

تأثير اسلوب التعلم المنظم ذاتيا في الوعي بالعمليات الحركية واكتساب بعض المهارات الاساسية

للطلاب بالكرة الطائرة

أ.م.د. فراس اكرم سليم

العراق. جامعة صلاح الدين . اربيل . كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

Dr. Firas Akram\_11@yahoo.com

هدف البحث الى :

- الكشف عن اثر برنامج قائم على التعلم المنظم ذاتيا والاسلوب المتبع في اكتساب بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة .

- الكشف عن الفروق في الاختبارات البعدية بين المجموعة التجريبية التي تدرس على وفق برنامج قائم على التعلم المنظم ذاتيا والمجموعة الضابطة التي تدرس على وفق الاسلوب المتبع في اكتساب بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة.

اشتملت عينة البحث على شعبتين احدهما تجريبية والاخرى ضابطة وعن طريق القرعة، حيث تمثلت شعبة (B) بالمجموعة التجريبية والتي درست على وفق التعلم المنظم ذاتيا، واختيرت شعبة (A) لتمثل المجموعة الضابطة والتي درت على وفق الاسلوب المتبع من قبل المدرس، وبواقع (20) طالبا لكل مجموعة ، وتم اجراء التكافؤ بينهما في بعض المتغيرات البدنية والمهارية. وتم بناء مقياس الوعي بالعمليات الحركية بعد اجراء الاديبيات الاحصائية، كما تم بناء خطة تعليمية على وفق التعلم المنظم ذاتيا، وبعد تطبيق البرنامج تم اختبار المجموعتين لمهارات (الارسال المواجه من الاعلى- الضرب الساحق القطري-حائط الصد) كما تم قياس مستوى الوعي بالعمليات الحركية للمهارات، وبعد جمع البيانات وتفريغها تم التوصل الى النتائج الاتية :

- تفوق المجموعة التجريبية التي درست على وفق استراتيجية التعلم المنظم ذاتيا على المجموعة الضابطة التي درست على وفق الاسلوب المتبع في تعلم مهارات الارسال الموجه من الاعلى التنسي والضرب الساحق المواجه وحائط الصد.

- الوعي بالعمليات الحركية لدى المجموعة التجريبية التي درست على وفق استراتيجية التعلم المنظم ذاتيا كان افضل من المجموعة الضابطة التي درست على وفق الاسلوب المتبع.

الكلمات المفتاحية : التعلم المنظم ذاتيا ، الوعي بالعمليات الحركية ، الكرة الطائرة

The Effects of the Self-Organized Learning Method on the Player's Body Movement Awareness and his Ability to Develop Certain Essential Volleyball Skills

Dr. Firas Akram Saleem

Iraq. Erbil. Salahaddin University. College of Physical Education and Sport Sciences

Dr. Firas Akram\_11@yahoo.com

---

Abstract

The purposes of this research are:

- 1- Discovering the effect of using the self-organized learning program, as well as the implemented method of gaining certain essential volleyball skills.
- 2- Pointing out the differences of the posttests between the experimental group (which is trained according the self-organized learning program), and the control group (which trained according their usual method of developing certain essential volleyball skills).

The research sample consists of two groups of 20 students each, which are selected randomly. The first group (A) is the control group, which follows their usual routine in training, and the other group (B) is the experimental group which implemented the self-organized learning method. All research participants are compatible in their physical and skill-related abilities. After performing the statistical processes, the body movement awareness scale was created, as well as a coaching plan according to the self-organized learning method. After implementing this program, the following skills were tested: overhand serving, spiking and blocking, and the body movement awareness was measures as well.

After collecting and analyzing the information of this experiment, the following results were considered:

- 1- The experimental group, which implemented the self-organized learning strategy, performed the tested skills (overhand serving, spiking and blocking) better than the control group, which followed their usual routine in training.
- 2- The body movement awareness of the participants in the experimental group (which implemented the self-organized learning strategy) was better than that of the participants in the control group.

Key Words : Self-organized Learning, Body movement awareness, Volleyball

تشير الدراسات التربوية الى اهمية التعلم الذاتي من اجل تجاوز بعض الصعوبات التي يواجهها المدرسين ومنها الفروقات الفردية بين الطلاب، وهذا مايدفع المهتمين بالعملية التعليمية من استعمال استراتيجيات تعليمية تساعد الطالب على التعلم حسب قدراته وامكانياته والتعرف على خط شروع البدء في التعلم وتعديل سلوكياته من خلال التغذية الراجعة المقدمة له، كما يساعد الطلبة في تعلمهم من استعمال اساليب متنوعة او مهارات منظمة من التعلم واطهار مرونة مستمرة في تعديل سلوكياتهم لغرض تحقيق الهدف من التعلم.

يشير التعلم المنظم ذاتيا الى العملية التي يقوم فيها الطالب بتنشيط معارفه وسلوكياته بشكل منظم لغرض تحقيق اهدافه من التعلم، والتعلم المنظم ذاتيا هو الدرجة التي يكون فيها الافراد مشاركين ايجابيين من الناحية السلوكية والدافعية في عملية تعلمهم (Zimmerman, B& Kitsantas, A ,1997 ,p, 29-37)

والتعلم المنظم ذاتيا عملية يتمكن من خلالها المتعلمون من مباشرة وتوجيه ومراقبة عملية تعلمهم الخاص بهم ، فالمتعلمون المنظمون ذاتيا يستطيعون ادارة خبرات التعلم الخاصة بهم، كما انهم يشتركون في خصائص تدل على انهم منظمون ذاتيا في عملية التعلم، اذ ان ابعاده تركز على طرح اسئلة من قبل المتعلم لضبط تعلمه وادراج دوافع مساعدة للتعلم ومن هذه الاسئلة(لماذا اتعلم؟ كيف اتعلم؟متى اتعلم؟مالذي ينبغي تعلمه؟اين اتعلم؟مع من اتعلم؟).

