

مقدمة الدراسة

تشكل عملية التعلم والتعليم أحد الأسس المهمة في حياة الفرد، التي تتمثل بوجود طرفين هما: المعلم والمتعلم اللذان يكونان في حالة تفاعل دائم وتبادل بين اثاره واستجابة نرى نتائجها من خلال سلوك المتعلم، ان التعليم يتمثل بعملية نقل وتحويل المعلومات والمعرفة والخبرات والمهارات من المعلم الى المتعلم، فهو النشاط الظاهري الذي يقوم به المعلم في اعداد متطلبات الوحدة التعليمية بشكل كامل التي تشمل الأدوات والتحضير والشرح وأداء النموذج ثم تصحيح الأخطاء والتغذية الراجعة التي تقدم للمتعلمين" (الخلف والذيابات، ٢٠١٤). (٨)

تحتل عملية التدريس أهمية بالغة في العملية التعليمية في مختلف الحقول العلمية سواء النظرية منها او العملية، فهي تشير الى " ما يحدث من تعلم للطلاب من خلال نقل وفهم وتوضيح وتعليم واكتساب المعلومات والخبرات والمهارات من المدرس الى الطالب بأي أسلوب او طريقة "، وتكتسب أساليب التدريس المتعددة أهمية خاصة في عملية التعلم والتعليم وخاصة في المراحل الأولى لعملية التعلم وبما يتناسب مع متطلبات العملية التعليمية وقدرات المتعلمين المختلفة (الربيعي وأمين، ٢٠١١). (١٣)

واستجابة لما ينادي به المربون التربويون في الوقت الحاضر إلى ضرورة تقديم المادة الدراسية بأساليب تدريسية مختلفة تؤكد على التفاعل بين المتعلمين من جهة وبين المعلم والطالب من جهة أخرى ويكون للطالب دور ايجابي في هذه العملية لذلك فان ممارسة الأنشطة الرياضية بأساليب تدريسية مختلفة تساعد الطلبة على اكتساب بعض الصفات البدنية وتحسن من مستوى وظائف أجهزتهم العضوية مما تمنح ممارستها البهجة والحيوية والسرور وذلك لبناء مستقبل رياضي أفضل (الخياط، ٢٠٠٩). (٢٩)

وينظر للتدريس الحديث بأنه مجموعة من العلاقات المستمرة التي تنشأ ما بين المعلم والطالب وهذه العلاقات تساعد المتعلم على النمو والتوافق في الجوانب المختلفة وعلى اكتساب الطلبة المهارات والأنشطة البدنية المختلفة. وتشير مندرة (٢٠٠٧) "انه لا يوجد أسلوب تدريس أفضل من الأخر ولا يوجد أسلوب تدريسي واحد يمكن ان يحقق الأهداف الموضوعية للدرس بشكل كامل لذلك رأى الباحث ان يقوم باستخدام بعض أساليب التدريس الحديثة للتعرف على أفضل هذه الأساليب والتي سوف تساعد الطالبات عن تحسين قدراته المختلفة". (٢٥)

والأساليب التدريسية تساعد المتعلم على اكتساب المهارات الحركية والصفات البدنية فما هي هذه العلاقات وكيف تعرفها؟ وكيف تعرف تأثيرها على المتعلم، لذلك السؤال الذي يواجه المعلم دائما وفي كل درس كيف أصل إلى طلابي؟ وكيف أتأكد من أن النشاط الحركي في الدرس يطابق الهدف الموضوع، فالتدريس الناجح هو إتباع أساليب تدريسية مختلفة يمكن من خلالها الوصول للهدف الموضوع (Mosston & Ashworth, 2002). (5)

ان الأسلوب التدريبي يعتبر من الأساليب التي تساعد على بناء شخصية الطالب وإيجاد واقع جديد للطلبة ويعد هذا الأسلوب من الأساليب الجيده التي تساعد المدرس لتقديم الوقت الكافي للطلبة للتدريب على المهارات المختلفة وبالتالي تمنح الطلبة المجال لتطوير قدراتهم كل بحسب امكاناته وقدراته والاهم من ذلك انه يتم التدريب على المهارات بشكل فردي ، اما الأسلوب التبادلي فيعد من الأساليب الحديثة والتي تركز على دور المتعلم ومشاركته في العملية التعليمية والتي تؤدي الى خلق واقع يعتمد على العلاقات الاجتماعية بين الطلبة والتي تسمح للطلبة لتقديم التغذية الراجعة ويعد هذا الأسلوب من الأساليب الفعالة في التربية الرياضية (الربيعي، ٢٠١١). (١٣)

