

تأثير استخدام استراتيجيات التعلم للتمكن بأسلوب التعلم التبادلي على مستوى أداء
مسابقة الوثب الثلاثي لطلاب كلية التربية الرياضية.

دكتور/ السيد صلاح السيد قاسم مدرس بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة الاسكندرية	دكتور/ محمد عبد الوهاب عطية أستاذ مساعد بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة الاسكندرية
--	--

• المقدمة واهمية الدراسة :

تؤكد عفاف عثمان (١٩٩٧) ان إستراتيجيات الأنظمة اختلفت التعليمية في مواجهة المشكلات المتلاحقة التي تواجهها طبقا للواقع التعليمي في دول العالم المختلفة ، ولاشك أن سياسة التعليم تهدف إلى إعداد المتعلم من خلال إستراتيجية عامة تأخذ في اعتبارها ما يحدث في المجتمع من تغيرات وتحولات حتى يتمكن من التفاعل النشط مع معطيات العصر الذي نعيشه و مواجهة تحديات المستقبل . (١٧ : ٢٩)

وتوضح وفيقة سالم (٢٠٠١م) ان التعليم عملية التصميم المنظمة للخبرة التعليمية التي يمارسها المعلم وتمكنه من التحكم عن قصد في الموقف التعليمي وإدارته بهدف نقل المعلومات والمعارف والخبرات للمتعلمين بشكل مباشر ليتعلموا كيفية ممارسة سلوك محدد تحت ظروف معينة أو في صورة إستجابات لمواقف معينة .

(٣١ : ١٩)

و يوضح ابو النجا عز الدين (٢٠٠٠) ان التعليم يعتبر من أهم المظاهر والسمات التي تلعب دورا كبيرا في تقدم الأمم والشعوب فهو يؤثر تأثيرا ايجابيا في تنشئة الأجيال الجديدة على أسس علمية حديثة ويقاس هذا التقدم بمدى معرفة هذه الشعوب بنظريات واستراتيجيات وطرق وأساليب التدريس الحديثة . (٤ : ٩٨)

ويذكر احمد حسين اللقاني وآخرون (١٩٩٦م) ان المعلم الكفاء هو الذى يستطيع أن يقدم الجديد باستمرار ويعرف الكثير من مداخل وأساليب التدريس المباشر وغير المباشر وهو الذى يعود المتعلم على البحث والاكتشاف من خلال المشاركة ايجابية ونشاط خلال عملية التدريس . (٥ : ٩)

و اوضح المركز القومى للبحوث التربوية والتنمية (٢٠٠٦م) ان التفاعل الايجابى فى الموقف التعليمى بين المعلم والمتعلم من جهة والمتعلم وزميله من جهة اخرى ، هو اساس التربية الشاملة للطلاب حيث اشارت نتائج الكثير من الابحاث الى ان طريقة التدريس التقليدية التى تتسم بالالقاء من جانب المعلم ، والتلقى من جانب المتعلم ، والقيادة والسيطرة من جانب المعلم والسلبية من جانب المتعلم ، ومن ثم فهى لا تؤدى الى تعلم حقيقى ، وقد ترتب على ذلك ارتفاع الاصوات المطالبة بتطوير طرق واستراتيجيات التدريس ، وتحول التعلم من السلبية الى التعلم النشط يكون الطالب فيه مدفوعا الى التفكير فيما تعلمه . (٨ : ٣)

وعرفت عفاف عثمان (٢٠٠٧م) التدريس بانه عملية تفاعلية ونشاط تواصلية بين المعلم والمتعلم بهدف تحصيل خبرات معرفية ومهارات واتجاهات وقيم وعادات ، ويتم ذلك في سياق سلسلة من المواقف والظروف

والأحداث التي تشترطها عملية التدريس، ويكون التواصل في هذه العملية بين المعلم والمتعلم من خلال مجموعة من الأسئلة تتمثل في : ماذا يدرس ؟ كيف يدرس ؟ متى يدرس؟

و ان التدريس عملية ثلاثية الأبعاد وسلوك اجتماعي لا ينشأ من فراغ بل لابد من وجود إستراتيجيات وأساليب للتعلم تعتمد بشكل أساسي على وجود العلاقات الديناميكية المتبادلة بين كل من المعلم والمتعلم والمادة العلمية والخبرات التربوية والتي تساهم في تنمية مهارات المتعلم الذهنية والعقلية وكذلك تعمل على تشكيل فكره وشخصيته مما ينعكس بالإيجاب على خبراته فالتفاعل الذي يحدث بين طرفي الاتصال يسير في اتجاهين الأول يعكس السلوك التدريسي للمعلم بينما يجسد الثاني السلوك التعلمي للمتعلم لينصب هذان الاتجاهان في النهاية في بوتقة تحقيق الأهداف . (١٨ : ٩، ١٤٩)

وتذكر زينب عمر واخرون (٢٠٠٨م) ان نموذج التعلم للتمكن " Mastrey Learning Model " من الاستراتيجيات الحديثة والهامة ذلك لانها تعتمد على فهم المتعلم لطبيعة المهمة التي سوف يتعلمها من خلال تقسيم المقرر الى وحدات تعليمية وتقديم اختبارات خلال كل درس تعليمي ، وفي النهاية تقدم تغذية راجعة لتصحيح اخطاء المتعلمين والتعرف على الصعوبات التي واجهتهم وذلك من خلال الوسائل التعليمية المختلفة .

(٩ : ١٩٢)

ويوضح ابراهيم عبد الوكيل الفار (٢٠٠٧) ان التعلم للتمكن يعتمد على تقديم التعليم الجيد للمتعلم في حالة وجود مشكلات تمنعه من الوصول الى التمكن ، ويرتبط ذلك بتوفير الزمن اللازم لكل متعلم للوصول للتمكن ، اى وجود علاقة ايجابية بين زمن التعلم ومستوي التحصيل الذي يصل اليه المتعلم . (٣ : ٤٦)

ويذكر " مجدي عزيز " (٢٠٠٤) انه لا يوجد نظام تدريسي واحد للتعلم لحد التمكن ولكن يمكن استخدام مداخل تدريسية متعددة في هذا النوع من التعلم ، ويقال ان المتعلم حقق التعلم لحد التمكن ، ويعتبر من النماذج التدريسية التي تصلح للاستخدام في ظل الظروف والامكانيات السائدة في مدارسنا حيث يجمع بين اجراءات التعليم الجمعي والتعليم الفردي في اطار واحد . (٢١ : ٧١٣ ، ٧١٤)

وقد اشار الباحثين التربويين الى وجود عدد من الخطوات يجب اتباعها من اجل تحقيق التعلم للتمكن ومنها توفير الوقت الكافي للتعلم كما يتطلب ذلك استخدام أنشطة تعليمية متنوعة واستخدام استراتيجيات متنوعة في عملية التدريس . (٢٧ : ١٣٨)

وتشير كوثر كوجك (١٩٩٧) بانه توجد عوامل مهمة في استراتيجيات اتقان التعلم هي (استخدام الوقت – التغذية المرتدة – طرق التعليم المتنوعة – دافعية المتعلمين للتعلم) . (٢٠ : ٧١٩) .

