

## تأثير أسلوب الكتيب المبرمج والعرض التوضيحي في تطوير تركيز الانتباه وتعلم الإرسال الساحق بالكرة الطائرة

أ.د.ناهده عبد زيد الدليمي

م.م.سراب أكرم

م.م.محمد حسن ألوزني

## ملخص البحث

هدف البحث الى التعرف على تأثير أسلوب الكتيب المبرمج والشرح التوضيحي في تطوير تركيز الانتباه وتعلم الإرسال الساحق بالكرة الطائرة، فضلاً عن التعرف على الفروق بين هاذين الأسلوبين، وتم إجراء هذا البحث على عينة من طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية-جامعة بابل للعام الدراسي(2010-2011) وبلغ عددهم (32) طالباً تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين التجريبية الأولى عملت بأسلوب الكتيب المبرمج والتجريبية الثانية عملت بأسلوب والشرح التوضيحي بعد إجراء عمليتي التجانس والتكافؤ، كما تم اختيار الاختبارات الملائمة لمتغيرات البحث المؤثرة في تعلم الإرسال الساحق وتركيز الانتباه بالكرة الطائرة التي حددها الباحثون، مع إجراء تجربة استطلاعية مصغرة على مجموعة بعدد (20) طالباً من خارج عينة البحث الأساسية، مع استعمال الأدوات والوسائل المساعدة في البحث وتم إجراء الاختبارات القبليّة على المجموعتين ومن ثم تطبيق الأسلوبين قيد البحث ضمن الوحدات التعليمية البالغة عددها (8) وحدات في مدة أربعة اسابيع وكان زمن كل وحدة هو (90) دقيقة، بعدها أجريت الاختبارات البعديّة، ومن ثم معالجة نتائج البحث باستعمال الوسائل الإحصائية المناسبة، وقد خرج الباحثون باستنتاجات عدة كان أهمها إن أسلوب الكتيب المبرمج والشرح التوضيحي لهما تأثير إيجابي في تعلم الإرسال الساحق بالكرة الطائرة وتطوير تركيز الانتباه المرتبطة بهذه المهارة، فضلاً عن إمكانية استعمال هاذين الأسلوبين في العملية التعليمية لمادة الكرة الطائرة، وفي ضوء هذه الاستنتاجات يوصي الباحثون بالتأكيد على استعمال الأسلوب الذاتي البرمجي (الكتيب المبرمج) في تعلم الإرسال الساحق بالكرة الطائرة وتطوير تركيز الانتباه المرتبطة بهذه المهارة.

أ.د.ناهده عبد زيد الدليمي / جامعة بابل / كلية التربية الرياضية

م.م.سراب أكرم / جامعة بغداد / كلية التربية للبنات

م.م.محمد حسن ألوزني / جامعة كربلاء / كلية التربية الرياضية

**Abstract**

**Effect of Programmed Manual and Demonstration Show Method in Developing Attention Focus and Learning Serve Spike in Volleyball**

Pro. Dr.: Nahida Abdul Zaid al-Dulaimi

Tech. Ass.: Sarrab Akram

Tech. Ass.: Mohamed Hassan Alwazne

1432 A.H.

2011 A.D.

The research aim was to identify the effect of programmed manual and demonstration show method in developing attention focus and learning serve spike in volleyball, as well as to identify the differences between these two methods, the research was done on a sample of (32) students from the second stage Physical Education college - University of Babylon , academic year ( 2010-2011) and students were divided into two equal group, first experimental group worked in a manner of programmed manual and second group worked in a demonstration show method and after the processes of harmonization and equivalence, then the researchers chose appropriate tests for the research variables, which affecting the learning transmitter these two methods , the researchers did a test on small group (20 students) out side of mean experimental, with the use of tools and aids in the search were did test and pretest for two groups and then apply the two methods under discussion, the program consists (8) units for four weeks, the time was (90) minutes for each unit, after that we did pretest, and then manipulated research data using appropriate statistical tools.

The researchers came up with same conclusion:

-programmed manual and demonstration show method had positive impact in learning serve spike in volleyball and in developing attention focus which associated with this skill, as well as using these two methods in the educational process of volleyball game, under these conclusions certainly researchers recommend to use the method of self- programmed(programmed manual) to learn serve spike in volleyball and in developing focus attention associated with this skill.

1- التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

تعد أساليب التدريس وسيلة مهمة لتنظيم العلاقات بين المتعلم والمدرس والمادة التعليمية خلال مراحل الوحدة التعليمية لغرض التوصل الى الأسلوب التدريسي الذي يحقق الهدف المطلوب ، إذ أن واجبات المدرس ترتبط جميعها بتعليم المتعلمين(الطلاب) وان جميع الخبرات والمواقف التي تساعد على تعلم المهارات الحركية تتمثل في طرائق التدريس واساليبه.

ويعد الأسلوب الذي يجذب حواس المتعلم ويطور قدراته العقلية في عملية الحصول على المعلومات مما يعطيه التركيز طوال مدة الوحدة التعليمية، هو أسلوب جيد، إذ أن العملية التعليمية الحديثة تعتمد على استثمار جميع حواس المتعلم باستعمال الأساليب والوسائل التعليمية المختلفة التي تخاطب أكثر من حاسة من يزيد من الانتباه الذي يوقظ المتعلم في مواقف معينة لاستقبال المعلومات الخاصة بعملية التعلم، وتعد مظاهر الانتباه العوامل الهامة للوصول بالمتعلم الى نواتج التعلم الحركي، لاسيما اذا كان لدى المتعلم القدرة على الانتباه والادراك والتركيز في معدل الانتباه وشدته وثباته في حصوله على المعلومة المطلوبة.

