

تأثير منهج تعليمي وفق النمذجة الحسية في تعليم بعض المهارات الاساسية في كرة اليد للطلاب

م.د سعادة حسنين عبد المنعم / جامعة واسط – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

م.د حسين فايق عزيز / جامعة واسط – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

م.د أسراء فاضل حسن / جامعة واسط – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملخص البحث

تعد العملية التعليمية واحدة من اهم المجالات التي شهدت الكثير من التغييرات والتطورات بكافة مجالاتها وذلك لدورها المهم في بناء المتعلم وحل مشكلاته ، اكدت الأساليب التقليدية المتبعة على دور المدرس في عملية التعلم كونه محور العملية التعليمية لذا ظهرت أساليب تعليمية حديثة عديدة ينتقل فيها الجهد والنشاط في عملية التعلم من المدرس إلى المتعلم كونه محور العملية التعليمية . وبناءً على ذلك فان هذا التطور في مجال التعلم أضاف واجبات ومسؤوليات جديدة تقع على عاتق المدرس ، ومن أهم هذه الواجبات تهيئة جو تعليمي يتلاءم مع احتياجات المتعلم وميوله إضافة إلى اختيار انساب التمرينات التي تؤدي إلى تحقيق الأهداف في اقل جهد وأقصر وقت بما يتلائم مع نوع اللعبة . لذا ارتأى الباحثين ادخال طرق جديدة على العملية التعليمية حتى تطور وتسرع من عملية التعليم لدى الطلاب في درس كرة اليد وكذلك الاختصار بالجهد والوقت وكانت اهداف البحث التعرف على تأثير المنهج التعليمي وفق النمذجة الحسية في تعليم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد لدى الطلاب ، التعرف على نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية في تعليم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد وافترض الباحثين وجود فرق ذات دلالة احصائية للنمذجة الحسية في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد لدى طلاب عينة البحث واستخدم الباحثين المنهج التجريبي بطريقة (المجموعتين المتكافئتين) على طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة واسط للعام الدراسي 2022-2022 والبالغ عددهم (35) بعد استبعاد المتغيين ، وتم تقسيم عينة البحث بصورة عشوائية ، وتم اختيار (15) طالبا لكل من المجموعة الضابطة والتجريبية بالطريقة العشوائية ، بحيث اصبح عدد العينة (30) طالبا وقد تم إجراء عمليتي التجانس والتكافؤ في المتغيرات التي يحتمل أن تؤثر في البرنامج وهي (الوزن والعمر والطول) وتم تحديد المهارات الأساسية بكرة اليد المستخدمة بالبحث عن طريق استمارة استبيان لغرض تحديدها ، وتم عرضها على (9) خبيراً ومختصاً في مجال لعبة كرة اليد من أجل تحديد أهم المهارات الأساسية وتم تحديد الاختبارات الملائمة لقياس المهارات الأساسية بكرة اليد وتم ايجاد الأسس العلمية للاختبارات المعدة لقياس بعض المهارات الأساسية بكرة اليد والاختبار القبلي واعداد برنامج التعليم بأسلوب التعليم المبرمج التجريبية الاستطلاعية وتطبيق المنهج التعليمي والاختبار البعدي والوسائل الإحصائية واستنتج الباحثان ان استخدام النمذجة الحسية هي اكثر فاعلية من الطريقة التقليدية المتبعة في اكتساب بعض المهارات الأساسية بكرة اليد واوصى بضرورة استخدام النمذجة الحسية وهو احد الاساليب الحديثة في برامج تدريس واعداد طلاب التربية البدنية وعلوم الرياضة وخاصة في تدريس المهارات الأساسية بكرة اليد واجراءات دراسات وبحوث مماثلة على باقي المهارات الأساسية بكرة اليد ولمراحل دراسية اخرى وتشجيع الطلاب على استخدام التغذية الراجعة الذاتية اثناء الاداء وزيادة تفاعلهم مع الدرس والمدرس وتدريب التدريسيين على انواع مختلفة من اساليب التدريس لغرض الارتقاء بالمستوى العلمي للتدريسيين

كلمات مفتاحية : منهج تعليمي ، النمذجة الحسية ، المهارات الأساسية

An Educational Curriculum Based On Sensory Modeling Was Affected In Teaching Some Basic Handball Skills To Students

Dr. Saada Hassanein Abdel Moneim

Dr. Hussein Fayeaz Aziz

Dr. Esraa Fadel Hassan

Wasit University - College of Physical Education and Sports Sciences

Abstract

The educational process is one of the most important areas that witnessed a lot of changes and developments in all its fields, due to its important role in

building the learner and solving his problems. Learning from the teacher to the learner being the focus of the educational process. Accordingly, this development in the field of learning added new duties and responsibilities that lie with the teacher, and among the most important of these duties is to create an educational atmosphere that suits the learner's needs and tendencies, in addition to choosing the most appropriate exercises that lead to achieving the goals in the least effort and the shortest time in accordance with the type of game . Therefore, the researchers decided to introduce new methods to the educational process in order to develop and accelerate the learning process for students in the handball lesson, as well as to shorten the effort and time. Tribal and remote in teaching some basic skills in handball, and the researchers assumed that there are statistically significant differences for sensory modeling in learning some basic skills in handball among students of the research sample. Waist University for the academic year 2022-2022, which is (35), after excluding the absentees, The research sample was divided randomly, and (15) students were chosen for each of the control and experimental groups in a random manner, so that the number of the sample became (30) students. Determining the basic handball skills used in research through a questionnaire for the purpose of identifying them, and it was presented to (9) experts and specialists in the field of handball in order to determine the most important basic skills. To measure some basic handball skills In order to determine the most important basic skills, the appropriate tests were identified to measure the basic skills in handball, and the scientific basis for the tests designed to measure some of the basic skills in handball, the pre-test, and the preparation of the education program using the programmed teaching style, the exploratory experiment, the application of the educational curriculum, the post-test, and statistical methods were found. The researchers concluded that the use of sensory modeling is more effective than the traditional method used in acquiring some basic skills in handball, and recommended the need to use sensory modeling, which is one of the modern methods in teaching programs and preparing students of physical education and sports sciences, especially in teaching basic skills in handball, and similar studies and research procedures on The rest of the basic handball skills and other educational stages, and encourage students to use self-feedback during performance, increase their interaction with the lesson and the teacher, and train teachers on different types of teaching methods for the purpose of improving the scientific level of teachers.

