تربويات الرياضة، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية .
- البارودي، محمد كمال الدين، محمد، عبده .(2005). تأثير استخدام بعض استراتيجيات التدريس على بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، القاهرة، مصر .
- عاشور، أحمد يوسف محمد .(2002). مقارنة أسلوب التطبيق الموجة والتطبيق الذاتي متعدد المستويات على بعض المهارات الأساسية والصفات البدنية الخاصة للمبتدئين في كرة السلة، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية ببور سعيد، جامعة قناة السويس .
- عبد العال، ابتهاج أحمد. (1996). تأثير استخدام أسلوب توجيه الأقران والتوجيه الذاتي في تدريس بعض مهارات الكرة الطائرة، مجلة بحوث التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة الزقازيق.
- عز الدين، أبو النجا أحمد .(1997). تأثير أسلوب التدريس التعاوني على تنمية المهارات التدريسية لدى معلمي التربية الرياضية قبل الخدمة، مجلة علوم وفنون الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، المجلد التاسع، العدد (1) .

• عبد المنعم، إلهام. (2000). أثر استخدام أسلوب التعلم التعاوني على التحصيل المعرفي ومستوى الأداء المهاري لبعض مهارات الكرة الطائرة، مؤتمر الاستثمار والتنمية في الوطن العربي من منظور رياضي، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان .

• بهجت، رفعت محمود .(1998). **التعلم الجماعي والفردى**، ط1، عالم الكتاب، القاهرة .

• محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم. (1997). **الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس**. ط1: مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر.

المراجع الأجنبية:

• Alhayek , s (2004) **the relation ship between using guided discover thinkin ailities publication** , the Eighth international conference for physical edu-cation and sports sciences ,Alexandria Egypt

• Boyce, B.A:(1992) ***The effect of three styles of teaching on university student's motor performance***, Journal of teaching in physical Education.

• Brsala, j. & Hoyle. (2005). **Volley Ball for Every Body**. Part (1) Canada. Ford Publishing. 80-85

• Cai.S.X:(1995) **Effect of three styles of teaching on college student mood states, enjoyment of physical activity and attitude toward teaching PhD threis**, university of Arkansan.

- Dysan Ben., 1995 **student Two voices alternative elementary education programs journal of teaching in physical education** . v.14 p.394-407 . 27. * Hopper Chris .,1998- a family fitness programs for children with learning disabilities in rural regions rural special education quarterly vol17.no ..1,p.22_32 win .
- Ghaith, Ghazi. **Relationship between reading attitudes, achievement and learners perceptions of their Jigsaw 2 cooperative learning experience.** Reading Psychology. 24 (2): 1-6, 2003 .
- Johnson, D.W., & Johnson, R. (1999). **The three Cs of classroom and school management. In H. Freiberg (Ed.), Beyond behaviorism: Changing the classroom management paradigm.** Boston: Allyn& Bacon
- Moore, R: (1996) **Effect of the use of two different teaching styles on motor skill acquisition of fifth grade students (volleyball),** PhD thrsis, East texas state university, U.S.A.-28
- Moston, M.and Ashworth .(1986). **teaching physical education form command to discovery,** Charles, Merrill publishing, and Rutgers, the state university of new jersey.
- Siedne top ,Dary . (1998) . **sported education what is sport education and how it works journal of physical education recreation and pance** vol , 69 no 4,p .18. 30.Smith k.,1995-Matgel faulty Benthic principles of learning and Advectional design N.Y Molt Rineleort and Winston, inc .

- Singer, R. (1995). **motor learning, human performance**, 2nd ed, ny, Macmillan rub, co, inc.
- Stewaer Ann. (1995). **interpersonal skills and god setting through cooperative in physical education interpersonal skills and god setting.**

الملاحق

ملحق (1): البرنامج التعليمي المستخدم

جامعة النجاح الوطنية

كلية الدراسات العليا

قسم التربية الرياضية

الأستشارة الخاصة باستطلاع رأي المحكمين حول البرنامج التعليمي المقترح

السادة المحكمين الأفاضل:

تحية طيبة وبعد...

تقوم الباحثة بإجراء بحث بعنوان " فعالية برنامج تعليمي مقترح باستخدام بعض أساليب التدريس على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة لدى طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية" وذلك استكمالاً لحصولها على درجة الماجستير في التربية الرياضية

وبين يدي حضراتكم برنامج تعليمي مقترح مكون من 24 وحدة تعليمية لمدة ثمانية أسابيع

من اقتراح الباحثة لتعليم بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة علماً بأنه سيتم تطبيق البرنامج باستخدام أسلوب أساليب تدريس " التبادلي، ومتعدد المستويات"

ولكونكم من ذوي الخبرة والأختصاص وتتمتعون بخبرات وقدرات علمية مميزة ترجوا الباحثة أن تتفضلوا بالاطلاع وإبداء الرأي حول مدى صلاحية البرنامج التعليمي المقترح .

ولكم مني جزيل الشكر والاحترام

الباحثة: ليلى سالم

البرنامج التعليمي المقترح

يهدف البرنامج التعليمي المقترح التعرف إلى أثر استخدام بعض أساليب التدريس على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة لدى طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية .

التوزيع الزمني:

تم تحديد فترة زمنية مدتها (8) أسابيع للبرنامج التعليمي المقترح وكل اسبوع يشمل ثلاث حصص وزمن كل حصة (45) دقيقة موزعة على النحو الآتي:

- زمن المقدمة (3-5) دقائق .
- زمن التمرينات (8-10) دقائق .
- زمن النشاط التعليمي (6-8) دقائق .
- زمن النشاط التعليمي (18-22) دقيقة .
- زمن النشاط الختامي (3-5) دقيقة .

البرنامج التعليمي المقترح للمجموعة التجريبية الأولى باستخدام الأسلوب التبادلي

موضوع الدرس: مهارة التمرير من أعلى الأسبوع : الأول اليوم : الأحد الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	الأحماء: الجري حول الملعب مع القيام بحركات يختارها المعلم	5 د	صوت المدرس	صفان ظهرا لظهر
	التمرينات : - (وقوف فتحا . انثناء عرضا) تبادل مد الذراعين جانبا . - (وقوف) تبادل وضع القدمين أماما جانبا . - (وقوف فتحا . ثبات الوسط) ثني الجذع جانبا بالتبادل . (جلوس طويل) رفع الساقين عاليا بزاوية 45 درجة .:	10 د	طالبات	نصف دائرة
الجزء الرئيسي	لنشاط التعليمي: . شرح الخطوات الفنية وتعليمية لمهارة التمرير من أعلى مع أداء نموذج مميز للمهارة . توضيح بطاقة المعيار المعدة مسبقا وكيفية استخدامها من قبل الطلاب . يوضح المعلم للطلاب أن لكل طالب دور سيمارسه احدهم كمؤدي يؤدي المهارة وفق بطاقة المعيار والآخر ملاحظ يزود المؤدي بالتغذية الراجعة حسب بطاقة المعيار ومن ثم تبادل الأدوار - جعل الطلاب يقومون بعمل تصور ذهني للمهارة بعد مشاهدة مقطع فيديو . النشاط التطبيقي .: . تقسيم طلاب الصف إلى أزواج . استلام بطاقة المعيار من المعلم . . ملاحظة أداء المؤدي من قبل الطالب الملاحظ ومقارنته ببطاقة المعيار . تزويده بالتغذية الراجعة عن الأداء . الاتصال يكون بين الطالب الملاحظ والمعلم فقط . تبديل الأدوار . أداء تمرينات مختلفة على المهارة من أجل تطوير المهارات	25 د	كرات طائرة شريط قياس أطواق مختلفة الأقطار بطاقة معيار	نصف دائرة قاطرات انتشار حر تقسيم الصف إلى أزاج
الجزء الختام	وقوف ميل الجذع أماما والعمل على تحريك الذراعين مثل بندول الساعة	5 د	-	صف واحد

موضوع الدرس: التمرير من أعلى				
الأسبوع : الأول		اليوم : الثلاثاء		الزمن : 45د
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (سميح سميح)	5 د	صوت المدرس	صفان ظهرا
	التمرينات : - (انبطاح مائل) ثني المرفقين . - (اقعاء . الذراعان أماما) تبادل وضع القدمين جانبا . - (وقوف فتحا . ثبات الوسط) تبادل ثني الجذع أماما . - (وقوف . الذراعان خلفا) تبادل رفع الركبتين أمام الصدر .	10 د	فرشات	دوائر متقابلة
الجزء الرئيسي	لنشاط التعليمي : - الخطوات الفنية لمهارة التمرير من أعلى - وقفة الاستعداد . - تؤدي المهارة كاملة بدون استعمال كرة للتعود على وقفة الاستعداد الصحيحة . - تؤدي الحركة من خلال قذف كرة خيالية من الزميل . النشاط التطبيقي :: . تقسيم طلاب الصف إلى أزواج . استلام بطاقة المعيار من المعلم . . ملاحظة أداء المؤدي من قبل الطالب الملاحظ ومقارنته ببطاقة المعيار . تزويده بالتغذية الراجعة عن الأداء . الاتصال يكون بين الطالب الملاحظ والمعلم فقط . تبديل الأدوار . أداء تمرينات مختلفة على المهارة من أجل تطوير المهارات	25 د	كرات طائرة	نصف دائرة قاطرات
			شريط قياس	انتشار حر
			أطواق مختلفة الأقطار	تقسيم الصف
			بطاقة معيار	إلى أزاج
الجزء الختامي	أداء تمارين وحركات اهتزازية لتخلص من آثار التعب	5 د	-	قاطرات

موضوع الدرس(التمرير من أعلى		الأسبوع : الأول		اليوم : الخميس		الزمن : 45د	
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية			
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (عكس الإشارة)	5 د	5 د	صوت المدرس			
	التمرينات : - (وقوف فتحا . الذراعان جانبا) ثني المرفقين عاليا . - (اقعاء . الذراعان أماما) تبادل مرجحة الرجلين أماما عاليا مع جعل المشط يشير للخارج. - (وقوف فتحا) ثني الجذع أماما . - (وقوف . الذراعين جانبا) تبادل رفع الساقين جانبا مع جعل مشط القدمين يشير للخارج.	10 د	10 د	بطانيات			
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي: - التطبيق على الحائط من مسافة متر على الحائط ومحاولة التكرار - التطبيق في مجموعات : تقسيم الطلاب الى مجموعات كل مجموعة من 4 -5 طلاب وتمرير الكرة بينهم من اعلى بالأصابع التطبيق في قاطرتين متقابلتين ومحاولة الاستمرار في تمرير الكرة بين القاطرتين النشاط التطبيقي :: تطبيق انتشار حر في ملعب كرة الطائرة والتمرير من اعلى تطبيق تقسيم المجموعة الى مجموعات كل مجموعة مكونة من 3 طلاب والإرسال عليهم من قبل المعلم او من قبل اللاعبين واستقبال الكرة في الملعب من جميع المناطق ثم الدوران لتبديل مناطقهم لكي يحصل كل طالب على استقبالين على الأقل من كل منطقة في الملعب ثم التبديل	25 د	بطاقة معيار كرات طائرة أطواق ،	صفوف متقابلة ، صف مقابل حائط قاطرات .			
	تنباشير ملونة شريط قياس ، حبل ، تقسيم الصف رسومات توضيحية						
الجزء الختامي	أداء تمارين وحركات اهتزازية لتخلص من آثار التعب	5 د	-	قاطرات			