ويعد أسلوب الكتيب المبرمج احد الأساليب التكنولوجية في مجال التعلم الحركي الذي يوفر الجهد والوقت للمدرس في شرح المادة التعليمية، ويعتمد هذا الأسلوب في تحديد الأهداف العامة للكتيب المبرمج الذي يحتوي على اهداف سلوكية(نفس حركية، إدراكية، انفعالية ) تتناسب والفئة العمرية والفروق الفردية بين المتعلمين، فضلاً عن اعتماده على تنظيم المادة التعليمية التي تتضمن تعليمات وارشادات وتقديم العبارات التي تتسم بالاثارة والتشويق وتوزيع اطار المادة(تمهيد، ربط، اطر اعادة، مراجعة، تميز) ورسوم متسلسلة لتوضيح الاداء الفني، أما أسلوب العرض التوضيحي فهو من أساليب التدريس المباشرة، الذي يعتمد على العلاقة بين أوامر المدرس واستجابة المتعلم لها، فجميع القرارات تكون بيد المدرس في التخطيط والتنفيذ والتنبه والمتابعة والوقت، فكل أداء يصدر من المدرس وعلى المتعلم أن يقوم بتقليده، وهو أسلوب قائم على جهد المدرس وحده ويقوم المتعلم بتنفيذ كل ما يطلب منه وبالطريقة التي يريدها المدرس نفسه، ورغم هذا يمكن من خلاله توجيه الشرح للمتعلمين جميعهم لمعرفة الخطوات الأولية لتنفيذ المهارة الحركية.

وتعد الكرة الطائرة من الألعاب الجماعية التي تمارس على مستوى المدارس و لأندية والجامعات، وان تحتوي على مهارات أساسية عدة تتطلب عند تعلمها إلى أساليب تدريس تحقق الغرض التعليمي، ومن هذه المهارات هي مهارة الإرسال الساحق التي تعد من المهارات الهجومية في الكرة الطائرة التي تتطلب الى أسلوب وانتباه في التعلم، لان ادائه يمر بعدة مراحل وخطوات تستوجب التركيز عليها، لذا تتبلوراهمية البحث في استعمال أسلوب الكتيب التعلم المبرمج والشرح التوضيحي وتطبيقهما في المواقف التعليمية المرتبطة في جذب انتباه المتعلم وتركيزه باتجاه عملية تعلم هذه المهارة المهمة.

نظراً لأن مهارة الإرسال الساحق تعد السلاح الأول لأحراز النقاط وتكاد تكون اللبنة الأولى للفريق المهاجم وان تعلمها يتطلب توافر بعض القدرات العقلية عند ممارستها منها تركيز الانتباه المرتبط بتنفيذ المهارة، لذا لابد من قياس تلك القدرات لدى المتعلم المبتدئ المقبل على تعلم هذه المهارة، وذلك قبل البدء في التعلم و التدريب الفعلي مما يؤدي إلى ترشيد الوقت والجهد المبذول.مطلوب

ومن خلال إطلاع الباحثون ومتابعتهم الجادة لهذه اللعبة لاحظوا إن تعلم مهارات الكرة الطائرة يعتمد على الموقف التعليمي الذي يتناسب ونوع المهارة المطلوب تعلمها،فضلا عن طبيعة المتعلم، فليس كل مهارة تحتاج الى الأسلوب نفسه، ولكون الإرسال الساحق مهارة صعبة ومعقدة التنفيذ فهي تحتاج الى أسلوب يجذب تركيز انتباه المتعلم نحوها ومتابعته لعملية التعلم الحركي لاسيما عندما يشعر ان صعوبة المهارة قد تشتت انتباهه وتبعده عن التركيز في تعلمه للمهارة، لذا جاءت فكرة ادخال اساليب تعلم ترتبط بتركيز الانتباه كخطوة علمية لتكون مساهمة فعليه في تنفيذ عملية تعلم المهارات الحركية الصعبة والتي منها مهارة الإرسال الساحق بالكرة الطائرة بصورة تجذب انتباه المتعلم وترفع من قدرة تركيزه ومن ثم اكتساب المهارة واتقانها.

### 1-3 أهداف البحث :

1- التعرف على تأثير أسلوب الكتيب المبرمج والشرح التوضيحي في تطوير تركيز الانتباه وتعلم الإرسال الساحق بالكرة الطائرة.

2- التعرف على الفروق بين أسلوب الكتيب المبرمج والشرح التوضيحي في تطوير تركيز الانتباه وتعلم الإرسال الساحق بالكرة الطائرة.

### 1-4 فرضيات البحث

1- توجد فروق معنوية دالة إحصائية بين الاختبارات القبليه والبعديه للمجموعتين الأولى والثانية في تطوير تركيز الانتباه وتعلم الإرسال الساحق بالكرة الطائرة ولصالح الاختبارات البعديه.

2- توجد فروق معنوية دالة إحصائية في الاختبارات البعديه بين مجموعتي البحث الأولى والثانية في تطوير تركيز الانتباه وتعلم الإرسال الساحق بالكرة الطائرة ولصالح المجموعة التجريبية الأولى (أسلوب الكتيب المبرمج).

### 1-5 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري:- طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية-جامعة بابل للعام الدراسي(2010-2011).

1-5-2 المجال الزمني:- المدة من 2010/11/29 ولغاية 2011/1/13

1-5-3 المجال المكاني:- القاعة الرياضية المغلقة في كلية التربية الرياضية -جامعة بابل.

### 2- الدراسات النظرية والمشابهة

## 1-2 الدراسات النظرية

## 1-1-2 أساليب التدريس:-

أصبح التدريس نظاما واضحا له مدخلاته وعملياته ومخرجاته ، إذ تتمثل المدخلات في الأهداف والمناهج والوسائل التعليمية وتتمثل العمليات في طرائق التدريس وأساليبه المتبعة أم المخرجات فتتمثل فيما يحقق من الأهداف التي رسمها المدرس أو فيما يتم تحقيقه من الأهداف العامة للتربية، ويعرف أسلوب التدريس بأنه الكيفية التي يتناول بها طريقة التدريس في أثناء قيامه بعملية التدريس أو هو الأسلوب الذي يتبعه المدرس في تنفيذ طريقة التدريس بصورة تميزه عن غيره من المدرسين الذين يستعملون الأسلوب نفسه.<sup>1</sup>

وأسلوب التدريس في التربية الرياضية يرشد المدرس عن الأهداف والمحتويات والأساليب والخطوات والأدوات التي تساعد على نجاحه في عملية تعليم الطلبة على أسس علمية.<sup>2</sup>

ويعتمد اختيار هذه الأساليب على مجموعة عوامل أهمها ما يأتي:-<sup>3</sup>

1- طبيعة أهداف الدرس.

2- طبيعة محتوى الدرس.

3- عمر الطالب وخبراته السابقة، ومستواه العقلي والبدني.

4- قدرات المعلم واستعداداته في تنفيذ الدروس.

5- الزمن المتاح والإمكانات المتوفرة.

