



The effect of the reciprocal method in developing some local and motor abilities and learning the two skills of passing from the top and from the bottom for the players of the Hit Volleyball Department of Education.

Mohaned Suri Mohamed^{1*}

Tahreer Suri Mohamed¹

1 - The General Directorate of Anbar Education / Heet Education Department

<http://doi.org/10.25130/sc.21.2.16>

Article info.

Article history:

-Received: 24/11/2021

-Accepted: 21/12/2021

-Available online: 31/12/2021

Keywords:

- Reciprocal method

- Agility

- Explosive power

© 2021 This is an open access article under the CC by licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



Abstract

The study aimed to prepare an educational curriculum according to the reciprocal method of some physical and motor abilities and the two skills of passing from top and bottom in volleyball, and to identify the effect of the reciprocal method in developing some physical and motor abilities and learning the skills of passing from top and bottom in volleyball. The researchers used the experimental method for its suitability and the nature of the problem. The research sample was represented by the students of the Heet Education Department for the intermediate stage, which numbered (14) students, and they were divided into two control and experimental groups. One of the most important recommendations is to emphasize the use of the reciprocal method in the process of learning skills.

*** Corresponding Author: mohanedsooreem@gmail.com The General Directorate of Anbar Education / Heet Education Department.**

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت 2021/12/31
الكلمات المفتاحية

أثر الاسلوب التبادلي في تطوير بعض القدرات البدنية والحركية وتعلم مهارتي التمرير من الاعلى ومن الاسفل للاعبي منتخب قسم تربية هيت بالكرة الطائرة

م. د تحرير سوري محمد

م. د مهند سوري محمد

المديرية العامة لتربية الانبار
/ قسم تربية هيت

- الاسلوب التبادلي
- القوة الانفجارية
- الرشاقة

الخلاصة:

هدفت الدراسة الى اعداد منهاج تعليمي وفق الاسلوب التبادلي لبعض القدرات البدنية والحركية ومهارتي التمرير من الاعلى ومن الاسفل بالكرة الطائرة ، والتعرف على اثر الاسلوب التبادلي في تطوير بعض القدرات البدنية والحركية وتعلم مهارتي التمرير من الاعلى والاسفل بالكرة الطائرة .، واستخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة المشكلة ، تمثلت عينة البحث بطلاب منتخب قسم تربية هيت للمرحلة المتوسطة والبالغ عددهم (14) طالب وتم تقسيمهم الى مجموعتين ضابطة وتجريبية ، واستخدمت الوسائل الاحصائية الملائمة لمعالجة البيانات ، ومن خلال النتائج التي حصل اليها استنتج تفوق الاسلوب التبادلي على الاسلوب الامري في عملية التعلم على متغيرات البحث ومن اهم التوصيات التأكيد على استخدام الاسلوب التبادلي في عملية تعلم المهارات .

1- التعريف بالبحث**1-1 المقدمة وأهمية البحث:**

ان العالم اليوم يشهد تطوراً كبيراً في مختلف المجالات بصورة عامة والمجال الرياضي بصورة خاصة حيث ان اغلب دول العالم قامت بتوظيف كل الامكانيات والقدرات من اجل الوصول الى اعلى المستويات . ان التطور على المستوى الرياضي يعتمد على اعداد اللاعبين من مختلف النواحي البدنية والمهارية والعقلية والنفسية والتربوية والخططية من اجل تحقيق اعلى المستويات في الالعاب كافة . ان لعبة الكرة الطائرة هي واحدة من الالعاب الجماعية التي اصبحت لها شعبية كبيرة في العالم وذلك لما تحتويه من اداء فني عالي وايقاع سريع يجذب الجمهور على مشاهدتها والتمتع بها . وان خصائص هذه اللعبة تتطلب من اللاعب الاعداد الجيد لاداء المهارات بصورة متقنة وهذا يتوجب على القائمين على هذه اللعبة استخدام اساليب تعليمية تمكن اللاعب من اتقان المهارات الخاصة باللعبة وان الاسلوب التبادلي احد هذه الاساليب الذي يعطي فرصه كبيرة للمتعلم من حيث اكتساب الجانب المعرفي والمهاري وهذا ينعكس ايجاباً على اداء المهارات واتقانها .

