

استخدام أسلوب التعلم الاتقاني والتبادلي وأثرهما في الطلاقة النفسية وتعلم مهارة التمريرة بكرة القدم الصالات للطلابات

Using Both Mastering and Mutual Learning Styles and Their Effect on Psychological Fluency and Learning The pass Skill in Futsal for Female Students

أ.د. طلال نجم عبد الله¹ , م.د. رفقة مؤيد سعيد²

كلية الحداثة الجامعة¹, جامعة الموصل²

ملخص البحث :

هدف البحث إلى الكشف عن :

- 1- أسلوب التعلم (الاتقاني والتبادلي) وأثرهما في الطلاقة النفسية .
- 2- أسلوب التعلم (الاتقاني والتبادلي) وأثرهما في تعلم الأداء الفني ومستوى الانجاز بمهارة التمريرة بكرة القدم الصالات للطلابات .

3- الأسلوب الأفضل من هذين الأسلوبين في تعلم مهارة التمريرة بكرة القدم الصالات للطلابات .

استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته طبيعة البحث , وتكونت عينة البحث من (24) طالبة من كلية التربية الرياضية وقسم التربية الرياضية بكلية التربية بنات – السنة الدراسية الأولى تم توزيعهن إلى مجموعتين متساويتين (12) طالبة لكل مجموعة, وتم التكافؤ بينهما في متغيرات (الطول , الوزن , العمر) وبعض القدرات العقلية (حدة الانتباه وتركيز الانتباه والذكاء) فضلاً عن عدد من عناصر اللياقة البدنية ومهارة التمريرة والطلاقة النفسية , إذ استخدمت المجموعة التجريبية الأولى (أسلوب التعلم الاتقاني) التي تمثلت بطالبات كلية التربية الرياضية بينما استخدمت المجموعة التجريبية الثانية (الأسلوب التبادلي) لطالبات قسم الرياضية بنات , واستغرق تنفيذ المنهاج التعليمي (9) أيام بواقع (3) وحدات تعليمية لكل مجموعة من مجموعتي البحث وكان زمن كل وحدة تعليمية (90) دقيقة إذ تم البدء بتنفيذ المنهاجين في 2012/2/28 ولغاية 2012/3/8, واستخدم الباحثان الوسائل الإحصائية (الوسط الحسابي , الانحراف المعياري , اختبار (ت) للعينات المرتبطة وغير المرتبطة , نسبة التغير , نسبة المنوية لمقدار التطور , مقدار التعلم , ومعامل الارتباط البسيط , وتم استخدام النظام الإحصائي SPSS) . واستنتج الباحثان ما يأتي :

- كان للأسلوبين أثر في تغيير الطلاقة النفسية بين مجموعتي البحث .
- كان أسلوب التعلم الاتقاني أفضل من الأسلوب التبادلي في تغيير الطلاقة النفسية بين مجموعتي البحث .
- إن أسلوب التعلم الاتقاني هو أفضل من الأسلوب التبادلي في تعلم الأداء الفني ودقة الانجاز لمهارة التمريرة بكرة القدم الصالات للطلابات .

الكلمات المفتاحية : التعلم الاتقاني - الأسلوب التبادلي - الطلاقة النفسية - مهارة التمريرة - كرة القدم

Abstract

The process of sports

The research aims at revealing the following :

Both (mastering and mutual) learning styles and their effect on Psychological fluency.

Both (mastering and mutual) learning styles and their effect on learning technical performance and achievement level in the pass skill for futsal female players.

The better style of those styles in learning the pass skill for futsal female players.

The researchers have adopted the experimental methodology for its convenience to the nature of the research . The research sample has included (24) 1st-stage female students / college of physical education and college of education (for girls)-Dept. of physical education divided into two equivalent groups (12 female students for each group).The equivalence in variables (height, weight and age) and some mental capabilities (intensity of attention , attention concentration and intelligence) have been verified in addition to a number of physical fitness elements , the pass skill and psychological fluency .

The first experimental group, represented by the physical education female students , has used “ the mastering learning style, while the second experimental group , represented by the physical education female students , has used “the mutual style “. The learning approach has lasted (31) days as three educational units for each group .Each educational unit has lasted (90) minutes .So, the approaches fulfillment has started on 28/2/2012 to 8/3/2012 .

The researchers have used the following statistical means (arithmetic mean, standard deviation, T-Test, rate of change, percentage of development , learning amount, and simple correlation coefficient).In addition, SPSS has been used.

The researchers have concluded the following :

Both styles have an effect on changing Psychological fluency between the both of the research groups.

The mastering learning style is better than the mutual style in changing the Psychological fluency between both of the research groups.

The mastering learning style is better than the mutual style in learning technical performance and achievement accuracy in the the pass skill for futsal female students.

Keywords: Mastering Learning- Mutual Style - Psychological Fluency- The pass Skills – Football

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

شهد المجال الأكاديمي تطوراً علمياً وتكنولوجياً هائلاً في مختلف مجالات الحياة ومواقفها، بهدف تبني الطرائق والأساليب التعليمية الحديثة لمواجهة التحديات والضغوط التي تواجه العملية الأكاديمية، وقد سعى الأكاديميون إلى البحث عن أساليب تعليمية جديدة تتناسب مع قدرات واستعدادات الطالبات، مع مراعاة الفروق الفردية بينهن، بهدف تحسين مستوى تحصيلهن. فتطورت الأساليب التعليمية من تلك القديمة التي كانت تركز على المدرس كمحور أساسي للعملية التعليمية، بينما كان دور الطالب مقتصرًا على تلقي المعلومات الجاهزة، إلى أساليب جديدة تجعل الطالب محور العملية التعليمية، في حين يصبح المدرس مرشدًا وموجهًا.

وأن أحد أساليب التعلم الحديثة هو أسلوب "التعلم الإثنائي"، الذي اقترحه كارول (1963) وطوره بلوم (1968).

يقوم هذا الأسلوب على فرضية أن معظم الطلاب يمكنهم الوصول إلى أعلى مستويات الأداء والمهارة في مجالات مهامهم إذا تم تنظيم عملية التدريس والتعلم بشكل جيد، كما يفترض أن تقديم المساعدة للطلاب في الوقت والمكان الذي يواجهون فيه صعوبات يساهم في تحسين أدائهم. لتحقيق ذلك، يجب وضع معايير دقيقة لتقييم كفاءات الطلاب، بحيث يتمكن الطالب من مقارنة أدائه بالمستوى المطلوب. وينتج هذا الأسلوب العديد من التدخلات العلاجية للطلاب غير المتقنين، مع مراعاة الفروق الفردية، بغض النظر عن الطرائق والأساليب المستخدمة في التدريس، كما يوفر وقتًا إضافيًا ودعمًا لشرح المفاهيم والمبادئ التعليمية، يتوافق التعلم الإثنائي مع النظريات التربوية الحديثة التي تركز على التفاعل الإيجابي بين المدرس والطالب، مما يعزز استعداد الطالب للتعلم.

