

تأثير استراتيجية التعلم المنظم ذاتيا في تعلم مهارتي الارسال والاستقبال بالكرة الطائرة للطالبات

أ.د. علياء حسين عبيد

زهراء سمير حسين

جامعة بابل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

تاريخ نشر البحث 2026/4 /25

تاريخ استلام البحث 2026/2/4

الملخص

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على تأثير استراتيجية التعلم المنظم ذاتياً في تعلم مهارتي (الإرسال من الأسفل) و(استقبال الارسال) في الكرة الطائرة لدى طالبات المرحلة [الثانية]. تكمن مشكلة البحث في في اعتماد استراتيجية تدريس تحت على التفاعل والدور الايجابي للطالب داخل الدرس وهي استراتيجية التعلم المنظم ذاتيا في درس الكرة الطائرة

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين (التجريبية والضابطة) لملائمته طبيعة البحث. اشتملت عينة البحث على (36) طالبة، تم تقسيمهن عشوائياً إلى مجموعتين؛ حيث درست المجموعة التجريبية باستخدام استراتيجية التعلم المنظم ذاتياً، بينما درست المجموعة الضابطة بالأسلوب المتبع من قبل المدرس.

أظهرت النتائج: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للمجموعتين، مع تفوق ملحوظ للمجموعة التجريبية التي استخدمت استراتيجية التعلم المنظم ذاتياً في مستوى تعلم مهارتي الإرسال والاستقبال. وتعزو الباحثة هذا التفوق إلى دور الاستراتيجية في زيادة الدافعية، وتحمل الطالبات مسؤولية تعلمهن، والقدرة على تصحيح الأخطاء ذاتياً أثناء الممارسة.

الكلمات المفتاحية: استراتيجية التعلم المنظم ذاتيا , مهارتي الارسال والاستقبال , الكرة الطائرة , للطالبات

The Impact of Self-Regulated Learning Strategy on Learning the Serve and Receive Skills in Volleyball for Female Students

Zahraa Samir Hussein,

Prof. Dr. Alia Hussein Obaid

University of Babylon / College of Physical Education and Sports Sciences

Research Received: February 4, 2026 , Research Published: April 25, 2026

Abstract

This study aimed to identify the impact of the self-regulated learning strategy on learning the underhand serve and the serve reception skills in volleyball for second-year female students. The research problem lies in the adoption of a teaching strategy that encourages interaction and a positive student role within the lesson, namely the self-regulated learning strategy in volleyball lessons.

The researcher used the experimental method with a two-group design (experimental and control) as it was suitable for the nature of the research. The research sample consisted of (36) female students, who were randomly divided into two groups. The experimental group studied using the self-regulated learning strategy, while the control group studied using the method used by the instructor.

The results showed statistically significant differences between the pre-test and post-test scores, favoring the post-test for both groups. The experimental group, which used the self-regulated learning strategy, demonstrated a marked advantage in learning the skills of serving and receiving. The researcher attributes this superiority to the strategy's role in increasing motivation, fostering a sense of responsibility among the students for their learning, and enhancing their ability to self-correct during practice.

Keywords: Self-regulated learning strategy, serving and receiving skills, volleyball, female students

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

تعد التربية الرياضية أحد الركائز الأساسية التي تهدف إلى إعداد جيل متكامل من الناحية البدنية والعقلية والاجتماعية والانفعالية إذ لا يقتصر دورها على تحسين اللياقة البدنية وتنمية المهارات الحركية فحسب بل تتعدى ذلك لتسهم في تعزيز القدرات المعرفية وتنمية التفكير المنظم والقدرة على حل المشكلات بما يتماشى مع متطلبات العصر الحالي الذي يتسم بالسرعة والتطور المستمر.

وتعتبر الألعاب الجماعية من أكثر الأنشطة الرياضية التي تحقق هذا التكامل حيث تجمع بين الجهد البدني والتفكير العقلي والتفاعل الاجتماعي وتأتي لعبة الكرة الطائرة في مقدمة هذه الألعاب لما تحمله من متعة وإثارة وتشويق فضلاً عن كونها لعبة تتطلب دقة عالية في الأداء وتنسيقاً متكاملاً بين مختلف المهارات التي تُعدُّ مهارتي الإرسال والاستقبال من أبرزها وأكثرها تأثيراً في مسار اللعب ونتيجته إن الإرسال يمثل الخطوة الأولى لبناء الهجوم في اللعبة بينما يعتبر الاستقبال الركيزة الأساسية التي يبنى عليها نجاح باقي المهارات كالتمرير والإعداد والضرب الساحق كما ان تفعيل دور الطالبة في الدرس والتي تهدف إلى جعل الطالبة شريكة فعالة في عملية التعلم من خلال إشراكها في التخطيط، والتنفيذ، والتقييم.