ولقد أشارت نتائج بعض المراجع والدراسات السابقة أرقام (١) ، (١٠) ، (٢٦) إلى أساليب تدريسية متعددة يمكن استخدامها للوصول الى التعلم حتي التمكن مثل الاسلوب التبادلي ، اسلوب التدريس الذاتي ، اسلوب حل المشكلات ، اسلوب الاكتشاف الموجه .

استراتيجية التعلم للتمكن :

ويذكر وائل حجازي (٢٠٠٦) ان إستراتيجية التعلم للتمكن من بين إستراتيجيات التدريس التي تعتمد علي توفير عدة بدائل تعليمية للمتعلم مع إتاحة الوقت الكافي له حتى تتحقق العملية التعليمية والأهداف المرجوة من تعلم غالبية المتعلمين بتمكن معظم المادة التعليمية المقدمة لهم ، كما أنها تسمح للمتعلم بأن ينال الوقت الكافي الذي يحتاجه في تحصيل موضوع ما، بالإضافة إلي إتباع طرق مناسبة للتعلم يؤدي في النهاية إلي إمكانية وصول هذا المتعلم إلي مستوى . (٣٠ : ٣٢٧)

ويوضح محمد الكرش (١٩٩١) ان إستراتيجية التعلم للتمكن تعتمد علي التغذية الراجعة التي تعد من أهم مقوماتها حيث أن التغذية الراجعة عبارة عن معلومات يلقتها المدرس لتساعد علي التعلم ، فمهما أستخدم المعلم من طرق مختلفة لتعلم المهارات والتدريب عليها فهذا ليس كافياً أن يصل المتعلم إلي مستوى عال من المهارة ، وعلي المعلم أن يستخدم التغذية الراجعة بأنواعها المختلفة . (٢٣ : ٢٨٦)

- خطوات إستراتيجية التعلم للتمكن : تجزئة أو تقسيم المقرر إلي وحدات دراسية صغيرة.

- ١- تحديد الأهداف التعليمية لكل وحدة تحديداً إجرائياً.
- ٢- تحديد مستوى التمكن.
- ٣- تدريس كل وحدة باستخدام طرق التدريس الجمعي (أو الفردي).
- ٤- إجراء اختبارات تكوينية قصيرة Quizzes بعد الانتهاء من تدريس كل وحدة.
- ٥- استخدام برامج إثرائية للذين أتقنوا التعلم، وبرامج علاجية للذين أخفقوا.
- ٦- تكرار الخطوات (من ١ إلي ٦) في كل موضوع من موضوعات الوحدة حتى ينتهي تدريس كل الموضوعات.
- ٧- إعطاء المتعلمين اختبارات نهائية بعد دراسة المقرر .

- مراحل إستراتيجية التعلم للتمكن:

- ١- مرحلة الإعداد والتحضير .
- ٢- مرحلة التطبيق.
- ٣- مرحلة تقديم العلاج المناسب. (١٣ : ٦٥، ٦٦)

- مستوى حد التمكن في إستراتيجية التعلم للتمكن:

وبوضح فاضل خليل (٢٠٠٢م) ان المتعلم إذا استطاع تحصيل المادة العلمية بنسبة تتراوح بين ٨٠ % ٩٠ % فإنه حقق التعلم لحد التمكن . ويعامة يهدف التعلم للتمكن إلى فاعلية تصل في حدود ٩٠ %، سواء أكان ذلك على مستوى عدد المتعلمين ، أي نسبة عدد المتعلمين التي سيصلون إليها أو على مستوى التحصيل في المادة الدراسية ، ويتطلب تحقيق النسبة السابقة مثابرة المتعلم للوصول إلى الأهداف المطلوب تنفيذها ، كما يتطلب مزيداً من جهد ومتابعة المعلم . (١٩ : ١٢٠)

- إجراءات التنفيذ:

- ١- يهيئ المعلم المتعلمين لإستراتيجية التعلم الجديدة لزيادة الدافعية نحو التعلم.
- ٢- يقدم المعلم للمتعلمين فكرة عن محتوى الوحدة.
- ٣- يزود المعلم المتعلمين بقائمة الأهداف السلوكية بالوحدة.
- ٤- يمكن للمعلم تقديم عددا من الأسئلة المحورية أو يستخدم أحد المنظمات المتقدمة .
- ٥- يقوم المعلم بتدريس الوحدة الأولى مستخدماً طرق التدريس المختلفة.
- ٦- يطبق المعلم الاختبار التكويني الخاص بالوحدة الأولى.
- ٧- يستخدم المعلم نتائج الاختبار في تعريف المتعلمين بمستواهم.
- ٨- يشجع المعلم المتعلمين علي التقدم نحو التمكن باستخدام البدائل المعدة مسبقاً.
- ٩- يكرر المعلم ذلك في كل وحدة من وحدات المحتوى .
- ١٠- يجري المعلم الاختبار النهائي الذي يشير إلي مستوي التمكن . (٢٤ : ٧٣-٧٤)

اسلوب التعلم التبادلي (بتوجيه الاقران) : (Style C. the Reciprocal Style)

ذكرت عفاف عبد الكريم (١٩٩٠) ان فى اسلوب التعلم التبادلى يتخذ المعلم جميع قرارات التخطيط ويتخذ المتعلم المؤدى القرارات الخاصة للتنفيذ وتتحول قرارات التغذية الراجعة لذا فهو اسلوب يوفر الوقت ويزيد من زمن التطبيق وكذلك التغذية الراجعة الفورية من الزميل الملاحظ والتي تعطى فى حينها طبقاً لورقة المهام والمعايير المقررة من قبل المعلم ثم بتناوب الزميلان دور المؤدى والملاحظ الى ان يتم تعلم المهارة . (١٥ : ١١١ - ١١٢)

لقد اوضحت عفاف عبد الكريم (١٩٩٤) ان اهمية استخدام هذا الاسلوب فى المرحلة الاولى من تعلم المهارة وعندما يحتاج التلاميذ الى التعرف على نقاط هامة بعد كل محاولة ، لتساعدهم على تصحيح ادائهم الفنى ويعد هذا الاسلوب بمثابة توفير مدرس لكل تلميذ . (١٦ : ١١١)

واشار محسن محمد حمص (١٩٩٧) ان هذا الاسلوب يعتمد على التغذية الراجعة المقدمة من جانب الزميل ، بغرض تصحيح المسار الحركى للاداء لبلوغ الهدف المنشود من الممارسة. (٢٢ : ٩٤)

وترى مرفت خفاجة (١٩٩٢) ان فى هذا الاسلوب يتم تشكيل المتعلمين كل اثنين معا ، احدهما يودى المهارة والآخر يلاحظ الاداء لاعطاء التغذية الراجعة بعد كل محاولة طبقا للمعيار المقرر من المدرس ، ثم يتبادل الزميلان دور المؤدى والملاحظ الى ان يتم تعلم المهارة ، وتظهر فائدة هذا الاسلوب فى المرحلة الاولى من تعلم المهارة عندما يحتاج المتعلم الى استقبال نقاط هامة بعد كل محاولة ، لتساعده على تصحيح ادائه الفنى . (٢٩ : ١٤٨)

