اثر استخدام التعلم الذاتي على تعلم بعض المهارات الحركية
الأساسية الهجومية في كرة اليد لطلاب معهد التربية البدنية
والرياضية جامعة مستغانم

دكتور

زيتوني عبد القادر

أثر استخدام التعلم الذاتي على تعلم بعض المهارات الحركية الأساسية الهجومية في كرة اليد
طلّاب معهد التربية البدنية والرياضية جامعة مستغانم .

* / زيتوني عبد القادر

مقدمة البحث :

يعد التطور المعرفي من أهم سمات العصر فقد تزايدت و تنوعت المعرفة و تضاعف حجمها في السنوات الأخيرة، و تولد عن ذلك ظهور مجالات و فروع جديدة للعلوم و تزايدت النواحي الفكرية التي تتناول الظواهر و المشكلات ، فأتسع مجال المعرفة و تغير بناؤها، و يمكن القول أن هناك صفتين أساسيتين لهذا التطور المعرفي أولهما تتمثل في سرعة هذا النمو و تعدد مجالاته، و الأخرى تتمثل في قدرة الإنسان على استخدام هذه المعرفة في تطوير أساليب الحياة و وسائلها (١٦:٥)، و يرى عبد المجيد أحمد (١٩٧٥) (١٠) أن من أبرز ملامح هذا القرن التقدم السريع في المجالات المختلفة بدرجات تختلف من مجال إلى آخر حيث أن بعض مجالات العلوم لانسانية بصفة عامة و مجال طرائق التعليم بصفة خاصة لم يستفيد بعد من هذا التقدم التكنولوجي.

ويذهب التطور دورا هاما في مجال التعليم والتدريب، حيث أمدّها بالآدوات و الوسائل الحديثة و التي ينظر إليها بأنها ذات تأثير إيجابي في عملية التعلم لأنها تعمل على سرعة و سهولة و تنظيم نقل المعلومات مما يقلل الجهد و ويرفع التحصيل (٣٦:٧) ، ويشير أنور بدر العابد (١٩٨٤) عن ألفين توفلر (Alfen Tofler) إلى أن التقدم التكنولوجي في العصر الحديث لابد من مواجهته بالتغيير الذي هو العملية التي يحتاجها مستقبل حياتنا ويتوجب أن ننظر إلى التغيير عن كسب لا مجرد نظرة تاريخية عابرة فالأحداث العلمية أو التقنية أو الإنسانية المجتمعية تتوالى بسرعة و لا تترك للناظر أو الباحث مجالاً لأي توقف أو إهمال (٥٢:٣)، فإن عملية التعلم و التعليم قد نالت اهتماما و مساندة من ذوي الخبرات في هذا المجال و ما جرى في السنوات الأخيرة من اهتمام بقضية التعلم الذاتي في الأوساط العلمية يؤكد على ضرورة الاهتمام بدراسة هذه المشكلة .

مشكلة البحث :

يرى الباحث أن اختيار طريقة التعليم مهمة صعبة تعتمد على عناصر من أهمها الهدف من السدرس ، البيئة التعليمية، نوع المتعلم، نوع المهارات ، المستوى المعرفي للمتعلم ، الإمكانيات و غير ذلك مما يفرض اختيار طريقة معينة .

ويرى صفوت حسنين (١٩٨٨) أن طريقة التعليم لإعداد المتعلمين أصبحت هي الطريقة السائدة في مدارسنا ، و تبع ذلك بالضرورة زيادة تباين في الفروق الفردية بين المتعلمين في الفصل الواحد و لم يعد المعلم قادراً على الاهتمام بكل متعلم من متعلمين في الفصل مهما كان مخلصاً في عمله نظراً لأن طريقة التعليم المتبعة لم تعد مناسبة لمواجهة المشكلات و المعوقات التي تفجرت خلال هذا العصر الذي نعيشه و من هنا دعت الحاجة الماسة إلى تطوير طرائق التعليم و رفع مستوى التعلم و الاهتمام بالمتعلم الذي يعد محور العملية التعليمية العلمية علسى إبراز طاقته الفكرية والإبداعية و مشاركته الجديدة في تحصيل العلوم (٥٥:٠٦) ، و يوضح ولبر شرام (١٩٦٦) أن نجاح الواجب الحركي يعتمد على مستوى الصفات البدنية و أضاف أن التعليم المبرمج وسيط يمكن المتعلم من أن يعلم نفسه بنفسه بواسطة برنامج يسمح بتقسيم المعلومات و ترتيبها ترتيباً منطقياً و سلوكياً بحيث يستجيب لها المتعلم تدريجياً و يتأكد من صدق إستجابته حتى يصل في النهاية إلى السلوك المرغوب (٧:٢٤)، هذا و قد انفسق

* أستاذ مساعد مكلف بالدروس معهد التربية البدنية و الرياضية جامعة مستغانم الجزائر

كل من أحمد حمد منصور (١٩٨٣) وحسين الطوبجي (١٩٩٤) على أن التعليم المبرمج هو أحد وسائل التعلم الذاتي، فالتعليم المبرمج يعني عرض المادة العلمية في صورة كتيب مبرمج يتألف من مجموعة من الأطر ويتكون كل إطار من خطوات صغيرة تبدأ من المهام السهلة نسبياً وتدرج في صعوبتها، وفيها يتمكن المتعلم من اكتشاف أخطائه وتصحيحها أولاً بأول و بالتالي تعزز استجابته الصحيحة (٣١:١)، (٢٦٢:٦). ويشير عبد العظيم الفرجاني (١٩٨٥) إلى أن التعليم المبرمج تعلم فردي يقوم على التحكم في ترتيب المهارات ، والخبرات التعليمية في برنامج يعد للمتعلم ، وعليه فإن العبء الأكبر يقع على المعلم في إعداد البرنامج، والكتيب المبرمج، أما عبء التنفيذ فيقع على المتعلم وكيفية تنفيذه لهذا الكتيب المبرمج ويحصل المتعلم على معارفه من سياق البرنامج، والمتعلم يعتبر أحسن مصدر للمعلومات عن نفسه وعلى المعلم أن يصمت حتى يستجيب المتعلم، ثم عندئذ يقدم له المعلم حاجاته من الوسائل والمساعدات الأخرى (٩:٦٢)، وقد أوضح عصام الدين عبد الله و بسدي عبدالمعال بدوي (٢٠٠٦) أن التعليم المبرمج يعد أحد الأساليب التي تساعد في التعليم للأعداد الكبيرة التي يمكن أن تقابل ما بين الأفراد من فروق الفردية (١٢:٦٢) .