فيما يُعد "الأسلوب التبادلي" من أساليب التعلم الحديثة التي تركز على دور المتعلم في عملية التعلم من خلال استخدام المتعلم العامل والمتعلم الملاحظ. يتميز هذا الأسلوب بتجاوزه لحدود التلقين التقليدي، مما يعزز المشاركة الفعالة للطلاب، وقد جعل هذا التفاعل النشاط العديد من الباحثين يوصون باستخدامه على نطاق واسع. في هذا الأسلوب، يقوم المعلم بشرح المهارات وتقديم نماذج توضيحية، ثم ينفذ الطالب الواجب المطلوب منه. يتطلب الأسلوب التبادلي تنظيم الطلاب في أزواج، بحيث يقوم أحدهم بالأداء بينما يقوم الآخر بالملاحظة والتوجيه وتقديم التغذية الراجعة، ثم يتبادلان الأدوار بالتساوي خلال فترة التمارين المهارية الموكلة إليهم، يقتصر دور المعلم على اتخاذ جميع القرارات المتعلقة بالتخطيط قبل بدء التدريس، وتوزيع ورقة الواجبات وتوضيح كيفية تطبيقها، بالإضافة إلى مراقبة أداء الطلاب والبقاء على مقربة من الطالب الملاحظ لتقديم المساعدة عند الحاجة. (الربيعي وآمين، 2011، 215) يُعتبر العامل النفسي من العوامل المهمة التي تسهم بشكل فعال في تحسين مستوى الأداء الرياضي، مما أدى إلى زيادة الاهتمام بالحالات النفسية المرتبطة بالإعداد الرياضي. فقد أصبح من الواضح مؤخرًا أن للطلاقة النفسية دورًا كبيرًا في تحقيق الإنجازات الرياضية، وتتأثر هذه الطلاقة بنوع الفعالية البدنية والعوامل العقلية، البدنية، المهارية، والخططيه للرياضيين. يتأثر الرياضيون بشكل عام، ولاعبو كرة القدم الصالات بشكل خاص، بحالة الطلاقة النفسية، التي أشارت معظم الدراسات النظرية إلى أهميتها بوصفها تجربة ذاتية تساهم في انغماس الرياضي في الأداء. فتكاد تكون هذه الحالة ضرورية لكل رياضي، حيث إنها تعزز قدراته النفسية وتزيد من كفاءته في أداء المهارات الحركية المتنوعة.

تكمن أهمية هذا البحث في كونه يتناول مجالاً لم يتم استكشافه بشكل كافٍ من قبل الباحثين في مجال كرة القدم الصالات للطالبات، ويعد محاولة جادة للوصول إلى أفضل الأساليب في تعلم مهارة التمريرة في كرة القدم الصالات وتحسين الأداء الفني لهذه المهارة، إذ يهدف هذا البحث إلى تطوير مهارة التمريرة باستخدام أساليب تعليمية تراعي جميع العوامل التي قد تؤثر بشكل فعال على مستوى أداء الطالبات، مع توفير بيئة تعليمية ملائمة تساعد في تطوير هذه المهارة، وتتميز هذه الأساليب بمنح الطالبات حرية التصرف وفرصة القيادة والإبداع من خلال المشاركة الفعلية في الأداء، وبالتالي ينسجم هذا البحث مع التوجهات الحديثة التي تسعى إلى مواكبة التطورات العلمية من خلال استراتيجيات مدروسة تهدف إلى تحسين تعلم مهارة التمريرة في كرة القدم الصالات للطالبات. لذلك يمكن استخدام هذه الأساليب ضمن مفردات المنهج الدراسي لقياس مدى استفادة الطالبات منها في تطوير أدائهن المهاري، إذ أن هذه الأساليب قد استخدمت في فعاليات أخرى، ولكنها تُعتبر حديثة في تطبيقها على كرة القدم الصالات للطالبات.

2-1 مشكلة البحث

تُعد مادة كرة القدم للصالات من المواد الأساسية المقررة للطالبات ضمن منهاج كليات وأقسام التربية الرياضية في جامعة الموصل، ومع ذلك فإن مستوى أداء الطالبات لهذه المادة لا يرقى إلى المستوى المطلوب، فالأسلوب التعليمي المتبع حالياً هو الأسلوب الأمريكي والذي لا يخدم الطالبات بشكل كافٍ في تعلم المهارات الحركية الأساسية للعبة، فضلاً عن ذلك فإن هذه المادة تعد جديدة على الطالبات إذ لم يتم ممارستها في المراحل الدراسية السابقة مما يزيد من شعورهن بعدم الرضا عن أدائهن في هذا الأسلوب، علماً بأن إتقان هذه اللعبة يتطلب مستوى عالياً من الأداء، ويحتاج إلى أساليب واستراتيجيات تسهل تعلم المهارات الحركية المرتبطة بها، بناءً على ذلك قرر الباحثان تجربة هذين الأسلوبين اللذين تم تطبيقهما على فعاليات أخرى ولكن وفقاً لعلم الباحثين لم يتم تطبيقهما سابقاً على كرة القدم الصالات للطالبات.

3-1 أهداف البحث

يهدف البحث إلى الكشف عن :

- 1-3-1 أسلوب التعلم (الاتقاني والتبادلي) وأثرهما في الطلاقة النفسية .
- 2-3-1 أسلوب التعلم (الاتقاني والتبادلي) وأثرهما في تعلم الأداء الفني ومستوى الانجاز بمهارة التمريرة بكرة القدم الصالات للطالبات .
- 3-3-1 الأسلوب الافضل من هذين الأسلوبين في تعلم مهارة التمريرة بكرة القدم الصالات للطالبات .

4-1 فروض البحث

- 1-4-1 لا توجد فروق ذات دلالة معنوية في متوسط درجات الطالبات في مقياس الطلاقة النفسية بصورة كلية بين طالبات مجموعتي البحث .
- 2-4-1 لا توجد فروق ذات دلالة معنوية في متوسط درجات الطالبات في الأداء الفني ومستوى الانجاز بمهارة التمريرة بكرة القدم الصالات للطالبات لمجموعتي البحث.
- 3-4-1 لا توجد فروق ذات دلالة معنوية في متوسط درجات الطالبات في تعلم مهارة التمريرة بكرة القدم الصالات للطالبات لمجموعتي البحث .