- مضمون أسلوب التعلم التبادلى :

يعنى هذا الاسلوب ان :

- يتقبل المعلم العملية الاجتماعية بين الملاحظ والمؤدى كهدف مطلوب فى التعليم .
- يعرف المعلم اهمية تعليم المتعلمين كيفية اعطاء تغذية راجعة دقيقة وموضوعية .
- ان يكون قادرا ان يحول عملية التغذية الراجعة الى المتعلم ، اثناء الوقت المحدد للفقرة اللفظية
- يمارس المعلم سلوكا جديدا يتطلب عدم التوصيل المباشر للتلميذ .
- يثق المعلم فى التلاميذ ليتخذوا القرارات الاضافية المنقولة اليهم .
- يمكن للمتعلم ان ينشغل فى ادوار ثنائية ويتخذ قرارات اضافية .
- يمكن المتعلم ان ينشغل فى علاقة ثنائية دون تواجد المعلم الدائم باستخدام ورقة المعيار .

(١٦ : ١١٢ - ١١٥)

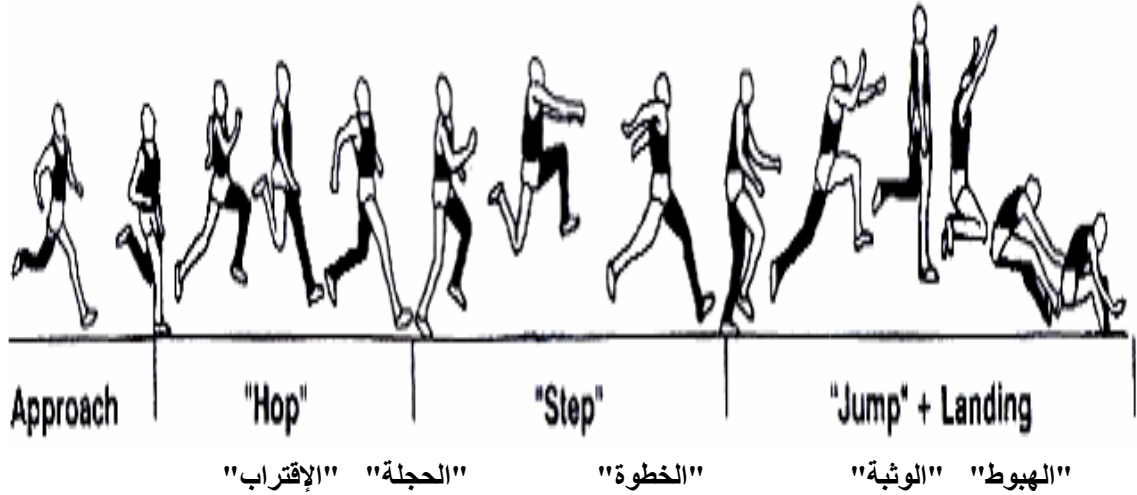
الوثب الثلاثى :

تعد مسابقة الوثب الثلاثى من مسابقات الميدان والمضمار التي تتصف بالمهارة فى الأداء ، حيث يهدف المتسابق إلى تحقيق أكبر مسافة أفقية خلال مراحل أداء محددة تؤدي بترابط مستمر دون توقف وهي الإقتراب والحجلة والخوطة والوثبة، ولهذا فإن الأداء هنا يتطلب قدراً كبيراً من القوة الممزوجة بالسرعة .

(٣٢ : ٤) (٢ : ١٦)

كما يفسر سعيد حسن سلام وآخرون (٢٠٠٣) أن الوثب الثلاثي يتضمن الاقتراب والثلاث وثبات علي التوالي ، ويتوقف كل منهما علي الآخري ولتحقيق أكبر مسافة ممكنة يجب علي المتسابق أن يوزع الجهد علي الاقتراب والثلاث وثبات أي القدرة علي الوثب والهبوط والوثب مرة أخرى ، ويتطلب ذلك أن يكون المتسابق لديه قوة انفجارية ومرونة للارتداد بعد الارتطام للوثبات الثلاثة المتتالية . (١١ : ٢١-٢٢)

- المراحل الفنية للوثب الثلاثي :



شكل (١)

يوضح تسلسل مراحل الأداء الفني للوثب الثلاثي . (٧ : ٩٢)

ومن خلال الاطلاع على نتائج طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنين لوحظ انخفاض مستوى الطلاب في مسابقة الوثب الثلاثي وارجعوا ذلك الى عدة اسباب منها استخدام اسلوب واحد فقط في التعليم وهو اسلوب الامر الذي يعتمد اعتماد كلي على المعلم ودور المتعلم فيه هو تنفيذ ما يطلب منه بدقة دون تفكير ، مما دفع الباحثين الى استخدام استراتيجيات التعلم للتمكن لحث المتعلمين على المشاركة بفاعلية في عملية التعلم والتعليم انفسهم بانفسهم من خلال استراتيجيات التعلم للتمكن مما يساعد على رفع مستوى ادائهم في مسابقة الوثب الثلاثي.

• هدف البحث : يهدف البحث الى :

معرفة تأثير استراتيجيات التعلم للتمكن باسلوب التعلم التبادلي على مستوى اداء مسابقة الوثب الثلاثي لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنين بالاسكندرية .

• فروض البحث :

١- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي والبعدي في اختبارات مستوى اداء مسابقة الوثب الثلاثي لطلاب المجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي .

- ٢- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي والبعدى فى اختبارات مستوى اداء مسابقة الوثب الثلاثى لطلاب المجموعة الضابطة ولصالح القياس البعدى .
- ٣- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين البعديين فى اختبارات مستوى اداء مسابقة الوثب الثلاثى لطلاب المجموعتين التجريبية و الضابطة ولصالح المجموعة التجريبية .

• الدراسات السابقة :

