

## تأثير أسلوب التدريس التبادلي في تعلم الوثب الثلاثي لطلبة السنة الثالثة

\*د. زينب سالم جمعة      \*\*د. سهير علي خميس      \*\*\*د. عمر احمد المحروق

- مقدمة البحث وأهميته : إن التطور العلمي الذي يشهده العالم في شتى مجالات الحياة قد أصبح السمة المميزة لهذا العصر، ومن المجالات التي شملها هذا التطور والتغيير المناهج وأساليب تدريسيها.

تذكر وداد المفتي (2004) أن عملية التعليم بشكل عام من أهم العمليات التربوية التي تحتاج إلى التخطيط العلمي السليم لكي تصل إلى أهدافها، وهي توصيل المعلومات إلى المتعلم بأفضل أسلوب ممكن ويعتمد التعليم الحركي على مدى فاعلية الأساليب المستخدمة في تعليم المهارات الحركية للوصول إلى المستوى المقبول في الأداء ضمن الوقت المحدد لها (14 : 1)

ويضيف رشدي عامر (1999) أنه من بين هذه الأساليب أسلوب (التعلم التبادلي) الذي يعتبر من الأساليب المميزة عن الأساليب الأخرى، لأنه يعطي الفرصة للتقويم والتصحيح المباشر لكل تلميذ عن طريق زميله والتي تساعده أيضا في إتقان القدرات والمهارات الحركية المختلفة في درس التربية البدنية.(1: 160)

" وقد سعى الوثب الثلاثي بهذا الاسم لأنه يتركب من ثلاث وثبات متتابعة، ولو أنه يسمى أيضاً بمكوناته الحركية، أي (الحجلة، الخطوة، الوثبة) والإيقاع المختلف بين الوثبات الثلاث هو الصفة المميزة التي تعطي لتلك المسابقة الشكل المميز لها، حيث يتم إنجاز الحجلة والخطوة بقدم واحدة، أما الوثبة فتتجزأ بالقدم الأخرى، والخطوة هي أقصر الوثبات ذلك لأنها تؤدي تحت ظروف صعبة لأن قدم الارتقاء تكون قد قامت بأداء ارتقاء وهبوط بعد عملية طيران طويلة نوعاً ما في أثناء عمل الحجلة، وهدف الوثب الثلاثي هو الوصول إلى أبعد مسافة ممكنة عند استعمال الوثبات الثلاث المتعاقبة". (2 : 140)، (7 : 35)، (15 : 51)

لذلك تحتاج هذه المسابقة إلى درجة كبيرة من القوة والسرعة، كما تتطلب سيطرة متكاملة على تكتيك الأداء، لذا يجب الإعداد لها في سن مبكرة حتى يمكن التقدم بها.

ومبتدئي في هذه المسابقة تظهر لديهم الفروق التي تميز تركيباتهم الجسمية، فبالنسبة للنمو الحركي لدى الذكور يظهر الاتزان التدريجي في الأداء، ويستطيع التلميذ أن يصل في العديد من المهارات الحركية الرياضية إلى درجة الإتقان، كما يلاحظ ارتقاء مستوى التوافق العضلي العصبي بدرجة كبيرة، ومنها يستطيع التلميذ سرعة اكتساب وتعلم مختلف المهارات الحركية. (8 : 79)

وتبرز أهمية هذا البحث في تجربة الواجبات النظرية عن طريق الكتيب المبرمج الذي يحتوي معلومات تشكل نوعاً من الإخطارات الحسية المعرفية والتي تساعد التلاميذ على تكوين التصور الحركي الذي يخدم

الأداء الحركي الجديد.. كذلك عملية التنوع في أساليب التعلم توفر فرص أكثر لطلاب في الأداء وتلقي معلومات (تغذية راجعة) بعد كل أداء مباشر من الزميل كما هو الحال في الأسلوب التبادلي ومن هنا تتضح أهمية هذا البحث في طرح بدائل للأسلوب التقليدي المستخدم باستمرار في تعليم مسابقات تتميز بالصعوبة مثل مسابقة الوثب الثلاثي .