شهدت لعبة كرة القدم على المستوى العالمي تطوراً كبيراً ارتبط بشكل واضح بأداء الطالبات وانجازهم خلال المباريات بجانب هذه الألعاب المختلفة سواء كانت البدنية او المهارية او الخططية او النفسية وان أداء الطالبات ماهو الانتاج العمل المتكامل القائم على الأسس العلمية في عمليات التدريب والتدريس وان اعداد الطالبات للوصول الى المستوى العالي يحتاج الى عمل مكثف والى تخطيط مدروس وإتباع أساليب بحسب مراحل هؤلاء الطالبات. وهذا ما أشار اليه محمود (٢٠١١) الى أهمية المتطلبات الأساسية للطالبات سواء البدنية او المهارية جانب مهم في انجاز الطالبات في المهارات المطلوبة خلال المباريات وتسهم عملية إجراء الأختبارات بأعطاء مؤشر حول امتلاك الطالبات للصفات البدنية المطلوبة لصقلها وتنميتها بأفضل الطرق مما تتعكس بشكل إيجابي على أداء الطالبات في منحنى الأنجاز في لعبة كرة القدم وتطوير الجانب البدني والمهاري وكذلك سرعة التصرف وسرعة اتخاذ القرار في المواقف المختلفة. (٢٣)

ويشير محمود (٢٠١١) الى ان الأعداد البدني والمهاري يعد ركيزه ثابتة لصناعة الطالبات في مجال القدرات البدنية والمهارية وان اتقانهم لهذه المهارات يؤدي الى تحسين الأداء البدني والمهاري خلال المباريات بشكل أفضل. (٢٣)

اهمية الدراسة

وان استخدام الأساليب المتنوعة في التدريس تسهم بصورة إيجابية في تحقيق نتائج التعليم ونجاح الطالبات بصورة إيجابية كما تسهم في رفع مستوى الصفات البدنية والمهارية ولنجاح ذلك يجب استخدام الأنشطة قريبة الشبه أو الأكثر صعوبة والتي تعتمد على الأساليب المناسبة، وهذا منطلق أسلوب التدريس التبادلي والتدريبي، ومن هنا ظهرت الحاجة الى تجريب أساليب تدريسية جديدة تسهم في كيفية التغلب على الصعوبات والمعوقات التي تواجه معلم التربية الرياضية باستخدام احدي الأساليب الحديثة في التدريس.

كما وأن هذه الأساليب تشبع رغبات الطالبات في المدارس في التغيير من التدريس بالأسلوب التقليدي الى تطبيق أساليب تدريس مختلفة وحديثة تساعد الطالبات الى الوصول الى الكفاءة البدنية العالية وبالتالي تحقيق الأهداف الموضوعة للدرس اليومي. وتتميز لعبة كرة القدم بأنها من الألعاب الجماعية التي تحتوي على العديد من المهارات الأساسية والمتنوعة سواء

أكانت مهارات هجومية أو دفاعية، حيث تعتمد بالنهاية على ما تبذله الطالبات أثناء الحصة أو المنافسات المدرسية من قدرات بدنية ومهارية التي يمكن تنميتها باستخدام أساليب التدريس المختلفة والحديثة، تبرز أهمية هذه الدراسة في مساعدة الطالبات في الوصول إلى أفضل ما لديهن من قدرات في الحصة أو التدريب. (محمود، ٢٠١١) (١٣)

وتنبأ أهمية هذه الدراسة من خلال ما يلي:

- ١- قد تساعد هذه الدراسة المدرسين والمدرسين في تقويم برامجهم سواء التدريسية أو التدريبية والعمل على تجنب نواحي الضعف وتعزيز الجوانب الإيجابية في البرامج الموضوعية.
- ٢- تمكن هذه الدراسة العاملين في مجال التدريس والتدريب على التنبؤ بأداء الطالبات بمستوياتهن البدنية والمهارية من خلال رصد وتوثيق المعلومات حول ادائهن في الاختبارات وتوثيق النتائج.
- ٣- تعتبر هذه الدراسة في حدود علم الباحث من الدراسات الأولى في منطقة الشمال والتي تستخدم بعض أساليب التدريس الحديثة حول تحسين الطالبات على المستوى البدني والمهاري في لعبة كرة القدم.

