



فاعلية استخدام استراتيجية تدريس الاقران وأثرها في تعلم رفعة الخطف لرياضة رفع الاثقال للطلاب

The effectiveness of using the peer teaching strategy and its impact on learning the kidnapping lift in weightlifting for students

احمد عباس علي خان

Ahmed Abbas Ali Khan

Ahmed.abbas@uodiyala.edu.iq

07701269845

احمد قيس حسن

Ahmed Qays Hasan

Ahmed.qays@uodiyala.edu.iq

الكلمات المفتاحية: تدريس الاقران، لعبة رفع الاثقال، رفعة النتر

Keywords: Peer teaching, weightlifting, nettress.

المخلص

لكل دراسة او بحث هدف معين يسعى الباحث الى تحقيقه، ان هدف البحث الحالي هو التعرف على اثر استخدام استراتيجية تدريس الاقران وفعاليتها في تعلم رفعة الخطف للطلاب، من خلال هذا البحث سنستكشف كيفية تطبيق استراتيجية تدريس الاقران في الفصول الدراسية، والفوائد التي يمكن أن تحققها للطلاب والمعلمين، سنناقش كيفية تحضير المعلمين للطلاب لتنفيذ هذه الاستراتيجية، وكيفية تقييم فعاليتها وسنرى كيف يمكن لاستراتيجية تدريس الاقران أن تكون أداة قوية لتعزيز التعلم، وتحفيز الطلاب على المشاركة الفعالة في الفصول الدراسية، استخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة ذا الاختبارات القبلية والبعدية لملائمته عينة ومشكلة البحث، وتكونت عينة البحث من طلاب المرحلة الاولى لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة ديالى، والبالغ عددهم (25) طالب، تم اختيار المجموعة التجريبية بالطريقة العشوائية (القرعة) وتكونت من (10) طلاب، واما المجموعة الضابطة تم اختيارها بنفس الطريقة وعددهم (10) طلاب، واجرى الباحثان تجربة استطلاعية على (5) طلاب، وبعد اجراء الاختبارات الخاصة بالبحث والحصول على النتائج ومعالجتها احصائيا، استنتج الباحثان: ان لاستراتيجية تدريس الاقران دور فعال في تعلم رفعة النتر ومراحلها للطلاب، ويوصي الباحثان: بضرورة التنوع في استخدام الطرائق والاساليب الحديثة في العملية التعليمية او التدريسية، وكذلك يوصي الباحث بضرورة اجراء بحوث مشابهة على عينة اخرى ولمتغيرات اخرى في رفع الاثقال.



Summary

Each study or research has a specific goal that the researcher seeks to achieve, the goal of the current research is to identify the impact of using the peer teaching strategy and its effectiveness in learning the elevation of the netter for juniors, and the researcher used the experimental approach by designing the experimental and control groups with pre- and post-tests for its suitability Sample and research problem, and the research sample consisted of students of the first stage of the Faculty of Physical Education and Sports Sciences / Diyala University, The number of (25) students, the experimental group was selected randomly (lottery) and consisted of (10) students, and the control group was selected in the same way and their number is (10) students, and the researcher conducted an exploratory experiment on (5) students, and after conducting tests for research and obtaining the results and processing them statistically, the researcher concluded: The peer teaching strategy has an effective role in learning the elevation of the nitre and its stages for students, and the researcher recommends: The need for diversity in the use of modern methods and methods in the educational or teaching process, as well as the researcher recommends the need to conduct similar research on another sample and for other variables in weightlifting.

1-المقدمة:

في الفصول الدراسية الحديثة يبحث المعلمون عن طرق مبتكرة لتعزيز تفاعل الطلاب وتحفيزهم على التعلم. واحدة من الاستراتيجيات التي أثبتت فعاليتها في هذا السياق هي استراتيجية تدريس الأقران. هذه الاستراتيجية تعتمد على فكرة أن الطلاب يمكن أن يتعلموا من بعضهم البعض، وأنهم يمكن أن يأخذوا دور المعلم في بعض الأحيان، و من خلال استراتيجية تدريس الأقران يتم تقسيم الطلاب إلى أزواج أو مجموعات صغيرة حيث يأخذ كل طالب دور المعلم، يشرح الطالب الذي يأخذ دور المدرس المادة الدراسية لزملائه، بينما يتلقى الطلاب الآخرون التغذية الراجعة والمساعدة، هذه الاستراتيجية لا تعزز فقط فهم الطلاب للمواد الدراسية، ولكنها أيضًا تعزز مهارات التواصل والتعاون بينهم، وقد "اتجهت طرائق التدريس إلى استخدام أساليب حديثة تعتمد على إشراك الأفراد المنتظمين في صف واحد أو مرحلة واحدة بتخطيط وتنفيذ وتقويم النشاطات التي يمارسونها في دروس التربية الرياضية، مستثمرة الفروق الفردية لتجعل منها مصدر قوة بدل من أن تكون مصدر قلق للمدرس ونقطة تأثير دافعية الأفراد إلى بذل ما بوسعهم وحسب قدراتهم الفردية فتدفعهم إلى التحصيل المناسب مع قدراتهم وتدفع بهم إلى السعي لمساواة أقرانهم الذين يعتمدون عليهم" (جرجيس، 2008، 9)، وظهرت اتجاهات حديثة في أساليب تدريس التربية الرياضية التي تسمح للمدرس



بالانتقال من أسلوب إلى آخر واستعمال المناسب منها حسب الحاجة وحسب الفروق الفردية بين المتعلمين وإمكاناتهم والغرض الذي يراد تدريسه والتي تعمل على جذب انتباه الطلاب وجعلهم يرغبون في المادة العلمية ويتوقون إليها والتي تعتبر الأساس في نجاح المدرس في عمله في إيصال المادة العلمية للطلاب وتظهر أهمية الطريقة من خلال نجاح المدرس في عمله وعلى مدى استفادة الطلاب من عمله (العبيدي، 1997، 47)، " تعتبر استراتيجية تدريس الاقران من الاستراتيجيات الحديثة والفعالة في تعلم الطلاب لأنها تفتح المجال امامهم باتخاذ القرارات المناسبة وباستخدام التغذية الراجعة بصورة كبيرة وكذلك يكون نتائج الانجاز الذاتي للطلاب يكون واضح من خلال استخدام هذه الاستراتيجية" (كمبش، 2019، 6)، ولقد أثبتت الدراسات والأبحاث المتعددة، فاعلية وكفاءة أسلوب تدريس الأقران في تعزيز ومعالجة صعوبات التعلم بصفة عامة، وكذلك في تعلم المهارات الاجتماعية، أو في الصفات الشخصية وأشارت العديد من الدراسات إلى نتائج مشجعة عند استخدام هذا الأسلوب لتحسين المهارات الأكاديمية للمتعلمين كما ان هناك عددا متزايدا من التربويين والمعلمين والباحثين المتحمسين لهذا الأسلوب باعتباره أسلوب يدعم التعليم النشط والفعال (الحارثي، 2007، 4)، إذ يرى (فرج، 2009، 49) "ان أسلوب تدريس او تعليم الأقران قد لاقى اهتمام كبير فهو يعكس علاقة المتعلمين مع بعضهم البعض تكون اكثر مرونة من علاقة الطالب بالمدرس فهي تعتمد على ايام المتعلمين مع بعضهم البعض تحت اشراف المعلم او المدرس وتوجيه مباشر من المعلم ويجب ان يكون القرن من الفئة العمرية نفسها"، وقد عرفها (عبد الناصر، 2011) " بانها استراتيجية التي تنتقل فيها مسؤولية التعليم للمتعلمين من خلال التعاون بينهم بمشاركة معلوماتهم وافكارهم في عملية التعلم وتكون تحت اشراف المعلم او المدرس لتحقيق الاهداف المنشودة"، وعرفتها (كمبش، 2019، 7) بانها " مجموعات تعليمية تعاونية ثنائية يقوم المعلم او المدرب بعملها وتشكيلها حيث يحاول قدر الامكان ان يجعل هذه المجموعات غير متجانسة ليعمل الطلاب ضمن فريق عمل حيث يعمل فيها كل شخصين لإنهاء نشاط تعليمي من اجل تحقيق الاهداف المشتركة"، وترى (الطناوي، 2009) ان هذا الاسلوب يكون باستخدام توجيه الاقران فهو عبارة عن تهيئة معلم لكل طالب ويتم عن طريق التشكيلات الزوجية، ثم يتم تبادل الادوار من خلال شرح القرن لقرينة من اجل زيادة تحصيل التعلم"، ان الهدف من هذه الاستراتيجية كما تراه (كمبش، 2019، 8) انها تساعد المتعلم القدرة على تصحيح الاخطاء وتقديم التغذية الرجعة الى القرن الاخر بنفس الوقت وكذلك اتاحة الفرصة لأداء النشاط التعليمي مع القرن الاخر خلال الاداء المشترك في المهارة" اذ تعتبر رفعة الخطف هي "إحدى الرفعات القانونية لأداء رياضة رفع الاثقال وهي من الرفعات السريعة الحركة إذ يستغرق وقت أداء الرفعة كاملا من لحظه مغادرة النقل لطبلة الرفع بدون حساب زمن الاستعداد من (3-5، 4) ثانية" (مخيف، 2017، 13)، أذ يقف اللاعب والقدمان على مسافة عرض الحوض مع وضع المشطين للخارج