5-1 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري : طالبات السنة الدراسية الأولى في كلية التربية الرياضية وقسم التربية الرياضية في كلية التربية للبنات في جامعة الموصل .

1-5-1 المجال الزمني : ابتداءً من 28 / 2 / 2012 ولغاية 8 / 3 / 2012 .

1-5-1 المجال المكاني : القاعة الداخلية لقسم التربية الرياضية في كلية التربية للبنات في جامعة الموصل .

6-1 تحديد المصطلحات

1-6-1 التعلم الاتقاني

عرفه (أبو زينة ، 2002) التعلم الاتقاني على انه " تقنية تعليمية لتدريس مادة تعليمية متسلسلة على نحو هرمي وتعلمها إذ تكون المادة المراد تعلمها مجزأة إلى وحدات أو أقسام مميزة واضحة تعطى في حصة صفية واحدة أو في عدة حصص خلال الأسبوع الواحد " . (أبو زينة ، 2002 , 12) وقد عرفه الباحثان أجرائياً : بأنه أسلوب تعليمي هدفه تمكن الطالبة من إتقان أداء المهارة والوصول إلى مستوى من التحصيل، وذلك من خلال إعطائها الوقت المناسب للتعلم ومراعاة الفروق الفردية بين الطالبات .

2-6-1 الأسلوب التبادلي

عرفه (الأطوي والزبيدي، 2009) بأنه " أسلوب تعليمي قدمه لأول مرة موستن إذ أعطى للمتعلم دوراً رئيسياً في العملية التعليمية بعد أن كان دوره في الأسلوب سلبياً يقتصر على التلقين " . (الأطوي والزبيدي , 2009 , 333) وقد عرفه الباحثان أجرائياً بأنه : أسلوب يتم فيه تقسيم الطالبات إلى مجاميع ثنائية بشكل أزواج (ملاحظة وعاملة) كلاً حسب الدور المطلوب لها وتتبادلن الأدوار فيما بينهن في كل تمرين مهاري مناصفة بما يحقق تعلم مهارة التمريرة بكرة القدم الصالات .

3-6-1 الطلاقة النفسية

وقد عرفها (محمد، 2008) بأنها " حالة عقلية بدنية مثلى تعمل على وفق اشتراطات المهارة المؤداة " (محمد , 2008 , 7). وقد عرفها الباحثان أجرائياً بأنها : حالة من الاستعداد النفسي والعقلي والبدني والتي تحقق أفضل مستوى في الأداء إذ تكون الطالبة مشغولة بالأداء ولا يكون لديها وعي بما يحيط بها مع الشعور بالاستمتاع في أثناء وبعد الأداء .

3- إجراءات البحث :

1-3 المنهج المستخدم :

تم استخدام المنهج التجريبي لملاءمته وطبيعة البحث .

2-3 مجتمع البحث وعينته :

تكون مجتمع البحث من طالبات السنة الدراسية الأولى في كلية التربية الرياضية وقسم التربية الرياضية في كلية التربية للبنات في جامعة الموصل للعام الدراسي 2011-2012 اللواتي تم اختيارهم بصورة عمدية والبالغ عددهن (43) طالبة موزعين بواقع (21) طالبة في كلية التربية الرياضية و(22) طالبة في قسم التربية الرياضية بكلية التربية للبنات , وتم استبعاد عدد من الطالبات للأسباب الآتية :

- (1) الطالبات اللاتي لم يحضرن أي محاضرة والبالغ عددهن (6) طالبات .
 - (2) الطالبات اللاتي لديهن خبرة وممارسة للفعالية والبالغ عددهن (3) طالبات .
 - (3) الطالبات اللاتي أجريت عليهن التجربة الاستطلاعية البالغ عددهن (10) طالبات .
- لتصبح عينته البحث (24) طالبة بواقع (12) طالبة في كلية التربية الرياضية (12) طالبة في قسم التربية الرياضية بكلية التربية للبنات وعن طريق القرعة تم اختيار طالبات التربية الرياضية لتطبيق (أسلوب التعلم الاتقاني) وطالبات التربية بنات تطبق (الأسلوب التبادلي) والجدول (1) يبين ذلك :

الجدول (1)

يبين عدد أفراد عينة البحث والأسلوب المطبق

المجموعة	الأسلوب المطبق	العدد الكلي للعينة	الطالبات المستبعدات	عدد طالبات العينة النهائية
المجموعة التجريبية الأولى (طالبات التربية الرياضية)	التعلم الاتقاني	21	9	12
المجموعة التجريبية الثانية (طالبات قسم التربية الرياضية)	الأسلوب التبادلي	22	10	12
المجموع		43	19	24

3-3 التصميم التجريبي :

تم استخدام التصميم التجريبي الذي يطلق عليه (تصميم المجموعات المتكافئة العشوائية الاختيار ذات الاختبارات القبلية والبعديّة المحكمة الضبط) . (فان دالين ,1984,398)

الشكل (1)

يوضح التصميم التجريبي للبحث

المجاميع	الاختبار القبلي	المتغير المستقل	المتغير التابع	الاختبار البعدي	النتائج
المجموعة التجريبية الأولى (طالبات التربية الرياضية)	الاختبارات البدنية ومهارة التمريرة وتعلم الأداء الفني ومستوى الانجاز ومقياس الطلاقة النفسية	التعلم الاتقاني	الطلاقة النفسية	اختبار مهارة التمريرة وتعلم الأداء الفني ومستوى الانجاز ومقياس الطلاقة النفسية	قبلي – قبلي
المجموعة التجريبية الثانية (طالبات قسم التربية الرياضية / بنات)	الاختبارات البدنية ومهارة التمريرة وتعلم الأداء الفني ومستوى الانجاز ومقياس الطلاقة النفسية	الأسلوب التبادلي	تعلم مهارة التمريرة المستخدمة	اختبار مهارة التمريرة وتعلم الأداء الفني ومستوى الانجاز ومقياس الطلاقة النفسية	قبلي – بعدي
					بعدي - بعدي

4-3 وسائل جمع البيانات

1-4-3 الاستبيان

1-1-4-3 استبيان لتحديد بعض القدرات العقلية المؤثرة في تعلم الأداء الفني ومستوى الانجاز لمهارة التمريرة بكرة القدم الصالات للطالبات .

