مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية العدد (62) لسنة 2020

تأثير طريقة التدريس (التعلم في مجموعات صغيرة) للتعلم الذاتي في تعلم مهارتي دقة الإرسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة

م.د صفاء سعيد محمد
المديرية العامة لتربية الرصافة الثانية/ قسم المدائن
وزارة التربية

ملخص البحث العربي:

تجلت أهمية البحث في رفع المستوى العلمي وخصوصا في لعبة الكرة الطائرة وإيصال المعلومة العلمية للمدرس والطالب عن أهمية إي الأسلوب الناجح والأفضل في التعليم.

كذلك بيان دور وأهمية طريقة التدريس التعلم الذاتي وفق (التعلم في مجموعات صغيرة) بمادة الكرة الطائرة لتعلم مهارتي الإرسال والضرب الساحق ، وبذلك نختصر الزمن والجهد للمتعلم والمعلم.

وكانت أهداف البحث:

1- إعداد طريقة التدريس (التعلم في مجموعات صغيرة) للتعلم الذاتي في تعلم مهارتي دقة الإرسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة.

وتم التوصل لأهم الاستنتاجات:

1- طريقة التدريس (التعلم في مجموعات صغيرة) للتعلم الذاتي حققت أهدافها في البرنامج التعليمي في تعلم مهارتي دقة الإرسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة.

2- استخدام مجموعات صغير مهمة في التعلم المهاري للمهارات صعبة الأداء لكي يتم التصحيح وتبادل الأفكار في التطبيق.

وتم التوصية ب:

1- اعتماد طريقة التدريس (التعلم في مجموعات صغيرة) للتعلم الذاتي في البرنامج التعليمي لتعلم مهارتي دقة الإرسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة.

2- ضرورة التأكيد على استخدام مجموعات صغير لأنها مهمة في التعلم المهاري للمهارات صعبة الأداء ولكي يتم التصحيح وتبادل الأفكار في التطبيق.

The effect of the teaching method (learning in small groups) for self-learning in learning the skills of serving accuracy and spiking volleyball

Researcher: Prof. Dr. Safaa Saeed Muhammad The importance of research was evident in raising the scientific level, especially in the game of volleyball, and the delivery of scientific information to the teacher and student about the importance of any successful and best method in education.

Also, explain the role and importance of the teaching method, self-learning according to (learning in small groups) in volleyball to learn the skills of sending and spoiling, thus reducing time and effort for the learner and teacher.

The research objectives were:

1-Preparing the teaching method (learning in small groups) for self-learning in learning the skills of sending accuracy and spiking volleyball.

The most important conclusions were reached:

1-Teaching method (learning in small groups) for self-learning. It achieved its objectives in the educational program in learning the skills of sending precision and spoiling with volleyball.

2-Using small groups that are important in skill learning for difficult-to-perform skills in order to correct and exchange ideas in the application.

It was recommended:

1-Adopting the teaching method (learning in small groups) for self-learning in the educational program to learn the skills of sending precision and spoiling with volleyball.

2- The need to emphasize the use of small groups because they are important in skill learning of difficult-to-perform skills and for correction and exchange of ideas in the application.

1- التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

تتقدم المجتمعات وتتطور نتيجة الاهتمام بالتعليم وتجريب أساليب وطرائق التدريس العلمية في عملية إخراج الدرس وإيصال المعلومات العلمية للمتلقي الطالب .

ولهذا فان التربية والتعليم هي القاعدة والركيزة الأساسية في نهوض المجتمعات وما عليها سوى توفير جميع المتطلبات الخاصة لإخراج عملية التعليم بالصورة اللائقة والمختصرة للجهد والزمن من قبل المعلم والطالب.

وتعتبر التربية الرياضية هي احد المؤسسات التعليمة والأكاديمية في تلقين الطالب فيها مختلف العلوم الرياضية لغرض أخراجه مدرس قادر على قيادة الدرس في التربية الرياضية داخل المؤسسات التربوية والمدرسية ، لذا يتطلب منا إيصال المعلومة العلمية الصحيحة لهذا الطالب ولمختلف الفعاليات الرياضية ومنها لعبة الكرة الطائرة وهي من الألعاب التي ليس سهلة في تعليمها وإتقانها وإنما تتطلب منا أيجاد الأساليب المتطورة في التعليم والقادرة على إيصال المعلومة الصحيحة للطالب وكذلك قدرة الطالب على تطبيق المهارات المطلوبة.

