فعالية أسلوب المحطات متدرجة الصعوبة فى تحسين مهارة الشقلبة الأمامية على جهاز منصة القفز للطالبات المتعثرات بالفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية للبنات

دكتورة /هديل أحمد محمد متولى
أستاذ مساعد بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الأسكندرية

ملخص البحث :

يهدف البحث إلى : دراسة فعالية استخدام أسلوب المحطات متدرجة الصعوبة علي تحسين مستوي أداء مهارة الشقلبة الأمامية علي جهاز منصة القفز لدي الطالبات المتعثرات بالفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية جامعة الإسكندرية ، استخدمت الباحثة **المنهج التجريبي** نظراً لمناسبته لطبيعة هذه الدراسة ، كما اختيرت أحد تصميماته وهو (القياس القبلي والبعدي لمجموعتين احداهما تجريبية والأخرى ضابطة) ، وقامت الباحثة باختيار **عينة البحث** بالطريقة العمدية ، وقد بلغ عددها (٧٦) ستة وسبعون طالبة من الطالبات المتعثرات بالفرقة الرابعة كلية التربية الرياضية جامعة الإسكندرية ، في العام الدراسي (٢٠١٨/٢٠١٧) ، وقسمتها عشوائيا إلى (١٦) ستة عشرة طالبة عينة استطلاعية و(٦٠) ستون طالبة تم تقسيمهن إلى مجموعتين متساويتين في احداهما تجريبية والاخري ضابطة ، المجموعة التجريبية قوامها (٣٠) ثلاثون طالبة (يطبق عليها أسلوب المحطات متدرجة الصعوبة) ، والمجموعة الضابطة قوامها (٣٠) ثلاثون طالبة (يطبق عليها الأسلوب المتبع) ، **وكان من أهم النتائج** :

١ – استخدام أسلوب المحطات متدرجة الصعوبة والذي طبق علي أفراد المجموعة التجريبية أدي الي تحسن ملحوظ في مستوى أداء المهارة " قيد البحث"حيث ظهرت فروق معنوية لصالح القياس البعدي.

٢– استخدام الأسلوب المتبع (الشرح وأداء النموذج) المطبق علي افراد المجموعة الضابطة أدي الي تحسن في أداء المهارة (قيد البحث) حيث ظهرت فروق معنوية لصالح القياس البعدي.

٣– بمقارنة نتائج المجموعة التجريبية بالمجموعة الضابطة في القياس البعدي تبين وجود فروق ذات دلالة احصائية في تحسن مستوى أداء المهارة (قيد البحث) لصالح المجموعة التجريبية التى استخدامت أسلوب المحطات متدرجة الصعوبةمما يؤكد علي تأثيره الايجابي مقارنة بالأسلوب المتبع .

المقدمة ومشكلة البحث :

تعليم اليوم يكتسب أهمية أكثرمن أى وقت مضى ، نظرا للتطور السريع الذى يشهده العالم فى مجالات الحياة المختلفة ، وما يرافق ذلك من إنجازات تنتج لمحاولات المتعلم الجادة فى الكشف عن الجديد فى العلوم والمعرفة .

وتزايد في العصر الحالي الحاجة إلى تطبيق الفكر العلمي والأساليب الحديثة في تصميم وتنفيذ البرامج التعليمية بما يتناسب مع قدرات المتعلمين وخصائصهم ومقابلة ما بينهم من فروق في القدرات والمستويات تجعل لعملية التعليم والتعلم أكثر فاعلية وإيجابية .

ذا يسعى الخبراء والمتخصصين في ميدان المناهج وطرق التدريس إلى التوصل لإستراتيجيات وطرق وأساليب تساعد المعلم على إدارة الموقف التعليمي بنجاح، حيث لم يعد نجاحه قاصراً على تحقيق المتعلم للأهداف الدراسية التي يعلمها له ولكنه امتد إلى نوعية ما يغرسه فيه ليتحقق لديه سلوكيات واتجاهات وقيم. (٣٣)

فالأسلوب التدريسى الذي يراعي الفروق الفردية بين المتعلمين ويوفرمواقف تعليمية متنوعة هو الأسلوب المناسب لتحقيق الأهداف التربوية التي يسعي اليها المربون . (١٧ :١١٢)

ويعتبر أسلوب المحطات متدرجة الصعوبة من الأساليب الحديثة التى نالت إعجاب الكثير من الخبراء لمراعاته مستويات المتعلمين وقدراتهم المختلفة أثناء أداء المهارات الحركية فهو يساعد على تقسيم المتعلمين فى المجموعة الواحدة إلى فئتين أو أكثر تبعا لمستوياتهم ،كما يتيح تصنيف الأداء وتكوين أفراد متقاربة فى المستوى لأغراض التشخيص والتصنيف للقدرات وترتيبها فى مستويات أمام كل محطة ، بغرض التنافس وتحقيق الإحتياجات البدنية والمهارية ، حيث يعمل على مراعاة الفروق البدنية والمهارية للمتعلمين و يوفرمستويات متدرجة لمستوى الأداء داخل كل محطة لأنه يعطى مرونة فى إنتقاء المحتوى مما ينشط جميع المتعلمين لتأديه المهارات المختلفة . (٤ : ٨)

ويوضح كلًا من "ماجد صريف " (٢٠١٢م) ، "محمود الأطرجى" (٢٠١٢م)أن أسلوب المحطات يحتوي على إجراءات ومهارات ووسائل تجعل العملية التعليمية مترابطة ومنسجمة بين عناصرها ، بالإضافة الي تصميم وتنفيذ المواقف التعليمية بما يتناسب مع قدرات المتعلمين وخصائصهم و الفروق في القدرات والمستويات لجعل عملية التعليم والتعلم أكثر فاعلية وإيجابية فى الأنشطة الرياضية المحتلفة . (١٦ :١١٢) ، (٢٠ :٩٣)

وتشير اديل سعد وأخرون (٢٠١٨) أن رياضة الجمباز من الأنشطة التى تحتاج إلى جهد كبير فى تعلمها واتقانها وذلك لتعدد مهاراتها وصعوبتها واختلاف اجهزتها بالإضافة إلى الخصائص المميزة التى يتطلبها الأداء مثل السيطرة على الجسم وأجزائه المختلفة فى الأوضاع الغير مألوفة وأداء الحركات فى الفراغ وعلى ارتفاعات مختلفة وبسرعات متابينة بجانب السيطرة اللحظية على الأداء الفنى الذى يلعب الدور المثالى فى التقييم .(٣ : ٤)

فالأداء فى الجمباز يتميز بالمستوى الرفيع الذى يتطلب مستوى عالى لصفتى التوافق العضلى العصبى والرشاقة لتغير أوضاع الجسم سواء فى الهواء او على الأجهزة بشكل انسيابى. ويظهرذلك فى حركات الدفع باليدين والرجلين أو فى الحركات المركبة . (٩ : ٨٠ -٨١)

يعتبر جهاز منصة القفزمن الأجهزة الأساسية فى رياضة الجمباز لكل من البنين والبنات ويطلق عليها أيضا حصان القفز نظرا لشبه حجمها بالحصان ويؤدى عليها قفزة لها هدف رئيسي واحد يتحقق من خلال دورة مغلقة من سبعة مراحل (إقتراب – خطوة الإرتقاء - إرتقاء – طيران أول – الدفع باليدين – طيران تانى – هبوط) ٠ (٣٤ : ٧٠)

وهذا ما يوضحه **علي البنا " (٢٠٠٢)** بأن جهاز منصة القفز تعتمد في اداء القفزات عليه بالتبادل بين الشد والارتخاء والانقباض والانبساط والمرور بعدة مراحل فنية ، والتى يعتبر النجاح في اداء كل منها اساس المرحلة التي تليها وفي المهارة ككل ،حيث أنه كلما تميز الأداء الحركي بالانسيابية كما زادت جودة التكوين الديناميكي الزمني للمهارة وهذا يعني جودة المسار الحركي .
(١٣ : ٦٨)

وتعتبر مهارة الشقلبة الأمامية إحدى القفزات التي تؤدى على جهاز منصة القفز وتتميز بدرجه عالية من الصعوبة بالرغم من أدائها في فترة زمنيه وجيزة وذلك لأنها تتطلب من المتعلم التحكم في حركاته وإيجاد العلاقات المختلفة لمكوناتها وقوة التركيز بالحيز المكاني والاتجاه الصحيح بالإضافة إلى التوافق من الناحية العضلية والعصبية .

وتتفق كل من أديل سعد وصباح فاروز وسامية فرغلى (٢٠١٨) أن هذه المهارة من المهارات ذات صعوبة عند أدائها فهى تعتبر من حيث الشكل ومستوى التعقيد مهارة مركبة أما من حيث الوظيفة تدخل

ضمن النشاطات الحسية ومن حيث الحجم تعتبر من المهارات الكبيرة التى يتطلب أدائها تحريك الجسم كله (٢ : ٨٠ - ٨٢) .

ومن خلال عمل الباحثة فى مجال تدريس الجمباز الفنى بكونها تعمل استاذ مساعد بالكلية لاحظت أن هناك عدد من طالبات الفرقة الرابعة متعثرات فى أداء مهارة الشقلبة الأمامية فقامت بدراسة إستطلاعية بالرجوع إلى درجات أعمال السنة والإمتحان التطبيقى للعينة "قيد البحث" والتى تم تقيمهن بواسطة ثلاث محكمين من أساتذة الجمباز الفنى مرفق (٦) ولكونها مهارة متعلمة فى العام السابق كانت النتيجة كالأتى.