1-2-2 أسلوب التعليم المبرمج:- هو أسلوب يقوم على تحليل محتوى المادة الدراسية إلى خطوات صغيرة تسمى كل واحدة منها إطار (FRAME) ويكون مجموع الإطارات التي يقوم المتعلم بدراستها وتعلمها بدون مساعدة المدرس وان هذه الإطارات تكون مرتبة ومتسلسلة تسلسلا منطقيات وكل إطار يتعلمه يتلقى تعزيزا في حالة صحة الإجابة ، ومن ثم ينتقل إلى الإطار الثاني وهكذا حتى يتم تعلم المادة العلمية وذلك حسب سرعته على التعلم وقدرته ، ويمكن أن تكون المادة المبرمجة على شكل كتاب أو كراس و من خلال استعمال الآلات التعليمية مثل الحاسوب.<sup>4</sup>

1-2-3 أسلوب التعلم بالشرح التوضيحي:- من أساليب التدريس المباشرة وهو أسلوب قائم على جهد المدرس وحده ويقوم المتعلم بتنفيذ كل ما يطلب منه وبالطريقة التي يريدها المدرس نفسه ، ورغم هذا يمكن من خلاله توجيه الشرح لمجموعة المتعلمين كلهم لمعرفة الخطوات الأولية لتنفيذ المهارة الحركية.<sup>5</sup>

1- قسم المناهج وطرق التدريس، محاضرات في مبادئ طرق تدريس التربية الرياضية، جامعة الزقازيق: كلية التربية الرياضية للبنات، 2007، ص2.

2- فاروق شوقي البوهي و محمد غازي بيومي. مهنة التعليم، الإسكندرية: مطبعة الجمهورية، 2000، ص57.

3- محمود داود الربيعي وسعيد صالح حمد امين. الاتجاهات الحديثة في تدريس التربية الرياضية، العراق، اربيل: مطبعة منارة، 2010، ص154.

4- جابر عبد الحميد. استراتيجيات التدريس والتعلم. القاهرة: دار الفكر العربي، 1999، ص146.

1- محمد سعيد عزمي. أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي بين النظرية والتطبيق، الإسكندرية: منشأة المعارف ، 1996، ص45.

2-1-4 مهارة الإرسال الساحق:- يعد الإرسال الساحق من أشكال الإرسال ذات الطابع الهجومي المباشر التي لها تأثير كبير في لعبة الكرة الطائرة، ويرجع ظهوره إلى عام(1955) في بولندا، في حين يعتقد البعض الآخر إن ظهوره كان في الستينيات وبالتحديد في عام(1960)، وقد احتل هذا الشكل من الإرسال مكانة بارزة في معظم البطولات الدولية التي أقيمت في السنوات الماضية، إذ أصبح استعماله مألوفاً من قبل العديد من فرق الرجال وبطريقة الضرب الساحق على وفق المواصفات الجسمية والبدنية والمهارية للاعبين الكرة الطائرة، إذ تعد هذه المواصفات أساسية ومهمة لتعلم الإرسال الساحق، كذلك يتطلب تنفيذ هذا الإرسال قوة عضلات الرجلين للقفز وعضلات البطن والظهر لتقوس الجسم خلفاً وأماماً وعضلات الأكتاف والذراعين لضرب الكرة حتى يتم تنفيذه من قبل اللاعب بدقة وتركيز تام.1

وتؤدي مهارة الإرسال الساحق بمراحل فنية عدة هي كالآتي:-"2

1-مرحلة الاستعداد.

2-مرحلة رمي الكرة (قذف الكرة).

3-مرحلة الخطوات التقريبية وتكون هذه الخطوات على مرحلتين هما:-

أ-خطوة العدو.

ب-خطوة الوثبة.

4-مرحلة التنفيذ(ضرب الكرة).

5-مرحلة الهبوط.

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

3-1منهج البحث:- استعمل الباحثون المنهج التجريبي بتصميم المجموعات المتكافئة، لملائمته مشكلة البحث وأهدافه.

3-2عينة البحث:- اختيرت عينة البحث من مجتمع البحث الأصلي المتمثل بطلاب المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية-جامعة بابل والبالغ عددهم (94) طالبا، بصورة عشوائية وبعده (32) طالبا، تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين وبواقع(16) طالب لكل مجموعة، وبهذا تكون النسبة المئوية لعينة البحث(34.40%) ، وهي نسبة مناسبة لتمثيل مجتمع البحث تمثيلاً حقيقياً وصادقاً، وكما هو مبين في الجدول (1).

الجدول(1) يبين توزيع عينة البحث

ت	المجموعة	عدد الطلاب في كل مجموعة	الأسلوب التدريسي المتبع لكل مجموعة
---	----------	-------------------------	------------------------------------

<sup>1</sup> BobGambarda.serving, The AVC.A Volley ball Hand Book of Ammerican Press, 5460,33<sup>rd</sup> street,grand Rapids,Michigan,1987,P74.

3-سعد حماد الجميلي .الكرة الطائرة ،تعليم ،تدريب ،تحكيم ،ط1 ،ليبيا: منشورات السابع من أبريل،1997،ص42.

التعلم بأسلوب الكتيب المبرمج	16	التجريبية الأولى	-1
التعلم بأسلوب الشرح التوضيحي	16	التجريبية الثانية	-2
	32	العدد الكلي للعينة	-3

3-3 تجانس العينة وتكافؤ مجموعتي البحث:- للتحقق من تجانس عينة البحث في المتغيرات الآتية(السن والطول والوزن ) قام الباحثون بقياس هذه المتغيرات واستخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري والمنوال ومعامل الالتواء، وكما مبين في الجدول(2).

الجدول(2) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والمنوال ومعامل الالتواء لغرض تجانس أفراد عينة البحث

المعاملات الإحصائية المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المنوال	معامل الالتواء
السن / سنة	19.89	0.92	20	-0.12
الطول/سم	174.27	1.22	172	1.86
الوزن/كغم	69.45	1.51	68	0.96

يبين الجدول(2) أن جميع معاملات الالتواء لأفراد عينة البحث تنحصر ما بين  $(1 \pm)$  مما يدل على تجانس العينة. كما قام الباحثون بإيجاد تكافؤ مجموعتي البحث التجريبتين بالمتغيرات المؤثرة في تعلم الإرسال الساحق وتركيز الانتباه بالكرة الطائرة بهدف البدء بخط شروع واحد، وكما مبين في الجدول(3).

