

تأثير التدريب المبرمج باستخدام الحاسوب على تحسين أداء الارسال من الأسفل وتركيز الانتباه في الكرة الطائرة

المحور الثاني: التدريب الرياضي

أحمد باقي /طالب دكتوراه/ المركز الجامعي نور البشير البيض

البريد الالكتروني: stapsmosta@hotmail.fr

العيد بن سميشة /أستاذ محاضررتبة أ مشرف/ المركز الجامعي نور البشير البيض

البريد الالكتروني: l.bensemicha@cu-elbayadh.dz

محمد قزقوز /أستاذ محاضررتبة أ مساعد مشرف/ المركز الجامعي نور البشير البيض

البريد الالكتروني: m.guezgouz@cu-elbayadh.dz

**Abstract:**

The study investigates the effect of using programmed training by using computer on developing simple serve performance and attention focus in volleyball, the sample of the study includes two groups, experimental and controlling, each contains 34 learners from the first year of sadok el hadj secondary school in naama. the controlling group has been taught according to the skill training while the experimental group has been taught according to programmed training by using computer.

the researcher has finally concluded that the effect of programmed training by

ملخص: هدفت الدراسة إلى الكشف عن اثر استخدام التدريب المبرمج باستخدام الحاسوب في تحسين أداء الارسال من الأسفل وتركيز الانتباه في الكرة الطائرة ، واستخدم الباحثون المنهج التجريبي حيث تضمنت العينة ( 34 ) تلميذ من تلاميذ السنة الأولى ثانوي بثنائية صدوق الحاج النعامة ، حيث اختيرت بالطريقة العمدية ، وقسمت إلى مجموعتين قوام كل واحدة 17 تلميذ، إحداهما ضابطة والتي استخدمت البرنامج التقليدي والأخرى تجريبية والتي استخدمت التدريب المبرمج باستخدام الحاسوب في الكرة الطائرة، فضلا عن الأسلوب التقليدي.

واستنتج الباحثون أن التدريب

<p>using computer on developing simple serve performance and attention focus in volleyball has been positive. the researcher recommended the use of programmed training by using computer on developing simple serve performance and attention focus in volleyball.</p>	<p>المبرمج باستخدام الحاسوب يؤثر تأثيرا ايجابيا في تحسين أداء الارسال من الأسفل وتركيز الانتباه، وأوصى الباحثون باستخدام التدريب المبرمج باستخدام الحاسوب في تحسين أداء الارسال من الأسفل وتركيز الانتباه في الكرة الطائرة.</p>
---	---

1. مقدمة واشكالية البحث: يهتم مدرس التربية البدنية والرياضية بقضية إعداد المتعلم وتأهيله ورفع مستواه، وذلك من خلال المؤسسات التربوية المتمثلة في الأطوار الثلاثة سواء (ابتدائي، متوسط، ثانوي) التي تعتمد في أداء دورها على استراتيجيات تدرّس فعالة تتضمن عدة طرق وأساليب من أجل تحقيق أفضل مستوى للمتعلمين.

ومن بين تلك الأساليب ما يعرف بالتدريب المبرمج باستخدام الحاسوب الذي يعتبر طريقة من الطرق التي أحدثت ثورة في ميادين التعليم والتدريب، انه طريقة للتعلم الفردي الذي يتحقق من خلال سلسلة من المصطلحات والنماذج المصممة التي تتطلب استجابات من المتعلم ثم تمدّه بالمعلومات طبقا لنوع الاستجابة وهو يعتبر نوع من أنواع التعلم الذاتي يعمل فيه المعلم على قيادة المتعلم وتوجيهه نحو السلوك المنشود، وهو برنامج صممت فيه المادة التعليمية تصميمًا خاصًا، بحيث يعتبر وسيلة لمساعدة المعلم على تحسين العملية التعليمية وتحقيق أهدافها.

