

أثر استخدام أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات في اكتساب بعض المهارات الأساسية والاحتفاظ بها بكرة اليد للطالبات

أ.د. نبراس يونس محمد ال مراد

هيرو فاتح مرزه ولي

ملخص البحث باللغة العربية

هدف البحث إلى التعرف على أثر استخدام أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات في (اكتساب-احتفاظ) بعض المهارات الأساسية بكرة اليد ، والتعرف على الفروق بين اكتساب واحتفاظ الطالبات لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد . استخدم الباحثان المنهج التجريبي ، وشملت العينة (32) طالبة من طالبات المرحلة الدراسية الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الموصل ، وتم اختيار التصميم التجريبي ذات (المجموعات المتكافئة) ذو الاختبار البعدي ، كما واستخدمت الباحثة الاختبارات لقياس الاكتساب والاحتفاظ. استنتج البحث أن لاستخدام أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات فاعلية في (اكتساب- الاحتفاظ) لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد للطالبات . ووصى البحث بضرورة تطبيق أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات في المحاضرات التعليمية لكليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة وذلك من أجل تحقيق نتائج إيجابية في تعليم وتطوير بعض المهارات الأساسية بكرة اليد، وكذلك للألعاب الرياضية الأخرى.

Abstract

The effect of using a multi-level self-training method in acquiring and retaining some basic skills in handball for female students

By

Hero Fateh Merzeh Wali

Prof. Dr. Nibras Younis Muhammad

The aim of the research is to identify the effect of using a multi-level self-training method on (acquisition-retention) of some basic handball skills, and to identify the differences between female students' acquisition and retention of some basic handball skills. The researchers used the experimental method, and the sample included (32) female students The second study stage, College of Physical Education and Sports Sciences - University of Mosul, and the experimental design with (equal groups) with a post-test was chosen, and the researcher used tests to measure acquisition and retention. The research concluded that the use of the multi-level self-training method is effective in (acquiring-retaining) some basic handball skills for female students. The research recommended the necessity of applying a multi-level self-training method in educational lectures for faculties and departments of physical education and sports sciences in order to achieve positive results in teaching and developing some basic skills in handball, as well as for other sports.

التعريف بالبحث:

المقدمة واهمية البحث:

بعد التعلم الركيزة الاولى لتقديم الشعوب والأساس الذي لا غنى عنه لمسايرة التطور ، حيث تشهد الفترة الحالية محاولات جادة لتطوير التعليم وذلك لتأثيره الإيجابي في أعداد الأجيال القادمة على أسس علمية سليمة ، وقد أخذت العملية التعليمية مكاناً بارزاً ضمن آليات التطور باعتبارها عملية تتناول جميع الجوانب الشخصية للمتعلم ، حيث اكتساب أساليب التدريس اتجاهات حديثة بغرض إكساب المتعلمين المهارات المطلوبة بعيداً عن أسلوب التقنين الذي يؤدي في كثير من الأحيان إلى إغفال بعض المعلومات الهامة عن المهارات المتعلم. وحيث أن كرة اليد كأية لعبة من الألعاب الجماعية التي لها مبادئها الأساسية المعدة ، والتي تعتمد في إتقانها على أتباع الأسلوب السليم في طرائق وأساليب التدريس والتدريب وأن اتفاق الجميع على أن نجاح الطالب وتقدمه يتوقف إلى حد كبير على مدى إتقان الطالب للمبادئ الأساسية للعبة ، لذلك فإن العلماء في سعي دائم لدراسة أفضل الطرائق والأساليب لتعلم واكتساب المهارات والعادات لتطبيق ما يتوصلون إليه من نتائج والاقتصاد بالجهد والزمن في عملية التعلم ، من هذا المنطلق تعددت الإجراءات التربوية التي يستخدمها المدرسوون والمدربون للعمل على زيادة دافعية المتعلم لكونها أحد العوامل الداخلية خلال مواقف التعلم المختلفة ومن هذه الإجراءات التربوية (الأسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات). "إذا يعد أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات من الأساليب التي تراعي الفروق الفردية بين المتعلمين حيث يتم خلاله احتواء جميع الطلاب بشكل فعال متماشياً مع قدراتهم بحيث يتخذ كل طالب قراره عند أداء المهمة الحركية باختيار المستوى الذي يستطيع الأداء منه" (محليس، 2018، 154). ويضيف (عبد الحافظ ، 2004) " بأن أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات يتيح الفرصة للمتعلمين للبدء من المستوى الذي يناسبهم ويراعي الفروق الفردية ويعمل على شمول المتعلمين جميعاً وعدم استبعاد أيّاً منهم ، ويوفر فرص ذات مستويات متدرجة في صعوبتها (عبد الحافظ ، 2004، 65) . ومن هنا برزت فكرة البحث الحالي وهي تجريب استخدام أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات وبيان أثره في اكتساب بعض المهارات الأساسية والاحتفاظ بها بكرة اليد . وبناءً على ما سبق يمكننا تحديد البحث بما يأتي ، محاولة علمية للاستفادة من أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات كأسلوب تدريس في مجال التربية البدنية والعلوم الرياضية وكيفية مراعاة الفروق الفردية في اكتساب والاحتفاظ ببعض المهارات الأساسية بكرة اليد ، وأن البحث الحالي يعطي الفرصة في التعرف على متغيرات وأهدافه وأثر استخدام هذا الأسلوب في عملية التعلم للمهارات الأساسية قيد البحث .