ومن المستجدات الحديثة في العملية التعليمية هو استخدام مصطلحات حديثة من شأنها أن تطور العملية التعليمية بشكل جيد ومنها استراتيجية التعلم المنظم ذاتيا الذي يعد من المفاهيم التربوية الحديثة التي حظيت باهتمام واسع في ميادين التربية وعلم النفس التربوي والرياضة ويقوم على افتراض أن المتعلم ليس متلقياً سلبياً للمعرفة وإنما هو عنصر نشط يمتلك القدرة على التحكم في عملية تعلمه من خلال مجموعة من الاستراتيجيات المعرفية والسلوكية ويسهم التعلم المنظم ذاتياً في جعل الطالبة قادرة على ضبط سلوكها التعليمي، وتحديد أهدافها المهارية، مثل إتقان الإرسال أو تحسين الاستقبال مع اختيار الخطط والتقنيات المناسبة لتحقيق هذه الأهداف ومراقبة التقدم وتصحيح الأخطاء .

وهنا تكمن أهمية البحث في استخدام الاستراتيجيات الحديثة في التعليم قد يفتح آفاقاً جديدة في تعلم المهارات الأساسية بالكرة الطائرة بما يرفع من كفاءة الأداء ويسهم في تحسين المستوى العام للطالبات وعليه تأتي هذه الدراسة لتبحث في تأثير استراتيجية التعلم المنظم ذاتياً في تعلم مهارتي الإرسال والاستقبال بالكرة الطائرة لدى الطالبات، محاولة تقديم إطار علمي يسهم في تطوير طرق التدريس ويعزز من فاعلية التعلم في المجال الرياضي أن إدخال مثل هذه الاستراتيجيات في تدريس المهارات الحركية يُعدّ نقلة نوعية لأنها تربط بين الجانبين العقلي والبدني وتمنح الطالبة استقلالية أكبر في تعلمها، مما ينعكس إيجاباً على جودة التعلم وبقاء أثره لفترات أطول.

1-2 مشكلة البحث:

من خلال المشاورة مع السيدة المشرفة توصلنا إلى استخدام استراتيجية التعلم المنظم ذاتيا في الجانب الرياضي ومنها فعالية الكرة الطائرة ارتأينا البحث في هذا الموضوع في تدريس مادة الكرة الطائرة لكونها مادة عملية بالإضافة الى انها إضافة علمية في مجال الكرة الطائرة للمرحلة الثانية في تعلم مهارتي الارسال والاستقبال للطالبات.

1-3 اهداف البحث:

1- اعداد وحدات تعليمية وفق استراتيجية التعلم المنظم ذاتيا في تعلم مهارتي الارسال والاستقبال في الكرة الطائرة.

2- التعرف على تأثير الوحدات التعليمية وفق التعلم المنظم ذاتيا في تعلم مهارتي الارسال والاستقبال بالكرة الطائرة للطالبات.

3- معرفة افضلية التأثير بين التعلم المنظم ذاتيا و ما متبع من قبل مدرس المادة في تعلم مهارتي الارسال والاستقبال بالكرة الطائرة للطالبات.

1-4 مجالات البحث:

1-4-1 المجال البشري: طالبات المرحلة الثانية – قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة – كلية التربية للبنات - جامعة الكوفة – للعام الدراسي 2025-2026

1-4-2 المجال المكاني : القاعة الرياضية المغلقة في كلية التربية للبنات

1-4-2 المجال الزمني : من 2025 الى 2026.

2 - منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

2 - 1 منهج البحث:

يعد المنهج من الأمور المهمة والأساسية في تنفيذ البحوث العلمية "اذ إن المنهج التجريبي يمثل الاقتراب الأكثر صدقا لحل العديد من المشكلات العلمية بصورة علمية ونظرية فضلا عن إسهامه في تقديم البحث العلمي ومن بينها علم الرياضة" استعملت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين التجريبية والضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدى، لملاءمته لطبيعة مشكلة البحث وأهدافه، كما في الجدول (1).

الجدول (1) يوضح التصميم التجريبي للبحث

ت	المجموعات	الاختبارات القبليّة	المعالجة التجريبية	الاختبار البعدي
1-	المجموعة التجريبية	(الإرسال من الاسفل, واستقبال الاستقبال)	إستراتيجية التعلم المنظم ذاتيا من قبل الباحثة	الإرسال من الاسفل, استقبال (الارسال)
2-	المجموعة الضابطة	(الإرسال من الاسفل, استقبال الارسال)	الإستراتيجية المتبعة	الإرسال من الاسفل, استقبال (الارسال)

2 - 2 مجتمع البحث و عينته:

2-2-1 مجتمع البحث:

إنّ المجتمع هو الهدف الأساسي من الدراسة اذ أنّ الباحثة تعمم النتائج عليه، ويمكن القول إنّنا لا ندرس عينات، وإنما ندرس مجتمعات، وما العينة التي نختارها إلا وسيلة لدراسة خصائص المجتمع

وتحدد مجتمع البحث الحالي على طالبات المرحلة الثانية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة -كلية التربية للبنات -جامعة الكوفة (للعام الدراسي 2025-2026 و البالغ عددهن (43) طالبة وبعد استبعاد (7) طالبات مؤجلات اصبح العدد الفعلي للعينة (36) طالبة , قسمنّ الى عيّنتين (عينة التجربة الاستطلاعية (6) طالبات وعينة التطبيق للتجربة الرئيسة البالغ عددهن (30) طالبة) تم تقسيمهن الى مجموعتين تجريبية وضابطة بواقع 15 طالبة لكل مجموعة .

