

## تأثير تفريد التعليم المدعم إلكترونياً على جوانب تعلم مهارة الخطف في رفع الاثقال لطلاب كلية التربية الرياضية

\*م.د/ محمود مهدي شومان

### مشكلة البحث وأهميته :

يعتبر التعليم ركيزة أساسية في بناء وتكوين وتشكيل الفرد وتأهيله للتفاعل مع المعرفة واستيعاب آليات التقدم وفهم لغة العصر ومواكبة عصر التكنولوجيا فائقة السرعة . والتطور والتقدم المستمر في نظريات ومفاهيم التعلم في هذا العصر يجعلنا في حاجة إلى كل ما هو جديد ومستحدث في طرق وأساليب التدريس للارتقاء بالمستوى العلمي في المواد الدراسية المختلفة ، وهذا يتطلب الاهتمام بالعملية التعليمية وتهيئتها وإعدادها إعداداً جيداً يتفق مع قدرات المتعلمين وحاجاتهم وخبراتهم السابقة ، ويشير "أحمد جاسم" نقلاً عن "عبد العظيم الفرجاني" (1993) أن التطوير ما هو إلا عملية لتحسين وتجويد الأداء في المواقف التعليمية وهدفه الرئيسي هو تحسين مخرجات العملية التعليمية التي تمثل الأداء المتقن ( 1 : 92 ) .

ويذكر "مصطفى السايح" (2004م) أن تكنولوجيا التعليم عنصراً أساسياً من عناصر العملية التعليمية فلم يعد من الممكن فصلها عن هذه العملية تخطيطاً أو تنفيذاً، كما لم يعد في وسع أي نظام ان يتجاهلها أو يستغنى عنها في أي مرحلة من مراحلها، كما أن الأجهزة البصرية والسمعية خاصة أجهزة عرض الأفلام وأجهزة التسجيل وأجهزة الفيديو لم تنتج أساساً في البداية للاستخدام في الأغراض التعليمية بل كانت سلعاً ترفيهية طرحت في الأسواق بغرض الترفيه، وعندما يأتي إدخال هذه الأجهزة في مجال التعليم وازدياد استخدامها ظهرت الحاجة إلى برامج تعليمية معدة خصيصاً للاستخدام مع هذه الأجهزة في المواقف التعليمية ، ومن هنا ظهرت مايسمى بالمواد التعليمية التي تحمل وتخزن المادة الدراسية كالأفلام والشرائط السمعية وشرائط الفيديو والشرائح الشفافة وغيرها ، ولقد أدى ظهورها مايسمى بتكنولوجيا إعداد البرامج والمواد التعليمية **Software technology stag** ويشير هذا النوع من التكنولوجيا إلى تطبيق مبادئ التعليم والتعلم المستمدة من نظريات التعليم والتعلم، وتعتبر مبادئ التعليم البرنامجي التي ظهرت في بداية الستينيات والتي تمثلت في ظهور الكتب المبرمجة والآلات التعليمية مقدمات ظهور هذا النوع من التكنولوجيا. (10:47 , 48)

\*م.د/ محمود مهدي عبدالفتاح حسن شومان : مدرس بقسم نظريات و تطبيقات المنازلات والرياضات الفردية بكلية التربية الرياضية بنين - جامعة الزقازيق.

الجدير بالذكر أن تكنولوجيا التعليم تلعب دوراً كبيراً في تطوير النظام التربوي بوجه عام وعناصر المنهج بشكل خاص ، وهي تعد نظاماً من الأنظمة التي تستخدم في حل المشكلات التربوية

المعاصرة وزيادة فاعلية المنهج ومساعدة المتعلمين فى تغيير سلوكهم , وزيادة تحصيلهم للمعارف والمهارات , بما يؤدى إلى تكامل وتطوير نموهم.(10:206)

وقد لاحظ الباحث أن الطريقة المتبعة (أسلوب الأوامر) فى تعلم مهارات رفع الأثقال تعتمد على مصدر واحد وهو المعلم والذى يقوم بالشرح من جانبه يتبعه عرض للنموذج دون أدنى مشاركة فعلية للطلاب فى الموقف التعليمى وهذا لا يتلاءم مع التطور فى تكنولوجيا التعليم من حيث استخدامها للإرتقاء بالعملية التعليمية فى الوقت الحاضر ، بالإضافة إلى جانب الزيادة العددية للمتعلمين أثناء المحاضرة وما يتبع ذلك بالضرورة من زيادة التباين فى الفروق الفردية بين المتعلمين مما يزيد العبء الواقع على المعلم , مما يؤكد على أن استخدام التقنيات التربوية الحديثة يحقق أهداف العملية التعليمية ومراعاة إهتمامات التلاميذ والفروق الفردية بينهم ، ومن هنا جاءت فكرة الباحث فى تحديد هذه المهارات ووضع برنامج لها باستخدام اسلوب (تفريد التعليم) المدعم إلكترونياً على جوانب تعلم مهارات رفع الأثقال .

ومما سبق فإن هذا البحث محاولة لتطبيق ما هو جديد من أساليب حديثة تخدم العملية التعليمية ، من خلال تجريب أسلوب حديث مستخدماً التقنيات التكنولوجية المتقدمة والتي يمكن من خلالها تقديم محتوى برنامج تعليمى بأسلوب جديد للتعلم يغلب عليه عامل الجاذبية والتشويق والإثارة مما يساعد على تقديم المهارات الحركية بصورة جديدة ومبتكرة من أجل الوصول للتعلم الأمثل تحقيقاً لأهداف مناهج التربية الرياضية .

## هدف البحث :

يهدف البحث إلى :

معرفة تأثير برنامج تعليمى بأستخدام استراتيجية كيلر (تفريد التعليم) المدعم إلكترونياً على جوانب تعلم مهارة الخطف ومستوى التحصيل المعرفى للمعلومات المرتبطة بريضة رفع الأثقال .

## فروض البحث

فى ضوء أهداف البحث يفترض الباحث مايلى :

1. توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية فى التحصيل المعرفى وتعلم مهارة الخطف لصالح القياس البعدي .
2. توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة فى التحصيل المعرفى وتعلم مهارة الخطف لصالح القياس البعدي.

٣. توجد فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدى فى التحصيل المعرفى وتعلم مهارة الخطف لصالح المجموعة التجريبية.
٤. توجد نسب تقدم للقياس البعدى لكل من المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة فى التحصيل المعرفى وتعلم مهارة الخطف لصالح المجموعة التجريبية .

## المصطلحات المستخدمة Terminology used

### 1- تفريد التعليم Individualize education

تفريد التعليم هو شكل من أشكال التعليم يقوم فيه المتعلم بأنشطة أو تكليفات تعليمية محددة أو دراسة برنامج تعليمى كامل معتمداً على نفسه وبشكل مستقل حسب قدرته وسرعته الخاصة فى التعلم ويكون مسؤولاً عن تحقيق الأهداف التعليمية. (9:377)

### 2- تكنولوجيا التعليم Technology Education

هى كلمة مركبة تشمل عدة عناصرهى الإنسان , الآلات , التجهيزات المختلفة , الأفكار , الآراء , أساليب العمل وطرق الإدارة لتحليل المشاكل وابتكار وتنفيذ وتقويم وإدارة الحلول لتلك العملية التى تدخل فى جميع جوانب التعليم الإنسانى. (10:49)

### 3- الإستراتيجية Strategy

مجموعة من الإجراءات والخطوات التدريسية التى يقوم بها المعلم وتحدث بشكل منتظم ومتسلسل بهدف تحقيق أهداف مرجوة ومحددة مسبقاً. (4:1)

### 4- إستراتيجية كيلر Keller strategy (PSI)

هى إحدى استراتيجيات التعلم المفرد المعاصر وتتيح الفرصة لكل متعلم أن يسير فى التعلم بمعدل سرعته الذاتية الخاصة , وتعطى له فرصة الوقت الكافى لإتقان التعلم وجعل عملية التعليم سهلة وممكنة بالنسبة للمتعلم مهما كانت إستعداداته أو قدراته أو معدل سرعته الخاصة. (5:327)

## الدراسات السابقة

- أجرى "ميرفت سمير حسين 2003م" (11) دراسة بعنوان (فعالية برنامج تعليمى مقترح بإستراتيجية كيلر (تفريد التعليم) بإستخدام الوسائط المتعددة على تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة) وذلك للتعرف على تأثير فعالية برنامج تعليمى مقترح بإستراتيجية كيلر (تفريد التعليم) بإستخدام الوسائط المتعددة على بعض مهارات الكرة الطائرة , حيث استخدم الباحث المنهج التجريبى لملاءمته لطبيعته البحث , وتمثلت عينه البحث فى 30 طالبة , وكانت اهم النتائج

أن أسلوب تفريد التعليم من خلال الوسائط المتعددة له تأثيراً إيجابياً أفضل من الأسلوب التقليدي كما يؤثر إيجابياً على المستويات الثلاثة للمجموعة التجريبية قيد البحث.

