

فاعلية الألعاب التمهيدية في تعليم بعض المهارات الأساسية في تنس الطاولة لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية.

أميرة باسم هاني محمد مختار الببلي

قسم المناهج وطرق التدريس، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية.

المقدمة وأهمية البحث

تتميز الألعاب الرياضية بقيمتها التربوية حيث إن المجالات المتعددة للألعاب تسهم في تنمية الصفات والسماة الخلقية والإرادية وتعتبر الألعاب أحد الأنشطة الرياضية الهامة في مجال التربية البدنية والرياضية المناسبة لجميع الأعمار لكلا الجنسين على السواء ويفضلها الكثيرون لأنها قريبة من طبيعة الفرد وميوله بالإضافة إلى فوائدها الجسمية والعقلية والانفعالية التي تعود على الفرد من ممارستها. (٢:٤٤)

والألعاب التمهيدية من الوسائل التربوية والتعليمية الهامة والناجحة التي تساعد الفرد في أن ينمو نمواً كاملاً متزناً عقلياً ونفسياً واجتماعياً فضلاً عن إسهامها بقدر كبير في تنمية القدرة الوظيفية لأجهزة الجسم.

وتتميز الألعاب التمهيدية بالثراء الواضح بالنسبة للتعلم الحركي وتعمل على إكساب الفرد الكثير من المهارات الحركية مما يسهم في ترقية التوافق العضلي العصبي والقدرة على الاستعداد الحركي وتنمية الصفات البدنية كما أنها تعمل على تنمية وتطوير أداء الفرد للمهارات الحركية لمختلف الأنشطة الرياضية مما يزيد من ميل الفرد نحو ممارسة النشاط الرياضي وتعمل على الارتقاء بمستواه وقدراته. (٧)

وتساهم الألعاب التمهيدية في تنمية القدرات البدنية حيث تعمل على تحسين أداء المهارات المتعددة، البسيطة منها والمعقدة، بالإضافة إلى تنمية المهارات الحركية. (٢:٣٧)

يُعد تعلم المهارات الحركية وإتقانها أساس الممارسة الفعلية لأي رياضة فهي كمجموعة مبادئ تمكن اللاعب من الاشتراك في المنافسات الرياضية وتتيح له الفرصة لتطبيق خطط اللعب والوصول إلى الأداء الجيد. (٨)

والمهارات الحركية في تنس الطاولة هي كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون رياضة تنس الطاولة سواء كانت هذه الحركات بالكرة والمضرب أو بدونها ويمكن اكتساب هذه المهارات من خلال وضع البرامج التعليمية المناسبة لسن وقدرات المتعلمين واستخدام أساليب أكثر فاعلية من الطرق التقليدية للتعلم.

هذا وتتفق طبيعة أداء الألعاب التمهيدية واعتمادها على الكثير من الحركات الأصلية الطبيعية مع طبيعة أداء المهارات الحركية في الأنشطة الرياضية المختلفة وخاصة في رياضة تنس الطاولة، كما تحمل الألعاب التمهيدية في طياتها الطابع التنافسي، وهذا يتفق مع طبيعة أداء رياضة تنس الطاولة بالإضافة إلى أن الألعاب التمهيدية تتميز بتعدد إمكانياتها الحركية ومتطلباتها الذهنية مما يسمح بتعدد السلوك الحركي والتفكير الخلاق داخل رياضة تنس الطاولة، و كلما اشتملت الألعاب التمهيدية على حركات تحتوي على نفس العمل العضلي للمهارات الحركية المراد تعلمها كلما كانت أكثر تأثيراً وفاعلية في تعلم هذه المهارات الحركية من خلال انتقال أثر التعلم.

وتعد مادة تنس الطاولة إحدى المواد الدراسية التطبيقية التي تدرس بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الإسكندرية وقد لاحظت الباحثة أن عدد كبير من الطالبات الجدد يتعرضن لصعوبة في تعلم المهارات الحركية المقررة وفق منهاج تنس الطاولة بالكلية مما أدى إلى تذبذب مستوى الأداء المهارى وقد استدلت الباحثة على هذا من خلال ملاحظتها لمستوى أداء الطالبات لبعض المهارات الأساسية في تنس الطاولة، مما دفع الباحثة إلى التفكير في طريقة أكثر فاعلية لتعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة تنس الطاولة وفقاً لمنهاج مادة تنس الطاولة بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الإسكندرية.

ومن خلال ما تيسر للباحثة من قراءة للمراجع العلمية المتخصصة في مجال رياضة تنس الطاولة ومن خلال المسح المرجعي للدراسات والبحوث السابقة عن طريقة شبكة المعلومات القومية بأكاديمية البحث العلمي والتكنولوجيا وشبكة الإنترنت لاحظت أنه لم يتعرض أحد من الباحثين بالدراسة للتعرف على فاعلية استخدام الألعاب التمهيدية في تعلم المهارات الحركية في رياضة تنس الطاولة مما أثار اهتمام الباحثة إلى القيام بهذا البحث في محاولة منها للتعرف على أثر استخدام الألعاب التمهيدية في تعلم بعض المهارات الأساسية في تنس الطاولة واعتبارها جوهر مشكلة البحث.