الجدول(3) يبين التوصيف الإحصائي لمتغيرات البحث المؤثرة في تعلم الإرسال الساحق وتركيز الانتباه بالكرة الطائرة بين مجموعتي البحث التجريبتين

نوع الدلالة	(t) المحسوبة	الشرح التوضيحي		الكتيب المبرمج		المعاملات الإحصائية المتغيرات
		ع $\pm$	س	ع $\pm$	س	
غير معنوي	1.50	0.72	53.87	0.67	54.42	القفز للأعلى/سم
غير معنوي	0.79	1.45	28.78	1.32	29.18	قوة القبضة/كغم
غير معنوي	1.25	0.63	3.22	0.76	3.54	تركيز الانتباه/درجة
غير معنوي	0.24	0.79	3.05	0.82	2.98	الأداء الفني للإرسال الساحق/درجة

دقة الإرسال الساحق/درجة	10.77	1.64	10.41	1.54	0.62	غير معنوي
-------------------------	-------	------	-------	------	------	-----------

يتبين من الجدول (3) إن قيم (t) المحسوبة هي اقل من قيمتها الجدولية البالغة (2.04) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (30) مما يعني عدم وجود فروق معنوية بين مجموعتي البحث في متغيرات البحث المؤثرة في تعلم الإرسال الساحق وتركيز الانتباه بالكرة الطائرة، في مما يدل على تكافؤ المجموعتين في الاختبارات قيد البحث.

### 3-4 الوسائل والأدوات والأجهزة المستعملة:

#### 3-4-1 الوسائل البحثية:- استعان الباحثون بالوسائل البحثية الآتية:-

-المصادر والمراجع العربية والأجنبية.

-الملاحظة.

-المقابلات الشخصية

-الاختبارات.

#### 3-4-2 الأدوات والأجهزة المستعملة:- استعان الباحثون بالأدوات والأجهزة الآتية:-

-ملعب كرة طائرة قانوني وكرات طائرة قانونية عدد (16).

-شريط قياس معدني لقياس الطول و ميزان طبي لقياس الوزن.

-صفارة و طباشير ملون.

-حاسبة علمية يدوية وأقلام رصاص.

-استمارة تقويم اختبارات الأداء الفني والدقة للإرسال الساحق بالكرة الطائرة.

-استمارة تقويم اختبارات متغيرات البحث المؤثرة في تعلم الإرسال الساحق وتركيز الانتباه بالكرة الطائرة.

#### 3-5اختيار الاختبارات:- اختار الباحثون الاختبارات قيد البحث\* من خلال الاطلاع على المصادر العلمية

الخاصة بالاختبارات والقياس والكرة الطائرة ،وتم اختيار الاختبارات الآتية:-

1- اختبار قوة القبضة لقياس القدرة العضلية للذراع الضاربة.<sup>1</sup>

2- القفز العمودي لقياس القدرة العضلية للرجلين.<sup>2</sup>

3- اختبار بورن- انغيموف لقياس تركيز الانتباه.<sup>3</sup>

4- اختبائي الأداء الفني والدقة للإرسال الساحق بالكرة الطائرة.<sup>1</sup>

\* ينظر الملحق(1).

1- محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم. الاسس العلمية للكرة الطائرة، طرق القياس والتقويم، بدني، مهاري، معرفي، نفسي، تحليلي، القاهرة: مركز الكتاب للنشر، 1997، ص 231.

2- محمد صبحي حسانين. القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة، ج1، ط4، القاهرة: دار الفكر العربي ، 2001، ص305.

3- اقبال رسمي محمد ومحمد سويدان وانتصار طالب. تركيز الانتباه وعلاقته بمستوى اداء الرمية الحرة بكرة السلة، ليبيا: جامعة السابع من ابريل، المؤتمر العلمي الثاني لعلوم الرياضة، 2004.

3-6 التجربة الاستطلاعية:- أجريت التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2010/11/29 على عينة البحث الاستطلاعية المكونة من (20) طالباً ومن خارج عينة البحث الأساسية، وهدفت هذه التجربة إلى معرفة الأتي:-

-الوقت المستغرق لأداء الاختبارات.

-أسلوب استعمال أدوات و أجهزة القياس والاختبارات .

-تنظيم تسلسل الاختبارات لتسهيل الانتقال من اختبار لآخر لتوفير الوقت و الجهد.

-إيجاد المعاملات العلمية للاختبارات.

3-7 المعاملات العلمية للاختبارات:-

3-7-1 صدق الاختبارات:- للتحقق من صدق الاختبارات استعمل الباحثون صدق التمايز وذلك من خلال

تطبيق الاختبارات على مجموعتين أحدهما بعدد (10) طلاب غير المميزين من مجتمع البحث الأصلي والمجموعة الثانية (10) طلاب مميزين لاعبو منتخب الجامعة بالكرة الطائرة للعام الدراسي

(2010-2011) وتم استبعاد هؤلاء الطلاب من تجربة البحث الرئيسة، وكما هو مبين في الجدول (4).

الجدول (4) يبين معامل صدق التمايز لاختبارات متغيرات البحث المؤثرة في تعلم الإرسال الساحق وتركيز الانتباه بالكرة الطائرة بين المجموعة المميزة و المجموعة غير لمميزة

نوع الدلالة	(t) المحسوبة	المجموعة غير المميزة		المجموعة المميزة		المعاملات الإحصائية المتغيرات
		± ع	س	± ع	س	
معنوي	10.32	2.57	55.45	2.72	65.42	القفز للأعلى/سم
معنوي	11.83	1.23	28.91	1.43	34.67	قوة القبضة/كغم
معنوي	3.86	0.71	3.21	0.62	4.56	تركيز الانتباه/درجة
معنوي	9.85	1.01	3.11	0.94	8.22	الأداء الفني للإرسال الساحق/درجة

4- ناهدة عبدزيدالدليمي. تأثير التداخل في اساليب التمرين على تعلم مهارتي الارسال الساحق والضرب الساحق بالكرة الطائرة، اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد: كلية التربية الرياضية، 2002، ص 78.

دقة الإرسال الساحق/درجة	20.34	1.42	10.26	1.79	13.03	معنوي
-------------------------	-------	------	-------	------	-------	-------

يبين الجدول (4) إن قيم (t) المحسوبة جاءت أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.10) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (18) مما يدل على صدق الاختبارات قيد البحث.