2-1-4-3 استبيان لتحديد بعض عناصر اللياقة البدنية والحركية المؤثرة في تعلم الأداء الفني ومستوى الانجاز لمهارة التمريرة بكرة القدم الصالات للطالبات والاختبارات المناسبة لها.

3-1-4-3 استبيان لتحديد الاختبار المناسب لمهارة التمريرة بكرة القدم الصالات للطالبات.

4-1-4-3 استمارة تقويم الأداء الفني لمهارة التمريرة بكرة القدم الصالات للطالبات . والتي شملت على ثلاثة أجزاء وهي (القسم التحضيري ، القسم الرئيس ، القسم الختامي) وهي من (10) درجات تم توزيعها على السادة المختصين في مجال (القياس والتقويم والتعلم الحركي) لتحديد درجات كل قسم، وتمت الموافقة عليها باتفاق آراء الخبراء واعتمادها في التقييم في الاختبارات القبلية والبعدية.

5-1-4-3 استبيان حول استطلاع صلاحية المنهاج التعليمي .

5-3 المنهاج التعليمي

استخدم الباحثان الخطوات التي يتضمنها المنهاج التعليمي لمادة كرة القدم الصالات للطالبات والمقررة للسنة الدراسية الأولى خلال العام الدراسي 2011-2012 على وفق المناهج المركزية لكليات وأقسام التربية الرياضية , إذ قام الباحثان بإعداد منهاج لوحدة تعليمية على وفق الأسلوبين المقترحين وعرض نموذجين منها على الخبراء والمختصين في (مادة طرائق التدريس والتعلم الحركي) لاستطلاع آرائهم في مدى صلاحية تلك الوحدات إذ تمت الموافقة عليها بعد إجراء بعض التعديلات حيث تضمن المنهاج التعليمي (6) وحدة تعليمية , وبواقع (3) وحدات لكل مجموعة وفيما يأتي توضيح لطريقة تنفيذ كل من الأسلوبين :

3-6-1 تنفيذ أسلوب التعلم الاتقائي :

- استغرق المنهج التعليمي (8) أيام ، وبواقع (3) وحدات تعليمية .
- تم تطبيق المنهج التعليمي في أيام (الخميس ، الاثنين ، الخميس) .
- بلغ زمن الوحدة التعليمية الواحدة (90) دقيقة على وفق المقرر الدراسي للكلية .
- تم تطبيق المنهج التعليمي في القاعة الداخلية لقسم التربية الرياضية في كلية التربية بنات .
- تم تطبيق مفردات المنهج التعليمي على وفق خطوات أسلوب التعلم الاتقائي الذي طبق على المجموعة التجريبية الأولى لطالبات كلية التربية الرياضية .
- تضمنت الوحدات التعليمية وصف للأداء الفني لمهارة التمريرة بالجزء المخصص فضلا عن الرسوم التوضيحية والمتسلسلة للأداء الفني وللتمارين المهارية .
- تضمنت الوحدات التعليمية تمارين مهارية متدرجة من السهل إلى الصعب وقد تناولت كل وحدة تعليمية نوع من أنواع التمريرة الثلاث (بوجه القدم ، بداخل القدم ، بخارج القدم) .
- تم صياغة التمارين المهارية بهيئة أطر تعليمية كل إطار يمثل تمرين مهاري .
- تم إعداد اختبارات بينية بين التمارين المهارية إذ يعطى الاختبار البيني في نهاية كل تمرين مهاري ولحين انتهاء الوحدة التعليمية وذلك لاكتشاف نقاط ضعف الطالبات ومعالجتها بالممارسة والتكرار .

3-6-2 تنفيذ الأسلوب التبادلي :

- استغرق المنهج التعليمي (8) أيام ، وبواقع (3) وحدات تعليمية .

- تم تطبيق المنهج التعليمي في أيام (الأحد ، الثلاثاء ، الأحد).
 - بلغ زمن الوحدة التعليمية الواحدة (90) دقيقة على وفق المقرر الدراسي للكلية .
 - تم تطبيق المنهج التعليمي في القاعة الداخلية لقسم التربية الرياضية في كلية التربية بنات .
 - تم تطبيق مفردات المنهج التعليمي على وفق ورقة الواجبات للأسلوب التبادلي بين الطالبة المؤدية والملاحظة الذي طبق على المجموعة التجريبية الثانية لطالبات قسم التربية الرياضية في كلية التربية للبنات .
 - تضمنت الوحدات التعليمية وصف للأداء الفني لمهارة التمريرة بالجزء المخصص فضلاً عن الرسوم التوضيحية والمتسلسلة للأداء الفني وللتمارين المهارية .
 - تضمنت الوحدات التعليمية تمارين مهارية متدرجة من السهل إلى الصعب وقد تناولت كل وحدة تعليمية نوع من أنواع التمريرة الثلاث (بوجه القدم ، بداخل القدم ، بخارج القدم) .
 - تم إعداد التمارين المهارية في ورقة الواجب وبشكل متسلسل واستخدمت التغذية الراجعة الضرورية في هذا الأسلوب
- 7-3 مقياس الطاقة النفسية :**

استخدم الباحثان مقياس الطاقة النفسية المعد من قبل (سوزان جاكسون وهربت مارش، 1996) وأعدده للصورة العربية (محمد ، 2008) إذ يتكون المقياس من (36) فقرة موزعة على (9) أبعاد كل بعد يحوي على (4) فقرات وتعتبر جميع فقرات المقياس إيجابية إذ تكون الإجابة على وفق خمسة بدائل هي (غير موافق بشدة , غير موافق , محايد , موافق , موافق بشدة) وتعطى أوزان الدرجات (1,2,3,4,5) على التوالي وبهذا الأجراء الإحصائي سيكون الحد الأعلى لمجموع الدرجات التي يحصل عليها المفحوص (180) درجة , أما الحد الأدنى سيكون (36) درجة وكما موضح في الملحق رقم (3) إذ أعد هذا المقياس لقياس أبعاد الطاقة النفسية المهمة للأداء الرياضي وقد تم توزيع المقياس على مجموعة من ذوي الاختصاص في مجال علم النفس الرياضي لبيان مدى صلاحيته لعينة البحث فكانت الإجابة بموافقة جميع الخبراء على فقرات المقياس بنسبة 100% وأنه صالح للأداء الرياضي , فبعد انتهاء تنفيذ المنهاجين التعليميين لكل من الأسلوبين (الاتقاني والتبادلي) تم توزيع المقياس على عينة البحث وذلك في القاعات النظرية الخاصة بكل كلية .

