

”تأثير استخدام أساليب التعلم التنافسي (الذاتي – المقارن – الجماعي) على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة بنها“

*أ.م.د/ مصطفى طه محمود طه

- المقدمة ومشكلة البحث:

نظرا للتطور الهائل الذي شمل جميع مجالات الحياة فإن غالبية الدول وجهت جهودها وامكانياتها للارتقاء بالعملية التعليمية وفق أفضل الطرق والأساليب التعليمية والتكنولوجية الحديثة، وهذا ساعد العملية التعليمية على اتخاذ شكل وتنظيم يتفق مع هذا التطور الكبير في أساليب التعلم المستخدمة.

وأن أساليب التدريس في النمط التدريسي الذي يفضله معلم ما أو هو الأسلوب الذي يتبعه المعلم في توظيف طرق التدريس بفعالية تميزه عن غيره من المتعلمين الذين يتبعه المعلم في توظيف طرق التدريس بفاعلية تميزه عن غيره من المعلمين الذين يستخدمون نفس الطريقة وإن أسلوب التدريس يرتبط بالخصائص والصفات الشخصية لدى المعلم. (٢٤ : ٥٨)

ويمكن للمنتبع الاتجاهات التدريس في العالم أن يتبين أن أساليب التدريس في السنوات الأخيرة قد اتجهت بسرعة نحو الاهتمام بالمتعلم بحيث يكون فعالاً ونشطاً ومشاركاً في العملية التعليمية وقد ظهرت اتجاهات عدة تقوم على دراسة نظريات التفاعل أو التأثير في المواقف التعليمية وتأكيد ايجابية المتعلم ونشاطه ومن بينها أسلوب التعلم التنافسي الذي يتضمن تعاون أفراد كل مجموعة فيما بينها وتنافس كل جماعة من الجماعات الأخرى (٣ : ٨٥)

ويعد الهدف الأساسي من استخدام أسلوب التعلم التنافسي هو زيادة دافعية المتعلم في الموقف التعليمي والذي بدوره يعمل على ارتفاع في المستوى البدني والمهاري للمتعلم ويقوم المعلم بتقسيم المتعلمين إلى مجموعات ويحدث التنافس بين كل مجموعة بحيث يريد كل عضو فيها الحصول على المركز الأول في الموضوع المرق دراسته ويقوم المعلم بتوزيع العمل على المجموعات ويمدهم بالأنشطة والمعلومات ثم يقوم بتقييم كل متعلم بمفرده ومن ثم تعليم المهارات بشكل جيد (١٤ : ٤٢)

وترى "سناء محمد سليمان" (٢٠٠٥م) أنه يجب على المعلم المتبع الأسلوب التعلم التنافسي أن يراعى دخول المتعلمين في مسابقات تقوم على أساس التنافس من أجل التعلم والمتعة، كما يجب إتاحة الفرصة أمام المتعلمين للعمل بشكل فردي لتحقيق أعراض خاصة

* أستاذ مساعد بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات الجماعية ورياضات المضرب بكلية التربية الرياضية جامعة بنها.

بالمتعلم، وكذلك وضعهم داخل مجموعات صغيرة بهدف وصول جميع أفراد المجموعة إلى مستوى التمكن. (٩: ٤٢)

وتضيف "ماريان وسبيقي **Marian & Spivey**" (٢٠٠٣م) أن التعلم التنافسي دورا فعالا في إثارة الدافعية والجهود الإنتاجية التي تهدف إلى التفوق والطموح، وتقريب الفجوة بين القدرة والأداء، والتنافس يجعل افراد المجموعة أكثر استمتعا، ويجعل الواجبات اليومية أكثر دقة، بالإضافة إلى الدور الذي يلعبه التنافس في الأداء، وزيادة الاهتمام والتركيز اثناء الدرس. (٢٧: ٩٨)

ووفقا لذلك يرى "محمد البغدادى وآخرون" (٢٠٠٥م) أن أسلوب التعلم القائم على التنافس يجب أن يكون جزءاً حيوياً من البرامج التعليمية المنفذة لما له من تأثير في تحسين حصائل مخرجات التعلم. (١٨: ١٣٠)

ويضيف "رفعت محمود بهجات" (٢٠١٠م) أن أساليب التعلم التنافسي تتأسس على استخدام المعلم للأشكال التنافسية (الذاتي - المقارن - الجماعي) أثناء عملية التعليم، وفيه يقوم المعلم بعملية التخطيط، وتحديد الأهداف التعليمية في ضوء مستوى المتعلم، وإعداد المواد التعليمية، وقبل تنفيذ المتعلم للنشاط التنافسي يقوم المعلم بشرح المهام التعليمية، وتوضيح الهدف من الدرس، وتحديد الأنماط السلوكية المرغوبة، وشرح قواعد العمل ومعايير النجاح، وتقسيم المتعلمين إلى أزواج ومجموعات، وفي أثناء التنفيذ يقوم المتعلم بممارسة النشاط التعليمي، ويحصل على فرص متساوية للمكسب، ويتبع القواعد ويكون مثالياً في حالة فوزه أو خسارته، ويكون دور المعلم توجيه سلوك وأداء المتعلمين وتقديم التغذية الراجعة، والمساعدة لهم أثناء تنفيذ المهمة، وذلك بهدف إتقان المهارات المختلفة، ويقوم المعلم بعد ذلك بتقويم المستوى الذى وصل إليه المتعلم ونوعيته. (٧: ١٢٤-١٢٦)

وتعد كرة السرعة رياضة مصرية صميمة وأول من مارسها المصريين وهي منتشرة داخلياً في مصر بالهيئات الشبابية والأندية كما انتشرت عالمياً بين عدة دول منها فرنسا واليابان والنمسا وانجلترا والولايات المتحدة الأمريكية وبولندا والسويد والدنمارك ونيجيريا والسنغال وكثيرا من دول العالم وقد تطورت فنون اللعبة واصبحت متجدده وتتوعد المدارس التدريبية وبدأت تفرض منهجها على الساحة. (٢٥: ١٢٦)، (١٣: ١٠)

ويشير "هاني عبد العزيز سعد" (٢٠٠٩) أن رياضة كرة السرعة تتميز بطابع تشويقي خاص بممارسيها حيث سهولة الممارسة والأدوات المستخدمة ومتعة في الأداء، وكأي نشاط رياضي تحتاج إلى اعداد بدني عام وخاص، وكذلك اعداد مهاري وخططي للبطولات والمسابقات الخاصة بها والاعتماد على التقويم والمتابعة في تخطيط التدريب والقياس المستمر والتعديل بغية تحقيق الهدف المرجو من ممارسة هذه الرياضة. (٢١: ٣)

وتتبع مشكلة البحث من خلال عمل الباحث كعضو هيئة تدريس بكلية التربية الرياضية جامعة بنها ويقوم بالتدريس لطلاب الفرقة الأولى مادة كرة السرعة، فقد وجد قصور واضح في درجات كثير من المهارات الأساسية التي تم تعلمها في كرة السرعة، وذلك من خلال مراجعة نتائج الاختبارات المهارية في منتصف ونهاية الفصل الدراسي، وقد أرجع الباحث ذلك إلى أن الواقع التدريسي لا يتماشى مع واقع الأهداف الموضوعية، وأنه ما زالت طرق وأساليب التدريس التي تعتمد على التلقين يستخدمها كثير من المعلمين وهم مركز ثقل في العملية التعليمية، والطلاب متلقين فقط لما يوجه إليهم من معارف ومعلومات، وبالتالي قد تخلو هذه الطرق والأساليب المتبعة من البحث والفهم الصحيح والتفكير والابداع بالإضافة إلى نقص عنصر التشويق والاثارة والمتعة.

ويرى الباحث أنه من الممكن أن يساعد استخدام أساليب التعلم التنافسي (الذاتي - المقارن - الجماعي) على تعلم مهارات كرة السرعة لما له من مميزات تساعد على اتقان وسرعة التعلم، بالإضافة إلى أنه يجذب الانتباه ويساعد على تعلم المهارات بسرعة لأنه يتميز بالسهولة في أدائه يصاحبه البهجة والسرور وتحمل بين طياته التنافس الشريف، في نفس الوقت لا يحتوي على مهارات حركية مركبة والقوانين التي تحكمها تتميز بالمرونة والبساط.

ومن منطلق استخدام أساليب التعلم التنافسي في مجال تعلم المهارات الحركية المختلفة فقد اكدت الكثير من نتائج البحوث والدراسات ومنها دراسة "عمرو مصطفى السايح" (٢٠٢٢م) (١٢)، ودراسة "خالد فريد زيادة" (٢٠٢١م) (٥)، ودراسة "علياء مصطفى السايح واحمد محمد عبد الحليم" (٢٠٢١م) (١١)، على فاعلية أساليب التعلم التنافسي في تعلم المهارات الأساسية المختلفة، وهذا ما دفع الباحث لاستخدامه في تعلم مهارات كرة السرعة لما أثبتته في فاعلية في عملية التعلم.

وعلى الرغم من تعدد الدراسات التي أجريت بهدف التعرف على مدى فعالية استخدام أساليب التعلم التنافسي في العملية التعليمية إلا أن هذه الدراسات على حد علم الباحث وقراءته النظرية لم تتطرق إلى استخدام تقنية أساليب التعلم التنافسي في تعلم مهارات كرة السرعة، مما دفع الباحث إلى تصميم برنامج تعليمي باستخدام أساليب التعلم التنافسي (الذاتي - المقارن - الجماعي) لتعلم بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة بنها.

- هدف البحث:

يهدف هذا البحث إلى التعرف على تأثير استخدام أساليب التعلم التنافسي (الذاتي - المقارن - الجماعي) على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة بنها.

- فروض البحث:

- ١- يؤثر استخدام أساليب التعلم التنافسي (الذاتي - المقارن - الجماعي) تأثيراً إيجابياً على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة بنها.
- ٢- يؤثر أسلوب التعلم بالأوامر تأثيراً إيجابياً على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة بنها.
- ٣- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات البعدية لمجموعات البحث الأربعة (التنافس الذاتي - التنافس المقارن - التنافس الجماعي - التعلم بالأوامر) في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة بنها.

- مصطلحات البحث:

١- التنافس:

هو عملية اجتماعية بواسطتها يوجد شخصان أو أكثر أو جماعتان أو أكثر في موقف معين يجتهد كل منهما في الوصول إلى هدف معين، أو إلى أهداف معينة بحيث تصل إلى الهدف قبل الآخرين، أو تتال أكبر قسط منه عند الحصول عليه. (٤: ٢٥٣)

٢- التعلم التنافسي:

هو أسلوب من أساليب التدريس الذي يتميز بوجود منافسة بين الفرد وذاته أو بينه وبين أحد أقرانه أو بين الفرد وجماعته في سبيل تحقيق أهداف تعليمية محددة. (٦: ٦٦)

- الدراسات المرجعية:

- ١- أجري "عمرو مصطفى السايح" (٢٠٢٢م) (١٢) دراسة هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج تعليمي قائم على التعلم التنافسي الجماعي في تحسين بعض المهارات الأساسية في كرة القدم للمبتدئين، واستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها (٦٠) مبتدئ تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وقسموا إلى مجموعتين قوام كل مجموعة (٣٠) مبتدئ، ومن أدوات جمع البيانات الاختبارات البدنية والمهارية، ومن أهم النتائج: وجود تأثير إيجابي لأسلوب التعلم التنافسي الجماعي لمجموعة البحث في تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة القدم قيد البحث.
- ٢- أجري "خالد فريد زيادة" (٢٠٢١م) (٥) دراسة هدفت إلى التعرف على تأثير استخدام أسلوب التعلم التنافسي (المقارن - الجماعي) على أداء بعض مجموعات كاتا (الناجي نوكاتا) ودفاعية الإنجاز لدى ناشئي الجودو، واستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها (٣٦) ناشئ تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وقسموا إلى ثلاث مجموعات قوام كل مجموعة (١٢) ناشئ، ومن أدوات جمع البيانات الاختبارات البدنية والمهارية ومتغير الدافعية، ومن أهم النتائج:

أسلوب التعلم التنافسي (الجماعي) له تأثير أكثر إيجابية من أسلوب التعلم التنافسي (المقارن) في تحسين مستوى الأداء المهارى لبعض مجموعات كاتا (الناجي نوكاتا) للناشئين تحت ١٥ سنة.

٣- أجرت "علياء مصطفى السايح واحمد محمد عبد الحليم" (٢٠٢١م) (١١) دراسة هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج تعليمي قائم على إستراتيجية التعلم التنافسي في تحسين مستوى الأداء الرقمي لمسابقة الوثب الثلاثي، واستخدمت الباحثان المنهج التجريبي على عينة قوامها (٣٠) طالب تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، ومن أدوات جمع البيانات الاختبارات البدنية والمهارية، ومن أهم النتائج: البرنامج التعليمي القائم على استراتيجية التعلم التنافسي له فاعلية إيجابية في مستوى الأداء الرقمي لمسابقة الوثب الثلاثي لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة الإسكندرية.

٤- أجرت "ماجدة فتحي شعلة" (٢٠٢١م) (١٦) دراسة هدفت إلى التعرف على تأثير برنامج تعليمي باستخدام التعلم التنافسي على تعلم بعض مهارات الهوكي للتلاميذ الصم البكم، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي على عينة قوامها (٣٠) تلميذ تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وقسموا إلى مجموعتين قوام كل مجموعة (١٥) تلميذ، ومن أدوات جمع البيانات الاختبارات البدنية والمهارية، ومن أهم النتائج: تفوقت المجموعة التجريبية والمتبع معها البرنامج التعليمي باستخدام التعلم التنافسي على المجموعة الضابطة والمتبع معها طريقة (الشرح بالإشارات وإعطاء نموذج) في تعلم بعض مهارات الهوكي للتلاميذ الصم البكم.

٥- أجرت "مشاعل صلاح سعد العريفي" (٢٠٢١م) (٢٠) دراسة هدفت إلى التعرف تأثير برنامج تعليمي باستخدام أسلوب التعلم التنافسي على مستوى الرضا الحركي والأداء المهارى لبعض المهارات الأساسية في كرة اليد، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي على عينة قوامها (٦٠٥٠) طالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وقسموا إلى مجموعتين قوام كل مجموعة (٢٥) طالبة، ومن أدوات جمع البيانات الاختبارات البدنية والمهارية ومقياس الرضا الحركي، ومن أهم النتائج: اثر التعلم التنافسي اثرا ايجابياً أفضل من البرامج التقليدية في تعلم مهارات كرة اليد وتحسين الرضا الحركي.

٦- اجرت "بيرنيستن وراسموسي Bernstein & Rasmussen" (٢٠١٥م) (٢٣) دراسة هدفت إلى التعرف على تصورات الطلبة بعد الاشتراك في الأنشطة التنافسية والغير تنافسية، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي، واشتملت عينة البحث الأساسية على عدد (٣٩١) طالباً وطالبة من المرحلة المتوسطة، واستخدم الباحثان استبيان تصورات الطلبة بعد الاشتراك في الأنشطة التنافسية والغير تنافسية، ومن اهم النتائج مستوى أداء المهارات للطلبة الذين تعلموا من

خلال الأنشطة الغير تنافسية كانوا قل إتقاناً من الطلبة الذين شاركوا خلال الأنشطة التنافسية والتي كانت اتجاهاتهم أكثر إيجابية نحو الانخراط في أنشطة التربية البدنية.

٧- أجرت "مها محمد Maha Mohammed" (٢٠١٥م) (٢٦) دراسة هدفت الى التعرف على أثر برنامج تعليمي باستخدام أسلوب التعلم التنافسي على مستوى الرضا الحركي ومهارات الأداء لبعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي، واشتملت عينة البحث الأساسية على عدد (٣٠) طالب وطالبة من المدرسة العالمية بجدة، واستخدمت الباحثة الاختبارات البدنية والمهارية، ومن أهم النتائج توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية المستخدمة أسلوب التعلم التنافسي.