موضوع الدرس (التمرير من أسفل) الأسبوع: الثاني اليوم : الأحد الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : الجري حول الملعب مع القيام بحركات للذراعين والرجلين والجذع تحت إشراف المعلم	5 د	صوت المعلم،	جري على شكل قاطرة
	التمرينات : - (وقوف فتحا . الذراعان أماما) تدوير الذراعين أماما وخلفا . - (وقوف . الذراعين جانبا) تبادل مرجحة الرجلين أماما عاليا ولمس اليدين . - (وقوف فتحا . ثبات الوسط) ثني الجذع أماما أسفل . - (وقوف . الذراعان أماما) تبادل رفع الركبتين بزاوية 90 درجة .	10 د	مقعد سويدي	صفوف متقابلة
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي: . شرح الخطوات الفنية وتعليمية لمهارة التمرير من أسفل مع أداء نموذج مميز للمهارة . توضيح بطاقة المعيار المعدة مسبقا وكيفية استخدامها من قبل الطلاب . يوضح المعلم للطلاب أن لكل طالب دور سيمارسه احدهم كمؤدي يؤدي المهارة وفق بطاقة المعيار والآخر ملاحظ يزود المؤدي بالتغذية الراجعة حسب بطاقة المعيار ومن ثم تبادل الأدوار - جعل الطلاب يقومون بعمل تصور ذهني للمهارة بعد مشاهدة مقطع فيديو . النشاط التطبيقي : . تقسيم طلاب الصف إلى أزواج . استلام بطاقة المعيار من المعلم . . ملاحظة أداء المؤدي من قبل الطالب الملاحظ ومقارنته ببطاقة المعيار . . تزويده بالتغذية الراجعة عن الأداء . الاتصال يكون بين الطالب الملاحظ والمعلم فقط . تبديل الأدوار . أداء تمرينات مختلفة على المهارة من أجل تطوير المهارة .	25 د	كرات طائرة شريط قياس رسومات توضيحية فيديو بطاقة معيار	قاطرات دوائر نصف دائر
الجزء الختامي	المرجحة العمودية	5 د	صافرة	صفوف متقابلة

موضوع الدرس (التمرير من أسفل) الأسبوع : الثاني اليوم : الثلاثاء الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (سميح سمير) التمرينات :	5 د	صوت المدرس	صفان ظهرا لظهر
	- (انبطاح مائل) ثني المرفقين . - (اقعاء . الذراعان أماما) تبادل وضع القدمين جانبا . - (وقوف فتحا . ثبات الوسط) تبادل ثني الجذع أماما . - (وقوف . الذراعان خلفا) تبادل رفع الركبتين أمام الصدر .	10 د	فرشات	دوائر متقابلة
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي - شرح مهارة التمرير من أسفل والخطوات الفنية النشاط التطبيقي : - تؤدي المهارة كاملة بدون استعمال كرة للتعود على وقفة الاستعداد الصحيحة - تؤدي الحركة من خلال قذف كرة خيالية من المعلم أو الزميل - التطبيق بشكل مربع ناقص ضلع ومد الذراعين من قبل الطلاب عن طريق ضرب الكرة في مكان لمسها وتمريها - التطبيق كل زميلين مع بعض	25 د	بطاقة معيار كرات طائرة شريط قياس أقمار	قاطرات دوائر نصف دائرة صفوف تقسيم الصف إلى أزاج
الجزء الختامي	لعبة صغيرة ختامية	5 د	صافرة	انتشار حر

موضوع الدرس: (التمرير من اسفل) الأسبوع : الثاني اليوم : الخميس الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : الجري حول الملعب مع القيام بحركات يختارها المعلم تخدم المهارة المراد تنفيذها.	5 د	صافره	انتشار حر ،
	التمرينات : (جثو . الساعدين عاليا . العضدان جانبا) تبادل مد المرفقين جانبا . (وقوف . الذراعان جانبا) الجري للأمام ثم الرجوع للخلف. (وقوف فتحا) ميل الجذع أماما أسفل . (وقوف . انثناء عرضا) تبادل ثني الركبتين كاملا مع مد الذراعين جانبا .	10 د	مرتببات	قاطرات
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي: -شرح مهارة الإرسال من أسفل بجميع أنواعه - التطبيق بدون كرة عن طريق القيام بالخطوات الفنية كما شرحت بالنموذج - التطبيق بالكرة لمسافة قصيرة فقط لإعطاء الاحساس بمكان ضرب الكرة النشاط التطبيقي : - التطبيق بالانتشار الحر بالملعب وتحديد المسافة بملعب كرة الطائرة - التطبيق كل زميلين مع بعض - تبديل الأدوار - أداء تمرينات مختلفة على المهارة من أجل تطوير المهارة .-	25 د	أقماع ، كرات طائرة شريط قياس بطاقة معيار	مربع ناقص ضلع، قاطرات، تقسيم الصف إلى أزاج
الجزء الختامي	أداء تمرينات استرخاء	5 د	مرتببات	رقود على الظهر

موضوع الدرس (الأرسال المواجهة)				
الأسبوع : الثالث				
اليوم: الأحد				
الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (طار الحمام هذا الحمام)	5 د	صوت المدرس	انتشار حر
	التمرينات : - (جثو أفقي) تبادل وضع اليدين جانبا . - (جلوس طويل) تبادل وضع الساقين جانبا . - (وقوف . ثبات الوسط) لف الجذع جانبا بالتبادل . - (جلوس طويل فتحا . انثناء عرضا) تبادل ضم الساقين مع تبادل مد الذراعين جانبا .	10 د	فرشات رقيقة	قاطرات
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي: . شرح الخطوات الفنية وتعليمية لمهارة الارسال من أسفل مع أداء نموذج مميز للمهارة . توضيح بطاقة المعيار المعدة مسبقا وكيفية استخدامها من قبل الطلاب . يوضح المعلم للطلاب أن لكل طالب دور سيمارسه احدهم كمؤدي يؤدي المهارة وفق بطاقة المعيار والآخر ملاحظ يزود المؤدي بالتغذية الراجعة حسب بطاقة المعيار ومن ثم تبادل الأدوار - جعل الطلاب يقومون بعمل تصور ذهني للمهارة بعد مشاهدة مقطع فيديو . النشاط التطبيقي : . تقسيم طلاب الصف إلى أزواج . استلام بطاقة المعيار من المعلم . . ملاحظة أداء المؤدي من قبل الطالب الملاحظ ومقارنته ببطاقة المعيار . تزويده بالتغذية الراجعة عن الأداء . الاتصال يكون بين الطالب الملاحظ والمعلم فقط . تبديل الأدوار . أداء تمرينات مختلفة على المهارة من أجل تطوير المهارة	25 د	أقماع ، كرات طائرة أطواق ، بطاقة معيار ، تباشير ملونة شريط قياس ، رسومات توضيحية	نصف دائرة صفان متقابلان قاطرات . مربع ناقص ضلع تقسيم الصف الى أزاج
الجزء الختامي	رقود على الظهر والذراعان جانبا والعمل على ارتخاء عضلات الجسم	5 د	فرشات	رقود على الظهر

موضوع الدرس (الأرسال المواجهة) الأسبوع : الثالث اليوم : الثلاثاء الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (حركة تجمد) التمرينات : - (جثو أفقي) ثني المرفقين . - (وقوف . ثبات الوسط) تبادل رفع الركبتين أماما . - (وقوف) ثني الجذع خلفا - (انبطاح مائل) ثني المرفقين .	5 د 10 د	صافره مقعد سويد مرتببات	الجري على شكل قاطرة بعكس عقارب الساعة قاطرات ، صفوف
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي: - شرح مهارة الإرسال من أسفل بجميع أنواعه واعتماد إرسال لتعليمه "الجانبى والأمامى المواجه " النشاط التطبيقي : - التطبيق بدون كرة عن طريق القيام بالخطوات الفنية كما شرحت بالنموذج - التطبيق بالكرة لمسافة قصيرة فقط لإعطاء الاحساس بمكان ضرب الكرة - التطبيق من خلف خط الإرسال عن طريق تقسيم المجموعة الى فريقين وإرسال الكرة كل طالب على حدا لتوصيل الكرة للزميل على الملعب الثانى	25 د	أقماع ، كرات قدم، أطواق ، بطاقة معيار، نباشير ملونة شريط قياس ، رسومات توضيح	نصف دائرة صفان مقابلان قاطرات . مربع ناقص ضلع تقسيم الصف الى أزاج
الجزء الختامى	أداء تمارين وحركات اهتزازية لتخلص من آثار التعب	5 د	-	قاطرات

موضوع الدرس (الارسال المواجهة) الأسبوع : الثالث اليوم : الخميس الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : الجري حول الملعب مع القيام بحركات يختارها المعلم تخدم المهارة المراد تنفيذها.	5 د	صافره	انتشار حر ،
	التمرينات : (جثو . الساعدين عاليا . العضدان جانبا) تبادل مد المرفقين جانبا . (وقوف . الذراعان جانبا) الجري للأمام ثم الرجوع للخلف. (وقوف فتحا) ميل الجذع أماما أسفل . (وقوف . انثناء عرضا) تبادل ثني الركبتين كاملا مع مد الذراعين جانبا .	10 د	مرتببات	قاطرات
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي: مراجعة المهارات السابقة	25 د	كرات طائرة	صفوف متقابلة ،
	النشاط التطبيقي : - الإرسال على نقاط محددة في الملعب - تقسيم المجموعة الى مجموعتين كل زميل مقابل الآخر على شقي الملعب ومحاولة الزميل الإرسال لتوصيله الى زميله الآخر من خلف خط الإرسال - تبادل الأدوار - أداء تمرينات مختلفة على المهارة من أجل تطوير المهارة -		أطواق ، بطاقة معيار ' ، تنبشير ملونة ، شريط قياس ، حبل ، رسومات توضيحية	صف مقابل حائط قاطرات . مربع ناقص ضلع تقسيم الصف إلى أزاج
الجزء الختامي	لعبة صغيرة ختامية	5 د	صافرة	انتشار حر

موضوع الدرس (الأرسال الجانبي) الأسبوع : الرابع اليوم : الأحد الزمن : 45				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (البحث عن مكان) التمرينات :	5 د	صافرة	انتشار حر
	- (وقوف فتحا . الذراعان جانبا) ثني المرفقين عاليا . - (اقعاء . الذراعان أماما) تبادل مرجحة الرجلين أماما عاليا مع جعل المشط يشير للخارج. - (وقوف فتحا) ثني الجذع أماما . - (وقوف . الذراعين جانبا) تبادل رفع الساقين جانبا مع جعل مشط القدمين يشير للخارج.	10 د	فرشات	قاطرات ، صفوف
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي: شرح الخطوات الفنية وتعليمية الارسال من على من الاقتراب مع أداء نموذج مميز للمهارة . توضيح بطاقة المعيار المعدة مسبقا وكيفية استخدامها من قبل الطلاب . يوضح المعلم للطلاب أن لكل طالب دور سيمارسه احدهم كمؤدي يؤدي المهارة وفق بطاقة المعيار والآخر ملاحظ يزود المؤدي بالتغذية الراجعة حسب بطاقة المعيار ومن ثم تبادل الأدوار - جعل الطلاب يقومون بعمل تصور ذهني للمهارة بعد مشاهدة مقطع فيديو . النشاط التطبيقي : . تقسيم طلاب الصف إلى أزواج . استلام بطاقة المعيار من المعلم . . ملاحظة أداء المؤدي من قبل الطالب الملاحظ ومقارنته ببطاقة المعيار . تزويده بالتغذية الراجعة عن الأداء . الاتصال يكون بين الطالب الملاحظ والمعلم فقط . تبديل الأدوار . أداء تمرينات مختلفة على المهارة من أجل تطوير المهارة .	25 د	كرات طائرة ، أطواق ، بطاقة معيار ، قاطرات ، نباشير ملونة ، شريط قياس ، حبل ، رسومات توضيحية	صفوف متقابلة ، صف مقابل حائط قاطرات . مربع ناقص ضلع تقسيم الصف إلى أزاج
الجزء الختامي	أداء تمارين وحركات اهتزازية لتخلص من آثار التعب	5 د	-	قاطرات