- ١- سعد عبد الجليل(٢٠٠٦م) (١٠):
موضوعها : تأثير استخدام أسلوبى التعلم التعاونى والإتقان على الجانب المعرفى والمهارى لسباحة الزحف على البطن لطلبة كلية التربية الرياضية .
واستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قدرها (١٨٠) طالبا قسمت إلى ثلاث مجموعات واسفرت النتائج عن يؤثر البرنامج التعليمي المقترح باستخدام اسلوبى التعلم التعاونى والتعلم للاتقان تأثيرا اكثر ايجابية عن الأسلوب المتبع فى التحصيل المعرفى والأداء الفنى والمهارى وذلك بنسب تحسين كبيرة لصالح المجموعتين التجريبيين .
- ٢- دراسة " وائل حجازي (٢٠٠٦م) (٣٠) موضوعها " تأثير استراتيجية التعلم للاتقان علي تعلم بعض المهارات الاساسية للمبتدئين في كرة السلة. واستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قدرها ٦٠ لاعب واكدت النتائج على ان استراتيجية التعلم للاتقان لها تأثير ايجابي افضل من الطريقة المتبعة علي تنمية المهارات الأساسية قيد البحث للمبتدئين في كرة السلة .
- ٣- دراسة مصطفى محمد بدر الدين (٢٠٠٧م) (٢٨):
موضوعها " تأثير برنامج التعلم للاتقان علي بعض المتغيرات المهاريه في كرة القدم لتلاميذ المرحلة الإعدادية " واستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قدرها ٤٠ تلميذا من تلاميذ الصف الاول الاعدادى واسفرت النتائج على ان:
- برنامج التعلم للاتقان لة تأثير ايجابي علي المتغيرات المهارية قيد البحث فى كرة القدم لتلاميذ المرحلة الاعدادية
- برنامج التعلم للاتقان لة تأثير ايجابي أفضل من الأسلوب المتبع علي المتغيرات.
- ٤- دراسة فاسيليوس واخرون Vassilios (٢٠١٦) (٣٣)
وموضوعها " الفروق بين الجنسين في نسب مرحلة الوثب الثلاثي وحركة مرجحة الذراع للرياضيين على المستوى الدولي والهدف من هذه الدراسة : هو الكشف عن الاختلافات بين الجنسين في مراحل الوثب الثلاثي علي المستوي العالمي ، وتم تطبيق الدراسة علي المتسابقين والمتسابقات المشاركين في البطولة الأوروبية ٢٠١٥ و كانت أهم النتائج:
١- خلال الاقتراب كان متوسط طول الخطوة الثانية قبل الاخيرة ٢.٣٠ متر والخطوة قبل الاخيرة ٢.٣٩ متر والخطوة الاخيرة ٢.١٧ متر
٢- بلغ متوسط طول الحجلة (٥.٧٢ متر) والخطوة (٤.٦٥ متر) والوثبة (٥.٢٠ متر)

٥- دراسة احمد ماهر محمد جبر| (٢٠١٨) (٦) :

موضوعها : " دراسة بعض متغيرات الاداء المهاري في مسابقة الوثب الثلاثي للمراحل السنوية المختلفة "

منهج البحث : المنهج الوصفي وعينة البحث : ١٩ لاعب مراحل سنوية مختلفة هدف البحث : التعرف على قيم اهم متغيرات الاداء المهاري لدى متسابقى المراحل السنوية المختلفة في مسابقة الوثب الثلاثي وكانت اهم النتائج : ان الثلاث خطوات قبل الارتقاء حيث الطول قصيرة طويلة قصيرة لدى جميع المراحل و المسافة الاكبر للحجلة يليها الوثبة يليها الخطوة لدى جميع المراحل ، و زيادة زمن الارتكاز لدى جميع المراحل وخاصة مرحلة الدرجة الاولى وتحت ٢٠ سنة .

• اجراءات الدراسة :

استخدم الباحثان المنهج التجريبي ذو التصميم التجريبي لمجموعتين احدهما ضابطة والاخرى تجريبية وذلك بتطبيق (القياس القبلي – البعدي) لمناسبته لطبيعة الدراسة .

- منهج البحث : استخدم الباحثان المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي لمجموعتين لملائمته لطبيعة البحث .
 - المجال الزماني : العام الدراسي ٢٠٢٠ / ٢٠٢١
 - اجريت الدراسة الاستطلاعية في الفترة من ٢٠/١٠/٢٠٢٠م الى ٢٨ / ١٠ / ٢٠٢٠م على عدد ١٠ طالب من طلاب الفرقة الثانية ومن خارج عينة البحث وذلك :
 - ١- لتدريب المساعدين على كيفية التدريس باستراتيجية التعلم للتمكن (التعلم التبادلي)
 - ٢- معرفة ملائمة الادوات المستخدمة في الدرس .
 - ٣- اجراء المعاملات العلمية للاختبارات قيد البحث .
 - ٤- مدى فهم الطلاب كلا لدوره من خلال ورقة المهام والمعايير الخاصة بمجموعات التعلم التبادلي .
- اجريت التجربة الاساسية في الفترة ما بين ٢٩/١٠/٢٠٢٠م الى ٣٠ / ١١ / ٢٠٢٠م وقد تم اختيار هذه الفترة لان مادة مسابقات الميدان والمضمار (مسابقة الوثب الثلاثي) ضمن المقررات التي تدرس للفرقة الثانية في الفصل الدراسي الاول ٢٠٢٠-٢٠٢١ .

• عينة الدراسة :

تم تطبيق الدراسة على عينة قدرها (٨٠) طالب من طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنين جامعة الاسكندرية تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة تم تقسيمهم الى مجموعتين احدهما تجريبية وعددها (٤٠) طالب طبق معها استراتيجية التعلم للتمكن بأسلوب التعلم التبادلي " الاقران " وطبق مع المجموعة الاخرى الاستراتيجية التقليدية بأسلوب " الاوامر " المتبع في تعليم مسابقات الميدان والمضمار داخل الكلية وكان قوامها (٤٠) طالب وتوضح جداول (٥) (٦) (٧) مرفق (١) تجانس افراد العينة في المتغيرات الاولية (السن – الطول – الوزن) والقدرات البدنية والاختبارات المهارية قيد الدراسة . وتم تحقيق التكافؤ بين مجموعتي البحث من خلال الجداول رقم (٨) (٩) (١٠) مرفق رقم (٢)

ادوات الدراسة :

اولا : اختبارات القدرات البدنية : مرفق (٦)

- قام الباحثان بالاطلاع على المراجع العلمية (٢٣) (٢٤) لتحديد اهم القدرات البدنية الاكثر ارتباطا بمسابقة الوثب الثلاثى وكانت هذه القدرات كالتالى :
- ١- ثنى الذراعين من الانبطاح المائل ١٠ ث " عدد " " قدرة العضلية للذراعين "
 - ٢- الوثب العريض من الثبات "سم " " القدرة العضلية للرجلين "
 - ٣- العدو ٣٠م من البدء العالى "ث " السرعة "
 - ٤- الوثب من الثبات ٥ وثبات "سم " " قوة الرجلين "
 - ٥- الثلاث حجلات بالقدم اليمنى ٣ "سم " " قوة الرجل اليمنى "
 - ٦- الثلاث حجلات بالقدم اليسرى ٣ "سم " " قوة الرجل اليسرى "
 - ٧- الوثب العمودى من الثبات " سم " " القدرة العضلية للرجلين " وهى موضحة فى مرفق " ٦ "
- وقد قام الباحثان باجراء المعاملات العلمية لهذه الاختبارات للتأكد من صدق وثبات هذه الاختبارات بتطبيق الاختبارات على عينة ١٦ طالب من خارج عينة البحث الاساسية : كما هو موضح فى جدول (١١) ، (١٢) مرفق (٣) .