Keywords: educational curriculum, sensory modeling, basic skills

1-1 مقدمة البحث وأهميته :

لقد اهتمت جميع الشعوب منذ فجر التاريخ بتعليم افرادها العلوم المختلفة لأنها سبيل الرقي والازدهار فكانت تهتم بالمعلم تارة وبالمادة العلمية تارة اخرى ، كما امتد الاهتمام الكبير بالوسائل التعليمية والادوات المنهجية ومع التطور الكبير الذي اكدته تلك العلوم أكد القائمون على شؤون التربية والتعليم انه لم يعد يكفي ان يتقن المعلم المادة العلمية فقط ليقوم بمهمته بفعالية ونجاح كما انه لم يعد مجرد ملقن للمعرفة بل يجب ان يركز عمله على التحفيز والتشجيع ، وان يتمتع بشخصية متكاملة علميا وثقافيا

ومهاريا وقادرا على فهم احتياجات المتعلمين وخصائص نموهم ، لذا أصبح من الضروري على كل من يتخذ التدريس مهنة ان يركز على فن التدريس من طرائق واساليب هي في مقدمة هذه المواضيع .

ويعد أسلوب تفضيل النمذجة الحسية احد الأساليب الإدراكية التي حظيت باهتمام عدد من الباحثين ، فهو يتمثل بوسائل استقبال المعلومات من البيئة بواسطة الآليات الحسية الإنسانية ، والنمذجة الحسية المتمثلة بالإحساسات (السمعية والبصرية والحركية) هي تفضيلات يمكن ان يستعملها المتعلم في المجالات كافة . ومن المعروف انه لا توجد تمرينات واحدة مثالية في تعليم مهارات الألعاب الرياضية . لذا فان عملية اختيار التمرينات يعتمد على المتغيرات والظروف المحيطة بالعملية التعليمية ومن اجل ذلك أصبح لزاماً على كل مدرس البحث عن تمرينات حديثه تراعي الفروق الفردية أثناء تطبيقها إذا كان يسعى للنجاح في عمله . وهنا جاءت أهمية البحث في النمذجة الحسية في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة اليد ومعرفة دورها الفاعل في رفع مستوى التعليم لدى المتعلمين

1_2 مشكلة البحث

تعد عملية تعليم المهارات الأساسية في الألعاب الرياضية من الأمور الصعبة ، وذلك لحاجة القائم على العملية التعليمية إلى معرفة الكثير من الأمور حول العينة المراد تعليمها من حيث الفروق الفردية بينهم ونوع اللعبة التي يمارسوها وتفاصيل المهارات الخاصة بتلك اللعبة، وكذلك لكثرة المتغيرات التي تؤثر في عملية التعلم ، والتي قد تكون بدنية أو مهارية أو نفسية أو بايوميكانيكية ، وتعد لعبة كرة اليد من الألعاب التي يتحدد نجاح وتقدم الطلبة فيها على اتقان المهارات الاساسية فيها ومن خلال خبرة الباحثين المتواضعة ارتأوا الى تجريب برنامج تعليمي معد وفق النمذجة الحسية الذي قد يكون له الدور كبير في تعلم المهارات الاساسية بكرة اليد باعتبارها واحدة من الألعاب الجماعية التي تتطلب تعاون واداء جماعي بين الطلاب . ومن هنا تكمن مشكلة البحث بأن معظم المشكلات الناتجة عن التدريس التقليدي المتبع من قبل المدرسين قد نشأت لكون عملية التدريس تؤدي جملة واحدة دون الاهتمام بالتفاصيل، وبناء المادة العلمية بتحليلها إلى مكوناتها الأولية من معلومات وحقائق وتعميمات، الأمر الذي ربما يؤدي إلى ضعف الأثر التعليمي، وتأخر بعض المدرسين في التحصيل الدراسي

1_3 أهداف البحث :

1. التعرف على تأثير المنهج التعليمي وفق النمذجة الحسية في تعليم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد لدى الطلاب ،
2. التعرف على نتائج الاختبارات القبلية والبعدية في تعليم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد

1_4 فرض البحث :

1. وجود فرق ذات دلالة احصائية للنمذجة الحسية في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة اليد لدى طلاب عينة البحث

1_5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة واسط.

1-5-2 المجال الزماني : المدة من 2023 /3/10 لغاية 2023/5/3

1-5-3 المجال المكاني : ملعب كرة اليد في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة واسط

2- اجراءات البحث

استخدم الباحثين المنهج التجريبي ذو المجموعتين المتكافئتين، كونه يتلاءم وطبيعة مشكلة البحث .
1-2 مجتمع البحث وعينته

تم تحديد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الثانية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للعام الدراسي 2022-2023 والبالغ عددهم (35) شعبة (ب) بعد استبعاد المتغيين تم اختيار العينة بطريقة عمدية ، وتم اختيار (15) طالبا لكل من المجموعة الضابطة والتجريبية، بحيث أصبح عدد العينة (30) طالبا، وقد تم إجراء عمليتي التجانس والتكافؤ في المتغيرات التي يحتمل أن تؤثر في البرنامج وهي (الوزن والعمر والطول)

جدول (1) يوضح تجانس أفراد العينة في المتغيرات السابقة الذكر

المتغيرات	وحدة القياس	س	وسيط	ع	معامل الالتواء
الوزن	كغم	62.2	61	4.6	0.78
العمر	سنة	19.4	19	1.3	0.92
الطول	سم	158.35	159	2.5	-0.78
الوزن	كغم	61.7	61	3.2	0.66
العمر	سنة	19.6	19.2	1.4	0.86
الطول	سم	158.2	157	3.8	0.95

يوضح الجدول (1) تجانس أفراد العينة في متغيرات الدراسة إذ انحصر معامل الالتواء للمتغيرات في المجموعتين بين (+1 و -1) مما يدل على أن أفراد العينة متجانسة في متغيرات (الوزن والعمر والطول).