تحتل فعالية الكرة الطائرة مكانة خاصة بين الالعاب الجماعية والتي انتشرت بشكل كبير في ارجاء العالم كما هو حال بقية الالعاب الجماعية الاخرى، وان تعلم مهارات الكرة الطائرة هو مطلب رئيسي لغرض اتقان اللعبة ، وتمتاز مهارات الكرة الطائرة الى الدقة والسرعة والتنسيق اثناء الاداء كما انها تتميز بترابط المهارات اثناء ممارسة اللعبة ولا يمكن فصل مهارة عن اخرى، اذ ان كل مهارة تعتمد على المهارة السابقة وكذلك اللاحقة، ولغرض تعلم اداء هذه المهارات لا بد من استعمال استراتيجيات تعليمية تتمركز حول المتعلم وايجاده للحلول المناسبة لغرض تحقيق هدفه من التعلم، كما ان الوعي بالقدرات الحركية والمتطلبات الاساسية لاداء كل مهارة مطلب ضروري لغرض التعرف على خصوصية المهارة في اثناء الاداء ، اذ لا بد من ان يمتلك الطالب الوعي بكل موقف حركي والمهمة التي يقوم بها وقدرته على التمييز في الاداء لكل مهارة.

من هنا برزت اهمية هذه الدراسة في امكانية استخدام برنامج قائم على التعلم المنظم ذاتيا في اكتساب بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة والوعي الحركي بها ، ومواكبة كل ما هو حديث من استراتيجيات تعليمية في تعلم المهارات الحركية .

ويعد تعلم المهارات الحركية من الاهداف الاساسية التي يجب على كل طالب تعلمها وادراكها في كليات واقسام ومعاهد التربية الرياضية، وهذا مايجعل الكادر التدريسي من بذل اقصى مجهود لغرض تحقيق الهدف من خلال استخدام اساليب واستراتيجيات تعليمية متنوعة، لغرض اىصال الطالب الى مرحلة تمكنه من تجاوز بعض المصاعب التي يواجهها في اثناء التعلم وحسب خصوصية كل مهارة، اضافة الى امكانية وقدرات كل طالب.

وتمثلت مشكلة الدراسة الحالية الى الحاجة الماسة لايجاد بدائل تدريسية وتعليمية في مجال تعليم المهارات الاساسية بالكرة الطائرة من خلال استخدام برنامج قائم على التعلم المنظم ذاتيا والذي يعتمد بالشكل الاساسي على قدرات الطالب من خلال تنظيم ذاته وايجاد الحلول المناسبة لغرض اتقانه للمهارة المراد تعلمها والوصول الى مرحلة الوعي بالحركات الملائمة لمتطلبات اداء كل مهارة، والتمكن من الوصول الى توازن مقبول بين الانفاق في الجهد والوقت وبين المخرجات التعليمية في اثناء سير العملية التعليمية.

من هنا برزت مشكلة الدراسة الحالية من خلال طرح التساؤلات التالية :

- ما هو تأثير برنامج قائم على التعلم النظم ذاتيا في اكتساب بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة؟
- ما هو تأثير برنامج قائم على التعلم النظم ذاتيا في الوعي بالعمليات الحركية للمهارات الاساسية بالكرة الطائرة؟ ويهدف البحث الى :
- الكشف عن اثر برنامج قائم على التعلم المنظم ذاتيا والاسلوب المتبع في اكتساب بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة .
- الكشف عن الفروق في الاختبارات البعدية بين المجموعة التجريبية التي تدرس على وفق برنامج قائم على التعلم المنظم ذاتيا والمجموعة الضابطة التي تدرس على وفق الاسلوب المتبع في اكتساب بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة.
- الكشف عن الفروق في الاختبارات البعدية بين المجموعة التجريبية التي تدرس على وفق برنامج قائم على التعلم المنظم ذاتيا والمجموعة الضابطة التي تدرس على وفق الاسلوب المتبع في الوعي بالعمليات الحركية بالكرة الطائرة.

2- اجراءات البحث :

1-2 مجتمع البحث وعينته :

تمثل مجتمع البحث بطلاب السنة الدراسية الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة صلاح الدين والتي تتكون من اربعة شعب وبواقع (84 طالبا) كون منهاج السنة الدراسية الثانية يتضمن تعلم مهارات مادة الكرة الطائرة.

اما عينة البحث فتم اختيارها بالطريقة العشوائية ، اذ اختيرت شعبتين احدهما تجريبية والاخرى ضابطة وعن طريق القرعة، حيث تمثلت شعبة (B) بالمجموعة التجريبية والتي درست على وفق التعلم المنظم ذاتيا، واختيرت شعبة (A) لتمثل المجموعة الضابطة والتي درت على وفق الاسلوب المتبع من قبل المدرس، وبواقع (20) طالبا لكل مجموعة بعد استبعاد الممارسين ولاعبي الاندية والراسبين، وبلغت النسبة المئوية للعينة (47,5 % ) من مجتمع الاصل.

