جامعة محمد بوضياف – المسيلة

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

الرقم التسلسلي:

رقم التسجيل: **D.EPS/17/2014**

أطروحة

مقدمة لنيل شهادة

دكتوراه علوم

في: علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تخصص : نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية

العنوان

تأثير استخدام بعض أساليب تدريس التربية البدنية والرياضية على درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز

من إعداد الطـــالب :

جمال كسيلي

تاريخ المناقشة: 2019/07/25

أمام لجنة المناقشة المكونة من السادة:

الاسم واللقب	الرتبة العلمية	المؤسسة	الصفة
د. زواق محمد	أستاذ محاضر – أ–	جامعة مسيلة	رئيسا
أ.د اوشن بوزيد	أستاذ تعليم عالي	جامعة مسيلة	مشرفاومقررًا
د. عروسي عبد الرزاق	أستاذ محاضر – أ–	جامعة مسيلة	ممتحنا
د. بشيري بن عطية	أستاذ محاضر – أ	جامعة مسيلة	ممتحنا
د. سعيدي مصطفى	أستاذ محاضر – أ	جامعة الجلفة	ممتحنا
د. ابراهيمي قدور	أستاذ محاضر – أ	جامعة ورقلة	ممتحنا
د. ساسي عبد العزيز	أستاذ محاضر – أ	جامعة البويرة	ممتحنا


بسم الله الرحمن الرحيم

الاهداء

إلى

أمي وأبي بارك الله في عمرهما والى زوجتي الغالية

وإلى كل عائلة كسيلي والى الأقرب فالأقرب

كلمة شكر

نَشْكُرُكَ رَبِّ فَنَقُول اللَّهُمَّ لَكَ الحَمْدُ كَمَا يَنْبَغِي لِجَلالِ وَجْهِك وَعَظِيمِ سُلْطَانِك.

كما نتقدم بأَحَرّ كلمات الشكر والتقدير الى الاستاذ المشرف الدكتور أوشن بوزيد.

كما نشكر كل من ساهم في اخراج هذا العمل الى الوجود من قريب أو بعيد.

والشكر موصول الى كل متصفح لهذه المذكـــــــرة.

الباحث

كسيلي جمال

قائمة المحتويات

كلمة شكر	
قائمة المحتويات	
قائمة الجداول	
قائمة الاشكال	
قائمة الصور	
مقدمة	أ
الفصل الاول : الخلفية النظرية والدراسات السابقة	
1- الخلفية النظرية للدراسة	04
1 1 - الخلفية النظرية المتعلقة بأساليب التدريس	04
1-1-1- الخلفية النظرية المتعلقة بأساليب التدريس المرتبطة بالسنة النبوية	04
1-1-2- الأسس التي تبنى عليها نظرية موسكا موستن المتعلقة بأساليب التدريس	09
1-1-3- العناصر الأساسية في نظرية موسكا موستن	10
1-1-4- طبيعة أسلوب التدريس	11
1-1-5- أهمية أساليب التدريس الحديثة	11
1-1-6- العوامل التي تحدد اختيار نوع أسلوب التدريس	12
1-1-7- أنواع أساليب التدريس	13
1-1-8- تحليل أساليب التدريس	14
1-1-8-1- الأسلوب الامري	14
1-1-8-2- الأسلوب التبادلي	15
1-1-8-3- أسلوب الاكتشاف الموجه	17
1 2 - الخلفية النظرية المتعلقة بالرضا الحركي	21
1-2-1- نظريات وقوانين التعلم الحركي	21
1-2-2- تطور الحركة عبر العصور	24
1-2-3- التعلم الحركي	25
1-2- 4- الرضا الحركي مفهومه وأهميته	26
1-2-5- إجراءات تكوين الرضا الحركي	27
1-2-6- انواع الرضا الحركي	29
1-2-7– العوامل المؤثرة في الرضا	29
1-2- 8– علاقة الرضا بالروح المعنوية	29
1-2-9- عوامل ومحددات الرضا	30
1-3- الخلفية النظرية المتعلقة بسباق 110متر حواجز	32

1-3-1- موقف الإسلام من الرياضة	32
1-3-2- موقف الإسلام من رياضة السباق (العدو)	32
1-3-3- سباق 110 متر الحواجز	33
1-3-4- الخطوات الفنية لسباق 110متر حواجز	34
1-3-5- وصف المراحل	39
1-3-6- المسافات	39
1-3-7- الصنع	40
1-3-8- القياسات	40
2- الدراسات السابقة	41
2- 1- الدراسات التي تناولت أساليب التدريس	41
2-2- الدراسات التي تناولت الرضا الحركي	65
2 -3- التعليق على الدراسات السابقة	72
2-4- مميزات الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة	75
2-5- مكننا الاطلاع على الدراسات السابقة من	76
الفصل الثاني: الاطار العام للدراسة	
1- الكلمات الدالة في الدراسة	78
1-1- أساليب التدريس	78
1-1-1- الأساليب	78
1-1-2- التدريس	78
1-2- الأسلوب الأمري	79
1-3- الأسلوب التبادلي	80
1-4- أسلوب الاكتشاف الموجه	80
1-5- الرضا الحركي	80
1-6- الطلبة	81
1-7- سباق 110م حواجز	81
2- إشكالية الدراسة	82
1-2- التساؤل العام	85
2-2- التساؤلات الجزئية	85
3- أهداف الدراسة	86
4- أهمية الدراسة	86
5- فرضيات الدراسة	86
1-5- الفرضية العامة	86
2-5- الفرضيات الجزئية	86
الفصل الثالث: الاجراءات الميدانية للدراسة	
1- الدراسة الاستطلاعية	89

2- المنهج المتبع في الدراسة	91
3- مجتمع وعينة الدراسة	91
4- أدوات جمع البيانات والمعلومات	93
4- 1- مقياس الرضا الحركي	90
4- 2- البرنامج التعليمي المقترح	93
4- 3- الأدوات والوسائل المساعدة	93
5- إجراءات التطبيق الميداني للأداة	94
6- الاساليب الإحصائية	96
الفصل الرابع: عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها	
1- عرض النتائج	98
1-1- عرض نتائج الفرضية الاولى	98
1-2- عرض نتائج الفرضية الثانية	100
1-3- عرض نتائج الفرضية الثالثة	102
1-4- عرض نتائج الفرضية الرابعة	104
1-5- عرض نتائج الفرضية الخامسة	106
1-6- عرض نتائج الفرضية السادسة	108
1-7- عرض نتائج الفرضية السابعة	110
2- مناقشة النتائج	112
2-1- مناقشة نتائج الفرضية الاولى	112
2-2- مناقشة نتائج الفرضية الثانية	114
2-3- مناقشة نتائج الفرضية الثالثة	115
2-4- مناقشة نتائج الفرضية الرابعة	117
2-5- مناقشة نتائج الفرضية الخامسة	118
2-6- مناقشة نتائج الفرضية السادسة	120
2-7- مناقشة نتائج الفرضية السابعة	121
الفصل الخامس: استنتاجات واقتراحات	
1- استنتاجات	124
2- اقتراحات	125
3- الافاق المستقبلية للدراسة	125
4- المصادر والمراجع المعتمدة في الدراسة	126
5- الملاحق	
6- ملخص الدراسة	

قائمة الجداول

رقم الجدول	العنوان	الصفحة
(1)	يبين دور المعلم والطالب في اتخاذ القرارات الثلاثة في بنية أساليب التدريس في التربية البدنية.	13
(2)	يبين أهم مميزات الأسلوب الأمري.	15
(3)	يبين أهم مميزات الأسلوب التبادلي.	16
(4)	يوضح دور المدرس والطالب في اتخاذ القرارات الثلاثة في الاسلوب الامري والتبادلي.	19
(5)	يوضح قنوات النمو في الاسلوب الامري والتبادلي من منظور استقلالي.	20
(6)	يوضح عدد الخطوات وطولها بين الموانع لركض 110م رجال .	38
(7)	يبين المسافات القانونية في 100/110متر حواجز رجال وسيدات.	40
(8)	يبين الصدق المنطقي لمقياس الرضا الحركي.	90
(9)	يبين معامل الارتباط بيرسون بين التطبيق الأول والثاني لمقياس الرضا الحركي.	90
(10)	يبين معامل الثبات والصدق للمقياس .	91
(11)	يوضح أفراد عينة البحث.	92
(12)	يبين نتائج تحليل التباين الاحادي ANOVA لمعرفة الفروق في مستوى الرضا الحركي حسب اساليب التدريس الثلاثة في الاختبار القبلي.	94
(13)	الجدول رقم (13) يبين الفروق في المتوسطات بين القياس القبلي والقياس البعدي في درجة الرضا الحركي لدى مجموعة الاسلوب الامري .	98
(14)	يبين الفروق في المتوسطات بين القياس القبلي والقياس البعدي في درجة الرضا الحركي لدى مجموعة الاسلوب التبادلي .	100
(15)	يبين الفروق في المتوسطات بين القياس القبلي والقياس البعدي في درجة الرضا الحركي لدى مجموعة أسلوب الاكتشاف الموجه .	102
(16)	يبين الفروق بين المتوسطات في درجة الرضا الحركي بين مجموعة الاسلوب الامري والاسلوب التبادلي.	104
(17)	يبين الفروق بين المتوسطات في درجة الرضا الحركي بين مجموعة الاسلوب الامري واسلوب الاكتشاف الموجه.	106
(18)	يبين الفروق بين المتوسطات في درجة الرضا الحركي بين مجموعة الاسلوب التبادلي والاكتشاف الموجه.	108
(19)	يبين نتائج تحليل التباين الاحادي ANOVA لمعرفة الفروق في مستوى الرضا الحركي حسب اساليب التدريس الثلاثة في الاختبار البعدي.	110
(20)	يبين نتائج احتبار توكي TUKEY واختبار LSD لاتجاه الفروق بين الاساليب الثلاثة.	111

قائمة الاشكال

رقم الشكل	العنوان	الصفحة
(1)	دائرة التعلم بالاكتشاف الموجه	19
(2)	يوضح نظام تكنيك ركض الحواجز.	34
(3)	رسم بياني للاختبار القبلي للأساليب الثلاثة الامري والتبادلي والاكتشاف الموجه.	95
(4)	رسم بياني يوضح درجة الرضا الحركي بين الاختبار القبلي والبعدي لدى مجموعة الاسلوب الامري.	99
(5)	رسم بياني يوضح درجة الرضا الحركي بين الاختبار القبلي والبعدي لدى مجموعة الاسلوب التبادلي.	101
(6)	رسم بياني يوضح درجة الرضا الحركي بين الاختبار القبلي والبعدي لدى مجموعة أسلوب الاكتشاف الموجه.	103
(7)	رسم بياني للاختبار البعدي للأسلوبين الامري والتبادلي.	105
(8)	رسم بياني للاختبار البعدي للأسلوبين الامري والاكتشاف الموجه.	107
(9)	رسم بياني للاختبار البعدي للأسلوبين التبادلي والاكتشاف الموجه.	109
(10)	رسم بياني للاختبار البعدي للأساليب الثلاثة الامري والتبادلي والاكتشاف الموجه.	111

قائمة الصور

رقم الصورة	العنوان	الصفحة
(1)	تبين وضعية خذ مكانك استعد انطلاق.	35
(2)	تبين كيفية الخروج من مكعبات الانطلاق	35
(3)	توضح كيفية المرور من فوق الحاجز.	36
(4)	توضح وضعية القدم الهاجمة والجذع فوق الحاجز.	37
(5)	توضح وضعية القدم الهاجمة والقدم اللاحقة فوق الحاجز.	37
(6)	توضح الركض بين الحواجز.	38
(7)	تظهر الركض بين آخر حاجز وخط النهاية.	39
(8)	تختصر الخطوات الفنية السابقة الذكر في الحواجز.	39

مقدمة:

لاشك أن الممارسة الرياضية أو الرياضة بصفة عامة عُرِفَت أو مارسها الإنسان منذ القِدَم، منذ أن كان يسعى لكسب عيشه وتأمين بقائه حتى وان كان لا يُدرك ولا يعرف ذلك ، والدليل على ذلك أن معظم الرياضات تعود جذورها وأصولها إلى ذلك العصر، وقبل ما تصل الممارسة الرياضية إلى ما هي عليه الآن من مكانة واهتمام كبيرين بها سواء من حيث الكيفية أو الأساليب المستخدمة أو مختلف الرياضات والتخصصات نجد أن الدين الإسلامي اهتم كذلك بالرياضة وشجع على ممارستها بل وكان السبّاق في ذلك (أي منذ أَزيَد من أربعة عشر قرن)، وهذا ما بَيّنَته عدة أحاديث واردة عن الرسول محمد **صلى الله عليه وسلم** منها قوله **صلى الله عليه وسلم** " إن لربك عليك حق وان لِبَدنكَ عليك حق وان لأصلك عليك حق فأعط كل ذي حق حقه " وعن ابن رافع قال : قلت يا رسول الله للولد علينا حق كحقنا عليهم قال" نعم حق الولد على الوالد أن يعلمه الكتابة والسباحة والرمي وان يورثه طيبا ".(**حسن ناجي محمود،2002،40**)

وروى أبو داود عن عائشة رضي الله عنها أنها كانت مع النبي **صلى الله عليه وسلم** في سفر قالت: فسابقته فسبقته على رجلي فلما حملت اللحم سابقته فسبقني فقال "هذه بتلك السبقة". وكان النبي **صلى الله عليه وسلم** يستمتع بمشاهدة العاب المصارعة ويشجع لاعبيها، فقد روى أبو هريرة قال: كان الحسن والحسين يصرعان بين يدي النبي **صلى الله عليه وسلم** فكان رسول الله **صلى الله عليه وسلم** يقول "هن يا حسن، فقالت فاطمة : يا رسول الله لم تقول هن يا حسن ؟ فقال " إن جبريل عليه السلام يقول : هنا يا حسين " وكتب عمر ابن الخطاب إلى الولاة : أن علموا أولادكم السباحة والرمي والفروسية. (**كامل طه الويس ،2001،8،21**)وغيرها من الأحاديث النبوية وأقوال الصحابة والعلماء الثابتة في هذا السياق.

وفي العصر الحالي أصبحت الممارسة الرياضية تلقى تشجيع واهتمام لم يسبق له مثيل في معظم دول العالم وأصبحت الرياضة تُدَرّس وتمارس في مختلف الأطوار التعليمية بقواعد وضوابط ووفق مناهج وأساليب مصممة ومن الأساليب الممكن ذكرها في هذا الصدد والتي لاقت اعتراف وترحيب وتأييد كبير لها أساليب التدريس لـــ "موسكا موستن" حيث تذكر عفاف عبد الكريم أن موسكا موستن M.Mosston (1966) قام بنشر مجموعة أساليب تدريسية لتعلم المهارات الحركية والتي يتم من خلالها تحقيق الأهـــداف التربوية المنشودة وقد تميزت هذه المجموعة من أساليب التدريس بتوفير الفرص للمتعلم لكي يتعلم حسب قدراته وإمكانياته واستعداداته وكل أسلوب من هذه الأساليب له نظام خاص يحدد من يخطط ومن يتخذ القرارات، ودور كلاً من المعلم والمتعلم وتبدأ هذه الأساليب بأسلوب الأمر والذي يقوم المعلم فيه بجميع القرارات التي تتعلق بالعملية التعليمية من تخطيط وتنفيذ وتقـــويم إلى أن تنتهي بأســـلوب التعلم الذاتي حيث تنتقل جميع القرارات من المعلم إلى المتعلم وتصبح لدى الطالب الحرية في اختيار الأنشطة ويتم ذلك في سلسلة مترابطة من الأساليب المتعددة للتدريس. ويذكر كلاً من عفاف عبد الكريم (1989) فكرى حسن ريان (1998) أبو النجا أحمد عز الدين (2000) أن المعلم الكفء هو الذي يستطيع أن يقدم الجديد باستمرار، ويعرف الكثير من مداخل

وأساليب التدريس المباشرة وغير المباشرة وأنه من خلال التدريس يجب أن يكون موقف المتعلم إيجابياً وليس سلبيا، نشطاً وفعالاً.. لا مستقبلاً لكل ما يلقى إليه. (**هاني الدســـوقي إبراهيم الدسوقي، 2008، 153 ،155**)

ومن الأشياء الثابتة التي لا جدال فيها أهمية الأسلوب المتبع في تدريس موضوع ما، فالمعلم الناجح هو من يستطيع أن يُحوِّل درسه إلى جو من التفاعل والانسجام والتناغم بحيث تكون لديه مقدرة تامة على احتواء طلابه من حيث رغباتهم وميولهم واتجاهاتهم... كل ذلك يستطيع المعلم تحقيقه من خلال الأسلوب المناسب فكم من معلم استطاع أن يجعل من درس عادي إلى درس يفيض بالحيوية والنشاط من خلال تنويعه وانتقائه للأساليب المناسبة، والعكس تماما فكم من معلم قَتَل درسا حيويا بأسلوبه التقليدي اَلْمُمِل بحيث أدى إلى نفور طلابه. (**علي بن إبراهيم الزهراني، 2003، 417**)

وأصبح من المقرر" أن المعلم لا يُعلِّم بمادته فحسب وإنما بطريقته وأسلوبه وشخصيته وعلاقاته مع تلاميذه". وعليه فان هذا التفاعل والانسجام والتناغم والحيوية والنشاط والعلاقات الجيدة بين المعلم والمتعلمين وبين المتعلمين بعضهم والتي تظهر نتيجة للأسلوب المتبع، يُولد **ارتياح واقتناع ورضا** لدى المتعلم عن الشيء الذي يتعلمه خاصة في حصة التربية البدنية والرياضية وإذا ما وصل المعلم بالمتعلمين إلى هذه الدرجة وهي **رضا الفرد أو المتعلم عن أدائه وحركاته** فهنا يمكن القول والاعتراف بنجاح الأسلوب الذي اتبعه المعلم في ذلك . لأن الرضا سواء عن المهنة أم الدراسة يأتي نتيجة للاتجاهات التي لدى الفرد نحو مهنته أو دراسته وتأثيراتها العديدة والعوامل المتعلقة بالفرد نفسه مثل مستوى طموحه ، وخصائص شخصيته وميوله التي تظهر في صورة الرضا. (**خالد فيصل الشيحو، آلاء عبد الله حسين،2002،114**)

وفي دراستنا هاته تطرقنا في فصلها الاول الى الخلفية النظرية بحيث تكلمنا فيه ا عن الخلفية النظرية من (السنة النبوية) المتعلقة بأساليب التدريس، الأسس التي تبنى عليها نظرية 'موسكا موستن' في اساليب التدريس، العناصر الأساسية في نظرية موسكا موستن، أنواع أساليب التدريس، نظريات وقوانين التعلم الحركي، الرضا الحركي، موقف الإسلام من رياضة السباق (العدو)، سباقات الحواجز... ثم انتقلنا الى الدراسات السابقة التي تناولت أساليب التدريس، والدراسات التي تناولت الرضا الحركي . وختمنا هذا الفصل المهم من الدراسة بمناقشة وتحليل للدراسات السابقة في ظل الدراسة الحالية. وخصصنا الفصل الثاني لأهم الكلمات الدالة، اشكالية الدراسة ثم انتقلنا الى أهمية واهداف الدراسة وفي الاخير جاءت فرضيات الدراسة التي هي عبارة عن حلول مقترحة لإشكاليات الدراسة. وجاء في الفصل الثالث الاجراءات الميدانية للدراسة بدءا من الدراسة الاستطلاعية، المنهج المتبع في الدراسة، مجتمع البحث وكيفية اختيار العينة، ادوات جمع البيانات والمعلومات واجراءاتها الميدانية وصولا الى أهم الاساليب الاحصائية التي اعتمدنا عليها. وكان الفصل الرابع لعرض النتائج ومناقشتها في ضوء فرضيات الدراسة والخلفية النظرية والدراسات السابقة. لنختم هذه الدراسة ككل بفصل خامس خُصص للاستنتاجات ، الاقتراحات والافاق المستقبلية للدراسة ، المراجع المعتمدة في الدراسة والملاحق. وفي الاخير ملخص لدراستنا يُسهل الاطلاع عليها.

الفصل الاول

الخلفية النظرية والدراسات السابقة

1 - الخلفية النظرية للدراسة :

1 1 -الخلفية النظرية المتعلقة بأساليب التدريس:

لا شك أن عملية التدريس تعد عملاً علمياً معقداً، وتحتاج من المعلم إلى جهود عظيمة ومضنية لأنه يتعامل فيها مع متعلمين لهم ميولهم وقدراتهم واتجاهاتهم، وازدادت العملية التدريسية تعقيداً في العصر الحاضر، بسبب التقدم التكنولوجي، والانفجار المعرفي، وظهور التقنيات الحديثة، ولا بد أن يكون المعلم في مستوى الحدث، ويواكب التقدم العلمي المعاصر، من دون ان يتجاهل خلفيته ومرجعيته وهذا ما نريد إبرازه من خلال ما ورد من أثر عن متغيرات دراستنا في السنة النبوية.

1-1-1- لخلفية النظرية المتعلقة بأساليب التدريس المرتبطة بالسنة النبوية:

1-1-1-1- طريقة الممارسة أو البيان العملي: 'وهي تتناسب مع أسلوب التدريس الامري في دراستنا'

معناها وأهميتها: وهي أجود طرق التعليم وأحسنها، إذ يثبت المعلومة في الأذهان، ويرى المتعلم التطبيق العملي الذي يحصر الفكرة في مدلول واقعي يبصره المتعلم، ويدركه فإذا به شاخص بين يديه. وهذه الطريقة عبارة عن النشاط الذي يقوم به الأستاذ أمام طلابه، بهدف توضيح حقيقة، أو قاعدة، أو بهدف وصف شيء ما وذلك باستخدام أجهزة أو مواد أو أدوات تعليمية، إلى جانب الشرح اللفظي. يتضح مما سبق، أن هذه الطريقة تجمع بين الجانب النظري والجانب العملي، مما يزيد من وضوح الأمر الذي تعالجه للطالب، كما أنها تنقل الطالب من الجو الفكري النظري إلى جو الحياة العملي، وهذه الطريقة، تتفق مع طبيعة التربية الإسلامية التي هي تربية سلوكية بالدرجة الأولى. وتستخدم هذه الطريقة في تدريس معظم المستويات الدراسية من المرحلة الابتدائية إلى المراحل الدراسية العليا، وتعتمد هذه الطريقة على نشاط المعلم.

ومن الأمثلة النبوية على ذلك : ما ورد عن سليمان بن بريدة عن أبيه رضي الله عنه عن النبي **صلى الله عليه وسلم** أن رجلا سأله عن وقت الصلاة، فقال له: ' صَلِّ معنا هذين يعني اليومين، فلما زالت الشمس أمر بِلالاً فأذن، ثم أمره فأقام الظهر، ثم أمره فأقام العصر، والشمس مرتفعة بيضاء نقية، ثم أمره فأقام المغرب حين غابت الشمس، ثم أمره فأقام العشاء حين غاب الشفق، ثم أمره فأقام الفجر حين طلع الفجر، فلما أن كان اليوم الثاني أمره فأبرد بالظهر، فأبرد بها، فأنعم أن يبرد بها وصلى العصر، والشمس مرتفعة، آخرها فوق الذي كان وصلى المغرب قبل أن يغيب الشفق، وصلى العشاء بعدما ذهب ثلث الليل. (**نايف العطار،2007،128**)

وصلى الفجر وأسفر بها ثم قال : ' أين السائل عن وقت الصلاة ؟ فقال الرجل : أنا يا رسول الله، قال : وقت صلاتكم بين ما رأيتم' .(**الموسوعة – مسلم:773**) وكذلك وردعن عمرو بن شعيب عن أبيه عن جده، أن رجلا أتى النبي **صلى الله عليه وسلم** فقال: يا رسول الله، كيف الطهور ؟ فدعا بماء في إناء، فغسل كفيه ثلاثا، ثم غسل وجهه ثلاثا، ثم غسل ذراعيه ثلاثا ثم مسح برأسه فأدخل إصبعيه السبابتين في أذنيه، ومسح بإبهامه على

ظاهر أذنيه وبالسبابتين باطن أذنيه، ثم غسل رجليه ثلاثا ثلاثًا، ثم قال : هكذا الوضوء، فمن زاد على هذا أو نقص فقد أساء وظلم- أو ظلم وأساء. (الموسوعة- أبو داوود:**1231-1332**).

وروى عن أبي أمامه بن سهل بن حُنيف أن أباه حدثه أن رسول الله **صلى الله عليه وسلم** خرج وساروا معه نحو مكة، حتى إذا كانوا بشعب الخزّار من الجحفة اغتسل سهل بن حنيف، وكان رجلا أبيض حسن الجسم والجلد فنظر إليه عامر بن ربيعة أخو بني عدي بن كعب، وهو يغتسل فقال: ما رأيت كاليوم ولا جلد مخبأة (الفتاة في خدرها)، فلُبط سهل (أي صرع وسقط على الأرض) ، فأتى رسول الله **صلى الله عليه وسلم** فقيل له: يا رسول الله هل لك في سهل؟ والله ما يرفع رأسه وما يفيق، قال : ' هل تتهمون فيه من أحد ؟' قالوا : نظر إليه عامر بن ربيعة، فدعا رسول الله **صلى الله عليه وسلم** عامرا فتغيظ عليه، علام يقتل أحدكم أخاه، هلا إذا رأيت ما يعجبك بَرّكت، ثم قال له :' اغتسل له ' فغسل وجهه ويديه ومرفقيه وركبتيه وأطراف رجليه وداخله وإزاره في قدح، ثم صُبَّ ذلك الماء عليه، يصبه رجل على رأسه وظهره من خلفه، يكفي القدح وراءه، ففعل به ذلك فراح سهل مع الرسول **صلى الله عليه وسلم** ليس به بأس . (موطأ مالك: **2-939**) (نايف العطار،**2007، 129**)

مميزات طريقة الممارسة – البيان العلمي- النبوية، وأهميتها : يتضح من الأمثلة السابقة، كيف اعتمد النبي **صلى الله عليه و سلم** على طريقة الممارسة والبيان العلمي في تعليمه للسائلين من أصحابه والبيان بالفعل أبلغ في الإيضاح، والفعل تعم فائدته السائل وغيره. وبهذه الطريقة يكتسب الفرد المعارف، والمهارات والخبرات اللازمة ويضبطها ويعدلها بناءًا على تجاربه وممارساته الذاتية... بل تحتاج عملية التربية إلى الممارسة الفعلية، والنشاط الذاتي للفرد حتى تتكامل شخصيته، ويبني حياته على أساس من الفهم والإدراك، وبمشاركة فعلية مباشرة في صنعها ورسم أبعادها المختلفة.

كما نلاحظ أن تعليم النبي **صلى الله عليه وسلم** لأصحابه لا يعتمد على أساليب الوعظ والإرشاد، والتذكير والتلقين فحسب، بل ترتكز على أسلوب الممارسة الفعلية كذلك، لكونها تتضمن التطبيق العملي المتكرر الذي يساعد على تثبيت المعارف والمعلومات والخبرات، وتعديلها وفق التجربة الذاتية، كما يساعد على ترسيخ القيم والمثل والمبادئ الخيّرة في نفس الإنسان. كما نلاحظ أن النبي **صلى الله عليه وسلم** وفر ما أمكن من فرص التعلم لأصحابه، من خلال الممارسة والعمل، وتطبيق ما تعلموه من معارف أو مهارات في مواقف الحياة، كما حدث في قصة سهل بن حنيف بن ربيعة. وكذلك يظهر من هذه الطريقة إشعار الرسول **صلى الله عليه وسلم** لأصحابه بالمسؤولية عن صحة العمل والدقة في الاتقان العملي له دون زيادة أو نقصان، ومن زاد أو نقص فقد أساء وظلم. (نايف العطار، **2007،130**)

❖ يُستفاد من هذه الطريقة أنها تشبه الأسلوب الامري كثيرا أو بالأحرى الأسلوب الامري هو الذي يأخذ من هذه الطريقة مادام أن هذه الطريقة أو هذا الحديث كان قبل أزيد من 14 قرن. وسنتحدث عن الاسلوب الامري بالتفصيل في هذا الفصل.

1-1-1-2- طريقة المناقشة : 'وهي تتناسب مع أسلوب التدريس التبادلي في دراستنا'

وهي من الطرق التي ترتكز على كل من المعلم والمتعلم ، وتقوم في جوهرها على الحوار الذي ينمي روح التعاون والقدرة على التكيف، والتدرب على مهارات الإلقاء والاستماع، واحترام آراء الآخرين، والحماس والجرأة في إبداء الرأي، ومن أساليب المناقشة الثنائية التي وردت في سنته **صلى الله عليه وسلم** الحوار الذي دار بين جبريل عليه السلام والنبي **صلى الله عليه وسلم** وجبريل يسأل والنبي **صلى الله عليه وسلم** يجيب حيث سأل عن الإسلام، والإيمان والإحسان، وجبريل عليه السلام يقول صدقت ليؤكد ما قاله الرسول **صلى الله عليه وسلم** وأخيرا يسأل جبريل عن الساعة وأماراتها. ثم يقول الرسول **صلى الله عليه و سلم** لعمر بن الخطاب رضي الله عنه أتدري من السائل ؟ فيقول عمر الله ورسوله أعلم فيقول الرسول **صلى الله عليه وسلم** :' فانه جبريل أتاكم يعلمكم دينكم'. (**نايف العطار،2007،118**) وكذلك القصة التي حدثت للحسن والحسين والشيخ الكبير في الوضوء، فلما رءاه الحسن والحسين يتوضأ ولا يحسن الوضوء طلبا منه ان ينظر اليهم ويفصل بينهما ايهما وضوؤه احسن، مع العلم انهما فَعَلَا ذلك من أجل فقط تصحيح وضوء الشيخ لأنه كان لا يحسن الوضوء ونجحا في ذلك بقول الشيخ لهما ان وضوؤكما هو الاصح ووضوئي هو الخاطئ. وما يمكن قوله هنا والاشارة اليه هو ان الحسن والحسين كانا ملاحِظان في الاول والشيخ هو المؤدي ثم تبادلا في الادوار فأصبحا مؤديان والشيخ هو الملاحظ وبعد الانتهاء قَدمَ لهما ما يعرف في الاسلوب التبادلي بالتغذية الراجعة، وهو قوله لهما وضوؤكما هو الاصح ووضوئي هو الخاطئ).

أهمية هذه الطريقة ومميزاتها " : استعمال طريقة المحاورة والاستجواب التي تشوق السامع، وتلفت نظره، وتثير اهتمامه، وخاصة في التربية والتوجيه. كما أن النبي **صلى الله عليه وسلم** بهذه الطريقة، يُدرب أصحابه على مهارات الاستماع والتحدث، والتفكير، واحترام آراء الآخرين. كما تساعد هذه الطريقة على توثيق الصلة بينه وبين أصحابه وإتقان المطلوب، والجرأة في إبداء الرأي، وتعميق القيم والمعتقدات، وتصحيح الأخطاء، وإثارة الدافعية وجذب الانتباه، تنمي روح التعاون والقدرة على التكيف مع الآخرين، تحديد النتيجة النهائية التي يستفيد منها الجميع فيتجنب الوقوع في الخطأ، الشمول والتدرج وربط الأمور ببعضها البعض، لتظهر في صورة كاملة متكاملة التقويم المرحلي بعد كل فقرة. فجبريل يسأل والنبي **صلى الله عليه وسلم** يجيب، ثم يقول له جبريل **عليه السلام** 'صدقت'. وفي النهاية التقويم الختامي حيث يخبرهم النبي **صلى الله عليه وسلم** أن ' المعلم جبريل عليه السلام وأن كلامه يجب أن نؤمن به إيمانا مطلقا '. (**نايف العطار،2007،118، 119**)

❖ يُستفاد من هذه الطريقة أنها تشبه الأسلوب التبادلي كثيرا أو بالأحرى الأسلوب التبادلي هو الذي يأخذ من هذه الطريقة مادام أن هذه الطريقة أو هذا الحديث كان قبل أزيد من 14 قرن. وسنتكلم عن الاسلوب التبادلي بالتفصيل في هذا الفصل.

3-1-1-1- طريقة حل المشكلات : 'وهي تتناسب إلى حد ما مع أسلوب الاكتشاف الموجه في دراستنا' حيث يرى Cohen 2008، أن التعلم بالاكتشاف يمكن أن يشير إلى التعلم القائم عل ى المشكلة، أو التعلم بالاستقصاء، أو التعلم ألخبراتي (القائم علي التجريب والخبرة الذاتية)، أو التعلم البنائي. فيمكن تعريفه بأنه التعلم القائم عل ى المشكلة، حيث يعرفه محمد جهاد جمل بأنه الأسلوب القائم عل ى مواجهة المتعلم بمشكلة ما ثم التصدي ذاتياً لهذه المشكلة وحلها، وفي أثناء ذلك يكتسب مفاهيم ومبادئ عن الموضوع بصوره ذاتية. وبأنه التعلم القائم علي الاستقصاء، إلى أنه في بيئة التعلم بالاكتشاف أو التعلم القائم عل ى الاستقصاء يتعامل المتعلمون مع الموضوعات الجديدة من خلال التعلم بالممارسة، فبدلاً من تزويدهم بالمشكلات والحلول بأسلوب العرض تسمح لهم البيئة باستكشاف المشكلات والحلول وتزودهم بمجموعة من الأدوات لبناء الحلول. (**محمد السيد النجار، 2012، 30**)

معناها وأهميتها " :تعرف بأنها النشاط ، والإجراءات التي يقوم بها المتعلم، عند مواجهته موقفاً مشكلاً ، للتغلب على الصعوبات التي تحول دون توصله إلى حل وتنبع أهمية هذا الأسلوب، من أن الإنسان يواجه في حياته مشكلات متنوعة، ويحتاج إلى حلها فعلاً بإتباع أسلوب محدد فاعل. والخطوات التي يقوم عليها هذا الأسلوب هي الشعور بمشكلة وتحديدها، جمع المعلومات عنها ، ثم تكوين الفروض أو اقتراحات لحلها ، واختبار صحة الفروض للوصول إلى الحل، وتعميم النتائج . فهذه الطريقة تقوم إذن على الشعور بمشكلة ، تتصل بحياة المتعلمين ، وتثير دافعيتهم في حلها، وذلك عن طريق اتباع الأسلوب العلمي في التفكير، للوصول إلى استنتاج وإصدار أحكام .

الأمثلة على ذلك من سيرة الرسول صلى الله عليه وسلم : (وفي حياة النبي (**صلى الله عليه وسلم** أمثلة كثيرة لطريقة حل المشكلات نذكر منها :قصة إسلام عدي بن حاتم الذي كان يقول " :ما من رجل من العرب كان أشد كراهية لرسول االله (**صلى الله عليه وسلم** حين سمع به مني فالمشكلة، هي كراهية عدي للنبي **صلى الله عليه وسلم** وللإسلام ، حيث كان نصرانياً شريفاً في قومه ، يعامل معاملة الملوك يأخذ من قومه المِرْباع (وهو ربع ما يصلهم من غنائم الحرب ، وكان العرب يجعلون ذلك للرئيس منهم فافترض عدي أن النبي **صلى الله عليه وسلم** ملك ينازعه الرياسة والملك، أو نبي صادق، عليه أن يتبعه، لذلك يقول عدي :"لو أتيته، فإن كان ملكاً أو كاذباً، لم يخف عليَ وإن كان صادقاً اتبعته "وبدأ بعدها عدي يجمع المعلومات، ليتأكد من صحة المقترحات، فيقول :"فدخلت على النبي **صلى الله عليه وسلم** وهو في مسجده

بالمدينة فسلمت عليه، فقال :من الرجل ؟ فقلت :عـــدي بن حاتم فقام رسول االله **صلى الله عليه وسلم** فانطلق بي إلى بيته. (**نايف العطار،2007،119**) فواالله إنه لعامد بي عليه (أي قاصد بي إلي الدار) إذ لقيته إمرأة ضعيفة كبيرة فاستوقفته، فوقف لها طويلاً،تكلمه في حاجتها، فقلت في نفسي واالله ما هذا بملك ثم مضى بي رسول االله **صلى الله عليه وسلم** حتى إذا دخل في بيته، تناول وسادة من أدم محشوة ليفـــاً فقذفها إليَّ فقال " اجلس على هذه، قلت "بل أنت فاجلس عليها، فقال "بل أنت فجلست عليهـــا ، وجلس رسول االله **صلى الله عليه وسلم** على الأرض ، فقلت في نفسي :واالله ما هذا بأمر ملك. إذن يتحقق عدي من أن الرجل (الرسول)**صلى الله عليه وسلم** ليس ملكاً

وتظهر في القصة مشكلة أخرى ، وهي :كيف يقنع الرسول **صلى الله عليه وسلم** عدي بالإسلام ؟ فبـــدأ الرسول **صلى الله عليه وسلم** تحليل المشكلة واقتراح الفرضيات، وجمع المعلومات للمشكلة التي نشأت من حياة المتعلم .فيقول الرسول :**صلى الله عليه وسلم** إيه يا عدي بن حاتم هل تعلم من إله سوى االله ؟ فقلـــت :لا ثم قال :هل تعلم شيئاً أكبر من االله ؟ قلت :لا قال :ألم تكن ركوسياً ؟ (قوم لهم ديـــن بـــين النصارى والصائبة) قلت :بلى .قال :أو لم تكن تسير في قومك بالمرباع ؟ قلت :بلى قال : فإن ذلك لم يكن يحل في دينك .قلت :أجل، والله ، وعرفت أنه نبي مرسل، يعلم ما يجهل ثـــم قال: لعلك يا عدي إنما يمنعك من دخول في هذا الدين، ما ترى من حاجة أهله، فو االله ليوشكن المال أن يفيض فيهم حتى لا يوجد من يأخذه، ولعلك إنما يمنعك من دخول فيه، ما تـــرى مـــن كثرة عدوهم وقلة عددهم، فو الله ليوشكن أن تسمع بالمرأة تخرج من القادسية على بعيرها، حتى تزور هذا البيت لا تخاف .

ولعلك إنما يمنعك من دخول فيه، أنك ترى أن الملك والسلطان في غيرهم، وإيـــم االله ، ليوشكن أن تسمع بالقصور البيض من أرض بابل قد فتحت عليهم !قال عدي :فأســـلمت فرأيـــت اثنين :الظعينة، وكنت في أول خيل أغارت على كنوز كسرى .وأحلف بـــاالله لتجيـــئن الثالثـــة "

مميزات طريقة حل المشكلات النبوية وأهميتها :

-يلاحظ من طريقة النبي **صلى الله عليه وسلم** أنه حدد مشكلة المتعلم عدي، حيث كان شـــريفا فـــي قومـــه ويعامل معاملة الملوك والرؤساء، ويشعر أن الرسول **صلى الله عليه وسلم** سوف ينتزع منه هذه المكانة .

-كما أن النبي **صلى الله عليه وسلم** بأعماله أمام المتعلم أقنعه بأنه ليس ملكاً ولا رئيساً ،يريد أن ينازعه الملك .

-يفترض النبي **صلى الله عليه وسلم** الفرضيات التي توصل المتعلم إلى النتيجة، فيبين له خطأ ما هو عليه، ثـــم يبين له السبب الذي قد يمنعه من الدخول في الإسلام .

-يضع النبي **صلى الله عليه وسلم** حلاً أمام المتعلم لكل فرضية من الفرضيات .

-وأخيرا، انتهت المشكلة بإقناع الرسول **صلى الله عليه وسلم** لعـــدي بالـــدخول فـــي الإســـلام وبتأكـــد

عـــدي (نايف العطار ،2007،120)

(رضي االله عنه)أن الرسول **صلى الله عليه وسلم** ليس ملكاً ينازعه الملك والرياسة ، وإنمـــا هـــي النبـــوة الصادقة والتي ظهرت من خلال كلامه ، ومظهر معيشته ، وتعامله مـــع الآخـــرين وإخبـــاره بوقائع الزمن والتاريخ ، فكان ذلك سبب إسلامه ، وتركه للأبهة والترف التي كان يعيش فيهـــا في قومه .

-ولكن المتعلم ، عدياً لم يتوقف عند هذا الحد بل استمر في جمع المعلومات، والتحقق من صحة الفرضيات ، وفي النهاية ، يصدر حكماً بقوله :فرأيت اثنتين، واحلف باالله لتجيئن الثالثة . ومن الأمثلة أيضا، ما ورد عن "عامر بن سعد بن أبي وقاص عن أبيه "رضي االله عنه "قـــال : كان رسول االله **صلى الله عليه وسلم** يعودني عام حجة الوداع من وجع اشتد بي ، فقلت :يا رسول االله إن قد بلغ بي من الوجع ما ترى، وأنا ذو مال، ولا يرثني إلا ابنة لي، أفأتصدق بثلثي مالي ؟ قال :لا قلت :فالشطر يا رسول االله ؟ فقال :لا ، قلت :فالثلث يا رسول االله ؟ قال :"الثلث، والثلث كثير —أو كبير —إنك أن تذر ورثتك أغنياء خير من أن تذرهم عالة يتكففون الناس، وإنك لن تنفق نفقة تبتغي بها وجه االله إلا أجرت عليها ، حتى ما تجعل في فِيّ امرأتك

فالمشكلة هنا مشكلة مالية حار فيها سعد ، فعرضها على رسول االله **صلى الله عليه وسلم** فكيف كان موقفه منها ؟

لم يبادر بالحل .ترك سعداً يفرض الحلول، ووفق سعداً أخيراً إلى الحل الصحيح ، وإذ ذاك قبلـــه الرسول **صلى الله عليه وسلم** وعلله له، وصار تشريعاً للناس يأخذون به

هكذا، نلاحظ أن لهذه الطريقة جذوراً عميقة في الإسلام ، فتعاليم الإسلام ، جاءت لحـــل المشكلات حاضرها ومستقبلها. (نايف العطار،2007،121)

- ❖ يُستفاد من هذه الطريقة أنها تشبه أسلوب الاكتشاف الموجه كثيرا أو بالأحرى ان هذا الأسلوب هو الذي يأخذ من هذه الطريقة مادام أن هذه الطريقة أو هذا الحديث كان قبل أزيد من 14 قرن. وسنتكلم عن أسلوب الاكتشاف الموجه بالتفصيل في هذا الفصل.

1-1-2- الأسس التي تبنى عليها نظرية موسكا موستن المتعلقة بأساليب التدريس:

تقول عفاف عبد الكريم: لقد ظهرت مجموعة أساليب التدريس سنة 1966 وكان رائدها "موسكا موستن" وقد أطلق عليها اسم "طيف أساليب التدريس"، بمعنى أنها سلسلة من أساليب التدريس، مرتبطة ببعضها البعض، وقد طبقت هذه الأساليب بتوسع في مجال التربية البدنية، ومنذ ذلك الوقت يعمل بها المدرسون بنجاح. ويضيف "موسكا موستن وسارة أشورث": ان الاكتشاف الأصلي لمجموعة الأساليب انطلق وتأثر بالعديد من الكتاب والباحثين، وبخصوص أهمية الاساليب في فهم عملية التدريس يطلب موسكا موستن من

الباحثين البحث في هذا المجال، حيث إن مجموعة الاساليب تعطي امكانية جديدة للقيام بعملية البحث في مجال التربية البدنية والرياضية.(**عطا الله أحمد،2006،42، 43**)

والعملية التعليمية هي عبارة عن علاقة تحدث بين ثلاثة عناصر أساسية:

المعلم المتعلم الهدف (الموضوع)

العناصر الثلاث السابقة كل منها يؤثر في الآخر سلبا أو إيجابا، كلما كانت العلاقة ايجابية كلما كان الناتج أكثر ايجابية للعناصر الثلاث.

تتكون العملية التعليمية من ثلاث مراحل هي :

مرحلة الإعداد " التخطيط" (ما قبل التأثير) مرحلة المواجهة "التنفيذ " (التأثير) مرحلة التقويم (ما بعد التأثير)

– المعلم يقوم بالتدريس ولا يستطيع إجبار الطالب على التعلم.

– المتعلم يقوم بالتعلم ولن يستطيع إجبار المعلم على التدريس.

– العلاقة المتبادلة بين المعلم والمتعلم تبنى على قرارات ذاتية لكل منهما. أي بمعنى أن المعلم هو الذي يتخذ كل القرارات التي تتعلق بالتدريس. وكذلك المتعلم هو من يتخذ قراراته بالتعلم من عدمه .(**رشيد بن عبد العزيز أبو رشيد، خالد بن ناصر السبر، 2006،7**)

– نسبة القرارات بين المعلم والمتعلم تتفاوت من أسلوب لآخر حيث تبدو في الأسلوب الأول بنسبة 100% بيد المعلم، بينما تكون عند المتعلم صفر(0)، أما في الأسلوب العاشر فتكون نسبة القرارات بيد المعلم (0) صفر بينما تكون لدى المتعلم 100%. القرارات يتم اتخاذها خلال مراحل العملية التعليمية على النحو التالي :

– مرحلة الإعداد "التخطيط" وفيها يتم اتخاذ ستة عشر قرارا .

– مرحلة المواجهة "التنفيذ"وفيها يتم اتخاذ ثلاثة قرارات .

– مرحلة التقويم وفيها يتم اتخاذ ثمانية قرارات .

1-1-3- العناصر الأساسية في نظرية موسكا موستن: تشكل الأساليب سلسلة متصلة مرتبطة ببعضها البعض.

كل أسلوب للتدريس له بنية ووظيفة ومكانة في سلسلة الأساليب .

كل أسلوب يؤدي إلى تحقيق أهداف معينة في مجال التربية البدنية .

كل أسلوب له دور خاص في نمو الطالب من الناحية المهارية والاجتماعية والانفعالية والمعرفية.

كل أسلوب يحدد دور المعلم والطالب ويختلف ذلك من أسلوب لآخر.

جميع أساليب موسكا موستن متساوية في قيمتها ولا يوجد أسلوب أفضل من الآخر.

1-1-3-1- مجموعة الأساليب المباشرة :

– **أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الامري)** – أسلوب التطبيق الذاتي.

– أسلوب التطبيق بتوجيه المعلم (التدريبي) – أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات.

- **أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي)**

1-1-3-2- مجموعة الأساليب غير المباشرة :

أساليب الاكتشاف: **أساليب الإبداع:**

- **أسلوب الاكتشاف الموجه .** - أسلوب تصميم المتعلم للبرنامج الفردي.
- أسلوب الاكتشاف المتعدد (الحر). - أسلوب المبادرة من المتعلم.
- أسلوب التدريس الذاتي.

(رشيد بن عبد العزيز أبو رشيد، خالد بن ناصر السبر،2006 ، 8، 11)

1-1-4- طبيعة أسلوب التدريس: أسلوب التدريس يرتبط بصورة أساسية بالصفات والخصائص والسمات الشخصية للمعلم، وهو ما يشير إلى عدم وجود قواعد محددة لأساليب التدريس ينبغي على المعلم إتباعها أثناء قيامه بعملية التدريس، وبالتالي فان طبيعة أسلوب التدريس تظل مرهونة بالمعلم الفرد وبشخصيته وذاتيته. بالتغيرات اللغوية، والحركات الجسمية، وتعبيرات الوجه، والانفعالات، ونغمة الصوت، ومخارج الحروف والإشارات والإيماءات، والتعبير عن القيم، كلها تمثل في جوهرها الصفات الشخصية الفردية التي يتميز بها المعلم عن غيره من المعلمين، ووفقا لهذا يتميز أسلوب التدريس الذي يستخدمه وتتحدد طبيعته.

(نوال إبراهيم شلتوت، محسن محمد حمص،2008،8)

1-1-5- أهمية أساليب التدريس الحديثة : لابد في مجال التدريس وخاصة في التربية البدنية والرياضية من البحث عن مخرج جديد وموقف آخر يفي بالغرض تحقق من خلاله الأهداف التربوية الجديدة والمتجددة، فظهرت فكرة أساليب التدريس الحديثة لموسكا موستن حيث يقول : إن ولادة مجموعة الأساليب في التربية البدنية قد جلبت معها الابتهاج والضيق لأي رأي أو فكرة جديدة تتحدى ما هو موجود من المعارف ووجهات النظر ومع ذلك فان مجموعة الأساليب قد اتسع مداها عبر السنين من حيث مداركها النظرية لعملية التدريس وتطبيقاتها العلمية. ولهذا فان أساليب التدريس الحديثة أخذت أهميتها من تصورها لعلاقة جديدة في التدريس بين المعلم والمتعلم والهدف، حيث أنها أخضعت هذه العلاقة إلى التدقيق والتفحص من قبل المتعلمين في المجال الواقعي في المدارس. **(عطا الله أحمد ،2006، 16، 45)**

ويضيف أيضا : إن بدايتها في التربية البدنية كان قد وضع الخطوة الأولى في تكوينها كنظرية محتملة في التدريس. وترتكز مجموعة الأساليب في كونها عبارة عن نظرية في العلاقات، العلاقات بين المعلم والتلميذ والواجبات التي يقومون بها وتأثيرها على تطور التلميذ، إنها ترتكز على ما يحدث للأشخاص خلال عملية التدريس والتعلم وبالتالي أصبح الأسلوب هو الذي يحدد نوع السلوك الذي يمكن أن يسلكه المعلم مع تلاميذه وهذا يؤثر على شخصية التلميذ ويساهم في بنائها بشكل كبير حتى يستعد لمواجهة المستقبل. يقول أحمد أبو هلال: الأسلوب الذي يتعامل به المدرس مع تلاميذه يقرر مواصفات مواطني المستقبل في المجتمع. وأساليب

التدريس الحديثة لموسكا موستن أعطت بناءا جديدا في التعامل مع التلاميذ بما يساهم في بناء شخصيتهم ويقويها في المستقبل من جميع النواحي. فيتحول المتعلم من كونه إنسانا خاضعا لسيطرة المعلم في التفكير والعمل إلى إنسان مستقل في تحديد الأهداف قادرا على بلوغها بشكل فردي، وهذا يمثل دورا كبيرا في السير بعمل التدريس إلى ما هو مخطط له، بالإضافة إلى هذا فإنها أخرجت كلا من المعلم والمتعلم من العمل المألوف الذي اعتادوا عليه والمرتكز على إعطاء الأوامر من المعلم وتلقين المعرفة إلى التلميذ، إلى مجال جديد وغير مألوف بالنسبة إلى الطرفين في إعطاء المعرفة وتوصيلها إلى التلميذ. ومن خلال هذا يتضح لنا أهمية أساليب التدريس في كونها صنعت لنا جوا جديدا في العملية التربوية يكون أساسها الاعتماد على العلاقة الموجودة بين الأطراف الثلاثة المعلم والمتعلم والهدف، ودور كل من المعلم والمتعلم في الوصول إلى الهدف بشكل وأسلوب جديدين. (**عطا الله أحمد،2006، 46 ،47**)

ويتفق كل من بلوم (Bloom, 1971) و(عفاف عبد الكريم1994) على ان المعلم الكفء هو الذي يستطيع ان يقدم باستمرار، ويعرف الكثير من مداخل واساليب التدريس المباشر ة وغير المباشرة، وانه من خلال التدريس يجب ان يكون موقف المتعلم ايجابياً وليس سلبياً، ونشطاً فعالاً لا مستقبلاً لكل ما يلقى اليه ويذكر (moston,1995) ان أسس العلاقات بين اسلوب التدريس والطالب تعتمد على درجة تأثير الاسلوب في الطالب وذلك من خلال تمتع الطالب بحرية الاستقلال الفردية البدنية والنفسية والاجتماعية والذهنية والمعرفية والاخلاقية والتربوية. ان لأساليب التدريس أهمية كبيرة في العملية التربوية وعملية التدريس، ومما يؤكد هذه الأهمية إجراء الكثير من الدراسات والبحوث عن تلك الاساليب التي تناولت علاقة اساليب التدريس بمتغيرات منها: التحصيل الدراسي، ومن هذه الدراسات دراسة (الايزيرجاوي 1991) حيث اثبت ان هناك علاقة ايجابية بين تحصيل الطالب وفعالية اسلوب المدرس أثناء التدريس. ولهذا فان عملية التدريس لن تكون ناجحة ما لم يتم اختيار المدرسة لأسلوب التدريس الإجراء الخاص المناسب ضمن الإجراء العام وطرائق التدريس، والتعلم المراد من خلاله تحقيق أهداف محددة سابقاً.(**آمال نوري بطرس ألياس خلقة، 2004، 17، 18**)

1-1-6- العوامل التي تحدد اختيار نوع أسلوب التدريس: تشير دائرة المعارف للبحوث التربوية إلى أن أسلوب التدريس يرتبط بالنمط الذي يفضله الأستاذ ويرتبط بخصائصه الشخصية، ومن العوامل المحددة لنوع أسلوب التدريس نذكر منها: – خصائص الأستاذ الشخصية والبنية النفسية له بكل جوانبه.

– معرفته بالأساس النظري لطرق وأساليب التدريس المختلفة.

– طبيعة أهداف ومحتوى الدرس.

– المرحلة السنية للتلاميذ.

– الزمن المتاح والإمكانات المتوفرة. (**عفاف عثمان عثمان،2008، 142**)

1-1-7- أنواع أساليب التدريس:

1-1-7-1- أساليب التدريس المباشرة: يعرف أسلوب التدريس المباشر بأنه ذلك النوع من أساليب التدريس الذي يتكون من آراء وأفكار المعلم الذاتية (الخاصة) وهو يقوم بتوجيه عمل التلميذ ونقد سلوكه، ويعد هذا الأسلوب من الأساليب التي تبرز استخدام المعلم للسلطة داخل الفصل الدراسي.

حيث نجد أن المعلم في هذا الأسلوب يسعى إلي تزويد المتعلمين بالخبرات والمهارات التعليمية التي يرى هو أنها مناسبة كما يقوم بتقويم مستويات تحصيلهم وفق اختبارات محددة يستهدف منها التعرف على مدى تذكرهم للمعلومات التي قدمها لهم. (**محسن محمد حمص، نوال إبراهيم الشلتوت،2008، 8**)

1-1-7-2- أساليب التدريس غير المباشرة: يعرف أسلوب التدريس غير المباشر بأنه ذلك الأسلوب الذي يتمثل في امتصاص أراء وأفكار المتعلمين مع التشجيع الواضح من قبل المعلم لإشراكهم في العملية التعليمية وكذلك في قبول مشاعرهم. وفي هذا الأسلوب يسعى المعلم إلي التعرف على أراء ومشكلات المتعلمين، ويحاول تمثيلها، ثم يدعوا إلى المشاركة في دراسة هذه الآراء والمشكلات ووضع الحلول المناسبة لها (**عفاف عثمان عثمان، 2008، 143، 144**)

الجدول رقم (1) يبين دور المعلم والطالب في اتخاذ القرارات الثلاثة في بنية أساليب موستن لتدريس التربية البدنية

الرقم	اسم الأسلوب	مجموعة القرارات الثلاثة		
		التخطيط	التنفيذ	التقويم
1	أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الامـــــــــــــــــــــــري)	المعلم	المعلم	المعلم
2	أسلوب التطبيق بتوجيه المعلم (التدريبـــــــــــــــــــــــي)	المعلم	الطالب	المعلم
3	أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلـــــــــــــــــــــــي)	المعلم	الطالب المؤدي	الطالب الملاحظ
4	أسلوب التطبيق الذاتي	المعلم	الطالب	الطالب
5	أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات	المعلم	الطالب	الطالب
6	أسلوب الاكتشاف الموجه	المعلم	المعلم-الطالب	المعلم- الطالب
7	أسلوب التفكير المتشعب (حل المشكلة)	المعلم	الطالب-المعلم	الطالب-المعلم
8	أسلوب تصميم المتعلم للبرنامج الفردي	المعلم	المعلم-الطالب	المعلم-الطالب

9	أسلوب المبادرة من المتعلم	الطالب	المعلم–الطالب	المعلم–الطالب
10	أسلوب التدريس الذاتي	الطالب	الطالب	الطالب

(رشيد بن عبد العزيز أبو رشيد،خالد بن ناصر السبر،2006،13)

1-1-8- تحليل أساليب التدريس: سوف نكتف بتحليل الأساليب الخاصة بدراستنا (الأسلوب الامري التبادلي والاكتشاف الموجه).

1-1-8-1- الأسلوب الأمري: هو ذلك الأسلوب الذي يعرض محتواه الكلي في المادة المعروضة على المتعلم في صورة نهائية مكتملة إلى حد ما، ويقتصر دور التلميذ على تلقي واستقبال المعارف والمهارات التي تعرض أمامه فقط. (زينب علي عمر، غادة جلال عبد الكريم،2008 ، 122)

حيث يتميز هذا الأسلوب بقيام المعلم باتخاذ جميع القرارات في بنية وتركيب عملية التدريس بمعنى اتخاذ جميع القرارات المتعلقة بمختلف مراحل الدرس (التخطيط، الأداء والتقويم) وبالتالي فالمعلم هو أحد المصادر الأساسية لتنظيم المعرفة ونقلها إلي التلاميذ، ويقوم بدور الملقن للمعلومات، بينما يكون التلميذ مستقبلا لهذه المعلومات دون مناقشتها أو إبداء رأيه فيها. وبالتالي فالعلاقة بين المعلم والمتعلم في الأسلوب الأمري تُبنى على أساس الأدوار المحددة لكل منهما، فدور المعلم هو وضع الهدف ودور التلميذ هو تطبيق ما يريد وما يخططه المعلم بدون أي مناقشة أو سؤال للوصول إلى الأهداف المحددة. (أحمد جميل عايش،2008، 184)

إذا أردنا أن نتصور نمو التلميذ الذي يحدث خلال قنوات التطوير المختلفة عند ذلك سيثار سؤال ما هي العلاقة بين أسلوب التدريس وشكل جسم التلميذ في كل واحدة من هذه القنوات ؟

وعليه يجب علينا أن ندرس قنوات التطوير التالية:

القناة البدنية : دور التلميذ هو إتباع ما يأمره به المدرس ومن ثَمَّ التنفيذ والطاعة لذلك يكون موقع التلميذ في هذه القناة باتجاه الأدنى آخذين بالاعتبار درجة استقلالية التلميذ حيث لا يأخذ التلميذ قراره حول تطويره البدني فالقرار للمدرس فقط.

القناة الاجتماعية : التطوير الاجتماعي يتطلب التفاعل الاجتماعي بين التلاميذ من خلال الأداء الجماعي ومن خلال العلاقات المتداخلة والمتبادلة بين التلاميذ وبعضهم وما دام المعلم هو الموجه في هذا الأسلوب، لذلك تجد أن التعلم يحدث خارج العلاقات المتبادلة وبالتالي يكون التطوير اتجاه الأدنى.

القناة السلوكية : وتعني هذه القناة درجة الاستقرار والارتياح وسرور التلميذ أثناء التعلم، وفي التربية الرياضية تجد أن سلوك التلميذ يكون في أحسن أحواله عندما ينجح في أداء المهارات والحركات المطلوبة منه، لذا نجد أن هناك تلاميذ يرغبون في أن يوكل إليهم أعمال عن طريق الأمر، ولذلك هم يشعرون بالفرح والسعادة

فمكانهم بناء على ذلك في هذه القناة يتجه إلى أعلى وعلى النقيض من ذلك فهناك تلاميذ آخرين لا يرغبون في أن يقوم آخر باتخاذ القرارات بشأنهم وعند ذلك يكون موضعهم من هذه القناة بالاتجاه الأدنى.

