

**أأثر اسأخدام أسلوب نظام الأعلأم الشأصأ
والعصف الذهنأ فأ الأعلم والاحتفاظ
لعدو ١١٠م أواأر**

مأدم من أبل

أ.م.د. أسأبن سعدأ إبراهأم

١- الأعرأف بأالأأ:

١-١ المأدمة وأهمأه الأأأ:

أن العملأه الأعلأمة أأنت ولأأزال ففأ مأمأ مأونأأها (المألم والأأالب والمأدة) والأسالأب الأأ أأفأ بها هأ الشأل الشاعأ لأأأر من البأأأأ والمهأأمأ بأالعملأه الأعلأمة بأأل أأم وبأرائأ الأأرأس ففأ الأربأه الأربأه بأأل أأص، ففأ الأوقأ الذأ أأرأأ أأرأس الأربأه الأربأه بأالأسلوب الأألأأأ الأأم على وأوء مأمأ أأأ موأأ ففأ الأأب المأمأهأ ، أأأ أن السأأأ الأأأه أأ شأهأ أأولأ أأدة ففأ أشاعه مأونأ أأأر أأورا ففأ العملأه العملأه الأعلأمة، فأأ أأورأ أرائأ الأأرأس أأأأه أأور الأأأأ الأربأه والأفسأه وأأور المأمأعأ وفلسفأأها، فأأرأأ بأوأ وأرأسأ عأأه عن أأفأه أأأأ عملأه الأألم وأأفأه أوصأل المأدة العلمأه للمأألم (صألأ وعأأ المأأ ١٩٨٢، ص١٣٩).

أعد أسلوب نظام الأعلأم الشأصأ من الأسالأب الأعلأمة المأأورة والأأأه الأأ أأوم على أرأسه المأألم للمأدة الأعلأمة مأأ أأأ، وأأب أأرأه ففأ أأ مأأ أربأه وأأب سرأه أأأه وبذلك فأن المأأأ الأساسأ الذأ أأوم علىه هأه أأأه ففأ الأعلأم هو أن المأألم أأوم بأأسأعأب أأ مفأأم الوأدة الأعلأمة ومهارأه، وأأأأها أبل الأأأقال إلى الوأدة الأأ أأأها ومن مأمزأأ هأا الأسلوب أن الأأالب أأسأأع أن أأأأل من وأدة أرأسه إلى الأأرأ أأب أأرأه العلمأه وسرأه ففأ الأألم مأمأ أأأه أرأسه المسأق أأأه الأأأه (الأألأوأأرون، ١٩٩٩، ص٢٩٦).

وأعد فعأأه أأو ١١٠م أواأر من الفعأأأأ الأأ أأأأر بأالصعوبة وأأأأ فن الأأاء الأركأ والأوأأق، أذ أأأأب ضرورة الأأأال المأسأر بأأ أأولأ الأأو السرأع وعأور الأأأر (أأوة الأأأر) مع الأأأأأب بمعدلأ عأأه من السرأه، وأعد ركض الأواأر الأساس الذأ لأأمكن فصلها عن الركض السرأع، ولهأا فالأأاء الأأ ففأ أأو ١١٠م أواأر أأب أن أكون ففأ الأساس أأاء أأأأ ففأ أأو ١٠٠م، وهأا لأأعأأ أن الأأاء الأأ ففأ أأو المسأأأ القصأره سوأ أكون أأ ففأ ركض الأواأر أأأأأأ، أذ أأأل صفة السرأه أهمأه أأأره لأأمأع فعأأأأ أأو الأواأر كأأ أعد من الأركأأ أأ الأأأأع المأأرر والمركبة ففأ أن وأأأ (أسأبن ومأمود، ٢٠٠٠، ص١٥٧)

وبعد اسلوب العصف الذهني من اساليب التوصل الى حلول المشكلات القائمة، وان الامور المسلمة بها التي تستند عليها هذا الاسلوب هي تمكن اي طالب أن تحفز أفكار الطلبة الآخرين (عبدالرزاق، ١٩٧٦، ص ١٥١)، فضلا عن ذلك فان استخدام اسلوب العصف الذهني ليس مجرد وسيلة للتشجيع على طرح افكار جديدة ولكن كي يشجع المشاركين جميعهم على الاسهام في العمل الجماعي (وهيب وزيدان، ٢٠٠١).

كما ان العمل على تعلم فعالية عدو ١١٠م حواجز في الدرس ليس هدفا انيا يسعى المدرس الى تحقيقه والافادة منه في الدرس الراهن، ولكنه يتعدى الى ابعد من ذلك فهو يهدف الى ان يحتفظ الطالب بالاداء الفني والانجاز بهذه الفعالية بالكفاءة نفسها التي توصل اليها في الدرس قدر الامكان وهو مايدعى بالاحتفاظ، اذ يذكر (Stalling,1982) ان الاحتفاظ هو مستوى بقاء الكفاءة في المهارة بعد فترة خالية من التدريب (Stalling,1982,P196).

وطبقاً لما تقدم فمن الضروري البحث عن أفضل اسلوب في التدريس التي يمكن من خلاله تعلم اكبر عدد من الطلبة تعلماً أفضل ، ومن ههنا جاءت أهمية البحث في التعرف على تأثير استخدام اسلوبي نظام التعليم الشخصي والعصف الذهني في التعلم والاحتفاظ لعدو ١١٠م حواجز، والتوصل الى اختيار الاسلوب الامثل التي يمكن الاستفادة منها في عملية التعلم وصولاً الى تحقيق افضل الانجازات، كما ويسهم هذا البحث في تشجيع مدرسي التربية الرياضية على اتباع اساليب تدريس حديثة وزيادة ادراكهم بأهمية استخدامها.

٢-١ مشكلة البحث:

ومن خلال عمل الباحث الميدانية لعملية درس التربية الرياضية، لاحظ أن الاسلوب التدريسي السائد في تدريس هذه الفعالية هو الاسلوب الوارد في المناهج الدراسية (الاسلوب المتبع) الذي قد لايفي بكل متطلبات تحقيق الاهداف التربوية والتعليمية في الدرس ويقلص الى حداً ما من القدرات الخاصة لدى الطلاب ويلقي المسؤولية والاشراف في العملية التعليمية على المدرس، ومن هنا لابد من التجدد في تدريس التربية الرياضية وذلك باستعمال عدد من الاساليب التدريسية الحديثة والتي يعطي ايجابية للمتعلم واشراكه فعلياً في العملية التعليمية واظهار قدراته وفاعليته، ومن اجل تحديد مشكلة البحث فان الباحث يسعى الاجابة على التساولات الاتية:-

• ماهو تأثير استخدام اسلوبي نظام التعليم الشخصي والعصف الذهني في التعلم لعدو ١١٠م حواجز واي الاسلوبين افضل.

• ماهو مقدار الاحتفاظ في الاساليب التعليمية لتعلم عدو ١١٠م حواجز.

وأن الباحث من خلال استخدام هذه الاساليب يمكنه التقلص من صعوبات التعلم والقدرة على تصحيح الاخطاء وتطبيق الاداء بشكل صحيح ومعالجة المشكلة من خلال الاجابة على هذه التساولات.

٣-١ اهدف البحث:

يهدف البحث الى مايلي:-

- الكشف عن تأثير استخدام اسلوبي نظام التعليم الشخصي والعصف الذهني في تعلم عدو ١١٠ م حواجز.
- الكشف عن الفروق بين اسلوبي نظام التعليم الشخصي والعصف الذهني في تعلم عدو ١١٠ م حواجز.
- الكشف عن افضل اسلوب في الاحتفاظ بتعلم عدو ١١٠ م حواجز.

٤-١ فروض البحث:

- هناك فروق ذات دلالة أحصائية بين اسلوبي نظام التعليم الشخصي والعصف الذهني في تعلم عدو ١١٠ م حواجز.
- هناك فروق متباينة في الاحتفاظ بتعلم فعالية عدو ١١٠ م حواجز.

٥-١ مجالات البحث

- المجال البشري: طلاب السنة الدراسية الثانية- كلية التربية الرياضية-جامعة صلاح الدين.
- المجال الزمني: ٢٠٠٨/١٢/٣ ولغاية ٢٠٠٩/٢/٨
- المجال المكاني: الملعب الخارجي لفعاليات العاب الساحة والميدان- كلية التربية الرياضية-جامعة صلاح الدين.

٢- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة:

١-٢ الدراسات النظرية:

١-١-٢ أساليب التدريس:

أن معايير اختيار اسلوب التدريس تعددت في ضوء طبيعة وأسس عمليات التدريس ورغم ذلك هناك سببان رئيسيان للمفاضلة بين أساليب التدريس بميزان الأكثر فعالية في عملية التدريس هما (عبدالحليم، ٢٠٠٦، ص ٢٤٧) :-

• اضافة عنصر التجديد.

• اثاره دافعية المعلم والمتعة في الممارسة.

كما ويجب على مدرسي التربية الرياضية أن يبذلوا قصارى جهدهم نحو اختيار وتجريب العديد من الاساليب التعليمية التي تثري الخبرة التعليمية، والا يكون ذلك على حساب أزمدة الدروس المخصصة للتعلم، وأن يخصص فترات زمنية معينة للتجريب مع توفير الى حد ما نفس ظروف الدرس وأن يضع في الاعتبار توقعات التلاميذ من حيث الناتج وما يمكن أن يقدمه التلاميذ من نشاط ومدى تقدمهم في الاداء ودرجة تفاعلهم في الدرس (عبدالحليم، ٢٠٠٦، ص ٢٤٧).

