

## فعاليه استخدام أسلوب الاحتواء على تعلم مهارتي دفع الجلة والوثب الثلاثي لتلاميذ الصف العاشر

### The effectiveness of used the containment method to learn skills of shot put and triple jump for students in tenth grade

وائل سلامة المصري

drwmassri@hotmail.com

كلية التربية الرياضية

جامعة الأقصر

تاريخ الاستلام 2012/2/14 تاريخ القبول 2012/3/29

**المخلص:** هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على اثر استخدام أسلوب (الاحتواء) التدريسي على الأداء المهاري لمهارتي دفع الجلة والوثب الثلاثي في ألعاب القوى، تكونت عينة الدراسة من (36) تلميذ من تلاميذ الصف العاشر من مرحلة التعليم الأساسي بمدينة رفح، تم تقسيمهم لمجموعتين متكافئتين، حيث استخدمت المجموعة الأولى أسلوب الاحتواء والمجموعة الثانية أسلوب التدريس التقليدي.

ولغرض تحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمة لطبيعة الدراسة، وتم استخدام الأساليب الإحصائية المتوسطات الحسابية، الانحراف المعياري، اختبار بيرسون، واختبار (T-Test) للمجموعات غير المرتبطة.

أظهرت نتائج الدراسة فعالية استخدام أسلوب الاحتواء في تعلم مهارتي دفع الجلة والوثب الثلاثي في ألعاب القوى لتلاميذ الصف العاشر من مرحلة التعليم الأساسي ، كما أوصت الدراسة باستخدام أسلوب الاحتواء لمهارات وفئات عمرية أخرى لمعرفة مدى تأثيره عليها .

**Abstract:** This study aimed to identify the effect use of teaching (containment) style on some skills used (shot put, triple jump), in Athletics the study sample consisted of (36) students from the tenth- grade students from the stage of basic education in Rafah City divided in two groups are equivalent, were the first group used the method of containment and the second group the traditional method of teaching. For the purpose of achieving the objectives of the study, the researcher used the experimental method for its relevance to the nature of the study, statistical methods were used averages, standard deviations, (Pearson test, and test T-Test) to not

related groups

Results showed the effectiveness used of the containment method in the education of my skills shot put and triple jump in athletics for students in tenth grade from middle school, as recommended by the study using the method of containment for the various skills and age groups to identify its effect.

### مقدمة

يلعب التعليم والتدريب دوراً هاماً في مستقبل الأمم المتطلعة إلى التقدم، ومن هنا وجهت الدولة جهودها وإمكاناتها للارتقاء بكل ما يتعلق بعمليات التعليم والتدريب وفق أحدث المبتكرات التكنولوجية .

حيث يتسم العصر الذي نعيش فيه بالتقدم العلمي والتكنولوجي وكم المعارف التي تزداد بمعدلات لم يسبق لها مثيل، حيث تظهر كل يوم اختراعات وأبحاث واكتشافات جديدة في المجالات المعرفية والتربوية المختلفة سواء في المواد التعليمية، وطرق وأساليب تدريسها في جميع التخصصات ويعتبر التدريس في جوهره تنظيم وإدارة المواقف التعليمية بقصد إحداث تغيير في شخصية المتعلم، بالإضافة إلي الوسائل التي تستخدم في تنظيم وتوجيه الموقف التعليمي.

حيث يعد التدريس عنصراً أساسياً من عناصر العملية التعليمية التعليمية فبواسطته يقوم المعلم بتوظيف المحتوى التدريسي لمادته لتحقيق الأهداف التعليمية المنشودة، وقد أكدت معظم البحوث والدراسات أن المعلم هو العامل الأساسي والفعال في العملية التدريسية، وأنه مهما يكن لدينا من أهداف طموحة، وسياسات وخطط تربوية ومناهج وتنظيمات إدارية ووسائل وإمكانات لازمة لتحقيق تلك الأهداف مع أهميتها الكبرى، فإن هذا كله في حقيقة الأمر لا يفوق الدور الأساسي والايجابي الذي يقوم به المعلم في تسخير تلك الإمكانيات للوصول إلى الأهداف المنشودة، فالمعلم هو صانع التدريس، وهو أدوات التخطيطية والتنفيذية والتقويمية. (المصري، 2005: 2)

وتطور أساليب التدريس كانت نتيجة لتطور الأبحاث في مجال التربية الرياضية وقد اجمع العلماء على أن المتعلمين لا يستجيبون لعملية التعلم بنفس الأسلوب، وعلى هذا كان

فعاليه استخدام أسلوب الاحتواء على تعلم مهارتي دفع الجلة والوثب الثلاثي لتلاميذ الصف العاشر

لا بد من استعمال أساليب جديدة ومختلفة لتطوير قدراتهم ومعارفهم وتشكل طرائق التدريس الدعامة القوية للمعلم في توظيف كفاياته التعليمية في تنظيم تعلم التلاميذ، كما تشكل الوسائط التي بتوسلها لتحقيق أهداف التعليم مستخدما في إطارها ما يتوفر له من مواد تعليمية وأجندة وتقنيات لتيسير عمليات التعلم. ونظرا لان المعلمين بصفة عامة ومعلمو التربية الرياضية بصفة خاصة، يواجهون تحديا كبيرا يتعلق بطرق تدريس الأنشطة الرياضية التي يحتويها درس التربية الرياضية ومدى مناسبتها وفعاليتها في تحقيق أهدافها لذا فهي في حاجة إلى تقويم دائم للعمل على تعديلها وتطويرها بما يتماشى مع العصر والإمكانات المختلفة سواء كانت مادية أو بشرية. ( الفلاح، 2004 : 120 )

والمعلم الكفاء هو الذي يستطيع أن يقدم المثير باستمرار ويعرف الكثير باستمرار عن مداخل وأساليب التدريس المباشرة وغير المباشرة ، والتي تجعل موقف المتعلم ايجابيا ونشيطا وفعالا ويوفر فرص كثيرة للتغذية الراجعة. (عبد الكريم، 1990 : 41)

إن تدريس المهارات الرياضية لهو من الأمور الصعبة لأنها تحتاج إلى قدرة لفظية وقدرة جسمية من المعلم ، وعليه فيجب أن يمتلك كفايات تعليمية أساسية ، وقدرة على اختيار طريقة التدريس المناسبة للموقف التعليمي . (أبو نمره وسعادة، 2009 : 175 )