قليلا وتباعد الركبتين للخارج، ويقع الخط العامودي للبار على السلامة الاخيرة الابهام والبار يلامس عظام الساقين وتكون زاوية مفصل الركبة حوالي 72 درجة ويصبح الورك في مستوى اعلى بقليل من مستوى الركبين والجذع في حالة استقامة، ويميل قليلا بزاوية 55 درجة مع خشبة الرفع ويكون الرأس في خط واحد مع الجذع ويتجه النظر بين نقطة سقوط النظر والعين مع الطلبة بزاوية (60-70) درجة والقبضة المتسعة المناسبة للخطف على البار ويكون مركز ثقل اللاعب ضمن قاعدة اتزان القدمين، والذراعان مرتختان مفصل المرفق ومثبتيان قليلا، ويقع الكتفان على خط واحد عموديا على البار ويكون مركز ثقل اللاعب ضمن قاعدة اتزان القدمين. ((نصيف، 1988، 83)

وقد عرفها (فدعم، 2019، 41) بانها " عملية رفع الثقل باليدين بوحدة حركية واحدة من الطلبة منصة الرفع الى وضع الامتداد الكامل للذراعين فوق الراس بدون توقف".

ويعرفها (شحادة، 2013، 205) "على أنها حركه واحده تمر بعدة مراحل وتتم بأداء حركي واحد من لحظة وضع البدء الى لحظة وضع الهبوط تحت الثقل والنهوض والثبات".

اما مشكلة البحث:

من ايجابيات العمل الناجح هو مواكبة التطور الحاصل في جميع المجالات ومنها طرائق التدريس مما يحتم علينا استخدام وإيجاد طرائق وأساليب حديثة تركز على المتعلم كمحور أساسي وفعال في العملية التعليمية والابتعاد عن الأسلوب التقليدي الذي يركز على المعلم كمحور أساس في العملية التعليمية والذي ينعكس سلبيا على مستوى مشاركة الطلبة وهذا بالتالي يولد اتجاهات غير ايجابية نحو المادة التعليمية مما ينعكس أيضا على فهمهم ومستوى تحصيلهم لرياضة رفع الانتقال فهم يحتاجون إلى ملازمة مدرس المادة لهم لتعلم الاداء وهذا يسبب جهدا وإرهاق لمدرس المادة لكثرة عدد الطلاب في الصف الواحد، من هنا برزت مشكلة البحث في إيجاد أسلوب يخفف الجهد الواقع على كاهل المدرس ويحمل الطالب مسؤولية اكبر تجاه زملائه وتجاه المادة، وهنا تكمن مشكلة البحث في الوقوف على اثر استخدام هذا الأسلوب (تدريب الأقران) على تعلم الطلاب رفعة الخطف رفع الانتقال.

وكان هدف البحث: هو التعرف على إثر استخدام استراتيجية تدريس الاقران وفعاليتها في تعلم رفعة الخطف للطلاب.

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج التجريبي للمجموعات المتكافئة التجريبية والضابطة العشوائية الاختيار ذات الاختبارين القبلي والبعدي وذلك لملائمته طبيعة مشكلة البحث، والمنهج التجريبي هو " محاولة لضبط كل العوامل الأساسية المؤثرة في المتغير أو المتغيرات التابعة في التجربة ماعدا عاملا واحدا يتحكم فيه الباحث ويغيره على نحو معين بقصد تحديد وقياس تأثيره على المتغير أو المتغيرات التابعة" (الشوك، 2004، 51) .