وعليه فان التدريب المبرمج باستخدام الحاسوب، من المتغيرات الهامة التي تؤثر في الأداء، إذ يستعمل لغرض تجسيده عن طريق مراجعة المهارة ويضمن ذلك التخلص من الأخطاء بملاحظة الأسلوب الصحيح، حيث يقوم المتعلم بالاعتماد على نفسه في العملية التعليمية ويستطيع اكتشاف أخطائه وتصحيحها حتى يصل الى المستوى المنشود من الأداء.

أن الأنشطة الرياضية ومنها الكرة الطائرة تعتمد الأداء الفني كقاعدة هامة للتقدم بحيث تجعل المدرسين والمدرّبين يقضون جل وقتهم في التعليم والتدريب على الأداء السليم وإعطاء حصة أكبر له في البرامج التعليمية والتدريبية، ولكن طول الوقت في التدريب البدني والمهاري ليس الأسلوب الوحيد للتعلم فهناك الكثير من الطرق والأساليب التي تساعد على سرعة تعلم المهارات واكتسابها ومنها استعمال التدريب المبرمج باستخدام الحاسوب، حيث يعمل هذا التدريب على تخفيف العبء الملقى على المتعلم والمعلم.

عند النظر لمستوى المتعلمين أثناء تدريس المهارات الأساسية للعبة الكرة الطائرة، تلك التي فيها ما يؤدي باليدين معا فوق الرأس كمهارة التمير، ومنها ما تستخدم فيها يد واحدة أسفل مستوى الرأس كمهارة الإرسال من الأسفل وكذلك مهارات تستخدم فيها اليدين معا من أسفل كالاستقبال بالساعدين. لاحظنا من خلال التقويم التشخيصي أن هناك ضعف وتفاوت في المستوى بين المتعلمين في انجاز مهارة الإرسال من الأسفل، خاصة وأنهم يتلقون نفس الجرعة التعليمية.

ومن ناحية أخرى رأى الباحثون أن التدريب البدني فقط على أداء المهارات غير كاف لتعلمها وإتقانها بصورة كاملة، حيث أن العملية التعليمية في مجال التربية البدنية والرياضية تعتمد أساسا على الترابط البدني والنظري، وتنوع أساليبها، وهذا يتطلب الاهتمام بالجانبين والتركيز على النواحي الذهنية خاصة أثناء تعلم مهارات جديدة، ومن جهة أخرى أثبتت عدة دراسات فعالية التدريب المبرمج في رفع مستوى الأداء الفني ومن بينها دراسة محمد إسماعيل حامد عثمان والتي أكدت أن التعليم المبرمج كان له أثرا ايجابيا في تحسين ورفع مستوى المهارات الأساسية لرياضة كيك بوكسينج لدى أفراد المجموعة التجريبية من الطلبة، ومن خلال خبرة الباحثون لاحظوا بأن التدريب المبرمج لا يدخل ضمن منهاج التربية البدنية والرياضية الموضوع من طرف الوزارة الوصية، لذا ارتأينا دراسة هذه المشكلة من خلال استعمال التدريب المبرمج كوسيلة مصاحبة لتعلم الأداء الفني للفعالية قيد البحث والارتقاء بالعملية التعليمية للأحسن. ومن هذا المنطلق وبغية السير الحسن مع الاتجاهات الحديثة في العملية التعليمية حاولنا المساهمة في حل هذه المشكلة من خلال أسلوب يجذب تركيز انتباه

المتعلم. لذا جاءت فكرة ادخال أساليب ترتبط بتركيز الانتباه كخطوة علمية لتكون مساهمة فعلية في تنفيذ عملية تعلم التقنية قيد البحث بصورة تجذب انتباه المتعلم وترفع من قدرة تركيزه ومن تم اكتساب التقنية واتقانها باستخدام التدريب المبرمج لتحسين الأداء الفني لمهارة الارسال من الأسفل وتركيز الانتباه في الكرة الطائرة لمتعلمي السنوات الأولى ثانوي من أجل رفع مستواهم، وخاصة أن هذا الأسلوب من التدريب جديد على العينة قيد البحث.