جدول (١)

نتائج طالبات الفرقة الثالثة "شعبة تعليم " فى مهارة الشقلبة الأمامية على جهاز منصة القفز للعام الجامعى ٢٠١٨/٢٠١٧

العام الجامعى	عدد الطالبات	عدد الطالبات الحاصلات على تقدير ضعيف ومقبول للمهارة " قيد البحث" فى نصف الفصل الدراسى الأول " أعمال السنة "	عدد الطالبات الحاصلات على تقدير ضعيف و مقبول للمهارة" قيد البحث "فى الأختبار التطبيقى
٢٠١٧ – ٢٠١٨	١٨٦	١٠٠	٧٦

يتضح من الجدول السابق ضعف مستوى الأداء المهارى للمهارة " قيد البحث" لعدد كبير من الطالبات فقامت الباحثة بتوجيه سؤال مفتوح لهن لمعرفة سبب انخفاض مستوى أدائهن لهذه المهارة ، فتبين أنهن يشعرن بالقلق والخوف والتردد أثناء أداء مهارات الجمباز الفنى وخاصة على جهاز منصة القفز مما دعا إلى التفكير فى الأسباب المؤدية لهذا الضعف والتى قد تتمثل فى عدم اتاحة الفرصة لاستيعاب واكتساب القدر المناسب من رؤية المهارة نظرًا لأنها تمر أمامهن مرورًا سريعًا دون أن يعيرهن الاهتمام الكافي لها ولا تترك سوي الانطباعات الباهتة مما يؤدي الي اكتسابهن الأداءً الخاطئً ، الأمر الذي يستدعي تقسيمها الي مراحل فنية ولكل مرحلة خطواتها التعليمية ،

مع مراعاة عامل التشويق والإثارة حتي يتكون لديهن الدافع للأداء بصورة سهلة وسليمة . مما دعا الباحثة للمحاولة فى معالجة هذه المشكلة بأسلوب جديد قد يكون إيجابيا لهن والذى يتمثل فى أسلوب المحطات متدرجة الصعوبةالذى يراعى قدرات وإمكانات المتعلمين .

وهذا ما أكدته دراسة كل من **"عثمان مصطفى"(٢٠٠٢م)(١٠) ، "هشام عبد الحليم "(٢٠٠٤م)(٢٧) ، "أحمد عبد العزيز" (٢٠٠٥م)(١)، شريف إبراهيم(٢٠٠٨م) (٨) ،" فداء الخياط ، حامد بلباس "(٢٠١٠م)(١٤)،هال وآخرون ,.Hall et al" (٢٠٠٠) (٢٨) "مارفن Marvin "(٢٠٠٧م)(٣٢)، "جاريت بيلينو Bulunu & Jarrett (٢٠١٠) (٢٩) واساك Ocak, G (٢٠١٠)(٣٦)** التي أشارت نتائجها الي فاعلية أسلوب المحطات التعليمية في تحقيق الهدف وفي الارتقاء بالمستوي المهاري للمهارات . وانطلاقا مما سبق سوف تقوم الباحثة بمحاولة استخدام هذا أسلوب لدراسة تأثيره على تحسين مستوي الأداء المهاري لمهارة الشقلبة الأمامية علي جهاز منصة القفزللطالبات المتعثرات بالقرقة الرابعة " شعبة تعليم "

هدف البحث :

يهدف هذا البحث إلى : دراسة فعالية إستخدام أسلوب المحطات متدرجة الصعوبةعلى تحسين مستوى أداء مهارة الشقلبة الأمامية على جهاز منصة القفزللطالبات المتعثرات بالفرقة الرابعة " شعبة تعليم " .

فروض البحث :

١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي في مستوى أداء مهارة الشقلبة الأمامية على جهاز منصة القفز للمجموعة التجريبية التى تستخدم اسلوب المحطات متدرجة الصعوبة لصالح القياس البعدي

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي في مستوى أداء مهارة الشقلبة الأمامية على جهاز منصة القفز للمجموعة الضابطة التى تستخدم الأسلوب المتبع " الشرح والعرض وأداء النموذج" لصالح القياس البعدي .

٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القياسات البعدية فى مستوى أداء مهارة الشقلبة الأمامية على جهاز منصة القفز بين كل من المجموعة التجريبية التى تستخدم اسلوب المحطات متدرجة الصعوبة والمجموعة الضابطة التى تستخدم الأسلوب المتبع لصالح المجموعة التجريبية .

مصطلحات البحث :

أسلوب المحطات متدرجة الصعوبة: هو أسلوب تدريسى يتكون من عدة محطات كل محطة ذات مستوى معين لأداء المهارة المتعلمة .(١٠)

إجراءات البحث :

*** منهج البحث :** استخدمت الباحثة المنهج التجريبى بإجراء القياس القبلى ، البعدى لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة .

*** مجالات البحث :**

١- المجال الزماني : تم تطبيق التجربة الأساسية خلال الفترة ما بين ٢٠١٨/١٠/١٣إلى ٢٠١٨/١١/١٥

٢- المجال المكاني : صالة الجمباز الفنى بكلية التربية الرياضية للبنات .

٣- المجال البشري : و يتضمن ما يلي

إختيارعينة العينة :

تم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من طالبات الفرقة الرابعة المتعثرات فى مهارة الشقلبة الأمامية على جهاز منصة القفز من مقرر الجمباز الفنى بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الإسكندرية للعام الجامعى (٢٠١٨/ ٢٠١٩) ، وبلغ عددهن (٧٦) طالبة،من إجمالى (١٨٦) طالبة وقد تم اختيارهن بصفة خاصة نظراً لحصولهن على تقديرضعيف ومقبول فى المهارة " قيد البحث" . وقسمت هذه العينة عشوائيا كالأتى " مجموعة تجريبية وعددها (٣٠) طالبة تستخدم أسلوب المحطات متدرجة الصعوبة لتحسين المهارة " قيد البحث "

والأخرى ضابطة وعددها(٣٠) طالبة وتستخدم الطريقة المتبعة بالمحاضرة ، وعينة استطلاعية بلغ عددها (١٦) طالبة لتقنين الأختبارات "قيد البحث".

أدوات جمع البيانات :

استمارات البحث :

- قامت الباحثة بتصميم استمارة لتسجيل بيانات معدلات النمو لكل طالبة ، حيث تتضمن الاستمارة(اسم الطالبة ، خانه لرصد الدرجة الخاصة بقياس معدلات النمو وتحتوي علي (العمر الزمني بالسنة –الطول – الوزن) .-مرفق (١) .
- قامت الباحثة بإعداد استمارة تسجيل درجات ونتائج الاختبارات الخاصة بالقدرات البدنية لكل طالبة بالرجوع للمراجع العلمية (١٥) ، (١٨) والتى تمثلت فى " القوة الإنفجارية للذراعين – القوة الإنفجارية للرجلين – رشاقة – مرونة العمود الفقرى – التوازن الثابت فى الأوضاع المعكوسة – تحمل قوة للذراعين والكتف – سرعة انتقالية – دقة – توافق بين العين واليد " ، وتضمنت الاستمارة : الاسم ، التاريخ ، المجموعة، رقم الاختبار واسمه ، وخانة لكل اختبار لرصد الدرجة الخاصة للاختبار**مرفق (٢)**
و مرفق (٤). وجدول (٢) وجدول (٣) لحساب صدق وثبات القدرات البدنية للمهارة " قيد البحث **مرفق (١٥)**
- استمارة تسجيل درجات مستوى الأداء المهارى لمهارة الشقلبة الأمامية (قيد البحث) ، وتضمنت الاستمارة المهارة ، المجموعة ، اسم الطالبة ، خانة لرصد درجات كل قياس من القياسات القبلية ، البعدية لكل محكم من المحكمين - **مرفق (٣)** .

- قامت الباحثة بإعداد إستمارة لتقييم مستوى أداء مهارة الشقلبة الأمامية على جهاز منصة القفز " المقررة على الفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية جامعة الإسكندرية وقد إسترشدت الباحثة فى إعدادها لإستمارة التقييم بالمراجع العلمية أديل سعد وآخرون(٢٠١٨)(٢)، ودراسة ، هديل متولى (٢٠٠٩)(٢٦) **مرفق (٧)**

وفيما يلى الخطوات التى اتبعتها الباحثة لإعداد إستمارات التقييم :

- تحديد الهدف من إستمارة التقييم
- تحديد مراحل الأداء للمهارة "قيد البحث -
- تحليل كل مرحلة من المراحل السابقة إلى أجزاء فرعية وتم وضعها فى جدول خاص بطريقة تساعد على عملية الملاحظة والتقييم
- -عرض إستمارات التقييم على الخبراء **مرفق (٥)**
- -التأكد من صدق إستمارة التقييم جدول (٤)
- حساب ثبات إستمارة التقييم جدول (٥)
- والموضوعية جدول(٦) **مرفق (١٥)**
- الصورة النهائية لإستمارة التقييم وأصبحت صالحة للإستخدام **مرفق (٨)**

الاطار العام لتنفيذ أسلوب المحطات متدرجة الصعوبة لتحسين مستوى أداءمهارة الشقلبة الأمامية علي جهاز منصة القفز:

بناء علي الاطلاع علي المراجع العلمية والدراسات السابقة مثل **" ملكة رفاعي، ايمان طه(١٩٩٣) (٢١) عفاف عبد الكريم " (١٩٩٤) (١٢) ، "ناهد سعد ، نيللي فهيم " (١٩٩٨) (٢٤) ، "عثمان مصطفي" (٢٠٠٢)(١٠) ، " أحمد عبد العزيز"(٢٠٠٥) (١) ، عزيزة سالم " (٢٠٠٦) (١١) "محمود رجائي " (٢٠٠٧) (١٩) ، " شريف ابراهيم " (٢٠٠٨) (٨)،" زينب حسن ، رضا يس"(٢٠٠٩) (٧) ، هديل متولى (٢٠٠٩) (٢٦) وهبه حافظ "(٢٠١٠)(٢٥) وتيسير عبد السلام (٢٠١٥) (٥).**

- قامت **الباحثة** باستخدام أسلوب المحطات متدرجة الصعوبة وفقا للخطوات الأتية :

أولا : تحديد الأهداف المراد تحقيقها :

قامت **الباحثة** بتحديد الأهداف المراد تحقيقها من خلال استخدام أسلوب المحطات متدرجة الصعوبة للمجموعة التجريبية حيث تمثلت في : تحسين مستوى أداء مهارة الشقلبة الأمامية علي جهاز منصة القفز للطالبات المتعثرات بالقرقة الرابعة " شعبة تعليم ".