2-1 مشكلة البحث:

من خلال مشاهدة الباحثان لأغلب تدريبات منتخب قسم تربية هيت لوحظ ان هناك ضعف في اداء مهارتي التمرير من الأعلى ومن الاسفل بالكرة الطائرة وهذا ما انعكس سلبا على نتائج الفريق وان هذا الضعف اثر بشكل كبير على الاداء الفني لبقية المهارات ومنع الفريق من بناء مركبات هجومية بالتالي اصبح الفريق ضعيفا في الدفاع والهجوم . لذا استخدم الباحثان الاسلوب التبادلي في تنفيذ الوحدات التعليمية.

1-3 هدف البحث:

1- التعرف على اثر الاسلوب التبادلي في تطوير بعض القدرات البدنية والحركية وتعلم مهارتي التمرير من الاعلى والاسفل بالكرة الطائرة .

2- قام الباحثان بإعداد منهاج تعليمي على وفق الاسلوب التبادلي

1-4 فرضا البحث:

1- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية للقدرات البدنية والحركية ومهارتي التمرير من الاعلى ومن الاسفل.

2- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية للقدرات البدنية والحركية ومهارتي التمرير من الاعلى ومن الاسفل.

1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري : منتخب قسم تربية هيت للمرحلة المتوسطة بالكرة الطائرة للعام الدراسي 2021.

1-5-2 المجال الزمني : للمدة من 2021/1/22 ولغاية 2021/3/3.

1-5-3 المجال المكاني : ملعب متوسطة العاصفة للبنين

1-6 مصطلحات البحث:

- الاسلوب التبادلي : " وهو اسلوب اخر من اساليب التربية الرياضية ظهر في الولايات المتحدة الامريكية حيث يعطي الطالب دورا رئيساً في العملية التعليمية ويعتمد هذا الاسلوب على ما يسمى الطالب المراقب والطالب المؤدي" (1) .

3- اجراءات البحث:**3-1 منهج البحث:**

استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة ذات الاختبارين القبلي والبعدي وذلك لملائمته وطبيعة البحث ..

(1) علي الديري : مقارنة فاعلية زمن الاداء العقلي بدراسة التربية الرياضية لكل من الطريقتين التقليدية والتبادلية ، بحث منشور ، مجلة بحوث التربية الرياضية ، المجلد الثالث ، جامعة الزقازيق ، 1986 ، ص 219.

3-2 مجتمع البحث وعينته:

تمثل مجتمع البحث بلاعبي الفرق المدرسية للمرحلة المتوسطة لمدارس قسم تربية هيت البالغ عددهم (96) موزعين على ثمان مدارس للعام الدراسي 2021. اما عينة البحث فقد تم اختيارها بصورة عمدية لمنتخب قسم تربية هيت والبالغ عددها (14) طالب قسمو الى مجموعتين ضابطة وتجريبية كل مجموعة (7) طالب وبذا تكون النسبة المئوية (14.58) .

3-3 ادوات البحث ووسائل جمع المعلومات:

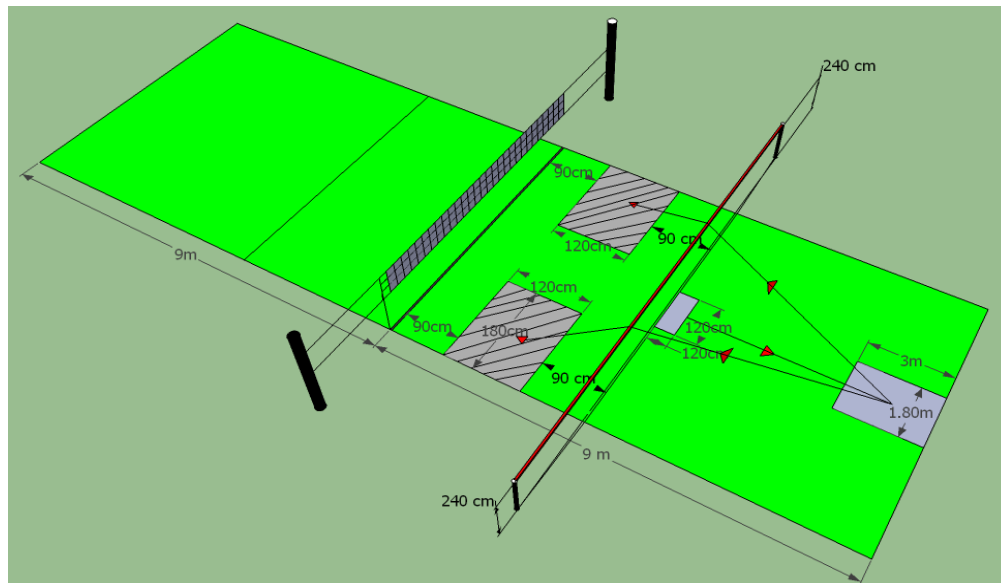
- المصادر والمراجع
- الاختبارات
- شريط قياس
- كرات طائرة عدد (4)
- شريط لاصق ملون
- موانع عدد (4)
- ساعة توقيت
- صافرة
- كرة طبية زنة (3كغ)
- كرسي / حزام لتثبيت الجذع
- مرتبة تمرينات
- قائمان عدد (2) ارتفاع (240سم)
- حبل طول (12م)