ويرى الباحث أن استخدام طريقة التعليم المبرمج كأحدى طرائق التعلم الذاتي لتعليم المهارات الأساسية لكرة اليد قد تسهم في علاج وحل بعض المشاكل التي تواجه طرق التعلم في مجال التربية البدنية والرياضية، وقد لاحظ الباحث من خلال عمله كمدرس لكرة اليد بمعهد التربية البدنية والرياضية بجامعة مستغانم بالجزائر أن تدريس الأنشطة البدنية والرياضية المختلفة يعتمد أساساً على طريقة التلقين حيث يقوم المعلم بالشرح ثم عرض نموذج للمهارة دون مشاركة فعلية من جانب المتعلم في الموقف التعليمي، الأمر الذي يجعل المتعلم لا يجد الاهتمام الكافي بأدائه الفردي ولكن يكون اهتمام المعلم منصب على المجموعة دون مراعاته للفروق الفردية، وهذه الطريقة وإن كان لها مزايا إلا أنها لا تحترم ذاتية المتعلم بالدرجة التي تمكنه من إبراز شخصيته من خلال معاملة المعلم له معاملة فردية تبعاً لميوله واتجاهاته وقدراته، وقد لاحظ الباحث من خلال قيامه بأعمال التعليم بالمعهد أن نسبة كبيرة من الطلاب يفتقرون إلى الأداء الجيد لبعض المهارات الأساسية وهذا الأمر وإن دل على شيء فإنه يدل على أن عملية التعلم لا تسير في طريقها بنجاح باستمرار . الأمر الذي أرجعه الباحث إلى استخدام طريقة التعليم التي تقوم على الشرح وعرض النموذج التي لا تتناسب مع المتعلمين أو نوعية المهارة ولا يساعد على ارتفاع مستوى الأداء، وقد حظيت مشكلة التعلم الحركي للمهارات الحركية الأساسية في مختلف الأنشطة البدنية والرياضية باهتمام كبير من الباحثين في مجال التربية البدنية والرياضية، وقد أجريت العديد من الدراسات السابقة التي تتعلق بفاعلية التعليم المبرمج باستخدام الكتيب المبرمج كدراسة عنايسات عبد الفتاح (١٩٨٠) (١٧)، إيزيس سامي (١٩٨٨) (٤)، ملكة رفاعي (١٩٩٣) (٣١) وقد أظهرت نتائج هذه الدراسات أن التعلم الذاتي باستخدام التعليم المبرمج أفضل إذا ما قورن بالطريقة التقليدية في التعلم.

وبناء على ذلك فقد رأى الباحث أن يقوم بدراسة تستخدم فيها طريقة التعلم الذاتي، باعتبارها أحد الطرائق التي قد يكون لها تأثير في علاج مشكلة صعوبات التحصيل لدى طلاب معهد التربية البدنية والرياضية بجامعة مستغانم وقد اختار الباحث بعض المهارات الحركية الأساسية الهجومية في كرة اليد لتطبيق الدراسة عليها نظراً لأنها المهارات التي تدرس لطلبة المعهد بالطريقة التقليدية ورغباً من الباحث في إيجاد وسيلة تعليمية تساعد على رفع مستوى الطلاب من الناحية التعليمية هذا ما دفع الباحث لإجراء هذه الدراسة وذلك من خلال استخدام التعلم الذاتي ومعرفة أثره على تعلم بعض المهارات الحركية الأساسية الهجومية في كرة اليد لطلبة معهد التربية البدنية والرياضية بجامعة مستغانم بالجزائر مما قد يكون له لأثر في الإرتقاء بتعليم المهارات الأساسية في مجال رياضة كرة اليد .

أهمية البحث :

يفيد هذا البحث مدربي و أساتذة كرة اليد في التعرف على:

- الأسس التي يستند إليها التعلم الذاتي من حيث كيفية توجيه الطلبة المبتدئين و الإشراف عليهم مما قد يساعد الطالب المبتدئ على تعلم بعض المهارات الحركية الأساسية الهجومية الخاصة بكرة اليد، بنجاح.
- تزويد الأستاذة و المكتبة بكتيب مزود بصور توضح التسلسل الحركي للمهارات الحركية الأساسية الهجومية في كرة اليد.
- يحاول هذا البحث أن يتعرف على مدى الفائدة من استخدام أسلوب التعلم الذاتي في تعلم بعض المهارات الحركية الأساسية الهجومية في كرة اليد.

أهداف البحث :

يهدف هذا البحث إلى:

١. تصميم كتيب مرمج مصور لتعلم بعض المهارات الأساسية الهجومية في كرة اليد كأسلوب من أساليب التعلم الذاتي.
٢. التعرف على أثر التعلم الذاتي باستخدام طريقة الكتيب المرمج على تعلم بعض المهارات الحركية الأساسية الهجومية في كرة اليد.
٣. التعرف على أثر التعلم بطريقة الشرح التوضيحي على تعلم بعض المهارات الحركية الأساسية الهجومية في كرة اليد.

- شروط البحث :

١. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات القبليّة و البعدية للمجموعة الضابطة (الطريقة التقليدية) لصالح القياس البعدي في تعلم بعض المهارات الحركية الأساسية الهجومية في كرة اليد.
٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات القبليّة و البعدية للمجموعة التجريبية (التعلم الذاتي) لصالح القياس البعدي في تعلم بعض المهارات الحركية الأساسية الهجومية في كرة اليد.
٣. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القياسات البعدية بين المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة لصالح المجموعة التجريبية في القياس البعدي في تعلم بعض المهارات الحركية الأساسية الهجومية في كرة اليد.

المصطلحات المستخدمة :

التعلم التقليدي:

هو التعليم الذي يقوم فيه المدرب بشرح و عرض المهارة للمبتدئين و أداء نموذج لها و التدريب عليها.

التعلم الذاتي:

هو أسلوب التعلم الذي يستخدم فيه المتعلم من تلقاء نفسه الكتب أو الأدوات التعليمية أو غيرها من الوسائل، و يختار بنفسه نوع مدة دراسته، ويتقدم فيها وفقاً لمقدرته بدون مساعدة المعلم. (١٩٠٢)

البرنامج الخططي:

هو نوع من برامج التعلم الذاتي التي يسر فيها المتعلمين من إطار إلى آخر بالترتيب نفسه ، ولكن كل متعلم يعمل حسب سرعته الذاتية. (١٩٠٢)

المهارة الحركية:

هي الحركة التي تعطي للمشاهد الانطباع على نوعية اللعبة وعلى نوعية إعداد و يعرفها (عصام عبد الخالق) إنها الأداء الحركي الإرادي الثابت المتميز بالتحكم و الدقة و الاقتصاد في الجهد و سرعة الاستجابة للمواقف المتغيرة لإنجاز أفضل النماذج. (١٦٧:١٦) والمهارة متعلقة بالدرجة الأولى على قدرة الإنسان على التوافق حيث

يقول (وجية محبوب) "أن أي مهارة تتجه إلى اختزال عدد كبير من العضلات وتبقى العضلات العاملة فقط لتنظيم الحركة ذاتياً".