ثانيا: تصميم محتوي المادة التعليمية وفقا لأسلوب المحطات متدرجة الصعوبة" الصورة المبدئية" – مرفق (٩):

بناء علي الاطلاع علي المراجع العلمية والدراسات المرتبطة التي تناولت جهازمنصة القفز ولتصميم محتوى المهارة "قيدالبحث"بإستخدام أسلوب المحطات متدرجة الصعوبةقامت**الباحثة** بالأتى :

١- تحليل محتوي المهارة " قيد البحث " وتحديد الشكل الفني للأداء والخطوات التعليمية لكل مرحلة وذلك في ضوء الأهداف التعليمية والتعرف علي جوانب تعلمها وذلك لتصميم التدريبات التعليمية واختيار الادوات المناسبة لأسلوب المحطات المستخدم .

٢- بناء علي نتائج استطلاع رأي الخبراء في استمارة تحديد أهم التدريبات التعليمية المناسبة ومستوياتها في تحسين أداءكل مرحلة من مراحل الفنية للمهارة " قيد البحث " تم اختيار التدريبات المناسبة ومستوي الأداء التعليمي (صعوبة التدريب) بكل مرحلة.

٣- تم وضع التدريبات التعليمية ومستوياتها المختارة (ضعيف – متوسط) بكل مرحلة وفقا لأراء الخبراء في كل محطة من محطات مراحل أداءالمهارة وبذلك تحتوي كل محطة علي مستويين ، تتمثل في مستوي (أ) ويعبر عن مستوي الاداء التعليمي لتدريبات الطالبات

(ضعيفة الأداء) ، ومستوي (ب) ويعبر عن مستوي الاداء التعليمي لتدريبات الطالبات (متوسطة الأداء) ، مع مراعاة أنه تم اضافة (١) واحد تدريب لكل مستوي من المستويين في كل مرحلة من مراحل تحسين أداءالمهارة " قيد البحث" وذلك بهدف إتقانها وتثبيتها قبل الانتقال الى المحطة الأخرى ، وكذلك وفقاً للشروط الخاصة بالمستويات داخلها وفقاً لما جاء بالمراجع (سابقة الذكر) ، كما تم وضع وصف العمل بمستويات المحطات والهدف العام والهدف السلوكي من كل تدريب تعليمي وطريقة الأداء والخطوات التعليمية المتعلقة بكل مرحلة من مراحل المهارة والشكل التوضيحي للأداء المطلوب والأدوات المستخدمة والتعليمات الخاصة.

وبعد تصميم أوراق العمل لأسلوب المحطات " قيد البحث " تم عرض محتواه علي الخبراء وأفادوا بمناسبتة للمهارة " قيد البحث " وفقا لأسلوب المحطات متدرجة الصعوبة و للتدريس لعينة البحث

ثالثا : تصميم المحطات متدرجة المستويات– مرفق (١٠) :

- قامت **الباحثة** بتصميم المحطات متدرجة الصعوبةوفقا لما أشار اليه **المراجع والدراسات المرتبطة سابقة الذكر** حيث أشاروا الي أن الخبرات الميدانية أثبتت أن أنسب زمن يستغرقه التمرين في دوائر المحطات يتراوح من(٤ – ٦) دقائق ، وفترة راحة بين المحطات(٣٠) ثلاثون ثانية حتي (٢) دقيقتين وبما يتناسب مع زمن الجزء الرئيسي بالدرس وطبيعة المهارة
- كما رعى عند تصميم أوراق بيان العمل لأسلوب المحطات وضع وصف العمل بكل مستوى مع مراعاة أن لكل مستوى أوراق العمل الخاصة به وتختلف عن المستوى الآخر في نفس المحطة .
- لذا حددت **الباحثة** زمن الاداء بكل محطة وبما يتناسب مع زمن الجزء الرئيسي بالدرس وطبيعة المهارة بما يعادل (٦) ستة دقائق ، و (٦٠) ستون ثانية للتبديل الايجابي بين المحطات ويكون دور الباحثة إصدار التعليمات عن كيفية سير العمل وتصحيح الأخطاء وتوجيه الطالبات .
- بناءاً علي المراحل الفنية للمهارة ووفقا لأراء الخبراء تم تصميم (١٠) عشرة محطات تتمثل في (٧) سبعة محطات لكل مرحلة من مراحل أداءالمهارة " الأقتراب – خطوة الإرتقاء – الإرتقاء – الطيران الأول – الدفع باليدين – الطيران الثانى – الهبوط "، بالاضافة الي تصميم محطة لربط مراحل المهارة ككل من الاقتراب الى الهبوط ومحطتين أخيرتين لأداء المهارة كاملة.
- لتحديد متوسط عدد التكرارات المناسبة لأداء المراحل التعليمية لمهارة الشقلبة الأمامية علي جهاز منصة القفزداخل كل محطة ، وحتي يتسني للباحثة وضع المستويات المتباينة للمحطات التي سوف تستخدمها طالبات المجموعة التجريبية وعددهن (٣٠) ثلاثون طالبة والتي تم تقسيمها بناء علي القياس القبلي الي فئتين (ضعيفة الأداء – متوسطة الأداء) قوام كل منها (١٥) خمسة عشر طالبة ، وذلك بأخذ مجموع تكرار الطالبات لأداء مستويات مراحل مهارة الشقلبة الأمامية في الزمن المحدد للمحطة الواحدة وهو (٦) ستة دقائق ، ثم جمع التكرارات لطالبات كل فئة ثم قسمة عدد هذه التكرارات على عدد الطالبات وبذلك حصلت الباحثة على متوسط تكرارات الأداء لمستويات مراحل المهارة (قيد البحث) .
- تم وضع المتوسط في المحطة الثانية حيث تم تصميم محطة بمستويين أقل من هذا المتوسط ومحطتين بمستويات أعلى من هذا المتوسط وذلك بدرجات صعوبة تشمل عدد التكرارات والأدوات والأجهزة وذلك لمراعاة الفروق الفردية أثناء تقدم فئتى المجموعة أثناء الأداء.
- تم تقدير الأداء المطلوب وتكراراته ودرجات صعوبته بأداء الفئتين بعد اندماجهما معا وبناءها بدرجات صعوبة أعلي من درجات صعوبة الفئتين أثناء تعلمهما علي المحطات ومستوياتها والزمن المحدد للمحطة من (٦) دقائق الي (١٠) دقائق .
- تم اعداد بطاقة تقييم خاصة بكل محطة وبكل مستوي داخل كل محطة بهدف لمعرفة تقدير كل طالبة في كل تدريب تعليمي داخل المستوي المحدد لها داخل المحطة وفقا لدرجاتها في القياس القبلي ، وتوزع هذه البطاقة علي كل طالبة بعد انجاز المستوي المحدد لها علي أن تقوم كل طالبة بوضع علامة (√) أمام كل تدريب قامت بأداؤه ويشمل التقييم مستوي (ممتاز- جيد- ضعيف) **مرفق (١١)** وذلك لمساعدة الباحثة في تحديد مدي انجاز الطالبة في كل مستوي وارشادها إما

بالانتقال الي المستوي الأعلي أو تقديم مساعدات فردية بتوجيها الي الاتجاه أو المسار الصحيح للأداء .

- قامت الباحثة باعداد نموذج مصور للأداء المثالي لمهارة الشقلبة الأمامية (قيد البحث) للعرض على شاشة العرض بصالة الجمباز بالكلية وذلك بواسطة احدي الطالبات المتميزات بالفرقة الرابعة في أداء المهارة حيث تم تصويرها لكوادر مختلفة الاتجاهات ثم فصل هذه الكوادر لكل مرحلة من مراحل أداء المهارة (قيد البحث) كلا علي حده ، وتصويرها أيضا كوحدة مترابطة وفقا لتسلسل مراحل أداءالمهارة وذلك لتشجيع الطالبات والأقتداء بالنموذج المعروض أمامهن وزيادة توضيح المهارة بشكل أفضل .

رابعا : كيفية تنفيذ أسلوب المحطات متدرجة الصعوبة:
قامت الباحثة باتباع الآتى

- بتقسيم أفراد عينة البحث الي مجموعتين متساويتين ومتكافئتين بناءا علي درجاتهم في القياس القبلي في القدرات البدنية والمهارية وهما المجموعة التجريبية والأخري الضابطة قوام كلا منها (٣٠) ثلاثون طالبة .
- تقسيم أفراد المجموعة التجريبية وعددها (٣٠) ثلاثون طالبة والتي سوف تستخدم أسلوب المحطات متدرجة الصعوبة(قيد البحث) الي فئتين متقاربة في القدرات طبقا للقياسات الأولية ، وتم تسمية الفئة الأولي (الفئة ضعيفة الأداء) ، وتسمية الفئة الثانية (الفئة متوسطة الأداء)، وقوام كل منها (١٥) خمسة عشر طالبة ، .
- قامت الباحثة بمراجعة طريقة الأداء للمهارة المتعلمة للطالبات .
- توزع الطالبات علي المستويات داخل المحطة وذلك بناءا علي درجاتهم ، و تقسيمهم الي مستويين بكل محطة والاثنان معا داخل المحطة الواحدة وهما المستوي (أ) ويعبر عن المستوي الخاص بطالبات الفئة ضعيفة الأداء ، والمستوي (ب) ويعبر عن المستوي الخاص بطالبات الفئة متوسطة الأداء ، و تعيين رؤساء المجموعات .
- قامت الباحثة بعرض الأعمال بكل مستوي داخل كل محطة أمام جميع الطالبات قبل التنفيذ.
- توجيه طالبات كل مستوي الي أماكنهم المحددة داخل المحطة وعلي الطالبات أن يمتثلوا للتعليمات الأتية :

أ- يجب التزام الطالبات بتعليمات الباحثة وقائد المجموعة .
ب- الالتزام بالنظام في العمل داخل المجموعة وأداؤه كما هو مطلوب بورقة بيان الأعمال المسلمه اليهم والمعلقة امامهم .
ت- عدم القيام بأي مهارة غير مسموح بها ومراعاة عوامل الامن والسلامة .
ج- ملاحظة الباحثة لتنفيذ هذه التعليمات خلال الاشراف علي الممارسة التطبيقية ومتابعتها وتقويمها من وقت لأخر.

١- في بداية تنفيذ الأداء بأسلوب المحطات المتباينة المستويات يتم البدء بكيفية أداء كل مرحلة حسب النموذج المؤدي من الباحثة بالاضافة الي النموذج المعروض أمام الطالبات علي شاشة العرض بصالة تدريب الجمباز وذلك لتوضيح شكل الأداء المطلوب بمستويات المحطات ، ثم اداء نموذج لشكل الاداء المطلوب داخل كل مستوي بكل محطة
علي أن تمر كل طالبة فيما بعد علي المستويات المختلفة داخل المحطات طبقا لما هو مطلوب بورقة بيان الاعمال ، وذلك قبل الانخراط في تنفيذ الأعمال بالمستويات مما يتيح للباحثة اعطاء التعليمات لرؤساء المجموعات والطالبات في وقت واحد.