ولقد ظهرت نظرية موحدة للتدريس في التربية الرياضية رائداها (موسكاموستن) و(سارة اشورت)، وقد أطلق عليها اسم طيف أساليب التدريس spectrum of teaching وهذه النظرية تتضمن أساليب متعددة لتدريس التربية الرياضية بحيث تشكل ما يعرف بطيف أساليب التدريس ومن ضمنها أسلوب الاحتواء الذي سيستخدم في دراستنا هذه، لاعتماده على فكرة شمول جميع تلاميذ الصف الواحد وانخراطهم في العمل ، لأنه يوفر فرصا متكافئة لكل منهم للاشتراك بالدرس أو المهمة حسب ما يتناسب وإمكانه وقدراته الخاصة ويطلق عليه أيضا أسلوب التطبيق الذاتي. (أبو نمره وسعادة، 2009 : 165 )

### **مشكلة الدراسة :**

لوحظ في الآونة الأخيرة أن هناك من الأساليب الحديثة في التدريس لا تستخدم، الأمر الذي سعى الباحث إلى تطبيق أفضلها، حيث تعد المراحل التعليمية للفرد في المدرسة من

أهم المراحل التي تحدد حاصل الخبرات والمعارف والسلوكيات التي يكتسبها، وتعد القدرات المهارية، المقياس الرئيس لمستوى التطور الذي يمكن أن يصل الفرد إليه، حيث تختلف هذه القدرات من شخص إلى آخر، لذلك لا بد من مراعاتها في إكساب جميع المعارف والمهارات التي يتعرض لها المتعلم للوصول إلى المستوى المطلوب والذي يمكنه من أداء دورة بفاعلية في المجتمع.

ومن خلال خبرة الباحث في التدريس الجامعي مشرفاً ومدرساً لمقرر استراتيجيات التدريس الخاصة في كلية التربية البدنية والرياضة بجامعة الأقصى، ومن خلال زيارته ومتابعاته الميدانية لدروس التربية الرياضية في مدارس محافظات غزة لاحظ أن الغالبية العظمى من معلمي التربية الرياضية ما زالوا يستخدمون الأسلوب (التقليدي) في تعليمهم للمهارات الرياضية المختلفة بشكل عام، ومهارات ألعاب القوى بشكل خاص. وكما تبين أن هناك قصوراً في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في ألعاب القوى لدى تلاميذ المدارس، وأن أسلوب التدريس (التقليدي) في المدارس والذي يعتمد على أسلوب الشرح اللفظي وأداء نموذج عملي من قبل المعلم دون أدنى مشاركة فاعلة للتلاميذ في الموقف التعليمي، كما أنه لا يراعي الفروق الفردية بين المتعلمين، ولا يوفر القدر المناسب من التغذية الراجعة الفردية لكل تلميذ، بالإضافة إلى أن جميع التلاميذ يبدوون وينتهون معا تبعا لتعليمات المعلم، وبالتالي لا يعمل على تطور مستوى وقدرات المتعلمين بشكل فعال ومؤثر وهذا لا يتفق ولا يتناسب مع إعداد الأفراد لمواجهة تحديات العصر ومتطلباته، والتي تهدف إلى الارتقاء بالعملية التعليمية ومخرجاتها وما ينتج عن استخدام هذه الأساليب من تطوير وبناء لشخصية المتعلم وقدراته ومهارته.

ومن خلال خبرة الباحث وجد بعض الصعوبات التي تواجه القائمين على عملية التعليم والتي تتمثل في :

- 1- أن فاعلية التلاميذ مع البرنامج بالطريقة المتبعة في الوحدات التعليمية غير ايجابي بالقدر الكافي ولا يراعي فرديته وشخصيته .
- 2- كما لوحظ أن هناك طريقة واحدة للتدريس وهي الطريقة المتبعة والتي تعتمد على مصدر واحد للمعرفة وهي الشرح من جانب المعلم يتبعه عرض للنموذج دون أدنى

مشاركة للمتعلم.

وهذا ما دفع الباحث للقيام بهذه الدراسة وذلك لمواكبة التطور المستمر في تحسين العملية التعليمية وأملا في التقدم بمستوى الأداء المهاري لمهارتي دفع الجلة والوثب الثلاثي لتلاميذ الصف العاشر عن طريق التعرف على فاعلية استخدام أسلوب الاحتواء ( التطبيق الذاتي المتعدد المستويات ) في هذا المجال .

### أهمية الدراسة :

يعتبر التعليم مسألة حيوية في حاجة إليها جميع المهتمين بالعملية التربوية وخاصة المعلم، فمفهوم المعلم عن العملية التعليمية أمر هام وضروري لما يقوم به كمعلم من واجبات تمكنه من تحديد الأنشطة التي يقوم بتعليمها .

حيث تكمن أهمية هذه الدراسة في كون أن المعلم المثالي هو المعلم القادر على استبدال الأساليب التعليمية التقليدية في التعليم بأساليب حديثة أكثر تطوراً وتأثيراً في العملية التعليمية، ومن خلال الاطلاع على بعض الدراسات العلمية التي أجريت باستخدام كثير من الأساليب المتعددة في تعلم مهارات الأنشطة الرياضية المختلفة قد أثبتت في نتائجها أن أسلوب الاحتواء (التطبيق الذاتي المتعدد المستويات) هو أكثر الأساليب ايجابية ومنها دراسة سالي عبد اللطيف(2001)، شيرين عبد الحافظ (2004)، مروة عبد الله(2004)، رشيد البداح(2007)، عبد المسعود(2007)، بيرامارك وجنكيز(1993) مما يوضح أهمية هذا الأسلوب . ولاحظ الباحث اهتمام الدارسين والباحثين من جمهورية مصر وبعض الدول العربية والأجنبية بهذا النوع من الدراسات وندرتها في الجانب الفلسطيني، حيث أن أهمية هذه الدراسة تكمن في حداثتها بالإضافة إلى مساهمتها في استكشاف أهمية مثل هذه الأساليب، لتشكل إضافة علمية ذات وسائل تطبيقية خدمة للبيئة التعليمية كي يستفيد منها المعلم، ويكون مردوده واضحاً وإيجابياً على المتعلم .

### أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى :

1. وضع برنامج تعليمي لبعض مهارات العاب القوى ( دفع الجلة - الوثب الثلاثي) باستخدام أسلوب الاحتواء للصف العاشر .

2. التعرف علي فعالية استخدام أسلوب الاحتواء مقابل الطريقة التقليدية السائدة في تنمية مهارتي ( دفع الجلة - الوثب الثلاثي ) لتلاميذ الصف العاشر .