مشكلة الدراسة:

على الرغم من تنوع أساليب التدريس وما طرأ عليها من تقدم كبير إلا أنه من الملاحظ وفي معظم المدارس الأردنية أنها تعتمد على أسلوب واحد وهو الأسلوب التقليدي وهذا ما لاحظته الباحثة خلال تطبيقه في المدارس خلال مرحلة البكالوريوس حيث يكون دور المتعلم الاستجابة المباشرة لتعليمات المعلم والتي تحقق النتائج المطلوبة بمستويات مختلفة، والذي يكون دور الطالب إتباع الأوامر وإطاعتها وتنفيذها لكل ما يلقي عليه من المعلم، ومن هنا ظهرت مشكلة الدراسة بضرورة البحث عن أساليب تعليم جديدة ترتبط بسرعة تعلم المهارات، وكذلك وجود الأساليب التعليمية التقليدية المتبعة في تعليم المهارات الحركية والبدنية والمهارية التي تعتمد على التقليد والتلقين لتحل مكانها الأساليب الحديثة في تعليم المهارات المختلفة، وكذلك استخدام أسلوب تعليم جديد يختلف عن الأسلوب التقليدي المتبع في التعليم. وهذا ما أشارت إليه دراسة الكيلاني (٢٠٠٣) (والقرعان، ٢٠١٦)

وأشار كذلك (السعود، ٢٠١٣) بأن الطالبات لا يستطعن إتقان المهارات الحركية الأساسية في لعبة كرة القدم في حال افتقارها للصفات البدنية الأساسية. ومن خلال متابعة الباحث لدوري السيدات الأردني والمنتخب الوطني فقد لاحظ

الباحثان ضعف في الاداء البدني للفرق الأردنية ويظهر على لاعبات الفرق الأردنية بعض مؤشرات التعب مثل سرعة التنفس وتغير بعض ملامح الوجه والذي ينعكس على اداءهن المهاري خلال المباريات في الجوانب البدنية المختلفة سواء السرعة او القوة او التحمل او الرشاقة.(٥)

من هذه النقاط مجتمعة، وجد الباحثان انه لا بد من استخدام أساليب تعليمية تتناسب مع قدرات الطالبات، وتهيئ المناخ الملائم لتنميتها والاستفادة منها وقد شرع الباحثان بدارسة ومعرفة أثر استخدام أسلوبين من أساليب التدريس وهما الأسلوب التدريبي والأسلوب التبادلي والمقارنة بينهما في التأثير على مستوى التعلم للمهارات الأساسية في لعبة كرة القدم عند طالبات مديرية تربية اربد الأولى.

أهداف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية التعرف الى:

- ١- فعالية التدريس بالأسلوب التبادلي على تحسين المستوى البدني والمهاري لمهارات كرة القدم لطالبات مديرية تربية اربد الأولى .
- ٢- فعالية التدريس بالأسلوب التدريبي على تحسين المستوى البدني والمهاري لمهارات كرة القدم لطالبات مديرية تربية اربد الأولى .
- ٣ - الأسلوب التدريسي الاكثر فعالية في تحسين المستوى البدني والمهاري لمهارات كرة القدم لطالبات مديرية تربية اربد الأولى .

فرضيات الدراسة:

١. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي باستخدام الأسلوب التبادلي في تحسين المستوى البدني والمهاري لمهارات كرة القدم لطالبات مديرية تربية اربد الأولى .
٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي باستخدام الأسلوب التدريبي في تحسين المستوى البدني والمهاري لمهارات كرة القدم لطالبات مديرية تربية اربد الأولى .
٣. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاسلوبين (التدريبي والتبادلي) في تحسين المستوى البدني والمهاري لمهارات كرة القدم لطالبات مديرية تربية اربد الأولى .