- التعليق على الدراسات المرجعية:

باستعراض الدراسات المرجعية التي استعان بها الباحث وجد أنها تلقي الضوء على العديد من النقاط الهامة وذلك فيما يتعلق بتحديد أهمية وأهداف البحث، والمنهج المستخدم، عينة البحث، وتحديد خطوات إجراء البحث، وتحديد الاختبارات البدنية والمهارية والأجهزة والأدوات المناسبة، تحديد الأسلوب الإحصائي المناسب لطبيعة البحث، كما استعان بها الباحث لمناقشة وتفسير نتائج البحث.

- إجراءات البحث:

أولاً: منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة هذا البحث باستخدام التصميم التجريبي ذو القياس القبلي البعدي لمجموعتين احدهما تجريبية والاخرى ضابطة.

ثانياً: مجتمع وعينة البحث:

يتمثل مجتمع البحث في طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية جامعة بنها للعام الجامعي ٢٠٢٣/٢٠٢٤م والبالغ عددهم (٩٥٦) طالب، وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وعددهم (١١٢) طالب بنسبة مئوية قدرها (١١.٧٢٪)، حيث تم إختيار عدد (١٢) طالب، وهم المشتركين في الدراسة الاستطلاعية، وبذلك أصبح حجم العينة الأساسية للبحث (١٠٠) طالب، تم تقسيمهم عشوائياً إلى أربع مجموعات منهم ثلاث مجموعات تجريبية، ومجموعة ضابطة كما يلي:

- التجريبية الأولى (التنافس الذاتي) وقوامها (٢٥) طالب.
- التجريبية الثانية (التنافس المقارن) وقوامها (٢٥) طالب.
- التجريبية الثالثة (التنافس الجماعي) وقوامها (٢٥) طالب.
- الضابطة (التعلم بالأمر) وقوامها (٢٥) طالبة. وجدول (١) يوضح تصنيف عينة البحث:

جدول (١)

تصنيف مجتمع وعينة البحث

م	البيان	العدد	النسبة	الاسلوب المتبع
١	مجتمع البحث	٩٥٦	٪١٠٠	
٢	عينة البحث الكلية	١١٢	٪١١.٧٢	
٣	عينة البحث الاساسية	١٠٠	٪١٠.٤٦	
٤	عينة البحث الاستطلاعية	١٢	٪١.٢٦	
٥	المجموعة التجريبية الاولى	٢٥	٪٢.٦٢	التنافس الذاتي
	المجموعة التجريبية الثانية	٢٥	٪٢.٦٢	التنافس المقارن
	المجموعة التجريبية الثالثة	٢٥	٪٢.٦٢	التنافس الجماعي
	المجموع	٧٥	٪٧.٨٥	
٦	المجموعة الضابطة	٢٥	٪٢.٦٢	التعلم بالأمر

أ- اعتدالية توزيع أفراد عينة البحث:

قام الباحث بإجراء اعتدالية توزيع بين أفراد عينة البحث في ضوء المتغيرات التالية: معدلات النمو (العمر الزمني، الطول، الوزن)، المتغيرات البدنية الخاصة بمهارات كرة السرعة، والمتغيرات المهارية، وجدول (٢) يوضح اعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في جميع المتغيرات.

جدول (٢)

اعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في متغيرات النمو والذكاء

والمغيرات البدنية ومهارات كرة السرعة ن = ١١٢

المتغيرات	البيان	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
النمو	السن	سنة	١٨.٤٨	٠.٢٤	١٨.٥٠	٠.٢٥-
	الطول	سم	١٦٨.٨٤	٢.٦٩	١٦٩.٠٠	٠.١٨-
	الوزن	كجم	٦٧.٦٦	٣.٠٣	٦٦.٠٠	١.٦٤
المتغيرات البدنية	السرعة الحركية للذراع اليمنى	عدد	٣٩.٢٦	١.٤٢	٣٩.٠٠	٠.٥٥
	السرعة الحركية للذراع اليسرى	عدد	٣٠.٣٤	١.٤٦	٣٠.٠٠	٠.٧٠
	القوة المميزة بالسرعة لليد اليمنى	متر	٥.٤٦	٠.٩٩	٥.٠٠	١.٣٩
	القوة المميزة بالسرعة لليد اليسرى	متر	٤.٢٩	٠.٨٧	٤.٠٠	١.٠٠
	الرشاقة	ثانية	١٠.٤٠	١.٠٤	١٠.٠٠	١.١٥
مهارات كرة السرعة	اللعب السولو باليد اليمنى	عدد	٧.٤٦	١.٠٦	٨.٠٠	١.٥٣-
	اللعب السولو باليد اليسرى	عدد	٥.٤٦	٠.٨٦	٥.٠٠	١.٦٠
	اللعب السولو الأمامي (الداخلي)	عدد	٤.٣٩	١.٠٣	٥.٠٠	١.٧٨-
	اللعب السولو الخلفي (الخارجي)	عدد	٦.٢١	١.١٨	٦.٠٠	٠.٥٣

يوضح جدول (٢) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الالتواء لعينة البحث في جميع المتغيرات (السن والطول والوزن - المتغيرات البدنية - مهارات كرة السرعة حيث يتضح أن قيم معاملات الالتواء تراوحت ما بين (١.٧٨، ١.٦٤)، أي أنها انحصرت ما بين (٣±) الامر الذي يشير الي اعتدالية توزيع العينة في جميع هذه المتغيرات. ب- تكافؤ أفراد العينة:

تم إيجاد التكافؤ بين مجموعات البحث الأربعة التجريبية الأولى (التنافس الذاتي)، التجريبية الثانية (التنافس المقارن)، التجريبية الثالثة (التنافس الجماعي)، والمجموعة الضابطة في المتغيرات التي تم تجانس أفراد العينة الأساسية فيها، وجدول (٣)، يوضح ذلك.

جدول (٣)

تحليل التباين بين مجموعات البحث الأربعة في معدلات النمو قيد البحث
والمتغيرات البدنية ومهارات كرة السرعة

$$٢٥ = ٤ن = ٣ن = ٢ن = ١ن$$

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	
السن	بين المجموعات	٠.٠٦	٣	٠.٠٢	٠.٣٣	
	داخل المجموعات	٥.٧٦	٩٦	٠.٠٦		
	الطول	بين المجموعات	١.١٦	٣	٠.٣٩	٠.٠٦
		داخل المجموعات	٦٧٥.٦٠	٩٦	٧.٠٤	
	الوزن	بين المجموعات	١.٠٠	٣	٠.٣٣	٠.٠٤
		داخل المجموعات	٨٤٣.٣٦	٩٦	٨.٧٩	
السرعة الحركية للذراع اليمنى	بين المجموعات	٠.٤٠	٣	٠.١٣	٠.٠٦	
	داخل المجموعات	١٩٩.٧٦	٩٦	٢.٠٨		
	السرعة الحركية للذراع اليسرى	بين المجموعات	٣.٧١	٣	١.٢٤	٠.٥٧
		داخل المجموعات	٢١٠.٤٠	٩٦	٢.١٩	
	القوة المميزة بالسرعة لليد اليمنى	بين المجموعات	٢.٦٠	٣	٠.٨٧	٠.٩١
		داخل المجموعات	٩٢.٢٤	٩٦	٠.٩٦	
القوة المميزة بالسرعة لليد اليسرى	بين المجموعات	٠.٨٤	٣	٠.٢٨	٠.٣٥	
	داخل المجموعات	٧٦.١٦	٩٦	٠.٧٩		
الرشاقة	بين المجموعات	٠.٥٩	٣	٠.٢٠	٠.١٨	
	داخل المجموعات	١٠٤.٧٢	٩٦	١.٠٩		
اللعب السولو باليد اليمنى	بين المجموعات	٢.٤٤	٣	٠.٨١	٠.٧٣	
	داخل المجموعات	١٠٦.٤٠	٩٦	١.١١		
	اللعب السولو باليد اليسرى	بين المجموعات	٠.٨٤	٣	٠.٢٨	٠.٣٦
		داخل المجموعات	٧٤.٠٠	٩٦	٠.٧٧	
	اللعب السولو الأمامي (الداخلي)	بين المجموعات	١.٧٩	٣	٠.٦٠	٠.٥٦
		داخل المجموعات	١٠٢.٤٠	٩٦	١.٠٧	
اللعب السولو الخلفي (الخارجي)	بين المجموعات	١.٦٤	٣	٠.٥٥	٠.٣٨	
	داخل المجموعات	١٣٧.١٢	٩٦	١.٤٣		

قيمة "ف" الجدولية عند مستوي ٠,٠٥ = ٢,٧٠

يتضح من جدول (٣) عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين مجموعات البحث الأربعة التجريبية الأولى (التنافس الذاتي)، التجريبية الثانية (التنافس المقارن)، التجريبية الثالثة (التنافس الجماعي)، والمجموعة الضابطة في معدلات النمو (السن، الطول، الوزن) ومستوى أداء المتغيرات البدنية ومهارات كرة السرعة مما يشير إلى تكافؤ مجموعات البحث الأربعة في هذه المتغيرات.

ثالثاً: وسائل وادوات جمع البيانات:

١- أدوات جمع البيانات:

- رستاميتير لقياس الطول.
- ميزان طبي لقياس الوزن.
- كرة طبية زنة ٣ كجم.
- مسطرة مدرجة.
- شريط قياس.

٢- وسائل جمع البيانات:

أولاً: قياسات معدلات النمو:

- العمر الزمني: بالرجوع إلى تاريخ الميلاد "سنة".

- الطول: بواسطة استخدام الرستاميتير لقياس الطول "سنتيمتر".

- الوزن: بواسطة ميزان طبي معاير "كيلوجرام".

ثانياً: المتغيرات البدنية المرتبطة بكرة السرعة واختباراتها:

لتحديد أهم الاختبارات البدنية التي تؤثر على مستوى تعلم مهارات اللعب الفردي في كرة السرعة المقررة على طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية جامعة بنها (اللعب السولو باليد اليمنى - اللعب السولو باليد اليسرى - اللعب السولو الامامي (الداخلي) - اللعب السولو الخلفي (الخارجي))، فقد تم الرجوع للدراسات السابقة منها على سبيل المثال دراسة "ماجدة أبو اليزيد الغباشي" (٢٠٢٢م) (١٥)، ودراسة "مجدي محمود الدسوقي" (٢٠٢٢م) (١٧)، ودراسة "هدير محمود الحناوي" (٢٠٢٠م) (٢٢)، ودراسة "بسمة محمد الحسيني" (٢٠١٩م) (١)، وقد أسفر ذلك عن المتغيرات والاختبارات التالية:

- اختبار سرعة دوران الذراع اليمنى حول السلة.
- اختبار سرعة دوران الذراع اليسرى حول السلة.
- اختبار دفع كرة طبية ٣ كجم باليد اليمنى.
- اختبار دفع كرة طبية ٣ كجم باليد اليسرى.
- اختبار الجري الزجراجي بطريقة بارو.
- لقياس السرعة الحركية للذراع اليمنى.
- لقياس السرعة الحركية للذراع اليسرى.
- لقياس القوة المميزة بالسرعة لليد اليمنى.
- لقياس القوة المميزة بالسرعة لليد اليسرى.
- لقياس الرشاقة. مرفق (٢)

ثالثاً: الاختبارات المهارية:

بناء على منهج كرة السرعة المقرر على طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية جامعة بنها والذي يحتوي على مهارات (اللعب السولو باليد اليمنى - اللعب السولو باليد اليسرى - اللعب السولو الامامي (الداخلي) - اللعب السولو الخلفي (الخارجي)) قام الباحث بتقييم الأداء المهارى عن طريق الملاحظة المباشرة بقياس اللعب الفردي بأوضاعه الأربعة المختلفة، والذي وضعها الاتحاد المصري لكرة السرعة، وتطبق عالمية من قبل الاتحاد الدولي لكرة السرعة في

البطولات الرسمية حيث يقوم الناشئ ما دون ١٥ سنة بأداء الأربعة أوضاع جميعها، مدة كل وضع (٣٠) ثانية ويفصل بين كل وضع وآخر فترة راحة قدرها (٣٠) ثانية، و(دقيقة) كاملة لكل وضع لباقي الاعمار وهذا الزمن يطبق على جميع اللاعبين تحقيقاً لمبدأ المساواة وتكافؤ الفرص، مع احتساب عدد الضربات الصحيحة وتسجيلها أولاً بأول.

رابعاً: الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية على العينة الاستطلاعية البالغ عددهم (١٢) طالب من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية وذلك في الفترة من السبت ٢٠٢٣/١٠/٧م وحتى الاثنين ٢٠٢٣/١٠/١٦م حيث قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية للتعرف على النواحي الادارية والفنية والتنظيمية الخاصة بالبحث، وهي التأكد من سهولة الاختبارات، اختيار الاماكن المناسبة لإجراء الاختبارات، التأكد من المعاملات العلمية للاختبار (الثبات - الصدق).

- المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للاختبارات قيد البحث:

أولاً: معامل الصدق:

تم حساب معامل الصدق للاختبارات البدنية عن طريق صدق التمايز بأسلوب المقارنة بين المجموعة المميزة، وهم طلاب الفرقة الرابعة تخصص هوكي بكلية التربية الرياضية جامعة بنها وبلغ عددهم (١٢) طالب، والأخرى مجموعة غير مميزة من طلاب الفرقة الاولى بالكلية، وهي عينة البحث الاستطلاعية وعددهم (١٢) طالب، وجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير

$$n=2=12$$

المميزة في الاختبارات البدنية

الاختبارات البدنية	وحدة القياس	المجموعة المميزة		المجموعة غير مميزة		قيمة (ت)
		ع	س	ع	س	
اختبار سرعة دوران الذراع اليمنى حول السلة	عدد	٤٠.٩٥	٠.٨٥	٣٩.٣٣	١.٥٠	*٣.١٢
اختبار سرعة دوران الذراع اليسرى حول السلة	عدد	٣٨.٧٥	١.٠٦	٣٠.٤٢	١.٤٤	*١٥.٤٥
اختبار القوة المميزة بالسرعة لليد اليمنى	متر	٦.٦١	٠.٥٩	٥.٥٠	١.٠٩	*٢.٩٧
اختبار القوة المميزة بالسرعة لليد اليسرى	متر	٥.٧٢	٠.٦٦	٤.٢٥	٠.٧٥	*٤.٨٨
اختبار الجري الزجاجى بطريقة بارو	ثانية	٩.١٩	٠.٨٤	١٠.٦٧	١.٠٧	*٣.٦١

* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٠٧٤

يتضح من جدول (٤) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين المجموعتين المميزة وغير مميزة في الاختبارات البدنية، ولصالح المجموعة المميزة، مما يشير إلى صدق الاختبارات فيما تقيس.

ثانياً: معامل الثبات:

لحساب معامل الثبات تم إجراء تطبيق الاختبارات البدنية على أفراد العينة الاستطلاعية ثم إعادة التطبيق على عينة البحث الاستطلاعية وعددهم (١٢) طلاب، بفواصل زمني قدره (٣) أيام بين التطبيقين الأول والثاني للاختبارات قيد البحث ثم تم حساب معامل الارتباط البسيط بين نتاج التطبيقين الأول والثاني، وجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥)

ن=١٢

معامل الثبات للاختبارات البدنية

قيمة "ر"	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الاختبارات البدنية والمهارية
	ع	س	ع	س		
*٠.٩٢	١.٦٢	٥٩.٥٨	١.٥٠	٣٩.٣٣	عدد	اختبار سرعة دوران الذراع اليمنى حول السلة
*٠.٩٦	١.٤٣	٣٠.٥٨	١.٤٤	٣٠.٤٢	عدد	اختبار سرعة دوران الذراع اليسرى حول السلة
*٠.٩٥	١.٠١	٥.٧٥	١.٠٩	٥.٥٠	متر	اختبار القوة المميزة بالسرعة لليد اليمنى
*٠.٩٠	٠.٦٣	٤.٤٢	٠.٧٥	٤.٢٥	متر	اختبار القوة المميزة بالسرعة لليد اليسرى
*٠.٨٩	٠.٨٩	١٠.٣٣	١.٠٧	١٠.٦٧	ثانية	اختبار الجري الزججى بطريقة بارو

* قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٥٧٦

يتضح من جدول (٥) وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين نتائج التطبيق الأول والثاني في الاختبارات البدنية، مما يشير إلى ثبات الاختبارات عند القياس.