لذا فان أسلوب التعلم الذاتي وبانوعه المختلفة وخاصة (التعلم في مجموعات صغيرة) من الأساليب التي ثبتت قدرتها في التعلم لبعض الألعاب الرياضة بسبب وجود التعلم الذاتي مع وجود مجموعات صغيرة تساعد في الأداء.

وهنا يأتي دور التعلم الذاتي في إبراز القدرات الذاتية للمتعلم من خلال تطبيق المهارة بصورة حرة من المراقبة والتعديل في مستوى التعليم.

ومن هنا تجلت أهمية البحث في رفع المستوى العلمي وخصوصا في لعبة الكرة الطائرة وإيصال المعلومة العلمية للمدرس والطالب عن أهمية إي الأسلوب الناجح والأفضل في التعليم.

كذلك بيان دور وأهمية طريقة التدريس التعلم الذاتي وفق (التعلم في مجموعات صغيرة) بمادة الكرة الطائرة لتعلم مهارتي الإرسال والضرب الساحق ، وبذلك نختصر الزمن والجهد للمتعلم والمعلم.

1-2 مشكلة البحث :

مهارتي الإرسال والضرب الساحق من المهارات الصعبة بالكرة الطائرة لان أدائها يحتاج إلى الدقة في التنفيذ مع الأداء الحركي ، ولهذا يتطلب طريقة تدريس تساعد على اعتماد القدرة الذاتية في التنفيذ وبوجود مجموعات صغيرة تعمل مشتركة في التنفيذ تعطي الإثارة وتصحح الأخطاء إثناء الأداء.

ومن خلال خبرة الباحث المتواضعة بطرائق التدريس ولعبة الكرة الطائرة وجد إن تعلم مهارتي دقة الإرسال والضرب الساحق لا ترتقي لمستوى الطموح نتيجة استخدام طريقة التدريس المألوفة التي لاتسمح للمتعلم الأداء ذاتيا وكذلك ربما تساعد تشكيل مجاميع صغيرة إثناء الأداء المتعلم بأداء المهارة بشكل أفضل ، لذا ارتئ الباحث دراسة هذه المشكلة وتجريب أسلوب التعلم الذاتي وفق (التعلم في مجموعات صغيرة) في تعلم مهارتي دقة الإرسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة.

1-3 أهداف البحث:

1- إعداد طريقة التدريس (التعلم في مجموعات صغيرة) للتعلم الذاتي في تعلم مهارتي دقة الإرسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة.

2- التعرف على الفروق بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية في تعلم مهارتي دقة الإرسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة.

3-التعرف على الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في تعلم مهارتي دقة الإرسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة.

1-4 فروض البحث :

1-وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية في تعلم مهارتي دقة الإرسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة.

2-وجود فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في تعلم مهارتي دقة الإرسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة.

1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : طالبات الصف الثاني متوسط في مدرسة متوسطة المتفوقات للبنات.

1-5-2 المجال المكاني : ساحة مدرسة متوسط في مدرسة المتفوقات للبنات.

1-5-3 المجال ألزماني : المدة من 2019/10/7 ولغاية 2019/12/11 .

2- الدراسات النظرية:: (9: 1) (10: 1)

2-1 التعلم الذاتي :

التعلم الذاتي هو أحد أساليب اكتساب الفرد للخبرات بطريقة ذاتية دون معاونة أحد أو توجيه من أحد ، أي إن الفرد يعلم نفسه بنفسه، والذاتية هي سمة التعلم فالتعلم يحدث داخل الفرد المتعلم فان كان ذلك نتيجة خبرات هيأها بنفسه كان التعلم ذاتيا وان كان نتيجة خبرات هيأها له شخص أخر كالمعلم مثلا كان التعلم ناجا عن تعليم ذاتي وهناك طرق عديدة للتعلم الذاتي منها التعلم البرنامجي والتعلم بالموديلات والتعلم الكشفي غير الموجه.