الإطار:

هو الوحدة الأساسية التي يتركب منها البرنامج وقد تنمها خطوة و تنظم تلك الخطوات في قليل منطقي بحيث تترابط المعلومات فيما بينها وتسمح للمتعلم بالتقدم بحيث لا ينتقل إلى خطوة إلا إذا توجب الخطوات السابقة. (١٤:٦)

الدراسات السابقة:

قام الباحث بعمل مسح شامل للبحوث والدراسات التي تمت في مجال التربية البدنية و الرياضية و التي لها صلة وثيقة بموضوع البحث، و ذلك في العديد من المصادر المختلفة و المتصلة في رسائل الماجستير و الدكتوراه و أيضا في المجلات و الدوريات العلمية، و أيضا المؤتمرات العلمية، هذا بالإضافة إلى مستخلصات الدراسات الدولية.

١- دراسة: عبات عبد الفتاح ١٩٨٠ استهدفت كيفية استخدام التعليم المبرمج لتدريس المهارات العملية في مسابقة دفع الجلة- في المواقف التعليمية بكليات التربية الرياضية، و استخدمت المنهج التجريبي على عينة قوامها ٦٠ طالب منطلاب الصف الأول بكلية التربية الرياضية للبنين بالاسكندرية، بتصميم مجموعتين إحداهما تجريبية و الأخرى ضابطة. و من أهم النتائج: صلاحية التعليم المبرمج في تعليم مهارة دفع الجلة، كفاءة الوحدة المبرجة أفضل من كفاءة الطريقة التقليدية نظريا و عمليا. (١٧)

٢- دراسة: علي حسنين محمد حسب الله ١٩٨٢م استهدفت التعرف على تأثير التعليم الذاتي في تعلم مهارات برامج الألعاب في المرحلة الإعدادية، و استخدم الباحث المنهج التجريبي، على عينة قوامها ١٢٠ طالب تم تقسيمهم إلى ثلاث مجموعات اثنتين تجريبية و واحدة ضابطة قوام كل منهما ٤٠ طالب، و من أدوات البحث: الاختبارات البدنية و مهارية و برنامج التعلم الذاتي، و من أهم النتائج: تفوق طريقة التعليم الذاتي باستخدام الكتاب المبرمج عن الطريقة التقليدية في تعلم تلاميذ عينة البحث في تعلم المهارات الحركية للألعاب الجماعية (قدم، سلة، طائرة، يد). (١٥)

٣- دراسة: علي عبد المنعم البنا بدراسة استهدفت تأثير التعليم المبرمج في تعليم مهارة القفزة الداخلية المتكررة على حصان القفز، و استخدم الباحث المنهج التجريبي، على عينة قوامها ٤٠ طالب، تم تقسيمهم إلى ثلاث مجموعات، الأولى ١٦، و الثانية ١٥، و الثالثة ١٤ طالبا، و من أدوات البحث: الاختبارات البدنية و المهارية بالإضافة إلى برنامج التعليم المبرمج، و من أهم النتائج: تفوق المجموعة التجريبية التي طبق عليها التعليم المبرمج في تعليم المهارة قيد الدراسة و مزجها بالطريقة التقليدية. طريقة التعليم المبرمج وحدها لا تكفي اكتساب المهارة قيد الدراسة. الطريقة التقليدية وحدها لا تكفي اكتساب المهارة. (١٦)

الدراسات الأجنبية:

١- دراسة: ليو لاند "Litherland" ١٩٨٠ استهدفت التعرف على أثر التعليم الذاتي مع استخدام الوسائل السمعية المعينة في تعلم الرقص الشعبي و الحداثي استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين إحداهما تجريبية و الأخرى ضابطة على عينة قوامها ٣٤ طالبة من طالبات الجامعات، و كانت من أهم النتائج: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين في درجات الأداء و زمن التعلم. (٢٨).

قامت شارون Sharon ١٩٨١ بدراسة استهدفت التعرف على أثر البرامج الجديدة المصممة طبقا لأسلوب التعليم الذاتي، استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين إحداهما تجريبية و الأخرى ضابطة، و بلغت عينة البحث ٨٠ طالبا من طلاب المعلمين. من أهم النتائج: تفوق المجموعة التجريبية التعليم الذاتي على مجموعة الضابطة (التعليم التقليدي). (٢٩)

٤- دراسة : دنيس لاندن و أميلسالي و كاثارين Dennis Landin Amella.M.Lee (1986)
استهدفت هذه الدراسة مقارنة التعليم المبرمج بالتعليم الجماعي في تعلم المهارات الحركية المتحركة، و استخدمت في هذه الدراسة المنهج التجريبي، و قد بلغت عينة الدراسة (٢٤) تلميذ و تم تقسيمهم الى مجموعتين متساويتين احدهما تجريبية و الأخرى ضابطة، و تم استعمال الطريقة الخطية، و من أهم النتائج تفوق التعليم المبرمج على الطريقة التقليدية، في التركيز، عدم وجود فروق بين طريقة التعليم المبرمج و الطريقة التقليدية على تعلم المهارات الأساسية في التنس (٢٧).

إجراءات البحث:

- منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية و الأخرى ضابطة وذلك بطريقة القياس القبلي و القياس البعدي للمجموعتين .

- مجتمع البحث:

طلاب السنة الأولى بمعهد التربية البدنية و الرياضية و البالغ عددهم ٢٥٠ طالب حسب إحصائيات

٢٠٠٦م.

عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من طلاب معهد التربية البدنية و الرياضية بجامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم (الجزائر) المسجلين لدراسة مادة كرة اليد في السداسي الأول للعام الجامعي ٢٠٠٦/٢٠٠٧ (طلاب السنة الأولى (ل.م.د.)^{*} ، و تم استبعاد الطلاب الذين مارسوا رياضة كرة اليد على مستوى البطولات، و الطلاب الراسين و بلغ عدد طلاب عينة الدراسة الأساسية (٦٠) طالبا وبنسبة مئوية تقدر بـ ٢٤ % ، و قد تم تقسيم عينة البحث الى مجموعتين متكافئتين إحداهما تجريبية و الأخرى ضابطة، بواقع (٣٠) ثلاثون طالبا لكل مجموعة و عينة الدراسة الاستطلاعية بلغ عددها (١٠) طلاب .

وبعد اختيار عينة البحث قام الباحث بإجراء التجانس للعينة في متغيرات قيد البحث، و الجدول رقم

(١) يوضح ذلك.