**1.1 الفرضية العامة:** هناك فروق ذات دلالة إحصائية في استخدام التدريب المبرمج على تحسين أداء مهارة الارسال من الأسفل وتركيز الانتباه في الكرة الطائرة.

**1.1.1 الفرضية الفرعية الأولى:** توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى أداء مهارة الارسال من الأسفل وتركيز الانتباه في الكرة الطائرة. لصالح القياس البعدي.

**2.1.1 الفرضية الفرعية الثانية:** لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى أداء مهارة الارسال من الأسفل وتركيز الانتباه في الكرة الطائرة.

**3.1.1 الفرضية الفرعية الثالثة:** توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في مستوى أداء مهارة الارسال من الأسفل وتركيز الانتباه في الكرة الطائرة. ولصالح المجموعة التجريبية.

**2.1 المفاهيم والمصطلحات المستخدمة في البحث:**

**1.2.1 أسلوب التعليم المبرمج:** هو أسلوب يقوم على تحليل محتوى المادة الدراسية إلى خطوات صغيرة تسمى كل واحدة منها إطار ويكون مجموع الإطارات التي يقوم المتعلم بدراستها وتعلمها بدون مساعدة المدرس وان هذه الإطارات تكون مرتبة ومتسلسلة تسلسلا منطقيات وكل إطار يتعلمه يتلقى تعزيزا في حالة صحة الإجابة ، ومن ثم ينتقل إلى الإطار الثاني وهكذا حتى يتم تعلم المادة العلمية وذلك حسب سرعته على التعلم وقدرته، ويمكن أن تكون المادة المبرمجة على شكل كتاب أو كراس و من خلال استعمال الآلات التعليمية مثل الحاسوب (الحميد، 1999)

2.2.1 تركيز الانتباه: هو مستوى من القياس يستطيع اللاعب الوصول اليه، بالاعتماد على اداة القياس المستخدمة (حسين، 2000)

3.2.1 الارسال من الأسفل: يعتبر من أسهل أنواع الارسال ويستخدمه المبتدئون والآنسات لسهولة أدائه وعدم حاجته الى قوة كبيرة فهو في اغلب الأحيان مضمون النجاح (علاوي، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، ط 1، 1998)

## 2. الدراسات السابقة:

1.2 الدراسة الأولى: (الدليعي، 2011) ناهدة عبد زيد الدليعي، سراب أكرم، محمد حسن الوزاني (2011)، بحث تحت عنوان تأثير أسلوب الكتيب المبرمج والعرض التوضيحي في تطوير تركيز الانتباه وتعلم الارسال الساق بالكرة الطائرة ، حيث كانت اهداف البحث التعرف على تأثير أسلوب الكتيب المبرمج والشرح التوضيحي في تطوير تركيز الانتباه وتعلم الإرسال الساق بالكرة الطائرة، والكشف عن الفروق بين أسلوب الكتيب المبرمج والشرح التوضيحي في تطوير تركيز الانتباه وتعلم الإرسال الساق بالكرة الطائرة ، حيث استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو التصميم الثنائي (مجموعة تجريبية وأخرى ضابطة)، تكونت عينة البحث من 32 طالبا من طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية-جامعة بابل للعام الدراسي 2010-2011، واستخدم الباحث اختبار الأداء الفني للإرسال ومقياس تركيز الانتباه واختبار قوة القبضة لقياس القدرة العضلية للذراع الضاربة واختبار القفز العمودي لقياس القدرة العضلية للرجلين، ومن اهم النتائج التي توصل اليها أنه التعلم بأسلوب الكتيب المبرمج أفضلية في تعلم الإرسال الساق بالكرة الطائرة وتطوير تركيز الانتباه المرتبطة بهذه المهارة ، وأوصى الباحث على استعمال أسلوب الكتيب المبرمج في تعلم الإرسال الساق بالكرة الطائرة وتطوير تركيز الانتباه المرتبطة بهذه المهارة.