8-3 التجارب الاستطلاعية

قام الباحثان وبمساعدة مدرسة المادة بأجراء (3) تجارب استطلاعية والتي ستطبق على مجموعتي البحث وعلى طالبات خارج عينة البحث ومن ضمن مجتمع البحث نفسه والبالغ عددهن (10) طالبات وذلك من أجل الحصول على نتائج دقيقة قبل تنفيذ التجربة الرئيسة وفيما يأتي توضيح لذلك :

1-8-3 التجربة الاستطلاعية الأولى (الاختبارات البدنية واختبار مهارة التمريرة)

تم إجراء التجربة بتاريخ 2012/12/25 وتم تطبيق الاختبارات البدنية بعد أن تم عرضها على السادة الخبراء للتأكد من صلاحية تطبيقه على العينة وحصلت الموافقة على ذلك .

2-8-3 التجربة الاستطلاعية الثانية (للمنهاجين التعليميين)

تم إجراء التجربة من قبل مدرسة المادة بعد الاتفاق معها على كيفية تنفيذ الأسلوبين على مجموعتي البحث وذلك بتاريخ 2011/ 12 /29 ولغاية 2012/ 1 /3 وتم تطبيق كل أسلوب على حدا.

9-3 الشروط العلمية لأختبار مهارة التمريرة :

1-9-3 الصدق الذاتي :

يعد الاختبار صادقاً إذا كان معامل الصدق (0,70) فأكثر (التكريري والعبيدي، 1999، 238) حيث استخرج الصدق الذاتي للاختبار عن طريق حساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار.

2-9-3 ثبات الاختبار :

للتأكد من ثبات الاختبار المهاري قام الباحثان بتطبيق الاختبار على عينة من مجتمع البحث خارج عينة البحث وكان عددهن (10) طالبات وتم إعادته بعد أسبوع على العينة نفسها، وتم احتساب معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات الاختبارين وأظهرت النتائج علاقة ارتباط عالية إذ بلغت درجة الثبات (0,82) مما يؤكد ثبات هذا الاختبار.

3-9-3 موضوعية الاختبار :

الموضوعية هي " درجة الاتفاق بين مقدري الدرجة " (رضوان، 2006، 168) ، وتم التحقق من موضوعية الاختبار المهاري بتسجيل النتائج من ثلاث محكمين في آن واحد لعينة البحث ، واحتساب معامل الارتباط البسيط بين نتائج المحكمين فكانت هناك علاقة ارتباط عالية في الاختبار مما يؤكد موضوعية التقويم .

10-3 الاختبار القبلي

تم إجراء الاختبار القبلي لمجموعي البحث في بعض عناصر اللياقة البدنية واختبار مهارة التمريرة وتعلم الأداء الفني ومستوى الانجاز ومقياس الطلاقة النفسية وذلك للمدة من 2012/1/31 ولغاية 2012/2/6 وذلك بمساعدة فريق العمل المساعد ومدرسة المادة علما انه تم تقويم الأداء الفني لاختبار مهارة التمريرة من قبل ثلاثة محكمين .

10-3 التجربة الرئيسية

تم البدء بتنفيذ المنهاجين التعليميين على مجموعتي البحث في 2012/2/28 وبواقع (3) وحدات تعليمية لكل مجموعة من مجموعتي البحث، وكان زمن كل وحدة (90 د) ، وتم توزيعها على وفق جدول الدروس الأسبوعي للمرحلة الأولى في كلية التربية الرياضية وقسم التربية الرياضية بكلية التربية بنات ، وبعد الانتهاء من تنفيذ التجربة على مجموعتي البحث في 2012/3/8 .

12-3 الاختبار البعدي

تم إجراء الاختبار البعدي لمجموعي البحث في اختبار مهارة التمريرة وتعلم الأداء الفني ومستوى الانجاز ومقياس الطلاقة النفسية وذلك للفترة من 2012/3/11 ولغاية 2012/3/15 وذلك بمساعدة فريق العمل المساعد ومدرسة المادة علما انه تم تقويم الأداء الفني لاختبار مهارة التمريرة من قبل ثلاثة محكمين .

13-3 الوسائل الإحصائية

- الوسط الحسابي

- الانحراف المعياري

$$\text{النسبة المئوية لمقدار التطور} = \frac{\text{الاختبار البعدي} - \text{الاختبار القبلي}}{100 \times \text{الاختبار البعدي}}$$

- مقدار التعلم = الاختبار البعدي - الاختبار القبلي

$$\text{نسبة التغيير} = \frac{\text{الاختبار البعدي} - \text{الاختبار القبلي}}{100 \times \frac{\text{الاختبار البعدي} + \text{الاختبار القبلي}}{2}}$$

- معامل الارتباط البسيط

وتم استخدام النظام الإحصائي SPSS

4- عرض النتائج

1-4 عرض نتائج الطلاقة النفسية

1-1-4 عرض نتائج الطلاقة النفسية للمجموعة التجريبية الأولى

الجدول (2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة ونسبة التغير بين الاختبارين القبلي والبعدى لمتغير الطلاقة النفسية لطالبات التربية الرياضية

المعالم الإحصائية الأبعاد	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	نسبة التغير %
	س-	ع±	س-	ع±		
ب1	14,083	2,193	18,250	1,356	* 6,304	12,887
ب2	12,083	2,874	15,833	2,124	* 3,718	13,433
ب3	14,666	3,773	16,833	2,823	* 2,106	6,879
ب4	14,833	3,973	18,166	1,114	* 3,644	13,541
ب5	14,833	2,691	17,250	2,261	* 3,394	7,533
ب6	14,250	3,250	17,500	1,314	* 3,930	10,236
ب7	14,333	2,902	14,666	0,788	0,374	1,148
ب8	11,333	2,640	16,000	1,414	* 5,570	17,074
ب9	13,750	2,958	17,333	1,435	* 4,139	11,527
مج ك	123,166	19,450	152,666	8,172	* 5,549	10,964

* قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ $\geq (0,05)$ وأمام درجة حرية (11) = 2,20

2-1-4 عرض نتائج الطلاقة النفسية للمجموعة التجريبية الثانية

الجدول (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة ونسبة التغير بين الاختبارين القبلي والبعدى لمتغير الطلاقة النفسية لطالبات قسم التربية الرياضية / بنات