■ أجرى " نيفين حنفي عبد الخالق 2005م" (12) دراسة بعنوان (فاعلية برنامج تعليمي مقترح باستراتيجية كليير في تفريد التعليم باستخدام الوسائط المتعددة على تعلم بعض مهارات البالية) وكان هدف البحث هو التعرف على مدى فاعلية برنامج تعليمي مقترح باستراتيجية كليير في تفريد التعليم باستخدام الوسائط المتعددة على تعلم بعض مهارات البالية، حيث استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعته البحث ، وتمثلت عينه البحث في 60 طالب بكلية التربية الرياضية بطنطا، وكانت اهم النتائج أن البرنامج التعليمي المقترح باستراتيجية كليير باستخدام الوسائط المتعددة تأثيراً إيجابياً على التحصيل المعرفي والمتغيرات المهارية قيد البحث .

■ أجرى " سالى محمد عبداللطيف 2005م" (3) دراسة بعنوان (فعالية برنامج تعليمي مقترح باستراتيجية كليير (تفريد التعليم) باستخدام الهيبرمديا على تعلم بعض مهارات الهوكى لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا) وكان هدف البحث هو تصميم برنامج تعليمي مقترح باستراتيجية كليير ( تفريد التعليم) باستخدام الهيبرمديا ومعرفة فعاليتها على التحصيل المعرفي ومستوى الأداء المهارى ، حيث استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعته البحث ، وتمثلت عينه البحث في 60 طالبة بكلية التربية الرياضية بطنطا، وكانت اهم النتائج إستراتيجية كليير باستخدام الكمبيوتر التعليمية المعدة بتقنية الهيبرمديا ساهمت بطريقة إيجابية فى تحسين مستوى تعلم مهارات الهوكى (قيد البحث) وكذلك التحصيل المعرفى قيد البحث .

■ أجرى " محمد عبده خضر 2010م" (8) دراسة بعنوان (فاعلية برنامج تعليمي باستراتيجية كليير فى تعلم مهارة الوثب الطويل لتلاميذ المرحلة الإعدادية ) و يهدف البحث إلى التعرف على تأثير فاعلية برنامج تعليمي باستراتيجية كليير فى تعلم مهارة الوثب الطويل لتلاميذ المرحلة الإعدادية ، حيث استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعته البحث ، وتمثلت عينه البحث فى 21 تلميذ ، وكانت اهم النتائج أن إستخدام البرنامج التعليمي المقترح باستراتيجية كليير المعد بتقنية الهيبرمديا ساهمت بطريقة إيجابية معنوية على القدرات البدنية ومستوى الأداء قيد البحث.

■ أجرى " أحمد بهاء الدين عبد اللطيف 2011م" (2) دراسة بعنوان (تأثير أسلوب تفريد التعليم باستخدام الوسائط المتعددة على تعلم بعض مهارات كرة القدم لتلاميذ المرحلة الإعدادية) وكان هدف البحث وضع برنامج تعليمي بأسلوب تفريد التعليم باستخدام الوسائط المتعددة وذلك للتعرف على تفريد التعليم باستخدام الوسائط المتعددة على تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة القدم ، حيث استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعته البحث ، وتمثلت عينه البحث

في 42 طالب ، وكانت اهم النتائج ان برنامج تفريد التعليم بإستخدام الوسائط المتعددة له تأثير إيجابي على تعلم بعض المهارات الاساسية لكرة القدم قيد البحث.

### إجراءات البحث:-

#### - منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة هذا البحث من خلال التصميم التجريبي الذي يعتمد على القياسين القبلي والبعدي لمجموعتين ،إحداهما تجريبية والثانية ضابطة ، وذلك لمناسبته لطبيعة هذا البحث.

#### - مجتمع وعينة البحث:

يتكون مجتمع البحث من طلبة الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة الزقازيق والذين بلغ عددهم (609) طالب للموسم الدراسي 2019/2018م، وتم اختيار عينة البحث عشوائيا من طلبة الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة الزقازيق، وبلغ عددهم (70) طالب، وتم اختيار عدد (10) طلاب عشوائيا من عينة البحث لإجراء الدراسة الاستطلاعية عليهم ، وبذلك تصبح عينة البحث الأساسية (60) طالب.

### والجدول التالي يوضح تصنيف مجتمع وعينة البحث:

#### جدول (1)

#### تصنيف عينة البحث

عينة البحث الأساسية		المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		عينة الدراسة الاستطلاعية	
العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة
70	%100	30	%43	30	%43	10	%14

■ تم اختيار العينة من طلبة الفرقة الأولى وذلك لأنهم لم يقوموا بدراسة مهارات رياضة رفع الأثقال من قبل وهي ضمن المقرر الدراسي للفصل الدراسي الثاني على الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية للبنين.

#### اعتدالية توزيع العينة:

- للتأكد من خلو العينة من عيوب التوزيعات الغير إعتدالية قام الباحث بحساب المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، الوسيط ، معامل الالتواء قيد البحث وهي:
- معدلات النمو ( الطول - العمر الزمني - الوزن )
- الذكاء كأحد القدرات العقلية
- المتغيرات البدنية ( القوة القصوي الثابته - القوة الحركيه - القوة المميزه بالسرعه - المرونه - التوازن - الرشاقه)

- اختبار مستوى الأداء المهاري لمهارة الخطف قيد البحث.
- اختبار التحصيل المعرفي.

## جدول (2)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء لعينة

ن=70

البحث الكلية في متغيرات النمو

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
العمر الزمني	سنة	17,95	18,00	0,17	0,88-
الطول	سنتيمتر	173,80	173,00	1,94	1,24
الوزن	كيلوجرام	71,9	72,00	1,29	0,23-
الذكاء	درجة	50,67	50,5	1,67	0,31

يتضح من جدول (2) أن جميع قيم معاملات الإلتواء لأفراد عينة البحث في متغيرات النمو تراوحت بين (-0,88 : 1,24) أي انحصرت ما بين ( $\pm 3$ ) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في هذه المتغيرات و وقوعها تحت المنحني الإعتدالي وإتسامها بالإعتدالية والتوزيع الطبيعي. كما قام الباحث بإجراء التجانس لعينه البحث في المتغيرات البدنيه والمهاريه كما توضح الجداول التاليه:

## جدول (3)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء

ن=70

لعينة البحث في بعض المتغيرات البدنية والمهارية

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
1 اختبار قوة القبضة اليمنى	كجم	51,03	51,00	1,12	0,72
2 اختبار قوة القبضة اليسرى	كجم	47,77	48,00	0,84	0,46
3 اختبار قوة عضلات الظهر	كجم	158,59	159,00	0,96	0,27-
4 اختبار ضغط البار الحديدي باليدين لأعلى من وضع الوقوف	كجم	52,87	53,00	0,93	0,18-
5 اختبار الجلوس كاملاً والبار الحديدي على الكتفين	كجم	71,39	71,00	1,03	0,15
6 اختبار رمى الجلة للخلف عبر الرأس باليدين	متر	9,87	10,00	0,78	0,23
7 اختبار مدى مرونة الكتفين والرسغ	سم	71,17	71,00	1,12	0,55

0.17-	1,08	169,00	168,64	ثانية	اختبار رفع العقبين من وضع الوقوف على عارضة توازن والبار الحديد عالياً على امتداد الذراعين فوق الرأس	8
0.35	0,75	23,00	22,80	عدد	اختبار الانبطاح المائل من الوقوف لمدة 10 ث	9
0.07-	0,73	2,00	2,30	درجة	مهارة الخطف	1
0.39-	1,00	8,00	7,84	درجة	اختبار التحصيل المعرفي	

يتضح من جدول (8) أن جميع قيم معاملات الإلتواء لأفراد عينة البحث في بعض المتغيرات البدنية والمهارية والتحصيل المعرفي تراوحت بين (-0.39 : 0.72) أي انحصرت ما بين ( $3\pm$ ) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في هذه المتغيرات و وقوعها تحت المنحني الإعتدالي وإتسامها بالإعتدالية والتوزيع الطبيعي

#### وسائل جمع البيانات:

أكدت الدراسات السابقة والمشابهة في رفع الأثقال على ضرورة ضبط بعض المتغيرات والتي تؤثر في العملية التعليمية والتي لا بد من ضبطها وهي (العمر الزمني ، الوزن ، طول الجسم ، مستوى اللياقة البدنية ، المستوى المهاري)، وحيث أن تلك المتغيرات يجب ضبطها والتحكم فيها عند إجراء بحوث التعلم الحركي ، لذلك فقد قام الباحث بإجراء التجانس بين أفراد عينة البحث في تلك المتغيرات.

#### متغيرات النمو:

#### العمر الزمني:

حصل الباحث على العمر الزمني لجميع أفراد عينة البحث وذلك من واقع سجلات الطلاب من إدارة الكلية وتم حساب العمر بالسنة.

#### الوزن:

قام الباحث بقياس وزن الطلاب عينة البحث باستخدام ميزان طبي معايير وتم حساب الوزن بالكيلو جرام.

#### الطول:

قام الباحث بقياس طول الجسم باستخدام جهاز الرستاميتير وتم قياس الطول بالسنتيمتر .

#### مستوى الذكاء:

استخدم الباحث اختبار الذكاء المصور إعداد أحمد ذكي صالح مرفق (1) وهو اختبار من النوع غير اللفظي الجمعي فلا يخضع لأي عامل لغوي أو مهارة في اللغة وهو جمعي لأنه يمكن تطبيقه على عدد من الأفراد في وقت واحد بواسطة فاحص واحد.