القناة الذهنية : في أسلوب الأمر يكون من الصعوبة أن ينشغل تفكير التلاميذ حيث أنهم تحت سيطرة المدرس فالعمل الفكري الوحيد والرئيسي في هذا الأسلوب هو التذكر فقط. فإذا ما أخذنا عمل التذكر فقط فسوف يكون موضع التلميذ في هذه القناة باتجاه أعلى. إلا أن العمل الذهني يشمل العديد من الفعاليات مثل المقارنة والتصنيف والافتراض والإبداع وأمور كثيرة، فالأسلوب الامري لا يدعوا التلاميذ إلى الاشتراك في كل هذه الأمور وعليه يكون موضع التلميذ في هذه القناة باتجاه الأدنى. (**مصطفى السايح محمد،2003،22، 24**)

إن جوهر الأسلوب الامري هو العلاقة المباشرة والآنية بين الحافز الصادر من المعلم والاستجابة الصادرة من الطالب، فالحافز هو الإشارة الأمرية من قبل المعلم والتي تسبق أي انجاز حركي من قبل الطالب وكل حركة يقوم بها المتعلم تأتي تبعا للعرض أو النموذج المعلن من قبل المعلم. (**اسماعيل محمد غصاب ،2008، 5**)

جدول رقم (2) يبين أهم مميزات الأسلوب الأمري.

المميزات
يستخدم مع المبتدئين في تعلم المهارة.
يستخدم في الأنشطة الصعبة للسيطرة على مسار التعلم.

(**مصطفى السايح محمد، 2009، 81**)

1-1-8-2- الأسلوب التبادلي: في هذا الأسلوب يتعلم التلاميذ بقدر ما يتحملون من المسؤولية، والاعتماد على النفس والعمل في مجموعات زوجية، واستيعاب المعلومات وإيضاحها لزملائهم، وهكذا بالتبادل حيث تقوى المهارات الاتصالية بين التلاميذ، وهذا الأسلوب يفيد في تنمية المفاهيم البدنية والاجتماعية والعاطفية في حياة التلميذ، وهذا يؤدي إلي تكوين علاقة ثلاثية على الشكل التالي: المؤدي المراقب المعلم. (**محمود عبد الحليم عبد الكريم،2006، 251**)

إذا أخذنا الاستقلالية مقياسا لهذه الطريقة فيمكننا أن نستنتج ما يأتي:

القناة البدنية : في قناة التطوير البدني يكون التلميذ قائما بدور (العامل) فالقرارات الممنوحة تتخذ من قبل التلميذ.

القناة الاجتماعية: أما موقع التلميذ في قناة التطوير الاجتماعية فيتحرك باتجاه الأعلى فتبادل الأدوار في هذا الأسلوب يخلق حالة من العلاقات الاجتماعية الكثيرة المتداخلة .

القناة السلوكية :عندما تقع أو تحدث العلاقات الاجتماعية المتبادلة فالاستنتاج هنا أن شعورا جيدا يمكن أن يحدث باتجاه الآخرين وباتجاه النفس، ولذلك فموقع التلميذ في القناة السلوكية يمكن أن يتحرك قريبا من الأعلى ويمكن القول هنا بأن الإمكانية على إعطاء التغذية الراجعة للتلميذ الآخر وكذلك القدرة على تقبل التغذية الراجعة من الآخر يخلق مستوى من العلاقات الاجتماعية المتداخلة والتي تكون قريبا للأعلى من القناة السلوكية.

القناة الذهنية : هناك انتقال أو تحرك بسيط في موقع التلميذ في القناة الذهنية فالموقع يتحرك قليلا باتجاه الاعلى وذلك بسبب انشغال التلميذ الملاحظ بعمليات ذهنية متعددة مثل المقارنة والتركيز على تنفيذ البيانات وأخيرا عمل الخاتمة والاستنتاج (التغذية الراجعة) . (**مصطفى السايح محمد،2003،37 ،38**)

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 مدرس واحد لطالب واحد ويعتمد هذا الأسلوب أيضا على (مبدأ التوزيع التبادلي على شكل ثنائيات وبما ان 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 المدرسين من جهة أخرى.

(**وداد المفتي ، 2000**)

جدول رقم (3) يبين أهم مميزات الأسلوب التبادلي.

المميزات
يفسح المجال أمام المتعلمين ليتولوا مهام التطبيق.
يفسح المجال للتعلم على كيفية إعطاء التغذية الراجعة
يساعد على تنمية القيادة الفاعلة.

(**مصطفى السايح محمد، 2009 ، 89**)

موجز الأسلوب التبادلي: يستخدم مع المستويات العالية والمتقدمين لإعداد الطلبة وتأهيلهم ليكونوا مدرسين أو مدربين ويستخدم في المراحل الجامعية وإعداد المعلمين، يستخدم لمرحلتي المراهقة الاولى والثانية والسبب الرئيسي في ذلك أن هذه المرحلة لها واجب مهم وهو تربية الشباب على التفكير والعمل مع الجماعة.(**بن دقفل رشيد،2012،71**)

بالإضافة إلى أن هذا الأسلوب يعطي فرصة كبيرة، وهي الاطلاع على تحليل الحركة بشكل دقيق وملاحظتها عند المؤدي، ومقارنتها بالمعيار الذي هو عنده، وهذه الفرصة لا تتوفر له في الأساليب السابقة.

(**بن عمر مراد، 2010،100**)

3-8-1-1- أسلوب الاكتشاف الموجه: Guided Discovery:

وصف الأسلوب: يعتبر أسلوب الاكتشاف من الأساليب غير المباشرة وتعتبر هذه الأخيرة أفضل من الأساليب المباشرة في التعلم وذلك لما تؤديه من تغيرات ايجابية في اتجاهات الطلاب، وينقسم أسلوب الاكتشاف إلى نوعين وهما الاكتشاف الموجه والاكتشاف الحر ومما يؤخذ على الاكتشاف المتعدد(الحر) تحرك الطالب بدون ضوابط موجهة لهذه الحركة مما قد يتسبب في عدم الوصول للهدف المطلوب من المهارة.
أما الاكتشاف الموجه الذي هو محور دراستنا : فهو الذي يقدم فيه المعلم البدائل المتعددة من الحركات ويعطي الطالب فرصة تجريبها حتى يتمكن من تحديد الأفضل.

خطوات تنفيذ أسلوب الاكتشاف الموجه:

-تحديد الهدف – وضع البدائل أو الحركات التي تشبه (طريقة تنفيذ المهارة) – يقوم الطالب بأداء المهارة بأوضاع مختلفة على حسب البدائل المعروفة – بعد تجريب جميع الأوضاع يطلب المعلم المقارنة بين جميع البدائل – يسأل المعلم ما الطريقة الصحيحة – يرجح المعلم الطريقة الصحيحة – يمارس الطالب المهارة بالطريقة الصحيحة للوصول إلى درجة الإتقان.

أهداف أسلوب الاكتشاف الموجه:

- شغل الطالب في عملية استكشافية معينة.
- تنمية العلاقة الايجابية بين الطالب والمعلم من خلال عملية الاكتشاف.
- تنمية عملية التفكير والاستقصاء والاكتشاف.
- تنمية الصبر لكل من الطالب والمعلم عن طريق الممارسة. (**رشيد بن عبد العزيز،خالد بن ناصر السبر،2006،68،67**)

مزايا التعلم بالاكتشاف الموجه:

- تنمية الكفايات الفعلية للطالب.
- يقدم تعزيزا مستمرا للطالب بعد التقدم من خطوة الى أخرى مما يؤدي الى زيادة الدافعية والرغبة في الاستمرار مما يجعل التعزيز لدى الطالب داخليا وليس خارجيا.
- يقلل من ظاهرة النسيان ويجعل المادة قابلة للفهم والاستيعاب.
- يساعد الطالب على تعلم كيف يتعلم واستعمال المهارات العقلية العليا.
- ينمي لدى الطلاب الاستقلالية والاعتماد على النفس.
- يحول الطالب من متلقي للمعرفة الى صانعها. (**لؤي ساطع محمد جواد، أحلام صادق حسين،2012،437**)

موجز أسلوب الاكتشاف الموجه: أسلوب الاكتشاف الموجه احد أساليب التدريس الذي هو عبارة عن تعلم استقصائي بحثي ذاتي ولكنه موجه وتحت إشراف المدرس وسيطرته ، ويعتمد هذا الأسلوب على نوع من

التفاعل الفكري بين المدرس والطلاب ، إذ يقوم بطرح أسئلة متتالية عليهم يقابلها استجابة حركية منهم، أي سؤال واحد من المدرس يتبعه استجابة واحدة ، مجموعة من أسئلة متعاقبة يتبعها مجموعة استجابات حركية تؤدى إلى اكتشاف الحركة (الهدف الحركي) المراد الوصول إليه.

ويكون المدرس في هذا الأسلوب مسئولا عن إجراءات أو عمليات ما قبل التدريس ،إذ يحدد لنفسه الهدف الحركي النهائي الذي يريد أن يصل إليه الطلاب (تمرين بدني ، مهارة حركية) ووضع قائمة بالأسئلة في ضوء توقعه لاستجاباتهم الحركية يراعى فيها التسلسل وكل سؤال يمهد لما بعده في طريق الوصول للهدف ، كما يراعى إعداد أسئلة إضافية في حالة الاستجابة غير الصحيحة لتقريب مفهوم الحركة إلى ذهنهم ، كما يشترك المدرس مع الطلاب أيضا في عملية التغذية الراجعة في أثناء تنفيذ الحركة المطلوبة أو بعد أدائها مباشرة، و تعد بمثابة تعزيز لهم، وهى عملية مستمرة طوال خطوات الاكتشاف وتكون إيجابية وعامة مثل أن يقول المدرس (ممتاز، جيد ،أحسن ، حاول تفكر) ويمكن استخدام هذا الأسلوب مع المراحل السنية جميعها، وهو أسلوب يحدث فيه التعلم كنتيجة لمعالجة الطالب للمعلومات وتركيبها وتحويلها حتى يصل إلى معلومات جديدة . (**ناهده عبد زيد الدليمي،حالدة عبد زيد الدليمي،2007،26**)

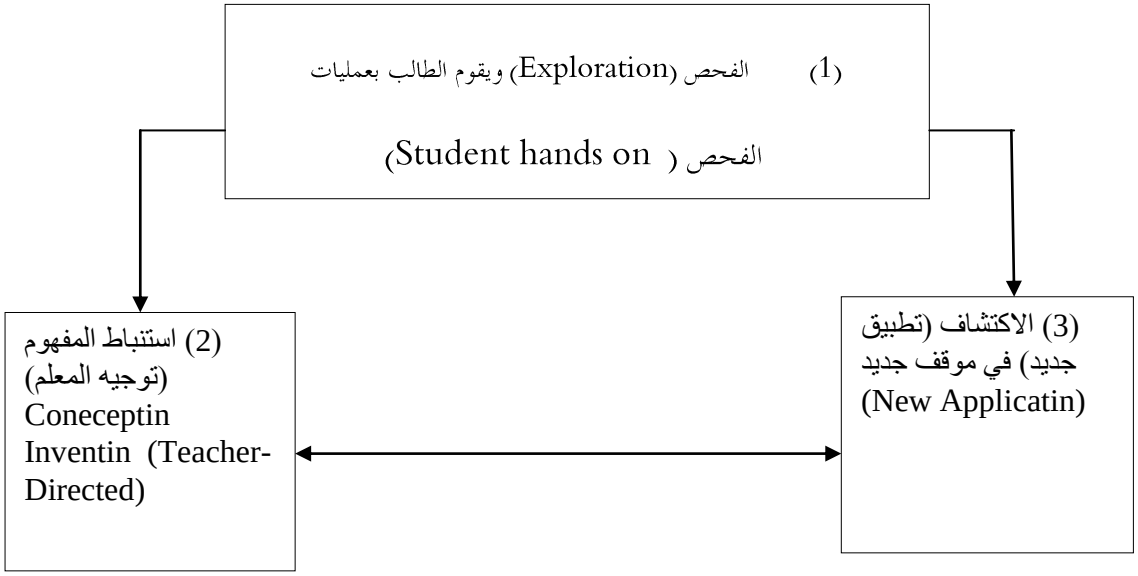
أهمية التعلم بالاكتشاف الموجه: يشير محمود الجمال "أن الاكتشاف الموجه يعمل على بناء مفهوم الذات حيث يشعر الطلاب بالأمان النفسي والتسامح مع مرات الفشل القليلة نسبيا من جانب المدرس ، وشعور الطلاب بأنهم أكثر ابتكارا وأكثر صحة نفسية". وقد تبني كل من (محمود الجمال 1993، صبري الدمرداش 1997، داليا رزق 1999، واصف عزيز 1999، عماد المحلاوي 2000, فخرية أبو حليقة 2000، نورة حمامة 2000، إيمان أبو الغيط 2004، زينب عاطف 2005) تلخيص Jerome Bruner للأسباب التي تـــدعو إلى ضرورة استخدام طريقة الاكتشاف الموجه في التدريس، وهذه الأسباب هي:

1 - تنشيط الطاقة الذهنية (Intellectual Potency): تعني أن الفرد يتعلم وينمي عقله فقط . فهو يؤكد أن هذا النوع من التعلم يقود المتعلم إلى إنماء بنيته العقلية وذلك بتنظيم ما يواجهـــــــه من سلوك لكي يكشف التناسق أو عدم الانتظام بين الأشياء، وهذا يؤدي إلي التعلم الذاتي، وتنمية المهارات العقلية .

2 - الدوافع الداخلية أفضل من الخارجية :(Intrinsic rather than Extrinsic Motives):ويقصد بذلك أنه باستمرار النجاح في التقصي ، فإن الطالب يشعر بحالة من الرضا عن إنجازه ، أي إثابة ذاتية، وإذا أراد المعلمون لطلابهم الـــــــتعلم للمتعة فيجب توجيه أنظمتهم التعليمية التي تحقق لطلابهم الرضا الذاتي.

3 - تعلم النواحي التنقيبية للاكتشاف (Leaning Fleuristics Of Learning): ويقصد بذلك أن الطريق الوحيد ليتعلم الفرد إجراءات الاكتشاف ، وهو أن تتاح له الفرص لكي يكتشف . فخلال الاكتشاف يتعلم الطالب تدريجيا كيـــــف ينظم ويواصل البحث والتقصي . (**صباح فايز النحاس ،2001، 57**)

Guided Discovery Learning Cycle



شكل (01) دائرة التعلم بالاكتشاف الموجه

جدول رقم (4) يوضح دور المعلم والطالب في اتخاذ القرارات الثلاثة للأسلوب الامري ،التبادلي والاكتشاف الموجه لتدرس التربية البدنية والرياضية.

الرقم	اسم الأسلوب	مجموعة القرارات الثلاثة		
		التخطيط	التنفيذ	التقويم
1	أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الامري)	المعلم	المعلم	المعلم
2	الأسلوب التبادلي	المعلم	الطالب المؤدي	الطالب الملاحظ
3	أسلوب الاكتشاف الموجه	المعلم	المعلم – الطالب	المعلم – الطالب

جدول رقم (5) يوضح قنوات النمو في الاسلوب الامري ،التبادلي والاكتشاف الموجه من منظور استقلالي.

الرقم	اسم الأسلوب	قنوات النمو			
		الجانب المهاري	الجانب الاجتماعي	الجانب الانفعالي	الجانب المعرفي
1	أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الامري)	1	1	1	1
2	أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي)	2	3	3	2
3	أسلو الاكتشاف الموجه	2	2	6	7

الحد الأدنى1--2--3--4--5--6--7--8--9--10-الحد الأقصى.

(رشيد بن عبد العزيز أبو رشيد، خالد بن ناصر السبر،2006 ، 13 ،14)

1 2 الخلفية النظرية المتعلقة بالرضا الحركي:

1-2- 1- نظريات وقوانين التعلم الحركي:

- ✓ تطرقنا الى مختلف هذه النظريات والقوانين لاعتقادنا انه لابد من العاملين في مجال تدريس التربية البدنية والرياضية وتعليم مختلف الحركات الرياضية في مختلف الرياضات معرفتها والرجوع إليها والاستناد عليها.

1-2- 1-1- نظريات التعلم:

- نظرية المحاولة والخطأ وتعلم المهارات الرياضية: إن نظرية المحاولة والخطأ تمثل ظاهرة ملموسة لدى كل من المعلم والمتعلم في مجال درس التربية الرياضية والتي تستخدم من قبل التلميذ عند بداية تع لم المهارات الرياضية المختلفة فعندما يشرح المعلم المهارة ويعرضها بطريقة مختلفة يحاول التلميذ أداء المهارة ويخطأ ويحاول مرات حتى يتمكن في النهاية من السيطرة على الحركة وإن كان يميز الأداء كثيرا من الأخطاء والتي تميز شكل الحركة في هذه المرحلة من مراحل التعلم والتي تسمى بالمرحلة الخام للتوافق الحركي (التوافق الأولي) وعلى ذلك فتكرار المحاولة على أداء المهارة بشكل صحيح يكسب المتعلم التعود الصحيح على الحركة أيضا وبذلك تتم عملية التعلم بعد فترة من "التمرين" . (**إبراهيم محمد المحاسنة ، 2006 ،40، 41**)

عن طريق المحاولة والخطأ حتى يتكون "ممر" داخل الجهاز العصبي والذي يسمى "بالممر العصبي" للحركة الذي ينتج عنه إثارة وحركة عضلية مناسبة. فالحركات الأولى وفي شكلها الأولي تحتاج إلى مجهود مضاعف من المتعلم ومع بذل هذا المجهود المضاعف لا تظهر الحركة بصورة جيدة حيث ينقص المتعلم اكتسابه للتوافق العضلي العصبي الخاص بمثل هذه الحركة والذي يعبر عنه بوجود الممر العصبي الخاص بالحركة. إن وجود الممر العصبي يعني ظهور الحركة بشكل أفضل من حيث مستوى الأداء وقلة في الأخطاء والذي يصحبهما ارتياح ورضى من المتعلم حيث يضيفان عليه السعادة والناتجة عن تمكنه من الأداء السليم للحركة.

- نظرية الاقتران الشرطي وتعلم المهارات الرياضية: قد تناقض هذه النظرية والتي تسمى بنظرية الفعل المنعكس الشرطي أو نظرية الاقتران الشرطي بالنظرية السابقة "المحاولة والخطأ" حيث تبين هذه النظرية بأن التعلم الحركي يكون نتيجة "اقتران شرطي" وليس نتيجة لتكون ممر في الجهاز العصبي للمتعلم وبذلك فالمتعلم يتصرف بأدائه للحركة بطرق خاصة بسبب أنماط معينة من المؤثرات فإذا ما وقع الفرد تحت مؤثر معين فان رد الفعل الذي يرتبط بهذا المؤثر يكون هو التصرف الذي يقوم به الفرد وهكذا تتكون ردود أفعال متعددة للمؤثرات والمواقف التي تنشأ عن طريق الخبرة أو عن طريق الاقتران الشرطي وبذلك ننصح أن يقع التلاميذ عند التعلم الحركي للمهارات الرياضية المختلفة تحت مؤثرات لها علاقة بالمهارة حتى يكون التعلم أسرع وبأكثر إيجابية، إن استخدام "قانون التدريب" لا يختلف في استخدامه في الارتقاء بالمهارات الحركية فـإذا ما أراد لاعب التقدم بمستواه المهاري في "التنس" فما عليه إلا التدريب على التنس تحت إشراف مدرب مختص فبدون

التدريب لا يتقدم مستواه حتى ولو قرأ الكتب المتخصصة جميعها في مجال التنس. ومن الأمثلة الحية مثلا على اقتران حركة معينة برد فعل منعكس للمتعلم أن الطفل عندما يشعر بأنه سيقع على الأرض نتيجة لعدم التوازن أو الإفراط في حركة معينة نجده يبدأ بأخذ احتياطاته بأن يضع يديه على الأرض أو محاولة وقاية الرأس أو الجري هروبا من خطر كالمطر أو الجلوس عند الشعور بدوران بالرأس مثلا . وجميع هذه الحركات هي رد فعل لمثير خارجي وهو هنا حماية الجسم أو الوقاية من الإصابة، وقد يكون المثير رغبة الطفل (المتعلم) في التفوق أو الفوز والخسارة أو الشهرة أو كسب رضا المعلم وهكذا.

(**إبراهيم محمد المحاسنة ، 2006، 41، 43**)

- **النظرية الكلية وتعلم المهارات الرياضية:** تعتمد نظرية "الطريقة الكلية" كإحدى نظريات التعلم على افتراض أن الشخص المتعلم يتعرف بشكل عام على أي موقف وعليه فانه يظهر مدى إجادة المتعلم للأداء بالنسبة للموقف تبعا لوضوح الرؤيا أولا بالنسبة للهدف وثانيا بالنسبة لإمكانياته ومدى قدراته على تحقيق الهدف وبذلك فدرجة الأداء تختلف كل مرة عن الأخرى وذلك باختلاف وضوح الرؤيا والتي تتمثل في مدى فهمه واستجابته للهدف وكذلك اختلاف قدراته وإمكاناته إزاء تحقيق الهدف. (**إبراهيم محمد المحاسنة ، 2006،43**)

- **نظرية الجشطلت (التعلم بالاستبصار):** يحدث التعلم من وجهة نظر الجشطلت نتيجة الإدراك الكلي للموقف وليس نتيجة إدراك أجزاء الموقف منفصلة. فالموقف الكلي يفقد كثيرا من خصائصه وصفاته إذا حلل إلى أجزائه. والكل ليس مجرد إضافة أو جمع الأجزاء بعضها إلى بعض، بل يشتمل على أكثر من ذلك فالجملة مثلا تشتمل على أكثر من الكلمات والحروف التي تتكون منها.

ويوضح وشبرن هذا الرأي فيذكر المثال التالي:

إذا رسمنا شوارع مدينة ما، وبينا اتجاه كل منها وطوله على أوراق منفصلة وعرضنا هذه الأوراق على شخص فان الشخص لن يعرف هذه المدينة أبدا. صحيح انه يمكن من الأوراق التي تحت يدنا تركيب خريطة نعرف منها المدينة، ولكن التعلم بهذه الطريقة سيكون صعبا ومعقدا. ويستغرق الكثير من الوقت .

ووجهة نظر الجشطلت بهذا الخصوص هي أن نبدأ بالكل، ثم بعد ذلك نبحث في الأجزاء. بمعنى أن نبدأ أولا بالخريطة كلها ثم بعد ذلك ندرس شوارعها وميادينها. (**إبراهيم وجيه محمود، 2010،242، 243**)

- **نظرية التعلم بالملاحظة لباندورا:** تفسر عملية اكتساب الاستجابات الجديدة كنتيجة لملاحظة شخص آخر. توضح الأبحاث أن الناس يستطيعون تعلم الاستجابات الجديدة لمجرد ملاحظة سلوك الآخرين وهؤلاء الناس الآخرون يعتبرون نماذج والاستجابات من خلال مثل هذه الملاحظة يسمى الاقتداء بالنموذج.

– تحليل فيما إذا كان تعزيز الاستجابة يكفي لتفسير السلوك، أو ما إذا كانت قدرة الملاحظ على إدخال المعلومات وخزنها واسترجاعها حول الاستجابات التي صيغت على نمط النماذج التي تعرضت لها ينبغي أن تتضمن في نظرية التعلم بالملاحظة.

– الجانب الانتقائي في التعلم بالملاحظة. وعلى سبيل المثال عند تعريض الأطفال إلى نفس النموذج، فان بعضهم يتعلم جوانب مختلفة من جوانب سلوك ذلك النموذج. ونظرية التعلم بالملاحظة لا تفسر فقط كيفية اكتساب أنماط الاستجابات فحسب، بل لماذا يهتم الملاحظ ببعض الجوانب ويحتفظ بها دون غيرها من الجوانب الأخرى. قد يعرف الأطفال ما الذي أداه النموذج، ولكنهم قد لا يظهرون دائما تلك المعرفة من خلال سلوكهم وهنا لابد من الإجابة على التساؤلات التالية: أي الاستجابات التي جرى تعلمها بالملاحظة يرغب الفرد في أدائها؟ أي عوامل دافعية تنظم الأداء الانتقائي للسلوكات التي جرى تعلمها بالملاحظة.

شروط ضرورية لحدوث التعلم بالملاحظة:

– أن يدرك الملاحظ سلوك النموذج، فلن يقلد الملاحظ سلوكا لا يراه أو لا يسمعه.

– أن يكون الملاحظ قادرا على أداء سلوك النموذج، فلن يقلد الرضيع السلوكات اللغوية التي يسمعها.

– أن يكون الملاحظ مهتما بالتقليد، كأن يراه مشبعا لحاجة ما عنده.

– أن يرى الملاحظ أو يعلم أن سلوك النموذج يعزز، فالطفل يقلد عدوان نموذج يثاب لذلك ولا يقلد عدوانا يعاقب النموذج عليه.(**جودت عبد الهادي،2007، 255، 260**)

1-2- 1–2– قوانين التعلم: عندما نتكلم عن قوانين التعلم فلا بد أن نتذكر" ثورندايك " عالم النفس المعروف بالعديد من النظريات والآراء في هذا المجال فهو صاحب قانون الدرجة التائية وهي درجة معدلة للدرجة المعيارية والتي تستخدم في تقويم مستويات الطلاب وهو صاحب الفلسفات الخاصة بعلم القياس حتى سمي "بأبي القياس" كل ما هو موجود بمقدار وكل ما هو موجود بمقدار يمكن قياسه على ذلك فقد قدم ثورندايك الكثير من الآراء والنظريات والتضمينات التربوية عن موضوع التعلم، فقد وضع ثلاث قوانين رئيسية للتعلم يمكن أن تتم العملية التعليمية وفقا لها والتي تعتبر ذات أهمية خاصة بالنسبة للتعلم الحركي. قانون الاستعداد، قانون التدريب وقانون الأثر.

- قانون الاستعداد: إن قانون الاستعداد يمثل في مجال التعلم الحركي والفعاليات الرياضية ركيزة هامة وعلى ذلك يجب على معلم التربية الرياضية التأكد من أن لون النشاط البدني والمهاري يتناسب مع قدرات المتعلم المختلفة والتي لها الأثر الكبير في سرعة التعلم هذا بالإضافة إلى وجود الرغبة والحاجة من قبل المتعلم وإحساسه بأهمية ما يتعلمه وعلى ذلك فعند وضع البرنامج المدرسي للتربية الرياضية يجب على المربين والمخططين للأنشطة الرياضية ملاحظة الأمور التالية :

ملائمة المهارات والحركات للمستوى البدني الذي يتمتع به الطلبة. (**إبراهيم محمد المحاسنة ، 2006،43، 44**)

أن المستوى البدني للتلاميذ يمكنهم من تقبل المهارات واستيعابها .

أهمية الخبرة السابقة للتلاميذ واللازمة لاكتساب المهارات الحركية .

مناسبة المرحلة التعليمية للمرحلة العمرية بالنسبة للتلاميذ .

وعلى ذلك فاستعداد التلاميذ لتقبل الألعاب المنظمة يكون في المرحلة الثانوية أكبر منه في المرحلة المتوسطة وكذلك يكون في المرحلة المتوسطة اكبر منها في المرحلة الأساسية فتعليم مهارة الرمي مثلا (إحدى فعاليات العاب القوى أو الساحة والميدان) يكون مناسبا عندما تكتمل عند التلاميذ بعض الصفات البدنية الخاصة كالقوة العضلية مثلا وعلى ذلك يكون استعدادهم للتعلم أفضل.

- قانون التدريب: يشبه مفهوم قانون التدريب إلى حد ما مبدأ "الإهمال والاستعمال" فالعضو الذي يستعمل بكثرة يقوى أكثر فالقبضة اليمنى أقوى من القبضة اليسرى والسبب هو استعمال اليمنى أكثر من اليسرى وقد يكون هذا الاستعمال مقصودا أو غير مقصود وعلى ذلك فتدريب أي عضو على حركة معينة يعني استعمال هذا العضو في نفس الاتجاه مرات متعددة وبذلك فان نظريات التدريب تجمع على أن تكرار الأداء يجب أن يكون كافيا حتى نحصل على نتيجة أفضل والتكرار وحده ليس كافيا للوصول إلى المستوى المطلوب فمثلا ثني ومد الذراع خمسون مرة يوميا ولمدة شهر يعمل على تنمية العضلات العاملة على الثني والمد ولكن بصورة قليلة أما اذا استعمل ثقل مناسب في عملية الثني والمد نجد أن هناك نموا مضطردا في قوة العضلات الثانية حيث أن وجود "ثقل" مناسب يعني وجود مثير مناسب وعلى ذلك فقانون التدريب يعني الاستعمال والتكرار المناسبين والشدة المناسبة لذلك فالغالب أن يقدم الواجب الحركي من قبل المعلم أو المدرب عن طريق الشرح وعرض الحركة... حيث ان فهم المتعلم للواجب الحركي يعتبر المرحلة الأولى لعامل استعداده وتعتبر المحاولة الأولى للأداء الحركي هي بداية العامل الأثر عند المتعلم. أما من ناحية مدة التدريب الضرورية فإنها متعلقة بمدى استعداد المتعلم وصعوبة تعلم الحركة وبالمستوى الحركي المطلوب وبموقف المتعلم من الحركة وكذلك طريقة التعليم والتعلم المستخدمين. (**إبراهيم محمد المحاسنة،2006،44، 46**)

- قانون الأثر: إن لقانون الأثر لثورندايك مردود ايجابي على عملية التعلم وقانون الأثر يتمثل في المواقف والنتائج الايجابية عند المتعلم نحو الخبرة (الحركة أو المهارة) التي يتعلمها والتي تعمل على سعادته وابتهاجه وعلى ذلك فمعلم التربية الرياضية له دور كبير في ذلك والذي يتمثل في إيجاد جو مناسب يعطي للمتعلم الفرصة للمشاركة أولا وتذوق النجاح ثانيا. والتعبير عن قدراته لان ذلك سيدفعه إلى عمل كل ما من شأنه تحقيق رغباته ولذلك على معلم الصف أن يفكر مليا في كل ما يسعد الطفل وعليه التذكر أنه يفكر بطريقة معينة ويحب بشكل معين ويرغب ويميل ويشكل اتجاهاته بشكل معين وكلها تنطلق من سعادته هو وليس سعادة الآخرين. (**إبراهيم محمد المحاسنة ، 2006،46**)

1-2- 2- تطور الحركة عبر العصور: كانت الحركة هي وسيلة الإنسان الأول في التعبير عن نفسه، حيث استخدمت الحركة في المجتمع البدائي كلغة ينقل بها الفرد أحاسيسه وأفكاره للآخرين. إن رسوم وتماثيل المصريين القدماء تدل على أنهم كانوا يهتمون اهتماما بالغا بدراسة الشكل الخارجي لحركات الإنسان، فق د اهتموا بتسجيل أوضاع الجسم. وطريقة تحرك الأطراف وإظهار المدى الحركي لكل مفاصل الجسم أثناء أداء

بعض الرقصات، كما كانوا يتبنون حركات معينة في المناسبات المختلفة كانت هذه الحركات ذات طابع تعبيري مدروس، ودقة التعبير الواضح في رسومهم تدل بما لا يدعوا مجالا للشك أن الفنان المصري القديم كان على دراية وعلم بطبيعة ومدى الحركة البشرية. ولقد ذكرت كتب التاريخ أن الفيلسوف اليوناني "أرسطو طاليس" (385-322ق.م) هو أول من اهتم بدراسة الحركة البشرية في التاريخ القديم المسجل، فهو يعتبر بحق الرائد الأول لعلم الحركة، فقد تكلم عن مركز ثقل جسم الإنسان وعن الروافع وأثرها على حركة الأجسام كما برهن على أن الرياضيين يثبون إلى مسافات أبعد إذا حملوا أثقالا في أيديهم، وأن العدائيين يجرون أسرع إذا ما حركوا أيديهم حركة عكسية مع الرجلين أثناء العدو. وكان "أرسطو" أول من وصف حركة المشي عند الإنسان على أنها " تحويل الحركة الدائرية الناتجة من المفاصل إلى حركة انتقالية لمركز الثقل، ولقد كان تحليل أرسطو لحركة المشي هو أول تحليل هندسي لحركة الإنسان في التاريخ". بعد ذلك العالم الروماني "جالن"(131-1ق.م) وهو أول من فرق بين الأعصاب الحسية والأعصاب الحركية وأول من تكلم عن النغمة العضلية وعن الانقباض العضلي. ويعتبر "جاليليو"(1564-1643م) من العلماء الذين استفاد من أبحاثهم علم الحركة كثيرا، كما كانت أبحاثه " علاقة الجاذبية الأرضية بالأجسام الساقطة وعلاقة الزمن بالمسافة والسرعة" دعائم قوية في دراسة حركة الإنسان بعد ذلك. وفي عام (1741م) نشر العالم "نقولا اندريا" كتابه عن القوام المعتدل للطفل وكان ظهور التصوير أثره الفعال في دراسة الحركة البشرية، وكانت أول محاولة لتصوير الحركة هي التجربة التي قام بها حاكم كاليفورنيا حيث حاول تصوير جياده وهي تمشي وتقفز. أما "توماس ايدسون" فقد كان له الفضل في تطوير آلات التصوير السينمائي وآلات العرض .وبظهور التصوير السينمائي فتح الباب على مصراعيه أمام التحليل الحركي ودراسة حركة الإنسان، واستغل "ماري "(1880 م) هذا التقدم في تصوير بعض الحركات الرياضية، وهو أول من وضع أسلوب التصوير المتتابع. واستطاع العالمان الألمانيان "براون وفشر" وعن طريق تجربة ماري من إيجاد العلاقات الكينماتيكية للحركة الرياضية. ومازال العلم يأتينا كل يوم بجديد في مجالات علم الحركة والميكانيكا الحيوية. (**عصام الدين متولي عبد الله،2011،13، 17**)

والحركة أقدم أشكال الاتصال والمشاركة الوجدانية، فلقد استعملها الإنسان القديم في حماية نفسه وحماية جماعته كما كانت أهم وسائل إثارة المرح والمتعة من خلال أنشطة وقت الفراغ والترويح لتساعده في التخلص من التوتر والغضب والقلق، فالتعبير عن المشاعر يجلب الإلهام لمؤدي الحركة، فيحصل الفرد على إمكانية إبداعية متميزة ولقد استعان الإنسان منذ وجوده بالحركة في كسب رزقه، بل إنها كانت وسيلته الوحيدة للمحافظة على حياته واستمرارها. (**فاطمة عوض صابر، 2007،13، 14**)

1-2- 3- التعلم الحركي: لقد اختلف العلماء والخبراء في إعطاء تعريف واحد للتعلم الحركي والاعتماد على تعريف واحد لا يمكن من وصف عملية التعلم الحركي بصورة متكاملة، إلا أن أكثر هذه التعاريف يتفق على

أنه العملية التي تساعد الإنسان على تحسين قابلياته على حل مشاكله أو على التكيف للحياة المتغيرة ومن هذه التعريفات هي كالآتي :

فيعرفه مانيل 1976: بان التعلم الحركي يعني اكتساب وتحسين وتثبيت واستعمال المهارات الحركية . وإنها تكمن في مجمل التطور للشخصية الإنسانية وتتكامل بربطها باكتساب المعلومات وبتطوير قابليات التوافق واللياقة البدنية وباكتساب صفات التصرف. ويعرفه شنابل 1978: إن التعلم الحركي عبارة عن عملية الحصول على المعلومات الأولية عن الحركة والتجارب الأولية للأداء وتحسينها ثم تثبيتها. ويعرفه بونى 1961: بان التعلم الحركي هو عبارة عن عملية اكتساب للسلوك يمكن تقويمها وقياسها من خلال تقويم المستوى الحركي. ويعرفه والكر : ان التعلم الحركي هو التغير النسبي المستمر في الأداء والذي يمكن النظر إليه باعتباره محصلة الخبرة. ويعرفه كل من فاجيه 1974- روتيج وجابلر1970: عبارة عن عملية تهدف إلى اكتساب المهارات الحركية والقدرات البدنية وتحسين عملية اختيار السلوك المناسب للمواقف المختلفة .

ويعرفه وجيه محجوب 1985: بان التعلم الحركي هو تعلم الحركات والمهارات الرياضية مقرون بالمقدرة والاستيعاب للفرد ومعتمد على التجارب السابقة. وهو صفة الإدراك للحركات الجسمية. وهو استيعاب للمعلومات والقدرة على الإدراك. (**قاسم لزام صبر وآخرون، 2005، 36، 37**) أما نزار1983 فعرفه بأنه هو: العملية التي من خلالها يستطيع المتعلم تكوين قابليات حركية جديدة أو تبديل قابلياته عن طريق الممارسة والتجربة.

أما (مفتي 1998) فعرفه بأنه: إجادة المهارة الحركية الحسية ناتج عن قيام المتعلم بجهد مما يؤدي إلى تغيير سلوكه الحركي الأفضل. في حين عرفه (عصام 1999) بأنه (عملية اكتساب وإتقان وتثبيت المهارات الرياضية خلال الإعداد التكنيكي وتتطلب هذه العملية مساهمة الرياضي الايجابية في تنفيذ الأهداف المحددة). (**عماد عزيز نشمي الغزي،2006،7، 11**)

1-2- 4- الرضا الحركي مفهومه وأهميته :

الرضا الحركي بمفهومه العام يعني رضاء الفرد عن حركاته وصفاته الحركية والبدنية. (**محمد حسن علاوي ، 1998، 171**) . كما يعرف بأنه" حصيلة المشاعر الوجدانية التي يشعر بها الفرد نحو نشاط معين وتعبر عن مدى الإشباع المناسب لحاجاته وتحقيق أهدافه التي من أجلها التحق بهذا النشاط . (**خالد فيصل الشيخو، الاء عبد الله حسين،2002، 114**).كما أن الرضا الحركي يرتبط ارتباطا وثيقاً بالدافعية لدى الطلبة نحو نشاط معين، فالطلبة الذين يتوافر لديهم الدافع الأساسي نحو التحصيل تكون درجة الدافعية نحو التعلم عندهم في أعلى مستوياتها، وأن اهتمام الطالب بالمادة الدراسية يتأثر بشكل أساسي بدرجة حماس المعلم لها وأن رعاية حب الاستطلاع ودافع الإنجاز من الأمور ذات الأهمية البالغة في عملية النمو التحصيلي والتعليمي عند المتعلم. فالإنسان يشعر بالرضا عندما يقوم بحل مشكلة ما أو تطوير مهارات معينة يريد تطويرها والوصول بها الى الهدف المطلوب منه . (**مروان أبو حويج، سمير أبو مغلي ، 2004، 158**).

وقد أجمعت الآراء في الآونة الأخيرة على ما للحركة من أهمية كبيرة لمسار التطور العام للإنسان إذ يرتبط النجاح في أداء النشاط الحركي بالرضا والمتعة وهما من الحوافز الدافعة إلى الاهتمام بالنشاط الحركي إذ تلعب الأنشطة الرياضية دوراً ايجابياً سواء من الناحية الفعلية والبدنية أو الاجتماعية أو النفسية للمشتركين فيها.أما الرضا عن العمل فيعرف بأنه حصيلة العوامل المتصلة بالعمل والتي تجعل الفرد محباً لعمله مقبلاً علي ه في بدء يومه. (صاحب شريف عداي الزيرجاوي، علي عباس طاهر الحسيني، 16،2012)

ان الرضا سواء عن المهنة ام عن الدراسة يأتي نتيجة الاتجاهات التي لدى الفرد نحو مهنته او دراسة وتأثيراتها العديدة والعوامل المتعلقة بالفرد نفسه مثل مستوى طموحه وخصائص شخصية ومُيول ه التي تظهر في صورة الرضا، ويلعب المدرس او المدرب الرياضي دوراً هاماً في وصول الفرد الى خبرات سارة مرضية فإذا ما ألم التدريسي الماماً بأحسن طرائق تعليم المهارات في مجال التربية البدنية فان هذا ادعى الى اقتصاد الجهد والوقت ويحقق نتائج أحسن ويحصل المتعلم على خبرة تعليمية شاملة وسارة، للقائد الجيد ان يخلق مواقف سارة تجعل الافراد يتذوقون النجاح ويحصلون على خبرات مرضية سارة فيحققون شيئاً من الرضا). إن الرضا عن الأداء الحركي يشكل تدعيماً أساسيا من اجل الاستمرار في ممارسة الأنشطة الحركية فضلاً عن ان زيادة الشعور بالرضا عن المستوى الأداء يعد احد الأبعاد التي يهتم بها علماء النفس الرياضي إذ يشير (singer) إلى انه من بين أهم العوامل التي تسهم في تحقيق الانجاز الرياضي هو الشعور بالرضا عن مستوى الأداء لذا فان قياسه يعطي مؤشراً عن حالة الرضا، كما ويرتبط رضا الفرد بخبرات الفرد السابقة فإذا ما كانت خبراته ناجحة وسليمة فان ذلك يؤدي إلى خلق مواقف مستقبلية سارة يمكن اعتبارها الدعائم الأساسية التي تبنى عليها توجيهات الفرد ورغباته فيحيا حياة صحيحة سعيدة ممتعة ويكون قادراً على ممارسة أعباء حياته اليومية بطريقة أفضل. (صاحب شريف عداي الزيرجاوي، علي عباس طاهر الحسيني ،17،2012)

ويشير (أسامة في هذا الصدد" إلى أن الخبرات السابقة الإيجابية التي يحقق فيها اللاعب النجاح والرضا في أي نشاط تؤدي إلى زيادة الاستعداد والرغبة في الاستمرار لممارسة النشاط مما يتيح فرصة أفضل لتحسين المهارات الرياضية والشعور بالسعادة والرضا نتيجة تحقيق الأهداف. (أسامة كامل راتب، 2001، 256)

والرضا حالة شعورية بسيطة تصاحب بلوغ الفرد لغاية ما، وتعقب إشباع الحاجات وتحقيق الرغبات والأماني والرضا هو الشعور المصاحب للاقتناع النفسي لما حققه الفرد في مجال ما من مجالات الحياة وما سوف يحققه مستقبلا. (أسامة كامل راتب،2001،132)

1-2- 5- إجراءات تكوين الرضا الحركي: الرضا عن موضوع معين هو حالة وجدانية إيجابية تؤدي إلى قبول التعامل معه، وهذه الحالة الوجدانية هي محصلة بين ما يريده الفرد وما يحصل عليه، ومن ثم فالرضا حالة نفسية تصاحب بلوغ الفرد لغاياته وإشباعه لحاجاته. والجدير بالذكر أن الفرد أيا كانت المرحلة العمرية التي ينتمي

إليها عندما يتعامل مع أي موضوع جديد، فإن هذا الموضوع يكون في موقع اختباري، فإذا أدى التعامل معه إلى درجة معينة من الإشباع كان ذلك كفيلا بتكوين الرضا عنه درجة تتناسب مع درجة هذا الإشباع.

ونظرا لأن حالة الرضا النفسي عن أي موضوع أو أي نشاط تتكون خلال الفترة الأولى للتعامل معه أو ممارسته فإن دراسة الرضا في المجال الرياضي غالبا ما تنصب على مرحلة الطفولة والمراهقة، حيث أن هذه المرحلة من حياة الفرد هي بمثابة فترة اختبار لكثير من الأنشطة الإنسانية وخصوصا النشاط الرياضي لما له من خاصية إشباع الحاجة إلى الحركة والتي تعتبر من الحاجات الأساسية للإنسان بصفة عامة والرياضي بصفة خاصة. وتتحكم في عملية تكوين الرضا عن الممارسة الرياضية نوعان أساسيان من المتغيرات الأولى: هي مجموعة المتغيرات الشخصية والتي تتحدد فيما يريد الفرد الحصول عليه، وهذه النوعية من المتغيرات متوافرة لدى كل فرد يسعى للممارسة الرياضية وتتمثل في محاولة إشباع حاجته البيولوجية إلى الحركة وكذلك إشباع حاجة أو أكثر من حاجاته النفسية تبعا لتكوينه النفسي أما المجموعة الثانية من المتغيرات فهي تلك المتغيرات البيئية التي تساعد على تحقيق غاياته وإشباع حاجاته، وهذه النوعية من المتغيرات يمكن التحكم فيها من خلال بعض من الإجراءات التالية:

-أن تكون الممارسة الرياضية بصفة عامة وممارسة أي نوع من النشاط مجالا خصبا لإشباع حاجة الفرد إلى الحركة ومتنفسا قويا لطاقته الحركية الكامنة.

-أن تكون الممارسة الرياضية في جو انفعالي يسوده المرح والسعادة ومجالا لتحقيق أكبر قدر من النجاح.

-أن تكون الممارسة الرياضية للنشاط في تنظيم يتناسب مع مستوى قدرات ممارسيه البدنية والعقلية، حتى يكون مجالا خصبا لإظهارها. (**يحياوي محمد،2008،144، 145**)

-أن تشتمل الممارسة الرياضية على إجراءات تدعيمية إيجابية عن كل أداء ناجح، على أن تكون هذه الإجراءات فورية ومناسبة لمستوى الأداء، وفي نفس الوقت يجب تجاهل الأداء الخاطئ وعدم تدعيمه سلبيا.

-تطوير أدوات وأجهزة الممارسة الرياضية بما يتناسب مع مستوى القدرات البدنية والحركية حتى لا تكون مجالا للشعور بالفشل والإحباط.

-أن يكون التنافس عنصرا أساسيا في برامج الممارسة الرياضية وعلى مستوى مناسب لدرجة النضج الانفعالي الذي يكون عليه الممارسون.

-أن يتم تنظيم الممارسة الرياضية بأسلوب يتجنب أي نوع أو درجة من الإصابة، وذلك من أجل تجنب الخبرات الانفعالية السلبية في الممارسة الرياضية بصفة عامة وفي أي نوع من أنواع الأنشطة الرياضية.

-أن تكون ممارسة أي نوع من أنواع الأنشطة الرياضية بالطريقة الكلية التي تسمح باكتساب التوافق الأولي، الأمر الذي يساعد على استيعابه وتقبله واستمرارية التعامل معه. أن تكون الممارسة الرياضية – وخصوصا إذا

كانت لنوع معين من النشاط الرياضي – مجالا لاكتساب مهاراته الأساسية وتحقيق مستوى مناسب من الإنجاز الحركي حتى يجد فيها الممارس مجالا للتطور والنجاح. (بن سعادة بدر الدين ، 2009،122، 123)

1-2- 6- انواع الرضا الحركي: ليس من الضروري ان تتعادل كل مظاهر الرضا عن الجوانب المختلفة للأداء الحركي فالرضا عن الاداء يرتبط بعوامل كثيرة منها، التعليم والتدريب والخبرة ... وتلك العوامل هامة في فهم التوافق الذي يمكن ان يستدل عليه.

1-2- 6-1- الرضا الاجمالي عن الاداء الحركي: ويعني به الرضا الكامل عن الاداء ككل من بداية التدريب الى ان ينتهي او في المنافسات أي بداية المنافسة الى النهاية وهذا الرضا يعطي حالة معنوية جيدة لدى الرياضي لتقديم الافضل وحث المجموعة الى تقديم المستوى المرضي.

1-2- 6-2- الرضا الجزئي: ويعني هذا الرضا رضا الرياضي او المجموعة او المدرب عن جزء من مستوى الرياضي في العملية التدريبية او في المنافسات فتارة نرى الرياضي في مستوى جيد يرضي المدرب والمجموعة وتارة نراه في مستوى غير المستوى الاول ونشاهد عدم الرضا من خلال ملامح واشارات وكلام المدرب.

1-2- 7- العوامل المؤثرة في الرضا:

- **التوتر** : والرضا ذو علاقة بالتوتر فكلما انخفض التوتر كلما ارتفعت درجة الرضا.
- **التقبل** : والرضا ذو علاقة بالتقبل فكلما زاد تقبل الفرد بوضعه (الاجتماعي أو الدراسي أو المهني ... الخ) كلما زادت درجة الرضا .
- **التوقع** : والرضا ذو علاقة بالتوقع فالرضا مرتبط بمدى ما يتوقعه الرياضي يقوم به وكلما كان توقع الفرد ايجابيا كان رضاه أعلى .
- **الحاجات وإشباعها** : شعور الفرد بالرضا سواء في عمله أو دراسته مرتبط بمدى ما يحققه الفرد من إشباع لحاجة النجاح وشعور الفرد بالرضا الداخلي مرتبط بمدى نجاحه في تحقيق الهدف الذي يسعى إليه.
- **الاستعدادات والقدرات العقلية** : كلما كانت استعداداته النفسية والعقلية عالية كان الشعور بالرضا عاليا.
- **العلاقات الاجتماعية** : كلما كانت علاقته بالمجموعة أو الفريق جيدة كان الشعور بالرضا كبير.
- **الارتياح النفسي** : كلما كان تقييم الرياضي من قبل المجموعة أو المدرب تقييم جيد ومرضي كلما زادت قدرته الارضائية لهم من خلال ارتفاع شدة دوافع للأداء لديه.(عبد الرحمن عدس، نايف قطامي، 2000،220)

1-2- 8- عـــلاقة الرضـــا بالـــروح المعـــنوية: هناك عدد من المصطلحات التي تستخدم للتعبير عن المشاعر النفسية التي يشعر بها الرياضي تجاه أدائه ، فهناك الروح المعنوية والاتجاه النفسي نحو الأداء وهناك أيضاً الرضا عن الأداء وهذه المصطلحات وإن تباينت تفصيلات مدلولاتها إلا أنها تشير بصفة عامة إلى مجموعة المشاعر الوجدانية التي يشعر بها الرياضي نحو الاداء الذي قام به.

فالروح المعنوية تعرف بالجو العام الذي يسود الفريق أو المجموعة والناتج عن اتجاهات الرياضيين وآرائهم بالظروف المحيطة بالفريق، وتعبر الروح المعنوية عن الحالة النفسية والذهنية والعصبية للفريق أو المجموعة التي تحكم سلوكهم وتصرفاتهم وتؤثر فيها وتؤكد رغبتهم في التعاون . وبمعنى آخر فإن الروح المعنوية مصطلح عام يشير إلى محصلة المشاعر والاتجاهات والعواطف التي تحكم تصرفات الرياضيين فكما أن الصحة تشير إلى الحالة الجسمانية للرياضي فإن المعنوية تشير إلى الحالة النفسية والذهنية والعصبية العامة له. وينظر بعضهم إلى الروح المعنوية عن طريق المنظور الفردي، إذ إن هذا المفهوم يربط بين الروح المعنوية للرياضي واحتياجاته ومدى إشباعها ومستوى تكيف الفرد مع البيئة والتدريب.

أما المنظور الجماعي حيث تحدد الروح المعنوية في تعبير جماعي فيركز على القيم الاجتماعية أكثر من تأثيره في القيم الفردية وتباينت وجهات نظر الباحثين وعلماء النفس حول مفهوم الرضا الحركي والروح المعنوية، إلا أن مفهوم الروح المعنوية ينظر إليها على أنها أكثر شمولا من الرضا الحركي .

وأن الرضا الحركي أحد مكونات الروح المعنوية وأن هناك من عنده الرضا الحركي مرادفاً للروح المعنوية.

هناك صعوبة في الفصل أو التفريق بين مفهوم الرضا الحركي ومفهوم الروح المعنوية والعوامل المؤثرة في الرضا الحركي والحالة المعنوية. ونرى أن هناك ترابطاً كبيراً بين مفهوم الرضا الحركي والروح المعنوية ولا يمكن الفصل بينهما وكلما كانت الروح المعنوية عالية يكون ذلك نتاجاً عن الرضا الحركي وقد تكون الروح المعنوية العالية مصدر الرضا الحركي والعكس كذلك صحيح كلما كان الرضا الحركي عالياً ارتبط ذلك مع الروح المعنوية وآثر فيها ايجابا. (**أسامة كامل راتب،2001 ،195**)

1-2- 9- عوامل ومحددات الرضا: إذا كان الرضا هو محصلة لمجموعة من العوامل والمحددات التي تسهم في تحقيق الإحساس بالرضا أو عدم الرضا فان من المفيد التعرف على هذه العوامل والمحددات.

عوامل ذاتية تتعلق بالقدرات والمؤهلات والمهارات.

عوامل بيئية تتعلق بالظروف البيئية المؤثرة على الأداء.

وكما ورد عن اسعد ورسلان من وجهة نظر kedthحيث قسم العوامل إلى:

- الرضا عن الأداء نفسه.
- الاندماج مع الزملاء.
- توفير جو تحقيق الهدف، الحالة البدنية والذهنية. (**اسعد ورسلان ،1998، 17**)

1-2- 9-1- مرحلة الرضا عن الممارسة الرياضية: وتعني المرحلة التي يتم خلالها قبول التعامل في المجال الرياضي وتتحدد هذه المرحلة بالفترة الاولى للممارسة الرياضية أيا كان نوع النشاط الرياضي الممارس وتعتبر هذه المرحلة حاسمة في حياة الفرد.

1-2- 9-2- مرحلة الرضا عن نوع النشاط الرياضي: هي المرحلة التي يتم خلالها قبول التعامل مع نوع النشاط الرياضي الممارس ويتحدد هذا القبول في نوعين أساسيان:

– **الاول:** هو توافق متطلبات هذا النشاط مع القدرات الشخصية لممارسيه، وهنا يبرز دور المدربين الرياضيين في توجيه الاطفال نحو الانشطة الرياضية كل حسب استعداداته وقدراته البدنية والنفسية.

– **الثاني:** لتكوين الرضا نحو نشاط رياضي معين فهو الممارسة العملية لهذا النشاط الفترة تكون كافية للإحساس بأن هذا اللون من النشاط هو مجال خاص للإشباع النفسي وهنا يبرز دور المدربين الرياضيين في استثارة الاطفال نحو استمرارية ممارسته وفي توجيه الممارسة بحيث تكون دائما في ظروف انفعالية ايجابية وممتعة لممارسته.

1-2- 9-3- مرحلة الميل نحو النشاط الرياضي: يتكون الميل نحو نشاط رياضي معين بعد أن يتم الرضا عنه أولا ثم ممارسته بطريقة تتسم بظهور القدرات المؤهلة له وتفوقها عن تلك القدرات المؤهلة للأنشطة الأخرى في المجال الحيوي للفرد، ولهذا فإن ممارسة أي نشاط رياضي بطريقه تساعد على التفاعل معه وتوفير فرص النجاح فيه هو أساس تكوين الميل نحوه، وهنا تبرز أهمية الإجراءات التي يجب إتباعها مع اللاعبين الناشئ ين خلال التدر يب والمباري ات لتكو ين المي ل نحو النشاط وزي ادة قوته . **(محمد أمين فوزي ،2003، 18)**

3 1 الخلفية النظرية المتعلقة بسباق 110متر حواجز:

1- 3-1- موقف الإسلام من الرياضة:

لقد كان للإسلام وتعاليمه التي وضحها النبي **صلى الله عليه وسلم** أكبر الأثر في أن تتبوأ الألعاب الرياضية مكانة كبيرة عبر العصور الإسلامية، فقد ثبت أنه **صلى الله عليه وسلم** مارس أنواعا مختلفة من الألعاب الرياضية كما شجع وحث أصحابه على ممارسة شتى أنواع الرياضات بحيث صار **صلى الله عليه وسلم** المثل الأول والأعظم في تاريخ الرياضة الإسلامية ويعتبر الرياضي الأول في الإسلام، حيث ثبت أنه **صلى الله عليه وسلم** مارس رياضات العدو، المصارعة وسباقات الخيل والإبل، والرماية والسباحة، والمبارزة بالسيف والرمح، وغيرها من الرياضات حتى صارت ممارسة الرياضة من الأمور الهامة في كل مراحل عمر الإنسان لدرجة أنها احتلت مكانا رفيعا لدى معظم الناس في أوقات فراغهم وكانت مصدرا للصحة والنشاط والاستعداد للحروب. (**عبد العزيز صلاح سالم،1998، 45**)

يقول الرسول **صلى الله عليه وسلم** ' الهوا والعبوا فاني اكره أن أرى في دينكم غلظة ' كما يقول عليه **أفضل الصلاة والسلام** ' روحوا القلوب ساعة بعد ساعة فان القلوب إذا كلت عميت ' وكان الرسول يعطي المثال الصادق لما يدعوا اليه فيسابق رفاقه من الصحابة جريا وسباحة ويصارعهم ويلاعبهم مؤكدا بذلك أهمية الرياضة وقيمتها كوسيلة ترويحية تدخل في النفس البهجة والسرور. (**حازم النهار وآخرون، 2010، 17**)

وكان الصحابة رضوان الله عليهم والخلفاء الراشدين من بعد الرسول **صلى الله عليه وسلم** من أشد الناس حبا للرياضة، كما عرفوا القيم البدنية والصحية والخلقية المرتبطة بها. وكانوا قدوة في الفروسية ومثالا يحتذى به في الرماية والمناضلة والسباحة والمصارعة والمبارزة وكان أبرزهم عمر بن الخطاب، كما كان مصارعا قويا، ولكن لم تغني عنه قوته في مصارعة سيف الله المسلول خالد ابن الوليد حيث تغلب عليه خالد في منافسة شديدة أصيب فيها عمر بكسر في قدمه. ويروي المحاملي أن عمر سابق الزبير بن العوام فسبقه الزبير فقال: سبقتك و رب الكعبة، ثم إن عمر سابقه مرة أخرى فسبقه عمر فقال له سبقتك ورب الكعبة . (**نوال ابراهيم شلتوت، مراد محمد نجلة،2008، 80**)

1- 3-2- موقف الإسلام من رياضة السباق (العدو) : لم تكن رياضة السباق(العدو) جديدة على الإسلام فقد ثبت أن النبي **صلى الله عليه وسلم** سابق بنفسه على الأقدام ومارس أصحابه أنواعا من هذا السباق بين يديه وبتوجيه منه. فقد روت السيدة عائشة أن النبي **صلى الله عليه وسلم** كان يسابقها مباسطة لها، وتطيبا لنفسها فقالت : ' سابقني رسول الله **صلى الله عليه وسلم** فسبقته، فلبثت إذا أرهقني اللحم-أي سمنت- سابقني فسبقني فقال هذه بتلك ' .(**عبد العزيز صلاح سالم،1998،46**)

ورَوَى الحراني عن سلمة بن الأكوع قال : بينما نحن نسير وكان رجل من الأنصار لا يُسبق شدا، فجعل يقول: الا مسابق الى المدينة ؟ هل مسابق ؟ فقلت أما تكرم كريما، ولا تهاب شريفا ؟ قال لا، الا ان يكون

رسول الله **صلى الله عليه وسلم**. قال : لا، قلت يا رسول الله **صلى الله عليه وسلم** بأبي أنت وأمي، ذرني فلأسابق الرجل. ان شئت قال: فسبقته الى المدينة. (**كمال طه الويس،2001،9**)

وكان الصحابة رضي الله عنهم يتسابقون على الأقدام والنبي **صلى الله عليه وسلم** يقرهم عليه ويعد معهم، فقد روى أن النبي **صلى الله عليه وسلم** يعجبه عدو أصحابه. ومن أمثلة مسابقة الصحابة لبعضهم يروى أن عمر بن الخطاب سابق الزبير بن العوام فسبقه الزبير ثم سابقه عمر مرة أخرى فسبقه عمر، وقد حدث في وقت الراحة في موقعة اليرموك أن قال القائد المسلم أبو عبيدة بن الجراح من يسابقني؟ فقال له أحد الشباب المشتركين في الموقعة أنا إن لم تغضب، وعندها فطن القائد المسلم لدور الرياضة في رفع الروح المعنوية لدى جنوده.