2-2 عينة البحث:

تمثلت عينة البحث بطلاب المرحلة الاولى لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى للعام الدراسي 2024-2025، تكونت المجموعة التجريبية من (10) طلاب تم اختيارهم بالطريقة العشوائية القرعة، اما المجموعة الضابطة فتم اختيارهم بنفس الطريقة والبالغ عددهم (10) طلاب، اما المجموعة الضابطة تكونت (5) طلاب تم اختيارهم بنفس الطريقة.

2-3 الاختبار المستخدم في البحث:

- اسم الاختبار: اداء رفعة الخطف.
 - الغرض من الاختبار: قياس اداء رفعة الخطف.
 - الادوات المستخدمة:
 - ❖ شفت حديد تعليمي بوزن 10 كيلو غرام .
 - ❖ حمالات بارتراف 22 سم.
 - ❖ طبله رفع اثقال خشبية.
 - ❖ استمارة تسجيل حكام.
- طريقة الاداء: يؤدي كل طالب ثلاث محاولات لرفعة الخطف، آذ يتم جمع الدرجات لثلاثة حكام من كل محاولة وتقسم على ثلاثة لاستخراج الدرجة النهائية من (10)، ومن ثم يتم اختيار أفضل اعلی محاولة، حسب ما مبين في الاستمارة.

2-4 التجربة الاستطلاعية:



قام الباحثان بأجراء التجربة الاستطلاعية على (5) طلاب خارج عينة البحث في يوم الاثني الموافق 2024/11/14 في قاعة رفع الاثقال في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة ديالى، وذلك للوقوف على السلبيات والايجابيات التي ستواجه الباحث عند اجراء التجربة الرئيسة.

2-5 الاختبار القبلي:

اجري الباحثان الاختبار القبلي في يوم الخميس الموافق 2024/11/17 في قاعة رفع الاثقال لعينة البحث وذلك من خلال أداء الطلاب لرفعة الخطف واجري الاختبار لتقييم الاداء من (10) درجات. من خلال ثلاثة حكام معتمدين في مجال اللعبة وحسب ما موجود في استمارة تقييم الاداء.

2-6 التجربة الرئيسة:

بعد ان انهى الباحثان متطلبات إجراء التجربة قام مدرس المادة البدء بتدريس مجموعة البحث التجريبية بتاريخ (11/21 لغاية 12/14 - 2024) ولمدة اربع اسابيع بواقع وحدتين تعليميتين في الاسبوع، اذ بلغ عدد الوحدات (8) وحدات تعليمية، تم التدريس بأسلوب (التدريس المقارن) اذ قسم الطلاب إلى خمسة أزواج بحيث يكون احد الطلاب ذات تحصيل عالي والآخر ذات تحصيل واطئ، و يعطي مدرس المادة فكرة عن الموضوع السابق لكي يكون هناك ترابط بين الموضوع القديم والموضوع الجديد ثم يقوم المدرس بشرح الموضوع الجديد(المرحلة من الرفعة) من الجانبين النظري والعملي، ثم يبدأ قسم التطبيق حيث يبدأ الطالب ذات التحصيل الواطئ بتطبيق المسكة لمدة أربع دقائق ونصف ويقوم الطالب ذات التحصيل العالي بتصحيح الأخطاء وإعطاء التغذية الراجعة وبعد انتهاء الأربع دقائق ونصف الأولى يجري تبديل الأدوار أي الطالب ذات التحصيل العالي يطبق الرفعة والطالب ذات التحصيل الواطئ يصحح ويعطي التغذية الراجعة وأيضا لمدة أربع دقائق ونصف، ويكون دور المدرس مراقبة جميع الطلاب ومتابعتهم وبعد الانتهاء من تطبيق الرفعة يقوم المدرس بتقويم أداء جميع الطلاب.

2-7 الاختبار البعدي:

بعد الانتهاء من الوحدات التعليمية اجري الاختبار البعدي للمجوعتين الضابطة والتجريبية في يوم الاثنين الموافق (2024/12/18) وفي الوقت نفسه وتحت الظروف نفسها.

2-8 الوسائل الإحصائية:

قام الباحثان باستخدام الحقيبة الاحصائية (spss) في المعالجات الاحصائية.