- تبدأ طالبات الفئتين في تنفيذ المهارة قيد البحث بالأسلوب التعليمى المستخدم وهى كالأتى

أ- (فئة ضعيفة الأداء ومتوسطة الأداء ويبدأ هذا التقسيم من المحطة الأولى (تحسين أداءالأقتراب) والمحطة الثانية (تحسين أداء خطوة الإرتقاء) ، والمحطة الثالثة (تحسين أداءالارتقاء) ، والمحطة الرابعة (تحسين أداءالطيران الأول) .

ب- تبدأ كل فئة بالعمل كلا في مستواها الخاص حيث تقوم كل طالبة بقراءة أوراق بيان العمل وتنفيذ ما هو مطلوب في كل مستوى خاص بها داخل كل محطة ، ويتم التبديل بينها ، ويتم ذلك في درسين أو أكثر .

ج- وبداية من المحطة الخامسة (تحسين أداءالدفع باليدين) والمحطة السادسة (تحسين الطيران الثانى) يتم عملية الدمج بين الفئة الضعيفة والفئة المتوسطة معا لتقريب المستويات بين الفئات ، ويستمر هذا الدمج بين الفئتين حتي الوصول الي المحطة السابعة (تحسين أداءالهبوط) ،وتؤدي كل فئة الأعمال الخاصة بها وفقا لورقة بيان الأعمال داخل مستواها ولكن تؤدي بتكرارات أعلي وأجهزة أصعب ، ويتم تبديل المجموعات بين المحطات وذلك لتنمية الذاتية لديهم وممارسة رؤساء المجموعة لمسؤلياتهم مع مراعاة تبديلهم مع زملائهم حتي يتسني للجميع ممارسة القيادة والتبعية.

د- بوصول الطالبات الي المحطة الثامنة والتاسعة والعاشرة (تحسين أداءالمهارة كاملة) يكونوا قد أدوا ما سبق من مراحل تحسين أداءالمهارة بشكل متقن وذلك نظرًا لوجود تدريب في نهاية كل مستوى داخل كل محطة للإتقان والتثبيت بناء على آراء الخبراء ووفقًا لشروط المستويات ، ومن هنا يدخل جميع طالبات المجموعة التجريبية كمجموعة واحدة بدون تقسيم وذلك لأداء المهارة كاملة في الثلاث محطات الأخيرة بتكرارات أعلي كمحاولة للوصول الي الأداء جيد .

ه- يتم تبديل المجموعات حسب الزمن المحدد طبقا لتعليمات الباحثة مع تحديد فترات الراحة الأيجابية أثناء التبديل بين المحطة والأخري ، بحيث تسمح باستخدام التعليمات التربوية وتوصيل المعلومات للجماعة أو لكل طالبة وقدرها (٦٠) ستون ثانية .

و- التوقف عن تأدية المهارة يحدث فقط عند التبديل من محطة لأخري .

ز- يتم مراعاة مستوي الأداء في المحطة السابقة والمحطة اللاحقة حسب المستوي المحدد .

خامسا : تحديد الأنشطة التعليمية لكل من الباحثة والمتعلمة:

تم تحديد الأنشطة التعليمية وفقاً لما يلي:

١- أنشطة تقوم بها (الباحثة):

أ- قبل البدء في استخدام اسلوب المحطات متدرجة الصعوبة:

- تجهيز بيئة العمل وتحديد مكان كل مستوي داخل صالة الجمباز .
- تثبيت اللوحات التعليمية علي الحائط امام كل مستوي بكل محطة .
- العمل على توضيح طريقة العمل وفقا للأسلوب المستخدم وشرح كيفية الاداء داخل كل مستوي بكل محطة .
- القيام بعرض النموذج المثالي للأداء المهاري علي جهاز شاشة العرض بصالة الجمباز.

ب- **أثناء التدريس باستخدام اسلوب المحطات متدرجة الصعوبة:**

القيام بملاحظة الطالبات وتوجيههم الي المسار الصحيح للأداء .

- العمل على تصحيح الأخطاء أثناء الأداء مع متابعة تقدمهم والعمل على توضيح الأسئلة التي تطرح من الطالبات خلال الأداءباستخدام اسلوب المحطات والعمل داخل كل مستوي بكل محطة .
- وتحديد زمن المحطة وفترات الراحة .
- الاطلاع علي بطاقات التقييم بعد انجاز الطالبات للمستوي المحدد لهن .
- تقديم المساعدات الفردية للطالبات التي تحتاج الي المزيد من التوضيح والمساعدة .

ج - بعد الانتهاء من التدريس باسلوب المحطات متباينة المستويات:

- متابعة قيام الطالبات بالأداء المطلوب بناء على ما هو مكلف في اوراق بيان العمل لكل محطة من محطات أداء المهارة (قيد البحث) .

٢- **انشطة تقوم بها المتعلمة (الطالبة):**

وتتمثل في:

- مشاهدة النموذج الحركي المعروض علي شاشة العرض امام كل محطة والاقتداء به .
- قراءة ورقة العمل التي توضح كيفية الأداء بكل مستوي الخاص بها وفقًا لفئتها داخل المحطة ،الانتقال بين المستويات داخل كل محطة وفقا لتعليمات المعلمة .
- تنفيذ مراحل أداء المهارة بالشكل المطلوب لها داخل كل مستوي من كل محطة على أن تمر جميع الطالبات بالمستويات المحددة لها وفقًا لفئتها (ضعيفة – متوسطة) .
- تنفيذ تعليمات المعلمة والتعليمات الموجودة بأوراق بيان العمل .
- الالتزام بتعليمات قائدة المجموعة .
- المرور علي كل المحطات المصممة لتحسين أداءالمهارة للخروج بالشكل الجيد للأداء
- (الاتقان والتثبيت) في اخر محطة .
- وضع التقييم الخاص بأداءها لكل تدريب بكل مستوي داخل كل محطة من خلال بطاقة التقييم .

سادسا : الأجهزة والأدوات المستخدمة في التطبيق :

١- كاميرا تصوير فيديو.
٢- كاميرا تصوير فوتوغرافية
٣- اوراق العمل الخاصة بالمحطات .
٤-بطاقات التقييم .
٥ - جهاز حصان قفز .
٦- سلم قفز .
٧ - مراتب..

سابعا : الدراسة الاستطلاعية :

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الإستطلاعية بهدف إيجاد المعاملات العلمية للإختبارات " قيد البحث" لحساب الصدق لإختبارات" القدرات البدنية " قيد البحث " واستمارة التقييم المعدة من قبل الباحثة والثبات بإعادة تطبيقها على عينة قوامها (١٦) ستة عشر طالبة من مجتمع البحث وخارج عينة البحث في الفترة من ٢٩ /٢٠١٨/٩ حتى٤/ ٢٠١٨/١٠ .

أسفرت نتائجها عن :

- التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث .
- الاختبارات المستخدمة في البحث علي درجة عالية من الصدق والثبات .
- معرفة مدي مناسبة المحطات التعليمية المقترحة لمستوي الطالبات .
- معرفة مناسبة التدريبات لكل مستوي بكل محطة .
- التعرف على مناسبة الزمن المحدد للعمل بكل مستوي لتحسين أداءالمهارة (قيد البحث).
- مناسبة عدد التكرارات لتدريبات مستويات المحطات .
- صلاحية المحطات المصممة لتحسين أداءمهارة الشقلبة الأمامية (قيد البحث) للتنفيذ .
- الزمن المحدد لكل محطة من (٦) دقائق الى (١٠) دقائق ، و (٦٠) ثانية فترة راحة إيجابية أثناء التبديل بين كل محطة وأخرى .

- **تكافؤ مجموعتى البحث :**

تم التأكد من التكافؤ بين المجموعتين "التجريبية والضابطة " فى كل من المتغيرات الأساسية والقدرات البدنية المرتبطة بالمهارة " قيد البحث جدول (٧) وجدول (٨) وجدول (٩) **مرفق (١٥)** وهذا التكافؤ يتيح للباحثة الفرصة دراسة تأثير المتغيرات التجريبية المقترحة و الظروف والعوامل المتشابهة توفر مناخا مناسبا لكل أفراد عينة البحث ، وبالتالى يمكن أن تتحقق الباحثة من الفروض الموضوعة والمرتبطة بالمتغير التجريبى .

التجربة الأساسية :

أولا - القياس القبلى : تم إجراء القياسات القبلية لمتغيرات البحث خلال الفترة من ٧/ ١٠/ ٢٠١٨ حتى١١/١٠ / ٢٠١٨على النحو التالى :

- " المتغيرات الوصفية السن- الطول – الوزن " ,القدرات البدنية للمهارات "قيد البحث"
- -تقييم مستوى الأداء المهارى للمهارة "قيد البحث" عن طريق ثلاث خبراء من أساتذة الجمباز الفنى **مرفق(٦)**

ثانيا – تطبيق التجر بة :

تم تطبيق اسلوب المحطات متدرجة الصعوبةبعد إنتهاء اليوم الدراسى بالكلية للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة التى تستخدم الأسلوب المتبع ذلك لسهولة تجميع الطالبات"عينة البحث من الأقسام المختلفة ،إبتدأ من يوم١٣/ ١٠/ ٢٠١٨حتى ١٥ /١١/ ٢٠١٨

على مدى(٥) خمسة أسابيع بواقع درسان أسبوعيا **مرفق (١٠)** للمجموعة التجريبية وتطبيق الأسلوب المتبع للمجموعة الضابطة **مرفق (١٢) ومرفق (١٣)**

- **التقسيم الزمنى للبرنامج :**

تم تحديد مدة تطبيق البرنامج ٥ أسابيع بواقع ٢ درس أسبوعيا زمن الدرس ٤٥ دقيقة **مرفق (١٤)**

ثالثا - القياس البعدى :