خامساً: البرنامج التعليمي (أساليب التعلم التنافسي (الذاتي - المقارن -

الجماعي): مرفق (٣)

١- هدف البرنامج التعليمي:

رفع مستوى الأداء المهارى لبعض مهارات كرة السرعة (اللعب السولو باليد اليمنى - اللعب السولو باليد اليسرى - اللعب السولو الامامي (الداخلي) - اللعب السولو الخلفي (الخارجي)) لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية جامعة بنها باستخدام أساليب التعلم التنافسي (الذاتي - المقارن - الجماعي).

٢- اسس وضع البرنامج:

١. مناسبة اهداف البرنامج مع مقرر كرة السرعة لطلاب الفرقة الثانية.
٢. أن يشتمل محتوى البرنامج على تدريبات تنافسية تسهم في تعلم المهارات الأساسية لكرة السرعة.
٣. أداء الواجبات الحركية الخاصة بالمهارات قيد البحث في أسلوب التعلم التنافسي باستخدام التنافس الذاتي والمقارن والجماعي.
٤. أن يتميز أسلوب التعلم التنافسي المستخدم بالتشويق والإثارة والتنوع والتدرج.

٥. ان يتميز البرنامج التعليمي بالمرونة حيث يسهل التغيير والتبديل فيه اثناء التنفيذ.
٦. مراعاة توفير الأدوات والإمكانات المناسبة لتنفيذ البرنامج.
٧. ان يراعي عوامل الامن والسلامة حرصاً على سلامة الطلاب.
٨. ان يساعد البرنامج على تحقيق مبدأ التفاعلية بين الطلاب.

٣- محتويات البرنامج:

يتضمن محتوى البرنامج التعليمي باستخدام أساليب التعلم التنافسي (الذاتي - المقارن - الجماعي) على المنهج المقرر على طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية جامعة بنها، وهو مهارة اللعب السولو باليد اليمني ومهارة اللعب السولو باليد اليسرى ومهارة اللعب السولو الامامي (الداخلي) ومهارة اللعب السولو الخلفي (الخارجي).

كما قام الباحث بإجراء مسح مرجعي للخطوات التعليمية ومراحل الأداء الفني والقوانين المنظمة للمهارات الأساسية في كرة السرعة قيد البحث، وذلك من المراجع العلمية المتخصصة في كرة السرعة مثل: "فاروق رجب" (١٩٩٧) (١٣)، "جمال عبد الحليم الجمل ومحمد حامد شعبان" (٢٠١٣م) (٢)، و"عبد النبي إسماعيل الجمال وناصر أبو زيد على إبراهيم" (٢٠١٧) (١٠)، وقد أسفر ذلك عن تحديد الخطوات التعليمية ومراحل الأداء الفني لمهارات كرة السرعة (قيد البحث) حتى يمكن ترتيبها من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب.

٤- نمط التعليم المستخدم في تنفيذ البرنامج:

استخدم الباحث أسلوب التعلم التعاوني ثم التعلم التنافسي في تعلم مهارات كرة السرعة لطلاب الفرقة الثانية، في حين استخدمت المجموعة الضابطة أسلوب الأوامر (الشرح وإعطاء نموذج) في تعليم مهارات كرة السرعة.

٥- الامكانيات اللازمة لتنفيذ البرنامج:

- ساعة إيقاف stop watch
- صافرة
- شريط لاصق
- أجهزة كرة سرعة
- مضارب كرة سرعة
- مقاعد سويدية
- اقماع بلاستيكية

٦- الإطار الزمني لتنفيذ البرنامج:

قام الباحث بتصميم البرنامج التعليمي باستخدام أساليب التعلم التنافسي (الذاتي - المقارن - الجماعي)، ويستغرق تطبيقه (٨) أسابيع بواقع وحدة تعليمية كل أسبوع بإجمالي (٨) وحدات تعليمية، وزمن الوحدة التعليمية (١٢٠) دقيقة، مقسمة الى اعمال إدارية (١٠) دقائق، الإحماء (١٠) دقيقة، الجزء الرئيسي (٩٥) دقيقة، الختام (٥) دقائق.

٧- الإطار العام لتنفيذ البرنامج:

قام الباحث بوضع الوحدات التعليمية لمهارات كرة السرعة قيد البحث، وتم تقسيمها إلى عدد (٨) دروس بواقع وحدة في الأسبوع، وقد تم استخدام البرنامج التعليمي باستخدام أساليب التعلم التنافسي مع أفراد المجموعات التجريبية الثلاث، كما تم استخدام أسلوب التعلم بالأوامر (الشرح اللفظي والنموذج العملي) مع أفراد المجموعة الضابطة، وقد روعي عند تنفيذ البرنامج التعليمي المقترح باستخدام أساليب التعلم التنافسي (الذاتي - المقارن - الجماعي) الخطوات التالية:

- ١- في أسلوب التعلم التنافسي الذاتي قام كل طالب بتحدي قدراته من خلال التنافس مع ذاته خلال تنفيذ الواجبات الحركية للمهارات قيد البحث.
- ٢- في أسلوب التعلم التنافسي المقارن تم تقسيم الطلاب إلى أزواج متقاربة لتحقيق التنافس المقارن مع الزميل (القرين)، خلال تنفيذ الواجبات الحركية للمهارات قيد البحث.
- ٣- في أسلوب التعلم التنافسي الجماعي تم تقسيم الطلاب إلى مجموعات كل مجموعة من (٥) طلاب لتحقيق التنافس الجماعي بينهم، وذلك خلال تنفيذ الواجبات الحركية للمهارات قيد البحث.

٤- يشجع الباحث للطلاب من وقت لآخر ومدح الأداء الجيد.

٥- تم التدريس للمجموعات التجريبية والمجموعة الثالثة والضابطة بواسطة الباحث.

٨- قيادات التنفيذ:

قام الباحث بتنفيذ البرنامج بنفسه ومعه (٢) مساعدين، وكذلك قام الباحث بتطبيق البرنامج المتبع (الشرح والنموذج) مع المجموعة الضابطة. مرفق (٤)

٨- مراحل تقويم البرنامج:

تمثلت طريقة التقويم المستخدمة بالبرنامج فيما يلي:

أ- التقويم المبدئي:

ويتم قبل البدء في تنفيذ البرنامج ويعطي معلومات مهمة على تحديد مستوى التعلم وتشتمل على الاختبار البدنية، والاختبارات المهارية.

ب- التقويم الختامي:

وهو الذي يجري بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج وذلك للتعرف على مدى ما تحقق من الاهداف لتقدير أثره بعد الانتهاء من تطبيقه، ويتم هذا التقويم من خلال استخدام قياس الاختبارات المهارية، والتي استخدمت في التقويم القبلي.

سادساً: الدراسة الأساسية:

١- القياسات القبليّة:

قام الباحث بإجراء القياسات القبليّة لأفراد المجموعات التجريبيّة الثلاث والمجموعة الضابطة في مستوى أداء بعض المهارات الأساسيّة في كرة السرعة، وذلك في الفترة من الأربعماء ٢٠٢٣/١٠/١٨م إلى الخميس ٢٠٢٣/١٠/١٩م.

٢- التجربة الأساسيّة:

تم تطبيق البرنامج التعليمي باستخدام أساليب التعلم التنافسي مرفق(٥) على أفراد المجموعات التجريبيّة الثلاث، وذلك في الفترة من السبت ٢٠٢٣/١٠/٢١م وحتى الخميس ٢٠٢٣/١٢/١٤م، على مدى (٨) أسابيع متصلة بواقع وحدة تعليمية واحدة في الأسبوع زمن الوحدة (١٢٠) دقيقة مقسمة إلى (١٠) دقائق أعمال إدارية، و(١٠) دقائق للجزء التمهيدي (الاحماء)، وزمن (٩٥) دقيقة للجزء التعليمي والتطبيقي، والجزء الختامي (٥) دقائق، بينما أتبعّت المجموعة الضابطة أسلوب التعلم بالأوامر ومرفق(٦) يوضح نموذج لوحدة تعليمية أسبوعية.

٣- القياس البعدي:

تم إجراء القياسات البعدية لأفراد المجموعات التجريبيّة الثلاث والمجموعة الضابطة في مستوى أداء بعض المهارات الأساسيّة في كرة السرعة، وذلك في الفترة من الأحد ٢٠٢٣/١٢/١٧م وحتى الخميس ٢٠٢٣/١٢/١٨م، بنفس الترتيب والأسلوب الذي أجريت به القياسات القبليّة.

سابعاً: المعالجات الإحصائية:

- المتوسط الحسابي. - الانحراف المعياري. - الوسيط.
- معامل الالتواء. - معامل الارتباط البسيط. - اختبار (ت).
- تحليل التباين - اقل فرق معنوي - نسب التحسن %.

- عرض ومناقشة النتائج:

أولاً: عرض النتائج:

جدول (٦)

دلالة الفروق بين القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية الأولى (التنافس

الذاتي) في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة ن=٢٥

قيمة (ت)	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	مهارات كرة السرعة
	ع	س	ع	س		
*٢٢.٠٦	٠.٨٠	١٣.٨٤	١.١١	٧.٦٨	عدد	اللعبة السولو باليد اليمنى
*٣٢.٥٠	٠.٤٩	١١.٦٤	٠.٨١	٥.٣٦	عدد	اللعبة السولو باليد اليسرى
*٢٥.٦٨	٠.٥٨	١٠.٤٠	٠.٩٦	٤.٥٢	عدد	اللعبة السولو الأمامي (الداخلي)
*١٩.٤٠	٠.٦٤	١١.٦٤	١.٢٤	٦.١٢	عدد	اللعبة السولو الخلفي (الخارجي)

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٠٦٤

يتضح من جدول (٦) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوي (٠,٠٥) بين القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية الأولى (التنافس الذاتي) في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة لصالح القياسات البعديّة.



شكل (١)

الفرق القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية الأولى (التنافس الذاتي) في

مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة

جدول (٧)

دلالة الفروق بين القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية الثانية (التنافس)

(المقارن) في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة ن=٢٥

قيمة (ت)	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	مهارات كرة السرعة
	ع	س	ع	س		
*٣٠.٤٥	٠.٧٨	١٥.٧٦	١.٠٠٨	٧.٤٨	عدد	اللعبة السولو باليد اليمنى
*٣٨.٣٣	٠.٣٣	١٢.٨٨	٠.٨٧	٥.٦٠	عدد	اللعبة السولو باليد اليسرى
*٢٦.٦٨	٠.٥٥	١١.١٦	١.٠٠٨	٤.٥٦	عدد	اللعبة السولو الأمامي (الداخلي)
*٢٦.٧٩	٠.٥١	١٣.٤٨	١.١٩	٦.٤٠	عدد	اللعبة السولو الخلفي (الخارجي)

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٠٢١

يتضح من جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية الثانية (التنافس المقارن) في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة لصالح القياسات البعديّة.



شكل (٢)

الفرق القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية الثانية (التنافس المقارن) في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة

جدول (٨)

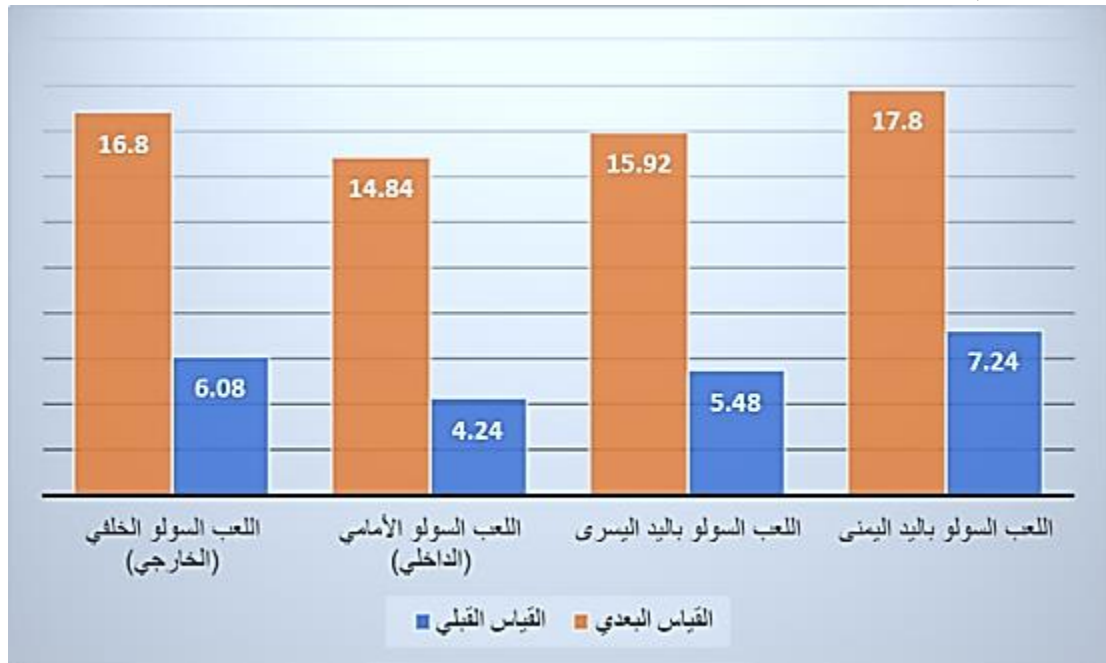
دلالة الفروق بين القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية الثالثة (التنافس)

الجماعي) في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة ن=٢٥

قيمة (ت)	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	مهارات كرة السرعة
	ع	س	ع	س		
*٣٩.٧٧	٠.٨٢	١٧.٨٠	١.٠١	٧.٢٤	عدد	اللعبة السولو باليد اليمنى
*٥٣.١٨	٠.٢٨	١٥.٩٢	٠.٩٢	٥.٤٨	عدد	اللعبة السولو باليد اليسرى
*٤٣.٨١	٠.٥٥	١٤.٨٤	١.٠٥	٤.٢٤	عدد	اللعبة السولو الأمامي (الداخلي)
*٣٩.٦٠	٠.٧١	١٦.٨٠	١.١٢	٦.٠٨	عدد	اللعبة السولو الخلفي (الخارجي)

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٠٢١

يتضح من جدول (٨) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية الثالثة (التنافس الجماعي) في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة لصالح القياسات البعديّة.



شكل (٣)

الفرق القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية الثالثة (التنافس الجماعي) في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة

جدول (٩)

دلالة الفروق بين القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة

في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة ن=٢٥

قيمة (ت)	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	مهارات كرة السرعة
	ع	س	ع	س		
*٢٠.٢٠	٠.٨٩	١٢.٩٦	١.٠٠	٧.٤٤	عدد	اللعبة السولو باليد اليمنى
*٢٣.١٣	٠.٥٩	١٠.٥٢	٠.٩١	٥.٤٠	عدد	اللعبة السولو باليد اليسرى
*٢١.٠٨	٠.٧٨	٩.٨٨	١.٠٣	٤.٣٢	عدد	اللعبة السولو الأمامي (الداخلي)
*١٦.٣٨	٠.٦٥	١٠.٤٨	١.١٣	٦.١٢	عدد	اللعبة السولو الخلفي (الخارجي)

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٠٢١

يتضح من جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة (الوامر) في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة لصالح القياسات البعديّة.