مشكلة البحث :

تعدد أساليب التدريس والنظريات التربوية الحديثة التي تساعد على تحقيق الأهداف التربوية والتي تهدف إلى تنمية شخصية الطالبة في جميع النواحي ، لذلك فمن الضروري أن تل JACK العملية التربوية في العراق ضمن ميدان التعلم الجامعي بصورة عامة والتربية البدنية وعلوم الرياضة على وجه التحديد إلى استخدام أساليب تعليمية علمية مسيرة حتى يكون التعليم أكثر سرعة ودقة . فمن المعروف أن هناك طرائق عامة وخاصة كثيرة لتعليم واكتساب المهارة الحركية وليس هناك طريقة واحدة يمكن أن توصف بأنها أفضل طريقة للتدرис فضلاً عن ذلك بأن هناك بضعة صفات يجب أن تتوفر في أي طريقة لكي توصف بأنها طريقة جيدة

وأن أفضل طريقة هي التي تحقق الغرض المطلوب منها . وكرة اليد هي أحدى الالعاب الجماعية التي يتضمنها المنهج الدراسي لكليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة وهي تشمل على مجموعة من مهارات حركية يجب أن تتعلمها الطالبة وتؤديها . وقد راعت الباحثة أن الاسلوب الذي يتم من خلاله تدريس المهارات الحركية للألعاب حالياً ومنها مهارات كرة اليد ، هو أسلوب يعتمد على تحليل مكونات اللعبة من حيث الإعداد البدني ثم تعلم مهارات أساسية في الأداء الجماعي ويرتكز هذا الاسلوب في تحقيق الاهداف السابقة من خلال جزئية المواقف التي تعتمد على التنمية الفردية وذلك في أشكال من الاصطفاف والتكتيونات المتردية في أشكال محددة ويطلق على هذا الاسلوب (الاسلوب التقليدي) . ولقد راعت الباحثة أن هذا الاسلوب لا يتساير مع الاتجاهات الحديثة والخاصة في تعلم المهارات الحركية بكرة اليد من حيث الاكتساب والاحتفاظ بالمهارات الحركية لذلك وجدت الباحثة باستخدام أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات كأسلوب علمي حديث والذي يهدف إلى إشراك جميع الطالبات في الأداء وفي وقت واحد وكل حسب قابليتها البدنية و المهاريه ، ولهذا الاسلوب من دور وتأثير في الارتفاع بالمستوى المهاري للطلبة .

أهداف البحث :

- 1 التعرف على أثر استخدام أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات في (اكتساب-احتفاظ) بعض المهارات الأساسية بكرة اليد للطالبات .
- 2 التعرف على الفروق بين اكتساب واحتفاظ بعض المهارات الأساسية بكرة اليد للطالبات والذين يتعلمون على وفق اسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات .
- 3 التعرف على الفروق بين اكتساب واحتفاظ بعض المهارات الأساسية بكرة اليد للطالبات والذين يتعلمون على وفق اسلوب التقليدي .

فرضيات البحث :

- 1- توجد فروق احصائية ذات دلالة غير معنوية في اكتساب الطالبات لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد والذين يتعلمون على وفق اسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات واكتساب الطالبات لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد والذين يتعلمون على وفق الاسلوب التقليدي .
- 2- توجد فروق احصائية ذات دلالة غير معنوية في احتفاظ الطالبات لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد والذين يتعلمون على وفق اسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات واحتفاظ الطالبات لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد والذين يتعلمون على وفق الاسلوب التقليدي .
- 3- توجد فروق احصائية ذات دلالة معنوية في اكتساب واحتفاظ الطالبات لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد والذين يتعلمون على وفق اسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات .
- 4- توجد فروق احصائية ذات دلالة معنوية في اكتساب واحتفاظ الطالبات لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد والذين يتعلمون على وفق الأسلوب التقليدي

مجالات البحث :

- المجال البشري : طالبات السنة الدراسية الثانية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الموصل .

- المجال الزمني : 2020/12/6 ولغاية 2021/5/3

- المجال المكاني : القاعة الداخلية لكرة اليد لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الموصل .

تحديد المصطلحات :

- أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات : عرفه (شبر ، وجامل ، 2014) " بأنه ذلك الاسلوب الذي يوفر فرص متكافئة لكل الطالب للاشتراك بالدرس حسب ما يتناسب مع قدراته وإمكاناته الخاصة ، بحيث يتخذ المتعلم قراره عنده أداء المهارة باختيار المستوى الذي يمكن أداؤه (شبر ، وجامل ، 2014 ، 420) .

- الاكتساب : عرفه (رزوق ، 1977) " بأنه الصفات والخصائص والتغيرات والسمات والاستجابات والتي ليست موجودة عند الفرد منذ الولادة ، بل جرى تطويرها وتعلمها واكتسبيتها من خلال حياة الفرد في سياق نموه وتطوره " (رزوق ، 1977، 217) .

- الاحتفاظ : عرفه (ابراهيم ، 2004) " بأنه استمرار وبقاء التعلم بعد انتهاء التدريب والتحصيل وان الفرق بين ما يمكن الشخص عمله عند نهاية فترة التعلم وبين ما يمكن عمله في اختبار ما بعد فترة من عدم الممارسة يعطينا المقدار المحفوظ " (ابراهيم ، 2004، 824) .

إجراءات البحث

- منهج البحث : استخدمت المنهج التجاريي بتصميم التجاربي ذات (المجموعات المتكافئة) ذو الاختبار البعدى لملايئته طبيعة مشكلة واهداف البحث.