ثانيا : تقييم مستوى اداء مسابقة الوثب الثلاثى وتم ذلك بطريقتين هما :

إستخدم الباحثان لتقييم مستوى الأداء مسابقة الوثب الثلاثى طريقتين:

- الطريقة الأولى الاختبار المهارى (الرقى) لمسابقة الوثب الثلاثى المستخدمة فى تقويم طلاب كلية التربية الرياضية بنين بالاسكندرية مرفق (٤)

- الطريقة الثانية : تقويم الأداء المهارى عن طريق قائمة المهام والمعايير (Task and criteria sheet) بطاقة ملاحظة الأداء) لمسابقة الوثب الثلاثى قيد البحث مرفق (٥) ، وتعد بطاقة الملاحظة أداة من أدوات البحث المكمل للاختبار التحصيلى ، وتقييم الأداء الرقى وقاما بتصميم بطاقة ملاحظة الأداء الخاصة بمسابقة الوثب الثلاثى قيد البحث ، وقام الباحثان بحساب الصدق والثبات لبطاقات الملاحظة كما ياتى

١- التأكد من صدق بطاقات الملاحظة لمسابقة الوثب الثلاثى:

قام الباحثان بحساب صدق بطاقات الملاحظة من خلال حساب صدق المحتوى ، حيث تم عرض الاستمارات على (٥) خبراء فى مجال مسابقات الميدان والمضمار من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية الرياضية للحكم على بطاقة الملاحظة من حيث :

- دقة صياغة بنود بطاقات الملاحظة الثلاثة .

- مدى مناسبة بطاقات الملاحظة للأهداف التعليمية .

- توزيع الدرجات طبقا لأهمية كل مرحلة من الأداء المهارى لمسابقات الميدان والمضمار قيد البحث .

وقام الباحث باجراء التعديلات اللازمة على الاستمارة حتى تكون فى صورتها النهائية . مرفق (٥)

٢- حساب ثبات بطاقة الملاحظة لمسابقة الوثب الثلاثي:

تم حساب ثبات الاستمارة بطريقة ثبات المحكمين، حيث تم تقدير أداء (١٠) طلاب من نفس عينة مجتمع البحث ، ومن خارج عينة البحث الأساسية بواسطة ثلاثة محكمين ، لهم خبرة في مجال العاب القوى وخاصة في مسابقات الميدان والمضمار قيد البحث ، وكان معامل الثبات لبطاقة الملاحظة لمسابقة الوثب الثلاثي يساوي ٠.٩١ ، وهو دال عند مستوى ٠.٠١ ، مما سبق يتضح ثبات بطاقات الملاحظة لمسابقة الوثب الثلاثي.

وتم ذلك من خلال المحكمين حيث تم عرض شريط الفيديو على ثلاثة من المحكمين المتخصصين في مجال مسابقات الميدان والمضمار والحاصلين على دكتوراه الفلسفة في التربية الرياضية ويحملون شهادات تحكيم في مسابقات الميدان والمضمار وذلك عن طريق شريط الفيديو حيث تم نسخ ثلاثة إسطوانات كمبيوتر وقام الباحث بإعطاء كل محكم إسطوانه كمبيوتر، وبطاقات تقويم الأداء (استمارات الملاحظة لمسابقة الوثب الثلاثي و قام الباحث بتصوير كل طالب من طلاب مجموعتي البحث التجريبية والضابطة عند إجراء القياس القبلي والبعدي لمسابقة الوثب الثلاثي ثم تم عرض الشريط على المحكمين من خلال إسطوانات الكمبيوتر لوضع الدرجة المناسبة لكل طالب في القياسين القبلي والبعدي لمسابقة الوثب الثلاثي في الإستمارة المخصصة لذلك وعلى أساس بطاقة تقييم الأداء المهاري (استمارة الملاحظة) الخاصة لمسابقة الوثب الثلاثي وتحتسب الدرجة الكلية للمهارة من (٢٠) درجات .

إجراءات التصوير :

تم تصوير عدد (١٠) طلاب لتحديد مسافات مراحل الاداء الفني لتحديد أماكن وضع الكاميرات أثناء القياس بحيث تشمل جميع مراحل الاداء الفني:

- تم استخدام عدد ٢ كاميرا بحيث تغطي تصوير مراحل الاداء الفني.
- تحديد مكان تثبيت الكاميرات داخل الملعب بحيث تكون على الجانب الأيمن من الحفرة .
- كاميرا (١) مجال تصويرها ١٣ متر لتغطي مرحلة الاقتراب وكانت تبعد عن منتصف مجال الحركة ١٠ متر .
- كاميرا (٢) مجال تصويرها ١٢ متر لتغطي باقى مراحل الاداء الفني وكانت تبعد عن منتصف مجال الحركة ٩ متر .
- مسافة التداخل بين الكاميرات ٢ م .
- م تحديد إرتفاع عدسة الكاميرات عن مستوى سطح الأرض (١ م) بحيث تكون عمودية على منتصف مجال الحركة الرأسي لجميع اللاعبين.

*اعداد برنامج التعلم باستراتيجية التعلم للتمكن باسلوب التعلم التبادلي لطلاب المجموعة التجريبية

- تم تصميم الوحدة التعليمية (لمسابقة الوثب الثلاثي) للمجموعة التجريبية باستراتيجية التعلم للتمكن باسلوب التعلم التبادلي على النحو التالي:

- مسابقة الوثب الثلاثي وتم تعليمها ب(باستراتيجية التعلم للتمكن باسلوب التعلم التبادلي) في أوراق حيث تتضمن أوراق العمل على الجزء الاساسى من الدرس (التعليمى من الوحدة) .

- وتم تحديد محتوى الوحدة التعليمية لمسابقة الوثب الثلاثي وذلك بواقع (٨) وحدات خلال تجربة البحث الأساسية ولمدة (٤) أسبوع وكل أسبوع يتم بداخله تنفيذ وحدتين.

- وقد كان زمن الوحدة (٩٠ ق) والجزء الأساسى منها (٤٥ ق) وهذا زمن المتغير التجريبي استراتيجية التعلم للتمكن بأسلوب التعلم التبادلي والاستراتيجية التقليدية بأسلوب الاوامر مرفق (٧) وقد راعى الباحثان عوامل الضبط التجريبي بين مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في المتغيرات التجريبية المتعلقة بتصميم الوحدات التعليمية حيث تم :

- توحيد الزمن الكلي بين المجموعتين وزمن أجزاء الدرس.
- وكذلك محتوى الوحدات التعليمية .
- الإمكانيات المادية بين المجموعتين .
- وكان الاختلاف الوحيد بين المجموعتين هو الإستراتيجية المستخدمة ، وروعى التوزيع الزمنى لمحتوى الوحدة التعليمية لكلا المجموعتين (التجريبية والضابطة) كما فى الجدول التالى :

جدول رقم (١)

العمل	الزمن	اجزاء الوحدة
اخذ الغياب + تجهيز الملعب والادوات	١٥ ق	الاعمال الادارية
تمارين الاعداد البدنى الخاصة بمسابقة الوثب الطويل	٢٠ ق	الاحماء والاعداد البدنى
تعليم مسابقة الوثب الثلاثى بالتعلم للتمكن والتعلم التقليدى	٢٠ ق	النشاط التعليمى
تدريبات على الوثب الثلاثى للوصول للمستوى المطلوب	٢٥ ق	النشاط التطبيقى
التهدئة واعادة التجهيزات – الانصراف	١٠ ق	الختام
	٩٠ ق	المجموع

• الدراسة الاستطلاعية :

قام الباحثان باجراء هذه الدراسة على عينة قوامها (١٦ طالب) من خارج عينة البحث الاساسية قد سبق لهم تعلم مسابقة الوثب الثلاثى فى الكلية وعندهم خبرة سابقة لهم بهذه المسابقة " الطلاب الباقين للاعادة فى الفرقة الاولى " فى الفترة من ٢٠/١٠/٢٠٢٠م الى ٢٨ / ١٠ / ٢٠٢٠م بغرض :

١- اجراء المعاملات العلمية الخاصة بحساب الصدق والثبات لاختبارات القدرات البدنية والمهارية قيد الدراسة .