مشكلة البحث: " إن مواكبة التطور والتغير في المجالات المختلفة عامة وفي مجال المناهج وأساليب التدريس خاصة يحتم علينا استخدام وإيجاد طرق وأساليب حديثة تركز على المتعلم كمحور أساسي وفعال في العملية التعليمية، والابتعاد عن الأسلوب التقليدي الذي يركز على المعلم والذي ينعكس سلباً على مستوى مشاركة التلاميذ في تنفيذ النشاطات، وذلك لعدم إشباع ميولهم ورغباتهم، هذا بالتالي يولد اتجاهات غير إيجابية نحو المادة التعليمية مما ينعكس أيضاً على فهمهم للمادة ومستوى تحصيلهم". (3: 175)

ومن خلال عمل الباحثون في مجال التدريس داخل كليات التربية البدنية وتدريب العاب القوى خاصا وجد ان مهارة الوثب الثلاثي تحتاج الى وقت طويل من الزمن في عملية التعليم وهي من المهارات المركبة والمعقدة في عملية تعلمها حيث تاخذ فترة طويلة في تعليمها لذلك رثو استخدام اساليب جديدة في عملية تعلمها ومن ضمن هذه الاساليب الاسلوب التبادلي بين الطلاب الذي يجعل العملية التعليمية أكثر سهولة حيث يوفر فرص أكثر في عملية التعليم وتصحيح الأخطاء بين الطلاب .

ويذكر محمود فتحي محمود (1993) أن هذه المسابقة من أكثر المسابقات تعقيداً، وتحتاج إلى توافق كبير وخاص حيث يكون التكنيك فيها هو اكتساب أكبر مسافة أفقية، وتكمن صعوبتها في كيفية الاحتفاظ بالسرعة المكتسبة أثناء الثلاث وثبات. (11 : 31)

إن الذي يحدث عند التلاميذ المبتدئين عادة هو أنهم يؤدون الحجلة عالياً لتحقيق أكبر مسافة نظراً لامتلاكهم سرعة كبيرة أثناء البدء بالارتقاء، في الوقت الذي يؤثر في مسافتي الخطوة والوثبة الأخيرة. (9: 329)

وقد تعددت أساليب وطرق التدريس في ظل الفكر التربوي الحديث ومن بينها الأسلوب التبادلي الذي يتيح للتلميذ حرية أكثر واعتماد على ذاته يقترن من الاستقلالية والاعتماد على النفس، ويتضح أن هذا الأسلوب يقلل من مشكلة وجود أعداد كبيرة من المتعلمين، ومن أسباب استخدامه أن المعلم بمفرده لا يستطيع ملاحظة الأداء المباشر لجميع التلاميذ، لذا فإنه يسند تصحيح الأخطاء والمساعدة إلى الزميل الملاحظ، وبهذا يتمكن التلاميذ من الاعتماد على أنفسهم في عمليتي التنفيذ والتقييم. (13: 28)

لأن استخدام الوسائل التعليمية يحول النظرة لعملية التعلم من الاعتماد على المعلم إلى مساهمة التلميذ بشكل عملي بالاعتماد على نفسه في حل مشكلاته من خلال المشاهدة التي تساعده في تصوير الأداء

الحركي للمهارة ، وبالتالي يتمكن من اتقان الأداء المهاري بشكل أفضل كما تنمي عنده التفكير والابداع .  
(5: 162)

ومما سبق كان من الواجب البحث عن أساليب تدريس جديدة وذلك بغرض توفير الجهد والوقت داخل الوعاء الزمني المخصص لتنمية المتطلبات المهارية والمعرفية الخاصة بالطلاب تلك المرحلة، وفي مسابقة الوثب الثلاثي بالذات فربما تكون أعمق أثراً وأكثر فاعلية للعملية التعليمية، وتعمل على زيادة الفهم والإدراك والتذكر الحركي والتصور لدقائق الأداء، وتعمل على تقديم التغذية الراجعة لأن المعلومات حول الاستجابة أو كفاءة الاستجابة تبدو جوهرية خلال العملية التعليمية وأن الإخفاق في تأمين مثل هذه المعلومات في بعض الحالات سوف يمنع عملية التعلم كاملة كما أن أسلوب أو طريقة هذه المعلومات هي كذلك مهمة للتعلم فاستخدام أكثر من طريقة أو تغيير الوقت الذي تقدم فيه هذه المعلومات يؤثر على الأداء وعلى التعلم ، وكذلك يساهم في خلق مقومات المعلم الناجح والتي من أهمها القدرة على الملاحظة وتصحيح الأخطاء.