**3-7-2 ثبات الاختبارات:-** قام الباحثون بإيجاد ثبات الاختبارات وذلك بتطبيق الاختبارات ومن ثم إعادة تطبيقها على أفراد عينة البحث الاستطلاعية بفارق زمني (7) أيام، وجاءت قيم معامل الثبات للاختبارات قيد البحث على التوالي (0.89، 0.86، 0.84، 0.89، 0.86) مما يدل على تمتع الاختبارات قيد البحث بمعاملات ثبات عالية.

**3-7-3 موضوعية الاختبارات:-** إن أغلب الاختبارات المستعملة في البحث سهلة وواضحة الفهم وغير قابلة للتأويل وبعيدة عن التقويم الذاتي للمقوم، لكن الباحثون أوجدوا موضوعية اختبار الأداء الفني للإرسال الساحق بالكرة الطائرة من خلال درجات مقومين اثنين\*<sup>1</sup>، واستعمل الباحثون معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجاتهما، وكانت قيمة معامل الارتباط عالية إذ تتمتع بدرجة عالية من الموضوعية، إذ بلغت درجة الموضوعية (0.89).

**3-8 إجراء التجربة الرئيسية:-** تم إجراء الاختبارات القبليّة لعينة البحث بتاريخ 9/ 12/ 2011، بعد تنفيذ وحدتين تعليميتين أوليتين، تضمن فيها شرح مهارة الإرسال الساحق بعد الاستعانة بالأنموذج الحي المثالي في عرض المهارة، ومن ثم قامت عينة البحث بتطبيق هذه المهارة خلال الوحدتين التعليميتين، وفي نهاية الوحدة التعليمية الثانية\*، تم إجراء الاختبارات القبليّة الخاصة بمتغيرات البحث المؤثرة في تعلم الإرسال الساحق وتركيز الانتباه بالكرة الطائرة، واستغرق المنهج التعليمي مدة (4) أسابيع بواقع وحدتان تعليمية أسبوعياً، وبلغ مجموع الوحدات التعليمية لمهارة الإرسال الساحق (8) وحدات تعليمية وكان زمن الوحدة التعليمية (90) دقيقة، إذ قام الباحثون بتطبيق مفردات المنهج التعليمي على وفق أسلوب الكتيب المبرمج والشرح، وبعد إكمال الوحدات التعليمية الكلية، أجريت الاختبارات البعدية للمجموعتين الأولى والثانية بتاريخ 13/ 1/ 2011، وبالظروف نفسها التي كانت عليها الاختبارات القبليّة لهذه المهارة.

### 3-9 المعاملات الإحصائية:- استعان الباحثون بالمعاملات الإحصائية الآتية:- (\*)

\* قام بتقويم الأداء الفني لمهارة الإرسال الساحق بالكرة الطائرة :-

1- م. د. نبيل عبد الكاظم عذاب. 2- م. م. حيد محمود عبود.

\* ينظر الملحق (2).

\* تم الاعتماد على المراجع الآتية لاستعمال الوسائل الإحصائية :-

-النسبة المئوية.

-الوسط الحسابي.

-الانحراف المعياري.

-المنوال.

-معامل الالتواء.

اختبار (t) للعينات المتناظرة وغير المتناظرة (المستقلة).

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها.

4-1 عرض نتائج لمجموعي البحث الأولى (الكتيب المبرمج) والثانية (الشرح التوضيحي) وتحليلها.

4-1-1 عرض نتائج مجموعة البحث الأولى (الكتيب المبرمج) وتحليلها ومناقشتها.

الجدول (5) يبين النتائج الإحصائية لقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارات القبلية والبعديّة بأسلوب الكتيب

المبرمج في تعلم الإرسال الساحق وتطوير تركيز الانتباه

نوع الدلالة	(t) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المعاملات الإحصائية المتغيرات
		ع ±	س	ع ±	س	
معنوي	3.56	0.96	5.94	0.76	3.54	تركيز الانتباه/درجة
معنوي	3.49	1.02	6.98	0.82	2.98	الأداء الفني للإرسال الساحق/درجة
معنوي	4.11	1.74	16.23	1.64	10.77	دقة الإرسال الساحق/درجة

1- محمد جاسم الياسري ومروان عبد المجيد . الأساليب الإحصائية في مجالات البحوث التربوية , ط1 , عمان: مؤسسة الوراق , ص 137 .

2- وديع ياسين التكريتي وحسن محمد العبيدي . التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية , الموصل : دار الكتب ،

1999 , ص102 ، 155 ، 279 ، 272 .

3- Okebukola P. A. Cooperative Learning and Student Attitude to Laboratory Work, School Science and Mathematics, 1989 , Vol. 86, No. 7.

يبين الجدول (5) إن قيم (t) المحسوبة جاءت اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.13) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (15) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبليّة والبعدية لمجموعة الكتيّب المبرمج في اختبارات تركيز الانتباه الأداء الفني والدقة للإرسال الساحق بالكرة الطائرة ولصالح الاختبارات البعدية، ويعزو الباحثون سبب هذه الفروق في تعلم الإرسال الساحق وتطور تركيز الانتباه لدى متعلمي هذه المجموعة إلى قدرة مدرس المادة على ضبط واستثمار وقت الوحدة التعليمية في تنفيذ المهام والواجبات التدريسية باستعمال أسلوب الشرح التوضيحي الذي ساعد في فهم واستيعاب المتعلم وإدراكه لأجزاء المهارة، وذلك من خلال التدرج الواضح في عرضها بأقسامها الثلاثة (التحضيرية، الرئيس، الختامي) إذ إن " استخدام الصور التوضيحية التي اندرجت في فقرات المنهج التعليمي بمساعدة عرض الأنموذج الحي للمهارة، قد أتاح للمتعلم فهماً وإدراكاً واستيعاباً لطبيعة الحركة".1

4-1-2 عرض نتائج مجموعة البحث الأولى (الشرح التوضيحي) وتحليلها ومناقشتها.