٢-١-٢ اسلوب نظام التعليم الشخصي

ان نظام التعليم الشخصي او ما يعرف بخطة كيلر، وهو احد استراتيجيات تفريد التعليم، ويمكن وصف هذا النظام التعليمي، بأنه تكنولوجيا ادارة التعلم، وقد وضع هذا النظام نظرية التعزيز في اطارها العملي، حتى اصبحت

اطار لمساق كامل، ويعمل المتعلمون هنا بصورة فردية حسب رغبتهم الخاصة ويستعملون الوسائل والمواد التعليمية المتنوعة من ذلك فصل في كتاب، او برامج التعليم عن طريق الحاسوب او احد الأفلام الحلقية او فيلم ثابت مصحوب بصوت، او كتيب يحتوي على دروس تعليمية مبرمجة وغير ذلك وعادة تكون هذه المواد التعليمية مرتبة بشكل متسلسل وعلى المتعلم ان يظهر اتقانه لكل حدة قبل السماح له بالانتقال الى الوحدة التي تليها (الحيلة، ٢٠٠١، ص ٢٥٣).

٣-١-٢ خطوات اعداد اسلوب نظام التعليم الشخصي وبرنامجه

- تتطلب عملية اعداد البرنامج التعليمي الخاص لأسلوب نظام التعليم الشخصي وقتا كافيا، ويعتمد نجاح هذا البرنامج على مدى الدقة، والموضوعية في اعداده، وتأتي خطوات الإعداد ضمن خمس خطوات تشمل كالاتي:-
- ١- **تحديد الهدف:** اي ما هو متوقع من المتعلم تحقيقه بعد الإنتهاء من دراسة الوحدة التعليمية وتوضع هذه الأهداف في قائمة بداية كل وحدة دراسية، وقد نوضع في دليل الطالب الدراسي.
 - ٢- **تحديد المحتوى:** اي وضع اطار عام للمحتوى المنوي تعليمه، وتنظيمه بشكل يناسب التعليم الفردي، والتعزيزات، واسئلة التقويم الذاتي، واجاباتها النموذجية.
 - ٣- **اعداد الاختبارات:** بحيث تغطي الوحدات كافة، وبأشكال مختلفة بمعدل ثلاث اختبارات او اكثر لكل وحدة دراسية، وذلك من اجل اجتياز الوحدة والانتقال الى اخرى بمعيار اتقان محدد، وتصحح هذه الاختبارات وجها لوجه من قبل المراقبين.
 - ٤- **تحديد المكان ووسائل التعليم:** ليس المقصود المكان الذي سيجري التعلم فيه، لكن مكان اللقاء او تقديم الاختبار او استخدام الأجهزة والمواد التعليمية.
 - ٥- **اعداد الدليل الدراسي للطالب:** يوضح هذا الدليل للطالب كل ما من اجله تسهيل عملية التعلم والتعليمات الخاصة بتنفيذ الوحدات التعليمية^(٢).
- كما يظهر في هذا النظام العبء الملقى على عاتق المعلم، من حيث الإعداد الجيد، والمتابعة المستمرة لتقدم المتعلمين، وبذلك جاءت الحاجة الى المراقبين الذين يساعدون المعلم ويقدمون يد العون لزملائهم حيث يطلب منهم ذلك (الحيلة واخرون، ١٩٩٩، ص ٣١٨-٣١٩).

٤-١-٢ اسلوب العصف الذهني^(*)

استراتيجية العصف الذهني واحدة من أساليب تحفيز التفكير والإبداع الكثيرة التي تتجاوز في أمريكا أكثر من ثلاثين أسلوبا ، وفي اليابان أكثر من مئة أسلوب من ضمنها الأساليب الأمريكية . ويستخدم العصف الذهني

كأسلوب للتفكير الجماعي أو الفردي في حل كثير من المشكلات العلمية والحياتية المختلفة ، بقصد زيادة القدرات والعمليات الذهنية ، ويعني تعبير العصف الذهني : استخدام العقل في التصدي النشط للمشكلة .

٥-١-٢ أهداف العصف الذهني :

تهدف جلسات العصف الذهني إلى تحقيق الآتي :

- ١- حل المشكلات حلاً إبداعياً .
- ٢- خلق مشكلات للخصم .
- ٣- إيجاد مشكلات ، أو مشاريع جديدة .
- ٤- تحفيز وتدريب تفكير وإبداع المتدربين .

٦-١-٢ مراحل العصف الذهني :

يمكن استخدام هذا الأسلوب في المرحلة الثانية من مراحل عملية الإبداع ، والتي تتكون من ثلاث مراحل

أساسية هي :

- ١- تحديد المشكلة .
- ٢- إيجاد الأفكار ، أو توليدها .
- ٣- إيجاد الحل .

٧-١-٢ الاحتفاظ والنسيان :

ان الاحتفاظ بالمهارات الحركية هو استمرار القدرة على اداء عمل سبق ان تعلمه وذلك بعد مدة من تعلم لم يمارس خلالها هذا العمل لذا ان التذكر هو عملية احياء ما سبق ان تعلمه واحتفظ به الفرد والنسيان هو فقدان طبيعي جزئي أو كلي مؤقت أو دائم لما اكتسبناه من قبل (خوشناو، ٢٠٠٦، ص٢٩).

ان المهارات الحركية سواء كانت في الرياضة او الصناعة يتم تعلمها عن طريق الانتباه والتكرار لمرات عديدة ولزمن طويل، وكلما زاد زمن التدريب زادت القدرة على الاحتفاظ وقل النسيان لان الاحتفاظ أو التذكر والنسيان يكمل بعضهما بعضاً بحيث ان زيادة الاول يشير الى نقصان الثاني (خيون، ٢٠٠٢، ص٥٠). ويُذكر (البناء، ٢٠٠١) ان الاحتفاظ يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالذاكرة بوعياها القصيرة المدى والطويلة أو البعيد المدى (البناء، ٢٠٠١، ص٣٠).

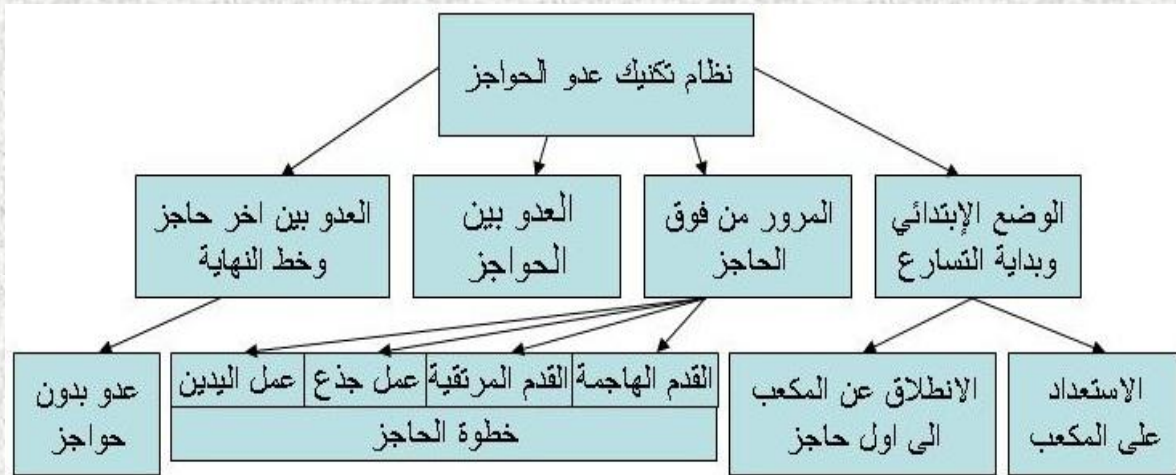
٨-١-٢ عدو الحواجز The Hurdles Running

تشمل الخطوات الفنية في ركض الحواجز على المراحل الآتية:

- ١- الوضع الابتدائي وبداية التسارع
- ٢- المرور من فوق الحاجز

٣- الركض بين الحواجز

٤- الركض بين اخر حاجز وخط النهاية (الريضي، ٢٠٠٥، ص ١٤٣).



شكل (١)

يبين نظام تكنيك الحواجز

١- الوضع الابتدائي وبداية التسارع:

ان الوضع الابتدائي لمسافة ١١٠م الحاجز يشبه الوضع الابتدائي للمسافات القصيرة ١٠٠م، ٢٠٠م، الا انها اكثر صعوبة من الوضع الابتدائي للمسافات القصيرة، وذلك لضرورة انهاء المسافة الممتدة من مكعب البداية الى اول حاجز من ٧-٨ خطوات حيث يكون طول هذه المسافة ١٣.٧٢م للرجال و ١٣م للنساء، حينما يقطع المتسابق المسافة من خط مكعب البداية الى اول حاجز في سبع خطوات يجب ان تكون القدم الهاجمة على الحاجز مرتكزة على المكعب الامامي الذي يكون ميلانه نحو مجال الركضة بزاوية ١٥-٢٠ درجة في حين تكون القدم الاخرى (اللاحقة) مرتكزة على المكعب الخلفي الذي يكون ميلانه نحو مجال الركض من (٧٠-٨٠) درجة وعلى بعد (٥٠-٦٠سم) من موقع المكعب الامامي وحينما يقطع المتسابق المسافة من خط مكعب البداية الى اول حاجز في ثمان خطوات يجب ان تكون القدم الهاجمة على الحاجز مرتكزة على المكعب الخلفي، ويكون طول الخطوات الخمس الاولى يزيد بشكل ملموس على طول الخطوات الخاصة بعدائي المسافات القصيرة ، ولكن بشكل عام على المتسابق ان يصل الى اول حاجز وهو بكامل سرعته دون ان يرافق ذلك اضطراب في طول الخطوة وترددها (الريضي، ٢٠٠٥، ص ١٤٤).