2-2-2 عينات البحث: قسمت عينة البحث على ما يأتي :

جدول (2) يبين توزيع عينات البحث

الملاحظات	النسبة المئوية	العدد	المعالم المجموعات
لا تدخل نتائجهن في التجربة الرئيسية	16,7%	6	عينة التجربة الاستطلاعية
لا يخضعن للاستراتيجية ويستخدمن للمقارنة المطبقة من قبل المدرسة	41,7%	15	المجموعة الضابطة
يخضعن لاستراتيجية التعلم المنظم ذاتيا	41,7%	15	المجموعة التجريبية
		36	المجموع الفعلي للعينة
			طالبة 100%

2-2-3 تجانس عينة البحث:

قامت الباحثة بإجراء تجانس عينة البحث في متغيرات الطول والكتلة والعمر، وكما مبين في الجدول (3).

الجدول (3)

يبين تجانس عينة البحث

قيمة معامل الالتواء	العينة عددها (36)			وحدة القياس	المتغيرات	ت
	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
0.48	160	5.86	161.42	سم	الطول	1
0.81	60,25	10,12	61.83	كغم	كتلة	2
0.12	20,50	0.81	20,44	سنة	العمر	3

بما ان قيمة معامل الالتواء محصورة بين $(1 \pm)$

2-3 الوسائل والأدوات والأجهزة المستعملة في البحث:

إن أدوات البحث هي الوسائل التي يستطيع الباحث بها جمع البيانات وحل مشكلته لتحقيق أهداف البحث مهما كانت تلك الأدوات من بيانات وأجهزة واستعانت الباحثة بالوسائل والأدوات والأجهزة التي ساعدت في الوصول الى نتائج البحث وكما يأتي:-

2-3-1 وسائل جمع المعلومات:

استعانت الباحثة بوسائل جمع المعلومات وهي:-

1- الملاحظة.

2- المقابلات الشخصية

3- الاوراق والاقلام .

4- الانترنت.

2-3-2 الأدوات والأجهزة المستعملة:

استعانت الباحثة بالأدوات والأجهزة وكما يأتي:

1- ملعب كرة طائرة.

2- كرات طائرة عدد (20).

3- صافرات عدد (1).

4- يلك 6 الوان عدد (12).

5- أوراق تسجيل.

6- حاسوب لاب توب نوع (hp) عدد (1).

7- اقراص ليزرية.

8- ميزان طبي.

9- شريط قياس.

11 اشربة ملونة

21- اقماغ

4-2 إجراءات البحث الميدانية :

1-4-2 اختبارات الأداء الفني والدقة لمهاتري الاستقبال والإرسال بالكرة الطائرة:

1-1-4-2 الأداء الفني لمهاتري الإستقبال والإرسال بالكرة الطائرة:

1-1-1-4-2 اختبارات الأداء الفني لمهارة الإستقبال:

الهدف من الاختبار

تقويم الأداء الفني لمهارة استقبال الإرسال من خلال الأقسام الثلاثة للمهارة (التحضيري , الرئيس , الختامي) .
الأدوات المستعملة

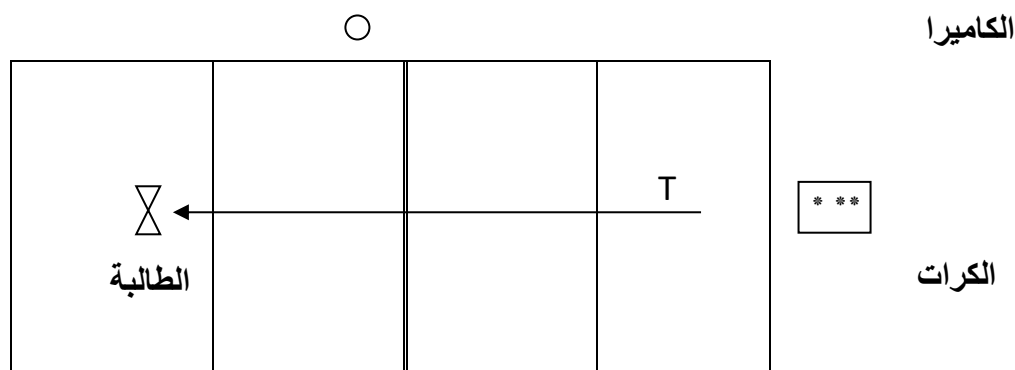
ملعب كرة طائرة قانوني , كرات طائرة قانونية عدد (3) ، واستمارة تقويم الأداء المُعدّة مُسبقاً .

طريقة الأداء

تقوم الطالبة المختبرة بأداء مهارة استقبال الإرسال ، ومن وضع الوقوف ، ولثلاث محاولات متتالية ، كما هو موضح بالشكل (8) .