2.2 الدراسة الثانية: (عثمان، 2003) محمد إسماعيل حامد عثمان (2003)، بحث تحت عنوان أثر استخدام التعليم المبرمج على تعليم المهارات الأساسية لرياضة كيك بوكسينج، حيث كانت اهداف البحث اعداد فيلم تعليمي مبرمج للمهارات الأساسية للكيك بوكسينج، والتعرف على أثر استخدام التعليم المبرمج باستخدام الفيديو على تعلم المهارات الأساسية لرياضة الكيك بوكسينج، و استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو التصميم الثنائي (مجموعة

تجريبية وأخرى ضابطة)، تكونت عينة البحث من اللاعبين الناشئين بنادي الجيش وبلغ عددهم 40 لاعب تراوحت أعمارهم بين 12 - 14 سنة، واستخدم الباحث اختبار الجري الارتدادي والرشاقة والوثب الطويل والاتزان، ومن أهم النتائج التي توصل اليها أنه تؤثر طريقة التعليم المبرمج (الفيديو المبرمج) كأحد طرق التعليم تأثيرا إيجابيا فعلا على تعلم المهارات الأساسية لرياضة الكيك بوكسينج، واستخدام طريقة البرمجة تزيد من فاعلية اللاعبين في التعليم، وتراعي الفروق بين اللاعبين وتؤدي الى ادراكهم مدى نجاحهم في تعلم المادة التعليمية موضوع البحث وتقويمهم لذاتهم باستمرار، وذلك عن طريق التعزيز الفوري والزيادة من سرعة التعليم وتكرار الأداء واتقانه في جومن المتعة والأمن والتشويق، وأوصى الباحث على استخدام التعليم المبرمج في تعليم جميع مهارات الكيك بوكسينج الأساسية.

3.2 الدراسة الثالثة: (محمد، 1998) أسامة صلاح فؤاد محمد (1998)، بحث تحت عنوان تأثير التعليم المبرمج على تعلم بعض المهارات الأساسية للمبتدئين في المباراة، حيث كانت اهداف البحث التعرف على تأثير استخدام الوحدات المبرمجة بشريط الفيديو المبرمج على تعلم بعض المهارات الأساسية للمبتدئين في المباراة، ومقارنة تأثير استخدام الوحدات المبرمجة بالكتيب المبرمج وشريط الفيديو المبرمج والطريقة المتبعة في التدريس على تعلم بعض المهارات الأساسية للمبتدئين في المباراة، و استخدم الباحث المنهج التجريبي، تكونت عينة البحث من 76 طالبا من طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية جامعة الرقازيق، تم تقسيمهم الى ثلاث مجموعات، مجموعتين تجريبيتين والثالثة ضابطة، ومن أهم النتائج التي توصل اليها أن تؤثر طريقة البرمجة الأساسية (الكتيب المبرمج) تأثيرا إيجابيا فعلا على تعلم بعض المهارات الأساسية للمبتدئين في المباراة. وتأتي في المرتبة الأولى من طرق التعلم، تؤثر طريقة البرمجة باستخدام شريط الفيديو في احدى طرق التعلم الذاتي تأثيرا إيجابيا فعلا على تعلم بعض المهارات الأساسية للمبتدئين في المباراة، وتأتي في المرتبة الثانية من طرق التعلم، تتفوق الطريقتان السابقتان (الكتيب المبرمج، شريط الفيديو) على استخدام الطريقة التقليدية في تعلم بعض المهارات الأساسية في المباراة.

استهدفت الدراسات السابقة توضيح استخدام أدوات التعليم المبرمج في المجالات الرياضية، ومقارنة ذلك بما يتبع من طرق تقليدية في المدارس والأندية، وكذلك مدى

الاستفادة من التعليم المبرمج في تحقيق الأهداف التربوية والبدنية والمهارية والمعرفية، مما أفاد الباحث في تحديد أهداف دراسته، وهي المقارنة بين طريقة التدريب المبرمج والطريقة التقليدية في تحسين أداء مهارات الكرة الطائرة، وكذلك في تحسين تركيز الانتباه لدى عينة البحث.