٢-المرور من فوق الحاجز:

تعتبر هذه المرحلة العمق الحقيقي للاداء الفني لعدو ١١٠م حواجز لانها يتطلب المرور من فوق العشر الحواجز باداء فني واحد، تبدأ هذه الخطوة من مكان ارتقاء المتسابق أمام الحاجز الى مكان هبوطه خلف الحاجز، اذ ترتفع ركبة القدم المهاجمة اماما عاليا فوق مستوى الحاجز، وهناك مجموعة من عوامل اساسية تؤثر على هذه الخطوة الهامة في ركض الحواجز بشكل عام رجالا ونساء وهذه العوامل هي:

• ارتفاع الحاجز

• ارتفاع مركز ثقل الجسم (طول المتسابق)

• مكان الارتفاع

• زاوية الارتفاع

• سرعة الانطلاق (سرعة المتسابق زائداً سرعة الانطلاق باتجاه الحاجز) (الريضي، ٢٠٠٥، ص ١٤٥).

العامل الاول والثاني عاملان ثابتا لايتغيران فارتفاع الحاجز قانوني ثابت في كل مسافة من مسافة الحواجز

المعروفة ولايجوز الزيادة او التنازل بارتفاعها عن الحد القانوني المطلوب خلا المنافسة ويستثنى هنا مراحل التدريب التي يرفعها المدرب وينقصها طبقا لمرحلة التدريب التي يمر بها المتسابق كما ان طول اللاعب ثابت لايتغير فلايمكن للمتسابق ان يزيد او ينقص منه وهذه اطوال تشريحية ثابتة تزداد بزيادة عمر المتسابق ليصل لحد فسيولوجي لايتجاوز (٢٢) سنة قريبا، ولطول المتسابق اهمية خاصة في مرحلة الطيران، فكلما زاد طول اللاعب كلما زاد ارتفاع مركز ثقله فوق الحاجز، **العامل الثالث** والمتمثل بمكان الارتفاع فيجب ان يكون مكانا مناسباً لكل متسابق بحيث لا يكون مكان الارتفاع قريبا من الحاجز لان ذلك سيؤدي الى ارتفاع المتسابق فوق الحاجز عن الحد المعقول مما يؤدي الى سقوطه في مكان غير مناسب وبعيد عن الحاجز ومن الممكن ان يصطدم به وهذا سيكون على حساب الزمن اي سيفقد المتسابق زمنا هو بغنى عنه فيما لو ارتقى بمكان مناسب، **والعامل الرابع** والمتمثل بزاوية الارتفاع فهي من العوامل الهامة لخطوة الحاجز حيث تعطي الطريق الصحيح لحركة مركز ثقل المتسابق وعادة ما تكون زاوية الارتفاع (٥٥-٦٠) درجة، وان زيادة او نقصان في هذه الزاوية سيخلق وضعاً غير مناسب لاستمرارية المتسابق على الحواجز وسيكون ذلك زيادة في الزمن وهذا لايرغبه المتسابق بطبيعة الحال **والعامل الخامس** والمتمثل في سرعة الانطلاق حيث تكون سرعة الانطلاق مرتبطة تماما بوقت مرحلة الطيران وتكون مسافة خطوة الحاجز مختلف باختلاف قدره وامكانية المتسابق في سرعة انطلاقه نحو الحاجز وبالتالي سيكون فقدان المتسابق للزمن مختلف باختلاف قدرة المتسابق وامكانياته (الريضي، ٢٦٠٥، ص ١٤٦-١٤٧).

٣- الركض بين الحواجز:

ان المسافة بين حاجز وآخر تبلغ (٩.١٤م) يقطعها العداء بثلاث خطوات موزونة تبلغ مسافة هذه الخطوات الثلاثة (٥.٦٠م) وذلك بعد خصم مسافة الهبوط للحاجز الاول والتي تقدر (١.٤٠م) ومسافة النهوض للحاجز الثاني والتي تقدر (٢.٠٤م) وعندها تكون مسافة الخصم (٣.٤٤م) وعند تحليلنا لهذه الخطوات نجد ان الخطوات الثلاثة غير متساوية في الطول فالخطوة الاولى والتي تبدأ عندما يكون مركز ثقل الجسم فوق قدم الرجل القائدة بعد اجتياز الحاجز أو بعبارة أخرى عندما تتجاوز رجل الارتفاع الرجل القائدة بعد الحاجز وتكمل الخطوة بعد الهبوط حيث تقدر بحوالي (١.٧٥م) وتعتبر هذه الخطوة اقصر الخطوات الثلاثة بينما تكون الخطوة الثانية اكبر الخطوات وتقدير (٢.٠٥م) اما الخطوة الثالثة فتكون اقصر من الخطوة الثانية بقليل وتقدر بحوالي (١.٩٠م) وذلك استعداداً لاداء خطوة الحاجز وهكذا بالنسبة للحاجز الاخرى (مجيد والانصاري، ٢٠٠٢، ص ٥٨).

٤- الركض بين اخر حاجز وخط النهاية:

وتبدا هذه المرحلة من الحاجز الاخير وحتى نهاية السباق، وفي هذه المرحلة يتم زيادة معدل السرعة الى اقصى مايمكن، وتشكل هذه المرحلة أهمية كبيرة بالنسبة لزمن العدو وعليها يتوقف في بعض الاحيان الفوز بالسباق من عدمه (عثمان، ١٩٩٠، ص ٢٥٢).

ويذكر (Mann.R, Hermin) ان تحمل السرعة وتحمل القوة ضمان لتحقيق اعلى معدل سرعة قبل خط النهاية وهذا يعتمد ايضاً على تكامل الصفات البدنية (Mann.R, Hermin.1990,p386).

٢-٢ الدراسات المشابهة

١-٢-٢ دراسة عبد الستار الدليمي (٢٠٠٥).

(اثر استخدام العصف الذهني في التفكير الإبداعي والتحصيل الدراسي لدى طلبة الصف الرابع العام في مادة احياء)

وهدف الدراسة الى:-

التعرف على تأثير طريقة العصف الذهني في التفكير الابداعي والتحصيل الدراسي في تدريس مادة الاحياء. وتالفت عينة البحث من (٥٤) طالباً من طلبة المرحلة الرابعة عام الذين يدرسون في احدى المدارس الاعدادية في مركز محافظة الموصل للعام الدراسي (٢٠٠٣-٢٠٠٤) ووزعت العينة الى مجموعتين تجريبية وضابطة وبواقع (٢٧) طالباً لكل مجموعة ، وتمثلت ادوات البحث من مقياس التفكير الابداعي واختبار التحصيل المعرفي لمادة احياء ، وقام الباحث باعداد برنامج تعليمي على وفق طريقة العصف الذهني والذي تكون من عشرة خطط، وبعد الانتهاء من تطبيق البرنامج اجرى الباحث الاختبار اليومي ثم عالج بياناته باستخدام الوسائل الاحصائية ،وبعد ذلك توصل الباحث الى مجموعة من الاستنتاجات أهمها:-

- وجود اثر لطريقة العصف الذهني في تحسين التفكير الابداعي لدى طلاب الصف الرابع في مادة الاحياء.
- وجود اثر لطريقة العصف الذهني في تحسين تحصيل طلاب الصف الرابع في مادة الاحياء(الدليمي، ٢٠٠٥).

٢-٢-٢ دراسة ابراهيم عمر عزيز (١٩٩٨)

(اثر استخدام طريقة العصف الذهني في تنمية التفكير الابتكاري لطلبة الاعدادية)

وهدف الدراسة الى:-

التعرف على اثر طريقة العصف الذهني في تنمية التفكير الابتكاري لدى طلبة المرحلة الاعدادية تكونت عينة البحث من (٨٠) طالباً وطالبة من الصف الخامس الاعدادى بفرعيه العلمي والادبي للمدارس الاعدادية التابعة لمدينة بغداد -الكرخ، وتم تقسيمهم على مجموعتين ضابطة واخرى تجريبية ، واستغرق تطبيق البرنامج (١٣) اسبوعاً وبواقع لقاء واحد في كل اسبوع، كما وتعرض المجموعتين لاختبار القدرة على التفكيرالابداعي قبل تطبيق البرنامج وبده ، وتم معالجة البيانات الاحصائية باستخدام تحليل التباين الثلاثي، توصل الباحث الى مجموعة من الاستنتاجات أهمها:-

- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي لصالح المجموعة التجريبية.
- وجود فروق ذات دلالة احصائية في متوسط درجات التفكير الابتكاري بين طلاب المجموعة التجريبية وطالباتها ولصالح الطالبات.
- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين طلبة الفرع العلمي والادبي في المجموعة التجريبية في متوسط درجات التفكير الابتكاري لصالح الفرع العلمي (عزيز، ١٥٠، ١٩٩٨).

٣- منهج البحث واجرائه الميدانية:

١-٣ منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعات المتكافئة لملائمته مع طبيعة مشكلة البحث، باعتبار ان المنهج التجريبي هو "تغيير متعمد ومضبوط للشروط المحددة لحادث ما وملاحظة التغيرات الناتجة في الحادثة نفسها وتفسيرها" (محبوب، ٢٠٠١، ص ٢٨٩).