ويُعرف التعلّم الذاتيّ على أنّه اكتساب الفرد للمعلومات، والمهارات، والخبرات بصورة ذاتي ة ومُستقلة عن أي مؤسسة تربويّة وبالاعتماد على نفسه، إذ تعتبر هذه العملية نشاطاً واعياً ينبع من اقتناع ودوافع داخلية لدى الفرد تحثّه على تحسين وتطوير شخصيته، وقدّراته، ومهاراته عن طريق ممارسة المُتعلم لمجموعة من الأنشطة والنشاطات التعليمية بمفرده من مصادر هادفة ومختلفة بعد تشخيصه لغاياته التعليميّة، وصياغة أهدافه، وتحديد الوسائل الملائمة له، بحيث يضع خطة تعليمية تتناسب مع سرعته بالتعلّم، وميوله وتوجهاته.

تتأثّر عملية التعلّم الذاتي بمجموعة من العوامل؛ مثل عمر الشخص، ومستوى ذكائه، وقدراته الإدراكية ومواهبه، وقدرته على التعلّم بنفسه، والمعوقات الجسدية والاقتصادية للمتعلّم، والبيئة الاجتماعية المناسبة للتعلّم، ومدى الدافع والإرادة للاستمرار بهذه العملية التعلّيمية.

2-2 التعلم في مجموعات صغيرة:

قد يظن البعض أن هذه الطريقة من التعلّم قد تتعارض مع التعلّم الذاتي، ولكن بحقيقة الأمر أن هذه الطريقة تساعد المتعلّم على الوصول للمعرفة من خلال تبادل الآراء والخبرات مع غيره بدلاً من الاعتماد على المُحاضر.

3-منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

3-1 منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو الأسلوب المجموعتين المتكافئة (الضابطة والتجريبية) لملائمة في حل مشكلة البحث وتحقيق أهدافه .

3-2 مجتمع البحث وعينته:

تم تحديد مجتمع البحث المتمثل بطالبات الصف الثاني متوسط في مدرسة متوسطة المتفوقات للبنات بالطريقة العمدية وبلغ عدد الطالبات فيها (160) طالبة وتم اختيار شعبتي (أ- ب) بالطريقة العشوائية وعددهم (40) طالب وتقسيمهم إلى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) أيضا بالطريقة العشوائية بحيث أصبحت شعبة (أ)المجموعة التجريبية وشعبة (ب)المجموعة الضابطة وبذلك أصبح عدد كل مجموعة (20) طالبا ، وبذلك بلغت نسبة العينة من مجتمع البحث (25 %).

بعدها تم تجانس العينة داخل كل مجموعة وتكافؤ المجموعتين في متغيرات البحث قبل الخوض في التجربة الرئيسية وكما في الجدول (1):

جدول (1)

يوضح تجانس وتكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية

القياس والتقييم	المجموعة الضابطة			المجموعة التجريبية			قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
	س	ع	معامل الاختلاف	س	ع	معامل الاختلاف		
الطول/ سم	170.23	3.358	1.972	170.95	3.894	2.277	0.610	غير معنوي
الوزن/ كغم	70.985	3.864	5.443	70.884	3.874	5.465	0.08	غير معنوي
دقة الإرسال/درجة	19.874	0.568	2.858	19.794	0.689	3.48	0.392	غير معنوي
دقة الضرب الساحق/درجة	25.894	1.668	6.441	25.987	1.586	6.103	0.176	غير معنوي

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (38) ومستوى (0.05)= 2.021

3-3 وسائل جمع المعلومات:

3-3-1 وسائل جمع البيانات:

-المصادر العربية والأجنبية.

-الملاحظة العلمية.

3-3-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة:

- ساعة توقيت.

-كرات طائرة عدد (10)

-ملعب الكرة الطائرة النظامي

- ميزان طبي.

- شريط قياس طول 2متر .

3-4 إجراءات البحث الميدانية

3-4-1 تحديد متغيرات البحث :

تم الاعتماد على منهاج وزارة التربية في الكرة الطائرة في تحديد المهارات الأساسية التي سوف يجري عليها التجربة الرئيسة .