المعالم الإحصائية الأبعاد	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	نسبة التغير %
	س-	ع±	س-	ع±		
ب1	14,166	2,405	14,833	2,081	0,938	2,300
ب2	13,500	2,110	13,750	1,912	0,464	0,917
ب3	15,666	2,015	18,750	1,138	* 5,995	8,960
ب4	15,833	1,029	16,333	2,015	1,149	1,554
ب5	15,416	0,900	18,666	1,154	* 7,288	9,535
ب6	14,750	2,137	15,583	3,117	1,968	2,746
ب7	14,750	1,912	15,833	1,585	1,900	3,541
ب8	13,250	2,050	13,750	2,179	0,682	1,851
ب9	14,666	3,084	16,666	1,723	1,658	6,383
مج ك	132,000	9,553	144,166	9,073	* 4,417	4,405

* قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ $\geq (0,05)$ وأمام درجة حرية (11) = 2,20

3-1-4 عرض نتائج الطلاقة النفسية لمجموعتي البحث في الاختبار البعدي

الجدول (4)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة في الاختبار البعدي لمتغير الطلاقة النفسية بين

مجموعتي البحث

المعالم الإحصائية الأبعاد	مجموعة التعلم الاتقائي		مجموعة الأسلوب التبادلي		قيمة (ت) المحسوبة
	س-	ع±	س-	ع±	

* 6,459	2,081	14,833	1,356	18,250	ب1
* 3,420	1,912	13,750	2,124	15,833	ب2
* 2,958	1,138	18,750	2,823	16,833	ب3
* 3,740	2,015	16,333	1,114	18,166	ب4
* 2,617	1,154	18,666	2,261	17,250	ب5
* 2,658	3,117	15,583	1,314	17,500	ب6
* 3,103	1,585	15,833	0,778	14,666	ب7
* 4,068	2,179	13,750	1,414	16,000	ب8
1,395	1,723	16,666	1,435	17,333	ب9
* 2,945	9,073	144,164	8,172	151,831	مج ك

* قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ $\geq (0,05)$ وأمام درجة حرية (22) = 2,07

4-2 عرض نتائج اختبارات الأداء الفني ودقة الانجاز في مهارة التمريرة بين مجموعتي البحث

4-2-1 عرض نتائج اختبار (ت) لمجموعتي البحث في الأداء الفني بمهارة التمريرة بين الاختبارين القبلي والبعدي .

الجدول (5)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للاختبارين القبلي والبعدي بين مجموعتي البحث

قيمة (ت) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المعالم الإحصائية المجاميع
	ع±	س-	ع±	س-	
* 6.739	0.900	8.916	1.288	6.250	المجموعة التجريبية الأولى (طالبات التربية الرياضية)
* 4.815	1.206	8.000	1.240	6.083	المجموعة التجريبية الثانية (طالبات قسم الرياضة)

* قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ $\geq (0,05)$ وأمام درجة حرية (11) = 2,20

4-2-2 قياس مقدار التعلم والنسب المئوية لأختبار الأداء الفني لمهارة التمريرة بين الاختبارين

القبلي والبعدي لمجموعتي البحث .

الجدول (6)

يبين الأوساط الحسابية ومقدار التعلم والنسب المئوية للاختبارين القبلي والبعدي بين مجموعتي البحث

النسبة المئوية لمقدار التطور	مقدار التعلم	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المعالم الإحصائية المجاميع
		س-	ع±	س-	ع±	
%29.90	2.666	8.916	6.250	6.250	2.666	المجموعة التجريبية الأولى (طالبات التربية الرياضية)
%23.96	1.917	8.000	6.083	6.083	1.917	المجموعة التجريبية الثانية (طالبات قسم الرياضة)

4-2-3 عرض نتائج اختبار الأداء الفني بمهارة التمريرة بين مجموعتي البحث في الاختبار البعدي

الجدول (7)

يبين الفروق بين مجموعتي البحث في الأداء الفني للاختبار البعدي لمهارة التمريرة

قيمة (ت) المحسوبة	مجموعة الأسلوب التبادلي		مجموعة التعلم الاتقاني		وحدة القياس	المعالم الإحصائية الاختبار
	ع±	س-	ع±	س-		
* 2.862	1.206	8.000	0.900	8.916	درجة	الأداء الفني بمهارة التمريرة

* قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ $\geq (0,05)$ وأمام درجة حرية (22) = 2,07

4-2-4 عرض نتائج اختبار (ت) لمجموعتي البحث في دقة الانجاز بمهارة التمريرة بين الاختبارين القبلي والبعدي .

الجدول (8)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للاختبارين القبلي والبعدي بين مجموعتي البحث

قيمة (ت) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المعالم الإحصائية المجاميع
	ع±	س-	ع±	س-	

المجموعة التجريبية الأولى (طالبات التربية الرياضية)	14.500	3.450	22.916	2.203	*6.820
المجموعة التجريبية الثانية (طالبات قسم التربية الرياضية)	14.666	3.845	18.583	3.502	*2.430

* قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ $\geq (0,05)$ وأمام درجة حرية (11) = 2,20

4-2-5 قياس مقدار التعلم والنسب المئوية لاختبار دقة الانجاز لمهارة التمريرة بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث .

الجدول (9)

يبين الأوساط الحسابية ومقدار التعلم والنسبة المئوية للاختبارين القبلي والبعدي بين مجموعتي البحث

المعالم الإحصائية المجاميع	الاختبار القبلي س-	الاختبار البعدي س-	مقدار التعلم	النسبة المئوية لمقدار التطور
المجموعة التجريبية الأولى (طالبات التربية الرياضية)	14.500	22.916	8.416	%36.72
المجموعة التجريبية الثانية (قسم التربية الرياضية)	14.666	18.583	3.917	%21.07

4-2-6 عرض نتائج اختبار دقة الانجاز بمهارة التمريرة بين مجموعتي البحث في الاختبار البعدي

الجدول (10)

يبين الفروق بين مجموعتي البحث في دقة الانجاز للاختبار البعدي بمهارة التمريرة

المعالم الإحصائية	وحدة القياس	مجموعة التعلم الاتقاني	مجموعة الأسلوب التبادلي	قيمة (ت) المحسوبة
الاختبار		س- ±ع	س- ±ع	
مستوى الانجاز بمهارة التمريرة	درجة	22.916	2.203	*4.912

* قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ $\geq (0,05)$ وأمام درجة حرية (22) = 2,07