ولقد بلغ من حب النبي **صلى الله عليه وسلم** لرياضة العدو أن شجع وحث أصحابه على كل الوسائل التي تساعد على العدو فقد نصح **صلى الله عليه وسلم** أصحابه بالمشي في كثير من الحالات فيروى أنه قال : عندما شكى ناس إليه **صلى الله عليه وسلم** فدعى لهم وقال: (عليكم بالنسلان).

ويمكن القول بأن رياضة العدو لم تكن حِكْرًا على الرجال دون النساء بل أباحه النبي **صلى الله عليه وسلم** للنساء شريطة فصل النساء عن الرجال كما تبين من الحديث الذي رواه الترميذي وأحمد وأبو داود. أما عن رأي العلماء في رياضة السباق(العدو) فقد اتفق العلماء على جواز المسابقة على الأقدام بأنه إذا كانت المسابقة بالخيل تدريبا على الفروسية والشجاعة فان المسابقة على الأقدام فيها تمرين للبدن على الحركة والخفة والإسراع، والنشاط وهو مطلوب في الجهاد والحروب . (**عبد العزيز صلاح سالم،1998،46**)

1- 3-3- سباق 110 متر حواجز:

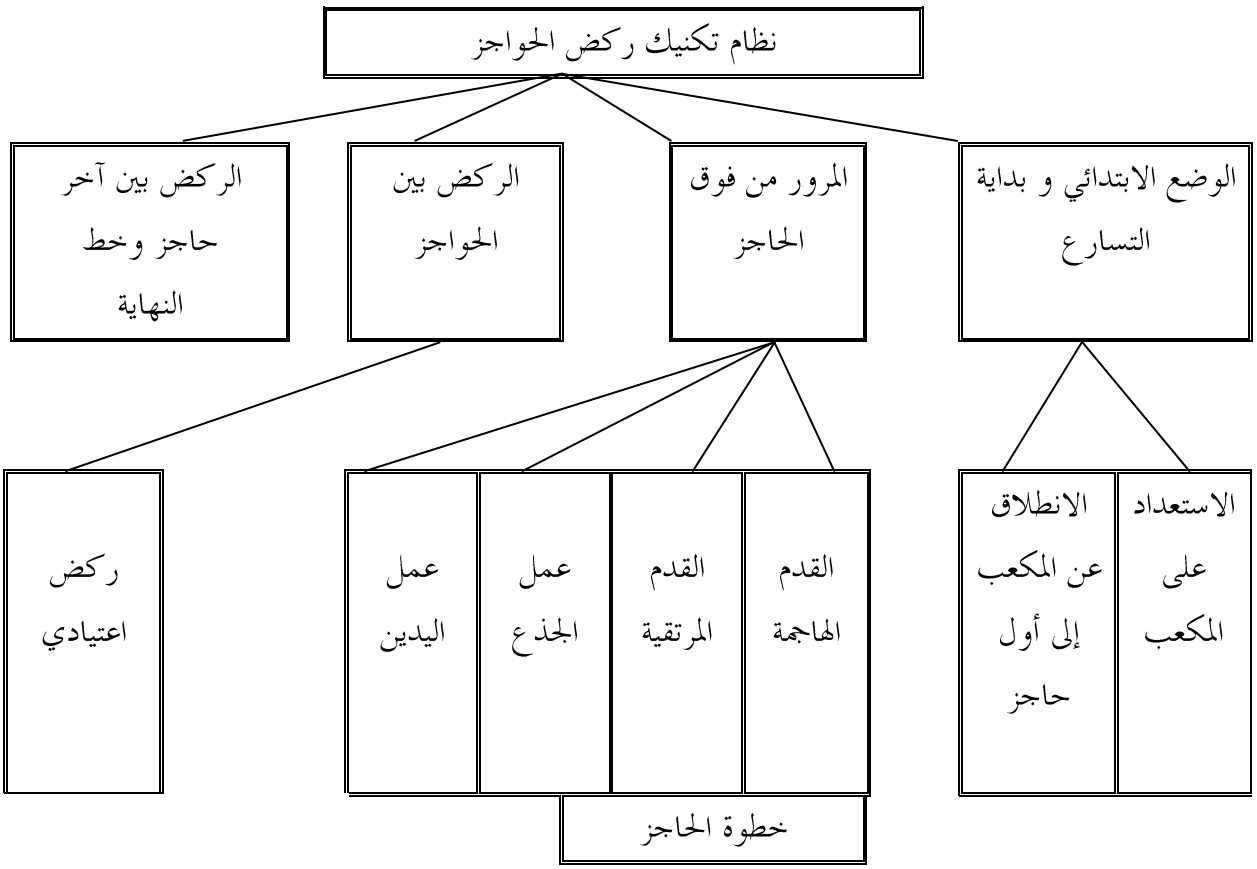
لم تكن سباقات الحواجز معروفة قديما ولكنها ظهرت في انكلترا حديثا حيث كانت تؤدى لمسافة 120 ياردة تتخللها 10 حواجز فقط توضع بعرض المجالات، تطور بعد ذلك شكل الحواجز حتى أصبحت منفصلة بحيث توضع في حارة كل متسابق 10حواجز مستقلة عن باقي المجالات، ولقد ادخل سباق 110متر حواجز ضمن برنامج الدورة الأولى في أثينا عام 1896م والجدير بالذكر ان سباق 110متر يدخل ضمن برنامج المسابقات العشارية للرجال. (**ريسان خريبط، عبد الرحمن الانصاري،2002،53**)

وهي مسابقات يجتاز المتنافسون فيها عوائق تسمى الحواجز. وأكثر هذه السباقات يكون فيها عشرة حواجز تفصل بينها مسافات متساوية. هناك نوعان من سباقات الحواجز، متوسطة وعالية.

فالحواجز المتوسطة يكون ارتفاعها 91سم للرجال و67سم للنساء. أما الحواجز العالية للرجال فيكون ارتفاعها 107سم في حين يكون ارتفاع الحواجز العالية للنساء 84سم. وتغطى سباقات الحواجز المتوسطة مسافة 400م أو 440ياردة في منافسات الرجال والنساء على السواء. وأكثر سباقات اجتياز الحواجز العالية الخارجية تكون أطوالها 110م و100م للنساء. ويمكن أن تسقط الحواجز دون أن يحتسب ذلك خطأ على المتسابق، لكن الاحتكاك بالحاجز يؤدي عادة لإبطاء العداء . (**عبد الرحمن عبد الحميد زاهر، 2009،3**)

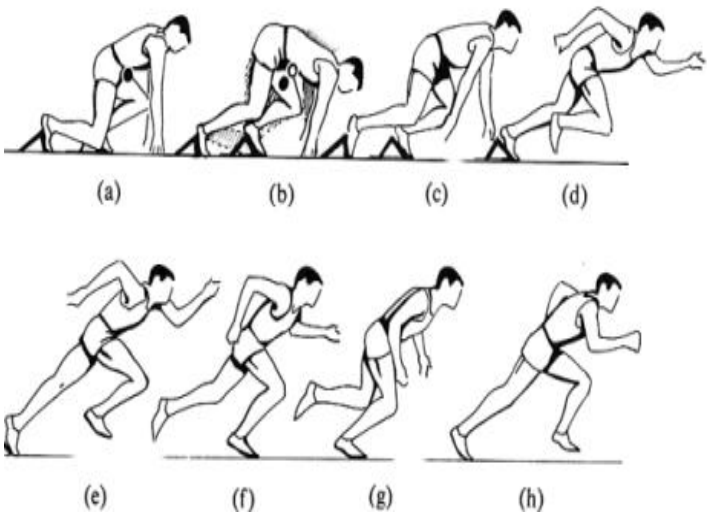
1-3-4- الخطوات الفنية لسباق 110متر حواجز: تشمل الخطوات الفنية في ركض الحواجز على المراحل التالية:

- الوضع الابتدائي وبداية التسارع.
- المرور من فوق الحاجز .
- الركض بين الحواجز.
- الركض بين آخر حاجز وخط النهاية .



شكل رقم (2) يوضح نظام تكنيك ركض الحواجز. **(كمال جميل الربضي، 2005 ، 143)**

- الوضع الابتدائي وبداية التسارع:



صورة رقم(1) تبين وضعية خذ مكانك استعد انطلاق.

تختلف مرحلة البداية في سباق الحواجز عنها في بقية سباقات العدو، ويرجع هذا الاختلاف إلى قصر مسافة التدرج في السرعة، وحتمية التحضير لخطوة المانع الأول، وتؤدي هذه الاختلافات إلى حتمية وجود اختلافات أيضا في المسافات ما بين خط البداية والمكعبين الأول والثاني، وغالبا ما تكون المكعبات هنا قريبة إلى خط البداية، أكثر منها في المسافات القصيرة الأخرى، كما يتحتم على اللاعب في هذه المرحلة ، اختيار القدم الأمامية بما يتناسب وكيفية تعدية المانع. (**السيد حيدر فياض حمد ، محمد جاسم محمد الخالدي،2009، 69**)



صورة رقم (2) تبين كيفية الخروج من مكعبات الانطلاق.

- المرور من فوق الحاجز:



صورة رقم (3) توضح كيفية المرور من فوق الحاجز.

هذه المرحلة هي العمق الحقيقي للأداء الفني لركض الحواجز لان المرور من فوق الحاجز يتردد على العشرة حواجز بأداء فني واحد، تبدأ هذه الخطوة من مكان ارتقاء المتسابق أمام الحاجز الى مكان هبوطه خلف الحاجز. (كمال جميل الربضي، **145،2005**)

- **القدم الهاجمة واللاحقة ووضعية الجذع:**

– **عمل القدم الهاجمة:** تتحرك القدم الهاجمة أو الممرجحة وهي منثنية من مفصل الركبة للأمام وهي التي تقود خطوة الحاجز بأقصى سرعة وأقل جهدا وهي التي تزيد من سرعة خطوة الحاجز.

– **عمل القدم اللاحقة:** تبدأ حركة القدم المرتقية (اللاحقة) في لحظة ملامسة مشط القدم المرتقية لمكان الارتقاء وتنتهي في لحظة الانطلاق عن الارض، وبعد ان يحصل انثناء خفيف في مفصل الركبة وبعد المرور من نقطة الارتكاز تبدأ القدم بالامتداد الكلي والانطلاق عن الارض، بعد ترك الارض والمرور في الجزء الاول من الطيران يمتد فخذ القدم متروكا للأسفل قليلا ويكون الى حد ما موازيا لمستوى الارض.

– **عمل الجذع:** بعد الارتقاء يبدأ جذع اللاعب بالانحناء والامتداد للأمام بأقصى حد ممكن، وفي هذه اللحظة تكون القدم الممرجحة ممدودة على استقامتها للأمام في حين تكون القدم المرتقية بحالة استرخاء كامل ومثنية قليلا وحركة اليدين تكون بصورة معاكسة لحركة القدمين (أي قدم يسرى على يد يمنى وبالعكس) وحركة الرأس تستمر مع الجذع للأمام والنظر متجها للأمام. (كمال جميل الربضي، **147،2005 ،149**)



صورة رقم (4) توضح وضعية القدم الهاجمة والجذع فوق الحاجز.



صورة رقم (5) توضح وضعية القدم الهاجمة والقدم اللاحقة فوق الحاجز.

- الركض بين الموانع:

تبلغ المسافة بين مانع وآخر (9.14)متر يقطعها العداء بثلاث خطوات موزونة، تبلغ مسافة هذه الخطوات الثلاثة (5.60)متر وذلك بعد خصم مسافة الهبوط للمانع الاول والتي تقدر (2.04)متر وعندما تكون مسافة الخصم (3.44)متر وعند تحليلنا لهذه الخطوات نجد أن الخطوات الثلاثة غير متساوية في الطول فالخطوة الاولى والتي تبدأ عندما يكون مركز ثقل الجسم فوق قدم الرجل القائدة بعد اجتياز المانع أو بعبارة أخرى عندما تجتاز رجل الارتقاء الرجل القائدة بعد المانع، وتكتمل الخطوة بعد هبوط رجل الارتقاء حيث تقدر بحوالي (1.75)متر وتعتبر هذه الخطوة أقصر الخطوات الثلاثة، بينما تكون الخطوة الثانية أكبر الخطوات وتقدر

(2.05)متر، أما الخطوة الثالثة فتكون أقصر من الخطوة الثانية بقليل وتقدر حوالي(1.90)م وذلك استعدادا لأداء خطوة المانع التالي وهكذا بالنسبة للموانع الاخرى.

جدول رقم (6) يوضح عدد الخطوات وطولها بين الموانع لركض 110م موانع.

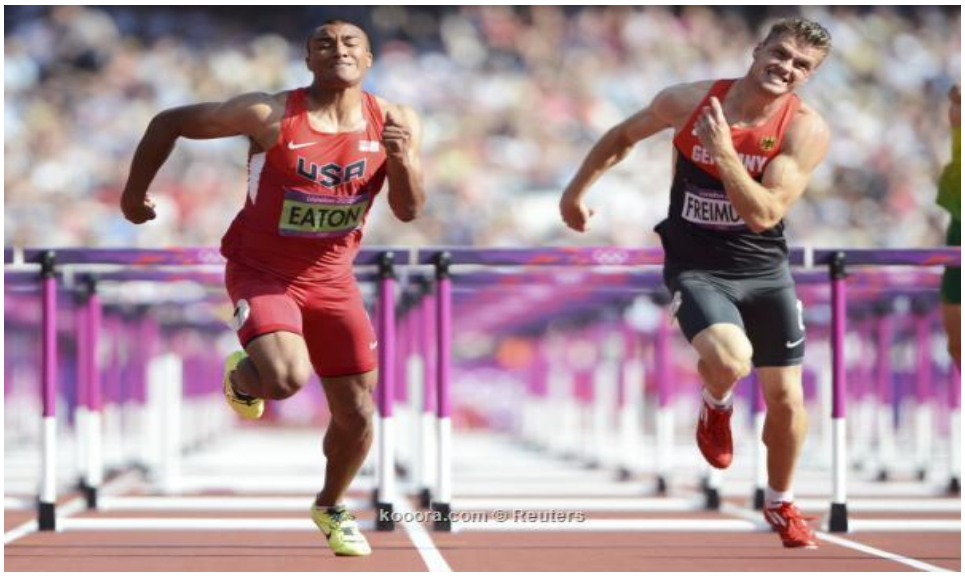
المسافة بين المانع والهبوط	عدد الخطوات وطولها 1	2	3	المسافة بين الارتقاء والمانع التالي
1.40م	1.75	2.05	1.90	2.04

(ريسان خريبط، عبد الرحمن الانصاري، **2002** ،**58**)



صورة رقم (6) توضح الركض بين الحواجز.

- **الركض بين آخر حاجز وخط النهاية:** تمثل هذه المسافة أهمية كبيرة من حيث قدرة العداء على تزايد السرعة وإنهاء السباق بأفضل صيغة، كثيرا ما يعتمد ترتيب العداء على نهاية هذه المسافة. ان الهدف من هذه المرحلة الوصول بأسرع ما يمكن إلى خط النهاية بعد أخذ الجسم الوضع السليم للعدو، وزيادة السرعة إلى أقصى ما أمكن، حيث يبدأ العداء من إنهاء السباق بعد اجتياز المانع العاشر لان المسافة المتبقية حوالي 14,06م ويستطيع العداء زيادة سرعته بصورة مطردة لذا يبذل أقصى طاقة حركية ممكنة حتى تزداد السرعة مرة أخرى والتي فقدها أثناء اجتياز الموانع العشرة، وتتوقف سرعة العداء على عاملين مهمين هما: ما يتميز به العداء من تحمل للسرعة، فضلا عن الحالة التي وصل لها العداء نهاية السباق. (قاسم حسن حسين ،ايمان شاكر محمود ،**2000**،**181**)



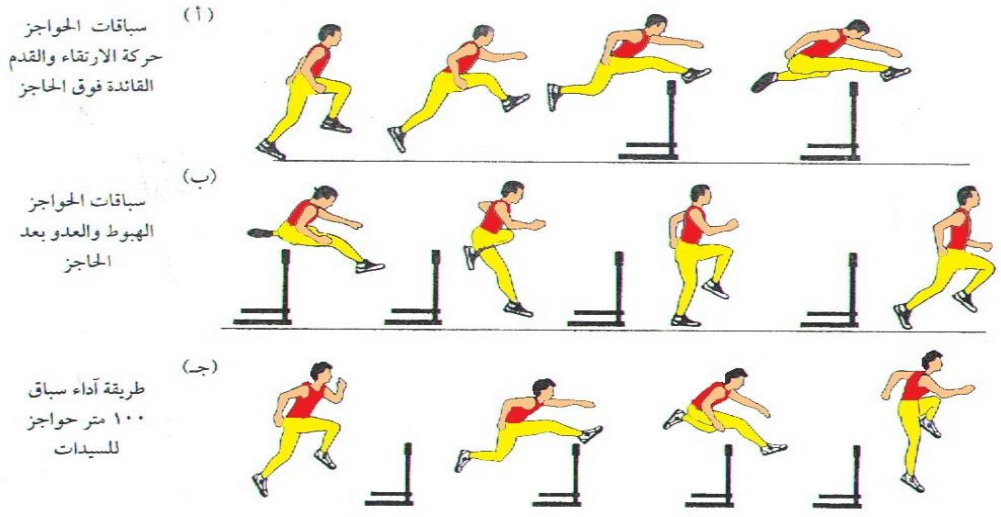
صورة رقم (7) تظهر الركض بين آخر حاجز وخط النهاية.

وغالبا ما تقطع هذه المسافة بـــ 5-6 خطوات . (**كمال جميل الربضي، 2005، 150**)

1-3-5- وصف المراحل:

يتكون عدو الحواجز من عنصرين: العدو بين الحواجز واجتياز الحواجز، يمكن تقسيم اجتياز الحاجز الى الارتقاء والطيران ثم الهبوط. بالنسبة لسرعة عدو الحواجز فعلى اللاعب التركيز على تكرار تزايد سرعة الثلاث خطوات وفي مرحلة اجتياز الحاجز فعلى اللاعب تقليل زمن طيرانه في الهواء والإعداد لخطوة الجري التالية.

(**عبد الرحمن عبد الحميد زاهر،2009،75**)



صورة رقم (8) تختصر الخطوات الفنية السابقة الذكر في الحواجز.

1-3-6- المسافات: إن المسافات التالية هي المسافات القياسية:

الرجال 110م حواجز، السيدات100م حواجز، توجد في كل حارة عشرة (10) حواجز ترتب طبقا للجدول الآتي:

جدول رقم (7) يبين المسافات القانونية في 100/110 متر حواجز رجال/سيدات.

Distance de la course	Distance entre la ligne de départ et la prèmiere haie	Distance entre les haies	Distance entre laderniere haie et la ligne d'arrivée
110m Hommes	13.72m	9.14m	14.02m
100m Femmes	13.00m	8.50m	10.50m

(Association International Des Fediration D'Athletisme..2014/2015.188)

1-3-7- الصنع: يصنع الحاجز من المعدن أو أي مادة أخرى مناسبة، في أعلاه عارضة من الخشب أو أي مادة أخرى مناسبة. يصمم الحاجز بحيث إذا أثرت عليه قوة مساوية لوزن لا يقل عن 3.6كيلوغرام تستطيع قلبه.

1-3-8- القياسات: العرض الأقصى للحاجز هو 1.20 متر، الوزن الكلي للحاجز لا يقل عن 10 كيلوغرام. في كل حالة ونتيجة للاختلافات في الصناعة يسمح بزيادة أو نقص 5 مليمترات عن الارتفاع القياسي.

اتساع العارضة العليا 70 مليمترا، سمكها بين 10- 25 مليمترا ويجب أن تثبت العارضة بإحكام عند نهايتها والحد العلوي يجب أن يكون مستديرا.

يجب أن تخطط العارضة باللونين الأبيض والأسود أو بعض الألوان المتباينة بحيث يظهر اللون الفاتح عند كل حاجز ولا يقل عن 255 مليمترا في الاتساع.

تجرى جميع السباقات في مسارات، على أن يلزم كل متنافس مساره طوال السباق.

المتنافس الذي يسحب قدمه أو رجله تحت المستوى الأفقي لسطح أي حاجز لحظة تخطيه له أو يثب فوق حاجز في غير مساره أو كان في رأي الحكم أن المتنافس أسقط الحاجز متعمدا باليد أو بالقدم يعتبر محروما من السباق. (**فراج عبد الحميد توفيق، 2004، 139، 141**)

2- الدراسات السابقة:

2-1- الدراسات التي تناولت أساليب التدريس :

2-1-1- دراسة عبابسة حسام الدين 2018: بعنوان ' فعالية برنامج مقترح بأسلوب الاكتشاف الموجه في تنمية الإبداع الحركي والرضا الحركي لدى الناشئين 10-12 سنة في الكاراتيه'

أهداف الدراسة: – تهدف الدراسة الحالية إلى تقديم برنامج قائم على الاكتشاف الموجه لتنمية قدرات الإبداع الحركي والرضا الحركي في رياضة الكاراتيه لدي الناشئين 10-12 سنة ،وسوف يتم اختبار فعالية هذا البرنامج من خلال:

-التعرف علي مستوى تأثير برنامج مقترح بأسلوب الاكتشاف الموجه علي درجة المرونة الحركية لدى الناشئين10-12 رياضة الكاراتيه.

-التعرف علي مستوى تأثير برنامج مقترح بأسلوب الاكتشاف الموجه علي درجة الأصالة الحركية لدى الناشئين10-12 رياضة الكاراتيه.

-التعرف علي مستوى تأثير برنامج مقترح بأسلوب الاكتشاف الموجه علي درجة الطلاقة الحركية لدى الناشئين10-12 رياضة الكاراتيه.

-التعرف علي مستوى تأثير برنامج مقترح بأسلوب الاكتشاف الموجه علي درجة الرضا الحركي لدى الناشئين10-12 رياضة الكاراتيه.

فرضيات البحث: 1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لصالح البعدي في اختبار قدرات الإبداع الحركي لدى المجموعة التجريبية.

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لصالح البعدي في اختبار الرضا الحركي لدى المجموعة التجريبية.

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة لصالح التجريبية في الاختبار البعدي في متغير قدرات الإبداع الحركي.

4-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة لصالح التجريبية في الاختبار البعدي في متغير الرضا الحركي.

منهج البحث وعينته : فقد استخدم الباحث المنهج التجريبي بطريقة القياسات القبلية و البعدية على مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة ، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة القصدية .

أهم النتائج: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لصالح البعدي في اختبار الإبداع الحركي لدى المجموعة التجريبية.

– توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لصالح البعدي في اختبار الرضا الحركي لدى المجموعة التجريبية.

– توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة لصالح التجريبية في الاختبار البعدي في الإبداع الحركي.

– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الخطأ 0.05 بين المجموعة التجريبية والضابطة لصالح التجريبية في الاختبار البعدي في الرضا الحركي.

2-1-2- دراسة صالح شيروان خضر 2016: بعنوان ' تأثير أسلوب الاكتشاف الموجه في تعلم بعض المهارات على جهازي (عارضة التوازن ومتوازي مختلف الارتفاع)'

ەدفا البحث :– التعرف على فاعلية أسلوب الاكتشاف الموجه والأسلوب المتبع في تعلم بعض المهارات الحركية على جهازي(عارضة التوازن ومتوازي مختلف الارتفاع).

–التعرف على الفروق بين أسلوبي الاكتشاف الموجه والأسلوب المتبع في تعلم بعض المهارات الحركية على جهازي(عارضة التوازن ومتوازي مختلف الارتفاع).

فرضيتا البحث: – وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية لأسلوبي الاكتشاف الموجه والأسلوب المتبع في تعلم بعض المهارات الحركية على جهازي(عارضة التوازن ومتوازي مختلف الارتفاع) لطالبات المرحلة الثانية كلية التربية الرياضية.

– وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية لأسلوبي الاكتشاف الموجه والأسلوب المتبع في تعلم بعض المهارات الحركية على جهازي(عارضة التوازن ومتوازي مختلف الارتفاع) لطالبات المرحلة الثانية كلية التربية الرياضية.

منهج البحث وعينته: بلغت عدد عينة البحث (32) طالبة بنسبة 71% من المجتمع الأصلي وبواقع 16 طالبة لكل مجموعة (الضابطة، التجريبية).

أهم النتائج: – ان أسلوبي الاكتشاف الموجه والمتبع (الشرح والعرض) كانا لهما تأثيرا ايجابيا في تعلم بعض مهارات قيد الدراسة على جهازي عارضة التوازن والمتوازي مختلف الارتفاع.

–أظهرت النتائج بأن التعلم بأسلوب الاكتشاف الموجه كانت أكثر فاعلية من الأسلوب المتبع(الشرح والعرض) في تعلم مهارات قيد الدراسة على جهازي عارضة التوازن والمتوازي مختلف الارتفاع.

3-1-2- دراسة بلقاسم موهوبي 2016 : بعنوان ' أثر أسلوب الاكتشاف الموجه في تنمية التفكير التأملي ودافعية التعلم نحو درس التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية وأجريت هذه الدراسة بجامعة قاصدي مرباح بورقلة – الجزائر– '

هدفت هذه الدراسة إلى : الكشف عن أثر أسلوب الاكتشاف الموجه في تنمية التفكير التأملي في درس التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

-الكشف عن أثر أسلوب الاكتشاف الموجه في تنمية دافعية التعلم نحوى درس التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .

المنهج المتبع في الدراسة : استعمل الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين تجريبية وضابطة ذات القياس القبلي والبعدي وذلك لملاءمته الظاهرة المدروسة

عينة الدراسة: تكونت من (71) تلميذا وتلميذة من المرحلة الثانوية والبالغ أعمارهم بين 15-17 سنة للموسم الدراسي 2015-2016 وقد قسمت هذه العينة إلى مجموعتين (36) تجريبية و(35) ضابطة.

أدوات الدراسة: - مقياس دافعية التعلم نحوى درس التربية البدنية والرياضية للباحثة سمر الشاملية - مقياس التفكير التأملي صممه الباحث.

أهم النتائج المتوصل إليها: وجود أثر ايجابي للوحدات التعليمية باستخدام أسلوب الاكتشاف الموجه في تنمية التفكير التأملي في درس التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .

-وجود أثر ايجابي للوحدات التعليمية باستخدام أسلوب الاكتشاف الموجه في تنمية دافعية التعلم نحوى درس التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

2-1-4-دراسة ياسين عمال صالح 2014: بعنوان 'تأثير استخدام أسلوب الاكتشاف الموجه قي تعليم وتحسين مستوى المهارات الأساسية في لعبة كرة القدم لدى طلبة كلية التربية الرياضية (19-20) سنة وأجريت هذه الدراسة بكلية التربية الرياضية بجامعة الموصل – العراق-'

هدفت هذه الدراسة إلى : التعرف على تأثير أسلوب الاكتشاف الموجه في تعليم وتحسين مستوى المهارات الأساسية في لعبة كرة القدم .

-التعرف على أفضل هذين المنهجين في تعليم وتحسين مستوى المهارات الأساسية في لعبة كرة القدم.

المنهج المتبع في الدراسة : استعمل الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين تجريبية وضابطة ذات القياس القبلي والبعدي وذلك لملاءمته الظاهرة المدروسة.

عينة الدراسة: تكونت عينة البحث من(30) طالب من كلية التربية الرياضية في المرحلة الثالثة في مادة كرة القدم البالغ اعمارهم (19-20) سنة، وتم تقسيمهم بالتساوي إلى مجموعتين (15) تجريبية و(15) ضابطة.

أدوات الدراسة: استعمل الباحث: - استمارة استبيان لاستطلاع آراء الخبراء والمختصين لتحديد الاختبارات البدنية المناسبة -شريط قياس لقياس الأطوال- ميزان طبي لقياس الوزن.

أهم النتائج المتوصل إليها : تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في تعليم وتحسين مستوى المهارات الأساسية في كرة القدم -التكرار والتغذية الراجعة (تصحيح الأخطاء) هي الوسيلة الأفضل لتحسين الأداء الفني للمهارات الأساسية في كرة القدم.

2-1-5- دراسة عقيل يحي هاشـــم2013: بعنوان 'تأثير استخدام أسلوب الاكتشاف الموجه قي تعلم بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للطالبات و أجريت هذه الدراسة بقسم التربية الرياضية معهد المعلمات النجف الاشرف – العراق- '

هدفت هذه الدراسة إلى :التعرف على تأثير أسلوب الاكتشاف الموجه في تعلم بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للطالبات .

-التعرف على تأثير ألأسلوب (الأمري) الأسلوب المتبع من قبل المدرس في تعلم بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للطالبات.

-التعرف على أفضلية المجموعتين (الضابطة و التجريبية) في تعلم بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات في الجمناستك الفني للطالبات.

المنهج المتبع في الدراسة: استعمل الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين تجريبية وضابطة ذات القياس القبلي والبعدي وذلك لملاءمته الظاهرة المدروسة.

عينة الدراسة: تكونت عينة البحث من(22) طالبة تم اختيارها بالطريقة العشوائية وبطريقة القرعة من أصل (30) طالبة بعد أن أستبعد الباحثان(8) طالبة لغرض تجانس العينة وهم طالبات التجربة الاستطلاعية, تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين الضابطة و التجريبية, وبلغ قوام كل مجموعة(11) طالبة وبنسبة مئوية(73.33%) من مجتمع الأصل.

أدوات الدراسة: استعمل الباحث – استمارة استبيان لاستطلاع آراء الخبراء والمختصين لتحديد تقييم البناء الظاهري للمهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني .

– الأدوات والأجهزة المستخدمة: آلة تصوير فيديو نوع سوني Sony وملحقاتها شريط قياس لقياس الأطوال ميزان طبي لقياس الوزن.

أهم النتائج المتوصل إليها : إن أسلوب الاكتشاف الموجه والأسلوب المتبع من قبل المدرس (الأسلوب الامري) لهما تأثير ايجابي وفعال في تعلم الأداء الفني لمهارات الجمناستك .

إن استخدام أسلوب الاكتشاف الموجه أفضل من التعليم المتبع من قبل المدرس (الامري) في تعلم الأداء الفني لمهارات الجمناستك.

2-1-6- دراسة بن دقفل رشيد 2012: بعنوان " دور بعض أساليب التدريس الحديثة في التقليل من السلوك العدواني في الوسط المدرسي."

هدفت الدراسة إلى: معرفة دور كل من الاسلوب الامري، التدريبي والتبادلي في التقليل من درجة السلوك العدواني في الوسط المدرسي.

تساؤلات الدراسة: – هل يؤثر الاسلوب الامري ايجابا في التقليل من درجة السلوك العدواني في الوسط المدرسي حسب متغير الجنس ونوع النشاط؟

– هل يؤثر الاسلوب التدريبي ايجابا في التقليل من درجة السلوك العدواني في الوسط المدرسي حسب متغير الجنس ونوع النشاط؟

– هل يؤثر الاسلوب التبادلي ايجابا في التقليل من درجة السلوك العدواني في الوسط المدرسي حسب متغير الجنس ونوع النشاط؟

المنهج المتبع: المنهج التجريبي (القبلي والبعدي).

العينة: عينة مقصودة 3 أقسام تلاميذ الطور الثانوي.

الادوات المستخدمة: الاستبيان، مقياس السلوك العدواني.

أهم النتائج المتوصل إليها: –توصل الباحث الى أن الاساليب الثلاثة تؤثر ايجابا في التقليل من السلوك العدواني وفق الترتيب التالي: التبادلي – التدريبي – الامري .

–لا توجد فروق في درجة السلوك العدواني في هذه المرحلة تعزى لمتغير الجنس.

– توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة السلوك العدواني تعزى لنوع النشاط ولصالح النشاط الجماعي.

2-1-7- دراسة صالح شافي ساجت وآخرون 2012: بعنوان ' أثر استخدام أسلوبي التبادلي والاكتشاف الموجه في تعلم مهارة التهديف من الحركة بكرة القدم'

أهداف البحث :

– التعرف على تأثير الأسلوب التبادلي في تعلم مهارة التهديف من الحركة بكرة القدم للطلاب.

– التعرف على تأثير أسلوب الاكتشاف الموجه في تعلم مهارة التهديف من الحركة بكرة القدم للطلاب.

– التعرف على أفضلية التأثير في أي من الأسلوبين في تعلم مهارة التهديف من الحركة بكرة القدم للطلاب.

فرضا البحث :

– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (المتعلمة بالأسلوب التبادلي) للطلاب.

– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (المتعلمة بأسلوب الاكتشاف الموجه) للطلاب.

العينة: عينة من طلبة المرحلة الأولى/ كلية التربية الرياضية جامعة الانبار.

الأدوات المستخدمة: شريط قياس نسيجي(كتان) ساعة توقيت حبال لتقسيم المرمى لإجراء الاختبارات كرات قدم قانونية من حيث الوزن والمحيط بورك لتخطيط الملعب أقلام ملونه صافرة نوع(فوكس) شواخص بلاستيكية(أعلام) ملاعب كرة قدم قانونية

أهم النتائج المتوصل إليها: إن استخدام الأسلوب التبادلي والاكتشاف الموجه لكل منهما تأثير خاص في تعلم مهارة التهديف من الحركة في لعبة كرة القدم.

– إن الأسلوب التبادلي له تأثير اكبر في تعلم مهارة التهديف من الحركة في لعبة كرة القدم من اسلوب الاكتشاف الموجه.

– ظهر بان التشابه الكبير وطبيعة التسلسل في مهارة التهديف ساعد كثيراً في تعلم تلك المهارة نتيجة التكرار المستمر بالتهديف في كلتا الحالتين.

2-1-8- دراسة لِؤي ساطع محمد جواد، أحلام صادق حسين 2012: بعنوان ' تأثير أسلوب الاكتشاف الموجه في تطوير بعض القدرات البدنية وتعلم الثقل '

هدفت الدراسة إلى: – بناء منهج لتعليم فعالية قذف الثقل بأسلوب الاكتشاف الموجه.

– التعرف الى أثر استخدام أسلوب الاكتشاف الموجه في تعلم فعالية قذف الثقل لطلبة المرحلة الثالثة.

– التعرف الى أثر استخدام أسلوب الاكتشاف الموجه في تطوير بعض القدرات البدنية.

فرضيات البحث: – هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0,05 بين الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعتي البحث في تعلم وتطوير بعض القدرات البدنية الخاصة بفعالية قذف الثقل ولصالح الاختبارات البعدية.

–هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0,05 في الاختبارات البعدية بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية في تعلم وتطوير بعض القدرات البدنية بفعالية قذف الثقل.

المنهج المتبع: استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث .

عينة البحث: تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من طلاب المرحلة الثالثة صباحي في كلية التربية الأساسية قسم التربية الرياضية الجامعة المستنصرية والذين بلغ عددهم) (48طالباً مقسمين على مجموعتين وبعد استبعاد الطلبة الراسبين والطلبة الذين لديهم غياب كان العدد الإجمالي للعينة (20طالبا) والسبب الذي دفع الباحثان لاختيار العينة من طلاب المرحلة الثالثة كون الفعالية ضمن منهجهم الدراسي كما لم يسبق للعينة إن درست الفعالية . وعمدت المجموعة الضابطة بتعلم فعالية قذف الثقل بالطريقة التقليدية)المتعارف عليها بالقسم(بينما ادخل للمجموعة التجريبية متغير الدراسة تعليم وتحسين مستوى الأداء باستخدام أسلوب الاكتشاف الموجه.

الأدوات والأجهزة المستخدمة : رماح، طباشير ملون ، كاميرا فديو نوع سامسونج ،حامل ثلاثي لآلة التصوير، الرستاميتر لقياس الطول لأقرب سنتيمتر، ميزان طبي، شريط قياس.

أهم النتاج المتوصل إليها: - يساعد أسلوب الاكتشاف الموجه على زيادة المعرفة ومتطلبات الأداء مما يؤدي إلى سهولة استيعاب وفهم الطلاب للقدرات البدنية المرتبطة بالفعالية .

- إن أسلوب الاكتشاف الموجه كان له تأثير ايجابيا على تعليم فعالية قذف الثقل واكتساب القدرات البدنية المرتبطة بالفعالية .

- الاعتماد على النفس يزيد من الدافعية لدى الطلاب لتحقيق الأهداف المرجوة بالمقارنة بالأسلوب التقليدي.

2-1-9- دراسة انتصار أحمد عثمان 2012: بعنوان ' أثر تدريس الألعاب الصغيرة بأساليب العصف الذهني والتبادلي والأمري في تنمية بعض القدرات الإبداعية الحركية أجريت هذه الدراسة بكلية التربية الرياضية بجامعة البصرة –العراق- سنة'

هدفت هذه الدراسة إلى : إعداد منهج العاب الصغيرة مقترحة بأسلوب العف الذهني والتبادلي والأمري.

-التعرف على تأثير المنهج المقترح باستخدام ثلاث أساليب تدريسية في تنمية بعض القدرات الإبداعية الحركية

-الكشف عن أفضل الأساليب تأثيرا في تنمية قدرات الإبداع الحركية.

المنهج المتبع في الدراسة : استعمل الباحث المنهج التجريبي بتصميم ثلاث مجاميع متكافئة ذات القياس القبلي والبعدي وذلك لملاءمته الظاهرة المدروسة.

عينة الدراسة: قد اختيرت مدرسة رابعة العدوية الابتدائية. حيث شملت العينة على 60 تلميذة تم اختيارهن ممن تتراوح أعمارهن بين(9-10) سنة ، وقد تم تقسيم العينة إلى ثلاثة مجموعات تجريبية متساوية (20) طبق عليها أسلوب العصف الذهني و(20) طبق عليها أسلوب التبادلي و(20) طبق عليها أسلوب الأمري.

أدوات الدراسة: استعمل الباحث: – استمارة خبراء لتحديد المنهج العلمي ، اختبار القدرات الإبداعية الحركية.

أهم النتائج المتوصل إليها : وجود فروق معنوية في اختبارات القدرات الإبداعية الحركية للأساليب الثلاثة لصالح الاختبارات البعدية، وجود فروق معنوية بين الأساليب الثلاثة في اختبارات القدرات الإبداعية الحركية البعدية لصالح الأسلوب العصف الذهني والتبادلي ، يعتبر أسلوب العصف الذهني أحسن أسلوب لتنمية قدرات الإبداع الحركي للعينة الدراسة.

2-1-10- دراسة صباح محمد صقر 2011 : بعنوان 'تأثير التدريس بأسلوب الاكتشاف الموجه والشرح التوضيحي على مستوى أداء بعض مهارات رياضة التاكوندو والقدرات الحركية للمبتدئين و أجريت هذه الدراسة بكلية التربية الرياضية بنات بالإسكندرية – مصر- '

هدفت هذه الدراسة إلى : بناء و تقنين برنامجين لتعلم مهارات رياضة التاكوندو وتنمية القدرات الحركية المرتبطة بهذه الرياضة أحدهما التدريس بأسلوب الاكتشاف الموجه و الآخر بأسلوب الشرح التوضيحي.

-التعرف عل تأثير التدريس بأسلوب الاكتشاف الموجه على تعلم مهارات رياضة التاكوندو وقفة الاستعداد ، التحية – وقفة ركوب الخيل – الدفاع بالساعد رأس للخارج – الدفاع بالساعد رأس للداخل – الدفاع الأفقي بالساعد لأعلى – الدفاع بالساعد لأسفل) للمبتدئين في المرحلة السنية من (9 – 10) سنوات .

-التعرف على تأثير التدريس بأسلوب الشرح التوضيحي على تعلم مهارات رياضة التاكوندو وقفة الاستعداد التحية – وقفة ركوب الخيل – الدفاع بالساعد رأس للخارج – الدفاع بالساعد رأس للداخل – الدفاع الأفقي بالساعد لأعلى – الدفاع بالساعد لأسفل) للمبتدئين في المرحلة السنية من (9 – 10) سنوات

- التعرف على تأثير التدريس بأسلوب الاكتشاف الموجه على تقدم بعض القدرات الحركية المرتبطة برياضة التاكوندو (سرعة الأداء الحركي – المرونة – التوافق بين العينين والقدمين – القدرة العضلية للذراعين – القدرة العضلية للرجلين)

-التعرف على تأثير التدريس بأسلوب الشرح التوضيحي على تقدم بعض القدرات الحركية المرتبطة برياضة التاكوندو (سرعة الأداء الحركي – المرونة – التوافق بين العينين والقدمين – القدرة العضلية للذراعين – القدرة العضلية للرجلين).

-التعرف على معدل تقدم القدرات الحركية المرتبطة برياضة التاكوندو لدى مجموعتين البحث.

المنهج المتبع في الدراسة: استعمل الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين تجريبية وضابطة ذات القياس القبلي والبعدي وذلك لملاءمته الظاهرة المدروسة.

عينة الدراسة: اختيرت عينة بنين للصف الرابع الابتدائي بمدرسة عزيز أباظة الابتدائية المشتركة المسائية في المرحلة السنية من (10:9) سنوات كمبتدئين. وتم اختيار فصلين بالطريقة العشوائية من عدد (10) فصول في نفس الصف الدراسي حيث في كل منهما عدد (42) ، (46) تلميذاً على التوالي، و بعد استبعاد المرضى و كثيري الغياب أثناء تطبيق التجربة أصبح عددهم 60 تلميذاً مقسمين بالتساوي إلى مجموعتين تجريبيتين الأولى (وطبق عليها برنامج الاكتشاف الموجه) و الثانية (و طبق عليها برنامج الشرح التوضيحي).

أدوات الدراسة: استعمل الباحث: – اختبار معرفي للمهارات المستهدفة في رياضة التيكواند - استمارة تقويم لبعض القدرات المرتبطة برياضة التيكواندو.

أهم النتائج المتوصل إليها : إن كلا من أسلوب الاكتشاف الموجه، والشرح التوضيحي كان له تأثيراً إيجابياً على تعليم التلاميذ لمهارات رياضة التاكوندو وتقدم القدرات الحركية المرتبطة برياضة التاكوندو.

-التدريس بأسلوب الاكتشاف الموجه أكثر إيجابية عن أسلوب الشرح التوضيحي في تعلم التلاميذ لمهارات رياضة التاكوندو وارتفاع معدل تقدم القدرات الحركية المرتبطة برياضة التاكوندو

-يساعد أسلوب الاكتشاف الموجه على زيادة المعرفة ومتطلبات الأداء مما يؤدي إلى سهولة استيعاب وفهم الطلاب للقدرات البدنية المرتبطة بالفعالية.

-أسلوب الاكتشاف الموجه كان له أثر إيجابي على تعليم فعالية قذف الثقل واكتساب القدرات البدنية المرتبطة بالفعالية.

2-1-11- دراسة بن عمر مراد 2010: بعنوان " استخدام بعض أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية وأثرها على التصور العقلي لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط."

هدفت الدراسة إلى: التعرف على أثر استخدام بعض أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية الأمري التدريبي والتبادلي على تنمية أبعاد مهارة التصور العقلي، التصور البصري، التصور السمعي، الإحساس الحركي الحالة الانفعالية المصاحبة لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط.

تساؤلات الدراسة: – هل توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الاولى (مجموعة الاسلوب الامري) في تنمية مهارة التصور العقلي حسب نوع النشاط؟

– هل توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (مجموعة الاسلوب التدريبي) في تنمية مهارة التصور العقلي حسب نوع النشاط؟

– هل توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثالثة (مجموعة الاسلوب التبادلي) في تنمية مهارة التصور العقلي حسب نوع النشاط؟

– هل توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبيتين الاولى باستخدام الاسلوب الامري والثانية باستخدام الاسلوب التدريبي في تنمية مهارة التصور العقلي حسب نوع النشاط؟

– هل توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبيتين الاولى باستخدام الاسلوب الامري والثالثة باستخدام الاسلوب التبادلي في تنمية مهارة التصور العقلي حسب نوع النشاط؟

– هل توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبيتين الثانية باستخدام الاسلوب التدريبي والثالثة باستخدام الاسلوب التبادلي في تنمية مهارة التصور العقلي حسب نوع النشاط؟

– هل توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين أساليب التدريس قيد الدراسة على مقياس التصور العقلي لدى أفراد عينة الدراسة؟

المنهج المتبع: المنهج التجريبي على ثلاث مجموعات تجريبية.

العينة: اشتملت عينة الدراسة على (140) تلميذ وتلميذة اختيروا بطريقة عشوائية.

الادوات المستخدمة: مقياس التصور العقلي في المجال الرياضي.

أهم النتائج المتوصل إليها: –توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين القياسين القبلي والبعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التصور العقلي في الاسلوب الامري حسب نوع النشاط ولصالح القياس البعدي؟

– لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين القياسين القبلي والبعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التصور العقلي في الاسلوب التدريبي حسب نوع النشاط ؟

– وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة(0.05) بين القياسين القبلي والبعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التصور العقلي في الأسلوب التبادلي حسب نوع النشاط ولصالح القياس البعدي.

– وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة(0.05) بين القياسيين البعديين للمجموعتين التجريبيتين الأولى باستخدام الأسلوب الأمري والثانية باستخدام الأسلوب التدريبي لصالح المجموعة التجريبية الاولى (الاسلوب الامري) في تنمية مهارة التصور العقلي حسب نوع النشاط ولصالح القياس البعدي.

– وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة(0.05) بين القياسيين البعديين للمجموعتين التجريبيتين الأولى باستخدام الأسلوب الأمري والثالثة باستخدام الأسلوب التبادلي لصالح المجموعة التجريبية الاولى (الأسلوب الأمري) في تنمية مهارة التصور العقلي حسب نوع النشاط ولصالح القياس البعدي.

– لا توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.05) بين القياسيين البعديين للمجموعتين التجريبيتين الثانية باستخدام الأسلوب التدريبي والثالثة باستخدام الأسلوب التبادلي لصالح المجوعة التجريبية الثانية (الأسلوب التدريبي) في تنمية مهارة التصور العقلي حسب نوع النشاط.

– وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين أساليب التدريس قيد الدراسة على مقياس التصور العقلي لدى أفراد عينة الدراسة، ولصالح الأسلوب الأمري في التدريس.

2-1-12- دراسة عمر عمور 2009: بعنوان " إسهامات بعض أساليب تدريس التربية البدنية والرياضية الحديثة في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى طلاب المرحلة الجامعية."

هدفت الدراسة إلى: التعرف على إسهامات بعض أساليب التدريس الحديثة في التربية البدنية والرياضية (التدريبي الزوجي) على تنمية بعض المهارات الحياتية (المهارات البدنية والمهارية، مهارات الاتصال والتواصل، المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي، المهارات النفسية والأخلاقية، مهارات التفكير والاكتشاف) وذلك في لعبتين جماعيتين (كرة القدم، الكرة الطائرة).

تساؤلات الدراسة: -هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المهارات الحياتية على الأسلوب التدريبي في كل لعبة؟

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المهارات الحياتية على الأسلوب الزوجي في كل لعبة؟

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المهارات الحياتية تعزى لاختلاف الأسلوب ؟

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المهارات الحياتية تبعا لاختلاف نوع الرياضة؟

-هل يوجد اثر للتفاعل عند مستوى دلالة 0.05 بين الأسلوب التدريسي المنتهج واللعبة المختارة في تباين درجات عينة الدراسة على مقياس المهارات الحياتية ؟

المنهج المتبع: استعمل الباحث المنهج التجريبي.

العينة: اشتملت عينة الدراسة على (76) طالبا جديدا اختيروا بطريقة عشوائية.

الادوات المستخدمة: مقياس لأهم المهارات الحياتية أحاط بجوانب شخصية المتعلم، واحتوى على (75) فقرة موزعة على خمسة مهارات حياتية.

أهم النتائج المتوصل إليها: - وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأسلوب التدريبي والأسلوب الزوجي في تنمية: المهارات البدنية والمهارية بعديا ولصالح الأسلوب التدريبي.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأسلوب التدريبي والأسلوب الزوجي في تنمية: مهارات الاتصال والتواصل، والمهارات الاجتماعية والعمل الجماعي بعديا ولصالح الأسلوب الزوجي.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الأسلوب التدريبي والأسلوب الزوجي في تنمية: المهارات النفسية والأخلاقية، ومهارات التفكير والاكتشاف بعديا .

-الأسلوب التدريبي في رياضة كرة القدم لا يختلف عن الأسلوب التدريبي في رياضة الكرة الطائرة في تنمية: المهارات البدنية والمهارية، ومهارات التفكير والاكتشاف.

– الأسلوب الزوجي في رياضة كرة القدم أفضل من الأسلوب الزوجي في رياضة الكرة الطائرة في مقياس المهارات الحياتية ككل، وفي تنمية مهارات الاتصال والتواصل.

–الأسلوب الزوجي في رياضة كرة القدم لا يختلف عن الأسلوب الزوجي في رياضة الكرة الطائرة في تنمية: المهارات البدنية والمهارية، والمهارات الاجتماعية والعمل الجماعي، والمهارات النفسية والأخلاقية، ومهارات التفكير والاكتشاف.

– لا يوجد تفاعل بين أسلوب التدريس واللعبة على مقياس المهارات الحياتية لدى أفراد عينة البحث.

2-1-13- دراسة حامد مصطفى بلباس وفرهاد كريم مولود 2009: بعنوان " تأثير استخدام الاسلوب التبادلي في اكساب مهارة التصويب من الثبات ومن السقوط بكرة اليد واستثمار وقت التعلم الأكاديمي."

هدفت الدراسة الى: الكشف عن استخدام الأسلوب التبادلي في إكساب التصويب من الثبات ومن السقوط بكرة اليد، استثمار وقت التعلم الأكاديمي.

فرضيات الدراسة: توجد فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث لصالح المجموعة التجريبية في:إكساب التصويب من الثبات ومن السقوط بكرة اليد، استثمار وقت التعلم الأكاديمي.

المنهج المتبع: المنهج التجريبي.

عينة الدراسة: تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية.

الادوات المستخدمة: نظام الملاحظة، اختبارات قياس عناصر اللياقة البدنية، اختبارات مهارية للتصويب.

أهم النتائج المتوصل اليها :– ان لأسلوبي (التبادلي والامري) تأثير واضح في اكساب طلاب السنة الدراسية الثانية في معهد الرياضة بأربيل من الثبات ومن السقوط بكرة اليد.

– إن الأسلوب التبادلي يتفوق على الأسلوب الأمري في إكساب التصويب من السقوط.

– ارتفاع نسبة ممارسة النشاط بالأسلوب التبادلي مقارنة بالأسلوب الأمري.

2-1-14- دراسة هـــاني الدســـوقي إبراهيم الدسوقي 2008: بعنوان " فاعلية استخدام بعض أساليب التدريس في تعلم مسابقة قذف القرص ودافعية الإنجاز والمستوى الرقمي لدى طلاب كلية التربية الرياضية بقنا."

هدفت الدراسة إلى: التعرف على فاعلية استخدام بعض أساليب التدريس (توجيه الأقران– الاكتشاف الموجه– العرض التوضيحي) على بعض الصفات البدنية الخاصة وعلى المستوى الرقمي في مسابقة قذف القرص ودافعية الإنجاز لدى طلاب الفرقة الثانية كلية التربية الرياضية بقنا.

تساؤلات الدراسة: – هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والقياسات البعدية لمجموعات البحث الثلاث (توجيه الأقران– الاكتشاف الموجه– العرض التوضيحي) في اختبارات الصفات البدنية الخاصة بمسابقة قذف القرص لصالح متوسطات القياسات البعدية؟

– هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والقياســـات البعدية لمجموعات البحث الثلاث في دافعية الإنجاز لصالح متوسطات القياسات البعدية؟

– هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والقياســـات البعدية لمجموعات البحث الثلاث في المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص لصالح متوسطات القياسات البعدية؟

– هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات البعدية للمجموعتين التجريبيتين (توجيه الأقران– الاكتشاف الموجه) وبين متوسطات القياسات البعدية للمجموعة الضابطة (العرض التوضيحي) في اختبارات الصفات البدنية الخاصة ودافعية الإنجاز والمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص لصالح المجموعتين التجريبيتين؟

المنهج المتبع: استخدم الباحث المنهج التجريبي.

العينة: قد تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية وعددهم (66) طالباً بنسبة 42% من مجتمع البحث.

الأدوات المستخدمة في البحث: الأجهزة والأدوات(شريط قياس– أقراص مختلفة الأوزان– ميزان طبي لقياس الوزن– الرستاميتر لقياس الطول– جهاز الوثب العالي– دائرة ومقطع الرمي الخاص بقذف القرص– ساعة إيقاف)

– اختبارات الصفات البدنية الخاصة بمسابقة قذف القرص.

أهم النتائج المتوصل إليها: –أفضل الأساليب لتعلم مسابقة قذف القرص هو أسلوب التعلم بتوجيه الأقران يليه أسلوب الاكتشاف الموجه ثم أسلوب العرض التوضيحي.

–أفضل الأساليب في تنمية دافعية الإنجاز وتحقيق أفضل مستوى رقمي لمسابقة قذف القرص هو أسلوب التعلم بتوجيه الأقران يليه أسلوب الاكتشاف الموجه ثم أسلوب العرض التوضيحي.

–الأسلوب المتبع (العرض التوضيحي) غير كافٍ لتعلم مسابقة قذف القرص وفي تنمية دافعية الإنجاز والمستوى الرقمي بصورة جيدة لدى أفراد عينة البحث.

2-1-15- دراسة عبد السلام حسين 2008 :بعنوان " تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام ثلاثة أساليب تدريس في تعلم مهارة الضرب الساحق وتحسين الانتباه بالكرة الطائرة."

هدف البحث: أرد الباحث هنا أن يدرس أثر ثلاثة أساليب تدريسية على تعلم مهارة الضرب الساحق المستقيم من جهة، وتركيز الانتباه باعتباره عملية حسية ذهنية مهمة في عملية التعلم من جهة ثانية، كل ذلك بنشاط الكرة الطائرة.

فرضيات البحث: – توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0,05 في تعلم مهارة الضرب الساحق وتحسين مستوى الانتباه في الاختبار القبلي والبعدي لكل مجموعة قيد الدراسة.

– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0،05 في تعلم مهارة الضرب الساحق وتحسين مستوى الانتباه بين مجموعات البحث قيد الدراسة.

المنهج: استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لأهداف و طبيعة دراسته.

عينة البحث: اختار عينة عمدية من الفصل الأول خلال الموسم الجامعي2005 /2006.

الأدوات : استعان الباحث باختبارات القدرات البدنية والمهارية مثل :اختبار قوة القبضة، اختبار الوثب العمودي، اختبار الضرب الساحق المستقيم، اختبار(بورن– أنفيموف) للانتباه.

أهم النتائج المتوصل إليها: – أسلوب التدريس باستخدام الكتيب المبرمج حقق نتائج ايجابية في مستوى تعليم الضربة الساحقة المستقيمة، ونفس الشيء للأسلوب التبادلي، والأمري حيث جاءت النتائج في صالح القياسات البعدية، ونفس الشيء في تحسين تركيز الانتباه، إلا أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين الأساليب التدريسية قيد الدراسة.

–جاءت النتائج لصالح أسلوب الكتيب المبرمج مقارنة بتوجيه الأقران، ولصالح أسلوب الكتيب المبرمج مقارنة بأسلوب العرض التوضيحي.

–كانت النتائج في تحسين تركيز الانتباه لصالح أسلوب الكتيب المبرمج، وبالتالي اعتبره الباحث أفضل الأساليب في التعليم من خلال جذب المتعلم، وتطوير انتباهه طيلة فترة الدرس، وتوجيه الأقران أحسن من الأمري، لكن هذا الأخير أحسن من الأول في تركيز الانتباه.

2-1-16- دراسة فوزية محمد عمر منذرة2007 :بعنوان " تأثير أسلوبي التدريس التدريبي والتبادلي على تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز ومفهوم الذات لتلميذات التعليم الأساسي"المرحلة الإعدادية. "

أهداف البحث: معرفة أفضل الأساليب تأثيرا على تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز ومفهوم الذات لتلميذات التعليم الأساسي"المرحلة الإعدادية."

فرضيات البحث: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي للمجموعتين التجريبيتين في تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز، ومفهوم الذات لتلميذات التعليم الأساسي"المرحلة الاعدادية."

–توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0,05)في القياس البعدي للمجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة في تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز، ومفهوم الذات لدى أفراد عينة البحث.

المنهج: المنهج التجريبي باستخدام تصميم المجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة.

مجتمع وعينة البحث: اختارت الباحثة عينة عمدية شملت ثلاث صفوف دراسية من صفوف التعليم الأساسي تحديدا الصف السابع بمدرسة محمد الزهيوي للتعليم الأساسي بشعبية الزاوية بليبيا للعام الدراسي 2005/2004 .

أدوات البحث: اختبرت الباحثة الطالبات في مهارتي :الشقلبة الجانبية، والدحرجة الأمامية، كما استعملت مقياس مفهوم الذات بأبعاده التالية: (السلوك، المنزلة العقلية، المظهر الجسمي، القلق، الشعبية، السعادة، الرضا).

أهم النتائج:- أثرت أساليب التدريس (الأمري، التدريبي، التبادلي) إيجابا في رفع مستوى تعلم المهارتين.

-هناك تأثير ايجابي للأسلوب التبادلي في نمو أبعاد مقياس مفهوم الذات التالية: السلوك، المنزلة العقلية، والمجموع الكلي لأبعاد المقياس.

-هناك تأثير ايجابي للأسلوب التدريبي في نمو أبعاد مقياس مفهوم الذات التالية السعادة، والرضا.

-هناك تأثير ايجابي للأسلوب الأمري في نمو أبعاد مقياس مفهوم الذات التالية: السلوك، المنزلة العقلية، الشعبية، السعادة، الرضا، والمجموع الكلي لأبعاد المقياس.

- لم تختلف الأساليب التدريسية في تأثيرها على تعلم مهارة الدحرجة الأمامية، بينما لوحظ الاختلاف في تعلم مهارة الشقلبة الجانبية ولصالح الأسلوبين التجريبيين التدريبي، والتبادلي، بمعنى آخر أن سهولة الحركة يقف وراء عدم التمايز بين الأسلوبين التدريسيين.

-مستوى الدافعية للعمل والأداء ارتفع لدى تلميذات المجموعتين التجريبيتين، وقد ارتفع نسبيا شعورهن بالمسؤولية تجاه ما يتم تعلمه.

2-1-17- دراسة عبد الجبار سعيد محسن 2006: بعنوان " تأثير التدريس بأسلوبي التدريبي والتبادلي في درس التربية الرياضية على مهارات كرة السلة للطلاب."

أهداف البحث: - معرفة أيهما أفضل الأسلوب التدريبي أو الأسلوب التبادلي في عملية تدريس بعض المهارات بكرة السلة في درس التربية الرياضية.

فرضيات البحث : -الأسلوب التدريبي في درس التربية الرياضية له تأثير أكثر من الأسلوب التبادلي في تعلم مهارات كرة السلة.

-الأسلوب التبادلي في درس التربية الرياضية له تأثير أكثر من الأسلوب الأمري في تعلم مهارات كرة السلة.

المنهج: استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو المجموعات المتكافئة ذات الاختبار القبلي والبعدي .