شكل (٤)

الفرق القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة (الوامر) في

مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة

جدول (١٠)

تحليل التباين بين مجموعات البحث الأربعة في القياسات البعدية
في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة

$$٢٥ = ٤ن = ٣ن = ٢ن = ١ن$$

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"
اللعب السولو باليد اليمنى	بين المجموعات	٣٤٧.٣١	٣	١١٥.٧٧	*١٧٠.٢٥
	داخل المجموعات	٦٤.٨٨	٩٦	٠.٦٨	
اللعب السولو باليد اليسرى	بين المجموعات	٤٠٦.٧٦	٣	١٣٥.٥٩	*٧١٣.٦٣
	داخل المجموعات	١٨.٤٨	٩٦	٠.١٩	
اللعب السولو الأمامي (الداخلي)	بين المجموعات	٣٧٧.١٥	٣	١٢٥.٧٢	*٣٢٢.٣٦
	داخل المجموعات	٣٧.٣٦	٩٦	٠.٣٩	
اللعب السولو الخلفي (الخارجي)	بين المجموعات	٥٧٠.٧٦	٣	١٩٠.٢٥	*٤٧٥.٦٣
	داخل المجموعات	٣٨.٢٤	٩٦	٠.٤٠	

قيمة "ف" الجدولية عند مستوي ٠,٠٥ = ٢,٨٦

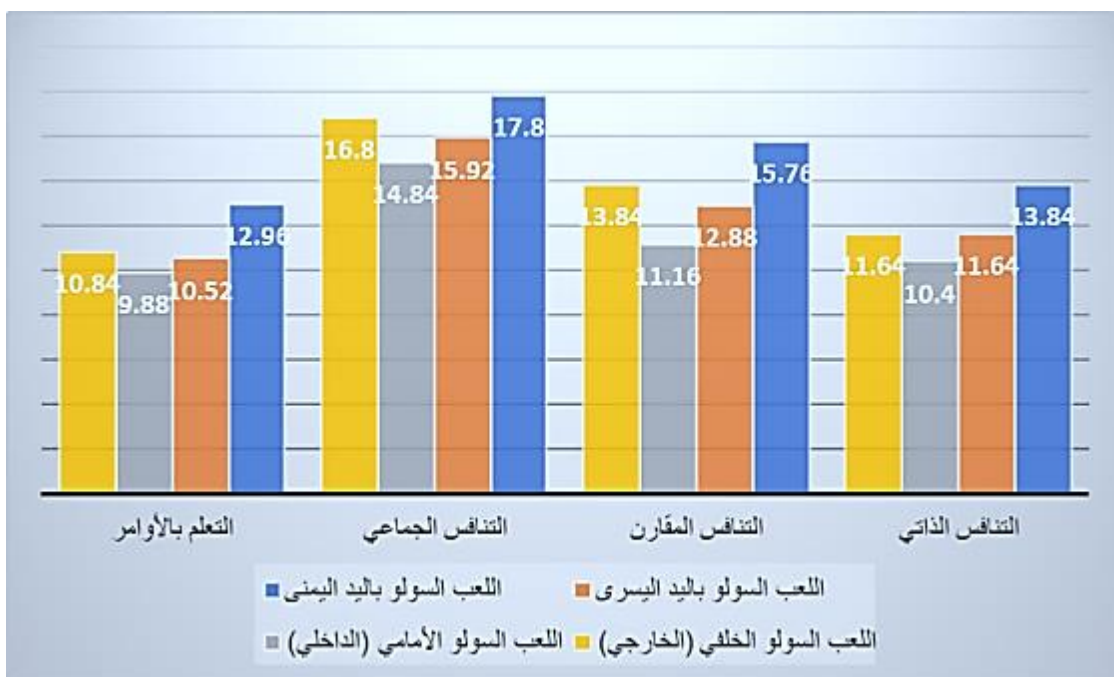
يتضح من جدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائياً بين مجموعات البحث الأربعة التجريبية الأولى (التنافس الذاتي)، التجريبية الثانية (التنافس المقارن)، التجريبية الثالثة (التنافس الجماعي)، المجموعة الضابطة (التعلم بالأوامر) في القياس البعدي لمستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة قيد البحث، وبناءً على ذلك تم حساب دلالة الفروق بين المتوسطات باختبار أقل فرق معنوي L.S.D.

جدول (١١)

دلالة الفروق بين المتوسطات لمجموعات البحث الأربعة للقياسات البعدية
في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة

L,S,D	الفروق بين المتوسطات				المتوسط الحسابي	مجموعات البحث	المهارات
	٤	٣	٢	١			
٠.٤٩	٠.٨٨	٣.٩٦	١.٩٢		١٣.٨٤	التنافس الذاتي	اللعب السولو باليد اليمنى
	٢.٨٠	٢.٠٤			١٥.٧٦	التنافس المقارن	
	٤.٨٤				١٧.٨٠	التنافس الجماعي	
					١٢.٩٦	التعلم بالأوامر	
٠.٢٦	١.١٢	٤.٢٨	١.٢٤		١١.٦٤	التنافس الذاتي	اللعب السولو باليد اليسرى
	٢.٣٦	٣.٠٤			١٢.٨٨	التنافس المقارن	
	٥.٤٠				١٥.٩٢	التنافس الجماعي	
					١٠.٥٢	التعلم بالأوامر	
٠.٣٧	٠.٥٢	٤.٤٤	٠.٧٦		١٠.٤٠	التنافس الذاتي	اللعب السولو الأمامي (الداخلي)
	١.٢٨	٣.٦٨			١١.١٦	التنافس المقارن	
	٤.٩٦				١٤.٨٤	التنافس الجماعي	
					٩.٨٨	التعلم بالأوامر	
٠.٣٧	١٠.٤٨	٥.١٦	٢.٢٠		١١.٦٤	التنافس الذاتي	اللعب السولو الخلفي (الخارجي)
	٣.٣٦	٢.٩٦			١٣.٨٤	التنافس المقارن	
	٦.٣٢				١٦.٨٠	التنافس الجماعي	
					١٠.٤٨	التعلم بالأوامر	

يتضح من جدول (١١) وجود فروق دالة إحصائياً بين مجموعات البحث الأربعة في القياسات البعدية في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة قيد البحث ولصالح مجموعة التنافس الجماعي.



شكل (٥)

الفروق بين المتوسطات لمجموعات البحث الأربعة للقياسات البعدية في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة

ثانياً: مناقشة النتائج:

يتضح من جدول (٦)، (٧)، (٨) وشكل (١)، (٢)، (٣) أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من (ت) الجدولية في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية (اللعبة السولو باليد اليمنى - اللعبة السولو باليد اليسرى - اللعبة السولو الداخلي (الداخلي) - اللعبة السولو الخارجي (الخارجي)) في كرة السرعة، مما يدل على وجود فروق إحصائية دالة معنوياً بين القياسين القبلي والبعدى لصالح القياس البعدى لأفراد المجموعة التجريبية الأولى والثانية والثالثة.

ويرجع الباحث هذا التقدم بين القياس القبلي والبعدى لمجموعات البحث التجريبية الثلاثة في مستوى أداء بعض مهارات كرة السرعة إلى استخدام أساليب التعلم التنافسي وذلك لإحتواءه على ألعاب وتدريبات تنافسية والتي تتشابه مع مهارات كرة السرعة التي تتميز بالتشويق والإثارة وألعاب متدرجة ومتنوعة تسهم في تسهيل تعلم مهارات كرة السرعة قيد البحث، وتساعد المتعلم على أداء الحركات والمهارات المختلفة بطريقة سهلة وبسيطة بالإضافة الى التنافس سواء مع النفس او مع الزميل او مع المجموعة كل ذلك ساعد على تحقيق افضل النتائج لكل مجموعة من المجموعات التجريبية الثلاث.

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشارت إليه "سناء سليمان" (٢٠٠٥) في أن أسلوب التعلم التنافسي يراعي المعلم دخول المتعلم في مسابقات تقوم على أساس التنافس من أجل المتعة

والتعلم، واطاحة الفرصة أمام المتعلم للعمل بشكل فردي لتحقيق أغراض خاصة بالمتعلم، وكذلك وضعه داخل مجموعات صغيرة بغية وصول جميع أفراد المجموعة إلى مستوى الإتقان والتمكن.

(٤٢ :٩)

كما تتفق هذه النتيجة مع ما ذكره "محمد حسن علاوي" (٢٠٠٢) أنه لضمان إتقان المهارات الحركية، والعمل على تطويرها، يجب أن يقوم اللاعب بأداء المهارات والتدريب عليها تحت مختلف الظروف بشكل يتناسب مع مواقف اللعب التنافسية، والتي تتميز بصعوبة بالغة كما يحدث أثناء المباراة. (٦٠ :١٩)

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كلاً من: دراسة "عمرو مصطفى السايح" (٢٠٢٢م) (١٢)، ودراسة "خالد فريد زيادة" (٢٠٢١م) (٥)، ودراسة "علياء مصطفى السايح واحمد محمد عبد الحلیم" (٢٠٢١م) (١١)، على أن البرامج التعليمية المستخدمة التعلم التنافسي لها تأثير ايجابي على رفع مستوي واكتساب المهارات الحركية بشكل أفضل.

وبذلك يتحقق صحة ما جاء بالفرض الأول والذي ينص على:

"يؤثر استخدام أساليب التعلم التنافسي (الذاتي - المقارن - الجماعي) تأثيراً إيجابياً على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة بنها".

يتضح من جدول (٩) وشكل (٤) أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من (ت) الجدولية في مستوي أداء بعض المهارات الاساسية (اللعب السولو باليد اليمني - اللعب السولو باليد اليسرى - اللعب السولو الامامي (الداخلي) - اللعب السولو الخلفي (الخارجي)) في كرة السرعة، مما يدل على وجود فروق إحصائية دالة معنويًا بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي لأفراد المجموعة الضابطة.

ويرجع الباحث هذا التقدم بين القياس القبلي والبعدي لمجموعة البحث الضابطة في مستوي أداء بعض مهارات كرة السرعة إلى استخدام طريقة الأوامر (الشرح اللفظي والنموذج العملي) حيث تساعد الطالب على معرفة مضمون الأداء الخاص بمهارات كرة السرعة والذي ساعد على تكوين الصورة الواضحة لتلك المهارات حيث ان البيئة الحركية والتي وفرها التعلم بالأوامر دائماً ديناميكية وتساعد المتعلم على ان يكون لديه القدرة على المعرفة، بالإضافة الى الدور الهام جدا للمعلم في طريقة الأوامر والذي يعطي فكرة واضحة على المهارة وكيفية الأداء وإعطاء النموذج الجيد للمهارة بالإضافة الى المرور على الطلاب وتصحيح الأخطاء الامر الذي ادي الى تحسن الطلاب في أداء مهارات كرة السرعة قيد البحث.

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشارت إليه "سامية فرغلي ونادية عبد القادر" (٢٠٠٢) أن

الطريقة المعتادة (التعلم بالأوامر) في تدريس المهارات الحركية للمتعلمين بدرس التربية الرياضية

تتيح الفرصة للمتعلم التعلم من خلال عرض نموذج عملي للمهارة، وتقديم الشرح اللفظي المبسط من قبل المعلم ليقوم المتعلم بمحاكاة ما شاهده فهو بذلك دوره سلبي ومتلقى فقط وغير فعال.

(٨: ١٦٣)

وتتفق هذه النتائج مع دراسة "ماجدة أبو اليزيد الغباشي" (٢٠٢٢م) (١٥)، ودراسة "مجدي محمود الدسوقي" (٢٠٢٢م) (١٧)، ودراسة "هدير محمود الحناوي" (٢٠٢٠م) (٢٢) على أن البرامج التعليمية المستخدمة الطريقة المتبعة (الشرح والنموذج) لهم تأثير ايجابي على اكتساب المهارات الحركية.

وبهذا يتحقق صحة الفرض الثاني للبحث والذي ينص على:

"يؤثر استخدام أسلوب التعلم بالأوامر تأثيراً إيجابياً على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة بنها".

يوضح جدول (٩) تحليل التباين بين مجموعات البحث الاربعة (الثلاثة التجريبية والضابطة) في مستوى أداء بعض المهارات الاساسية (اللعب السولو باليد اليمني - اللعب السولو باليد اليسرى - اللعب السولو الامامي (الداخلي) - اللعب السولو الخلفي (الخارجي)) في كرة السرعة حيث يتضح وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين مجموعات البحث الاربعة (الثلاثة التجريبية والضابطة) في جميع الاختبارات المهارية، ولكن هذه الدلالات تختلف من مجموعة لأخرى طبقاً لنوع المجموعة سواء المستخدم معها الذاتي أو المقارن أو الجماعي أو التقليدية لمجموعات البحث الاربعة، وبناء على ذلك قام الباحث بحساب دلالة الفروق بين المتوسطات باستخدام اختبار أقل فرق معنوي **L.S.D**.

يوضح جدول (١٠) وشكل (٥) دلالة الفروق بين متوسطات مجموعات البحث الاربعة (الثلاثة التجريبية والضابطة) في القياس البعدي للاختبارات المهارية قيد البحث باستخدام أقل فرق معنوي **L.S.D** عند مستوى (٠.٠٥) حيث يتضح وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية ولصالح المجموعة التجريبية الثانية مما يدل على أن المجموعة التجريبية الثانية المستخدمة أسلوب التنافس المقارن أفضل من المجموعة التجريبية الأولى المستخدمة أسلوب التنافس الذاتي في جميع الاختبارات المهارية، وكذلك وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية الأولى والمجموعة الضابطة مما يدل على أن المجموعة التجريبية الأولى المستخدمة أسلوب التنافس الذاتي أفضل من المجموعة الضابطة المستخدمة أسلوب الاوامر في جميع الاختبارات المهارية، ويتضح وجود

فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية الثانية والمجموعة التجريبية الثالثة ولصالح المجموعة التجريبية الثالثة مما يدل على أن المجموعة التجريبية الثالثة المستخدمة أسلوب التنافس الجماعي أفضل من المجموعة التجريبية الثانية المستخدمة أسلوب التنافس المقارن في جميع الاختبارات المهارية، وكذلك وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية الثانية والمجموعة الضابطة مما يدل على أن المجموعة التجريبية الثانية المستخدمة أسلوب التنافس المقارن أفضل من المجموعة الضابطة المستخدمة أسلوب الاوامر في جميع الاختبارات المهارية، وكذلك وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية الثالثة والمجموعة الضابطة مما يدل على أن المجموعة التجريبية الثالثة المستخدمة أسلوب التنافس الجماعي أفضل من المجموعة الضابطة المستخدمة أسلوب الاوامر في جميع الاختبارات المهارية.

ويرجع الباحث تفوق أفراد المجموعة التجريبية الثالثة (التنافس الجماعي) على المجموعات الثلاثة الأخرى إلى فاعلية استخدام أسلوب التنافس الجماعي حيث أن عملية التنافس الجماعي عملية اجتماعية تعمل على ان يتواجه اشخاص أو مجموعات مع بعضهم البعض في موقف معين أو في أكثر من موقف، بحيث يجتهد كل طالب في المجموعة للوصول الى تحقيقه نتيجة افضل قبل لمجموعته قبل المجموعات الأخرى (المنافس)، وهذا الاسلوب ساعد الطلاب على الاجتهاد وبذل المزيد من الجهد للفوز في التنافس على زملائهم في المجموعات الأخرى، مما ساعد بدرجة كبيرة ليس فقط في تعلم المهارات الاساسية في كرة السرعة بل الوصول إلى درجة الاتقان للمهارات قيد البحث بصورة سريعة.

وتتفق هذه النتيجة مع أشار اليه "حسن سعفان" (٢٠١٠م) في ان التنافس بأنه عملية اجتماعية بواسطتها يتواجه شخصان او جماعتان او أكثر في موقف معين يجتهد كل منهما للوصول الى الهدف، او إلى اهداف معينة بحيث تصل إلى الهدف قبل الاخرين، أو تتال قسط منه عند الحصول عليه. (٤: ٢٥٣)

وتتفق هذه النتائج مع دراسات كل من "عمرو مصطفى السايح" (٢٠٢٢م) (١٢)، ودراسة "خالد فريد زيادة" (٢٠٢١م) (٥)، ودراسة "علياء مصطفى السايح واحمد محمد عبد الحليم" (٢٠٢١م) (١١) في أن البرامج التعليمية المستخدمة أسلوب التنافس الجماعي تساعد في العملية التعليمية ورفع مستوى الاداء المهارى.

وبذلك تحقق صحة الفرض الثالث والذي ينص على:

"توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات البعدية لمجموعات البحث الأربعة (التنافس الذاتي - التنافس المقارن - التنافس الجماعي - التعلم بالأوامر) في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة بنها".

- الاستنتاجات والتوصيات:

١- الاستنتاجات:

بناء على أهداف البحث وفي حدود العينة وفي ضوء النتائج الاحصائية، توصل الباحث للاستنتاجات التالية:

١- يؤثر استخدام أساليب التعلم التنافسي (التنافس الذاتي - التنافس المقارن - التنافس الجماعي) تأثيراً إيجابياً على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية (اللعب السولو باليد اليمني - اللعب السولو باليد اليسرى - اللعب السولو الامامي (الداخلي) - اللعب السولو الخلفي (الخارجي)) في كرة السرعة.