- تم إجراء القياس البعدى لمجموعتى البحث خلال الفترة ٢٠١٨/١١/١٧ حتى ٢٠١٨/١١/٢٢
- تقييم مستوى الأداء المهارى للمهارات "قيد البحث" عن طريق ثلاث خبراء من أساتذة الجمباز الفنى . مرفق (٦)

المعالجات الإحصائية

استعانت الباحثة بالبرنامج الإحصائي SPSS الإصدار ٢٣ لإجراء التحليل الإحصائي واستخدمت المعالجات الإحصائية التالية

لاستخراج المعالجات الإحصائية التالية للتحقق من فروض البحث

١- المتوسط الحسابي والانحراف المعياري
٢- اختبار مان ويتني اللابارامتري للمقرنة بين مجموعتين مستقلتين
٣- معامل ارتباط سبيرمان
٤- معامل ألفا كرونباخ للثبات
٥- اختبار ت للمقارنة بين قياسين متتاليين Paired T test
٦- اختبار ت للمقارنة بين مجموعتين مستقلتين Independent T test
٧- حجم الأثر d لكوهين ويحسب كالآتي $d_z = \frac{t}{\sqrt{n}}$ في حالة قياسين متكررين، في حالة
٨- $d_s = t\sqrt{\frac{1}{n_1}+\frac{1}{n_2}}$ مجموعتين مستقلتين (٣١: ٣)

ويفسر حجم الاثر كالآتي : صغير ٠.٢ إلى أقل من ٠.٥، متوسط ٠.٥ إلى أقل من ٠.٨، كبير ٠.٨ فأكبر (٣١: ٤)

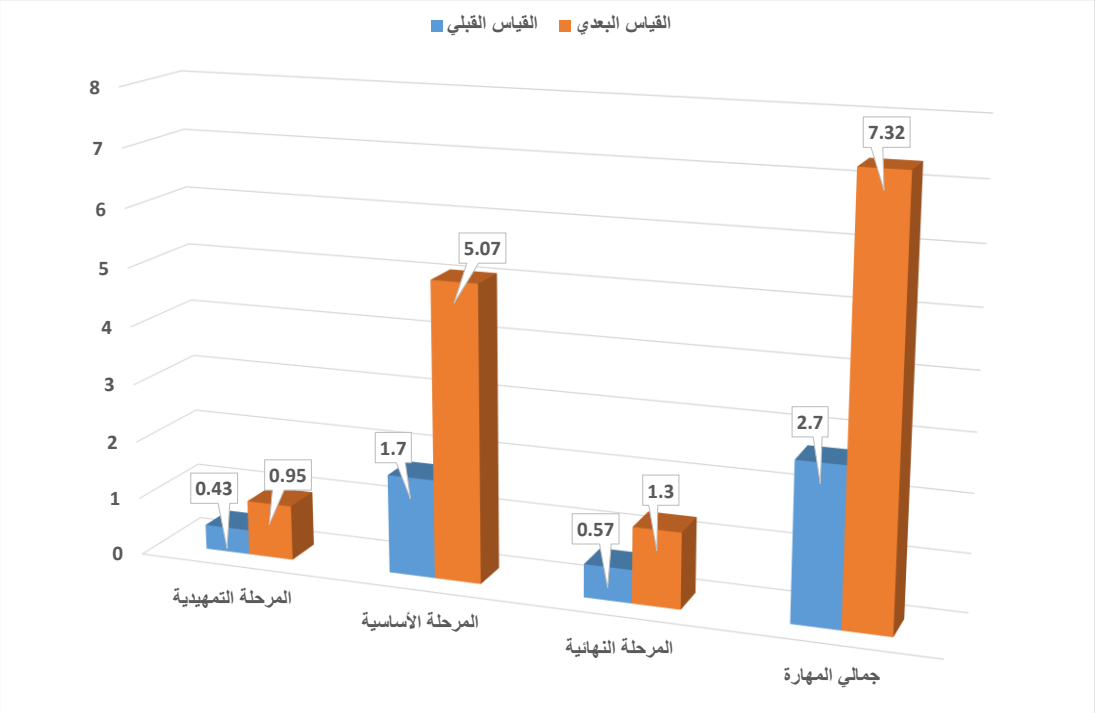
عرض ومناقشة النتائج :

أولا عرض النتائج :

جدول (١١)
دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي في مستوى الأداء المهاري لمهارة الشقلبة الأمامية على اليدين على جهاز منصة القفز للمجموعة التجريبية (ن =٣٠)

المرحلة	وحدة القياس	الدرجة النهائية	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة ت	حجم الأثر d لكوهين
			متوسط	انحراف معياري	متوسط	انحراف معياري		
التمهيدية "الإقتراب –خطوةارتقاء	درجة	١	٠.٤٣	٠.٥٠٤	٠.٩٥	٠.١٥٣	٥.٨٦٩	*١.٠٤٢
الأساسية" الإرتقاء –الطيران الأول – الـــدفع باليـــدين – الطيران الثانى	درجة	٧	١.٧٠	١.٠٨٨	٥.٠٧	١.٢٨٥	١١.٩٥٧	*٢.١٨٣
النهائية "الهبوط"	درجة	٢	٠.٥٧	٠.٥٠٤	١.٣٠	٠.٥٦٦	٦.٠٣٠	*١.١٠١
إجمالي	درجة	١٠	٢.٧٠	١.٣٢	٧.٣٢	١.٥٤٠	١٣.٠٨٢	*٢.٣٨٨

ت الجدولية عند ٠.٠٥ = ٢.٠٤٥ حجم الأثر: صغير ٠.٢ إلى أقل من ٠.٥، متوسط ٠.٥ إلى أقل من ٠.٨، كبير ٠.٨ فأكبر (٣١:٤)



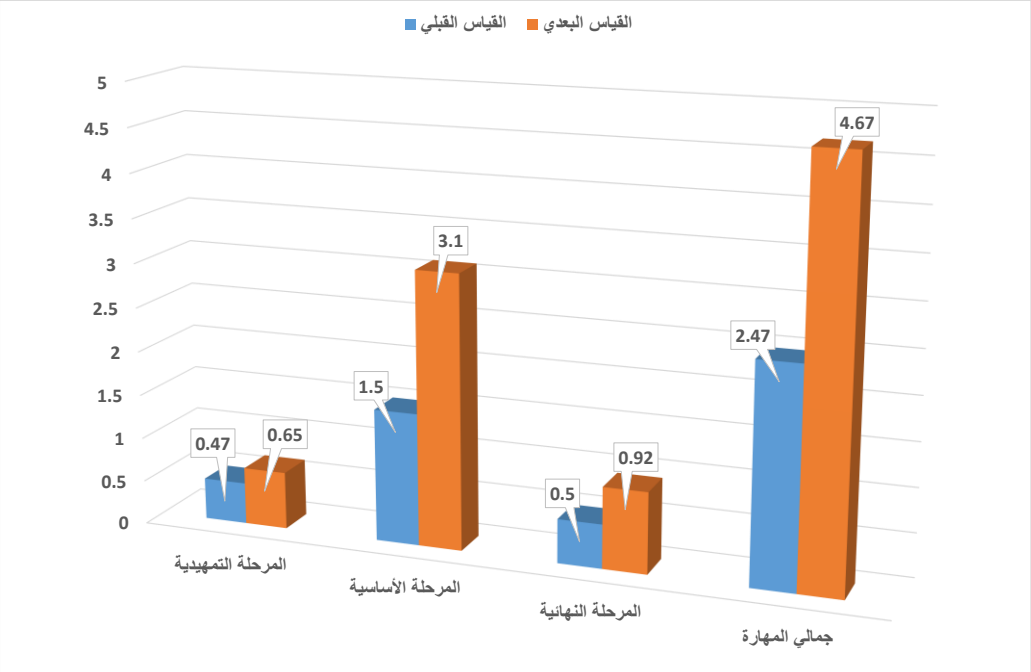
شكل (١)
متوسطات القياس القبلي والبعدي في مستوى الأداء المهاري لمهارة الشقلبة الأمامية على اليدين
على جهاز منصة القفز القفزللمجموعة التجريبية

يتضح من جدول (١١) وشكل (١)أن الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية لجميع مراحل وإجمالي المهارة دالة إحصائيًا في اتجاه القياس البعدي، كما أن حجم الأثر عالي في جميع المراحل مما يشير إلى الأثر الإيجابي لاستخدام المحطات متدرجة الصعوبةفي تحسين مستوى أداء المهارة "قيد البحث"

جدول (١٢)
دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي في مستوى الأداء المهاري لمهارة الشقلبة الأمامية على اليدين على جهاز منصة القفز القفزللمجموعة الضابطة (ن =٣٠)

المرحلة	وحدة القياس	الدرجة النهائية	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة ت	حجم الأثر d لكوهين
			متوسط	انحراف معياري	متوسط	انحراف معياري		
التمهيدية "الأقتراب -خطوةالإرتقاء	درجة	١	٠.٤٧	٠.٥٠٧	٠.٦٥	٠.٤٣٨	٣.٠٠٣	٠.٥٤٨
الأساسية "ارتقاء –طيران اول-دفع باليدين – طيران ثاني "	درجة	٧	١.٥٠	١.٠٤٢	٣.١٠	١.٣٩٨	٤.٩٤٢	٠.٩٠٢
النهائية " هبوط "	درجة	٢	٠.٥٠	٠.٥٠٩	٠.٩٢	٠.٥١٠	٣.٩٧٩	٠.٧٣٦
إجمالي	درجة	١٠	٢.٤٧	١.٠١	٤.٦٧	١.٥٢٨	٦.٠٠٤	١.٠٩٦

ت الجدولية عند ٠.٠٥ = ٢.٠٤٥ حجم الأثر: صغير ٠.٢ إلى أقل من ٠.٥، متوسط ٠.٥ إلى أقل من ٠.٨، كبير ٠.٨فأكبر (٤:٣١)



شكل (٢)
متوسطات القياس القبلي والبعدي في مستوى الأداء المهاري لمهارة الشقلبة الأمامية على اليدين على جهاز منصة القفز للمجموعة الضابطة