#### المتغيرات البدنية:

قام الباحث بإجراء مسح مرجعي للدراسات السابقة والمراجع العلمية المتخصصة التي تناولت عناصر اللياقة البدنية التي لها الأولوية في رياضه رفع الأثقال والاختبارات التي تقيسها لتحديد ما لإجراء التجانس لمجتمع البحث وكذلك تكافؤ أفراد المجموعة، وقام الباحث بوضعها في استمارة مرفق (2) روعي فيها الإضافة والحذف بما يتناسب مع رأي الخبير وتم عرضها على الخبراء في مجال رفع الأثقال والمنازلات وقد تم اختيار العناصر التي حصلت على نسبة 80% فأكثر.

#### **المتغيرات المهارية:**

قام الباحث بتحديد المهارة قيد البحث وذلك وفق منهج رفع الأثقال المقرر على الفرقة الأولى لطلبة كلية التربية الرياضية للبنين، وهي ( مهارة الخطف ).

وقد قام الباحث بعمل مسح مرجعي للدراسات السابقة والمراجع العلمية ثم توصل الباحث الي اختبار تقييم المستوي المهاري تم عرضها على السادة الخبراء في مجال رفع الأثقال والمنازلات ، والتي يتم بها القياس القبلي والبعدي للعينه مرفق (3)

#### **استمارات تسجيل البيانات :**

قام الباحث بتصميم استمارات لتسجيل البيانات الشخصية وبيانات القياسات القبليه والقياسات البعدية وهي:

- استمارة لتسجيل البيانات ( السن - الطول - الوزن \_ مستوى الذكاء )
- استمارة تسجيل نتائج الطلاب في الاختبارات البدنية.
- استمارة تسجيل نتائج الطلاب في الأختبارات المهارية.
- استمارة التحصيل المعرفي.

مرفق (4)

#### **إعداد مواد المعالجة التجريبية:**

يتطلب هذا البحث إعداد برنامج تعليمي مقترح باستخدام الوسائط الفائقة وكذلك سيناريو خاص ببرنامج الوسائط الفائقة.

#### **بناء البرنامج المقترح: مرفق (5)**

#### **تحديد الهدف العام للبرنامج:**

قام الباحث بتحديد الأهداف العامة للبرنامج في هدفين طبقاً طبقاً لجوانب التعلم فيما يلي:

#### **- هدف عام معرفي:**

إكساب طلبة الفرقة الأولى المعلومات من مفاهيم وحقائق وقوانين بالتطور التاريخي لرياضه رفع الأثقال والمحتوى المهاري للمهارة (مهارة الخطف)، بعض مواد القانون.

#### **- هدف عام مهاري:**

إكساب طلبة الفرقة الأولى كيفية أداء المهارة التالية بدقة وسرعة وتوقيت سليم:

- مهارة الخطف.

## أسس وضع البرنامج:

- أن يراعى خصائص الطلاب واحتياجاتهم البدنية والنفسية والمهارية.
- أن يتناسب محتوى البرنامج مع قدرات الطلاب.
- أن يتسم بالبساطة والسهولة.
- أن يناسب محتوى البرنامج مع الهدف الموضوع.
- أن يساعد البرنامج على تحقيق مبدأ التفاعلية بين الطلاب .
- أن يراعى توفير المكان الملائم.
- أن يراعى توفير الإمكانيات المناسبة لتنفيذ البرنامج.
- أن يراعى عوامل الأمن والسلامة حرصاً على سلامة الطلاب.
- أن يكون البرنامج بعيدان عن الملل ويتميزوا بالتشويق والإثارة.
- أن يتيح البرنامج فرص الاشتراك والممارسة لكل الطلاب في وقت واحد.
- أن يراعى مبدأ التدرج في محتوى البرنامج من السهل إلى الصعب، ومن البسيط إلى المركب.
- أن يراعى الفروق الفردية للطلاب.
- أن يساعد على تنمية التفكير العلمي المنظم.
- أن يتحدى قدرات الطلاب .
- أن يساعد الطلاب على استخدام الحاسب الآلي.

## محتوى البرنامج:

تعتبر عملية تحديد محتوى البرنامج من العمليات الصعبة والتي تمثل أهمية كبيرة جداً ، وتتمثل تلك الصعوبة في اختيار الخطوات الفنية والتعليمية والتدريبات على مهارة الخطف المقررة على الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة الزقازيق، وكذلك تحديد الأدوات والوسائل التعليمية والذي يعرض من خلاله:

▪ مهاره الخطف.

## الإمكانيات اللازمة لتنفيذ البرنامج:

عدد من أجهزة الكمبيوتر بالمواصفات التالية:

- جهاز حاسب آلى متوافق مع IBM .
- معالج طراز بنتيوم 4 بسرعة 1500 ميگاهيرتر أو أسرع.
- نظام ويندوز Windows Xp يدعم اللغة العربية.
- قرص صلب 80 جيجا.
- بطاقة شاشة 600 × 800 ذات تحليل لوني Bit 64 فما فوق.

- مشغل أسطوانات مضغوطة CD-ROM
- ذاكرة مؤقتة 128 أو أكثر.
- لوحة مفاتيح ، فارة.
- شاشة ملونة 14 بوصة.
- القرص الضوئي المدمج CD المخزن عليها برنامج الوسائط الفائقة.

#### أدوات واجهزة أخرى:

- حجرة دراسية مجهزة بالكمبيوتر .
- عدد من الباربات .
- كرات طبية 0
- صالة رفع الأثقال .
- مقعد سويدي 0
- عدد من الطارات بأوزانها المختلفة.

#### نمط التعليم المستخدم:

استخدم الباحث نمط التعلم الفردي المدعم إلكترونياً والذي تم تنفيذه من خلال الحاسب الآلي أثناء تنفيذ التجربة.

#### الإطار العام لتنفيذ البرنامج:

يتم تنفيذ البرنامج من خلال وحدات تعليمية ، وذلك بواقع وحدتين أسبوعياً لمدة (6) ستة أسابيع وبذلك يتضمن البرنامج (12) اثني عشر وحدة تعليمية ، وزمن تنفيذ الوحدة (45) خمس وأربعون دقيقة وهي زمن محاضرة رفع الأثقال بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة الزقازيق، وتفاصيل الوحدة التعليمية على النحو التالي:

- 2 دقيقة أعمال إدارية
  - 3 دقائق إحماء .
  - 8 دقائق إعداد بدني
  - 30 دقيقة الجزء الرئيسي.
  - 2 دقائق ختام.
- مرفق (6)

#### 7- قيادات التنفيذ:

قام الباحث بتنفيذ البرنامج بمساعدة معاوني أعضاء هيئة التدريس بالكلية ، كما قام بتطبيق البرنامج التقليدي مع المجموعة الضابطة. مرفق (7)

#### مرحلة تقويم البرنامج:

تمثلت طريقة التقييم المستخدمة بالبرنامج فيما يلي:

#### التقييم المبدئي:

ويتم قبل البدء فى تنفيذ البرنامج ويعطى معلومات مهمة على تحديد مستوى الطلبة والنقاط التي يبدأ منها المتعلم وتشتمل على:

- الاختبار المهاري.
- الاختبار المعرفى.

#### التقييم الختامي:

وهو الذي يجرى بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج وذلك للتعرف على مدى ما تحقق من الأهداف لتقدير أثره بعد الانتهاء من تطبيقه ويتم هذا التقييم من خلال استخدام نفس الاختباري المهاري و الاختبارات المعرفية التي استخدمت فى التقييم القبلى قيد البحث .

#### عرض البرنامج على مجموعة من المحكمين:

بعد الانتهاء من إعداد البرنامج تم عرضة على مجموعة من المحكمين بلغ عددهم (10) من أقسام طرق التدريس و المنازلات ببعض كليات التربية الرياضية مرفق (8) وذلك لاستطلاع رأيهم حول:

- مدى مناسبة الأهداف العامة للبرنامج:
- مدى تحقيق الأهداف لما يتطلبه البرنامج.
- الدقة العلمية والوضوح لمحتوى البرنامج.
- مدى مناسبة أسلوب عرض محتوى الوسائط الفائقة للطلبة.
- مدى مناسبة التقييم المستخدم.
- صلاحية البرنامج للتطبيق.

#### الصورة النهائية للبرنامج:

من خلال استعراض آراء الخبراء وتحليلها اتضح موافقتهم بنسبة 100% على صلاحية البرنامج للتطبيق. مرفق (5)

#### مراحل إنتاج البرمجية:

##### مرحلة التصميم:

تعتبر مرحلة التصميم من أهم مراحل إنتاج البرمجية حيث أنها بمثابة خريطة لما سيتم تنفيذه في المرحلة التالية ويتضمن التصميم المراحل التالية:

##### الأساس العلمي:

يتمثل في تحديد واختيار المادة العلمية حول موضوع تعليم مهارة رفع الأثقال والتي تقدمها البرمجية المعدة بتقنية الهيبرميديا لتزويد المتعلمين بالمعارف والخبرات والمهارات المتعلقة بالمحتوى التعليمي.

##### الأساس التربوي:

يتمثل في تحديد الأهداف العامة والسلوكية فى البرمجية كما يتضح أسلوب تقديم عرض المحتوى العلمي للبرمجية والتدريبات والتغذية الراجعة وتنظيم المحتوى فى تسلسل منطقي وتحديد العلاقات الداخلية بين وحداته Links.