٢-٣ مجتمع البحث وعينته:

تم اختيار مجتمع البحث من طلاب السنة الدراسية الثانية في كلية التربية الرياضية/جامعة صلاح الدين للعام الدراسي (٢٠٠٨-٢٠٠٩) يمثلون اربعة شعب دراسية (A1, A2, B1 B2). واختيرت عينة البحث بصورة عشوائية من شعبة (B1) لتكوين المجموعة التجريبية الأولى وشعبة (A2) لتكوين المجموعة التجريبية الثانية وشعبة (A1) لتكوين المجموعة الضابطة، وتم استبعاد عدد من الطلاب لتحقيق التجانس بين المجاميع الثلاث:-

- الطلاب الراسبون.
- الطلاب الذين يمثلون الجامعة والكلية في الأنشطة الرياضية.
- الطلاب الذين يمارسون هذه الفعالية في الأندية.

واصبح مجموع العينة الكلية (٥٤) طالبا موزعين على ثلاث مجموعات كما موضح في الجدول الآتي:-

جدول (١)

يوضح عدد افراد عينة البحث واسلوب التدريس المستخدم لكل مجموعة

المجموعة	اساليب التدريس	العدد الكلي	المستبعد	العدد النهائي
المجموعة التجريبية الأولى	اسلوب نظام التعليم الشخصي	٢٣	٥	١٨
المجموعة لتجريبية الثانية	اسلوب العصف الذهني	٢٢	٤	١٨
المجموعة الضابطة الثالثة	اسلوب التعلم المتبع	٢٤	٦	١٨

٥٤	١٥	٦٩	المجموع الكلي
----	----	----	---------------

٣-٣ الأجهزة والادوات ووسائل جمع المعلومات

استخدم الباحث الأدوات والوسائل الآتية:-

- استمارة استبيان
- جهاز لقياس الوزن والطول
- شريط قياس بطول (٣٠م)
- الملاحظة العلمية المنظمة (لتقويم فن الأداء).

٤-٣ تكافؤ مجموعات البحث:

لقد قام الباحث بتكافؤ مجموعات البحث لضبط متغيرات (العمر، الطول، الوزن، الاداء الفني، الانجاز)

جدول (٢)

يوضح تجانس العينة في متغيرات (العمر، الطول، الوزن)

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F) المحسوبة	الدلالة
العمر (السنة)	بين المجموعات	١٢٣٨.١٨	٢	٦١٩.٠٩	1.67	غير معنوي
	داخل المجموعات	١٨٨٣٦.١٤	٥١	٣٦٩.٣٣		
الوزن (كغم)	بين المجموعات	٥٤٣٣.٢٣	٢	٢٧١٦.٦١	٠.٥٠	غير معنوي
	داخل المجموعات	٢٧٤٤١٧.٥٢	٥١	٥٣٨٠.٠٦		
الطول (سم)	بين المجموعات	٢٣١٤٥.٦٣	٢	١١٥٧٢.٨١	٠.٧٤	غير معنوي
	داخل المجموعات	٧٩٦٣٢٤.٣٣	٥١	١٥٦١٤.٢٠		
الاداء الفني لفعالية عدو ١١٠ حواجز	بين المجموعات	١٩.٢٢	٢	٩.٦١	١.١٥	غير معنوي
	داخل المجموعات	٤٢٣.١٢	٥١	٨.٢٩		
الانجاز لفعالية ١١٠ حواجز	بين المجموعات	٩.٤٢	٢	٤.٧١	١.٤٦	غير معنوي
	داخل المجموعات	١٦٤.٥٢	٥١	٣.٢٢		

* قيمة (ف) الجدولية عند نسبة الخطاء (٠.٠٥) وامام درجتى الحرية (٢ و ٥١) = ٣.١٨

يتضح من الجدول (٢) بأنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين مجموعات البحث الثلاثة في كل من (العمر، الطول، الوزن، الأداء الفني والإنجاز عدو ١١٠ م حواجز) وهذا يشير الى تكافؤ مجموعات البحث بهذه المتغيرات

٥-٣ التجربة الإستطلاعية:

تم اجراء التجربة الاستطلاعية على عينة عشوائية قوامها (١٠) طلاب من السنة الدراسية الثانية وهم من مجتمع البحث ومن غير عينة البحث الأساسية في يوم (الاربعاء) وبتاريخ ٢٠٠٨/١٢/٣ وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية :-

- تطبيق بعض المواقف للمهارة المعدة بأسلوب (نظام التعليم الشخصي، والعصف الذهني) على الطلاب بهدف التعرف على استجاباتهم.
- التعرف على العوامل السلبية والإيجابية التي ربما تحدث خلال التجربة.
- التعرف على المعوقات والأخطاء التي يمكن ان تحدث خلال تطبيق المنهج من اجل تلافيها.

٦-٣ الإختبارات القبليّة

قام الباحث باعطاء ثلاث محاضرات للطلاب بمساعد الكادر المساعد(*) لشرح وتوضيح (فعالية عدو ١٠ م حواجز)، والأسلوبين اللذين يتم اتباعها وتطبيقها وهما (أسلوب نظام التعليم الشخصي، وأسلوب العصف الذهني)، بعد ذلك تم اجراء الإختبارات القبليّة لعينة البحث بتاريخ ٢٠٠٨/١٢/٩ لمعرفة مستوى أداء المجاميع الثلاثة (التجريبية الأولى - التجريبية الثانية - والضابطة الثالثة) في فعالية عدو ١٠ م حواجز كما وتم استخدام التصوير الفديوي كوسيلة موضوعية استطاع من خلالها ان يتعرف على مستوى أداء هذه الفعالية، ومن اجل ذلك قام الباحث بتصميم استمارة خاصة بفعالية ١٠ م حواجز بعد ان تم عرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال طرق التدريس والساحة والميدان(**) للتعرف على كيفية وضع الدرجات لتقييم الأداء الفني ملحق(٣).

٨-٣ المنهاج التعليمي:

بدء الدرس العملي الفعلي لمجاميع البحث يوم (الاحد، والثلاثاء) وبدء تطبيق المنهاج في يوم (الاحد) وبتاريخ ٢٠٠٩/١٢/١٤ واستغرقت التجربة (٦) اسابيع وبواقع وحدتين تعليميتين في الاسبوع الواحد وبزمن قدره (٩٠ دقيقة) لكل وحدة تعليمية وقام بتدريس المجموعات الثلاث مدرس مادة العاب الساحة والميدان في الكلية.

(*) يتكون الكادر المساعد من السادة:-

م.م. علي حسين علي- كلية التربية الرياضية-جامعة صلاح الدين
السيد ريباز بابة شيخ -مدرّب العاب في كلية التربية الرياضية-جامعة صلاح الدين

(**) يتكون الخبراء والمختصين من السادة:-

أ.د. قاسم حسن المنلاوي -كلية التربية الرياضية- جامعة صلاح الدين

أ.د. صفاء الدين طه -كلية التربية الرياضية- جامعة صلاح الدين

أ.م.د. اياد محمد شيت-كلية التربية الرياضية-جامعة موصل

أ.م.د. فداء اكرم- كلية التربية الرياضية-جامعة صلاح الدين

تم تعليم المجموعة التجريبية الأولى (باسلوب نظام التعليم الشخصي) اما المجموعة التجريبية الثانية (باسلوب العصف الذهني) وتضمن المنهاج التعليمي المادة العملية التي تم تعليمها بأسلوبين مختلفين، وقد حددت طريقة عرضه وشرح الفعالية من قبل مدرس المادة واثاء ذلك تم توزيع ورقة المعايير ملحق (١،٢)، اذ يقوم كل طالب بتطبيق ما تم تحديده في ورقة المعايير في المهارة المعطاة وقد انتهى الباحث من تنفيذ المنهج التعليمي يوم (الثلاثاء) الموافق ٢٠٠٩/١/٢٠.

٩-٣ تقويم الأداء الفني في الإختبار القبلي والبعدي:

بعد الإنتهاء من تطبيق المنهاج التعليمي تم الاختبار البعدي لمجاميع البحث الثلاثة بفعالية عدو ١٠م حواجز في يوم (الخميس) الموافق ٢٠٠٩/١/٢٢، وقد التزم الباحث بتهيئة نفس الظروف التي جرت في الإختبارات القبلية وبنفس الزمان والمكان والأدوات والأجهزة. وبعد انتهاء عملية التصوير في الإختبارات القبلية والبعدية لعينة البحث، استعان الباحث بالخبراء والمختصين في مجال تدريب العاب الساحة والميدان* لتقويم الأداء الفني للمجاميع الثلاثة من خلال مشاهدة العرض التلفازي وكانت درجة تقويم الأداء من (١ - ١٠) درجة.

١٠-٣ اختبار الاحتفاظ:

اجري اختبار الاحتفاظ في يوم (الاحد) المصادف ٢٠٠٩/٢/٨ بعد مرور (١٦) يوما من الاختبار البعدي لاكتساب فعالية عدو ١٠م حواجز وبالظروف ذاتها لغرض الوقوف على مستوى التعلم الحقيقي المحتفظ في الذاكرة والاداء اذ لم يمارس المتعلم فعالية عدو ١٠م حواجز خلال مدة الاحتفاظ، وقد استخدم الباحث اختبار الاحتفاظ المطلق الذي يقيس مقدار التعلم الحقيقي للاداء.

١٤-٣ الوسائل الاحصائية المستخدمة:

قام الباحث باستخدام الحاسوب الالي في المعالجات الاحصائية وبنظام (Spss.Version12) لاستخراج البيانات الخاصة بالبحث، ومن هذا البرنامج تم حساب الوسائل الاحصائية الاتية:-

- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- اختبار (T.test).
- اختبار تحليل التباين (F).
- اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D).