4-3 مناقشة النتائج

4-3-1 مناقشة نتائج الطلاقة النفسية لمجموعتي البحث في الاختبار البعدي

يتبين من الجدول (4) أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية ولصالح طالبات كلية التربية الرياضية ويعزو الباحثان سبب ذلك يعود لفاعلية أسلوب التعلم الاتقاني من خلال إعطاء الحرية الكاملة للطالبة عند أداء المهارة والاعتماد الكلي على الذات النفسية في الأداء وبالاعتماد على الأطر التعليمية الموجودة لدى كل طالبة والموضح فيها طريقة الأداء الفني بصورة تفصيلية وأداء المهارة بشكل انسيابي مما زاد في تعزيز الثقة بالنفس كما إن تفاعل الطالبات فيما بينهن في التمارين المهارية المعطاة لهن في النشاط التطبيقي من الوحدة يكسب الطالبة المهارات اللازمة لشخصيتها ويعزز العلاقات الاجتماعية مع زميلاتها ويزيد الثقة بنفسها , وكذلك اعتماد الطالبة على نفسها في الاختبارات البينية (الفردية) المعطاة لها بعد كل تمرين وتشجيعها من قبل المدرسة في العطاء الأكثر والتفاعل المشجع مع أفراد مجموعتها كلها عوامل زادت في بناء الطلاقة النفسية وزيادة الثقة بالنفس لديها بالإضافة لما يتمتع به أسلوب التعلم الاتقاني من إعطاء المرونة والحرية والاعتماد على الذات عزز لدى الطالبات الدافع القوي لتحقيق الهدف المرسوم لديهن وإبعادهن عن التوتر والانفعالات وضغط المدرسة عليهن مما زال الخوف والقلق وزاد من الطلاقة النفسية لهن إذ " إن الثناء على النتائج التي يحققها المتعلم من وقت لآخر ستكون بمثابة طاقات جديدة حافزة لبذل الجهد ومواصلة التقدم". (الطالب , 1976 , 116) ويعزو الباحثان إلى دور مدرسة المادة في تهيئة الطالبات نفسياً في أثناء الأداء مما أسهم في رفع روحهم المعنوية الأمر الذي انعكس إيجابياً على حالة الطلاقة النفسية لديهن , وهذا ما أكدته (راتب, 2004) في "أن حالة الطلاقة

النفسية تعد أفضل تهيئة أو تعبئة نفسية لدى الرياضي حتى يستطيع من خلالها الوصول إلى أفضل مستوى بالأداء " (راتب, 2004, 676). كما يعزو الباحثان أيضا إلى طبيعة أداء المهارات تحتاج إلى درجة عالية من التركيز والانتباه والتحكم والسيطرة وأن تمتع الطالبات بالتركيز العالي والتحكم الجدي بالكرة والسيطرة عليها يعد بعدا لمفهوم الطلاقة النفسية التي سوف تقودهن إلى الأداء المناسب , ومن ثم الوصول إلى حالة الطلاقة النفسية التي كان لها الدور الكبير في فاعلية الطالبات وأدائهن المهاري , هذا ما أشار إليه (بشتاوي والخوaja, 2005) " بأن ارتفاع درجة إتقان اللاعب للحركة لا يتوقف على استمرار التدريب عليها وإنما يزيد ذلك من مقدرة اللاعب في التركيز والانتباه والقدرة على الاسهام الواعي للاعب في التحكم في الحركة " (بشتاوي والخوaja , 2005, 209)

4-3-2 مناقشة نتائج اختبار الأداء الفني بمهارة التمريرة بين مجموعتي البحث في الاختبار البعدي

يتبين من الجدول (7) أن هناك فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين الأولى والثانية في الأداء الفني لمهارة التمريرة بكرة القدم الصالات للطالبات ولمصلحة المجموعة الأولى التي استخدمت التعلم الاتقائي , ويعزو الباحثان سبب ذلك إلى خصوصية المنهج التعليمي المستخدم في كرة القدم الصالات لما له من تأثير واضح في اكتساب المهارة الحركية وتطويرها وذلك من خلال استفادته من التمارين الخاصة بتعلم مهارة التمريرة فضلاً عن الرسوم التوضيحية التي تمت صياغتها بهيئة اطر تعليمية والتي أدت إلى دقة القراءة الصحيحة وأتباع الخطوات المرسومة بصورة صحيحة وأدائها طيلة فترة التجربة , إذ يشير (نصيف , 1987) " بأن المتعلم لابد أن تكون لديه فكرة واضحة عن التكنيك الذي يريد تعلمه ولا سيما النقاط المهمة للسير الحركي , بعد أن يحاول المتعلمون تصور الحركة , فالتقاط المهمة تكون عند المتعلم في هذه المرحلة النظرة الصحيحة والواقعية للحركة والتي تتبعها مباشرة محاولة المتعلم لأداء المهارة " (نصيف , 1987 , 162). وبما أن تعلم وإتقان المهارة الحركية لا يتم بالجانب النظري فقط فقد كان للجانب العملي دور مهم في تعليم وتطوير المهارات الحركية الخاصة بكرة القدم الصالات , إذ تم إعطاء تمارين متنوعة ومتدرجة من السهل إلى الصعب في أثناء الوحدات التعليمية وعلى وفق أساليب مختلفة من التعلم , حيث أن تنظيم التمرينات كان له الأثر الكبير في زيادة قدرة المتعلمين على الأداء ومن ثم انعكس ذلك إيجابياً على تطوير مهارة التمريرة , ويؤكد (1981 Drowatzky, 39) " من أن " الأداء الناجح للمهارة يخزن في الذاكرة الحركية ويستطيع الطالب أسترجاعه فيما بعد " (Drowatzky , 1981, 39). كما يعزو الباحثان إلى أن الفرق بين الاختبارين يعود إلى وجود الحافز أو الدافع للحصول على أعلى درجة لهذا الاختبار ورغبة منهن في تعلم الأداء الفني لهذه المهارة وتحقيق انجاز افضل من خلال دقة التمريرة على الشواخص.