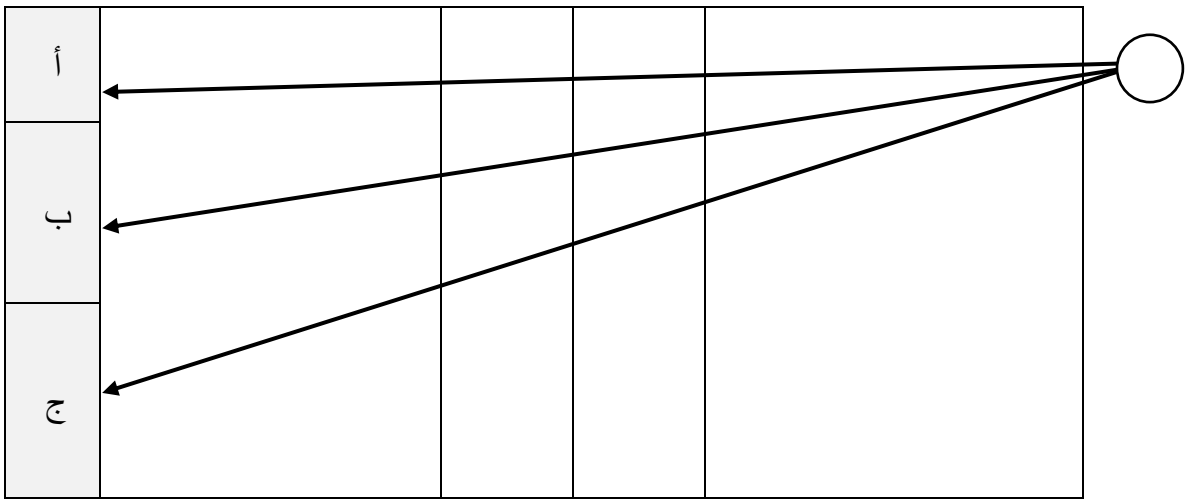
1- دقة الإرسال إرسال

2-دقة الضربة الساحقة

3-4-2 الاختبارات المستخدمة:

3-4-2-1 دقة الإرسال بالكرة الطائرة : (1: 208)

- الهدف من الاختبار :- قياس دقة الإرسال الطويل.
- الأدوات :- ملعب كرة طائرة، كرات طائرة،
- مواصفات الأداء :- من المكان المخصص للإرسال يقوم المختبر بأداء الإرسال نحو نصف الملعب الأخر بحيث يخصص خمس أرسالات للمنطقة(أ) وعشرة للمنطقة(ب) وعشرة ثالثة للمنطقة (ج).
- التسجيل :-
- ثلاث نقاط لكل إرسال صحيح تسقط في الكرة داخل المربع المحدد .
- نقطتان لكل إرسال صحيح تقع فيه الكرة داخل المربع المجاور للمربع المحدد.
- أعلى درجة للاختبار (45)درجة



الشكل (1) يوضح اختبار دقة أداء الإرسال بالكرة الطائرة

3-4-2-2 اختبار دقة الضرب الساحق القطري : (1: 208)

- الهدف من الاختبار:- قياس دقة الضرب الساحق في الاتجاه القطري.
- الأدوات :- ملعب الكرة الطائرة ، كرة طائرة، مرتبتان موضوعتان كما موضح بالشكل(2).

– مواصفات الأداء :– يقوم اللاعب بالضرب من المركز (4)والإعداد عن طريق المدرب من المركز (3) وعلى المختبر أداء(15) ضربة ساحقة .

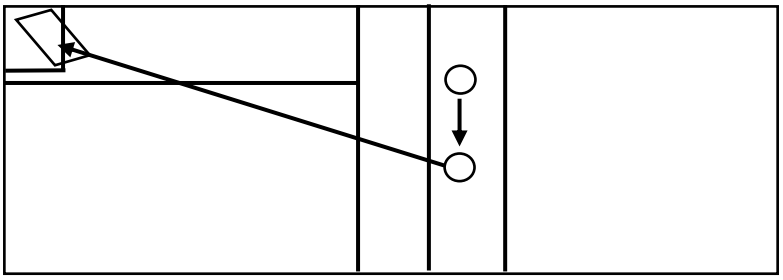
– التسجيل :

– أربع نقاط لكل ضربة ساحقة صحيحة تسقط فيها الكرة على المرتبة المحددة.