مجتمع وعينة البحث: أجري البحث على طلبة الصف الرابع إعدادي بعمر (16) سنة التابعين للإعدادية اختار الباحث منهم شعبتين من أصل5 شعب خلال الموسم الدراسي 2005/2004، و200 طالبا وطالبة، اختار مجموعة بها (40) طالبا تدرس بالأسلوب التدريبي، ومجموعة ثانية بها (40) طالبا تدرس بالأسلوب التبادلي ومجموعة ثالثة بها (40) طالبا تدرس بالأسلوب الأمري هذه الأخيرة أشرف عليها مدرس التربية الرياضية بالمدرسة، واعتبرها الباحث مجموعة ضابطة.

الأدوات: اختبار رمي الكرة الطبيعية التي تزن (03) كلغ ، الاختبارات المهارية في كرة السلة التالية :اختبار الدقة في المناولة باليدين) المناولة الصدرية نقاط، (اختبار سرعة الطبطبة لمسافة 20 متر، وقت (اختبار التصويب على السلة)من خط الرمية الحرة، عدد (اختبار التصويب بالقفز على السلة من الجانبين) .

أهم النتائج: كانت النتائج في صالح القياسات البعدية في كل المتغيرات المهارية، وهذا يعني أن الأسلوب التدريبي في القسم التعليمي لدرس التربية الرياضية قد ساهم في تطور المهارات في كرة السلة.

-جاءت النتائج في صالح القياسات البعدية مقارنة بالقياسات القبلية عند تدريس المجموعة الثانية بالأسلوب التبادلي.

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التي درست بالأسلوب التدريبي عند مقارنة القياسين البعديين للمجموعتين الأولى والثانية في مهارات كرة السلة، وهذا ما يعني أن الأسلوب التدريبي يشجع على التفكير في اكتساب تفاصيل دقيقة عن المهارات، وفي استيعاب النواحي الفنية الخاصة بالمهارة (تعلم أحسن وأسرع) من مجموعة الأسلوب التبادلي.

-الأسلوب التدريبي يساعد في زيادة المعرفة، ومتطلبات الأداء الفني للمهارة، الأسلوب التدريبي كأحد الأساليب التعليمية يؤثر إيجابا في تعلم المهارات الحركية في كرة السلة. وأوصى الباحث بضرورة تعميم الأسلوب التدريبي في تعلم المهارات وبخاصة في المراحل المتقدمة.

2-1-18- دراسة ناهده عبد زيد الدليمي وآخرون 2006: بعنوان ' تأثير أسلوبي الاكتشاف الموجه والشرح التوضيحي في تطوير بعض القدرات وتعلم الإعداد بالكرة الطـــــائرة '

أهـــداف البحـــث: -التعرف على تأثير أسلوبي الاكتشاف الموجه والشرح التوضيحي في تطوير بعض القدرات وتعلم الإعداد بالكرة الطائرة .

- التعرف على الفروقات بين أسلوبي الاكتشاف الموجه والشرح التوضيحي في تطوير بعض القدرات وتعلم الإعداد بالكرة الطائرة .

فرضيات البحث:- توجد فروق معنوية دالة إحصائيا" بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين الأولى والثانية في تطوير بعض القدرات وتعلم الإعداد بالكرة الطائرة ولصالح الاختبارات البعدية.

- توجد معنوية دالة إحصائيا في الاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث الأولى والثانية في تطوير بعض القدرات وتعلم الإعداد بالكرة الطائرة ولصالح المجموعة التجريبية الأولى(أسلوب الاكتشاف الموجه).

منهج البحث : استخدم الباحثون التصميم التجريبي بأسلوب المجموعات المتكافئة.

مجتمع وعينة البحث :تحدد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية –جامعة بابل والبالغ عددهم (156) طالبا واختيرت عينة البحث بصورة عشوائية من مجتمع البحث الأصلي، وبأسلوب القرعة وبعدد (30) طالبا تمّ تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين وبواقع (15) مبتدئين لكل مجموعة.

الأدوات والأجهزة المستخدمة: ملعب كرة طائرة قانوني – كرات طائرة قانونية
– شريط قياس معدني لقياس الطول – صفارة – طباشير ملون
– حاسبة علمية يدوية – ميزان طبي لقياس الوزن .

أهم النتائج: – إن أسلوبي الاكتشاف الموجه والشرح التوضيحي كان لهما تأثيراً إيجابياً في تعلم مهارة الإعداد بالكرة الطائرة وتطوير بعض القدرات المرتبطة بهذه المهارة.

–التعلم بأسلوب الاكتشاف الموجه أكثر إيجابية من أسلوب الشرح التوضيحي في تعلم مهارة الإعداد بالكرة الطائرة وتطوير بعض القدرات المرتبطة بهذه المهارة.

2-1-19- دراسة وليد وعد الله الشريفي وقصي حازم الزبيدي 2006 :بعنوان " أثر استخدام أساليب التدريس الفردي والتبادلي والتعاوني والأمري في تعليم بعض المهارات الأساسية في كرة القدم."

أهداف البحث : – التعرف على استخدام أساليب التدريس الفردي والتبادلي والتعاوني والأمري في تعليم بعض المهارات الأساسية في كرة القدم.

–المقارنة بين أثر استخدام بعض أساليب التدريس الفردي والتبادلي والتعاوني والأمري في تعليم بعض المهارات الأساسية في كرة القدم.

فرضيات البحث: –لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لأساليب التدريس الفردي والتبادلي والتعاوني والأمري في تنمية بعض المهارات الأساسية بكرة القدم.

–لا توجد فروق ذات دلالة معنوية في الاختبار البعدي بين أساليب التدريس الفردي والتبادلي والتعاوني والأمري في تنمية بعض المهارات الأساسية بكرة القدم.

المنهج: استخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم القياس القبلي–البعدي لأربع مجموعات.

مجتمع وعينة البحث: مجتمع البحث هو طلاب السنة الدراسية الأولى في كلية المعلمين – جامعة الموصل بالعراق عام 2001، البالغ عددهم (185) طالبا وطالبة اختير منهم (145) طالبا وطالبة يمثلون (8) قاعات دراسية تم اختيارهم عشوائيا بطريقة القرعة.

أدوات البحث: تم تحديد عناصر اللياقة البدنية المؤثرة في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم وهي :القوة الانفجارية للأطراف السفلى، السرعة الانتقالية، التوافق، الرشاقة، مطاولة الجهازين الدوري والتنفسي، بالإضافة إلى المهارات الأساسية بكرة القدم واختباراتها هي :الدحرجة، المناولة، السيطرة على الكرة، أما بخصوص التهديف فقد أعد الباحثان اختبارا لقياس دقة التهديف لعدم اتفاق الخبراء والمختصين على اختبار محدد لهذا الغرض.

أهم النتائج: – أوضحت النتائج فاعلية استخدام الأسلوب الفردي في تعلم المهارات الأساسية للعبة كرة القدم.

-حقق الأسلوب التبادلي تطورا في جميع المهارات الأساسية بكرة القدم.

-حقق الأسلوب التعاوني تطورا في جميع المهارات الأساسية بكرة القدم ما عدا مهارة دقة التهديف.

- لم يحقق الأسلوب الأمري تطورا في بعض المهارات الأساسية بكرة القدم ما عدا في مهارتي الدحرجة وإخماد الكرة.

-تفوق الأسلوب الفردي عند مقارنته بالأساليب التالية :التبادلي، والتعاوني، والأمري في تعلم بعض المهارات الأساسية للعبة كرة القدم.

-نص أصحاب البحث أخيرا على ضرورة استخدام الأسلوب الفردي في تدريس بعض المهارات الأساسية في لعبة كرة القدم لطلاب كلية المعلمين فرع التربية الرياضية لما له من أثر ايجابي على درس التربية الرياضية.

2-1-20- دراسة إسماعيل غصاب إسماعيل محمود 2006: بعنوان " أثر أساليب التدريس في استثمار وقت التعلم الأكاديمي في درس التربية الرياضية."

هدفت الدراسة إلى: مقارنة وقت التعلم الأكاديمي في كل من الأسلوب الامري والأسلوب التدريبي وأسلوب التضمين.

تساؤلات الدراسة: -هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05بين الأسلوب الامري والأسلوب التدريبي في استثمار وقت التعلم الأكاديمي ولصالح الأسلوب التدريبي؟

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05بين الأسلوب الأمري وأسلوب التضمين في استثمار وقت التعلم الأكاديمي ولصالح أسلوب التضمين؟

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 بين الأسلوب التدريبي وأسلوب التضمين في استثمار وقت التعلم الأكاديمي ولصالح أسلوب التضمين؟

المنهج المتبع: استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب التحليلي.

العينة: تكونت عينة البحث من (75) طالبا وتم اختيارها بالطريقة العشوائية.

الأدوات المستخدمة في البحث: استخدم الباحث نظام الملاحظة الذي وضعه سايدن توب Siedentop.

أهم النتائج المتوصل إليها: -تميز الأسلوب التدريبي وأسلوب التضمين بتقدم نسبة في استثمار حالات التعلم الأكاديمي على السلوكيات العامة، وهذا مؤشر جيد للتدريس الفعال.

- لم تظهر فروق معنوية بين الأسلوب التدريبي وأسلوب التضمين وعلى عكسها مع الأسلوب الامري.

2-1-21- دراسة لمياء حسن الديوان2005: بعنوان " أثر استخدام أساليب تدريسية في تنمية بعض القدرات الإبداعية الحركية في درس التربية الرياضية."

هدفت الدراسة إلى: الكشف عن الفروق بين الأساليب الثلاثة (حل المشكلات، التعليم التعاوني والأسلوب الامري) في تنمية بعض القدرات الإبداعية الحركية لدى تلميذات الصف الخامس ابتدائي.

تساؤلات الدراسة: – هل توجد فروق في اختبارات القدرات الإبداعية الحركية القبلية والبعدية باستخدام الأساليب الثلاثة (حل المشكلات، التعليم التعاوني والأسلوب الامري)؟

– هل توجد فروق في اختبارات القدرات الإبداعية الحركية البعدية بين المجاميع الثلاثة ولصالح (حل المشكلات)؟

المنهج المتبع: استخدم الباحث المنهج التجريبي.

العينة: تم اختيارها بالطريقة العمدية وبلغت 66 تلميذة.

الأدوات المستخدمة في البحث: المقابلات الشخصية، اختبارات القدرات الإبداعية الحركية...

أهم النتائج المتوصل إليها: – وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية لاختبارات القبلية والبعدية للطلاقة الحركية والمرونة والأصالة في المجاميع الثلاثة ولصالح مجموعة حل المشكلات أولا ومجموعة التعليم التعاوني ثانيا والامري أخيرا.

– وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية لاختبارات البعدية للمرونة في المجاميع الثلاثة ولصالح المجموعة التي استخدمت أسلوب حل المشكلات أولا ومجموعة التعليم التعاوني ثانيا والامري أخيرا.

2-1-22- دراسة صادق خالد الحايك ووليد العموري 2005: بعنوان "درجة تفضيل طلبة التربية الرياضية لأساليب التدريس المستخدمة في مناهج كرة السلة والعاب المضرب واتجاهاتهم نحوها."

هدفت الدراسة إلى: التعرف على أي من أساليب التدريس المستخدمة في مناهج كرة السلة والعاب المضرب أكثر تفضيل لطلبة التربية الرياضية واتجاهاتهم نحوها.

تساؤلات الدراسة: ما هي الأساليب التدريسية المستخدمة في التربية الرياضية التي يفضلها طلبة الألعاب الفردية وطلبة الألعاب الجماعية في تعلم الألعاب المهارات الحركية المختلفة ؟

المنهج المتبع: استخدم في هذه الدراسة المنهج التجريبي.

العينة: تم اختيارها بالطريقة العمدية من طلاب وطالبات كلية التربية الرياضية الجامعة الأردنية.

أهم النتائج المتوصل إليها: – أفضلية أساليب التدريس لدى طلبة الألعاب الجماعية هي أسلوب حل المشكلات يليه أسلوب الاكتشاف الموجه يليه الأسلوب التبادلي يليه الأسلوب التدريبي ثم الأسلوب الامري وترتيب أفضلية الأساليب لدى طلبة الألعاب الفردية هي أسلوب الاكتشاف الموجه ثم أسلوب حل المشكلات ثم الأسلوب التبادلي ثم الأسلوب التدريبي وأخيرا الأسلوب الامري.

2-1-23- دراسة عطاء الله أحمد 2004: بعنوان " تأثير استخدام بعض أساليب التدريس بالتغذية الراجعة الفورية على تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة."

تساؤلات الدراسة: – ما هو تأثير استخدام بعض أساليب التدريس بالتغذية الراجعة الفورية، وأفضلها في تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة ؟

هدفت الدراسة إلى : – معرفة تأثير استخدام بعض أساليب التدريس بالتغذية الراجعة الفورية في تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة عند مختلف الجنسين.

–معرفة أفضل أسلوب تدريسي بالتغذية الراجعة الفورية له تأثير أحسن في تعلم مهارات الإرسال والتمرير والإعداد في الكرة الطائرة عند الذكور والإناث.

المنهج المتبع: استخدم الباحث المنهج التجريبي.

مجتمع وعينة البحث: اختار الباحث عينة مقصودة قوامها (432) تلميذا وتلميذة.

أدوات البحث: استعان الباحث باختبارات مهارية لقياس المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة والتي صممت من قبل الاتحاد الأمريكي للصحة والتربية والترويح، والمتلائمة مع الفئة المقصودة بالدراسة من 9 إلى 12سنة.

أهم النتائج المتوصل إليها: إن استخدام أساليب التدريس بالتغذية الراجعة الفورية، واستخدام المعلم للأسلوب التقليدي قد أثر إيجابا على تعلم المهارات الأساسية في الكرة الطائرة قيد الدراسة عند مختلف الجنسين وفي الولايات الثلاثة.

–استنتج الباحث أن الفرق بين الاختبار القبلي والبعدي دال إحصائيا في مهارة الإرسال بأنواعه الثلاثة ومهارة الإعداد، ومهارة التمرير عند مختلف الجنسين ذكورا وإناثا في الولايات الثلاثة سعيدة، قسنطينة مستغانم وهذا عند كافة المجموعات التجريبية والضابطة.

–إن الفرق بين الاختبار القبلي والبعدي دال إحصائيا وهو لصالح الاختبار البعدي عند كافة المجموعات التجريبية والضابطة، وعند كل من الذكور والإناث وفي الولايات الثلاثة، وفي مختلف المهارات الإرسال بأنواعه التمرير للجهة اليمنى واليسرى، الإعداد للجهة اليمنى واليسرى.

–تختلف الأساليب في تأثيرها تبعا للجنس، نوع المهارة، وصعوبة أو سهولة المهارة في التعلم.

–كلما صعبت وتعقدت المهارة نتجه إلى الأسلوب الامري في تعليمها، لأنه يتطلب الدقة والصرامة، وكلما كانت سهلة تعطى الحرية للمتعلم.

–يجب التنويع في استخدام أساليب التدريس وعدم الاقتصار على أسلوب واحد فقط في تعليم المهارات، وهذا ما يوضح الاختلاف الموجود في استخدام الأساليب من مهارة إلى أخرى.

–ضرورة التفريق في استخدام أساليب التدريس بين الذكور والإناث.

2-1-24- دراسة أحمد السيد الموافي محمد خطاب 2004: بعنوان " تأثير استخدام بعض أساليب التدريس على مستوى التحصيل المهاري والمعرفي في الكرة الطائرة لطلاب كلية التربية الرياضية."

هدفت الدراسة إلى: التعرف على تأثير البرنامج التعليمي باستخدام أساليب التدريس قيد البحث.

تساؤلات الدراسة: – هل يؤثر البرنامج التعليمي باستخدام أساليب التدريس(الممارسة، التعلم التبادلي الواجبات الحركية) للمجموعات التجريبية الثلاث تأثيرا ايجابيا على مستوى التحصيل المهاري في الكرة الطائرة؟

– هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أساليب التدريس قيد البحث للمجموعات التجريبية الثلاث على مستوى التحصيل المهاري والمعرفي في الكرة الطائرة؟

المنهج المتبع: استخدم الباحث المنهج التجريبي.

العينة: قام الباحث باختيار عينة الدراسة بالطريقة القصدية.

الأدوات المستخدمة في البحث: البرنامج التعليمي المعد من قبل الباحث نفسه، الاختبار المعرفي في كرة اليد الذي أعده الباحث بنفسه، الاختبارات المهارية التي تقيس مستوى التحصيل المهاري.

أهم النتائج المتوصل إليها: – البرنامج التعليمي باستخدام أساليب التدريس الثلاثة قيد البحث لها تأثير ايجابي على مستوى التحصيل المهاري في الكرة الطائرة لطلاب كلية التربية الرياضية بجامعة المنصورة.

– إن استخدام أساليب التدريس الحديثة يساهم مساهمة كبيرة في تحقيق أهداف المجال المعرفي في ميدان التربية البدنية والرياضية، وهذا ما أكدته نتائج استعمال الاختبار المعرفي في الكرة الطائرة لدى طلاب كلية التربية الرياضية بجامعة المنصورة.

2-1-25- دراسة إبراهيم عبد الغني سلامة 2004: بعنوان " أثر استخدام أسلوبين في تدريس بعض مهارات كرة الطاولة بمستوى تعلم طلبة المرحلة الأساسية."

هدفت الدراسة إلى: التعرف على أثر التدريس بالأسلوب الأمري والتدريبي في تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطاولة لدى تلاميذ المرحلة الأساسية، وما هو الاسلوب الامثل في ذلك.

المنهج المتبع: استخدم الباحث المنهج التجريبي ذا المجموعتين التجريبيتين لملاءمته لطبيعة الدراسة.

العينة: تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العمدية .

أهم النتائج المتوصل إليها: – إن الأسلوب الأمري له تأثير إيجابي في تطوير مهارتي الضربة الأمامية والخلفية.

– إن الأسلوب التدريبي له تأثير إيجابي في تطوير مهارتي الضربة الأمامية والخلفية.

– إن الأسلوب الأمري هو الأسلوب الأمثل لتعليم مهارة الضربة الأمامية وإن الأسلوب التدريبي هو الأسلوب الأمثل لتعليم مهارة الضربة الخلفية.

2-1-26- دراسة آمال نوري بطرس الياس خلقة 2004:بعنوان "اثر استخدام أسلوبي التضمين والأمري ونموذجين من المجاميع الصغيرة في تحقيق بعض أهداف درس التربية الرياضية."

هدفت الدراسة إلى: – التعرف على أثر استخدام اسلوبي التضمين والأمري ونموذجين من المجاميع الصغيرة (المتجانسة والغير متجانسة) في تحقيق بعض اهداف درس التربية الرياضية (البدني والمهاري والوجداني) .

– المقارنة بين أثر استخدام اسلوبي التضمين والأمري ونموذجين من المجاميع الصغيرة (المتجانسة والغير متجانسة) في تحقيق بعض اهداف درس التربية الرياضية (البدني والمهاري والوجداني) في الاختبار البعدي .

المنهج المتبع: تم استخدام المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة مشكلة البحث .

العينة: تكونت من (88) طالبة يمثلون (4) شعب وبواقع (22) طالبة لكل شعبة.

أهم النتائج المتوصل إليها: – اثبت فاعلية استخدام اسلوب التضمين ونموذجين من المجاميع الصغيرة (المتجانسة وغير المتجانسة) في تنمية جميع عناصر اللياقة البدنية والحركية لدرس التربية الرياضية .

– حقق الأسلوب الأمري تأثيراً ايجابيا في تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية (السرعة الانتقالية، والقوة الانفجارية للأطراف السفلى، والمرونة) ، بينما لم يحقق الأسلوب نفسه تأثيرا في تنمية عنصري (الرشاقة، والقوة الانفجارية للأطراف العليا).

– تفوق اسلوب التضمين في تنمية عنصري (السرعة الانتقالية والرشاقة) عند مقارنته بالأساليب الأخرى .

2-1-27- دراسة فداء أحمد نمر مهيار وغازي محمد خير الكيلاني 2004: بعنوان " أثر استخدام بعض أساليب موستن(Mosston) على تعلم المهارات الأساسية لسباحة الزحف."

أهداف البحث: التعرف على أثر استخدام بعض أساليب موستن التدريسية (الأسلوب الأمري، والأسلوب التبادلي، والأسلوب الذاتي) على تعلم مهارات سباحة الزحف.

–التعرف على الفروق في أثر استخدام بعض أساليب موستن التدريسية (الأسلوب الأمري، والأسلوب التبادلي والأسلوب الذاتي) على تعلم بعض مهارات سباحة الزحف وحسب متغير الجنس.

فروض البحث: توجد فروق ذات دلالة إحصائية ما بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي على المتغيرات قيد الدراسة.

–لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية ما بين أساليب التدريس (الأسلوب الأمري، والأسلوب التبادلي، والأسلوب الذاتي) في تعلم مهارات سباحة الزحف وحسب متغير الجنس .

المنهج: استخدم المنهج التجريبي وذلك باستخدام تصميم (Pre -test post-test Design) لثلاث مجموعات تجريبية.

عينة البحث: سحبت العينة بطريقة عمدية.

الأدوات: مجموعة من الاختبارات التي تم ترشيحها من قبل مجموعة من الخبراء في القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية في رياضة السباحة، وشملت مهارات السباحة ما يلي :كتم النفس (الثانية)، توقيت التنفس(عدد) الانزلاق والطفو على البطن(مسافة)، ضربات الرجلين(مسافة)، ضربات الذراعين(مسافة)، توافق سباحة الزحف(مسافة).

أهم النتائج: -إن الطلبة (ذكورا وإناثا) الذين تعلموا بالأساليب التدريسية (التبادلي، الأمري، الذاتي) أظهروا تحسنا في المهارات الأساسية لسباحة الزحف، وتميز الأسلوب الأمري عن الأسلوبين الآخرين في الفعالية.

-إن الأسلوب التبادلي يحسن مهارات سباحة الزحف عند كلا الجنسين، ويفضل استخدامه عند الذكور في تعلم مهارات كتم النفس، وتوقيت التنفس، والانزلاق والطفو على البطن، وضربات الذراعين.

-إن الأسلوب الأمري يحسن مهارات سباحة الزحف على البطن عند كلا الجنسين ويفضل استخدامه عند الإناث في تعلم مهارة الانزلاق والطفو على البطن.

-إن الأسلوب الذاتي يحسن مهارات (كتم النفس، وضربات الذراعين)عند كلا الجنسين، ويفضل استخدامه عند الذكور في تعلم مهارة توقيت التنفس، بينما يستخدم لتعلم مهارات(الانزلاق والطفو على البطن، وضربات الرجلين، وتوافق سباحة الزحف) عند الإناث.

2-1-28- دراسة غازي محمد خير إبراهيم الكيلاني2003 : بعنوان " أثر استخدام ثلاثة أساليب تدريس على تعلم بعض المهارات الأساسية في لعبة كرة اليد ورياضة السباحة."

أهداف البحث : التعرف على أثر استخدام كل من الأسلوب:(الأمري، التبادلي، الذاتي) على تعلم بعض المهارات الأساسية في لعبة كرة اليد، ورياضة السباحة.

المنهج المستخدم: استخدم الباحث المنهج التجريبي وذلك باستخدام تصميم لثلاث مجموعات تجريبية.

مجتمع وعينة البحث: تكون مجتمع البحث من طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بالجامعة الهاشمية – الأردن -البالغ عددهم (250) طالبا، اختار منهم بالطريقة العمدية.

الأدوات المستخدمة في البحث : -الاختبارات المستخدمة في كرة اليد هي :التمرير والاستقبال من مسافة 3م عدد/مرات (التنطيط المستمر في اتجاهات متعددة) زمن/ثانية)، رمي كرة يد لأقصى مسافة)مسافة/متر (دقة التصويب على المربعات المتداخلة)عدد/نقاط.

-الاختبارات المستخدمة في رياضة السباحة هي :كتم التنفس الزمن، الثانية، توقيت التنفس عدد، مرات الانزلاق والطفو على البطن، مسافة، متر، ضربات الرجلين، مسافة، متر (ضربات الذراعين)مسافة، متر (توافق سباحة الزحف على البطن)مسافة، متر بالإضافة إلى شريط لقياس المسافة، كرات، ساعة توقيت، استغرق البرنامج التعليمي أربعة أسابيع.

أهم النتائج المتوصل إليها: توجد فروق بين القياسين القبلي والبعدي وباستخدام الأساليب التدريسية الثلاثة قيد الدراسة ولصالح القياسات البعدية ماعدا في مهارة التنطيط المستمر في اتجاهات متعددة في الأسلوب الأمري والتصويب على المربعات المتداخلة في الأسلوب الذاتي في التدريس.

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية ما بين القياس القبلي والبعدي على جميع المتغيرات في رياضة السباحة لصالح القياس البعدي في الأسلوب الأمري، والأسلوب التبادلي والأسلوب الذاتي.

-إن الطلاب الذين تعلموا بالأسلوب التبادلي أظهروا تحسنا ملموسا في القدرات الحركية والمهارية في جميع المهارات الأساسية بلعبة كرة اليد.

-إن الطلاب الذين تعلموا بالأسلوب التبادلي أظهروا تحسنا ملموسا في القدرات الحركية والمهارية لرياضة السباحة شأنهم في ذلك شأن الطلاب الذين تعلموا بالأسلوب الأمري.

-النتائج بينت الأثر الايجابي للأساليب التدريسية في تحسين تعلم المهارات الأساسية بالنشاطين، وعند المقارنة بين الأساليب الثلاثة وجد أن الأسلوب الامري هو الأفضل ثم يليه التبادلي، فالذاتي في رياضة كرة اليد، أما بالسباحة فتفوق الأسلوبين الامري والتبادلي على الذاتي.

2-2- الدراسات التي تناولت الرضا الحركي :

2-2-1- دراسة حواء كاظم لطيف 2015 : بعنوان 'دراسة مقارنة في الرضا الحركي بين الألعاب الفردية والجماعية لمنتخبات جامعة ذو قار أجريت هذه الدراسة بكلية التربية البدنية و علوم الرياضية جامعة ذو قار – العراق– '

هدفت هذه الدراسة إ لى : التعرف على الفروق الفردية بين الألعاب الفردية والجماعية في مستوى الرضا الحركي، التعرف على طبيعة العلاقة بين مستوى الرضا الحركي و ممارسة الألعاب الفردية ، التعرف على طبيعة العلاقة بين مستوى الرضا الحركي و ممارسة الألعاب الجماعية.

المنهج المتبع في الدراسة: استعمل الباحث المنهج الوصفي المقارن.

عينة الدراسة: اشتملت عينة الدراسة علي (60) لاعب ، (30) لاعب من الألعاب الفردية و(30) من الألعاب الجماعية أي بنسبة 40% من مجتمع البحث للموسم الجامعي 2015-2016

أدوات الدراسة:استعمل الباحث: -مقياس لرضا الحركي **نيلسون ولن**- استمارة استبيان.

أهم النتائج المتوصل إليها : -توجد فروق فردية بين الألعاب الفردية والجماعية في مستوى الرضا الحركي لصالح الألعاب الجماعية.

-توجد علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى الرضا الحركي و ممارسة الألعاب الفردية.

-التعرف علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى الرضا الحركي وممارسة الألعاب الجماعية.

2-2-2- دراسة كسيلي جمال 2014 : بعنوان 'تأثير استخدام كُلاً من الأسلوب الأمري والتبادلي على درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر أجريت هذه الدراسة بمعهد علوم وتقنيات النشطات البدنية والرياضية جامعة المسيلة –الجزائر– '

هدفت هذه الدراسة إ لى :معرفة إذا كان للأسلوب الأمري تأثير على درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز.

- معرفة درجة تأثير الأسلوب التبادلي على الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز.

- معرفة أي من الأسلوبين أكثر تأثيرا على درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز وبالتالي أيهما أكثر فاعلية.

المنهج المتبع في الدراسة: المنهج التجريبي ذا المجموعتين التجريبيتين بطريقة الاختبار القبلي والبعدي.

عينة الدراسة: اختيرت بالطريقة العمدية (المقصودة) من طلبة السنة الاولى جذع مشترك – معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية– جامعة المسيلة موسم 2012– 2013.

أدوات الدراسة: – مقياس الرضا الحركي.

- البرنامج التعليمي المقترح وفق الأسلوبين الأمري والتبادلي في سباق 110 متر حواجز.

أهم النتائج المتوصل إليها : - للأسلوب الأمري تأثير على درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز.

- للأسلوب التبادلي تأثير على درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز.

- الأسلوب الأمري حقق رضا حركي من طرف الطلبة أكثر من الأسلوب التبادلي، وبالتالي: فالأسلوب الأمري هو الأسلوب الأمثل في تعليم سباق 110 متر حواجز، وأكثر فاعلية من الأسلوب التبادلي.

2-2-3- دراسة ايناس بهنام نقولا 2013: بعنوان 'الرضا الحركي وعلاقتها ببعض المهارات الأساسية الحركية لأطفال الرياض بأعمار 5-6سنوات بمدينة الموصل وأجريت هذه الدراسة بكلية التربية بنات بجامعة الموصل– العراق– '

هدفت هذه الدراسة إلى: التعرف على قيم الرضا الحركي لأطفال الرياض بأعمار 5-6 سنوات بمدينة الموصل.

-التعرف على قيم المهارات الأساسية (الجري، الوثب، القفز، الحجل) لأطفال الرياض بأعمار 5-6 سنوات بمدينة الموصل.

-التعرف على طبيعة العلاقة بين المهارات الأساسية و الرضا الحركي لأطفال الرياض بأعمار 5-6 سنوات بمدينة الموصل.

المنهج المتبع في الدراسة: استعمل الباحث المنهج الوصفي العلائقي.

عينة الدراسة: اشتملت عينة الدراسة (75) طفلا وطفلة تم اختيارهم من ثلاث روضات للأطفال من مدينة الموصل بطريقة عشوائية للموسم الدراسي 2011-2012.

أدوات الدراسة:استعمل الباحث: -مقياس المصور لرضا الحركي لأطفال الروضة.اختبار المهارات الأساسية الحركية لأطفال الروضة.

أهم النتائج المتوصل إليها : إن الرضا الحركي لأطفال الروضة بأعمال 6-5 سنوات يتأثر ويؤثر في المهارات الأساسية الحركية (الجري،الوثب القفز،الحجل) ، إذ أن الطفل كلما زاد مستوى الرضا الحركي عنده زاد مستوى المهارات الأساسية لديه وبالتالي فإن العلاقة بينهما هي علاقة طردية موجبة.

2-2-4- دراسة صاحب شريف عداي الزيرجاوي وعلي عباس طاهر الحسيني 2012: بعنوان " دراسة مقارنة للرضا الحركي بين طلبة وطالبات كلية التربية الرياضية في جامعة ذي قار."

هدفت الدراسة إلى : التعرف على مستوى الرضا الحركي لدى طلاب كلية تربية الرياضية جامعة ذي قار مقارنة الرضا الحركي بين الطلاب والطالبات.

المنهج المتبع: أستخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المقارن والعلاقات الارتباطية.

العينة: اختار الباحثان العينة بالطريقة العشوائية وتضمنت (50) طالباً و(50) طالبة

الأدوات المستخدمة في البحث: استمارة استبانة تتضمن مقياس محمد حسن علاوي (مقياس الرضا الحركي

أهم النتائج المتوصل إليها: -تمتع الطلبة والطالبات مستوى جيد من الرضا الحركي.

-لا علاقة للجنس بمستوى الرضا الحركي للفرد.

2-2-5- دراسة غدا حمزة السفاح 2012: بعنوان ' تأثير برنامج وفق الأهداف الفترية في تطوير الرضا الحركي وأداء بعض المهارات الأساسية بالجمناستيك، أجريت هذه الدراسة بكلية التربية الرياضية جامعة بابل – العراق- '

هدفت هذه الدراسة إلى : التعرف على فعالية البرنامج المقترح وفق الأهداف الفترية في تطوير الرضا الحركي لدى طلبات المرحلة الثالثة.

-التعرف على فعالية البرنامج المقترح وفق الأهداف الفترية في وأداء بعض المهارات الأساسية بالجمناستيك لدى طلبات المرحلة الثالثة.

المنهج المتبع في الدراسة: استعمل الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين ذات القياس القبلي والبعدي وذلك لملاءمته الظاهرة المدروسة.

عينة الدراسة: قد اختيرت عينة البحث من طالبات المرحلة الثالثة بكلية التربية الرياضية جامعة بابل للموسم الجامعي 2011-2012 وقوامها (22) طالبة قسموا إلى (11) طالبة مجموعة تجريبية و(11) طالبة مجموعة ضابطة.

أدوات الدراسة:استعمل الباحث مقياس الرضا الحركي، البرنامج المقترح وفق الأهداف الفترية.

أهم النتائج المتوصل إليها : فعالية البرنامج المقترح وفق الأهداف الفترية في تطوير الرضا الحركي وأداء بعض المهارات الأساسية بالجمناستيك لطلبات المرحلة الثالثة.

- وجود فروق معنوية في اختبارات الرضا الحركي للعينة التجريبية لصالح الاختبار البعدي بعد تطبيق البرنامج المقترح .

- وجود فروق معنوية في اختبارات المهارات الأساسية في الجيمناستيك للعينة التجريبية لصالح الاختبار البعدي بعد تطبيق البرنامج المقترح.

- وجود فروق معنوية بين المجموعة التجريبية والضابطة في اختبارات الرضا الحركي والمهارات الأساسية في الجمناستيك لصالح العينة التجريبية بعد تطبيق البرنامج المقترح.

2-2-6- دراسة رولا مقداد عبيد 2010:بعنوان " أثر التعلم التعاوني على تطوير الرضا الحركي في بعض الحركات الدفاعية والهجومية بسلاح الشيش لطلبة كلية التربية الرياضية."

هدفت الدراسة إلى: التعرف على أثر التعلم التعاوني والتعلم التقليدي المتبع على تطوير الرضا الحركي في المهارات الدفاعية والهجومية بسلاح الشيش قيد البحث وأفضلية كل منهما في ذلك.

تساؤلات الدراسة: – هل هناك أثر (للتعلم التعاوني) و(التعلم التقليدي المتبع) على تطوير الرضا الحركي في الحركات الدفاعية والهجومية بسلاح الشيش قيد البحث ؟

– هل هناك أثر لأفضلية (التعلم التعاوني) على (التعلم التقليدي المتبع) على تطوير الرضا الحركي في الحركات الدفاعية والهجومية بسلاح الشيش قيد البحث؟

المنهج المتبع: استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بطريقة المسح والمنهج التجريبي.

العينة: تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية.

الأدوات المستخدمة في البحث: استمارة استبيان خاصة بالرضا الحركي .

أهم النتائج المتوصل إليها: –فاعلية كل من التعلم التعاوني والتعلم التقليدي في رفع مستوى الرضا الحركي عن الحركات الدفاعية والحركات الهجومية(الهجوم البسيط بأنواعه والهجوم المركب بنوعيه) بسلاح الشيش.

– التعلم التعاوني أكثر فاعلية من التعلم التقليدي في رفع مستوى الرضا الحركي عن الحركات الدفاعية والحركات الهجومية.

2-2-7- دراسة بن سعادة بدر الدين 2009: بعنوان " مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية."

هدفت الدراسة: – التعرف على أنواع الاتصال البيداغوجي المستعملة من قبل أستاذ التربية البدنية والرياضية.

– إبراز أهمية الاتصال البيداغوجي في التأثير على الرضا الحركي.

– التعرف على مدى تأثير متغيرات خبرة الأستاذ وتكوينه العلمي في العلاقة الناتجة بين مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية والرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية.

تساؤلات الدراسة: – هل هناك علاقة ارتباطية بين مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية والرض ا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية ؟

– هل تتأثر العلاقة بين مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية والرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية بمتغير خبرة الأستاذ ؟

– هل تتأثر العلاقة بين مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية والرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية بمتغير التكوين العلمي للأستاذ ؟

منهج الدراسة: المنهج الوصفي بشقيه الارتباطي والسببي المقارن.

عينة الدراسة : يتكون مجتمع البحث من 30 أستاذ تربية بدنية ورياضية بمرحلة الثانوي (ثانويات الشلف مركز) و300 تلميذ عينة عشوائية مقصودة وهذا بمعدل 10تلاميذ أقسام نهائية لكل أستاذ.

الأدوات المستخدمة : مقياس الرضا الحركي، اختبار مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية .

أهم النتائج المتوصل إليها : - توجد علاقة ارتباطية قوية بين مهارات الاتصال عند أستاذ التربية البدنية والرياضية والرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية.

- العلاقة الارتباطية بين مهارات الاتصال عند أستاذ التربية البدنية والرياضية والرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية تتأثر تبعا لمتغير خبرة الأستاذ.

- متغير التكوين العلمي للأستاذ لا يؤثر في العلاقة الموجودة بين مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدينة والرياضية والرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية.

2-2-8- دراسة يحياوي محمد 2008: بعنوان " علاقة الرضا الحركي بمفهوم الذات وتأثيرها على التوافق الدراسي عند طلبة التربية البدنية والرياضية."

هدفت الدراسة إلى:- الكشف عن مفهوم الذات لدى طلبة التربية البدنية والرياضية.

-التعرف على ما اذا كانت هناك علاقة بين مفهوم الذات والرضا الحركي.

تساؤلات الدراسة:-هل هناك علاقة ارتباطية بين مفهوم الذات والرضا الحركي؟

-هل يتأثر التوافق الدراسي بالعلاقة الناتجة بين مفهوم الذات والرضا الحركي؟

- هل يتأثر التوافق الدراسي بالعلاقة الناتجة بين مفهوم الذات والرضا الحركي بمتغير الجنس؟

- هل يتأثر التوافق الدراسي بالعلاقة الناتجة بين مفهوم الذات والرضا الحركي بمتغير الخبرة الرياضية؟

- هل يتأثر التوافق الدراسي بالعلاقة الناتجة بين مفهوم الذات والرضا الحركي بمتغير المستوى الدراسي؟

المنهج المتبع: المنهج الوصفي بشقيه الارتباطي والسببي المقارن.

العينة: تم اختيارها بطريقة عشوائية من طلبة وطالبات معهد التربية البدنية والرياضية-سيدي عبد الله- الجزائر.

الادوات المستخدمة: مقياس الرضا الحركي، مقياس التوافق الدراسي، مقياس تنسى لمفهوم الذات.

اهم النتائج المتوصل اليها: -هناك نسبة 56.25% من مجموع العينة لديهم مفهوم ذات ايجابي، ونسبة 43.75 % لديهم مفهوم ذات سلبي .

-توجد علاقة ارتباطية قوية بين مفهوم الذات والرضا الحركي.

- يتأثر التوافق الدراسي بالعلاقة الناتجة بين مفهوم الذات والرضا الحركي تبعا لمتغير الخبرة الرياضية.

-يتأثر التوافق الدراسي بالعلاقة الناتجة بين مفهوم الذات والرضا الحركي تبعا لمتغير المستوى الدراسي.

2-2-9- دراسة محمد خضر أسمر الحياني وآخرون 2002: بعنوان " بناء مقياس الرضا الحركي في المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم الناشئين."

هدفت الدراسة إلى: بناء مقياس الرضا الحركي في المهارات الأساسية للاعبي كرة القدم الناشئين.

المنهج المتبع: تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي.

العينة: تكونت عينة البحث من لاعبي ناشئة محافظة نينوى والبالغ عددهم (42) لاعباً.

أهم النتائج المتوصل إليها : تم التوصل إلى بناء مقياس الرضا الحركي في المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم الناشئين، يتمتع بمعاملات علمية (صدق وثبات) عالية، مما يسمح في استخدامه في مجتمع البحث، يتكون من (36) فقرة تقيس الرضا الحركي للاعبين وموزعة على المهارات الأساسية آلاتية (الدحرجة، المناولات، الإخماد التهديف، السيطرة على الكرة والرمية الجانبية). والتي تعبر عن مدى الرضا الحركي للأداء المهاري بكرة القدم.

2-2-10- دراسة خالد فيصل الشيخو وآلاء عبد الله حسين 2000: بعنوان " دراسة الفروق في مستوى الرضا الحركي في مادة ألعاب الساحة والميدان."

هدفت الدراسة إلى : التعرف على الفروق في مستوى الرضا الحركي في العاب الساحة والميدان بين طالبات كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل، الفقرات التي ترفع فيها نسبة الرضا الحركي في العاب الساحة والميدان .

تساؤلات الدراسة: هل توجد فروق ذات دلالة معنوية في الرضا الحركي بين طالبات كلية التربية الرياضية ؟

- هل يوجد اختلاف في قيم النسبة المئوية لفقرات مقياس الرضا الحركي؟

المنهج المتبع: استخدم الباحثان المنهج الوصفي بطريقة المسح.

العينة: تم اختيارها بطريقة عمدية من طالبات كلية التربية الرياضية والبالغ عددهن (17).

الأدوات المستخدمة في البحث: استخدم الباحثان مقياس الرضا الحركي.

أهم النتائج المتوصل إليها : وجود فروق ذات دلالة معنوية في الرضا الحركي بين طالبات كلية التربية الرياضية.

- برزت أعلى قيمة لمقياس الزمن الحركي لدى طالبات المرحلة الثانية تلتها طالبات المرحلة الأولى ثم الثالثة.
- سجلت فقرات المقياس نسبة (94.12 %) من فقراتها التي تجاوزت درجة الحدة (3) والبالغة نسبتها (60 %). أما باقي الفقرات التي لم تتجاوز نسبة (60) فنسبتها (5.88 %) وهذا يحقق صحة الفرض الثاني من البحث.

2-2-11- دراسة كاي 1998: بعنوان " متعة الطلبة في درس التربية البدنية والرياضية في محيط ثلاث أساليب للتدريس."

هدفت الدراسة إلى : محاولة التحقق من مدى استمتاع الطلبة في ثلاث بيئات للتدريس، وتحديد درجة الاستمتاع في درس التربية البدنية والرياضية بأسلوب الأمر.

تساؤلات الدراسة : ما مدى تأثير كل من أسلوب التدريس بالأمر، وأسلوب التدريس التبادلي وأسلوب التدريس بالتطبيق المتعدد المستويات على درجة استمتاع الطلبة في درس التربية البدنية والرياضية ؟

المنهج المتبع: استخدم الباحث المنهج التجريبي.

العينة: تكونت العينة من 98 فردا وتلقت كل مجموعة تدريسا بالأساليب الثلاث.

الأدوات المستخدمة في البحث: مجموعة من الاختبارات، برنامج تعليمي من إعداد وتنفيذ الباحث.

أهم النتائج المتوصل إليها: أسلوب التدريس بالأمر حقق نتائج جيدة، بينما حقق أسلوب التدريس التبادلي نتائج أفضل من نتائج مجموعة الكاراتيه التي تم تدريسها بأسلوب التدريس بالتطبيق الذاتي المتعدد المستويات.

12-2-2- دراسة هانم حسن أحمد كساب 1994:بعنوان " مستويات الرضا الحركي لدى طلاب المرحلة الجامعية لدى طلاب كليتي الآدب والتربية – جامعة قاريونى ببنغازي."

هدفت الدراسة: التعرف على مستويات الرضا الحركي لديهم ومدى التغير الذي يحدث لدى الطلاب في مستوى الرضا الحركي نتيجة اشتراكهم الفعلي في الأنشطة الخارجية بصفة عامة والجمباز بصفة خاصة.

عينة الدراسة : اشتملت على (1400) من طلاب الجامعة، ومن بينهم (80) من مزاولي الأنشطة الخارجية.

المنهج المستخدم : هو المنهج المسحي الوصفي، واستخدمت الباحثة مقياس نيلسون وآلن للرضا الحركي.

من أهم النتائج : أن مؤشرات الرضا الحركي تتجه نحو السلبية بوجه عام في جميع أقسام الكليتين فيما عدا قسم التربية البدنية الذي اتجه نحو الإيجابية.

2-3- التعليق على الدراسات السابقة:

اعتمد الباحث على مجموعة من الدراسات السابقة التي أجريت في مجال أساليب التدريس والرضا الحركي (30) دراسة أجريت على اساليب التدريس و(13) دراسة اجريت على الرضا الحركي ومعظم هذه الدراسات أنجز حديثا.

2-3-1- من حيث الهدف: معظم الدراسات هدفت للتعرف على: تأثير بعض اساليب التدريس مثل الاسلوب الامري، التبادلي، التدريبي، التضمين، الاكتشاف الموجه، حل المشكلات، التعليم التعاوني، الأسلوب الذاتي.... في تعلم بعض المهارات الحركية أو الرياضية مثل المهارات الأساسية في لعبة كرة اليد ورياضة السباحة، وبعض فعاليات العاب القوى، فعالية الرمي بالمسدس الهوائي، القفزة الثلاثية، تعلم بعض المهارات الحركية ، التصويب، مسابقة قذف القرص تعلم مهارة الضرب الساحق، بعض الحركات الأرضية في الجمباز ، مهارات كرة السلة، بعض المهارات الأساسية في كرة القدم، المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، المهارات الأساسية في كرة الطاولة، تعلم المهارات الأساسية لسباحة الزحف، تعلم مهارات مختارة في ألعاب القوى...

أما بالنسبة للدراسات التي تناولت الرضا الحركي فهدفت الى التعرف على: أثر التعلم التعاوني والتعلم التقليدي المتبع على تطوير الرضا الحركي في المهارات الدفاعية والهجومية بسلاح الشيش، إبراز أهمية الاتصال البيداغوجي في التأثير على الرضا الحركي، بناء مقياس الرضا الحركي في المهارات الأساسية للاعبي كرة القدم، التعرف على الفروق في مستوى الرضا الحركي في العاب الساحة والميدان، التعرف على مستوى الرضا الحركي والفروق في مستوى الرضا بين تلاميذ الصفوف، التعرف على مستويات الرضا الحركي لديهم ومدى التغير الذي يحدث لدى الطلاب في مستوى الرضا الحركي نتيجة اشتراكهم الفعلي في الأنشطة الخارجية بصفة عامة والجمباز بصفة خاصة، التعرف على مؤشرات الرضا الحركي لدى اللاعبين الناشئين بمراكز التدريب في مصر، بناء مقياس الرضا الحركي لمتسابقي الميدان والمضمار تحت 19 سنة، التعرف على مؤشرات الرضا الحركي لدى تلاميذ وتلميذات الفرق الثلاثة الأخيرة بالمرحلة الابتدائية بالمناطق التعليمية المختلفة، التعرف على العلاقة بين الرضا عن مادة السباحة ومستوى الطموح للطلبة...

2-3-2- من حيث المنهج: جُل الدراسات استخدمت المنهج التجريبي خاصة الدراسات الخاصة بأساليب التدريس ، اما الدراسات الخاصة بالرضا الحركي فاعتمدت معظمها على المنهج الوصفي. وهذا ساعد الباحث في اختيار المنهج العلمي الملائم لنوع الدراسة.

2-3-3- من حيث العينة: اختلفت الدراسات في اختيار نوع العينات ولكن عموما كانت العينة العمدية (القصدية) تمشي مع الدراسات التي استخدمت المنهج التجريبي والعينة العشوائية تمشي مع الدراسات التي استخدمت المنهج الوصفي . وهذا ساعد الباحث في اختيار العينة الملائمة للدراسة.

2-3-4- من حيث النتائج: توصلت بعض الدراسات الى فعالية وتأثير بعض اساليب التدريس عن الاخرى في تعلم أو اكساب بعض المهارات أو الحركات الرياضية مثل دراسة عمر عمور2009 حيث توصلت الى تفوق الأسلوب الزوجي على الأسلوب التدريبي في المهارات الحياتية التالية: مهارات الاتصال والتواصل، المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي. وفي دراسة حامد مصطفى بلباس و فرهاد كريم مولود 2009 تفوق الأسلوب التبادلي على الأسلوب الامري في إكساب التصويب من السقوط وارتفاع نسبة ممارسة النشاط بالأسلوب التبادلي مقارنة بالأسلوب الأمري. وأسلوب التدريس بالأمر حقق نتائج جيدة، بينما حقق أسلوب التدريس التبادلي نتائج أفضل من نتائج مجموعة الكاراتيه التي تم تدريسها بأسلوب التدريس بالتطبيق الذاتي المتعدد المستويات في الدراسة التي اجراها كاي 1998. وأثبتت دراسة إسماعيل غصاب 1997 وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعات التجريبية التي استخدمت أساليب تدريس التربية الرياضية الحديثة والمجموعة الضابطة التي استخدمت الأسلوب التقليدي على مستوى الأداء المهاري لمهارة دفع الجلة، ولصالح المجموعة التجريبية التي استخدمت الأسلوب التبادلي. وتوصل هـــاني الدســـوقي إبراهيم الدسوقي 2008 أفضل الأساليب في تنمية دافعية الإنجاز وتحقيق أفضل مستوى رقمي لمسابقة قذف القرص هو أسلوب التعلم بتوجيه الأقران يليه أسلوب الاكتشاف الموجه ثم أسلوب العرض التوضيحي، في حين جاءت نتائج بعض الدراسات مثل دراسة صادق خالد الحايك و وليد العموري 2005 على الشكل الاتي أفضلية أساليب التدريس لدى طلبة الألعاب الجماعية هي أسلوب حل المشكلات يليه أسلوب الاكتشاف الموجه يليه الأسلوب التبادلي يليه الأسلوب التدريبي ثم الأسلوب الامري وترتيب أفضلية الأساليب لدى طلبة الألعاب الفردية هي أسلوب الاكتشاف الموجه ثم أسلوب حل المشكلات ثم الأسلوب التبادلي ثم الأسلوب التدريبي وأخيرا الأسلوب الامري.

فيما توصلت دراسات أخرى دراسة عطا الله احمد 2004 الى انه كلما صعبت وتعقدت المهارة نتجه إلى الأسلوب الامري في تعليمها، لأنه يتطلب الدقة والصرامة، وكلما كانت سهلة تعطي الحرية للمتعلم، كما بينت دراسة إبراهيم عبد الغني سلامة 2004 أن الأسلوب ألأمري له تأثير إيجابي في تطوير مهارتي الضربة الأمامية والخلفية وأن الأسلوب الأمري هو الأسلوب الأمثل لتعليم مهارة الضربة الأمامية وإن الأسلوب التدريبي هو الأسلوب الأمثل لتعليم مهارة الضربة الخلفية. كما أوضحت فداء أحمد نمر مهيار وغازي محمد خير الكيلاني 2004 أن الطلبة (ذكورا وإناثا) الذين تعلموا بالأساليب التدريسية (التبادلي، الأمري، الذاتي) أظهروا تحسنا في المهارات الأساسية لسباحة الزحف، وتميز الأسلوب الأمري عن الأسلوبين الآخرين في الفعالية. وبينت نتائج دراسة غازي محمد خير إبراهيم الكيلاني2003 الأثر الايجابي للأساليب التدريسية في تحسين تعلم المهارات الأساسية بالنشاطين، وعند المقارنة بين الأساليب الثلاثة وجد أن الأسلوب الامري هو الأفضل ثم يليه التبادلي فالذاتي في رياضة كرة اليد، أما بالسباحة فتفوق الأسلوبين الامري والتبادلي على الذاتي.

وجاءت نتائج دراسة فوزية محمد عمر منذرة 2007 الى عدم وجود اختلاف بين الأساليب التدريسية في تأثيرها على تعلم مهارة الدحرجة الأمامية، بينما لوحظ الاختلاف في تعلم مهارة الشقلبة الجانبية ولصالح الأسلوبين التجريبيين التدريبي والتبادلي، بمعنى آخر أن سهولة الحركة يقف وراء عدم التمايز بين الأسلوبين التدريسيين.

أما بالنسبة للدراسات التي تناولات الرضا الحركي فتوصلت دراسة حواء كاظم لطيف 2015 الى انه توجد فروق فردية بين الألعاب الفردية والجماعية في مستوى الرضا الحركي لصالح الألعاب الجماعية وتوجد علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى الرضا الحركي و ممارسة الألعاب الفردية. وتوصلت دراسة ايناس بهنام نقولا 2013 إن الرضا الحركي لأطفال الروضة بأعمال 6-5 سنوات يتأثر ويؤثر في المهارات الأساسية الحركية (الجري،الوثب القفز،الحجل) ، إذ أن الطفل كلما زاد مستوى الرضا الحركي عنده زاد مستوى المهارات الأساسية لديه وبالتالي فإن العلاقة بينهما هي علاقة طردية موجبة. وتوصلت دراسة رولا مقداد عبيد 2010 الى ان التعلم التعاوني أكثر فاعلية من التعلم التقليدي في رفع مستوى الرضا الحركي عن الحركات الدفاعية والحركات الهجومية وبينت دراسة صاحب شريف عداي الزيرجاوي وعلي عباس طاهر الحسيني 2012 الى تمتع الطلبة والطالبات بمستوى جيد من الرضا الحركي، لا علاقة للجنس بمستوى الرضا الحركي للفرد. وتوصلت دراسة بن سعادة بدر الدين 2009 الى انه توجد علاقة ارتباطية قوية بين مهارات الاتصال عند أستاذ التربية البدنية والرياضية والرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية. فيما كانت نتائج دراسة خالد فيصل الشيخو وآلاء عبد الله حسين 2000 الى وجود فروق ذات دلالة معنوية في الرضا الحركي بين طالبات كلية التربية الرياضية. واكدت دراسة إبراهيم 1995 أن مؤشرات الرضا اتجهت نحو الايجابية لدى التلاميذ بوجه عام ، فيما بينت دراسة هانم حسن أحمد كساب 1994 الى أن مؤشرات الرضا الحركي تتجه نحو السلبية بوجه عام في جميع أقسام الكليتين فيما عدا قسم التربية البدنية الذي اتجه نحو الإيجابية.

2-4- مميزات الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة: عموما تميزت دراستنا عن الدراسات السابقة بما يلي:

– تطرقت هذه الدراسة إلى موضوع تأثير بعض اساليب التدريس على درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110متر حواجز وهي دراسة جديدة في ميدان التربية البدنية والرياضية في حدود علمنا بحيث تسعى الى معرفة اكثر الاساليب ملائمة في حصص التربية البدنية والرياضية حسب كل نشاط من خلال معرفة درجة الرضا الحركي حسب الاسلوب المستخدم في النشاط .

– توصل الباحث إلى أن هناك ندرة واضحة في المواضيع المتعلقة بدراسة العلاقة بين أساليب التدريس والرضا الحركي خاصة في الجزائر، وهذا يدل على جِدّة الموضوع المتناول.

– استخدمت دراستنا المنهج التجريبي بصيغة الاختبار القبلي والبعدي على ثلاثة مجموعات تجريبية وكان اختيارهما بطريقة مقصودة، بحيث درست العينة التجريبية الاولى القفز على الحواجز 110م بالأسلوب الامري ودرست العينة التجريبية الثانية القفز على الحواجز 110م بالأسلوب التبادلي ودرست العينة التجريبية الثالثة سباق110م حواجز وفق أسلوب الاكتشاف الموجه .

– تميزت دراستنا عن باقي الدراسات بالبرنامج التعليمي المقترح في سباق110م حواجز وفق الاسلوب الامري والتبادلي والاكتشاف الموجه. بحيث كان الهدف من ذلك معرفة درجة الرضا الحركي لدى الطلبة من خلال تعليم القفز على الحواجز110م وفق الاساليب الثلاثة، وليس الهدف معرفة تأثير البرنامج من عدمه. وتكونت عينة دراستنا من 39 طالب، بمعدل 13 طالب في كل مجموعة.

– تعتبر دراستنا من الدراسات القليلة التي اجريت في ميدان العاب القوى، حيث لم نجد أي دراسة ربطت بين أساليب التدريس وسباق 110م حواجز.

– انفردت دراستنا عن باقي الدراسات الأخرى في أنها ارتكزت على معرفة درجة الرضا الحركي لدى طلاب المرحلة الجامعية تبعا لنوع الاسلوب التدريسي المستخدم في نفس النشاط، وفي ثلاث مجموعات تجريبية.

– جاءت دراستنا من اجل تحديد الاسلوب التدريسي الملائم الذي يستطيع ان ينتهجه او يتبعه استاذ التربية البدنية والرياضية في نشاط 110م حواجز، وكذا الدعوة الى تجريب مختلف اساليب التدريس في مختلف الانشطة وقياس الرضا الحركي في كل نشاط تبعا للأسلوب الذي تم تعليم او تدريس به ذلك النشاط او تلك الحركات.

2-5- مكننا الاطلاع على الدراسات السابقة من : الفهم العميق لمشكلة الدراسة واختيار عينة الدراسة " بحيث تم اختيارها بالطريقة العمدية (من طلبة السنة أولى معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية).

- تحديد المنهج المستخدم "اخترنا التجريب باعتباره أفضل المناهج، وبعيدا عن الظروف المصطنعة".
- انتقاء أفضل الأساليب الإحصائية لمعالجة البيانات قصد مناقشة نتائج البحث.
- ان موضوع الرضا الحركي لم يحظ بدواسات كثيرة في البيئة الجزائرية.

(دراسة يحياوي محمد 2008 بعنوان علاقة الرضا الحركي بمفهوم الذات وتأثيرها على التوافق الدراسي عند طلبة التربية البدنية والرياضية، دراسة بن سعادة بدر الدين 2009 بعنوان مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية) ودراسة كسيلي جمال 2014 بعنوان تأثير استخدام كلا من الاسلوب الامري والتبادلي على درجة الرضا الحركي لدى الطلبة. ودراسة عبابسة حسام الدين 2018 بعنوان فعالية برنامج مقترح بأسلوب الاكتشاف الموجه في تنمية الإبداع الحركي والرضا الحركي لدى الناشئين 10-12 سنة في الكاراتيه' وفي المقابل هناك دراسات عربية وأجنبية تناولت موضوع الرضا الحركي.

الفصل الثاني

الإطار العام

للدراسة

1- الكلمات الدالة في الدراسة:

1-1- أساليب التدريس:

1-1-1- الأساليب: لغة: الأسلوب مأخوذ من الفعل سلب والسلب : السير الخفيف السريع.

وانسلب : أسرع في السير جدا، والسلب أصل واحد يعني اخذ الشيء بخفة واختطاف، ومنه سمي الطريق أسلوبا لأنه يُسَار عليه بخفة وسرعة. ويطلق على المذهب أو الطريقة فيقال : هم في أسلوب سوء أو خير ويجمع على أساليب. والأسلوب بالضم هو الفن، يقال : اخذ فلان في أساليب من القول، أي أفانين منه والأساليب هي أجناس الكلام وطرقه، وأسلوب الكاتب طريقته في الكتابة.

اصطلاحا: الأساليب هي الطرق التي يسلكها المربي في تربيته وتعليمه أو بمعنى آخر هي الإجراءات التي يتخذها المعلم في تنفيذ طريقة من طرق التدريس من أجل تحقيق الأهداف المحددة للمادة التعليمية مستعينا بوسيلة من الوسائل التعليمية المناسبة. (**علي بن إبراهيم الزهراني، 2003، 418**)

مفهوم الأسلوب: لغة: جاء في لسان العرب أن السطر من الخيل وكل طريق ممتد فهو أسلوب، فالأسلوب الطريق والوجه والمذهب، يقال أنتم في أسلوب سوء، وجمعه أساليب، والأسلوب الفن : فيقال أخذ فلان أساليب من القول أي أفانين منه.