موضوع الدرس (الارسال الجانبي) الأسبوع : الرابع اليوم : الثلاثاء الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : الجري حول الملعب مع القيام بحركات يختارها المعلم	5 د	صوت المدرس	صفان ظهرا لظهر
	التمرينات : (وقوف فتحا . انثناء عرضا) تبادل مد الذراعين جانبا . (وقوف) تبادل وضع القدمين أماما جانبا . (وقوف فتحا . ثبات الوسط) ثني الجذع جانبا بالتبادل . (جلوس طويل) رفع الساقين عاليا بزاوية 45 درجة .:	10 د	بطانيات	نصف دائرة
الجزء الرئيسي	لنشاط التعليمي.: - شرح مهارة الإرسال من أعلى بجميع أنواعه والاعتماد على النوع المراد شرحه "التنس" - التطبيق بدون كرة عن طريق القيام بالخطوات الفنية الصحيحة النشاط التطبيقي.: - تقسيم المجموعة الى قسمين القسم الاول يمسك الكرة بالذراعين عاليا على أعلى الشبكة على ان يقوم زميله بضرب الكرة مرة من الثبات بالخطوات الفنية الصحيحة للإرسال من أعلى الساحق - التطبيق على خط الإرسال كل طالب لوحده	25 د	كرات قدم شريط قياس	نصف دائرة قاطرات
			أطواق مختلفة الأقطار	انتشار حر
			بطاقة معيار	تقسيم الصف إلى أزاج
الجزء الختام	وقوف ميل الجذع أماما والعمل على تحريك الذراعين مثل بندول الساعة	5 د	-	صف واحد

موضوع الدرس (الارسال الجانبي) الأسبوع : الرابع اليوم : الخميس الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (سميح سمير) التمرينات : - (انبطاح مائل) ثني المرفقين . - (اقعاء . الذراعان أماما) تبادل وضع القدمين جانبا . - (وقوف فتحا . ثبات الوسط) تبادل ثني الجذع أماما . - (وقوف . الذراعان خلفا) تبادل رفع الركبتين أمام الصدر .	5 د	صوت المدرس	صفان ظهرا لظهر
		10 د	فرشات	دوائر متقابلة
الجزء الرئيسي	لنشاط التعليمي: - مراجعة المهارات السابقة - الإرسال بتقسيم المجموعة الى مجموعتين على جانبي الملعب النشاط التطبيقي :. - الإرسال من المجموعة الاولى بنفس التطبيق الاول على ان يقوم ثلاثة طلاب من المجموعة الثانية لاستقبال الإرسال إما من أسفل او من اعلى الى انتهاء الارسالات من المجموعة الاولى من ثم تنتقل الارسالات الى المجموعة الثانية ليقوم ثلاثة طلاب من المجموعة الاولى بالاستقبال - وضع أقماع لتقسيم الملعب الى مناطق 3 مناطق ومحاولة الطلاب إسقاط الكرة في المناطق المحددة	25 د	كرات قدم	نصف دائرة قاطرات شريط قياس
			أطواق مختلفة الأقطار	انتشار حر
			بطاقة معيار	تقسيم الصف إلى أزاج
الجزء الختامي	أداء تمارين وحركات اهتزازية لتخلص من آثار التعب	5 د	-	قاطرات

موضوع الدرس (مهارة التمرير من اسفل و اعلى) الأسبوع :الخامس اليوم : الأحد الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (عكس الإشارة) التمرينات : - (وقوف فتحا . الذراعان جانبا) ثني المرفقين عاليا . - (اقعاء . الذراعان أماما) تبادل مرجحة الرجلين أماما عاليا مع جعل المشط يشير للخارج. - (وقوف فتحا) ثني الجذع أماما . - (وقوف . الذراعين جانبا) تبادل رفع الساقين جانبا مع جعل مشط القدمين يشير للخارج.	5 د 10 د	5 د 10 د	صوت المدرس بطانيات
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي: مراجعة المهارات السابقة النشاط التطبيقي .: - التطبيق بالانتشار الحر بالملعب وتحديد المسافة بملعب كرة الطائرة - التطبيق كل زميلين مع بعض - التطبيق على الشبكة بتقسيم المجموعة الى فريقين والقيام بالتمرير من اعلى مع استمرار الكرة - التطبيق عن طريق تقسيم المجموعة الى مجموعات صغيرة والقيام بالتمرير من اعلى بين افراد المجموعة للقائد	25 د	بطاقة معيار كرات طائرة أطواق ، قواطر تباشير ملونة شريط قياس ، حبل ، تقسيم الصف رسومات توضيحية	صفوف متقابلة ، صف مقابل حائط قواطرات . مربع ناقص ضلع إلى أزاج
الجزء الختامي	أداء تمارين وحركات اهتزازية لتخلص من آثار التعب	5 د	-	قواطرات

موضوع الدرس (الأرسال المواجهة والجانبى) الأسبوع :الخامس اليوم : الثلاثاء الزمن : 45				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : الجري حول الملعب مع القيام بحركات للذراعين والرجلين والجدع تحت إشراف المعلم التمرينات : - (وقوف فتحا . الذراعان أماما) تدوير الذراعين أماما وخلفا . - (وقوف . الذراعين جانبيا) تبادل مرجحة الرجلين أماما عاليا ولمس اليدين . - (وقوف فتحا . ثبات الوسط) ثني الجذع أماما أسفل . - (وقوف . الذراعان أماما) تبادل رفع الركبتين بزاوية 90 درجة .	5 د 10 د	صوت المعلم، مقعد سويدي	جري على شكل قاطرة صفوف متقابلة
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي: مراجعة المهارة السابقة النشاط التطبيقي : - الإرسال بتقسيم المجموعة الى مجموعتين على جانبي الملعب - الإرسال من المجموعة الاولى بنفس التطبيق الاولى على ان يقوم ثلاثة طلاب من المجموعة الثانية لاستقبال الإرسال إما من أسفل او من اعلى الى انتهاء الارسلات من المجموعة الاولى من ثم تنتقل الارسلات الى المجموعة الثانية ليقوم ثلاثة طلاب من المجموعة الاولى بالاستقبال - تبديل الأدوار - أد- ء تمرينات مختلفة على المهارة من أجل تطوير المهارة .	25 د	كرات طائرة شريط قياس رسومات توضيحية فيديو بطاقة معيار	قاطرات دوائر نصف دائر صفوف تقسيم الصف الى أزواج
الجزء الختامي	المرجحة العمودية	5 د	صافرة	صفوف متقابلة

موضوع الدرس(الأرسال المواجهة)					الأسبوع : الخامس		اليوم : الخميس		الزمن : 45د		
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية							
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (سميح سمير)	5 د	صوت المدرس	صفان ظهرا لظهر							
	التمرينات : - (انبطاح مائل) ثني المرفقين . - (اقعاء . الذراعان أماما) تبادل وضع القدمين جانبا . - (وقوف فتحا . ثبات الوسط) تبادل ثني الجذع أماما . - (وقوف . الذراعان خلفا) تبادل رفع الركبتين أمام الصدر .	10 د	فرشات	دوائر متقابلة							
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي: مراجعة المهارات السابقة	25 د	بطاقة معيار كرات طائرة	قاطرات دوائر نصف دائر							
	النشاط التطبيقي : - الإرسال بتقسيم المجموعة الى مجموعتين على جانبي الملعب - الإرسال من المجموعة الاولى بنفس التطبيق الاول على ان يقوم ثلاثة طلاب من المجموعة الثانية لاستقبال الإرسال إما من أسفل او من اعلى الى انتهاء الارسلات من المجموعة الاولى من ثم تنتقل الارسلات الى المجموعة الثانية ليقوم ثلاثة طلاب من المجموعة الاولى بالاستقبال - وضع أقماع لتقسيم الملعب الى مناطق 3 مناطق ومحاولة الطلاب إسقاط الكرة في المناطق المحددة . تبديل الأدوار . أداء تمرينات مختلفة على المهارة من أجل تطوير المهارة .										
الجزء الختامي	لعبة صغيرة ختامية	5 د	صافرة	انتشار حر							

موضوع الدرس (مهارة الإرسال الجانبي والمواجهة) الأسبوع : السادس اليوم : الأحد الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : الجري حول الملعب مع القيام بحركات يختارها المعلم تخدم المهارة المراد تنفيذها.	5 د	صافره	انتشار حر ،
	التمرينات : (جثو . الساعدين عاليا . العضدان جانبا) تبادل مد المرفقين جانبا . (وقوف . الذراعان جانبا) الجري للأمام ثم الرجوع للخلف. (وقوف فتحا) ميل الجذع أماما أسفل . (وقوف . انثناء عرضا) تبادل ثني الركبتين كاملا مع مد الذراعين جانبا .	10 د	مرتبّيات	قاطرات
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي: - مراجعة المهارات السابقة النشاط التطبيقي : - التطبيق بتقسيم المجموعة الى قاطرتين على جهتي الملعب القاطرة الاولى ترسل الكرة والقاطرة الثانية تستقبل طالب لطاب من ثم ينتقل الطالب الى آخر القاطرة لتستمر الكرة بين القاطرتين - وضع أقماع لتقسيم الملعب الى مناطق 6 مناطق ومحاولة الطلاب إسقاط الكرة في المناطق المحددة . الاتصال يكون بين الطالب والملاحظ والمعلم فقط . تبديل الأدوار . أداء تمرينات مختلفة على المهارة من أجل تطوير المهارة .	25 د	أقماع ، كرات طائرة شريط قياس بطاقة معيار	مربع ناقص ضلع، قاطرات، صفوف، تقسيم الصف إلى أزاج
الجزء الختامي	أداء تمرينات استرخاء	5 د	مرتبّيات	رقود على الظهر

موضوع الدرس (التمرير من أسفل والارسال من أسفل) الأسبوع : السادس اليوم: الثلاثاء الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (طار الحمام هذا الحمام)	5 د	صوت المدرس	انتشار حر
	التمرينات : - (جثو أفقي) تبادل وضع اليدين جانبا . - (جلوس طويل) تبادل وضع الساقين جانبا . - (وقوف . ثبات الوسط) لف الجذع جانبا بالتبادل . - (جلوس طويل فتحا . انثناء عرضا) تبادل ضم الساقين مع تبادل مد الذراعين جانبا .	10 د	فرشات رقيقة	قاطرات
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي: مراجعة المهارات السابقة	25 د	أقماع ، كرات طائرة	نصف دائرة
	النشاط التطبيقي : - تطبيق انتشار حر في ملعب كرة الطائرة والتمرير من أسفل ومن أعلى - تطبيق تقسيم المجموعة الى مجموعات كل مجموعة مكونة من 3 طلاب والارسال عليهم من قبل المعلم او من قبل اللاعبين واستقبال الكرة في الملعب من جميع المناطق ثم الدوران لتبديل مناطقهم لكي يحصل كل طالب على استقباليين على الأقل من كل منطقة في الملعب ثم التبديل - تبديل الأدوار - أداء تمرينات مختلفة على المهارة من أجل تطوير المهارة		أطواق ، بطاقة معيار ، نباشير ملونة شريط قياس ، رسومات توضيحية	صفان متقابلان قاطرات . مربع ناقص ضلع تقسيم الصف الى أزاج
الجزء الختامي	رقود على الظهر والذراعان جانبا والعمل على ارتخاء عضلات الجسم	5 د	فرشات	رقود على الظهر

موضوع الدرس (التمرير من أعلى والارسال من أعلى) الأسبوع : السادس اليوم : الخميس الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (حركة تجمد) التمرينات : - (جثو أفقي) ثني المرفقين . - (وقوف . ثبات الوسط) تبادل رفع الركبتين أماما . - (وقوف) ثني الجذع خلفا - (انبطاح مائل) ثني المرفقين .	5 د 10 د	صافره مقعد سويد مرتببات	الحري على شكل قاطرة بعكس عقارب الساعة قاطرات ، صفوف
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي:مراجعة المهارات السابقة النشاط التطبيقي : - انتشار حر تطبيق التمرير مرة من اعلى ومرة من أسفل لمدة لا تتجاوز العشرة دقائق - وضع أقماع لتقسيم الملعب الى 3 مناطق ومحاولة الطلاب إيصال الكرة في المناطق المحددة على ان يقف اللاعب في منطقة الدفاع الخلفية ويقوم باستقبال الكرة وتمريرها على مكان وقوف المعد بالشكل الصحيح إما من اعلى او من أسفل	25 د	أقماع ، كرات طائرة، أطواق ، بطاقة معيار، تباشير ملونة شريط قياس ، رسومات توضيح	نصف دائرة صفان متقابلان قاطرات . مربع ناقص ضلع تقسيم الصف الى أزاج
الجزء الختامي	أداء تمارين وحركات اهتزازية لتخلص من آثار التعب	5 د	-	قاطرات