٢- يؤثر استخدام الطريقة المعتادة (التعلم بالأوامر) تأثيراً إيجابياً على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية ((اللعب السولو باليد اليمني - اللعب السولو باليد اليسرى - اللعب السولو الامامي (الداخلي) - اللعب السولو الخلفي (الخارجي)) في كرة السرعة.

٣- أسلوب التنافس الجماعي أكثر فاعلية من أساليب (التنافس الذاتي - التنافس المقارن - التعلم بالأوامر) في تعلم بعض المهارات الأساسية ((اللعب السولو باليد اليمني - اللعب السولو باليد اليسرى - اللعب السولو الامامي (الداخلي) - اللعب السولو الخلفي (الخارجي)) في كرة السرعة.

٤- أسلوب التنافس المقارن أكثر فاعلية من أساليب (التنافس الذاتي - التعلم بالأوامر) في تعلم بعض المهارات الأساسية ((اللعب السولو باليد اليمني - اللعب السولو باليد اليسرى - اللعب السولو الامامي (الداخلي) - اللعب السولو الخلفي (الخارجي)) في كرة السرعة.

٢- التوصيات:

استناداً الى ما اشارت اليه نتائج البحث يوصي الباحث بالآتي:

١- ضرورة استخدام أسلوب التعلم التنافسي الجماعي كأحد أساليب التدريس الحديثة لتعلم وإتقان المهارات الأساسية في كرة السرعة لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة بنها.

٢- اجراء المزيد من الدراسات والبحوث للتعرف على اهمية وتأثير استخدام أساليب التعلم التنافسي في تعلم المهارات الأساسية الأخرى في كرة السرعة.

٣- اجراء المزيد من الدراسات والبحوث التي تناولت أساليب التعلم التنافسي في رياضات اخري ومراحل سنية اخري.

٤- تشجيع أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية الرياضية جامعة بنها علي تبني أساليب التعلم التنافسي (التنافس الذاتي - التنافس المقارن - التنافس الجماعي) في تدريس المقررات الدراسية المختلفة.

المراجع

أولاً: المراجع العربي:

- ١- بسمة محمد الحسيني (٢٠١٩م): تأثير الألعاب الترويحية على تحسين مستوى الأداء المهارى والمعرفي لناشئ كرة السرعة، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، مجلد (٥١)، الجزء (٣)، ديسمبر.
- ٢- جمال عبد الحليم الجمل ومحمد حامد شعبان (٢٠١٣م): كرة السرعة، دار الجمل للطباعة والنشر، محافظة الغربية.
- ٣- حسن حسين زيتون وكمال حسين زيتون (٢٠٠٣): التعلم والتدريس من منظور النظرية البنائية، عالم الكتاب، القاهرة.
- ٤- حسن شحاتة سفعان (٢٠١٠م): أسس علم الاجتماع، ط٤، دار النهضة العربية، القاهرة.
- ٥- خالد فريد زيادة (٢٠٢١): تأثير استخدام أسلوب التعلم التنافسي (المقارن - الجماعي) على أداء بعض مجموعات كاتا (الناجي نوكاتا) ودافعية الإنجاز لدى ناشئ الجودو، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، مجلد (٥٩)، العدد (٤)، ديسمبر.
- ٦- رضا مسعد السعيد، هويدا محمد الحسيني (٢٠٠٧): استراتيجية معاصرة في التدريس للموهوبين والمعوقين، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ٧- رفعت محمود بهجات (٢٠١٠): التعلم الجماعي والفردى (التعاون والتنافس والفردية)، ط٢، عالم الكتب للنشر، القاهرة.
- ٨- سامية فرغلي، نادية عبد القادر (٢٠٠٢): التدريس والتدريب الميداني في التربية الرياضية، مكتبة دار الحكمة، الإسكندرية.
- ٩- سناء محمد سليمان (٢٠٠٥): التعلم التعاونى (اسسه - استراتيجياته - تطبيقاته)، عالم الكتاب للطباعة والنشر، القاهرة.
- ١٠- عبد النبي إسماعيل الجمال وناصر أبو زيد على إبراهيم (٢٠١٧): العاب المضرب، ط٢، مركز الكتاب الحديث، القاهرة.
- ١١- علياء مصطفى السايح واحمد محمد عبد الحليم (٢٠٢١): فاعلية برنامج تعليمي قائم على استراتيجية التعلم التنافسي في تحسين مستوى الأداء الرقمي لمسابقة الوثب الثلاثي، مجلة تطبيقات علوم الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، العدد (١١٠)، الجزء الثاني، ديسمبر.

- ١٢- عمرو مصطفى السايح (٢٠٢٢): فاعلية برنامج تعليمي قائم على التعلم التنافسي الجماعي في تحسين بعض المهارات الأساسية في كرة القدم للمبتدئين، مجلة تطبيقات علوم الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، مجلد (٨)، العدد (١١١)، مارس.
- ١٣- فاروق رجب (١٩٩٧): كرة السرعة بين النظرية والتطبيق، مطابع الاهرام التجارية، القاهرة.
- ١٤- فاطمة عوض صابر (٢٠٠٥): طرق تدريس الألعاب الجماعية، دار الوفاء للطباعة، الإسكندرية.
- ١٥- ماجدة أبو اليزيد الغباشي (٢٠٢٢م): تأثير مواقع جوجل المدعمة بالاختبارات الإلكترونية في تعلم بعض مهارات كرة السرعة لطالبات كلية التربية الرياضية، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، العدد (٩٥)، الجزء الأول، ابريل.
- ١٦- ماجدة فتحي شعله (٢٠٢١): تأثير برنامج تعليمي باستخدام التعلم التنافسي على تعلم بعض مهارات الهوكي للتلاميذ الصم البكم، مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة أسبوط، مجلد (٥٩)، العدد (٢)، ديسمبر.
- ١٧- مجدي محمود الدسوقي (٢٠٢٢م): تأثير برنامج تعليمي باستخدام تكنولوجيا الواقع الافتراضي على بعض المهارات الفردية للمبتدئين في كرة السرعة، مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة أسبوط، مجلد (٦٣)، الجزء (٤)، ديسمبر.
- ١٨- محمد البغدادي وآخرون (٢٠٠٥): التعلم التعاوني، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، القاهرة.
- ١٩- محمد حسن علاوى (٢٠٠٢): علم النفس المدرب والتدريب الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٢٠- مشاعل صلاح سعد العريفي (٢٠٢١): تأثير برنامج تعليمي باستخدام أسلوب التعلم التنافسي على مستوى الرضا الحركي والأداء المهارى لبعض المهارات الأساسية في كرة اليد، مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة أسبوط، مجلد (٥٤)، العدد (٤)، سبتمبر.

٢١- هاني عبد العزيز عبد الحفيظ سعد (٢٠٠٩): فاعلية تنمية القدرة العضلية على مستوى الأداء المهارى لناشئ كرة السرعة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.

٢٢- هدير محمود الحناوي (٢٠٢٠م): تأثير استخدام استراتيجية الدعائم التعليمية في تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضه كره السرعة لدى المبتدئين، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- ٢٣- Bernstein & Rasmussen (٢٠١٥): **Students' perceptions after participating in competitive and non-competitive activities**, Current Neuropharmacology.
- ٢٤- Chinwe, Okereke & Charles N.Ugwuegbulam (٢٠١٢): **Effect of Competitive Learning Strategy on Secondary School Students Learning Outcome: Implications for Counseling Developing Country Studies**.
- ٢٥- El-Shinawy, M. I. (٢٠١٧). **Some Anthropometric Measurements and Sensor motor Perceptions and their Relation to Performance Level of Individual Play for Speedball Players**. Assiut Journal of Sport Science and Arts, ٢١٧(٢), ١٢٦-١٥٧.
- ٢٦- Maha Mohammed Alhjursy (٢٠١٥): **The effect of Educational program by using competitive learning style at the satisfaction kinetic level and performance skills of some basic skills in volleyball**, The International conference Sport and Helth Science in Alexandria, Article ٢, Volume ٢٠١٥, Issue ١, Winter and Spring ٢٠١٥, Page ١٣-٣١.
- ٢٧- Marian, V. & Spivey, M. (٢٠٠٣): **Competing activation in bilingual language processing: within and between – language competition**. Bilingualism: language and cognition, ٦(٢), p., ٩٧- ١١٥.

المرفقات

مرفق (١)
أسماء الخبراء

أسماء الخبراء

م	الاسم	الوظيفة
١	احمد انور السيد محمد	استاذ رياضات المضرب بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات الجماعية ورياضات المضرب بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة بنها.
٢	ايمن أحمد عبدالفتاح الباسطي	استاذ رياضات المضرب بقسم نظريات وتطبيقات رياضات المضرب بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة الزقازيق.
٣	إيمان حسن الحاروني	أستاذ طرق التدريس وعميد كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق.
٤	راندا شوقي سيد	استاذ العاب المضرب بقسم الالعاب بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الزقازيق.
٥	شريف فتحي صالح	استاذ العاب المضرب بقسم الرياضات الجماعية والالعاب المضرب بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا.
٦	علاء الدين ابراهيم صالح	استاذ المناهج بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
٧	محمد احمد عبدالله إبراهيم	أستاذ رياضات المضرب بقسم نظريات وتطبيقات رياضات المضرب بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة الزقازيق.
٨	ياسر عبدالعظيم سالم	استاذ المناهج بقسم المناهج وطرق التدريس وعميد كلية التربية الرياضية للبنين سابقاً، جامعة الزقازيق.
٩	ياسر كمال غنيم	استاذ العاب المضرب بقسم الالعاب الرياضية بكلية التربية الرياضية جامعة الاسكندرية.

* تم ترتيب أسماء السادة الخبراء هجائياً

مرفق (٢)

الاختبارات البدنية

١- اختبار سرعة دورات الذراع حول سلة

- الغرض من الاختبار:

قياس سرعة دوران الذراع (سرعة حركية)

- الأدوات:

ساعة إيقاف - سله

- مواصفات الأداء:

يقف المختبر بجانب السلة، عند سماع إشارة البدء يقوم بعمل دوائر بالذراع على أن تكون كف اليد في محاذاة قمة السلة أثناء الأداء، ويكرر المختبر عمل الدوائر إلى أكبر عدد ممكن في عشرين ثانية.

التسجيل:

يسجل للمختبر عدد الدوائر التي يقوم بها في العشرين ثانية (٢٠ ث)

٢- اختبار دفع كرة طبية (٣ كجم) باليدين

غرض الاختبار:

اختبار قدرة الذراعين.

مستوى السن والجنس:

من ١٢ سنة وحتى مرحلة السن الجامعية للبنين والبنات.

الأدوات اللازمة:

- منطقة فضاء مستوية.

- حبل صغير.

- كرات طبية زنة الواحدة من (٢.٧ - ٣.٠٠٠ كجم)

- كرسي.

- عدد مناسب من الرايات أو الأعلام.

- شريط قياس.

وصف الأداء:

- يجلس المختبر على الكرسي ممسكاً بالكرة الطبية باليدين بحيث تكون الكرة أمام الصدر وتحت مستوى الذقن، كما يجب أن يكون الجزع ملاصقاً لحافة الكرسي.

- يوضع حول صدر المختبر حبل بحيث يمسك من الخلف عن طريق محكم وذلك بغض منع حركة المختبر للأمام أثناء دفع الكرة باليدين.

- تتم حركة دفع الكرة باستخدام اليدين فقط.

تعليمات الاختبار:

- يعطى المختبر ثلاث محاولات متتالية.

- يعطى المختبر محاولة مستقلة في بداية الاختبار كتدريب على الأداء.

- عندما يهتز المختبر أو يتحرك على الكرسي أثناء أداء إحدى المحاولات لا تحتسب النتيجة ويعطى محاولة أخرى بدلاً منها.

إدارة الاختبار:

- مسجل: يقوم بالنداء على المختبرين وتسجيل النتائج.

- محكم: يقوم بتثبيت الحبل وملاحظة الأداء.

- مراقب: يقوم بتعيين مكان سقوط الكرة والقياس.

حساب الدرجات:

درجة كل محاولة هي المسافة بين الحافة الأمامية للكرسي وبين أقرب نقطة تضعها الكرة على الأرض ناحية الكرسي مقربة لأقرب ١٥ سم.

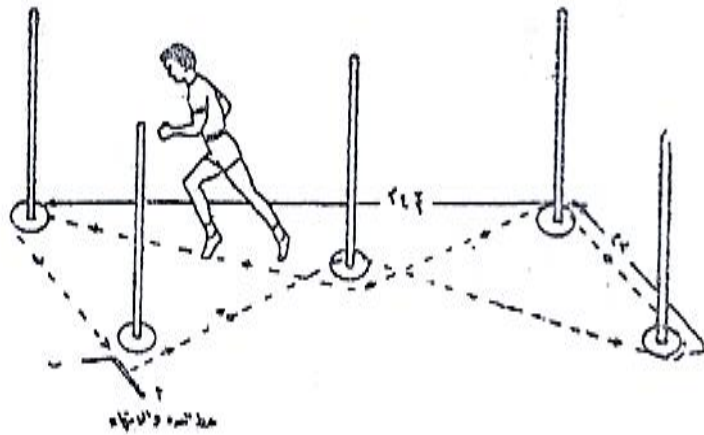
٣- اختبار جرى الزجراج بطريقة (باور)

- الغرض من الاختبار:

قياس الرشاقة

- الأدوات:

ميدان طوله (٤٠.٧٥م) وعرضه (٣م) - ساعة إيقاف



مواصفات الأداء:

يقف المختبر من وضع البدء العالي خلف خط البداية وعند سماع إشارة البدء يقوم المختبر بالجري المتعرج بين القوائم الخمسة ثلاث مرات متتالية

تعليمات الاختبار:

- يكون اتجاه الجري وفقاً للشكل المحدد بالرسم على شكل (٨) باللغة الإنجليزية
- يجب عدم شد أو نزع القوائم من أماكنها أو الاصطدام بها:
- يستمر المختبر في الجري ثلاث دورات
- عند حدوث خطأ يعاد الاختبار مرة أخرى.
- يعطى للمختبر محاولة واحدة فقط تعد نموذج له قبل التطبيق

التسجيل:

يسجل الزمن الذي يقطعه المختبر في الثلاث دورات لأقرب ٠.٠١ من الثانية.

مرفق (٢)
استمارة البرنامج التعليمي



قسم نظريات وتطبيقات الرياضات
الجماعية ورياضات المضرب

السيد الأستاذ الدكتور/.....

تحية طيبة وبعد،

يقوم الباحث/ مصطفى طه محمود طه الأستاذ المساعد بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات الجماعية ورياضات المضرب بكلية التربية الرياضية جامعة بنها، بإجراء دراسة بعنوان:

”تأثير استخدام أساليب التعلم التنافسي (الذاتي – المقارن – الجماعي) على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة بنها“

ويهدف هذا البحث تأثير استخدام أساليب التعلم التنافسي (الذاتي – المقارن – الجماعي) على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة بنها، ونظراً لما تتميزون به سيادتكم من الخبرة العلمية والعملية في هذا المجال، الامر الذي دعا الباحث الى مقابلة سيادتكم للاسترشاد بأرائكم البناءة لمساعدته في تحديد الإطار العام للبرنامج التعليمي.

فبرجاء من سيادتكم وضع علامة (√) أمام الاختيار الذي ترونه سيادتكم مناسباً، كما يسعد الباحث أن تتفضلوا سيادتكم بتدوين ما ترونه من ملاحظات إضافية تسهم في اثراء البحث بشكل أفضل، ولا يسع الباحث سوى تقديم جزيل الشكر والتقدير لمساهمتم الايجابية والفعالة.

ولسيادتكم خالص الشكر والتقدير

الباحث

بيانات خاصة بالخبير:

الاسم:

التخصص الدقيق:

جهة العمل:

عدد سنوات الخبرة:

أولاً: أهداف البرنامج:

راى الخبير		الهدف
موافق	غير موافق	
		هل توافق سيادتكم على ان يكون الهدف العام للبرنامج التعليمي هو: رفع مستوي الأداء المهارى لبعض مهارات كرة السرعة (اللعبة السولو باليد اليمنى - اللعبة السولو باليد اليسرى - اللعبة السولو الامامي (الداخلي) - اللعبة السولو الخلفي (الخارجي)) لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية جامعة بنها باستخدام أساليب التعلم التنافسي (الذاتي - المقارن - الجماعي).