2-2 التصميم التجريبي :

تم اعتماد التصميم التجريبي الذي يعرف بتصميم المجموعات المتكافئة ذات الاختبارين القبلي والبعدي المحكمة الضبط (عزيز حنا داود وأنور حسين ، 1990 ، ص280)

حيث إن استخدام تصميم تجريبي ملائم أمر مهم في كل بحث تجريبي إذ يساعد في حصول الباحث على إجابات لفرضياته .

2-3 تكافؤ مجموعتي البحث :

تم اجراء التكافؤ في بعض المتغيرات الخاصة المؤثرة في تعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة، حيث تم تحليل المحتوى للمصادر والدراسات وتم تصميم استمارة استبانة لبعض الصفات البدنية وعرضها على الخبراء والمختصين (ملحق 1) مع بيان الاختبار الملائم لعينة الدراسة، كما تم اجراء التكافؤ المهاري للمهارات قيد الدراسة وهي(الارسال المواجه من الاعلى-الضرب الساحق المواجه-حائط الصد) من خلال عرض استبيان على المختصين لغرض تحديد الاختبار الملائم، وتم الاعتماد عليها كاختبارات قبلية، والجدول (1) يبين ذلك.

الجدول (1)

يبين التكافؤ في المتغيرات البدنية والمهارية بين مجموعتي البحث

المتغيرات	مج تجريبية		مج ظابطة		T المحتسبة	الاحتمالية sig	المعنوية
	±ع	-س	±ع	-س			
رمي كرة طبية (2 كغم) للذراع الضاربة من الوقوف(م)	7,94	0,58	7,92	0,6	0,074	0,942	غير معنوي
القفز العمودي من الحركة (سم)	34,5	4,16	34,6	2,75	0,13	0,894	غير معنوي
اختبار دقة الارسال من الاعلى التنسي (درجة)	12,4	1,14	12,3	1,38	0,250	0,804	غير معنوي
اختبار دقة الضرب الساحق القطري (درجة)	8,45	1,14	8,90	1,11	1,25	0,217	غير معنوي
اختبار الاداء المتكرر لحائط الصد خلال 10 ثا(تكرار)	4,80	0,88	4,70	0,92	0,873	0,388	غير معنوي

يبين الجدول (1) انه لا توجد فروق معنوية بين المجموعتين الجريبية والظابطة في المتغيرات البدنية المؤثرة والاختبارات المهارية قيد الدراسة مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث.

4-2 ادوات البحث :

1-4-2 بناء برنامج تعليمي قائم على التعلم المنظم ذاتيا للمجموعة التجريبية :

تطلبت الدراسة بناء برنامج تعليمي قائم على التعلم المنظم ذاتيا ، اذ تم بناء ثلاث وحدات تعليمية لتعليم مهارات (الارسال التنسي-الضرب الساحق المواجه-حائط الصد) وتم عرض البرنامج على ذوي الخبرة والاختصاص في مجال طرائق التدريس والكرة الطائرة لغرض بيان رأيهم حول ملائمة الوحدات التعليمية لمستوى العينة وللمهارات المراد تعليمها وكذلك بيان رأيهم حول التوزيع الزمني لاجزاء الوحدة التعليمية، وبعد الاخذ بآراء الخبراء اصبح البرنامج التعليمي جاهزا للتطبيق.(ملحق 3)

2-4-2 اعداد مقياس لغرض قياس الوعي بالعمليات الحركية :

بعد الاطلاع على الدراسات والأبحاث التي تناولت قياس (الوعي) منها دراسة عبد الرحمن بن بريكة(2007) (عبد الرحمن بن بريكة ، 2007 ، ص304-309)

ودراسة عبد الله القلي (2004) (عبد الله القلي ، 2004 ، ص202-204)

ودراسة عصام نجيب الفقهاء(2002) (عصام نجيب الفقهاء ، 2002 ، ص1-22)

ودراسة Papaleontiou Louca,E - (2003) (Papaleontiou-Louca,E, 2003, p 9-30)

تم استخراج قائمة مكونة بصورتها الأولية من (40) فقرة ، وذلك من خلال اقتباس عبارات وردت في هذه الدراسات ومقاييس أخرى تناولت جانباً منها أو صياغة عبارات بطريقة ذاتية انطلاقاً من أفكار نظرية حول موضوع الوعي ويقابلها سلم ليكارت(دائماً-غالبا-أحيانا-نادراً-أبداً)، واعتمدت صياغة الفقرات على مجموعة من الأسس وهي أن تكون قصيرة و لغتها مفهومة وتكون كل فقرة معبرة عن فكرة واحدة أن يكون نصفها ايجابيا والآخر سلبيا تقريبا. وتم عرض المقياس بصورته الاولية على محكمين من اختصاصات (علم النفس التربوي وطرائق التدريس والقياس والتقويم والتعلم الحركي)(ملحق 2)، وفي ضوء ذلك تم اعادة صياغة بعض الفقرات وحذف فقرتين من المقياس لعدم حصولها على اتفاق المحكمين، وبذلك تكون المقياس بصورته الاولية من (38 فقرة).