(*) يتكون المقومون من السادة:-

أ.د. قاسم حسن المندلاوي - كلية التربية الرياضية-جامعة صلاح الدين/اربيل
م.أ.د. صفاء الدين طه - كلية التربية الرياضية-جامعة صلاح الدين/اربيل
م.م. علي حسين علي- كلية التربية الرياضية- جامعة صلاح الدين/ اربيل

• مقدار النسيان = الوسط الحسابي للاختبار البعدي - الوسط الحسابي للاختبار الاحتفاظ
(www,hhp,2003,p4).

٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

٤-١ عرض نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجاميع الثلاثة ومناقشتها

(بأسلوب نظام التعليم الشخصي، وأسلوب العصف الذهني، وأسلوب التعلم المتبع) في تعلم عدو ١٠م حواجز.

جدول (٣)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجاميع الثلاثة في تعلم عدو ١٠م حواجز وتحليلها ومناقشتها.

المجاميع	المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	الدالة
		ع+	س-	ع+	س-		
المجموعة التجريبية الاولى	الاداء الفني	٠.٨٥	٦.٨٨	١.١٣	٨.١١	معنوي*	
	الانجاز	٢٢.٧٢	٢.١٣	١٨.٥٢	١.٨٥	معنوي*	
المجموعة التجريبية الثانية	الاداء الفني	٠.٧٩	٦.٢٣	٠.٩٣	٥.٢٠	معنوي*	
	الانجاز	٢٢.٨٢	٢.٨٢	١٩.٧٣	١.٢٣	معنوي*	
المجموعة الضابطة الثالثة	الاداء الفني	٠.٦٣	٥.٨٣	٠.٨٦	٦.٥٢	معنوي*	
	الانجاز	٢٣.٧٣	٢.٦٣	٢٠.٠٣	٥.٦٠	معنوي*	

*معنوي عند نسبة الخطاء (٠.٠٥) وامام درجة الحرية (١٨-١=١٧) اذا كانت القيمة الجدولية=٢.١١.

يتضح من النتائج المعروضة في جدول (٣) أن الوسط الحسابي والانحراف المعياري في تعلم الاداء الفني للاختبار القبلي للمجموعة التجريبية الاولى المستخدمة لـ(أسلوب نظام التعلم الشخصي) قد بلغ على التوالي (١.١٣، ٦.٨٨، ٠.٨٥، ٤.١٢) بلغ، بينما كانت الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار البعدي للانجاز في فعالية عدو ١٠م حواجز قد بلغ على التوالي (١.٨٥، ١٨.٥٢، ٢.١٣، ٢٢.٧٢)، وقد بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٨.١١، ٥.٥٨) ولما كانت القيمة المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٢.١١) عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) وبدرجة الحرية (١٧) فان هذا يعن أن هناك فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي في تعلم الاداء الفني والانجاز الخاصة بفعالية ١٠م حواجز ولصالح الاختبار البعدي.

وفي الجدول نفسه نلاحظ أن الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار القبلي للمجموعة التجريبية الثانية المستخدمة لـ(أسلوب العصف الذهني) قد بلغ على التوالي (٠.٩٣، ٦.٢٣، ٠.٧٩، ٤.٧٢) بلغ، بينما كانت الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار البعدي للتعلم نفسه قد بلغ على التوالي (١.٢٣، ١٩.٧٣، ٢.٨٢، ٢٢.٨٢)، وقد بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٥.٢٠، ٤.٢٩) ولما كانت القيمة المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية البالغة

(٢٠١١) عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) وبدرجة الحرية (١٧) فان هذا يعني أن هناك فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي في تعلم الاداء الفني والانجاز الخاصة بفعالية ١٠م حواجز ولصالح الاختبار البعدي. وفي نفس الجدول نلاحظ أن الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار القبلي للمجموعة التجريبية الثانية المستخدمة لـ (أسلوب التعلم المتبع) قد بلغ على التوالي (٤.٢٠، ٠.٦٣، ٥.٨٣، ٠.٨٦) بلغ، بينما كانت الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار البعدي للمتغير نفسه قد بلغ على التوال (٢٣.٧٣، ٢.٦٣، ٢٠.٠٣، ٠.٧٨)، وقد بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٦.٥٢، ٥.٦٠) ولما كانت القيمة المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٢.١١) عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) وبدرجة الحرية (١٧) فان هذا يعن أن هناك فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي في تعلم الاداء الفني والانجاز الخاصة بفعالية ١٠م حواجز ولصالح الاختبار البعدي.

من خلال ما تم عرضه وتحليله في الجدول (٣) في درجات التقويم للأداء الفني والإنجاز للاختبارين القبلي والبعدي، ظهر ان هناك فروقا معنويا في تعلم الأداء الفني والإنجاز لفعالية ١٠م حواجز للمجاميع الثلاثة (التجريبية الأولى، التجريبية الثانية، الضابطة الثالثة) ويعزوا الباحث هذا التطور الى الاساليب المتبعة في هذه المجاميع لتعلم الفعالية وكذلك تنظيم وحدات الدرس وزيادة المحاولات التكرارية للأداء واستخدام التغذية الراجعة من قبل المدرس، ولهذا فإن اداء الطلاب قد تحسن نتيجة هذا التطبيق.

ويرى (الحيلة وآخرون ، ١٩٩٩) ان في اسلوب النظام التعليم الشخصي يوجه المتعلم الى مصادر تعليمية متنوعة وكيفية استخدامها والى المراجع ذات العلاقة بالوحدة التعليمية، كما يقدم نماذج من الإختبارات الذاتية لتحضير المعلمين للإختبار النهائي بعد دراستهم للوحدة، ويوضح الدليل شروط الانتقال من وحدة الى اخرى، وهو التقدم للإختبار والحصول على التغذية الراجعة واجتياز المحك المقرر والتي غالبا ما يكون اكثر من ٨٥% (الحيلة وآخرون، ١٩٩٩، ص٣١٩).

كما ويرى (ابراهيم، ٢٠٠٤) ان في اسلوب نظام التعليم الشخصي يعمل كل طالب كفرد بواسطة شخص آخر في مواقف تسمح بالتقابل وجها لوجه وعلى اساس نسبة ١ : ١ وذلك على الرغم من ان عدد الطلاب في مواقف التعليم قد يكون كبيرا، وهذا يعني ان يتم التقدم في المقرر على أساس فردي وفق البرنامج الذاتي للمتعلم (ابراهيم، ٢٠٠٤، ص٣٢٨).

ويرى الباحث ان هذه النتيجة قد ادت الى فاعلية اسلوب العصف الذهني في زيادة الوعي والادراك للمهارة ساعدت الطلاب على استيعاب المشاكل التي تواجههم اثناء ممارسة الفعالية طورت القوة الادراكية لديهم وجعل الطالب في موقف نشط وفعال، ويؤكد (محمد، ٢٠٠٤) ذلك بان العصف الذهني يعد من الاساليب التي تشجع التفكير الابداعي وتطلق الطاقات الكامنة عند المتعلمين في جو من الحرية والامان (محمد، ٢٠٠٤، ص٤).

اما في الأسلوب الأمري فان المعلم يكون مسؤولا عن اتخاذ جميع القرارات في (مرحلة ما قبل التدريس، ومرحلة التدريس، ومرحلة ما بعد التدريس) ومن الناحية الأخرى فان دور التلميذ هو الإنجاز واتباع الأوامر واطاعتها، فكل حركة يقوم بها الطالب تأتي تبعا لعرض النموذج المتقدم من قبل المعلم،

وعليه فان جميع القرارات ان كانت حول اتخاذ المكان او الوضع او وقت البداية والإيقاع والوزن او وقت التوقف والاستمرارية او التواصل بين التمارين كلها تتخذ من قبل المعلم (محمد، ٢٠٠١، ص ٢٢).

٢-٤ عرض نتائج فروق الاختبارات البعدية للمجاميع الثلاثة

(باسلوب نظام التعليم الشخصي، وأسلوب العصف الذهني، وأسلوب التعلم المتبع) في تعلم عدو ١١٠ م حواجز. لمعرفة فيما اذا كانت هناك فروق ذات دلالة أحصائية بين المجموعات الثلاث، استخدم الباحث اختبار تحليل التباين بين المجموعات الثلاث وداخلها.

جدول (٤)

يبين تحليل التباين للاختبارات البعدية للمجاميع الثلاثة في التعلم لعدو ١١٠ م حواجز وتحليلها ومناقشتها

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) المحسوبة	الدلالة
تعلم الاداء الفني في عدو ١١٠ م حواجز	بين المجموعات	٧٢.٠٩	٢	٣٦.٠٤	٣.٥٨	*معنوي
	داخل المجموعات	٥١٢.٢٥	٥١	١٠.٠٤		
الانجاز في فعالية عدو ١١٠ م حواجز	بين المجموعات	٢٥.١٤	٢	١٢.٥٧	٣.٥٤	*معنوي
	داخل المجموعات	١٨١.٠٦	٥١	٣.٥٥		

*معنوي عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) وبدرجتي الحرية (٢-٥١) اذا كانت القيمة الجدولية = ٣.١٨ .

يظهر من النتائج المعروضة في جدول (٤) وجود فروق معنوية بين المجموعات الثلاث المجموعة التجريبية الاولى المستخدمة لـ (اسلوب نظام التعليم الشخصي) المجموعة التجريبية الثانية المستخدمة (أسلوب العصف الذهني) المجموعة الضابطة الثالثة المستخدمة (أسلوب التعلم المتبع) في تعلم الاداء الفني لفعالية عدو ١١٠ م حواجز للاختبارات البعدية، اذ بلغ قيمة (ف) المحسوبة (٣.٥٨) عند مقارنتها بالجدولية البالغة (٣.١٨) عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) وبدرجتي الحرية (٢-٥١) مما يدل على أن هناك فروق معنوية في نتائج هذه المجموعات للاختبارات البعدية.