^{*} ل: ليسانس، م: ماستر، د: دكتوراه

جدول (١)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء للمتغيرات قيد البحث

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
الطول	١٧٤,٦	٠,٠٦	١٧٤,٥	٠,٢٣
الوزن	٦٥,٦٧	٥,٧٥	٦٥,١٩	٠,١٤
السن	١٩,٦١	١,١١	١٩	١,١٤
عدد ٣٠ م	٤,٧٨	٠,٢٧	٤,٧٦	١,٠٤
ثني الجذع أمام أسفل	١٢,٦٩	٣,٥٠	١٢	٠,٤٧
جري مكوكي ١٠*٤ م	١١,٠٦	٠,٤٧	١١,١٢	١,٢٢
رمي الكرة الطبية	١١,٧٦	١,١٩	١١,٥٤	٠,٠٥
الوثب العريض من الثبات	٢,٢١	٠,١٧	٢,٢٠	٢,٦٧
التصير على الحائط ٣٠ سم	٢٤,٦٧	٠,٢٠	٢٥	٠,٥٥
التصير بالارتكاز	١٠,٠٣	١,١١	١٠	٠,٦٠
التنطيط	١١,٣٥	١,١٧	١١,١٧	٠,٥٧
القفز عاليًا	٢,٢٣	١,٢٢	٢	٠,٢٠

يتضح من جدول (١) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء للمتغيرات قيد البحث أن معامل الالتواء بجميع متغيرات البحث انحصرت ما بين (٣±) وهذا يعطى دلالة مباشرة على خلوص البيانات من عيوب التوزيعات غير الاعتدالية.

جدول (٢)

دلالة الفروق في متغيرات (السن، الوزن، الطول، الجانب البدني و المهاري بين المجموعتين التجريبية و الضابطة

ن = ٦٠

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الفرق بين المتوسطين	قيمة "ت"
		س	±ع	س	±ع		
السن	بالسنة	١٨,٦٦	٣,٦٨	١٩,٩٦	١,٠٦	١,٣	٠,٠٣
الطول	بالستيمتر	١٧٤,٦٣	٠,٠٦	١٧٤,٧٠	٠,٠٥	٠,٠٧	٠,٤٨
الوزن	بالكيلوجرام	٦٦,٢٠	٤,٥٩	٦٥,٤٦	٦,٧٣	٠,٧٤	٠,٤٩
عدد ٣٠ م	ث	٤,٧٠	٠,٣٠	٤,٨٦	٠,٢٠	٠,١٦	٠,٠١
ثني الجذع أمام أسفل	سم	١٣,٦٣	٣,٨٤	١١,٨٣	٢,٨	١,٨٠	٠,٠٢
جري مكوكي ١٠*٤ م	ث	١١,٠٣	٠,٥٠	١١,٠٩	٠,٤٤	٠,٠٦	٠,٢٣
رمي الكرة الطبية	سم	١٢,١٠	١,٢٧	١١,٤٢	٠,٩٩	٠,٦٨	٠,٠١
الوثب العريض من الثبات	سم	٢,٢٢	٠,١٤	٢,٢٠	٠,٢٠	٠,٠٢	٠,٤٠
التصير على الحائط ٣٠ سم	عدد	٢٥,٠٣	١,٤٢	٢٤,٢٦	١,٥٧	٠,٧٧	٠,٠٢
التصير بالارتكاز	عدد	١٠,١٦	١,٠١	٩,٩	١,١٨	٠,٢٦	٠,١٧
التنطيط	ث	١٠,٧٣	٠,٩٨	١١,٨٠	٠,٧٨	١,٠٧	٠,٣٤
القفز عاليًا	عدد	٢,١٦	٠,٩٤	٢,٢٦	١,٤٦	٠,١	٠,٣٧

قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ١,٦٧

يتضح من الجدول رقم (٢) أن قيمة ت الخسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية ، و بالتالي فإن المجموعتين التجريبية و الضابطة لا توجد بينهما فروق دالة إحصائية في متغيرات (السن، الطول لكامل للجسم الوزن، الاختبارات البدنية و المهارية) مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين في هذه المتغيرات.

أدوات جمع البيانات:

- أ - الميزان الطبي لقياس الوزن.
- ب - الرستمير لقياس الطول.
- ج - أدوات و أجهزة خاصة بالاختبارات البدنية و المهارية في كرة اليد مثل كرات، صافرة، ساعة إيقاف، كرات طبية شريط قياس، أقماع بلاستيكية، استمارات تسجيل البيانات.
- د - تحليل المراجع العلمية و البحوث المرتبطة.
- هـ - الاختبارات البدنية:

لتحديد الاختبارات البدنية قام الباحث باستطلاع رأي الخبراء حول المتطلبات البدنية الخاصة بكرة اليد، و الاختبارات التي تقيسها حيث ارتضى الباحث نسبة ٧٥ ٪ من جملة آراء الخبراء وأسفرت نتيجة استطلاع رأي الخبراء عن الاختبارات البدنية التالية:

- اختبار الجري ٣٠ متر لقياس السرعة.
- اختبار رمي كرة طبية ٠٢ كلجم لأقصى مسافة لقياس القوة المميزة بالسرعة.
- اختبار ثني الجذع أماما أسفل من الوقوف لقياس المرونة.
- اختبار جري مكوكي ١٠ × ٤ م.
- الوثب العريض من الثبات لقياس القوة المميزة بالسرعة للرجلين.

الاختبارات المهارية:

لتحديد الاختبارات المهارية قام الباحث باستطلاع رأي الخبراء حول المهارات الهجومية الخاصة بكرة اليد، و الاختبارات التي تقيسها حيث ارتضى الباحث نسبة ٧٥ ٪ حيث أسفرت نتيجة استطلاع رأي الخبراء عن الاختبارات البدنية التالية:

- التمهير على حائط (٣٠) ث لقياس التمهير و الاستلام.
- التمهير على حائط بالارنكاز لقياس دقة التمهير والاستلام.
- التنطيط في اتجاه مستقيم لقياس التنطيط.
- التصويب عاليا أماما على مرمى معين لقياس التصويب.