3-4 الاختبارات المستخدمة في البحث:**❖ الاختبارات المهارية:****1- اختبار دقة التمرير من الاعلى بالكرة الطائرة⁽¹⁾**

- **الغرض من الاختبار :** قياس مهارة التمرير من الأعلى من المنطقة الخلفية نحو الشبكة.
- **الأدوات :** ملعب كرة طائرة قانوني - كرة طائرة قانونية - قائمان ارتفاع كل منهما (240) سم ، شبكة . يرسم على خط نهاية الملعب ومن الداخل مستطيل مساحته (300×180) سم كما يُرسم مقابل لهذا المستطيل وعلى خط الهجوم وللداخل أيضا مربع مساحته (120×120) سم ويرسم أيضاً على الجانبين في المنطقة

(¹) محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم: الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس , مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1997، ص165-166.

مواصفات الأداء: يقف اللاعب في المستطيل الخلفي ويقف المدرب في المربع المواجه للمستطيل ليقوم برمي الكرة للاعب (على اللاعب أن يتخذ وضع الاستعداد لأداء التمريرة من الأعلى) يستقبل اللاعب الكرة ليمررها مباشرة إلى أحد المستطيلين الموجودين على الجانبين على أن يكون التمرير للأعلى بحيث تتخطى الكرة الحبل المرتفع على الأرض ب(240) سم وعلى أن تسقط الكرة داخل المستطيل. كما في الشكل .(1)



يوضح اختبار دقة التمرير من الأعلى

1. للاعب عشرون محاولة على أن يقوم بالتمرير على الجانبين بالتبادل (مرة جهة المستطيل الموجود على اليمين ، ومرة جهة المستطيل الموجود على اليسار) .
2. لا تحسب نقاط المحاولة التي تلامس فيها الكرة الحبل أو الشبكة أو لم تسقط الكرة في المستطيل المحدد , ولكنها تحسب من المحاولات المسموح بها للاعب .

- التسجيل :

تحتسب نقطة لكل محاولة صحيحة تمر فيها الكرة فوق الحبل وتسقط داخل المستطيل الخطوط داخل مقاييس المستطيلات ، الدرجة العظمى لهذا الاختبار 20 نقطة .

2- اختبار التمرير من الاسفل بالكرة الطائرة

اختبار دقة التمرير من الكرات المرمية ⁽¹⁾

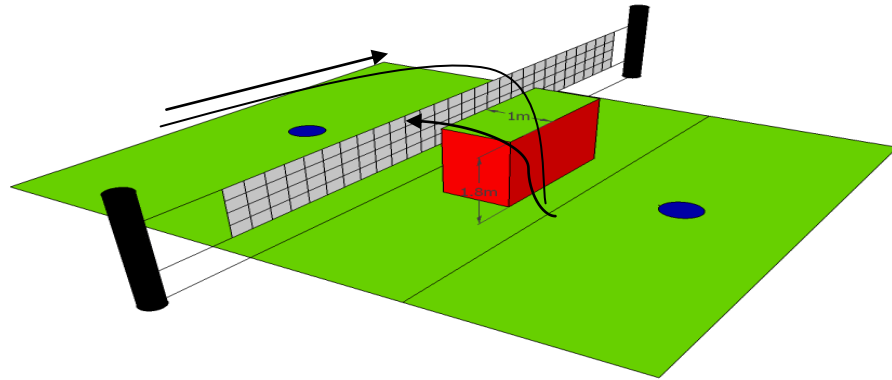
الغرض من الاختبار : قياس دقة (التمرير من الاسفل)

الأدوات : ملعب كرة طائرة - مرتبة تمرينات موضوعة على الجزء العلوي من صندوق الوثب طولها (2)م وعرضها (1)م بحيث يكون الارتفاع (180) سم - كرة طائرة كما مبين في شكل (2) .