مصطلحات الدراسة:

الأسلوب التدريبي: هو الأسلوب الذي تنتقل فيه بعض القرارات من المعلم الى المتعلم ويمتاز هذا الاسلوب بتوفير الزمن الكافي للتدريب وتطبيق المهارات والانشطة ويستخدم في هذا الاسلوب الشرح التوضيحي للأداء الفني للمهارة المعطاة(خنفر، ٢٠١٠). (٧)

الأسلوب التبادلي: هو الأسلوب الذي يتم فيه تقسيم الطلبة في المجموعة الواحدة إلى أزواج للعمل معاً بالتبادل، أحدهما يؤدي والأخر يلاحظ، ويكون دور الملاحظ هو تقديم تغذية راجعة للطالب المؤدي فيما يخص بأدائه ومساعدته في تحديد متى يمكنه إنجاز العمل(خنفر، ٢٠١٠). (٧)

المستوى البدني: هي مستوى الحالة البدنية التي يعتمد عليها الرياضي من مكونات اللياقة البدنية الخاصة باللعبة والتي يتم قياسها باجهزة القياس والاختبارات العملية ومقارنتها بالمستوى الأمثل وتشمل على العناصر التالية (القوة، السرعة، التحمل، الرشاقة، المرونة) (تعريف اجرائي).

المستوى المهاري: نظام خاص لحركات تؤدي في نفس الوقت وحركات تؤدي بالتوالي، ويثوم هذا النظام بالتنظيم الفعلي للتأثير المتبادلة للقوة الداخلية والخارجية والمؤثرة في الفرد الرياضي بعدد استغلالها بالكامل وبفعالية لتحقيق أحسن النتائج، وهو مستوى الاعبين ومدى إتقانهم للمهارات التي تتضمنها اللعبة(حسن ونارت ٢٠٠٧). (٦)

مجالات الدراسة:

المجال الزمني: الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي ٢٠١٨.

المجال المكاني: ملعب صالة طبريا الخارجي .

المجال البشري: طالبات مديرية تربية اربد الاولى / لعبة كرة القدم.

الدراسات السابقة

قام الباحثان بالرجوع للعديد من الدراسات السابقة العربية والأجنبية التي تتناسب مع هذه الدراسة، وبعد الرجوع تم ترتيبها من الأحدث الى الأقدم على النحو التالي:

أولاً: الدراسات العربية

اجرى الزحراوي (٢٠١٨) دراسة هدفت للتعرف الى اتجاهات طالبات كلية التربية الرياضية نحو مسابقات كرة القدم في جامعة اليرموك، والكشف عن الفروق في اتجاهات طالبات كلية التربية الرياضية نحو مسابقات كرة القدم تبعاً لمتغيرات (السنة الدراسية، مكان السكن، الحالة الاجتماعية، نوع المساق ، المؤهل العلمي للأب)، تكونت عينة الدراسة من (٣٥٥) طالبة من طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك تم اختيارهن بطريقة المسح الشامل، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي المسحي، حيث قام الباحث بتصميم استبانته مكونة من المعلومات الشخصية، ومحاور الاتجاهات مكونة من (٥٤) فقرة موزعة على خمس محاور (الاجتماعية، النفسية، الصحية، الأكاديمية، المعرفي، الرياضي)، وأظهرت النتائج أن اتجاهات طالبات كلية التربية الرياضية نحو مسابقات كرة القدم في الكلية كانت ايجابية وبدرجة متوسطة، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (≤ 0.05) في جميع محاور القياس ككل تبعاً لمتغير السنة الدراسية، مكان السكن، الحالة الاجتماعية، المؤهل العلمي للأب، باستثناء متغير نوع المساق لصالح الطالبات اللواتي أخذن مساق تعليم ونظريات التدريب في كرة القدم.(٤)