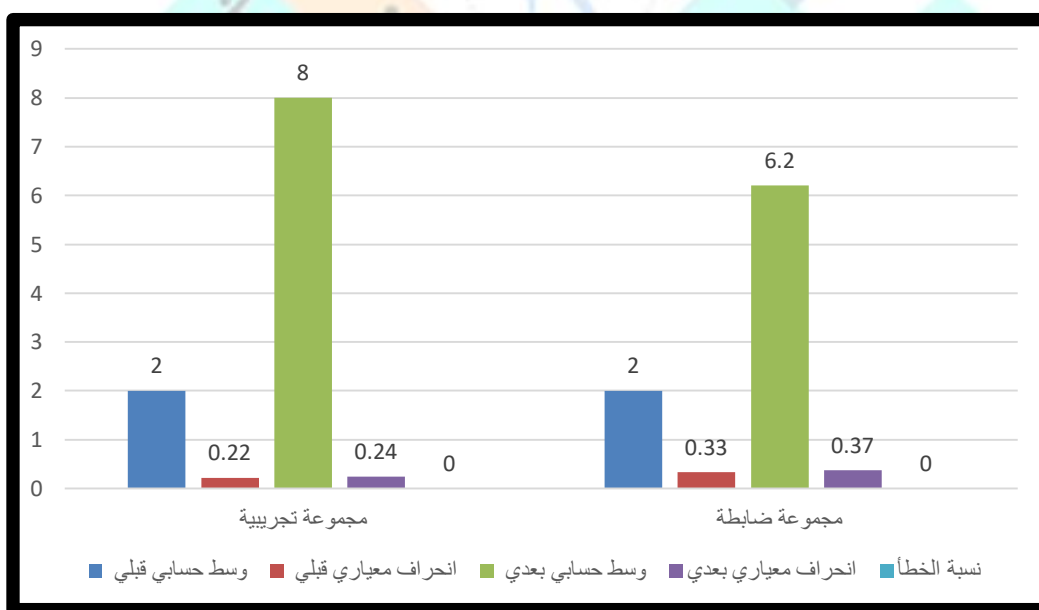
3- عرض النتائج ومناقشتها:

3-1 عرض ومناقشة النتائج للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارين القبلي والبعدى في الأداء الكلي لرفعة الخطف.

الجدول (1)

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وحجم العينة والخطأ المعياري للمجموعتين التجريبية والضابطة لمرحلة الأداء الكلي لرفعة الخطف للاختبارين القبلي والبعدى

الأداء الكلي	الاختبار	وسط حسابي	N	انحراف معياري	نسبة الخطأ
تجريبية	قبلي	2.004	10	0.227	0.000
	بعدي	8.000	10	0.240	0.002
ضابطة	قبلي	2.009	10	0.333	0.000
	بعدي	6.206	10	0.371	0.000



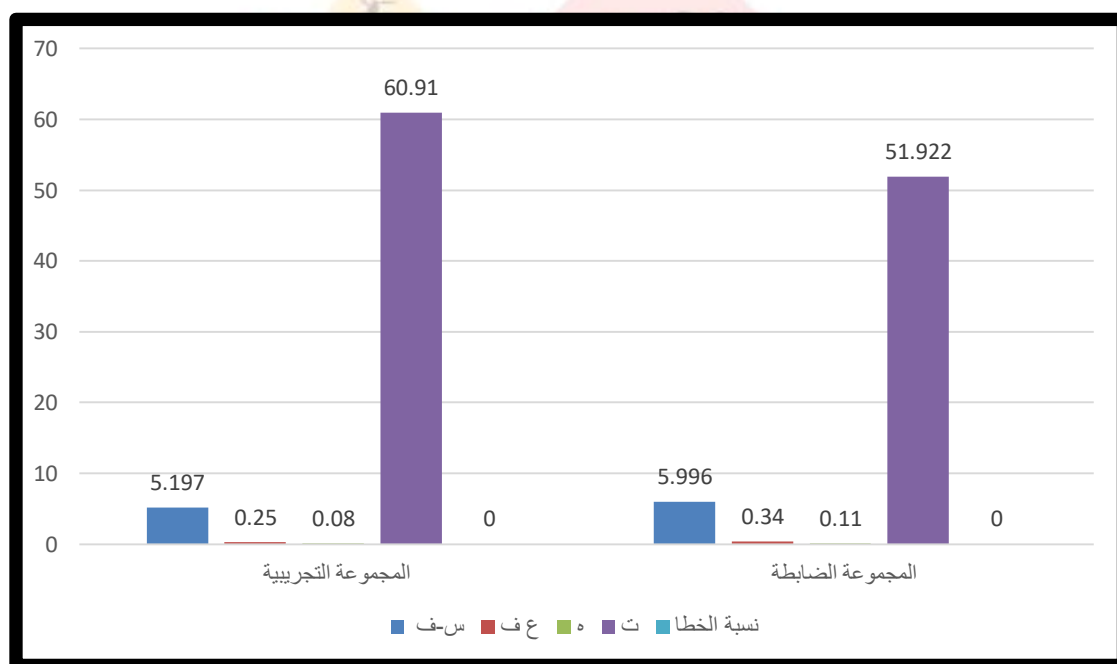
الشكل (1)