مواصفات الأداء : توضع المرتبة على الصندوق في المركز (3) ، يقف المختبر في المركز (6) يقوم لاعب آخر يقف في المركز (6) من نصف الملعب الثاني برمي الكرة إلى المختبر الذي يمررها بدوره لتسقط الكرة على المرتبة "يستخدم التمريرة من الاسفل بالذراعين".

التسجيل :

- ❖ 4 نقاط لكل تمريرة صحيحة تسقط فيها الكرة على المرتبة .
- ❖ 3 نقاط لكل تمريرة صحيحة تسقط فيها الكرة بحيث تلامس حدود المرتبة .
- ❖ نقطتان لكل تمريرة صحيحة تسقط فيها الكرة داخل حدود منطقة الـ (3) متر .
- ❖ لكل مختبر (10) عشر محاولات .
- ❖ الدرجة العظمى للاختبار (40) درجة .



شكل (2)

يوضح اختبار دقة التمرير من الكرات المرمية

⁽¹⁾ محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم: مصدر سبق ذكره ، 1997، ص204-205.

- اختبار القدرات البدنية والحركية

1- اختبار رمي الكرة الطبية زنة (3 كغم) باليدين من وضع الجلوس على الكرسي⁽¹⁾

- الهدف من الاختبار : قياس القوة الانفجارية لعضلات الذراعين

- الاجهزة والادوات : كرة طبية زنة (3 كغم) ، شريط قياس ، كرسي مع حزام لتثبيت الجذع بشكل محكم على الكرسي .

- طريقة الاداء يجلس اللاعب المختبر على الكرسي ويحمل الكرة الطبية باليدين من فوق الرأس والجذع ملاصق لحافة الكرسي . يوضع الحزام حول جذع المختبر ويربط مع الحافة الخلفية للكرسي لغرض منع المختبر من الحركة للامام في اثناء رمي الكرة باليدين لتتم عملية رمي الكرة باليدين دون استخدام الجذع .
- التسجيل

يعطى لكل مختبر ثلاث محاولات ويسجل له افضلها .

2- اختبار الرشاقة

- الجري المتعرج بي الموانع⁽²⁾

- الهدف من الاختبار : قياس الرشاقة

- الادوات المستخدمة : اربعة موانع او كراسي منخفضة ، ساعة توقيت ، شريط مقياس ، شريط لاصق ، صافرة .

- اجراء الاختبار : من الوقوف عند خط البداية بعرض (1) متر والذي يبعد عن اول مانع (3) متر وعند سماع اشارة البداية ينطلق المختبر بين الموانع الاربعة والتي مسافتها (1) متر بين مانع واخر وحسب ما موضح في الشكل .

- التسجيل : يتم حساب الزمن لدورتين متواصلتين دليلا لمؤشر الرشاقة

3-5 التجربة الاستطلاعية:

من اجل معرفة السبلات التي قد تواجه الباحث في أثناء اجراء الاختبارات ومن اجل الحصول على نتائج موثوق بها قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية يوم الجمعة الموافق 2021/1/ 22 على (2)

⁽¹⁾ علي سلمان عبد الطرقي : الاختبارات التطبيقية في التربية الرياضية (بدنية - حركية - مهارية) ، بغداد ، مكتبة النور ، 2013 ، ص 59.

⁽²⁾ قيس ناجي وبسطوبيسي احمد : الاختبارات ومبادئ الاحصاء في المجال الرياضي ، جامعة بغداد ، مطبعة الجامعة ، 1984 ، ص 323 .

طلاب من مجتمع البحث الأصلي وتم استبعادهم من عينة البحث، وكان الهدف من إجراء التجربة الاستطلاعية ما يأتي :

- التأكد من مكان إجراء الاختبار ومدى ملائمة .
- التعرف على مدى ملائمة الاختبارات مع مستوى أفراد العينة .
- تجاوز الأخطاء التي قد تظهر عند تنفيذ الاختبارات والتجربة الرئيسية .
- تحديد الزمن المستغرق في أداء الاختبارات والتجربة الرئيسية .

3-6 إجراءات البحث الميدانية:

3-6-1 الاختبارات القبليّة:

تم إجراء الاختبارات القبليّة لمتغيرات البحث قيد الدراسة للمجموعتين الضابطة والتجريبية في يومي السبت و الأحد 23-24/1/2021، على ملعب ساحة متوسطة العاصفة للبنين .