- صدق المقياس :

تم التوصل إليه من خلال عرض المقياس على عدد من المحكمين، إذ أن الاتفاق بين آرائهم يعد مؤشراً على هذا النوع من الصدق (عودة ، 1999 ، ص75)

- القوة التمييزية لفقرات مقياس مفهوم الذات الاكاديمي:

في ضوء الدرجة الكلية التي حصل عليها كل طالب من طلاب العينة الاستطلاعية ، وبالباغة (40) استمارة تم إجراء ما يأتي:

- 1- رتبت استمارات الطلاب ترتيباً تنازلياً من الأعلى إلى الأسفل.
  - 2- اختيرت (50%) من الاستمارات الحاصلة على أعلى الدرجات وتمثل هذه النسبة (20) طالباً للمجموعة العليا و(20) طالباً للمجموعة الدنيا .
  - 3- استخدم الاختبار التائي لمعرفة الفروق بين الأوساط الحسابية لدرجات المجموعتين العليا والدنيا ولكل فقرة من الفقرات.
  - 4- وبناء على ذلك فإن كل فقرة أظهرت فروقاً ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلاب للمجموعتين العليا والدنيا عند مستوى (0,05) عدها الباحث فقرة مميزة وبذلك حذفت فقرتين وأصبح المقياس مكون من (36 فقرة).
- الاتساق الداخلي لفقرات المقياس :

لاستخراج الاتساق الداخلي استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون لقياس درجة ارتباط كل فقرة مع الفقرات الكلية للمقياس وتراوحت قيم معاملات الارتباط المحسوبة بين (0,38-0,77) وعند مقارنة القيم المحسوبة مع القيمة الجدولية البالغة (0,25) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (38) ، لذا تم حذف فقرة واحدة لعدم مطابقتها للمواصفات، وبذلك أصبح المقياس بصيغته النهائية يتكون من (35) فقرة (الملحق 2).

- ثبات المقياس :

تم استخراج الثبات بطريقتين هما :طريقة الإعادة التي تقوم على تطبيق الاختبار على عينة مكونة من 30 طالباً من غير عينة الدراسة، وبعد مرور أسبوعين أُعيد تطبيقه على المجموعة نفسها، فبلغ معامل الثبات بطريقة الإعادة (0,88) أما الطريقة الثانية التي استخدمت لحساب الثبات فكانت عن طريق الاتساق الداخلي وعند حساب الاتساق الداخلي للمقياس كان (0,79) وبذلك تكون أداة الدراسة صادقة، وثابتة، وقابلة للتطبيق وفق غايات الدراسة الحالية.



2-5 تجربة البحث النهائية :

- أ- تم تدريس المجموعة التجريبية على وفق برنامج قائم على التعلم المنظم ذاتيا وكما حددها (Harris, K & Graham, 1996, p110) كالاتي:
- 1- تنشيط المعرفة السابقة المرتبطة بالمهارة المراد تعليمها: حيث يتم شرح المهارة للطلاب ليفكروا فيها ذاتيا ويقدموا مآلديهم من خبرات سابقة مرتبطة بمفهوم تلك المهارة وكتابة ما تعلموه من خلال ورقة العمل.
  - 2- المناقشة : عقد حلقات مناقشة بين الطلاب (4 طلاب لكل حلقة) لمناقشة كيفية تطبيق المهارة ومناقشة تفاصيل المهارة من حيث بنائها الظاهري.
  - 3- النمذجة : يقوم المدرس بأداء مجموعة من النماذج للمهارة المراد تعلمها .
  - 4- التذكر: يقوم الطالب بشكل فردي بتذكر كل ما هو مهم في تفاصيل المهارة المراد تعلمها.
  - 5- المساندة : يساند المدرس ويعزز ويتابع الطلاب اثناء ادائهم الواجبات الحركية الموجودة في ورقة العمل.
  - 6- الاداء المستقل : اداء الطالب للواجبات الحركية والتدريب على المهارة بشكل مستقل.
- ب- تم تدريس المجموعة الضابطة على وفق الاسلوب المتبع في التدريس، وكان الاسلوب المتبع من قبل مدرس المادة هو الاسلوب الامري حيث ان القرارات لمراحل العملية التدريسية تكون تابعة للمدرس.
- 2-6 الاختبارات البعدية :
- بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج تم اجراء الاختبارات البعدية للمهارات (الارسال المواجه من الاعلى- الضرب الساحق المواجه - حائط الصد) ، حيث تم اختبار المجموعتين التجريبية والضابطة بتاريخ (2015/2/17) ، كما تم اختبار المجموعتين لمقياس الوعي بالعمليات الحركية بتاريخ (2015/2/19) وبعد جمع البيانات وتفريغها في استمارات خاصة تم معالجتها احصائيا.
- 2-7 الوسائل الاحصائية :
- تم معالجة البيانات احصائيا باستخدام الحزمة الاحصائية spss

3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها :

3-1 عرض وتحليل ومناقشة الفروق بين الاختبارات القبلي والبعدي لمجموعتي البحث في اختبار مهارات (الارسال المواجه من الاعلى التنسي-الضرب الساحق المواجه-حائط الصد)

الجدول (2) يبين الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي في الاختبارات المهارية للمجموعة التجريبية

المعنوية	الاحتمالية Sig	Tالمحتسبة	البعدي		القبلي		المعالم الاحصائية الاختبارات
			ع±	س <sup>-</sup>	ع±	س <sup>-</sup>	
معنوي	0,008	6,70	1,07	17	1,14	12,4	اختبار دقة الارسال من الاعلى التنسي (درجة)
معنوي	0,000	13,26	0,82	11,45	1,04	8,45	اختبار دقة الضرب الساحق القطري (درجة)
معنوي	0,002	10,02	0,63	7,75	0,88	4,80	اختبار الاداء المتكرر لحائط الصد خلال 10 ثا(تكرار)