هدف البحث:

التعرف على فاعلية الألعاب التمهيدية في تعليم بعض المهارات الأساسية في تنس الطاولة لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية من خلال:

- بناء وتصميم برنامج تعليمي باستخدام الألعاب التمهيدية
- التعرف على أثر هذا البرنامج في تعليم بعض المهارات الأساسية في تنس الطاولة

فروض البحث:

١. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية لتنس الطاولة قيد البحث في اتجاه المجموعة التجريبية"
٢. للبرنامج التعليمي المقترح باستخدام الألعاب التمهيدية أثر فعال على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية لتنس الطاولة

إجراءات البحث

منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي نظراً لملاءمته لطبيعة البحث وقد استعانت الباحثة بأحد التصميمات التجريبية وهو التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة.

عينة البحث:

اختيرت عينة البحث بالطريقة العشوائية من طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الإسكندرية للعام الجامعي ٢٠١٤/٢٠١٥ بعد استبعاد:

- الطالبات لاعبات تنس الطاولة.
- الطالبات الباقيات للإعادة.

وتكونت عينة البحث من (٦٠) طالبة وتم تقسيمهن إلى مجموعتين عشوائياً كالتالي:

- المجموعة الأولى (التجريبية) وعددها (٣٠) طالبة والتي خضعت لبرنامج الألعاب التمهيدية في التعلم.
- المجموعة الثانية (الضابطة): وعددها (٣٠) طالبة والتي خضعت للبرنامج التقليدي (الشرح اللفظي وأداء النموذج العملي) في التعلم.

ويرجع اختيار الباحثة لعينة البحث للأسباب التالية:

١. جميع الطالبات في مرحلة نمو واحدة والسن متقارب.
٢. لم يسبق لهن تعلم مهارات رياضة تنس الطاولة.
٣. توافر عدد مناسب من الطالبات يمكن تطبيق البرنامج التعليمي عليهن.

٤. توافر كافة الإمكانيات بالكلية التي تساعد على تحقيق أهداف البحث.

هذا بالإضافة إلى (٣٠) طالبة في الفرقة الثانية للعام الجامعي ٢٠١٣/٢٠١٤ كعينة استطلاعية للتأكد من صدق وثبات أدوات البحث

تجانس عينة البحث

قامت الباحثة بإيجاد التجانس لعينة البحث الأساسية الإجمالية والبالغ عددها (٦٠) طالبة للتأكد من وقوعها تحت المنحنى الاعتدالي، وكذلك تأكدت من الفروق بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة وذلك في المتغيرات الآتية:

- المتغيرات الأساسية النمو (السن - الطول - الوزن).
- مكونات اللياقة البدنية الخاصة برياضة تنس الطاولة
- أما بالنسبة للمهارات الأساسية لرياضة تنس الطاولة (قيد البحث) فباستبعاد الطالبات اللاتيات والباقيات للإعادة أصبحت جميع الطالبات عينة البحث في المجموعتين لم يتعلمن أي من المهارات قيد البحث مما يعني عدم وجود أي فروق بين مجموعتي البحث. ويتضح ذلك من جدول (١)، و جدول (٢)

جدول (١)

تجانس عينة البحث الأساسية الإجمالية في المتغيرات الأساسية قبل ونتائج اختبارات القدرات البدنية قبل بدء التجربة (ن=٦٠)

اختبار شابيرو ويلك لاعتدالية التوزيع		الانحراف المعياري	المتوسط	وحدة القياس	المتغيرات		
الدلالة (P)	القيمة الإحصائية				السن	الطول	
٠.٤٩٤	٠.٩٨١	١.٤٦١	١٨.٦٦	سنة			المتغيرات الأساسية
٠.١٥٥	٠.٩٧١	٧.٦١٧	١٦٦.٠٥	سم			
٠.٤٨٢	٠.٩٨١	٤.٥١٣	٦٧.٩٨	كجم			
٠.٠٨٢	٠.٩٦٥	٢.١٨٨	٦.١٧	عدد	التمرير في ١٠ ثوان	السرعة الحركية	القدرات البدنية
٠.٢٠٠	٠.٩٧٣	٤.٧٦٥	١٦.٦٥	عدد	دقة التمرير من الحركة	الدقة	
٠.٢٧١	٠.٩٧٦	٦.١٨١	١٨.٩٣	عدد	القدرة على تغيير الاتجاه	الرشاقة	
٠.٩٠٠	٠.٩٩٠	٨٦.٨٩٤	٢٨٦.١٧	سم	دفع كرة طبية ١.٥ كجم	القوة المميزة بالسرعة للذراعين	
٠.٦٨٥	٠.٩٨٥	٦.٠٥٢	٢٠.٨٤	ثانية	الدوائر المرقمة السريعة	التوافق بين اليد والعين	
٠.٣٠٨	٠.٩٧٧	٤.٦٣٩	٨.٧٦	سم	ثني الجذع من الوقف	مرونة الجذع والفخذ	

يتضح من جدول (١) أن القيمة الإحصائية لاختبار شابيرو ويلك غير دالة إحصائياً ($P > 0.05$) مما يدل على تجانس عينة البحث الأساسية الإجمالية وتمتعها بمستوى متقارب وخلو العينة من عيوب التوزيعات غير المعتدلة في المتغيرات الأساسية ونتائج اختبارات القدرات البدنية قبل بدء التجربة