الاختبار البعدى	المتغير والاسلوب	المجموعة
اختبار الاكتساب	المتغير المستقل (اسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات)	المجموعة التجريبية
الاختبار الاصناف	----- الاسلوب التقليدي	المجموعة الضابطة
بعد مرور مدة زمنية (15) يوماً (اسبوعان) : اعادة الاختبارات		
الاختبار البعدى	المتغير والاسلوب	المجموعة
اختبار الاحتفاظ	المتغير المستقل (اسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات)	المجموعة التجريبية
اختبار الاحتفاظ	----- الاسلوب التقليدي	المجموعة الضابطة
حساب الفرق بين النتائج المجموعات في الاختبارات الاصناف والاحتفاظ		

- مجتمع البحث وعينته: تكون مجتمع البحث من طلبات السنة الدراسية الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الموصل للعام الدراسي (٢٠٢١ - ٢٠٢٠) والبالغ عددهم (٦٨) طالبة، وشملت عينة البحث (١٦) طالبة لكل من المجموعة التجريبية و الضابطة وبنسبة (47,05%) من مجتمع البحث وكما مبين في الجدول (١).

الجدول (١)

يبين عينة البحث والطالبات المستبعـدات ونسبـهم

الشعبة	مجموعـ البحث	العدد الكلي	المستبعـد من العينة	عدد افراد العينة النهائـي	النسبة المئوية من مجتمعـ البحث
ب	المجموعة التجريبية	32	16	16	%23,52
أ	المجموعة الضابطة	36	20	16	%23,52
	المجموع	68	36	32	%47,05

4- تجانس عينة البحث :

بعد ان تم اختيار العينة من المجتمع البحث تم اجراء التجانس عينة البحث من حيث المتغيرات التالية :

- الوزن مقاساً بالكيلوغرام .
- الطول مقاساً بالسنتيمتر .
- العمر الزمني مقاساً بالأشهر .

تم تجانس بين مجموعتين الدراسة التجريبية والضابطة في الوزن والطول وال عمر الزمني بوساطة اختبار (ت) لإيجاد الفروق بينهما والجدول (٢) يوضح ذلك .

الجدول (٢)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحتسبة للمتغيرات المعتمدة في التجانس (العمر - الوزن - الطول) لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية ومستوى الدلالة للمتغيرات التي تم ضبطها

الدالة	قيمة (Sig)	قيمة (ت)	المحتسبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المعالم الاحصائية	المتغيرات
				± ع	- س	± ع	- س			
غير معنوي	0,776	0,286	13,34	62,05	8,14	61,05	كغم	الوزن		
غير معنوي	0,198	1,309	5,82	157,25	2,66	150,40	سم	الطول		
غير معنوي	0,833	0,212	30,28	258	22,79	256,2	الشهر	العمر		

- يتضح من الجدول رقم (2) انه توجد فروق ذات دلالة غير معنوية في المتغيرات (العمر الزمني - الطول - الوزن) بين مجموعتي البحث هذا يدل على تجانس عينة البحث في المتغيرات سابق ذكره .
- المهارات الاساسية المرشحة للبحث قيد الدراسة :-

تم اختيار بعض المهارات الاساسية لدراسة البحث من المنهج المقرر لطلاب المرحلة الدراسية

الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة -جامعة الموصل وهي :-

1- التمرير للمسافات القصيرة (المرتدة) .

2- التمرير للمسافات المتوسطة (من فوق مستوى الكتف)

3- التمرير للمسافات الطويلة (من فوق مستوى الرأس)

4- الطبطبة

5- التصويب من الثبات

6- التصويب من القفز عاليأ.

الاختبارات المختارة لقياس المهارات الاساسية بكرة اليد للبحث قيد الدراسة :

من خلال اطلاع ومراجعة الدراسات السابقة التي تناولت المهارات نفسها لموضوع البحث ، تم وضع النتائج في استبيان وعرضت على مجموعة من المختصين في (مجال التدريب والاختبارات وتعلم الحركي وكمة اليد) لاختيار الاختبارات المناسبة لقياس المهارات الاساسية لموضوع البحث.

وبعد جمع البيانات وتفرغها تم استخلاص الاختبارات المناسبة من وجهة نظر المختصين والتي حازت على نسبة اتفاق اكثراً من (75 %) من قبل السادة الخبراء وكانت هذه الاختبارات كالتالي :

1- مهارة التمرير للمسافات القصيرة - اختبار دقة وقوه المناولة من 7 م من الحركة.

2- مهارة التمرير للمسافات المتوسطة - التمرير بدقة من الحركة.

3- مهارة التمرير للمسافات الطويلة - اختبار المناولة الطويلة ودقة توجيه الكرة من مسافة 30 مترا.

4- مهارة الطبطبة - اختبار الطبطبة في خط مستقيم (15م) .

5- مهارة التصويب من الثبات - اختبار دقة التصويب من الثبات

6- مهارة التصويب من القفز عاليأ - اختبار دقة التصويب من القفز عاليأ.

الاسس العلمية للاختبارات المستخدمة :

الصدق : إن الاختبار يكون صادقاً عندما يقيس الغرض الذي وضع من أجله ، فقد ذكر (علوي ورضوان، 2000) " إن الاختبار أو المقياس الصادق هو الذي يقيس بدقة كافية الظاهرة التي صمم لقياسها (علوي، وضوان، 2000، 254). ويسمى الصدق المضمون او الصدق المحتوى وبعد من اكثرا انواع الصدق صلاحية للاستعمال وقد تم عرض الاختبارات المستخدمة في البحث الحالي على مجموعة من الخبراء المختصين وتم تحديد الاختبارات لقياس المهارات الاساسية لكرة اليد لهذا البحث والحاوزة على نسبة اتفاق (75%) والتي اجمع السادة الخبراء على صدق هذه الاختبارات والمتمثلة في قياس الصفة المراد قياسها .

الثباتات : ويشير كل من (التكريتي والعبدي) ألي ثبات الاختبار " هو اعطاء النتائج نفسها اذا أعيد في الشروط نفسها خلال فترة لا تسمح بالتعلم والتدريب " (التكريتي والعبدي، 1999، 211).