### الأسلوب التقني:

يتمثل فى كتابة النص التعليمي للبرمجية وتحديد متطلبات الإنتاج المادية والجوانب اللفظية والجوانب غير اللفظية التي تضمنتها البرمجية.

وفى ضوء النظريات الحديثة للتعليم والتعلم، قام الباحث بمراعاة بعض المعايير لمجموعة من الكفاءات المتنوعة للبرمجية أثناء عملية التصميم على النحو التالي:

### الكفاءة التعليمية للبرمجية:

- أن يكون الهدف من البرمجية واضحا ومصاغا صياغة سلوكية سليمة وبالإمكان قياسه.
- أن تتلاءم أهداف البرمجية مع أهداف الموضوع محل الدراسة.
- أن يكون محتوى البرمجية دقيقا ومناسبا لسن ومستوى المتعلم.
- عرض المادة التعليمية بشكل منطقي ومتسلسل.
- توافر التدريبات التي ستمارسها الطالب المبتدئ.
- إتاحة الفرصة للطالب لاختيار مايناسبها من تدريبات.

### الكفاءة الفنية للبرمجية:

- الاستفادة من مساحة الشاشة بشكل جيد.
- عرض المعلومات على الشاشة بطريقة شيقة وجميلة ومتناسقة.
- مراعاة توزيع مواقع العناصر المختلفة بطريقة سليمة وصحيحة.
- ملائمة التأثيرات اللونية المختلفة فى شاشة واحدة.
- تجزئة المادة العلمية على شكل فقرات متتالية.
- إمكانية تحكم الطالب فى اختيار الجزء المراد تعلمه وتتابع أحداثه.
- إمكانية تجول الطالب داخل البرمجية.
- عدم إتاحة الفرصة للمتعلم للتغيير فى محتوى البرمجية.

### تنظيم محتوى البرمجية:

فى ضوء خصائص الهيبرميديا قام الباحث بتنظيم محتوى البرمجية إلى جزأين هما:

### الجزء الأول: المقدمة:

وهو الجزء الذي يعرض على الشاشة وبدون تدخل من الطالب أثناء العرض ويتضمن هذا

الجزء التقديم، الإعداد، الإشراف، الهدف العام للبرمجية ، ثم عرض محتوى البرمجية.

### الجزء الثاني: المحتوى التعليمي:

وهو الجزء الذي يعرض على الشاشة والتتابع الذي يحدده ويختاره الطالب أي انه يتحكم في هذا الجزء متحكماً كاملاً من حيث الاختيار للجزء المراد تعلمه والسرعة والتتابع والخروج وقتما تشاء من البرمجية ويتم في هذا الجزء عرض:

- نبذة تاريخية عن رياضه رفع الأثقال.
- بعض من مواد قانون رفع الأثقال.
- مهارة الخطف.

واشتملت محاور النبذة التاريخية على ثلاث محاور:

- الأهداف المعرفية
- نبذة تاريخية.
- أسئلة التقويم

واشتملت محاور مواد القانون على ثلاث محاور:

- الأهداف المعرفية
- بعض مواد القانون.
- أسئلة التقويم

واشتملت محاور المهارات الثلاث على سبع محاور:

- الخطوات الفنية للمهارة.
- الخطوات التعليمية للمهارة
- صور للمهارة.
- صور مسلسلة للمهارة.
- صور ثابتة للمهارة.
- أسئلة التقويم للمهارة

**مرحلة الإعداد والتجهيز:**

**كتابة السيناريو للبرنامج**

وتم خلال هذه المرحلة تحديد الوسائل إلى سوف تستخدم في إنتاج البرنامج من:

- شكل الإطارات الرئيسية والفرعية وألوانها ووضوحها وتأثيرها.
- أنواع النصوص المكتوبة وموضوعاتها وموقعها على الإطار.
- الصور المستخدمة وحجمها والموضوعات التي تدل عليها.
- الرسوم التوضيحية ودلالاتها وموضوعاتها.
- أفلام الفيديو للمراحل الفنية والتدريبات التعليمية.
- تحديد أنواع المؤثرات المستخدمة ودرجة الألوان وتنسيقها وموقع كل عنصر على الإطار.

- تحديد أسلوب التصفح والموضوعات الرئيسية وكفاية الانتقال إلى الموضوعات المتفرعة منها.
- تحديد أسلوب التصفح الموضوعات الفرعية والوسائل المرتبطة بها ( صور - أفلام - صوت)
- تحديد كفاية التحكم في الوسائل المدرجة على كل إطار. مرفق (9)

#### إنتاج الوسائل:

- تم إعداد كافة أنواع الوسائل من نصوص مكتوبة، صور فوتوغرافية، ملفات صوتية، رسوم وأفلام والتأكد من صلاحيتها لتقييم المعلومات المطلوبة وتسجيل جميع الملفات بال نوعية المطلوبة لاستخدامها.

#### اختيار أداة التأليف:

- تم اختيار أداة التأليف برنامج Microsoft power point 2003 وذلك لسهولة استخدامه في إعداد البرامج التعليمية المختلفة، بالإضافة إلى المميزات التي تتوفر في هذه النوعية من تطبيقات البرمجة من سهولة في التصميم والمرونة في التعديل وغيرها من المميزات.

#### تجهيز الوسائل المساعدة للتأليف:

##### إعداد النصوص المكتوبة:

تمت كتابة ومعالجة النصوص باستخدام برنامج Microsoft Word 2003 .

##### إعداد ملفات الفيديو:

تم تسجيل الفيديو باستخدام كاميرا فيديو رقمية ماركت Sony ذات قوة وضوح عالية جدا ثم بعد ذلك تم سحب الفيلم على الكمبيوتر ومعالجته باستخدام برنامج Windows Moviemaker

#### برمجة السيناريو التعليمي باستخدام برنامج Microsoft power point 2003

تم ترجمة السيناريو الموضوع من قبل الباحث إلى البرنامج التعليمي وفقا لخصائص الهيبرميديا وذلك بكل محتوياته الموضوعية للمحاورة والتفاعلات المطلوبة وطريقة التصفح والدخول والخروج للحصول على المعلومات.

#### تقييم البرمجية:

بعد الانتهاء من إعداد البرمجية في صورته الأولية قام الباحث بعرضه على مجموعة من الخبراء في مجال طرق التدريس و المنازلات لاستطلاع آرائهم حول:

- مدى مناسبة الأهداف العامة للبرمجية .
- مدى مناسبة أسلوب عرض المحتوى للطلبة .
- مدى صلاحية البرمجية للتطبيق .

#### الصورة النهائية للبرمجية :

من خلال استعراض آراء الخبراء وتحليلها اتضح موافقتهم بنسبة مئوية 100% على صلاحية البرمجية للتطبيق . مرفق ( 10 )

#### **اختبار التحصيل المعرفي في مهاره رفع الأثقال قيد البحث:**

قام الباحث بتصميم الاختبار المعرفي وذلك لقياس مدى تحصيل الطلبة للجانب المعرفي الخاص بالمهارات قيد البحث ومدى تحقيق أهداف البرنامج

#### **الهدف من الاختبار:**

يهدف هذا المقياس إلى قياس تحصيل الطلبة عينة البحث على المعلومات المعرفية الخاصة برياضه رفع الأثقال( تاريخ رفع الأثقال – قانون رفع الأثقال – الجانب المهارى) مع مراعاة أن أهداف الاختبار تتماشى مع مستوى الطلبة.

#### **إعداد الصورة الأولية للاختبار:**

تم إعداد الصورة الأولية للاختبار لقياس التحصيل المعرفي في رياضه رفع الأثقال حيث اشتملت على (50) مفردة مرفق(11)، روعي أن تكون المفردات متنوعة ومتضمنة عدد كبير من المعلومات ولقد وزعت مفردات الاختبار حسب كل محور من المحاور الرئيسية.

#### **صلاحية الصورة المبدئية للاختبار:**

تم عرض الصورة الأولية للاختبار بعد إعدادها على مجموعة من المحكمين من الأساتذة المتخصصين في رفع الأثقال والمنازلات وذلك للتأكد من صلاحية هذه الصورة، واستطلاع رأى الخبراء في هذا الاختبار كان بغرض التأكد من مدى صحة مفردات الاختبار ومدى مناسبة الأسئلة لمستوى المتعلمين، ولقد أوضحت نتيجة استطلاع رأى الخبراء على موافقتهم على الأسئلة بنسبة 96% حيث كان عددها (50) مفردة، وبعد إجراء الحذف في ضوء رأى الخبراء أصبحت (40) مفردة، وهى الصورة النهائية للاختبار المعرفي الصالحة للاستخدام والتطبيق. مرفق (12)

#### **المعاملات العلمية ( الصدق – الثبات):**

#### **صدق الاختبار:**

تم استخدام اختبار دلالة الفروق بين مجموعة مميزة من طلبة الفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة الزقازيق، ومجموعة غير مميزة من طلبة الفرقة الأولى وخارج العينة الأصلية لإيجاد صدق الاختبار وتم تطبيقه على عينة قوامها (10) طلاب من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية، ويوضح ذلك جدول (4)

#### **جدول (4)**

دلالة الفروق بين المجموعة المميّزة والغير مميّزة في

ن=1 ن=2 = 10

اختبار التحصيل المعرفي

قيمة ت	المجموعة المميّزة		المجموعة غير المميّزة		الاختبار
	ع±	س	ع±	س	
*48.86	1.32	31.57	0.92	7.15	الاختبار المعرفي

\* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ( 0.05 ) = 2.10

يتضح من جدول (5) والخاص بإيجاد معامل الصدق لإختبار التحصيل المعرفي قيد البحث وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين ولصالح المجموعة المميّزة حيث بلغت قيمة ت ( 48.86\* ) وهذه القيمة معنوية عند مستوي 0.05 مما يعطي دلالة مباشرة علي صدق هذا الإختبار.