ملحوظة:

إذا كان المطلوب تعديل الهدف فما هو الهدف الذي تراه سيادتكم مناسباً لهذا البحث؟

.....

.....

ثانياً: أسس وضع البرنامج:

راى الخبير		اسس وضع البرنامج
موافق	غير موافق	
		هل توافق سيادتكم على ان تكون اسس وضع البرنامج التعليمي هي: - مناسبة اهداف البرنامج مع مقرر كرة السرعة لطلاب الفرقة الثانية. - أن يشتمل محتوى البرنامج على تدريبات تنافسية تسهم في تعلم المهارات الأساسية لكرة السرعة. - أداء الواجبات الحركية الخاصة بالمهارات قيد البحث في أسلوب التعلم التنافسي باستخدام التنافس الذاتي والمقارن والجماعي. - أن يتميز أسلوب التعلم التنافسي المستخدم بالتشويق والإثارة والتنوع والتدرج. - ان يتميز البرنامج التعليمي بالمرونة حيث يسهل التغيير والتبديل فيه اثناء التنفيذ. - مراعاة توفير الأدوات والإمكانات المناسبة لتنفيذ البرنامج. - ان يراعي عوامل الامن والسلامة حرصاً على سلامة الطلاب. - ان يساعد البرنامج على تحقيق مبدأ التفاعلية بين الطلاب.

ملحوظة:

هل ترون سيادتكم أي إضافة أو حذف لأسس وضع البرنامج التعليمي لتعلم مهارات كرة السرعة باستخدام أساليب التدريس المختلفة؟

.....

ثالثاً: محتوى البرنامج:

هل توافق سيادتكم على أن يكون محتوى البرنامج التعليمي باستخدام أساليب التعلم التنافسي (الذاتي - المقارن - الجماعي) على النحو التالي:

م	محتوى البرنامج	رأى الخبير	
		موافق	غير موافق
١	اللعبة السولو باليد اليمنى		
٢	اللعبة السولو باليد اليسرى		
٣	اللعبة السولو الأمامي (الداخلي)		
٤	اللعبة السولو الخلفي (الخارجي)		

ملحوظة:

هل ترون سيادتكم أي إضافة أو حذف لمحتوى البرنامج التعليمي لتعلم مهارات كرة السرعة باستخدام أساليب التدريس المختلفة؟

رابعاً: نمط التعليم المستخدم في تنفيذ البرنامج:

هل توافق سيادتكم على أن يكون نمط التعليم المستخدم لتعلم مهارات كرة السرعة باستخدام أساليب التعلم التنافسي (الذاتي - المقارن - الجماعي) على النحو التالي:

م	نمط التعليم	رأى الخبير	
		موافق	غير موافق
١	نمط التعلم الفردي		
٢	نمط التعلم التعاوني		
٣	نمط التعلم التنافسي		
٤	التعلم التعاوني ثم التعلم التنافسي		

ملحوظة:

هل ترون سيادتكم أي إضافة أو حذف لنمط التعلم المستخدم مهارات كرة السرعة باستخدام أساليب التعلم التنافسي (الذاتي - المقارن - الجماعي)؟

خامساً: الإمكانيات اللازمة لتنفيذ البرنامج:

هل توافق سيادتكم على الإمكانيات اللازمة لتنفيذ البرنامج التعليمي لتعلم مهارات كرة السرعة باستخدام أساليب التعلم التنافسي (الذاتي - المقارن - الجماعي) على النحو التالي:

الإمكانيات	رأى الخبير	
	موافق	غير موافق
<ul style="list-style-type: none"> ■ أجهزة كرة سرعة ■ مضارب كرة سرعة ■ ساعة إيقاف stop watch ■ شريط لاصق ■ مقاعد سويدية ■ صافرة ■ أقماع بلاستيكية 		

ملحوظة:

هل ترون سيادتكم أي إضافة أو حذف للإمكانيات اللازمة لتنفيذ البرنامج التعليمي لتعلم مهارات كرة السرعة باستخدام أساليب التعلم التنافسي (الذاتي - المقارن - الجماعي)؟

سادساً: الإطار العام لتنفيذ البرنامج:

رأى الخبير		الإطار العام لتنفيذ البرنامج
موافق	غير موافق	
		<p>هل توافق سيادتكم على ان يكون الإطار الزمني العام لتنفيذ البرنامج التعليمي باستخدام أساليب التعلم التنافسي (الذاتي - المقارن - الجماعي) لتعلم مهارات كرة السرعة:</p> <ul style="list-style-type: none"> - أن يتم تنفيذ البرنامج من خلال محاضرات كرة السرعة بالكلية. - زمن المحاضرة بالكلية ١٢٠ دقيقة - أن يتم تنفيذ البرنامج بواقع وحدة تعليمية طبقاً للخطة الدراسية. - أن يكون زمن تنفيذ الوحدات التعليمية على المجموعتين التجريبية والضابطة هو ٨ أسابيع. - أن يكون الشكل النهائي لزمن الوحدة التعليمية كالتالي: - اعمال إدارية (١٠) دقيقة - الإحماء (١٠) دقائق. - الجزء الرئيسي (٩٥) دقيقة - الختام (٥) دقائق

سابعاً: قيادات تنفيذ البرنامج المقترح:

رأى الخبير		قيادات تنفيذ البرنامج
موافق	غير موافق	
		<p>هل توافق سيادتكم أن يتم تنفيذ البرنامج:</p> <ul style="list-style-type: none"> - بواسطة الباحث بمفردها. - بواسطة الباحث وأثنين من اعضاء هيئة التدريس. - بواسطة الباحث والعاملين بالكلية

ثامناً: أساليب التقييم المقترحة:

م	اساليب التقييم	رأى الخبير
		موافق / غير موافق
١-	هل توافق سيادتكم على استخدام الاساليب التالية لتقويم البرنامج: التقويم المبدئي: ويتم قبل البدء في تنفيذ البرنامج ويعطي معلومات مهمة على تحديد مستوى التعلم وتشتمل على الاختبارات البدنية، والاختبارات المهارية.	
٢-	التقويم الختامي: وهو الذي يجري بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج وذلك للتعرف على مدى ما تحقق من الاهداف لتقدير اثره بعد الانتهاء من تطبيقه ويتم هذا التقويم من خلال استخدام نفس الاختبارات المهارية التي استخدمت في التقويم القبلي قيد البحث.	

**مرفق (٤)
أسماء المساعدين**

أسماء المساعدين

الوظيفة	الاسم	م
مدرس بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات الجماعية ورياضات المضرب بكلية التربية الرياضية جامعة بنها.	اكرم عبد المرضى خليفة	١
مدرس بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات الجماعية ورياضات المضرب بكلية التربية الرياضية جامعة بنها.	مجدى محمود مصلحي	٢

* تم ترتيب أسماء السادة الخبراء هجائياً.

**مرفق (٥)
الوحدات التعليمية**

الوحدات التعليمية لأسلوب التنافس الذاتي

الوحدة التعليمية الأولى

الأسبوع: الأول

الزمن: (٢٠ق)

الهدف: تعليم اللعب السولو باليد اليمنى.

إرشادات هامة:

- يقوم المعلم بالشرح اللفظي وأداء نموذج لكل واجب حركي.

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوي	التكرار	المجموعة	الراحة	الادوات المستخدمة
اعمال إدارية	١٠ق	تغيير الملابس - تجهيز الأدوات - اخذ الغياب				دفتر الغياب - قلم
الجزء الرئيسي	١٠ق	إحماء محطات: - الجري الزجراجى لمسافة (١٥م) بين الأقماع. - الوثب داخل الأطواق. - الحجل على قدم لمسافة (١٠م) والرجوع على الأخرى. - مجموعة من تدريبات الإطالة والمرونة.	٤	٣	٣٠ث	أقماع وأطواق
الجزء الرئيسي	٩٥ق	- وضع المضرب على الأرض ثم مسك المضرب بالطريقة الصحيحة باليد اليمنى. تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث	جهاز كرة سرعة مضارب كرة سرعة
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الامامي ثم مسك الكرة. تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث	
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بخلف المضرب ثم مسك الكرة. تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب ومرة بخلف المضرب بأقصى سرعة. تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب ومرة بخلف المضرب بأقصى سرعة. تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث	
الختام	٥ق	تمريبات استرخاء - أخذ التحية - الانصراف.	-	-	-	بدون

الوحدة التعليمية الثانية

الأسبوع: الثاني

الزمن: (٢٠ق)

الهدف: تعليم اللعب السولو باليد اليمنى.

إرشادات هامة:

- يقوم المعلم بالشرح اللفظي وأداء نموذج لكل واجب حركي.

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوي	التكرار	المجموعة	الراحة	الادوات المستخدمة
اعمال إدارية	١٠ق	تغيير الملابس - تجهيز الأدوات - اخذ الغياب				دفتر الغياب - قلم
الجزء الرئيسي	١٠ق	إحماء محطات: - الجري الزجراجى لمسافة (١٥م) بين الأقماع. - الوثب داخل الأطواق. - الحجل على قدم لمسافة (١٠م) والرجوع على الأخرى. - مجموعة من تدريبات الإطالة والمرونة.	٤	٣	٣٠ث	أقماع وأطواق
الجزء الرئيسي	٩٥ق	- وضع المضرب على الأرض ثم مسك المضرب بالطريقة الصحيحة باليد اليمنى. تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث	جهاز كرة سرعة مضارب كرة سرعة
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الامامي ثم مسك الكرة. تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث	
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بخلف المضرب ثم مسك الكرة. تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب ومرة بخلف المضرب بأقصى سرعة. تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب ومرة بخلف المضرب بأقصى سرعة. تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث	
الختام	٥ق	تمرينات استرخاء - أخذ التحية - الانصراف.	-	-	-	بدون

الوحدة التعليمية الثالثة

الأسبوع: الثالث

الزمن: (٢٠ق)

الهدف: تعليم اللعب السولو باليد اليسرى.

إرشادات هامة:

- يقوم المعلم بالشرح اللفظي وأداء نموذج لكل واجب حركي.

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوي	التكرار	المجموعة	الراحة	الادوات المستخدمة
اعمال إدارية	١٠ق	تغيير الملابس - تجهيز الأدوات - اخذ الغياب				دفتر الغياب - قلم
الجزء الرئيسي	١٠ق	إحماء محطات: - الجري الزجراجي لمسافة (١٥م) بين الأقماع. - الوثب داخل الأطواق. - الحجل على قدم لمسافة (١٠م) والرجوع على الأخرى. - مجموعة من تدريبات الإطالة والمرونة.	٤	٣	٣٠ث	أقماع وأطواق
الجزء الرئيسي	٩٥ق	- وضع المضرب على الأرض ثم مسك المضرب بالطريقة الصحيحة باليد اليسرى. تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث	جهاز كرة سرعة مضارب كرة سرعة
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الامامي ثم مسك الكرة. تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث	
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بخلف المضرب ثم مسك الكرة. تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب ومرة بخلف المضرب بأقصى سرعة باليد اليسرى تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب ومرة بخلف المضرب بأقصى سرعة باليد اليسرى تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث	
الختام	٥ق	تمريبات استرخاء - أخذ التحية - الانصراف.	-	-	-	بدون

الوحدة التعليمية الرابعة

الأسبوع: الرابع

الزمن: (٢٠ق)

الهدف: تعليم اللعب السولو باليد اليسرى.

إرشادات هامة:

- يقوم المعلم بالشرح اللفظي وأداء نموذج لكل واجب حركي.

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوي	التكرار	المجموعة	الراحة	الادوات المستخدمة
اعمال إدارية	١٠ق	تغيير الملابس - تجهيز الأدوات - اخذ الغياب				دفتر الغياب - قلم
الجزء الرئيسي	١٠ق	إحماء محطات: - الجري الزجراجى لمسافة (١٥م) بين الأقماع. - الوثب داخل الأطواق. - الحجل على قدم لمسافة (١٠م) والرجوع على الاخرى. - مجموعة من تدريبات الإطالة والمرونة.	٤	٣	٣٠ث	أقماع وأطواق
الجزء الرئيسي	٩٥ق	- وضع المضرب على الأرض ثم مسك المضرب بالطريقة الصحيحة باليد اليسرى. تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث	جهاز كرة سرعة مضارب كرة سرعة
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الامامي ثم مسك الكرة. تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث	
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بخلف المضرب ثم مسك الكرة. تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب ومرة بخلف المضرب بأقصى سرعة باليد اليسرى تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب ومرة بخلف المضرب بأقصى سرعة باليد اليسرى تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث	
الختام	٥ق	تمريبات استرخاء - أخذ التحية - الانصراف.	-	-	-	بدون

الوحدة التعليمية الخامسة

الأسبوع: الخامس

الزمن: (٢٠ق)

الهدف: تعليم اللعب السولو الأمامي (الداخلي)

إرشادات هامة:

- يقوم المعلم بالشرح اللفظي وأداء نموذج لكل واجب حركي.

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوي	التكرار	المجموعة	الراحة	الأدوات المستخدمة
اعمال إدارية	١٠ق	تغيير الملابس - تجهيز الأدوات - اخذ الغياب				دفتر الغياب - قلم
الجزء الرئيسي	١٠ق	إحماء محطات: - الجري الزجاجي لمسافة (١٥م) بين الأقماع. - الوثب داخل الأطواق. - الحجل على قدم لمسافة (١٠م) والرجوع على الاخرى. - مجموعة من تدريبات الإطالة والمرونة.	٤	٣	٣٠ث	أقماع وأطواق
الجزء الرئيسي	٩٥ق	- وضع المضربين على الأرض ثم مسك المضربين بالطريقة الصحيحة باليد اليمني واليد اليسرى.	٥	٣	٦٠ث	جهاز كرة سرعة مضارب كرة سرعة
		تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث	
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الداخلي الامامي باليد اليمني ثم مسك الكرة.	٥	٣	٦٠ث	
		تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث	
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الداخلي الامامي باليد اليسرى ثم مسك الكرة.	٥	٣	٦٠ث	
تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث			
تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث			
الختام	٥ق	تمريبات استرخاء - أخذ التحية - الانصراف.	-	-	-	بدون

الوحدة التعليمية السادسة

الأسبوع: السادس

الزمن: (٢٠ق)

الهدف: تعليم اللعب السولو الأمامي (الداخلي)

إرشادات هامة:

- يقوم المعلم بالشرح اللفظي وأداء نموذج لكل واجب حركي.

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوي	التكرار	المجموعة	الراحة	الأدوات المستخدمة
اعمال إدارية	١٠ق	تغيير الملابس - تجهيز الأدوات - اخذ الغياب				دفتر الغياب - قلم
الجزء الرئيسي	١٠ق	إحماء محطات: - الجري الزجاجي لمسافة (١٥م) بين الأقماع. - الوثب داخل الأطواق. - الحجل على قدم لمسافة (١٠م) والرجوع على الاخرى. - مجموعة من تدريبات الإطالة والمرونة.	٤	٣	٣٠ث	أقماع وأطواق
الجزء الرئيسي	٩٥ق	- وضع المضربين على الأرض ثم مسك المضربين بالطريقة الصحيحة باليد اليمني واليد اليسرى.	٥	٣	٦٠ث	جهاز كرة سرعة مضارب كرة سرعة
		تنافس مع الذات				
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الداخلي الامامي باليد اليمني ثم مسك الكرة.	٥	٣	٦٠ث	
		تنافس مع الذات				
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الداخلي الامامي باليد اليسرى ثم مسك الكرة.	٥	٣	٦٠ث	
تنافس مع الذات						
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب الداخلي باليد اليمني ومرة بوجه المضرب باليد اليسرى بأقصى سرعة باليدين معاً	٥	٣	٦٠ث	
		تنافس مع الذات				
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب الداخلي باليد اليمني ومرة بوجه المضرب باليد اليسرى بأقصى سرعة باليدين معاً	٥	٣	٦٠ث	
		تنافس مع الذات				
الختام	٥ق	تمرينات استرخاء - أخذ التحية - الانصراف.	-	-	-	بدون

الوحدة التعليمية السابعة

الأسبوع: السابع

الزمن: (٢٠ق)

الهدف: تعليم اللعب السولو الأمامي (الخارجي)

إرشادات هامة:

- يقوم المعلم بالشرح اللفظي وأداء نموذج لكل واجب حركي.