الجدول (6) يبين النتائج الإحصائية لقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارات القبليّة والبعدية بأسلوب الشرح التوضيحي في تعلم الإرسال الساحق وتطوير تركيز الانتباه

نوع الدلالة	(t) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المعاملات الإحصائية المتغيرات
		ع ±	س	ع ±	س	
معنوي	2.98	0.72	3.98	0.63	3.22	تركيز الانتباه/درجة
معنوي	3.12	0.95	5.15	0.79	3.05	الأداء الفني للإرسال الساحق/درجة
معنوي	3.25	1.35	14.56	1.54	10.41	دقة الإرسال الساحق/درجة

يبين الجدول (6) إن قيم (t) المحسوبة جاءت اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.13) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (15) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبليّة والبعدية لمجموعة

1- عادل فاضل علي، تأثير استخدامات أنظمة قواعد المعرفة في برامج التعلّم بالأنموذج الرمزي لتعلم المهارات الهجومية بالمبارزة، أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد: كلية التربية الرياضية، 2000، ص 95.

الشرح التوضيحي في اختبارات في اختبارات تركيز الانتباه الأداء الفني والدقة للإرسال الساحق بالكرة الطائرة ولصالح الاختبارات البعدية، ويعزو الباحثون سبب هذه الفروق في تعلم الإرسال الساحق وتطور تركيز الانتباه لدى متعلمي هذه المجموعة إلى أن المتعلم بهذا الأسلوب يتعلم بصورة ذاتية الأمر الذي يكون لديه القدرة على مواصلة الانتباه للحصول على المعلومة إذ أن "التعليم الحديث يعتمد على استثمار جميع حواس المتعلم باستعمال الوسائل المختلفة التي تخاطب أكثر من حاسة في تنشيط عملية التعلم".<sup>1</sup>

كما يعزو الباحثون سبب التحسن في التعلم وتركيز الانتباه باستعمال هذا الأسلوب إلى كونه يتم على وفق معيار واحد ويترك أثرا للتعلم ويوفر الوقت والجهد في شرح المهارة المطلوب تعلمها ويثير قدرة الانتباه والتركيز لدى المتعلم.

1-4-3 عرض النتائج بين مجموعتي البحث الأولى (الكتيب المبرمج) والثانية (الشرح التوضيحي) وتحليلها ومناقشتها.

الجدول (7) يبين النتائج الإحصائية لقيمة (t) المحسوبة في الاختبارات والبعدية بين مجموعتي البحث الأولى (الكتيب المبرمج) والثانية (الشرح التوضيحي) في تعلم الإرسال الساحق وتطوير تركيز الانتباه

نوع الدلالة	(t) المحسوبة	مجموعة الشرح التوضيحي		مجموعة الكتيب المبرمج		المعاملات الإحصائية المتغيرات
		س	± ع	س	± ع	
معنوي	6.32	0.72	3.98	0.96	5.94	تركيز الانتباه/درجة
معنوي	5.09	0.95	5.15	1.02	6.98	الأداء الفني للإرسال الساحق/درجة
معنوي	2.94	1.35	14.56	1.74	16.23	دقة الإرسال الساحق/درجة

1- محمد لبيب ومحمد منير . المناهج والوسائل التعليمية، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية، 1997، ص128.

يبين الجدول (7) إن قيم (t) المحسوبة جاءت أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.04) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (30) مما يدل على وجود فروق معنوية بين مجموعتي مجموعة الكتيب المبرمج والشرح التوضيحي في اختبارات تركيز الانتباه الأداء الفني والدقة للإرسال الساحق بالكرة الطائرة ولصالح مجموعة الكتيب المبرمج، ويعزو الباحثون سبب الفروق بين هاذين الأسلوب وتقوق أسلوب الكتيب المبرمج إلى أن هذا استعمال التطور التكنولوجي في عملية التعلم قد يحقق الأهداف المطلوبة في العملية التدريسية ويجذب المتعلم ويطور انتباهه طوال مدة الوحدة التعليمية وهذا ما أكد عليه مونسون (mohnsen) (2001) في دراسته التي أشارت إلى أن التعلم المبرمج يقوي الدافعية ويثير المتعلم ويزيد من انتباهه وتركيزه مقارنة مع الأساليب المتبعة (التقليدية).<sup>1</sup>

كما أن استعمال أسلوب الكتيب المبرمج ساعد بشكل فعال في تعلم هذه المهارة لأنه يعد من الأساليب العلمية الحديثة التي يكون فيها المتعلم محور العملية التعليمية مما يزيد من دافعيته نحو عملية التعلم، فضلاً عن انه عمل على توفير وقت كافٍ لتطبيق وتقديم المعلومات وتصحيح الأخطاء مما أتاح فرصة أكبر للتدريب على المهارة. 2، فضلاً عن تطوير تركيز الانتباه المرتبطة بمهارة الإرسال الساحق قيد البحث الذي جاء نتيجة إن هذا الأسلوب يتم بمصادر الاهتمام والدافع والتشويق إلى عملية التعلم والانتباه التلقائي والعمل النشط كما يكون سلوك المتعلم في هذا الأسلوب سلوك مستقل كفرد وكعضو في مجموعته ويزوده بتعليمات تكفي ضمان حصوله على خبرة قيمة وذلك يضمن اتجاهاته في استعمال قدراته للتعرف على المبادئ والأجزاء التفصيلية للمهارة والتركيز عليها ويمثل هذا الأسلوب أسلوباً تعليمياً يسمح للمتعلم بتطوير معرفته من خلال خبرات عملية مباشرة.<sup>3</sup>

#### 5- الاستنتاجات والتوصيات:

##### 1-5 الاستنتاجات:-

استنتج الباحثون ما يأتي:-

- 1- إن أسلوب الكتيب المبرمج والشرح التوضيحي لهما تأثيراً إيجابياً في تعلم الإرسال الساحق بالكرة الطائرة وتطوير تركيز الانتباه المرتبطة بهذه المهارة.
- 2- التعلم بأسلوب الكتيب المبرمج أفضلية. في تعلم الإرسال الساحق بالكرة الطائرة وتطوير تركيز الانتباه المرتبطة بهذه المهارة.
- 3- إمكانية استعمال هاذين الأسلوبين في العملية التعليمية لمادة الكرة الطائرة.

##### 5-2 التوصيات:-

يوصى الباحثون بما يأتي:-

- 1- التأكيد على استعمال أسلوب الكتيب المبرمج في تعلم الإرسال الساحق بالكرة الطائرة وتطوير تركيز الانتباه المرتبطة بهذه المهارة.

<sup>1</sup> -mohnsen B.using instructional sofwaer to meet national physical education stndards.Jouranal of physica Education,Recreation and dance,72,(3).2001,p19-22.