لذا قامت الباحثة بتطبيق الاختبارات على عينة شملت (5) طالبة من عينة البحث بتاريخ 2020/12/23 ثم قامت الباحثة بإعادة الاختبار نفسه على عينة الافراد نفسها ومن بعد مرور ثلاثة ايام ، واحتساب معامل الارتباط (بيرسون) بين درجات الاختبارين والتي ظهرت هناك درجة ارتباط عالية في الاختبارات المستخدمة مما يؤكد ثبات هذه الاختبارات . كما موضح في الجدول (3)

الجدول (3)

معاملات الثبات للاختبارات المهارية الاساسية لكرة اليد

الدالة	قيمة (Sig)	ثبات	الاختبارات	المهارات الاساسية
* معنوي	0,01	0,535	اختبار دقة وقوه المناولة من 7م من الحركة.	التمرير للمسافات القصيرة (المرتدة)
* معنوي	0,03	0,324	التمرير بدقة من الحركة	التمرير للمسافات المتوسطة (من فوق مستوى الكتف)
* معنوي	0,02	0,953	اختبار المناولة الطويلة ودقة توجيه الكرة من مسافة 30مترا	التمرير للمسافات الطويلة (من فوق مستوى الراس)
* معنوي	0,00	0,901	اختبار الطبطة في خط مستقيم (15م)	الطبطة
* معنوي	0,04	0,933	اختبار دقة التصويب من الثبات	التصويب من الثبات
* معنوي	0,3	0,145	اختبار دقة التصويب من القفز عاليًا	التصويب من القفز عاليًا

* معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0,05)$

- الموضوعية :

يقصد بالموضوعية " وضوح التعليمات من حيث أدارة الاختبار وإعطاء الدرجة اي يعطي النتائج نفسها مهما اختلف المصححون " (عبيدات ، 1988 ، 158) . . ، " ويكون الاختبار موضوعياً عندما لا تتأثر النتائج الخاصة بالاختبار بذاتية المصحح او شخصية ، أن المفحوص يحصل على درجة معينة عندما يقوم بتصحيح الاختبار أكثر من واحد" (عويس ، 1999 ، 53) . ولأجل التحقق من موضوعية الاختبارات المستخدمة تم تسجيل نتائج الاختبارات من قبل حكمين في ان واحد باستخدام أدوات عالية الموضوعية لذا فقد استخدم الباحث اختبارات ذات إجراءات واضحة وبعيدة عن التقويم الذاتي للقائم بعملية الاختبار إذ يتم التسجيل باستخدام وحدات المسافة والزمن والتكرار إن " معامل الارتباط بين تقدير الحكم الأول والحكم الثاني هو معامل موضوعية الاختبار"(خاطر، وألبيك، 1984، 25)، وقد ظهرت نتائج المحكمين معاملات ارتباط عالية في جميع الاختبارات المستخدمة ، وهذا يؤكد موضوعية التقويم والجدول (4) يوضح ذلك

الجدول (4)

معاملات الموضوعية للاختبارات المهارية الاساسية لكرة اليد

الدالة	قيمة (Sig)	الموضوعية	الاختبارات	المهارات الاساسية
* معنوي	0,00	0,880	اختبار دقة وقوه المناولة من 7 م من الحركة.	التمرير للمسافات القصيرة (المرتدة)
* معنوي	0,02	0,676	التمرير بدقة من الحركة	التمرير للمسافات المتوسطة (من فوق مستوى الكتف)
* معنوي	0,01	0,343	اختبار المناولة الطويلة ودقة توجيه الكرة من مسافة 30مترا	التمرير للمسافات الطويلة (من فوق مستوى الراس)
* معنوي	0,04	0,754	اختبار الطبطة في خط مستقيم (15م)	الطبطة
* معنوي	0,02	0,612	اختبار دقة التصويب من الثبات	التصويب من الثبات
* معنوي	0,03	0,523	اختبار دقة التصويب من القفز عاليًا	التصويب من القفز عاليًا

* معنوي عند نسبة خطأ ≥ (0,05)

التجربة الاستطلاعية :

قامت الباحثة بأجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ 23/12/2020 على عينة من مجتمع البحث ، وتم تجربة الاستطلاعية على المهارت الأساسية لكره اليد . لم يكن هناك أي ملاحظات على هذا الاختبارات . وبالغ عدد العينة (5) طالبة ونفذت التجربة في القاعة الرياضية لكره اليد الكلية وكذلك اغنت هذه التجربة بعض الملاحظات ومنها :

- تأكيد من صلاحية الادوات المستخدمة في كافة الاختبارات البدنية والمهارات .
- مدى تفهم الاختبارات من قبل عينة البحث .
- معرفة المعوقات التي ترافق اجراء الاختبارات .

- بناء الوحدات التعليمية :

قامت الباحثة بإعداد الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام اسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات لتعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد والتي تم اختيارها مسبقاً ، من خلال قيام الباحثة بالاطلاع على المراجع العلمية والدراسات السابقة، وكذلك استطلاع رأي الخبراء المختصين في مجال طرائق التدريس وكرة اليد ، وذلك لإبداء آرائهم تجاه الاسس الخاصة بالبرنامج وتقسيم محتوى الوحدات التعليمية بالبرنامج التعليمي المقترح ، والأخذ بآراء السادة الخبراء من تعديل أو حذف أو إضافات أخرى .