– ثلاث نقاط لكل ضربة ساحقة صحيحة تسقط فيها الكرة في المنطقة المخططة

– نقطتان لكل ضربة ساحقة صحيحة تسقط فيها الكرة في المنطقة (أ) أو (ب).

– أعلى درجة للاختبار (60) درجة.



الشكل(2) يوضح اختبار دقة الضرب الساحق القطري بالكرة الطائرة

3–4– التجربة الاستطلاعية :

أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2019/10/7 على عينة من نفس الطالبات في التجربة الرئيسة وذلك لتقنين حمل التمارين المستخدمة وتطبيقها ومعرفة مدى صعوبتها لدى إفراد العينة والتكرارات المطلوبة والزمن المستغرق لتطبيق البرنامج كلك معرفة مستوى اللاعبين لغرض توحيدهم في تطبيق التمرينات بنفس المستوى.

3–5التجربة الميدانية:

3–5–1 الاختبارات القبلية: أجريت الاختبارات القبلية بتاريخ 2019/10/14

3–5–2 طريقة التدريس المعتمدة :

قام الباحث بإعداد تمرينات لمهارتي دقة الإرسال والضرب الساحق وبرمجها داخل وحدات تعليمية ضمن تعليم المهارات الأساسية ووفق شروط أسلوب التعلم الذاتي على وفق التعلم في مجموعات صغيرة.

وتم إعطاء التمرينات التعليمية على شكل صورة فردية في بادي الأمر ثم تم دمجها بالعمل الجماعي المصغر.

وتم تطبيق البرنامج خلال درس كامل وبأقسامه الثلاثة (انظر ملحق (1)) ولمدة ثمان أسابيع ضمن. وبدا تطبيق البرنامج بتاريخ 2019/10/15 وانتهى تطبيقه بتاريخ 2019/12/10

3–5–3 الاختبارات البعدية: أجريت الاختبارات البعدية بتاريخ 2019/12/11

3–6 الوسائل الإحصائية: استخدام نظام (spss) بالمعالجات الإحصائية ولإيجاد ما يلي:

1-الوسط الحسابي

2-الانحراف المعياري

3-معامل الاختلاف

4-اختبار (ت) للعينات المترابطة

5-اختبار (ت) للعينات المستقلة

6-النسبة المئوية.

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

جدول (2)

يوضح قيم (ت)القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في الاختبارات المستخدمة المهارية المستخدمة

ت	الاختبارات المهارية	القبلي		البعدي		الخطاء القياسي	قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
		س	ع	س	ع			
1	دقة الإرسال/درجة	19.874	0.568	22.89	0.986	1.225	2.462	معنوي
2	دقة الضرب الساحق/درجة	25.894	1.668	28.47	0.956	0.667	3.862	معنوي

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (19) وتحت مستوى (0.05)= 2.093

جدول (3)

يوضح قيم (ت)القبلية والبعدية للمجموعة والتجريبية في الاختبارات المهارية المستخدمة

ت	الاختبارات المهارية	القبلي		البعدي		الخطاء القياسي	قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
		س	ع	س	ع			
1	دقة الإرسال/درجة	19.794	0.689	25.94	1.57	1.886	3.258	معنوي
2	دقة الضرب الساحق/درجة	25.987	1.586	31.78	1.65	1.361	4.256	معنوي

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (19) وتحت مستوى (0.05)= 2.093

جدول (4)

يوضح قيم (ت) البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات المهارية المستخدمة

ت	الاختبارات المهارية	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
		س	ع	س	ع		
1	دقة الإرسال/درجة	22.89	0.986	25.94	1.57	7.176	**معنوي**
2	دقة الضرب الساحق/درجة	28.47	0.956	31.78	1.65	7.574	**معنوي**

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (38) وتحت مستوى (0.05)= 2.021

من خلال ملاحظة الجدولين (2)و (3) تبين وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية وللمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح الاختبارات البعدية وهذا يدل على أن المجموعتين قد تعلمت في أداء دقة الإرسال والضرب الساحق ، أي أن الأسلوبين المتبعين التقليدي والتعلم الذاتي (التعلم في مجموعات صغيرة) كان لهما الدور في النجاح وتحقيق النتائج الجيدة في متغيرات البحث .