2 - فايزة محمد شبل. تأثير برنامج مقترح باستخدام الأسلوب المتباين على تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة، أطروحة دكتوراه، جامعة طنطا : كلية التربية الرياضية، 2001، ص40.

3- دعاء محمد محي الدين. تأثير استخدام بعض أساليب التدريس على تعلم مسابقة قذف القرص، أطروحة دكتوراه، جامعة طنطا : كلية التربية الرياضية، 2000، ص34.

- 2- ضرورة الاهتمام بإدخال الأسلوب الذاتي البرمجي (الكتيب المبرمج) في تعلم مهارات الكرة الطائرة الأخرى بصورة خاصة ومهارات الألعاب الرياضية بصفة عامة وفي المراحل العمرية المختلفة.
- 3- التأكيد على تدريب المتعلمين على كيفية استعمال التعلم الذاتي وبأساليبه المختلفة.
- 4- ضرورة إجراء المزيد من الدراسات التي تستعمل أساليب التدريس المختلفة الحديثة لغرض تعلم الأداء الفني ودقته وتطويره بالكرة الطائرة.

#### المصادر

- اقبال رسمي محمد ومحمد سويدان وانتصار طالب. تركيز الانتباه وعلاقته بمستوى اداء الرمية الحرة بكرة السلة، ليبيا: جامعة السابع من ابريل، المؤتمر العلمي الثاني لعلوم الرياضة، 2004.
- جابر عبد الحميد. استراتيجيات التدريس والتعلم. القاهرة: دار الفكر العربي، 1999.
- سعد حماد الجميلي. الكرة الطائرة، تعليم، تدريب، تحكيم، ط1، ليبيا: منشورات السابع من أبريل، 1997.
- دعاء محمد محي الدين. تأثير استخدام بعض أساليب التدريس على تعلم مسابقة قذف القرص، أطروحة دكتوراه، جامعة طنطا : كلية التربية الرياضية، 2000.
- عادل فاضل علي. تأثير استخدامات أنظمة قواعد المعرفة في برامج التعلم بالأنموذج الرمزي لتعلم المهارات الهجومية بالمبارزة، أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد : كلية التربية الرياضية، 2000.
- فاروق شوقي البوهي و محمد غازي بيومي. مهنة التعليم، الإسكندرية: مطبعة الجمهورية، 2000.
- فايضة محمد شبل. تأثير برنامج مقترح باستخدام الأسلوب المتباين على تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة، أطروحة دكتوراه، جامعة طنطا : كلية التربية الرياضية، 2001.
- قسم المناهج وطرق التدريس، محاضرات في مبادئ طرق تدريس التربية الرياضية، جامعة الزقازيق: كلية التربية الرياضية للبنات، 2007.
- محمد جاسم الياسري ومروان عبد المجيد. الأساليب الإحصائية في مجالات البحوث التربوية، ط1، عمان: مؤسسة الوراق.

- محمود داود الربيعي وسعيد صالح حمد امين. الاتجاهات الحديثة في تدريس التربية الرياضية، العراق، اربيل: مطبعة منارة، 2010.

- محمد سعيد عزمي. أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي بين النظرية والتطبيق، الإسكندرية: منشأة المعارف ، 1996.

- محمد لبيب ومحمد منير. المناهج والوسائل التعليمية، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية، 1997.

- محمد صبحي حسانين وحمد عبد المنعم. الاسس العلمية للكرة الطائرة، طرق القياس والتقويم، بدني، مهاري، معرفي، نفسي، تحليلي، القاهرة: مركز الكتاب للنشر، 1997.

- محمد صبحي حسانين. القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة، ج1، ط4، القاهرة: دار الفكر العربي ، 2001.

- ناهدة عبدزيد الدليمي. تأثير التداخل في اساليب التمرين على تعلم مهارتي الارسال الساحق والضرب الساحق بالكرة الطائرة، اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد: كلية التربية الرياضية، 2002.

- وديع ياسين التكريتي و حسن محمد العبيدي . التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، الموصل : دار الكتب ، 1999.

-Bob Gambarda.serving, The AVC.A Volley ball Hand Book of Ammerican Press, 5460,33rd street,grand Rapids,Michigan,1987.

- Okebukola P. A. Cooperative Learning and Student Attitude to Laboratory Work, School Science and Mathematics, 1989, Vol. 86, No.7.

-mohnsen B.using instructional sofwaer to meet national physical education stndards.Jouranal of physica Education,Recreation and dance,72,(3).2001.

### الملحق (1) يبين مواصفات الاختبارات قيد البحث

#### 1- اختبار القفز إلى الأعلى.

- الهدف من الاختبار: - قياس القدرة العضلية للراجلين.

- الأدوات المستعملة:- حائط يثبت عليه الأرقام بالسنتيمتر

- مواصفات الاختبار:- يغمر المتعلم المختبر أصابعه بمسحوق الطباشير وتكون ذراعه المميزة بجانب الحائط المرقم وترفع الذراع المميزة على كامل امتدادها لوضع علامة على الحائط ويجب عدم رفع الكعبين ويسجل الرقم الذي وضع العلامة عليه، من ثم يقوم المتعلم المختبر بالقفز عاليا من وضع الوقوف ليستطيع الوصول بيده المميزة إلى أقصى ارتفاع لوضع علامة على الحائط.

- الشروط:- يمنح كل متعلم مختبر محاولتان، و عند أداء المحاولة عدم رفع الكعبين و الذراع المميزة تكون على كامل امتدادها.

- التسجيل:- يسجل أقصى ارتفاع قفز إليه المتعلم المختبر.

#### 2- اختبار قوة القبضة

- الهدف من الاختبار:- قياس القدرة العضلية للذراعين.

- الأدوات المستعملة:- جهاز ديناموميتر

- مواصفات الاختبار: - يمسك المتعلم المختبر الجهاز في قبضة اليد المميزة (اليد الضاربة) ويقوم بالضغط على الجهاز بقوة، وعندما بوقف المؤشر تسجل القراءة بالكيلو غرام.

- الشروط: - يمنح كل متعلم مختبر ثلاث محاولات، ويشترط عدم ملامسة الذراع القابضة لأي جزء من الجسم والامتناع عن أداء حركات المرجحة للذراع المستعملة.

- التسجيل: - تسجل أقصى قراءة وصل إليها المتعلم المختبر.

3- اختبار بورن - انفيوموف للانتباه.

- الهدف من الاختبار: - قياس القدرة على تركيز الانتباه.