- الوحدات التعليمية باستخدام أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات :-

قامت الباحثة بوضع الخطة الزمنية لتطبيق الوحدات التعليمية المقترحة بأسلوب (التدريب الذاتي متعدد المستويات) لتعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد والمقررة على طالبات المرحلة الدراسية الثانية ، حيث كانت فترة البرنامج من 2021/1/3 ولغاية 2021/3/22 مدة البرنامج التعليمي المقترح (12 أسبوعاً) ، بواقع وحدة تعليمية واحدة في الأسبوع . وبلغ زمن الوحدة التعليمية الواحدة (90) دقيقة . أما الوحدة التعليمية فهي مقسمة كالتالي :

اولاً : الجزء الاعدادي : يتراوح زمنه (20 دقيقة) و يتضمن المقدمة (3 دقائق) ، الاعداد العام زمنه (7 دقائق) يتم في هذا اعداد عام و شامل لأعضاء الجسم كافة الاعداد الخاص وزنه (10 دقيقة) تتضمن اعداداً خاصاً لممارسة الاداء

ثانياً : الجزء الرئيسي: يتراوح زمنه (60 دقيقة) ويتضمن الجزء التعليمي وزنه (5 دقيقة) ويتم في هذا الجزء شرح المهارة من قبل المدرس بالطريقة التعليمية المستخدمة(اسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات) مع توزيع ورقة الواجب ، والنشاط التطبيقي وزنه (55 دقيقة) وفيه يبدأ الطالبات بتطبيق الاداء .

ثالثاً : الجزء الختامي: يتراوح زمنه (10 دقائق) ويتضمن التهدئة وزنه (7 دقائق) لعبه ترويجية تبعث على التشويق والمرح . و الانصراف خاتماً للوحدة التعليمية زمنه (3 دقائق) .

- محتوى ورقة الواجب (المعيار) الخاصة بأسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات :

يحتوى البرنامج التعليمي المقترن على مجموعة من الاوراق تسمى ورقة الواجب " المعيار" الخاصة بأسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات، وذلك داخل الجزء الرئيسي بالبرنامج، حيث قامت الباحثة بتصميم ورقة الواجب (المعيار) الخاصة بأسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات والتي اشتملت على كيفية اداء التمرينات الخاصة بالمهارات الاساسية بكرة اليد(التمرينات، الطبوطبة ، التصويب)، ويتم ذلك فى صورة مستويات متدرجة ، بحيث المهارة الواحدة تحتوى على اربع تمرينات و كل تمرين يحتوى على ثلاثة مستويات متدرجة ، ثم يتم إعطاء كل طالبة ورقة العمل لتقوم باختيار المستوى الذى يناسبها وتنقل الى التمرين التالي ويمثل نقطة البداية لها في البدء بالواجب الحركي .

- الاختبارات لقياس اكتساب بعض المهارات الاساسية بكرة اليد للطالبات: اجريت الاختبارات البعيدة لقياس اكتساب بعض المهارات الاساسية لكرة اليد للطالبات لعينة البحث بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج التعليمي وذلك في يوم 23/3/2021 .

الاختبارات لقياس نسبة الاحتفاظ لبعض المهارات الاساسية بكرة للطالبات : قامت الباحثة بحساب نسبة الاحتفاظ عن طريق اعادة الاختبارات الخاصة بالمهارات موضوع البحث وذلك بعد مرور (ابوعان) من تاريخ اجراء الاختبارات البعيدة (اختبار الاكتساب)، حيث اجريت هذه الاختبارات بتاريخ 2021/4/11.

- الوسائل الاحصائية : لغرض معالجة البيانات إحصائيا استخدمت الوسائل الاحصائية الآتية :

- 1- الوسط الحسابي . 2- الانحراف المعياري . 3- اختبار t للعينات المرتبطة . 4- النسبة المئوية .
- 5- الحقيقة الاحصائية (SPSS) . 6- معامل الارتباط بيرسون

- عرض النتائج ومناقشتها

- الفرضية الأولى: توجد فروق احصائية ذات دلالة غير معنوية في اكتساب الطالبات لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد والذين يتعلمون على وفق أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات واكتساب الطالبات لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد والذين يتعلمون على وفق الأسلوب التقليدي .

الجدول (5)

يبين الأوساط الحسابية والاتحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحتسبة ومستوى الدلالة للمجموعتين التجريبية والضابطة في اكتساب الطالبات بعض المهارات الأساسية بكرة اليد

الدالة	Sig معنوية	ت المحسوبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	الاختبارات
			ع ⁺	س ⁻	ع ⁺	س ⁻		
* معنوي	0.000	4,593	1,6	6,812	1,707	4,125	درجة	اختبار دقة وقوه المناولة من 7 م من الحركة.
* معنوي	0,000	4,938	1,821	18,625	2,68	14,625	نقاط	التمرير بدقة من الحركة.
* معنوي	0.021	2,439	2,918	6,875	2,731	4,437	درجة	اختبار المناولة الطويلة ودقة توجيه الكرة من مسافة 30 مترا
* معنوي	0,000	8,325	0,826	6,038	0,971	8,693	ثا	اختبار الطبطة في خط مستقيم (15 م)
* معنوي	0,000	7,565	1,024	5,125	1.167	2,187	نقاط	اختبار دقة التصويب من الثبات
* معنوي	0,000	4,429	1,73	5,062	1,36	2,625	نقاط	اختبار دقة التصويب من القفز عاليًا

*قيمة (ت) الجدولية (2,04) عند نسبة خطأ ≥ 0.05 ودرجة حرية (30)