3-6-2 تجربة البحث الرئيسية:

تم تنفيذ التجربة الرئيسية يوم الاثنين 2021/1/25 باستخدام الأسلوب التبادلي الذي يتضمن ورقة المعيار المعدة مسبقا من قبل الباحثان وتحتوي هذه الورقة على الاداء الفني للمهارة والاختفاء الشائعة لها حيث تم عرض الاداء الفني والاختفاء على شكل صور وهذه الصور تحتوي بداخلها على الوان مختلفة مما تجعل طبيعة العرض مشوقة وتعمل على جذب انتباه المتعلمين لها وزيادة التفاعل معها وتضمنت الوحدات التعليمية ايضا تمارين متنوعة لتطوير القدرات البدنية والحركية حيث يقوم المدرس بشرح المهارة لفضيا وعمليا وعرض نموذج من الطلاب لعرض المهارة وتصحيح الاخطاء ان وجدت ثم بعد ذلك يقوم بتوزيع الطلاب الى مجموعتين المجموعة الضابطة تستخدم الأسلوب الامري والمجموعة التجريبية تستخدم الأسلوب التبادلي حيث يقوم المدرس نفسه بتدريس المجموعتين الضابطة والتجريبية وكلا حسب اسلوبه حيث يتضمن الأسلوب التبادلي توزيع الطلاب بشكل ازواج تتمثل بالطالب المؤدي والطالب المراقب حيث يقوم المدرس بدور المراقبة والاتصال بالطالب المراقب الطالب المراقب هو من يقوم بتقديم المعلومات للطالب المؤدي وتصحيح الاخطاء ان وجدت . حيث بلغ عدد الوحدات التعليمية (16) وحدة تعليمية وبواقع (3) وحدات في الاسبوع مدة كل وحدة تعليمية (50) دقيقة تم الانتهاء من التجربة يوم الاربعاء الموافق (2021/3/3) .

3-6-3 الاختبارات البعدية:

تم إجراء الاختبارات البعدية في يومي الخميس والجمعة بتاريخ 4_5/3/2021 للمتغيرات قيد الدراسة .

3-7 الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحث الوسائل الاحصائية الآتية :

1- الوسط الحسابي

2- الانحراف المعياري

3- اختبار (T) للعينات المترابطة

4- اختبار (T) للعينات غير المترابطة

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

4-1 عرض النتائج وتحليلها

4-1-1 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة .

جدول (1)

الأوساط الحسابية للفروق والانحرافات المعيارية لها وقيم (t) المحسوبة والدلالة للاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في متغيرات البحث .

المعالم لإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		س ف	ع ف	قيمة (t) المحسوبة	الدالة 0.05
		س	ع	س	ع				
التمرير من الأعلى	درجة	9.85	1.24	12.28	0.87	2.42	0.72	8.96	دالة
التمرير من الأسفل	درجة	20.85	1.24	24.57	0.9	3.71	1.02	9.76	دالة
الرشاقة	الثانية	5.72	3.25	5.53	0.38	5.72	0.56	4.95	دالة
القوة الانفجارية للذراعين	سم	2.35	0.42	2.66	0.2	0.45	0.14	9	دالة

* قيمة (t) الجدولية (2.44) ح = (6 = 1-7)

يتضح من الجدول (1) أن قيم (t) المحسوبة لمتغيرات البحث التابعة (التمرير من الأعلى ، التمرير من الأسفل ، الرشاقة ، القوة الانفجارية للذراعين) للمجموعة الضابطة قد بلغت (9,4.95,9.76,8.96) على التوالي وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية (2.44) أمام درجة حرية (6 = 1-7) ومستوى دلالة (0.05) وجد أنها فروق دالة؛ لأنها أكبر من القيم الجدولية.

4-1-2 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية:

جدول (2)

الأوساط الحسابية للفروق والانحرافات المعيارية لها وقيم (t) المحسوبة والدلالة للاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية في متغيرات البحث .