الكتيب المبرمج:

قام الباحث بإعداد و تصميم الكتيب المبرمج لتعليم بعض المهارات الحركية الأساسية الهجومية في كرة اليد بعد الرجوع إلى العديد من المراجع المتخصصة و الدراسات السابقة مثل عنايات عيد الفتاح (١٩٨٠) (١٧) و عثمان رفعت (١٩٨٢) (١٤) و عيلة محمد أحمد (١٩٨٥) (١١) و على البنا (١٩٨٥)، (١٦) و ازييس سامي (١٩٨٧) (٦) و حسين الطوبجي (١٩٩٤) (٦) و ياسر محمد دبور (٢٦) و قد تضمن إعداد الكتيب الخطوات التالية:

- ١ - تحديد أهداف التعليمة المراد قياسها من الوحدة التعليمة المبرمجة حيث يهدف هذا البحث الى التعرف على اثر استخدام التعلم الذاتي على تعلم بعض المهارات الحركية الأساسية الموجهة في كرة اليد.
- ٢ - الدراسة الجيدة للمهارات قيد البحث (٢٦) و تحليلها إلى أجزاء صغيرة معتمداً على التحليل المنطقي الذي يتفق مع أهم المراحل الفنية لمهارات كرة اليد، وذلك بغرض تحديد الخطوات التعليمة للمهارات، و صياغتها، و قد استعان الباحث بالرسومات التوضيحية لكل خطوة تعليمية ، مشيراً في كل خطوة تعليمية إلى رقم الصورة، و أخيراً وضعها في شكل كتيب.
- ٣ - اتبع الباحث النظام الخطي في كتابة المادة العلمية.
- ٤ - و قد تم تجزئة المهارة إلى أجزاء صغيرة ثم تنظيمها في شكل متابع من الصور و العبارات، و قد تم ترتيبها بطريقة منظمة تتدرج من السهل إلى ما هو أكثر صعوبة .
- ٥ - ثم وضع المعلومة الخاصة بتعلم المهارة ثم يطرح سؤال عن هذه المهارة يجيب عنها الطالب.
- ٦ - و قد روعي عند صياغة المعلومة أن تكون الصياغة مناسبة لسن و مستوى خبرة الطالب و الاستعانة بالرسومات كلما أمكن.

ثم قام الباحث بعرض الوحدات التعليمة المبرمجة في صورة كتيب مصور على الأساتذة المتخصصين في كرة اليد، و تم إجراء التعديلات من حيث الصياغة و الرسومات، و بذلك اطمأن الباحث الى وضوح و مناسبة نصوص و رسومات الكتيب المبرمج.

الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية في الفترة من ٢٠٠٦/١١/٠٤ م - ٢٠٠٦/١٢/٠٤ م على عينة البحث الاستطلاعية و عددهم ١٠ طلاب من مجتمع البحث و من خارج عينة البحث الأساسية و ذلك بمسند التعرف على:

- مدى ملائمة الاختبارات المستخدمة لعينة البحث.
- الأخطاء المحتملة ظهوره أثناء إجراء الاختبارات لتلافئها أثناء الدراسة الأساسية.
- ملائمة و تناسب محتوى الوحدة التعليمة من الزمن المخصص لها و التوزيع الزمني لها.
- مدى صلاحية و ملائمة المكان و الأدوات و الأجهزة المستخدمة لتنفيذ البرنامج.
- تقويم كفاءة الكتيب المبرمج، بحيث يتم التأكد من ناحية الوضوح.
- يتعين على القائم بالتدريس أن يبين الطلاب للإنتقال من إطار إلى الإطار الذي يليه بمجرد تحقيق النجاح في الأداء و وصوله إلى الإجابة الصحيحة على الإطار السابق و عليه عدم انتظار المدرس.
- الصعوبات التي قد تواجه الباحث أثناء تطبيق الدراسة الأساسية .
- تدريب المساعدين على كيفية إجراء القياسات.
- إجراء المعاملات العلمية، الثبات و الصدق و التأكد منها.

المعاملات العلمية للاختبارات قيد البحث:

- ١- الصدق : لحساب الصدق قام الباحث باستخدام صدق التمايز بين مجموعتين إحداهما مميزة (فريق مماش مستغانم) و عددهم ١٠ طلاب وأخرى غير مميزة (١٠) طلاب من السنة الأولى بمعهد التربية البدنية و الرياضية جامعة مستغانم ، و تم تطبيق الاختبارات البدنية و مهارية عليهم و قام الباحث بحساب دلالة الفروق بين المجموعتين كما يوضحه الجدول رقم (٣)

- ١٣١ -

جدول رقم (٣)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة "ت" بين المجموعتين المميزة وغير المميزة

في الاختبارات البدنية والمهارية

المتغيرات	الاختبارات	المجموعة المميزة ن = ١٠		المجموعة غير المميزة ن = ١٠		قيمة "ت"
		س	±ع	س	±ع	
البدنية	الجري ٣٠ م/ث	٣,٠٠	٠,١١	٤,٥٨	٠,٢٥	*٢,٨٧
	ثني الجذع من الوقوف/سم	٢٢,٩	٢,٩٢	١٤,٢	٣,٤٨	*٥,٨٧
	الرشاقة ١٠ م/ث	٩,٩٧	٠,١٠	١١,٠٤	٠,٣٩	*٥,٦٩
	دفع كرة طبية ٢ كلغ/م	١٤,١١	٠,٣٠	١٢,٣٦	٠,٤٧	*٦,٥١
	الوثب الطويل من الثبات/سم	٢,٥٤	٠,١٧	٢,٠٩	٠,١٥	*٥,٩٥
المهارية	تمريره على حائط ٣٠ ث/عدد	٢٩,٢	١,٧٥	٢٤,٨	١,٦١	*٧,٩٣
	تمرير بالارتكاز ٣٠ ث/عدد	١٢,٩	١,١٠	٩,٤	١,١٧	*٩,٨٠
	التنطيط/ث	٩,٢٢	٠,٩٨	١١,٦٧	١,١٩	*٤,٧٠
	التصويب عالي/عدد	٥,٢	١,٥٤	٢,٤	٠,٥١	*١,٨٧

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ١,٧٣

يتضح من جدول رقم (٣) وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين المميزة وغير المميزة لصالح المجموعة المميزة في جميع الاختبارات البدنية والمهارية مما يشير إلى صدق الاختبارات.

٢- النتائج: قام الباحث بتطبيق الاختبارات المستخدمة على العينة الاستطلاعية بطريقة تطبيق الاختبارات وإعادة تطبيقية على عينة مكونة من (١٠) من خارج عينة البحث الأساسية وتمت نفس الظروف و بفارق زمني حصة أيام بين التطبيقين و الجدول رقم (٤) يوضح ذلك .