#### أهداف البحث : يهدف البحث للتعرف على :

- تأثير الأسلوب التقليدي في تعلم مسابقة الوثب الثلاثي لطلبة السنة الثالثة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بالزاوية .
- تأثير الأسلوب التبادلي في تعلم مسابقة الوثب الثلاثي لطلبة السنة الثالثة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بالزاوية .
- مقارنة أي الأساليب أفضل في تعلم مسابقة الوثب الثلاثي لطلبة السنة الثالثة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بالزاوية .

#### - فروض البحث :

- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الأولى (الأسلوب التقليدي) في تعلم مسابقة الوثب الثلاثي ولصالح القياس البعدي.
- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الثانية (الأسلوب التبادلي) في تعلم مسابقة الوثب الثلاثي ولصالح القياس البعدي.
- توجد فروق دالة إحصائية في القياسات البعدية بين المجموعة التجريبية (الأسلوب التبادلي) والمجموعة الضابطة (الأسلوب التقليدي) ولصالح المجموعة التجريبية .

#### الدراسات المشابهة :

دراسة رشيد عامر محمد عامر (1999) (1). " فعالية استخدام أسلوب التعلم التبادلي بدرس التربية البدنية على تنمية بعض القدرات البدنية والمهارات الحركية لتلاميذ المرحلة الإعدادية " .ويهدف البحث إلى التعرف على فاعلية استخدام التعلم التبادلي على تنمية بعض القدرات البدنية وهي (التوازن ، السرعة ،

التحمل) والمهارات الحركية وهي : (الرمي في ألعاب القوة ، التصويب في كرة اليد) وذلك لتلاميذ المرحلة الإعدادية . واستخدم الباحث المنهج التجريبي ذا التصميم الثنائي لمجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة لمناسبه طبيعة هذا البحث . واشتملت عينة البحث على (80) تلميذاً من تلاميذ الصف (الثاني الإعدادي) قسموا إلى (40) تلميذاً كمجموعة تجريبية و (40) تلميذاً كمجموعة ضابطة . وقد أسفرت أهم النتائج على إن استخدام التعلم التبادلي أدى إلى تقدم في نمو القدرات البدنية والمهارات الحركية قيد البحث ، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبارات المهارية بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية التي استخدمت أسلوب التعلم التبادلي .

دراسة هشام حجازي عبد الحميد (2004) (13) . " تأثير استخدام بعض أساليب التدريس على المتطلبات البدنية والمهارية والمعرفية الخاصة للمبتدئين في الكاراتيه " . وتهدف الدراسة إلى التعرف على تأثير استخدام أساليب التدريس (التقليدي - الممارسة - التبادلي) على المتطلبات البدنية والمهارية والمعرفية الخاصة للمبتدئين في رياضة الكاراتيه . واستخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم تجريبي لثلاث مجموعات (مجموعتان تجريبيتان ، ومجموعة ضابطة) . وقد مثل مجتمع البحث طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بجامعة المنصورة واختيرت عينة البحث بالطريقة العشوائية من طلاب الفرقة الثانية والمقيدون بسجلات الكلية للعام الجامعي (2003 / 2004 ف) والبالغ عددهم (327) طالباً . وتعددت واختلفت النتائج حول تأثير الأساليب المقترحة على تلك المتطلبات (البدنية والمهارية والمعرفية) فمنها من توصل إلى تفوق أسلوب الممارسة على أسلوب التبادلي والتقليدي ومنها من توصل إلى تفوق أسلوب التبادلي على كل من أسلوب الممارسة والتقليدي ومنها من توصل إلى تفوق أسلوب التقليدي على كل من أسلوب الممارسة والتبادلي ومنها من توصل إلى عدم وجود فروق دالة بين الأساليب الثلاثة .