جدول (2) يوضح التكافؤ للمجموعتين في المتغيرات السابقة الذكر

المتغيرات	م. ضابطة		م. تجريبية		(ت) المحتسبة	الدالة
	س	ع	س	ع		
الوزن / كغم	62.2	4.6	61.7	3.2	0.49	غير دال
العمر / سنة	19.4	1.3	19.6	1.4	0.26	غير دال
الطول / سم	158.35	2.5	158.2	3.8	0.67	غير دال

الجدول (2) يوضح تكافؤ مجموعتي الدراسة في المتغيرات (الوزن والعمر والطول) إذ كانت قيمة (ت) المحتسبة لهذه المتغيرات هي (0.49 و 0.26 و 0.67) على التوالي وهي قيم أقل من قيمها الجدولية البالغة (2,02) عند درجة حرية (28) ومستوى دلالة (0.05) مما يدل على عدم وجود فرق معنوي بين المجموعتين في هذه المتغيرات.

2-2 وسائل جمع المعلومات والاهزة والادوات المستعملة في البحث :

وسائل جمع المعلومات :-

- المصادر العربية والأجنبية .
- المقابلات الشخصية.
- الاختبارات والمقاييس .
- الملاحظة .
- الاستبانة (**).
- شاشة عرض بلازمة كورية الصنع عدد (1) .

(**) ينظر الملحق (2)

- ساعة توقيت صينية الصنع عدد (1) .

- ملعب كرة يد بقياسات قانونية .

- كرات يد قانونية عدد (15) .

- شريط قياس ملون

- صافره عدد (2) .

2_3 تحديد المهارات الأساسية بكرة اليد المستخدمة بالبحث:

بعد ان اطلع الباحثين على المراجع العلمية والبحوث السابقة ، ولغرض التعرف على أهم المهارات الأساسية بكرة اليد ، تم إعداد استبيان لغرض تحديدها ، وتم عرضها على (9) خبيراً ومختصاً في مجال لعبة كرة اليد من أجل تحديد أهم المهارات الأساسية ، وذلك بوضع علامة (√) في مربع الدرجة المختارة لكل من (المهارات) وعلى المدرج من (0-10) ، علماً إن أعلى درجات المدرج هي (10) وأدناها هي (1) ، والصفر يعني عدم وجود الأهمية ، على أن يراعى إبداء أي ملاحظة يجدها المختص مهمة ولم ترد في الاستمارة، وبعد أن تم جمع الاستمارات وتفرغ البيانات ومعالجتها إحصائياً تم قبول المهارات التي حصلت على أهمية نسبية أكثر من (53.33) % من درجة الأهمية ، وتم استبعاد المهارات (التصويب بالسقوط الجانبي ، التمرير فوق الراس) . والجدول (3) يبين الدرجات الكلية بحسب الأهمية والنسب المئوية للمهارات الأساسية.

جدول (3) يبين الدرجات الكلية بحسب الأهمية النسبية للمهارات الأساسية بكرة اليد

ت	المتغيرات	درجة الأهمية	الأهمية النسبية	الدلالة
1	مسك الكرة	140	93.33%	مقبول
2	المناوله	138	92%	مقبول
3	الطبطبة لمسافة 30م	118	78.66%	مقبول
4	التصويب بالسقوط الجانبي	54	36%	غير مقبول
5	التمريرة فوق الراس	22	14%	غير مقبول

1. مسك الكرة .

2. المناولة

3. الطبطبة لمسافة 30م.

2_3_1 تحديد الاختبارات الملائمة لقياس المهارات الأساسية بكرة اليد قيد البحث:

تم استخلاص مجموعة من اختبارات المهارات الأساسية التي تم تحديدها وعرضها في صورة استبيان على مجموعة من المختصين في مجال طرائق التدريس والتعلم الحركي والاختبارات والمقاييس في كرة اليد بهدف تحديد أهم الاختبارات للمهارات الأساسية قيد الدراسة، وكانت حصيلة آرائهم بنسبة اتفاق أكثر من (53 %) لذا لجأ الباحثين الى تحديد الاختبارات الخاصة بقياس المهارات الأساسية المحددة من قبل الخبراء.

1. مسك الكرة¹

الغرض من الاختبار: قياس القدرة على التحكم في مسك الكرة

الأدوات : كرة يد قانونية

مواصفات الأداء: يمسك الطالب الكرة باليد الراحية ويرفعها جانباً ومع الإشارة يقوم الطالب بعمل مرجحات للذراع (بشكل دائري للأمام وبأقصى سرعة).

الشروط: يراعى أن تكون الذراع مفرودة والكف مواجه للأرض.

⁽¹⁾ حسين فايق عزيز :، تأثير استخدام الحاسب الآلي على تفعيل الجانب المعرفي و المهارى لبعض المهارات الهجومية في كرة اليد لطلاب الصم والبكم أطروحة دكتوراه، جامعة الإسكندرية ،كلية التربية الرياضية للبنات، 2017 ،ص122

التسجيل: يسجل عدد المرجمات الصحيحة التي يقوم بها الطالب من لحظة صدور الإشارة وحتى سقوط الكرة من يده. للطالب ثلاث محاولات تسجل له أفضلها.

2_ اختبار التمرير على الحدود الخارجية لخط الرمية الحرة : (1)

الغرض من الاختبار: قياس سرعة المناولة والاستقبال

الأدوات : ساعة توقيت ،كرة يد.

مواصفات الأداء : يقف الطلاب عند خط الرمية الحرة موزعين بدء من الخط الجانبي الأيمن الى الخط الجانبي الايسر ويتم مناولة الكرات من لاعب الى اخر ذهابا وإيابا الا ان يتم اللاعبون 20 دورة ذهابا وإيابا

طريقة التسجيل : يحتسب الزمن المسجل لعشرين دورة

3_ اختبار الطبطبة لمسافة 30م :

الغرض من الاختبار: قياس سرعة ركض اللاعب بالطبطبة

الأدوات: ملعب داخلي كرة يد ، كرة يد ، ساعة توقيت ،مسافة 30 م

مواصفات الأداء: - يقف الطالب خلف خط البداية ماسكا الكرة من وضع البداية العالي مواجهها لخط النهاية وعند سماع الايعاز البدء يبدأ بالركض مع الطبطبة بأقصى سرعة الى ان يتجاوز خط النهاية .