جدول (٢)

الفروق بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في المتغيرات الأساسية ونتائج اختبارات القدرات البدنية قبل بدء التجربة

قيمة "ت"	المجموعة التجريبية ن = ٣٠		المجموعة الضابطة ن = ٣٠		وحدة القياس	المتغيرات	
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		السن	المتغيرات
٠.٢٨١	١.٤٨٨	١٨.٧٢	١.٤٥٧	١٨.٦١	سنة	السن	المتغيرات

قيمة "ت"	المجموعة التجريبية ن = ٣٠		المجموعة الضابطة ن = ٣٠		وحدة القياس	المتغيرات	
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
٠.٦٢٤	٦.٨٤٠	١٦٦.٦٧	٨.٣٩٥	١٦٥.٤٣	سم	الطول	
٠.٠٢٠	٤.٦٣١	٦٧.٩٩	٤.٤٧١	٦٧.٩٦	كجم	الوزن	
٠.٥٨٧	١.٩٤٨	٦.٠٠	٢.٤٢٦	٦.٣٣	عدد	التمرير في ١٠ ثوان	السرعة الحركية
٠.٥١٢	٥.٠٦١	١٦.٣٣	٤.٥١٤	١٦.٩٧	عدد	دقة التمرير من الحركة	الدقة
٠.٥٤٠	٤.٥١٤	١٩.٣٧	٧.٥٤٦	١٨.٥٠	عدد	القدرة على تغيير الاتجاه	الرشاقة
١.٠٤٨	٨٦.٤٢٠	٢٩٧.٩٢	٨٧.٢٢٠	٢٧٤.٤٢	سم	دفع كرة طبية ١.٥ كجم	القوة المميزة بالسرعة للذراعين
٠.١٤٢	٥.١٧٦	٢٠.٧٣	٦.٩٠٧	٢٠.٩٥	ثانية	الدوائر المرقمة السريعة	التوافق بين اليد والعين
٠.٠٦١	٤.٧٥٠	٨.٨٠	٤.٦٠٦	٨.٧٢	سم	ثني الجذع من الوقف	مرونة الجذع والفخذ

ت الجدولية عند $0.05 = 0.001$

يتضح من جدول (٢) أن الفروق بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة غير دالة إحصائياً مما يدل على تجانس مجموعتي البحث وأن مستواههما متقارب في المتغيرات الأساسية ونتائج اختبارات القدرات البدنية قبل بدء التجربة.

أدوات البحث:

(١) الاختبارات البدنية:

قامت الباحثة بتحديد القدرات البدنية المرتبطة بتنس الطاولة والاختبارات المناسبة لها، كما قامت بتحديد الاختبارات المناسبة لمهارات مقرر تنس الطاولة للفرقة الثانية وقامت بعرضها على عدد (٨) خبراء (ملحق ١)، وملحق (٢) يوضح رأي الخبراء في تلك الاختبارات

المعاملات العلمية للاختبارات البدنية والمهارية:

قامت الباحثة بتطبيق الاختبارات على عينة البحث الاستطلاعية في نهاية العام الجامعي ٢٠١٣/٢٠١٤ بعد أن انتهين من دراسة مقرر تنس الطاولة للتأكد من صدق وثبات الاختبارات.

صدق الاختبارات:

جدول (٣)

صدق التمايز لاختبارات القدرات البدنية والاختبارات المهارية المستخدمة في البحث

اختبار مان ويتني			الإرباع الأدنى ن = ٨		الإرباع الأعلى ن = ٨		وحدة القياس	الاختبار	القدرة البدنية/ المهارة	نوع الاختبارات
الدالة (P)	Z	U	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب				
٠.٠٠١	٣.٤٣٥	٠.٠٠٠	٣٦.٠٠	٤.٥٠	١٠٠.٠٠	١٢.٥٠	عدد	التمرير في ١٠ ثوان	السرعة الحركية	الاختبارات القدرات البدنية
٠.٠٠١	٣.٣٩٣	٠.٠٠٠	٣٦.٠٠	٤.٥٠	١٠٠.٠٠	١٢.٥٠	عدد	دقة التمرير من الحركة	الدقة	
٠.٠٠١	٣.٣٨١	٠.٠٠٠	٣٦.٠٠	٤.٥٠	١٠٠.٠٠	١٢.٥٠	عدد	القدرة على تغيير الاتجاه	الرشاقة	
٠.٠٠١	٣.٣٦١	٠.٠٠٠	٣٦.٠٠	٤.٥٠	١٠٠.٠٠	١٢.٥٠	سم	دفع كرة طبية ١.٥ كجم	القوة المميزة بالسرعة للذراعين	