وفي الجدول نفسه نلاحظ ايضاً وجود فروق معنوية بين المجموعات الثلاث، المجموعة التجريبية الاولى (اسلوب نظام التعليم الشخصي) والمجموعة التجريبية الثانية (أسلوب العصف الذهني) ، المجموعة الضابطة (أسلوب التعلم المتبع) الخاصة بالانجاز في فعالية عدو ١١٠ م حواجز للاختبارات البعدية، اذ بلغ قيمة (ف) المحسوبة (٣.٥٤) عند مقارنتها بالجدولية البالغة (٣.١٨) عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) وبدرجتي الحرية (٢-٥١) مما يدل على أن هناك فروق معنوية في نتائج هذه المجموعات للاختبارات البعدية.

بما ان اختبار تحليل التباين (F) لا يشير الى ان الفروقات كانت لاي من المجاميع، تم استخدام (L.S.D) للمقارنة بين المتوسطات درجات مجموعات البحث للكشف عن الفروق المعنوية وغير معنوية بالنسب لكل متغير من متغيرات البحث كما موضح في الجدول (٥)

جدول (٥)

يبين قيمة أقل فرق معنوي (L.S.D) بين المتوسطات الحسابية للمجاميع الثلاثة في تعلم الاداء الفني ولانجاز الخاصة بفعالية عدو ١٠م حواجز وتحليلها ومناقشتها

المتغيرات	المجاميع	الفروق بين المتوسطات	نتائج الفروق	قيمة (L.S.D)	الدلالة احصائية
الاداء الفني في عدو ١٠م حواجز	مجا - ٢مجا	٦.٢٣-٦.٨٨	٠.٦٥	٠.٠٤	*معنوي
	مجا - ٣مجا	٥.٨٣-٦.٨٨	١.٠٥		*معنوي
	مجا - ٢مجا	٦.١٤-٦.٣٣	٠.٤٠		*معنوي
الانجاز في عدو ١٠م حواجز	مجا - ٢مجا	١٩.٧٣-١٨.٥٢	١.٢١-	١.٢٨	غير معنوي
	مجا - ٣مجا	٢٠.٠٣-١٨.٦٢	١.٥١-		*معنوي
	مجا - ٢مجا	٢٠.٠٣-١٩.٧٣	٠.٣٠-		غير معنوي

(*) معنوي عند نسبة الخطاء (٠.٠٥) اذ ان قيمة (L.S.D) في الاداء الفني = ٠.٠٤

(**) معنوي عند نسبة الخطاء (٠.٠٥) اذ ان قيمة (L.S.D) في الانجاز = ١.٢٨

يتضح من النتائج المعروضة في الجدول (٥) أن أعلى فرق معنوي في تعلم الاداء الفني لفعالية عدو ١٠م حواجز كانت (١.٠٥) الذي يتحدد بين المجموعة التجريبية الاولى المستخدمة لـ(أسلوب نظام التعليم الشخصي) والمجموعة الضابطة الثالثة المستخدمة لـ(أسلوب التعلم المتبع) فقد كانت الوسط الحسابي للمجموعة الاولى قد بلغ (٦.٨٨) وللمجموعة الثالثة كان (٥.٨٣) وان الفرق المعنوي كانت لصالح المجموعة التجريبية الاولى المستخدمة لـ(أسلوب نظام التعليم الشخصي) مما يدل أن هذا الاسلوب هو أفضل أسلوب تعليمي في تعلم الاداء الفني لفعالية عدو ١٠م حواجز.

وفي نفس الجدول نلاحظ ايضاً بأن المجموعة التجريبية الثانية المستخدمة لـ(أسلوب العصف الذهني) جاءت بالمرتبة الثانية في تعلم الاداء الفني لفعالية عدو ١٠م حواجز اذ ظهر الفرق بين المجموعة التجريبية الاولى المستخدمة لـ(أسلوب نظام التعليم الشخصي) والمجموعة التجريبية الثانية المستخدمة لـ(أسلوب العصف الذهني) معنوياً

أما بين المجموعة التجريبية الثانية المستخدمة لـ(أسلوب العصف الذهني) والمجموعة الضابطة الثالثة المستخدمة لـ(أسلوب التعلم المتبع) فقد ظهر الفرق معنوياً ولصالح المجموعة التجريبية الثانية.

وفي الجدول (٥) نلاحظ ايضاً أن أعلى فرق معنوي في الانجاز لعدو ١٠م حواجز كانت (١.٥١-) الذي يتحدد بين المجموعة التجريبية الاولى المستخدمة لـ(أسلوب نظام التعليم الشخصي) والمجموعة الضابطة الثالثة المستخدمة لـ(أسلوب التعلم المتبع) (التقليدي) فقد كانت الوسط الحسابي للمجموعة الاولى قد بلغ

(١٨.٥٢) وللمجموعة الثالثة كان (٢٠٠٣) وأن الفرق المعنوي كانت لصالح المجموعة التجريبية الاولى المستخدمة لـ (أسلوب نظام التعليم الشخصي) مما يدل أن أسلوب نظام التعليم الشخصي هو أفضل أسلوب تعليمي في الانجاز الخاصة بفعالية عدو ١١٠ م حواجز.

وفي الجدول اعلاه نلاحظ أيضاً بأن المجموعة التجريبية الثانية المستخدمة لـ (أسلوب العصف الذهني) جاءت بالمرتبة الثانية في الانجاز الخاصة بفعالية عدو ١١٠ م حواجز اذ ظهر الفرق بين المجموعة التجريبية الاولى المستخدمة لـ (أسلوب نظام التعليم الشخصي) المجموعة التجريبية الثانية المستخدمة لـ (أسلوب العصف الذهني) معنوياً وقد بلغ الوسط الحسابي للمجموعة الاولى (١٨.٥٢) والمجموعة الثانية (١٩.٧٣) مما يدل أن الفروق غير معنوي. أما بين المجموعة التجريبية الثانية المستخدمة لـ (أسلوب العصف الذهني) والمجموعة الضابطة الثالثة المستخدمة أسلوب التعلم المتبع (التقليدي) فقد ظهر الفرق غير معنوياً.

من خلال ما تم عرضه وتحليله لنتائج البحث اتضح بان الفرق بين الأوساط الحسابية للمجموعة التجريبية الأولى التي استخدمت (أسلوب نظام التعليم الشخصي) والمجموعة التجريبية الثانية المستخدمة لـ (أسلوب العصف الذهني) كانت الفروق معنوية ولصالح المجموعة التجريبية الأولى في تعلم عدو ١١٠ م حواجز، بينما كانت الفرق بين الأوساط الحسابية للمجموعة التجريبية الأولى التي استخدمت (أسلوب نظام التعليم الشخصي) والمجموعة الضابطة الثالثة التي استخدمت (أسلوب التعلم المتبع) كانت الفروق معنوية ولصالح المجموعة التجريبية الأولى كما ان الفروق كانت معنوية بين المجموعة التجريبية الثانية والمجموعة الضابطة الثالثة ولصالح مجموعة التجريبية الأولى.

ويعزو الباحث هذه الفروق الى ان (أسلوب نظام تعليم الشخصي) اثر في زيادة اكتساب المتعلمين مهاريا بالمقارنة مع المجاميع التي تعلمت بأسلوب (العصف الذهني، والتعلم المتبع) وان سبب ذلك يعود الى الإستثمار الأمثل لزمان تكرار المهارة التي يؤديها المتعلم اذ انه يتلقى التغذية الراجعة الفورية لأداء المتعلم على الإختبارات الذاتية القصيرة في نهاية كل وحدة تعليمية من قبل المراقب والمدرس والتي تساعد المتعلم في التعرف على اخطائه وتصحيحها وتكون معززة له.

وهذه النتيجة تتفق مع ما اكده (الحيلة، ٢٠٠١) عندما يتسلم المتعلم دليل المهارة التعليمية للوحدة الأولى يدرسها جيداً وحسب قدراته التعليمية وسرعته الذاتية في اي زمان ومكان شاء، ويختبر نفسه عن طريق الإختبارات الذاتية، وبعد ان يشعر بأنه قد استوعب مفاهيم الوحدة التعليمية، يقوم بأشعار معلمه بانه يريد التقدم للإختبار الخاص بهذه الوحدة، ويقوم المراقب بإجراء اختبار للمتعلم ويصحح له اجابته ويناقشه فيها خاصة الخطأ منها وقد يسأل المراقب (المصحح) المتعلم عن تلك المفاهيم التي اخطأت فيها، بعد ان يوضح للمتعلم السؤال او الأسئلة ذات العلاقة بهذه المفاهيم، يستمع لما عنده من دفاع واجابات بديله، فاذا كانت الإجابة في ذلك الإختبار ادنى من المستوى الطالب فان المتعلم يعيد دراسة الوحدة من جديد، اما عندما يظهر المتعلم إتقان الوحدة وذلك باجتياز معيار الإتقان من خلال تصحيح ورقة اجابات يتسلم المتعلم دليلاً لدراسة الوحدة الكافية (الحيلة، ٢٠٠١، ص ٢٥٥-٢٥٦).