طريقة التسجيل: يسجل له الوقت المستغرق من البداية للنهاية مع إعطائه محاولة واحدة

2_3_2 الأسس العلمية للاختبارات المعدة لقياس بعض المهارات الأساسية بكرة اليد

- **صدق الاختبارات :** اعتمد الباحثين على صدق المحكمين (الصدق المنطقي) ، إذ تمكن التحقق من صدق الاختبار بعرض الاستبيان على عدد من الخبراء والمختصين ، وقد حصل على نسبة اتفاق أكثر من (75 %) من قبل السادة الخبراء على الاختبارات التي تم استخدامها.

ثبات الاختبارات : تم استخدام طريقة اعادة الاختبار للتعرف على حتمية ثبات الاختبارات لعينة مؤلفة من (5) طلاب من لا يتم ادخالهم ضمن التجربة الرئيسية، حيث تم استخراج معامل الارتباط (بيرسون) بين نتائج الاختبارين للمهارات (مسك الكرة ،التمرير على الحدود الخارجية لخط الرمية الحرة ،الطبطبة لمسافة 30م) إذ بلغت قيمة ثبات الاختبارات على التوالي (0.88 ، 0 ، 0.87 ، 0.84) .

- موضوعية الاختبارات :

اعتمد الباحثين على التقويم الموضوعي للمقومين بالنسبة للمهارات الاساسية بكرة اليد ولكل محاولة على درجة التقويم المحددة وبهذا قلل الباحثين من درجة التحيز والتعصب والعوامل الشخصية للمقومين على درجة التقويم لكل مختبر.

2_3_3 مقياس تفضيل النمذجة الحسية :-

لقد اعتمد الباحثين مقياس (فراس سهيل)⁽¹⁾ لمعرفة تفضيل النمذجة الحسية لعينة البحث ثم تم عرض المقياس على السادة الخبراء والمختصين^(*) لمعرفة مدى ملائمته لعينة البحث ، وقد أكد جميع الخبراء على صلاحية المقياس بنسبة اتفاق (100%) ، المقياس وهو عبارة عن اختبار من نوع الورقة والقلم ويهدف المقياس الى التعرف على النظام المفضل للتعلم لدى الطلاب ويساعد المعلم على اختيار الأنشطة المناسبة للطلاب وفق ظهور النتيجة في الاختبار ، ويتكون الاختبار من (20)فقرة كل فقرة تحتوي على ثلاثة اجابات يتم تحديد الاجابة من المختبر أي اختيار اجابة واحدة من الإجابات الثلاثة وكل فقره من الفقرات له درجة واحدة

⁽¹⁾ علي سلوم جواد : **الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي** ، مطبعة الميزان النجف الاشرف، 2004، ص221_223
⁽¹⁾ فراس سهيل ابراهيم : تأثير اسلوبي فحص النفس والاكتشاف الموجه على وفق النمذجة الحسية في تطوير الارسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة (كلية التربية الرياضية ، جامعه بابل ، 2011)
^(*) ينظر الملحق (1)

2_3_4 التجربة الاستطلاعية الأولى :

قام الباحثين بإجراء التجربة الاستطلاعية الاولى في يوم الاحد المصادف (2023/3/5) التي طبق فيها اختبار مقياس النمذجة الحسية على (5) طلاب وكان الهدف منها التعرف على وضوح فقرات المقياس ومدى قابلية الطلاب في الاجابة على فقراته ومعرفة الصعوبات وصدق المقياس

2_3_5 التجربة الاستطلاعية الثانية :

أجرى الباحثين التجربة الاستطلاعية الثانية على اختبارات الاداء الفني للمهارات في يوم الثلاثاء المصادف (2023 /3/7 م) في ملعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة على (5) طلاب وذلك لمعرفة صلاحيتها وامكانية تطبيقها على أفراد عينة البحث لاحقا

تطبيق المنهج التعليمي :

من أجل تحقيق اهداف البحث قام الباحثون بأعداد منهج تعليمي وفق النمذجة الحسية على المجموعتين التجريبية في الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي (2023/2022) وقام الباحثين بالابتداء بتطبيق تجربتهم على عينة البحث في يوم الاثنين الموافق (2023/3/13) تم تطبيق المنهج لمهارة مسك الكرة ومن ثم الاختبار البعدي للمهارة ، وكذلك في يوم (2023/3/27) تم تطبيق المنهج لمهارة المناولة (التمرير على الحدود الخارجية لخط الرمية الحرة) ومن ثم الاختبار البعدي للمهارة وايضا ، في يوم (2023/4/10) تم تطبيق المنهج لمهارة الطبطبة لمسافة 30م ومن ثم الاختبار البعدي للمهارة وقد كان المحاضرات في يوم الثلاثاء و الخميس من الاسبوع الواحد) حيث تضمنت (8) وحدات تعليمية بواقع وحدتين في الاسبوع الواحد حيث تضم تعلم كل مهارة (2) وحدات تعليمية ، وتم اجراء الوحدات التعليمية في ملعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة واسط حيث كان زمن الوحدة الواحدة (90) دقيقة موزعة على النحو التالي :-

1- القسم التحضيري :- الزمن الكلي للقسم التحضيري (18) دقيقة ويتضمن:

- المقدمة والاحماء : إذ يتم ايقاف الطلاب بنسق موحد وأخذ غياباتهم بعد ذلك إعطاء تمارين عامة لأعضاء الجسم كله وتكون مدة هذا الجزء (8) دقائق .
- التمارين البدنية : ويتم في هذا الجزء إعطاء تمارين خاصة لأجزاء الجسم العاملة في الأداء والتركيز على العضلات التي يقع عليها الثقل الأكبر في أثناء عملية أداء المهارات قيد الوحدات التعليمية وتكون مدة هذا الجزء (10) دقائق .:

2- القسم الرئيسي :- يتم في هذا القسم تنفيذ البرنامج التعليمي وفقا للنمذجة الحسية من خلال تطبيقه لتعلم المهارات قيد البحث وتكون مدته (60) دقيقة ويتضمن جزئين اساسيين هما :

- الجزء التعليمي :- يتم في هذا الجزء التركيز على التفضيلات الحسية للطلاب من خلال استخدام النظام البصري والسمعي للمجموعة التجريبية ، مع مراعاة تعرض كل مجموعة تجريبية لنظام تمثيلي يختلف عن النظام التمثيلي الذي تتعرض له المجموعتان التجريبيتان الاخيريتان، وبالنسبة الى المجموعة التجريبية الاولى فقد تم التركيز على حاسة البصر من خلال عرض الأداء المهاري للمهارات(مسك الكرة، المناولة ، الطبطبة لمسافة 30م) من خلال اشربة فيديو تعليمية للمهارات تعرض على الطلاب ليتم التركيز على الأداء للمهارة والاحساس بكل أجزاء الحركة اي المعالجة تتم من خلال (العمل والحركة والنشاط فتتم في هذا الجزء من الوحدة التعليمية بالتركيز على حاسة السمع وذلك من خلال التأكيد على الشرح المدرس للأداء المهاري وكيفية أدائه ، بعدها يتم عملية انتقال هذه العملية الى الطلاب حيث يم الحوار فيما بينهم في شرح المهارة ومناقشتها .

- الجزء التطبيقي :- ويتم في هذا الجزء ممارسة التمارين المهارية بالمهارات قيد البحث بأسلوب العمل الجماعي إذ يتم إجراء التصحيحات لأخطاء الأداء المهاري من قبل المدرس كذلك إعطاء التغذية الراجعة للطلاب وتكون مدة هذا الجزء (45) دقيقة . يتم خلالها تطبيق اسلوب النمذجة الحسية للمهارات قيد البحث اذ تم تطبيق التمارين التعليمية في كل وحدة تعليمية .

3- القسم الختامي :- ويتم في هذا القسم اعطاء تمارين التهدئة والاسترخاء ثم اعطاء بعض النصائح والتوجيهات للطلاب وانهاء الوحدة التعليمية ، وتكون مدة هذا القسم (12) دقيقة .

4-2 تطبيق المنهج التعليمي:

تم تطبيق البرنامج التعليمي بمعدل وحدتين تعليمية بالأسبوع وبواقع (ساعة ونصف) في الأسبوع، وحسب منهج مادة كرة اليد للمرحلة الثانية في الكلية ، ولمدة (8) أسابيع وبواقع (8) وحدات تعليمية حيث قام الباحثين بتطبيق المنهج التعليمي على المجموعة التجريبية حيث تقوم عينة البحث بمشاهدة المادة التعليمية المخصصة لهذا الأسلوب وهي الأسئلة الخاصة بالمهارات عن طريق أوراق موضوعة على الطاولة ويقوم بمشاهدة المحتوى لكل وحدة تعليمية ثم يبدأ بالإجابة وبعد ذلك يتأكد من تلك الإجابة من خلال الإجابة الصحيحة ولا ينتقل الطالب الى الوحدة التعليمية الأخرى إلا بعد اجتياز الوحدة التعليمية الأولى وفي حالة عدم الاجتياز يحصل على تغذية راجعة من خلال الاطلاع على الجواب الصحيح ومن ثم الإجابة مرة أخرى.

3_4_1 الاختبارات البعدية :

في يوم الخميس الموافق (12/ 3 /2023) أجرى الباحث الاختبارات البعدية لمهارة مسك الكرة في ملعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة واسط ،وفي يوم الخميس الموافق (30/3/2023) تم اجراء الاختبار البعدي لمهارة المناولة (التمرير على الحدود الخارجية لخط الرمية الحرة) ، وفي يوم الخميس الموافق (13/4/2023) تم اجراء الاختبار البعدي لمهارة الطبطبة لمسافة 30 م وذلك بعد الانتهاء وحرص الباحثين ان تكون الظروف مشابهة للاختبار القبلي من حيث المكان والظروف واستخدم الباحثين الخطوات ذاتها التي طبقت في الاختبار القبلي .

2_5 الوسائل الإحصائية:

قام الباحث باستخدام البرنامج الجاهز في الحقيبة الاحصائية (spss) في المعالجات الإحصائية

3- عرض النتائج ومناقشتها وتحليلها :-

3-1 عرض النتائج وتحليلها :

يتضح من الجدول (4) وجود فرق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة، عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (28) في المتغيرات (مسك الكرة ،المناولة ،الطبطبة لمسافة 30م) ، عندما تكون قيمة T الجدولية (2.09) مما يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة .
كما يبين الجدول (5) وجود فرق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية، عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (28) في المتغيرات (مسك الكرة ،المناولة ،الطبطبة لمسافة 30م) . عندما تكون قيمة T الجدولية (2.09) مما يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة، ويرجع ذلك الى فاعلية اسلوب البرنامج التعليمي المستخدم مع افراد المجموعة التجريبية والذي استمر 10 أسابيع بواقع (14) وحدة تعليمية ، وعند الرجوع الى الجدول (4) نجد ان المجموعة الضابطة حصل لها تطوراً في الاختبار البعدي عن الاختبار القبلي في كل من مهارة (مسك الكرة والطبطبة لمسافة 30م) والسبب في ذلك ان العينة حصلت على كمية مناسبة من التكرارات الخاصة بأداء كل من هذه المهارات وهذا أدى الى تطورهما بوجود التغذية الراجعة الملائمة في الاسلوب التقليدي اذ ان المهارة التي لا تحتاج الى دقة عالية يكفي الحصول فيها على تكرارات ملائمة تتيح لكل فرد من افراد العينة التطور فيها اذ ان التطور هنا يعتمد على تقوية البرامج الحركية المتعلقة بتبادل العمل بين العمليات العقلية جهاز العضلي دون الحاجة الى الدقة في الاداء وهذا ظهر واضحاً في اوساط الاختبار البعدي للمهارات اعلاه مشيراً الى حدوث فرق معنوي للمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي، اما مهارات المستخدمة في البحث فهي من المهارات الدقيقة التي تحتاج في تعليمها الى دقة الاداء فضلاً عن احتياجها الى القوة والسرعة وتوافق عمل الاجهزة العصبية والعضلية واجهزة الحس المختلفة لذا لم تظهر هنالك فروق واضحة في الاختبار البعدي ويعزو الباحثين ذلك الى ان المنهج المتبع لم يؤكد