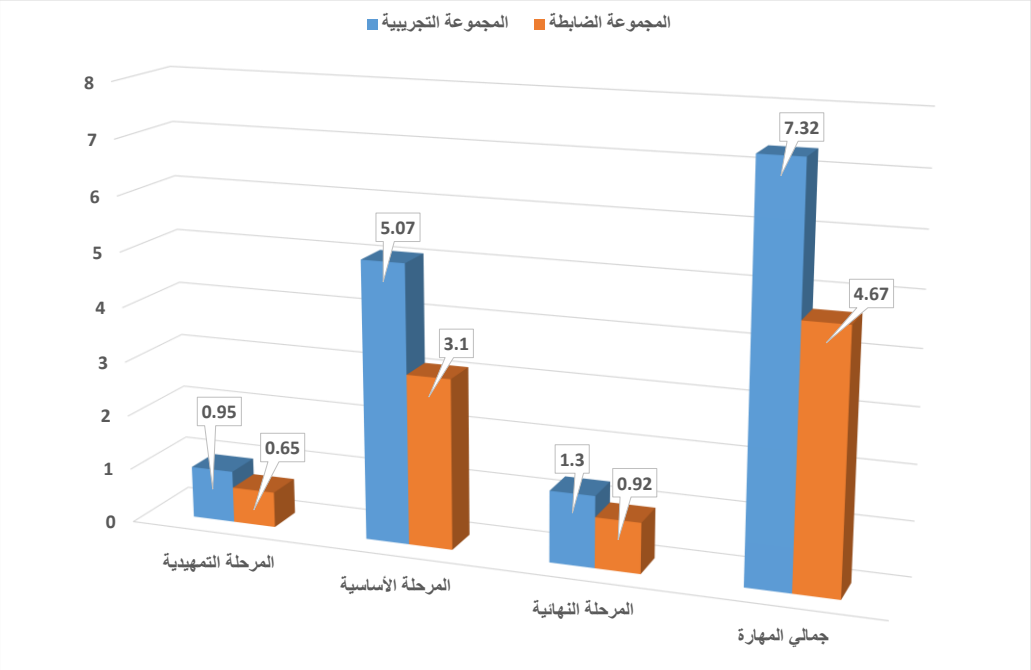
يتضح من جدول (١٢) وشكل (٢) أن الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة لجميع مراحل وإجمالي المهارة دالة إحصائيًا في اتجاه القياس البعدي، كما أن حجم الأثر تراوح بين المتوسط والعالي في جميع المراحل وهو في جميع الحالات أقل من حجم الأثر المماثل للمجموعة التجريبية، مما يؤكد أن الأثر الإيجابي لاستخدام الطريقة التقليدية أقل من الأثر الإيجابي المحطات متدرجة الصعوبةفي تحسين مستوى أداءالمهارة " قيدالبحث"

جدول (١٣)
دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى الأداء المهاري لمهارة الشقلبة الأمامية على اليدين على جهاز منصة القفز بعد التجربة (ن١=ن٢=٣٠)

المرحلة	وحدة القياس	الدرجة النهائية	التجريبية		الضابطة		قيمة ت	حجم الأثر d لكوهين
			متوسط	انحراف معياري	متوسط	انحراف معياري		
التمهيدية الإقتراب -خطوةالإرتقاء	درجة	١	٠.٩٥	٠.١٥٣	٠.٦٥	٠.٤٣٨	٣.٥٢٩	٠.٦٤٤
الأساسية الإرتقاء-طيران أول – الدفع – طيران تاني	درجة	٧	٥.٠٧	١.٢٨٥	٣.١٠	١.٣٩٨	٥.٦٧٣	١.٠٣٦
النهائية " هبوط "	درجة	٢	١.٣٠	٠.٥٦٦	٠.٩٢	٠.٥١٠	٢.٧٥٥	٠.٥٠٣
إجمالي	درجة	١٠	٧.٣٢	١.٥٤٠	٤.٦٧	١.٥٢٨	٦.٦٩٢	١.٢٢٢

ت الجدولية عند ٠.٠٥ = ٢.٠٠٢ حجم الأثر: صغير ٠.٢ إلى أقل من ٠.٥، متوسط ٠.٥ إلى أقل من ٠.٨، كبير ٠.٨ فأكبر

(٤:٣١)



شكل (٣)
متوسطات القياس البعدي في مستوى الأداء المهاري لمهارة الشقلبة الأمامية على اليدين
على جهاز منصة القفزللمجموعتين التجريبية والضابطة

يتضح من جدول (١٣) وشكل (٣) أن الفروق بين القياس البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة لجميع مراحل وإجمالي المهارة دالة إحصائيًا في اتجاه المجموعة التجريبية، كما أن حجم الأثر تراوح بين المتوسط والعالي في جميع المراحل مما يؤكد الأثر الإيجابي لاستخدام المحطات متدرجة الصعوبةفي تحسين مستوى أداء المهارة قيد البحث.

ثانيا مناقشة النتائج :

مناقشة الفرض الأول و الذى ينص على " – توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في مستوى أداء مهارة الشقلبة الأمامية على جهاز منصة القفزللمجموعة التجريبية التى تستخدم اسلوب المحطات متدرجة الصعوبة لصالح القياس البعدي

حيث يوضح جدول (١١) وشكل (١) إلى التأثير الإيجابى لاستخدام أسلوب المحطات متدرجة الصعوبة فى تحسن مستوى أداء المهارة قيد البحث" ، مرفق (١٠) وتعزو الباحثة الفرق فى مستوى الأداء المهارى لها لمدى أهمية وفاعلية وإيجابية استخدام أسلوب المحطات متدرجة الصعوبة،، حيث كان بمثابة إعداداً عملياً للطالبات فقد ساعد على تنمية الكثير من القدرات البدنية مرفق (٤) لديهم بالإضافة إلى تقسيم المهارة إلى خطوات صغيرة فى ضوء التسلسل المنطقى لها بطريقة منظمة ومتتابعة مما ساعدهم على تكوين صورة واضحة للمهارة ، كما أن استخدام اللوحات التى توضح وصف العمل والتدريبات الخاصة بمستويات كل محطة أدى إلى استثارة الاداء الجيد للطالبات من خلال ملاحظة واسترجاع النقاط الفنية الصحيحة للأداء مما ساعد على تثبيت المعارف والمعلومات الخاصة بمراحل المهارة ، فقد اتاح هذا الأسلوب الفرصة لإعطاء التعليمات والملاحظات أثناء فترات الراحة الإيجابية ، و إزالة الشعور بالملل عند الأداء فى ظل الأسلوب المتبع ، كما يزيد من تجاوب الطالبات نتيجة لمراعاته الفروق الفردية بينهم ، حيث احتوى على مجموعة من المحطات كل محطة ذات مستويين مختلفين لتحسن أداءالمهارة " قيد البحث " بالاضافة الي إحتواء كل مستوى على تدريب خاص بالإتقان والتثبيت في نهايته داخل المحطة ، والتقارب بين المستويات (المستوى ضعيف الاداء ، والمستوى متوسط الاداء) ، وهذا يحدث في مرحلة الدمج بين المستويات لإتقان وتثبيت المهارة داخل المحطة ، وفى مرحلة الدمج والتقارب بين المستويات معًا ليقمن بأداء نفس التدريبات دون تفرقة بينهم ، نظرًا لوصولهن في المحطات السابقة الي مرحلة الأداء الجيد في المهارة وذلك في المستوي الذي تم تقسيمهم فيه من قبل ، وعند وصولهم لمحطة الدمج يحدث التقارب بين المستويات وهذا بهدف الاتقان والتثبيت . ويتفق ذلك مع ما أشارت إلية **"عفاف عبدالكريم" (١٩٩٤) (١٢)** أن فترات الراحة فى الأداء بأسلوب المحطات متدرجة الصعوبة تسمح بتوصيل المعلومات لكل طالب أو للمجموعة ككل ، وهذا انعكس إيجابياً على تحسين مستوى الاداء المهارى لأفراد المجموعة التجريبية . وهذا ما يوضحه دراسة كلا من ، **"عثمان مصطفى" (٢٠٠٢)(١٠) ، "هشام عبدالحليم" (٢٠٠٤) (٢٧) ، "ناصر مصطفى ، عثمان مصطفى" (٢٠٠٥)(٢٣)، " أحمد عبدالعزيز" (٢٠٠٥) (١) ، "محمود رجائى" (٢٠٠٧) (١٩) ، " شريف ابراهيم" (٢٠٠٨) (٨).**

حيث أكدت نتائجها أن لأسلوب المحطات متدرجة الصعوبة له تأثير كبيرفى زيادة الدافعية لتحسن مستوى الأداء المهارى للمهارة" قيد البحث". أحدث تقدماً لأفراد المجموعة التجريبية فى المستوى المهارى حيث تضمن هذا الأسلوب فى تصميمه أداء المهارة فى مستويين بكل محطة وكل مستوى يختلف عن الأخر، وله تدريبات تختلف عن الأخر، بالإضافة الي التدريب المضاف في نهاية كل مستوى للإتقان والتثبيت ، ويمر الطالبات بجميع المستويات المخصصة لها بكل محطة تحت اشراف **الباحثة** ويكون دورها الموجة والمرشد الرئيسى للعمل بمستويات المحطات وإعطاء التعليمات اللازمة لكل مستوى داخل كل محطة حسب احتياجاتها وذلك فى ظل وجود أهداف لكل محطة لابد من تحقيقها ، والطالبات يكتسبون كيفية الأداء الجيد للمهارة بأنفسهن دون التركيز على عامل السرعة فى الأداء وبتوجية قليل من المعلمة ، مما كان له أثرا ايجابيا في سرعة تحسين الأداء والاتقان بين المحطات بمستوياتها بشكل جيد ومنظم وفعال ، فهوساعد طالبات الفئة ضعيفة الأداء والفئة متوسطة الأداء فى تعلمهن الإعتماد على انفسهن مما ساعد الباحثة على إعطاء التعليمات اللازمة لأداء العمل لوجود ورقة بيان الأعمال والتدريبات الخاصة بكل مستوى من مستويات المحطات والمعلقة على لوحات كبيرة أمام كل محطة وموضح بها وصف العمل والتدريبات الخاصة بكل مستوى والأهداف السلوكية المراد تحقيقها والرسم التوضيحى للأداء وإستخدام اللوحات التعليمية أمام كل منها والمدون بها الخطوات والهدف والتعليمات الخاصة بكل محطة والتى كانت بمثابة محك أو معيار ساعد المتعلمات على تحدى وتقييم أنفسهن ومعرفة قوة أداءهن مما أدى إلى حدوث تقدم فى المهارة" قيد البحث" .