الجدول (3) يبين الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي في الاختبارات المهارية للمجموعة الضابطة

المعنوية	الاحتمالية Sig	Tالمحتسبة	البعدي		القبلي		المعالم الاحصائية الاختبارات
			ع±	س <sup>-</sup>	ع±	س <sup>-</sup>	
معنوي	0,001	4,41	1,08	14,30	1,38	12,30	اختبار دقة الارسال من الاعلى التنسي (درجة)
معنوي	0,001	7,901	1,14	10,50	1,11	8,60	اختبار دقة الضرب الساحق القطري (درجة)
معنوي	0,002	5,14	0,82	6,05	0,92	4,70	اختبار الاداء المتكرر لحائط الصد خلال 10 ثا(تكرار)

يبين كل من الجدولين (2) و(3) ان الفروق كانت معنوية بين الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعتين التجريبية والظابطة، اذ كانت قيم الاحتمالية اكبر من مستوى الدلالة (0,05)، وعند الرجوع الى الاوساط الحسابية يتضح ان الفرق لصالح الاختبارات البعديّة.

ويعزو الباحث اسباب هذه الفروق الى تأثير المنهجين التعليميين رغم اختلافهما، حيث ان المناهج التعليمية التي تسعى الى تحقيق اهدافها من خلال التعلم والممارسة تؤدي الى تحسن مستوى الاداء، كما ان الاساس من عملية التعلم للمهارات هو اكتساب المتعلم القدرات المهارية وذلك للوصول الى مستوى جيد لاداء المهارة في اثناء تطبيق المنهج، اذ تشير البحوث على ضرورة توفير التعليم الجيد لجميع الطلبة ويحقق جميع الطلبة نتائج معترفا بها ويمكن قياسها ولاسيما القدرات المهارية الاساسية، فعند تنفيذ المناهج بشكل فعال فان الاداء العام للطلاب يتحسن كثيرا، ومن ثم يمكن للطلاب ان يكتسبوا فائدة اضافية هو تطوير تعلم جديد عن كيفية تعلم المهارات

(محمد محمود الحيلة ، ومحمد العزاوي ، 1999 ، ص64)

كما ان لاستراتيجيات وطرائق واساليب التدريس دور فعال ومؤثر في العملية التعليمية للمناهج المراد تطبيقها، وتختلف باختلاف خصوصيتها، اذ يشير (لطي، 1972) ان لطرائق التدريس واساليبه أهمية بالغة في العملية التعليمية ، وانها تؤثر في سرعة التعلم وعلى درجة الاشباع في التعلم . كما ان التكيف الصحيح لطرائق واساليب واستراتيجيات التدريس تعتمد على التفهم السليم للعوامل والمبادئ التي لها صلة بالموضوع لكي تثبت اثرها وقيمتها في مواقف تعليمية معينة. (عبد الفتاح لطفي ، 1972 ، ص 466)

2-3 عرض وتحليل ومناقشة الفروق في الاختبارات البعدية لمهارات (الارسال المواجه من الاعلى التنسي-الضرب الساحق المواجه-حائط الصد) بين المجموعتين التجريبية والظابطة.

(الجدول 4) يبين الفروق في الاختبار البعدي بين المجموعتين الجريبية والظابطة في الاختبارات المهارية

المعنوية	الاحتمالية Sig	T المحتسبة	الظابطة		التجريبية		المعالم الاحصائية الاختبارات
			±ع	س-	±ع	س-	
معنوي	0,000	7,97	1,08	14,30	1,07	17	اختبار دقة الارسال من الاعلى التنسي (درجة)
معنوي	0,004	3,006	1,14	10,50	0,82	11,45	اختبار دقة الضرب الساحق القطري (درجة)
معنوي	0,001	7,28	0,82	6,05	0,63	7,75	اختبار الاداء المتكرر لحائط الصد خلال 10 ثا(تكرار)

يبين الجدول(4) ان الفروق معنوية بين المجموعتين التجريبية التي درست على وفق التعلم المنظم ذاتيا والمجموعة الظابطة التي درست على وفق الاسلوب المتبع في الاختبارات البعدية لمهارات (الارسال المواجه من الاعلى التنسي-الضرب الساحق المواجه-حائط الصد)، اذ بلغت قيمة الاحتمالية وعلى التوالي (0,000 - 0,004 - 0,001) وهي اصغر من مستوى الدلالة (0,05) وعند الرجوع الى الاوساط الحسابية يتضح ان الفرق لصالح المجموعة التجريبية. وسبب ظهور هذه النتيجة هو ما توصل اليه الطلاب وكل حسب قدراته وامكاناته من تفاصيل لاجزاء المهارة من خلال تطبيقهم لاسراتيجية التعلم المنظم ذاتيا، حيث ان المنهج المرسوم على وفق هذه الاستراتيجية زاد من تعدد المثيرات في تعلم المهارات وكيفية التعامل معها وحسب خطواتها، كما ان استعمال الطلبة للعديد من الاستراتيجيات التي تفعل العلاقة للمعرفة والمهارة الجديدة بما يسهم في تحقيق الاهداف الاكاديمية، كما ان استراتيجية التعلم المنظم ذاتيا تسهم في اثاره التساؤلات من قبل الطلاب حول كيفية اداء المهارة والتعرف على تفاصيلها بالاضافة الى التغذية الراجعة التي يتلقاها من المدرس بكونه المساند لهم في اثناء تطبيق الاستراتيجية، حيث تشري (ريم، 2003) ان المتعلمين المنظمين ذاتيا استراتيجيون ، فهم يستخدمون العديد من الاستراتيجيات التعليمية ويفهمون اثارها ويمتلكون رصيذا منها من خلال التخطيط والمراقبة. (ريم ميهوب سليمان ، 2003)