التسجيل

يقوم ثلاثة مقومين بتقويم المحاولات الثلاث لكل طالبة مختبرة ، ويمنح عنها ثلاث درجات عن كل مقوم ، علماً إن درجة التقويم النهائية لكل محاولة (10) درجات مقسمة على أقسام المهارة الثلاثة وهي (3) للقسم التحضيري ، و (4) درجات للقسم الرئيس ، و (3) درجات للقسم النهائي ، ويتم بعدها اختيار أفضل درجة عن كل مقوم ، ومن خلال استخراج الوسط الحسابي لأفضل ثلاث درجات ، يتم استخراج الدرجة النهائية لكل لاعب مختبر .
ملاحظة: قومت عن طريق التصوير وعرضت على الخبراء

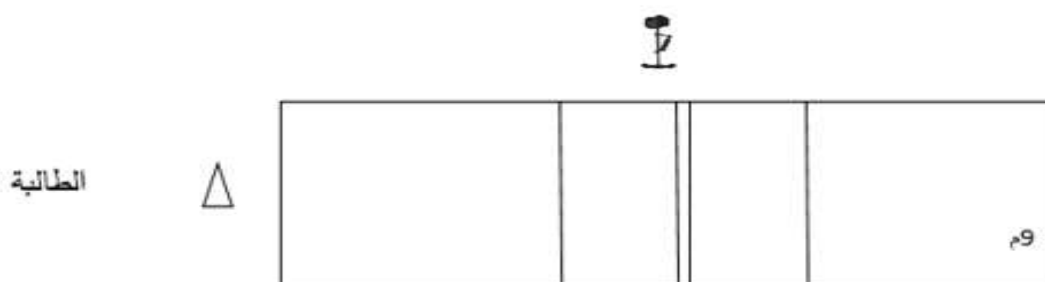


الشكل (1)

يوضح تقويم الأداء الفني لمهارة استقبال الإرسال بالكرة الطائرة

2-1-1-4-2 اختبار الأداء الفني لمهارة الإرسال من الأسفل:

- الهدف من الاختبار: قياس الأداء الفني لمهارة الإرسال من خلال الأقسام الثلاثة للمهارة (التحضيرية، الرئيس، الختامي).
- الأدوات المستعملة: ملعب كرة طائرة قانوني، كرات طائرة قانونية عدد (3)، واستمارة تقويم الأداء المُعدّة مسبقاً.
- طريقة الأداء: تقوم المختبرة بأداء مهارة الإرسال، ولثلاث محاولات متتالية، كما هو موضح بالشكل (6).
- التسجيل: يقوم ثلاثة مقومين بتقويم المحاولات الثلاث لكل طالبة مختبرة، ويمنح لها ثلاث درجات عن كل مقوم، علماً أن درجة التقويم النهائية لكل محاولة (10) درجات مقسمة على أقسام المهارة الثلاثة وهي (3) للقسم التحضيرية، و (5) درجات للقسم الرئيس، و (2) درجات للقسم النهائي، ويتم بعدها اختيار أفضل درجة عن كل مقوم، ومن خلال استخراج الوسط الحسابي لأفضل ثلاث درجات، تستخرج الدرجة النهائية لكل لاعب مختبر.
- ملاحظة: قومت عن طريق التصوير وعرض على الخبراء.



شكل (2)

يوضح الأداء الفني لمهارة الإرسال

2-1-4-2 اختبارات الدقة لمهارة الاستقبال والإرسال من الاسفل بالكرة الطائرة :

1-2-1-4-2 اختبار دقة الأداء لمهارة الاستقبال بالكرة الطائرة:

الهدف من الاختبار: قياس الدقة لمهارة استقبال الإرسال بالكرة الطائرة .

• الأدوات المستعملة

ملعب كرة طائرة قانوني، كرات طائرة قانونية عدد (20)، شريط قياس معدني، طباشير ملون لتقسيم الملعب، كما هو موضح في الشكل (3).

• طريقة الأداء

تقوم الطالبة المختبرة بأداء (5) محاولات من المنطقة (أ) إلى المراكز (2, 3, 4)، وكذلك أداء (5) محاولات من المنطقة (ب) إلى المراكز (2, 3, 4). يجب أن تلتزم الطالبة المُختبرة بالاستقبال من المنطقة المحددة لها وتوجيه الكرة للهدف كما هو موضح في الشكل (9).

• التسجيل

- تأخذ الطالبة المُختَبِرة درجة المركز الذي تقع فيه الكرة ، وكما يأتي :
- الكرة التي تقع في المركز (4) يأخذ المُختَبِر (1) درجة .
- الكرة التي تقع في المركز (3) يأخذ المُختَبِر (2) درجتين .
- الكرة التي تقع في المركز (2) يأخذ المُختَبِر (3) درجات .
- إذا سقطت الكرة على الخط الفاصل بين منطقتين تحتسب درجة المنطقة الأعلى
- الدرجة العظمى للاختبار (30) درجة .



المنطقة أ، ب = 3م × 4.5 م

الشكل (3)

يوضح اختبار الدقة لمهارة استقبال الإرسال بالكرة الطائرة

2-2-1-4-2 اختبار الدقة لمهارة الإرسال المواجه الأمامي من الأسفل:

- الهدف من الاختبار: قياس دقة مهارة الإرسال.
- الأدوات: ملعب مقسم إلى مساحات لكل منها رقمٌ يعد مؤشراً عن قيمة النقط الخاصة بالمنطقة التابع لها الرقم كما في الشكل (8)، 10 كرات طائرة.
- وصف الأداء: تقف الطالبة المُختَبِرة في المنطقة المحددة لأداء الإرسال، وتقوم بأداء الإرسال بطريقة قانونية لتعبر الشبكة في الملعب.
- القواعد.
 - تقوم الطالبة بأداء ثلاث محاولات إرسال للإجماع قبل البدء في الاختبار الفعلي.
 - تؤدي الطالبة (10 محاولات إرسال).
 - أخطاء القدم وأخطاء الشبكة تحتسب محاولة وتأخذ (صفرًا).
- التسجيل: تحتسب مجموع قيم النقاط التي سقطت الكرة في منطقتها.
- عند ملامسة الكرة لأحد خطوط الملعب فإنه يحتسب الرقم الأعلى للمنطقة التي يتبعها هذا الخط.
- حدود الدرجة (0-40) درجة.