جدول رقم (٤)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني

للاختبارات البدنية والمهارية

المتغيرات	الاختبارات	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل الارتباط
		س	±ع	س	±ع	
البدنية	الجري ٣٠ م/ث	٤,٥٨	٠,٢٥	٤,٦٠	٠,٢٦	*٠,٨٣
	ثني الجذع من الوقوف/سم	١٤,٢	٣,٤٤	١٢,٣	٣,٣٦	*٠,٨٩
	جري مكوكي ١٠ م/ث	١١,٠٤	٠,٣٩	١١,١١	٠,٣٨	*٠,٩١
	دفع كرة طبية ٢ كلغ/سم	١٢,٢٢	٠,٣٧	١٢,٢٩	٠,٥١	*٠,٨٧
	الوثب الطويل من الثبات/سم	٢,٠٩	٠,١٥	٢,١٣	٠,١٤	*٠,٦٩
المهارية	تمريره على حائط ٣٠ ث/عدد	٢٥	١,٧٦	٢٤,٨	١,٦٢	*٠,٨١
	تمرير بالارتكاز ٣٠ ث/عدد	٩,٤	١,١٧	١٠,١	١,٦٦	*٠,٧٧
	التنطيط/ث	١١,٦٧	١,٢٠	١١,١٣	٠,٧٧	*٠,٥٨
	التصويب عالي/عدد	٢,٤	٠,٥١	٢,٤	٠,٥١	*٠,٦١

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٥٤٩٩

يتضح من جدول رقم (٤) وجود ارتباط دال إحصائي بين التطبيقين الأول والثاني وهذا يدل على ثبات هذه الاختبارات.

الدراسة الأساسية:

قام الباحث بإجراء الدراسة الأساسية على عينة البحث التجريبية في السداسي الأول للعام الجامعي ٢٠٠٧/٠٦ حيث تم إجراء القياس القبلي لمجموعتين البحث التجريبية والضابطة من الفترة ١١/١٢/٢٠٠٦م إلى ١٨/١٢/٢٠٠٦م ، حيث تم تطبيق الاختبارات البدنية والمهارية ، و ذلك للتأكد من تكافؤ المجموعتين البحث. و بعد أن تأكد الباحث من تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات قيد البحث تم تطبيق البرنامج التعليمي المقترح على العينة التجريبية (التعلم الذاتي بالطريقة الخطية) و البرنامج التقليدي (المتبع) من المجموعة الضابطة بنفس الفترة الزمنية المحددة للمجموعة التجريبية من الفترة ٠٦/٠١/٢٠٠٧م إلى ٠٦/٠٣/٢٠٠٧م، بواقع ١٢ أسبوع، تم التدريس للمجموعة التجريبية باستخدام الكتيب المبرمج، و المجموعة الضابطة باستخدام الطريقة التقليدية بواقع (٢) محاضرات أسبوعيا لكل مجموعة، وزمن كل محاضرة (٦٠) دقيقة، و يتم تطبيق التجربة أيام السبت و الاثنين للمجموعتين. مع مراعاة الجزء المختص لتطبيق التجربة داخل الدرس هو جزء النشاط التعليمي و التطبيقي و البالغ زمنه ٥٥ دقيقة من كل درس ، و بعد الانتهاء من التطبيق تم إجراء القياس البعدي على مجموعتي البحث التجريبية والضابطة من الفترة ١٠/٠٣/٢٠٠٧م حتى ١٤/٠٣/٢٠٠٧م حيث تم تطبيق الاختبارات المهارية و تم تفرغ البيانات في كشوف معدة لذلك تمهيدا لمعالجتها إحصائيا. وقد روعي الآتي ضمانا للضبط التجريبي:

- ١ - أن تكون الفترة الزمنية للوحدة التعليمية الواحدة موحدة بالنسبة للمجموعتين .
- ٢ - أن يكون الجزء الخاص بالاحياء و الإعداد البدني العام و الخاص موحدا بالنسبة للمجموعتين .
- ٣ - أن يكون الدرس في بداية اليوم الدراسي حتى لا يؤثر الإجهاد على أداء أي من المجموعتين .

المعالجة الإحصائية:

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط.
- اختبار " ت " لمجموعتين متساويتين العدد.
- النسبة المئوية.

عرض النتائج ومناقشتها:

أولاً: عرض النتائج:

جدول (٥)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة "ت" للفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الاختبارات المهارية.

ن = ٣٠

الاختبارات	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطات	قيمة "ت"
	س	± ع	س	± ع		
تمريرة على حائط ٣٠/عدد	٢٤,٢٦	١,٥٧	٢٤,٦٣	١,٧٣	٠,٣٧	٠,٢٠
تمرير بالارتكاز ٣٠/عدد	٩,٩	١,١٨	٩,٧٣	١,٠٤	٠,٢٠	٠,٢٢
التنطيط /ث	١١,٨٠	٠,٧٨	١١,٩٤	١,٠١	٠,١٤	٠,١٦
التصويب عالي/عدد	٢,٢٦	١,٤٦	٢,١	١,٣٢	٠,١٦	٠,١٨

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ١,٦٩

يتضح من جدول رقم (٥) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في جميع الاختبارات المهارية.

جدول (٦)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة "ت" للفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الاختبارات المهارية.

ن = ٣٠

الاختبارات	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطات	قيمة "ت"
	س	± ع	س	± ع		
تمريرة على حائط ٣٠/عدد	٢٥,١٣	١,٥٢	٢٨,٦٣	١,٧٥	٣,٥	٥,٧٦
تمرير بالارتكاز ٣٠/عدد	١٠,١٦	١,٠١	١١,٩	١,٦٦	١,٧٤	٢,٠٨
التنطيط /ث	١٠,٧٣	٠,٩٨	١٠,٤٩	٠,٩١	٠,٢٤	٢,٢٢
التصويب عالي/عدد	٢,١٦	٠,٩٤	٣,٣٦	١,١٢	١,٢٠	٢,٨٤

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ١,٦٩

يتضح من جدول رقم (٦) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في جميع الاختبارات المهارية، لصالح القياس البعدي.

جدول (٧)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة "ت" بين المجموعتين التجريبية والضابطة
في القياس البعدي للاختبارات المهارية

ن = ٣٠

الاختبارات	التجريبية		نبة التحسن %	الضابطة		نبة التحسن %	قيمة ت *
	القبلي	البعدي		القبلي	البعدي		
تحريره على حائط ٣٠/عدد	٢٨,٦٣	١,٧٥	١٣,٩٢	٢٤,٦٣	١,٧٣	١,٥٢	٩,٨٨
تحرير بالارتكاز ٣٠/عدد	١١,٩٠	١,٦٦	١٧,١٢	٩,٧٣	١,٠٤	١,٧١	٦,٢٣
التخطيط /ث	١٠,٤٩	٠,٩١	٢,٣٢	١١,٩١	١,٠٠	١,١٨	١,٩٤
التصويب عالي/عدد	٣,٣٦	١,١٢	٥٥,٥٥	٢,١	١,٣٢	٧,٠٧	٩,٣٨

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ١,٦٩

يشير الجدول رقم (٧) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياسات البعدي في جميع الاختبارات المهارية لصالح المجموعة التجريبية.