ويعزو الباحث هذا التعلم والتحسن للمجموعة الضابطة في المهارات نتيجة الالتزام بتنظيم عمل الدرس وكذلك بسبب انتظام والاستمرار في الوحدات التعليمية وفيها مارس الطلاب الأسلوب التعلم الذاتي مما زاد من قدرة المتعلم في الأداء المهاري وهذا ما أشار أليه عنايات محمد احمد (1998) " التنظيم الجيد للدرس ساهم في اكتساب التلاميذ القدرة على معايشة الدرس وفهمه وتعديل سلوكهم بحيث يكتسبوا معايير سلوكية مرغوب فيها ".(4: 92)

ويرى ظاهر هاشم "إن من الظواهر الطبيعية لعملية التعلم انه لابد إن يكون هناك تطور في التعلم ما دام المدرس يتبع الخطوات الأساسية السلمية للتعلم والتعليم والتمرن على الأداء الصحيح والتركيز على المحاولات والتكرار متواصل لحين ترسيخ وثبات الأداء".(3: 102)

إما المجموعة التجريبية فان التعليم في المراحل الأولى تساعد في اكتساب المهارة بالشكل إضافة إلى وجود من يساعده في التقييم الصحيح من خلال المجاميع الصغيرة وهذا مؤشر على نجاح الأسلوب الذاتي "إن فائدة هذا النوع من الأساليب تظهر في المرحلة الأولى من تعلم المهارة عندما يحتاج المتعلم إلى التعرف على نقاط هامة بعد كل أداء لتساعده على تصحيح أدائه الفني".(5: 79)

كذلك يرى الباحث إن أسلوب التعلم الذاتي من الأساليب الناجحة في التعلم وترفع من تعلم المهارات الصعبة منها الإرسال والضرب الساحق وهذا دليل لنجاح الأسلوب والبرنامج الموضوع ويؤكد (سعد محسن ، 1996) " أن البرنامج التعليمي يؤدي حتما إلى تطور الانجاز، أذا بني على أساس علمي في تنظيم عملية التعليم وبرمجته واستعمال الأساليب المناسبة والمتدرجة بالصعوبة وملاحظة الفروق الفردية كذلك استعمال الوسائل التعليمية المؤثرة".(2:98)

كما يؤكد (Schmidt) "بأن لكل مهارة نتعلمها يوجد برنامج حركي لها مخزون في الدماغ. وكلما زاد استخدامها زاد البرنامج الحركي المخزون دقة وصفاء".(8: 281)

إن تعلم مهارة الإرسال والضرب الساحق لايمكن تعلمها بصورة عفوية وإنما تحتاج إلى تطبيق التعلم الصحيح وبوجود أسلوب صحيح لان تعلم إي مهارة لأيتم إلا بالممارسة وزيادة كفاءته وإتقانه للمهارة فالتعلم يكون بمقدار الإجادة بالمعرفة والتطبيق وفي هذا يذكر محمد محمود الحيلة " أن تعليم الطلبة ينبغي إن يكون نشاطاً علمياً منظماً على وفق أسس منطقية ونفسية مدروسة تقوم على التحدي والإثارة والمتعة منطلق من احتياجات الطلبة ومتمشياً مع استعدادهم وقدراتهم ومصمم بطريقة تخفف من القلق والإحباط".(6: 84)

إضافة إن تعلم المجموعة التجريبية يرجع إلى رغبة والدافعية للمتعلمين،وهذا يساعد على زيادة الدقة في التعليم المهاري وهذا ما أكدته ناهدة عبد زيد (2011) "أساليب عدة لإثارة دوافع المتعلم نحو الفعالية أو اللعبة لتعلم مهاراتها وممارستها ومن هذه الأساليب هي تسهيل فرص التعلم الحركي ووضوح الهدف المناسب لتعلم المهارة وتطويرها ،فضلا عن التوازن في إشباع حاجات المتعلم".(7: 29)

5- الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات:

1- طريقة التدريس (التعلم في مجموعات صغيرة) للتعلم الذاتي حققت أهدافها في البرنامج التعليمي في تعلم مهارتي دقة الإرسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة.