ويؤكد ( missildine,2004 ) على ان التعلم المنظم ذاتيا يحدد التفاعل بين العمليات الشخصية والبيئية لتحقيق اهداف معينة، ويهدف الى تقديم وصف لسبب وكيفية اختبار العمليات المنظمة ذاتيا وكذلك بناء الاستجابات نتيجة استخدام استراتيجيات معينة ويهتم بالتركيز على ما يدفع المتعلمين لاستخدام التنظيم الذاتي وتحديد العمليات التي يستخدموها لتحقيق الوعي والادراك وتحقيق المهام والاهداف التعليمية (Missildine, M , 2004)

3-3 عرض وتحليل ومناقشة الفروق في الاختبار البعدي مقياس الوعي بالعمليات الحركية بين المجموعتين التجريبية والظابطة.

الجدول (5) يبين الفروق في الاختبار البعدي بين المجموعتين الجريبية والظابطة في مقياس الوعي بالعمليات الحركية

المعنى	الاحتمالية Sig	T المحتسبة	الظابطة		التجريبية		المعالم الاحصائية
			±ع	س-	±ع	س-	
معنوي	0,000	4,392	3,95	129,15	10,152	139,85	الوعي بالعمليات الحركية

اظهرت نتائج الجدول(5) الى وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعة التجريبية التي درست على وفق التعلم المنظم ذاتيا والمجموعة الظابطة التي درست على وفق الاسلوب المتبع في مستوى الوعي بالعمليات الحركية ، حيث بلغت قيمة الاحتمالية(0,000) وهي اصغر من مستوى الدلالة(0,05) وعند الرجوع الى الاوساط الحسابية يتضح ان الفرق لصالح المجموعة التجريبية التي درست على وفق التعلم المنظم ذاتيا. ويعزو الباحث سبب ظهور الفروق لصالح المجموعة التجريبية في قياس الوعي بالعمليات الحركية هو المواقف المختلفة التي يمر بها الطالب في استراتيجيات (التعلم المنظم ذاتيا) وذلك من اجل الوصول الى النجاح في الاداء، اذ ان الاداء الجيد واكتشاف الخطوات الصحيحة لأداء المهارة يمكن المتعلم من تقديم المساعدة والملاحظة والتغذية الراجعة المناسبة للأداء في مرحلتي (التذكر - والمساندة) والتي تتبع مرحلة (النمذجة) اذ تعمل على تخفيف التوتر في اثناء التعلم وذلك لسبب المشاركة الفاعلة للطالب والتعرف على تفاصيل المهارة الحركية ، ويجب على المدرس اعتماد استراتيجيات للتدريس تثير الدافعية لدى المتعلم، "من خلال تشجيع المتعلمين للمشاركة وتقديم المعرفة في صورة قابلة للاستخدام لكي يتمكن المتعلم من تطبيقها وتعدد المواقف التعليمية وتهيئة فرص مناسبة للمتعلمين وتحفيز المتعلمين على بذل الجهد للتغلب عليها ،كلها تساعد على زيادة الوعي بالمهارات الحركية في اثناء التعلم" (محمد خليفة عبد اللطيف ، 2001 ، ص139-140)

كما ان الاستراتيجيات الجديدة في التعلم تعمل على زيادة الوعي لدى المتعلم بما يتعلمه ، كما تساعده في قدرته على التحكم وضبط التعلم لديه، وإدراكه كيفية العمل بها، حيث أنها تضع المتعلم أمام مسؤولياته التي تتطلب الانجاز مما يزيد من دافعيته، كما إن تفكيره في كيفية انجازه المهمة يساعده على أن يقوم نفسه بنفسه، وان يعيد تنظيم ذاته ومن ثم يثق بنفسه، وقد خُص بعض التربيين إلى أن الاستراتيجيات التدريسية الحديثة تحسّن من مستوى التحصيل للطالب بفضل تحسين كل من إدارة الذات وإدارة الوقت وإدارة التوتر وتحسين مهارات الاستماع والاستيعاب، وتدوين الملاحظات وزيادة الدافعية (محمود ظاهر الوهر ومحمد مصطفى ابو عليا ، 1999 ، ص185-217)

4- الاستنتاجات والتوصيات :

4-1 الاستنتاجات :

1- تباين تأثير كل من برنامج التعلم المنظم ذاتيا والاسلوب المتبع في تعلم مهارات الارسال الموجه من الاعلى التنسي والضرب الساحق المواجه، وحائط الصد.

2- تفوق المجموعة التجريبية التي درست على وفق استراتيجية التعلم المنظم ذاتيا على المجموعة الضابطة التي درست على وفق الاسلوب المتبع في تعلم مهارات الارسال الموجه من الاعلى التنسي والضرب الساحق المواجه وحائط الصد.

3- الوعي بالعمليات الحركية لدى المجموعة التجريبية التي درست على وفق استراتيجية التعلم المنظم ذاتيا كان افضل من المجموعة الضابطة التي درست على وفق الاسلوب المتبع.