وبذلك يتحقق الفرض الأول

مناقشة الفرض الثانى الذى ينص على " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي في مستوى أداء مهارة الشقلبة الأمامية على جهاز منصة القفز للمجموعة الضابطة التى تستخدم الأسلوب المتبع لصالح القياس البعدي" وهذا ما يوضحه جدول (١٢) وشكل (٢) . وتعزو **الباحثة** هذا التأثير الإيجابى والتحسن فى مستوى الأداء للمهارة " قيد البحث" إلى استخدام المعلمة للأسلوب المتبع فى التعليم مرفق (١٢) (١٣) ، حيث تقوم بعرض معلومات جيدة تختص بالنواحى الفنية والتعليمة والقانونية ، بالإضافة إلى قيامها بالشرح لطريقة الأداء للمهارة " قيد البحث" ، فالقائم بالتدريس يبذل جهداً كبيراً متمثلاً فى قيامة بعمليات الشرح والعرض والتوجية والمتابعة وإصلاح الأخطاء ، فهو المسئول عن اتخاذ كافة القرارات من حيث ماذا ومتى وكيف يدرس وتقيم الطالبات وتعطى التغذية الراجعة ، هذا بالإضافة إلى تشابه المجموعة الضابطة مع المجموعة التجريبية فى البيئة التعليمية من حيث الإمكانات والفترة الزمنية ، كما أن مهارة وكفاءة وقدرة المعلمة فى الشرح الجيد للأداء المطلوب من حيث صحة الأوضاع لكل جزء من أجزاء الجسم أثناء الأداء، فهذا بلا شك يوفر فرصة جيدة لتحسن مستوى الأداء للمهارة " قيد البحث ".ويتفق ذلك مع نتائج دراسة كلا من **" عثمان مصطفى " (٢٠٠٢) (١٠)، " هشام عبدالحليم" (٢٠٠٤) (٢٧) ، " رضا يس " (٢٠٠٤) (٦) ، " احمد عبدالعزيز" (٢٠٠٥) (١) ، " ميرفت الطوانى ، منى سكر " (٢٠٠٦) (٢٢) ، "محمود رجائى" (٢٠٠٧) (١٩) ،" هبه عبدالحافظ" (٢٠١٠) (٢٥)** حيث أشارت نتائج دراستهم إلى أن الأسلوب المتبع له تأثير إيجابى على الأداء لوجود المعلم وشرحه ومتابعته لأداء المتعلمين وقيامها بإعطاء التغذية الراجعة أدى إلى حدوث تقدم فى الأداء المهارى . بالإضافة إلى إنتظام الطالبات للمحاضرة ، وإيجابيتهم عند أداء المهارة " قيد البحث" من حيث الخطوات الفنية وكيفية الأداء مع تصحيح الأخطاء التى تظهر عند أداءهن باستمرار والتوجية أثناء الممارسة ، الأمر الذى ساعد على تكوين الصورة الواضحة لفهم كيفية الأداء والذى أدى فى النهاية إلى الأداء الفعال الذى أحدث فروقاً بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة .

وبذلك يتحقق صحة الفرض الثانى .

مناقشة الفرض الثالث الذى ينص على " - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس البعدي فى مستوى أداء مهارة الشقلبة الأمامية على جهاز منصة القفز بين كل من المجموعة التجريبية التى تستخدم اسلوب المحطات متدرجة الصعوبةوالمجموعة الضابطة التى تستخدم الأسلوب المتبع لصالح المجموعة التجريبية .

وهذا ما يوضحه جدول (١٣) وشكل (٣) وتعزو **الباحثة** هذا التحسن فى القياس البعدى للمجموعة التجريبية للتأثير الإيجابى لأسلوب المحطات متدرجة الصعوبة، حيث أن البنية الأساسية لأسلوب المحطات متدرجة الصعوبةتضمن وجود أوراق بيان الأعمال المعلقة على لوحات كبيرة أمام كل محطة وأمام كل الطالبات وموضحاً بها وصف الأداء بالمحطة وسير العمل والتدريبات الخاصة بكل مستوى والنقاط الفنية للمرحلة التى تتناولها المحطة بالإضافة إلى الرسم التوضيحى للأداء والتعليمات والارشادات الخاصة بالأداء وسير العمل بالمحطة ، مما أدى إلى تشجيع الطالبات وإثارة دافعيتهن لتحدى قدراتهن ومحاولاتهن الوصول إلى ما هو مدون بهذه اللوحات أمام كل محطة مما دفعهم لتحدى قدراتهم وتقييمها للوصول إلى أفضل مستوى لهم من خلال التدريب الخاص بالإتقان والتثبيت في نهاية كل مستوى داخل كل محطة ، حيث تتكون هذه المحطة من مستويين كل مستوى خاص بفئة من الطالبات إحداهما الفئة ضعيفة الأداء والأخرى الفئة متوسطة الأداء والفئتين هما أفراد المجموعة التجريبية ، وأيضا تم إضافة تدريب للإتقان والتثبيت في نهاية كل مستوى من كل محطة ، مما ساعد على مراعاة الفروق الفردية بين طالبات كل فئة من وايضا تقارب مستويات الطالبات وذلك في مرحلة الدمج وتكون بدايتها المحطة الخامسة الخاصة بتحسين أداءمرحلة السند والدفع باليدين ، لكي يتم انضمام المستويات معاً بعد ذلك لنفس المهارة ومقارنة أنفسهم بزملائهم وذلك تحت إشراف وتوجيه **الباحثة** مما كان له الأثر الإيجابى فى سرعة تحسين الأداء والاتقان بين المحطات بمستوياتها بشكل جيد ومنظم وفعال .وقد ساعد أسلوب المحطات متدرجة الصعوبةطالبات الفئة ضعيفة الأداء والفئة متوسطة الأداء " أفراد المجموعة التجريبية " فى أدائهن المهارة " قيد البحث " على الاعتماد على انفسهم واستقلالهم ، مما ساعد **الباحثة** على إعطاء التعليمات اللازمة للاداء ،،ويتفق ذلك مع ما أشارت إلية **"عفاف عبدالكريم" (١٩٩٤) (١٢)** إلى أن

الأعمال التى تتضمن التقييم الذاتى عادة تكون ناجحة.ويتفق ذلك مع ما أشارت إلية نتائج دراسة كلا من " **عثمان مصطفى** " (٢٠٠٢) (١٠) ، " **أحمد عبد العزيز**" (٢٠٠٥) (١) ، "**محمود رجائى**" (٢٠٠٧) (١٩) ، " **شريف ابراهيم** " (٢٠٠٨) (٨) "**هشام عبدالحليم** " (٢٠٠٤) (٢٧)، " **ناصر مصطفى** ، **عثمان مصطفى** " (٢٠٠٥) (٢٣) أ والتى تؤكد أن أسلوب المحطات متدرجة الصعوبة له تأثير إيجابى فى تقدم وتحسين أداء المهارة " قيد البحث"، و تفوق المجموعة التجريبية التى استخدمت هذا الأسلوب على المجموعة الضابطة فى القياس البعدى .**وبذلك يتحقق صحة الفرض الثالث .**

إستنتاجات البحث .

في ضوء أهداف البحث وفروضه وفي حدود عينة البحث ومن خلال المعالجات الاحصائية التي اتبعت ومناقشة النتائج أمكن للباحثة استخلاص ما يلي :

١- استخدام اسلوب المحطات متدرجة الصعوبة والذي طبق علي أفراد المجموعة التجريبية أدي الي تحسن ملحوظ في أداء المهارة (قيد البحث) حيث ظهرت فروق معنوية لصالح القياس البعدي.
٢- استخدام الأسلوب المتبع (الشرح وأداء النموذج) المطبق عللي افراد المجموعة الضابطة أدي الي تحسن في أداء المهارة (قيد البحث) لصالح القياس البعدي.
٣- بمقارنة نتائج المجموعة التجريبية بالمجموعة الضابطة في القياس البعدي تبين وجود فروق ذات دلالة احصائية ووجود فروق في مستوى أداءالمهارة (قيد البحث) لصالح المجموعة التجريبية نتيجة استخدام اسلوب المحطات متدرجة الصعوبةمما يؤكد ذلك علي تأثيره الايجابي مقارنة بالأسلوب المتبع .

توصيات البحث

استنادا علي البيانات الواردة في سياق هذا البحث وانطلاقا مما تشير اليه الاستنتاجات المستمدة من النتائج ، وفي حدود اطار مجتمع البحث تتقدم الباحثة بالتوصيات التالية :

١- تطبيق اسلوب المحطات متدرجة الصعوبة ووضعه موضع التنفيذ في تحسين أداءمهارات الجمباز لما ثبت تأثيره على التحسن المهاري للمهارة (قيد البحث).
٢- إدراج أسلوب المحطات متدرجة الصعوبة ضمن محتوى المقرر الدراسى لطلاب كليات التربية الرياضية لدراسة هذا الأسلوب وتطبيقه فى حياتهم العملية قبل وبعد التخرج من الكلية.
٣- توجيه نتائج البحث ، الأسلوب المستخدم ، وخطوات تنفيذه إلى المدرسين في مجال رياضة الجمباز لإمكانية الاستفادة من هذه النتائج .
٤- استخدام أسلوب المحطات متدرجة الصعوبة في تحسين أداءمهارات أخرى بالأنشطة الرياضية المختلفة .
٥- الاهتمام بإعداد دورات تدريبية لمعلمي التربية الرياضية للتدريب على كيفية استخدام وتفعيل أسلوب المحطات متدرجة الصعوبة في تنفيذ الأداء بواسطة التعاون مع كليات التربية الرياضية .
٦- إجراء المزيد من الأبحاث المشابهة لمعرفة مدى فعالية أسلوب المحطات متدرجة الصعوبة وذلك باستخدام عينات وأنشطة رياضية أخرى لمراحل تعليمية مختلفة على متغيرات أخرى.