موضوع الدرس(جميع المهارات) الأسبوع : السابع اليوم : الأحد الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : الجري حول الملعب مع القيام بحركات يختارها المعلم تخدم المهارة المراد تنفيذها.	5 د	صافره	انتشار حر ،
	التمرينات : - (جثو . الساعدين عاليا . العضدان جانبا) تبادل مد المرفقين جانبا . - (وقوف . الذراعان جانبا) الجري للأمام ثم الرجوع للخلف. - (وقوف فتحا) ميل الجذع أماما أسفل . - (وقوف . انثناء عرضا) تبادل ثني الركبتين كاملا مع مد الذراعين جانبا .	10 د	مرتبّات	قاطرات
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي: مراجعة المهارات السابقة النشاط التطبيقي : - التطبيق عن طريق تشكيل دائرة داخلية من الأقماع ويقف الطلاب حولها بشكل دائري على بعد 3 خطوات من الأقماع ، ويقف طالب مواجه لزملائه وظهره للأقماع ويقوم الزميل برمي الكرة ليستقبلها الطالب من أسفل وينتقل الى الزميل الآخر .. الخ - التطبيق بتقسيم المجموعة الى فرق كل فريق مكون من 5 طلاب بتشكيل دوائر صغيرة يقوموا بتمرير الكرة فيما بينهم يكون هناك قائد يتم تبديله كل ما انتهى الدوران بالتمرير من اعلى ومن أسفل . الاتصال يكون بين الطالب الملاحظ والمعلم فقط . تبديل الأدوار . أداء تمرينات مختلفة على المهارة من أجل تطوير المهارة .	25 د	كرات طائرة أطواق ، بطاقة معيار ' ، تباشير ملونة شريط قياس ، حبل ، رسومات توضيحية	صفوف متقابلة ، صف مقابل حائط قاطرات . مربع ناقص ضلع تقسيم الصف إلى أزاج
	الجزء الختامي	لعبة صغيرة ختامي	5 د	صافرة

موضوع الدرس (جميع المهارات) الأسبوع : السابع اليوم : الثلاثاء الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (البحث عن مكان التمرينات : - (وقوف فتحا . الذراعان جانبا) ثني المرفقين عاليا . - (اقعاء . الذراعان أماما) تبادل مرجحة الرجلين أماما عاليا مع جعل المشط يشير للخارج. - (وقوف فتحا) ثني الجذع أماما . - (وقوف . الذراعين جانبا) تبادل رفع الساقين جانبا مع جعل مشط القدمين يشير للخارج.	5 د 10 د	صافرة فرشات	انتشار حر قاطرات ، صفوف
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي: مراجعة المهارات السابقة النشاط التطبيقي : • يقف تلميذان عند الشبكة والمسافة بينهما من 4 أمتار : 6 أمتار ويؤدي أحدهما الإرسال من أسفل بينما يؤدي الآخر عملية استقبال الكرة • تزداد المسافة تدريجياً بين التلميذين إلى أن تصل إلى خلف خط الملعب • الإرسال من طرف الملعب الى الملعب الآخر على ان يغطي الملعب 4 لاعبين فقط. يوجه إرسال (تنس) إلى التلميذ المدافع وعليه استقبال الكرة بطريقة صحيحة مع توجيهها إلى نقطة معينة لتلميذ معين ويبدأ الإرسال أولاً عادياً وبسيطاً ثم تزداد قوته تدريجياً	25 د	كرات طائرة أطواق ، بطاقة معيار ' ، نباشير ملونة شريط قياس ، حبل ، رسومات توضيحية	صفوف متقابلة ، صف مقابل حائط قاطرات . مربع ناقص ضلع تقسيم الصف إلى أزاج
الجزء الختامي	أداء تمارين وحركات اهتزازية لتخلص من آثار التعب	5 د	-	قاطرات

موضوع الدرس (التمرير من أسفل والتمرير من أعلى) الأسبوع : السابع اليوم :الخميس الزمن : 45				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (حركة تجمد)	5 د	صوت المدرس	انتشار حر
	التمرينات : - (وقوف فتحا) تبادل مد الذراعين جانبا . - (وقوف) الحجل أماما رفع الركبتين أماما بالتبادل . - (وقوف) ثني الجذع أماما أسفل ولمس أمشاط القدم . - (جلوس طويل . الذراعان جانبا) تبادل رفع الساقين عاليا .	10 د	بطانيات	صفوف
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي : - مراجعة الخطوات الفنية لكلا المهارتين - عرض رسومات توضيحية لطريقة أداء المهارتين - عمل نموذج مثالي للمهارتين من قبل المعلم أمام الطلاب النشاط التطبيقي : - من خلال تشكيل قاطرات يقوم كل لاعب بالجري بين أقماع مختلفات في المسافة والاتجاه مع تأكيد على تكرار التدريب بسرعات مختلفة وباستخدام كلا القدمين - يقف اللاعبون على هيئة قاطرات متقابلة بحيث يقومون بالتمرير من أسفل مرة والتمرير من أعلى مرة أخرى بالتناوب مع زيادة المسافة والسرعات. - لعب تنافسي (للاستخدام المهارات في مواقف لعب حقيقية	25 د	كرات قدم رسومات توضيحية	صفان متقابلان قاطرات
الجزء الختامي			أقماع شريط قياس	قاطرات متقابلة صفان متقابلان
	من وضع الوقوف فتحا أخذ شهيق و زفير	5 د	صاقرة	من وضع الوقوف فتحا

موضوع الدرس (الارسال المواجهة والجانبى) الأسبوع : الثامن اليوم: الأحد الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : الجري حول الملعب مع القيام بحركات للذراعين والرجلين والجدع تحت إشراف المعلم التمرينات : - (وقوف فتحا . الذراعان أماما) تدوير الذراعين أماما وخلفا . - (وقوف . الذراعين جانبا) تبادل مرجحة الرجلين أماما عاليا ولمس اليدين . - (وقوف فتحا . ثبات الوسط) ثني الجذع أماما أسفل . - (وقوف . الذراعان أماما) تبادل رفع الركبتين بزاوية 90 درجة .	5 د 10 د	صوت المعلم، مقعد سويدي	جري على شكل قاطرة صفوف متقابلة
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي : - مراجعة الخطوات الفنية لكل مهارة بشكل سريع - عرض شريط فيديو للمهارات بالعرض البطيء - عمل نماذج مثالية لهذه المهارات من قبل الطلاب الذين يؤدونها بشكل صحيح . النشاط التطبيقي : - يصطف اللاعبون على شكل قاطرات متقابلة بحيث يقوم اللاعب بضرب الكرة بوجه القدم الداخلي إلى اللاعب المقابل ليقوم الآخر بضرب الكرة بالرأس إلى نفس اللاعب ومن تعاد إليه ليقوم بكتمها وبعد ذلك يقوم بالجري مستخدما الوجه الداخلي للقدم وقبل الاقتراب من اللاعب الذي ضرب الكرة بوجه القدم الداخلي بحدود (5) أمتار يقوم بتمرير الكرة إليه مستخدما باطن القدم ليقوم الآخر بكتم الكرة بباطن القدم ليقوم بمثل الخطوات التي قام بها اللاعب السابق وهكذا حتى يؤدي الجميع التدريب (يكرر التدريب عدة مرات - لعب تناقسي (للاستخدام المهارات في مواقف لعب حقيقية)	25 د	كرات طائرة أقماع فيديو شريط قياس	مربع ناقص ضلع قاطرات متقابلة
الجزء الختامي	المرجحة بزاوية	5 د	—	صفوف متقابلة

- الأسبوع الثامن (يوم الثلاثاء) اجراء الاختبارات البعدية لمهارة التمرير من أسفل وأعلى.
- الأسبوع الثامن (يوم الخميس) اجراء الاختبارات البعدية لمهارة الأرسال من أسفل والأرسال من أعلى .

البرنامج التعليمي المقترح للمجموعة التجريبية الثانية باستخدام الأسلوب التطبيقي الذاتي متعدد المستويات

موضوع الدرس (التمرير من أعلى) الأسبوع : الأول اليوم : الأحد الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (المطاردة)	5 د	صافرة حبال	الجري على شكل دائرة
	التمرينات : - انبطاح مائل (تبادل وضع اليدين جانبا . - جلوس طويل (تبادل رفع الساقين . - وقوف . ثبات الوسط (لف الجذع جانبا بالتبادل . - انبطاح مائل (ثني المرفقين مع تبادل رفع الساقين خلفا .	10 د	بطانيات	صفوف متقابلة
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي: - شرح الخطوات الفنية للمهارة مع أداء نموذج مميز من قبل المعلم أو بعض الطلبة المميزين - في بداية الأمر جعل الطلاب يقومون بعمل تصور ذهني بعد مشاهدة مقطع فيديو للمهارة. النشاط التطبيقي: - يتم العمل بشكل فردي بعد استلام ورقة الواجب شريطة أن يختار الطالب المستوى التي يرغب به - يرسم المدرب على الأرض صفوف من الدوائر مختلفة الأقطار حيث يترك المعلم الحرية للطلاب باختيار الصف الذي يلاءم مستواهم بحيث يقوم اللاعب بتمرير الكرة في الصف الذي اختاره فإذا قام بالتمرير . ويترك له حرية التنقل بين الصفوف إما إلى الصف ذات القطر الأكبر ا وإلى الصف ذات القطر الأقل والذي يحدد ذلك هو الطالب نفسه حسب إتقانه للمستوى الذي اختاره عامل الصعوبة: عدد مرات التمرير في الصف، قطر الدوائر، حجم الكرة	25 د	كرات طائرة شريط قياس	نصف دائرة قاطرات
الجزء الختامي	وقوف ميل الجذع أماما والعمل على تحريك الذراعين مثل بندول الساعة	5 د		انتشار حر

موضوع الدرس (مهارة التمرير من أسفل) الأسبوع : الأول اليوم : الثلاثاء الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (طار الحمام هذا الحمام)	5 د	صوت المدرس	انتشار حر
	التمرينات : - (جثو أفقي) تبادل وضع اليدين جانبا . - (جلوس طويل) تبادل وضع الساقين جانبا . - (وقوف . ثبات الوسط) لف الجذع جانبا بالتبادل . - (جلوس طويل فتحا . انثناء عرضا) تبادل ضم الساقين مع تبادل مد الذراعين جانبا .	10 د	فرشات رقيقة	قاطرات
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي: - شرح الخطوات الفنية للمهارة مع أداء نموذج مميز من قبل المعلم أو بعض الطلبة المميزين - في بابة الأمر جعل الطلاب يقومون بعمل تصور ذهني بعد مشاهدة مقطع فيديو للمهارة. النشاط التطبيقي: - يتم العمل بشكل فردي بعد استلام ورقة الواجب شريطة أن يختار الطالب المستوى التي يربع به - يرسم المدرب على الأرض صفوف من الدوائر مختلفة الأقطار حيث يترك المعلم الحرية للطلاب باختيار الصف الذي يلاءم مستواهم بحيث يقوم اللاعب بتمرير الكرة في الصف الذي اختاره فإذا قام بالتمرير . ويترك له حرية التنقل بين الصفوف إما إلى الصف ذات القطر الأكبر ا وإلى الصف ذات القطر الأقل والذي يحدد ذلك هو الطالب نفسه حسب إتقانه للمستوى الذي اختاره عامل الصعوبة: - عدد مرات التمرير في الصف، قطر الدوائر، حجم الكرة _ تدريبات مختلفة لتمية المهارة	25 د	كرات طائرة	نصف دائرة
			شريط قياس	قاطرات
الجزء الختامي			أطواق مختلفة الأقطار	انتشار حر
	لعبة صغيرة ختامية	5 د	صافرة	انتشار حر