2- استخدام مجموعات صغير مهمة في التعلم المهاري للمهارات صعبة الأداء لكي يتم التصحيح وتبادل الأفكار في التطبيق.

2-3 التوصيات:

1- اعتماد طريقة التدريس (التعلم في مجموعات صغيرة) للتعلم الذاتي في البرنامج التعليمي لتعلم مهارتي دقة الإرسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة.

2- ضرورة التأكيد على استخدام مجموعات صغير لأنها مهمة في التعلم المهاري للمهارات صعبة الأداء ولكي يتم التصحيح وتبادل الأفكار في التطبيق.

3- ضرورة إجراء بحوث أخرى على أنواع التعلم الذاتي الأخرى لبيان أهميتها في التعلم ورفع المستوى للمهارات الأساسية بالكرة الطائرة للطالبات.

المصادر

1-احمد عبد المنعم و وحمد صبحي . الأسس التعليمية للكرة الطائرة : القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1997.

2-سعد محسن إسماعيل . تأثير أساليب تدريبية لتنمية القوة الانفجارية للرجلين والذراعين في دقة التصويب البعيد بالقفز عاليا في كرة اليد : أطروحة دكتوراه ، بغداد ، 1996 .

3-ظاهر هاشم إسماعيل: الأسلوب التدريبي المتداخل وأثره في التعليم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة تعليم التنس: أطروحة دكتوراه، جامعة، 2002.

4-عنايات محمد احمد فرج . منهاج وطرق تدريس التربية البدنية :دار الفكر العربي ، القاهرة،1998.

5-عفاف عبد الكريم . التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية : الإسكندرية ، منشاة المعارف، 1990.

6- محمد محمود الحيلة. التصميم التعليمي نظرية وممارسة: ط1، دار للنشر والتوزيع، 1999.

7-ناهدة عبد زيد الدليمي .مختارات في التعلم الحركي : النجف الاشرف،مطبعة دار الضياء للطباعة والنشر،2011.

8-Schmidt: Motor control and learning, humankinetics publishers champion. 1992.
9/https://ar.wikibooks.org/wiki/%D8%A3%D8%B3%D8%A7%D9%84%D9%8A%D8%A8_%D9%88%D8%A3%D9%86%D9%88%D8%A7%D8%B9_%D8%A7%D9%84%D8%AA%D8%B9%D9%84%D9%85 (أساليب وأنواع التعلم)
10/ttps://mawdoo3.com/%D8%A7%D9%84%D8%AA%D8%B9%D9%84%D9%85_%D8%A7%D9%84%D8%B0%D8%A7%D8%AA%D9%8A (التعلم الذاتي)

ملحق (1)

نموذج (من الوحدات التعليمية التعلم الذاتي)

الأسبوع : الأول **هداف الوحدة التعليمية: تعلم المهارات الأساسية بالكرة الطائرة**

الوحدة التعليمية: 1

أقسام الوحدة	الزمن	التفاصيل والتمرينات	التكرارات	الملاحظات
القسم التمهيدي				
القسم الرئيسي: 1-التعليمي 2-التطبيقي	85 دقيقة 50 دقيقة	- بعد تشكيل مجاميع صغيرة من (3) طلبة يتم الإرسال من الساحتين على أرقام مرسومة في الأرض. -تشكيل مجموعة من (4) طلاب كل اثني على ساحة قرب الشبكة والعمل على الأعداد والضرب الساحق على مناطق مرسومة على الأرض. -تقسيم مجموعتين كل مجموعة من (2) طلاب يؤدون الإرسال ولكل طالب 5 كرات بالتناوب للسرعة. -أداء الضرب الساحق بين لاعبين إي (2×2)	2×8 2×10 2×10 2×10	
القسم الختامي				