### الاجراءات :-

- منهج البحث : استخدم الباحثون المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة والمتكافئة وذلك لملاءمته لطبيعة البحث.

- مجتمع البحث : تمثل مجتمع البحث في طلاب السنة الثالثة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة الزاوية والبالغ عددهم 42 طالب

- عينة البحث : تم اختيار عينة البحث من طلبة السنة الثالثة حيث تم تقسيمهم الى مجموعتين كل مجموعة تحتوي على (12) طالب المجموعة التجريبية تستخدم التعليم التبادلي والمجموعة الضابطة تستخدم الاسلوب التقليدي

- الاختبارات المستخدمة في البحث : لتحديد الاختبارات اللازمة لإجراء التجربة قام الدارس بالرجوع إلى المراجع العلمية والدراسات المشابهة .

وقد أسفر ذلك عن تحديد الاختبارات الآتية كما هو موضح من خلال الجدول (1) .

جدول (1) يوضح الاختبارات التي تم تحديدها

الغرض	وحدة القياس	الاختبار	ت
قياس السرعة	ث	عدو 30 متر من البدء الطائر	1-
قياس مسافة الحجلة برجل واحدة	م	ثلاث حجلات بالرجل اليمنى	2-
قياس مسافة الحجلة برجل واحدة	م	ثلاث حجلات بالرجل اليسرى	3-
قياس مسافة الخطوة	م	ثلاث خطوات من الثبات	4-
قياس القدرة العضلية للرجلين	سم	الوثب العمودي من الثبات	5-
قياس القدرة العضلية للرجلين	م	الوثب الطويل من الثبات	6-

- الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث :

- شريط قياس .
- ميزان معاير .
- رستاميتر لقياس الطول .
- ساعة إيقاف .
- حفرة وثب .
- جير .
- كرات طبية .
- حواجز .
- علامات (شواخص) .

- أسس إعداد الوحدات التعليمية :

قام الباحثون بمراعاة الأسس التالية في وضع الوحدات التعليمية:

- مراعاة مبدأ التدرج في التعلم من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب .
- مراعاة خصائص كل أسلوب من الأساليب المستخدمة في البحث .
- أن تتميز الوحدات التعليمية بالبساطة والتنوع .
- مراعاة خصائص النمو لهذه المرحلة السنوية .
- أن تحقق الوحدات التعليمية الشعور بالتشويق والإثارة .
- اختيار التمرينات المناسبة مع مستوى وقدرات الطلاب. (10: 42).

- خطوات إعداد الوحدات التعليمية :

قام الباحثون بتصميم الوحدات التعليمية لكل من مجموعة البحث التجريبية والمجموعة الضابطة بحيث كانت لكل أسلوب تدريسي على حدى على أن يتم توحيد البرنامج التعليمي المقترح

للمجموعتين واحتوى على (16) وحدة تعليمية لكل أسلوب بواقع وحدتان في الأسبوع ولمدة (8) أسابيع وكان زمن الوحدة التعليمية (ساعة) مقسمة كالآتي :

- (15) دقيقة للجزء التمهيدي (الإحماء + التمرينات) .
- (40) دقيقة للجزء الرئيسي منها (5) دقائق للجزء التعليمي + (15) دقيقة للجزء التطبيقي .
- (5) دقائق للجزء الختامي - مرفق (2) .

وبالتنسيق مع استاذ المادة بشأن اجراء التجربة على طلبة السنة الثانية خلال محاضرات الميدان

والمضمار

#### - التجربة الاستطلاعية :

قام الباحثون بإجراء التجربة الاستطلاعية الأولى على عينة من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية بلغت (10) طلاب وذلك بتاريخ 2019/12/10 ف وكان الهدف منها :

- التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة .
- اختيار الأماكن المناسبة للاختبارات .
- تحديد الأسلوب التنظيمي لإجراء الاختبارات .
- التعرف على مستوى الأداء الفني للتلاميذ ومدى استيعابهم للاختبارات .
- التأكد من مناسبة الاختبارات المستخدمة .
- التعرف على الوقت اللازم لإجراء الاختبارات .
- التعرف على الصعوبات التي قد تواجه الدارس .