يوضح الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعتين

الجدول (2)

يبين الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار الأداء الكلي لرفعة الخطف

المجموعات	س_ف	ع ف	هـ	ت	نسبة الخطأ
التجريبية	-5.197	0.256	0.085	60.915	0.000
الضابطة	-5.996	0.346	0.115	51.922	0.000



الشكل (2)

يوضح فروق الأوساط وقيمة ت المحسوبة

2-3 مناقشة النتائج:

من خلال النتائج التي ظهرت في الجدول (1) ظهرت هناك فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية والضابطة ولصالح الاختبار البعدي، ويعزو الباحثان سبب ذلك الى تأثير



اسلوب تدريس الاقران من حيث نمط واسلوب التدريس المستخدم وخصائصه ومزاياه والتي انعكس مدى توفر الفرص التعليمية لكل طالب ومن ناحية أخرى أن دور الطالب في تدريس الاقران هو دور قيادي وموجه ومسيطر على قرارات التدريس لما لهذا الاسلوب من منح الطالب حرية ممارسة هذه القرارات التي انعكست بدورها على مستوى تحصيل الطالب المهاري فقيام الطالب بعدد كبير من ممارسة الرفعة وعدم التقيد بأوامر المدرس له تأثير ايجابي على اتقان هذه الرفعات، وقد ذكر (محبوب، 2000، 143) "إلى أهمية تكرار الاداء المهاري واستخدام النماذج الحركية أمام المتعلمين يساعد على تعلم المهارة وتثبيتها، واضاف أن تريس الاقران من شأنه طرح الاحتياجات التي يميل التعليم التقليدي الى تجاهها"، وأضاف (أبو نمره، 2009) ان من الفوائد المستخلصة من تطبيق هذا الاسلوب فانه تظهر في المرحلة الاولى من تعلم المهارة، عندما يحتاج الطلاب الى معرفة نقاط مهمة بعد كل محاولة في أداء المهارة، لتساعدهم على تصحيح أدائهم الفني (ابو نمره، 2009، 151). حيث يتفق هذا الرأي مع ما ذكره (توق وعدس) "أنه يمكن الاستدلال على كثير من اتجاهات الأفراد من خلال أسلوب لعب الأدوار، فالفرد عندما يطلب إليه القيام بدور ما يحبه تراه يتقنه ويقبل إليه برغبة زائدة، أما إذا كان الدور غير محبوب لديه فانه يقبل إليه كارها وفي الأغلب لن يتوصل إلى إتقانه" (توق وعدس، ب ت، 340)، من خلال ما تقدم يرى الباحثان بان استراتيجية تدريس الاقران ساهمت في تعزيز فهم الطلاب للمفاهيم وطورت الثقة بالنفس والقدرة على التعبير عن أفكارهم وتطوير مهارات التواصل والعمل الجماعي بين الطلاب وزادت من تحفيز الطلاب للمشاركة في عملية التعلم وتحسين أدائهم، كذلك شجعت الطلاب على المشاركة الفعالة في عملية التعلم وتحسين مهارات القيادة والتعاون بين الطلاب وتعزيز الشعور بالمسؤولية لدى الطلاب تجاه تعلمهم وقللت الفجوة بين المعلم والطلاب وتعزيز التواصل بينهم وأخيرا عززت التعلم التعاوني والعمل الجماعي بين الطلاب.