اما الفروق التي ظهرت من خلال جدول (٥) للمجموعة التجريبية الثانية على المجموعة الضابطة الثالثة يرجع سبب هذه النتيجة الى ان من شان الاسئلة التي تثار في اسلوب العصف الذهني ان تبحث الحيوية والنشاط خلال ممارسة المهارة وخاصة في جو جماعي يسوده التعاون الذي يدفع الطلاب الى تفكير واجراء المناقشات بين الطلبة انفسهم من جهة وبين المدرس والطالب من جهة اخرى كما ان اسلوب العصف الذهني تدرب على استخدام اساليب تفاعلية تعمل باتجاهين من طالب الى طالب أو من طالب الى مدرسة أو بالعكس (فخرالدين، ١٩٩٣، ص٢).

٣-٤ عرض نتائج الاختبارين البعدي والاحتفاظ المطلق ومقدار فقدان ذاكرة الاداء (النسيان) في تعلم فعالية عدو ١١٠م حواجز للمجاميع الثلاث.

جدول (٦)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبار البعدي والاحتفاظ المطلق ومقدار فقدان ذاكرة الاداء (النسيان) الخاصة في تعلم فعالية عدو ١١٠م حواجز للمجاميع الثلاث.

المتغيرات	المجموعات	الاختبار البعدي		اختبار الاحتفاظ		فرق الاوساط الحسابية	مقدار فقدان ذاكرة الاداء (النسيان)
		س-	ع+	س-	ع+		
الاداء الفني في عدو ١١٠م حواجز	اسلوب نظام التعليم الشخصي	٦.٨٨	١.٣٣	٦.٧٩	١.٠٥	٦.٧٩-٦.٨٨	٠.٠٩
	اسلوب العصف الذهني	٦.٢٣	٠.٩٣	٦.١١	٠.٨٣	٦.١١-٦.٢٣	٠.١٢
	اسلوب التعلم المتبع	٥.٨٣	٠.٨٦	٥.٦٦	٠.٧٨	٥.٦٦-٥.٨٣	٠.١٧
الانجاز في فعالية عدو ١١٠م حواجز	اسلوب نظام التعليم الشخصي	١٨.٥٢	١.٨٥	١٨.٤١	١.٨٩	-١٨.٥٢ ١٨.٤١	٠.١١
	اسلوب العصف الذهني	١٩.٧٣	١.٢٣	١٩.٥٨	١.٢٦	-١٩.٧٣ ١٩.٥٨	٠.١٥
	اسلوب التعلم المتبع	٢٠.٠٣	١.٨٩	٢٠.٢٢	١.٩٠	-٢٠.٠٣ ٢٠.٢٢	٠.١٩

من خلال العمليات الاحصائية التي تم الحصول عليها في الجدول اعلاه للاختبارين البعدي والاحتفاظ في تعلم الاداء الفني في عدو ١١٠م حواجز، تبين ان الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار البعدي للمجموعة التجريبية الاولى (اسلوب نظام التعليم الشخصي) قد بلغ (٦.٨٨، ١.٣٣) في حين ان الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار الاحتفاظ لنفس المجموعة قد بلغ على التوالي (٦.٧٩ ، ١.٠٥) بينما مقدار فقدان ذاكرة الاداء النسيان هو (٠.٠٩).

من خلال العمليات الاحصائية التي تم الحصول عليها في الجدول (٦) نلاحظ ايضاً للاختبارين البعدي والاحتفاظ، تبين ان الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار البعدي للمجموعة التجريبية الاولى (اسلوب العصف الذهني) قد بلغ (٦.٢٣، ٠.٩٣) في حين ان الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار الاحتفاظ لنفس المجموعة قد بلغ على التوالي (٦.١٨، ٠.٨٣) بينما مقدار فقدان ذاكرة الاداء النسيان هو (٠.١٢).

من خلال الجدول اعلاه للاختبارين البعدي والاحتفاظ، تبين ان الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار البعدي للمجموعة التجريبية الاولى (باسلوب التعم المتبع) قد بلغ (٥.٨٣، ٠.٨٦) في حين ان الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار الاحتفاظ لنفس المجموعة قد بلغ على التوالي (٥.٦٦، ٠.٧٨) بينما مقدار فقدان ذاكرة الاداء النسيان هو (٠.١٧).

من خلال الجدول (٧) للاختبارين البعدي والاحتفاظ، تبين ان الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار البعدي للمجموعة التجريبية الاولى (باسلوب نظام التعليم الشخصي) قد بلغ (١.٨٥، ١٨.٥٢) في حين ان الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار الاحتفاظ لنفس المجموعة قد بلغ على التوالي (١.٨٩، ١٨.٤١) بينما مقدار فقدان ذاكرة الاداء النسيان هو (٠.١١).

من خلال العمليات الاحصائية التي تم الحصول عليها في الجدول اعلاه للاختبارين البعدي والاحتفاظ الخاصة بانجاز فعليه عدو ١١٠م حواجز، تبين ان الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار البعدي للمجموعة التجريبية الاولى (باسلوب العصف الذهني) قد بلغ (١.٢٣، ١٩.٧٣) في حين ان الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار الاحتفاظ لنفس المجموعة قد بلغ على التوالي (١.٢٦، ١٩.٥٨) بينما مقدار فقدان ذاكرة الاداء النسيان هو (٠.١٥).

من خلال العمليات الاحصائية التي تم الحصول عليها في الجدول اعلاه للاختبارين البعدي والاحتفاظ، تبين ان الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار البعدي للمجموعة التجريبية الاولى (باسلوب نظام التعليم الشخصي) قد بلغ (٢٠.٠٣، ١.٨٩) في حين ان الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار الاحتفاظ لنفس المجموعة قد بلغ على التوالي (٢٠.٢٢، ١.٩٠) بينما مقدار فقدان ذاكرة الاداء النسيان هو (٠.١٩).

من خلال جدول (٦) نلاحظ انخفاض في درجات اختبار الاحتفاظ مقارنة بالاختبار البعدي وللمجاميع الثلاث وبجميع انواع الاساليب المستخدمة في البحث، ويعزو الباحث هذا الانخفاض الى النسيان والذي حدث في بعض التفاصيل الدقيقة لاداء المهارات في الفعالية فاصبح اداء الطلاب يظهر الشكل العام والاطار الخارجي للفعالية دون اظهار التفاصيل التي تجعل الاداء افضل كما ان التفاوت في الانخفاض يمكن ان يرجع الى فاعلية اسلوب (نظام التعليم الشخصي والعصف الذهني) في الوحدة التعليمية وان هذا النسيان تم بسبب الانقطاع لمدة اسبوعين، وهذا يتفق ذلك مع ما ذكره (شلش ومحمود، ١٩٩٤) "بان ما يكتسبه المتعلم من خبرة حركية تضعف بدرجة كبيرة وتقل نسبة الاحتفاظ بعد الانتهاء من التعلم مباشرة (شلش ومحمود، ١٩٩٤، ص ٢٠٨)

- ١- ان اتباع اسلوب نظام التعليم الشخصي في تعليم عدو ١١٠م حواجز افضل من اسلوب العصف الذهني والوسائل الاخرى المتبعة في المناهج الدراسية.
- ٢- التدريس بأسلوبي (نظام التعليم الشخصي والعصف الذهني) اكثر فاعلية في تعلم عدو ١١٠م حواجز من الاساليب المتبعة في المناهج الدراسية الحالية.
- ٣- ان مقدار الاحتفاظ المطلق في تعلم عدو ١١٠م حواجز اكبر عند التعليم باسلوب نظام التعليم الشخصي ويليه اسلوب التعلم بالعصف الذهني.

٢-٥ التوصيات

- ١- الإعتماد على استخدام (اسلوب نظام التعليم الشخصي) في برامج التدريس لما لهذا الأسلوب فاعلية في تطوير وتقدم في الأداء الفني والإنجاز الخاصة عدو ١١٠م حواجز
- ٢- ضرورة استخدام اسلوب العصف الذهني لما لها اثر في تعلم الأداء الفني والإنجاز الخاصة عدو ١١٠م حواجز
- ٣- التأكيد على استخدام الأساليب الحديثة في التدريس لما لها فاعلية في تعلم الأداء الفني والإنجاز للفعاليات الرياضية.
- ٤-٤- اجراء دراسات وبحوث مشابهة لفاعلية اخرى من فعاليات العاب الساحة والميدان وللجنسين (ذكور واناث).
- ٥- اجراء دراسات وبحوث مشابهة على الألعاب الجماعية وعلى مهارة اخرى.
- ٦- اجراء دراسات وبحوث اخرى مشابهة باستخدام اساليب اخرى في التعلم على فعاليات اخرى.

المصادر العربية والاجنبية

أولا: المصادر العربية

١. ابراهيم، مجدي عزيز، (٢٠٠١): استراتيجيات التعلم واساليب التعلم، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
٢. الحيله، محمد محمود، (٢٠٠١): طرائق التدريس واستراتيجياته، ط١، العين، دار الكتاب الجامعي.
٣. الحيله وآخرون، محمد محمود، (١٩٩٩): التصميم التعليمي (نظرية وممارسة)، ط١ عمان، دار الميسرة.
٤. الحامولي، نادية محمدزكي، (١٩٨٩): دراسة اثر برنامج مقترح لتسمية كل من الإحساس العملي (الحركي) والإحساس البصري على مستوى اداء الوثب الطويل، اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية بالأسكندرية، جامعة حلوان.
٥. الرضي، كمال جميل (٢٠٠٥): الجديد في العاب القوى، ط٣، بيروت، داروائل للنشر،
٦. صالح، عباس احمد والسامرائي، وعبد الكريم محمود، (١٩٩١): كفايات تدريس في طرائق تدريس التربية الرياضية، جامعة البصرة، مطبعة دار الحكمة.
٧. عبدالحليم، محمود، (٢٠٠٦): ديناميكية تدريس التربية الرياضية، ط١، القاهرة، مركز الكتاب لنشر.