4-3-3 مناقشة نتائج اختبار دقة الانجاز بمهارة التمريرة بين مجموعتي البحث في الاختبار البعدي

يتبين من الجدول (10) أن هناك فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين الأولى والثانية في دقة الإنجاز لمهارة التمريرة بكرة القدم الصالات للطالبات ولمصلحة المجموعة الأولى التي استخدمت التعلم الاتقائي , ويعزو الباحثان سبب هذا التطور في الانجاز إلى حرية الأسلوب وتعمل المدرسة مع الطالبات وتقديم التغذية الراجعة لأفراد العينة من خلال المعلومات التي حصل عليها المتعلمين من قبل مدرسة المادة في عملية تصحيح الأخطاء في أثناء الأداء

والتكرار بشكل صحيح ساعد على تطوير الانجاز , وسبب هذا هو احتواء المنهاج التعليمي على التمارين التي تخدم المهارة وقد كانت متدرجة من السهل إلى الصعب إذ ساهمت على تزويد الطالبات بالخبرات الحركية والتي بدورها ساعدت في تطوير مستوى الانجاز وقد تم صياغة هذه التمارين على شكل اطر تعليمية بحيث كل تمرين مهاري يمثل إطار تعليمي فضلاً عن الشكل التوضيحي للأداء الفني والتمارين المهارية وبعد انتهاء كل تمرين مهاري كان هناك اختبار بيني لغرض النهوض بمستوى أدائهم وهذا ماأكده(الربيعي, 2011) " إن التعلم الاتقائي يعتبر من احد طرائق التعلم التي تستخدم التكرار من اجل التعلم بآلية وانسيابية عالية مع ملاحظة الفروق الفردية والاستفادة من المتعلمين الجيدين لبذل الجهد في انجاز ما هو محدد لهم ,وان ينجح الآخرون في تعلم المهام المقدمة لهم والاستفادة من وقت التعلم الذي يتم تكيفه ليلانم قابليتهم , فالطلبة ذوي المستويات الضعيفة قد يعطون وقت اكبر واستعداد اكثر لتطوير إمكانياتهم وهذا يتم تحديده من خلال الاختبارات البينية التي تنزامن مع فترة تعليمهم " (الربيعي ، 2011 ، 130).

وكما يعزو الباحثان أيضاً إن التطور في مستوى الانجاز إلى المناخ المناسب للوحدة التعليمية وهذا ماأكده (وليام كلارك) نقلاً عن (عادل وآخرون , 2000) " إن المدرس يعد مصمماً لبيئة التعلم , فهو الذي يبتدع الانضمام التعليمية ويحدد أهداف الدرس , ويقوم بإعداد المواقف التعليمية والتربوية , ويقدر الإستراتيجية التي يسير عليها المتعلم , ليتم التفاعل بينه وبين معطيات هذه المواقف التعليمية, وكذلك عدد مستويات الأداء المراد انجازها من قبل المتعلم وأساليب تقويم الأداء " (عادل وآخرون ، 2000 ، 16).

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات

- كان للأسلوبين اثر في تغيير الطلاقة النفسية بين مجموعتي البحث .
- كان أسلوب التعلم الاتقائي أفضل من الأسلوب التبادلي في تغيير الطلاقة النفسية بين مجموعتي البحث .
- إن الأسلوبين المستخدمين في البرنامج التعليمي هما أسلوبان فاعلان في تعلم الأداء الفني ودقة الانجاز بمهارة التمريرة بكرة القدم الصالات للطالبات .
- إن أسلوب التعلم الاتقائي هو أفضل من الأسلوب التبادلي في تعلم الأداء الفني ودقة الانجاز لمهارة التمريرة بكرة القدم الصالات للطالبات .

5-2 التوصيات والمقترحات :

- اعتماد الأسلوب الاتقائي في تعلم المهارات الأخرى بكرة القدم الصالات ، ولاسيما المهارات الصعبة التعلم .
- إجراء دراسات أخرى تتناول المقارنة بين الأساليب التعليمية الأخرى لتعلم المهارات المختلفة في لعبة كرة القدم الصالات ، والألعاب الرياضية الأخرى .
- الاهتمام بالصفات البدنية للمتعلمين ، لما لها من صلة قوية بالإعداد المهاري ، لكي نصل بالمتعلمين إلى أعلى مستوى من الإنجازات التعليمية.

- استخدام الوسائل التعليمية المساعدة على التعلم بأنواعها المختلفة لتوضيح الأداء الحركي واخذ تصور صحيح عن المهارة المراد تعلمها .

المصادر

- أبو زينة ،فريد كامل (1998): أساسيات القياس والتقويم في التربية ، ط1 ، مكتبة الفلاح ، دبي ، الامارات العربية المتحدة .
- الاطوي ، وليد وعد الله علي، والزبيدي، قصي حازم محمد (2009): طرائق تدريس التربية الرياضية ، كلية التربية الأساسية ، جامعة الموصل العراق .
- البشتاوي ، مهند حسين والخواجا ، أحمد إبراهيم (2005) : مبادئ التدريب الرياضي ، ط1 ، دار وائل للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
- بلوم ، بنيامين وآخرون (1983): تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني ، ترجمة(محمد أمين المفتي وآخرون) ، دار ماكجرويل للنشر والتوزيع ، الطبعة العربية ، القاهرة ، مصر .
- التكريتي ، وديع ياسين والبيدي ، حسن محمد عبد(1999): التطبيقات الإحصائية وأستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل، العراق .
- راتب ، أسامة كامل (2004): النشاط البدني والاسترخاء ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر .
- الربيعي ، محمود داؤد وحمامين ، سعيد صالح (2011): طرائق تدريس التربية الرياضية وأساليبها ، ط1 ، دار الكتب العلمية ، بيروت ، لبنان .
- الرحاوي ، عبد السلام عبد الجبار (2006) : تأثير ستراتيكية تدريس الأقران في التحصيل الدراسي المعرفي والاحتفاظ بمادة طرائق التدريس لدى طلاب كلية التربية الرياضية، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، العراق.
- رضوان ، محمد نصر الدين (2006): المدخل إلى القياس في التربية البدنية والرياضية ، ط1 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، مصر .
- الطالب ، نزار مجيد (1976) : مبادئ علم النفس الرياضي ، مطبعة الشعب ، بغداد ، العراق .
- الطائي ، محمد خير الدين(2011): " علاقة الطلاقة النفسية والتوتر النفسي والاستثارة الانفعالية بمستوى الانجاز المهاري لدى لاعبي خماسي كرة القدم رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل، العراق
- عادل ، زكية إبراهيم وآخرون (2000): طرق التدريس في التربية الرياضية ، ج1 ، ط1 ، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية ، الاسكندرية ، مصر .
- محمد ، عبد العزيز عبد المجيد (2008): الطلاقة النفسية ، ط2 ، مصر الجديدة ، القاهرة.
- نصيف ، عبد علي (1987):التدريب في المصارعة ، ط2 ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، العراق
- Drowatzym jhon, n. (1981) Motor learning principles and practices ,second edition ,minneapolis ,bargress publishing .