#### - التجربة الأساسية :

وقد قام الباحثون بإجراء القياسات القبليّة على عينة البحث في الفترة 2019/12/24 -17/2020/12/18 ف وتم تطبيق البرنامج التعليمي المقترح على عينة البحث خلال الفترة من 2019/12/24 إلى 2020/2/25 ف وبعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج على العينة قام الباحث بإجراء القياسات البعدية يوم 2020/2/27 ف .

#### -- الوسائل الإحصائية :

تم تحليل البيانات باستخدام الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) واستخدم الباحث

الوسائل الإحصائية التالية :

- المتوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- الوسيط .
- معامل الالتواء .

- اختبار (ت) للمجموعات المرتبطة T-test.

- عرض النتائج : من خلال الاختبارات والمعالجات الاحصائية توصل الباحثون إلى النتائج التالية :-  
جدول (2) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة ومستوى الدلالة بين القياسين القبليين للمجموعة التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد الدراسة

مستوى الدلالة	قيمة (ت) المحسوبة	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات
		ع	س`	ع	س`		
-0.067	-0.752	0.16	4.91	0.26	4.85	ث	30م عدو من البدء الطائر
0.043	0.597	0.14	4.94	0.21	4.99	م	ثلاث حجلات بالرجل اليمنى
0.052	0.597	0.20	4.90	0.22	4.95	م	ثلاث حجلات بالرجل اليسرى
0.065	0.625	0.21	4.82	0.29	4.89	م	ثلاث خطوات من الثبات
-2.000	-1.021	3.72	36.25	5.67	34.25	سم	الوثب العمودي من الثبات
-0.031	0.729	0.09	2.10	0.12	2.07	م	الوثب الطويل من الثبات

من معطيات الجدول (2) يتضح أن لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية في بين القياس القبلي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات قيد الدراسة حيث تراوحت قيمة T المحسوبة بين (0.729 الى -1.021) .

الجدول (3) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة ومستوى الدلالة بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة (الأسلوب التقليدي) في المتغيرات قيد الدراسة.

مستوى الدلالة	قيمة (ت) المحسوبة	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات
		ع	س`	ع	س`		
0.518	5.46	0.20	4.33	0.26	4.85	ث	30م عدو من البدء الطائر
-0.098	1.26	0.17	5.08	0.21	4.99	م	ثلاث حجلات بالرجل اليمنى
-0.100	1.08	0.23	5.05	0.22	4.95	م	ثلاث حجلات بالرجل اليسرى
-0.167	1.67	0.19	5.06	0.9	4.89	م	ثلاث خطوات من الثبات
-1.917	0.88	5.01	36.17	5.67	34.25	سم	الوثب العمودي من الثبات
-0.062	1.37	0.10	2.13	0.12	2.07	م	الوثب الطويل من الثبات

من معطيات الجدول (3) يتضح أن لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في بين القياس القبلي والبعدى في الاختبارات قيد الدراسة ماعد اختبار عدو 30 متر حيث كانت قيمة (T 5.46) .

جدول (4) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة ومستوى الدلالة بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية الأولى (الأسلوب التبادلي) في المتغيرات قيد الدراسة

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدى		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة
		س`	ع	س`	ع		
30م عدو من البدء الطائر	ث	4.91	0.16	4.06	0.16	13.223	0.088
ثلاث حجلات بالرجل اليمنى	م	4.94	0.14	5.15	0.09	-4.369	-0.208
ثلاث حجلات بالرجل اليسرى	م	4.90	0.20	5.16	0.07	-4.098	-0.254
ثلاث خطوات من الثبات	م	4.82	0.21	5.19	0.08	-5.490	-0.365
الوثب العمودي من الثبات	سم	36.25	3.72	41.08	4.01	-3.061	-4.833
الوثب الطويل من الثبات	م	2.10	0.09	2.25	0.07	-4.414	-0.145

من معطيات الجدول (4) يتضح أن هنالك فروق ذات دلالة احصائية في بين القياس القبلي والبعدى في الاختبارات قيد الدراسة حيث تراوحت قيمة T المحسوبة بين 13.223 الى -5.490 .