٢- اكتشاف الصعوبات التى قد تظهر اثناء تطبيق الاختبارات والبرنامج .

• التعرف على الامكانيات المتاحة داخل الكلية .

• عرض ومناقشة النتائج : اولا : عرض النتائج :

جدول (٢)

دلالة الفروق بين القياس البعدى والقبلى لدى المجموعة التجريبية فى اختبارات مستوى الأداء لمسابقة الوثب الثلاثى لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنين بالاسكندرية . $n = 40$

قيمة (ت) المحسوبة	فروق المتوسطات	القياس القبلى		القياس البعدى		المعالجات الاحصائية الأختبارات
		الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	
١٩.٨٢٨**	٢.٨٣٥	٠.٧٦٧	٦.٦٠٣	٠.٤٥٨	٩.٤٣٨	اختبار الوثب الثلاثى " متر "
**١٧.١٧٦	٧.١٥	١.٢٤٤	٥.٥٥	٢.٢٨٣	١٢.٧	تقييم مستوى اداء مسابقة الوثب الثلاثى " درجة "

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى $0.05 = 1.99$ * ، $0.01 = 1.66$ **

يتضح من جدول (٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.01 بين القياس البعدى والقبلى فى اختبارات مستوى الأداء لمسابقة الوثب الثلاثى لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنين بالاسكندرية (المجموعة التجريبية) ولصالح القياس البعدى .

جدول (٣)

دلالة الفروق بين القياس البعدى والقبلى لدى المجموعة الضابطة فى اختبارات مستوى الأداء لمسابقة الوثب الثلاثى لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنين بالاسكندرية . $n = 40$

قيمة (ت) المحسوبة	فروق المتوسطات	القياس القبلى		القياس البعدى		المعالجات الاحصائية الأختبارات
		الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	
* ١٠.٤٥١	٢.٠٠٥	٠.٧٨٢	٦.٥٤٩	٠.٩٠٧	٨.٥٥٤	اختبار الوثب الثلاثى " متر "
* ١٥.٠١٨	٤.٦	١.١٦٦	٥.١٢٥	١.٥١٦	٩.٧٢٥	تقييم مستوى اداء مسابقة الوثب الثلاثى " درجة "

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى $0.05 = 1.99$ * ، $0.01 = 1.66$ **

يتضح من جدول (٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠١ بين القياس البعدي والقبلي فى اختبارات مستوى الأداء لمسابقة الوثب الثلاثى لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنين بالاسكندرية (المجموعة الضابطة) ولصالح القياس البعدي .

جدول (٤)

دلالة الفروق بين القياسين البعدين لمجموعتى البحث التجريبية والضابطة فى اختبارات مستوى الأداء لمسابقة الوثب الثلاثى لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنين بالاسكندرية . ن = ٨٠

حجم التأثير	قيمة (ت) المحسوبة	فروق المتوسطات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		المعالجات الاحصائية الأختبارات
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
١.٢٢٦	*٥.٤٣٣	٠.٨٨٤	٠.٩٠٧	٨.٥٥٤	٠.٤٥٨	٩.٤٣٨	اختبار الوثب الثلاثى "متر"
٢.٠١٣	**٦.٧٧٩	٢.٩٧٥	١.٥١٦	٩.٧٢٥	٢.٢٨٣	١٢.٧	تقييم مستوى اداء مسابقة الوثب الثلاثى " درجة "

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ١.٩٩ ، ، ٠.٠١ = ١.٦٦**

يتضح من جدول (٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة فى جميع القياسات البعدية فى اختبارات مستوى الأداء لمسابقة الوثب الثلاثى لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنين بالاسكندرية ولصالح المجموعة التجريبية.

ثانيا مناقشة النتائج :

يتضح من جدول (٢) انه يوجد فروق دالة احصائيا بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية فى اختبارات مستوى الأداء لمسابقة الوثب الثلاثى لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنين حيث كانت قيمة " ت " المحسوبة (١٧.١٧٦ ، **١٩.٨٢٨ ، **) اكبر من قيمة " ت " الجدولية (١.٩٩ ، ١.٦٦) عند مستوى ٠.٠٥ ، ٠.٠١ ويرجع الباحثان هذا الفرق فى النتائج الى استخدام التعلم باستراتيجية التعلم للتمكن بأسلوب التعلم التبادلي الذى يعتبر الوسيلة الاساسية فى التأثير الايجابى الكبير على مستوى اداء مسابقة الوثب الثلاثى لانه يعتمد على مشاركة المتعلم بفاعلية فى العملية التعليمية ، بل وله دور ايجابى حيث ان كل متعلم مكلف بمهمة محددة وهى الوصول الى درجة التمكن المطلوبة بمساعدة زميله داخل مجموعته وعليه ان يحقق الهدف المطلوب منه وهو ان يتعلم كل فرد داخل مجموعته الاداء الصحيح لمسابقة الوثب الثلاثى ويتفق ذلك مع رأى كل من محمد احمد الكرش (١٩٩١م) (٢٣) و سعد عبد الجليل(٢٠٠٦م) (١٠٩) ان استخدام استراتيجيات التعلم للتمكن او الاتقان كان لها الأثر الايجابى فى رفع مستوى ادائهم الحركى والتحصيلى لانها تعتمد التغذية الراجعة الفورية وهى عبارة عن معلومات وتوجيهات يقدمها المعلم او من ينوب عنه تساعد المتعلم على التعلم

بشكل صحيح و مهما أستخدم المعلم طرق مختلفة لتعلم المهارات والتدريب عليها فهذا ليس كافياً أن يصل المتعلم إلي مستوى عال من المهارة ، وعلي المعلم أن يستخدم التغذية الراجعة بأنواعها المختلفة . وهذا

يحقق الفرض الاول

كما اشارت جدول (٣) انه يوجد فروق دالة احصائيا بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات مستوى الأداء لمسابقة الوثب الثلاثي لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنين حيث كانت قيمة " ت " المحسوبة (١٠.٤٥١ ، ** ١٥.٠١٨ ، **) اكبر من قيمة " ت " الجدولية (١.٩٩ ، ١.٦٦) عند مستوى ٠.٠٥ ، ٠.٠١ ويرجع الباحثان هذا الفرق في النتائج الى استخدام الاستراتيجية التقليدية يالسوب الاوامر الذي يعتمد على المعلم فى جميع مراحل حيث يكون المعلم هو المسئول عن التخطيط والتنفيذ والتقويم ويكون دور المعلم فيه سلبى واطاعة الاوامر والتنفيذ ما يطلب منه . وهذا يحقق الفرض الثانى