اختبار مان ويتني			الإرباع الأدنى n = 8		الإرباع الأعلى n = 8		وحدة القياس	الاختبار	القدرة البدنية/ المهارة	نوع الاختبارات
الدلالة (P)	Z	U	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب				
٠.٠٠١	٣.٣٦١	٠.٠٠٠	١٠٠.٠٠	١٢.٥٠	٣٦.٠٠	٤.٥٠	ثانية	الدوائر المرقمة السريعة	التوافق بين اليد والعين	الاختبارات المهارية
٠.٠٠١	٣.٣٦١	٠.٠٠٠	٣٦.٠٠	٤.٥٠	١٠٠.٠٠	١٢.٥٠	سم	ثني الجذع من الوقف	مرونة الجذع والفخذ	
٠.٠٠١	٣.٥٢٠	٠.٠٠٠	٣٦.٠٠	٤.٥٠	١٠٠.٠٠	١٢.٥٠	عدد	دقة الضربة المستقيمة بوجه المضرب الأمامي لرد ضربة مستقيمة	الضربة المستقيمة الأمامية	
٠.٠٠١	٣.٤٨٩	٠.٠٠٠	٣٦.٠٠	٤.٥٠	١٠٠.٠٠	١٢.٥٠	عدد	دقة الضربة المستقيمة بوجه المضرب الخلفي لرد ضربة مستقيمة	الضربة المستقيمة الخلفية	
٠.٠٠١	٣.٣٩٣	٠.٠٠٠	٣٦.٠٠	٤.٥٠	١٠٠.٠٠	١٢.٥٠	عدد	دقة الإرسال الأمامي	الإرسال الأمامي	
٠.٠٠١	٣.٤٠٣	٠.٠٠٠	٣٦.٠٠	٤.٥٠	١٠٠.٠٠	١٢.٥٠	عدد	دقة الإرسال الخلفي	الإرسال الخلفي	

* دال إحصائياً عند ٠.٠٥ (p<0.05)

يتضح من جدول (٣) أن الفروق بين الإرباع الأعلى والأدنى لاختبارات القدرات البدنية والاختبارات المهارية دالة إحصائياً (P<0.05) مما يعني أن الاختبارات صادقة وتميز بين المستويات المختلفة.

ثبات الاختبارات:

جدول (٤)

ثبات الاختبارات البدنية والاختبارات المهارية المستخدمة في البحث (n=٣٠)

معامل ألفا كرونباخ للتثبات	معامل ارتباط بيرسون (r)	التطبيق الثاني		التطبيق الأولي		وحدة القياس	الاختبار	القدرة البدنية	نوع الاختبارات
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي				
٠.٩٩٧	٠.٩٩٤	٢.٢٣٩	٥.٧٧	٢.١٥٢	٥.٧٠	عدد	التمرير في ١٠ ثوان	السرعة الحركية	اختبارات القدرات البدنية
٠.٩٩٨	٠.٩٩٧	٤.٨٦٩	١٦.٧٧	٤.٨١٢	١٦.٨٧	عدد	دقة التمرير من الحركة	الدقة	
٠.٩٩٢	٠.٩٨٤	٥.٠٩٧	١٨.٤٣	٥.١١٧	١٨.١٣	عدد	القدرة على تغيير الاتجاه	الرشاقة	
٠.٩٩٩	٠.٩٩٨	٨٧.٧٣٠	٣٠٣.٠٢	٩٠.٠٣٧	٣٠٢.٣٧	سم	دفع كرة طبيعية ١.٥ كجم	القوة المميزة بالسرعة للذراعين	
٠.٩٩٤	٠.٩٨٩	٧.٤٠٩	١٩.٩٥	٧.٢٠٣	١٩.٨٧	ثانية	الدوائر المرقمة السريعة	التوافق بين اليد والعين	
٠.٩٩٦	٠.٩٩١	٤.٤٨٨	٩.٢١	٤.٤٣٦	٩.٠٦	سم	ثني الجذع من الوقف	مرونة الجذع والفخذ	
٠.٩٩٥	٠.٩٩٠	٦.٢٥٤	٢١.١٧	٦.٤٢٤	٢١.٣٣	عدد	دقة الضربة المستقيمة	الضربة المستقيمة	الاختبارات المهارية

معامل ألفا كرونباخ للثبات	معامل ارتباط بيرسون (ر)	التطبيق الثاني		التطبيق الأولي		وحدة القياس	الاختبار	القدرة البدنية	نوع الاختبارات
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي				
							بوجه المضرب الأمامي لرد ضربة مستقيمة	الأمامية	
٠.٩٨٥	٠.٩٧١	٤.٣١٩	٢١.٣٧	٤.٥٧٦	٢١.٥٧	عدد	دقة الضربة المستقيمة بوجه المضرب الخلفي لرد ضربة مستقيمة	الضربة المستقيمة الخلفية	
٠.٩٩٦	٠.٩٩٣	٤.٦٧٧	٢٢.٣٠	٤.٨٠٧	٢٢.١٧	عدد	دقة الإرسال الأمامي	الإرسال الأمامي	
٠.٩٩٥	٠.٩٩١	٤.٩٦٨	٢١.٩٣	٤.٩٩٣	٢١.٩٧	عدد	دقة الإرسال الخلفي	الإرسال الخلفي	

* دال إحصائياً عند ٠.٠٥ (ر الجدولية = ٠.٣٦١)

يتضح من جدول (٤) أن معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني للاختبارات المهارية دالة إحصائياً، كما أن معامل ألفا كرونباخ للثبات للاختبارات مقبول إحصائياً (أكبر من ٠.٧٠) (١٧) مما يدل على ثبات الاختبارات. وبالتأكيد من صدق وثبات اختبارات القدرات البدنية (ملحق ٣) والاختبارات المهارية (ملحق ٤) أصبحت قابلة للتطبيق على عينة البحث.