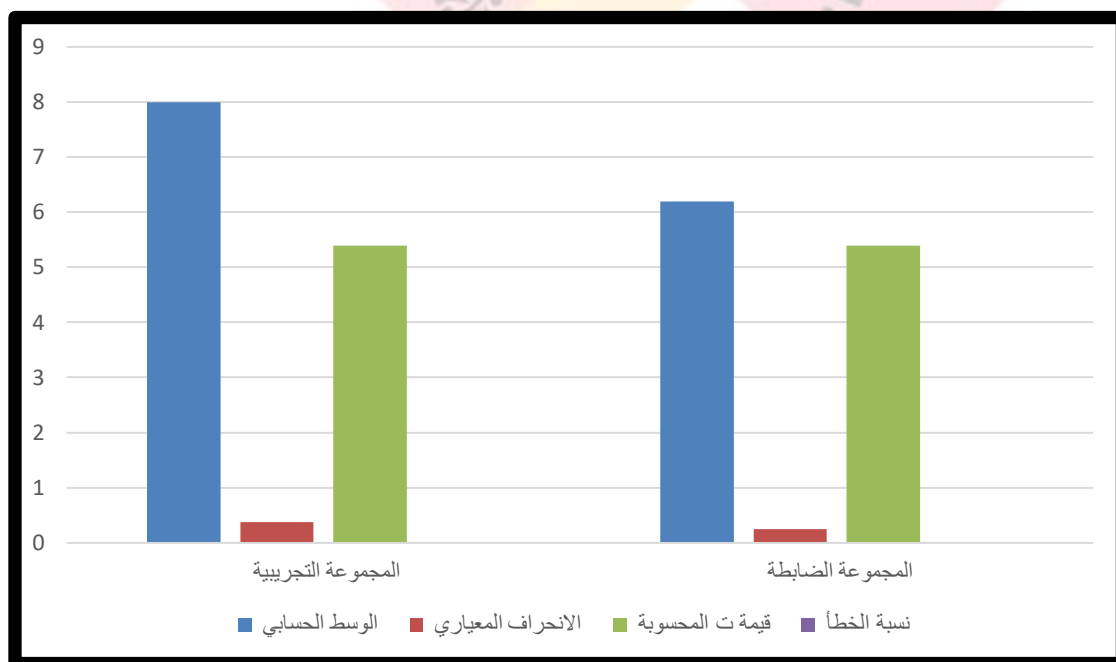
اما عن نتائج المجموعة الضابطة كشفت النتائج عن فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي، يرى الباحثان أن هذه النتائج تعكس فعالية المنهج التعليمي المتبع في تحسين أداء الطلاب، حيث أظهرت النتائج تحسناً ملحوظاً في أداء الطلاب بعد تطبيق المنهج.

3-3 عرض وتحليل ومناقشة النتائج الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار أداء رفعة الخطف.

الجدول (3)

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) ونسبة الخطأ للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد البحث في الاختبارات البعدية

المراحل	المجموعات	N	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت	نسبة الخطأ
الاداء الكلي	المجموعة التجريبية	10	8.000	0.371	5.392	0.000
	المجموعة الضابطة	10	6.206	0.240		



الشكل (3)

يوضح نتائج الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة

4-3 مناقشة نتائج الاختبار البعدي:



ما ظهر في الجدول (3) تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي ولصالح المجموعة التجريبية، ويعزو الباحثان هذه النتيجة إلى طبيعة أسلوب تدريس الأقران "حيث أن الطالب غير مقيد بالأوامر الصادرة من قبل المدرس والتي تأتيه تباعاً على طول فترة الدرس كما هو جاري بالأسلوب التقليدي" (عيسى، 2010)، "حيث نرى أن أسلوب تدريس الأقران يعطي الطالب نوعاً من الحرية في التطبيق والتنويع للقيام بعدة أدوار خلال الدرس من حيث التطبيق ثم الانتقال إلى الحكم على عمل الزميل وإعطاء التغذية الراجعة الأمر الذي أدى إلى شعور الطالب بنوع من إثبات الوجود في الدرس والتي بالتالي انعكست على ارتفاع الاتجاه النفسي لديه" (الرحاوي، 2006)، وأخيراً يرى الباحث أن تطبيق استراتيجية تدريس الأقران، أعطت المساحة للطلاب أن يخوضوا تجربة تعلم تفاعلية وممتعة في رفعة الخطف، حيث يتبادلون الأدوار بين المعلم والمتعلم، مما يعزز من ثقتهم بأنفسهم ويحفزهم على التعلم، يعتبر هذا النهج التعاوني لا يعزز فقط من مهاراتهم الفنية في رفعة الخطف، بل يساهم أيضاً في تطوير مهارات التواصل والتعاون بين الطلاب، مما يؤدي إلى تحسين أدائهم العام في هذه الرياضة.