اتفقت جميع الدراسات السابقة على استخدام المنهج التجريبي باعتباره أنسب المناهج العلمية، لمثل هذه الدراسات، حيث سيتم ادخال المتغير التجريبي وهو التدريب المبرمج المصاحب للتقويم الذاتي، وحساب أثره على المتغيرات الأخرى. اتضح للباحث من الدراسات السابقة أن نتائجها أثبتت أفضلية طريقة البرمجة على الطريقة التقليدية، وكانت ذات فاعلية، حيث ساعدت طريقة البرمجة بتقديم التغذية الراجعة الفورية لأفراد عينة البحث مما ساعدهم على تحسين مستواهم.

3. الإجراءات المنهجية

1.3 المنهج العلمي المتبع: تم استخدام المنهج التجريبي من خلال (تصميم المجموعتين)

2.3 مجتمع البحث: تكون مجتمع الدراسة من تلاميذ السنوات الأولى بثانوية صدوق الحاج بولاية النعامة الذين تراوحت أعمارهم بين 15 – 17 سنة والبالغ عددهم 84 تلميذاً

1.2.3 عينة البحث: تكونت عينة البحث من 34 تلميذاً من تلاميذ السنة الأولى ثانوي لثانوية صدوق الحاج النعامة بنسبة 40.48%، اختيرت بالطريقة العمدية قسمت العينة إلى مجموعتين، قوام كل منها 17 تلميذاً

2.2.3 عينة الدراسة الاستطلاعية: لإبراز الأسس العلمية لاختبار المستوى الرقمي قيد البحث ومدى صلاحيته (الصدق، الثبات، الموضوعية).

3.3 مجالات البحث:

1.3.3 المجال البشري: تكون أفراد البحث من 34 تلميذاً من مستوى السنة الأولى ثانوي قسمت إلى مجموعتين قوام كل منها 17 تلميذاً.

2.3.3 المجال المكاني: ملعب ثانوية صدوق الحاج بالنعامة

3.3.3 المجال الزمني: امتدت فترة البحث من 2022/01/02 ولغاية 2022/03/06

4.3 أدوات البحث: اعتمد الباحثون على مجموعة من الوسائل والأدوات كالتالي:

1.4.3 الوسائل: (أجهزة كمبيوتر - جهاز عرض data show - ميزان طبي لقياس الوزن - أداة قياس الطول - ميكاتية وصافرة - مقاطع فيديو لمهارة الارسال من الأسفل)

2.4.3 الاختبارات: تم استخدام اختبار قياس دقة الارسال من الأسفل في الكرة الطائرة.

3.4.3 التدريب المبرمج: تم استخدام مجموعة من الفيديوهات لمهارة الارسال من الأسفل في الكرة الطائرة وعرضها عن طريق أجهزة الكمبيوتر.

4 تحليل النتائج ومناقشتها:

1.4 تكافؤ أفراد العينة: كانت النتائج كما هي مبينة في الجدول الآتي :

الجدول (04) يبين التكافؤ بين القياسات القبليّة للمتغيرات الأساسية للمجموعتين التجريبية و الضابطة

ت*	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات	
	ع	س	ع	س		السن	معدلات النمو
0.20	0.57	16.43	0.74	16.46	سنة	السن	معدلات النمو
0.69	5.83	58.75	5.83	59.82	كلغ	الوزن	
1.22	8.39	155.79	7.83	158.43	سم	الطور	
0.254	0.701	3.647	0.618	3.588	نقطة	الارسال من الأسفل	
0.569	0.747	9.058	0.992	8.882	عدد/دقيقة	تركيز الانتباه	

(ت\*) = غير دالة 0.01 ودرجة حرية 32 و ت الجدولية 2.457

من خلال الجدول أعلاه يلاحظ عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين أفراد المجموعتين، في كل المتغيرات قيد البحث، إذ كانت قيم (ت\*) المحسوبة أصغر من قيمها الجدولية عند

مستوى الدلالة (0.01) ودرجة حرية (32) مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث في كل هذه المتغيرات.