البرنامج التعليمي:

أسس وضع البرنامج:

- ١- ملاءمته للمرحلة السنوية وخصائص النمو لأفراد العينة.
- ٢- التدرج من السهل إلى الصعب.
- ٣- أن يتناسب محتواه مع أهداف البرنامج.
- ٤- تحقيق الإثارة والتشويق والمرح لخلق الدافعية للتعلم.
- ٥- التنوع والتجديد طوال فترة التعلم.
- ٦- مراعاة عوامل الأمن والسلامة لأفراد العينة.
- ٧- مراعاة المرونة في تطبيق الألعاب.
- ٨- توفر المكن والإمكانات اللازمة لتطبيق البرنامج.
- ٩- أن تتحدى محتويات البرنامج قدرات الطالبات بما يسمح باستثارة دوافعهن لتحقيق العائد التربوي.

خطوات إعداد البرنامج التعليمي:

- ١- الاطلاع على المراجع العلمية والدراسات السابقة المتصلة بموضوع البرنامج قيد البحث.
- ٢- تحديد الهدف الذي وضع من أجله البرنامج وهو تعليم بعض المهارات الأساسية في رياضة تنس الطاولة للطالبات المبتدئات باستخدام الألعاب التمهيدية.

٣- عرض الألعاب التمهيدية الخاصة بكل مهارة من المهارات المختارة على السادة الخبراء في رياضة تنس الطاولة (ملحق ١) من خلال المقابلة الشخصية وهذه الألعاب تم وضعها بحيث تحتوي على نفس العمل العضلي للمهارة المختارة.

٤- تعديل الألعاب التمهيدية وفقا لآراء الخبراء وقد أمكن التوصل للألعاب التمهيدية التالية:

- ألعاب لتعليم مهارة القبضة.
 - ألعاب لتعليم مهارة وقفة الاستعداد.
 - ألعاب لتعليم مهارة حركات القدمين.
 - ألعاب لتعليم مهارة الإرسال بوجه المضرب الأمامي.
 - ألعاب لتعليم مهارة الإرسال بوجه المضرب الخلفي.
 - ألعاب لتعليم مهارة الضربة المستقيمة بوجه المضرب الأمامي.
 - ألعاب لتعليم مهارة الضربة المستقيمة بوجه المضرب الخلفي.
- ٥- عرض التوزيع الزمني للبرنامج التعليمي (جدول ٧) ككل باستخدام الألعاب التمهيدية على السادة الخبراء في رياضة تنس الطاولة وقد وافقوا عليه بنسبة لا تقل عن ٨٧.٥% (معامل لوش لصدق المحتوى ٠.٧٥٠ فأكثر)
- ٦- عرض التوزيع الزمني للوحدة التعليمية لمجموعتي البحث (جدول ٨) على السادة الخبراء في رياضة تنس الطاولة وقد وافقوا عليه بنسبة لا تقل عن ٨٧.٥% (معامل لوش لصدق المحتوى ٠.٧٥٠ فأكثر).
- ٧- وضع البرنامج في شكله النهائي (ملحق ٤)

الخطة الزمنية للبرنامج:

قامت الباحثة بإعداد البرنامج بحيث يشمل على (١٢) وحدة تعليمية لمدة (١٢) أسبوع بواقع (وحدة في الأسبوع) (ملحق ٥)، وزمن الوحدة التعليمية (٩٠) دقيقة (ملحق ٥)، وذلك طبقا لخطة الدراسة بالكلية، والجدول التالي يوضح التوزيع الزمني للبرنامج التعليمي المقترح باستخدام الألعاب التمهيدية.

المعالجات الإحصائية

تم الاستعانة بالبرنامج الإحصائي SPSS الإصدار ٢٣.٠٠ في إجراء المعاملات الإحصائية

١- المتوسط والانحراف المعياري

٢- معامل لوش لصدق المحتوى وحسب كالاتي:

عدد الخبراء الموافون – (عدد الخبراء ÷ ٢)

= معامل لوش لصدق المحتوى

(٧٩:١٣)

(عدد الخبراء ÷ ٢)

١. معامل ارتباط بيرسون
٢. معامل ثبات ألفا لكرونباخ
٣. اختبار شايبرو ويلك للتأكد من اعتدالية التوزيع.
٤. اختبار مان ويتني اللابارامتري للمقارنة بين مجموعتين.
٥. اختبار ت للمقارنة بين مجموعتين Independent T test.

٦. حجم الأثر (d) لكوهين للتأكد من فعالية برنامج التمرينات وبحسب حجم الأثر كما يلي:

$$d_s = t \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}} \quad (3:15)$$

حيث n_1 = حجم العينة في المجموعة الأولى

n_2 = حجم العينة في المجموعة الثانية

t = قيمة ت الفروق بين المجموعتين

عرض النتائج ومناقشتها:

جدول (٥)

دلالة الفروق بين القياس البعدي للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبارات المهارية