المعالم لإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		س ف	ع ف	قيمة (t) المحسوبة	الدالة 0.05
		س	ع	س	ع				
التمرير من الأعلى	درجة	10.28	1.66	16.42	1.04	6.14	1.45	11.37	دالة
التمرير من الأسفل	درجة	21.42	1.76	29.14	2.09	7.71	1.97	12.04	دالة
الرشاقة	الثانية	6.56	0.24	4.52	0.31	6.56	0.45	11.94	دالة
القوة الانفجارية للذراعين	سم	2.23	0.51	3.89	0.00	1.61	0.3	14.63	دالة

* قيمة (t) الجدولية (2.44) ح = (6 = 1-7)

يبين الجدول (2) أن قيم (t) المحسوبة لمتغيرات البحث التابعة (التمرير من الأعلى ، التمرير من الأسفل ، الرشاقة ، القوة الانفجارية للذراعين) للمجموعة التجريبية قد بلغت (11.37، 11.94، 12.04، 14.63) على التوالي وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية (2.44) أمام درجة حرية (6 = 1-7) ومستوى دلالة (0.05) وجد أنها فروق دالة؛ لأنها أكبر من القيم الجدولية .

3-1-4 عرض نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية .

جدول (3)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (t) المحسوبة ودلالة الفروق بين الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث

المتغيرات	المعالم الإحصائية	وحدة القياس	المجموع الضابطة		المجموع التجريبية		t المحسوبة	الدالة 0.05
			ع+	س	ع+	س		
التمرير من الأعلى	درجة	12.28	0.87	16.42	1.04	7.66	دالة	
التمريرة من الأسفل	درجة	24.57	0.9	29.14	2.09	4.96	دالة	
الرشاقة	الثانية	5.53	0.38	4.52	0.31	5.94	دالة	
القوة الانفجارية للذراعين	سم	2.66	0.2	3.89	0.00	7.23	دالة	

* ح = (12 = 2-7+7) الجدولية (2.17)

يتبين من الجدول (3) أن قيمة (t) المحسوبة بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في مهارة التمرير من الأعلى، والتمرير من الأسفل، الرشاقة ، القوة الانفجارية للذراعين كانت (7.66 ، 4.96 ، 5.94 ، 7.23) وعلى التوالي وعند مقارنتها بقيمة (t) الجدولية التي كانت (2.17) تحت مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (12) وجد أنها أكبر مما يدل على الفروق بين المجموعتين ولصالح نتائج اختبارات المجموعة التجريبية .

2-4 مناقشة النتائج:

1-2-4 مناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية.

يبين الجدول (1) أن قيم (t) المحسوبة أكبر من قيمة (t) الجدولية وهذا يدل على وجود فروق دالة إحصائية ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة، ويعزو الباحثان هذه الفروق للمجموعة الضابطة على حد سواء ولكافة المتغيرات قيد الدراسة (التمرير من الأعلى ، التمرير من الأسفل ، الرشاقة ، القوة الانفجارية للذراعين)

إلى أن الوحدات التعليمية كانت منظمة ومتسلسلة بشكل يتناسب مع مستوى وقدرات المتعلمين ومراعية للفروق الفردية بينهم ويشير (ساليو وآخرون ، Sallis , et al ، 2001) " إلى أن النشاط

الرياضي الممارس بشكل منظم له أثر مميز في الارتقاء بخبرة الفرد الشخصية وتميزها في تحسين المستوى البدني والمهاري " (1).

وبين الجدول (2) ان قيمة (t) المحسوبة للمجموعة التجريبية كانت اكبر من قيمة (t) الجدولية لمتغيرات البحث (التمرير من الأعلى ، التمرير من الاسفل ، الرشاقة ، القوة الانفجارية للذراعين) ويعزو الباحثان سبب هذه الفروق الى فاعلية الاسلوب التبادلي المتضمن ورقة الواجب التي تم اعدادها من قبل الباحث حيث كانت تحتوي على وحدات تعليمية واضحة ومتسلسلة ومشوقة وسهلة الفهم وتتضمن ايضا وصف خاص للاداء وعدد تكرارات وابعاد مسافات كل تمرين وسلوك لفظي يستخدم عند التغذية الراجعة يعالج اهم الاخطاء الشائعة للمهارة . اذ " ان الممارسة وحدها لا تكفي للتعلم بل يجب ان تدعم بالتغذية الراجعة " (2) .