جدول (4) يوضح تكافؤ عينة البحث

الاختبارات	القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة ت المحسوبة	الدلالة
		ع	س-	ع	س-		
الأداء الفني للإرسال	درجة	0.915	3.533	0.632	3.6	0.232	غير معنوي
دقة الإرسال	درجة	0.915	3.133	0.816	3.333	0.631	غير معنوي
الأداء الفني للاستقبال	درجة	1.944	9.266	1.397	9.333	0.107	غير معنوي
دقة الاستقبال	درجة	1.222	9.066	1.125	9.866	1.864	غير معنوي

قيمة (t) الجدولية = (2.04) عند مستوى دلالة (0.05) وعند درجة حرية (28)

4-4-2 إعداد وتطبيق الوحدات التعليمية:

قامت الباحثة بعد الاطلاع على مفردات المنهج المخصص لطالبات المرحلة الثانية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة / كلية التربية للبنات / جامعه الكوفة، بإعداد وحدات تعليمية باستراتيجية التعلم المنظم ذاتيا للمجموعة التجريبية أما المجموعة الضابطة تم تدريسها على وفق الاسلوب المتبع من قبل مدرسة المادة في القسم.

تم إعطاء وحده تعريفية واحدة للمجموعة التجريبية حول الإستراتيجية لبيان آلية تطبيقها وأهميتها والتعرف عليها قبل الشروع بالتدريس وقت الوحدات التعليمية المعدة على القاعة الرياضية المغلقة في كلية التربية للبنات- قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعه الكوفة، وبمعدل 4 وحدات تعليمية لمهارة الإستقبال و4 وحدات تعليمية للإرسال، وستكون المحاضرة في يومي (الاثنين والثلاثاء من كل اسبوع) ومدتها 90 دقيقة ولمده 8 أسابيع، وسوف يتم تطبيق الوحدات التعليمية من قبل مدرس المادة وستحتوي الوحدات التعليمية لكلا المجموعتين على ما يأتي :-

- 1- القسم التحضيري (20) دقيقة منها (3) دقائق للجانب التنظيمي و (5) دقائق للإعداد العام و(12) دقيقة للأعداد الخاص.
- 2- القسم الرئيس (60) دقيقة للجزء التعليمي والتطبيقي .
- 3- القسم الختامي (10) دقائق وتشمل أداء لعبة صغيرة مع جميع أدوات الانصراف.

جدول (5)

يبين اقسام الوحدة التعليمية

ت	اقسام الوحدة التعليمية	زمن الوحدة التعليمية	عدد الوحدات	الزمن الكلي	النسبة المئوية
1	القسم التمهيدي	20 د	8وحدات	160 د	22.22 %
2	القسم الرئيسي	60 د	8وحدات	480 د	66.66 %
3	القسم الختامي	10 د	8وحدات	80 د	11.11 %
	المجموع	90 د	8	720 د	100 %

2-4-4-1 وحدة تعليمية وفق استراتيجية التعلم المنظم ذاتيا:

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة والمصادر العلمية التي تناولت الاستراتيجية تم تطبيق مراحل الاستراتيجية حسب زيمرمان يضع ثلاثة مراحل لهذا النموذج وهي كما يأتي:

اولا مرحلة التفكير :

(5) دقيقة يتم فيها

أ- طرح سؤال من قبل المدرسة مالذي تعرفينه عن مهارة استقبال الارسال بالكرة الطائرة.

ب- توزيع الطالبات على 5 مجموعات كل مجموعة 3 طالبات

ج- تبدأ الطالبات بتحليل خصائص المهارة بناء على خبراتهن التي تم اعطائهن في الوحدة التعريفية ومن الفيديو القصير الذي تم عرضه (الوسيلة البصرية) الذي تم عرض المهارة من خلالها ثم تقوم المدرسة لمدة 10 دقائق بشرح المهارة وعرضها امام الطالبات.