اصطلاحا: الأسلوب هو مجموعة من المهام والقوانين والإجراءات التي تشمل على خبرة تعليمية مترابطة منطقيا وبالتالي فالأسلوب عملية منظمة وتهدف إلى تحقيق مجموعة من الأهداف معلن عنها مسبقا .

يعرفه الفيلسوف الألماني شوبينهاور sehopenhauer تعريفا صوفيا بقوله "الأسلوب هو التعبير عن الروح" ويقول بوفون "بان الأسلوب هو الشخص نفسه". (**معمر حجيج،12،2007**)

1-1-2- التدريس: لغة : كلمة التدريس مأخوذة من الفعل درس فيقال: درس الشيء يدرس درسا ودراسة. ويقال : درست السورة أو الكتاب أي ذللته بكثرة القراءة حتى حفظته. ودرس الكتاب قام بتدريسه، وتدارس الشيء أي تعهده بالقراءة والحفظ، ومنه الدرس :وهو مقدار من العلم يدرس في وقت ما. (**عفاف عثمان عثمان ، 11،2008**)

اصطلاحا: إن عملية التدريس هي عبارة عن سلسلة من الإجراءات والترتيبات والأفعال المنظمة التي يقوم بها المدرس بدءا بالتخطيط حتى بداية التنفيذ للتدريس ويساهم فيها التلاميذ نظريا وعمليا حتى يمكن أن يتحقق لهم التعلم. (**عصام الدين متولي عبد الله ،بدوى عبد العال بدوى ، 15،2006**)

وفي ضوء الاتجاه التقدمي أصبحت النظرة إلى التدريس تعرف بأنها كل الجهود المبذولة من المعلم من اجل مساعدة التلاميذ على النمو المتكامل وفق ظروفه واستعداداته وإمكاناته. (**عبد الحميد حسن شاهين ، 16،2011**)

1-1-3- أساليب التدريس: عرفها موستن بأنها عبارة عن نظرية في العلاقات بين المعلم والتلميذ والواجبات التي يقومون بها، وتعد دليلاً لاختيار الأسلوب الملائم للتوصل إلى أهداف الانتقال المدروس ضمن الخيارات الموجودة لضمان توافق وانسجام الهدف مع العمل. (**اسماعيل غصاب إسماعيل محمود، 135،2006**)

أسلوب التدريس: هو الحصيلة الناتجة من تفاعل المعلم والمتعلم والمنهاج معا فالحصيلة هذه أو الناتج هذا، لابد له من طريقة معينة تطبق وتنفذ الأحداث لإحداث التفاعل يطلق عليه " أسلوب التدريس". وهو بهذا المعنى الجزئي الإجرائي من طريقة التدريس التي يعتمدها المعلم لنقل أو إيصال مادته أو خبرات المنهاج إلي المتعلمين. (**مصطفى السايح محمد ، 2009، 67**)

وأسلوب التدريس: هو الكيفية التي يتناول بها المعلم طريقة التدريس أثناء قيامه بعملية التدريس، أو هو الأسلوب الذي يتبعه المعلم في تنفيذ طريقة التدريس بصورة تميزه عن غيره من المعلمين الذين يستخدمون نفس الطريقة، ومن ثمة يرتبط بصورة أساسية بالخصائص الشخصية للمعلم. (**عفاف عثمان عثمان، 2008، 142**)

وقد عرفت الجمعية الأمريكية البريطانية (1989) **أسلوب التدريس** بأنه:" هو الشكل العام الذي ينشأ عن استخدام مجموعة من الاستراتيجيات التدريسية. (**زينب علي عمر، غادة جلال عبد الكريم ، 122،2008**)

ويقول الدكتور عطاء الله نقلا عن كتاب موسكا موستن: إن مصطلح **أسلوب التدريس** كان قد اختير قبل عشرين سنة وذلك للتمييز بين مواصفات سلوك التدريس وبين المصطلحات المتداولة في ذلك الوقت كالسياقات والنماذج والمجالات. ويضيف الأساليب هي الإجراءات التي يتخذها المعلم في تنفيذ طريقة من طرق التدريس من أجل تحقيق الأهداف المحددة للمادة التعليمية مستعينا بوسيلة من الوسائل التعليمية المناسبة. (**عطاء الله احمد ، 2006 ،8**)

- ✓ **اجرائيا:** هو (أسلوب التدريس) تصور مُسبق عن كيفية تسيير واخراج حصة التربية البدنية والرياضية وفق ما هو متوفر، بحيث يساعد ذلك على تحقيق ما يريد الاستاذ الوصول اليه، مع ترجمة لهذا التصور في الميدان.

1-2- الأسلوب الأمري (التعليم بالعرض التوضيحي): وهو أول أسلوب من أساليب موسكا موستن للتدريس وتعتمد بنية هذا الأسلوب على الأوامر فحسب حيث يدفع المعلم طلابه إلى ما يراه مناسبا، فالمعلم يلعب الدور الأساسي في التدريس، حيث أن أي حركة أو عمل يقوم به الطالب يجب أن تسبقه إشارة الأمر من المعلم ويتخذ المعلم في هذا الأسلوب جميع القرارات الثلاثة التخطيط والتنفيذ والتقويم بالإضافة إلى كافة القرارات الخاصة مثل تحديد المكان، الأوضاع والوقت، البداية والنهاية والتوقيت والإيقاع والراحة. (**رشيد بن عبد العزيز أبو رشيد، خالد بن ناصر السبر، 17،2006**)

- ✓ **إجرائيا:** هو ذلك العمل الذي يقوم به أستاذ التربية البدنية والرياضية قبل وأثناء و في آخر الحصة، فهو النموذج الذي يُحتذى به وهو من يُقرر ومن يخطط ومن يُقَوِّم .

1-3- الأسلوب التبادلي: يعرفه موسكا موستن وسارة أشورث (Maska Mosston Sara Ashorth 1990) هو أسلوب مباشر ينتقل للمتعلم فيه أكثر القرارات في العملية التعلمية حيث يصبح مشاركا وفعالا في قرارات التقييم وذلك عن طريق إعطاء التغذية الراجعة لزميله الذي يؤدي المهارة، حيث يلاحظ أداءه ويصحح أخطاءه ويناقشه الأداء ثم بعد ذلك يتم تبادل الأدوار ليصبح الملاحظ مؤديا والمؤدي ملاحظا.
(حامد مصطفى بلباس، فرهاد كريم مولود 2010، 4)

- ✓ **إجرائيا:** هو مسؤولية يُحَمِّلها أستاذ التربية البدنية والرياضية للمتعلمين من خلال العمل بصيغة الطالب المؤدي والطالب الملاحظ ثم تبديل الادوار، خاصة في مرحلة التنفيذ والتقويم وذلك وفق معايير مدروسة ومحددة من طرف الاستاذ يستعين بها الطالب، وذلك كله تحت متابعة واشراف الاستاذ.

1-4- أسلوب الاكتشاف الموجه: هو أحد الأساليب التدريسية التي تقوم على نشاط المتعلم، والتوجيه من المعلم للوصول الى الاهداف التعليمية المطلوب تحقيقها من خلال الموقف التعليمي، حيث يكون ذا فعالية كبيرة في تدريس مجموعة المهارات الصعبة.**(صالح شيروان خضر،336،2016)**

ويعرفه (حسن هادي) بأنه "إيصال المادة العلمية للطلبة ّاعتمادا على إرشادات المدرس وإشراكه فعليا في عملية التعلم من خلال توجيه أسئلة متتابعة تمثل أجوبتها مثيرات حركية تؤدي إلى استجابات حركية في الاتجاه الصحيح للأداء الحركي مستخدما عملياته العقلية وخبراته السابقة.**(صالح ساجت وآخرون،2012، 361)**

أما دراسة بآي وآخرون فتعتبره طريقة تعتمد علي عدم معرفة الطالب في بداية التعلم بالمبدأ أو القاعدة المراد تعلمها، ودور الطالب نشط وفعال، بينما يصبح دور المعلم هو دور موجه وميسر لعملية التعلم.
(Mary Bay & Others, 2009, 556)

التعلم بالاكتشاف الموجه هو طريقة لتحفيز الطلاب لجعلهم يستقصون الأفكار الأساسية حول موضوع ما ودور المعلم هو تنظيم المواقف التعليمية وتشجيع الطلاب ليكونوا أفكارهم بأنفسهم.
(Kelvin L. Seifer, 1991, 188)

- ✓ **إجرائيا:** هو مجموعة البدائل التي يعطيها المعلم / الأستاذ للمتعلمين / الطلبة من خلال مواقف متعددة تساعدهم على التوصل إلى الأداء السليم عن طريق اكتشاف البديل المناسب بتوجيه من المعلم/الأستاذ وتوظيف لخبراتهم السابقة.

1-5- الرضا الحركي: يعرف الرضا الحركي بأنه حصيلة المشاعر الوجدانية التي يشعر بها الفرد نحو نشاط معين وتعبر عن مدى الإشباع المناسب لحاجاته وتحقيق أهدافه التي من أجلها التحق بهذا النشاط. أما الرضا عن العمل فيعرف بأنه حصيلة العوامل، المتصلة بالعمل والتي تجعل الفرد محبا لعمله مقبلا عليه في بدء يومه.
(خالد فيصل الشيحو،آلاء عبد الله حسين ، 2002 ،114)

ان الرضا الحركي بمفهومه العام يعني رضاء الفرد عن حركاته وصفاته الحركية والبدنية. (**محمد حسن علاوي ، 1998،171**)

والرضا حالة شعورية بسيطة تصاحب بلوغ الفرد لغاية ما، وتعقب إشباع الحاجات وتحقيق الرغبات والأماني والرضا هو الشعور المصاحب للاقتناع النفسي لما حققه الفرد في مجال ما من مجالات الحياة وما سوف يحققه مستقبلا. (**أسامة كامل راتب ،2001،132**)

ويعرفه هاشم إبراهيم بأنه إحساس الفرد بقدرته على أداء المهارات الحركية الرياضية وشعوره بالرضا والسعادة نتيجة هذا الأداء. (**هاشم إبراهيم ، 1995، 357**)

وتعرف رولا مقداد عبيد الرضا الحركي فتقول هو رضا الفرد عن نفسه عند أداء حركاته سواء كانت هذه الحركات هي حركات بدنية أو متعلقة بالمهارة التي يمارسها، فذلك يساعده على تعزيز ثقته بنفسه مما يؤدي إلى تطوير المستوى لديه من جميع الجوانب سواء كانت نفسية، بدنية أو حركية وبالتالي قدرته على مواجهة مختلف الظروف. (**رولا مقداد عبيد، 2010،99**)

- ✓ **إجرائيا:** شعور وإحساس ايجابي يَنتاب الفرد المتعلم لحركة ما، تبعث في نفسه الرضا عن ذلك الأداء نتيجة لتعلمه هذه الحركة أو المهارة، بحيث كل ما كان الاداء جيد زادت درجة الرضا.

1-6- الطلبة: يناسب سنهم المرحلة العمرية التي تعرف بالمراهقة الثالثة، وتسمى أيضا بالمراهقة المتأخرة وهي تبدأ من السن 17 إلى سن 21-22 سنة من العمر، وقد تعتبر هذه المرحلة في بعض المجتمعات مرحلة الشباب التي يلتحق فيها المراهقون – ليس كلهم- بالجامعة (التعليم العالي)، وبعدها يتخذون القرار النهائي لحياتهم، أي أنهم يتخذون قرار التوجه إلى الحياة المهنية ثم الزواج، ومنهم من يتخذ قرار مواصلة الدراسة العليا ومنهم من يغترب. أما بالنسبة للنمو ففي هذه المرحلة يكتمل نموه بصفة عامة ويزداد صحة وقوة بدنية. (**محمد مصطفى زيدان،1995، 151 ،152**)

- ✓ **اجرائيا:** هم أفراد أو أشخاص شباب التحقوا بالجامعة، واختاروا إكمال دراستهم في مجال الرياضة معدل أعمارهم من 18– 22 سنة، وهم يزاولون دراستهم في السنة أولى جذع مشترك في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة سوق اهراس.

1-7- سباق 110 متر حواجز: هو سباق يتم بالجري والقفز عبر حواجز من الخشب أو من المعدن يؤلف كل واحد منها من قائمتين بارتفاع وعرض 120سم وسماكة العارضة 7سم مثنية بشكل لا تقع الا بقوة تزيد على 4كلغ، توضع الحواجز على مسافات متساوية، في كل حارة 10 حواجز ولكل حاجز اضافة في مؤخرته يبلغ طوله 70سم تساعد على تأمين التوازن. تكون المسافة بين البداية وأول حاجز 13.72م وبين كل حاجز

وآخر 9.14م إلا الحاجز الأخير فتكون المسافة بينه وبين خط النهاية 14.02م. (**بكيل حسين ناصر الصوفي، 2009،95**)

سباق 110متر حواجز: سباق 110متر حواجز رجال من أمتع سباقات الحواجز وأصعبها في الاداء، حيث يصل ارتفاع الحاجز الى 106.7سم، وما يتطلبه ذلك من مرونة ورشاقة وتوافق وجرأة عند مروق الحاجز، اذا ما قورن بباقي سباقات الحواجز الأخرى سواء للرجال أو للسيدات. (**بسطويس أحمد،1997،94**)

- ✓ **اجرائيا:** سباق الحواجز من السباقات القصيرة طوله 110متر للرجال و100متر للسيدات يُؤَدَى في مضمار لألعاب القوى توضع فيه 10 حواجز بارتفاع ومسافات محددة بينها (من قبل الاتحاد الدولي لألعاب القوى)، يقوم فيه المتسابق أو العداء باجتياز كل الحواجز وفق الاداء التقني المتعارف عليه ويتطلب هذا النوع من السباقات قوة، سرعة ومرونة.

2 - إشكالية الدراسة:

يشكل الرضا عن الأداء الحركي تدعيما أساسيا من أجل الاستمرار في ممارسة الأنشطة الحركية ومن الأمور المسلم بها أن نجاح العمل أيا كان نوعه يتطلب تحقق درجة عالية من الارتياح والاقتناع والرضا بهذا العمل لاسيما في مجال التربية والتعليم، ويؤكد ذلك نتائج بعض الدراسات التي أجراها كلا منArgyris,Bhella حيث توصلت إلى أن الأفراد الأكثر رضا واقتناع عما يؤدونه يميلون لتحقيق مستويات مرتفعة من النتائج ويتوقع منهم الأداء بفاعلية أكثر ، ويشير Singer إلى انه من بين العوامل التي تُسهم في تحقيق الانجاز الرياضي هو الشعور بالرضا عن مستوى الأداء لذا فان قياسه يعطي مؤشرا عن حالة الرضا. (**صاحب شريف عداي الزيرجاوي، علي عباس طاهر الحسيني ،2012،17**)

وحتى يصل الفرد إلى هذه المرحلة وهي الرضا الحركي عن أدائه لابد و أن يكون هناك ما يتحكم أو يرتبط بهذا الرضا، ولاشك أن أسلوب التعلم أو التدريس الذي يتبعه المعلم والمتعلم كل في مكانه يعتبر شيئا مهما ولا يمكن الاستغناء عنه حتى يصل الفرد اَلْمُمَارِس(المتعلم) إلى درجة الرضا الحركي عن أدائه من خلال الاسلوب المتبع أو المستخدم في التعليم والتعلم. وقد شبه أحدهم أساليب التعليم أو التدريس بأنها ساق من سيقان التربية والتعليم والساق الأخرى هي المنهج فليس للمناهج والمواضيع الدراسية أي قيمة إذا لم تنفذ بطريقة وأسلوب امثل. (**علي بن إبراهيم الزهراني ،2003، 418 ،421**)

وذكر (موستن 1995) ان أسس العلاقات بين اسلوب التدريس والطالب تعتمد على درجة تأثير الاسلوب في الطالب وذلك من خلال تمتع الطالب بحرية الاستقلال الفردية البدنية والنفسية والاجتماعية والذهنية والمعرفية والأخلاقية والتربوية، وتشير كثير من الدراسات إلى أهمية أساليب التدريس وانعكاسها على التعلم والأداء بصفة عامة وعلى الرضا الحركي عن هذا الأداء بصفة خاصة. ومن أهم هذه الدراسات دراسة رولا مقداد عبيد 2010 بحيث توصلت إلى فاعلية كل من التعلم التعاوني والتعلم التقليدي في رفع مستوى الرضا الحركي

في الحركات الدفاعية والهجومية بسلاح الشيش. وقام المفتي سنة 2004 بدراسة بهدف التعرف على اثر بعض أساليب التدريس في رفع مستوى الطالبات للحد المقبول، وتوصل إلى فاعلية الأسلوب التدريبي وأسلوب التطبيق الذاتي على التوالي في رفع مستوى تعلم السباحة. وأجرت جمعية AAHPER سنة 2003 دراسة للتعرف على أكثر الأساليب استعمالا وتأثيرا من قبل معلمي التربية الرياضية في العالم ممثلة في (كندا، فرنسا، انجلترا، الولايات المتحدة الأمريكية، فنلندا) وكشفت الدراسة أن الأسلوب التدريبي هو الأكثر انتشارا واستعمالا لدى مدرسي التربية الرياضية، وغيرها من الدراسات التي أجريت في هذا السياق .

(انظر الدراسات السابقة)

إضافة إلى ما سبق وانطلاقا من أن مجموعة أساليب التدريس الحديثة ما زالت ميدانا ثريا للبحث والاستقصاء مما يمهد الطريق للباحثين قصد إجراء المزيد من البحوث التجريبية المقارنة بين مختلف الأساليب من جهة وعلاقتها بمتغيرات مختارة أخرى من جهة ثانية، حيث يقول في هذا الصدد أحد الباحثين في هذا المجال وهو **غولد برغر** الذي رصد الأبحاث التي أقيمت حول طيف أساليب التدريس في الثمانينات إن إحدى المشاكل الأساسية خلال الطيف هو الافتقار لأبحاث تؤكد نظرية الطيف.

(عمر عمور،2009، 83)

كل ذلك دعا إلى إجراء دراسة لمعرفة أي من الأساليب أكثر فعالية ونجاعة في نشاط ما (سباق 110متر حواجز في دراستنا) من خلال الشخص الذي يُمَارَس عليه هذا الأسلوب (المتعلم) وذلك وفق مقياس خاص يقيس الشعور الداخلي الذي يحس به المتعلم وهذا المقياس هو مقياس الرضا الحركي.

وفي بحثنا هذا سوف نُسلط الضوء على **أسلوب** يُستخدم مع المبتدئين في ممارسة المهارة، ومن الممكن استخدامه في المهارات ذات الطابع الخطر في الأداء. **(محمد مصطفى السايح ،2001،23)**

ومن الممكن استخدامه في المهارات الصعبة للسيطرة على مسار العمل. ويستعمل للناشئين في المرحلة الاولى من مراحل التعلم الخام. **(ميرفت علي خفاجة، مصطفى السايح محمد ،2012، 262 ،264)**

وعند اتباعه فإنه يضمن النظام وسلامة الأداء والمؤدي. ولا يزال هذا الأسلوب يُستخدم في تدريس التربية البدنية والرياضية إلى الآن ويعتقد أن هذا الأسلوب من أكثر الأساليب فاعلية عندما يكون هناك وقت قصير أو محدد لتحقيق مهمة معينة. **(بن عمر مراد، 2010،92)** وهذا الاسلوب هو الاسلوب الامري (اسلوب العرض التوضيحي، توجيه المعلم).

وأسلوب آخر أشارت العديد من الخبرات والدراسات أن لهذا الأسلوب تأثيراً كبيراً على نمو الطلاب من الناحية الاجتماعية والانفعالية ومن ناحية أخرى يمكن أن يُسهم في النمو المعرفي للطلاب هذا بالإضافة لارتفاع مستوى الأداء المهاري وبالتالي تحسن المستوى الرقمي. **(هاني الدسوقي ابراهيم الدسوقي،2008،43، 65)**

وهذا الأسلوب يُبين لنا حقيقة جديدة في درس التربية البدنية والرياضية وهي" :إعطاء التغذية الراجعة الدقيقة والآنية أو المباشرة، لتخلق جوا اجتماعيا ونفسيا مناسبا". (**محمد مصطفى السايح،2001،37**)

ويعتبر هذا الأسلوب جيدا، ومفيدا ولاسيما لطلبة التربية البدنية والرياضية والذين هم مقبلون على التدريس والتدريب "لأن هذا الأسلوب يفتح لهم المجال في أخذ القرارات المناسبة، ويمكنهم من استخدام التغذية الراجعة بصورة سريعة، كما أن نتائج الإنجاز الفردي تكون واضحة من خلال العملية التطبيقية لهذا الأسلوب.

(**عمر عمور،2009،241**) ويستخدم لمرحلتي المراهقة الاولى والثانية والسبب الرئيسي في ذلك أن هذه المرحلة لها واجب مهم وهو تربية الشباب على التفكير والعمل مع الجماعة.(**ميرفت علي خفاجة، مصطفى السايح محمد ، 2012، 281**) كما أنه يستخدم مع المستويات العالية والمتقدمين لإعداد الطلبة وتأهيلهم ليكونوا مدرسين أو مدربين ويستخدم في المراحل الجامعية واعداد المعلمين. (**بن دقفل رشيد ،2012،71**) وهذا الأسلوب هو الأسلوب التبادلي (الزوجي ، توجيه الأقران).

كما سوف نقوم بتجريب ودراسة أسلوب الاكتشاف الموجه الذي يعتبر من الأساليب غير المباشرة حيث يُقدم فيه المعلم البدائل المتعددة ويعطي الطالب فرصة تجريبها جميعا حتى يتمكن من تحديد الأفضل، يتحرك فيه النمو الانفعالي إلى أقصى مدى له وذلك حسب نجاح كل طالب في عملية الاكتشاف كما أنه يُنمي لدى الطلاب التفكير العميق وربط الأداء الحركي بالقدرات البدنية. (**رشيد بن عبد العزيز أبو رشيد، خالد بن ناصر السبر،2006،67،68**)

وهو عبارة عن تعلم استقصائي بحثي ذاتي ولكنه موجه وتحت إشراف المدرس وسيطرته. ويمكن استخدام هذا الأسلوب مع المراحل السنية جميعها. (**ناهده عبد زيد الدليمي وآخرون ،2007،26**) إذ يعمل الاكتشاف بصفة عامة على الوصول إلى شيء موجود ولكنه لم يكن معروفا للمكتشف وبالتالي فهو يختلف عن الاختراع، فالاكتشاف احد مراحل الابتكار وأسلوب الاكتشاف الموجه هو عبارة عن عدم إخبار المعلم للمتعلم بالمفهوم أو القاعدة التي يتوقع أن يتعلمها، كما إن التعلم يحدث كنتيجة للعمليات العقلية التي يقوم بها المتعلم أي أن المعلم والمتعلم في مواقف أكثر تعاونية، وموقف المتعلم ليس سلبيا من حيث المعلومات المعطاة له بل موقفه ايجابيا نشط في صياغة ما يتعلمه، فالمتعلم يكتشف المعلومات بنفسه بدلا من أن يأخذها جاهزة من قبل المعلم أو الكتاب . ويؤكد مصطفى عبد القوي " إن الاكتشاف كأسلوب للتدريس والتعلم يعني خلق المواقف التعليمية أمام

المتعلم حيث تتضمن مشكلات تنمي لديه الشعور بالحيرة ثم يقوم بعد ذلك بعملية استقصاء دون الإعلان عن المعلومات أو التعميمات من اجل استدعاء السلوك الذي يؤدي إلى البحث . (**لؤي ساطع محمد جواد، أحلام صادق حسين،2012، 436**)

ويكون المدرس في هذا الأسلوب مسئولا عن إجراءات أو عمليات ما قبل التدريس، إذ يحدد لنفسه الهدف الحركي النهائي الذي يريد أن يصل إليه الطلاب (تمرين بدني، مهارة حركية) ووضع قائمة بالأسئلة في ضوء توقعه لاستجاباتهم الحركية يراعى فيها التسلسل وكل سؤال يمهد لما بعده في طريق الوصول للهدف، كما يراعى إعداد أسئلة إضافية في حالة الاستجابة غير الصحيحة لتقريب مفهوم الحركة إلى ذهنهم، كما يشترك المدرس مع الطلاب أيضا في عملية التغذية الراجعة في أثناء تنفيذ الحركة المطلوبة أو بعد أدائها مباشرة، و تعد بمثابة تعزيز لهم، وهى عملية مستمرة طوال خطوات الاكتشاف و تكون إيجابية وعامة مثل أن يقول المدرس (ممتاز، جيد ،أحسن ، حاول تفكر) ويمكن استخدام هذا الأسلوب مع المراحل السنية جميعها، وهو أسلوب يحدث فيه التعلم كنتيجة لمعالجة الطالب للمعلومات وتركيبها وتحويلها حتى يصل إلى معلومات جديدة.(**ناهده عبد زيد الدليمي وآخرون، 2006، 26**)

وانطلاقا من كل ما سبق جاء التساؤل العام التالي:

2-1- التساؤل العام: هل لبعض أساليب التدريس (التربية البدنية والرياضية) تأثير على درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110متر حواجز؟

2-2- التساؤلات الجزئية:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين (القبلي والبعدي) في درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز تُعزى للأسلوب الأمري ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين (القبلي والبعدي) في درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز تُعزى للأسلوب التبادلي ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين (القبلي والبعدي) في درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز تُعزى لأسلوب الاكتشاف الموجه ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا الحركي بين الأسلوبين (الأمري والتبادلي) في الاختبار البعدي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا الحركي بين الأسلوبين (الأمري والاكتشاف الموجه) في الاختبار البعدي لدى الطلبة في سباق 110متر حواجز؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا الحركي بين الأسلوبين (التبادلي والاكتشاف الموجه) في الاختبار البعدي لدى الطلبة في سباق 110متر حواجز؟
- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين أساليب التدريس المباشرة وغير المباشرة في التأثير على درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110متر حواجز؟

3- أهداف الدراسة :

-معرفة إذا كان للأسلوب الامري تأثير على درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز.

-معرفة درجة تأثير الأسلوب التبادلي على الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز.

- معرفة درجة تأثير أسلوب الاكتشاف الموجه على الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز.

-معرفة أي من الأساليب أكثر تأثيرا على درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز، وبالتالي أيهما أكثر فاعلية.

- المقارنة بين أساليب التدريس المباشرة وغير المباشرة في درجة تأثيرها على الرضا الحركي لدى الطلبة من خلال سباق 110متر حواجز.

4- أهمية الدراسة :

تكمن أهمية دراستنا في إيجاد أو التوصل إلى الأسلوب التدريسي الملائم الذي يستطيع أستاذ التربية البدنية والرياضية أن ينتهجه أو يتبعه في حصة ألعاب القوى وبالأخص في سباق 110 متر حواجز، وهذا من خلال ما سوف يعبر عنه الطلبة أنفسهم من خلال مقياس الرضا الحركي الذي يكشف عن شعورهم الداخلي. وبالتالي التعرف على أي من الأساليب المباشرة أو غير المباشرة التي تشعر الطلبة برضا حركي عنها وبالتالي أي من الأساليب الملائمة لمثل هذه الرياضات.

5-فرضيات الدراسة :

5-1-الفرضية العامة : لبعض أساليب التدريس (التربية البدنية والرياضية) تأثير على درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق110متر حواجز؟

5-2-الفرضيات الجزئية :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين(القبلي والبعدي) في درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110متر حواجز تُعزى للأسلوب الأمري ولصالح الاختبار البعدي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين(القبلي والبعدي) في درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز تُعزى للأسلوب التبادلي ولصالح الاختبار البعدي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين(القبلي والبعدي)في درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز تُعزى لأسلوب الاكتشاف الموجه ولصالح الاختبار البعدي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا الحركي بين الأسلوبين (الأمري والتبادلي) في الاختبار البعدي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز ولصالح الأسلوب التبادلي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا الحركي بين الأسلوبين(الأمري والاكتشاف الموجه) في الاختبار البعدي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز ولصالح أسلوب الاكتشاف الموجه.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا الحركي بين الأسلوبين(التبادلي والاكتشاف الموجه) في الاختبار البعدي لدى الطلبة في سباق 110مترحواجز ولصالح أسلوب الاكتشاف الموجه..
- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين أساليب التدريس المباشرة وغير المباشرة في التأثير على درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز.

الفصل الثالث

الإجراءات الميدانية

للدراسة

1- الدراسة الاستطلاعية:

يَحْسُن قبل البدء في اجراءات البحث وبصفة خاصة في البحوث الميدانية القيام بدراسة استطلاعية للتعرف على الظروف التي سيتم فيها إجراء البحث والصعوبات التي ربما تواجه الباحث في تطبيق أدوات بحثه. (**محمود عبد الحليم المنسى،2011،59**) وهو ما قام به الباحث بحيث تَوَجَهنا الى الميدان للوقوف على امكانية اجراء هذه الدارسة (معاينة مضمار ألعاب القوى، معاينة الحواجز، الظروف التنظيمية والادارية الاخرى التي تخص اجراء الدراسة...) وكان الهدف منها الوقوف على المشكلات التي قد تواجه الباحث عند إجراء الدراسة. وتم فيها اجراء الصدق والثبات أو ما يعرف بحساب الخصائص السيكومترية بحيث تم إجراء الثبات عن طريق الاختبار واعادة الاختبار بعد 15 يوم على عينة مكونة من 10طلاب من مجتمع الدراسة، وخارج العينة التي ستخضع للتجربة.

حساب الخصائص السيكو مترية لأداة القياس: 'مقياس الرضا الحركي'

تتنوع أدوات جمع البيانات، لكن الأهم أن يختار الباحث الأداة الملائمة لبحثه من أجل الوثوق مما يمكن أن يجمع بأداة القياس، وعليه لابد من توافرها على جملة من الشروط وهذا لكي يعتد بالبيانات المجموعة عن طريقها، ومن المواصفات الأساسية لأداة القياس الجيدة نجد: الصدق والثبات. (**عمر عمور،2009،250**)

- الصدق: إن استعمال أدوات بحثية لا يعرف صدقها يؤدي حتما إلى إضعاف قوة الدراسة، فالأداة الصادقة هي التي تنجح في قياس ما وضعت من أجله وليس شيئا آخر، ويشير مقدم عبد الحفيظ " أن الصدق يعني أن الاختبار يقيس ما أفترض أن يقيسه، وهناك طرق كثيرة لتحديد الصدق. (**مقدم عبد الحفيظ ، 1993، 23**) لحساب صدق أداة الدراسة تم اللجوء إلى حساب الصدق المنطقي للتأكد من أن أداة القياس تقيس بالفعل ما وضعت لأجله:

- **الصدق المنطقي:**

لمعرفة صدق الأداة هنا استخدمنا مؤشر الثبات، والذي يطلق عليه أيضا اسم الصدق الذاتي، وبما أن ثبات الاختبار (أداة القياس) يعتمد على ارتباط الدرجات الحقيقية للاختبار بنفسها إذا أعيد الاختبار على نفس الأفراد الذين أجري عليهم في بادئ الأمر ، لهذا كان الارتباط وثيقا بين الثبات والصدق الذاتي وهذا على اعتبار حساب الثبات بطريقة التطبيق وإعادة التطبيق، ويحسب هذا النوع (الصدق الذاتي) بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار. (**عمر عمور، 2009، 253**)

وبالاعتماد على هذا النوع من الصدق توصلنا إلى النتائج المبينة في الجدول الآتي:

الجدول رقم (8) يبين الصدق المنطقي لمقياس الرضا الحركي.

المقياس	معامل الارتباط	الصدق المنطقي
مقياس الرضا الحركي	0,807*	0,898

يبين الجدول رقم **(8)** أن أداة الدراسة (مقياس الرضا الحركي) تتمتع بالثبات والصدق المنطقي وبالتالي فإنها مناسبة لتحقيق أهداف الدراسة، وجاهزة للتطبيق على عينة الدراسة.

- **الثبات:** يؤكد التعريف الشائع للثبات أنه يشير الى إمكانية الاعتماد على أداة القياس أو على استخدام الاختبار، وهذا يعني أن ثبات الاختبار هو أنه يعطي نفس النتائج باستمرار إذا ما استخدم الاختبار أكثر من مرة تحت ظروف مماثلة (نفس الظروف). **(فاطمة عوض صابر، ميرفت علي خفاجة ،2002، 165)**

وهذا هو الخيار الذي تم اللجوء إليه (TEST-RE-TEST) حيث طبقنا أداة القياس (مقياس الرضا الحركي) على عينة خارج العينة التي ستخضع للتجربة على 14طالب من طلبة السنة أولى جذع مشترك بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية – جامعة سوق أهراس- خلال الموسم الجامعي 2017-2018، وبعد أسبوعين من التطبيق الأول وترميز الاستمارات أعدنا التطبيق على نفس الأفراد وفي ظروف مشابهة تماما لحصة التطبيق الأول من حيث المكان والتوقيت والظروف. هذا وعولجت النتائج بعد ابعاد 4 استمارات لعدم اجرائهم اعادة التطبيق ليَستقر عدد الافراد الذين أجري علي هم الثبات عشرة (10) طلبة وعولجت النتائج المحصل عليها بحساب معامل الارتباط بيرسون.

الجدول رقم (9) يبين معامل الارتباط بيرسون بين التطبيق الأول والثاني لمقياس الرضا الحركي.

	ن	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
مقياس الرضا الحركي	10	0,807*	,016

من خلال الجدول رقم (9) نجد أن معامل الارتباط بيرسون بين التطبيق واعادة التطبيق بلغت قيمته *0.807 وان مستوى الدلالة بلغ 0.016 وهي أقل عند مستوى 0,05 ويدل ذلك على أن ا أداة القياس تتميز بالثبات.

الجدول رقم (10) يبين معامل الثبات والصدق للمقياس .

	عدد فقرات المقياس	معامل الثبات ألفا كرومباخ	الصدق = (الجذر التربيعي للثبات)
مقياس الرضا الحركي	30	.8460	0.919

من خلال الجدول نلاحظ أن معامل الثبات ألفا كرومباخ لمقياس الرضا الحركي بلغت قيمته 0.846 وبلغ الصدق المنطقي للمقياس 0.919 وهذا يدل على أن أداة القياس تتميز بالصدق والثبات.

2- المنهج المتبع في الدراسة:

يُحدَّد منهج البحث في اطار أبعاد طبيعة المشكلة وأهدافها فالمشكلة تختار منهج بحثها. ومما لاشك فيه أن لكل دراسة تجريبية تصميم خاص بها لأن هذا التصميم يساعد على دقة النتائج وعلى تهيئة السبل الكفيلة بالوصول الى النتائج المطلوبة، ويتوقف نوع هذا التصميم على طبيعة مشكلة الدراسة والظروف الخاصة بالعينة المختارة. (**بن جدو بوطالبي ،2008، 144**)

وعالجنا مشكلة دراستنا وفق المنهج التجريبي بطريقة الاختبار القبلي والبعدي، ولجأنا الى هذا التصميم لأنه مناسب لهذه الدراسة أولا. ولأن استخدام تصميم تجريبي مناسب أمر مهم في كل بحث تجريبي لأنه يساعد في الحصول عن إجابات لأسئلة البحث.والمنهج التجريبي يعتبر من أنجح وأكفأ المناهج لاختبار صدق الفروض.

(**مروان عبد المجيد ابراهيم ،137،2000**)

اضافة الى اعتبار المنهج التجريبي المنهج المناسب لتحقيق أهداف البحث. (**عبير ممدوح محمد علي عيسى ،2003، 35**)

3- مجتمع وعينة الدراسة:

مجتمع البحث هو جميع الافراد أو الاحداث أو الاشياء الذين يُكوّنون مشكلة البحث. والعينة هي جزء من المجتمع الاصلي يحتوي على بعض العناصر التي تم اختيارها منه بطريقة معينة وذلك بقصد دراسة خصائص المجتمع الاصلي. (**محمد عبد الفتاح الصيرفي،2005،185،186**)

وعليه كان مجتمع بحثنا يمثل طلبة السنة الأولى جذع مشترك – معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية– جامعة سوق أهراس، اُختير منهم عينة بالطريقة العمدية (المقصودة).

وهي العينة التي يتم انتقاء افرادها بشكل مقصود من قبل الباحث نظرا لتوافر بعض الخصائص في اولئك الافراد دون غيرهم ولكون تلك الخصائص هي من الامور الهامة بالنسبة للدراسة. (**محمد عبيدات وآخرون، 1999، 96**) في بعض الاحيان يسعى الباحث لتحقيق هدف أو غرض معين من دراسته فيقوم باختيار أفراد العينة بما يخدم ويحقق هذا الغرض أو الهدف.(**ربحي مصطفى غليان، عثمان محمد غنيم ،2000، 148**)

بحيث تم اختيار ثلاثة افواج بمجموع 45 طالب. وبعد ضبط المتغيرات استقر العدد الاجمالي عند 39 طالب بواقع 13 طالب في كل فوج. بحيث تم في الاخير استبعاد نتائج الطلبة غير الملتزمين بالبرنامج التعليمي والطلبة الذين يفوق سنهم العمر المحدد في المقياس 21 سنة مع العلم أن جميع أفراد العينة لم يسبق لهم ممارسة القفز على 110م حواجز.

الجدول رقم (11) يوضح أفراد عينة البحث.

المجموعة	أسلوب التدريس المستخدم	عينة البحث	العدد الاجمالي
المجموعة التجريبية الأولى	**الأسلوب الامري**	**13**	**39 طالب**
المجموعة التجريبية الثانية	**الأسلوب التبادلي**	**13**	
المجموعة التجريبية الثالثة	**أسلوب الاكتشاف الموجه**	**13**	

وعليه بلغ عدد أفراد عينة البحث **39** طالب، اذ مارست أو تعلمت المجموعة التجريبية الاولى وفق الاسلوب الامري، والمجموعة التجريبية الثانية بالأسلوب التبادلي والمجموعة التجريبية الثالثة بأسلوب الاكتشاف الموجه.

4- أدوات جمع البيانات والمعلومات:

لجمع البيانات الخاصة بالبحث استخدم الباحث ما يلي :

4-1- مقياس الرضا الحركي:

وصف الأداة: مقياس الرضا الحركي صممه في الأصل نيلسون Nelson وألن Allen إيمانا منهما بأن بعض مقاييس صورة الجسم لا تعط اهتماما واضحا للجانب الحركي الإنساني.

إذ أن المقياس يحاول التعرف على درجة رضا الفرد عن حركاته وصفاته الحركية والبدنية. وقد قام محمد حسن علاوي باقتباس هذا المقياس. والمقياس الأصلي يتضمن 50 عبارة وفي ضوء الدراسات التي أجريت على العبارات الأصلية تُم حذف بعض العبارات واستبدال بعض العبارات الأخرى لتناسب التطبيق في البيئة المصرية. وبذلك أصبح المقياس يتكون من 30 عبارة.

ويقوم الفرد بالإجابة على عبارات المقياس على مقياس خماسي التدريج (ينطبق بدرجة كبيرة جدا، بدرجة كبيرة بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جدا)، ويصلح المقياس للتطبيق على تلاميذ وتلميذات المرحلتين الإعدادية والثانوية وطلبة وطلاب الجامعات. أي في المرحلة العمرية من 14-21 سنة.

التصحيح:

يتم جمع الدرجات التي حددها المفحوص بالنسبة لجميع عبارات المقياس وكلما قاربت من الدرجة العظم ى وقدرها 150 درجة كلما دل ذلك على زيادة الرضاء الحركي للفرد. (**محمد حسن علاوي، 1998، 171،173**)

4-2- البرنامج التعليمي المقترح:

تم اقتراح برنامج تعليمي في سباق 110 متر حواجز، يحتوي على تسعة (9) حصص تعليمية مدة كل حصة حوالي 2سا، هذا البرنامج تم اقتراحه وفق ثلاثة اساليب تدريسية من أساليب موستن للتدريس (الاسلوب الامري الأسلوب التبادلي، أسلوب الاكتشاف الموجه) واعتمد الباحث في ذلك على المراجع العلمية كتب، دراسات، بحوث ... بالإضافة الى استشارة الاساتذة والخبراء خاصة من ذوي الاختصاص والخبرة في ميدان أساليب التدريس و ألعاب القوى. وبعد الانتهاء من اعداد هذا البرنامج تم عرضه على مجموعة من الخبراء بغرض الاخذ بآرائهم، توجيهاتهم وتعديلاتهم في هذا البرنامج قبل الشروع في تطبيقه. أنظر القائمة الاسمية للمحكمين لهذا البرنامج في الملاحق.

4-3- الأدوات والوسائل المساعدة:

- مضمار ألعاب القوى.
- حواجز خاصة بـــسباق 110 متر حواجز.
- بطاقات ملاحظة (صور فوتوغرافية للوحدات التعليمية للمجموعة التجريبية العاملة بالأسلوب التبادلي).
- ميقاتي ، أقماع ، مكعبات الانطلاق، صافرة.

5- إجراءات التطبيق الميداني للأداة:

- الدراسة الاستطلاعية ومنه حساب الخصائص السيكومترية للأداة الدراسة (مقياس الرضا الحركي).
- عرض البرنامج التعليمي المقترح على المحكمين.
- اجراء بعض التعديلات على هذا البرنامج وفق اقتراحات وتوصيات المحكمين.
- اختيار وضبط عينة الدراسة.

- اجراء الاختبارات القبلية:

تم إجراء الاختبارات القبلية لكل المجموعات التجريبية (مجموعة الأسلوب الامري) والمجموعة التجريبية الثانية (مجموعة الأ سلوب التبادلي) ومجموعة أسلوب الاكتشاف الموجه بتاريخ 2018/04/26 وذلك بتوزيع استمارات مقياس الرضا الحركي على العينة لمعرفة مستوى الرضا الحركي في سباق 110 متر حواجز، بعدها تم استخراج قيمة (ف) المحسوبة ومستوى الدلالة بين المجموعات التجريبية الثلاث لمعرفة مدى تكافؤ وتجانس المجموعات في الاختبار القبلي كما هو مبين في الجدول التالي:

- **تكافؤ المجموعتين:**

الجدول رقم (12) يبين نتائج تحليل التباين الاحادي ANOVA لمعرفة الفروق في مستوى الرضا الحركي حسب اساليب التدريس الثلاثة في الاختبار القبلي. عند مستوى دلالة 0,05

أساليب التدريس	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	قيمة (ف)	مستوى الدلالة المعنوية	الدلالة الاحصائية
الامري	13	107,84	10,76	بين المجموعات	937,28	2	3,033	0,06	غير دال
				داخل المجموعات	5561,69	36			
التبادلي	13	96,53	14,52						
الاكتشاف الموجه	13	98,69	11,67	الكلي	6498,97	38			

من خلال الجدول رقم (12) يتبين ان قيمة ف 3,033 غير دالة احصائيا حيث ان مستوى الدلالة المعنوية 0,06 أكبر من مستوى الدلالة 0,05 مما يؤكد عدم وجود فروق دالة احصائيا بين مجموعات الاساليب الثلاثة في القياس القبلي مما يؤكد على التكافؤ بين المجموعات .

– تنفيذ التجربة الأساسية :

أُجرِيَ تطبيق البرنامج التعليمي المقترح وفق أساليب التدريس الامري، التبادلي والاكتشاف الموجه لتعلم القفز على 110م حواجز وذلك في الفترة من26/04/ 2018 وإلى غاية 24/05/ 2018. ووُزِّعَ البرنامج على (9 أسابيع) بواقع (2حصص) حصتين في الأسبوع ويستغرق تنفيذ الحصة الواحدة (حوالي2سا).

وأشرف الباحث بنفسه على تدريس الثلاث مجموعات تحت ظروف مشابهة وكان التغيير الوحيد بين المجموعات هو أسلوب التدريس حيث كانت المجموعة التجريبية الأولى تتعلم بالأسلوب الامري (التطبيق بتوجيه المدرس)، والمجموعة التجريبية الثانية بالأسلوب التبادلي (التطبيق بتوجيه الأقران) والمجموعة الثالثة وفق أسلوب الاكتشاف الموجه حتى يكون التغير الحادث راجعاً إلى المتغير التجريبي فقط.

–الاختبارات البعدية :

بعد الانتهاء من التنفيذ الكلي للبرنامج التعليمي المقترح في سباق 110 متر حواجز وفق الثلاث اساليب الامري والتبادلي والاكتشاف الموجه، قام الباحث بتوزيع استمارات الرضا الحركي مرة أخرى على العين ات التجريبية الثلاثة للتعرف على مستوى الرضا الحركي الذي وصلت اليه عينة البحث من خلال العمل بالبرنامج المقترح وفق الاساليب الثلاثة في سباق 110 متر حواجز التي هي قيد البحث بتاريخ 2018/05/24، وبعد ذلك تم تفريغ البيانات في استمارات خاصة لغرض اجراء المعالجات الإحصائية المناسبة لاستخراج النتائج النهائية.

6- الاساليب الإحصائية:

تمت معالجة البيانات المتحصل عليها بنظام البرامج (الحزم) الاحصائية spss (Statistical Package For Socials science)

واعتمدنا في داستنا على :

- المتوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- معامل الارتباط 'بيرسون'
- معامل الثبات ' ألفا كرومباخ '
- اختبار'ت' للعينات المستقلة
- اختبار'ت' للعينات غير المستقلة
- مستوى الدلالة sig.
- تحليل التباين Anova
- اختبار TUKEY
- اختبار LSD

الفصل الرابع

عرض النتائج

وتفسيرها

ومناقشتها

1- عرض النتائج:

1-1- عرض نتائج الفرضية الاولى:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار ين القبلي والبعدي في درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز تُعزى للأسلوب الامري ولصالح الاختبار البعدي.

الجدول رقم (13) يبين الفروق في المتوسطات بين القياس القبلي والقياس البعدي في درجة الرضا الحركي لدى مجموعة الاسلوب الامري .

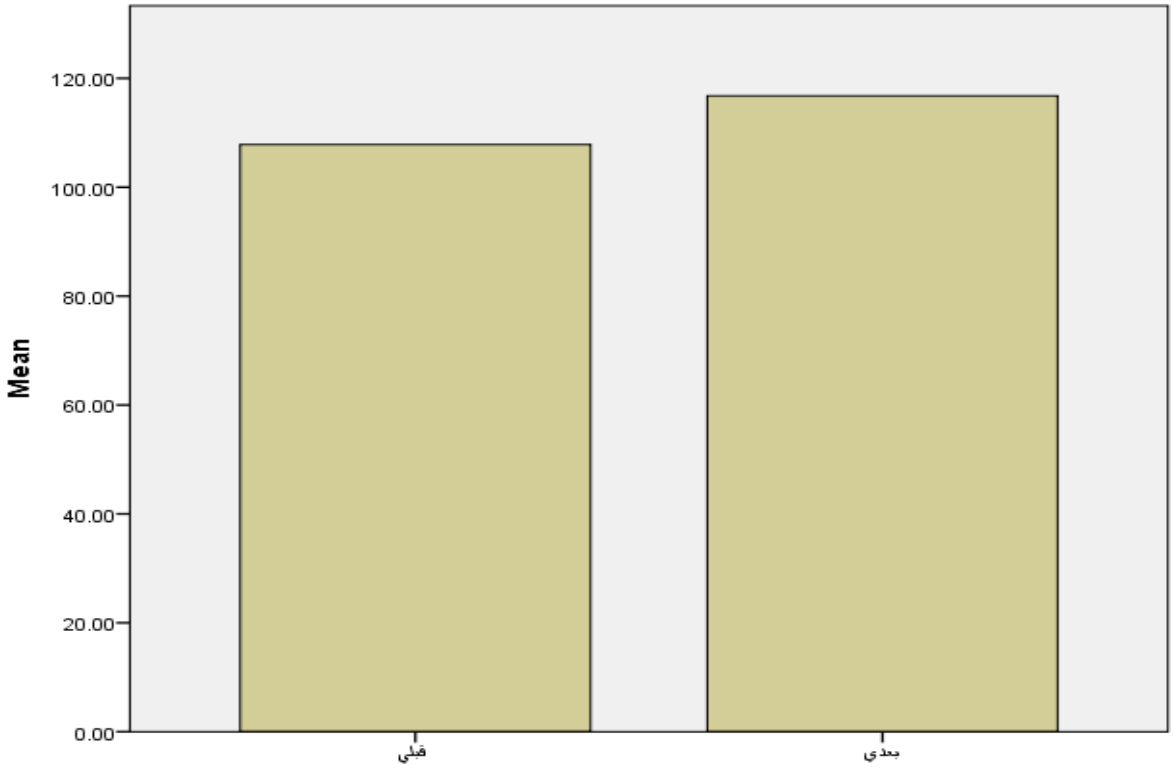
نوع الاسلوب	نوع الاختبار	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
الأسلوب الامري	القبلي	13	107,84	10,76	-3,471	12	0,005	دال ولصالح البعدي
	البعدي	13	116,76	08,38				

عند مستوى دلالة 0,05

من خلال الجدول رقم 13 نجد: أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية 1 (مجموعة الأسلوب الامري) بلغ 84, 107 والانحراف المعياري بلغ 10,76 في الاختبار القبلي، في حين بلغ المتوسط الحسابي 116,76 والانحراف المعياري 08.38 في لاختبار البعدي لمقياس الرضا الحركي. وبمقارنة متوسط الاختبارين القبلي والبعدي نلاحظ ارتفاع في درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في الاختبار البعدي.

ويبين الجدول أيضا أن مستوى الدلالة Sig بلغت 0,005 وهي أقل من مستوى0,05 المعتمد من طرفنا مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار ين القبلي والبعدي في درجة الرضا الحركي لدى

الطلبة في سباق 110 متر حواجز تُعزى للأسلوب الامري ولصالح الاختبار البعدي. وهو ما يعكسه الرسم البياني الموالي:



شكل رقم (4) رسم بياني يوضح درجة الرضا الحركي بين الاختبار القبلي والبعدي لدى مجموعة الاسلوب الامري.

يبين الشكل رقم (**4**) الاختبار القبلي والبعدي للأسلوب الامري، والفرق الواضح بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي.

2-1- عرض نتائج الفرضية الثانية:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار ين القبلي والبعدي في درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز تُعزى للأسلوب التبادلي ولصالح الاختبار البعدي.

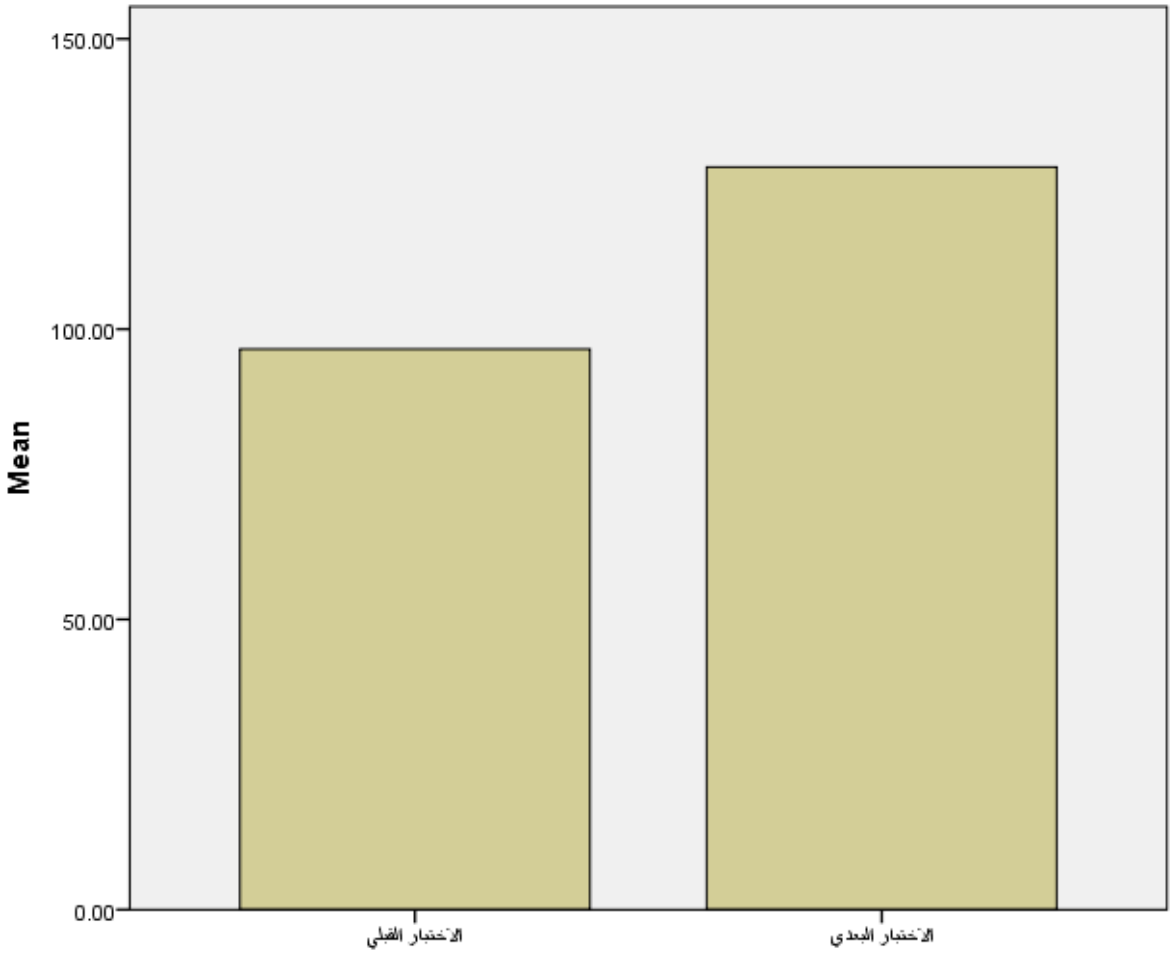
الجدول رقم (14) يبين الفروق في المتوسطات بين القياس القبلي والقياس البعدي في درجة الرضا الحركي لدى مجموعة الاسلوب التبادلي .

نوع الاسلوب	نوع الاختبار	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة المعنوية	الدلالة الاحصائية
الأسلوب التبادلي	القبلي	13	96,53	14,52	-6,074	12	0,000	دال ولصالح البعدي
	البعدي	13	127,92	7,52				

عند مستوى دلالة 0,05

يُبين الجدول رقم (14) أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية 2 (مجموعة الاسلوب التبادلي) بلغ96,53 والانحراف المعياري بلغ 52, 14 في الاختبار القبلي، أما الاختبار البعدي فكان متوسطه الحسابي127,92 وانحرافه المعياري 52, 7 وبالمقارنة بين متوسط الاختبارين القبلي والبعدي نلاحظ ارتفاع درجة الرضا الحركي في الاختبار البعدي .

ونلاحظ أن مستوى الدلالة Sig تساوي 0,000 وهي أقل من 0,05 وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي لمقياس الرضا الحركي للمجموعة التجريبية 2 (مجموعة الاسلوب التبادلي). وهو ما يوضحه الرسم البياني الموالي.



شكل رقم (5) رسم بياني يوضح درجة الرضا الحركي بين الاختبار القبلي والبعدي لدى مجموعة الاسلوب التبادلي.

يبين الشكل **رقم (5)** الاختبار القبلي والبعدي للأسلوب التبادلي، والفرق الواضح بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي.

3-1- عرض نتائج الفرضية الثالثة:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين(القبلي والبعدي)في درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز تُعزى لأسلوب الاكتشاف الموجه ولصالح الاختبار البعدي.

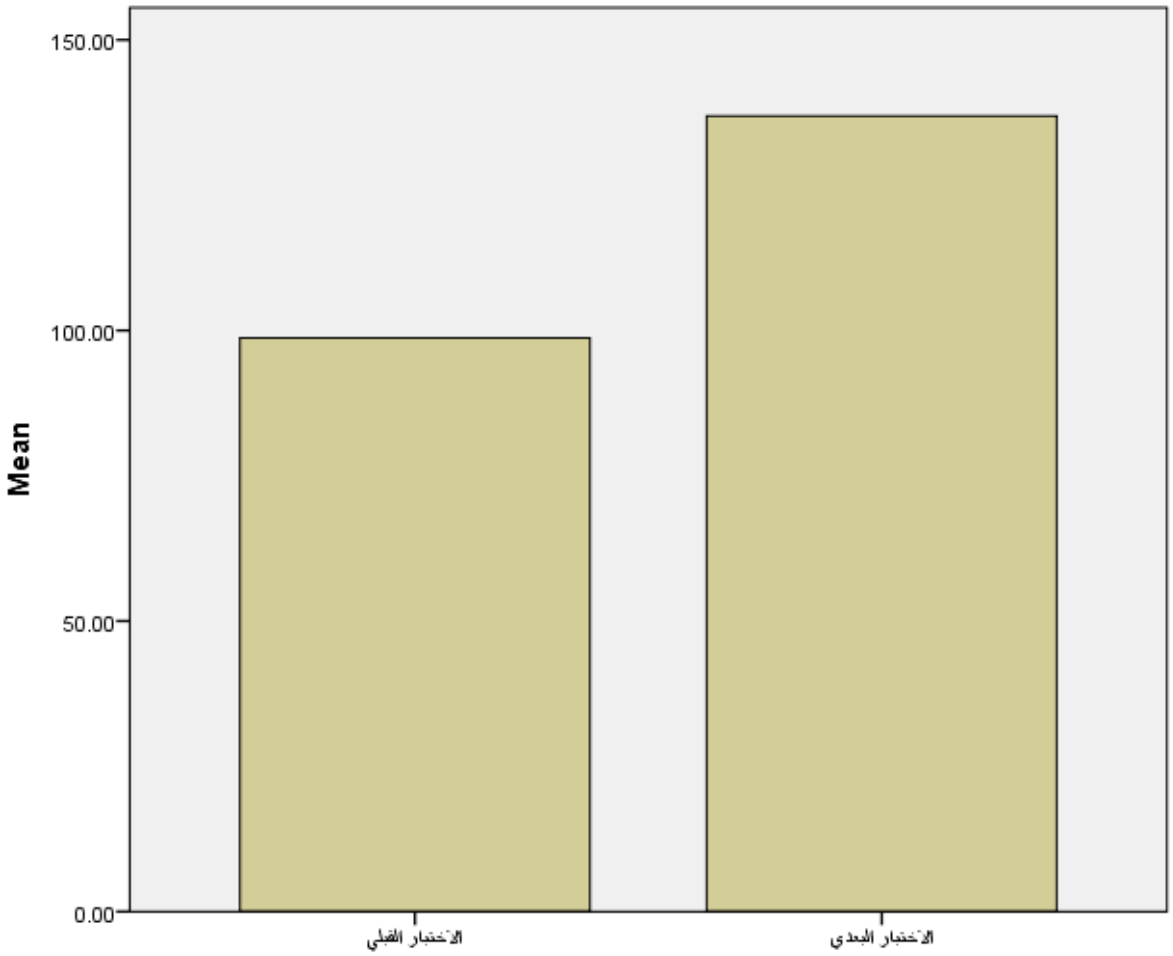
الجدول رقم (15) يبين الفروق في المتوسطات بين القياس القبلي والقياس البعدي في درجة الرضا الحركي لدى مجموعة أسلوب الاكتشاف الموجه .