4-الخاتمة:

في النهاية، يمكن القول إن استراتيجية تدريس الأقران أثبتت فعاليتها في تعلم رفعة الخطف لرياضة رفع الأثقال للطلاب، فمن خلال هذه الاستراتيجية تمكن للطلاب أن يتعلموا بطريقة تفاعلية وممتعة، وتبادلوا الخبرات والملاحظات مع بعضهم البعض، مما ساهم هذا النوع من التعلم في تعزيز الثقة بالنفس والتحفيز لدى الطلاب، ويساعد في تحسين أدائهم في رفعة الخطف، فهي استراتيجية تعليمية فعالة يمكن استخدامها في تعلم رفعة الخطف لرياضة رفع الأثقال، ويمكن أن يستفيد المعلمون والطلاب من هذه الاستراتيجية في تحسين عملية التعلم وتعزيز النتائج، وفي الختام، نأمل أن تكون هذه الدراسة قد ساهمت في إثراء المعرفة حول استراتيجية تدريس الأقران وفعاليتها في تعلم رفعة الخطف لرياضة رفع الأثقال.



المصادر:

- أبو نمره، محمد وسعادة، نايف: التربية الرياضية وطرائق تدريسها، الشركة العربية المتحدة للتسويق والتوريدات، القاهرة، 2009
- احمد عبد الجبار محمد فدم؛ تأثير بعض التمرينات التصحيحية باستخدام جهاز مصنع على فن الاداء والانجاز في رفعة الخطف للناشئين 14-15 سنة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، (جامعة ديالى ، 2019) ص41
- أحمد عبدالله شحاذه؛ رياضة رفع الاثقال ط1،(عمان: مكتبة التجمع العربي ، 2013) ص205
- توق، محي الدين وعدس، عبدالرحمن(ب.ت): المدخل الى علم النفس، دار الفكر للنشر والتوزيع، الاردن.
- جرجيس، سعد بهنان: أثر استخدام أسلوب التضمين والاكتشاف الموجه في اكتساب فن أداء بعض مهارات الكرة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، 2008
- الحارثي، منى بنت فيحان (2007)، فاعلية إستراتيجية تدريس الأقران في اكساب بعض الكلمات الوظيفية للتلاميذ المتخلفين عقليا بدرجة متوسطة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الخاصة، جامعة ملك سعود، السعودية.
- خطابية، عبد الحميد محمد (2005) : تعليم العلوم للجميع، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الأردن.
- خيون، يعرب (2002) : التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق، مكتبة الصخر، بغداد،
- الرحاوي، عبد السلام عبد الجبار (2006) : تأثير إستراتيجية تدريس الأقران في التحصيل الدراسي المعرفي والاحتفاظ بمادة طرائق التدريس لدى طلاب كلية التربية الرياضية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل.
- صالح مهدي مخيف ؛ نسبة مساهمة العضلات العاملة والمتغيرات الكينماتيكية في مراحل اداء رفعة الخطف للرباعين في رفع الاثقال ؛(رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الاسكندرية ، 2017) ص13
- صباح عبد علي نصيف؛ المهارات والتدريب في رفع الاثقال ، (بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1988) ص83
- الطناوي، عفت مصطفى (2009) : التدريس الفعال (تخطيطية، مهاراته، استراتيجياته، تقويمه)، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الأردن.
- عطية، محسن علي (2008) : الاستراتيجيات الحديثة في التدريس الفعال، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- عيسى، إيمان محيي (2010) : تدريس الأقران، جامعة المنوفية، مصر.
- نوري ابراهيم الشوك ورافع صالح الكبيسي؛ دليل الباحث لكتابة الابحاث في التربية الرياضية : (بغداد، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2004) ص51.



الملحق (1)

استمارة تقييم الاداء

ت	اسم الطالب	محاولة الأولى حكم	محاولة الثانية حكم	محاولة ثالثة حكم	افضل اعلى محاولة
1					
2					
3					

الملحق (2)

اسماء السادة المحكمين

ت	الاسم	درجة الحكم	الملاحظات
1	حسن علي حسين	حكم محلي	
2	علي محمد ناصر	حكم محلي	
3	محمد منشد فالح	حكم محلي	