موضوع الدرس (التمرير من أعلى والتمرير من أسفل) الأسبوع :الأول اليوم : الخميس الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (عكس الإشارة) التمرينات : - (وقوف فتحا . الذراعان جانبا) ثني المرفقين عاليا . - (اقعاء . الذراعان أماما) تبادل مرجحة الرجلين أماما عاليا مع جعل المشط يشير للخارج. - (وقوف فتحا) ثني الجذع أماما . - (وقوف . الذراعين جانبا) تبادل رفع الساقين جانبا مع جعل مشط القدمين يشير للخارج.	5 د 10 د	5 د 10 د	صوت المدرس بطانيات
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي: - شرح الخطوات الفنية للمهارة مع أداء نموذج مميز من قبل المعلم أو بعض الطلبة المميزين - في بابة الأمر جعل الطلاب يقومون بعمل تصور ذهني بعد مشاهدة مقطع فيديو للمهارة. النشاط التطبيقي : - يتم العمل بشكل فردي بعد استلام ورقة الواجب شريطة أن يختار الطالب المستوى التي يربح به يقوم المعلم برسم دوائر مختلفة الأقطار على حائط بحيث يختار الطالب الدائرة المناسبة له ويمرر بطريقة صحيحة وهنا يترك للاعب حرية الاختيار بالانتقال لمستوى أعلى أو أقل حسب إتقانه وتمكنه من المهارة . عامل الصعوبة في هذا التدريب : -زيادة أو نقصان قطر الدائرة، وزيادة أو تقريب المسافة ، التحكم في عدد التكرارات تقسم الطلاب إلى مجموعتين (أ، ب) والقيام بأداء المهارة .	25 د	ورقة واجب كرات طائرة أطواق ، قاطرات تباشير ملونة شريط قياس ، حبل ، رسومات توضيحية	صفوف متقابلة ، صف مقابل حائط مربع ناقص ضلع تقسيم الصف إلى أزاج
الجزء الختامي	أداء تمارين وحركات اهتزازية لتخلص من آثار التعب	5 د	-	قاطرات

موضوع الدرس (التمرير من أسفل) الأسبوع : الثاني اليوم : الأحد الزمن : 45				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : الجري حول الملعب مع القيام بحركات للذراعين والرجلين والجدع تحت إشراف المعلم التمرينات : - (وقوف فتحا . الذراعان أماما) تدوير الذراعين أماما وخلفا . - (وقوف . الذراعين جانبا) تبادل مرجحة الرجلين أماما عاليا ولمس اليدين . - (وقوف فتحا . ثبات الوسط) ثني الجذع أماما أسفل . - (وقوف . الذراعان أماما) تبادل رفع الركبتين بزاوية 90 درجة .	5 د 10 د	صوت المعلم، مقعد سويدي	جري على شكل قاطرة صفوف متقابلة
الجزء الرئيسي	لنشاط التعليمي: - شرح الخطوات الفنية للمهارة مع أداء نموذج مميز من قبل المعلم أو بعض الطلبة المميزين - في بداية الأمر جعل الطلاب يقومون بعمل تصور ذهني بعد مشاهدة مقطع فيديو للمهارة. النشاط التطبيقي : • تؤدي المهارة من خلال الكرة المقذوفة من زميل من نصف الملعب الآخر أو من مسافة مناسبة • يرفع التلميذ الكرة لنفسه عدة مرات عالياً في حدود 2م من وقفة الاستعداد ومن ثم يستقبلها بالطريقة الصحيحة	25 د	أهداف تدريب مختلفة الحج ، كرات طائرة فيديو ورقة واجب	قاطرات دوائر نصف دائر صفوف
الجزء الختامي	المرجحة العمودية	5 د	صافرة	صفوف متقابلة

موضوع الدرس (التمرير من أعلى) الأسبوع : الثاني اليوم : الثلاثاء الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (سميح سمير)	5 د	صوت المدرس	صفان ظهرا لظهر
	التمرينات : - (انبطاح مائل) ثني المرفقين . - (اقعاء . الذراعان أماما) تبادل وضع القدمين جانبا . - (وقوف فتحا . ثبات الوسط) تبادل ثني الجذع أماما . - (وقوف . الذراعان خلفا) تبادل رفع الركبتين أمام الصدر .	10 د	فرشات	دوائر متقابلة
الجزء الرئيسي	لنشاط التعليمي: - شرح الخطوات الفنية للمهارة مع أداء نموذج مميز من قبل المعلم أو بعض الطلبة المميزين - في بداية الأمر جعل الطلاب يقومون بعمل تصور ذهني بعد مشاهدة مقطع فيديو للمهارة. النشاط التطبيقي : - يتم العمل بشكل فردي بعد استلام ورقة الواجب شريطة أن يختار الطالب المستوى التي يرغب به . يقوم المدرس بعمل عدة صفوف من الأقماع بحيث أن المسافة بين الأقماع الموجودة في الصفوف مختلفة حيث يقوم اللاعب المتعلم بالتمرير من أعلى في الصف الذي يناسبه بطريقة صحيحة وهنا تترك للاعب حرية الانتقال بين المستويات حسب إتقانه للمهارة . عامل الصعوبة: المسافة، الاتجاهات، الزمن، حجم الكرة تدريبات متنوعة من أجل تثبيت المهارة	25 د	أقماع ، كرات طائرة	قاطرات دوائر نصف دائرة صفوف
الجزء الختامي	لعبة صغيرة ختامية	5 د	صافرة	انتشار حر

موضوع الدرس (مهارة التمرير من أسفل وأعلى) الأسبوع : الثاني اليوم : الخميس الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : الجري حول الملعب مع القيام بحركات يختارها المعلم تخدم المهارة المراد تنفيذها.	5 د	صافره	انتشار حر ،
	التمرينات : - (جثو . الساعدين عاليا . العضدان جانبا) تبادل مد المرفقين جانبا . - (وقوف . الذراعان جانبا) الجري للأمام ثم الرجوع للخلف. - (وقوف فتحا) ميل الجذع أماما أسفل . - (وقوف . انثناء عرضا) تبادل ثني الركبتين كاملا مع مد الذراعين جانبا .	10 د	مرتببات	قاطرات
الجزء الرئيسي	لنشاط التعليمي: - شرح الخطوات الفنية للمهارة مع أداء نموذج مميز من قبل المعلم أو بعض الطلبة المميزين - في بداية الأمر جعل الطلاب يقومون بعمل تصور ذهني بعد مشاهدة مقطع فيديو للمهارة. النشاط التطبيقي : - يتم العمل بشكل فردي بعد استلام ورقة الواجب شريطة أن يختار الطالب المستوى التي يربح به . يقوم المدرس بعمل عدة صفوف من الأقماع بحيث أن المسافة بين الأقماع الموجودة في الصفوف مختلفة حيث يقوم اللاعب المتعلم بالتمرير من أسفل ومرة بالتمرير من أعلى في الصف الذي يناسبه بطريقة صحيحة وهنا تترك للاعب حرية الانتقال بين المستويات حسب إتقانه للمهارة . عامل الصعوبة: المسافة، الاتجاهات، الزمن، حجم الكرة ممارسة لعبة ختامية صغيرة .	25 د	أقماع ، كرات طائرة شريط قياس ورقة الواجب	مربع ناقص ضلع، قاطرات، صفوف،
الجزء الختامي	أداء تمرينات استرخاء	5 د	مرتببات	رقود على الظهر

موضوع الدرس (الأرسال المواجهة) الأسبوع : الثالث اليوم: الأحد الزمن : 45				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (طار الحمام هذا الحمام)	5 د	صوت المدرس	انتشار حر
	التمرينات : - (جثو أفقي) تبادل وضع اليدين جانبا . - (جلوس طويل) تبادل وضع الساقين جانبا . - (وقوف . ثبات الوسط) لف الجذع جانبا بالتبادل . - (جلوس طويل فتحا . انثناء عرضا) تبادل ضم الساقين مع تبادل مد الذراعين جانبا .	10 د	فرشات رقيقة	قاطرات
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي: - شرح الخطوات الفنية للمهارة مع أداء نموذج مميز من قبل المعلم أو بعض الطلبة المميزين - في بداية الأمر جعل الطلاب يقومون بعمل تصور ذهني بعد مشاهدة مقطع فيديو للمهارة. النشاط التطبيقي: - يتم العمل بشكل فردي بعد استلام ورقة الواجب شريطة أن يختار الطالب المستوى التي يرغب به - يرسم المدرب على الأرض صفوف من الدوائر مختلفة الأقطار حيث يترك المعلم الحرية للطلاب باختيار الصف الذي يلاءم مستواهم بحيث يقوم اللاعب بإرسال الكرة في الصف الذي اختاره فإذا قام بالارسال ويترك له حرية التنقل بين الصفوف إما إلى الصف ذات القطر الأكبر ا وإلى الصف ذات القطر الأقل والذي يحدد ذلك هو الطالب نفسه حسب إتقانه للمستوى الذي اختاره عامل الصعوبة: عدد مرات الارسال في الصف، قطر الدوائر، حجم الكرة	25 د	أقماع ، كرات طائرة أطواق ، بورقة واجب، تباشير ملونة شريط قياس ، رسومات توضيحية	نصف دائرة صفان متقابلان قاطرات مربع ناقص ضلع
الجزء الختامي	رقود على الظهر والذراعان جانبا والعمل على ارتخاء عضلات الجسم	5 د	فرشات	رقود على الظهر

موضوع الدرس (الارسال الجانبي) الأسبوع : الثالث اليوم : الثلاثاء الزمن : 45				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (حركة تجمد)	5 د	صافره	الجري
	التمرينات : - (جثو أفقي) ثني المرفقين . - (وقوف . ثبات الوسط) تبادل رفع الركبتين أماما . (وقوف) ثني الجذع خلفا - (انبطاح مائل) ثني المرفقين .	10 د	مقعد سويد مرتببات	على شكل قاطرة بعكس عقارب الساعة قاطرات ' صفوف
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي: - شرح الخطوات الفنية للمهارة مع أداء نموذج مميز من قبل المعلم أو بعض الطلبة المميزين - في بداية الأمر جعل الطلاب يقومون بعمل تصور ذهني بعد مشاهدة مقطع فيديو للمهارة. النشاط التطبيقي: - يتم العمل بشكل فردي بعد استلام ورقة الواجب شريطة أن يختار الطالب المستوى التي يربع به - يرسم المدرب على الأرض صفوف من الدوائر مختلفة الأقطار حيث يترك المعلم الحرية للطلاب باختيار الصف الذي يلاءم مستواهم بحيث يقوم اللاعب بالارسال في الصف الذي اختاره فإذا قام بالارسال . ويترك له حرية التنقل بين الصفوف إما إلى الصف ذات القطر الأكبر ا وإلى الصف ذات القطر الأقل والذي يحدد ذلك هو الطالب نفسه حسب إتقانه للمستوى الذي اختاره عامل الصعوبة: عدد مرات الارسال في الصف، قطر الدوائر، حجم الكرة	25 د	أقماع ، كرات قدم، أطواق ، ورقة واجب نباشير ملونة شريط قياس ، رسومات توضيح	نصف دائرة صفان متقابلان قاطرات . مربع ناقص ضلع
الجزء الختامي	أداء تمارين وحركات اهتزازية لتخلص من آثار التعب	5 د	-	قاطرات