ثبات الاختبار:

لحساب ثبات الاختبار تم تطبيق الاختبار على عينة مماثلة لعينة البحث ولكنها من خارج العينة الأصلية وكان عددها (10) طلاب وتم إعادة نفس الاختبار مرة أخرى في نفس الظروف على نفس الطلبة وتم إيجاد معامل الثبات ويوضح ذلك جدول (5)

جدول (5)

معامل الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق للاختبار المعرفي ن = 10

ر	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		الاختبار
	ع	س	ع	س	
*0.87	1.02	7.36	0.92	7.15	الاختبار المعرفي

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى 0.05 = 0.602

يتضح من جدول (5) الخاص بإيجاد معاملات الثبات لاختبار التحصيل المعرفي قيد البحث وجود علاقة إرتباطية ذات دلالة معنوية بين التطبيقين الأول والثاني حيث كانت قيمة ( ر المحسوبة ) ( 0.87\* ) وهذه القيمة معنوية عند مستوي 0.05 مما يعطي دلالة مباشرة علي ثبات ذلك الإختبار. الدراسة الاستطلاعية:

أجريت الدراسة الاستطلاعية في الفترة من الثلاثاء 2019/2/19م إلى الخميس 2019/2/21م على عينة اختيرت بالطريقة العشوائية من طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة الزقازيق من مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية وقوامها ( 10 ) طلاب.

حيث قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية للتعرف على النواحي الإدارية والفنية والتنظيمية الخاصة بالبحث ، والتي تم تحديدها فيما يلي :

- التأكد من سهولة الاختبارات .
  - تحديد زمن إجراء الاختبارات.
  - اختيار الأماكن المناسبة لإجراء الاختبارات.
  - التأكد من المعاملات العلمية للاختبار ( الثبات - الصدق ).
- المعاملات العلمية ( الصدق - الثبات ):

الصدق:

لإيجاد معامل الصدق قام الباحث بتطبيق صدق التمايز، حيث قام الباحث بإجراء القياسات البدنية والمهارية والمعرفية لعينة البحث الاستطلاعية وعددهم (10) طلاب من نفس المجتمع وخارج عينة البحث الأساسية، ومقارنتها بمجموعة أخرى من الطلاب المميزين من الفرقة الثالثة وعددهم (10) طلاب.

### جدول (6)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة بين المجموعة المميزة

والمجموعة غير المميزة في المتغيرات البدنية ن=1 ن=2=10

المتغيرات	المجموعة غير المميزة		المجموعة المميزة		قيمة "ت" ودالاتها
	س	ع±	س	ع±	
1 اختبار قوة القبضة اليمنى	50.60	0.69	57.10	1.20	*21,15
2 اختبار قوة القبضة اليسرى	48.00	0.82	55,50	2,42	*9,15
3 اختبار قوة عضلات الظهر	158.10	0.88	164,90	1,45	*13,28
4 اختبار ضغط البار الحديدي باليدين لأعلى من وضع الوقوف	52,90	1.10	59.70	0,95	*15,38
5 اختبار الجلوس كاملاً والبار الحديدي على الكتفين	70.70	0.67	75.20	1,32	*13,18
6 اختبار رمى الجلة للخلف عبر الرأس باليدين	9.80	0.79	11,20	0,79	*3,77
7 اختبار مدى مرونة الكتفين والرسغ	71.00	0.94	74.90	0,99	*10,30
8 اختبار رفع العقبين من وضع الوقوف على عارضة توازن والبار الحديد عالياً على امتداد الذراعين فوق الرأس	168.90	0.99	178.10	0,88	*23,67
9 اختبار الانبطاح المائل من الوقوف لمدة 10 ث	23.10	0.74	25.70	0,95	*5,75

\* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ( 0.05 ) = 2.10

يتضح من جدول (6) والخاص بإيجاد معاملات الصدق لبعض المتغيرات البدنية قيد البحث وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين ولصالح المجموعة المميزه حيث بلغت قيمة ت ما بين

( 3.77 \* : 23.67 \* ) وهذه القيمة معنوية عند مستوى 0.05 مما يعطي دلالة مباشرة علي صدق تلك الإختبارات .

## 2- الثبات:

قام الباحث بحساب الثبات باستخدام طريقة تطبيق الاختبار وإعادة التطبيق بفارق زمني ثلاثة أيام، وذلك على عينة الدراسة الاستطلاعية وعددها (10) طلاب من نفس الفرقة وخارج عينة البحث الأساسية، حيث تم تطبيق نفس الاختبارات وتحت نفس الظروف وباستخدام نفس الأدوات ، وقد تم إيجاد معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني.

جدول (7)

### المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ر) المحسوبة بين التطبيق الأول

ن=10

### والتطبيق الثاني في المتغيرات البدنية

معامل الارتباط (ر)	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		المتغيرات
	ع±	س	ع±	س	
*0.86	1,02	51,07	0.69	50.60	1 اختبار قوة القبضة اليمنى
*0.77	0,77	48,35	0.82	48.00	2 اختبار قوة القبضة اليسرى
*0.92	0,82	159,03	0.88	158.10	3 اختبار قوة عضلات الظهر
*0.83	0,92	53,28	1.10	52,90	4 اختبار ضغط البار الحديدي باليدين لأعلى من وضع الوقوف
*0.74	0,77	71,16	0.67	70.70	5 اختبار الجلوس كاملاً والبار الحديدي على الكتفين
*0.69	0,66	10,19	0.79	9.80	6 اختبار رمى الجلة للخلف عبر الرأس باليدين
*0.88	1,03	72,18	0.94	71.00	7 اختبار مدى مرونة الكتفين والرسغ
*0.95	0,86	170,17	0.99	168.90	8 اختبار رفع العقبين من وضع الوقوف على عارضة توازن والبار الحديدي عالياً على امتداد الذراعين فوق الرأس
*0.93	0,56	24,35	0.74	23.10	9 اختبار الانبطاح المائل من الوقوف لمدة 10ث

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى 0.05 = 0.602

يتضح من جدول (7) الخاص بإيجاد معاملات الثبات للمتغيرات البدنية قيد البحث وجود علاقة إرتباطية ذات دلالة معنوية بين التطبيقين الأول والثاني حيث تراوحت قيمة (ر) المحسوبة ما بين ( 0.69 \* : 0.95 \* ) وهذه القيمة معنوية عند مستوى 0.05 مما يعطي دلالة مباشرة علي ثبات تلك الإختبارات .

الدراسة الأساسية:

القياس القبلي:-

قام الباحث بإجراء القياس القبلي على مجموعتي البحث التجريبية والضابطة حيث تم قياس الاختبار المهاري قيد البحث يومي الثلاثاء والأربعاء الموافق 5 ، 2019/3/6م طبقاً للمواصفات وشروط الأداء الخاصة بكل اختبار مع توحيد القياسات ووقت القياس للمجموعتين التجريبية والضابطة، وذلك للتأكد من تكافؤ مجموعتي البحث في هذه القياسات ولتحقيق التكافؤ بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة قام الباحث بإيجاد قيمه ( ت ) بين مجموعتي البحث في القياس القبلي في اختبارات المتغيرات البدنية ومستوي الأداء المهاري قيد البحث ويوضح ذلك جدول (8).

### جدول (8)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في المتغيرات البدنية ومستوي الأداء المهاري ن=1 ن=2=60

م	المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة "ت" ودلالاتها
		س	±ع	س	±ع	
1	اختبار قوة القبضة اليمنى	51.13	1,17	51,07	1,17	0,26
2	اختبار قوة القبضة اليسرى	47,77	0,86	47,70	0,84	0,29
3	اختبار قوة عضلات الظهر	158,70	0,92	158,63	0,99	0,24
4	اختبار ضغط البار الحديدي باليدين لأعلى من وضع الوقوف	52,93	0,91	52,80	0,92	0,61
5	اختبار الجلوس كاملاً والبار الحديدي على الكتفين	71,37	0,96	71,63	1,10	0,78
6	اختبار رمى الجلة للخلف عبر الرأس باليدين	9,93	0,78	9,83	0,79	0,46
7	اختبار مدى مرونة الكتفين والرسغ	71,17	1,15	71,23	1,17	0,57
8	اختبار رفع العقبين من وضع الوقوف على عارضة توازن والبار الحديدي عالياً على امتداد الذراعين فوق الرأس	168,90	1,17	168,60	1,10	0,25
9	اختبار الانبطاح المائل من الوقوف لمدة 10ث	22,80	0,76	22,70	0,75	0,52
	مهارة الخطف	2,13	0,68	2,50	0,73	1,02
	التحصيل المعرفي	7,50	0,94	7,83	1,05	1,37

\* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ( 0.05 ) = 2.02

يتضح من جدول (8) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين المجموعتين في القدرات البدنية والمستوى المهاري والتحصيل المعرفي حيث إنحصرت قيمة ت بين (0.24: 1.37) مما يدل علي تكافؤ المجموعتين في تلك المتغيرات.