كما تشير نتائج جدول (٤) الى وجود فروق دالة احصائيا بين القياسات البعدي لمجموعتى البحث "التجريبية والضابطة" فى اختبارات مستوى اداء مسابقة الوثب الثلاثي لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنين ولصالح المجموعة التجريبية حيث كانت قيمة " ت " المحسوبة (٥.٤٣٣ ، * ٦.٧٧٩ ، **) اكبر من قيمة " ت " الجدولية (١.٩٩ ، ١.٦٦) عند مستوى ٠.٠٥ ، ٠.٠١ ، حجم التأثير كان مرتفع لان قيمته تراوحت ما بين (١.٢٢٦ – ٢.٠١٣) ويرجع الباحثان هذا التأثير الايجابى استخدام التعلم باستراتيجية التعلم للتمكن يالسوب التعلم التبادلى الذى يعتبر الوسيلة الاساسية فى التأثير الايجابى الكبير على مستوى اداء مسابقة الوثب الثلاثي لانه يعتمد على مشاركة المتعلم بفاعلية فى العملية التعليمية والاعتماد المتبادل لدي طلاب المجموعة الواحدة لتحقيق اهداف محددة وهى الوصول لدرجة التمكن التى لا تقل عن ٨٠% من المستوى المطلوب ويتفق ذلك مع دراسة كل من وائل حجازي (٢٠٠٦م) (٣٠) ، و مصطفى محمد بدر الدين (٢٠٠٧م) (٢٨) التى اكدت على ان استخدام التعلم باستراتيجية التعلم للتمكن يالسوب التعلم التبادلى تساعد على اكتساب الطلاب للاتجاه نحو الاعتماد المتبادل مما يؤدى اكتساب المهارات الحركية بصورة جيدة والوصول الى درجة التمكن منها، لان إستراتيجية التعلم للتمكن تعد من إستراتيجيات التدريس التى تعتمد علي توفير عدة بدائل تعليمية للمتعلم مع إتاحة الوقت الكافي له حتى تتحقق العملية التعليمية والأهداف المرجوة من تعلم غالبية المتعلمين بتمكن معظم المادة التعليمية المقدمة لهم ، كما أنها تسمح للمتعلم بأن ينال الوقت الكافي الذي يحتاجه في تحصيل موضوع ما، بالإضافة إلي إتباع طرق مناسبة للتعلم يؤدي في النهاية إلي إمكانية وصول هذا المتعلم إلي مستوي التمكن .

الاستنتاجات: فى ضوء نتائج الدراسة يمكن استخلاص الاتى :

- ١- ان استخدام التعلم باستراتيجية التعلم للتمكن يالسوب التعلم التبادلى كان له فعالية فى تعلم مسابقة الوثب الثلاثي مما ادى الى رفع مستوى اداء طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنين بالاسكندرية لدى المجموعة التجريبية .
- ٢- استخدام الاستراتيجية التقليدية يالسوب الاوامر كان له تأثير فعال فى تعلم مسابقة الوثب الثلاثي مما ادى الى رفع مستوى اداء طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنين بالاسكندرية لدى المجموعة الضابطة .

٣- ان استراتيجية التعلم للتمكن بأسلوب التعلم التبادلي لطلاب المجموعة التجريبية كان أكثر فعالية من أسلوب الاوامر (الشرح والعرض) الخاصة بالمجموعة الضابطة في تعلم مسابقة الوثب الثلاثي ومستوى اداء الطلاب في هذه المسابقة .

● التوصيات : بعد استعراض النتائج السابقة يوصى الباحثان بالاتي :

- ١- استخدام استراتيجية التعلم للتمكن بأسلوب التعلم التبادلي في تعليم مسابقة الوثب الثلاثي لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنين بالاسكندرية حيث انه اثبت فعاليته .
- ٢- استخدام استراتيجية التعلم للتمكن بأسلوب التعلم التبادلي في تعليم مسابقات الميدان والمضمار حيث انه اثبت فعاليته في تعليم مسابقة الوثب الثلاثي.
- ٣- اجراء بعض الدراسات والبحوث المشابهة لهذه الدراسة لباقي مسابقات الميدان والمضمار .

المراجع المستخدمة :

- ١ ابراهيم أحمد المتولى (٢٠٠٣) : تأثير بعض أساليب التدريس على تعلم بعض مهارات كرة القدم ، رساله دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة ، جامعة حلوان .
- ٢ ابراهيم سالم السكار ، عبدالرحمن عبد الحميد زاهر ، أحمد سالم حسين (١٩٩٨) : موسوعة فسيولوجيا مسابقات المضمار ، مركز الكتاب للنشر ، الطبعة الأولى ، القاهرة .
- ٣ ابراهيم عبد الوكيل الفار(٢٠٠٧) : اعداد وانتاج برمجيات الوسائط المتعددة التفاعليه ، رساله لتكنولوجيا الحاسبات ، طنطا .
- ٤ أبو النجا احمد عز الدين(٢٠٠٠) : الإتجاهات الحديثة في طرق تدريس التربية الرياضية ، شجرة الدر ، المنصورة .
- ٥ احمد حسين اللقاني وعلى الجمل(١٩٩٦) : معجم المصطلحات التربوية المعرفية في المناهج وطرق التدريس دار الفكر العربي ، ط ١ .
- ٦ احمد ماهر محمد جبر (٢٠١٨) : دراسة بعض متغيرات الاداء المهاري في مسابقة الوثب الثلاثي للمراحل السنوية المختلفة ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة الاسكندرية
- ٧ الإتحاد الدولي لاعاب القوي للهواة (٢٠٠٦م) : (اجري – افقز – ارمي) ، الطبعة الثانية.
- ٨ المركز القومي للبحوث التربوية : تقويم تجربة التعلم النشط في المدرسة الابتدائية في جمهورية مصر العربية ، القاهرة .
- ٩ زينب على عمر ، غادة جلال عبدالحكيم(٢٠٠٨) : طرق تدريس التربية الرياضية ، الاسس النظرية والتطبيقات العملية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ١٠ سعد عبد الجليل (٢٠٠٦م) : " تأثير استخدام أسلوبي التعلم التعاوني والانتقان على الجانب المعرفي والمهاري لسباحة الزحف على البطن لطلبة قسم التربية الرياضية " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا .
- ١١ سعيد حسن سلام ، سعد قطب ، عادل عبد الحافظ ، السيد شحاته سعيد خليل الشاهد (١٩٩٥) : نظريات وتطبيقات مسابقات الميدان والمضمار ، الجزء الثالث ، ٢٠٠٣ م
- ١٢ عبد المؤمن محمد مغراوي ، سعيد الربيعي (٢٠٠٦) : طرق تدريس في التربية الرياضية ، مكتبة الطلبة ، شبرا ، القاهرة
- ١٣ عصام الدين محمد عزمي(١٩٩٧) : مفهوم الذات (مفهوم أهميته أساليبه تطبيقاته) ، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن.
- ١٤ مقارنة فاعلية زمن الاداء الفعلي لدرس التربية البدنية لكل من الطريقة التقليدية والتبادلية ، بحث منشور ، مجلة بحوث التربية الرياضية ، المجلد الثالث ، وكلية التربية الرياضية ، اليرموك ، الاردن .
- ١٥ عفاف عبد الكريم حسن (١٩٩٠) : طرق التدريس في التربية الرياضية والبدنية ، منشاة المعارف ، الاسكندرية .
- ١٦ عفاف عبد الكريم : التدريس للتعلم في التربية البدنيه والرياضية ، أساليب ، استراتيجيات