ثانيا / مرحلة الاداء (30) دقيقة:

تقوم الطالبات باداء المهارة عمليا وتطبيق التمارين المعدة من قبل الباحثة واستخدام النماذج البصرية والفيديو البصري المعد

ثالثا / مرحلة المراقبة الذاتية (التأمل) 15 دقيقة :

يتم تقدير التعلم المنظم ذاتيا (تقييم الاداء) من قبل المدرسة ومن قبل الطالبات فيما بينهن وربط ما تم شرحه ومشاهدته عمليا وتتم هذه المرحلة عن طريق الاداء العملي مرة وعن طريق كتابة ملخص قصير عن ما تم تعلمه او عرض لفظي مع اجراء مناقشة قصيرة لل صعوبات التي واجهت الطالبات اثناء التنفيذ وماهي الاستراتيجية التي ساعدت على تعلمهن اكثر (صور -فيديو -شرح)

2-4-5 الاختبارات البعدية:

بعد الانتهاء من تنفيذ الوحدات التعليمية وتطبيقها على أفراد المجموعة التجريبية اجريت الاختبارات البعدية والمتضمنة اختبار التفكير البصري والأداء الفني والدقة لمهاتري الاستقبال والإرسال في يومي (الاثنين والثلاثاء) الموافق (2025/12/8,9) الساعة (العاشرة) صباحا مع محاوله الباحثة ضبط جميع المتغيرات الأخرى وتهيئة الظروف الملائمة لإجرائها بالطريقة نفسها والإجراءات والأدوات التي تم بها الاختبار القبلي، وبمساعده الفريق المساعد وإشراف السيدة المشرفة.

2-5 الوسائل الإحصائية : بعد حصول الباحثة على النتائج الأولية تم الاستعانة برنامج (spss) الاحصائي

لغرض الحصول على نتائج الباحث وهي :

- الوسط الحسابي /الوسيط /الانحراف المعياري/ معامل الالتواء/ المنوال/ اختبار t للعينات المستقلة \t للعينات المترابطة

3- النتائج:-

3-1 عرض وتحليل نتائج المجموعتين التجريبيية والضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي للاداء الفني والدقة لمهارتي الارسال من الاسفل واستقبال الارسال:

4-1-1 عرض نتائج اختبارات الاداء الفني والدقة لمهارتي الارسال من الاسفل واستقبال الارسال بالكرة الطائرة للمجموعة التجريبية وتحليلها.

الاختبار المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة T المحسوبة	نوع الدلالة
		ع ±	س	ع ±	س		
الاداء الفني لمهارة الارسال	درجة	0.915	3.533	0.723	7.666	12.848	معنوي
الاداء الفني لمهارة استقبال الارسال	درجة	0.915	3.133	0.833	7.133	10.954	معنوي
دقة الارسال	درجة	1.944	9.266	2.356	28.533	21.231	معنوي
دقة استقبال الارسال	درجة	1.222	9.066	1.632	17.333	13.316	معنوي

قيمة (t) الجدولية = (2.18) عند مستوى دلالة (0.05) وعند درجة حرية (14)

من خلال الجدول السابق تبين ان قيمة الوسط الحسابي للاداء الفني لمهارة الارسال القبلي (3.533) والانحراف المعياري (0,915) اما الاختبار البعدي فان قيمة الوسط الحسابي (7,666) والانحراف المعياري (0,723) اما قيمة t المحسوبة (12,848)

اما الاداء الفني لمهارة استقبال الارسال تبين ان قيمة الوسط الحسابي للاداء الفني لمهارة استقبال الارسال القبلي (3,133) والانحراف المعياري (0,915) اما الاختبار البعدي فان قيمة الوسط الحسابي (7,133) والانحراف المعياري (0,833) اما قيمة t المحسوبة (10,954)

اما دقة الارسال تبين ان قيمة الوسط الحسابي لدقة الارسال القبلي (9,266) والانحراف المعياري (1,944) اما الاختبار البعدي فان قيمة الوسط الحسابي (28,533) والانحراف المعياري (2,356) اما قيمة t المحسوبة (21,231)

اما دقة استقبال الارسال تبين ان قيمة الوسط الحسابي لدقة ارسال الاستقبال القبلي (9,066) والانحراف المعياري (1,222) اما الاختبار البعدي فان قيمة الوسط الحسابي (17,333) والانحراف المعياري (1,632) اما قيمة t المحسوبة (13,316)

2-1-3 عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في متغيرات البحث وتحليلها:

جدول (7)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (t) المحسوبة والجدولية لنتائج الاختبارات القبليّة والبعدية لمتغيرات البحث للمجموعة الضابطة

نوع الدلالة	قيمة T المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	الاختبار
		ع ±	س	ع ±	س		
معنوي	12.848	0.723	7.666	0.915	3.533	درجة	الاداء الفني لمهارة الارسال
معنوي	10.954	0.833	7.133	0.915	3.133	درجة	الاداء الفني لمهارة استقبال الارسال
معنوي	21.231	2.356	28.533	1.944	9.266	درجة	دقة الارسال
معنوي	13.316	1.632	17.333	1.222	9.066	درجة	دقة استقبال الارسال
قيمة (t) الجدولية = (2.18) عند مستوى دلالة (0.05) وعند درجة حرية (14)							

من خلال الجدول (7) الخاص بالمجموعة الضابطة، نلاحظ ما يلي:

من خلال الجدول السابق تبين ان قيمة الوسط الحسابي للاداء الفني لمهارة الارسال القبلي (3,533) والانحراف المعياري (0,915) اما الاختبار البعدي فان قيمة الوسط الحسابي (7,666) والانحراف المعياري (0,723) اما قيمة t المحسوبة (12,848)