نوع الاسلوب	نوع الاختبار	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
أسلوب الاكتشاف الموجه	القبلي	13	107,69	11,67	-10,515	12	0,000	دال ولصالح البعدي
	البعدي	13	136,92	04,23				

عند مستوى دلالة **0,05**

يُبين الجدول رقم (15) أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية 3 (مجموعة أسلوب الاكتشاف الموجه) بلغ 107,69 والانحراف المعياري بلغ 11,67 في الاختبار القبلي، في حين بلغ المتوسط الحسابي 136 ,92 والانحراف المعياري 04 ,23 في الاختبار البعدي لمقياس الرضا الحركي. وبمقارنة متوسط الاختبارين القبلي والبعدي نلاحظ ارتفاع في درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في الاختبار البعدي.

ويبين الجدول أيضا أن مستوى الدلالة Sig بلغت 0,000 وهي أقل من مستوى0,05 المعتمد من طرفنا مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار ين القبلي والبعدي في درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز تُعزى لاسلوب الاكتشاف الموجه ولصالح الاختبار البعدي. وهو ما يعكسه الرسم البياني الموالي:



شكل رقم (6) رسم بياني يوضح درجة الرضا الحركي بين الاختبار القبلي والبعدي لدى مجموعة أسلوب الاكتشاف الموجه.

يبين الشكل **رقم (6)** الاختبار القبلي والبعدي لأسلوب الاكتشاف الموجه، والفرق الواضح بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي.

4-1- عرض نتائج الفرضية الرابعة:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا الحركي بين الأسلوبين (الامري والتبادلي) في الاختبار البعدي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز ولصالح التبادلي.

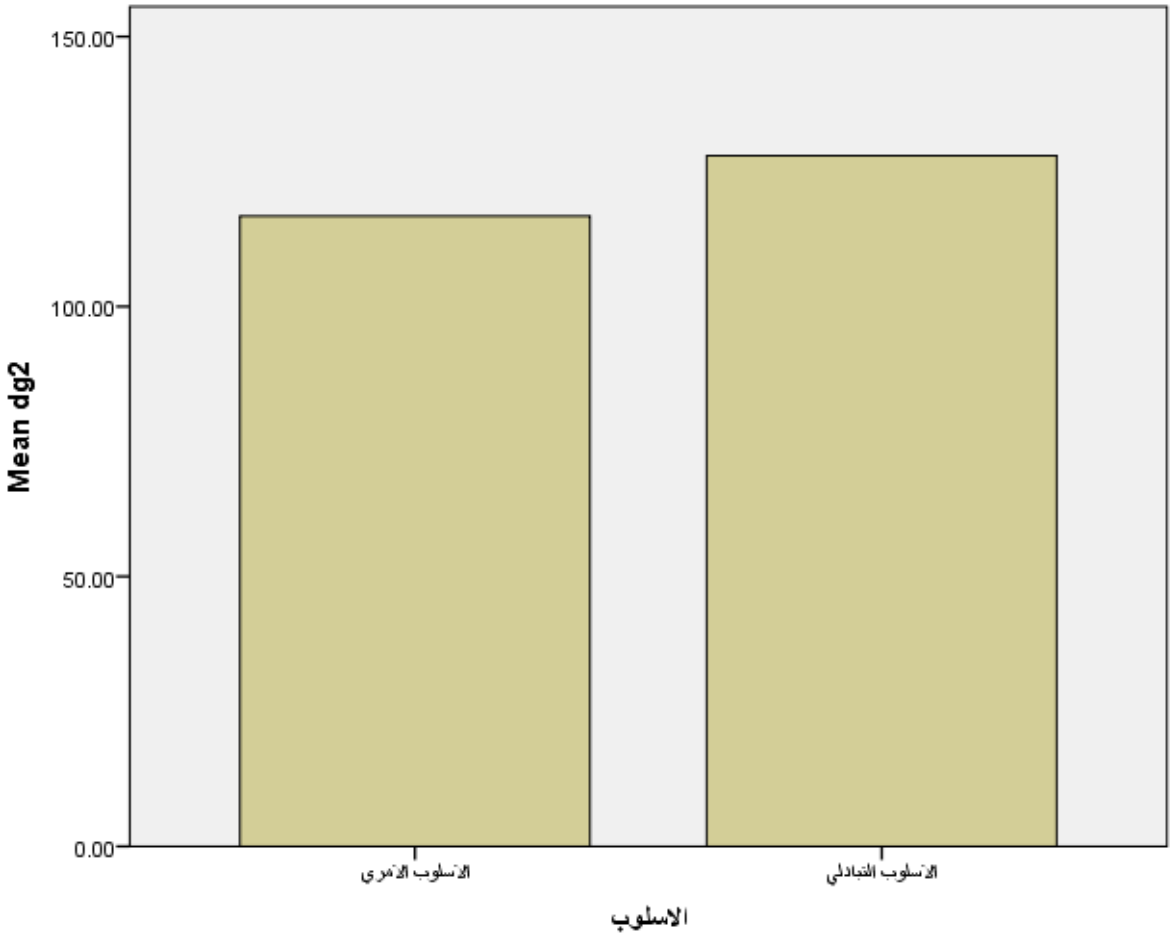
الجدول رقم (16) يبين الفروق في المتوسطات في درجة الرضا الحركي بين مجموعة الاسلوب الامري والاسلوب التبادلي.

نوع الاختبار	نوع الاسلوب	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة المعنوية	الدلالة الاحصائية
البعدي	الامري	13	116,76	08,38	-03,56	24	0,002	دال ولصالح التبادلي
	التبادلي	13	127,92	07,52				

عند مستوى دلالة 0,05

من خلال الجدول رقم (**16**) يتضح ان المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية 1 وهي مجموعة الاسلوب الامري قد بلغ 116,76 والانحراف المعياري بلغ 08,38 في الاختبار البعدي. أما بالنسبة للمجموعة التجريبية 2 وهي مجموعة الاسلوب التبادلي فقد بلغ المتوسط الحسابي 127,92 وبانحراف معياري قُدّر بـــ 07,52 في الاختبار البعدي .

ونلاحظ أن مستوى الدلالة Sig تساوي 0,002 وهي أقل من 0,05 المعتمد وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في الاختبار البعدي لمقياس الرضا الحركي ولصالح مجموعة الاسلوب التبادلي (مجموعة التجريبية2) . وهو ما يوضحه الرسم البياني الموالي.



شكل رقم (7) رسم بياني للاختبار البعدي للأسلوبين الامري والتبادلي.

1-5- عرض نتائج الفرضية الخامسة:

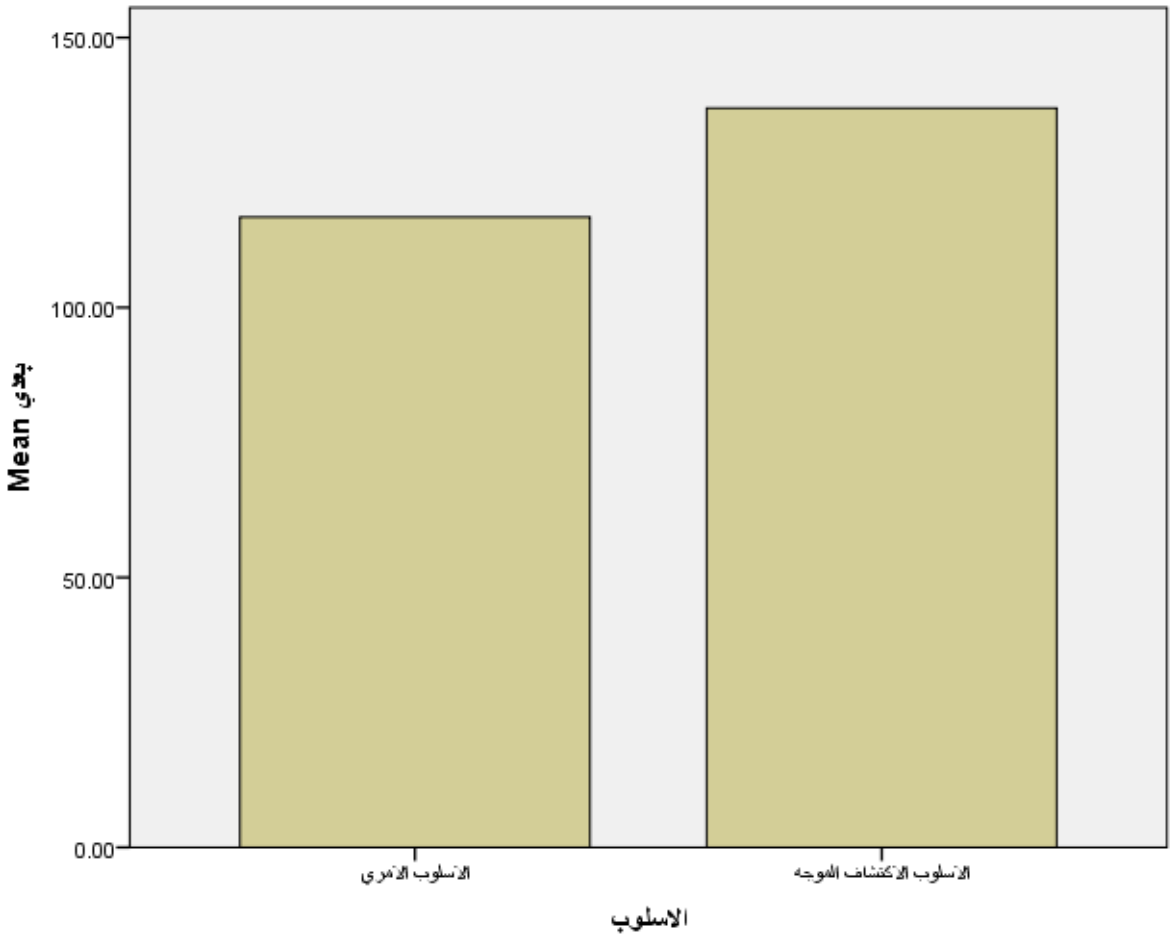
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا الحركي بين الأسلوبين(الأمري والاكتشاف الموجه) في الاختبار البعدي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز ولصالح أسلوب الاكتشاف الموجه.

الجدول رقم (17) يبين الفروق في المتوسطات في درجة الرضا الحركي بين مجموعة الاسلوب الامري واسلوب الاكتشاف الموجه.

نوع الاختبار	نوع الاسلوب	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة المعنوية	الدلالة الاحصائية
البعدي	الامري	13	116,76	08,38	-7,734	24	0,000	دال ولصالح الاكتشاف الموجه
	الاكتشاف الموجه	13	136,92	04,23				

عند مستوى دلالة 0,05

من خلال الجدول رقم (**17**) يتضح ان المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية 1 وهي مجموعة الاسلوب الامري قد بلغ 116,76 والانحراف المعياري بلغ 08,38 في الاختبار البعدي. أما بالنسبة للمجموعة التجريبية 3 وهي مجموعة اسلوب الا كتشاف الموجه فقد بلغ المتوسط الحسابي 136,92 وبانحراف معياري قُدّر بـــ04,23 في الاختبار البعدي . ونلاحظ أن مستوى الدلالة Sig بلغت 0,000 وهي أقل من 0,05 المعتمد وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في الاختبار البعدي لمقياس الرضا الحركي ولصالح مجموعة اسلوب الاكتشاف الموجه (مجموعة التجريبية3) . وهو ما يوضحه الرسم البياني الموالي.



شكل رقم (8) رسم بياني للاختبار البعدي للأسلوبين الامري والاكتشاف الموجه

1-6- عرض نتائج الفرضية السادسة:

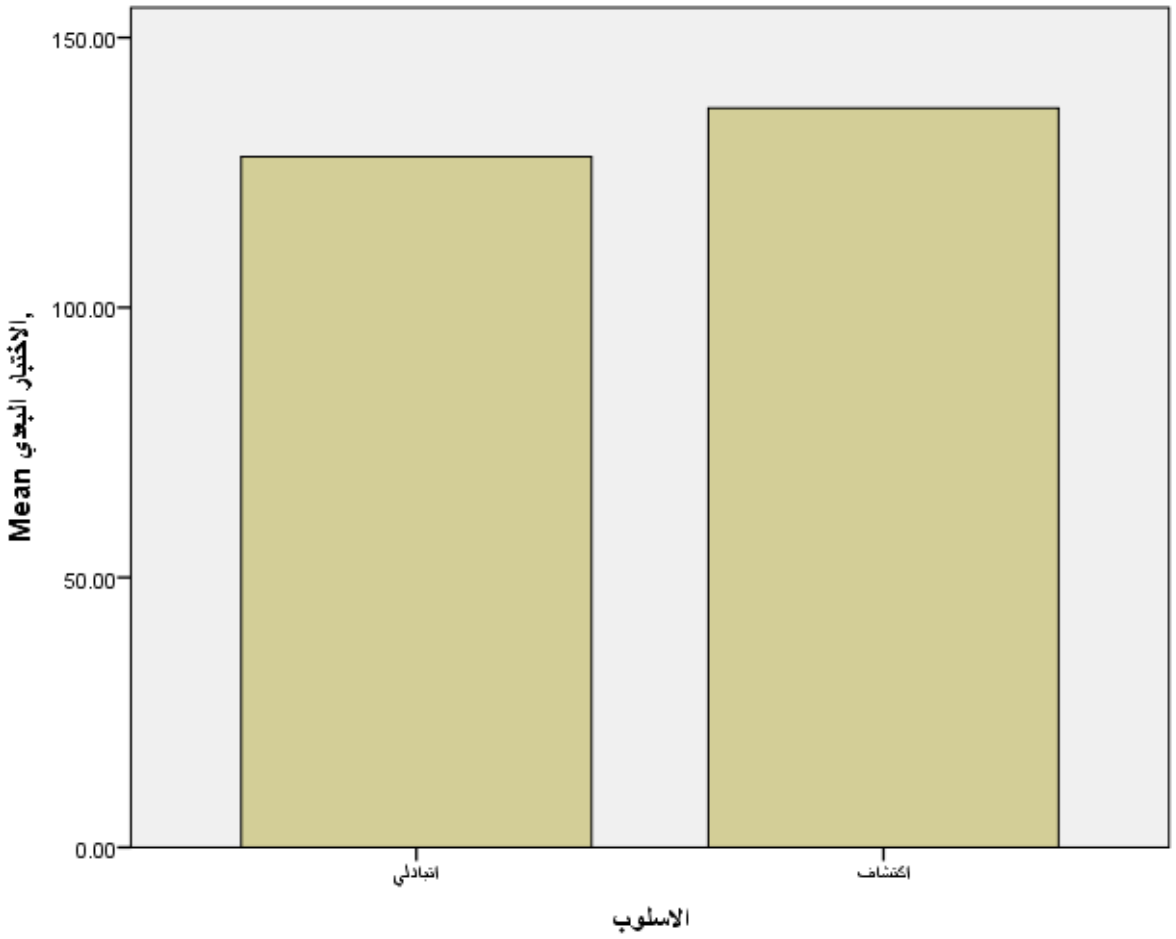
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا الحركي بين الأسلوبين(التبادلي والاكتشاف الموجه) في الاختبار البعدي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز ولصالح أسلوب الاكتشاف الموجه.

الجدول رقم (18) يبين الفروق بين المتوسطات في درجة الرضا الحركي بين مجموعة الاسلوب التبادلي والاكتشاف الموجه.

نوع الاختبار	نوع الاسلوب	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
البعدي	التبادلي	13	127,92	07,52	-03,76	24	0,001	دال ولصالح الاكتشاف الموجه
	الاكتشاف الموجه	13	136,92	04,23				

عند مستوى دلالة 0,05

من خلال الجدول رقم (18) يتضح ان المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية 2 وهي مجموعة الاسلوب التبادلي قد بلغ 127,92 والانحراف المعياري بلغ 07,52 في الاختبار البعدي. أما بالنسبة للمجموعة التجريبية 3 وهي مجموعة اسلوب الا كتشاف الموجه فقد بلغ المتوسط الحسابي 136,92 وبانحراف معياري قُدّر بـــ04,23 في الاختبار البعدي . ونلاحظ أن مستوى الدلالة Sig بلغت 0,001 وهي أقل من 0,05 المعتمد وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في الاختبار البعدي لمقياس الرضا الحركي ولصالح مجموعة اسلوب الاكتشاف الموجه (مجموعة التجريبية3) . وهو ما يوضحه الرسم البياني الموالي.



شكل رقم (9) رسم بياني للاختبار البعدي للأسلوبين التبادلي والاكتشاف الموجه

1-7- عرض نتائج الفرضية السابعة:

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين أساليب التدريس المباشرة وغير المباشرة في التأثير على درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز.

الجدول رقم (19) يبين نتائج تحليل التباين الاحادي ANOVA لمعرفة الفروق في مستوى الرضا الحركي حسب اساليب التدريس الثلاثة في الاختبار البعدي

أساليب التدريس	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	قيمة (ف)	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
الامري	13	116,76	08,38	بين المجموعات	2650,20	2	27,445	0,000	دال
				داخل المجموعات	1738,15	36			
التبادلي	13	127,92	07,52						
الاكتشاف الموجه	13	136,92	04,23	الكلي	4388,35	38			

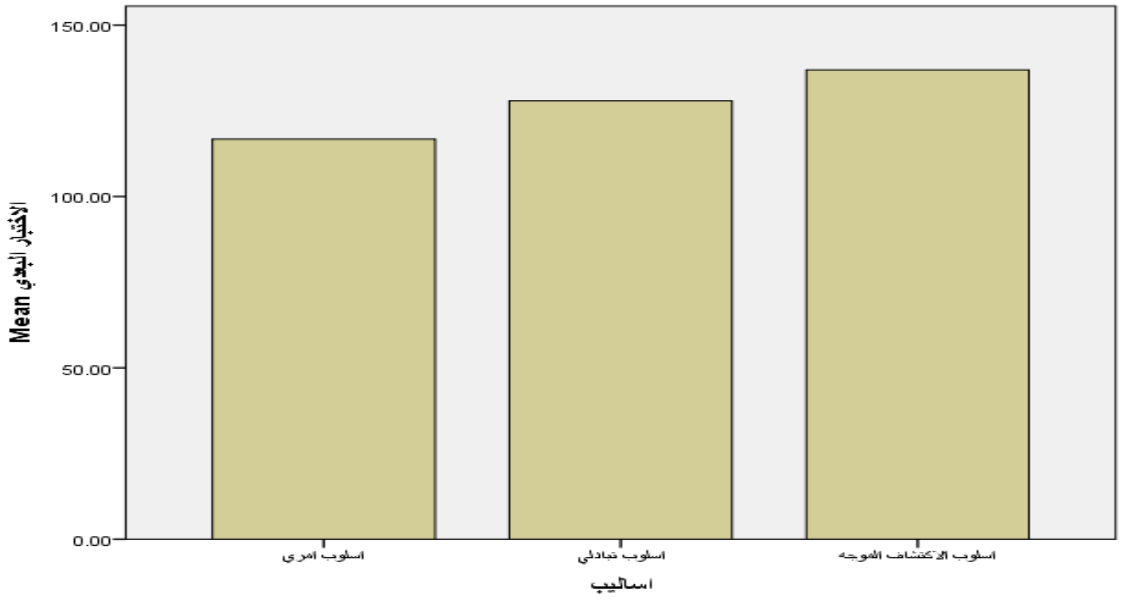
عند مستوى دلالة 0,05

من خلال الجدول رقم (19) يتبين ان قيمة ف 27,445 دالة احصائيا حيث ان مستوى الدلالة المعنوية 0,000 أقل من مستوى الدلالة 0,05 وهو ما يؤكد تحقق الفرض البديل الذي يقول بانه توجد فروق ذات دلالة احصائية بين أساليب التدريس المباشرة وغير المباشرة في التأثير على درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز في الاختبار البعدي.

ولمعرفة اتجاه الفروق في مستوى الرضا الحركي بين اساليب التدريس تم حساب اختبار توكي TUKEY واختبار LSD وهو ما يوضحه الجدول التالي.

الجدول رقم (20) يبين نتائج احتبار توكي TUKEY واختبار LSD لاتجاه الفروق بين الاساليب الثلاثة.

	اساليب (I)	اساليب (J)	Différence moyenne (I-J)	Erreur standard	Sig.
Différence significative de Tukey	اسلوب امري	اسلوب تبادلي	-11,15385*	2,72544	,001
		اسلوب الاكتشافالموجه	-20,15385*	2,72544	,000
	اسلوب تبادلي	اسلوب امري	11,15385*	2,72544	,001
		اسلوب الاكتشافالموجه	-9,00000*	2,72544	,006
	اسلوب الاكتشافالموجه	اسلوب امري	20,15385*	2,72544	,000
		اسلوب تبادلي	9,00000*	2,72544	,006
LSD	اسلوب امري	اسلوب تبادلي	-11,15385*	2,72544	,000
		اسلوب الاكتشافالموجه	-20,15385*	2,72544	,000
	اسلوب تبادلي	اسلوب امري	11,15385*	2,72544	,000
		اسلوب الاكتشافالموجه	-9,00000*	2,72544	,002
	اسلوب الاكتشافالموجه	اسلوب امري	20,15385*	2,72544	,000
		اسلوب تبادلي	9,00000*	2,72544	,002



شكل رقم (10) رسم بياني للاختبار البعدي للأسلوبين التبادلي والاكتشاف الموجه

يبين الشكل **(10)** الاختبار البعدي لاساليب التدريس المباشرة وغير المباشرة، والفرق الواضح بين الاساليب في الاختبار البعدي ولصالح اساليب التدريس غير المباشرة.

2- مناقشة النتائج:

2-1- مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

بَيّنَت النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى والتي نصت على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي في درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز تُعزى للأسلوب الامري . وهذا من خلال الجدول رقم 13 الذي يُبيّن أن قيمة المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية 1 (مجموعة الأسلوب الامري) بلغ 84, 107 والانحراف المعياري بلغ 10,76 في الاختبار القبلي، في حين بلغ المتوسط الحسابي116,76 والانحراف المعياري08.38 في الاختبار البعدي لمقياس الرضا الحركي. وبمقارنة متوسط الاختبارين القبلي والبعدي نلاحظ ارتفاع في درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في الاختبار البعدي.

ويبين الجدول أيضا أن مستوى الدلالة Sig بلغت 0,005 وهي أقل من مستوى0,05 المعتمد من طرفنا مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز تُعزى للأسلوب الامري ولصالح الاختبار البعدي ، مما يعني أن **للأسلوب الامري تأثير على درجة الرضا الحركي** لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز.

ومنه فان نتائج دراستنا تتفق مع دراسة فوزية محمد عمر منذرة (2007) حيث توصلت الى التأثير الايجابي للأسلوب الأمري في نمو أبعاد مقياس مفهوم الذات التالية: السلوك، المنزلة العقلية، الشعبية، **السعادة، الرضا،** والمجموع الكلي لأبعاد المقياس. وتؤكد دراستنا ما قاله محمد خضر اسمر الحياني أن الآراء في الآونة الأخيرة أجمعت على ما للحركة من أهمية كبيرة لمسار التطور العام للإنسان إذ يرتبط النجاح في أداء النشاط الحركي بـــ **الرضا والمتعة** وهما من الحوافز الدافعة إلى الاهتمام بالنشاط الحركي إذ تلعب الأنشطة الرياضية دورا ايجابيا سواء من الناحية البدنية أو الاجتماعية أو النفسية للمشتركين فيها . وهو ما لمسناه في أفراد عينة دراستنا بحيث حققت مجموعة الاسلوب الامري رضا عالي عن النشاط المدروس.

وتوصلت نتائج دراستنا الى قاله محمد نصر الدين رضوان أن المـــــدرس أو المدرب الرياضـــــي يلعب دورا هاما في وصول الفرد إلى خبرات سارة مرضية ، فإذا ما أَلّمّ التدريسي أو المدرس إلماما تاما بأحسن طرق تعليم المهارات في مجال التربية البدنية فان هذا دَعَ إلى اقتصاد الجهد والوقت ويحقق نتائج حسنة ويحصل المتعلم على خبرة تعليمية شاملة وسارة. (**محمد نصر الدين رضوان ، 2006، 23**) والاسلوب الامري يعتمد على المدرس كُلِّية في عملية التخطيط التنفيذ والتقويم. ويضيف صاحب شريف عداي الزيرجاوي، علي عباس طاهر الحسيني (2012) في هذا الصدد أن للقائد الجيد أن يُخلِف مواقف سارة تجعل الأفراد يتذوقون النجاح ويحصلون على خبرات مرضية سارة فيحققون شيئا من **الرضا**.(**صاحب شريف عداي الزيرجاوي، علي عباس طاهر الحسيني،2012 ،17**)

وتتفق دراستنا مع: الدراسة التي أجراها عبد السلام حسين (2008) حيث توصل إلى أن أسلوب التدريس الأمري حقق نتائج ايجابية في مستوى التعليم، حيث جاءت النتائج في صالح القياسات البعدية.

وتوصلت آمال نوري بطرس الياس خلقة (2004) في دراسة بعنوان اثر استخدام أسلوبي التضمين والأمري ونموذجين من المجاميع الصغيرة في تحقيق بعض أهداف درس التربية الرياضية الى : تحقيق الأسلوب الأمري تأثيراً ايجابيا في تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية (السرعة الانتقالية، والقوة الانفجارية للأطراف السفلى والمرونة) ، وهذه تتفق كذلك مع نتائج دراستنا في التأثير الواضح للأسلوب الامري. (**آمال نوري بطرس الياس خلقة،2004،86**) وأكد نايف العطار (2007) في دراسته بعنوان (طرائق النبي **صلى الله عليه وسلم** التعليمية ومميزاتها وأهميتها وعلاقة الطرائق المعاصرة بها) بحيث اعتبر طريقة الممارسة أو البيان العلمي وهو ما يتفق مع (اسلوب العرض التوضيحي او الاسلوب الامري) في دراستنا حيث قال في هذ الصدد : هي أجود طرق التعليم وأحسنها، إذ يثبت المعلومة في الأذهان ويرى المتعلم التطبيق العملي الذي يحصر الفكرة في مدلول واقعي يبصره المتعلم، ويدركه فإذا به شاخص بين يديه. وأن هذه الطريقة تجمع بين الجانب النظري والجانب العملي، هذه الطريقة تتفق مع طبيعة التربية الإسلامية التي هي تربية سلوكية بالدرجة الأولى. وتستخدم هذه الطريقة في تدريس معظم المستويات الدراسية من المرحلة الابتدائية إلى المراحل الدراسية العليا. كما أورد نايف العطار أحاديث ثابتة عن النبي صلى الله عليه وسلم تُبين أوامر النبي **صلى الله عليه وسلم** لأصحابه وممارسته العملية لتلك الاوامر. (**نايف العطار،2007،128 ،130**) وجاءت نتائج الدراسات التالية مشابهة لنتائج دراستنا: بحيث توصلت دراسة بن عمر مراد (2010) أن للأسلوب الأمري تأثير على التلاميذ في مقياس التصور العقلي في الرياضتين الفردية والجماعية، ودراسة حامد مصطفى بلباس وفرهاد كريم مولود (2009) أن للأسلوب الامري تأثير واضح في اكساب طلاب السنة الدراسية الثانية في معهد الرياضة بأربيل من الثبات ومن السقوط بكرة اليد. و دراسة إبراهيم عبد الغني محمد سلامة (2003) أن الأسلوب الأمري له تأثير إيجابي في تطوير مهارتي الضربة الأمامية والخلفية، وأوصى بضرورة استخدام الأسلوب الأمري في تعليم مهارة الضربة الأمامية الرافعة في كرة الطاولة. وجاءت دراسة إبراهيم عبد الغني سلامة (2004) بعنوان أثر استخدام أسلوبين في تدريس بعض مهارات كرة الطاولة بمستوى تعلم طلبة المرحلة الأساسية لتأكد أن الأسلوب الأمري له تأثير إيجابي في تطوير مهارتي الضربة الأمامية والخلفية. وكل هذه الدراسات تتفق مع توصلت اليه دراستنا في التأثير الايجابي للأسلوب الامري. **وللإشارة** فان معظم الدراسات التي تناولناها تطرقت الى تأثير الاسلوب الامري على: التعلم أو الاداء أو مهارة ما في مختلف الرياضات الفردية والجماعية، في حين انفردت دراستنا وذهبت الى أبعد من ذلك وهو محاولة معرفة الشعور والاحساس الذي ينتج أو يصدر من الفرد أو المتعلم من خلال العمل أو التعلم بهذا الاسلوب وذلك وفق مقياس مصمم لذلك وهو مقياس الرضا الحركي. ومن خلال كل ما سبق فان الفرضية القائلة توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار ين القبلي والبعدي في درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز تُعزى للأسلوب الامري ولصالح الاختبار البعدي. محققة.

ويرى الباحث سبب الفروق الاحصائية بين الاختبارين هو البرنامج التعليمي المقترح في سباق 110 متر حواجز. (**أنظر الملحق رقم 2**) وكذلك بنية وطبيعة الاسلوب خاصة في مثل هذه الانشطة، بحيث أكد كل من ميرفت علي خفاجة، مصطفى السايح محمد (2012) أن هذا الاسلوب من الممكن استخدامه مع المبتدئين في ممارسة المهارة، ويضيف مصطفى السايح محمد (2009) في هذا الصدد بأن من مميزات الاسلوب الامري انه يُستخدم في الأنشطة الصعبة للسيطرة على مسار التعلم. وهذا ما أكده عطا الله أحمد (2004) كلما صعبت وتعقدت المهارة نتجه إلى الأسلوب الامري في تعليمها. و سباق 110 متر حواجز يعتبر من أمتع وأصعب وأخطر النشاطات في التعليم وفي المنافسات على حد سواء.

2-2- مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

بَيّنت النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية والتي نصت على أنه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي في درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز تُعزى للأسلوب التبادلي.

وهذا من خلال الجدول رقم (14) الذي يبين أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية 2 (مجموعة الاسلوب التبادلي) بلغ96,53 والانحراف المعياري بلغ 52, 14 في الاختبار القبلي، أما الاختبار البعدي فكان متوسطه الحسابي127,92 وانحرافه المعياري 52, 7 وبالمقارنة بين متوسط الاختبارين القبلي والبعدي نلاحظ ارتفاع درجة الرضا الحركي في الاختبار البعدي . ونلاحظ أن مستوى الدلالة Sig تساوي 0,000 وهي أقل من 0,01 وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي لمقياس الرضا الحركي للمجموعة التجريبية 2 (مجموعة الاسلوب التبادلي). أي أن للأسلوب التبادلي تأثير على درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز. وهذا ما ذكره (موستن1995) أن أسس العلاقات بين أسلوب التدريس والطالب تعتمد على درجة تأثير الاسلوب في الطالب وذلك من خلال **تمتع** الطالب بحرية الاستقلال الفردية البدنية والنفسية والاجتماعية والذهنية والمعرفية والاخلاقية والتربوية. ونتفق في نتائج دراستنا مع دراسة كاي (1998) بعنوان: متعة الطلبة في درس التربية البدنية والرياضية في محيط ثلاث أساليب للتدريس. بحيث حقق الاسلوب التبادلي نتائج أفضل من الاساليب الاخرى، وقد أشارت العديد من الخبرات أن لهذا الأسلوب تأثيراً كبيراً على نمو الطلاب من الناحية الاجتماعية والانفعالية ، ومن ناحية أخرى يمكن أن يُسهم في النمو المعرفي للطلاب هذا بالإضافة لإرتفاع مستوى الأداء المهاري وبالتالي تحسن المستوى الرقمي ، وهو ما توصلت اليه دراستنا وأثبتته دراسات كل من: بن عمر مراد (2010) أن للأسلوب التبادلي تأثير على التلاميذ في مقياس التصور العقلي في الرياضة الفردية. (**بن عمر مراد، 2010،246**) ودراسة وليد وعد الله الشريفي وقصي حازم الزبيدي (2006) أن الأسلوب التبادلي حقق تطورا في جميع المهارات الأساسية في كرة القدم، وجاءت نتائج دراسة عبد الجبار سعيد محسن (2006) في صالح القياسات البعدية مقارنة بالقياسات القبلية عند تدريس

المجموعة الثانية بالأسلوب التبادلي. وتوصلت دراسة بن دقفل رشيد الى ان الاسلوب التبادلي أثر ايجابا في التقليل من السلوك العدواني مقارنة بباقي الاساليب. (**بن دقفل رشيد،2012**)

ويؤكد نايف العطار (2007) في دراسته (طرائق النبي صلى الله عليه وسلم التعليمية ومميزاتها وأهميتها وعلاقة الطرائق المعاصرة بها) أن طريقة المناقشة (وهي ما يتفق مع الاسلوب التبادلي في دراستنا) حيث قال في هذ الصدد: هي من الطرق التي ترتكز على كل من المعلم والمتعلم، تنمي روح التعاون، والقدرة على التكيف مع الآخرين كما تساعد هذه الطريقة على توثيق الصلة بينه وبين أصحابه، وإتقان المطلوب، والجرأة في إبداء الرأي وتعميق القيم والمعتقدات، وتصحيح الأخطاء، وإثارة الدافعية، وجذب الانتباه... كما أورد نايف العطار أحاديث واردة عن النبي **صلى الله عليه وسلم** تُبين شُيُوع هذا الاسلوب بين النبي صلى الله عليه وسلم وأصحابه. (**نايف العطار،2007،118، 119**) ويذكر كلا من ميرفت علي خفاجة، مصطفى السايح محمد (2012) أن هذا الاسلوب يستخدم لمرحلتي المراهقة الاولى والثانية والسبب الرئيسي في ذلك أن هذه المرحلة لها واجب مهم وهو تربية الشباب على التفكير والعمل مع الجماعة. وهذا ينطبق تماما على عينة دراستنا. وأكدت عفاف عبد الكريم (1994) أن الاسلوب التبادلي يساهم في تنمية الســـلوك التعاوني. و كلما كانت علاقته بالمجموعة أو الفريق جيدة كان **الشعور بالرضا** كبير كما بينه عبد الرحمن عدس، نايف قطامي (2000). ومنه فالفرضية الثانية والتي مفادها أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار ين القبلي والبعدي في درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز تُعزى للأسلوب التبادلي ولصالح الاختبار البعدي . محققة

ويرى الباحث من خلال كل ما سبق ومن خلال العمل بهذا الاسلوب مع المجموعة التجريبية 2 أنه أسلوب مناسب جدا لهذه المرحلة العمرية، ويبعث في الطلبة الارادة والثقة والرغبة في العمل واعطاء التغذية الراجعة وبالتالي الشعور بالرضا عن الاداء وعن الملاحظات التي يقدمونها لبعضهم البعض بحكم العمل بصيغة الطالب المؤدي والطالب الملاحظ، والحقيقة التي تقال أن هذا الاسلوب يتطلب نوع من المجهود والوقت من الجانبين (معلم ومتعلم) حتى يستطيع الطلبة التكيف والعمل بهذا الاسلوب بغرض ترسيخه واستيعابه من طرف الطلبة لأنه أسلوب لم يسبق لأغلبية الطلبة العمل أو التعلم به من قبل.

2-3- مناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

بَيّنت النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة والتي نصت على أنه : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي في درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز تُعزى لاسلوب الاكتشاف الموجه. وهذا من خلال الجدول رقم (15) الذي يبين أن قيمة المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية 3 (مجموعة أسلوب الاكتشاف الموجه) بلغ 107,69 والانحراف المعياري بلغ 11,67 في الاختبار القبلي، في حين بلغ المتوسط الحسابي 92, 136 والانحراف المعياري 23, 04 في الاختبار البعدي لمقياس الرضا الحركي. وبمقارنة متوسط الاختبارين القبلي والبعدي نلاحظ ارتفاع في درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في الاختبار

البعدي. ويبين الجدول أيضا أن مستوى الدلالة Sig بلغت 0,000 وهي أقل من مستوى0,05 المعتمد من طرفنا مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار ين القبلي والبعدي في درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز تُعزى لاسلوب الاكتشاف الموجه ولصالح الاختبار البعدي.. أي أن لأسلوب الاكتشاف الموجه تأثير على درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز.

وهذا ما أشار اليه كل من **محمود الجمال وصباح فايز النحاس** على التوالي حيث اعتبرا أن أسلوب الاكتشاف الموجـــه يعمل علي بناء مفهوم الذات حيث يشعر المتعلم بالأمـــان النفســـي والتسامح مع مرات الفشل القليلة نسبيا من جانب المدرس وشعور الطلاب بأنهم أكثر ابتكارا وأكثر صحة نفسية . (**محمود عبد العاطي الجمال، 1993، 85**) وأن اللاعب يشعر بحالة من **الرضا** عن إنجازه أي إثابة ذاتية وإذا أراد المدربون للاعبيهم الـــــــتعلم الجيد فيجب **توجيه** أنظمتهم التعليمية التي تحقق لهم **الرضا** الذاتي. (**صباح فايز النحاس، 2001، 57**) وهذا ما توصلت اليه نتائج دراستنا حيث حقق أسلوب الاكتشاف الموجه رضا حركي عالي في الاختبار البعدي بالمقارنة مع الاختبار القبلي وتتفق دراستنا مع ما ذكره **صالح شيروان خضر** أن أسلوب الاكتشاف الموجه هو أحد الأساليب التدريسية التي تقوم على نشاط المتعلم، والتوجيه من المعلم للوصول الى الاهداف التعليمية المطلوب تحقيقها من خلال الموقف التعليمي، حيث يكون ذا فعالية لما يؤديه من تغيرات ايجابية في اتجاهات الطلاب، وذا فعالية كبيرة كذلك في تدريس مجموعة المهارات الصعبة. (**صالح شيروان خضر،2016،336**)

وتشير **إيمان علي محمد أبو الغيط** أن التعلم بالاكتشاف يعلم الأفراد كيف يتعلمون وأنه لا يوجد تعلم بدون عمل، كما ينمي العمليات العقلية مما يؤدي لزيادة التوقعات لدي المتعلم وزيادة الثقة بالنفس. (**إيمان علي محمد أبو الغيط، 2004، 26**) وهذا ما لمسناه من خلال تدريس سباق 110متر حواجز وفق هذا الأسلوب.

وتوصلت دراسة صادق خالد الحايك ووليد العموري 2005 الى ترتيب أفضلية الأساليب لدى طلبة الألعاب الفردية هي أسلوب الاكتشاف الموجه وهذا يعكس قيمة ومكانة هذا الأسلوب كما أكدت دراسة ناهده عبد زيد الدليمي وآخرون 2006 لتأكد إن أسلوبي الاكتشاف الموجه والشرح التوضيحي كان له تأثير إيجابي في التعلم المهارات وتطوير بعض القدرات المرتبطة بها. وهذا ما تحقق من خلال عملنا بهذا الأسلوب حيث لاحظنا تعلم لمهارات القفز على الحواجز ما نتج عنه **رضا حركي** عن هذا التعلم .

ومنه فالفرضية الثا لثة والتي مفادها أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار ين القبلي والبعدي في درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز تُعزى لأسلوب الاكتشاف الموجه ولصالح الاختبار البعدي . محققة

وحسب تجربتي الخاصة من خلال العمل بهذا الاسلوب انه لو تحترم خطوات تنفيذه كما ذكرها (**رشيد بن عبد العزيز،خالد بن ناصر السبر ،2006،67،68**) بداءا من تحديد الهدف – وضع البدائل أو الحركات التي تشبه (طريقة

تنفيذ المهارة) –أداء الطالب المهارة بأوضاع مختلفة على حسب البدائل المعروفة –تجريب جميع الأوضاع والمقارنة بين جميع البدائل –– ترجيح المعلم الطريقة الصحيحة – الى ممارسة الطالب المهارة بالطريقة الصحيحة للوصول إلى درجة الإتقان. فان هذا الاسلوب يقدم تعزيزا مستمرا للطالب بعد التقدم من خطوة الى أخرى مما يؤدي الى زيادة الدافعية والرغبة في الاستمرار مما يجعل التعزيز لدى الطالب داخليا وليس خارجيا. وبالتالي التعلم والاكثر من ذلك الرضا عن هذا التعلم .

2-4- مناقشة نتائج الفرضية الرابعة:

بَيّنت النتائج المتعلقة الفرضية الرابعة والتي نصت على أنه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا الحركي بين الأسلوبين (الأسلوب الامري والتبادلي) في الاختبار البعدي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز. وهذا من خلال الجدول رقم (**16**) الذي يبين ان المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية 1 وهي مجموعة الاسلوب الامري قد بلغ 116,76 والانحراف المعياري بلغ 08,38 في الاختبار البعدي . أما بالنسبة للمجموعة التجريبية 2 وهي مجموعة الاسلوب التبادلي فقد بلغ المتوسط الحسابي 127,92 وبانحراف معياري قُدّر بـــ07,52 في الاختبار البعدي .

ونلاحظ أن مستوى الدلالة Sig تساوي 0,002 وهي أقل من **0,05** المعتمد وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في الاختبار البعدي لمقياس الرضا الحركي ولصالح مجموعة الاسلوب التبادلي (مجموعة التجريبية2) ما يعني أفضلية الاسلوب التبادلي على الاسلوب الامري في درجات الرضا الحركي.

وهذا ما ذكره مصطفى السايح محمد عن الاسلوب التبادلي حيث ذكر أنه عندما تقع أو تحدث العلاقات الاجتماعية **المتبادلة** فالاستنتاج هنا أن **شعورا جيدا** يمكن أن يحدث باتجاه الآخرين وباتجاه النفس . (**مصطفى السايح محمد،2003،37 ،38**) وربما يرجع ارتفاع درجات الرضا الحركي للاسلوب التبادلي مقارنة بالامري الى ما ذكره بن دقفل رشيد حيث قال ان هذا الاسلوب يحسن استخدامه مع المستويات العالية والمتقدمين لإعداد الطلبة وتأهيلهم ليكونوا مدرسين أو مدربين ويستخدم في المراحل الجامعية وإعداد المعلمين . (**بن دقفل رشيد،2012،71**) وفي دراستنا طبقنا هذا الاسلوب على طلبة السنة أولى جامعي . وأكدت عفاف عبد الكريم (1994) أن الاسلوب التبادلي يساهم في تنمية الســـلوك التعاوني. و كلما كانت علاقته بالمجموعة أو الفريق جيدة كان **الشعور بالرضا** كبير كما بينه عبد الرحمن عدس، نايف قطامي (2000) وفي هذا الصدد يؤكد موستن أن أسس العلاقات بين أسلوب التدريس والطالب تعتمد على درجة تأثير الاسلوب في الطالب وذلك من خلال تمتع الطالب بحرية الاستقلال الفردية البدنية والنفسية والاجتماعية والذهنية والمعرفية والاخلاقية والتربوية. ونتفق في نتائج دراستنا مع دراسة كاي (1998) بعنوان: متعة الطلبة في درس التربية البدنية والرياضية في محيط ثلاث أساليب للتدريس. بحيث حقق الاسلوب التبادلي نتائج أفضل من الاساليب الاخرى بما فيها الأسلوب الامري، وتوصلت دراسة حامد مصطفى بلباس وفرهاد كريم مولود 2009 الى ارتفاع نسبة

ممارسة النشاط بالأسلوب التبادلي مقارنة بالأسلوب الأمري وأن الأسلوب التبادلي يتفوق على الأسلوب الأمري في إكساب التصويب من السقوط. وهو ما توصلنا اليه رغم اننا نختلف في أحد المتغيرات (الرضا الحركي في دراستنا)، وهو نفس الشيء مع دراسة هـــاني الدســـوقي إبراهيم الدسوقي2008 حيث توصل الى أن أفضل الأساليب لتعلم مسابقة قذف القرص هو أسلوب التعلم بتوجيه الأقران (التبادلي) يليه أسلوب العرض التوضيحي (الامري).وأن أفضل الأساليب في تنمية دافعية الإنجاز وتحقيق أفضل مستوى رقمي لمسابقة قذف القرص هو أسلوب التعلم بتوجيه الأقران (التبادلي) يليه أسلوب العرض التوضيحي. وان الأسلوب الامري غير كافٍ لتعلم مسابقة قذف القرص وفي تنمية دافعية الإنجاز والمستوى الرقمي بصورة جيدة لدى أفراد عينة البحث. وفي دراسة قام بها صادق خالد الحايك ووليد العموري **2005** أكدت نفس ما توصلت اليه دراستنا حيث بينت **أن** أفضلية أساليب التدريس ومن بينها الاسلوب التبادلي والامري لدى طلبة الألعاب الجماعية والالعاب الفردية هي الأسلوب التبادلي يليه الأسلوب التدريبي ثم الأسلوب الامري . وقد أشارت العديد من الخبرات أن لهذا الأسلوب تأثيراً كبيراً على نمو الطلاب من الناحية الاجتماعية والانفعالية ، ومن ناحية أخرى يمكن أن يُسهم في النمو المعرفي للطلاب هذا بالإضافة لإرتفاع مستوى الأداء المهاري. وبالتالي فالفرضية الرابعة القائلة توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الأسلوبين (الأسلوب الامري وا لتبادلي) في الاختبار البعدي لمقياس الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز. محققة ولصالح الاسلوب التبادلي. **ويرى الباحث** من خلال كل ما سبق ومن خلال العمل بهذا الاسلوب مع المجموعة التجريبية 2 وبالمقارنة مع مجموعة الاسلوب الامري أنه أسلوب مناسب جدا لهذه المرحلة العمرية، ويبعث في الطلبة الارادة والثقة والرغبة في العمل واعطاء التغذية الراجعة وبالتالي **الشعور بالرضا** عن الاداء وعن الملاحظات التي يقدمونها لبعضهم البعض بحكم العمل بصيغة الطالب المؤدي والطالب الملاحظ.

2-5- مناقشة نتائج الفرضية الخامسة:

بَيّنت النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة والتي نصت على: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا الحركي بين الأسلوبين (الأسلوب الامري و الاكتشاف الموجه) في الاختبار البعدي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز . وهذا من خلال الجدول رقم (**17**) الذي يبين ان المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية 1 وهي مجموعة الاسلوب الا مري قد بلغ 116,76 والانحراف المعياري بلغ 08,38 في الاختبار البعدي . أما بالنسبة للمجموعة التجريبية 3 وهي مجموعة اسلوب الا كتشاف الموجه فقد بلغ المتوسط الحسابي 136,92 وبانحراف معياري قُدّر بـــ04,23 في الاختبار البعدي . ونلاحظ أن مستوى الدلالة Sig بلغت 0,000 وهي أقل من 0,05 المعتمد وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في الاختبار البعدي لمقياس الرضا الحركي ولصالح مجموعة اسلوب الاكتشاف الموجه (مجموعة التجريبية 3) ونشير هنا ان ما توصلت اليه دراستنا تتفق في أحد متغيراتها (الرضا الحركي، العاب القوى) مع نتائج دراسة خالد فيصل

الشيخو وآلاء عبد الله حسين2000 التي توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة معنوية في مستوى الرضا الحركي بين طالبات كلية التربية الرياضية في مادة ألعاب الساحة والميدان . وتتفق نتائج دراستنا مع ما أظهرته نتائج دراسة صالح شيروان خضر 2016 بأن التعلم بأسلوب الاكتشاف الموجه كانت أكثر فاعلية من الأسلوب المتبع(الشرح والعرض) في تعلم مهارات قيد الدراسة على جهازي عارضة التوازن والمتوازي مختلف الارتفاع. وكانت نتائج دراستنا مشابهة لنتائج دراسة عقيل يحيى هاشـــم2013 التي توصلت الى ان أسلوب الاكتشاف الموجه والأسلوب المتبع من قبل المدرس (الأسلوب الامري) لهما تأثير ايجابي وفعال في تعلم الأداء الفني لمهارات الجمناستك الا إن استخدام أسلوب الاكتشاف الموجه أفضل من التعليم المتبع من قبل المدرس (الامري) في تعلم الأداء الفني لمهارات الجمناستك.

أما دراسة لِؤي ساطع محمد جواد وأحلام صادق حسين 2012 فتتفق مع دراستنا من حيث تطبيق هذا الاسلوب على فعالية من فعاليات العاب القوى وتوصلت الى أن أسلوب الاكتشاف الموجه يساعد على زيادة المعرفة ومتطلبات الأداء مما يؤدي إلـــى ســـهولة استيعاب وفهم الطلاب للقدرات البدنية المرتبطة بالفعالية. وتوصلت كذلك الى أن أسلوب الاكتشاف الموجه كان له تأثير ايجابي على تعليم فعاليـــة قـــذف الثقـــل واكتـــساب القدرات البدنية المرتبطة بالفعالية وأن هذا الأسلوب يزيد من الدافعية لدى الطـــلاب لتحقيـــق الأهـــداف المرجـــوة بالمقارنـــة بالأسلوب التقليدي.

وجاءت دراسة صباح محمد صقر 2011 لتؤكد الفرق الواضح بين الاسلوبين الامري والاكتشاف الموجه من حيث الرضا الحركي والتعلم بالنسبة لدراستنا ومن حيث التأثير الايجابي على تعلم المهارات بالنسبة لدراسة صباح محمد صقر 2011 التي توصلت الى ان التدريس بأسلوب الاكتشاف الموجه أكثر إيجابية عن أسلوب الشرح التوضيحي في تعلم التلاميذ لمهارات رياضة التاكوندو وارتفاع معدل تقدم القدرات الحركية المرتبطة برياضة التاكوندو ويساعد أسلوب الاكتشاف الموجه على زيادة المعرفة ومتطلبات الأداء مما يؤدي إلى سهولة استيعاب وفهم الطلاب للقدرات البدنية المرتبطة بالفعالية . وله أثر إيجابي على تعليم فعالية قذف الثقل واكتساب القدرات البدنية المرتبطة بالفعالية. وتؤكد نتائج دراسة ناهده عبد زيد الدليمي وآخرون 2006 ان أسلوبي الاكتشاف الموجه والشرح التوضيحي كان لهما تأثيراً إيجابياً في تعلم مهارة الإعداد بالكرة الطائرة وتطوير بعض القدرات المرتبطة بهذه المهارة.والتعلم بأسلوب الاكتشاف الموجه أكثر إيجابية من أسلوب الشرح التوضيحي في تعلم مهارة الإعداد بالكرة الطائرة وتطوير بعض القدرات المرتبطة بهذه المهارة.

ومنه فان دراستنا جاءت في نفس سياق الدراسات السابقة الذكر من حيث فعالية أسلوب الاكتشاف الموجه بالمقارنة مع الأسلوب الامري وبالتالي فالفرضية الخامسة القائلة توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الأسلوبين (الأسلوب الامري والاكتشاف الموجه) في الاختبار البعدي لمقياس الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز. محققة ولصالح أسلوب الاكتشاف الموجه.

وللإشارة فقط أن هذا الأسلوب يتطلب جهد إضافي من طرف المعلم من حيث وضع مجموعة البدائل التي توصل المتعلم الى البديل المناسب ولا يكتف المعلم بذلك بل يعمل على التوجيه والإرشاد في أثناء العمل بهذه البدائل وربما حتى اقتراح بدائل إضافية ووضع طلبته في مواقف أخرى حتى يصل المتعلم الى ترجيح البديل الصحيح من غيره وهذا كله يشعر الفرد المتعلم في نهاية التعلم وبعد تجريبيه عدة بدائل واكتشاف الأنسب برضا حركي عن أدائه.

2-6- مناقشة نتائج الفرضية السادسة:

بَيّنت النتائج المتعلقة بالفرضية السادسة والتي كانت على الشكل التالي: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا الحركي بين الأسلوبين (الأسلوب التبادلي والاكتشاف الموجه) في الاختبار البعدي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز . وهذا من خلال الجدول رقم (18) الذي يبين ان المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية 2 وهي مجموعة الاسلوب ال تبادلي قد بلغ 127,92 والانحراف المعياري بلغ 07,52 في الاختبار البعدي. أما بالنسبة للمجموعة التجريبية 3 وهي مجموعة اسلوب الاكتشاف الموجه فقد بلغ المتوسط الحسابي 136,92 وبانحراف معياري قُدّر بـــ04,23 في الاختبار البعدي . ونلاحظ أن مستوى الدلالة Sig بلغت 0,001 وهي أقل من 0,05 المعتمد وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في الاختبار البعدي لمقياس الرضا الحركي ولصالح مجموعة اسلوب الاكتشاف الموجه (مجموعة التجريبية 3). ما يعني أفضلية اسلوب الاكتشاف الموجه على الاسلوب التبادلي في درجات الرضا الحركي. ما يعني ان اسلوب الاكتشاف الموجه يشعر الطلبة او المتعلمين برضا حركي كبير وهذا ينعكس على الاداء مقارنة بالأساليب الأخرى وهذا ما اكد عليه وتبناه كل من عماد المحلاوي 2000، فخرية أبو حليقة 2000، نورة حمامة 2000، إيمان أبو الغيط 2004، زينب عاطف 2005 حيث تبنو جميعهم تلخيص Jerome Bruner الذي يهـدعو إلى ضرورة استخدام طريقة الاكتشاف الموجه في التدريس وهذ ا لعدة اسباب منها ما يسمى الدوافع الداخلية أفضل من الخارجية ويقصد بذلك أنه باستمرار النجاح في التقصي ، فإن الطالب يشعر بحالة من الرضا عن إنجازه، أي إثابة ذاتية، وإذا أراد المعلمون لطلابهم الـــــــتعلم للمتعة فيجب توجيه أنظمتهم التعليمية التي تحقق لطلابهم الرضا الذاتي. (**صباح فايز النحاس،2001، 56**)

وتتفق دراستنا مع نتائج دراسة صادق خالد الحايك ووليد العموري 2005 التي توصلت الى انه من بين أساليب التدريس المفضلة لدى طلبة الألعاب الجماعية هي أسلوب الاكتشاف الموجه يليه الأسلوب التبادلي ثم الأسلوب الامري وترتيب أفضلية الأساليب لدى طلبة الألعاب الفردية هي أسلوب الاكتشاف الموجه ثم الأسلوب التبادلي ثم الأسلوب الامري. وهو ما اظهرته نتائج دراستنا التي بينت ارتفاع في درجات الرضا الحركي بالنسبة للمجموعة التجريبية الثالثة مجموعة اسلوب الاكتشاف الموجه مقارنة بمجموعة الاسلوب

التبادلي. ولا نتفق مع ما توصلت اليه دراسة صالح شافي ساجت وآخرون 2012 إن الأسلوب التبادلي له تأثير اكبر في تعلم مهارة التهديف من الحركة في لعبة كرة القدم من اسلوب الاكتشاف الموجه. حيث حقق اسلوب الاكتشاف الموجه في بحثنا رضا حركي كبير مقارنة بالاسلوب التبادلي وهذا ما يعني ان المجموعة التجريبية 3 كان لها تفاعل كبير مع البرنامج التعليمي المقترح في سباق 110متر حواجز وبالتالي التعلم أحسن وافضل من المجموعة التجريبية العاملة وفق الاسلوب التبادلي. ومنه فالفرضية السادسة والتي تنص على انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الأسلوبين (الأسلوب التبادلي والاكتشاف الموجه) في الاختبار البعدي لمقياس الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز. محققة ولصالح أسلوب الاكتشاف الموجه.

ومن خلال اشرافي الخاص والعمل وفق هذا الاسلوب انه لو تحترم خطوات تنفيذه كما ذكرها بداءا من تحديد الهدف – وضع البدائل أو الحركات التي تشبه (طريقة تنفيذ المهارة) –أداء الطالب المهارة بأوضاع مختلفة على حسب البدائل المعروفة –تجريب جميع الأوضاع والمقارنة بين جميع البدائل –– ترجيح المعلم الطريقة الصحيحة – الى ممارسة الطالب المهارة بالطريقة الصحيحة للوصول إلى درجة الإتقان. فان هذا الاسلوب يقدم تعزيزا مستمرا للطالب بعد التقدم من خطوة الى أخرى مما يؤدي الى زيادة الدافعية والرغبة في الاستمرار مما يجعل التعزيز لدى الطالب داخليا وليس خارجيا. (رشيد بن عبد العزيز،خالد بن ناصر السبر ،2006،67،68) وبالتالي التعلم والاكثر من ذلك الرضا عن هذا التعلم .

2-7- مناقشة نتائج الفرضية السابعة:

بَيّنت النتائج المتعلقة بالفرضية السابعة والتي كانت على الشكل التالي: توجد فروق ذات دلالة احصائية بين أساليب التدريس المباشرة وغير المباشرة في التأثير على درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110متر حواجز. وهذا من خلال الجدول رقم (19) الذي يبين قيمة ف التي بلغت 27,445 وهي دالة احصائيا حيث ان مستوى الدلالة المعنوية بلغت 0,000 وهي أقل من مستوى الدلالة 0,05 وهو ما يؤكد تحقق الفرض البديل الذي يقول بانه توجد فروق ذات دلالة احصائية بين أساليب التدريس المباشرة وغير المباشرة في التأثير على درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز في الاختبار البعدي. وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاساليب غيرالمباشرة والمباشرة في الاختبار البعدي لمقياس الرضا الحركي ولصالح الاساليب غير المباشرة (المجموعة التجريبية3). ما يعني أفضلية اسلوب الاكتشاف الموجه على كل من الاسلوب الامري والتبادلي، ما يعني كذلك ارتفاع في مستوى الرضا الحركي للمجموعة التجريبية 3 مقارنة بالمجموعة التجريبية 1 و 2. **وتعكس** نتائج دراستنا الاتجاهات التربوية الحديثة والتي أكدت على ضرورة مواكبة السياسات التعليمية لمتطلبات واحتياجات العصر فضلاً عن استشرافات المستقبل المتوقع حدوثها، لذا فقد جاءت أساليب التعليم الحديثة ومن بينها **أسلوب الاكتشاف الموجه** تهتم بإعداد الإنسان من أجل أن يستطيع التعامل مع التغيرات الحادثة والتعايش معها، لذا فقد أصبحت هناك ضرورة لإدخال التغيير المناسب

على المقررات وأساليب التعليم لأن **الأساليب التقليدية** أصبحت غير كافية في هذا العصر، وأصبح من الضروري أن يتحول التعليم من مجرد الحفظ والتلقين، ومن التعليم القائم على التلقي السلبي من المتعلم إلى نوع مغاير تماماً ألا وهو التعليم الإيجابي حيث المشاركة الفاعلة من جانب المتعلم من أجل تكامل العملية التعليمية . (وهذا ما عملنا به من خلال البرنامج التعليمي المقترح وفق أسلوب الاكتشاف الموجه) (فهيم مصطفى ،2006، 56)

وتتوافق دراستنا مع **صالح شيروان خضر** حيث يقول في هذا الشأن بأن أسلوب الاكتشاف الموجه من الأساليب غير المباشرة وتعتبر هذه الأخيرة أفضل من الأساليب المباشرة في التعلم وذلك لما تؤديه من تغيرات ايجابية في اتجاهات الطلاب. (وهذا ما لمسناه من خلال مستويات الرضا الحركي المرتفعة الخاصة بالمجموعة التجريبية الثالثة العاملة بأسلوب الاكتشاف الموجه)

ويضيف صالح شيروان خضر هو أحد الأساليب التدريسية التي تقوم على نشاط المتعلم، والتوجيه من المعلم للوصول الى الاهداف التعليمية المطلوب تحقيقها من خلال الموقف التعليمي، حيث يكون ذا فعالية كبيرة في تدريس مجموعة المهارات **الصعبة**. (وهذا ينعكس تماما على دراستنا حيث طبقنا هذا الاسلوب على 110متر حواجز وهو من أصعب الفعاليات في العاب القوى) (صالح شيروان خضر،2016،336)

وتعتبر دراسة صادق خالد الحايك ووليد العموري 2005 من الدراسات المهمة التي أقيمت في هذا المجال (من حيث المقارنة بين الأساليب المباشرة وغير المباشرة) حيث توصلت الى أفضلية أساليب التدريس لدى طلبة الألعاب الجماعية هي أسلوب حل المشكلات يليه أسلوب **الاكتشاف الموجه** يليه الأسلوب التبادلي يليه الأسلوب التدريبي ثم الأسلوب الامري وترتيب أفضلية الأساليب لدى طلبة **الألعاب الفردية** هي أسلوب **الاكتشاف الموجه** ثم أسلوب حل المشكلات ثم الأسلوب **التبادلي** ثم الأسلوب التدريبي وأخيرا الأسلوب **الامري**. ونشير هنا ان نتائج دراستنا جاءت مشابهة الى حد ما للدراسة السالفة الذكر من حيث المقارنة بين اسلوب الاكتشاف الموجه من جهة والاسلوب الامري والتبادلي من جهة أخرى في الالعاب الفردية (110متر حواجز) في دراسنا. وبالتالي فالفرضية السابعة والتي مفادها بان هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاساليب غيرالمباشرة والمباشرة في الاختبار البعدي لمقياس الرضا الحركي ولصالح الاساليب غير المباشرة (المجموعة التجريبية3). محققة. كل هذا يؤكد أفضلية وفعالية أساليب التدريس غير المباشرة عن الأساليب المباشرة في التعليم والتعلم خاصة إذا ما طبقت وفق خطواتها وتوفرت جميع العوامل لإنجاحها، بل والأبعد من ذلك الانطباع الايجابي والتشوق وحب المشاركة والعمل الذي تتركه هاته الاساليب في نفوس المتعلمين وهذا ما لمسناه حقيقة من خلال اشرفنا على تنفيذ البرنامج وفق اسلوب الاكتشاف الموجه وتجلى في ارتفاع مستويات الرضا الحركي للمجموعة التجريبية 3 مقارنة بالمجموعتين 1 و 2.