موضوع الدرس (الارسال الجانبي والموجهة) الأسبوع : الثالث اليوم :الخميس الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : الجري حول الملعب مع القيام بحركات يختارها المعلم تخدم المهارة المراد تنفيذها.	5 د	صافره	انتشار حر ،
	التمرينات : - (جثو . الساعدين عاليا . العضدان جانبا) تبادل مد المرفقين جانبا . - (وقوف . الذراعان جانبا) الجري للأمام ثم الرجوع للخلف. - (وقوف فتحا) ميل الجذع أماما أسفل . - (وقوف . انثناء عرضا) تبادل ثني الركبتين كاملا مع مد الذراعين جانبا .	10 د	مرتبّات	قاطرات
الجزء الرئيسي	لنشاط التعليمي: - شرح الخطوات الفنية للمهارة مع أداء نموذج مميز من قبل المعلم أو بعض الطلبة المميزين - في بداية الأمر جعل الطلاب يقومون بعمل تصور ذهني بعد مشاهدة مقطع فيديو للمهارة. النشاط التطبيقي : - يتم العمل بشكل فردي بعد استلام ورقة الواجب شريطة أن يختار الطالب المستوى التي يربع به يقوم المعلم بعمل دوائر على الحائط بحيث تكون مختلفة الأقطار حيث يترك للاعب حرية الاختيار الدائرة المناسبة له لأداء المهارة عليها. عامل الصعوبة التقليل في القطر، زيادة المسافة ممارسة تدريبات متنوعة لصقل المهارة	25 د	كرات قدم، أطواق ، ورقة واجب	صفوف متقابلة ، صف مقابل حائط قاطرات .
			نباشير ملونة شريط قياس ، حبل ، رسومات توضيحية	مربع ناقص ضلع
الجزء الختامي	لعبة صغيرة ختامية	5 د	صافرة	انتشار حر

موضوع الدرس: (مهارة الارسال الجانبي) الأسبوع : الرابع اليوم : الأحد الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (البحث عن مكان) التمرينات :	5 د	صافرة	انتشار حر
	- (وقوف فتحا . الذراعان جانبا) ثني المرفقين عاليا . - (اقعاء . الذراعان أماما) تبادل مرجحة الرجلين أماما عاليا مع جعل المشط يشير للخارج. - (وقوف فتحا) ثني الجذع أماما . - (وقوف . الذراعين جانبا) تبادل رفع الساقين جانبا مع جعل مشط القدمين يشير للخارج.	10 د	فرشات	قاطرات ، صفوف
الجزء الرئيسي	لنشاط التعليمي: - شرح الخطوات الفنية للمهارة مع أداء نموذج مميز من قبل المعلم أو بعض الطلبة المميزين - في بداية الأمر جعل الطلاب يقومون بعمل تصور ذهني بعد مشاهدة مقطع فيديو للمهارة. النشاط التطبيقي : - يتم العمل بشكل فردي بعد استلام ورقة الواجب شريطة أن يختار الطالب المستوى التي يربع به يقوم المعلم بعمل دوائر على الحائط بحيث تكون مختلفة الأقطار حيث يترك للاعب حرية الاختيار الدائرة المناسبة له لأداء المهارة عليها، لكن يجب أداء المارة من الاقتراب بحيث يرسم خط موازي لدوائر . عامل الصعوبة التقليل في القطر، زيادة المسافة تدريبات متنوعة على المهارة	25 د	كرات قدم، أطواق ، ورقة واجب	صفوف متقابلة ، صف مقابل حائط قاطرات .
			تباشير ملونة	مربع ناقص ضلع
			حبل ، رسومات توضيحية	
الجزء الختامي	أداء تمارين وحركات اهتزازية لتخلص من آثار التعب	5 د	-	قاطرات

موضوع الدرس (الأرسال المواجهة) الأسبوع : الرابع اليوم : الثلاثاء الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (المطاردة) التمرينات : - (انبطاح مائل) تبادل وضع اليدين جانبا . - (جلوس طويل) تبادل رفع الساقين . - (وقوف . ثبات الوسط) لف الجذع جانبا بالتبادل . - (انبطاح مائل) ثني المرفقين مع تبادل رفع الساقين خلفا .	5 د 10 د	صافرة حبال بطانيات	الجري على شكل دائرة صفوف متقابلة
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي: - شرح الخطوات الفنية للمهارة مع أداء نموذج مميز من قبل المعلم أو بعض الطلبة المميزين - في بابة الأمر جعل الطلاب يقومون بعمل تصور ذهني بعد مشاهدة مقطع فيديو للمهارة. النشاط التطبيقي: - يتم العمل بشكل فردي بعد استلام ورقة الواجب شريطة أن يختار الطالب المستوى التي يربع به - يرسم المدرب على الأرض صفوف من الدوائر مختلفة الأقطار حيث يترك المعلم الحرية للطلاب باختيار الصف الذي يلاءم مستواهم بحيث يقوم اللاعب بالارسال في الصف الذي اختاره فإذا قام بالارسال . - ويترك له حرية التنقل بين الصفوف إما إلى الصف ذات القطر الأكبر ا وإلى الصف ذات القطر الأقل والذي يحدد ذلك هو الطالب نفسه حسب إتقانه للمستوى الذي اختاره - عامل الصعوبة: - عدد مرات التخطيط في الصف، قطر الدوائر، حجم الكرة	25 د	كرات قدم شريط قياس أطواق مختلفة الأقطار	نصف دائرة قاطرات انتشار حر
الجزء الختامي	وقوف ميل الجذع أماما والعمل على تحريك الذراعين مثل بندول الساعة	5 د		

موضوع الدرس (مهارات الإرسال المواجهة والإرسال الجانبي) الأسبوع : الرابع اليوم : الخميس الزمن : 45				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (طار الحمام هذا الحمام)	5 د	صوت المدرس	انتشار حر
	التمرينات : - (جثو أفقي) تبادل وضع اليدين جانبا . - (جلوس طويل) تبادل وضع الساقين جانبا . - (وقوف . ثبات الوسط) لف الجذع جانبا بالتبادل . - (جلوس طويل فتحا . انثناء عرضا) تبادل ضم الساقين مع تبادل مد الذراعين جانبا .	10 د	فرشات رقيقة	قاطرات
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي: - شرح الخطوات الفنية للمهارة مع أداء نموذج مميز من قبل المعلم أو بعض الطلبة المميزين - في بابة الأمر جعل الطلاب يقومون بعمل تصور ذهني بعد مشاهدة مقطع فيديو للمهارة. النشاط التطبيقي: - الإرسال على نقاط محددة في الملعب - تقسيم المجموعة الى مجموعتين كل زميل مقابل الآخر على شقي الملعب ومحاولة الزميل الإرسال لتوصيله الى زميله الآخر من خلف خط الإرسال - الإرسال مجموعة كاملة مع بعضهم للمجموعة الأخرى على النصف الآخر من الملعب - الإرسال في مجموعات من خلف خط الإرسال للمجموعة الثانية	25 د	كرات قدم شريط قياس	نصف دائرة قاطرات
			أطواق مختلفة الأقطار	انتشار حر
الجزء الختامي	لعبة صغيرة ختامية	5 د	صافرة	انتشار حر

موضوع الدرس (الارسال الجانبي والمواجهة) الأسبوع : الخامس اليوم : الاحد الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (عكس الإشارة) التمرينات : - (وقوف فتحا . الذراعان جانبا) ثني المرفقين عاليا . - (اقعاء . الذراعان أماما) تبادل مرجحة الرجلين أماما عاليا مع جعل المشط يشير للخارج. - (وقوف فتحا) ثني الجذع أماما . - (وقوف . الذراعين جانبا) تبادل رفع الساقين جانبا مع جعل مشط القدمين يشير للخارج.	5 د 10 د	5 د 10 د	صوت المدرس بطانيات
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي: - شرح الخطوات الفنية للمهارة مع أداء نموذج مميز من قبل المعلم أو بعض الطلبة المميزين - في بابة الأمر جعل الطلاب يقومون بعمل تصور ذهني بعد مشاهدة مقطع فيديو للمهارة. النشاط التطبيقي : يقوم الزميل بالإرسال من أسفل مواجهه او جانبي من وسط الملعب ليقوم زميله باستقبال الكرة وتمريها من اعلى بالأصابع من المكان الذي تسقط فيه ثم يقوم بنفس التطبيق لكن بالإرسال من خلف خط الإرسال. الإرسال في مجموعات من خلف خط الإرسال للمجموعة الثانية عامل الصعوبة في هذا التدريب : -زيادة أو نقصان قطر الدائرة، وزيادة أو تقريب المسافة ، التحكم في عدد التكرارات تقسم الطلاب إلى مجموعتين (أ، ب) والقيام بأداء المهارة .	25 د	ورقة واجب كرات قدم، أطواق ، قاطرات . تباشير ملونة شريط قياس ، حبل ، رسومات توضيحية	صفوف متقابلة ، صف مقابل حائط قاطرات . مربع ناقص ضلع تقسيم الصف إلى أزاج
الجزء الختامي	أداء تمارين وحركات اهتزازية لتخلص من آثار التعب	5 د	-	قاطرات

موضوع الدرس (الإرسال الجانبي والمواجهة)				
الأسبوع : الخامس اليوم : الثلاثاء الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : الجري حول الملعب مع القيام بحركات للذراعين والرجلين والجذع تحت إشراف المعلم التمرينات : - (وقوف فتحا . الذراعان أماما) تدوير الذراعين أماما وخلفا . - (وقوف . الذراعين جانبا) تبادل مرجحة الرجلين أماما عاليا ولمس اليدين . - (وقوف فتحا . ثبات الوسط) ثني الجذع أماما أسفل . - (وقوف . الذراعان أماما) تبادل رفع الركبتين بزاوية 90 درجة .	5 د 10 د	صوت المعلم، مقعد سويدي	جري على شكل قاطرة صفوف متقابلة
الجزء الرئيسي	لنشاط التعليمي: - شرح الخطوات الفنية للمهارة مع أداء نموذج مميز من قبل المعلم أو بعض الطلبة المميزين - في بداية الأمر جعل الطلاب يقومون بعمل تصور ذهني بعد مشاهدة مقطع فيديو للمهارة. النشاط التطبيقي : - يتم العمل بشكل فردي بعد استلام ورقة الواجب شريطة أن يختار الطالب المستوى التي يرغب به الإرسال من الخط الجانبي لملعب كرة الطائرة على نقاط محددة ومرسومة على الحائط تقسيم لمجموعتين على شقي الملعب خلف خط الإرسال المجموعة الاولى تقوم بالإرسال من اعلى والثانية الإرسال من أسفل عامل الصعوبة: الحجم، المسافة ، تحكم في التكرارات لكل مستوى - ممارسة المهارة من خلال لعبة تمهيدية بين الطلبة تخدم المهارة	25 د	أهداف تدريب مختلفة الحج ، دوائر كرات قدم فيديو ورقة واجب	قاطرات دوائر نصف دائر صفوف
الجزء الختامي	المرجحة العمودية	5 د	صافرة	صفوف متقابلة

موضوع الدرس (التمرير من أسفل وأعلى) الأسبوع : الخامس اليوم : الخميس الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (سميح سمير) التمرينات : - (انبطاح مائل) ثني المرفقين . - (اقعاء . الذراعان أماما) تبادل وضع القدمين جانبا . - (وقوف فتحا . ثبات الوسط) تبادل ثني الجذع أماما . - (وقوف . الذراعان خلفا) تبادل رفع الركبتين أمام الصدر .	5 د 10 د	صوت المدرس فرشات	صفان ظهرا لظهر دوائر متقابلة
الجزء الرئيسي	لنشاط التعليمي: - شرح الخطوات الفنية للمهارة مع أداء نموذج مميز من قبل المعلم أو بعض الطلبة المميزين - في بداية الأمر جعل الطلاب يقومون بعمل تصور ذهني بعد مشاهدة مقطع فيديو للمهارة. النشاط التطبيقي : - يتم العمل بشكل فردي بعد استلام ورقة الواجب شريطة أن يختار الطالب المستوى التي يرغب به - يقف 3 طلاب وسط الملعب وطالب رابع في مكان الاعداد بين مركز 2 و 3 "قريب من الشبكة" يقوم المعلم بقذف الكرة من وسط الملعب وعلى الطلاب توصيل الكرة بثلاثة عدات الى المعد "الطالب الرابع" عامل الصعوبة: المسافة، الاتجاهات، الزمن، حجم الكرة تدريبات متنوعة من أجل تثبيت المهارة	25 د	أقماع ، كرات قدم، شريط قياس ورقة واجب	قاطرات دوائر نصف دائر صفوف
الجزء الختامي	لعبة صغيرة ختامية	5 د	صافرة	انتشار حر