جدول (5) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة ومستوى الدلالة بين القياسين والبعديين للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في المتغيرات قيد الدراسة.

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدى		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة
		س`	ع	س`	ع		
30م عدو من البدء الطائر	ث	4.33	0.20	4.06	0.16	3.750	0.274
ثلاث حجلات بالرجل اليمنى	م	5.08	0.17	5.15	0.09	-1.201	-0.067
ثلاث حجلات بالرجل اليسرى	م	5.05	0.24	5.16	0.07	-1.451	-0.103
ثلاث خطوات من الثبات	م	5.06	0.19	5.19	0.08	-2.180	-0.133
الوثب العمودي من الثبات	سم	36.17	5.01	41.08	4.01	-2.655	-4.917
الوثب الطويل من الثبات	م	2.13	0.10	2.25	0.07	-3.151	-0.114

من معطيات الجدول (5) يتضح أن توجد فروق ذات دلالة احصائية في بين القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة في الاختبارات قيد الدراسة ماعد اختبار ثلاث حجلات بالرجل اليمنى

واختبار ثلاث حجلات بالرجل اليسرى وكذلك اختبار ثلاث خطوات من الثبات حيث تراوحت قيمة المحتسبة بي ( 3.750 الى -3.151 ).

#### - مناقشة النتائج

#### - مناقشة الفرض الأول :

توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الأولى (الأسلوب التقليدي) في تعلم المراحل الفنية للوثب الثلاثي (الاقتراب ، الحجلة ، الخطوة ، الوثبة) ولصالح القياس البعدي. من خلال المعطيات الإحصائية جدول (3) يتضح أن قيمة (ت) المحسوبة للمتغيرات قيد الدراسة قد بلغت عدو 30م من البدء الطائر (5.46) واختبار ثلاث حجلات بالرجل اليمين ( 1.26) واختبار الثلاث حجلات بالرجل اليسار ( 1.08 ) واختبار الثلاث خطوات من الثبات ( 1.67 ) القدرة العضلية للرجلين الوثب العمودي (0.88) والقدرة العضلية للرجلين الوثب الطويل من الثبات (1.37) وأن وبذلك تكون الفروق غير معنوية ، وبذلك يتحقق الفرض الأول

ويعزو الباحثون ذلك إلى أن البرنامج المستخدم اهتم بالجانب التعليمي أكثر حيث ظهر تحسن طفيف في بعض المتغيرات قيد الدراسة حيث تظهر فروق معنوية في بعض المتغيرات وهذا ما أكدته دراسة هشام حجازي (2004) حيث ذكر أن أي أسلوب من أساليب التدريس إذا استخدم لفترة من الزمن يمكن أن ينجز قدرأ معيناً من الأهداف فإذا تغيرت الأهداف وجب أن يتغير معها أسلوب التدريس ولكل أسلوب دور معين في تنمية التلاميذ من الناحية البدنية والمهارية والاجتماعية والانفعالية والمعرفية . ويتفق ذلك مع ما تذكره عفاف عبدالكريم (1990) من أنه لا يوجد أسلوب واحد يمكن أن يحقق جميع أهداف التربية البدنية ولكن يحقق جزءاً منها فقط ومعلم التربية البدنية هو الذي يحدد أي طريقة تستخدم في تعليم كل جزء من أجزاء الدرس وأنها يحقق نتائج أكثر من غيرها . (13: 25) (6: 95) .

#### - مناقشة الفرض الثاني:

توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الثانية (الأسلوب التبادلي) في تعلم المراحل الفنية للوثب الثلاثي (الاقتراب ، الحجلة ، الخطوة ، الوثبة) ولصالح القياس البعدي. من خلال المعطيات الإحصائية جدول (4) يتضح أن قيمة (ت) المحسوبة للمتغيرات قيد الدراسة قد بلغت عدو 30م من البدء الطائر (13.223) واختبار ثلاث حجلات بالرجل اليمين ( -4.369) واختبار الثلاث حجلات بالرجل اليسار ( -4.098 ) واختبار الثلاث خطوات من الثبات ( -5.490 ) القدرة العضلية للرجلين الوثب العمودي ( -3.061 ) والقدرة العضلية للرجلين الوثب الطويل من الثبات ( -4.414) وأن وبذلك تكون الفروق معنوية ، وبذلك يتحقق الفرض الثاني .