يتضح من الجدول (5) ما يأتي: ولما كانت قيمة (ت) المحسوبة اكبر من الجدولية فهذا يعني وجود فرقاً معنواً بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية. وبذلك ترفض الفرضية الصفرية وتقبل الفرضية البديلة. وتعزو الباحثة هذه النتائج إلى فاعلية البرنامج التعليمي والذي استخدم فيه أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات والذي تم فيه التركيز على انتقال عدد من القرارات من المدرس إلى الطالبات وتحديداً في الجزء الرئيسي من الدرس وخاصة في الجزء التطبيقي منه. اذ يشير(المصري،2012)" بأن استخدام أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات له طريقة ايجابية وفعالة في عملية التدريس وذلك من خلال الخروج عن الأسلوب التقليدي واستخدام التنوع والاختلاف في عملية الشرح وتوصيل المعلومات مما يتيح الفرصة أمام الطالبات ليقوموا باتخاذ قرارات ملائمة بخصوص مستوى الأداء المهاري وسهولة التعلم والتأثير في حجم الوقت المنقضي في عملية التعلم فضلاً عن أن هذا الأسلوب يهتم بالطالبة ويركز عليها من خلال العملية التعليمية وتصميم البرامج الخاصة له مما ساعد على تحسين أداء الطالبات وتقديمهم بالمهارات بشكل ملحوظ".(المصري،2012، 170).

- الفرضية الثانية: توجد فروق احصائية ذات دلالة غير معنوية في احتفاظ الطالبات لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد والذين يتعلمون على وفق أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات واحتفاظ الطالبات لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد والذين يتعلمون على وفق الأسلوب التقليدي .

الجدول (6)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة ومستوى الدلالة للمجموعتين التجريبية والصابطة في احتفاظ الطالبات لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد

الدالة	Sig معنوية	المحسوبة	المجموعات التجريبية	المجموعة الصابطة		وحدة القياس	الاختبارات
				± ع	س		
*معنوي	0,000	7,632	1,631	6,437	1,209	2,562	درجة الحرارة من 7 م من درجة حرقة
*معنوي	0,000	9,574	1,627	18,375	2,366	11,5	نقاط التمرير بدقة من الحرقة.
*معنوي	0,000	4,677	1,238	7,25	3,074	3,375	درجة حرقة المناولة الطويلة ودقة توجيه الكرة من مسافة 30 مترا.
*معنوي	0,000	12,385	0,853	6,01	0,779	9,587	ثانية اختبار الطبطة في خط مستقيم (15م).
*معنوي	0,000	10,664	0,997	4,937	0,816	1,5	نقاط اختبار دقة التصويب من الثبات.
*معنوي	0,000	12,878	1	5,25	0,704	1,312	نقاط اختبار دقة التصويب من الفرز عاليًا.

*قيمة (ت) الجدولية (2,04) عند نسبة خطأ ≥ 0.05 ودرجة حرية (30)

يتضح من الجدول (6) ما يأتي: لما كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من الجدولية في جميع الاختبارات فهذا يعني وجود فرقاً معنواً بين المجموعتين الصابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية. وبذلك ترفض الفرضية الصفرية وتقبل الفرضية البديلة. وتعزو الباحثة هذه النتيجة بان الفروق في مستوى الاحتفاظ بالمهارات الحركية بين مجموعتي البحث يعود وبشكل كبير إلى خصوصية أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات حيث أن ما تتذكره الطالبة يتوقف كلياً على طريقة اكتسابها للمهارات الحركية من خلال البرنامج التعليمي والذي استخدم فيه أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات حيث أن بنية الأسلوب الذي اكتسبت فيه الطالبات المهارات الحركية حددت وبشكل فعال جداً ما ستتذكره مستقبلاً ، فضلاً عن ذلك بان مستوى تعلم واكتساب الطالبات للمهارات الحركية في المجموعة التجريبية كان بشكل أفضل من الطالبات اللواتي تعلمن بالأسلوب التقليدي مما جعل طالبات المجموعة التجريبية تحافظ على مستواها طيلة مدة الاكتساب حتى الاحتفاظ بالمهارات الحركية.

3-1-3 الفرضية الثالثة: توجد فروق احصائية ذات دلالة معنوية في اكتساب واحتفاظ الطالبات لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد والذين يتعلمون على وفق أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات .

الجدول (7)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة ومستوى الدلالة للمجموعة التجريبية في اكتساب واحتفاظ الطالبات لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد

الدالة	Sig معنوية	متحسو بة	المجموعة التجريبية				وحدة القيا س	الاختبارات		
			الاحتفاظ		الاكتساب					
			ع	±	س	ع				
غير معنوي	0,517	0,656	1,631	6,437	1,6	6,812	درجة	اختبار دقة وقوه المناولة من 7 م من الحركة.		
غير معنوي	0,685	0,409	1,627	18,375	1,89	18,625	نقاط	التمرير بدقة من الحركة		
غير معنوي	0,64	0,473	1,238	7,25	2,918	6,875	درجة	اختبار المناولة الطويلة ودقة توجيه الكرة من مسافة 30 مترا.		
غير معنوي	0,925	0,095	0,853	6,01	0,826	6,038	ثا	اختبار الطبطة في خط مستقيم (15م)		
غير معنوي	0,604	0,524	0,997	4,933	1,024	5,125	نقاط	اختبار دقة التصويب من الثبات		
غير معنوي	0,71	0,375	1	5,25	1,73	5,062	نقاط	اختبار دقة التصويب من القفز عاليًا		

*قيمة (ت) الجدولية (2,04) عند نسبة خطأ ≥ 0.05 ودرجة حرية (30)

يتضح من الجدول (7) ما يأتي : ولما كانت قيمة (ت) المحسوبة اصغر من الجدولية في جميع الاختبارات فهذا يعني عدم وجود فرقاً معنوياً بين الاكتساب والاحتفاظ. وبذلك ترفض الفرضية الصفرية وتقبل الفرضية البديلة. وتعزو الباحثة تلك النتائج إلى فاعلية البرنامج التعليمي والذي تم فيه استخدام أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات مع طالبات المجموعة التجريبية والذي راعى فيه الفروق الفردية بين الطالبات مع أداء الواجب الحركي نفسه وكذلك مقدرة الطالبات على تقييم أنفسهن بعد الأداء بحيث تتخذ كل طالبة قرارها فيما يخص قدراتها وقابليتها على التعلم وبالتالي ضمان استمرارية مشاركتها في الأداء المطلوب وتطويره فضلا عن ذلك تحسين مستوى أدائها لبعض المهارات الأساسية قيد الدراسة والاحتفاظ بالمهارات الحركية لفترة زمنية طويلة .