ومن خلال المقارنة بين نتائج المجموعتين نلاحظ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في كل الاختبارات وذلك قبل استخدام التدريب المبرمج باستخدام الحاسوب ، وبالتالي يمكن القول أن مستوى المجموعتين في جميع المتغيرات متقارب ومتكافئ، وتجاوز الأمر ذلك حيث مس هذا التجانس حتى بين الأفراد داخل كل مجموعة وذلك من خلال صغر قيم الانحراف المعياري التي اقتربت من الصفر حيث بلغت قيمته بين ( 0.707-0.747) بالنسبة للعينه الضابطة و ( 0.618-0.992) بالنسبة للعينه التجريبية لمهارة الارسال من الأسفل وتركيز الانتباه. مما يدل على تقارب المستوى داخل أفراد كل مجموعة، مما يعطي للباحثين الضوء الأخضر لإدخال المتغير المستقل. ومنه يمكن التأكد من فعالية التدريب المبرمج باستخدام الحاسوب وتأثيره على تحسين مستوى الأداء قيد البحث.

#### 2.4 عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:

جدول رقم(05) يبين نتائج المقارنة بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ت* المحسوبة
		ع	س	ع	س	
الارسال	المتر	0.618	3.588	1.729	7.647	8.468
تركيز الانتباه	عدد/دقيقة	0.992	8.882	2.315	12.177	5.854

(ت\*) = دالة 0.01 ودرجة الحرية 16 وت الجدولية 2.583

من خلال الجدول (05) اتضح أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( 0.01 ) بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي وهذا يعني أن هناك تحسنا واضحا في مستوى المهارات قيد البحث ، لأفراد هذه المجموعة و تعود هذه النتيجة إلى فعالية التدريب المبرمج ، الذي ساعد على إعطاء أفراد هذه المجموعة معلومات كافية ودقيقة وتكوين صورة واضحة في الدماغ عن كيفية الأداء، حيث أن المتعلمين استطاعوا بفضل التدريب المبرمج فهم طبيعة الأداء الفني وتركيز انتباههم على المهارة قيد البحث والتركيز على النقاط الفنية الهامة لها من خلال عزل كل المثيرات الغير مرتبطة بالأداء.

ويرى الباحثون من خلال ما يقدمه التدريب المبرمج من تغذية راجعة ووضوح الصورة تمكن المتعلمين من السيطرة على التقنية بشكل جيد مع ترسيخها في أذهانهم وهذا يتفق مع دراسة كل من (محمد إسماعيل حامد عثمان 2003)، و(محمد حسن الوزاني 2011) إلى أن التدريب المبرمج قد ساهم في سهولة وانسيابية الأداء، ومن جهة أخرى يعتبر أيضا وسيلة انتقال من التفكير المجرد إلى المعاشية للأداء من خلال الحواس والمشاعر المختلفة. مما تقدم وبناء على ما توصل إليه الباحثون يتحقق الفرض الأول للبحث .

#### 3.4 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

جدول رقم(06) يبين نتائج المقارنة بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ت* المحسوبة
		ع	س	ع	س	
الارسال	المتر	0.701	3.647	0.866	5	4.257
تركيز الانتباه	عدد/دقيقة	0.747	9.058	1.480	8.764	1.174