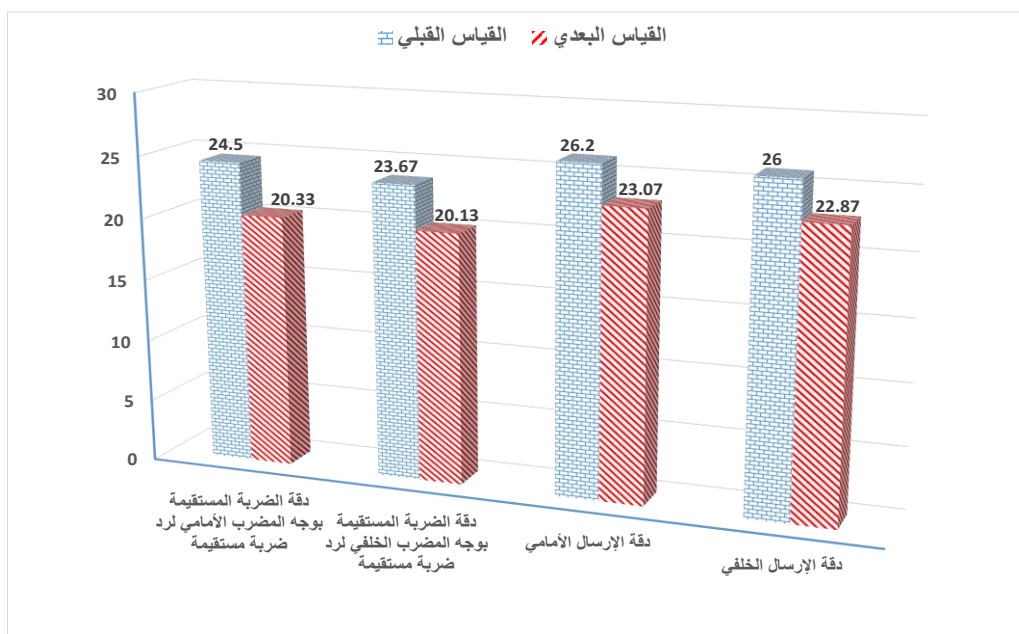
حجم الأثر d لكوهين	قيمة ت	المجموعة الضابطة (ن=٣٠)		المجموعة التجريبية (ن=٣٠)		وحدة القياس	الاختبارات
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
٠.٨١٥	٣.١٥٨	٣.٩٢٥	٢٠.٣٣	٦.٠٦٧	٢٤.٥٠	عدد	دقة الضربة المستقيمة بوجه المضرب الأمامي لرد ضربة مستقيمة
٠.٨٠٣	٣.١٠٨	٣.٠٩٣	٢٠.١٣	٥.٤٠٣	٢٣.٦٧	عدد	دقة الضربة المستقيمة بوجه المضرب الخلفي لرد ضربة مستقيمة
٠.٨١٣	٣.١٤٧	٢.٥٧٢	٢٣.٠٧	٤.٨٠٩	٢٦.٢٠	عدد	دقة الإرسال الأمامي
٠.٨٨٠	٣.٤٠٨	٢.٦٣٦	٢٢.٨٧	٤.٢٩١	٢٦.٠٠	عدد	دقة الإرسال الخلفي

* دال إحصائياً عند ٠.٠٥ (ت الجدولية عند ٠.٠٥ = ٢.٠٠١)

حجم الأثر: من ٠.٢ إلى أقل من ٠.٥ منخفض، من ٠.٥ إلى أقل من ٠.٨ متوسط، أكبر من ٠.٨ مرتفع (٣:١٦)

شكل (١)

متوسطات القياس البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات المهارية



يتضح من جدول (٥) وشكل (١) أن الفروق بين القياسين القبلي والقياس البعدي لنتائج الاختبارات المهارية دالة إحصائياً في اتجاه القياس البعدي، كما كان حجم أثر البرنامج كبير (تراوح بين ٠.٨٠٣ و ٠.٨٨٠) مما يدل على فعالية البرنامج المقترح في تنمية مستوى الأداء المهاري لمهارات تنس الطاولة قيد البحث.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن استخدام الألعاب التمهيدية في التعلم يعمل على إكساب وتنمية وتطوير المهارات الحركية لرياضة تنس الطاولة، ذلك لأنها تشتمل على ألعاب متنوعة تساعد الطالبة على أداء الحركات التي تتضمن مهارات توافقية بسيطة ومركبة، كما أنها تتميز بإمكانياتها الحركية ومتطلباتها الذهنية، مما يسهم بتعدد السلوك الحركي والتفكير الخلاق مع مراعاة مبدأ التدرج من السهل للصعب الأمر الذي يؤثر إيجابياً في تعلم المهارات الأساسية في رياضة تنس الطاولة، كما أن استخدام الألعاب التمهيدية في التعلم يرتبط بالمرح والسرور والتشويق والاستثارة المحببة إلى النفس إذ تتميز بمواقفها المتعددة المتباينة من لحظة لأخرى بالإضافة إلى ما تتميز به الألعاب التمهيدية من التنوع المستمر مما يتيح للطالبة المشاركة الإيجابية في العملية التعليمية بينما تتميز الطريقة التقليدية (الشرح اللفظي والنموذج العملي) والتي خضعت لها المجموعة الضابطة بالتكرار والنمطية..