على تقوية كافة الجوانب المتعلقة بالمهارات لذا كانت هذه المهارة غير مكتملة في عملية الوصول بها الى مرحلة عالية من التطور، ويتضح من النتائج المعروضة أن المجموعتين الضابطة والتجريبية قد استفادتا من استخدام المنهجين التعليميين (التقليدي والنمذجة الحسية) لتطوير المهارات الاساسية بكرة اليد قيد البحث والفرق واضح بين الأوساط الحسابية لهما في الاختبارات البعدية وهم كانوا مبتدئين تماماً ولم يمارسوا لعبة كرة اليد سابقاً ، والسبب يعود الى التدرج في الوحدات التعليمية التعريفية وهذا ما أكدته⁽¹⁾ **يعرب خيون** " من الظواهر الطبيعية لعملية التعلم هو لا بد أن يكون هناك تطوراً في التعلم ما دام المدرس يتبع خطوات الأسس السليمة للتعلم والتعليم، ولكي تكون بداية التعلم سليمة فلا بد من توضيح الشرح والعرض والتمرين على الأداء الصحيح والتركيز عليه لحين ترسيخ وثبات الأداء " ،ومما زاد في اكتساب التعلم وتطوره هو استخدام مبدأ التنوع في التمرينات التطبيقية ، ويعد التنوع والتداخل في التمارين هو اقتراب أساسي لتعليم المهارات الحركية ويعد الحجر الأساس في ممارسة الرياضات والألعاب، وهذا ما أكدته (Magill 1998) في " أن تنوع خبرات التمرين وتنظيمها في فترات التمرين والتنوع في الحركة سوف يزيد من اكتساب الخبرة التعليمية من خلال اشتقاق خبرات تمرين متغيرة تزيد من قدرة أداء المهارة بشكل أفضل"، وهذا ما ساعد المتعلم في تسريع تعلمه واستثمار الوقت والجهد في مدة التعليم المحددة والذي أظهرته المجموعتين الضابطة والتجريبية .

الجدول (4)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) الجدولية والمحتسبة للاختبارين القبلي والبدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات قيد الدراسة

المجموعات	الاختبار	الاختبار القبلي		الاختبار البدي		قيمة ت المحتسبة	قيمة ت الجدولية	الدالة
		ع	س	ع	س			
المجموعة الضابطة	مسك الكرة	8.23	1.36	7.46	1.49	2.96	2.09	معنوي
	التمرير على الحدود الخارجية لخط الرمية الحرة	10.24	1.78	9.98	1.23	1.63		غير معنوي
	الطبطة لمسافة 30م	11.76	2.94	10.99	1.99	2.55		معنوي

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (28) ومستوى دلالة (0.05) تساوي (2.09)

الجدول (5) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) الجدولية والمحتسبة للاختبارين القبلي والبدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات قيد الدراسة.

المجموعات	الاختبار	الاختبار القبلي		الاختبار البدي		قيمة ت المحتسبة	قيمة ت الجدولية	الدالة
		ع	س	ع	س			
المجموعة التجريبية	مسك الكرة	8.81	1.25	7.10	1.12	2.97	2.09	معنوي
	التمرير على الحدود الخارجية لخط الرمية الحرة	10.69	1.34	8.34	1.13	3.79		معنوي
	الطبطة لمسافة 30م	11.55	2.35	9.50	1.23	2.27		معنوي

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (28) ومستوى دلالة (0.05) تساوي (2.09)

¹ (يعرب خيون : التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، ط1 ، بغداد ، مكتبة الصخر للطباعة ، 2002 ، ص 11 ،

ويظهر الجدول (6) وجود فرق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة للقياس البعدي عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (28) ولصالح المجموعة التجريبية، عندما تكون قيمة T الجدولية (2.02) مما يدل على وجود فرق معنوي، ويرجع السبب إلى فاعلية البرنامج التعليمي والذي ساعد المتعلمين في تسريع تعلمهم واستثمار الوقت والجهد في مدة التعليم المحددة، كما يفسر الباحثين هذا التفوق وتميز المجموعة التجريبية التي نفذت المنهج التعليمي باستخدام النمذجة الحسية عن المجموعة الضابطة التي استخدمت أسلوب التعليم التقليدي المتبع في عملية تعليم المهارات الأساسية بكرة اليد ، فظهر تفوق استخدام البرنامج التعليمي المعد ، يعد "التطبيق العملي للأداء الحركي من احسن الوسائل التعليمية العلمية المستخدمة عند تعليم اي مهارة حركية وان التأثير المباشر في التوافق الحركي لا يمكن ان يحدث نتيجة هضم المعلومات فقط بل من خلال طريقة التعليم والممارسة الايجابية للمهارات الحركية ، وان الاشتراك الفعلي للمتعلّم في محاولة أداء الحركة يكسبه بعض الخبرة للعمل الحركي الحقيقي أي الاحساس بالعمل والاحساس بالسيطرة على الجسم عند الاداء"⁽¹⁾ وذلك بسبب ان النمذجة الحسية بانه " وسائل انتزاع المعلومات من البيئة عن طريق الاليات الحسية الانسانية . والنمذجة الحسية المتمثلة بالإحساسات البصرية والسمعية والحركية هي تفضيلات يمكن ان يستخدمها الفرد في مجال التعلم والعمل وهي مخزون بسيط وقصير مستلم بشكل جيد من قبل الأفراد وحسب قدراتهم الحسية وملكاتهم العقلية "⁽¹⁾ حيث تظهر " أهمية الوسائل السمعية عند استخدام الكلمة في اثناء الحركة وتصحيح الاخطاء والتوجيه فعن طريقها يقارن المتعلم بشكل شفوي بين ما يجب ان يتم وما يتم فعلا ويستوعبه عقليا واستكمال التوافق الحركي ومن ثم الاسراع بالعملية التعليمية"⁽³⁾

الجدول (6)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) الجدولية والمحتسبة للاختبار البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات المدروسة.