- ١٧ حسن (١٩٩٤)
عفاف عثمان عثمان (١٩٩٧)
: طرق تدريس فى التربية الرياضية ، دار الوفاء ، للطباعة والنشر ، الاسكندرية .
- ١٨ عفاف عثمان عثمان (٢٠٠٧)
: استراتيجيات التدريس فى التربية الرياضية ، دار الوفاء للطباعة والنشر ، الاسكندرية .
- ١٩ فاضل خليل إبراهيم (٢٠٠٢)
: إستراتيجية التعلم من أجل التمكن رسالة التربية ، العدد الأول، مسقط، وزارة التربية والتعليم بسلطنة عمان .
- ٢٠ كوثر سيد كوجك (١٩٩٧)
: اتجاهات حديثة فى المناهج وطرق التدريس ، الطبعة الثالثة ، عالم الكتب ، القاهرة .
- ٢١ مجدي عزيز إبراهيم (٢٠٠٤)
٢٢ محسن محمد
حمص (١٩٩٦)
- ٢٣ محمد أحمد الكرش (١٩٩١ م)
: أثر استخدام التعلم حتى التمكن على تحصيل المهارات الرياضية فى الهندسة التحليلية لطلاب الصف الأول الثانوى ، الجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس ، المؤتمر العلمى الثالث ، المجلد الثانى ، الإسكندرية .
- ٢٤ محمد حسن علاوى، ومحمد نصر الدين رضوان (٢٠٠١)
٢٥ محمد صبحى حسنين (٢٠٠٠)
: لقياس والتقويم فى التربية البدنية والرياضية ، الجزء الثانى ، الطبعة الرابعة ، دار الفكر العربى ، القاهرة
- ٢٦ محمد عبد الحليم حسب الله (١٩٩٤)
٢٧ مشروع تنمية قدرات اعضاء هيئة التدريس والقيادات (٢٠٠٣)
٢٨ مصطفى محمد بدر الدين (٢٠٠٧)
: "تأثير برنامج التعلم للإتقان على بعض المتغيرات المهارية فى كرة القدم لتلاميذ المرحلة الإعدادية ، المجلة العلمية لعلوم التربية الرياضية ، العدد الحادى عشر ، كلية التربية الرياضية بطنطا .
- ٢٩ ميرفت على خفاجة (١٩٩٢)
٣٠ وائل محمود حجازي (٢٠٠٦)
: فعالية بعض اشكال العمل الثنائى فى اطار التدريس بتوجيه الاقران على تحصيل تلاميذ المرحلة الاعدادية بدرس التربية الرياضية ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الاسكندرية .
- ٣١ وفيقة مصطفى سالم (٢٠٠١)
: تأثير إستراتيجية التعلم للإتقان على بعض المهارات الأساسية للمبتدئين فى كرة السلة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ببورسعيد ، جامعة قناة السويس .
- تكنولوجيا التعليم والتعلم للتربية الرياضية ، جزء اول . منشأة المعارف ، الاسكندرية ،

٣٢ Marco, S.,

Jumping Mechanics Of The Triple Jump File , Long Jump , High Jump , 2001

٣٣ Vassilios :

Gender differences in triple iump phase ratios and arm swing motion of international level athletes
vol46 ,no.4,2016

تأثير استراتيجية التعلم للتمكن بأسلوب التعلم التبادلي على مستوى اداء مسابقة الوثب الثلاثي لطلاب كلية التربية الرياضية.

مستخلص :

هدفت الدراسة الى معرفة تأثير استراتيجية التعلم للتمكن بأسلوب التعلم التبادلي على مستوى اداء مسابقة الوثب الثلاثي لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنين بجامعة الاسكندرية ، في العام الدراسي (٢٠٢٠ / ٢٠٢١ م) تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة ، واستخدم الباحثان المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي للمجموعتين احدهما تجريبية والاخرى ضابطة باستخدام القياس القبلي البعدي للمجموعتين على عينة قوامها (٨٠) طالبا من طلاب الفرقة الثانية ، وتم تقسيم العينة الى مجموعتين كل مجموعة (٤٠ طالب) وقد توصل الباحثان الى ان استراتيجية التعلم للتمكن بأسلوب التعلم التبادلي ادت الى رفع مستوى اداء طلاب المجموعة التجريبية في مسابقة الوثب الثلاثي لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنين بجامعة الاسكندرية . وكانت اكثر تأثيرا من استراتيجية التعلم التقليدي (الاوامر) الخاصة بالمجموعة الضابطة في تعليم مسابقة الوثب الثلاثي لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنين بجامعة الاسكندرية وبعد استعراض النتائج السابقة يوصى الباحثان بالاعتماد على استراتيجية التعلم للتمكن بأسلوب التعلم التبادلي في تعليم مسابقة الوثب الثلاثي لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنين بالاسكندرية حيث انه اثبت فعاليته ، و استخدام استراتيجية التعلم للتمكن بأسلوب التعلم التبادلي في تعليم مسابقات الميدان والمضمار حيث انه اثبت فعاليته في تعليم مسابقة الوثب الثلاثي، اجراء بعض الدراسات والبحوث المشابهة لهذه الدراسة لباقي مسابقات الميدان والمضمار .

Abstract

The effect of a learning strategy to enable the reciprocal learning method on the performance level of the triple jump competition for students of the College of ...Physical Education

The study aims to know the effect of using a learning strategy The reciprocal learning method to be able to perform the triple jump competition for students of the second year at the Faculty of Physical Education for Boys at the University of Alexandria,. One of them is experimental and the other is control using the pre-post measurement of the two groups on a sample consisting of (80) students from the second year students, and the sample was divided into two groups, each group (40 students). The researchers concluded that the use of a learning strategy to be able to use the reciprocal learning method led to an increase in the performance level of students. The experimental group in the triple jump competition for students of the second year at the Faculty of Physical Education for Boys at Alexandria University. It was more effective than the traditional learning strategy (commands) of the control group in teaching the triple jump competition for students of the second year at the Faculty of Physical Education for boys at Alexandria University After reviewing the previous results, the researchers recommend using a learning strategy to be able to use the reciprocal learning method in teaching the triple jump competition for students of the second year at the College of Physical Education for Boys in Alexandria as it has proven its effectiveness, and to use the learning strategy to be able to use the reciprocal learning method in teaching field and track competitions as it has proven its effectiveness in teaching Triple jump competition, conducting some studies and research similar to this study for the rest of the field and track competitions.