(ت\*) = دالة 0.01 ودرجة الحرية 16 وت الجدولية 2.583

من خلال الجدول (06) اتضح أن قيمة (ت) المحتسبة لاختبار الأرسال من الأسفل أكبر من قيمتها الجدولية مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ولصالح الاختبار البعدي وهذا يعني أن هناك تحسن في مهارة الأرسال من الأسفل، لأفراد هذه المجموعة إلا أنه يبقى طفيف مقارنة بنتائج المجموعة التجريبية، ويرجع الباحثون هذه النتيجة إلى المواظبة في الوحدات التعليمية المستمرة من خلال الدرس، فالتعلم المستمر وتكرار الأداء بمصاحبة التغذية الراجعة والمعلومات الصحيحة من قبل المدرس أدى إلى تعلم فعال مما أدى إلى تحقيق النتائج المعنوية. واتفقت هذه النتائج مع دراسة (أسامة صلاح فؤاد محمد 1998)، حيث أكدت على وجود فروق ذات دلالة إحصائية للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهاري بعد التجربة نتيجة، حيث يعزى هذه النتيجة إلى أثر البرنامج التقليدي في عملية التعلم، فالبرنامج التقليدي يعزز دور المدرس في تقديم المهارة والتغذية الراجعة حال وقوع الأخطاء وتطبيق التدريبات المتدرجة من السهل إلى الصعب.

كما أظهرت عملية المقارنة بين الاختبار القبلي والبعدي لتركيز الانتباه الى عدم وجود فروق واضحة بين القياسين القبلي والبعدي في هذه المهارة، حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين القياسين القبلي والبعدي.

مما تقدم وبناء على ما توصل إليه الباحثون تحقق الفرض الثاني للبحث فيما يخص مهارة تركيز الانتباه ولم يتحقق فيما يخص مهارة الأرسال من الأسفل.

#### 4.4 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة:

توجد فروق دالة إحصائية في المستوى الرقمي لفعالية دفع الجلة، بين متوسطات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي ولصالح المجموعة التجريبية.

جدول رقم(07): يبين نتائج المقارنة بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي ونسب التقدم في المستوى الرقي.

المتغير	وحدة القياس	المجموعة التجريبية			المجموعة الضابطة			الفرق بين النسب المئوية	(ت) المحسوبة
		س	ع	مقدرا التقدم	س	ع	مقدرا التقدم		
الارسال	درجة	7.65	1.73	113.13 %	5	0.86	37.10	76.03%	5.47
تركيز الانتباه	عدد/دقة	12.17	2.32	37.10%	8.76	1.48	3.24 %	40.34%	94.8

(ت\*) = دالة 0.01 ودرجة الحرية 32 وت الجدولية 2.457

ومن خلال الجدول أعلاه اتضح أن قيمة (ت) المحسوبة للاختبارات قيد البحث أكبر من قيمتها الجدولية مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي ولصالح المجموعة التجريبية، ويعود السبب إلى فاعلية استخدام التدريب المبرمج باستخدام الحاسوب الذي أعطى لأفراد المجموعة التجريبية القدرة على معرفة تفاصيل الأداء الفني للمهارة قيد البحث من خلال ملاحظتهم النموذج المصور والعمل على أعادتها وأدائها والوقوف على تفاصيل الأداء محاولة تلي الأخرى، والاستمرار بتكرارها جعلهم يتمكنون من الإحساس بالحركة من خلال وضوح الصورة التي حصلوا عليها عن طريق الإشارة الحسية التي عملت على تثبيت الصورة خلال التكرار المستمر، وهذا ما أكده كل من ( ناهدة عبد زيد الدليبي، سراب أكرم، محمد حسن الوزاني 2011) أن التعلم بأسلوب الكتيب المبرمج أفضل في تعلم الإرسال الساحق بالكرة الطائرة وتطوير تركيز الانتباه المرتبطة بهذه المهارة.

مما تقدم وبناء على ما توصل إليه الباحثون يتحقق الفرض الثالث للبحث .

استنتاجات: مما سبق وفي حدود المنهج المستخدم، البرنامج المقترح والعينة قيد البحث نستنتج الاتي:

\*هناك تقبل أفراد عينة البحث لمفردات التدريب المبرمج من خلال الرغبة في التدريب والنتائج التي حصلت.