مناقشة النتائج :

يتضح من نتائج جدول رقم (٥) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الاختبارات المهارية ، ويرى الباحث أن ذلك يرجع إلى أن الطريقة التقليدية المتبعة في تعلم المهارات (الشرح و النموذج) ليس بها وضوح للأهداف التعليمية لدى المتعلمين مما يؤثر سلباً على التحصيل المهاري ، و كما أن استخدام الطريقة هذه في التعليم يفتقر إلى عامل التشويق و الإثارة مما يبعث الملل في نفوس الطلاب وكذلك يرجع الباحث عدم التقدم في المستوى المهاري عند المجموعة الضابطة إلى أن المعلم يشرح المهارات في وقت واحد المر الذي يؤدي إلى عدم دقة تعلم بعض الطلاب لهذه المهارات، حيث تعرض السريع لنموذج مراحل تعلم المهارات الأساسية في كرة اليد لا يسمح لكل الطلبة معاً بتصوير حركي واضح لأجزاء المهارة، و بالتالي لا تعطي الفرصة لاسترجاع التصور الحركي لنموذج الأداء و الربط بين أجزاءه الذي يؤدي إلى تعديد الاستجابة و الوصول بالأداء إلى المستوى المطلوب. كما أن استخدام الطريقة التقليدية لا تراعي ما بين الطلاب من فروق فردية، بالإضافة إلى أن التغذية الراجعة الفورية قد لا تكون متوفرة بالشكل الذي يساعد على بناء المعلومات. وتتفق هذه النتائج مع زكية إبراهيم (١٩٩٣) (٢٥) و نجوى والي (١٩٩٥) (٢٣).

توضح نتائج الجدول رقم (٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي ، مما يشير إلى التأثير الإيجابي للتعلم الذاتي باستخدام الكتيب المبرمج ، و يرجع الباحث ذلك إلى إعداد المادة التعليمية و هي المهارات الأساسية في كرة اليد بطريقة منظمة و متدرجة تمكن الطالب من تتابع استيعابه و القدرة على إكسابها كمهارة وفق ل قدراته الذاتية، و وفقاً لاحتياجاته من التعلم و قد أكد كمال عبد الحميد و محمد نصر الدين رضوان (١٩٩٤) أن المعلم عليه أن يحدد الحاجات الخاصة بالتلاميذ و عليه أيضاً أن يقدم لهم من خلال التعليم ما يشبع هذه الحاجات (١٩: ١١٨) . وكذلك يعزى الباحث تحسن مستوى المهاري للعبة التجريبية في المهارات الأساسية موضوع البحث إلى طريقة البرمجة في الكتيب حيث أ، الطالب لا ينتقل من إطار إلى آخر قبل التحقق و التأكد انه تعلم المهارة .و كذلك بالرجوع إلى إطارات المهارات الأساسية في حالة أداء الأداء الغير الصحيح لمهارات البرنامج موضع البحث.و كذلك التعليم الذاتي بالكتيب المبرمج يعطي الفرصة لكل طالب لأن يتلقى تغذية راجعة فورية عن طريق

استخدامه الكتيب مما أدى إلى بناء المعلومات الخبرات على أساس سليم وبطريقة لا تتركهم بما الأخطاء لتعزيز كل إجابة يادونها الطالب عقب كل سؤال في الكتيب المبرمج يساهم في حل كثير من مشكلات التعليم و يساعده و يزوده بما يحتاج إليه بهدف ملئ الثغرات في المهارات و إعدادها إلى المسار الصحيح ، و هذه النتائج تنفق مع نتائج عنايات عبد الفتاح (١٩٨٠) (١٧) و محمد هاني (١٩٨٤) (٢٢) و إريس سامي (١٩٨٧) (٤) و ملكة رفاعي (١٩٩٣) (٢١)، يرجع تقدم الذي طرأ على المجموعة التجريبية إلى أن طريقة التعلم الذاتي باستخدام الكتيب المبرمج في تنوع الأسلوب التعليمي نظرا التي زادت من الحماس و الدافعية لدى الطلاب كم أن وضع المهرة في صورة مجموعة من الإطارات المتنوعة جعلت المادة التعليمية مشوقة كل ذلك ساعد على تحسن مستوى الأداء المهاري نظرا لتوافر تصور مفاهيم جيد للمهارة و مكوناتها الحركية. و بهذا يكون قد تحقق الفرض الأول. و بين الجدول رقم (٧) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في القياسات البعدية للاختبارات المهارية و لصالح المجموعة التجريبية ، و هذه النتائج تشير إلى طريقة التعلم الذاتي باستخدام الكتيب المبرمج أكثر فاعلية في علم و إتقان المهارات الأساسية في كرة اليد قيد البحث عن الطريقة التقليدية - المجموعة الضابطة - مما يؤكد تحقيق مبدأ هام في الموقف التعليمي و هو مبدأ مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين في هذا الصدد يشير كل من عصام الدين متولي و بدوي عبد العال (٢٠٠٦) (١٢) أن التعليم المبرمج يوفر قدر كبير من المرونة للتلميذ حيث يسمح له بالتقدم في مهارات و أنشطة البرنامج بالسرعة التي تنفق مع قدراته و مستواه البدني و المهاري و تبعاً لظروفه الشخصية. وكذلك يؤكدها فؤاد قسلادة (١٩٨١) (١٨) إن التعليم المبرمج يجعل المتعلم غير ملتزم بانتظار من هم أبطأ منه في سرعة استيعاب المادة التعليمية و لا بمجاراة من هم أسرع منه و هذا ما لا تحققه الطريقة التقليدية و التعليم الذاتي باستخدام الكتيب المبرمج يؤدي إلى سرعة التقدم من ناحية، ثم زيادة مقدار التعليم من ناحية أخرى، كما أن الكتاب المبرمج يعتبر مستند تحت يد الطالب يمكنه الرجوع إليه في أي لحظة أثناء التعليم عكس الطريقة التقليدية التي فيها يشرح المعلم المهارة و يعرضها و يتسرك للطلبة فرصة التدريب عليها.

الاستخلاصات :

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث التي توصل اليها الباحث للاستخلاصات التالية:

١. توفر طريقة التعلم الذاتي باستخدام الكتيب المبرمج كأحدى طرق التعليم تأثيرا إيجابيا فعلا على تعلم بعض المهارات الأساسية لرياضة كرة اليد.
٢. عدم وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة في الاختبارات المهارية في كرة اليد و لصالح المجموعة التجريبية.
٣. وجدت فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية في الاختبارات المهارية.
٤. وجدت فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية و الضابطة في القياس البعدي في مستوى الأداء المهاري في كرة اليد و لصالح المجموعة التجريبية.