اما الاداء الفني لمهارة استقبال الارسال تبين ان قيمة الوسط الحسابي للاداء الفني لمهارة استقبال الارسال القبلي (3,133) والانحراف المعياري (0,915) اما الاختبار البعدي فان قيمة الوسط الحسابي (7,133) والانحراف المعياري (0,833) اما قيمة t المحسوبة (10,954)

اما دقة الارسال تبين ان قيمة الوسط الحسابي لدقة الارسال القبلي (9,266) والانحراف المعياري (1,944) اما الاختبار البعدي فان قيمة الوسط الحسابي (28,533) والانحراف المعياري (2,356) اما قيمة t المحسوبة (21,231)

اما دقة استقبال الارسال تبين ان قيمة الوسط الحسابي لدقة ارسال الاستقبال القبلي (9,066) والانحراف المعياري (1,222) اما الاختبار البعدي فان قيمة الوسط الحسابي (17,333) والانحراف المعياري (1,632) اما قيمة t المحسوبة (13,316)

3-1-4 عرض نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة لمتغيرات البحث وتحليلها:

جدول (8)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (t) المحسوبة لنتائج الاختبارات البعدية لمتغيرات البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة

الاختبار	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة T المحسوبة	نوع الدلالة
		س	ع ±	س	ع ±		
الاداء الفني لمهارة الارسال	درجة	7.666	0.723	6.933	0.798	2.634	معنوي
الاداء الفني لمهارة استقبال الارسال	درجة	7.133	0.833	6.066	0.703	3.786	معنوي
دقة الارسال	درجة	28.533	2.356	24.666	2.919	3.991	معنوي
دقة استقبال الارسال	درجة	17.333	1.632	15.666	1.496	2.914	معنوي

قيمة (t) الجدولية = (2.04) عند مستوى دلالة (0.05) وعند درجة حرية (28)

من خلال الجدول السابق تبين ان قيمة الوسط الحسابي للاداء الفني لمهارة الارسال المجموعة التجريبية (7.666) والانحراف المعياري (0,723) المجموعة الضابطة فان قيمة الوسط الحسابي (6,933) والانحراف المعياري (0,798) اما قيمة t المحسوبة (2,634)

اما الاداء الفني لمهارة استقبال الارسال تبين ان قيمة الوسط الحسابي للاداء الفني لمهارة استقبال الارسال للمجموعة التجريبية (7,133) والانحراف المعياري (0,833) اما المجموعة الضابطة فان قيمة الوسط الحسابي (6,066) والانحراف المعياري (0,703) اما قيمة t المحسوبة (3,786)

اما دقة الارسال تبين ان قيمة الوسط الحسابي لدقة الارسال للمجموعة التجريبية (28,533) والانحراف المعياري (2,356) اما المجموعة الضابطة فان قيمة الوسط الحسابي (24,666) والانحراف المعياري (2,919) اما قيمة t المحسوبة (3,991)

اما دقة استقبال الارسال تبين ان قيمة الوسط الحسابي لدقة ارسال الاستقبال للمجموعة التجريبية (17,333) والانحراف المعياري (1,632) اما المجموعة الضابطة فان قيمة الوسط الحسابي (15,666) والانحراف المعياري (1,496) اما قيمة t المحسوبة (2,914)

2-4 مناقشة النتائج

التفسير الاول للمجموعة التجريبية:

تُعزي الباحثة هذا التطور الملحوظ في المجموعة التجريبية إلى التأثير الإيجابي لـ استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً. فهذه الاستراتيجيات تخرج عن إطار التقليد، حيث تسمح للطالبة بالقيام بالعمليات الآتية:

المراقبة الذاتية: قدرة الطالبة على مراقبة حركاتها أثناء أداء الإرسال واستقبال الكرة، مما يجعلها تدرك

التفسير الثاني للمجموعة الضابطة

تُعزي الباحثة هذا التطور الملحوظ في نتائج المجموعة الضابطة إلى المنهج التعليمي المتبع (الأسلوب التقليدي)، والذي يعتمد بشكل أساسي على:

الشرح والعرض: قيام المدرس بشرح المهارة وعرض نموذج حي أمام الطالبات، مما يوفر لهن صورة ذهنية أولية عن حركة الإرسال والاستقبال.

التكرار والممارسة: إن تكرار الأداء الحركي خلال الوحدات التعليمية المخصصة يساهم في تحسين التوافق العضلي العصبي وتثبيت المسار الحركي للمهارة بشكل تدريجي.

التغذية الراجعة من المدرس: دور المدرس في تصحيح الأخطاء الشائعة أثناء الوحدة التعليمية ساعد الطالبات في الوصول إلى هذه النتائج المعنوية.

وعلى الرغم من هذا التحسن إلا أن المقارنة الإحصائية توضح مدى فاعلية هذا الأسلوب مقارنة باستراتيجية التعلم المنظم ذاتياً التي طبقت على المجموعة التجريبية.