### فروض الدراسة:

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس ألبعدي في المجموعة الضابطة والقياس البعدي للمجموعة التجريبية، في دفع الجلة لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدي في المجموعة الضابطة والقياس البعدي للمجموعة التجريبية، في الوثب الثلاثي لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

### المصطلحات المستخدمة:

**الفعالية:** عملية مستمرة ومتفاعلة تهدف إلى توجيه الجهود الفردية والجماعية نحو تحقيق أهداف مشتركة باستخدام الموارد المتاحة بأعلى درجة من الكفاءة (المصري، 31:2005).

**أسلوب الاحتواء:** وهو أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات، وسمي بالاحتواء نظرا لاعتماده على فكرة شمول جميع تلاميذ الصف الواحد وانخراطهم في العمل، كما انه يوفر فرصا متكافئة لكل منهم للاشتراك بالدرس أو المهمة حسب ما يتناسب وإمكاناته وقدراته الخاصة. (أبو نمره وسعادة، 2009: 165)

**الأسلوب التقليدي:** هو أسلوب يعتمد على اتخاذ المعلم لجميع القرارات الخاصة بعملية التعليم والتعلم من تخطيط وتنفيذ وتقويم، حيث يتم عرض المعلم للمهارة الحركية في صورة نموذج، ودور التلميذ هو تنفيذ جميع القرارات التي يتخذها المعلم بغرض أداء وإتقان المهارة التعليمية. (تعريف إجرائي)

**بطاقة المعيار:** هي الإطار المرجعي الذي نستطيع من خلاله تفسير الدرجة الخام وذلك حين ننسبها إلى مجموعة من نوع معين (كمعايير الصف، معايير العمر، المعايير المئينية أو الدرجة المعيارية). (سكر والخزندار، 2005: 5)

**دفع الجلة:** هي دفع الكرة الحديدية بيد واحدة من منطقة ما بين عضمة الترقوة والذقن ووزنها

فعاليه استخدام أسلوب الاحتواء على تعلم مهارتي دفع الجلة والوثب الثلاثي لتلاميذ الصف العاشر

للرجال 7.260 كجم ولل سيدات 4 كجم من دائرة قطرها 2.135م لأبعد مسافة ممكنة وتقاس المسافة من اقرب أثر تركته الجلة للدائرة . (تعريف إجرائي)

**الوثب الثلاثي:** هو أداء المتسابق للمهارة المركبة من خلال تطبيق المراحل الفنية الحجلة والخطوة والوثبة بالترتيب لأبعد مسافة ممكنة وتقاس المسافة من اقرب أثر للقدم باتجاه لوحة الارتفاع.(تعريف إجرائي)

#### الدراسات السابقة:

**دراسة رشيد بن عبد الله البداح ( 2007 ) :**

بعنوان: "تأثير استخدام أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات في دروس التربية الرياضية على الجانب المهاري والانفعالي لدى طلاب الصف السادس الابتدائي"

هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير استخدام أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات في درس التربية الرياضية على الجانب المهاري والانفعالي لدى طلاب الصف السادس اتبعت الدراسة المنهج شبه التجريبي باستخدام تصميم المجموعات الأربعة. وتكونت عينة الدراسة من 293 طالباً في الصف السادس الابتدائي في مدرستين تم اختيارهما عمداً من مدارس مدينة الرياض الابتدائية وتم توزيع العينة عشوائياً على أربع مجموعات , مجموعتين تجريبيتين قوام كل منها 74 طالباً , ومجموعتين ضابطتين قوام الأولى 73 طالباً , والثانية 72 طالباً . وقد أسفرت النتائج إلى: وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعات الدراسة في القياسات البعدية المهارية , وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعات الدراسة في قياس الجانب الانفعالي .وله تأثير واضح على التطور المهاري للطلاب في بعض مهارات كرة السلة والكرة الطائرة أكبر من تأثير أسلوب الأمر .

**دراسة عبد الحميد بن احمد المسعود (2007):**

بعنوان " تأثير استخدام أسلوب التعليم بالتوجيه الذاتي ومتعدد المستويات في دروس التربية الرياضية على جوانب التطور المهاري والمعرفي والوجداني لدى طلاب الصف الخامس بمدينة الرياض السعودية".

هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير استخدام أسلوب التعليم بالتوجيه الذاتي والمتعدد

المستويات في دروس التربية البدنية على كل من جوانب التطور المهاري والمعرفي والوجداني لوحدتي الجباز وكرة السلة المقررتين على طلاب الصف الخامس لمدارس مدينة الرياض . واستخدم الباحث المنهج التجريبي . وتكونت عينة الدراسة من طلاب (3) فصول من طلاب الصف الخامس اختيروا عشوائيا من مدرسة اوس بن ثابت المتوسطة وقد بلغ إجمالي عدد عينة الدراسة 127 طالبا موزعين على (3) مجموعات، وقد أسفرت النتائج: وجود فروق داله إحصائيا بين مجموعات الدراسة الثلاث في القياسات المهارية والمعرفية الوجدانية لوحدتي الجباز وكرة السلة مجتمعة.

#### دراسة عماد أبو القاسم علي (2006):

بعنوان "تأثير استخدام أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات على مستوى أداء بعض المهارات في كرة اليد"

هدفت إلى التعرف على تأثير استخدام أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات على مستوى أداء بعض المهارات في كرة اليد. واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وقد بلغ حجم العينة 60 تلميذا وتم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين، وقد أسفرت النتائج عن: تفوق المجموعة التجريبية والتي استخدمت أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات على المجموعة الضابطة والتي استخدمت الأسلوب التقليدي في تعلم بعض مهارات كرة اليد قيد الدراسة.

#### دراسة شيرين عبد الحافظ محمد (2004) :

بعنوان : التطبيق الذاتي متعدد المستويات وأثره على الأداء والدافعية لبعض مهارات التمرينات لطالبات كلية التربية الرياضية بالمنوفية" .

هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير استخدام التطبيق الذاتي متعدد المستويات على مستوى الأداء المهارى والدافعية في بعض مهارات التمرينات لطالبات كلية التربية الرياضية - جامعة المنوفية. اختيرت العينة من 40 طالبة تم اختيارهم بالطريقة العمدية من طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية للعام الجامعي 2003 / 2004، تم تقسيمهن إلى مجموعتين قوام كل منها 20 طالبة، إحداها تجريبية تستخدم الأسلوب المقترح والأخرى ضابطة تستخدم الأسلوب التقليدي. وقد أسفرت النتائج إلى: أن أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات قد ساهم إيجابيا في تحسن مستوى الأداء المهارى والدافعية ومستوى التحصيل



فعاليه استخدام أسلوب الاحتواء على تعلم مهارتي دفع الجلة والوثب الثلاثي لتلاميذ الصف العاشر المعرفي للطالبات، كما تفوق هذا الأسلوب على الأسلوب التقليدي المتبع في الأداء المهارى والدافعية والتحصيل المعرفي.

#### دراسة مروة علي عبد الله (2004):

بعنوان : "تأثير استخدام أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات على جوانب تعلم مهارات سباحة الزحف على الظهر للمبتدئات"

هدفت الدراسة إلى تصميم برنامج تعليمي مقترح باستخدام أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات في سباحة الزحف على البطن، ومعرفة تأثيره على المستوى المهارى وعلى مستوى التحصيل المعرفي وعلى مفهوم الذات . استخدم المنهج التجريبي وطبق على طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية - جامعة المنوفية، في العام الجامعي 2002/2003، حيث اختيرت بالطريقة العمدية (ممن تجيد مهارة الطفو)، عدد 15 طالبة. وقد أسفرت النتائج إلى: أن أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات له تأثيرا إيجابيا على تعلم سباحة الزحف على البطن، وعلى مستوى التحصيل المعرفي، كما يؤثر أيضا على مفهوم الذات لدى الطالبات.

#### دراسة هبة سعد على يوسف (2002) :

بعنوان: " أثر استخدام أسلوب التعلم التبادلي الثلاثي على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية لرياضة الكاراتيه لطالبات كلية التربية الرياضية \_جامعة المنيا" .

هدفت إلى التعرف على تأثير أسلوب التعلم التبادلي الثلاثي على مستوى بعض لمهارات الأساسية ومستوى التحصيل المعرفي في لعبة الكاراتيه لطالبات كلية التربية الرياضية، استخدمت الباحثة المنهج التجريبي، اشتملت العينة على 24 طالبة تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين أحدهما ضابطة والأخرى تجريبية، كما أسفرت النتائج إلى: التدريس بأسلوب التعلم التبادلي الثلاثي له تأثير إيجابي أفضل من التدريس بالأسلوب التقليدي على مستوى التحصيل المعرفي ومستوى أداء بعض المهارات الأساسية لرياضة الكاراتيه لطالبات كلية التربية الرياضية \_ جامعة المنيا .

**دراسة سالي محمد عبد اللطيف (2001):**

بعنوان : تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات على تعلم بعض مهارات السلاح والهوكي لدى طالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا"

هدفت الدراسة إلى تصميم برنامج تعليمي باستخدام أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات لتعلم مهارات السلاح المختارة وتعلم مهارات الهوكي المختارة كما يهدف التعرف على مدى تأثير أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات على المستوى المهارى في مهارات السلاح والهوكي. وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وكانت العينة طالبات الفرقة الأولى، وقد أسفرت النتائج إلى: أن استخدام أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات كان له تأثير إيجابي فعال على تعلم المهارات الأساسية المختارة للمبارزة بسلاح الشيش، والمهارات الأساسية المختارة لرياضة الهوكي.

**دراسة محمد زغلول وهشام عبد الحليم (2000):**

بعنوان : " تأثير استخدام أسلوب التدريس المتباين على تعلم بعض مهارات كرة اليد لطلبة شعبة التدريس بكلية التربية الرياضية بالمنيا "

هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير استخدام أسلوب التدريس المتباين على تعلم بعض مهارات كرة اليد لطلبة شعبة التدريس بكلية التربية الرياضية بالمنيا، حيث استخدم الباحثان المنهج التجريبي، واشتملت العينة على 60 طالبا وقسمت العينة إلى مجموعتين متساويتين ومتكافئتين إحداها تجريبية ، والأخرى ضابطة ، وقد أسفرت النتائج إلى: أسلوب التدريس المتباين ساهم بطريقة ايجابية في تعلم المهارات قيد البحث ومستوى التحصيل المعرفي وساعد على تحقيق الجانب الوجداني .

**دراسة دعاء محمد محي الدين (2000):**

بعنوان : "أثر استخدام أساليب التدريس على تعلم مسابقة قذف القرص"

هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر استخدام بعض أساليب التدريس لممارسة ( التبادل – التطبيق الذاتي – العرض التوضيحي) على المستوى الفني والمستوى الرقمي والمستوى المعرفي لمسابقة قذف القرص، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي، واشتملت العينة على

فعاليه استخدام أسلوب الاحتواء على تعلم مهارتي دفع الجلة والوثب الثلاثي لتلاميذ الصف العاشر

96 طالبه تم اختيارها بالطريقة العشوائية من طالبات الفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية بطنطا وقسمت إلى أربع مجموعات تجريبية قوام كل منها (24) طالبه، وقد أسفرت النتائج إلى : أسلوب التبادل كان أفضل الأساليب في مستوى الأداء الفني والمستوى الرقمي ومستوى التحصيل المعرفي لمسابقة قذف القرص.

#### دراسة "اوسوز وجيرسيل Griesel&Osthuze" (1992)

بعنوان: "مدى تأثير الأسلوب الحقيقي وأهدافه على تعليم الرياضة في المدارس الثانوية بنين"

هدفت الدراسة إلى التعرف على تحقيق أهداف التربية الرياضية لتلاميذ المدارس العليا واستخدم الباحثان المنهج التجريبي، وقد بلغ حجم العينة (97) تلميذاً من تلاميذ المدارس العليا، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وقد أشارت أهم النتائج إلى: أن أسلوب توجيه الأقران يؤثر في المجال الحركي ( بدني - مهاري) وأن أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات ذات تأثير في المجال الانفعالي، وأما أسلوب التعلم بالأمر لم يحقق أي مستوى في الجوانب السابقة.