ويتفق هذا مع ما أشار إليه كل من محمد علاوى (١٩٩٣)، وديع التكريتي (٢٠١٢)، إلى أهمية استخدام الألعاب التمهيدية في تعلم المهارات الأساسية للأنشطة الرياضية المختلفة. وأن الألعاب التمهيدية ترتبط بعناصر المرح والسرور والاستثارة المحببة إلى النفس إذ تتميز بمواقفها المتعددة المتباينة من لحظة لأخرى مما يساعد الفرد على اكتساب الخبرات بسرعة وسهولة وبدون ملل. (٥)(١٢)

وتشير ناهدة الدليمي (٢٠١٠) أن استخدام الألعاب التمهيدية يدخل عامل التشويق والتنويع والإثارة ويخلق لدى المتعلمين الدافع للتعلم، كما تساعد على سرعة التعلم الحركي، وإتقان المهارات مما يؤثر إيجابياً على تعلم المهارات الأساسية للأنشطة الرياضية المختلفة. (٩)(٢٢٢)

وتتفق هذه النتائج مع ما أشار إليه ويلتزر وفريغ Wiltz & Fein (٢٠٠٦) وبيرجن Bergen (٢٠٠٩) من أن اللعب وسيط هام في عملية التعلم، حيث أنه يجب استخدام الألعاب التمهيدية بكثرة في العملية التعليمية لاستثارة اهتمام المتعلمين وخلق الدافع لديهم عن طريق تقديم المهارات في شكل ألعاب ومسابقات متنوعة وشيقة، ومما يساعد على تعلم المهارات الحركية الجديدة بسهولة ويسر ورفع مستوى الأداء. (١٨)(١٤)

كما تتفق أيضاً مع ماتذكرة إيلين وديع (٢٠٠٢) (٢) من أن الألعاب التمهيدية تعتبر وسيلة فعالة في زيادة سرعة التعلم للمهارات الحركية وتأخر ظهور التعب لأن الموقف التعليمي من خلالها يكون مصدر سرور ورضا للمتعلم وبالتالي إتاحة فرصة كبيرة للممارسة.

وفي هذا الصدد أشار إليه هايفنون Hyvönen (٢٠٠٨) أن اللعب من المثيرات التي يجب استغلالها والاستفادة منها في عملية التربية الشاملة (١٥).

كما تشير الباحثة إلى عدم مراعاة أسلوب التدريس في الطريقة التقليدية للحاجات النفسية للطالبات أثناء الدرس، بالإضافة إلى عدم توافر خبرات نجاح سارة لدى الطالبات في الطريقة التقليدية والتركيز فقط على تعلم المهارات الحركية وما يصاحبها من أداء خاطئ في بداية التعلم الأمر الذي يؤثر بالسلب على تعلم المهارات الحركية في رياضة تنس الطاولة بينما استخدام الألعاب التمهيدية في التعلم يراعى الحاجات النفسية للطالبات من خلال ارتباط الأداء بالمرح والسرور كما أنها توفر خبرات النجاح السارة لكل طالبة من خلال الفوز.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسات كل من هند فريد (٢٠٠١) (١١)، أحمد عبد الغني (٢٠١٢) (١). هاني باز (٢٠١٢) (١٠) سعد الله عبد الله (٢٠١٤) (٣) فاضل شعير (٢٠١٥) (٤) مشرق اللامي (٢٠١٥) (٦) في أن استخدام الألعاب التمهيدية يؤثر إيجابياً على تعلم المهارات الحركية للأنشطة الرياضية المختلفة.

وبهذا تتحقق صحة ما جاء بفرضي البحث

الاستنتاج

يؤثر البرنامج التعليمي المقترح باستخدام الألعاب التمهيدية تأثيرًا إيجابيًا على تعلم مهارات رياضة تنس الطاولة

التوصيات

١. الاستعانة بالبرنامج التعليمي المقترح باستخدام الألعاب التمهيدية في تعلم مهارات رياضة تنس الطاولة بكليات التربية الرياضية ومراكز الشباب والأندية.
٢. العمل على تجديد الموقف التعليمي بما لا يبعث الملل في نفوس المتعلمين.
٣. توجيه نتائج الدراسة والأسس والمبادئ التي وضع عليها البرنامج التعليمي إلى العاملين في مجال التعليم بصفة عامة، وفي رياضة تنس الطاولة بصفة خاصة للاستفادة منها.

المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

١. أحمد عبد الرحمن محمد عبد الغني (٢٠١٢). تأثير استخدام الألعاب التمهيدية على تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لتلاميذ المرحلة الإعدادية. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة المنصورة: كلية التربية الرياضية.
٢. البين وديع فرج (٢٠٠٢). خبرات في الألعاب للصغار والكبار، ط٣. الإسكندرية: منشأة المعارف للنشر، (١٦)
٣. سعد الله سعيد مجيد عبد الله (٢٠١٤) فعالية استخدام الألعاب التمهيدية على تحسين مستوى الأداء البدني والمهاري في كرة اليد لطلاب المرحلة المتوسطة في محافظة كركوك-العراق. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة الإسكندرية: كلية التربية الرياضية للبنات
٤. فاضل بريسم شعير (٢٠١٥). فعالية برنامج تروحي باستخدام الألعاب التمهيدية لتعليم بعض المهارات الأساسية للكرة الطائرة لأطفال مرحلة التعليم الابتدائي في محافظة بابل بالعراق. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة الإسكندرية: كلية التربية الرياضية للبنات
٥. محمد حسن علاوي (١٩٩٣). موسوعة الألعاب الرياضية، ط٥. القاهرة: دار المعارف. (٦٧)
٦. مشرق عزيز اللامي (٢٠١٥). أثر التعلم باستخدام الألعاب التمهيدية لتطوير اهم المهارات الأساسية للاعبين كرة اليد للأعمار (٨-١٤) سنة. مجلة علوم التربية الرياضية، ٨(٣)، ١٩٧-٢١٢.
٧. مصطفى السايح محمد (٢٠١٤). تنمية القدرات الحركية باستخدام الألعاب التمهيدية. الإسكندرية: ماهي للتوزيع والنشر.
٨. مفتي إبراهيم حماد (٢٠٠١). التدريب: تخطيط وتطبيق وقيادة. القاهرة: دار الفكر العربي.
٩. ناهدة عبد زيد الدليمي (٢٠١٠). تأثير مجموعة ألعاب صغيرة في تطوير قدرات حركية محددة وبعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر (٧-٨) سنوات. مجلة علوم التربية الرياضية، ٤(٣)، ٢٠٧-٢٣٠.
١٠. هاني باز عبد العزيز باز (٢٠١٢). تأثير استخدام الألعاب التمهيدية على تعلم بعض مهارات كرة القدم والتوافق النفسي بدرس التربية الرياضية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة الزقازيق: كلية التربية الرياضية.
١١. هند سعيد على فريد (٢٠٠١). تأثير استخدام الألعاب المائية على كل من تعلم سباحة الزحف على البطن والقلق لدى طالبات كلية التربية الرياضية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة المنوفية: كلية التربية الرياضية (٩٣)
١٢. وديع ياسين التكريتي (٢٠١٢). المرشد في الألعاب التمهيدية لكافة المراحل الدراسية. الإسكندرية: ماهي للتوزيع والنشر.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

13. Ayre, C., & Scally, A. J. (2013). Critical values for Lawshe's content validity ratio: Revisiting the original methods of calculation. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 47(1), 79-86. doi:10.1177/0748175613513808
14. Bergen, D. (2009). Play as the learning medium for future scientists, mathematicians, and engineers. *American journal of play*, 1(4), 413-428. Retrieved from <http://www.journalofplay.org/sites/www.journalofplay.org/files/pdf-articles/1-4-article-play-as-learning-medium.pdf>
15. Hyvönen, P. (2008). Affordances of playful learning environment for tutoring playing and learning. Doctoral dissertation. Acta Universitatis Lappeensis 152. University of Lapland, Faculty of education, Finland. Rovaniemi: University of Lapland Printing Centre.
16. Lakens, D. (2013). Calculating and reporting effect sizes to facilitate cumulative science: a practical primer for t-tests and Anovas. *Frontiers in Psychology*, 4, 1-12.
17. Lance, C. E., Butts, M. M., & Michels, L. C. (2006). The sources of four commonly reported cutoff criteria: What did they really say? *Organizational Research Methods*, 9(2), 202-220. doi:10.1177/1094428105284919
18. Wiltz, N., & Fein, G. (2006). Play as children see it. In D. P. Fromberg & D. Bergen (Eds.), *Play from birth to twelve: Contexts, perspectives, and meanings* (2nd ed., pp. 127-140). New York, NY: Routledge.

الملخص باللغة العربية

فاعلية الألعاب التمهيدية في تعليم بعض المهارات الأساسية في تنس الطاولة لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية.

أميرة باسم هاني محمد مختار البيلى

قسم المناهج وطرق التدريس، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية - جمهورية مصر العربية

هدف هذا البحث إلى التعرف على فاعلية الألعاب التمهيدية في تعليم بعض المهارات الأساسية في تنس الطاولة لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية. استُخدم المنهج التجريبي. تكونت عينة البحث من (٦٠) طالبة اخترن عشوائياً من طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الإسكندرية للعام الجامعي ٢٠١٤/٢٠١٥، قسمن إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (٣٠) طالبة. استخدمت الاختبارات البدنية والمهارية كأدوات لجمع البيانات. تم تطبيق البرنامج التعليمي المقترح باستخدام الألعاب التمهيدية لمدة (١٢) أسبوع بمعدل وحدة تعليمية مدتها ٩٠ دقيقة في الأسبوع. وأثبتت النتائج أن البرنامج التعليمي المقترح باستخدام الألعاب التمهيدية يؤثر تأثيراً إيجابياً على تعلم مهارات رياضة تنس الطاولة.

الملخص باللغة الإنجليزية

Effectiveness of introductory games on teaching some table tennis basic skills for students at Faculty of Physical Education for Girls in Alexandria.

Amira Basem Hany Mohamed

This research aimed at identify the effectiveness of introductory games on teaching some table tennis basic skills for students at Faculty of Physical Education for Girls in Alexandria. Experimental methodology used. Sixty (60) students participated in the study chosen randomly from second grade students the Faculty of Physical Education for girls Alexandria University in the academic year 2014/2015, grouped into experimental and control groups each of (30 students). Physical and skill tests used as data collection tools. The proposed introductory games educational program implemented in (12) weeks, 90 minutes educational unit per week. The results proved that the proposed introductory games educational program has positive effect on learning table tennis skills.