- الأدوات المستعملة: - ساعة توقيت، قلم، ورقة، مصباح ضوئي.

- مواصفات الاختبار: - يقوم المتعلم المختبر بالشطب كل (5) ثواني يعطي إشارة ضوئية بشطب أي تركيب يختاره الباحث وليكن (Ee) ويتم حسابه عن طريق  $K=u1-u2$ ، وتعني U1 هي شدة الانتباه في مدة دقيقة بدون استعمال إشارة ضوئية، وU2 هي شدة الانتباه في مدة دقيقة مع استعمال الإشارة الضوئية.

- الشروط: - يؤدي الاختبار أولاً بدون إشارة ضوئية ثم باستعمال الإشارة الضوئية، وبحسب الفرق بينهما.

4- اختبار تقويم الأداء الفني لمهارة الإرسال الساحق.

- الهدف من الاختبار: تقويم الأداء الفني لمهارة الإرسال الساحق من خلال الشكل الظاهري لها وبأقسامها الثلاث (التحضيرى والرئيس و النهائي) .

- الأدوات المستعملة: - ملعب كرة طائرة قانوني، كرات طائرة قانونية عدد (3)، استمارة تقويم.

- مواصفات الأداء: - يقوم الطالب المختبر بأداء مهارة الإرسال الساحق من منتصف منطقة الإرسال المحددة بـ(9) م إلى الملعب المقابل على أن تعبر الكرة الشبكة محاولاً إسقاطها في النصف المقابل من الملعب، يعطى ثلاث محاولات لكل متعلم مختبر لأداء المهارة.

- التسجيل: يتم تقويم المحاولات الثلاث لكل متعلم مختبر ويمنح عنها ثلاث درجات علماً أن الدرجة التقويمية النهائية لكل محاولة هي (10) درجات موزعة على أقسام المهارة الثلاثة، ويتم بعدها اختيار أفضل درجة لكل متعلم مختبر.

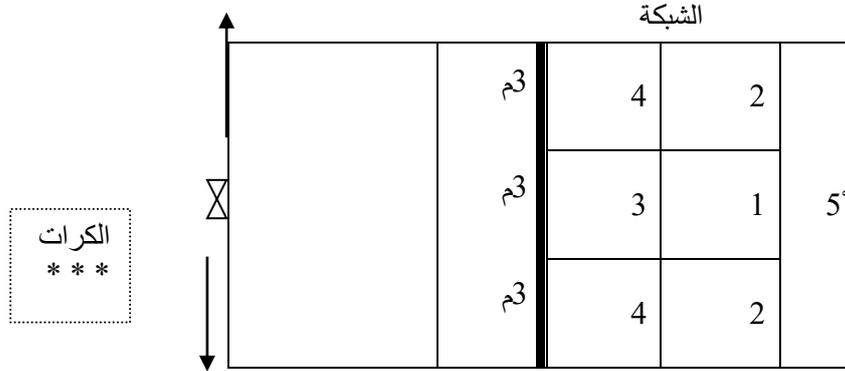
5- تقويم دقة أداء الإرسال الساحق بالكرة الطائرة.

- الهدف من الاختبار: - تقويم دقة أداء الإرسال الساحق.

- الأدوات المستعملة: - ملعب كرة طائرة قانوني وكرات طائرة قانونية عدد (5) وشريط ملون لتقسيم مناطق الملعب.

- مواصفات الأداء: يقف المتعلم المختبر في منتصف الخط النهائي للملعب (النصف المواجه لنصف الملعب المخطط) على بعد (9) أمتار من الشبكة، وفي هذا المكان يكون المتعلم المختبر ممسكاً بالكرة ليقوم بأداء الإرسال الساحق لتعبر الكرة الشبكة إلى النصف المخطط من الملعب.

- شروط الأداء : في حالة عبور الكرة إلى نصف الملعب المخطط أو خروجها إلى خارج الملعب تحتسب محاولة للمتعلم المختبر (من ضمن المحاولات الخمس).
- التسجيل : يأخذ المتعلم المختبر درجة المنطقة التي تقع فيها الكرة لكل إرسال صحيح وحيث أن لكل متعلم مختبر (5) محاولات ولكون الدرجات موزعة على المناطق من (1-5) درجات فان الدرجة العظمى لهذا الاختبار هي (25) درجة مع ملاحظة انه في حالة سقوط الكرة على خط يفصل بين منطقتين تحتسب للمتعلم المختبر درجة المنطقة الأعلى ، وكما موضح في الشكل الآتي.



الشكل يوضح اختبار تقويم دقة أداء الإرسال الساحق بالكرة الطائرة.

الملحق (2) أ نموذج لوحة تعليمية أولية لمهارة الإرسال الساحق

عدد المجموعة :- 16 طالباً

المرحلة :- الثانية

زمن الوحدة :- 60 دقيقة

الهدف : تعلم الإرسال الساحق لكرة الطائرة

ت	أقسام الوحدة	الوقت	تفاصيل مفردات الوحدة التعليمية
1-	القسم التحضيري	10 دقائق	إحماء عام للجسم وتمارين بدنية خاصة بالمهارة .
2-	القسم الرئيسي	45 دقيقة	
	الجانب التعليمي	10 دقائق	- معلومات عامة من مهارة الإرسال الساحق وأهميتها وشرح الأداء الفني للمهارة وذكر أهم الأخطاء الشائعة فيها لتجنبها. - عرض صور ورسوم توضيحية لمهارة الإرسال الساحق على المتعلمين. - قيام أنموذج حي بعرض المهارة أمام المتعلمين

<ul style="list-style-type: none"> <li>- أداء المهارة بدون كرة.</li> <li>- أداء المهارة مع كرة على بعد 3 أمتار من الشبكة</li> <li>- أداء المهارة مع كرة على بعد 6 أمتار من الشبكة</li> <li>- أداء المهارة مع كرة على بعد 9 أمتار من الشبكة</li> <li>- تغذية راجعة (إعطاء معلومات للمتعلمين عن أدائهم وعن الأداء الصحيح للمهارة) .</li> </ul>	<p>25 دقيقة 5 دقائق 5 دقيقة 5 دقيقة 5 دقيقة 5 دقيقة</p>	<p>الجانب التطبيقي</p>	
<p>تمارين تهدئة واسترخاء للجسم</p>	<p>5 دقيقة</p>	<p>القسم النهائي</p>	<p>-3</p>