المـــراجـــع

أولاً : المراجع العربية :

١- **أحمد محمد عبد العزيز** : " **فاعلية استخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات علي تعلم بعض المهارات بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الاعدادية بمحافظة قنا** " ، رسالة دكتوراه غير منشوره ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ٢٠٠٥م

٢- **اديل سعد شنودة، صباح السيد فاروز، سامية فرغلي منصور** : **الجمباز الفني مفاهيم وتطبيقات** ، ملتقي الفكر العربي للنشر والتوزيع ، " الجزء الأول "الإسكندرية ، ٢٠١٨م .

٣- **-** : **الجمباز الفني** ، دار الميار للنشر ،" الجزء الثانى " الإسكندرية ، ٢٠١٨م.

٤- **إسماعيل حامد عثمان** : **تعليم وتدريب الملاكمة** ، دار السعادة ،القاهرة ، ١٩٩٧م.

٥- **تيسيرعبدالسلام الدرملي** : **المهارات الفنية للجمباز** ، دار الوفاء للطباعة ، الإسكندرية ، ٢٠١٥م .

٦- **رضا سعد يس** : " **تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام الحقيبة التعليمية علي تعلم بعض مهارات الجمباز لدي طالبات كلية التربية الرياضية**" ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ٢٠٠٤م .

٧- **زينب سيد حسن، رضا سعد يس** : " **تأثير برنامج تعليمي باستخدام اسلوب الوسائط المتعددة علي تعلم مهارة القفز المتكور داخلا علي جهاز منصة القفز القفزلدي طالبات كلية التربية الرياضية** " ، بحث منشور بمجلد المؤتمر العلمي الدولي الثالث نحو رؤية مستقبلية لثقافة بدنية شاملة ، كلية التربية الرياضية ،اربد ، الاردن ، العدد الثاني ، ايار ، جامعة اليرموك ، ٢٠٠٩م .

٨- **شريف علي إبراهيم** : " **تأثير استخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات باستخدام الحاسب الالي علي تعلم بعض المهارات بدرس التربية الرياضية لتلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الاساسي**" ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ٢٠٠٨م .

٩- **عائشة عبدالمولي السيد، ايمان سليمان ابوالدهب** : **أسس تدريب الجمباز الفني للآنسات** ، منشأة المعارف للطباعة والنشر ، الإسكندرية ، ٢٠١٣م .

١٠- **عثمان مصطفي عثمان** : " **فاعلية التدريس بأسلوب النظم والمحطات متباينة المستويات على التحصيل المهاري والمعرفي بالجزء الرئيسي في درس تربية الرياضية** " ، بحث منشور ، مجلة علوم الرياضة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، مارس ٢٠٠٢م .

١١- **عزيزة محمود سالم** : **رياضة الجمباز بين النظرية والتطبيق** . ، المؤسسة الفنية للطباعة والنشر ، القاهرة ، ٢٠٠٦م .

١٢- **عفاف محمدعبدالكريم** : **التدريس للتعلم في التربية والرياضة (أساليب – استراتيجيات – تقويم)** ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٩٤م .

١٣- **علي عبدالمنعم البنا** : **اتجاهات معاصرة في طرق تدريس الجمباز** ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠٢م .

١٤- **فداء أكرم لخياط، حامد مصطفى بلباس** : " **أثر تأثير استخدام أسلوب المحطات وفق التعلم التعاوني والذاتي والأسلوب الامري(المتبع) في إكساب بعض المهارات الأساسية بكرة اليد** " ،بحث منشور ، مجلة كلية التربية الرياضية ، جامعة

بابل ، ٢٠١٠م .

١٥- **ليلي السيد فرحات** : **القياس والاختبار في التربية الرياضية** ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠٣م .

١٦- **ماجد صريف مسير** " **أثر إستراتيجية المحطات العلمية علي التحصيل والذكاء البصري المكاني في الفيزياء لدي طلاب الصف الأول المتوسط** " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة القادسية ، ٢٠١٢م .

١٧- **محمد سعد زغلول** : **تكنولوجيا التعليم وأساليبها في التربية الرياضية** ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠١م .

١٨- **محمدصبحى حسانين** : **القياس والتقويم فى التربية البدنية والرياضية** ، ط٦ ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ٢٠٠٤م .

١٩- **محمود رجائي محمد** " **فاعلية استخدام اسلوب المحطات متباينة المستويات علي مستوي الاداء المهاري لبعض مهارات الكرة الطائرة** " ، بحث منشور ، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ، ع٢٥ ، ج٣ ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط ، ٢٠٠٧م .

٢٠- **محمودعمارالاطرجي** " **أثر المحطات العلمية في إكساب المفاهيم الحاسوبية وتنمية تفكيرهم الاستدلالي** " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الموصل ، ٢٠١٢م .

٢١- **ملكة أحمد رفاعي، ايمان طه** " **أثر تمرينات الجري والوثب علي تحسين الاقتراب والارتقاء ومستوي اداء الشقلبة الامامية علي اليدين علي منصة القفز القفز**" ، بحث منشور ، المجلة العلمية للتربية الرياضية ، العدد الخامس ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية ، يوليو ١٩٩٣ .

٢٢- **ميرفت محمدالطوانس، مني محمد سكر** " **استخدام اسلوب التعلم الفردي بالحقيبة التعليمية علي التحصيل المعرفي والمهاري لتعليم مهارة القفز داخلا علي منصة القفز القفز**" ، بحث منشور ، مجلة تطبيقات ، العدد ستون ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، ٢٠٠٦م .

٢٣- **ناصر مصطفى، عثمان مصطفى عثمان** " **فاعلية استخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات على بعض المتغيرات البدنية والمهارية والصحية ومفهوم الذات الجسمية بدرس التربية الرياضية** " ، بحث منشور ، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضة ، العدد العشرون ، الجزء الثانى ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط ، مارس ٢٠٠٥م .

٢٤- **ناهد محمود سعد، نيللي رمزي فهيم** : **طرق التدريس في التربية الرياضية** ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٨ .

٢٥- **هبه سعدعبدالحافظ** " **تأثير استخدام الايقاع الحركي علي تعلم بعض مهارات منصة القفز القفزفي رياضة الجمباز لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنيا** " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ٢٠١٠م .

٢٦- **هديل أحمد محمد متولى** : **أثر التصور العقلى والتغذية الحسية الذاتية على تحسين مستوى أداء بعض مهارات الجمباز الفنى لدى طالبات كلية التربية الرياضية جامعةالإسكندرية ، رسالة دكتوراه غير منشورة** كلية التربية الرياضية جامعةالإسكندرية ٢٠٠٩م

٢٧- **هشام محمدعبدالحليم** : **" أثر استخدام أسلوب المحطات متباينة المستويات علي تعلم بعض مهارات كرة اليد بدرس التربية الرياضية لتلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الاساسي " ، رسالة ماجستير غير منشورة** ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ،٢٠٠٤م.

ثانيًا : المراجع الأجنبية

28- ***Hall, Z.; Arlene, M. & Sydney, S.*** : "**The Effects of aLearning Station on the Completion and Accuracy of MathHomework for Middle School Students**", Journal ofBehavioral Education, Vol.(10), No.(2), pp.(123–137), 2000.

29- ***Jarrett & Bulunu, Jos, pH, & Hanesian*** : **Education psychology Cognitive View second edition Holt**, rine hart & wsslon , Inc , USA, 2010

30- **Lance, C. EButts, M. M ., & Michels, L. C** : **The sources of four commonly reported cut-off criteria: What did they really** say? *OrganizationalResearch Methods, 9*(2) 202-220.doi:10.1177/109442810528491(2006) (

31- **Lakens, D** **Calculating and reporting effect sizes to facilitate cumulative science: a practical primer** for t-tests and ANOVAs. *Frontiers in Psychology, 4*, 1-12. doi:10.3389/ fpsyg. 2013.00863. (2013).

32- ***Marvin, M., E.*** : **Using Learning Stations in theSecondary ESL** English Classroom, Journal of Bethlehem College, (Master of Education), 2007.

33- ***Marzano, et al*** : **Classroom instruction that works Research-based strategies for increasing student achievement. Alexandria, VA**: AssociationforSupervisionandCurriculum Development. 2001

34- ***Minni. M*** **Women's gymnastics for coaching participants**, pedatrbosten I .N.c, (1986), www.usa gymnastic onlin etechnique.org

35- ***Ocak, G.*** : "**The Effect of Learning Stations on the Level of Academic Success and Retention of Elementary School Students**", The New Educational Review, Vol.(21), No.(2), pp.(147– 156), 2010.

Abstract

The effectiveness of the step-by-step method of improving the front-end somersault skill on the horse jumping device for troubled students in the fourth year of the Faculty of Physical Education for Girls.

Dr. Hadeel Ahmed Mohamed Metwally
Professor Assistant Doctor curricula and methods of teaching Physical Education, Faculty of Physical Education for Girls, AlexandriaUniversit

The research aims to study the effects of using the multi-difficulty stations method to improve the level of performance of the front flop skill on the horse jumping device of faltering students in the fourth band at the Faculty of Physical Education, University of Alexandria, and the researcher used the experimental approach due to its suitability of the nature of this research, as one of its designs was chosen It is (the pre and post measurement of two groups, one of which is experimental and the other is a control), and the researcher selected the research sample in an intentional manner, the number of (60) sixty students from the fourth year students at the Faculty of Physical Education at the University of Alexandria, in the academic year (2017/2018), and divided into two groups Equal in number, one is experimental and the other is a control, the experimental group is composed of (30) thirty students (it applies to the method of multiple difficulty stations), The control group consisted of (30) thirty students (the method used is applied), and the most important results were: 1 - Using the multi-difficulty stations method, which was applied to the members of the experimental group, led to a noticeable improvement in the level of performance of the front flip skill on the jumping horse machine (under research)), Where significant differences appeared in favor of telemetry.

2 - Using the method used (explanation and model performance) applied to the members of the control group, which led to an improvement in learning the skill of the front somersault on the apparatus of jumping horse (under discussion) and cognitive achievement, where significant differences emerged in favor of dimensional measurement.

3- By comparing the results of the experimental group with the control group in the telemetry, it was found that there were statistically significant differences and the presence of statistically significant differences in the improvement of the level of performance of the front somersault skill on the horse jumping device (under research) in favor of the experimental group as a result of using the method of stations of different levels, which confirms this on Its positive effect on improving the learning of front flipping skill on the horse jumping device (under investigation) and cognitive achievement compared to the method used.