الفصل الخامس

استنتاجات

واقتراحات

1 - استنتاجات:

1-1- استنتاجات عامة :

استخدام الأساليب التدريسية الثلاثة الآتية تشعر الطلبة بدرجات مختلفة من الرضا الحركي:

-تدريس الطلبة وفق الأسلوب الامري في سباق 110 متر حواجز يُشعرهم بدرجة متوسطة من الرضا الحركي.

-تدريس الطلبة وفق الأسلوب التبادلي في سباق 110 متر حواجز يُشعرهم بدرجة كبيرة من الرضا الحركي.

-تدريس الطلبة وفق أسلوب الاكتشاف الموجه في سباق 110 متر حواجز يُشعرهم بدرجة كبيرة جدا من الرضا الحركي.

-هناك رضا حركي كبير جدا بالنسبة لطلبة المجموعة التجريبية التي درست وفق أسلوب الاكتشاف الموجه مقارنة بدرجات الرضا الحركي لطلبة المجموعة التجريبية التي درست بالأسلوب التبادلي والأسلوب الامري على التوالي.

-حقق الأسلوب التبادلي درجات كبيرة من الرضا الحركي لدى الطلبة مقارنة بالأسلوب الامري في سباق 110 متر حواجز وهذا من خلال ارتفاع درجات الرضا الحركي للطلبة الذين درسوا بالأسلوب التبادلي عن الطلبة الدارسين بالأسلوب الامري.

1 2 - استنتاجات خاصة (من زاوية أخرى) :

-التدريس بأسلوب الاكتشاف الموجه لو تحترم فيه خطوات التنفيذ بداءا من تحديد الهدف – وضع البدائل أو الحركات التي تشبه (طريقة تنفيذ المهارة) –أداء الطالب المهارة بأوضاع مختلفة على حسب البدائل المعروفة –تجريب جميع الأوضاع والمقارنة بين جميع البدائل —— ترجيح المعلم الطريقة الصحيحة – إلى ممارسة الطالب المهارة بالطريقة الصحيحة للوصول إلى درجة الإتقان. فان هذا الأسلوب يقدم تعزيزا مستمرا للطالب بعد التقدم من خطوة الى أخرى مما يؤدي الى زيادة الدافعية والرغبة في الاستمرار مما يجعل التعزيز لدى الطالب داخليا وليس خارجيا. وبالتالي التعلم والأكثر من ذلك الرضا عن هذا التعلم .

-الأسلوب التبادلي له ايجابياته في التعليم ولكن يتطلب الوقت والمزيد من الجهد من المعلم والمتعلم حتى يتعود و يتمرن المتعلم العمل والتعلم بهذا الأسلوب لأن هذا الأسلوب مبني على المتعلم .

-الاسلوب الامري له تأثير كبير في التعليم وبالخصوص في الانشطة الصعبة ولا يمكن بأي حال من الاحوال اعتباره اسلوب تقليدي خاصة اذا طُبق كما ورد في طيف اساليب التدريس لموسكا موستن.

-برمجة حصتين في الاسبوع في سباق 110 متر حواجز ساعد وسَهَّلَ مهمة التعليم والتعلم للمعلم والمتعلم .

-تسعة (09) حصص في تعليم سباق 110متر حواجز كانت كافية لمشاهدة سباق 110متر حواجز وفق الخطوات الفنية المتعارف عليها.

- أساليب التدريس ظهرت قبل أزيد من 14 قرن من طرف النبي محمد **صلى الله عليه وسلم**، ولكن ليس بالشكل الذي هي عليه الآن.

2 - اقتراحات :

-اخضاع مختلف أساليب التدريس للدراسة والتجريب مع مختلف الانشطة الجماعية والفردية خاصة فعاليات العاب القوى.

-قياس الرضا الحركي للمتعلم قبل وبعد تعلم أي مهارة أو نشاط ووفق أي أسلوب، حتى نستطيع الحكم على ملائمة أو عدم ملائمة هذا الأسلوب مع المهارة أو النشاط من جهة والمتعلم من جهة أخرى خاصة في العاب القوى.

-الاستعانة بالبرنامج التعليمي المقترح من طرف الباحث في الحصص التعليمية الخاصة بسباق 110 متر حواجز.

-برمجة حصتين في الاسبوع بالنسبة للأنشطة أو الالعاب الفردية والجماعية المعقدة والصعبة حتى تكون عملية الاستيعاب والتثبيت للمهارة من طرف المتعلم.

3 - الأفاق المستقبلية للدراسة:

-زيادة عدد الاساليب المباشرة وغير المباشرة والمقارنة بينها في درجة التأثير والتعلم من جهة ودرجة الرضا الحركي عنها من جهة أخرى.

-اضافة متغيرات أخرى (مقياس آخر مع مقياس الرضا الحركي) نستطيع من خلاله الحكم على ملائمة وصلاحية الاسلوب مع النشاط ومع المرحلة العمرية .

-التنويع في الانشطة قيد الدراسة كزيادة فعالية أخرى مثلا، وزيادة عدد/نوع أفراد العينة.

-الاعتماد على أكثر من برنامج تعليمي حسب كل نشاط، وحسب خصائص كل أسلوب أو القيام بدراسة طولية لمدة موسم كامل عن اساليب التدريس وعلاقتها بمتغيرات اخرى.

4- المصادر والمراجع المعتمدة في الدراسة:

- **المصادر:**

1- القرآن الكريم برواية ورش عن نافع.

- **قائمة المراجع باللغة العربية:**

2- إبراهيم محمد المحاسنة: تعليم التربية الرياضية، دار جرير للنشر والتوزيع، ط1، الأردن، 2006.

3- إبراهيم وجيه محمود: التعلم أسسه ونظرياته وتطبيقاته، دار المعرفة الجامعية، ب ط، مصر، 2010.

4- أحمد جميل عايش: "أساليب تدريس التربية الفنية والمهنية والرياضية"، ط 1، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، الأردن، 2008.

5- أسامة كامل راتب: الإعداد النفسي للناشئين، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001.

6- بسطويس أحمد: سباقات المضمار ومسابقات الميدان، دار الفكر العربي، ط1، مصر، 1997.

7- بوداود عبد اليمين :مناهج البحث العلمي في علوم و تقنيات النشاط البدني الرياضي، ديوان المطبوعات الجامعية، ب ط، الجزائر، 2010 .

8- جودت عبد الهادي: نظريات التعلم وتطبيقاتها التربوية، دار الثقافة للنشر والتوزيع، ط1،الأردن،2007.

9- حازم النهار وآخرون: الرياضة والصحة في حياتنا، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، ب ط،الاردن،2010.

10- ربحي مصطفى غليان، عثمان محمد غنيم: مناهج واساليب البحث العلمي النظرية والتطبيق، دار صفاء للنشر والتوزيع، ط1، الأردن، 2000.

11- ريسان خريبط، عبد الرحمن الانصاري: ألعاب القوى،الدار العلمية للنشر والتوزيع ودار الثقافة للنشر والتوزيع، ط1، الاردن، 2002.

12- رشيد بن عبد العزيز أبو رشيد، خالد بن ناصر السبر: أساليب التعليم في التربية البدنية، فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر، الرياض، 2006.

13- زينب علي عمر، غادة جلال عبد الكريم: "طرق تدريس التربية الرياضية"، ط1، دار الفكر العربي للنشر والتوزيع، القاهرة، 2008.

14- عباس، محمد خليل وآخرون: مدخل إلى مناهج البحث في التربية وعلم النفس،ط 1، دار المسيرة، الأردن،2007.

15- عبد الحفيظ، إخلاص وآخرون: طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية، مركز الكتاب للنشر، ط2، القاهرة،2002.

16- عبد الحميد حسن شاهين :استراتيجيات التدريس المتقدمة، جامعة الإسكندرية،2011.

17- عبد الرحمن عبد الحميد زاهر: ميكانيكية تدريب وتدريس مسابقات ألعاب القوى، مركز الكتاب للنشر، ط1، القاهرة، 2009.

18- عبد الرحمن عبد الحميد زاهر: ميكانيكية تدريب وتدريس مسابقات ألعاب القوى، مركز الكتاب للنشر، ط1، القاهرة، 2009.

19- عبد الرحمن عدس،نايف قطامي : مبادئ علم النفس، ط1،دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ،الأردن 2000.

20- عبد العزيز صلاح سالم: الرياضة عبر العصور، مركز الكتاب للنشر، ب ط، مصر، 1998.

21- عصام الدين متولي عبد الله، بدوى عبد العال بدوى: طرق تدريس التربية البدنية، ط1، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، 2006.

22- عصام الدين متولي عبد الله: كيفية اعداد بحث او دراسة في مجال التربية البدنية والرياضية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، ب ط، الاسكندرية، 2008.

23- عصام الدين متولي عبد الله: علم الحركة والميكانيكا الحيوية بين النظرية والتطبيق، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، ط1، مصر،2011.

24- عطا الله أحمد: أساليب وطرائق التدريس في التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، ب ط،الجزائر، 2006.

25- عفاف عثمان عثمان: "استراتيجيات التدريس في التربية الرياضية"، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، 2008.

26- فاطمة عوض صابر: التربية الحركية وتطبيقاتها، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، ط 2 الإسكندرية،2007.

27- فاطمة عوض صابر، ميرفت علي خفاجة: أسس و مبادئ البحث العلمي، مكتبة ومطبعة الاشعاع الفنية، ط1، مصر، 2002.

28- فراج عبد الحميد توفيق: النواحي الفنية لمسابقات العدو والجري والحواجز والموانع، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، ط 1، مصر، 2004.

29- فراج عبد الحميد توفيق: المقاييس والأبعاد لمسابقات ألعاب القوى، مركز الكتاب للنشر، ط 1، 2000.

30- فهيم مصطفى: الطفل والتربية الإبداعية، دار الفكر العربي، القاهرة،2006.

31 - قاسم حسن حسين، ايمان شاكر محمود: الأسس الميكانيكية والتحليلية والفنية في فعاليات الميدان والمضمار، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ،ط1، الاردن، 2000.

32- قاسم لزام صبر وآخرون: أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم، ب ط، دار الوفاء لدنيا الطباعة،الإسكندرية، 2005.

33- كمال جميل الربضي: الجديد في ألعاب القوى، نشر بدعم من الجامعة الأردنية، ب ط، 2005.

34- محسن محمد حمص، نوال إبراهيم الشلتوت :"طرق وأساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية"، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، ط1، الإسكندرية، 2008.

35- محمد أمين فوزي: مبادئ علم النفس الرياضي، دار الفكر العربي ط1،القاهرة،2003.

36- محمد حسن علاوي: موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، ط1، القاهرة مركز الكتاب للنشر القاهرة، 1998.

37- محمد عبد الفتاح الصيرفي: البحث العلمي الدليل التطبيقي للباحثين، ط 1، دار وائل للنشر، الاردن، 2005.

38- محمد عبيدات وآخرون : منهجية البحث العلمي، دار وائل للطباعة و النشر، ط1، عمان، 1999.

39- محمد مصطفى زيدان، نظريات التعلم وتطبيقاته التربوية، دار النشر والتوزيع، الجزائر، 1995.

40- محمد نصر الدين رضوان : المدخل إلى القياس في التربية البدنية والرياضية ، مركز الكتاب للنشر ط 1 القاهرة، 2006.

41- محمود عبد الحليم المنسي: مناهج البحث العلمي في المجالات التربوية والنفسية، دار المعرفة الجامعية، ب ط،2011 .

42- محمود عبد الحليم عبد الكريم: "ديناميكية تدريس التربية الرياضية"، ط1، مركز الكتاب للنشر والتوزيع، القاهرة، 2006.

43- مروان أبو حويج، سمير أبو مغلي : المدخل إلى علم نفس التربوي، عمان: دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، 2004.

44- مروان عبد المجيد ابراهيم :أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ط1، الاردن، 2000 .

45- مصطفى السايح محمد: "أدبيا ت البحث في تدريس التربية الرياضية"، ط 1، دار الوفاء لدنيا النشر والتوزيع، الإسكندرية، 2009.

46- مصطفى السايح محمد: أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية،ط1، الإسكندرية، 2003.

47- معمر حجيج: "استراتيجية الدرس الأسلوبي"، ب ط، دار الهدى للنشر والتوزيع، الجزائر 2007.

48- مقدم عبد الحفيظ: الإحصاء والقياس النفسي والتربوي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1993.

49- ميرفت علي خفاجة، مصطفى السايح محمد: المدخل الى طرق تدريس التربية الرياضية، ب ط،الاسكندرية، 2012. .

50- نوال إبراهيم شلتوت، محسن محمد حمص: طرق وأساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، ط1، الإسكندرية، 2008.

51- نوال ابراهيم شلتوت، مراد محمد نجلة: تاريخ التربية البدنية والرياضية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، ط1، مصر، 2008.

52- Association International Des Fediration D'Athletisme Les Regles Des Competition .Imprimerie Multiprint.Monaco.2014/2015.

- **قائمة الدوريات والمجلات العلمية:**

53- اسماعيل غصاب إسماعيل محمود: أثر أساليب التدريس في استثمار وقت التعلم الأكاديمي في درس التربية الرياضية، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، الأردن، 2006.

54- اسماعيل محمد غصاب: تأثير استخدام بعض أساليب تدريس التربية الرياضية في تعلم بعض مهارات كرة اليد، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد التاسع، المجلد الأول، العراق، 2008.

55- حامد مصطفى بلباس، فرهاد كريم مولود: تأثير استخدام الاسلوب التبادلي في اكساب مهارة التصويب من الثبات ومن السقوط بكرة اليد واستثمار وقت التعلم الاكاديمي، مجلة الرافدين للعلوم الرياضية المجلد 16 العدد 53، 2010.

56- حسن ناجي محمود: وجهة نظر الأديان السماوية اتجاه التربية البدنية، مجلة التربية الرياضية، المجلد الحادي عشر، العدد الثاني، جامعة بغداد، 2002.

57- خالد فيصل الشيحو،آلاء عبد الله حسين: دراسة الفروق في مستوى الرضا الحركي في مادة ألعاب الساحة والميدان، مجلة التربية الرياضية، المجلد الحادي عشر، العدد الثاني، جامعة الموصل، 2002.

58- رولا مقداد عبيد: أثر التعلم التعاوني على تطوير الرضا الحركي في بعض الحركات الدفاعية والهجومية بسلاح الشيش لطلبة كلية التربية الرياضية، مجلة علوم التربية الرياضية،جامعة القادسية، 2010.

59- السيد حيدر فياض حمد، محمد جاسم محمد الخالدي: أثر استخدام بعض الوسائل المساعدة لتعليم فعالية ركض 100متر حواجز، مجلة علوم التربية الرياضية العدد الاول المجلد الثاني، العراق، 2009.

60- صالح شيروان حضر: تأثير أسلوب الاكتشاف الموجه في تعلم بعض المهارات، مجلة كلية التربية للبنات للعلوم الإنسانية،العدد 19، السنة العاشرة، جامعة صلاح الدين، 2016.

61- صالح شافي ساجت واخرون: أثر استخدام أسلوبي التبادلي والاكتشاف الموجه في تعلم مهارة التهديف من الحركة بكرة القدم، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الثاني، المجلد السادس، جامعة الانبار، 2013.

62- علي بن إبراهيم الزهراني: الأساليب التعليمية المستقاة من خلال تراجم الإمام البخاري، مجلة جامعة أم القرى لعلوم الشريعة واللغة العربية وآدابها، ج15، ع27، 2003.

63- كامل طه الويس: الإسلام والترويح، مجلة التربية الرياضية ،المجلد العاشر، العدد الثاني، جامعة بغداد،2001.

64- لؤي ساطع محمد جواد، أحلام صادق حسين: تأثير أسلوب الاكتشاف الموجه في تطوير بع القدرات البدنية وتعلم الثقل،مجلة كلية التربية الرياضية/واسط، العدد الثاني، الجامعة المستنصرية،2012.

65- نايف العطار: طرائق النبي صلى الله عليه وسلم التعليمية ومميزاتها وأهميتها وعلاقة الطرائق المعاصرة بها مجلة جامعة الأقصى، المجلد الحادي عشر، العدد الثاني،2007.

66 - ناهده عبد زيد الدليمي،حالدة عبد زيد الدليمي، تأثير أسلوبي الاكتشاف الموجه والشرح التوضيحي في تطويربعض القدرات وتعلم الإعداد بالكرة الطـــــائرة ، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد السادس، المجلد الثاني، جامعة بابل، 2006.

67- هاشم إبراهيم : مؤشر الرضا الحركي لدى تلميذات مرحلة التعليم الأساسي، مجلة دراسات، المجلد (22-أ) العدد الأول، عمان، مطبعة الجامعة الأردنية، 1995.

68- هاني الدســـوقي إبراهيم الدسوقي: فاعلية استخدام بعض أساليب التدريس في تعلم مسابقة قذف القرص ودافعية الإنجاز والمستوى الرقمي لدى طلاب كلية التربية الرياضية بقنا، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضة، 2008.

- **قائمة الاطروحات والرسائل العلمية:**

69- اسعد ورسلان، الرضا الوظيفي للقوى البشرية العاملة في المملكة العربية السعودية، 1998.

70- آمال نوري بطرس ألياس خلقة: اثر استخدام أسلوبي التضمين والأمري ونموذجين من المجاميع الصغيرة في تحقيق بعض أهداف درس التربية الرياضية، أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل،العراق،2004 .

71- بكيل حسين ناصر الصوفي ،انعكاس الاعداد النفسي في ظهور حالة القلق التنافسي لدى الرياضيين في ميدان العاب القوى بالجمهورية اليمنية، ماجستير، الجزائر، 2009 .

72- بن جدو بوطالبي: الملمح النموذجي للبرنامج التدريبي لمربي التربية البدنية و الرياضية المبني على أساس فلسفة المقاربة بالكفاءات التدريسية، أطروحة دكتوراه، جامعة الجزائر، 2008.

73- بن دقفل رشيد: أساليب التدريس الحديثة ودورها في التقليل من درجة السلوك العدواني للتلاميذ في الوسط المدرسي، أطروحة دكتوراه، الجزائر، 2012.

74- بن سعادة بدر الدين : مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية، مذكرة ماجستير، جامعة الشلف، 2009.

75- بن عمر مراد : استخدام بعض أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية وأثرها على التصور العقلي لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط، اطروحة دكتوراه، الجزائر، 2010.

76- صاحب شريف عداي الزيرجاوي، علي عباس طاهر الحسيني، دراسة مقارنة للرضا الحركي بين طلبة وطالبات كلية التربية الرياضية، 2012.

77- صباح فايز النحاس:أثر التفاعل بين السعة العقلية والاكتشاف الموجه في تنمية الاداء الابتكاري لتلميذات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي ،جامعة الازهر،2001.

78- عبير ممدوح محمد علي عيسى: تأثير برنامج مقترح للتدريب البليومتريك على تنمية القدرة العضلية وتحسين مستوى الاداء لسباق 100م حواجز لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة،ماجستير،مصر،2003.

79- عماد عزيز نشمي الغزي: أثر أساليب مختلفة في تعليم السباحة الحرة للمبتدئين للفئة العمرية من (6-8) سنوات، رسالة ماجستير، القادسية، 2006.

80- عمر عمور: إسهامات بعض أساليب تدريس التربية البدنية والرياضية الحديثة في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى طلاب المرحلة الجامعية، اطروحة دكتوراه، الجزائر، 2009.

81- لمياء حسن الديوان: اثر استخدام أساليب تدريسية في تنمية بعض القدرات الإبداعية الحركية في درس التربية الرياضية، المؤتمر العلمي السادس عشر لكليات وأقسام التربية الرياضية في العراق، بابل، 2007.

82- محمد خضر اسمرا لحياني : اثر أسلوب المنافسات والتغذية الراجعة المقارنة في الرضا الحركي والتحصيل بكرة القدم: أطروحة دكتوراه، جامعة الموصل، 1998.

83- وداد المفتي: تأثير استخدام بعض أساليب التدريس على تعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة واستثمار وقت التعلم الأكاديمي، أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية- جامعة بغداد، 2000.

84- يحياوي محمد: علاقة الرضا الحركي بمفهوم الذات وتأثيرها على التوافق الدراسي عند طلبة التربية البدنية والرياضية، أطروحة دكتوراه، الجزائر، 2008.

85-Mary Bay& Others: Science Instruction for the Mildly Handicapped: Direct Instruction versus Discovery Teaching Op.cit2009.

86- Kelvin L. Seifer: Educational Psychology, Houghton Mifflin company. Doston , 1991.

قائمة

الملاحق

5- الملاحق:

ملحق رقم (1)

'مقياس الرضا الحركي بعد التحكيم'

العبـــارات	الدرجـــات				
	1	2	3	4	5
1-زملائي يعتقدون أن قدرتي على الحركة جيدة.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
2-أستطيع تعلم المهارات الحركية بسهولة.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
3- عندي قدرة على المحافظة على اتزان جسمي أثناء أدائي لبعض المهارات.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
4-أستطيع الوثب عاليا لارتفاع مناسب.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
5-لدي القدرة على الجري بسرعة.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
6-أستطيع القيام بالحركات التي تتطلب الرشاقة.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
7-قدرتي جيدة على تعلم مهارات حركية جديدة.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
8-أستطيع الاحتفاظ بتوازني من الثبات.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
9-لدي القدرة على التحرك بخفة و رشاقة.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
10-أستطيع رمي كرة التنس لمسافة كبيرة جدا.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
11-أستطيع الاحتفاظ بتوازني بالوقوف على قدم واحدة لفترة معقولة.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
12-أستطيع التحرك بسرعة حول بعض العوائق و الموانع.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
13-لدي القدرة على الاشتراك في بعض الأنشطة الحركية دون الخوف من السقوط على الأرض.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
14-أستطيع ثني ومد جسمي بسهولة.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
15-أستطيع أن أقوم بأداء حركات بدنية أفضل من معظم زملائي.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
16-أستطيع أداء الحركات البدنية العنيفة.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
17-أستطيع السباحة لمسافة طويلة.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
18-أستطيع أن أشترك في بعض الأنشطة البدنية التي تتطلب مستوى عال من المهارة الحركية.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
19-أستطيع الاشتراك في النشاط البدني لفترة طويلة دون الشعور بالتعب.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
20-لي قدرة على تحريك جسمي بكفاءة في مختلف الاتجاهات.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
21-عندي ثقة واضحة في قدراتي الحركية.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
22-أنا راض تماما عن قدراتي الحركية.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
23-أستطيع حفظ توازني أثناء المشي.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
24-لي قدرة على التحرك برشاقة على إيقاع الموسيقى.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
25-أستطيع أداء بعض الحركات الرشيقة عندما أرغب في ذلك.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
26-أستطيع تقدير المسافات بيني و بين الزملاء الآخرين أثناء الحركة.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
27-أستطيع القيام باسترخاء جسمي عندما أرغب في ذلك.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
28-أستطيع استخدام كلا من الذراعين و الرجلين في وقت واحد عندما يتطلب الأمر ذلك.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
29-أستطيع الوثب أماما لمسافة معقولة.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
30-أستطيع بذل مجهود بدني متواصل لفترة طويلة.	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا

ملحق رقم (2)

قائمة الاساتذة المحكمين

للبرنامج التعليمي المقترح في

سباق 110متر حواجز

وفق الاساليب الثلاثة

' قائمة الأساتذة المحكمين للبرنامج التعليمي المقترح في سباق 110 متر حواجز '

الاسم واللقب	الدرجة العلمية	الجامعة	الامضاء
عبدلي فاتح	استاذ محاضر أ	ISTAPS سوق اهراس	
محمد مهدي	أستاذ محاضر	ISTAPS سوق اهراس	
بلبول موسى	استاذ محاضر ب	ISTAPS سوق اهراس	
تيايبية فوزي	أستاذ محاضر أ	ISTAPS سوق اهراس	
بوقزولة فؤاد	MCA	ISTAPS سوق اهراس	
موفق صالح	أستاذ محاضر	ISTAPS سوق اهراس	
لعيداني فؤاد	أستاذ محاضر "ب"	ISTAPS سوق اهراس	
بن سايح سمير	أستاذ محاضر ب	ISTAPS سوق اهراس	
سرايعية جمال	أستاذ حسك	ISTAPS سوق اهراس	

ملحق رقم (3)

'البرنامج التعليمي المقترح في سباق 110متر حواجز بعد التحكيم'

الأسبوع: الأول في سباق 110متر حواجز **الهدف :تعلم/ اكتشاف طريقة الجري الصحيح وفق الايجديات والقواعد**

المدة 2سا	إجراءات التدريس (إجراءات سير الحصة)	الملاحظات والتوجيهات
القسم التحضيري 20د	5د يقوم فيها الأستاذ بالمناداة و يتكلم باختصار عن هدف الحصة و يأمر بأداء التحية الرياضية. 5د تهيئة عامة لجميع أعضاء الجسم بحيث يشرف الأستاذ على ذلك. 10د تهيئة خاصة لخدمة الجزء الرئيسي مع إعطاء بعض التمارين التي تخدم هدف الحصة(حركات تخدم الأطراف السفلية والعلوية اليدين و الرجلين) بإشراف الأستاذ.	– التأكيد على ارتداء الملابس الرياضية مع التنظيم والانتباه. – الإحماء العام يكون على شكل جري برتم واحد حول الملعب في مجموعة. – الحرص على التسخين الجيد للأطراف التي تخدم هدف الحصة لتجنب الإصابات.
الجزء التعليمي12د	– يعطي الأستاذ معلومات عامة عن كيفية الجري في الرواق و عن التنسيق بين اليدين والرجلين مع ذكر أهم الأخطاء الشائعة لتجنبها.	– التأكيد على العمل بهذه المعلومات ومحاولة تجنب الأخطاء.
القسم التطبيقي45د	كل مجموعة حسب الأسلوب المستخدم (الامري أو التبادلي أو الاكتشاف الموجه) تعمل على أن : تُنفذ/تتعلم/تكتشف ما هو مطلوب منها.	
مجموعة الأسلوب الامري	– يؤمر الطلبة بالمشي كل في رواقه مع إظهار حركة اليدين والرجلين(الرجل اليمنى اليد اليسرى الرجل اليسرى اليد اليمنى). يكرر التمرين 10د بين فترات العمل و الراحة – يوضع كل طالب في رواق و يؤمر بالجري داخل الرواق دون أن يخرج عنه و يبقى في نفس الاتجاه مع التنسيق بين اليدين و الرجلين. يكرر التمرين 10د بين فترات العمل و الراحة – يجري الطالب في الرواق مع التنسيق بين اليدين و الرجلين و بزيادة في السرعة. يكرر التمرين10د بين فترات العمل و الراحة – يؤمر الطالب بأن يصل إلى أقصى سرعة مع عمل التنسيق بين اليدين و الرجلين و المحافظة على نفس الاتجاه داخل الرواق إجراء منافسة من مسافة 50م 70م 100متر. يكرر التمرين15د بين فترات العمل و الراحة	– التأكيد على التنسيق بين اليدين والرجلين بحيث تعمل اليدين و الرجلين بطريقة عكسية. – التأكيد على أهمية الجري في اتجاه واحد داخل الرواق. – الحرص على الزيادة في السرعة. – التأكيد على أن عدم التمايل داخل الرواق مع التنسيق بين اليدين والرجلين تساعد الطالب في تحقيق أفضل توقيت
مجموعة الأسلوب التبادلي	– يمشي الطالب المؤدي في رواقه مع إظهار حركة اليدين والرجلين(الرجل اليمنى اليد اليسرى الرجل اليسرى اليد اليمنى). يكرر التمرين ، و يقوم الطالب الملاحظ بملاحظة زميله (الطالب المؤدي) و يقدم له التوجيهات، ثم العكس. 10د فترات بين العمل و الراحة – يجري الطالب المؤدي داخل الرواق دون أن يخرج عنه ويبقى في نفس الاتجاه مع التنسيق بين اليدين و الرجلين. يكرر التمرين، يراقب الطالب الملاحظ الطالب المؤدي و يعطي التوجيهات ، ثم تبديل الأدوار بين الطالب المؤدي والملاحظ. 10د بين فترات العمل و الراحة – يجري الطالب المؤدي في الرواق الخاص به مع التنسيق بين اليدين والرجلين وبزيادة في	– التأكيد على تقديم التغذية الرجعية من الطالب الملاحظ إلى الطالب المؤدي و ذلك بالاستعانة بالبطاقة المقدمة إليه من طرف الأستاذ وبالأستاذ نفسه. –التأكيد على الجري داخل الرواق المخصص وفي نفس الاتجاه دون التمايل لليمين أو اليسار. – يعطي الطالب الملاحظ التغذية

	السرعة و المسافة. يكرر التمرين، يلاحظ الطالب الملاحظ الطالب المؤدي و يعطي الإرشادات بالاستعانة بالأستاذ إذا تطلب الأمر، ثم التبديل 10د بين العمل و الراحة – إجراء منافسة من مسافة 50م 70م 100متر مع مراعاة الجري داخل الرواق و في اتجاه واحد مع التنسيق بين اليدين و الرجلين و بأقصى سرعة.(كل طالب ملاحظ يراقب زميله المؤدي و يعطي له سلبياته وايجابياته أثناء أداء السباق) ، ثم التبديل في الأدوار . 15د بين فترات العمل و الراحة	الرجعية للطالب المؤدي – التأكيد على الجري بأداء فني و بأقل وقت ممكن.
مجموعة **أسلوب** **الاكتشاف** **الموجه**	وضع الطلبة في مواقف من خلال البدائل التالية : – كل طالب في رواقه، المشي مع إظهار حركة اليدين والرجلين (الرجل اليمنى اليد اليسرى الرجل اليسرى اليد اليمنى) المشابهة لحركة الجري. – من الوقوف تحريك الرجل اليمنى من مفصل الركبة للامام وتحريك اليد اليسرى معها كذلك. العكس بالنسبة للرجل اليسر واليد اليمنى. – من المشي خطوة او خطوتين ثم التوقف وعمل نفس الحركة الاولى..... يمكن للاستاذ ان يعطي بدائل أخرى حتى تحدث الاستجابة الحركية الصحيحة من طرف الطلبة. – يوضع الطلبة في المواقف التالية: كل طالب في رواق و يقوم بالجري داخل الرواق دون أن يخرج عنه و يبقى في نفس الاتجاه مع التنسيق بين اليدين و الرجلين. يكرر التمرين 10د بين فترات العمل و الراحة – يجري الطالب في الرواق مع التنسيق بين اليدين و الرجلين و بزيادة في السرعة. – يجري الطالب حتى يصل إلى أقصى سرعة مع عمل التنسيق بين اليدين و الرجلين و المحافظة على نفس الاتجاه داخل الرواق إجراء منافسة من مسافة 50 70 100متر. اذا لم يكن هناك استجابة حركية مناسبة من طرف الطلبة تعطى بدائل أخرى من طرف الاستاذ.	– ترك الحرية للطلبة في **اكتشاف** الطريقة الصحيحة للجري من خلال مختلف المواقف المعروضة عليهم من طرف الاستاذ. (للاشارة فقط ان هذه البدائل المقترحة هي مكملة لبعضها البعض وتخدم الهدف الواحد والاستاذ هو دائما من يرجح الاداء الصحيح من خلال توجيهاته اثناء الحصة)
القسم الختامي13د	– جري خفيف حول الملعب للعودة بالجسم إلى حالته الطبيعية ، يقوم الأستاذ بتقييم سير الحصة لمجموعة الأسلوب الامري ، مع إتاحة الفرصة لمجموعة الأسلوب التبادلي لإبداء أراءهم وتقييمهم الخاص حول الحصة.	– التأكيد على تقديم التغذية الرجعية من الطالب الملاحظ إلى الطالب المؤدي و ذلك بالاستعانة بالبطاقة المقدمة إليه من طرف الأستاذ وبالأستاذ نفسه. –التأكيد على الجري داخل الرواق المخصص وفي نفس الاتجاه دون التمايل لليمين أو اليسار. – يعطي الطالب الملاحظ التغذية الرجعية للطالب المؤدي – التأكيد على الجري بأداء فني و بأقل وقت ممكن.

الأسبوع: الثاني في سباق 110متر حواجز . الهدف: تعليم/تعلم/اكتشاف وضعية الانطلاق الصحيحة وسرعة في الاستجابة.

المدة 2سا	إجراءات التدريس (إجراءات سير الحصة)	الملاحظات و التوجيهات
القسم التحضيري 20د	5د يقوم فيها الأستاذ بالمناداة و يتكلم باختصار عن هدف الحصة و يؤمر بأداء التحية الرياضية. 5د تهيئة عامة لجميع أعضاء الجسم بحيث يشرف الأستاذ على ذلك. 10د تهيئة خاصة لخدمة الجزء الرئيسي مع إعطاء بعض التمارين التي تخدم هدف الحصة(حركات تخدم الأطراف السفلية والعلوية اليدين و الرجلين) بإشراف الأستاذ.	– التأكيد على ارتداء الملابس الرياضية مع التنظيم والانتباه. – الإحماء العام يكون على شكل جري برتم واحد حول الملعب في مجموعة. – الحرص على التسخين الجيد للأطراف التي تخدم هدف الحصة لتجنب الإصابات.
الجزء التعليمي12د	– يعطي الأستاذ معلومات عامة عن وضعية الانطلاق(خذ مكانك،استعد،انطلق) وسرعة رد الفعل.	– التقيد بهذه المعلومات و العمل بها في الجزء الرئيسي من الحصة.
القسم التطبيقي45د	كل مجموعة حسب الأسلوب المستخدم (الامري أو التبادلي أو الاكتشاف الموجه) تعمل على أن : تُنفذ/تتعلم/تكتشف ما هو مطلوب منها.	
مجموعة الأسلوب الامري	– من الوقوف ينطلق الطالب بعد سماع الإشارة . يكرر التمرين 5د بين فترات العمل والراحة – الانطلاق من وضع الجلوس على أربع بعد سماع الإشارة . يكرر التمرين5د بين فترات العمل و الراحة – الانطلاق من وضعية الجلوس و ظهره في اتجاه الجري بعد سماع الإشارة. يكرر التمرين5د بين فترات العمل و الراحة – الانطلاق من وضعية الانبطاح على البطن بعد الإشارة ثم من وضعية الانبطاح على الظهر. يكرر التمرين5د فترات بين العمل و الراحة – مجموعة رقم 1 و مجموعة رقم 2 و بعد سماع الرقم تنطلق المجموعة و الأخرى تلاحقها. يكرر التمرين5د بين فترات العمل و الراحة – تعليم تقنية خذ مكانك استعد انطلق بعد الشرح وعرض النموذج ، توضع علامات على الأرض يستعين بها الطالب(مكعبات الانطلاق). يكرر التمرين .5 د بين فترات العمل والراحة – من وضعية خذ مكانك استعد و انطلق يؤمر الطالب بالخروج بطريقة انسيابية و الجري في الرواق. يكرر التمرين.5 د بين فترات العمل و الراحة – من وضعية خذ مكانك استعد و انطلق يؤمر الطالب بالخروج بطريقة انسيابية و الجري في الرواق. يكرر التمرين .5 د بين فترات العمل و الراحة	– التأكيد على التركيز و الانطلاق بعد سماع الإشارة. – التأكيد على أهمية سرعة الاستجابة. – الحرص على أن تكون سرعة رد الفعل في الوقت المناسب. – التأكيد على أهمية وضعية الانطلاق و سرعة الاستجابة في أي سباق. – يبقى الأستاذ يوجه ويصحح في الاخطاء. –التأكيد على فعالية الخروج بانسيابية في التقليل من مقاومة الهواء للطالب

مجموعة **الأسلوب** **التبادلي**	– من الوقوف ينطلق الطالب المؤدي بعد سماع الإشارة من الطالب الملاحظ . يكرر التمرين ويتم تبديل الأدوار 5د فترات العمل و الراحة – ينطلق الطالب المؤدي من وضع الجلوس على أربع بعد سماع الإشارة من الزميل الملاحظ . يكرر التمرين و يتم تبديل الأدوار.5د فترات العمل و الراحة – الانطلاق من وضعية الجلوس و ظهره في اتجاه الجري بعد سماع الإشارة. يكرر التمرين . تبديل الأدوار بين الطالب الملاحظ و الطالب المؤدي.5د فترات العمل و الراحة – الانطلاق من وضعية الانبطاح على البطن بعد الإشارة ثم من وضعية الانبطاح على الظهر. يكرر التمرين و تبدل الأدوار.5د فترات العمل و الراحة – يقوم الطالب المؤدي بوضعية خذ مكانك استعد انطلق و يقوم الطالب الملاحظ بمساعدته و توجيهه وفق معايير موجودة عنده في بطاقة الملاحظة مع الاستعانة بالأستاذ في ذلك ، توضع علامات على الأرض يستعين بها الطالب(مكعبات الانطلاق). يكرر التمرين وتبدل الأدوار.5د فترات العمل و الراحة – من وضعية خذ مكانك استعد و انطلق يخرج الطالب المؤدي بطريقة انسيابية و يجري في الرواق مع ملاحظة و توجيه من الطالب الملاحظ . يكرر التمرين و تبدل الأدوار. 5 د فترات العمل و الراحة – إعادة نفس التمرين مع الزيادة في السرعة. يكرر التمرين.5د فترات العمل و الراحة	– يقدم الطالب الملاحظ تغذية رجعية للطالب المؤدي في حالة الانطلاق قبل الإشارة أو الاستجابة المتأخرة. – يؤكد الطالب الملاحظ على أهمية سرعة الاستجابة. – الحرص على إلزامية تبديل الأدوار بين الطلبة و تقديم التوجيهات لبعضهم. – يوصل الطالب الملاحظ زميله المؤدي إلى الأداء الصحيح لوضعية الانطلاق من خلال البطاقة المقدمة له من طرف الأستاذ، وكذا الاستعانة به إذا تطلب الأمر. – التأكيد على فعالية الخروج بانسيابية في التقليل من مقاومة الهواء للطالب المؤدي. لا يكتفي الأستاذ بملاحظات الطالب الملاحظ إذا رأى نقص فيها.

مجموعة **أسلوب** **الاكتشاف** **الموجه**	– إعطاء مجموعة من البدائل ووضع الطلبة في مجموعة من المواقف التالية : –وقوف – اعطاء او سماع الإشارة – استجابة – الجلوس على أربع – سماع إشارة– استجابة– انطلاق او جري... – الجلوس و الظهر في اتجاه الجري بعد سماع الإشارة– انطلاق – الانبطاح على البطن –سماع او رؤية الإشارة – جري وفق تقنيات الجري الصحيح – وضع الطلبة خلف خط الانطلاق (فسح المجال والحرية في اكتشاف والتعرف على الوضعية الصحيحة للانطلاق من خلال خبرتهم السابقة، عرض مجموعة من البدائل، ترك مكعبات البداية تحت التصرف، المحاولات المتكررة....) – وضعية خذ مكانك: الذراعان ممدودتان مرتكزتان على الابهام والسبابة على مستوى خلف خط الانطلاق – ركبة رجل الارتكاز موضوعة على الارض– القدم الاخرى للإمام خلف خط الانطلاق (اعطاء تفاصيل الاداء التقني من طرف الاستاذ) – وضعية استعد: بعد سماع الإشارة الأولى – استعداد– رفع ركبة رجل الارتكاز– الارتكاز على اليدين ومقدمة القدمين.....(اعطاء تفاصيل الاداء التقني من طرف الاستاذ) – بعد سماع الإشارة الثانية– الدفع خروج بالقدم الثانية رجل الارتكاز– الانسيابية– الجري في الرواق وفق ابجديات الجري..... (اعطاء تفاصيل الاداء التقني من طرف الاستاذ) – مواقف أخرى: – وضع الطلبة في اوضاع انطلاق او بدايات مختلفة (بداية قصيرة– متوسطة– طويلة) جري – وضعية انطلاق – جري – وضعية انطلاق– جري..... – اعادة نفس المواقف السابقة باستخدام مكعبات البداية.....	اكتشاف الطريقة الصحيحة لوضعية الانطلاق من خلال البدائل والتوجيهات المقدمة من طرف الاستاذ. (للاشارة فقط ان هذه البدائل المقترحة هي مكملة لبعضها البعض وتخدم الهدف الواحد والاستاذ هو دائما من يرجح الاداء الصحيح من خلال توجيهاته اثناء الحصة)
القسم الختامي13د	– جري خفيف حول الملعب للعودة بالجسم إلى حالته الطبيعية ، يقوم الأستاذ بتقييم سير الحصة لمجموعة الأسلوب الامري ، مع إتاحة الفرصة لمجموعة الأسلوب التبادلي لإبداء أرائهم وتقييمهم الخاص حول الحصة	– التأكيد على تقييم الأستاذ في آخر الحصة بالنسبة لمجموعة الأسلوب الامري ، وتقييم التلاميذ بالنسبة لمجموعة الأسلوب التبادلي

الأسبوع الثالث في سباق 110متر حواجز. **الهدف : الوصول إلى قطع المسافة بين مكان الانطلاق و أول حاجز في 8 خطوات.**

قطع المسافة بين مكان الانطلاق والحاجز الاول في خطوات محددة

المدة 2سا	إجراءات التدريس (إجراءات سير الحصة)	الملاحظات و التوجيهات
القسم التحضيري 20د	5د يقوم فيها الأستاذ بالمناداة و يتكلم باختصار عن هدف الحصة و يؤمر بأداء التحية الرياضية. 5د تهيئة عامة لجميع أعضاء الجسم بحيث يشرف الأستاذ على ذلك. 10د تهيئة خاصة لخدمة الجزء الرئيسي مع إعطاء بعض التمارين التي تخدم هدف الحصة(حركات تخدم الأطراف السفلية والعلوية اليدين و الرجلين) بإشراف الأستاذ.	– التأكيد على ارتداء الملابس الرياضية مع التنظيم والانتباه. – الإحماء العام يكون على شكل جري برتم واحد حول الملعب في مجموعة. – الحرص على التسخين الجيد للأطراف التي تخدم هدف الحصة لتجنب الإصابات.
الجزء التعليمي12د	– يعطي الأستاذ معلومات عن المسافة بين الانطلاق و أول حاجز (13.72م) وعن كيفية الوصول إلى قطعها في 8 خطوات.	–التأكيد على العمل بهذه المعلومات ومحاولة تجنب الأخطاء.
القسم التطبيقي45د	كل مجموعة حسب الأسلوب المستخدم (الامري أو التبادلي أو الاكتشاف الموجه) تعمل على أن : تُنفذ/تتعلم/تكتشف ما هو مطلوب منها.	
مجموعة الأسلوب الامري	– يحدد الأستاذ مسافة 13.72م وهي المسافة القانونية بين خط الانطلاق و أول حاجز، و يأمر الطلبة بقطع هذه المسافة في أقل من 10 خطوات مع التركيز على التكبير في الخطوات .يكرر التمرين . 15د بين فترات العمل و الراحة – من وضع خذ مكانك استعد انطلق يؤمر الطالب بالجري و بأقصى سرعة حتى مكان الحاجز الأول. يكرر التمرين. 15د بين فترات العمل و الراحة – يؤمر الطالب بوضع قدم ارتكازه في المكعب الخلفي(القدم الهاجمة) و القدم الأخرى في المكعب الأمامي (القدم اللاحقة) ثم الدفع و الخروج بقوة و سرعة حتى علامة أو مكان الحاجز الأول. يكرر التمرين حتى يقترب من إيقاع 8 خطوات في 13.72متر . 15د بين فترات العمل و الراحة	– التأكيد على التنسيق بين اليدين و الرجلين بحيث تعمل اليدين و الرجلين بطريقة عكسية. – محاولة الوصول بالطالب إلى قطع13.72متر في 8 خطوات، التأكيد على الوضع الصحيح للقدم الهاجمة و القدم اللاحقة.
مجموعة الأسلوب التبادلي	–من مسافة 13.72م و هي المسافة القانونية بين خط الانطلاق و أول حاجز، يقوم الطالب المؤدي بقطع هذه المسافة في أقل من 10 خطوات مع التركيز على التكبير في الخطوات، يقدم الطالب الملاحظ التوجيهات ويعد خطوات الطالب المؤدي .يكرر التمرين مع تبديل الأدوار. 15د بين فترات العمل و الراحة – من وضع خذ مكانك استعد انطلق يجري الطالب المؤدي بأقصى سرعة حتى مكان الحاجز الأول. يراقب الطالب الملاحظ زميله المؤدي و يعطي التوجيهات وفق المعايير المقدمة من طرف الأستاذ. يكرر التمرين ثم التبديل في الأدوار. 15د بين فترات العمل و الراحة – يضع الطالب المؤدي قدم ارتكازه في المكعب الخلفي (القدم الهاجمة) و القدم الأخرى في المكعب الأمامي (القدم اللاحقة) ثم الدفع و الخروج بقوة و سرعة حتى علامة أو مكان الحاجز الأول. يكرر التمرين حتى يقترب من إيقاع 8 خطوات في 13.72متر . 15د بين فترات العمل و الراحة	– التأكيد على تقديم التغذية الرجعية من الطالب الملاحظ إلى الطالب المؤدي و ذلك بالاستعانة بالبطاقة المقدمة إليه من طرف الأستاذ ، و بالاستعانة بالأستاذ –يؤكد الطالب الملاحظ على الجري داخل الرواق المخصص وفي نفس الاتجاه دون التمايل لليمين و اليسار. – يعطي الطالب الملاحظ التغذية الرجعية اللازمة للطالب المؤدي حسب أداء التمرين.

مجموعة **أسلوب** **الاكتشاف** **الموجه**	-وضع الطلبة في المواقف التالية من اجل قطع مسافة 13.72م في خطوات محددة: - وضع مجموعة من الأقماع على مسافات محددة بينها لمسافة 20متر . - مجموعة من الأقماع 3 بجنب ثم 4بجنب ثم 5 بجنب ثم 6 بجنب لمسافة 20متر. المطالبة بتعدية وتجاوز هذه الأقماع تكبيرا للخطوات وليس قفزا. - مواقف أخرى: - من مسافة 13.72م و هي المسافة القانونية بين خط الانطلاق و أول حاجز، قطع هذه المسافة في أقل من 10 خطوات مع التركيز على التكبير في الخطوات. - من موقف او وضع خذ مكانك استعد انطلق الجري بأقصى سرعة حتى مكان الحاجز الأول. - يضع الطالب في موقف استخدام مكعبات البداية ويجرب وضع قدم ارتكازه في المكعب الخلفي (القدم الهاجمة) و القدم الأخرى في المكعب الأمامي (القدم اللاحقة) ثم الدفع و الخروج بقوة و سرعة حتى علامة أو مكان الحاجز الأول. يكرر التمرين حتى يقترب من إيقاع 8 خطوات في 13.72متر .	- التأكيد على قطع هذه المسافة في8 أو 9 خطوات ووفق وضعية انطلاق صحيحة وطريقة الجري الصحيح من خلال البدائل المقترحة من طرف الاستاذ والمتمثلة في المواقف والمشاكل التي يوضع فيها الطلبة وترك الحرية للطلبة في الاكتشاف حتى الوصول الى الهدف . (للاشارة فقط ان هذه البدائل المقترحة هي مكملة لبعضها البعض وتخدم الهدف الواحد والاستاذ هو دائما من يرجح الاداء الصحيح من خلال توجيهاته اثناء الحصة)
القسم الختامي **13د**	- جري خفيف حول الملعب للعودة بالجسم إلى حالته الطبيعية، يقوم الأستاذ بتقييم سير الحصة و إعطاء الملاحظات ، بالإضافة إلى الاستماع إلى ملاحظات التلاميذ بالنسبة إلى مجموعة الأسلوب التبادلي.	- التأكيد على تقييم الأستاذ في آخر الحصة بالنسبة لمجموعة الأسلوب الامري ، وتقييم التلاميذ بالنسبة لمجموعة الأسلوب التبادلي.

الأسبوع الرابع في سباق 110متر حواجز. **الهدف : تعليم/تعلم/اكتشاف الأداء الفني الصحيح لحركة القدم الهاجمة و اللاحقة فوق الحاجز.**

المدة 2سا	إجراءات التدريس (إجراءات سير الحصة)	الملاحظات و التوجيهات
القسم التحضيري 20د	5د يقوم فيها الأستاذ بالمناداة و يتكلم باختصار عن هدف الحصة و يؤمر بأداء التحية الرياضية. 5د تهيئة عامة لجميع أعضاء الجسم بحيث يشرف الأستاذ على ذلك. 10د تهيئة خاصة لخدمة الجزء الرئيسي مع إعطاء بعض التمارين التي تخدم هدف الحصة(حركات تخدم الأطراف السفلية والعلوية اليدين و الرجلين) بإشراف الأستاذ.	– التأكيد على ارتداء الملابس الرياضية مع التنظيم والانتباه. – الإحماء العام يكون على شكل جري برتم واحد حول الملعب في مجموعة.
الجزء التعليمي12د	– يعطي الأستاذ معلومات نظرية عامة عن الحواجز من حيث الارتفاع العرض المسافة بينها...مع توضيح كيفية تجاوز الحاجز وإعطاء أهم الأخطاء الشائعة في ذلك .	–التأكيد على العمل بهذه المعلومات ومحاولة تجنب الأخطاء.
القسم التطبيقي45د	كل مجموعة حسب الأسلوب المستخدم (الامري أو التبادلي أو الاكتشاف الموجه) تعمل على أن : تُنفذ/تتعلم/تكتشف ما هو مطلوب منها.	
مجموعة الأسلوب الامري	– و ضع أقماع على مسافات معينة و يؤمر بالقفز عليها . يكرر التمرين. 3د بين فترات العمل و الراحة – نفس التمرين السابق مع زيادة الأقماع والمسافة بينها. يكرر التمرين . 3د بين فترات العمل و الراحة – القفز على حواجز مقلوبة مع زيادة المسافة بينها و زيادة عددها في كل مرة. يكرر التمرين.5د بين فترات العمل و الراحة – وضع 4-5حواجز بارتفاع منخفض و مسافة غير قانونية بينها ، يقوم الطالب بتمرير القدم الهاجمة على جانب الحاجز. يكرر التمرين.5د بين فترات العمل و الراحة – نفس التمرين و لكن بتمرير القدم الأخرى (القدم اللاحقة) على شكل زاوية قائمة على جانب الحاجز. يكرر التمرين. 5د بين فترات العمل و الراحة -4-5حواجز بارتفاع منخفض و مسافة غير قانونية بينها أداء حركة القدم الهاجمة و اللاحقة في وسط الحاجز مع عمل اليدين و الرجلين بصورة عكسية و لكن من المشي. يكرر التمرين.7د بين فترات العمل و الراحة – من 4-6حواجز بارتفاع منخفض و زيادة في المسافة بينها يؤمر الطالب بأداء حركة الرجل الهاجمة و اللاحقة و لكن من الجري برتم متوسط. يكرر التمرين. 7د بين فترات العمل و الراحة -من وضع الانطلاق يؤمر الطالب بأداء مختلف المراحل السابقة بدءا بوضع القدم الهاجمة في الخلف و القدم اللاحقة في الأمام ثم الخروج بالقدم الهاجمة و بانسيابية في الجذع و الجري بأقصى بسرعة في الرواق مع التنسيق بين اليدين و الرجلين ثم الارتقاء فوق الحاجز الذي يكون بارتفاع منخفض و بأداء فني صحيح.10د	– التأكيد على التنسيق بين اليدين والرجلين بحيث تعمل اليدين والرجلين بطريقة عكسية. – التأكيد على أن القدم التي تعطي للطالب ارتكاز جيد وارتياح تكون هي القدم الهاجمة. – التأكيد على دفع وتمديد القدم الهاجمة إلى الأمام. – التأكيد على تمرير القدم اللاحقة على شكل زاوية قائمة. – التأكيد على عمل اليدين مع الرجلين أثناء المرور من فوق الحاجز. مثلا اليد اليمنى تكون ممدودة مع القدم الهاجمة (اليسرى) و تثنى اليد اليسرى من المرفق مع القدم اللاحقة (اليمنى) أو العكس. – التأكيد على التطبيق والأداء الجيد للخطوات السابقة و خاصة المرور من فوق الحواجز

مجموعة **الأسلوب** **التبادلي**	– يقفز الطالب المؤدي على حواجز مقلوبة مع زيادة المسافة بينها و زيادة عددها في كل مرة. يكرر التمرين و يُبدَّل في الأدوار. 5د بين فترات العمل و الراحة –وضع 4–5حواجز بارتفاع منخفض و مسافة غير قانونية بينها ، يقوم الطالب المؤدي بتمرير القدم الهاجمة على جانب الحاجز و يراقب الطالب الملاحظ حركة القدم الهاجمة فوق الحاجز . يكرر التمرين ثم تبديل الأدوار. 5د بين فترات العمل و الراحة – نفس التمرين و لكن يمرر الطالب المؤدي القدم الأخرى (القدم اللاحقة) على شكل زاوية قائمة على جانب الحاجز و يراقب الطالب الملاحظ هذه الحركة. يكرر التمرين ثم تبديل الأدوار.5د بين فترات العمل و الراحة – 4–5حواجز بارتفاع منخفض و مسافة غير قانونية بينها يقوم الطالب المؤدي بأداء حركة القدم الهاجمة و اللاحقة في وسط الحاجز مع عمل اليدين و الرجلين بصورة عكسية و لكن من المشي. يراقب الطالب الملاحظ حركة القدم الهاجمة و اللاحقة مع حركة اليدين أثناء تجاوز الحاجز ، و الاستعانة بالأستاذ للضرورة. يكرر التمرين و تُبدل الأدوار .7 د بين فترات العمل و الراحة – من 4–6حواجز بارتفاع منخفض و زيادة في المسافة بينها يقوم الطالب المؤدي بأداء حركة الرجل الهاجمة و اللاحقة و لكن من الجري برتم متوسط. يكرر التمرين و تبدل الأدوار.(الطالب المؤدي يصبح طالب ملاحظ و العكس) 7د بين فترات العمل و الراحة – من وضع الانطلاق يقوم الطالب المؤدي بأداء مختلف المراحل السابقة بدءا بوضع القدم الهاجمة في الخلف و القدم اللاحقة في الأمام ثم الخروج بالقدم الهاجمة و بانسيابية في الجذع و الجري بأقصى بسرعة في الرواق مع التنسيق بين اليدين و الرجلين ثم الارتقاء فوق الحاجز الذي يكون بارتفاع منخفض و بأداء فني صحيح. يراقب الطالب الملاحظ كل هذه الخطوات. ثم عكس الأدوار. 10د بين فترات العمل و الراحة	– يحرص الطالب الملاحظ على ضرورة التنسيق بين اليدين و الرجلين بحيث تعمل اليدين و الرجلين بطريقة عكسية. – يؤكد الطالب الملاحظ على أن القدم التي تعطي ارتكاز جيد وارتياح تكون هي القدم الهاجمة. – يوجه الطالب الملاحظ زميله إلى دفع وتمديد القدم الهاجمة إلى الأمام من فوق الحاجز. – يوجه الطالب الملاحظ زميله إلى تمرير القدم اللاحقة على شكل زاوية قائمة من فوق الحاجز – يحرص الطالب الملاحظ على عمل اليدين مع الرجلين أثناء المرور من فوق الحاجز. مثلا اليد اليمنى تكون ممدودة مع القدم الهاجمة (اليسرى) و تثنى اليد اليسرى مع القدم اللاحقة (اليمنى) أو العكس. – يؤكد الطالب الملاحظ على أن التحكم في حركة الرجل الهاجمة واللاحقة يسهل في تجاوز الحاجز. – يعطي الطالب الملاحظ التغذية الرجعية للطالب المؤدي حسب كل خطوة بدءا بوضعية الانطلاق وحتى تجاوز الحاجز.

مجموعة **أسلوب** **الاكتشاف** **الموجه**	– وضع الطلبة في المواقف التالية: – أقماع على مسافات معينة ..... القفز عليها . – زيادة الأقماع والمسافة بينها..... القفز عليها. – القفز على حواجز مقلوبة مع زيادة المسافة بينها و زيادة عددها في كل مرة. اعطاء مجموعة من البدائل الاخرى: – وضع 4-5حواجز بارتفاع منخفض ومسافة غير قانونية بينها ، يكتشف الطالب القدم الهاجمة والقدم اللاحقة من خلال المرور على جانب الحاجز. – تمرير القدم الأخرى (القدم اللاحقة) على شكل زاوية قائمة على جانب الحاجز. -4-5حواجز بارتفاع منخفض ومسافة غير قانونية بينها يحاول الطالب اكتشاف أداء حركة القدم الهاجمة و اللاحقة في وسط الحاجز مع عمل اليدين و الرجلين بصورة عكسية و لكن من المشي. يكرر التمرين.7د بين فترات العمل و الراحة – من وضع 4-6حواجز بارتفاع منخفض و زيادة في المسافة بينها أداء حركة الرجل الهاجمة و اللاحقة و لكن من الجري برتم متوسط. يكرر التمرين. 7د بين فترات العمل و الراحة -من وضع الانطلاق (اكتشاف/محاولة) أداء مختلف المراحل السابقة بدءا بوضع القدم الهاجمة في الخلف و القدم اللاحقة في الأمام ثم الخروج بالقدم الهاجمة و بانسيابية في الجذع و الجري بأقصى بسرعة في الرواق مع التنسيق بين اليدين و الرجلين ثم الارتقاء فوق الحاجز الذي يكون بارتفاع منخفض و بأداء فني صحيح.10د	اعطاء مجموعة من البدائل التي تشبه وتقرب من الاداء الصحيح في كيفية تعدية الحاجز وعمل القدم الهاجمة واللاحقة وذلك من خلال مختلف الاوضاع والمواقف التي يجد الطالب نفسه فيها. (للاشارة فقط ان هذه البدائل المقترحة هي مكملة لبعضها البعض وتخدم الهدف الواحد والاستاذ هو دائما من يرجح الاداء الصحيح من خلال توجيهاته اثناء الحصة)
القسم الختامي13د	– جري خفيف حول الملعب للعودة بالجسم إلى حالته الطبيعية ، يقوم الأستاذ بتقييم سير الحصة لمجموعة الأسلوب الامري ، مع إتاحة الفرصة لمجموعة الأسلوب التبادلي لإبداء أراءهم وتقييمهم الخاص حول الحصة.	– التأكيد على تقييم الأستاذ في آخر الحصة بالنسبة لمجموعة الأسلوب الامري ، و تقييم الطلبة للحصة بالنسبة لمجموعة الأسلوب التبادلي.