#### تنفيذ البرنامج:

بعد التأكد من تكافؤ مجموعتي البحث التجريبية والضابطة قام الباحث بتطبيق البرنامج التعليمي المقترح على مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في الفترة من الأحد 3/10/2019م حتى الخميس 2019/4/18م ولمدة (6) أسابيع وبواقع (2) وحدتين تعليميتين أسبوعيا وزمن الوحدة (45) دقيقة ، وقد تم التعلم للمجموعة التجريبية باستخدام نموذج التعلم البنائي ، أما بالنسبة للمجموعة الضابطة فقد قام الباحث بتطبيق البرنامج المتبع معها وذلك حرصا على عزل المتغيرات التي قد تؤثر على نتائج البحث و لمدة (6) أسابيع وبواقع (2) وحدتين تعليمية أسبوعيا وزمن الوحدة (45) دقيقة.

#### القياس البعدي:-

قام الباحث بإجراء القياس البعدي على المجموعتين التجريبية والضابطة واختبارات الأداء المهاري للمهارات المقررة على طلاب الفرقة الأولى ( قيد البحث ) يوم السبت الموافق 2019/ 4/20م ويوم الأحد الموافق 2019/4/21م حيث تم تطبيق نفس الاختبارات التي تم قياسها في القياس القبلي وبنفس الظروف والشروط وتم تفرغ البيانات في جداول معدة لذلك تمهيدا لمعالجتها إحصائيا.

#### الأسلوب الإحصائي:

- المتوسط الحسابي
- الوسيط
- معامل الارتباط البسيط
- معامل الالتواء
- اختبار ( ت )
- معادلة نسب التحسن%

#### عرض ومناقشة النتائج:

#### 1- عرض النتائج:

#### جدول (9)

### دلاله الفروق بين القياسين القبلي والبعدي

للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء المهاري والتحصيل المعرفي ن=30

م	المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة "ت" ودلالاتها
		س	ع±	س	ع±	
1	مهارة الخطف	2,13	0,68	20,33	0,96	*93,73
2	التحصيل المعرفي	7,50	0,94	33,13	1,01	*98,34

\* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ( 0.05 ) = 2.09

يتضح من جدول (9) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى معنوية ( 0,05 ) بين متوسطي القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي لدى المجموعة التجريبية في المستوى المهاري والتحصيل المعرفي قيد البحث ، حيث إنحصرت قيمة ( ت ) المحسوبة ما بين ( \*93,73 : \*98,34 ) .

### جدول ( 10 )

#### دلاله الفروق بين القياسين القبلي

والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهاري والتحصيل المعرفي ن=30

م	المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة "ت" ودلالاتها
		س	ع±	س	ع±	
1	مهارة الخطف	2,50	0,73	14,00	1,05	*43,97
2	التحصيل المعرفي	7,83	1,05	22,87	1,38	*65,43

\* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ( 0.05 ) = 2.09

يتضح من جدول ( 10 ) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى معنوية ( 0,05 ) بين متوسطي القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي لدى المجموعة الضابطة في المستوى المهاري والتحصيل المعرفي قيد البحث ، حيث إنحصرت قيمة ( ت ) المحسوبة ما بين ( \*43,97 : \*65,43 ) .

### جدول ( 11 )

#### دلاله الفروق بين القياسين البعديين

للمجموعة التجريبية والضابطة في مستوى الأداء المهاري والتحصيل المعرفي ن=30

م	المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة "ت" ودلالاتها
		س	ع±	س	ع±	
1	مهارة الخطف	20,33	0,96	14,00	1,05	*21,62
2	التحصيل المعرفي	33,13	1,01	22,87	1,38	*18,47

\* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ( 0.05 ) = 2.02

يتضح من جدول ( 11 ) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى معنوية ( 0,05 ) بين متوسطي القياسين البعديين لدي المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية في المستوي المهاري والتحصيل المعرفي قيدالبحث، حيث إنصرت قيمة ( ت ) المحسوبة ما بين ( 18,47\* : 21,62\* )

### جدول (12)

نسب التحسن بين القياسين القبلي والبعدي لعينه البحث في مستوي الأداء المهاري للمجموعه التجريبية

م	المهاره	القياس القبلي	القياس البعدي	نسبه التحسن
	مستوى أداء مهارة الخطف	2,13	20,33	%854,46

يتضح من جدول ( 12 ) وجود تباين في نسب التحسن الحادثة بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي لدي المجموعة التجريبية في المستوي المهاري قيد البحث ، بنسبة ( %854,46 ).

### جدول (13)

نسب التحسن بين القياسين القبلي والبعدي لعينه البحث في اختبار التحصيل المعرفي للمجموعه التجريبية

م	القياس القبلي	القياس البعدي	نسبه التحسن
اختبار التحصيل المعرفي	7,50	33,13	%341,73

يتضح من جدول (13) وجود نسبة تحسن حادثة بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي لدي المجموعة التجريبية في مستوي التحصيل المعرفي قيد البحث بنسبة ( %341,73 )

### جدول (14)

نسب التحسن بين القياسين القبلي والبعدي لعينه البحث في مستوي الأداء المهاري للمجموعه الضابطة

م	المهارة	القياس القبلي	القياس البعدي	نسبه التحسن
	مستوى أداء مهارة الخطف	2,50	14,00	%460

يتضح من جدول ( 14 ) وجود تباين في نسب التحسن الحادثة بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي لدى المجموعة الطابطة في المستوى المهاري قيد البحث ، بنسبة (%460).

### جدول (15)

نسب التحسن بين القياسين القبلي والبعدي لعينه البحث في اختبار التحصيل المعرفي للمجموعة الضابطة

اختبار التحصيل المعرفي	القياس القبلي	القياس البعدي	نسبه التحسن
	7,83	22,87	%192,08

يتضح من جدول ( 15 ) وجود نسبة تحسن حادثة بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي لدى المجموعة الطابطة في مستوى التحصيل المعرفي قيد البحث بنسبة (%192,08).

## 2- مناقشة النتائج:

في ضوء ما توصل إليه الباحث من نتائج البحث والتي تم معالجتها إحصائياً قام الباحث بتفسير النتائج طبقاً لأهداف البحث وفروضه كما يلي:

توضح الجداول السابقة المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ( ت ) بين القياس القبلي والبعدي لكل مجموعة على حده وعلى اختبار قياس المستوى المهاري مرفق رقم (4) وقد أثبتت مجموعتي البحث وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي للأداء المهاري قيد البحث والذي يحقق صحة الفروض للبحث والتي تشير وجود فروق بين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي 0

يوضح جدول (9) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ( ت) الجدولية (2,09) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الاختبار المهاري قيد البحث ويتضح من الجدول وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ( 0,05 ) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الاختبار المهاري ولصالح القياس البعدي حيث انحصرت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (93,73:98,34).

حيث يتضح مايلي :

أن متوسط اختبار الدرجات لاختبار مهارة الخطف للمجموعة التجريبية (تفريد التعليم المدعم إلكترونياً) في القياس القبلي 2,13 درجة وفي القياس البعدي 20,33 درجة 0

ويرجع الباحث ذلك التقدم إلى أن أسلوب تفريد التعليم المدعم إلكترونياً يعمل على توظيف المبادئ التربوية الجديدة التي تتادي بمراعاة الفروق الفردية ، كما أن أسلوب تفريد التعليم يقارن المتعلم مستواه بقدراته ويعمل على تمهيتها دون خوف ودون ارتباط بمستوى تحصيل باقي المتعلمين مما يدفعه إلى التعلم والعمل تلقائياً فلا يصاب بالإحباط عند العمل مع ذوى المستوى المرتفع ، كما أن استمرارية التغذية الراجعة المرتبطة بكل خطوة من خطوات الأداء يساعد على إتقان الأداء

ويؤكد ذلك "وفيقة مصطفى حسن ابو سالم" (2007م) على أنه لا بد أن يتعلم كل متعلم وفقاً لقدراته واستعداداته وإمكاناته لأن المتعلمين ليسوا كلهم مستوى واحد ولا بد من مراعاة الاختلاف والتفرد بين المتعلمين. (339:13)

كما يتضح من جدول (9) نسب تقدم القياس البعدى عن القياس القبلي للمجموعة التجريبية في اختبار التحصيل المعرفى حيث يتضح أن متوسط اختبار التحصيل المعرفى في القياس القبلي للمجموعة التجريبية (تفريد التعليم المدعم إلكترونياً) 7,50 درجة وفى القياس البعدى 33,13 درجة.

ويرجع الباحث ذلك التقدم إلى استخدام الطلاب الكمبيوتر في عملية التعلم باستخدام أسلوب تفريد التعليم المدعم إلكترونياً ومن خلال تفاعل الطلاب مع البرنامج ومعرفة طريقة تشغيله واستدعاء الصور المسلسلة والرسوم المتحركة والنصوص والفيديو والتدريبات كل هذا ساعد الطلاب على سرعة وإجادة التعلم نتيجة لوجود مناخ تعليمي جذاب، حيث يعتبر الكمبيوتر هو لغة العصر الحديث، وقد دخل الكمبيوتر جميع مجالات الحياة المختلفة وكذلك في مجال التعليم، ويعتبر الكمبيوتر من أهم الأجهزة التي تساعد الطلاب على التفاعل بينهم وبين المادة التعليمية، ونادراً ما نجد طالب من الطلاب لا يستطيع استخدام الكمبيوتر سواء في الألعاب أو الإنترنت أو قام بدراسته في المدرسة، ولذلك يجب الاستفادة القصوى من هذا الجهاز في عملية التعلم.