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوي	التكرار	المجموعة	الراحة	الأدوات المستخدمة
اعمال إدارية	١٠ق	تغيير الملابس - تجهيز الأدوات - اخذ الغياب				دفتر الغياب - قلم
الجزء الرئيسي	١٠ق	إحماء محطات: - الجري الزجاجي لمسافة (١٥م) بين الأقماع. - الوثب داخل الأطواق. - الحجل على قدم لمسافة (١٠م) والرجوع على الأخرى. - مجموعة من تدريبات الإطالة والمرونة.	٤	٣	٣٠ث	أقماع وأطواق
الجزء الرئيسي	٩٥ق	- وضع المضربين على الأرض ثم مسك المضربين بالطريقة الصحيحة باليد اليمنى واليد اليسرى	٥	٣	٦٠ث	جهاز كرة سرعة مضارب كرة سرعة
		تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث	
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الخارجي باليد اليمنى ثم مسك الكرة.	٥	٣	٦٠ث	
		تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث	
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الخارجي باليد اليسرى ثم مسك الكرة.	٥	٣	٦٠ث	
تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث			
تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث			
الختام	٥ق	تمريبات استرخاء - أخذ التحية - الانصراف.	-	-	-	بدون

الوحدة التعليمية الثامنة

الأسبوع: الثامن

الزمن: (٢٠ق)

الهدف: تعليم اللعب السولو الأمامي (الخارجي)

إرشادات هامة:

- يقوم المعلم بالشرح اللفظي وأداء نموذج لكل واجب حركي.

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوي	التكرار	المجموعة	الراحة	الأدوات المستخدمة
اعمال إدارية	١٠ق	تغيير الملابس - تجهيز الأدوات - اخذ الغياب				دفتر الغياب - قلم
الجزء الرئيسي	١٠ق	إحماء محطات: - الجري الزجراجي لمسافة (١٥م) بين الأقماع. - الوثب داخل الأطواق. - الحجل على قدم لمسافة (١٠م) والرجوع على الأخرى. - مجموعة من تدريبات الإطالة والمرونة.	٤	٣	٣٠ث	أقماع وأطواق
الجزء الرئيسي	٩٥ق	- وضع المضربين على الأرض ثم مسك المضربين بالطريقة الصحيحة باليد اليمنى واليد اليسرى	٥	٣	٦٠ث	جهاز كرة سرعة مضارب كرة سرعة
		تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث	
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الخارجي باليد اليمنى ثم مسك الكرة.	٥	٣	٦٠ث	
		تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث	
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الخارجي باليد اليسرى ثم مسك الكرة.	٥	٣	٦٠ث	
تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث			
تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث			
الختام	٥ق	تمارين استرخاء - أخذ التحية - الانصراف.	-	-	-	بدون

الوحدات التعليمية لأسلوب التنافس المقارن

الوحدة التعليمية الأولى

الأسبوع: الأول

الزمن: (٢٠ق)

الهدف: تعليم اللعب السولو باليد اليمنى.

إرشادات هامة:

- يقوم المعلم بالشرح اللفظي وأداء نموذج لكل واجب حركي.

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوي	التكرار	المجموعة	الراحة	الأدوات المستخدمة
أعمال إدارية	١٠ق	تغيير الملابس - تجهيز الأدوات - اخذ الغياب				دفتر الغياب - قلم
الجزء الرئيسي	١٠ق	إحماء محطات: - الجري الزجراجى لمسافة (١٥م) بين الأقماع. - الوثب داخل الأطواق. - الحجل على قدم لمسافة (١٠م) والرجوع على الأخرى. - مجموعة من تدريبات الإطالة والمرونة.	٤	٣	٣٠ث	أقماع وأطواق
الجزء الرئيسي	٩٥ق	- وضع المضرب على الأرض ثم مسك المضرب بالطريقة الصحيحة باليد اليمنى. تنافس مع الزميل	٥	٣	٦٠ث	جهاز كرة سرعة مضارب كرة سرعة
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الامامي ثم مسك الكرة. تنافس مع الزميل	٥	٣	٦٠ث	
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بخلف المضرب ثم مسك الكرة. تنافس مع الزميل	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب ومرة بخلف المضرب بأقصى سرعة. تنافس مع الزميل	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب ومرة بخلف المضرب بأقصى سرعة. تنافس مع الزميل	٥	٣	٦٠ث	
الختام	٥ق	تمريبات استرخاء - أخذ التحية - الانصراف.	-	-	-	بدون

الوحدة التعليمية الثانية

الأسبوع: الثاني

الزمن: (٢٠ق)

الهدف: تعليم اللعب السولو باليد اليمنى.

إرشادات هامة:

- يقوم المعلم بالشرح اللفظي وأداء نموذج لكل واجب حركي.

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوي	التكرار	المجموعة	الراحة	الادوات المستخدمة
أعمال إدارية	١٠ق	تغيير الملابس - تجهيز الأدوات - اخذ الغياب				دفتر الغياب - قلم
الجزء الرئيسي	١٠ق	إحماء محطات: - الجري الزجراجى لمسافة (١٥م) بين الأقماع. - الوثب داخل الأطواق. - الحجل على قدم لمسافة (١٠م) والرجوع على الأخرى. - مجموعة من تدريبات الإطالة والمرونة.	٤	٣	٣٠ث	أقماع وأطواق
الجزء الرئيسي	٩٥ق	- وضع المضرب على الأرض ثم مسك المضرب بالطريقة الصحيحة باليد اليمنى. تنافس مع الزميل	٥	٣	٦٠ث	جهاز كرة سرعة مضارب كرة سرعة
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الامامي ثم مسك الكرة. تنافس مع الزميل	٥	٣	٦٠ث	
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بخلف المضرب ثم مسك الكرة. تنافس مع الزميل	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب ومرة بخلف المضرب بأقصى سرعة. تنافس مع الزميل	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب ومرة بخلف المضرب بأقصى سرعة. تنافس مع الزميل	٥	٣	٦٠ث	
الختام	٥ق	تمريبات استرخاء - أخذ التحية - الانصراف.	-	-	-	بدون

الوحدة التعليمية الثالثة

الأسبوع: الثالث

الزمن: (٢٠ق)

الهدف: تعليم اللعب السولو باليد اليسرى.

إرشادات هامة:

- يقوم المعلم بالشرح اللفظي وأداء نموذج لكل واجب حركي.

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوي	التكرار	المجموعة	الراحة	الادوات المستخدمة
أعمال إدارية	١٠ق	تغيير الملابس - تجهيز الأدوات - اخذ الغياب				دفتر الغياب - قلم
الجزء الرئيسي	١٠ق	إحماء محطات: - الجري الزجراجي لمسافة (١٥م) بين الأقماع. - الوثب داخل الأطواق. - الحجل على قدم لمسافة (١٠م) والرجوع على الأخرى. - مجموعة من تدريبات الإطالة والمرونة.	٤	٣	٣٠ث	أقماع وأطواق
الجزء الرئيسي	٩٥ق	- وضع المضرب على الأرض ثم مسك المضرب بالطريقة الصحيحة باليد اليسرى. تنافس مع الزميل	٥	٣	٦٠ث	جهاز كرة سرعة مضارب كرة سرعة
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الأمامي ثم مسك الكرة. تنافس مع الزميل	٥	٣	٦٠ث	
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بخلف المضرب ثم مسك الكرة. تنافس مع الذات	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب ومرة بخلف المضرب بأقصى سرعة باليد اليسرى تنافس مع الزميل	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب ومرة بخلف المضرب بأقصى سرعة باليد اليسرى تنافس مع الزميل	٥	٣	٦٠ث	
الختام	٥ق	تمريبات استرخاء - أخذ التحية - الانصراف.	-	-	-	بدون

الوحدة التعليمية الرابعة

الأسبوع: الرابع

الزمن: (٢٠ق)

الهدف: تعليم اللعب السولو باليد اليسرى.

إرشادات هامة:

- يقوم المعلم بالشرح اللفظي وأداء نموذج لكل واجب حركي.

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوي	التكرار	المجموعة	الراحة	الادوات المستخدمة
أعمال إدارية	١٠ق	تغيير الملابس - تجهيز الأدوات - اخذ الغياب				دفتر الغياب - قلم
الجزء الرئيسي	١٠ق	إحماء محطات: - الجري الزجراجي لمسافة (١٥م) بين الأقماع. - الوثب داخل الأطواق. - الحجل على قدم لمسافة (١٠م) والرجوع على الأخرى. - مجموعة من تدريبات الإطالة والمرونة.	٤	٣	٣٠ث	أقماع وأطواق
الجزء الرئيسي	٩٥ق	- وضع المضرب على الأرض ثم مسك المضرب بالطريقة الصحيحة باليد اليسرى. تنافس مع الزميل	٥	٣	٦٠ث	جهاز كرة سرعة مضارب كرة سرعة
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الامامي ثم مسك الكرة. تنافس مع الزميل	٥	٣	٦٠ث	
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بخلف المضرب ثم مسك الكرة. تنافس مع الزميل	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب ومرة بخلف المضرب بأقصى سرعة باليد اليسرى تنافس مع الزميل	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب ومرة بخلف المضرب بأقصى سرعة باليد اليسرى تنافس مع الزميل	٥	٣	٦٠ث	
الختام	٥ق	تمريبات استرخاء - أخذ التحية - الانصراف.	-	-	-	بدون

الوحدة التعليمية الخامسة

الأسبوع: الخامس

الزمن: (٢٠ق)

الهدف: تعليم اللعب السولو الأمامي (الداخلي)

إرشادات هامة:

- يقوم المعلم بالشرح اللفظي وأداء نموذج لكل واجب حركي.

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوي	التكرار	المجموعة	الراحة	الأدوات المستخدمة
اعمال إدارية	١٠ق	تغيير الملابس - تجهيز الأدوات - اخذ الغياب				دفتر الغياب - قلم
الجزء الرئيسي	١٠ق	إحماء محطات: - الجري الزجاجي لمسافة (١٥م) بين الأقماع. - الوثب داخل الأطواق. - الحجل على قدم لمسافة (١٠م) والرجوع على الأخرى. - مجموعة من تدريبات الإطالة والمرونة.	٤	٣	٣٠ث	أقماع وأطواق
الجزء الرئيسي	٩٥ق	- وضع المضربين على الأرض ثم مسك المضربين بالطريقة الصحيحة باليد اليمنى واليد اليسرى.	٥	٣	٦٠ث	جهاز كرة سرعة مضارب كرة سرعة
		تنافس مع الزميل				
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الداخلي الامامي باليد اليمنى ثم مسك الكرة.	٥	٣	٦٠ث	
		تنافس مع الزميل				
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الداخلي الامامي باليد اليسرى ثم مسك الكرة.	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب الداخلي باليد اليمنى ومرة بوجه المضرب باليد اليسرى بأقصى سرعة باليدين معاً	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب الداخلي باليد اليمنى ومرة بوجه المضرب باليد اليسرى بأقصى سرعة باليدين معاً	٥	٣	٦٠ث	
الختام	٥ق	تمرينات استرخاء - أخذ التحية - الانصراف.	-	-	-	بدون

الوحدة التعليمية السادسة

الأسبوع: السادس

الزمن: (٢٠ق)

الهدف: تعليم اللعب السولو الأمامي (الداخلي)

إرشادات هامة:

- يقوم المعلم بالشرح اللفظي وأداء نموذج لكل واجب حركي.

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوي	التكرار	المجموعة	الراحة	الأدوات المستخدمة
اعمال إدارية	١٠ق	تغيير الملابس - تجهيز الأدوات - اخذ الغياب				دفتر الغياب - قلم
الجزء الرئيسي	١٠ق	إحماء محطات: - الجري الزجاجي لمسافة (١٥م) بين الأقماع. - الوثب داخل الأطواق. - الحجل على قدم لمسافة (١٠م) والرجوع على الأخرى. - مجموعة من تدريبات الإطالة والمرونة.	٤	٣	٣٠ث	أقماع وأطواق
الجزء الرئيسي	٩٥ق	- وضع المضربين على الأرض ثم مسك المضربين بالطريقة الصحيحة باليد اليمنى واليد اليسرى.	٥	٣	٦٠ث	جهاز كرة سرعة مضارب كرة سرعة
		تنافس مع الزميل				
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الداخلي الامامي باليد اليمنى ثم مسك الكرة.	٥	٣	٦٠ث	
		تنافس مع الزميل				
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الداخلي الامامي باليد اليسرى ثم مسك الكرة.	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب الداخلي باليد اليمنى ومرة بوجه المضرب باليد اليسرى بأقصى سرعة باليدين معاً	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب الداخلي باليد اليمنى ومرة بوجه المضرب باليد اليسرى بأقصى سرعة باليدين معاً	٥	٣	٦٠ث	
الختام	٥ق	تمريبات استرخاء - أخذ التحية - الانصراف.	-	-	-	بدون

الوحدة التعليمية السابعة

الأسبوع: السابع

الزمن: (٢٠ق)

الهدف: تعليم اللعب السولو الأمامي (الخارجي)

إرشادات هامة:

- يقوم المعلم بالشرح اللفظي وأداء نموذج لكل واجب حركي.

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوي	التكرار	المجموعة	الراحة	الادوات المستخدمة
اعمال إدارية	١٠ق	تغيير الملابس - تجهيز الأدوات - اخذ الغياب				دفتر الغياب - قلم
الجزء الرئيسي	١٠ق	إحماء محطات: - الجري الزجاجي لمسافة (١٥م) بين الأقماع. - الوثب داخل الأطواق. - الحجل على قدم لمسافة (١٠م) والرجوع على الأخرى. - مجموعة من تدريبات الإطالة والمرونة.	٤	٣	٣٠ث	أقماع وأطواق
الجزء الرئيسي	٩٥ق	- وضع المضربين على الأرض ثم مسك المضربين بالطريقة الصحيحة باليد اليمني واليد اليسرى	٥	٣	٦٠ث	جهاز كرة سرعة مضارب كرة سرعة
		تنافس مع الزميل				
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الخارجي باليد اليمني ثم مسك الكرة.	٥	٣	٦٠ث	
		تنافس مع الزميل				
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الخارجي باليد اليسرى ثم مسك الكرة.	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب الخارجي باليد اليمني ومرة بوجه المضرب باليد اليسرى بأقصى سرعة باليدين معاً	٥	٣	٦٠ث	
		تنافس مع الزميل				
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب الخارجي باليد اليمني ومرة بوجه المضرب باليد اليسرى بأقصى سرعة باليدين معاً	٥	٣	٦٠ث	
		تنافس مع الزميل				
الختام	٥ق	تمريبات استرخاء - أخذ التحية - الانصراف.	-	-	-	بدون

الوحدة التعليمية الثامنة

الأسبوع: الثامن

الزمن: (٢٠ق)

الهدف: تعليم اللعب السولو الأمامي (الخارجي)

إرشادات هامة:

- يقوم المعلم بالشرح اللفظي وأداء نموذج لكل واجب حركي.

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوي	التكرار	المجموعة	الراحة	الادوات المستخدمة
اعمال إدارية	١٠ق	تغيير الملابس - تجهيز الأدوات - اخذ الغياب				دفتر الغياب - قلم
الجزء الرئيسي	١٠ق	إحماء محطات: - الجري الزجاجي لمسافة (١٥م) بين الأقماع. - الوثب داخل الأطواق. - الحجل على قدم لمسافة (١٠م) والرجوع على الأخرى. - مجموعة من تدريبات الإطالة والمرونة.	٤	٣	٣٠ث	أقماع وأطواق
الجزء الرئيسي	٩٥ق	- وضع المضربين على الأرض ثم مسك المضربين بالطريقة الصحيحة باليد اليمنى واليد اليسرى	٥	٣	٦٠ث	جهاز كرة سرعة مضارب كرة سرعة
		تنافس مع الزميل	٥	٣	٦٠ث	
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الخارجي باليد اليمنى ثم مسك الكرة.	٥	٣	٦٠ث	
		تنافس مع الزميل	٥	٣	٦٠ث	
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الخارجي باليد اليسرى ثم مسك الكرة.	٥	٣	٦٠ث	
تنافس مع الزميل	٥	٣	٦٠ث			
الختام	٥ق	تمرنات استرخاء - أخذ التحية - الانصراف.	-	-	-	بدون

الوحدات التعليمية لأسلوب التنافس الجماعي

الوحدة التعليمية الأولى

الأسبوع: الأول

الزمن: (٢٠ق)

الهدف: تعليم اللعب السولو باليد اليمنى.