المجموعات	الاختبار	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة ت المحتسبة	قيمة ت الجدولية	الدالة
		ع	س	ع	س			
المجموعة الضابطة	مسك الكرة	7.46	1.49	7.10	1.12	0.96	2.02	غير معنوي
	التمرير على الحدود الخارجية لخط الرمية الحرة	9.98	1.23	8.34	1.13	2.63		معنوي
	الطبطة لمسافة 30م	10.99	1.99	9.50	1.23	1.68		غير معنوي

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (28) ومستوى دلالة (0.05) تساوي (2.02)

1- الخاتمة:

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها استنتج الباحثين بأن استخدام اسلوب النمذجة الحسية اكثر فاعلية من الطريقة التقليدية المتبعة في اكتساب بعض المهارات الأساسية بكرة اليد.

4- الاستنتاجات والتوصيات :-

(1) قاسم لزم صبر : موضوعات في التعلم الحركي ، ط1 ، بغداد ، دار البراق للطباعة والنشر ، 2012 ، ص 74 .
1- Flming , N.D :The VA Inventory of Learning Preferences .(Military academy .1988) P383.

(3) قاسم لازم : مصدر سبق ذكره ، 2012، ص 74 .

4_1 الاستنتاجات

1- ان استخدام النمذجة الحسية هي اكثر فاعلية من الطريقة التقليدية المتبعة في اكتساب بعض المهارات الاساسية بكرة اليد

2- ان التطبيق العملي للأداء الحركي من أحسن الوسائل التعليمية المستخدمة عند تعلم أي مهارة حركية

4-2 التوصيات

1- اوصى الباحثين بضرورة استخدام النمذجة الحسية وهو احد الاساليب الحديثة في برامج تدريس واعداد طلاب التربية البدنية وعلوم الرياضة وخاصة في تدريس المهارات الاساسية بكرة اليد

2- اجراءات دراسات وبحوث مماثلة على باقي المهارات الاساسية بكرة اليد ولمراحل دراسية اخرى

3- وتشجيع الطلاب على استخدام التغذية الراجعة الذاتية اثناء الاداء وزيادة تفاعلهم مع الدرس والمدرس وتدريب التدريسيين على انواع مختلفة من اساليب التدريس لغرض الارتقاء بالمستوى العلمي للتدريسيين

المصادر:

1. علي سلوم جواد : الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي ، مطبعة الميزان النجف الاشرف، 2004
2. عايد كريم الكنانى: مقدمة في الإحصاء وتطبيقات spss، ط1، النجف، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2008
3. حسين فايق عزيز :، تأثير استخدام الحاسب الآلي على تفعيل الجانب المعرفي و المهارى لبعض المهارات الهجومية في كرة اليد لطلاب الصم والبكم أطروحة دكتوراه، جامعة الإسكندرية ،كلية التربية الرياضية للبنات، 2017
4. وديع ياسين محمد التكريتي وحسن محمد العبيدي ، التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، 1999.
5. فراس سهيل ابراهيم : تأثير اسلوبي فحص النفس والاكتشاف الموجه على وفق النمذجة الحسية في تطوير الارسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة (كلية التربية الرياضية ، جامعه بابل ، 2011)
6. عبد الحميد شرف • تكنولوجيا التعليم في التربية الرياضية، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر ، 2000،
7. قاسم لزم صبر : موضوعات في التعلم الحركي ، ط1 ، بغداد ، دار البراق للطباعة والنشر، 2012
8. يعرب خيون : التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، ط1 ، بغداد ، مكتبة الصخر للطباعة ، 2002
9. 1- Flming , N.D :The VA Inventory of Learning Preferences .(Military academy .1988

ملحق (1) يبين اسماء السادة الخبراء الذين أجرى الباحث مقابلة معهم

ت	الاسم	الاختصاص	مكان العمل
1	أ.د إقبال عبد الحسين نعمه	تدريب -كرة يد	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بغداد للبنات
2	أ.د بهاء تقي الموسوي	فلسفة -كرة يد	جامعة واسط/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	أ.م.د حردان عزيز سلمان	اختبارات-كرة يد	الجامعة المستنصرية/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
4	أ.م.د عامر راشد شيال	تعلم حركي	جامعة واسط /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
6	أ.م.د ماجد حسن عاي	كرة يد	جامعة واسط / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
8	أ.م.د غزوان عزيز محسن	كرة يد	جامعة واسط/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
9	م.د احمد شاكر	كرة يد	جامعة واسط / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الملحق رقم (2)

مقياس تفضيل النمذجة الحسية الخاص بالمجال الرياضي للدكتور فراس سهيل

عزيزي الطالب ...

وضعت الاختيارات للفقرات بشكل يعطيك الحرية في الاجابة على اكثر من اختيار من الاختيارات الفقرات .
ويمكنك انتقاء اكثر من اختيار في الاجابة عن فقرات الاستبانة لبيان اسلوبك المفضل في اكتساب المعلومات
وما عليك الى ان تضع علامة (√) داخل المربع الموجود بجانب كل فقرة من اختيارات فقرات الاستبانة والتي
تناسب فهمك للفقرات .

المعلومات الوصفية

- أ- الاسم الثلاثي للطالب :-
ب- الشعبة الدراسية

1- طلب منك أن توضح خطة لعب لفريق معين خلال مدة قصيرة فماذا تعمل ؟	
أ- ترسم الخطة على الورقة لإيضاحها للاعبين .	
ب- تخبر اللاعبين بالخطة مستخدماً الإشارات والأرقام.	
ج- تجعلهم يطبقونها ميدانياً.	
2- أنت غير متأكد من معنى إحدى مصطلحات التربية الرياضية ماذا تفعل ؟	
أ- هل ستقوم بترديد المصطلح أكثر من مرة وتختار المعنى	
ب- الإجابة عن معنى المصطلح حسب خيالك وإحساسك به .	
ج- بكتابة عدة معاني لهذا المصطلح واختيار واحدة منها	
3- أبلغت بسفرة خارج بلدك للمشاركة ببطولة ما مع زميل هل تفضل ؟	
أ- أن تتصل به هاتفياً لتخبره عنها .	
ب- تجعله يشاهد مكان البلد المضيف على الخارطة.	
ج- تحدد معه الأماكن التي ستزورونها .	