موضوع الدرس (مهارة التمرير من أسفل) الأسبوع :السادس اليوم :الأحد الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : الجري حول الملعب مع القيام بحركات يختارها المعلم تخدم المهارة المراد تنفيذها.	5 د	صافره	انتشار حر ،
	التمرينات : - (جثو . الساعدين عاليا . العضدان جانبا) تبادل مد المرفقين جانبا . - (وقوف . الذراعان جانبا) الجري للأمام ثم الرجوع للخلف. - (وقوف فتحا) ميل الجذع أماما أسفل . - (وقوف . انثناء عرضا) تبادل ثني الركبتين كاملا مع مد الذراعين جانبا .	10 د	مرتببات	قاطرات
الجزء الرئيسي	لنشاط التعليمي: - شرح الخطوات الفنية للمهارة مع أداء نموذج مميز من قبل المعلم أو بعض الطلبة المميزين - في بداية الأمر جعل الطلاب يقومون بعمل تصور ذهني بعد مشاهدة مقطع فيديو للمهارة. النشاط التطبيقي : - يتم العمل بشكل فردي بعد استلام ورقة الواجب شريطة أن يختار الطالب المستوى التي يربح به . يقوم المدرس بعمل عدة صفوف من الأقماع بحيث أن المسافة بين الأقماع الموجودة في الصفوف مختلفة حيث يقوم اللاعب المتعلم بالجري بالتمرير من أسفل في الصف الذي يناسبه بطريقة صحيحة وهنا تترك للاعب حرية الانتقال بين المستويات حسب إتقانه للمهارة . عامل الصعوبة: المسافة، الاتجاهات، الزمن، حجم الكرة مارسة لعبة ختامية صغيرة .	25 د	أقماع ، كرات قدم، شريط قياس ورقة الواجب	مربع ناقص ضلع، قاطرات، صفوف،
الجزء الختامي	أداء تمرينات استرخاء	5 د	مرتببات	رقود على الظهر

موضوع الدرس (الأرسال الجانبي مع الاستقبال) الأسبوع : السادس اليوم: الثلاثاء الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (طار الحمام هذا الحمام)	5 د	صوت المدرس	انتشار حر
	التمرينات : - (جثو أفقي) تبادل وضع اليدين جانبا . - (جلوس طويل) تبادل وضع الساقين جانبا . - (وقوف . ثبات الوسط) لف الجذع جانبا بالتبادل . - (جلوس طويل فتحا . انثناء عرضا) تبادل ضم الساقين مع تبادل مد الذراعين جانبا .	10 د	فرشات رقيقة	قاطرات
الجزء الرئيسي	لنشاط التعليمي: - شرح الخطوات الفنية للمهارة مع أداء نموذج مميز من قبل المعلم أو بعض الطلبة المميزين - في بداية الأمر جعل الطلاب يقومون بعمل تصور ذهني بعد مشاهدة مقطع فيديو للمهارة. النشاط التطبيقي : - يتم العمل بشكل فردي بعد استلام ورقة الواجب شريطة أن يختار الطالب المستوى التي يرغب به تقسم المجموعة الى مجموعتين المجموعة 1 تقوم بالإرسال من خلف خط الإرسال بالتناوب والمجموعة 2 تقوم بالاستقبال كل 3 لاعبين على منتصف الملعب عامل الصعوبة: قطر ، ارتفاع ، زيادة المسافة ممارسة تدريبات متنوعة تخدم المهارة	25 د	أقماع ، كرات طائرة ، أطواق ، صفان متقابلان بورقة واجب ، نباشير ملونة شريط قياس ، رسومات توضيحية	نصف دائرة صاف مقابلان قاطرات مربع ناقص ضلع
الجزء الختامي	رقود على الظهر والذراعان جانبا والعمل على ارتقاء عضلات الجسم	5 د	فرشات	رقود على الظهر

موضوع الدرس (التمرير من أعلى والارسال من أسفل وعلى) الأسبوع : السادس اليوم : الخميس الزمن : 45				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (حركة تجمد) التمرينات : - (جثو أفقي) ثني المرفقين . - (وقوف . ثبات الوسط) تبادل رفع الركبتين أماما . - (وقوف) ثني الجذع خلفا - (انبطاح مائل) ثني المرفقين .	5 د 10 د	صافره مقعد سويد مرتببات	الجري على شكل قاطرة بعكس عقارب الساعة قاطرات ، صفوف
الجزء الرئيسي	لنشاط التعليمي: - شرح الخطوات الفنية للمهارة مع أداء نموذج مميز من قبل المعلم أو بعض الطلبة المميزين - في بداية الأمر جعل الطلاب يقومون بعمل تصور ذهني بعد مشاهدة مقطع فيديو للمهارة. النشاط التطبيقي : - يتم العمل بشكل فردي بعد استلام ورقة الواجب شريطة أن يختار الطالب المستوى التي يربع به تقسم المجموعة الى مجموعات مكونة من 5 طلاب يقوم طالب بدور القائد بحيث يقف الطلاب بشكل قوس مواجه للقائد ليرسل عليهم من اعلى ومن أسفل الى ان يقوم بالإرسال على جميع زملائه ومن ثم يبدل عامل الصعوبة: قطر ، ارتفاع ، زيادة المسافة ممارسة لعبة تمهيدية تخدم المهارة	25 د	أقماع ، كرات طائرة أطواق ، ورقة واجب تباشير ملونة شريط قياس ، رسومات توضيح	نصف دائرة صفان متقابلان قاطرات مربع ناقص ضلع
الجزء الختامي	أداء تمارين وحركات اهتزازية لتخلص من آثار التعب	5 د	-	قاطرات

موضوع الدرس (التمرير والاستقبال من أسفل ومن أعلى) الأسبوع : السابع اليوم :الأحد الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : الجري حول الملعب مع القيام بحركات يختارها المعلم تخدم المهارة المراد تنفيذها.	5 د	صافره	انتشار حر ،
	التمرينات : - (جثو . الساعدين عاليا . العضدان جانبا) تبادل مد المرفقين جانبا . - (وقوف . الذراعان جانبا) الجري للأمام ثم الرجوع للخلف. - (وقوف فتحا) ميل الجذع أماما أسفل . - (وقوف . انثناء عرضا) تبادل ثني الركبتين كاملا مع مد الذراعين جانبا .	10 د	مرتبآت	قاطرات
الجزء الرئيسي	لنشاط التعليمي: - شرح الخطوات الفنية للمهارة مع أداء نموذج مميز من قبل المعلم أو بعض الطلبة المميزين - في بداية الأمر جعل الطلاب يقومون بعمل تصور ذهني بعد مشاهدة مقطع فيديو للمهارة. النشاط التطبيقي : - يتم العمل بشكل فردي بعد استلام ورقة الواجب شريطة أن يختار الطالب المستوى التي يربعب به تقسيم المجموعة الى فرق مكونة من 5 طلاب لكل فريق وإجراء منافسة صغيرة بينهم الاستقبال والتمرير بثلاثة عدات والتنويع بهم من أعلى ومن أسفل عامل الصعوبة التقليل في القطر، زيادة المسافة ممارسة تدريبات متنوعة لصفل المهارة	25 د	كرات طائرة، أطواق ، ورقة واجب نباشير ملونة شريط قياس ، حبل ، رسومات توضيحية	صفوف متقابلة ، صف مقابل حائط قاطرات . مربع ناقص ضلع
الجزء اختامي	لعبة صغيرة ختامية	5 د	صافرة	انتشار حر

موضوع الدرس (جميع المهارات) الأسبوع : السابع اليوم : الثلاثاء الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (البحث عن مكان) التمرينات :	5 د	صافرة	انتشار حر
	- (وقوف فتحا . الذراعان جانبا) ثني المرفقين عاليا . - (اقعاء . الذراعان أماما) تبادل مرجحة الرجلين أماما عاليا مع جعل المشط يشير للخارج. - (وقوف فتحا) ثني الجذع أماما . - (وقوف . الذراعين جانبا) تبادل رفع الساقين جانبا مع جعل مشط القدمين يشير للخارج.	10 د	فرشات	قاطرات ، صفوف
الجزء الرئيسي	لنشاط التعليمي: - شرح الخطوات الفنية للمهارة مع أداء نموذج مميز من قبل المعلم أو بعض الطلبة المميزين - في بداية الأمر جعل الطلاب يقومون بعمل تصور ذهني بعد مشاهدة مقطع فيديو للمهارة. النشاط التطبيقي : يتم العمل بشكل فردي بعد استلام ورقة الواجب شريطة أن يختار الطالب المستوى التي يرغب به - يقف 3 طلاب وسط الملعب وطالب رابع في مكان الاعداد بين مركز 2 و 3 "قريب من الشبكة" يقوم المعلم بقذف الكرة من وسط الملعب وعلى الطلاب توصيل الكرة بثلاثة عدات الى المعد "الطالب الرابع" عامل الصعوبة التقليل في القطر، زيادة المسافة تدريبات متنوعة على المهارة	25 د	كرات طائرة، أطواق ، ورقة واجب	صفوف متقابلة ، صف مقابل حائط قاطرات .
الجزء الختامي	أداء تمارين وحركات اهتزازية لتخلص من آثار التعب	5 د	-	قاطرات

موضوع الدرس (التمرير من أسفل والتمرير من أعلى) الأسبوع : السابع اليوم :الخميس الزمن : 45				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : لعبة صغيرة (حركة تجمد)	5 د	صوت المدرس	انتشار حر
	التمرينات : - (وقوف فتحا) تبادل مد الذراعين جانبا . - (وقوف) الحجل أماما رفع الركبتين أماما بالتبادل . - (وقوف) ثني الجذع أماما أسفل ولمس أمشاط القدم . - (جلوس طويل . الذراعان جانبا) تبادل رفع الساقين عاليا .	10 د	بطانيات	صفوف
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي : - مراجعة الخطوات الفنية لكلا المهارتين - عرض رسومات توضيحية لطريقة أداء المهارتين - عمل نموذج مثالي للمهارتين من قبل المعلم أمام الطلاب النشاط التطبيقي : - من خلال تشكيل قاطرات يقوم كل لاعب بالجري بين أقماع مختلفات في المسافة والاتجاه مع تأكيد على تكرار التدريب بسرعات مختلفة وباستخدام كلا القدمين - يقف اللاعبون على هيئة قاطرات متقابلة بحيث يقومون بضرب الكرة بالتمرير بالتناوب مع زيادة المسافة والسرعات. - يصطف اللاعبون في تشكيل صفان متقابلان حيث يقوم الطالب بالتمرير وقبل الاقتراب من اللاعب بخمس أمتار يقوم بالتمرير مع مراعاة التدرج في المسافات والسرعات عند تكرار التدريب (يكرر التمرين أكثر من مرة) - لعب تنافسي (للاستخدام المهارات في مواقف لعب حقيقية	25 د	كرات طائرة رسومات توضيحية	صفان متقابلان قاطرات
الجزء الختامي			أقماع شريط قياس	قاطرات متقابلة صفان متقابلان
	من وضع الوقوف فتحا أخذ شهيق و زفير	5 د	صاقرة	من وضع الوقوف فتحا

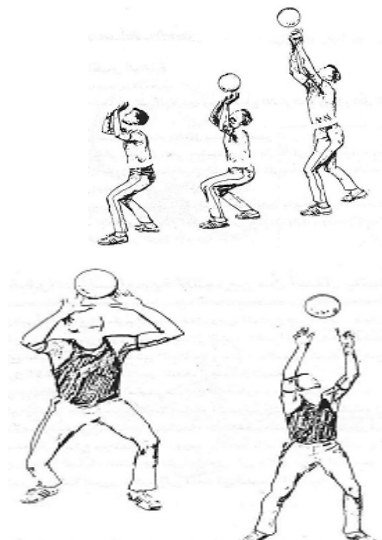
موضوع الدرس (الأرسال من أسفل وأعلى)				
الأسبوع : الثامن				
اليوم : الأحد				
الزمن : 45د				
أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأدوات والوسائل	الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيدي	المقدمة : الجري حول الملعب مع القيام بحركات للذراعين والرجلين والجدع تحت إشراف المعلم التمرينات : - (وقوف فتحا . الذراعان أماما) تدوير الذراعين أماما وخلفا . - (وقوف . الذراعين جانبا) تبادل مرجحة الرجلين أماما عاليا ولمس اليدين . - (وقوف فتحا . ثبات الوسط) ثني الجذع أماما أسفل . - (وقوف . الذراعان أماما) تبادل رفع الركبتين بزاوية 90 درجة .	5 د	صوت المعلم،	جري على شكل قاطرة
		10 د	مقعد سويدي	صفوف متقابلة
الجزء الرئيسي	النشاط التعليمي : - مراجعة الخطوات الفنية لكل مهارة بشكل سريع - عرض شريط فيديو للمهارات بالعرض البطيء - عمل نماذج مثالية لهذه المهارات من قبل الطلاب الذين يؤدونها بشكل صحيح . النشاط التطبيقي : - لعب تنافسي (للاستخدام المهارات في مواقف لعب حقيقية)، ومن خلالها يتم استخدام الارسال الجانبي والمواجهة	25 د	كرات طائرة أقماع فيديو شريط قياس	مربع ناقص ضلع قاطرات متقابلة
الجزء الختامي	المرجحه بزاوية	5 د	—	صفوف متقابلة

- الأسبوع الثامن (يوم الثلاثاء) تقوم في عمل القياسات البعدية لمهارة التمرير من أسفل والتمرير من أعلى .
- الأسبوع الثامن (يوم الخميس) تقوم في عمل القياسات البعدية لمهارة الأرسال الجانبي والارسال المواجهة .