إرشادات هامة:

- يقوم المعلم بالشرح اللفظي وأداء نموذج لكل واجب حركي.

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوي	التكرار	المجموعة	الراحة	الادوات المستخدمة
اعمال إدارية	١٠ق	تغيير الملابس - تجهيز الأدوات - اخذ الغياب				دفتر الغياب - قلم
الجزء الرئيسي	١٠ق	إحماء محطات: - الجري الزجراجى لمسافة (١٥م) بين الأقماع. - الوثب داخل الأطواق. - الحجل على قدم لمسافة (١٠م) والرجوع على الأخرى. - مجموعة من تدريبات الإطالة والمرونة.	٤	٣	٣٠ث	أقماع وأطواق
الجزء الرئيسي	٩٥ق	- وضع المضرب على الأرض ثم مسك المضرب بالطريقة الصحيحة باليد اليمنى. تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث	جهاز كرة سرعة مضارب كرة سرعة
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الامامي ثم مسك الكرة. تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث	
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بخلف المضرب ثم مسك الكرة. تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب ومرة بخلف المضرب بأقصى سرعة. تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب ومرة بخلف المضرب بأقصى سرعة. تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث	
الختام	٥ق	تمريبات استرخاء - أخذ التحية - الانصراف.	-	-	-	بدون

الوحدة التعليمية الثانية

الأسبوع: الثاني

الزمن: (٢٠ق)

الهدف: تعليم اللعب السولو باليد اليمنى.

إرشادات هامة:

- يقوم المعلم بالشرح اللفظي وأداء نموذج لكل واجب حركي.

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوي	التكرار	المجموعة	الراحة	الادوات المستخدمة
اعمال إدارية	١٠ق	تغيير الملابس - تجهيز الأدوات - اخذ الغياب				دفتر الغياب - قلم
الجزء الرئيسي	١٠ق	إحماء محطات: - الجري الزجراجى لمسافة (١٥م) بين الأقماع. - الوثب داخل الأطواق. - الحجل على قدم لمسافة (١٠م) والرجوع على الأخرى. - مجموعة من تدريبات الإطالة والمرونة.	٤	٣	٣٠ث	أقماع وأطواق
الجزء الرئيسي	٩٥ق	- وضع المضرب على الأرض ثم مسك المضرب بالطريقة الصحيحة باليد اليمنى. تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث	جهاز كرة سرعة مضارب كرة سرعة
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الامامي ثم مسك الكرة. تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث	
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بخلف المضرب ثم مسك الكرة. تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب ومرة بخلف المضرب بأقصى سرعة. تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب ومرة بخلف المضرب بأقصى سرعة. تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث	
الختام	٥ق	تمريبات استرخاء - أخذ التحية - الانصراف.	-	-	-	بدون

الوحدة التعليمية الثالثة

الأسبوع: الثالث

الزمن: (٢٠ق)

الهدف: تعليم اللعب السولو باليد اليسرى.

إرشادات هامة:

- يقوم المعلم بالشرح اللفظي وأداء نموذج لكل واجب حركي.

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوي	التكرار	المجموعة	الراحة	الادوات المستخدمة
أعمال إدارية	١٠ق	تغيير الملابس - تجهيز الأدوات - اخذ الغياب				دفتر الغياب - قلم
الجزء الرئيسي	١٠ق	إحماء محطات: - الجري الزجراجي لمسافة (١٥م) بين الأقماع. - الوثب داخل الأطواق. - الحجل على قدم لمسافة (١٠م) والرجوع على الأخرى. - مجموعة من تدريبات الإطالة والمرونة.	٤	٣	٣٠ث	أقماع وأطواق
الجزء الرئيسي	٩٥ق	- وضع المضرب على الأرض ثم مسك المضرب بالطريقة الصحيحة باليد اليسرى. تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث	جهاز كرة سرعة مضارب كرة سرعة
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الامامي ثم مسك الكرة. تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث	
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بخلف المضرب ثم مسك الكرة. تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب ومرة بخلف المضرب بأقصى سرعة باليد اليسرى تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب ومرة بخلف المضرب بأقصى سرعة باليد اليسرى تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث	
الختام	٥ق	تمريبات استرخاء - أخذ التحية - الانصراف.	-	-	-	بدون

الوحدة التعليمية الرابعة

الأسبوع: الرابع

الزمن: (٢٠ق)

الهدف: تعليم اللعب السولو باليد اليسرى.

إرشادات هامة:

- يقوم المعلم بالشرح اللفظي وأداء نموذج لكل واجب حركي.

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوي	التكرار	المجموعة	الراحة	الادوات المستخدمة
أعمال إدارية	١٠ق	تغيير الملابس - تجهيز الأدوات - اخذ الغياب				دفتر الغياب - قلم
الجزء الرئيسي	١٠ق	إحماء محطات: - الجري الزجراجي لمسافة (١٥م) بين الأقماع. - الوثب داخل الأطواق. - الحجل على قدم لمسافة (١٠م) والرجوع على الأخرى. - مجموعة من تدريبات الإطالة والمرونة.	٤	٣	٣٠ث	أقماع وأطواق
الجزء الرئيسي	٩٥ق	- وضع المضرب على الأرض ثم مسك المضرب بالطريقة الصحيحة باليد اليسرى. تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث	جهاز كرة سرعة مضارب كرة سرعة
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الامامي ثم مسك الكرة. تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث	
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بخلف المضرب ثم مسك الكرة. تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب ومرة بخلف المضرب بأقصى سرعة باليد اليسرى تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب ومرة بخلف المضرب بأقصى سرعة باليد اليسرى تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث	
الختام	٥ق	تمريبات استرخاء - أخذ التحية - الانصراف.	-	-	-	بدون

الوحدة التعليمية الخامسة

الأسبوع: الخامس

الزمن: (٢٠ق)

الهدف: تعليم اللعب السولو الأمامي (الداخلي)

إرشادات هامة:

- يقوم المعلم بالشرح اللفظي وأداء نموذج لكل واجب حركي.

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوي	التكرار	المجموعة	الراحة	الادوات المستخدمة
اعمال إدارية	١٠ق	تغيير الملابس - تجهيز الأدوات - اخذ الغياب				دفتر الغياب - قلم
الجزء الرئيسي	١٠ق	إحماء محطات: - الجري الزجاجي لمسافة (١٥م) بين الأقماع. - الوثب داخل الأطواق. - الحجل على قدم لمسافة (١٠م) والرجوع على الاخرى. - مجموعة من تدريبات الإطالة والمرونة.	٤	٣	٣٠ث	أقماع وأطواق
الجزء الرئيسي	٩٥ق	- وضع المضربين على الأرض ثم مسك المضربين بالطريقة الصحيحة باليد اليمني واليد اليسرى.	٥	٣	٦٠ث	جهاز كرة سرعة مضارب كرة سرعة
		تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث	
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الداخلي الامامي باليد اليمني ثم مسك الكرة.	٥	٣	٦٠ث	
		تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث	
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الداخلي الامامي باليد اليسرى ثم مسك الكرة.	٥	٣	٦٠ث	
تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث			
الختام	٥ق	تمرينات استرخاء - أخذ التحية - الانصراف.	-	-	-	بدون

الوحدة التعليمية السادسة

الأسبوع: السادس

الزمن: (٢٠ق)

الهدف: تعليم اللعب السولو الأمامي (الداخلي)

إرشادات هامة:

- يقوم المعلم بالشرح اللفظي وأداء نموذج لكل واجب حركي.

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوي	التكرار	المجموعة	الراحة	الأدوات المستخدمة
اعمال إدارية	١٠ق	تغيير الملابس - تجهيز الأدوات - اخذ الغياب				دفتر الغياب - قلم
الجزء الرئيسي	١٠ق	إحماء محطات: - الجري الزجاجي لمسافة (١٥م) بين الأقماع. - الوثب داخل الأطواق. - الحجل على قدم لمسافة (١٠م) والرجوع على الاخرى. - مجموعة من تدريبات الإطالة والمرونة.	٤	٣	٣٠ث	أقماع وأطواق
الجزء الرئيسي	٩٥ق	- وضع المضربين على الأرض ثم مسك المضربين بالطريقة الصحيحة باليد اليمني واليد اليسرى.	٥	٣	٦٠ث	جهاز كرة سرعة مضارب كرة سرعة
		تنافس مع المجموعة				
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الداخلي الامامي باليد اليمني ثم مسك الكرة.	٥	٣	٦٠ث	
		تنافس مع المجموعة				
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الداخلي الامامي باليد اليسرى ثم مسك الكرة.	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب الداخلي باليد اليمني ومرة بوجه المضرب باليد اليسرى بأقصى سرعة باليدين معاً	٥	٣	٦٠ث	
		- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب الداخلي باليد اليمني ومرة بوجه المضرب باليد اليسرى بأقصى سرعة باليدين معاً	٥	٣	٦٠ث	
		تنافس مع المجموعة				
الختام	٥ق	تمرينات استرخاء - أخذ التحية - الانصراف.	-	-	-	بدون

الوحدة التعليمية السابعة

الأسبوع: السابع

الزمن: (٢٠ق)

الهدف: تعليم اللعب السولو الأمامي (الخارجي)

إرشادات هامة:

- يقوم المعلم بالشرح اللفظي وأداء نموذج لكل واجب حركي.

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوي	التكرار	المجموعة	الراحة	الادوات المستخدمة
اعمال إدارية	١٠ق	تغيير الملابس - تجهيز الأدوات - اخذ الغياب				دفتر الغياب - قلم
الجزء الرئيسي	١٠ق	إحماء محطات: - الجري الزجاجي لمسافة (١٥م) بين الأقماع. - الوثب داخل الأطواق. - الحجل على قدم لمسافة (١٠م) والرجوع على الاخرى. - مجموعة من تدريبات الإطالة والمرونة.	٤	٣	٣٠ث	أقماع وأطواق
الجزء الرئيسي	٩٥ق	- وضع المضربين على الأرض ثم مسك المضربين بالطريقة الصحيحة باليد اليمني واليد اليسرى	٥	٣	٦٠ث	جهاز كرة سرعة مضارب كرة سرعة
		تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث	
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الخارجي باليد اليمني ثم مسك الكرة.	٥	٣	٦٠ث	
		تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث	
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الخارجي باليد اليسرى ثم مسك الكرة.	٥	٣	٦٠ث	
- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب الخارجي باليد اليمني ومرة بوجه المضرب باليد اليسرى بأقصى سرعة باليدين معاً	٥	٣	٦٠ث	٣	٦٠ث	
- قم بضرب الكرة مرة بوجه المضرب الخارجي باليد اليمني ومرة بوجه المضرب باليد اليسرى بأقصى سرعة باليدين معاً	٥	٣	٦٠ث	٣	٦٠ث	
الختام	٥ق	تمريبات استرخاء - أخذ التحية - الانصراف.	-	-	-	بدون

الوحدة التعليمية الثامنة

الأسبوع: الثامن

الزمن: (٢٠ق)

الهدف: تعليم اللعب السولو الأمامي (الخارجي)

إرشادات هامة:

- يقوم المعلم بالشرح اللفظي وأداء نموذج لكل واجب حركي.

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوي	التكرار	المجموعة	الراحة	الادوات المستخدمة
اعمال إدارية	١٠ق	تغيير الملابس - تجهيز الأدوات - اخذ الغياب				دفتر الغياب - قلم
الجزء الرئيسي	١٠ق	إحماء محطات: - الجري الزجاجي لمسافة (١٥م) بين الأقماع. - الوثب داخل الأطواق. - الحجل على قدم لمسافة (١٠م) والرجوع على الاخرى. - مجموعة من تدريبات الإطالة والمرونة.	٤	٣	٣٠ث	أقماع وأطواق
الجزء الرئيسي	٩٥ق	- وضع المضربين على الأرض ثم مسك المضربين بالطريقة الصحيحة باليد اليمني واليد اليسرى	٥	٣	٦٠ث	جهاز كرة سرعة مضارب كرة سرعة
		تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث	
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الخارجي باليد اليمني ثم مسك الكرة.	٥	٣	٦٠ث	
		تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث	
		- من وقفة الاستعداد قم بمسك الكرة ثم بضرب الكرة بوجه المضرب الخارجي باليد اليسرى ثم مسك الكرة.	٥	٣	٦٠ث	
تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث			
تنافس مع المجموعة	٥	٣	٦٠ث			
الختام	٥ق	تمريبات استرخاء - أخذ التحية - الانصراف.	-	-	-	بدون

الملخص العربي

”تأثير استخدام أساليب التعلم التنافسي (الذاتي – المقارن – الجماعي) على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة بنها“

أ.م.د/ مصطفى طه محمود طه

أستاذ مساعد بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات

الجماعية ورياضات المضرب

بكلية التربية الرياضية

جامعة بنها

استهدف البحث الحالي التعرف على تأثير استخدام أساليب التعلم التنافسي (الذاتي – المقارن – الجماعي) على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة السرعة لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة بنها.

ولتحقيق هدف البحث استخدم الباحث المنهج التجريبي من خلال التصميم التجريبي الذي يعتمد على القياسين القبلي والبعدي لأربعة مجموعات ثلاثة تجريبية والأخرى ضابطة، وتألفت عينة البحث من طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية جامعة بنها، والبالغ عددهم (٩٥٦) طالب، وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وعددهم (١٠٠) طالب تم تقسيمهم الى أربعة مجموعات بالتساوي قوام كل منها (٢٥) طالب، ولقياس الأداء القبلي والبعدي لمجموعتي البحث استخدم الباحث الاختبارات البدنية والاختبارات المهارية الخاصة بمهارات كرة السرعة، وقد قام الباحث باستخدام أساليب التعلم التنافسي (الذاتي – المقارن – الجماعي) على افراد عينة البحث من الطلاب، وبعد الانتهاء من جمع البيانات أخضعها الباحث للمعاملات الإحصائية للحصول للنتائج وتوصل الباحث إلى أن أسلوب التنافس الجماعي أكثر فاعلية من أساليب (التنافس الذاتي – التنافس المقارن – التعلم بالأوامر) في تعلم بعض المهارات الأساسية ((اللعب السولو باليد اليمنى – اللعب السولو باليد اليسرى – اللعب السولو الامامي (الداخلي) – اللعب السولو الخفي (الخارجي)) في كرة السرعة.

English summary

"The effect of using competitive learning methods (self-comparative-group) on the performance level of some basic skills in speedball for students of the Faculty of Physical Education, Benha University"

Dr. Mostafa Taha Mahmoud Taha

assistant professor, Department of Theories and Applications of Team Sports and Racquet Sports, Faculty of Physical Education, Benha University

The current research aimed to identify the effect of using competitive learning methods (self-comparative-group) on the level of performance of some basic skills in speedball for students of the Faculty of Physical Education, Benha University.

To achieve the research objective, the researcher used the experimental method through the experimental design that depends on the pre- and post-measurements of four groups, three experimental and the other control. The research sample consisted of second-year students at the Faculty of Physical Education, Benha University, numbering (٩٥٦) students. The research sample was chosen intentionally and numbered (١٠٠) students who were divided into four equal groups, each consisting of (٢٥) students. To measure the pre- and post-performance of the two research groups, the researcher used physical tests and skill tests for speedball skills. The researcher used competitive learning methods (self-comparative-group) on the research sample of students. After completing the data collection, the researcher subjected it to statistical transactions to obtain the results. The researcher concluded that the group competition method is more effective than the methods (self-competition-comparative competition-learning by commands) in learning some basic skills ((right-hand solo play-left-hand solo play-front solo play-back solo play-out)) in speedball.