#### دراسة "بيرامارك وجنكيز جاني Byra Mark & JenkinsJayne" (1993)

هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير الأسلوب المتعدد المستويات على تعلم ضرب الكرة بالمضرب، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وقد بلغ حجم العينة (40) ذكر وأنثى (20) ذكر و (20) أنثى من مدرسة ابتدائية من الصف الخامس، ويتلقى المتعلمون بقذف كرة بواسطة مضرب لمدة درسين متعاقبين، قام المتعلمين باختيار أربعة حالات لضرب الكرة، وثلاث أحجام للكرة مع مستويات مختلفة لصعوبة العمل، أغلبية المتعلمين الذين أدوا العمل كتبوا في تقريرهم بأنهم شعروا بحاجة لزيادة مستوى الصعوبة، الذين اختاروا العمل الصعب في البداية ذكروا أنهم أدوا وجعلوا العمل أسهل، وكان من أهم أدوات البحث ورقة العمل والتحكم في الأداء، وكان من أهم النتائج هي: أن المتعلمين يمكن أن يقوموا بقرارات ملائمة بخصوص مستوى صعوبة المهارة وسهولتها ويؤثرون في حجم الوقت المنقضي في التعلم.

#### إجراءات الدراسة:

##### منهج الدراسة :

استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو التصميم الثنائي (مجموعة تجريبية وأخرى ضابطة)

**مجتمع الدراسة:**

يمثل مجتمع الدراسة تلاميذ الصف العاشر من مرحلة التعليم الأساسي للعام الدراسي 2011-2012م بمدينة رفح، مدرسة رفح الأساسية أ.

**عينة الدراسة :**

تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية حيث اختار الباحث (36) تلميذاً من تلاميذ الصف العاشر من مرحلة التعليم الأساسي بمدينة رفح مدرسة ( رفح الأساسية أ) وتم تقسيم العينة إلى مجموعتين متساويتين في العدد كل مجموعة عددها (18) تلميذاً. حيث تم إجراء تجانس وتكافؤ بين أفراد العينة الضابطة والتجريبية في جميع متغيرات البحث ( السن، الوزن، الطول، الاختبارات المهارية ) والجداول رقم (1، 2، 3) توضح ذلك.

**جدول (1): مستوى الدلالة للتعرف إلى الفروق بين المجموعتين الضابطة****والتجريبية في ( الطول والوزن والعمر)**

المتغير	مجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
الطول	تجريبية	18	163.500	7.816	1.431	0.162	غير دالة إحصائياً
	ضابطة	18	159.611	8.479			
الوزن	تجريبية	18	68.433	9.526	1.335	0.191	غير دالة إحصائياً
	ضابطة	18	64.322	8.946			
العمر	تجريبية	18	16.561	0.394	0.508	0.615	غير دالة إحصائياً
	ضابطة	18	16.500	0.324			

ت الجدولية عند درجة حرية (34) وعند مستوى دلالة (0.01) = 2.70

ت الجدولية عند درجة حرية (34) وعند مستوى دلالة (0.05) = 2.02

يتضح من جدول رقم (1) أن قيمة "ت" غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) وهذا يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة، وهذا يعني تكافؤ المجموعتين في المتغيرات جميعها.

**جدول (2): مستوى الدلالة للتعرف إلى الفروق القبلية بين المجموعتين الضابطة**

فعاليه استخدام أسلوب الاحتواء على تعلم مهارتي دفع الجلة والوثب الثلاثي لتلاميذ الصف العاشر

### والتجريبية لمهارة دفع الجلة ن=36

مراحل الأداء المهاري	مجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
مرحلة التحفز	تجريبية	18	1.611	0.608	0.272	0.787	غير دالة إحصائياً
	ضابطة	18	1.556	0.616			
مرحلة البداية	تجريبية	18	1.500	0.514	0.825	0.415	غير دالة إحصائياً
	ضابطة	18	1.667	0.686			
مرحلة الزحقة	تجريبية	18	1.833	0.707	1.257	0.217	غير دالة إحصائياً
	ضابطة	18	1.556	0.616			
المرحلة الانتقالية	تجريبية	18	1.667	0.485	1.000	0.324	غير دالة إحصائياً
	ضابطة	18	1.500	0.514			
مرحلة الدفع	تجريبية	18	1.667	0.594	0.246	0.807	غير دالة إحصائياً
	ضابطة	18	1.722	0.752			
الدرجة الكلية	تجريبية	18	8.278	1.674	0.417	0.679	غير دالة إحصائياً
	ضابطة	18	8.000	2.275			

ت الجدولية عند درجة حرية (34) وعند مستوى دلالة (0.01) = 2.70

ت الجدولية عند درجة حرية (34) وعند مستوى دلالة (0.05) = 2.02

يتضح من جدول رقم (2) أن قيمة "ت" غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) وهذا يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين ( التجريبية والضابطة) في القياس القبلي لاختبارات دفع الجلة قيد الدراسة، وهذا يعني تكافؤ المجموعتين في متغيرات دفع الجلة.

يتضح من جدول رقم (3) أن قيمة "ت" غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) وهذا يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين ( التجريبية والضابطة ) في القياس القبلي لاختبارات دفع الجلة قيد الدراسة، وهذا يعني تكافؤ المجموعتين في متغيرات دفع الجلة.

جدول (3): مستوى الدلالة للتعرف إلى الفروق القبلية بين المجموعتين الضابطة

### والتجريبية لمهارة الوثب الثلاثي(ن=36)

مراحل الأداء	مجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
--------------	--------	-------	---------	-------------------	----------	--------------	---------------

#### وائل سلامة المصري

المهاري							
الاقترب	تجريبية	18	2.000	0.686	1.230	0.227	غير دالة إحصائياً
	ضابطة	18	1.722	0.669			
الحجلة	تجريبية	18	1.722	0.669	0.778	0.442	غير دالة إحصائياً
	ضابطة	18	1.556	0.616			
الخطوة	تجريبية	18	1.667	0.686	0.825	0.415	غير دالة إحصائياً
	ضابطة	18	1.500	0.514			
الوثبة	تجريبية	18	1.500	0.514	-0.656	0.516	غير دالة إحصائياً
	ضابطة	18	1.611	0.502			
الهبوط	تجريبية	18	1.389	0.502	-0.329	0.744	غير دالة إحصائياً
	ضابطة	18	1.444	0.511			
الدرجة الكلية	تجريبية	18	8.278	1.873	0.769	0.447	غير دالة إحصائياً
	ضابطة	18	7.833	1.581			

ت الجدولية عند درجة حرية (34) وعند مستوى دلالة  $(0.01) = 2.70$

ت الجدولية عند درجة حرية (34) وعند مستوى دلالة  $(0.05) = 2.02$

#### وسائل جمع البيانات :

- استمارة تسجيل البيانات الشخصية ( الاسم - العمر - الطول - الوزن ) .
- استمارة اختبار للمهارات قيد الدراسة ( بطاقة معيار ) . (بسطويسي، 1997 : 122)
- حيث قام الباحث باعتماد بطاقة المعيار بعد تحكيمها من خبراء في المجال .