التوصيات:

إتاء إلى ما توصل إليه الباحث من نتائج و استخلاصات فإنه يمكن الإشارة إلى التوصيات التالية:

- استخدام التعلم الذاتي (الكتيب المبرمج) في تعليم بعض المهارات الأساسية
- استخدام التعليم المبرمج بالطريقة الخطية في تدريس مادة كرة اليد لطلاب معاهد التربية البدنية و الرياضية السنة الأولى.
- تقويم متناهي كرة اليد المقرر على طلاب السنة الأولى بالمعهد و إعادة صياغة الوحدات التعليمية به لكي يتناسب مع قدرات و حاجيات و مستوى المهاري للطلاب.

المراجع

أولا المراجع العربية:

١. أحمد حامد منصور: التعلم الذاتي و كيفية إعداد برنامج تعليمي -المركز العربي للتقنيات التربوية، الكويت، ١٩٨٣م.
٢. أحمد زكي صالح : نظريات التعلم ، مكتبة النهضة العربية ، القاهرة، ١٩٨٣م.
٣. أنور بدر العابد: دور التقنيات التربوية في ضوء إستراتيجية التربية العربية، مجلة التربية، اللجنة الوطنية القطرية للتربية و الثقافة و العلوم، العدد الرابع و الستون، أبريل ١٩٨٣م.
٤. إزيس سامي: أثر طريقة التدريس الفردي على تعلم مهارات الكرة الطائرة للمبذات المرحلة الإعدادية و اتجاهاتهم نحوها، المؤتمر العلمي "تطور علوم الرياضة" كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا، ١٩٨٧م.
٥. إبراهيم وجيه محمود: التعلم، دار المعارف، القاهرة، ١٩٨٤م.
٦. حسين حمدي الطوبجي: وسائل الاتصال و التكنولوجيا في التعليم، الطبعة الثالثة عشر دار القلم، الكويت، ١٩٩٤م.
٧. سعد جلال: علم النفس التربوي الرياضي، الطبعة السادسة، دار المعارف، القاهرة، ١٩٨٢م.
٨. صفوت أحمد حسانين: تأثير طريقة البرمجة على تنمية الصفات البدنية و تعلم المهارات الحركية في درس التربية الرياضية بالمرحلة الثانوية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الرقازيق، ١٩٨٨م.
٩. عبد العظيم الفرجاني: تكنولوجيا المواقف التعليمية ، دار النهضة العربية، القاهرة، ١٩٨٥م.
١٠. عبد المجيد سيد أحمد: الوسائل التعليمية و قيمتها في المدارس المتوسطة، صحيفة التربية، العدد الثالث، ١٩٧٥م.
١١. عيلة محمد أحمد أثر استخدام التعليم المبرمج على الإدراك و الإحساس الحركي و مستوى الأداء في التعبير الحركي، رسالة دكتوراه، غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، القاهرة، جامعة حلوان، ١٩٨٥م.
١٢. عصام الدين متولي، بدوي عبد العال بدوي: طرق تدريس التربية البدنية بين النظرية و التطبيق، الطبعة الأولى، دار الوفاء، الإسكندرية، ٢٠٠٦م.
١٣. عصام عبد الخالق: التدريب الرياضي نظرياته، دار المعارف، الإسكندرية، ١٩٦٠م.
١٤. عثمان حسين رفعت: أثر استخدام نظام البرمجة في تنمية اللياقة البدنية، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، القاهرة، جامعة حلوان، ١٩٨٢م.
١٥. علي حسب الله حسانين: أثر التعليم الذاتي في تعلم مهارات برامج الألعاب في المرحلة الإعدادية، رسالة دكتوراه، غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، القاهرة، ١٩٨٢م.
١٦. علي عبد الشعم البنا: أثر استخدام التعليم المبرمج في تعليم مهارة القفزة الداخلية المتكورة على حصان القفز، مؤتمر " الرياضة للجميع" كلية التربية الرياضية للبنين، القاهرة، جامعة حلوان ، مارس ١٩٨٤م.

١٧. عنيات أحمد عبد الفتاح: استخدام التعليم المبرمج في كليات التربية الرياضية، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة المنيا، ١٩٨٠ م.

١٨. فؤاد سليمان قلادة: الأساسيات في تدريس العلوم، دار المطبوعات الجديدة، القاهرة، ١٩٨١ م.

١٩. كمال عبد الحميد اسماعيل، محمد نصر الدين: مقدمة التكوين في التربية الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٤ م.

٢٠. محمد عز الدين أبوشنب: أثر التفاعل بين أنماط التعليم والتعلم وسمات الشخصية على كل من الاتجاه نحو التعلم الذاتي والتحصيل الدراسي، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة المنوفية، ١٩٩٢ م.

٢١. ملكة أحمد الرفاعي: أثر الأسلوب المعرفي على التعلم الذاتي في الجمباز، المؤتمر العلمي الأول الجمباز و التمرينات و اللياقة البدنية للجميع، "تأجيل و ترويح" مجلة نظريات و تطبيقات، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، ١٩٩٣ م.

٢٢. محمد هاني محمد: أثر استخدام طريقتي سيكر و كراودر في تعلم الوثب الطويل بدرس التربية الرياضية الصف الأول الإعدادي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، القاهرة، جامعة حلوان، ١٩٨٤ م.

٢٣. نجوى محمود إبراهيم: تأثير استخدام أسلوب الاكتشاف الموجه في تدريس مسابقة دفع الجلة على التحصيل المعرفي و المستوى الرقمي للتلميذات الصف الثاني الإعدادي، مجلة نظريات و تطبيقات، العدد الخامس و العشرون، كلية التربية للبنين، جامعة الإسكندرية، ١٩٩٥ م.

٢٤. وليد شرام: التعليم المبرمج اليوم و غدا، ترجمة عثمان ليب فراج، مكتبة قصة مصر، القاهرة، ١٩٦٦ م.

٢٥. زكية إبراهيم أحمد: فاعلية استخدام أسلوب الاكتشاف الموجه في تدريس بعض مهارات الجمباز على التحصيل الحركي و المعرفي للتلميذات الصف الخامس الابتدائي، مؤتمر " رؤية مستقبلية للتربية البدنية و الرياضية في الوطن العربي"، كلية التربية الرياضية للبنين، الهرم، ١٩٩٣ م.

٢٦. ياسر محمد دبور: التدريب في كرة اليد، دار المعارف، الإسكندرية، ١٩٩٦ م.

شأنيا المراجع الأجنبية:

27. Dennis. K. L., Amelia. M.L., and Katherine.F.H., :Programmed Instruction vs Cohort instruction for teaching on open motor skill the physical education apublication of phi.epsilon rappd hro hraternity vol 43 (4) :17- 1980.
28. Lithr Land ,A.B :The Development of written and audio self instructional programme for selected folk dance , completed resear c ; vol.12(215) , 1979 .
29. Sharon . Z.G. : The effect of individualized insteruction in physical education on students . teatshers and theirstudent dissertation abstract international , vol , (1) , p 1647 , 1981