ومن خلال هذه المعطيات الإحصائية ظهر أن هناك فروق معنوية في معظم الاختبارات قيد الدراسة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية الثانية ويعزو الدارس تلك النتائج إلى البرنامج التعليمي

المستخدم (التبادلي) وتتفق هذه النتائج مع ما ذكره ظافر جعفر عبد الزهرة (1999) بأن المعلومات التي تزود بها التلميذ عن طريق الكتيب تلعب دوراً مهماً في تحسين مستويات التعلم للمهارات الجديدة إذ تكون هذه المعلومات لدى التلاميذ نوعاً من التصور الحركي والخبرة التي تخزن بالذاكرة الحركية لغرض الاستفادة منها من قبل التلاميذ في تحسين الأداء المهاري . (4: 97)

#### - مناقشة الفرض الثالث:

توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (الأسلوب التبادلي) في تعلم المراحل الفنية للوثب الثلاثي (الاقتراب ، الحجلة ، الخطوة ، الوثبة) ولصالح القياس البعدي. من خلال المعطيات الإحصائية جدول (5) يتضح أن قيمة (ت) المحسوبة للمتغيرات قيد الدراسة قد بلغت عدو 30م من البدء الطائر (3.750) واختبار ثلاث حجلات بالرجل اليمين ( -1.201) واختبار الثلاث حجلات بالرجل اليسار ( -1.451 ) واختبار الثلاث خطوات من الثبات ( -2.180 ) القدرة العضلية للرجلين الوثب العمودي ( -2.655) والقدرة العضلية للرجلين الوثب الطويل من الثبات ( -3.151) وأن وبذلك تكون الفروق معنوية ، وبذلك يتحقق الفرض الثالث .

ويعزو الباحثون ذلك إلى البرنامج التعليمي المستخدم حيث استخدمت المجموعة التجريبية الأولى (الأسلوب التبادلي) والمجموعة الضابطة (التقليدي) وهذا ما أكدته نتائج دراستي رشيد عامر محمد (1999) ومرفت علي حسن (1997) حيث أكدت دراسة رشيد عامر أن استخدام التعلم التبادلي أدى إلى تقدم في نمو القدرات البدنية والمهارات الحركية قيد الدراسة كذلك أكدت دراسة مرفت علي أن التدريس الفردي الإرشادي باستخدام الكتيب المبرمج ساهم في تنوع الأسلوب التعليمي نظراً لوجود الرسوم التوضيحية التي زادت من الحماس والدافعية لدى التلاميذ كما أن وضع المهارة في صورة مجموعة من الإطارات المتنوعة جعلت المادة التعليمية مشوقة وتعمل على تفادي الملل عند تعلمها ، كذلك ساعد على إثراء الحصيلة المعرفية وأدى إلى تحسن مستوى الأداء المهاري وبالتالي تحسن مسافة الوثب نظراً لتوافر تصور مفاهيمي جيد للمهارة ومكوناتها الحركية والمعرفية . (1: 77) (12: 273)

الاستنتاجات :- من خلال إجراءات الدراسة وفي ضوء ما أسفرت عليه نتائج البحث توصلوا الباحثون إلى الاستنتاجات التالية :

- 1- إن استخدام أساليب التدريس الحديثة بشكل مترابط ومتسلسل له تأثيراً إيجابياً لرفع مستوى تعلم مسابقة الوثب الثلاثي ضمن الوقت المحدد مقارنة باستخدام الأسلوب المعتمد في تعليمه .
- 2- إن استخدام الأساليب الحديثة ساعد في تطوير مستوى الأداء الحركي لدى المجموعتين التجريبية والضابطة .
- 3- إن استخدام التعلم التبادلي أدى إلى تقدم في عملية تعلم المهارات الفنية للوثب الثلاثي .