#### البرنامج التعليمي المقترح :

قام الباحث بتصميم البرنامج التعليمي المقترح وفقاً لأسس ومناهج وطرق التدريس والمبادئ التي اتفقت عليها الدراسات والمراجع العلمية.

#### الهدف من البرنامج التعليمي:

1. وضع برنامج تعليمي لبعض مهارات العاب القوى ( دفع الجلة - الوثب الثلاثي ) باستخدام أسلوب الاحتواء للصف العاشر .
2. التعرف علي فعالية استخدام أسلوب الاحتواء مقابل الطريقة التقليدية السائدة في تنمية مهارة ( دفع الجلة - الوثب الثلاثي ) لتلاميذ الصف العاشر .

فعاليه استخدام أسلوب الاحتواء على تعلم مهارتي دفع الجلة والوثب الثلاثي لتلاميذ الصف العاشر

التوزيع الزمني للبرنامج التعليمي المقترح :

**جدول (4): التوزيع الزمني للبرنامج التعليمي المقترح**

م	المحتوى	البيان
1	عدد أسابيع البرنامج التعليمي	5 أسابيع
2	عدد الوحدات التعليمية في الأسبوع	2 وحدة

المعاملات العلمية للاختبارات المهارية قيد الدراسة :

**ثبات الاختبار :**

قام الباحث بحساب معامل الثبات باستخدام طريقة التجزئة النصفية للتأكد من ثبات الاختبارات والجدول التالي يوضح ذلك:

**جدول (5): يوضح معاملات الثبات للمتغيرات قيد البحث**

المتغيرات	معامل الثبات	معامل الثبات بعد التعديل
دفع الجلة	0.889	0.893
الوثب الثلاثي	0.746	0.755

يتضح من جدول رقم (5) أن درجات الثبات مرتفعة مطمئن الباحث على تطبيقه على عينة الدراسة.

**صدق الاختبارات :**

قام الباحث بحساب صدق الاختبارات باستخدام الصدق الذاتي وذلك بإيجاد الجذر التربيعي لمعامل الثبات الناتج من تطبيق الاختبار والجدول التالي يوضح ذلك:

يتضح من جدول رقم (6) أن درجات الصدق مرتفعة وقد تحققت عن طريق إيجاد الجذر التربيعي لمعامل الثبات.

**جدول (6): يوضح معاملات الصدق للمتغيرات قيد البحث**

المتغيرات	معامل الثبات	الصدق الذاتي
دفع الجلة	0.893	0.903
الوثب الثلاثي	0.755	0.840

### المعالجات الإحصائية:

- 1- اختبار T.test independent sample .
- 2- المتوسط الحسابي.
- 3- معامل ارتباط بيرسون " Pearson "
- 4- الانحراف المعياري.
- 5- الجذر التربيعي.

### عرض النتائج :

الإجابة على الفرض الأول من فروض الدراسة:

جدول (7): مستوى الدلالة للتعرف إلى الفروق البعدية بين المجموعتين الضابطة

والتجريبية لمهارة دفع الكرة ( ن = 36 )

مرحلة الأداء المهاري	مجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
مرحلة التحفز	تجريبية	18	2.611	0.502	2.368	0.024	دالة عند 0.05
	ضابطة	18	2.167	0.618			
مرحلة البداية	تجريبية	18	2.611	0.608	2.491	0.018	دالة عند 0.05
	ضابطة	18	2.056	0.725			
مرحلة الزحقة	تجريبية	18	2.500	0.514	2.120	0.041	دالة عند 0.05
	ضابطة	18	2.056	0.725			
المرحلة الانتقالية	تجريبية	18	2.889	0.471	4.531	0.000	دالة عند 0.01
	ضابطة	18	2.000	0.686			
مرحلة الدفع	تجريبية	18	2.389	0.502	3.382	0.002	دالة عند 0.01
	ضابطة	18	1.722	0.669			
الدرجة الكلية	تجريبية	18	13.000	1.414	5.413	0.000	دالة عند 0.01
	ضابطة	18	10.000	1.879			

ت الجدولية عند درجة حرية (34) وعند مستوى دلالة (0.01) = 2.70

ت الجدولية عند درجة حرية (34) وعند مستوى دلالة (0.05) = 2.02

ينص الفرض الأول من فروض الدراسة على : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس البعدي في المجموعة الضابطة والقياس البعدي للمجموعة التجريبية، في دفع الكرة



فعاليه استخدام أسلوب الاختواء على تعلم مهارتي دفع الجلة والوثب الثلاثي لتلاميذ الصف العاشر

لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

وللإجابة عن هذا الفرض قام الباحث باستخدام اختبار "T. test" والجدول (7) يوضح ذلك:

الإجابة على الفرض الثاني من فروض الدراسة:

جدول (8): مستوى الدلالة للتعرف إلى الفروق البعدية بين المجموعتين الضابطة

والتجريبية لمهارة الوثب الثلاثي ( ن = 36 )

مرحل الأداء المهاري	مجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
الاقترب	تجريبية	18	2.556	0.511	2.056	0.047	دالة عند 0.05
	ضابطة	18	2.167	0.618			
الحجلة	تجريبية	18	2.389	0.698	2.528	0.016	دالة عند 0.05
	ضابطة	18	1.833	0.618			
الخطوة	تجريبية	18	2.389	0.608	2.333	0.026	دالة عند 0.05
	ضابطة	18	1.889	0.676			
الوثبة	تجريبية	18	2.333	0.686	2.297	0.028	دالة عند 0.05
	ضابطة	18	1.833	0.618			
الهبوط	تجريبية	18	2.444	0.616	2.390	0.023	دالة عند 0.05
	ضابطة	18	1.944	0.639			
الدرجة الكلية	تجريبية	18	12.111	1.745	4.009	0.000	دالة عند 0.01
	ضابطة	18	9.667	1.910			

ت الجدولية عند درجة حرية (34) وعند مستوى دلالة (0.01) = 2.70

ت الجدولية عند درجة حرية (34) وعند مستوى دلالة (0.05) = 2.02

ينص الفرض الثاني من فروض الدراسة على : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدي في المجموعة الضابطة والقياس البعدي للمجموعة التجريبية، في الوثب الثلاثي لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