ويتضح من الجدول (3) ان قيمة (t) المحسوبة للمجموعة التجريبية كانت اكبر من المجموعة الضابطة ويعزو الباحث سبب ذلك الى طبيعة الاسلوب المستخدم في تطبيق الوحدة التعليمية حيث فسخ المجال لكل تلميذ ان يتولى مهام التطبيق وممارسة القيادة والابداع في تنفيذ الواجب كل هذا سرع المتعلم على اتقان المهارة والاقتصاد بالوقت والجهد المبذول من قبل المتعلمين فضلا عن ذلك احتواء الوحدات التعليمية على الاشكال الملونة والصور ساعدت على سرعة اكتساب المعلومة وسهولة تنظيمها وخزنها في الذاكرة وبالتالي سهولة وسرعة استرجاعها . ويشير (توماس واخرون **Thomas, L,et,al**، 2005) إلى " أن استخدام الصور في التعليم يجعل التعليم والتعلم أسهل وافضل واسرع حيث ان اشتراك اكثر من حاسة اثناء التعلم يفتح افاق جديدة للتعلم " (3).

ويؤكد (الحيلة، 2000) " في ان الوسائل التعليمية من صور ورسوم توضيحية توفر وقت وجهد المدرس في شرح المفاهيم والحقائق " (4) .

وتعد الرشاقة عنصرا مهما في عملية تعلم المهارة واتقانها لانها جامعة لكل الصفات ومؤشر لجمالها . اذ " يتوقف جمال أداء لاعبي الكرة الطائرة على ما يتمتعون به من رشاقة " (5). وتعد القوة الانفجارية للذراعين من القدرات البدنية التي يحتاجها لاعب الكرة الطائرة عند اداء المهارات وذلك لإتمام متطلبات الاداء المهاري بشكل جيد وفعال . هذا ما اكده (بارو وماجي) " إن معظم الرياضيين الناجحين يمتلكون قدرا كبيرا من القوة

(1) Sallis , et ,al : Determination of youth Physical Activity , the cooper Institute ,Dallas , USA,2001 , p.214.

(2) Signer . R . N : Motor Learning and Human Performance , New York , Modcimillion publishing Co. Inc , 1980 , P. 255

(3) Thomas, L,et,al : Visual evoked potentials reaction and egedominance in crcketers , University of the witheater and Johannesburg , south Africa , Journal of sport medicine and physical , 2005 . p.31.

(4) محمد محمود الحيلة : تقنيات الشفافات التعليمية ، ط1 ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، 2000 ، ص 29 .
(5) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان؛ اختبارات الاداء الحركي في التدريب الرياضي، ط4: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1981)، ص465.

والسرعة ويمتلكون القدرة على الربط بين هذين العنصرين بشكل متكامل لإحداث القدرة الانفجارية من أجل تحقيق أداء أفضل" (1).

5 الباب الخامس الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات

- 1- أن الأسلوب التبادلي له أثر إيجابي في عملية التعلم واكتساب مهارتي التمرير من الأعلى ومن الأسفل وتطوير الرشاقة والقوة الانفجارية للذراعين .
 - 2- أن الأسلوب الأمري والأسلوب التبادلي لهما تأثيراً إيجابياً في عملية تعلم المهارات وتطوير الرشاقة والقوة الانفجارية .
 - 3- تفوق الأسلوب التبادلي على الأسلوب الأمري في عملية التعلم على متغيرات البحث .
- 5-2 التوصيات

- 1- التأكيد على استخدام الأسلوب التبادلي في عملية تعلم المهارات .
- 2- إجراء دراسات مشابهة على مهارات والعباب الرياضية أخرى .

المصادر العربية والأجنبية:

- 1- علي الديري : مقارنة فاعلية زمن الاداء العقلي بدراسة التربية الرياضية لكل من الطريقتين التقليدية والتبادلية ، بحث منشور ، مجلة بحوث التربية الرياضية ، المجلد الثالث ، جامعة الزقازيق ، 1986.
- 2- علي سلمان عبد الطرقي : الاختبارات التطبيقية في التربية الرياضية (بدنية - حركية - مهارية) ، بغداد ، مكتبة النور ، 2013.
- 3- قيس ناجي وبسطويسي احمد : الاختبارات ومبادئ الاحصاء في المجال الرياضي ، جامعة بغداد ، مطبعة الجامعة، 1984 .
- 4- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان؛ اختبارات الأداء الحركي في التدريب الرياضي، ط4، القاهرة، دار الفكر العربي، 1981 .
- 5- محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم: الأسس العلمية لكرة الطائرة وطرق القياس ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1997.
- 6- محمد محمود الحيلة : تقنيات الشفافات التعليمية ، ط1 ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، 2000.