4-2 التوصيات :

1- الاهتمام باستراتيجية التعلم المنظم ذاتيا كاستراتيجية ملائمة في الوحدات التعليمية في الجامعات بما يزيد من استقلالية الطلبة وتنشيطهم واطهار المبدعين.

2- التاكيد على استعمال استراتيجية التعلم المنظم ذاتيا في تعلم المهارات الحركية المختلفة للالعاب الرياضية جماعية كانت ام فردية.

3- الاهتمام بقياس الوعي بالعمليات الحركية لمختلف الالعاب الرياضية لغرض الوقوف على مدى تفهم الطلبة للمهارات الحركية التي تعلموها.

المصادر

- ريم ميهوب سليمان(2003) : اثر برنامج لتعلم مهارات التنظيم الذاتي على الاداء الاكاديمي لدي عينة من طلاب الجامعة، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة طنطا ، جمهورية مصر العربية.
- عبد الفتاح لطفي ، طرائق تدريس التربية الرياضية والتعلم الحركي ، الإسكندرية : دار الكتب الجامعية ، 1972
- عبد الرحمن بن بركة : ( 2007 ) العلاقة بين الوعي بالعمليات المعرفية ودافع الانجاز الدراسي لدى طلبة المدارس العليا للأساتذة ، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة الجزائر
- عبدالله القلي ؛ نحو نموذج عملي لتدريس العمليات المعرفية العليا(التحليل- التركيب- التقييم) ، اطروحة دكتوراه غير منشورة،(جامعة الجزائر، قسم علم النفس وعلوم التربية، 2004 )
- عصام نجيب الفقهاء ؛ انماط تعلم طلبة المدارس الثانوية التابعة لمديرية عمان الثانية في الاردنوعلاقتها بمتغيرات الجنس ومستوى التحصيل الدراسي ودخل الاسرة، دراسات العلوم التربوية، الجامعة الاردنية ، المجلد 29 ، العدد1: 2002
- عزيز حنا داود و أنور حسين ؛ مناهج البحث التربوي: دار الحكمة للطباعة والنشر، جامعة بغداد1990
- محمد خليفة عبد اللطيف، الدافعية والتعلم، دار غريب للطباعة والنشر ، القاهرة ، مصر، 2001
- محمود طاهر الوهر ومحمد مصطفى ابو عليا؛مستوى امتلاك الطالب لمعارف ما وراء المعرفة في مجال الاعداد للامتحانات وأدائها وعلاقته بجنسهم وتحصيلهم ومستوى دراستهم، مجلة كلية التربية/جامعة الامارات، السنة14، العدد16، 1999
- محمد محمود الحيلة ، ومحمد العزاوي : التصميم التعليمي (نظرية وممارسة)،ط1 : عمان، دار المسيرة للنشر ،
- Hars,K & Graham(1996):Making the writing process work:trategies for composition and self regulation,Maryland:brookline book
- Missildine, M (2004): The relations Between Self Regulated Learning, Motivation, Anxiety, Attributions, Student Factors and Mathematics Performance among fifth and sixth grade learners, A dissertation submitted to requirement for Doctor.
- Papaleontiou-Louca,E; The Concept and Instruction of Met cognition/(Teacher Development , Volume 7, Number1, 2003
- Zimmerman, B& Kitsantas, A (1997): Developmental Phases in self regulation: shifting from Process goals to outcome goals, Journal of educational psychology, Vol. 89, No. 1,

الملحق (1) اسماء الخبراء والمتخصصين

- 1- أ.د. حامد مصطفى حمد / جامعة صلاح الدين/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- طرائق تدريس
- 2- أ.د. فداء اكرم سليم / جامعة صلاح الدين/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - طرائق تدريس
- 3- أ.د. عزيمة عباس / جامعة صلاح الدين/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - علم النفس الرياضي
- 4- أ.د. حسين سعدي ابراهيم / جامعة صلاح الدين/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - طرائق تدريس
- 5- أ.د. ازاد حسن قادر / جامعة صلاح الدين/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - التعلم الحركي
- 6- أ.م.د. مهى صبري حسن / جامعة صلاح الدين/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - طرائق تدريس
- 7- أ.م.د. سعيد نزار سعيد / جامعة صلاح الدين/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - علم النفس الرياضي
- 8- أ.م.د. بسيم عيسى يونس / جامعة صلاح الدين/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - التعلم الحركي
- 9- م.د. فرهاد علي مصطفى / جامعة صلاح الدين/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - طرائق تدريس