٨. عثمان، محمد، (١٩٩٠): موسوعة العاب القوى (تكتيك-تدريس-تعليم-تحليل)، الكويت، دار العلم للنشر والتوزيع .
٩. علي، عادل عبدالصير، (١٩٩٨): الميكانيكا الحيوية والتكامل بين النظرية والتطبيق، ط٢، القاهرة، مركز الكتاب للنشر.
١٠. حسين، قاسم حسن، (١٩٩٨): فعاليات القفز والوثب، عمان، دار الفكر للطباعة والنشر.
١١. خريبط، ريسان مجيد، والانصاري، عبد الرحمن مصطفى (٢٠٠٢): العاب القوى، ط١، عمان لدارالعلمية للنشر والتوزيع،
١٢. محجوب، وجيه، (٢٠٠١): اصول البحث العلمي ومناهجه، ط١، عمان ، دار المناهج.
١٣. محمد، حنفي اسماعيل (٢٠٠٤): التعليم باستخدام استراتيجيات العصف الذهني، كلية المعلمين في الباحة.
١٤. محمد، مصطفى السايح، (٢٠٠١): اتجاهات حديثة في تدريس التربية الرياضية، ط١، (الأسكندرية، مكتبة ومطبعة الإشعاع .
١٥. كاظم ، احمد خيرى وزكى، سعد، (١٩٨١): تدريس العلوم، ط٣، القاهرة، دار النهضة العربية.
١٦. الباجوري، ناظم لكفي، (١٩٩٢): اثر تفاعل كل من اسلوب التعلم بالإكتشاف والتعلم بالتلقي مع
١٧. مستوى الدافع في المعرفة على التحصيل العلمي في دروس التربية الرياضية (اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة الأسكندرية.
١٨. فخرالدين القلا؛ (١٩٩٣): طريقة عصف الدماغ في التربية السكانية ،محاضرة مقدمة الى ندوة التربية السكانية، دمشق.
١٩. شلش، نجاح مهدي، ومحمود، اكرم محمد صبحي (١٩٩٤): التعلم الحركي، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل.

ثانيا: المصادر الاجنبية

20. Mann, R, Herman, J, kinmatic Analysis of Lop American female 100m Hurdles, st Journal of sport Biomechanics vol1, 1990
21. www,hhp.vsi.dolosse lfoll,pet,3050,kso3Lweb%20mode%Retention and Transfer,2003.dec,4,p4.

ملحق (١)

نموذج من فقرات المنهاج التعليمي لمرحلة البداية في عدو ١١٠ م حواجز
(باسلوب نظام التعليم الشخصي)

الهدف السلوكي: ان يقوم الطالب بضبط البداية حتى الحاجز الاول بشكل جيد.

أولاً: مرحلة البداية ————— من مرحلة البداية في سباق ١١٠م حواجز تختلف عن بقية سباقات الركض وان هذا الاختلاف يرجع الى قصر مسافة التدرج في السرعة، وحتمية التحضير لخطوة الحاجز الاول، وغالباً ما يستخدم العداء هنا (٨) خطوات من البداية وحتى الحاجز الاول، وتؤدي هذه الاختلافات الى حتمية وجود اختلاف ايضاً في المسافات ما بين خط البداية والمكعبين الاول والثاني، وغالباً ما تكون المكعبات هنا قريبة الى خط البداية اكثر منها في المسافات القصيرة الاخرى، ولهذا يجب على اللاعب في هذه المرحلة اختيار القدم الامامية بما يتناسب وكيفية تعديده الحاجز.

- تقديم التغذية الراجعة الفورية من قبل المراقب عن صحة اداء الطالب المتعلم واخطائه.
- اجراء اختبار الطالب المتعلم لغرض نقله للمهمة التالية في حالة اتقان للمهمة.

- أ- تختلف سباق ١١٠م حواجز عن بقية سباقات الركض وان هذا الاختلاف يرجع -----
- ب- غالباً ما يستخدم العداء من البداية حتى الحاجز الاول-----
- ج- وغالباً ما تكون المكعبات هنا ----- الى خط البداية اكثر منها في المسافات القصيرة الاخرى.

دليل الإجابة

مهارة مرحلة البداية حتى الحاجز الاول	
أ- الى قصر مسافة التدرج في السرعة، وحتمية التحضير لخطوة الحاجز الاول	جواب مرحلة البداية حتى الحاجز الاول
ب- ٨ خطوات	
ج- قريبة	

ملحق (٢)

نموذج لوحدة تعليمية على وفق اسلوب العصف الذهني في فعالية عدو ١١٠م حواجز

الوحدة التعليمية:	اسم الفعالية: عدو ١١٠م حواجز	زمن المحاضرة: ساعتان
الاسلوب:		زمن الوحدة التعليمية: ٩٠ دقيقة
الهدف السلوكي:	ان يكون الطالب قادراً على اداء الارتقاء واجتياز الحاجز بسهولة	
الهدف التربوي:	تعويد الطلاب على مواجهة المشكلات والتكيف مع المهارات الجديدة	

الاقسام	نوع النشاط	الوقت	شرح الفعاليات والمهارات الحركية	الاخراج والتنظيم
القسم	المقدمة	٣د	تسجيل الحضور وتهيئة ادوات الدرس	

	تهئية عامة لجميع اجزاء الجسم	د٤	احماء عام	الاعدادي
	تهئية خاصة لجميع اجزاء الجسم	د٥	احماء خاص	د١٢
	مقدمة صغيرة عن المهارة من قبل المدرس	د٨	النشاط التعليمي	القسم الرئيسي د٧٠
	اعادة صياغة المهارة على هيئة التساولات: مثال:- ١- ما الهدف من المرحلة الاولى (الارتقاء). ٢- ما الهدف من المرحلة الثانية (اجتياز الحاجز). ٣- ما الهدف من المرحلة الثالثة (مرحلة اجتياز الحاجز لرجل الارتقاء). ٤- ما الهدف من المرحلة الرابعة (مرحلة اجتياز الحاجز بالرجل الحرة).			
	يتم ذلك من خلال تقسيم الطلاب على مجموعتين كل مجموعة (٩) طلاب، ويتم تحديد مقرر كل مجموعة لتدوين استجابات افراد المجموعة مع عرض وسائل تعليمية (صور تساعد على تهئية افكارالطلاب للاستجابات).	د٨	استمطار الافكار	
	يتم تجميع الطلاب في جلسة موحدة ويتم تقييم الافكار المطروحة تقييمها وبيان الاستجابات الصحيحة ودعمها وتعديل الافكار التي تحوي على استجابات غير صحيحة.	د١٠	تقيم الافكار	
	يتم ممارسة التمارين على شكل مجاميع بتوجيه المدرس واشرافه. مثال/ تمرين على رجل الارتقاء يتم سحب الرجل الى الخلف وتدويرها من امام الصدر ومن مفصل الحوض استنادا على الحائط واداء الحركة على الحاجز من الثبات والحركة.	د٤٤ د١١	النشاط التطبيقي التمرين الاول	
	تمرين الركض على جوانب الحاجز استخدام حواجز بارتفاع معتدلة المسافة بينهم (٥-	د١١	التمرين الثاني	

			(م٦)	
	الركض مع استخدام رجل الارتقاء والرجل الحرة	التمرين الثالث	١١ د	
	استخدام ارتفاعات مختلفة للرجل الحرة ورجل الارتقاء			
	تمرين لاداء التسلسل الحركي الكامل لمرحلة الاجتياز	التمرين الرابع	١١ د	
	يتم وضع (٣-٥) حواجز بمسافات بينية (٧-٨.٥) ثم يتم زيادة المسافة بين الحواجز تدريجيا بعد اتقان المسافة.			
	اعطاء لعبة صغيرة تخدم المهارة	القسم	٥ د	
	ارجاع الادوات واعطاء تمارين تهدئة ثم الانصراف	الانصراف	٣ د	الختامي ٨ د

ملحق (٣)

جامعة صلاح الدين استمارة الاستبيان كلية التربية الرياضية
آراء المختصين في تحديد درجات اقسام البناء الظاهري الحركي في الاداء الفني لفعالية عدو ١١٠ م حواجز

الاستاذ الفاضل.....المحترم

تحية طيبة.....

في النية اجراء البحث الموسوم "تأثير استخدام اسلوبي نظام التعليم الشخصي والعصف الذهني في التعلم والاحتفاظ لعدو ١١٠ م حواجز" على طلاب السنة الدراسية الثانية-كلية التربية الرياضية- جامعة صلاح الدين، وبالنظر لما تتمتعون به من معرفة ودراية في هذا المجال، لذا يرجى اعطاء الدرجة لكل قسم من اقسام البناء الظاهري للحركة على ان تكون الدرجة من (١٠) مع توزيع درجة كل قسم على اجزاء الموجودة فيه لفعالية عدو ١١٠ م حواجز والمرفق طيا.

شاكرًا تعاونكم

الاسم الثلاثي:

اللقب العلمي:

مكان العمل:

الاختصاص:

التاريخ:

التوقيع:

اسم الطالب:

الشعبة:

الباحث

المجموعة:

الاسلوب:

الملاحظات	تقدير الدرجات	البناء الظاهري الحركي
		١- القسم التحضيري • البداية (الوضع الابتدائي) • الركض حتى الحاجز الاول ٢- القسم الرئيسي • اجتياز الحاجز - الحركة قبل الحاجز - الحركة فوق الحاجز - الحركة بعد الحاجز • الركض بين الحواجز ٣- القسم الختامي الركض بين اخر حاجز وخط النهاية