(1) Barrow and McGee; A practical Approach of Measurements in physical Education :Lea, Fibiger, philadel, 1973,p.122.

References

- 1– Barrow and McGee; A practical Approach of Measurements in physical Education :Lea, Fibiger, philadel, 1973..
- 2– Sallis , et ,al : Determination of youth Physical Activity , the cooper Institute ,Dallas , USA,2001 .
- 3– Signer . R . N : Motor Learning and Human Performance , New York , Modcimillion publishing Co. Inc , 1980 . .
- 4– Thomas, L,et,al : Visual evoked potenitials reaction and egedominance in crcketers , University of the witheater and Johannesburg , south Africa , Journal of sport medicine and physical , 2005 .
- 5– Ali Al-Diri: Comparing the effectiveness of mental performance time with the study of physical education for both traditional and reciprocal methods, published research, Journal of Physical Education Research, Volume Three, Zagazig University, 1986.
- 6– Ali Salman Abdul-Tarifi: Applied Tests in Physical Education (Physical – Kinetic – Skill), Baghdad, Al-Noor Library, 2013.
- 7– Qais Naji and Bastawisi Ahmed: Tests and Principles of Statistics in the Mathematical Field, University of Baghdad, University Press, 1984.
- 8– Muhammad Hassan Allawi and Muhammad Nasr al-Din Radwan; Motor Performance Tests in Athletes Training, 4th Edition, Cairo, Dar Al-Fikr Al-Arabi, 1981.
- 9– Muhammad Sobhi Hassanein and Hamdi Abdel Moneim: The Scientific Foundations of Volleyball and Measurement Methods, Al-Kitab Center for Publishing, Cairo, 1997.
- 10– Muhammad Mahmoud Al-Hila: Educational Transparency Techniques, 1st Edition, Amman, Dar Al-Masira for Publishing and Distribution, 2000.

ملحق (1)
ورقة المعيار
الأسلوب التبادلي



الاداء الفني لمهارة التمرير من الاعلى

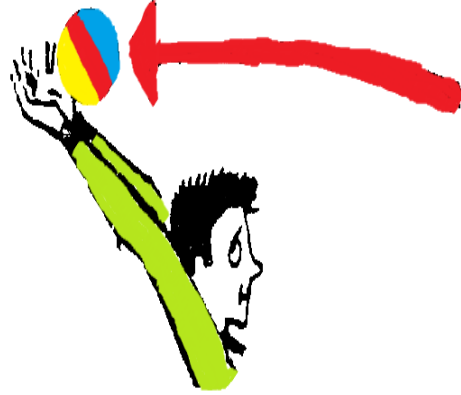
ورقة المعيار

الأسلوب التبادلي

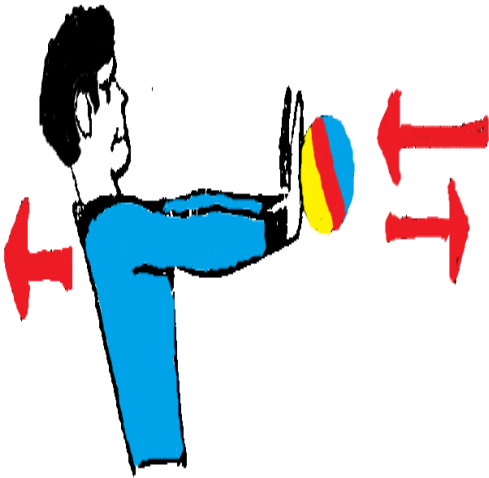
الأخطاء الشائعة لمهارة التمرير من الأعلى



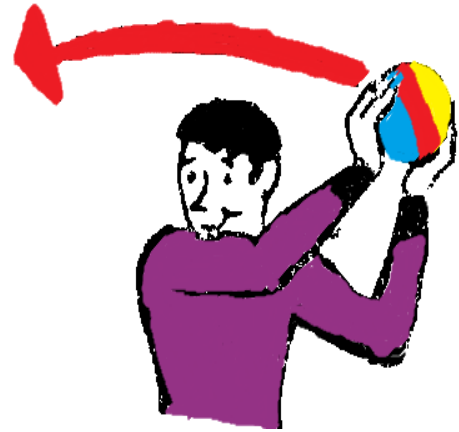
الذراعان أمام الصدر



الذراعان خلف الرأس



دفع الكرة براحة اليد



الذراعان جانب الجسم