الملحق (2) مقياس الوعي بالعمليات الحركية بصيغته النهائية

ت	العبارات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
1-	استطيع تحديد الجزء المهم للمهارة التي اتعلمها.					
2-	أضع خطة أسير عليها في تعلم كل مهارة حركية جديدة.					
3-	أشرح اجزاء المهارة الحركية التي اتقنها لغيري من الطلبة.					
4-	أجد صعوبة في استخدام ما اتعلمه من الحركات الجديدة لفهمها.					
5-	أتساءل أثناء اداء أي مهارة حركية: هل استراتيجية التعلم التي اتبعها مناسبة فعلا؟					
6-	أتوقف أثناء دراسة أي مهارة حركية لأتأمل فيما تحويه من اجزاء مهمة.					
7-	أحدد النشاطات التي سأقوم بها قبل الشروع في اداء أي مهارة حركية.					
8-	قبل ادائي للمهارة ارسم تفاصيلها ذهنيا ثم الشروع بتطبيقها.					
9-	في أثناء الاستعداد للاختبار استطيع تذكر الاجزاء المهمة للمهارة.					
10-	أحدد أخطائي بعد الاختبار لكي أتفادها لاحقا.					
11-	أفضل المهارات الحركية السهلة لكي لا أرهق نفسي بالتفكير باجزائها .					
12-	أستعد لدراسة تفاصيل المهارة الصعبة بقراءة الكتب والمراجع حولها.					
13-	أفضل تطبيق المهارة كاملة كما هي دون الخوض في تفاصيلها.					
14-	عندما تواجهني صعوبة في تطبيق اي مهارة حركية انتقل إلى مهارة سهلة أخرى.					
15-	اعتقد إن كل مهارة حركية جديدة أتعلمها تثري رصيدي الحركي.					
16-	اطبق المهارة التي اتعلمها دون تنظيم أو تخطيط مسبق.					
17-	أربط المعلومات التي ادرسها حول المهارة الحركية بالمعلومات السابقة .					
18-	أكتفي بالمهارة الرئيسة الذي يتطرق إليها المدرس.					
19-	أميل إلى دراسة المهارة الصعبة التي فيها تحدي لقدراتي الحركية.					
20-	أحضّر المواضيع الدراسية حول المهارة قبل أن يتطرق لها المدرس.					
21-	لا أقتنع بالفهم الشخصي للمهارة المدروسة بل استعين بالمراجع لأتحقق من الفهم الصحيح					

					22- أتساءل بعد التأكد من صحة تطبيقي للمهارة الحركية: هل أستطيع اداء المهارة الاصعب؟
					23- يرجع إلي زملائي عند اختلافهم حول صحة تطبيق المهارة.
					24- بعد الانتهاء من تطبيقي للمهارة الحركية أسجل ماتم انجازه وأحدد ما بقي علي انجازه لاحقا.
					25- عند دراسة مهارة جديدة أفكر في مواقف اصعب لتطبيقها.
					26- في أثناء التطبيق أحاور نفسي عن الخطوات التي اتبعتها في الوصول إلى الموقف الصحيح لاداء المهارة.
					27- أقارن بين ادائي واداء زملائي المتفوقين لأكتشف أخطائي خلال تطبيق المهارات الحركية.
					28- أفكر في استخدام أكثر من موقف لاداء المهارة.
					29- عند دراسة أي مهارة حركية أبحث عن الفكرة العامة دون الخوض في التفاصيل.
					30- اعتقد إن المهارة التي يقدمها المدرس كافية ولا داعي للاستعانة بمراجع أخرى.
					31- بعد اداء اي مهارة ألجأ إلى وسائل مختلفة للتأكد من صحة تطبيقي.
					32- انجازي قليل جدا مقارنة بالوقت الذي اقضيه في تعلم المهارات الحركية.
					33- لا أستطيع تحديد الأجزاء الرئيسية والهامة للمهارة الحركية المدروسة.
					34- أثناء المراجعة أختبر نفسي بتطبيق نماذج مختلفة للمهارة الحركية التي تعلمتها.
					35- عندما تواجهني أية صعوبة في تطبيق المهارة الحركية أطلب المساعدة من زملائي.

الملحق (3) وحدة تعليمية على وفق اسلوب التعلم المنظم ذاتيا

العام الدراسي	2015-2014	الوقت	د.90
السنة الدراسية	الثانية	عدد الطلاب	20
أقسام الدرس	الأدوات	إجراءات الدرس التنفيذية	
1- القسم الاعدادي	15 د	- تهيئة الأدوات وإجراء عمليات الإحماء العام ثم الخاص والتركيز على صفة المرونة لمفاصل الجسم وخاصة المرتبطة بالمهارة.	
2- الرئيسي	70 د	- شرح مهارة الارسال التنسي وعرض نموذج على الطلاب .	
أ- التعليمي	15 د		
ب - التطبيقي		- تتضمن خطوات اداء المهارة و التمارين الخاصة مع توضيح كيفية العمل على وفق (التعلم المنظم ذاتيا)	
	5 د	- تشكيل مجموعات مكونة من (4) طلاب لمناقشة اهم خطوات تنفيذ مهارة الارسال التنسي .	
		العمل بشكل فردي واداء مهارة الارسال المواجه من الاعلى التنسي من خلال اداء التمارين المثبتة في ورقة العمل	
تمرين 1	5 د	- التدريب على كيفية رمي الكرة الى الاعلى وتكون قريبة من اليد الضاربة مع مرجحة الذراع وتقوس الجذع.	
تمرين 2	7 د	- اداء الارسال المواجه من الاعلى التنسي على الحائط من مسافة 4 متر مع التأكيد على حركة تحويط الكرة باليد.	
تمرين 3	8 د	- اداء الارسال التنسي من فوق الشبكة من على مسافة 6 متر .	
تمرين 4	10 د	- اداء الارسال التنسي من منطقة الارسال القانونية الى الملعب المقابل.	
تمرين 5	10 د	- اداء الارسال التنسي الى المنطقة المحددة من قبل المدرس(دقة التوجيه) مع التركيز على الادراء الفني.	
التقويم	10 د	- تقويم اداء الطلاب لأداء المهارة	
3- الختامي	5 د	- تمارين تهدئة وإعادة الأدوات ثم الانصراف .	