وللإجابة عن هذا الفرض قام الباحث باستخدام اختبار "T. test" والجدول (8) يوضح ذلك:

## مناقشة وتفسير النتائج :

يتضح من الجدول (7)، (8) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للاختبارات قيد الدراسة (دفع الجلة، الوثب الثلاثي) ولقد كانت الفروق لصالح المجموعة التجريبية، مما يظهر وجود أثر إيجابي وفاعل لأسلوب الاحتواء (التطبيق الذاتي متعدد المستويات) على مستوى تعلم مهارتي دفع الجلة والوثب الثلاثي في ألعاب القوى . واتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج الدراسات السابقة التي تناولت أسلوب الاحتواء (التطبيق الذاتي متعدد المستويات) والتي أظهرت نتائجها فعالية الأسلوب مع مختلف المهارات في المراحل التعليمية المختلفة ومنها دراسة كل من سالي عبد اللطيف (2001)، شيرين عبد الحافظ (2004)، مروه عبدالله (2004)، رشيد البداح (2007)، عبد الحميد المسعود (2007)، عماد علي (2006).

حيث أجمعت نتائج هذه الدراسات على أن أسلوب الاحتواء (التطبيق الذاتي متعدد المستويات) له أثر إيجابي في تحسين وتطوير الأداء المهاري للمتعلمين، وله دور فاعل في الوصول إلى مرحلة الإتقان، نتيجة استثمار معظم وقت الدرس في التطبيق، كما أن أسلوب الاحتواء له تأثير إيجابي ودال إحصائياً على مستوى الأداء المهاري في الأنشطة الرياضية المختلفة. ويرى الباحث أن لاختيار مستوى الأداء من قبل المتعلم له تأثير إيجابي على تطور مستوى أداء المتعلمين وهذا يتفق مع عبد الكريم (1994)، بأن اختيار المتعلم لمستوى الأداء الذي يتناسب مع قدراته يؤدي إلى نتائج أفضل.

وبالرجوع للجدول (7) والخاص بالفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية لمتغير دفع الجلة نرى أن التغيير والتحسين يختلف عند المراحل الفنية ببعضها عند (0.05) مثل مرحلة التحفز والبدائية والزحف والآخر عند (0.01) مثل المرحلة الانتقالية والدفع.

حيث يعزو الباحث ذلك لكون المراحل الأولى من الخطوات الفنية لا تحتاج إلى مستوى معين بمعنى تتلشى الفروق الفردية فيها باستثناء مرحلة الزحقة والتي تحتاج إلى قدرة بدنية ومهارة عالية فقد حققت المجموعة التجريبية تحسناً وتطوراً بمتوسط 2.500 لصالح القياس البعدي بالإضافة إلى أن تلك المراحل تعتمد على ديناميكية الحركة، وبالتالي فإن أسلوب الاحتواء الذي يتميز بالاشتراك بالتفكير والتطبيق العملي ويعمل على إتاحة الفرصة للمتعلم أن يدرك العلاقة بين طموحه وحقيقته أدائه، وبالنسبة للمراحل الفنية الأخيرة والتي حققت

فعاليه استخدام أسلوب الاحتواء على تعلم مهارتي دفع الجلة والوثب الثلاثي لتلاميذ الصف العاشر

تحسنا وتطورا عند مستوى (0.01) فهي بطبيعتها تحتاج إلى قدرات مهارية عالية من شأنها أن توضح الفروق الفردية بين المتعلمين وهذا ما تؤكد عفاف عبد الكريم (1990)، حيث أوضحت أن هذا الأسلوب في التعليم مهم وذو فائدة في مراحل تعلم المهارة حيث أن المتعلمين يحتاجوا إلى التعرف على النقاط المهمة بعد كل محاولة ليساعدهم على تصحيح أدائهم الفني، فهذا الأسلوب يعتبر بمثابة توفير معلم لكل متعلم. وبهذا يتحقق الفرض الأول من فرضيات الدراسة.

وبالانتقال إلى الفرض الثاني والذي تظهر نتائجه من خلال الجدول (8) والخاص بالفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية لمتغير الوثب الثلاثي نرى أن التحسن والتطور لمرحلة الخطوات الفنية كان عند (0.05) وأن النتيجة الكلية للمهارة كان عند (0.01) لصالح المجموعة التجريبية في القياس البعدي. حيث يعزو الباحث الفرق في المستوى إلى التأثير الإيجابي لأسلوب الاحتواء الذي يعمل على مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين والحصول على التغذية الراجعة، ذلك إلى أن مهارة الوثب الثلاثي تحتاج إلى قدرات مهارية عالية والتي ينبغي على المعلمين ضرورة اختيار الأسلوب المناسب والذي يضمن ممارسة جميع التلاميذ لخطوات المهارة مختلفة المستوى، بالإضافة إلى أن تلك الخطوات تعتمد على ديناميكية الحركة، وبالتالي فإن أسلوب الاحتواء هو الأسلوب المناسب لتعليم مهارة الوثب الثلاثي وبهذا يتحقق الفرض الثاني من فرضيات الدراسة.

ويعزو الباحث هذه النتائج النهائية للدراسة للبرنامج التعليمي باستخدام أسلوب الاحتواء، ولدى استعراض بنية الأسلوب نجد التركيز على انتقال عدد من القرارات من المعلم إلى المتعلم، وتحديدًا في الجزء الرئيسي من الدرس وخاصة في الجزء التطبيقي منه، ومن خلاله يتحقق الواجب الحركي الرئيسي للدرس، وهذا يعني أن لكل من المعلم والمتعلم مسؤوليات وواجبات وبتحويل بعض من القرارات للمتعلم يكون هناك متسع من الوقت للمدرس للتحرك بين المتعلمين وملاحظة ومتابعة كل متعلم وإعطائه التغذية الراجعة الخاصة بآدائه، وتحديد أولويات الاتصال مع المتعلمين، كما أن هذا الأسلوب يتيح للمتعلم الدخول في بيئة جديدة للتعلم من خلال تحمله للمسؤوليات المصاحبة للقرارات المتخذة ومسؤوليته المباشرة عن النتائج المتعلقة بأداء المهمة الحركية بشكل فردي دون مقارنته مع زملاءه، وتوفر متسعا من الوقت للمتعلم لتنفيذ المهمة الحركية، وتوفير التغذية الراجعة الخاصة لكل متعلم، وهذا