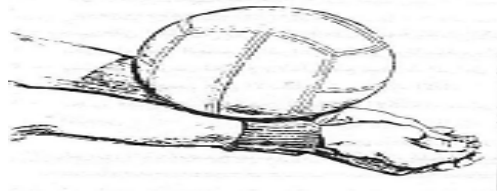
ملحق رقم (2)

نماذج أوراق المعيار

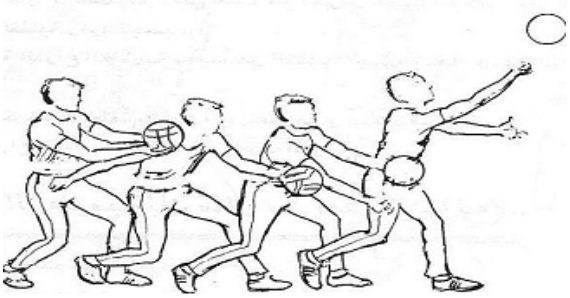
الاسم :
 الزميل :
 السنة الدراسية :
 التاريخ :
 الأسلوب : التبادلي
 نوع النشاط : كرة الطائرة
 المهارة المستخدمة : التمرير من أعلى

الخطوات الفنية للحركة		تغذية راجعة للمؤدي	مؤدي رقم 1	مؤدي رقم 2
			صح	خطأ
1. القدمان متباعدتان مسافة مناسبة ويوزع ثقل الجسم على القدمين بالتساوي 2. مشط القدم الخلفية في محاذاة كعب القدم الأمامية تقريباً 3. الركبتان منشيتان قليلاً 4. الجذع مائل قليلاً للأمام (استقامة الظهر نسبياً) 5. المرفقان قريبان من الجسم واليدين أمام الجبهة 6. اليدين متجاوران والأصابع مفردة ومتباعدة بحيث يكون الإبهامان والسبابتان امتدادهما بشكل مثلث 7. راحتا اليدين بشكل مقعر بحيث تتناسبان مع استدارة الكرة 8. الذراعان منشيتان ويشير المرفقان للأسفل وللخارج قليلاً 9. لمس الكرة بأطراف الأصابع وأمام الجبهة تقريباً والإبهامان في مستوى أفقي تقريباً والأصابع متجهة للأعلى 10. في أثناء ضرب الكرة للأمام ولأعلى 11. يمد التلميذ الركبتين والذراعين باتجاه مسار الكرة				
				

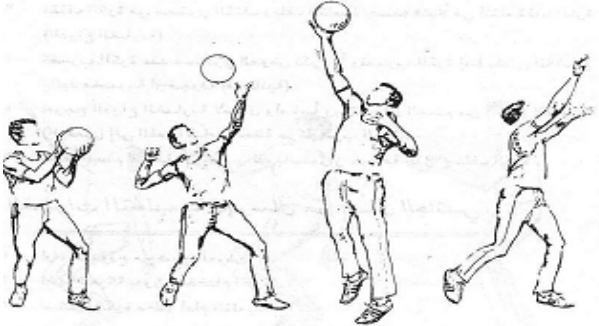
الاسم :
الزميل :
السنة الدراسية :
التاريخ :
الأسلوب : التبادلي
نوع النشاط : كرة الطائرة
المهارة المستخدمة : التمرير من اسفل

الخطوات الفنية للحركة		تغذية راجعة للمؤدي		مؤدي رقم 1		مؤدي رقم 2	
1. الوقوف فتحاً مع ثني الركبتين وميل الجذع للأمام قليلاً ويوزع ثقل الجسم على القدمين بالتساوي 2. الذراعان ممدودان للأمام ولأسفل باتساع الصدر 3. يوضع الكفان - اليدين على بعضهما وتتجهان لأعلى مع امتداد أصابع اليدين الإبهامان متوازيان ومتعامدان على الكفين تقريباً والساعدان للخارج (يوضح بالصور) وتضرب الكرة بمنطقة الساعدين 4. مد الركبتين للوصول للوقوف ومد الذراعين للأمام بمحاذاة الصدر وتقدم الأكتاف للأمام ومد الجذع للأمام ولأعلى للالتقاء بالكرة وتحمل ثقل الجسم من الرجل الخلفية إلى الرجل الأمامية 5. تلمس الكرة بالساعدين من الداخل في مسطح كبير ويستمر مد الجذع حتى يصل ثقل الجسم على أصابع القدمين				صح خطأ		صح خطأ	
 							

الاسم :
الزميل :
السنة الدراسية :
التاريخ :
الاسلوب : التبادلي
نوع النشاط : كرة الطائرة
المهارة المستخدمة : الارسال من اسفل مواجه

مؤدي رقم 2		مؤدي رقم 1		تغذية راجعة للمؤدي	الخطوات الفنية للحركة
خطأ	صح	خطأ	صح		1. الوقوف المواجه للشبكة مع وضع القدم اليسرى للإمام للمرسل باليد اليمنى أو تقديم القدم اليمنى للمرسل باليسرى. 1. ثقل الجسم موزعاً على القدمين وبالتساوي 2. تسند الكرة على اليد أو تمسك باليدين معاً عالياً أمام الجسم بحيث يكون بارتفاع فوق كتف الذراع الضاربة 3. تقذف الكرة باليد أو باليدين معاً عالياً أمام الجسم بحيث يكون بارتفاع فوق كتف الذراع الضاربة . 4. ترتفع الذراع الضاربة لأعلى خلفاً مع تقوس الجذع مع نقل ثقل الجسم على الرجل الخلفية وفرد الجسم . 5. مرجحة الذراع الضاربة بعيداً عن الكتف الأيمن مع بقاء مرفق اليد بجانب الرأس. 6. تضرب الكرة من الخلف وتكون اليد مفتوحة أو مقعرة قليلاً . 7. تبقى الذراع الضاربة مفرودة بعد ضرب الكرة .
					

الاسم :
الزميل :
السنة الدراسية :
التاريخ :
نوع النشاط كرة الطائرة
نوع المهارة : الإرسال من أعلى (التنس)
الاسلوب التبادلي

مؤدي رقم 2		مؤدي رقم 1		تغذية راجعة للمؤدي	الخطوات الفنية للحركة
خطأ	صح	خطأ	صح		1. الوقوف المواجه للشبكة مع وضع القدم اليسرى للأمام للمرسل باليد اليمنى أو تقديم القدم اليمنى للمرسل باليسرى . 1. ثقل الجسم موزعاً على القدمين بالتساوي. 2. تسند الكرة على اليد أو تمسك باليدين معاً عالياً أمام الجسم بحيث يكون بارتفاع فوق كتف الذراع الضاربة. 3. تقذف الكرة باليد أو باليدين معاً عالياً أمام الجسم بحيث يكون بارتفاع فوق كتف الذراع الضاربة. 4. ترتفع الذراع الضاربة لأعلى خلفاً مع تقوس الجذع مع نقل ثقل الجسم على الرجل الخلفية وفرد الجسم. 5. مرجحة الذراع الضاربة بعيداً عن الكتف الأيمن مع بقاء مرفق اليد بجانب الرأس. 6. تضرب الكرة من الخلف وتكون اليد مفتوحة أو مقعرة قليلاً. 7. تبقى الذراع الضاربة مفرودة بعد ضرب الكرة.
					

الملحق رقم (3)

محكمين البرنامج التعليمي المقترح والاختبارات المهارية

أسماء لجنة المحكمين وتخصصاتهم ورتبتهم العلمية ومكان عملهم.

الرقم	الاسم	الرتبة العلمية	التخصص الدقيق	مكان العمل
1	أ.د. عماد عبد الحق	أستاذ	علم التدريب الرياضي	جامعة النجاح
2	د. جمال شاكر	أستاذ مساعد	سباحة	جامعة النجاح
3	د. قيس نعيرات	أستاذ مساعد	علاج طبيعي وإصابات	جامعة النجاح
4	د. بدر دويكات	أستاذ مساعد	أصول التربية الرياضية	جامعة النجاح
5	أ. محمد قدومي	ماجستير	علم الحركة	جامعة النجاح
6	د. بشار فوزي	أستاذ مساعد	فسيولوجيا الجهد البدني	جامعة النجاح
7	أ. محمد قدومي	ماجستير	علم حركة	جامعة النجاح
8	د. ثابت اشتبوي	أستاذ مساعد	علم نفس رياضي	الخصوري
9	د. بهجت أبو طامع	استاذ مساعد	تعلم حركي وسباحة	الخصوري
10	د. مها جراد	استاذ مساعد	التدريب الرياضي/ سباحة	الخصوري

AN- Najah National University

Faculty of Graduate Studies

**The Effectiveness of a Proposed Learning Program
Using Some of Teaching Methods On Learning Some
Basic Volleyball Skills Among Students of the Faculty
of Physical Education at An-Najah National University**

By

Laila Salem

Supervisor

Dr. mahmoud alatrash

Co-Supervisor

Rafat Al-Tibi

**This Thesis is Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for
the Degree of Master, of Physical Education, Faculty of Graduate
Studies, An-Najah National University, Nablus-Palestaine.**

2019

**The Effectiveness of a Proposed Learning Program Using Some of
Teaching Methods On Learning Some Basic Volleyball Skills Among
Students of the Faculty of Physical Education**

at An-Najah National University

By

Laila Salem

Supervisor

Dr. mahmoud alatrash

Co-Supervisor

Rafat Al-Tibi

Abstract

The aim of this study was to identify the effect of a proposed learning program using some of teaching methods on learning some basic volleyball skills among physical education female students at An-Najah national university. To achieve that, the study was conducted on a purposive sample including (22) female students enrolled in volleyball course 1. The researcher used the experimental approach in its design pre and post tests for its compatibility with the study targets. The sample of the study was equally distributed into tow experimental groups, the first experimental group has been learnt using reciprocal style, whereas the second experimental group has been learnt using multi- level style. After collecting data, the statistical treatments were performed using SPSS program.

The results of the study revealed that there were significant differences between pre and post tests in all studied skills in favor of post tests in the first experimental group (reciprocal style), as the percentages of change were: ((overhead passing (92.71%), baggar (75.59%), front underhand serve (121.05%), side underhand serve (81.57%)). In addition, there were

significant differences between pre and post tests in all studied skills in favor of post tests in the second experimental group (multi- level style), as the percentages of change were: ((overhead passing (43.46%), baggar (46.35%), front underhand serve (58.65%), side underhand serve (42.87%)). Finally, there were significant differences on the post test of all studied kills between the two experimental groups in favor of the first experimental group (reciprocal style).

The researcher recommends the necessity of using reciprocal and mutli-level teaching styles in teaching volleyball basic skills to physical education female students. Conducting a similar study on physical education male students.