3-1-4 الفرضية الرابعة: توجد فروق احصائية ذات دلالة معنوية في اكتساب واحتفاظ الطالبات لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد والذين يتعلمون على وفق الأسلوب التقليدي .

الجدول (8)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحتسبة ومستوى الدلالة للمجموعة الضابطة في اكتساب واحتفاظ الطالبات لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد

الدالة	Sig معنوية	ت المحسوبة	المجموعة الضابطة				وحدة القياس	الاختبارات		
			الاحتفاظ		الاكتساب					
			ع ±	س	ع ±	س				
معنوي *	0,006	2,987	1,209	2,562	1,707	4,125	درجة	اختبار دقة وقوه المناولة من 7 م من الحركة		
معنوي *	0,001	3,495	2,366	11,5	2,68	14,625	نقاط	التمرير بدقة من الحركة		
غير معنوي	0,31	1,003	3,074	3,375	2,731	4,437	درجة	اختبار المناولة الطويلة ودقة توجيه الكرة من مسافة 30 مترا.		
معنوي *	0,007	2,87	0,779	9,587	0,971	8,693	ثا	اختبار الطبطة في خط مستقيم (15م)		
غير معنوي	0,063	1,931	0,816	1,5	1,167	2,187	نقاط	اختبار دقة التصويب من الثبات		
معنوي *	0,002	3,428	0,704	1,312	1,36	2,625	نقاط	اختبار دقة التصويب من القفز عاليًا		

*قيمة (ت) الجدولية (2,04) عند نسبة خطأ ≤ 0.05 ودرجة حرية (30)

يتضح من الجدول (8) ما ياتي : ولما كانت قيمة (ت) المحسوبة اكبر من الجدولية ماعدا في الاختبار الثالث والخامس فهذا يعني وجود فرقاً معنواً بين الاكتساب والاحتفاظ. وبذلك ترفض الفرضية الصفرية جزئياً وتقبل الفرضية البديلة. وتعزو الباحثة هذه النتائج إلى شكلية التمرينات المستخدمة والتي يتضمنها الأسلوب التقليدي لدى المجموعة الضابطة وعدم فاعليتها لتطوير بعض المهارات الأساسية بكرة اليد فضلاً عن ذلك عدم اختيار التمرينات المناسبة في الجزء الرئيسي للوحدة التعليمية للأسلوب التقليدي والتي تهدف بالأساس إلى تعليم المهارات الحركية بصورة مشوقة بعيداً عن الممل والرتابة التي تتخللها تلك التمرينات والتي تهدف بالأساس إلى رفع مستوى الأداء للمهارات الحركية بشكل أكثر فاعلية أثناء عملية الاكتساب والتي قد تؤثر وبشكل سلبي على عملية الاحتفاظ مستقبلاً.

4- الاستنتاجات والتوصيات:

1-4 الاستنتاجات:

1- وجود فروق احصائية ذات دلالة معنوية في اكتساب الطالبات لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد بين المجموعة التي تعلمـت على وفق أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات والمجموعة التي تعلمـت على وفق

- الأسلوب التقليدي في مهارات التمريرة (القصيرة- المتوسطة- الطويلة)، الطبطبة، التصويب من الثبات، التصويب من القفز عاليًا) ولصالح المجموعة التجريبية التي تعلم على وفق أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات.
- 2- وجود فروق احصائية ذات دلالة معنوية في احتفاظ الطالبات لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد بين المجموعة التي تعلم على وفق أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات والمجموعة التي تعلم على وفق الأسلوب التقليدي في مهارات التمريرة (القصيرة- المتوسطة- الطويلة)، الطبطبة، التصويب من الثبات، التصويب من القفز عاليًا) ولصالح المجموعة التي تعلم على وفق أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات.
- 3- وجود فروق احصائية ذات دلالة غير معنوية في اكتساب واحتفاظ الطالبات لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد والذين يتعلمون على وفق أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات في مهارات ((التمريرة (القصيرة - المتوسطة- الطويلة)، الطبطبة، التصويب من الثبات ، التصويب من القفز عاليًا)
- 4- وجود فروق احصائية ذات دلالة معنوية في اكتساب واحتفاظ الطالبات لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد والذين يتعلمون على وفق الأسلوب التقليدي في مهارات (التمريرة القصيرة ، التمريرة المتوسطة، الطبطبة، التصويب من القفز عاليًا).
- 5- وجود فروق احصائية ذات دلالة غير معنوية في اكتساب واحتفاظ الطالبات لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد والذين يتعلمون على وفق الأسلوب التقليدي في مهارات (التمريرة الطويلة ، التصويب من الثبات).