الأسلوب يتناسب وجميع مستويات المتعلمين، فالمعلم يقوم بتحديد المستويات التي يمكن أدائها تحت ظروف مختلفة في درجة الصعوبة، ويحدد المتعلم المستوى الذي يتناسب مع قدراته، مراعيًا الفروق الفردية بين المتعلمين، ويزود المتعلم بفرصة تكرار الأداء المهاري، كما يمنح المتعلم فرصة اتخاذ القرار، لأن المتعلم لديه الحرية في التنقل بين المستويات المختلفة للمهارة، والانتقال من مستوى لآخر يساعد المتعلم في تقييم ذاته، إما الانتقال للمستوى الأعلى أو البقاء على نفس المستوى، كما يسمح هذا الأسلوب للمعلم بتقديم تغذية راجعة للمتعلمين أثناء تطبيق المهارة بشكل فردي مما يؤدي إلى تحسن المتعلمين في الأداء المهاري.

#### الاستنتاجات:

في ضوء نتائج الدراسة وفي حدود العينة وكذلك المعالجات الإحصائية توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية :

1. فعالية استخدام أسلوب الاحتواء في تعليم مهارتي دفع الكرة والوثب الثلاثي في ألعاب القوى لتلاميذ الصف العشر من مرحلة التعليم الأساسي .
- أ. وجود تحسن لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في مهارة دفع الكرة وكانت قيمة ت الكلية 5.41 عند مستوى 0.01.
- ب. وجود تحسن لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في مهارة الوثب الثلاثي وكانت قيمة ت الكلية 4.009 عند مستوى 0.01 .
2. أكثر المهارات قيد الدراسة في ألعاب القوى تقدما كانت مهارة دفع الكرة .

#### التوصيات :

- في ضوء ما توصلت إليه الدراسة من استنتاجات يوصي الباحث بما يلي:
1. الاهتمام بأسلوب الاحتواء في تعلم مهارات الأنشطة الرياضية بمراحل التعليم المختلفة.
  2. إعداد حلقات للتدريس بكلية التربية الرياضية لتدريب الطلاب والطالبات على كيفية استخدام أسلوب الاحتواء.
  3. ينصح استخدام أسلوب الاحتواء لما له من تأثير إيجابي في تعلم الأداء المهاري لمهارات ألعاب القوى بالمدارس .

## المراجع

### أولاً: المراجع العربية:

- أبو نمره، محمد خميس وسعادة، نايف عبد الرحمن(2009)، "التربية الرياضية وطرائق تدريسها"، منشورات جامعة القدس المفتوحة، الطبعة الثانية، عمان .
- البداح، رشيد (2007) "تأثير استخدام أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات في دروس التربية الرياضية علي الجانب المهاري والانفعالي لدي طلاب الصف السادس الابتدائي"، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية، جامعة الملك سعود .
- بسطويسي، أحمد بسطويسي(1997)، سباقات المضمار وسباقات الميدان، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، القاهرة .
- زغلول، محمد سعد وعبد الحليم، هشام محمد(2000)، "تأثير استخدام أسلوب التدريس المتباين على تعلم بعض مهارات كرة اليد لطلبة كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا، مؤتمر الاستثمار والتنمية البشرية في الوطن العربي من منظور رياضي .
- سكر، ناجي والخزندار، نائلة(2005)، مستويات معيارية مقترحة لكفايات الأداء اللازمة للمعلم لمواجهة مستجدات العصر، بحث مقدم في المؤتمر العلمي السابع عشر (مناهج التعليم والمستويات المعيارية)، جامعة عين الشمس.
- عبد الحافظ، شيرين محمد (2004) " التطبيق الذاتي متعدد المستويات وأثره على الأداء المهارى والدافعية لبعض مهارات التمرينات لطالبات كلية التربية الرياضية ، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنوفية.
- عبد الكريم، عفاف (1990) " التدريس الفعال للتعلم في التربية الرياضية "، منشأة المعارف الإسكندرية.
- عبد اللطيف، سالي محمد (2001) " تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات على تعلم بعض مهارات السلاح والهوكي لدى طالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا" رسالة(ماجستير)، جامعة طنطا، كلية التربية الرياضية.
- عبد الله، مروة على (2004) " تأثير استخدام أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات على جوانب تعلم مهارات سباحة الزحف على الظهر للمبتدئات" رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنوفية .
- علي، عماد ابوالقاسم(2006)، "تأثير استخدام أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات على مستوى أداء بعض المهارات في كرة اليد" مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، كلية التربية

الرياضية، جامعة أسيوط .  
الفلاح، خالد (2004) "تأثير استخدام أسلوب الاستقصاء التعاوني بالواجبات الحركية على تحسين الزمن الأكاديمي للتعلم في مهارة 100م عدو في مسابقات الميدان والمضمار لتلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي" بحث منشور ،المجلة العملية لعلوم التربية الرياضية ، العدد الرابع، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.  
محي الدين، دعاء محمد(2000)، "تأثير استخدام بعض أساليب التدريس على تعلم مسابقة قذف القرص، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.  
المسعود،عبد الحميد (2007) "تأثير استخدام أسلوب التعلم بالتوجيه الذاتي ومتعدد المستويات في دروس التربية البدنية على جوانب التطور المهاري والمعرفي والوجداني لدى طلاب الصف الخامس بمدينة الرياض" ،بحث منشور ، مجلة وزارة التربية والتعليم، السعودية.  
المصري، وائل سلامة (2005)"إستراتيجية مقترحة لتطوير الأداء التدريسي لمعلمي التربية الرياضية وأثرها على بعض نواتج التعلم لتلاميذ المرحلة الإعدادية بغزة"،رسالة دكتوراه، جامعة عين شمس، القاهرة .  
يوسف، هبة سعد علي(2002)، "أثر استخدام أسلوب التعلم التبادلي الثلاثي على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية لرياضة الكاراتيه لطلبة كلية التربية الرياضية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة المنيا.

#### ثانيا: المراجع الأجنبية:

Byra, M., Marks: The effect of tow pairing Techniques Mc: feed back and con for Tlerels of Learners In Reciprocal Educupaing, III, April, 1993.  
Osothuzoun. Grisil: The effect of comment reciprocal And inclusion styles on realization of objective In physical education on her high school boys, S. A. Journal her Research, in sport, Neruserd Burg , 1992.