الأسبوع الخامس في سباق 110متر حواجز. الهدف :تعليم/تعلم/اكتشاف السقوط على مشط القدم (القدم الهاجمة واللاحقة) بعد تجاوز الحاجز وطريقة الجري بين الحاجز والآخر وقطع المسافة بينهما في ثلاث خطوات .

المدة 2سا	إجراءات التدريس (إجراءات سير الحصة)	الملاحظات والتوجيهات
القسم التحضيري 20د	5د يقوم فيها الأستاذ بالمناداة و يتكلم باختصار عن هدف الحصة و يؤمر بأداء التحية الرياضية. 5د تهيئة عامة لجميع أعضاء الجسم بحيث يشرف الأستاذ على ذلك. 10د تهيئة خاصة لخدمة الجزء الرئيسي مع إعطاء بعض التمارين التي تخدم هدف الحصة(حركات تخدم الأطراف السفلية والعلوية اليدين و الرجلين) بإشراف الأستاذ.	– التأكيد على ارتداء الملابس الرياضية والتنظيم . – الإحماء العام يكون على شكل جري برتم واحد حول الملعب في مجموعة. – الجدية في التسخين والتحضير البدني الخاص.
الجزء التعليمي12د	– يعطي الأستاذ توضيحات عن أهمية السقوط على مشط القدم ودورها في حفظ توازن الطالب و مواصلة الجري لتجاوز الحاجز الموالي.	–التأكيد على العمل بهذه المعلومات ومحاولة تجنب الأخطاء.

القسم التطبيقي 45د	كل مجموعة حسب الأسلوب المستخدم (الامري أو التبادلي أو الاكتشاف الموجه) تعمل على أن : تُنفذ/تتعلم/تكتشف ما هو مطلوب منها.	
مجموعة الأسلوب الامري	– توضع 3حواجز مقلوبة و بمسافة قانونية بينها و يقوم الطالب بتجاوزها مع التركيز على السقوط على مقدمة أو مشط القدم الهاجمة و اللاحقة بعد تجاوز الحاجز . يكرر التمرين.10د بين فترات العمل و الراحة – يؤمر الطالب بإعادة نفس التمرين و محاولة الوصول إلى إيقاع 3خطوات بين الحواجز. يكرر التمرين. 10د بين فترات العمل و الراحة –4–5حواجز بارتفاع منخفض و بمسافة قانونية بينها يؤمر الطالب بالانطلاق من وضعية خذ مكانك استعد انطلق يجري الطالب بسرعة و يتجاوز الحواجز مع مراعاة السقوط على مشط القدمين بعد التجاوز و قطع المسافة بين الحاجز و الأخر في ثلاث خطوات. يكرر التمرين.15د بين فترات العمل و الراحة – نفس التمرين مع زيادة عدد الحواجز و زيادة ارتفاعها نسبيا و بمسافة قانونية بينها. يكرر التمرين.10د	– التأكيد على السقوط على مشط القدمين. – الحرص على اجتياز مسافة 9.14متر في3 خطوات و الخطوة الرابعة تكون خطوة تجاوز الحاجز. – دائما التأكيد على إيقاع الثلاث خطوات بين الحواجز والسقوط على مشط القدمين
مجموعة الأسلوب التبادلي	– توضع 3حواجز مقلوبة و بمسافة قانونية بينها و يقوم الطالب المؤدي بتجاوزها مع التركيز على السقوط على مقدمة أو مشط القدم الهاجمة و اللاحقة بعد تجاوز الحاجز، ينتبه الطالب الملاحظ جيدا لذلك و يوجه زميله . يكرر التمرين ثم تعكس الأدوار. 10د بين فترات العمل و الراحة – يعيد الطالب المؤدي نفس التمرين و محاولة الوصول إلى إيقاع 3خطوات بين الحواجز مع السقوط دوما على مشط القدمين. يَعُد أو يحسب الطالب الملاحظ عدد خطوات الطالب المؤدي و يشجعه على بذل المزيد من الجهد للوصول إلى الهدف. يكرر التمرين و تُعكس الأدوار. 10د بين فترات العمل و الراحة –3–5حواجز بارتفاع منخفض و بمسافة قانونية بينها ينطلق الطالب المؤدي من وضعية خذ مكانك استعد انطلق يجري بسرعة و يتجاوز الحواجز مع مراعاة السقوط على مشط القدمين بعد التجاوز و قطع المسافة بين الحاجز و الأخر في ثلاث خطوات ، و يراقب الطالب الملاحظ ذلك. يكرر التمرين ثم التبديل. 15د بين فترات العمل و الراحة – نفس التمرين مع زيادة عدد الحواجز و زيادة ارتفاعها نسبيا و بمسافة قانونية بينها. يكرر التمرين مع التبديل في الأدوار. 10د بين فترات العمل و الراحة	– يصحح ويوجه الطالب الملاحظ حركات الطالب المؤدي. – يحرص الطالب الملاحظ ويشجع زميله المؤدي على اجتياز مسافة 9.14متر في 3خطوات و الخطوة الرابعة تكون خطوة تجاوز الحاجز. – دائما يؤكد الطالب الملاحظ على إيقاع الثلاث خطوات بين الحواجز والسقوط على مشط القدمين لحفظ التوازن. – يؤكد الطالب الملاحظ على ضرورة العمل بالملاحظات السابقة.

مجموعة أسلوب الاكتشاف الموجه	تعطى للطلبة مجموعة البدائل التالية او يوضع الطلبة في المواقف التالية: – 3حواجز مقلوبة و بمسافة قانونية بينها يتم تجاوزها مع التركيز على اكتشاف طريقة السقوط المناسبة (مقدمة القدم الهاجمة واللاحقة) بعد تجاوز الحاجز، 10د بين فترات العمل و الراحة – نفس التمرين: محاولة/اكتشاف إيقاع 3خطوات بين الحواجز مع السقوط دوما على مشط القدمين. 10د بين فترات العمل و الراحة – 3-5حواجز بارتفاع منخفض و بمسافة قانونية بينها : الطالب من وضعية خذ مكانك استعد انطلق الجري بسرعة وتجاوز الحواجز مع مراعاة السقوط على مشط القدمين بعد التجاوز و قطع المسافة بين الحاجز و الآخر في ثلاث خطوات. 15د بين فترات العمل و الراحة – وضع الطلبة في الموقف التالي: زيادة عدد الحواجز ، زيادة ارتفاعها نسبيا و بمسافة قانونية بينها. اكتشاف وتجريب الطلبة التكنيكات السابقة على هذه الحواجز من حيث العدد، الارتفاع، المسافة. 10د بين فترات العمل و الراحة	– يحرص الأستاذ من خلال المواقف والبدائل التي يضعها ويعطيها للطلبة على اكتشاف الطالب للأداء الصحيح لإيقاع الثلاث خطوات بين الحواجز والسقوط على مشط القدمين. (للاشارة فقط ان هذه البدائل المقترحة هي مكملة لبعضها البعض وتخدم الهدف الواحد والاستاذ هو دائما من يرجح الاداء الصحيح من خلال توجيهاته اثناء الحصة)
القسم الختامي13د	– جري خفيف حول الملعب للعودة بالجسم إلى حالته الطبيعية ، يقوم الأستاذ بتقييم سير الحصة و إعطاء الملاحظات ، بالإضافة إلى الاستماع إلى ملاحظات الطلبة بالنسبة إلى مجموعة الأسلوب التبادلي.	– تقييم الحصة من جميع النواحي مع فسح المجال إلى مجموعة الأسلوب التبادلي لإعطاء أو تقييم العمل الذي جرى في الحصة.

الأسبوع السادس في سباق 110متر حواجز . **الهدف : إعادة/اكتشاف: تطبيق كل الخطوات والمراحل الفنية السابقة في سباق 110متر حواجز.**

المدة 2سا	إجراءات التدريس (إجراءات سير الحصة)	الملاحظات والتوجيهات
القسم التحضيري 20د	5د يقوم فيها الأستاذ بالمناداة و يتكلم باختصار عن هدف الحصة و يؤمر بأداء التحية الرياضية. 5د 5د تهيئة عامة لجميع أعضاء الجسم بحيث يشرف الأستاذ على ذلك. 5د تهيئة خاصة لخدمة الجزء الرئيسي مع إعطاء بعض التمارين التي تخدم هدف الحصة(حركات تخدم الأطراف السفلية والعلوية اليدين و الرجلين) بإشراف الأستاذ. 10د	– التأكيد على ارتداء الملابس الرياضية و الانضباط. – جري خفيف برتم واحد حول الملعب في مجموعة– الحرص على التسخين الجيد للأطراف التي تخدم هدف الحصة لتجنب الإصابات.
الجزء التعليمي12د	– يذكر الأستاذ بالمعلومات الخاصة بالخطوات السابقة في قفز الحواجز 110م.	–التأكيد على العمل بهذه المعلومات و تجنب الأخطاء.

القسم التطبيقي45د	كل مجموعة حسب الأسلوب المستخدم (الامري أو التبادلي أو الاكتشاف الموجه) تعمل على أن : تُنفذ/تتعلم/تكتشف ما هو مطلوب منها.	
مجموعة الأسلوب الامري	– 5حواجز و بمسافة قانونية بينها و ارتفاع متوسط يؤمر الطالب بالقيام بالقفز على هذه الحواجز بدءا من خذ مكانك استعد انطلق ، بحيث توضع القدم الهاجمة في الخلف و القدم اللاحقة في الأمام و الخروج يكون بطريقة انسيابية ، و قطع المسافة بين مكان الانطلاق و الحاجز الأول و المقدرة بـــ13.72م في 8 خطوات و يواصل القفز حتى الحاجز الخامس. يكرر التمرين.15د بين فترات العمل و الراحة – نفس التمرين السابق مع التركيز على الأداء الفني الصحيح لحركة القدم الهاجمة و القدم اللاحقة بالتنسيق مع اليدين في أثناء تجاوز الحاجز و السقوط على مشط القدمين و قطع مسافة 9.14م في ثلاث خطوات. يكرر التمرين. 15د بين فترات العمل و الراحة – نفس التمرين السابق مع زيادة عدد و ارتفاع الحواجز. يكرر التمرين. 15د بين فترات العمل و الراحة	– التأكيد على أهمية وضعية الانطلاق و سرعة الاستجابة و الوضع الصحيح للقدم الهاجمة و اللاحقة في مكعبات الانطلاق و سرعة الخروج. – التأكيد على أن تكون حركة اليدين و الرجلين آلية أثناء تجاوز الحواجز و السقوط على مشط القدمين كل ذلك يسمح بتخطي المسافة بين الحاجز والآخر في ثلاث خطوات، التأكيد على تكامل الخطوات الفنية السابقة وترابطها.
مجموعة الأسلوب التبادلي	– 5حواجز و بمسافة قانونية بينها و ارتفاع متوسط يقوم الطالب المؤدي بدءا من خذ مكانك استعد انطلق ، بوضع القدم الهاجمة في الخلف و القدم اللاحقة في الأمام و الخروج يكون بطريقة انسيابية ، و قطع المسافة بين مكان الانطلاق و الحاجز الأول و المقدرة بـــ13.72م في 8 خطوات و يواصل القفز حتى الحاجز الخامس ، يحرص الطالب الملاحظ على انجاز هذه الخطوات بالتوجيه و الإرشاد للطالب المؤدي .يكرر التمرين و تُبدل الأدوار. 15د بين فترات العمل و الراحة –نفس التمرين السابق مع التركيز على الأداء الفني الصحيح لحركة القدم الهاجمة و القدم اللاحقة بالتنسيق مع اليدين في أثناء تجاوز الحاجز و السقوط على مشط القدمين و قطع مسافة 9.14م في ثلاث خطوات. يحرص الطالب الملاحظ على تحقيق هذه الخطوات و ذلك بتشجيع الطالب المؤدي على الأداء الصحيح. يكرر التمرين مع التبديل في الأدوار. 15د بين فترات العمل و الراحة – نفس التمرين السابق مع زيادة عدد و ارتفاع الحواجز. يكرر التمرين مع التبديل في الأدوار. 15د بين فترات العمل و الراحة	– يؤكد الطالب الملاحظ على أهمية وضعية الانطلاق و سرعة الاستجابة و الوضع الصحيح للقدم الهاجمة و اللاحقة في مكعبات الانطلاق و سرعة الخروج. – يؤكد الطالب الملاحظ على أن تكون حركة اليدين و الرجلين آلية أثناء تجاوز الحواجز و السقوط على مشط القدمين كل ذلك يسمح للطالب المؤدي بتخطي المسافة بين الحاجز و الآخر في ثلاث خطوات. – يحرص الطالب الملاحظ على تكامل و ترابط الخطوات الفنية السابقة للطالب المؤدي.

مجموعة أسلوب الاكتشاف الموجه	– من البدائل التالية يجرب/ يكتشف الطلبة أداء كل الخطوات والمراحل الفنية لسباق 110متر حواجز: – 5حواجز وبمسافة قانونية بينها وارتفاع متوسط ، القفز على هذه الحواجز بدءا من وضع خذ مكانك استعد انطلق ، بحيث تكون القدم الهاجمة في الخلف والقدم اللاحقة في الأمام و الخروج يكون بطريقة انسيابية ، و تقطع المسافة بين مكان الانطلاق و الحاجز الأول والمقدرة بـــ13.72م في 8 خطوات ومواصلة القفز حتى الحاجز الخامس. 15د بين فترات العمل و الراحة – وضع الطلبة في نفس الموقف السابق مع التركيز على التنفيذ الفني الصحيح لحركة القدم الهاجمة و القدم اللاحقة بالتنسيق مع اليدين في أثناء تجاوز الحاجز و السقوط على مشط القدمين و قطع مسافة 9.14م في ثلاث خطوات. 15د بين فترات العمل و الراحة – وضع الطلبة في الموقف التالي: – 8 حواجز بارتفاع قانوني وبمسافة قانونية بينها يكتشف الطلبة تدريجيا الأداء الدقيق لهذا السباق من حيث المسافة والارتفاع. يقوم الطلبة بتجريب وممارسة الخطوات السابقة على هذه المواقف حتى الوصول الى الاداء الصحيح. 15د بين فترات العمل و الراحة	يؤكد الأستاذ على أهمية وضعية الانطلاق وسرعة الاستجابة ويرجح الوضع الصحيح للقدم الهاجمة و اللاحقة في مكعبات الانطلاق وسرعة الخروج. – يحرص الأستاذ على أن تكون حركة اليدين والرجلين آلية أثناء تجاوز الحواجز والسقوط على مشط القدمين كل ذلك يسمح بتخطي المسافة بين الحاجز والآخر في ثلاث خطوات والتأكيد على تكامل الخطوات الفنية السابقة وترابطها. (للاشارة فقط ان هذه البدائل المقترحة هي مكملة لبعضها البعض وتخدم الهدف الواحد والاستاذ هو دائما من يرجح الاداء الصحيح من خلال توجيهاته اثناء الحصة)
القسم الختامي13د	–جري خفيف حول الملعب للعودة بالجسم إلى حالته الطبيعية ، يقوم الأستاذ بتقييم سير الحصة و إعطاء الملاحظات ، بالإضافة إلى الاستماع إلى ملاحظات الطلبة بالنسبة إلى مجموعة الأسلوب التبادلي.	– تقييم الحصة من جميع النواحي مع فسح المجال إلى مجموعة الأسلوب التبادلي لإعطاء أو تقييم العمل الذي جرى في الحصة.

الأسبوع السابع في سباق 110متر حواجز. الهدف : تعليم/اكتشاف الوصول إلى إيقاع 5–6خطوات بين آخر حاجز وخط الوصول.

المدة 2سا	**إجراءات التدريس (إجراءات سير الحصة)**	**الملاحظات و التوجيهات**
القسم التحضيري 20د	5د يقوم فيها الأستاذ بالمناداة و يتكلم باختصار عن هدف الحصة و يؤمر بأداء التحية الرياضية. 5د تهيئة عامة لجميع أعضاء الجسم بحيث يشرف الأستاذ على ذلك. 10د تهيئة خاصة لخدمة الجزء الرئيسي مع إعطاء بعض التمارين التي تخدم هدف الحصة(حركات تخدم الأطراف السفلية والعلوية اليدين و الرجلين) بإشراف الأستاذ.	– التأكيد على ارتداء الملابس الرياضية و الانضباط. – جري خفيف برتم واحد حول الملعب في مجموعة. – الحرص على التسخين الجيد للأطراف التي تخدم هدف الحصة لتجنب الإصابات.
الجزء التعليمي12د	– يعطي الأستاذ معلومات عن المسافة بين آخر حاجز و خط الوصول و عن أهمية هذه المرحلة من السباق .	–التأكيد على العمل بهذه المعلومات و تجنب الأخطاء.
القسم التطبيقي45د	كل مجموعة حسب الأسلوب المستخدم (الامري أو التبادلي أو الاكتشاف الموجه) تعمل على أن : تُنفذ/تتعلم/تكتشف ما هو مطلوب منها.	

مجموعة الأسلوب الامري	– يجري الطالب من مكان الحاجز الأخير إلى خط الوصول بسرعة و محاولة قطع مسافة 14.02م من 5 إلى 6 خطوات مع التأكيد على الدخول الصحيح (عن طريق الأنواع الثلاثة لطريقة الدخول الهجوم بالصدر، الهجوم بالكتف، الدخول العادي) . يكرر التمرين. 10د بين فترات العمل و الراحة – يوضع الحاجز الأخير في مكانه الأصلي و بارتفاع متوسط و يقوم الطالب بتجاوزه و مواصلة الجري حتى خط الوصول و الدخول الصحيح . يكرر التمرين.10د بين فترات العمل و الراحة – نفس التمرين مع زيادة عدد الحواجز (3–5حواجز) و بمسافة قانونية بينها . يكرر التمرين. 10د بين فترات العمل و الراحة – من وضعية الانطلاق يؤمر الطالب بالانطلاق و تجاوز 7حواجز بحيث تكون المسافة بين الحاجز رقم 7 و خط الوصول تقدر بـــ14.02م. يكرر التمرين.15د بين فترات العمل و الراحة	– الحرص على أهمية هذه المسافة من السباق – التأكيد على تحقيق إيقاع 5–6خطوات في هذه المسافة. – التأكيد على أهمية استغلال هذه المسافة لتعويض الوقت الضائع في تخطي الحواجز ، مع التأكيد دائما على إنهاء السباق وفق إحدى طرق الدخول الصحيحة.
مجموعة الأسلوب التبادلي	– يجري الطالب المؤدي من مكان الحاجز الأخير إلى خط الوصول بسرعة و يحاول قطع مسافة 14.02م من 5 إلى 6 خطوات مع الدخول الصحيح (عن طريق الأنواع الثلاثة لطريقة الدخول الهجوم بالصدر، الهجوم بالكتف، الدخول العادي) . يسهر الطالب الملاحظ على تحقيق ذلك بتوجيه وتشجيع زميله المؤدي. يكرر التمرين ثم تعكس الأدوار. 10د بين فترات العمل و الراحة – يوضع الحاجز الأخير في مكانه الأصلي و بارتفاع متوسط و يقوم الطالب المؤدي بتجاوزه و مواصلة الجري حتى خط الوصول و الدخول الصحيح . يستمر الطالب الملاحظ في إعطاء النصائح من أجل تحسين الأداء. يكرر التمرين و تبدل الأدوار. 10د بين فترات العمل و الراحة – نفس التمرين مع زيادة عدد الحواجز (3–5حواجز) و بمسافة قانونية بينها . يكرر التمرين و تعكس الأدوار. 10د بين فترات العمل و الراحة – من وضعية الانطلاق يقوم الطالب المؤدي بالانطلاق و تجاوز 7حواجز بحيث تكون المسافة بين الحاجز رقم 7 و خط الوصول تقدر بـــ14.02م.يراقب الطالب الملاحظ أداء الطالب المؤدي و خاصة في مسافة 14.02م و كيفية الدخول إلى خط النهاية. يكرر التمرين ثم تعكس الأدوار. 15د بين فترات العمل و الراحة	– يقوم الطالب الملاحظ بمتابعة وعَد خطوات الطالب المؤدي ومراقبة كيفية دخوله خط الوصول وإعطاء التوجيهات. – يؤكد الطالب الملاحظ على أهمية تحقيق إيقاع 5–6خطوات في هذه المسافة في السباق كله . – يعطي الطالب الملاحظ توجيهات لزميله المؤدي على أهمية استغلال هذه المسافة لتعويض الوقت الضائع في تخطي الحواجز مع التأكيد دائما على إنهاء السباق بالدخول الصحيح في خط الوصول.

مجموعة أسلوب الاكتشاف الموجه	يوضع الطلبة في المواقف الآتية: (وهي عبارة عن مجموعة من البدائل يعطيها الأستاذ) – يكتشف الطالب مرحلة الجري الأخيرة من مكان الحاجز الأخير إلى خط الوصول ب ويجرب قطع مسافة 14.02م من 5 إلى 6 خطوات مع التأكيد على الدخول الصحيح(عن طريق تجريب واكتشاف الأنواع الثلاثة لطريقة الدخول الهجوم بالصدر، الهجوم بالكتف، الدخول العادي) . 10د بين فترات العمل و الراحة – وضع الحاجز الأخير في مكانه الأصلي وبارتفاع متوسط ، تجاوز هذا الحاجز ومواصلة الجري حتى خط الوصول مع الدخول الصحيح. 10د بين فترات العمل و الراحة – نفس التمرين أو البديل السابق مع زيادة عدد الحواجز (3–5حواجز) و بمسافة قانونية بينها . 10د بين فترات العمل و الراحة – من وضعية الانطلاق الانطلاق وتجاوز 7حواجز بحيث تكون المسافة بين الحاجز رقم 7 و خط الوصول تقدر بـــ14.02م.15د بين فترات العمل و الراحة – يجرب الطالب هذه البدائل حتى يكتشف أو يصل إلى إيقاع 5–6خطوات بين آخر حاجز وخط الوصول.	– يبين الأستاذ أهمية هذه المسافة من السباق ويؤكد على: – ضرورة تحقيق إيقاع 5–6خطوات في هذه المسافة. – إنهاء السباق وفق إحدى طرق الدخول الصحيحة. (للاشارة فقط ان هذه البدائل المقترحة هي مكملة لبعضها البعض وتخدم الهدف الواحد والاستاذ هو دائما من يرجح الاداء الصحيح من خلال توجيهاته اثناء الحصة)
القسم الختامي13د	– جري خفيف حول الملعب للعودة بالجسم إلى حالته الطبيعية ، يقوم الأستاذ بتقييم سير الحصة و إعطاء الملاحظات ، بالإضافة إلى الاستماع إلى ملاحظات و التقييم الخاص لطلبة المجموعة العاملة بالأسلوب التبادلي.	– تقييم الحصة من جميع النواحي مع فسح المجال إلى مجموعة الأسلوب التبادلي لإعطاء أو تقييم العمل الذي جرى في الحصة.

الأسبوع الثامن في سباق 110متر حواجز **الهدف : تطبيق كل المراحل و الخطوات الفنية السابقة بالعدد و الارتفاع القانوني للحواجز و التركيز على الأداء الفني الصحيح لسباق 110متر حواجز .**

المدة 2سا	إجراءات التدريس (إجراءات سير الحصة)	الملاحظات و التوجيهات
القسم التحضيري 20د	5د يقوم فيها الأستاذ بالمناداة و يتكلم باختصار عن هدف الحصة و يؤمر بأداء التحية الرياضية. 5د تهيئة عامة لجميع أعضاء الجسم بحيث يشرف الأستاذ على ذلك. 10د تهيئة خاصة لخدمة الجزء الرئيسي مع إعطاء بعض التمارين التي تخدم هدف الحصة(حركات تخدم الأطراف السفلية والعلوية اليدين و الرجلين) بإشراف الأستاذ.	– التأكيد على ارتداء الملابس الرياضية و الانضباط. – جري خفيف برتم واحد حول الملعب في مجموعة. – الحرص على التسخين الجيد للأطراف التي تخدم هدف الحصة لتجنب الإصابات.
الجزء التعليمي12د	– إعادة تذكير بالمعلومات الخاصة بالخطوات السابقة في سباق110م حواجز.	–الحرص على العمل بهذه المعلومات .
القسم التطبيقي45د	كل مجموعة حسب الأسلوب المستخدم (الامري أو التبادلي أو الاكتشاف الموجه) تعمل على أن : تُنفذ/تتعلم/تكتشف ما هو مطلوب منها.	

مجموعة الأسلوب الامري	– و ضع 5حواجز بارتفاع قانوني و بمسافة قانونية بين الحواجز لمسافة 80 متر و يؤمر الطالب بتجاوز الحواجز وفق ما تعلمه سابقا. يكرر التمرين .10د بين فترات العمل و الراحة – وضع 7حواجز بارتفاع قانوني و بمسافة قانونية بينها مع تحديد المسافة بين الحاجز رقم 7 و خط الوصول بـــ14.02م ثم ينفذ التمرين. يكرر التمرين.15د بين فترات العمل و الراحة – من 10 حواجز بارتفاع قانوني و مسافة قانونية بينها يؤدي الطالب قفز 110م حواجز بالأداء الفني الصحيح. يكرر التمرين.20د بين فترات العمل و الراحة	– التأكيد على أهمية وضعية الانطلاق و سرعة الاستجابة و الوضع الصحيح للقدم الهاجمة و اللاحقة في مكعبات الانطلاق و سرعة الخروج. – التأكيد على إيقاع 8 خطوات بين خط الانطلاق و الحاجز الأول وعلى وضعية الجسم(الجذع اليدين والرجلين) أثناء تجاوز الحاجز مع السقوط على مشط القدمين – التأكيد على إيقاع 3خطوات بين الحاجز و الآخر و5–6خطوات بين آخر حاجز و خط الوصول مع الدخول بالرأس.
مجموعة الأسلوب التبادلي	– و ضع 5حواجز بارتفاع قانوني و بمسافة قانونية بين الحواجز لمسافة 60متر و يتجاوز الطالب المؤدي الحواجز وفق ما تعلمه سابقا ، يتابع الطالب الملاحظ زميله المؤدي و يوجهه. يكرر التمرين و تنعكس الأدوار. 10د بين فترات العمل و الراحة – وضع 7حواجز بارتفاع قانوني و بمسافة قانونية بينها مع تحديد المسافة بين الحاجز رقم 7 و خط الوصول بـــ14.02م ثم ينفذ الطالب المؤدي التمرين تحت أنظار الطالب الملاحظ. يكرر التمرين و يتم تبديل الأدوار. 15د بين فترات العمل و الراحة – من 10 حواجز بارتفاع قانوني ومسافة قانونية بينها يقوم الطالب المؤدي بقفز 110م حواجز بالأداء الفني الذي تعلمه، دائما تحت أنظار وإرشادات الطالب الملاحظ. يكرر التمرين ثم تبديل الأدوار. 20د بين فترات العمل و الراحة	– يركز الطالب الملاحظ على: وضعية الانطلاق، سرعة الاستجابة، الوضع الصحيح للقدم الهاجمة واللاحقة في مكعبات الانطلاق وسرعة الخروج للزميل المؤدي. – يؤكد الطالب الملاحظ على: إيقاع 8 خطوات بين خط الانطلاق والحاجز الأول، وعلى وضعية الجسم(الجذع اليدين الرجلين) أثناء تجاوز الحاجز، مع السقوط على مشط القدمين للزميل الطالب المؤدي. ثم إيقاع 3خطوات، 5–6خطوات، الدخول بالرأس.

مجموعة **أسلوب** **الاكتشاف** **الموجه**	من خلال البدائل التالية يجرب الطالب ويطبق المراحل السابقة ويكتشف الأداء الكامل لسباق 110متر حواجز وفق الخطوات الفنية للسباق: – 5حواجز بارتفاع قانوني و بمسافة قانونية بينها ولمسافة 80 متر يتم تجاوز هذه الحواجز وفق الخطوات الفنية.10د بين فترات العمل والراحة – وضع 7حواجز بارتفاع قانوني وبمسافة قانونية بينها مع تحديد المسافة بين الحاجز رقم 7 و خط الوصول بـــ14.02م. تجاوز هذه الحواجز وفق الخطوات الفنية . 15د بين فترات العمل و الراحة – 10 حواجز بارتفاع قانوني ومسافة قانونية بينها إجراء سباق 110م حواجز بالأداء الفني الصحيح .20د بين فترات العمل و الراحة	– يحرص الأستاذ على: – وضعية الانطلاق – سرعة الاستجابة – الوضع الصحيح للقدم الهاجمة و اللاحقة في مكعبات الانطلاق و سرعة الخروج. – يؤكد الأستاذ على: – إيقاع 8 خطوات بين خط الانطلاق و الحاجز الأول – وضعية الجسم(الجذع اليدين والرجلين) أثناء تجاوز الحاجز مع السقوط على مشط القدمين – إيقاع 3خطوات بين الحاجز و الآخر و 5-6خطوات بين آخر حاجز و خط الوصول مع الدخول الصحيح.
القسم الختامي13د	– جري خفيف حول الملعب للعودة بالجسم إلى حالته الطبيعية ، يقوم الأستاذ بتقييم سير الحصة و إعطاء الملاحظات ، بالإضافة إلى الاستماع إلى ملاحظات و التقييم الخاص للحصة بالنسبة إلى مجموعة الأسلوب التبادلي.	– تقييم الحصة من جميع النواحي مع فسح المجال إلى مجموعة الأسلوب التبادلي لتقييم العمل.

الأسبوع التاسع في سباق 110متر حواجز **الهدف: منافسة ختامية وفق الخطوات و المراحل الفنية السابقة لسباق 110متر حواجز إضافة إلى عامل الوقت.**

المدة 2 سا	**إجراءات التدريس (إجراءات سير الحصة)**	**الملاحظات والتوجيهات**
القسم التحضيري 20د	5د يقوم فيها الأستاذ بالمناداة و يتكلم باختصار عن هدف الحصة و يؤمر بأداء التحية الرياضية. 5د تهيئة عامة لجميع أعضاء الجسم بحيث يشرف الأستاذ على ذلك. 10د تهيئة خاصة لخدمة الجزء الرئيسي مع إعطاء بعض التمارين التي تخدم هدف الحصة(حركات تخدم الأطراف السفلية والعلوية اليدين و الرجلين) بإشراف الأستاذ.	– التأكيد على ارتداء الملابس الرياضية و الانضباط. – جري خفيف برتم واحد حول الملعب في مجموعة. – الحرص على التسخين الجيد للأطراف التي تخدم هدف الحصة لتجنب الإصابات.
الجزء التعليمي12د	– يُذَكر الأستاذ بأهمية استغلال الوقت في هذا السباق خاصة من خط الانطلاق إلى الحاجز الأول ومن الحاجز الأخير إلى خط الوصول.	– التأكيد على العمل بهذه المعلومات و الاستفادة من الأخطاء السابقة.
القسم التطبيقي45د	كل مجموعة حسب الأسلوب المستخدم (الامري أو التبادلي أو الاكتشاف الموجه) تعمل على أن : تُنفذ/تتعلم/تكتشف ما هو مطلوب منها.	
مجموعة أسلوب	– يُذَكّر الأستاذ بمنح مكافئة للطالب الذي يتحصل على أقل توقيت في السباق و بأداء فني صحيح لقفز الحواجز.3د – وضع 10حواجز بارتفاع قانوني و مسافة قانونية بينها و يؤمر الطالب بالانطلاق بعد سماع الصافرة ، بحيث يؤدي الطالب سباق الحواجز وفق الخطوات الفنية و الأداء التقني	– يُحفّز الأستاذ الطلبة على بذل الجهد للحصول على المكافئة. – يؤكد الأستاذ على عدم إهمال الأداء الفني للسباق على حساب

الامري	المتعارف عليه ، يراقب الأستاذ الأداء الفني لكل طالب بالإضافة إلى تسجيل الوقت. 15د – نفس التمرين السابق مع إعطاء تقييم خاص لكل طالب من حيث كل الخطوات بدءا من وضعية الانطلاق و حتى الدخول بالرأس في خط الوصول بالإضافة إلى عامل الوقت 15.د	تحقيق أفضل توقيت. – يعطي الأستاذ تقييم عن كل الخطوات في السباق و لا يكتفي بتسجيل الوقت فقط.
مجموعة الأسلوب التبادلي	– يُذَكّر الأستاذ بمنح مكافئة للطالب الذي يتحصل على أقل توقيت في السباق و بأداء فني صحيح لقفز الحواجز.3د – وضع 10حواجز بارتفاع قانوني و مسافة قانونية بينها و يقوم الطالب المؤدي بالانطلاق بعد سماع الصافرة من زميله الملاحظ ، بحيث يؤدي الطالب سباق الحواجز وفق الخطوات الفنية و الأداء التقني المتعارف عليه ، يراقب الطالب الملاحظ الأداء الفني لزميله المؤدي و فق المعايير الموجودة في بطاقة الملاحظة. ثم تبديل الأدوار.15د –نفس التمرين السابق مع إعطاء تقييم خاص لكل طالب من حيث كل الخطوات بدءا من وضعية الانطلاق و حتى الدخول بالرأس في خط الوصول بالإضافة إلى عامل الوقت . لا يكتفي الأستاذ بتقييم الطالب الملاحظ في هذا التمرين بل يعطي تقييمه الخاص و يقارنه بتقييم الطالب الملاحظ.15د	– يُحفّز الأستاذ الطلبة على بذل الجهد للحصول على المكافئة. – يؤكد الطالب الملاحظ على عدم إهمال الأداء الفني للسباق على حساب تحقيق أفضل توقيت و يُقيم زميله المؤدي بكل موضوعية. – الطالب الملاحظ ملزم بتقييم موضوعي لان تقييمه سوف يقارن بتقييم الأستاذ.
القسم الختامي13د	–جري خفيف حول الملعب للعودة بالجسم إلى حالته الطبيعية، يقوم الأستاذ بتقييم سير الحصة و إعطاء الملاحظات، بالإضافة إلى الاستماع إلى تقييم وملاحظات الطلبة بالنسبة إلى مجموعة الأسلوب التبادلي، مع منح المكافئة للفائز.	– تقييم الحصة من جميع النواحي مع فسح المجال إلى مجموعة الأسلوب التبادلي لإعطاء أو تقييم العمل الذي جرى في الحصة .

ملحق رقم (4)

'وثائق اثبات اجراء الدراسة الميدانية'

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة محمد الشريف مساعدية سوق اهراس

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

يشهد مدير معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

جامعة محمد الشريف مساعدية سوق أهراس

أن السيد: كسيلي جمال

قام بإجراء الدراسة الموسومة بعنوان ' تأثير بعض أساليب التدريس على درجة الرضا الحركي

لدى الطلبة '

وتطبيق البرنامج التعليمي المقترح على الأفواج رقم 1 2 3 من طلبة السنة

الأولى تعليم أساسي ل م د وذلك خلال السداسي الثاني من الموسم الجامعي

2018/2017 في إطار انجاز أطروحة الدكتوراه.

مدير معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية المكلف

إمضاء : فؤاد بوقزولة

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة محمد الشريف مساعدية سوق اهراس

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

يشهد رئيس قسم التعليم الأساسي لمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

جامعة محمد الشريف مساعدية سوق أهراس

أن السيد: كسيلي جمال

قام بإجراء الدراسة الموسومة بعنوان ' تأثير بعض أساليب التدريس على درجة الرضا الحركي

لدى الطلبة '

وتطبيق البرنامج التعليمي المقترح على الأفواج رقم 1 2 3 من طلبة السنة

الأولى تعليم أساسي ل م د وذلك خلال السداسي الثاني من الموسم الجامعي

2018/2017 في إطار انجاز أطروحة الدكتوراه.

رئيس القسم

رئيس قسم التعليم الأساسي

إمضاء جمال سرايعية

'ملحق رقم (5) بعض الصور الخاصة بعينة الدراسة خلال تطبيق البرنامج'







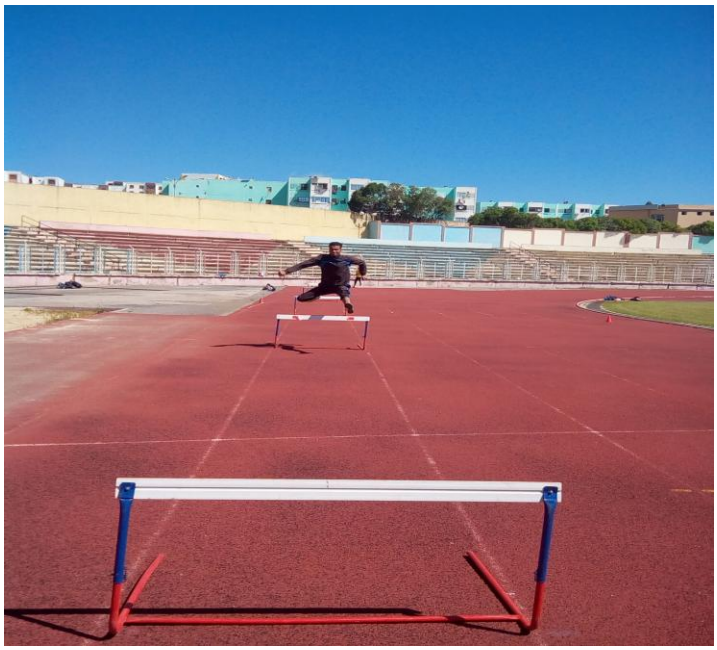


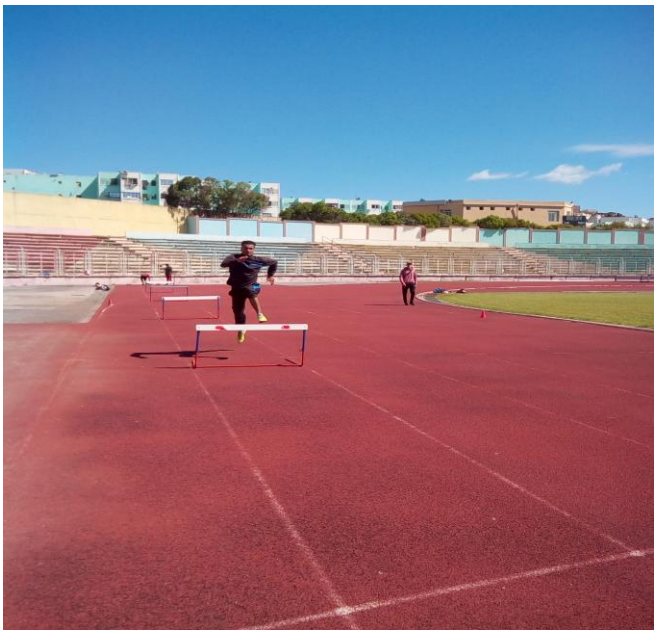




























ملحق رقم (6) : نتائج spss

Statistiques des échantillons appariés

		Moyenne	N	Ecart type	Moyenne erreur standard
Paire 1	dg1	98,6923	13	11,67893	3,23915
	dg2	136,9231	13	4,23205	1,17376

Test des échantillons appariés

		Différences appariées					
					Intervalle de confiance de la différence à 95 %		
		Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard	Inférieur	Supérieur	t
Paire 1	dg1 - dg2	-38,23077	13,10950	3,63592	-46,15276	-30,30878	-10,515

Statistiques des échantillons appariés

		Moyenne	N	Ecart type	Moyenne erreur standard
Paire 1	القبلي الاختبار	96,5385	13	14,52937	4,02972
	البعدي الاختبار	127,9231	13	7,52176	2,08616

Test des échantillons appariés

		Différences appariées				
					Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard	Inférieur	Supérieur
Paire 1	البعدي الاختبار - القبلي الاختبار	-31,38462	18,63034	5,16713	-42,64282	-20,12641

[Jeu_de_données7] C:\Users\PCHD\Desktop\اسلوب اكتشاف موجه.sav

Statistiques des échantillons appariés

		Moyenne	N	Ecart type	Moyenne erreur standard
Paire 1	القبلي الاختبار	98,6923	13	11,67893	3,23915
	البعدي الاختبار	136,9231	13	4,23205	1,17376

Test des échantillons appariés

	Différences appariées							
				Intervalle de confiance de la différence à 95 %				
	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard	Inférieur	Supérieur	t	ddl	S
البعدي الاختبار - القبلي الاخ	-38,23077	13,10950	3,63592	-46,15276	-30,30878	-10,515	12	

Test T

[Jeu_de_données2] C:\Users\PCHD\Desktop\جمال\الاسلوب الامري.sav

Statistiques des échantillons appariés

		Moyenne	N	Ecart type	Moyenne erreur standard
Paire 1	dg1	107,8462	13	10,76914	2,98682
	dg2	116,7692	13	8,38803	2,32642

Test des échantillons appariés

		Différences appariées							
					Intervalle de confiance de la différence à 95 %				
		Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard	Inférieur	Supérieur	t	ddl	Sig. (bilaté
1	dg1 - dg2	-8,92308	9,26878	2,57070	-14,52414	-3,32201	-3,471	12	

[Jeu_de_données3] C:\Users\PCHD\Desktop\جمال\اسلوب تبادلي.sav

Statistiques des échantillons appariés

		Moyenne	N	Ecart type	Moyenne erreur standard
Paire 1	القبلي الاختبار	96,5385	13	14,52937	4,02972
	البعدي الاختبار	127,9231	13	7,52176	2,08616

Test des échantillons appariés

	Différences appariées						
				Intervalle de confiance de la différence à 95 %			
	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard	Inférieur	Supérieur	t	ddl
البعدي الاختبار - القبلي الاخ	-38,23077	13,10950	3,63592	-46,15276	-30,30878	-10,515	12

[Jeu_de_données2] C:\Users\PCHD\Desktop\جمال\الاسلوب الامري.sav

Statistiques des échantillons appariés

		Moyenne	N	Ecart type	Moyenne erreur standard
Paire 1	dg1	107,8462	13	10,76914	2,98682
	dg2	116,7692	13	8,38803	2,32642

Test des échantillons appariés

		Différences appariées							
					Intervalle de confiance de la différence à 95 %				
		Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard	Inférieur	Supérieur	t	ddl	Sig. (bilaté
1	dg1 - dg2	-8,92308	9,26878	2,57070	-14,52414	-3,32201	-3,471	12	

Descriptives

البعدي الاختبـ

					Intervalle de confiance à 95 % pour la moyenne			
	N	Moyenne	Ecart type	Erreur standard	Borne inférieure	Borne supérieure	Minimum	Maximum
امري اسلوب	13	116,7692	8,38803	2,32642	111,7004	121,8381	104,00	129,0

تبادلي اسلوب	13	127,9231	7,52176	2,08616	123,3777	132,4684	117,00	146,0
الموجه الاكتشاف اسلوب	13	136,9231	4,23205	1,17376	134,3657	139,4805	130,00	144,0
Total	39	127,2051	10,74631	1,72079	123,7216	130,6887	104,00	146,0

ANOVA

البعدي الاختبار

	Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
Intergroupes	2650,205	2	1325,103	27,445	,000
Intragroupes	1738,154	36	48,282		
Total	4388,359	38			

Comparaisons multiples :

Variable dépendante: البعدي الاختبار

	(I) اساليب	(J) اساليب	Différence moyenne (I-J)	Erreur standard	Sig.
Différence significative de Tukey	امري اسلوب	تبادلي اسلوب	-11,15385*	2,72544	,001
		الموجه الاكتشاف اسلوب	-20,15385*	2,72544	,000
	تبادلي اسلوب	امري اسلوب	11,15385*	2,72544	,001
		الموجه الاكتشاف اسلوب	-9,00000*	2,72544	,006
	الموجه الاكتشاف اسلوب	امري اسلوب	20,15385*	2,72544	,000
		تبادلي اسلوب	9,00000*	2,72544	,006
LSD	امري اسلوب	تبادلي اسلوب	-11,15385*	2,72544	,000
		الموجه الاكتشاف اسلوب	-20,15385*	2,72544	,000
	تبادلي اسلوب	امري اسلوب	11,15385*	2,72544	,000
		الموجه الاكتشاف اسلوب	-9,00000*	2,72544	,002
	الموجه الاكتشاف اسلوب	امري اسلوب	20,15385*	2,72544	,000
		تبادلي اسلوب	9,00000*	2,72544	,002

*. La différence moyenne est significative au niveau 0.05.

Descriptives

البعدي الاختبار

	N	Moyenne	Ecart type	Erreur standard	Intervalle de confiance à 95 % pour la moyenne		Minimu
					Borne inférieure	Borne supérieure	
امري اسلوب	13	116,7692	8,38803	2,32642	111,7004	121,8381	104
تبادلي اسلوب	13	127,9231	7,52176	2,08616	123,3777	132,4684	117

الموجه الاكتشاف اسلوب	13	136,9231	4,23205	1,17376	134,3657	139,4805	130
Total	39	127,2051	10,74631	1,72079	123,7216	130,6887	104

ANOVA

البعدي الاختبار

	Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
Intergroupes	2650,205	2	1325,103	27,445	,000
Intragroupes	1738,154	36	48,282		
Total	4388,359	38			

Statistiques de groupe

	الاسلوب	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
dg2	الامري الاسلوب	13	116,7692	8,38803	2,32642
	التبادلي الاسلوب	13	127,9231	7,52176	2,08616

Test des échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes					In
	F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	
ces égales	1,532	,228	-3,760	24	,001	-9,00000	2,39370	
ces			-3,760	18,906	,001	-9,00000	2,39370	

Statistiques de groupe

	اساليب	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
VAR00001	امري اسلوب	13	116,7692	8,38803	2,32642
	موجه اكتشاف اسلوب	13	136,9231	4,23205	1,17376
البعدي الاختبار	امري اسلوب	13	136,9231	4,23205	1,17376
	موجه اكتشاف اسلوب	0[a]	.	.	.

a. t ne peut être calculé car l'écart type est nul.

Test des échantillons indépendan

		Test de Levene sur l'égalité des variances				
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bila
VAR00001	Hypothèse de variances égales	8,932	,006	-7,734	24	
	Hypothèse de variances inégales			-7,734	17,738	

6- ملخص الدراسة:

6-1- ملخص الدراسة باللغة العربية:

عنوان الدراسة : **' تأثير بعض اساليب التدريس على درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز'**

هدفت الدراسة الى: معرفة إذا كان للأسلوب الامري تأثير على درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز.

-معرفة درجة تأثير الأسلوب التبادلي على الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز.

- معرفة درجة تأثير أسلوب الاكتشاف الموجه على الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز.

-معرفة أي من الأسإليب أكثر تأثيرا على درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز، وبالتالي أيهما أكثر فاعلية.

- المقارنة بين أساليب التدريس المباشرة وغير المباشرة في درجة تأثيرها على الرضا الحركي لدى الطلبة من خلال سباق 110متر حواجز.

مشكلة الدراسة : هل لبعض أساليب التدريس (التربية البدنية والرياضية) تأثير على درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110متر حواجز؟

فرضيات الدارسة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار ين(القبلي والبعدي) في درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110متر حواجز تُعزى للأسلوب الأمري ولصالح الاختبار البعدي.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين(القبلي والبعدي) في درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز تُعزى للأسلوب التبادلي ولصالح الاختبار البعدي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين(القبلي والبعدي)في درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز تُعزى لأسلوب الاكتشاف الموجه ولصالح الاختبار البعدي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا الحركي بين الأسلوبين (الأمري والتبادلي) في الاختبار البعدي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا الحركي بين الأسلوبين(الأمري والاكتشاف الموجه) في الاختبار البعدي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا الحركي بين الأسلوبين(التبادلي والاكتشاف الموجه) في الاختبار البعدي لدى الطلبة في سباق 110مترحواجز.
- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين أساليب التدريس المباشرة وغير المباشرة في التأثير على درجة الرضا الحركي لدى الطلبة في سباق 110 متر حواجز.

عينة الدراسة: اختيرت بالطريقة العمدية (المقصودة) من طلبة السنة الاولى تعليم أساسي – معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية– جامعة سوق اهراس موسم 2017- 2018.

المنهج: المنهج التجريبي ذا المجموعات التجريبيةِ بطريقة الاختبار القبلي والبعدي.

أدوات الدراسة: مقياس الرضا الحركي، البرنامج التعليمي المقترح وفق الاسلوبين الامري والتبادلي في سباق 110 متر حواجز.

النتائج المتوصل اليها: الأساليب التدريسية الثلاثة الآتية تشعر الطلبة بدرجات مختلفة من الرضا الحركي:

- تدريس الطلبة وفق الأسلوب الامري في سباق 110 متر حواجز يُشعرهم بدوجة متوسطة من الرضا الحركي.
- تدريس الطلبة وفق الأسلوب التبادلي في سباق 110 متر حواجز يُشعرهم بدوجة كبيرة من الرضا الحركي.
- تدريس الطلبة وفق أسلوب الاكتشاف الموجه في سباق 110 متر حواجز يُشعرهم بدوجة كبيرة جدا من الرضا الحركي.
- هناك رضا حركي كبير جدا بالنسبة لطلبة المجموعة التجريبية التي درست وفق أسلوب الاكتشاف الموجه مقارنة بدرجات الرضا الحركي لطلبة المجموعة التجريبية التي درست بالأسلوب التبادلي والأسلوب الامري على التوالي.

أهم الاستنتاجات والاقتراحات:

اخضاع مختلف أساليب التدريس للدراسة والتجريب على مختلف الانشطة الجماعية والفردية وربطها بالرضا الحركي.

– قياس الرضا الحركي للمتعلم قبل وبعد تعلم مهارة أو نشاط وفق اسلوب معين، حتى نستطيع الحكم على ملائمة أو عدم ملائمة هذا الاسلوب مع المهارة أو النشاط من جهة والمتعلم من جهة أخرى.

– برمجة حصتين في الاسبوع بالنسبة للأنشطة أو الالعاب الفردية والجماعية المعقدة والصعبة حتى تكون عملية الاستيعاب والتثبيت للمهارة من طرف المتعلم.

– الاستعانة بالبرنامج التعليمي المقترح من طرف الباحث في الحصص التعليمية لسباق 110 متر حواجز.

– التدريس بأسلوب الاكتشاف الموجه لو تحترم فيه خطوات التنفيذ بداءا من تحديد الهدف – وضع البدائل أو الحركات التي تشبه (طريقة تنفيذ المهارة) –أداء الطالب المهارة بأوضاع مختلفة على حسب البدائل المعروفة –تجريب جميع الأوضاع والمقارنة بين جميع البدائل — ترجيح المعلم الطريقة الصحيحة – إلى ممارسة الطالب المهارة بالطريقة الصحيحة للوصول إلى درجة الإتقان. فان هذا الأسلوب يقدم تعزيزا مستمرا للطالب بعد التقدم من خطوة الى أخرى مما يؤدي الى زيادة الدافعية والرغبة في الاستمرار مما يجعل التعزيز لدى الطالب داخليا وليس خارجيا. وبالتالي التعلم والأكثر من ذلك الرضا عن هذا التعلم، الأسلوب التبادلي له ايجابياته في التعليم ولكن يتطلب الوقت والمزيد من الجهد من المعلم والمتعلم حتى يتعود و يتمرن المتعلم العمل والتعلم بهذا الأسلوب لأن هذا الأسلوب مبني على المتعلم، الاسلوب الامري له تأثير كبير في التعليم وبالخصوص في الانشطة الصعبة ولا يمكن بأي حال من الاحوال اعتباره اسلوب تقليدي خاصة اذا طُبق كما ورد في طيف اساليب التدريس لموسكا موستن.

6-2- ملخص باللغة الفرنسية:

Résumé de l'étude:

6-2- Résumé de l'étude:

Titre de l'étude "L'effet de certaines styles d'enseignement sur le degré de satisfaction motrice des étudiants pendant le saut de hais 110 m "

l'étude a pour objectifs :

-Découvrez si le style Injonctif a un impact sur le degré de satisfaction motrice des étudiants de la course de 110 mètres haies.

- Déterminer le degré d'influence de le style commutatif sur la satisfaction motrice des étudiants dans les 110 mètres haies.

- Connaissance du degré d'impact de style de découverte Oriente sur la satisfaction motrice des étudiants dans les 110 mètres haies.

- Savoir quelles styles sont plus efficaces sur le degré de satisfaction motrice des étudiants dans les 110 mètres haies, et donc quelle est la plus efficace.

- Comparaison des styles d'enseignement direct et indirect dans le degré d'impact sur la satisfaction motrice des étudiants à travers la course de 110 mètres haies.

Problème d'étude:

Est-ce que certaines styles d'enseignement (éducation physique et sports) affectent le degré de satisfaction motrice des étudiants dans les 110 mètres haies?

Hypothèses d'étude:

-Il y'a des différences statistiquement signifiantes entre les tests avant et après en matière de satisfaction motrice des étudiants pendant le saut de hais 110 m , au profil du test après dues au style impératif.

-Il y'a des différences statistiquement signifiantes entre les tests avant et après en matière de satisfaction motrice des étudiants pendant le saut de hais 110 m , pour le test après dues au style Injonctif.

-Il y'a des différences statistiquement signifiantes entre les tests avant et après en matière de satisfaction motrice des étudiants pendant le saut de hais 110 m , pour le test après dues au style découverte Oriente.

-Il y'a des différences statistiquement signifiantes entre le style impératif et Injonctif dans le test après de satisfaction motrice des étudiants pendant le saut de hais 110 m.

- Il y'a des différences statistiquement signifiantes entre le style impératif et découverte Oriente dans le test après de satisfaction motrice des étudiants pendant le saut de hais 110 m.

- Il y'a des différences statistiquement signifiantes entre le style Injonctif et découverte Oriente dans le test après de satisfaction motrice des étudiants pendant le saut de hais 110 m.

Échantillon de l'étude: : Il a été choisi par méthode délibérée (voulue) parmi les étudiants de la première année tronc commun – staps Souk Ahras pour la saison 2017 2018.

Méthode de recherche : la méthode suivie est l'expérimentale a 3 groupes de test avant et après.

Outils de la recherche : Test de satisfaction motrice , programme d'enseignement proposé conformément au 3 styles.

Résultats obtenus :

-Les 3 styles Injonctif et commutatif et découverte Oriente ont un effet sur la satisfaction motrice des étudiants pendant le saut de hais 110 m.
-Le style commutatif a permis plus de satisfaction motrice d'étudiants par apport au style Injonctif ; ce qui fait le style commutatif est le plus approprié, plus efficace a l'apprentissage de saut de hais 110 m.
--Le style découverte Oriente a permis plus de satisfaction motrice d'étudiants par apport au style Injonctif ; ce qui fait le style découverte Oriente est le plus approprié, plus efficace a l'apprentissage de saut de hais 110 m.
---Le style découverte Oriente a permis plus de satisfaction motrice d'étudiants par apport au style commutatif; ce qui fait le style découverte Oriente est le plus approprié, plus efficace a l'apprentissage de saut de hais 110 m.

Déductions et propositions :

- le style découverte Oriente est meilleur que le style Injonctif et commutatif a l'apprentissage de saut de hais 110 m , du fait de l'augmentation de la satisfaction motrice des étudiants .
- Le style commutatif a ses avantages dans l'apprentissage mais exige plus de temps et d'effort pour en s' adapter Se servir du programme proposé par le chercheur dans les séances d'apprentissage de course de hais 110 m.
- assujettir les différents styles d'enseignements des différentes disciplines a l'étude et a l'expérience.
- programmer deux séances par semaines pour les activités individuelles et collectives compliquées pour faciliter l'assimilation.

3-6- ملخص باللغة الانجليزية:

Summary of the study:

6-3- Summary of the study:

Title of the study "The effect of certain teaching styles on the degree of motor satisfaction of students during the 110 m hate jump"

the objectives of the study are:

- Find out if the Injunctive style has an impact on the degree of motor satisfaction of students in the 110 meter hurdles race.
- To determine the degree of influence of the commutative style on the motor satisfaction of the students in the 110 meters hurdles.
- Knowledge of the degree of Oriented discovery style impact on the motor satisfaction of students in the 110-meter hurdles.
- Know which styles are more effective on the degree of motor satisfaction of students in the 110 meters hurdles, and therefore which is the most effective.
- Comparison of direct and indirect teaching styles in the degree of impact on motor satisfaction of students through the 110 meter hurdles race.

Study problem:

Do certain teaching styles (physical education and sports) affect the degree of motor satisfaction of students in the 110-meter hurdles?

Study hypotheses:

-There are statistically significant differences between the before and after tests in terms of students' motor satisfaction during the 110 m hate jump, in the profile of the after test due to the imperative style.
-There are statistically significant differences between the before and after tests in terms of motor satisfaction of students during the 110 m hate jump, for the after test due to the Injunctive style.
-There are statistically significant differences between the before and after tests in terms of motor satisfaction of students during the 110 m hate jump, for the after test due to the Oriented discovery style.
-There are statistically significant differences between the imperative and Injunctive style in the students' motor satisfaction test during the 110 m hate jump.
- There are statistically significant differences between the imperative style and Oriented

discovery in the test after driving satisfaction of the students during the 110 m hate jump.
- There are statistically significant differences between the Injunctive and Orient Oriented style in the test after driving satisfaction of the students during the 110 m hate jump.
Study sample: It was chosen by deliberate (desired) method among students of the first year common core - Souk Ahras staps for the 2017 2018 season.
Research method: the method followed is the experimental one has 3 test groups before and after.
Research Tools: Motor satisfaction test, educational program proposed according to the 3 styles.
Results obtained:
-The 3 styles Injunctive and commutative and Oriente discovery have an effect on the motor satisfaction of the students during the 110 m hate jump.
-The commutative style allowed more motor satisfaction of students by contributing to the Injunctive style; what makes the commutative style is the most appropriate, most effective at learning to hate 110 m.
--The Oriented discovery style allowed more motor satisfaction of students by contributing to the Injunctive style; what makes the Oriented discovery style is the most appropriate, most effective at learning to hate 110 m.
--- The Oriented discovery style allowed more motor satisfaction of students by contributing to the commutative style; what makes the Oriented discovery style is the most appropriate, most effective at learning to hate 110 m.
Deductions and proposals:
- the Oriented discovery style is better than the Injunctive and commutative style at 110m hate-jump training, due to the increased motor satisfaction of the students.
- The commutative style has its advantages in learning but requires more time and effort to adapt to it. Use the program proposed by the researcher in the 110 m hate training sessions.
- to subject the different teaching styles of the different disciplines to study and experience.
- schedule two sessions per week for complicated individual and group activities to facilitate assimilation.