وهناك دراسات تؤكد على أهمية استخدام الإختبارات المعرفية وتأثيرها الإيجابي على التحصيل المعرفي لدى اللاعبين سواء أو الطلاب في كليات التربية الرياضية، لأن هناك إرتباط بين التحصيل المعرفي في لعبة رياضية معينة وبين مستوى الأداء المهارى في نفس اللعبة، ومن هذه الدراسات: **نيفين حنفى عبد الخالق** (2005)م ( 12 ) و **"ميرفت سمير حسن"** (2003)م (11) و **"محمد عبده خضر"** (2010) ( 8 )

ومن خلال ماسبق يتحقق الفرض الاول للبحث والذي ينص على أنه:

" توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في التحصيل المعرفي وتعلم مهارة الخطف لصالح القياس البعدي"

يوضح جدول (10) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الاختبار المهاري قيد البحث ويتضح من الجدول وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الاختبار المهاري ولصالح القياس البعدي حيث كانت (ت) الجدولية (2,09) وانحصرت (ت) الجدولية ما بين (0,43:65,97)

أن متوسط اختبار الدرجات لاختبار مهارة الخطف للمجموعة الضابطة (الشرح والنموذج) كان متوسط القياس القبلي 2,50 درجة ومتوسط القياس البعدي 14,00 درجة 0

ويرجع الباحث ذلك التقدم إلى المعلم وأسلوب الشرح والنموذج " الأسلوب التقليدي" وكذلك استخدام الطالب كنموذج أو المعلم نفسه في عملية التعليم، و تكرار التدريب والممارسة خلال فترة البرنامج كل ذلك أثر تأثيراً مباشراً على مستوى طلاب المجموعة الضابطة ورفع مستوى الأداء المهاري قيد البحث 0

ويؤكد مارلي ولولاس **Marly & Lolas** (1984م) أن العملية التعليمية في الأسلوب التقليدي تعتمد أساساً على المدرس فهو القائم بالشرح والتفسير والملاحظة وهو الذي يتخذ القرارات ويقع عليه الدور الفعال من خلال التدخل لإيجاد الحلول الحركية الممكنة وتكرار ذلك وصولاً إلى حلول حركية أفضل، ( 14 : 25)

كما يتضح من جدول (10) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبار التحصيل المعرفي قيد البحث ويتضح من الجدول وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبار التحصيل المعرفي ولصالح القياس البعدي 0

يتضح أن متوسط اختبار التحصيل المعرفي في القياس القبلي للمجموعة الضابطة (الشرح والنموذج) كان متوسط القياس القبلي 7,83 درجة ومتوسط القياس البعدي 22,87 درجة 0

ويرجع الباحث هذا التقدم إلى :

أن المعلم في أسلوب الشرح والعرض " الأسلوب التقليدي " قدم المزيد من المعلومات الجيدة والمتنوعة حول تاريخ وقانون اللعبة والأداء المهارى وذلك أثناء أجزاء الوحدة التعليمية مما اثر على مستوى الطلاب ورفع مستواهم خلال فترة البرنامج 0

ويؤكد على ذلك "محمد سعد زغلول , مصطفى السايح محمد" (2004م) ( 6 ) بأن وجود المعلم له أهمية وتعليماته بناءة كما أشاروا أيضا إلى أن هذا الأسلوب له تأثير إيجابي في عملية التعليم. ومن خلال ماسبق يتحقق الفرض الثانى للبحث والذي ينص على أنه:  
" توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة فى التحصيل المعرفى وتعلم مهارة الخطف لصالح القياس البعدي"

يوضح الجدول (11) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) الجدولية (2,02) بين القياسين البعديين للمجموعة الضابطة والتجريبية في الاختبار المهارى والمعرفى قيد البحث ويتضح من الجداول وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ( 0,05 ) بين القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار المهارى والمعرفى ولصالح المجموعة التجريبية وانحصرت (ت) المحسوبة ما بين (18,47:21,62) 0

أن متوسط اختبار الدرجات لاختبار مهارة الخطف للمجموعة التجريبية (تفريد التعليم المدعم الكترونياً) في القياس القبلي 2,13 درجة وفى القياس البعدي 20,33 درجة ، أما المجموعة الضابطة ( الشرح والنموذج ) كان متوسط القياس القبلي 2,50 درجة ومتوسط القياس البعدي 14,00 درجة 0

كما يتضح من جدول (11) نسب تقدم القياس البعدي عن القياس القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار التحصيل المعرفى حيث يتضح : يتضح أن متوسط اختبار التحصيل المعرفى في القياس القبلي للمجموعة التجريبية (تفريد التعليم المدعم إلكترونياً) 7,50 درجة وفى القياس البعدي 33,13 درجة ، أما المجموعة الضابطة ( الشرح والنموذج ) كان متوسط القياس القبلي 7,83 درجة ومتوسط القياس البعدي 22,87 درجة 0

ويرجع الباحث تقدم أفراد المجموعة التجريبية على أفراد المجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهارى والمعرفى إلى البرنامج المقترح باستخدام استراتيجية كيلر (تفريد التعليم) المدعم إلكترونياً والذي راعى مستوى وقدرات وميول وحاجات المبتدئين والفروق الفردية بينهم، بينما الطريقة التقليدية ( الشرح اللفظي والنموذج) لا تراعى الفروق الفردية بين المتعلمين لأنه من الصعب تنوع الدرس، حيث أن هناك بعض الطلاب يتعلمن بطريقة جيدة عن طريق السمع والبعض الآخر عن طريق

البصر وبعضهم يعتمد على النشاط الحركي والبعض الآخر يعتمد على التفاعل بينه وبين زملائه أو بينه وبين المعلم

كما يشير موستون وأشورث **Mosston & Ashworth** (1986م) أن الأسلوب التقليدي يقتصر دور المعلم فيه على متابعة الدرس ثم الأداء التقليدي دون القدرة على اتخاذ القرارات والمبادرة في أداء الواجب الحركي من قبل المتعلمين مما يؤثر على فاعلية العملية التعليمية. (15: 12)

ويؤكد على ذلك كلاً من " محمد سعد زغلول , مكارم حلمى أبو هرجة , هانى سعيد عبد المنعم" (2001م) أن الطريقة التقليدية المتبعة ( الشرح اللفظي) في التعليم لا بد وان تتغير للوفاء بأغراض التربية وأهدافها الحديثة وبضرورة تجاوبها مع الأوضاع ومراحل النمو الجسمي والحركي والنفسي وتلبية التزايد الكمي في إعداد المتعلمين. (7: 45)

وتتفق هذه النتائج مع دراسة كلاً من "سالي محمد عبد اللطيف" عام 2005م (3), " أحمد بهاء الدين عبد اللطيف" عام 2011م (2) والتي أكدت على تفوق المجموعة التجريبية المستخدمة لأسلوب تفريد التعليم المدعم إلكترونياً على المجموعة الضابطة المستخدمة الطريقة التقليدية. ومن خلال ماسبق يتحقق الفرض الثالث للبحث والذي ينص على أنه:  
" توجد فروق دالة احصائياً بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدى في تعلم مهارة الخطف وفى مستوى التحصيل المعرفي لصالح المجموعة التجريبية"

يوضح الجدولين (12) و(14) نسب تقدم القياس البعدى عن القياس القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار المهارى حيث يتضح أن متوسط اختبار الدرجات لاختبار مهارة الخطف للمجموعة التجريبية (تفريد التعليم المدعم إلكترونياً) في القياس القبلي 2,13 درجة وفى القياس البعدى 20,33 درجة ومتوسط نسبة التحسن 8540,41% ، أما المجموعة الضابطة ( الشرح والنموذج ) كان متوسط القياس القبلي 2,50 درجة ومتوسط القياس البعدى 14,00 درجة ومتوسط نسبة التحسن 460% .