## التوصيات :-

- في ضوء النتائج والاستنتاجات وفي حدود عينة الدراسة يوصى الباحثون بما يلي :
- 1- الاهتمام بالفروق الفردية بين الطلاب عند استخدام أسلوب معين في التدريس ، حيث أن تعميم أسلوب واحد قد يناسب طالب دون الآخر .
  - 2- إتباع أسلوب التدريس الفردي باستخدام التبادلي لما له من أهمية في تحسين مستوى التعلم ويعمل على رفع هذا المستوى في كافة النواحي الحركية والمعرفية .
  - 3- توفير كافة المستلزمات المطلوبة لتعليم مسابقة الوثب الثلاثي لما لها من أهمية في تحسين بعض القدرات البدنية كونها مسابقة مركبة .

## المراجع

## أولاً: المراجع العربية :-

- 1- رشدي عامر محمد : فاعلية استخدام التعلم التبادلي بدرس التربية البدنية على قيمة بعض القدرات البدنية والمهارات الحركية لتلاميذ المرحلة الإعدادية، مجلة المؤتمر العلمي الأول، جامعة سبها، غات، 1999 .
- 2- سليمان علي حسن : التحليل العلمي لمسابقات الميدان والمضمار، دار المعارف، مصر 1983 .
- 3- صادق خليل الحايك: أثر استخدام إستراتيجية التعلم التعاوني في تدريس كرة السلة على مفهوم الذات واتجاهات طلبة كلية التربية الرياضية، مجلة مؤتمر التربية الرياضية، عدد خاص، الجامعة الأردنية، 2004 .
- 4- ظافر جعفر عبد الزهرة : تأثير الواجبات النظرية على مستوى التعلم لبعض المهارات الأساسية بالتنس، مجلة المؤتمر العلمي الأول، كلية التربية البدنية، جامعة سبها، غات، 1999 .
- 5- عبدالرزاق جبار الرماحي وآخرون: تأثير بعض الوسائل التعليمية في تحسين مستوى الأداء والانجاز الرقمي لعدد (100) حواجز للطالبات، المجلة العلمية، كلية التربية البدنية، جامعة السابع من أبريل، 2006 .
- 6- عفاف عبد الكريم حسن : التدريس التعليم في التربية البدنية والرياضية أساليب – استراتيجيات - تقويم، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1990 .

- 7- على حسين القصيصي : الوثب والقفز في ألعاب القوى، دار الكتب الجامعية، الطبعة الثانية، 1972 .
- 8- عنايات محمد أحمد : مناهج وطرق التدريس في التربية الرياضية وإدارة النشاط الخارجي، دار الفكر العربي، مصر، 1988 .
- 9- قاسم حسن حسين : الأسس الميكانيكية والتحليلية والفنية، دار الفكر للطباعة وإيمان شـاكر والنشر، الطبعة الأولى، 2000.
- 10- محمد سعد زغلول : تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام أسلوب الوسائط المتعددة على جوانب التعلم لمهارة الوثب الطويل لتلميذات المرحلة الثانية، مجلة نظريات وتطبيقات، كلية التربية الرياضية للبنين بالبقير، الإسكندرية، العدد 49، 2003.
- 11- محمود فتحي محمود : التركيب الحركي للوثب الثلاثي، نشرة الاتحاد الدولي لألعاب القوى، العدد السادس، القاهرة، 1993 .
- 12- مرفت علي حسن خفاجة : استخدام التدريس الفردي الإرشادي بالكتيب المبرمج في علاج بعض صعوبات التعلم وأثره على التحصيل المعرفي ومستوى الأداء المهاري للوثب الطويل، المجلة العلمية للتربية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنات بالهرم، جامعة حلوان، العدد 29، 1997 .
- 13- هشام حجازي عبدالحميد : " تأثير استخدام بعض أساليب التدريس على المتطلبات البدنية والمهارية والمعرفية الخاصة للمبتدئين في الكاراتيه "، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، 2004 .
- 14- وداد المفتي وعفاف الكاتب : السباحة الحرة، مجلة مؤتمر التربية الرياضية، عدد خاص، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، العراق، 2004.

ثانياً : المراجع الأجنبية

- 15- Gerry A. carr, PhD : Fundamentals of Track and field , univrstity of victoria , 1991 .