4-	طلب منك ان تجري أحماءا لزملائك في الفريق قبل يوم من التمرين ؟
أ-	تقوم بإجراء الإحماء من دون الحاجة إلى أوامر من المدرب .
ب-	تشاهد طريقة لإجراء إحماء مماثل من خلال CD .
ج-	تقوم بإجراء الإحماء بعد سماعك توجيهات من المدرب
5-	طلب منك أن تكون مرشداً كشافياً لزملائك لوصولهم إلى مكان معين ماذا تفعل ؟
أ-	تأخذهم إلى المكان المراد الوصول إليه .
ب-	تقوم أولاً بعرض صور المكان المراد الوصول إليه.
ج-	تعطيهم فكرة موجزة عن المكان .
6-	احضر مدربك جهازاً جديداً للتدريب على مهارة ما ؟
أ-	تريد من المدرب أن يخبرك عن تفاصيل عمل الجهاز المراد شراؤه .
ب-	تشغيل الجهاز للاستمتاع به وهو يعمل .
ج-	تفضل أن يكون الجهاز عصرياً وجذاباً .
7-	عندما تريد أن تتعلم مهارة جديدة فإن أسلوب تعلمك المفضل هو ؟
أ-	تشاهد ذلك بالأدلة البصرية ، كالصور والمخططات .
ب-	تستمع إلى شخص ماهر فيها يوضح لك كيفية أداء المهارة .
ج-	تحاول أن تؤدي المهارة بنفسك .
8-	أصيبت قدمك في مباراة فماذا تفضل أن يعمل لك الطبيب
أ-	أن يخبرك بماذا أصيبت قدمك .
ب-	أن يريك صورة لقدم مصابة بمثل إصابتك .
ج-	أن يجعلك تمشي قليلاً على قدمك المصابة لتستشعر إصابتك
9-	طلب منك في الكلية أن تتعلم استعمال برنامج جديد على الحاسوب فماذا تفضل ؟
أ-	تستخدم لوحة المفاتيح وتجرب العمل على البرنامج.
ب-	تتصل هاتفياً بصديق له خبرة في هذا المجال وتسأله عن كيفية استخدامه .
ج-	تطلب من الأستاذ عمل البرنامج أمامك وتشاهد ما قام به .
10-	تريد الذهاب إلى احد اصدقائك لا تعرف عنوانه فهل تفضل ؟
أ-	أن يرسم لك العنوان على شكل مخطط على الورقة.
ب-	أن يخبرك بالاتجاهات التي تدلك على العنوان .
ج-	أن يأتي صديقك بنفسه ويأخذك إلى داره .
11-	بغض النظر عن السعر ماذا يؤثر على قرار شرائك لمجلة رياضية ؟
أ-	أنك استعملت نسخة منها قبل ذلك.

	ب- أخبرك بها من صديقك .
	ج- طريقة طبعها الجذابة .
	12-ماذا يؤثر على قرارك في الذهاب لمشاهدة مباراة احد الأندية الكبيرة ؟
	أ- سمعت عنها من خلال المذيع .
	ب- شاهدت مباريات لهذا النادي عن طريق التلفاز.
	ج- قربك من مكان إقامة المباراة بحيث يكون بمقدورك الذهاب لمشاهدتها.
	13-هل تفضل المدرب الذي يقوم بإلقاء محاضراته التدريبية أن يستعمل ؟
	أ- أفلام ، مخططات ، صور.
	ب- التدريبات الميدانية.
	ج- الحوار والمناقشة مع احد الخبراء المعروفين .
	14-تفضل أن تقضي معظم الوقت في مهرجان رياضي بالنشاطات الآتية ؟
	أ- النظر إلى القاعة ومشاهدة كل شخص موجود فيها.
	ب- الاستماع أو التكلم مع شخصية أو أكثر من الموجودين .
	ج- استقبال المدعوين والقيام ببعض النشاطات الاجتماعية.
	15-أنت ضمن فريق المشاركين بالعرض الافتتاحي لبطولة كبيرة فهل تفضل أن تكون ؟
	أ- من الذين يقومون بالعرض .
	ب- مسؤولا عن المؤثرات الضوئية.
	ج- مسؤولا عن اختيار المعزوفات الموسيقية المصاحبة للعرض.
	16-عندما تكون غاضباً فان ردة فعلك الأولية هي ؟
	أ- توبخ من هم حولك.
	ب- عدم استطاعتك النظر الى من هم حولك .
	ج- ضرب من هم حولك .
	17-عند الفوز بمباراة مهمة هل تفضل ؟
	أ- الاستماع إلى التصفيق المدوي للجمهور .
	ب- أداء حركات تمثيلية تعبيراً عن الفرح.
	ج-النظر الى الجمهور للاستمتاع بكيفية احتفاله بالفوز .
	18-عندما تتكلم مع حكم مباراة حول حالة تحكيمية احتسبها ضدك هل يتولد لديك شعور بقيامك بالأفعال أدناه ؟
	أ- تحرك يداك وبعض أعضاء جسمك أكثر من المعتاد
	ب- ارتفاع نبرة صوتك .

	ج- تغمض عيونك أو تغير تعابير وجهك .
	19- تريد أن تتذكر انجازا رياضياً حققته فانك سوف تختار ؟
	أ- أن ترجع إلى أرشيف مصور وثق هذا الانجاز.
	ب- أن يذكرك صديقك به أو تتذكره من خلال شريط تسجيل.
	ج- أن تتخيل هذا الانجاز ذهنياً .
	20- اقضي أوقات فراغي في ؟
	أ- الاستماع إلى الموسيقى ، أو الكلام بالهاتف مع صديق.
	ب- المشي لمسافة طويلة ، أو القيام ببعض التمارين الرياضية.
	ج- قراءة كتاب أو مجلة ، أو مشاهدة التلفاز