\* يؤثر استخدام التدريب المبرمج باستخدام الحاسوب تأثيراً ايجابياً في تحسين المهارات قيد البحث.

\*التدريب المهاري قد يكون كافياً لتحسين مستوى أداء مهارة الارسال من الأسفل ولكن بنسبة قليلة مقارنة باستخدام التدريب المبرمج. ولكنه غير كافي لتحسين مستوى تركيز الانتباه.

الاقتراحات: في حدود عينة البحث وإجراءاته وبناءً على ما توصلنا إليه من نتائج نوصي بما يلي:

الاهتمام باستخدام التدريب المبرمج وإدراجه ضمن محتوى مناهج التربية البدنية والرياضية.

عقد دورات ودراسات تكوينية للمدرسين للتعرف على إمكانية تطبيق التدريب المبرمج باستخدام الحاسوب وكيفية التغلب على المشكلات والصعوبات التي قد تقابلهم في هذا المجال.

المتابعة الجادة من طرف الوزارة الوصية وكذا مديريات التربية لحاجات الرياضة المدرسية من أدوات وتقديم الحوافز للمدرسين لبذل جهود أكبر لمواصلة النجاح والتطور.

## المصادر والمراجع

- البيك، أ. م، القياس في المجال الرياضي، ط4، دار المعارف، القاهرة، 1996.
- الحميد، ج.ع، استراتيجيات التدريس والتعلم، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999.
- الدليهي، ن.ع، تأثير أسلوب الكتيب المبرمج والعرض التوضيحي في تطوير تركيز الانتباه وتعلم الارسل الساحق بالكرة الطائرة. علوم التربية الرياضية، 2011.
- الدين، م. ح، الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1987.
- الشيخ، م. ي، التعلم الحركي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1984.
- الغني، ع. م، التعلم الحركي والتدريب الرياضي، دار الحكمة، بغداد، 1987.
- حسين، ق. ح، التدريب في ألعاب الساحة والميدان، مطبعة التعليم العالي، بغداد، 1990.
- حماد، ا. ا، مناهج البحث في التربية البدنية، دار المعارف، القاهرة، 1980.
- راتب، أ. ك، تدريب المهارات النفسية في المجال الرياضي، ط 2، دار الفكر العربي، القاهرة، 2000.
- راتب، أ. ك، تدريب المهارات النفسية في المجال الرياضي، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة، 2004.
- راتب، م. ح، البحث العلمي في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1987.
- سليمان، أ، عناصر البحث ومناهجه والتحليل الاحصائي للبيانات ، مكتبة الكنانى، اربد، 1992.
- صالح، ع. أ، طرق تدريس التربية البدنية والرياضية، المكتبة الوطنية، بغداد، 1981.
- صالح، م. ص، مقدمة في الاحصاء، ط9، دار المسيرة للنشر، عمان، 2018.

عاطف، ا.ع، أثر برنامج التدريب العقلي المصاحب لتعليم الأداء الحركي على مستوى الأداء والانجاز في فعالية دفع الجلة، قسم التربية الرياضية، جامعة مؤتة، الأردن، 2013.

عثمان، م.إ، بحث تحت عنوان أثر استخدام التعليم المبرمج على تعليم المهارات الأساسية لرياضة كيك بوكسينج. قسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين، القاهرة، 2003.

علاوي، م.ح، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998.

علاوي، م.ح، علم النفس التدريب والمنافسة الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 2002.

علاوي، م.ح، علم نفس الرياضة والممارسة البدنية، مطبعة المدني، القاهرة، 2012.

محمد، أ.ص، بحث تحت عنوان تأثير التعليم المبرمج على تعلم بعض المهارات الأساسية للمبتدئين في المبارزة. كلية التربية الرياضية، جامعة الزقازيق، مصر، 1998.

مدادة، ن، ألعاب القوى، مركز تصوير كلية التربية الرياضية، حماة، 2018.