2-4 التوصيات:

- 1- ضرورة تطبيق أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات في المحاضرات التعليمية لكليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة وذلك من أجل تحقيق نتائج إيجابية في تعليم وتطوير بعض المهارات الأساسية بكرة اليد. ولمنح فرصة للطلبة للتعبير عن قدراتهم بشكل جماعي والذي راعى الفروق الفردية بينهم.
- 2- تزويد القائمين على تعليم المهارات الأساسية بالألعاب الرياضية كافة بكيفية تطبيق أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات في الدروس العملية .
- 3- إجراء دراسات مماثلة للاستفادة من أسلوب التدريب الذاتي متعدد المستويات في تعليم المهارات الأساسية المختلفة للألعاب الرياضية.

المصادر

- 1- ابراهيم ، مجدي عزيز (2004) : موسوعة التدريس ، ج 2، دار النشر للتوزيع والطباعة.
- 2- التكريتي ، وديع ياسين والعبيدي ، حسن محمد عبد ، (1999) : التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في البحوث التربوية الرياضية ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل .
- 3- خاطر ، أحمد محمد ، أليك، علي، (1984): القياس في المجال الرياضي ، ط1، القاهرة، دار المعارف.
- 4- رزوق ، اسعد (1977) : موسوعة علم النفس ، المؤسسة العربية للدراسات و النشر، بيروت ، لبنان.
- 5- شبر ، خليل ابراهيم ، وجامل ، عبدالرحمن (2014): اساسيات التدريس، دار المناهج للنشر والتوزيع ، عمان ،الأردن .

- 6- عبد الحافظ ، شيرين (2004): التطبيق الذاتي متعدد المستويات واثره على الاداء المهاري والدافعة لبعض مهارات التمرينات لطلابات كلية التربية الرياضية ، رسالة دكتورا غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنوفية ن مصر .
- 7- عبدالكريم ، هناء حسن (2005) : أثر التدريس باسلوب التضمين في التطوير مهارة التصويب بالقفر عالياً بكرة اليد ، مجلة التربية الرياضية ، المجلد 41 ، العدد الاول .
- 8- عبيات ، ذوقان ، (1988): البحث العلمي مفهومه ، ادواته ، أساليبه ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، عمان ، الاردن .
- 9- علاوي ، محمد حسن ، ورضوان ، نصر الدين محمد،(2000) : القياس في التربية وعلم النفس الرياضي، القاهرة : دار الفكر العربي.
- 10- عويس ، خيرالدين علي ، (1999) : دليل البحث العلمي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر .
- 11- محليس ، شيماء عبدالعزيز عبدالرازق ،(2018): تأثير برنامج مقترح باستخدام أسلوب الاحتواء على مستوى الأداء الفني والرقمي في مسابقة الوثب العالي بالطريقة الظهرية ، مجلة جامعة مدنية السادات للتربية البدنية والرياضية ، العدد التاسع والعشرون ، المجلد الاول .
- المصري ، وائل سالمة ،(2012): فعالية استخدام أسلوب الاحتواء على تعلم مهاراتي دفع الجلة والوثب الثلاثي لتلاميذ الصف العاشر، مجلة جامعة الازهر ، سلسلة العلوم الانسانية ، المجلد 14 ، العدد (1) ، غزة.

الاسم	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
عناد جرجيس عبدالباقي	أ. د	علم التدريب الرياضي	جامعة الموصل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
عبدالوهاب غازي	أ. م. د	علم التدريب الرياضي	جامعة بغداد - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
طلال نجم عبدالله النعيمي	أ. م. د	طائق تدريس	جامعة الموصل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
نصرير صفاء	أ. د	تعلم حركي - كرة يد	جامعة المستنصرية- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
معن عبدالكريم جاسم	أ. م. د	علم التدريب الرياضي	جامعة الموصل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
ايات محمد شيت	أ. د	طائق تدريس	جامعة الموصل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
صفاء ذنون اسماعيل	أ. د	طائق تدريس	جامعة الموصل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
جمال شكري بسيم	أ. م. د	طائق تدريس	جامعة الموصل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
لقاء عبدالمطلب	م. د	طائق تدريس	جامعة الموصل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
عثمان عدنان البياتي	د	علم التدريب الرياضي	جامعة الموصل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
غيداء سالم عزيز	أ. د	قياس والتقويم	جامعة الموصل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
سلون خالد محمد	أ. م. د	طائق تدريس	جامعة الموصل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
محمد خليل محمد	أ. د	بايوميكانيك-كرة يد	جامعة الموصل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
نوفل محمد الحيالي	أ. د	علم التدريب - كرة يد	جامعة الموصل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
حردان عزيز سلمان	أ. م. د	اختبار وقياس-كرة يد	جامعة المستنصرية- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
ضمياء علي عبدالله	أ. د	علم التدريب - كرة يد	جامعة الموصل - كلية التربية للبنات
متين سليمان صالح	أ. م. د	تعلم حركي - كرة قدم	جامعة كركوك - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

عبدالجبار عبدالرزاق حسو	أ.د	علم التدريب الرياضي	جامعة الموصل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
يعيي محمد محمد علي	أ.م.د	باليوميكانيك -كرة يد	جامعة الموصل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
احمد عبدالمطلب محمد	م.د	قياس وتقويم - كرة يد	جامعة الموصل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
هادي احمد خضر	أ.م. د	علم التدريب الرياضي	جامعة الموصل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
محمد سهيل نجم	أ.م. د	طائق تدريس	جامعة الموصل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
صباح جاسم	أ.م. د	طائق تدريس	جامعة الموصل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
نبيل كاظم هربيد	أ. د	اختبار وقياس - كرة يد	جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
ياسر منير طه البقال	أ. د	علم التدريب الرياضي	جامعة الموصل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
قصي حازم محمد	أ. د	طائق تدريس	جامعة الموصل - كلية التربية الاساسية
علي فتاح رشيد	م. د	تعلم حركي - كرة يد	جامعة الموصل - كلية التربية الاساسية