مما سبق يتضح أن نسبة تحسن المجموعة التجريبية (تفريد التعليم المدعم إلكترونياً) في الاختبار المهارى قيد البحث أفضل من المجموعة الضابطة (الشرح والنموذج) 0

يوضح الجدولين (13) و(15) نسب تقدم القياس البعدى عن القياس القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار التحصيل المعرفى حيث يتضح : أن متوسط اختبار التحصيل المعرفى في القياس القبلي للمجموعة التجريبية (تفريد التعليم المدعم إلكترونياً) 7,50 درجة وفى

القياس البعدي 33,13 درجة ومتوسط نسبة التحسن 341,73% ، أما المجموعة الضابطة (الشرح والنموذج ) كان متوسط القياس القبلي 7,83 درجة ومتوسط القياس البعدي 22,87 درجة ومتوسط نسبة التحسن 192,08% مما سبق يتضح أن نسبة تحسن المجموعة التجريبية ( نموذج التعلم البنائي) في اختبار التحصيل المعرفي قيد البحث أفضل من المجموعة الضابطة (الشرح والنموذج)0

وهذا يحقق الفرض الرابع للبحث والذي ينص على

" توجد نسب تقدم للقياس البعدي لكل من المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في مستوى أداء مهارة الخطف في رياضة رفع الأثقال والتحصيل المعرفي ولصالح المجموعة التجريبية "0

## الاستنتاجات والتوصيات:

### 1- الاستنتاجات:

في ضوء أهداف البحث وفروضه وفي حدود عينة البحث واستنادا إلى المعالجات الإحصائية وما أشارت إليه من نتائج يمكن استنتاج الأتي:

1. استخدام اسلوب تفريد التعليم المدعم إلكترونياً له تأثير دال إحصائياً على مستوى الأداء المهارى لمهارة الخطف في رفع الأثقال لطلاب الفرقة الأولى.
2. استخدام اسلوب تفريد التعليم المدعم إلكترونياً له تأثير دال إحصائياً على مستوى التحصيل المعرفي للمعلومات المرتبطة برفع الأثقال .
3. وجدت فروق دالة إحصائياً للمجموعة التجريبية في مهارة الخطف في رفع الأثقال لطلاب الفرقة الأولى ولصالح القياس البعدي.
4. وجدت فروق دالة إحصائياً للمجموعة الضابطة في مهارة الخطف في رفع الأثقال لطلاب الفرقة الأولى ولصالح القياس البعدي.
5. وجدت فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي لمهارة الخطف في رفع الأثقال قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية الأولى.
6. تفوقت المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في نسب التحسن لمهارة الخطف ( قيد البحث ) في رفع الأثقال.

### 2- التوصيات:

١. تطبيق البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب تفريد التعليم المدعم إلكترونياً في تعلم مهارات الأنشطة الرياضية لطلبة الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية لمقابلة الفروق الفردية بين المتعلمين والتغلب عليها .
٢. الاهتمام بالجانب المعرفي للمتعلمين وإعداد مقاييس معرفية في رفع الأثقال .
٣. إجراء دراسات مشابهة باستخدام أسلوب تفريد التعليم المدعم إلكترونياً على عينات تعليمية مختلفة لإثبات وتأكيد فعالية هذا الأسلوب .
٤. الاهتمام بتطبيق التكنولوجيا الحديثة في تقديم معلومات حول مهارات الأنشطة الرياضية حيث إنها وسيلة مشوقة وجذابة.
٥. توفير أماكن وصلات مناسبة للتدريب والتعلم مزودة ومجهزة بكافة وسائل التكنولوجيا بكليات التربية الرياضية.
٦. إدخال أسلوب تفريد التعليم المدعم إلكترونياً ضمن محتوى منهج طرق التدريس بأقسام المناهج وطرق التدريس في كليات التربية الرياضية .

## المراجع :-

### أولاً : المراجع العربية :

- 1- أحمد جاسم الساعي ، نجاح محمد النعيمي : تطوير برامج التعلم الذاتي باستخدام بعض أنماط الاختبارات الموضوعية ، مجلة رسالة الخليج العربي ، العدد 79 ، الرياض ، السعودية ، (2001م .)
- 2- أحمد بهاء الدين عبد اللطيف : تأثير أسلوب تفريد التعليم باستخدام الوسائط المتعددة على تعلم بعض مهارات كرة القدم لتلاميذ المرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية جامعة الزقازيق، 2011م
- 3- سالى محمد عبد اللطيف : فعالية برنامج تعليمى مقترح باستراتيجية كيلر (تفريد التعليم) باستخدام الهيبرمديا على تعلم بعض مهارات الهوكى لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا ، رسالة دكتوراة، 2005م
- 4- عبد الحميد شرف : البرامج فى التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق للأسوياء والمعاقين، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2000 م .
- 5- عبد السلام مصطفى عبد السلام : فاعلية استراتيجية التدريس الشخصية العلاجية فى تحصيل التلاميذ واتجاهاتهم نحو العلوم بالصف الثانى الإعدادى، الجمعية المصرية للمناهج

- وطرق التدريس, المؤتمر العلمى الرابع, نحو تعليم أفضل, المجلد الاول, القاهرة 6.3 اغسطس , 1992م .
- 6- محمد سعد زغلول, مصطفى السايح محمد : تكنولوجيا إعداد وتأهيل معلم التربية الرياضية , ط 2 , دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر , الإسكندرية, 2004م.
- 7- محمد سعد زغلول, مكارم حلمى أبو هرجة, هانى سعيد عبد المنعم : تكنولوجيا التعليم وأساليبها فى التربية الرياضية, مركز الكتاب للنشر , القاهرة, 2001م.
- 8- محمد عبده محمد خضر : فاعلية برنامج تعليمى باستراتيجية كيلر فى تعلم مهارة الوثب الطويل لتلاميذ المرحلة الإعدادية, رسالة ماجستير , كلية التربية الرياضية للبنين, جامعة الزقازيق, 2010م.
- 9- محمد عطية خميس : منتوجات تكنولوجيا التعليم, مكتبة دار الكلمة, القاهرة, 2003م.
- 10 مصطفى السايح : المنهج التكنولوجى وتكنولوجيا التعليم والمعلومات فى التربية الرياضية, دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر , الطبعة الأولى, الإسكندرية, 2004م.
- 11- ميرفت سمير حسين سيد : فعالية برنامج تعليمى مقترح باستراتيجية كيلر (تفريد التعليم) باستخدام الوسائط المتعددة على تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة لطالبات, كلية التربية الرياضية جامعة المنيا, رسالة دكتوراه, 2003م.
- 12- نيفين حنفي عبد الخالق : فاعلية برنامج تعليمى مقترح باستراتيجية كيلر (تفريد التعليم) باستخدام الوسائط المتعددة على تعلم بعض مهارات البالية لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا, رسالة دكتوراه , كلية التربية الرياضية, جامعة طنطا, 2005م.
- 13- وفيقة مصطفى حسن أبو سالم : تكنولوجيا التعليم والتعلم فى التربية الرياضية, منشأة المعارف للنشر والتوزيع, الكتاب الاول, الاسكندرية, 2007 .

### ثانيا : المراجع الاجنبية

- 14- Marly,A.& Lolas, F (1984): Developing children their changing movement ,Aguide for teacher, 2nd ed, Lea and Febiger , Philadelphia, U.S.A, 1984
- 15- Mosston, M& Ashwort : Teaching physical education, 3rd ed. Merrill publishing, company .and Ashworth sera, U.S.A, 1986

## ملخص البحث :

يهدف هذا البحث إلى معرفة تأثير برنامج تعليمي بأستخدام استراتيجية كيلر (تفريد التعليم) المدعم إلكترونياً على جوانب تعلم مهارة الخطف ومستوى التحصيل المعرفي للمعلومات المرتبطة برياضة رفع الأثقال . وذلك من خلال التعرف على تأثير البرنامج التعليمي التجريبي قيد البحث على مستوى الأداء المهارى لدى طلاب كلية التربية الرياضية ، استخدم الباحث المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة هذا البحث ذو التصميم التجريبي الذي يعتمد على القياسين القبلي والبعدي لمجموعتين ، إحداهما تجريبية والثانية ضابطة ، أختير مجتمع البحث من طلبة الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة الزقازيق حيث بلغ عددهم (70) طالب ثم أختير من بينهم عدد (10) طلاب عشوائياً كعينة استطلاعية، فبقى (60) طالب تم تقسيمهم إلى مجموعتين الأولى تجريبية وعددها (30) والثانية ضابطة وعددها (30). وكانت المتغيرات البدنية والمهارية ومتغيرات النمو ومستوى الذكاء هى وسائل جمع البيانات. وكانت من أهم النتائج برنامج تعليمي بأستخدام استراتيجية كيلر (تفريد التعليم) المدعم إلكترونياً له تأثير دال إحصائياً على مستوى الأداء المهارى ( مهارة الخطف ) في رياضة رفع الأثقال لطلاب الفرقة الأولى ، وكانت اهم التوصيات الاهتمام بإجراء العديد من البحوث التجريبية والدراسات العلمية بأستخدام تفريد التعليم المدعم إلكترونياً لما أثبتت نتائجها من نجاح كبير في عملية التعلم لمواكبة التطور الحادث ورفع كفاءة العملية التعليمية .

### Research Summary:

This research aims to know the effect of an educational program using the Keeler (individualization of education) strategy that is supported electronically on aspects of kidnapping skill learning and the level of cognitive achievement of information related to the sport of weight lifting. This is through identifying the effect of the experimental educational program under research on the level of skill performance among students of the Faculty of Physical Education, the researcher used the experimental approach for his suitability of the nature of this research with experimental design that depends on the pre and post measurements of two groups, one is experimental and the second is control, the research community was chosen from students The first band in the Faculty of Physical Education for Boys, Zagazig University, where they numbered (70) students, then (10) students were randomly selected as a prospective sample, so (60) students were divided into two experimental groups, the first is (30) and the second is (30). Physical and skill variables, growth variables and the

level of intelligence were the means of collecting data. One of the most important results was an educational program using the Keeler (Individualization of Education) strategy that is supported electronically with a statistically significant effect on the level of skill performance (kidnapping skill) in the sport of weightlifting for first year students, and the most important Recommendations: Paying attention to conducting many experimental research and scientific studies using the unique support of education electronically, because its results proved a great success in the learning process in order to keep pace with the accident development and raise the efficiency of the educational process.