التفسير الثالث للمجموعتين في النتائج البعيدة

تُعزي الباحثة هذا التفوق الملحوظ للمجموعة التجريبية إلى طبيعة استراتيجية التعلم المنظم ذاتياً التي أحدثت نقلة نوعية في تعلم الطالبات للأسباب الآتية:

- **الوعي بالمهارة:** إن تعلم الطالبات كيفية وضع أهداف لأنفسهن ومراقبة تقدمهن جعل لديهن فهماً أعمق للمراحل الفنية للإرسال والاستقبال، وهو ما يتفوق على مجرد محاكاة نموذج المعلم في الأسلوب التقليدي.
- **معالجة الأخطاء:** وفرت الاستراتيجية للطالبات قدرة على "التصحيح الذاتي" الفوري؛ فبدلاً من انتظار ملاحظة المعلم، أصبحت الطالبة قادرة على تعديل زاوية ضرب الكرة أو وقفة الاستعداد بناءً على تقييمها الشخصي.
- **الدافعية العالية:** الانتقال من الدور السلبي (المتلقي) إلى الدور الإيجابي (المنظم لتعلمه) زاد من ثقة الطالبات بأنفسهن، مما قلل من رهبة استقبال الإرسال وزاد من التركيز في توجيه الكرة (الدقة).

5- الاستنتاجات والتوصيات:**1-5 الاستنتاجات**

1. إن استخدام استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً أسهم بصورة فعالة في تعلم مهاراتي الإرسال من الأسفل واستقبال الإرسال لدى الطالبات.
2. أظهرت المجموعة التجريبية التي تعلمت وفق استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً تطوراً واضحاً في تعلم مهارة الإرسال بالكرة الطائرة مقارنة بالمجموعة الضابطة التي تعلمت بالطريقة التقليدية.
3. أسهمت الاستراتيجيات المتبعة في تحسين مستوى أداء مهارة استقبال الإرسال بالكرة الطائرة لدى طالبات المجموعة الضابطة.
4. تفوقت المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في الاختبارات البعيدة لمهاراتي الإرسال واستقبال الإرسال بالكرة الطائرة.
5. إن استخدام استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً يساعد على زيادة مشاركة المتعلمات في عملية التعلم وتنمية دافعيتهن نحو التعلم.
6. إن تنظيم الوحدات التعليمية وفق مراحل التعلم المنظم ذاتياً يساعد على تحسين فهم المهارات الحركية وتطوير مستوى الأداء المهاري لدى الطالبات.

2-5 التوصيات

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الباحثة يمكن تقديم التوصيات الآتية:

1. اعتماد استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً في تدريس مهارات الكرة الطائرة في دروس التربية البدنية لما لها من دور فاعل في تطوير وتحسين مستوى الأداء المهاري لدى الطالبات.
2. ضرورة اهتمام مدرسي التربية البدنية وعلوم الرياضة باستخدام الاستراتيجيات التعليمية الحديثة التي تجعل المتعلم محور العملية التعليمية بدلاً من الاعتماد على الأساليب التقليدية في التدريس.
3. تدريب الطلبة على تنظيم عملية تعلمهم ذاتياً من خلال التخطيط للأداء ومراقبة الأداء وتقويمه بصورة مستمرة أثناء تعلم المهارات الرياضية.
4. إقامة دورات تدريبية وورش عمل لمدرسي التربية البدنية للتعريف باستراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً وكيفية تطبيقها في تدريس المهارات الرياضية المختلفة.
5. تشجيع المدرسين على استخدام التمارين التعليمية المتنوعة التي تساعد الطلبة على تطوير الإدراك الحركي والتوافق العضلي العصبي أثناء تعلم المهارات الرياضية.
6. إدخال استراتيجيات التعلم الحديثة ضمن مناهج تدريس التربية البدنية في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة.
7. يمكن استخدام استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً في تدريس مهارات أخرى في لعبة الكرة الطائرة.

المصادر

1. عفاف عبد المنعم واماني محمد: الكرة الطائرة، تعليم ، تدريب، تحكيم ، القاهرة، 2018، ص45-52.
2. لؤي المختار، وعلي السلمي: اساسيات الكرة الطائرة الحديثة ، ط1، عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر ، 2021، ص112-115.
3. عماد عبد الرحيم الزغلول : مبادئ علم النفس التربوي ، ط9 ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، 2020، ص210-218.
4. وجيه محبوب : طرائق البحث العلمي ومناهجه ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1988 ، ص237.
5. محمد جاسم الياسري : مبادئ الاحصاء التربوي ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، النجف الاشرف ، الطبعة الثانية، 2011، ص 55.
6. صلاح الدين محمود : القياس والتقويم التربوي في العملية التدريسية، ط2، الاردن ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2009. ص163.
7. علياء حسين عبيد : تأثير KWI بالتحصيل المعرفي وتطوير بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة للطلبات، أطروحة دكتوراه ، جامعة بابل ، ص 40 2018 .
8. احمد عبد الدايم ، علي مصطفى : دليل المدرب في الكرة الطائرة – اختبارات- تخطيط-سجلات، ط1، القاهرة ، دار الفكر العربي، 1999، ص8.
9. محمد صبحي حسنين، حمدي عبد المنعم: القياس والتقويم بالكرة الطائرة، القاهرة، دار الفكر العربي، 1996، ص28.
10. Barry J. Zimmerman & Dale H. Schunk. Self-Regulated Learning and Academic Achievement: Theoretical Perspectives. 2013nd ed., Routledge, 2Academic Achievement: Theoretical Perspectives.