وقامت الشوملي (٢٠١٨) بدراسة هدفت الى التعرف لأثر استخدام أسلوب التدريس التدريبي على اكتساب بعض عناصر اللياقة البدنية لدى طالبات المرحلة الثانوية في مديرية تربية عين الباشا، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠) طالبة تم اختيارهن بالطريقة العشوائية، خلال الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي ٢٠١٧/٢٠١٨. واستخدمت الباحثة المنهج

التجريبي، وتم تقسيم الطالبات الى مجموعتين: (مجموعة ضابطة ومجموعة تجريبية).وأظهرت النتائج وجود أثر معنوي لأستخدام اسلوب التدريس التدريبي على تحسين بعض عناصر اللياقة البدنية لدى عينة الدراسة.(١)

وأجرى القرعان(٢٠١٦) دراسة هدفت الى التعرف إلى أثر استخدام استراتيجية التعلم التعاوني في اكتساب أداء بعض المهارات الأساسية في كرة القدم. واجري البحث على عينة من الطلبة المسجلين في مسابقات كرة القدم في كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك؛ إذ اشتمل البحث على مجموعتين (تجريبية، ضابطة) وبلغ عدد كل مجموعة (٢٠) طالبا، أما أدوات البحث فتمثلت بالاختبارات المهارية لمهارات (التصويب، ودقة التمرير، والجري المتعرج،والتنطيط) بكرة القدم، واسفرت نتائج الدراسة أن هناك أثر استخدام التعلم التعاوني وفق استراتيجية اكتساب الأفراد بعض مهارات كرة القدم من خلال تفوق المجموعة التجريبية على الضابطة.(١٩)

في حين اجري محمد (٢٠١٣) بدراسة هدفت للتعرف لتأثير استخدام أسلوب التدريس المركب على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة القدم، ولتحقيق هدف الدراسة استخدم الباحث المنهج التجريبي، وطبقت الدراسة على عينة من طلاب كلية التربية الرياضية بجامعة الأزهر بواقع (٧٢) طالبا، تم تقسيمهم الى مجموعتين تجريبتين متساويتين إحداهم تجريبية والأخرى ضابطة، واستخدم الباحث الاختبارات البدنية كأداة للدراسة، ولاختبار صحة فروض الدراسة عولجت البيانات إحصائيا باستخدام اختبار (t.test) وجاءت نتائج الدراسة لتبين: إن أسلوب التدريس المركب له تأثير معنوي وإيجابي على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة القدم وكان هناك فرق إحصائي بين المجموعة التجريبية والضابطة لصالح التجريبية، وأوصت الدراسة بضرورة استخدام أسلوب التدريس المركب.(١٤)

اشار الذيابات (٢٠١٣) بدراسة والتي هدفت الى التعرف لقياس المتعة المتوفرة في دروس التربية الرياضية بأستخدام أساليب تدريس مختلفة. وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٠) طالبا من الطلبة المسجلين في مساق طرق وأساليب التدريس في كلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك خلال الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي ٢٠١٢-٢٠١٣م. وتم استخدام المنهج المسحي في هذه الدراسة بحث تم تقسيم الطلاب الى ثلاث مجموعات وتم تدريس كل مجموعة لمدة (٣ اسابيع) لكل أسلوب من أساليب ماتسون(الأمري،التدريبي،التبادلي) . وقد اظهرت نتائج الدراسة الى ان التدريسبالأسلوب التدريبي يحقق المتعة للطلبة بدرجة مرتفعة وكذلك يحقق الأسلوب التبادلي المتعة للطلبة بالدرجة الثانية أما الأسلوب الأمري فجاء في المرتبة الثالثة

من حيث تحقيق المتعة وبدرجة منخفضة وأن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعات الثلاثة ولصالح المجموعات التي تم تدريسها بالأسلوب التدريبي والتبادلي. (١٢)

وقام النعمان (٢٠١٣) بدراسة هدفت للتعرف الى أثر استخدام الطريقة التدريبية في تطوير أداء مهارات سباحة الزحف على الظهر لدى طلبة كلية التربية الرياضية/ جامعة اليرموك، والتعرف الى أثر استخدام الطريقة الأمرية (التقليدية) على تعلم سباحة الزحف على الظهر والفروق ما بين الطريقتين، وقام الباحث بأستخدام المنهج التجريبي وذلك بأستخدام الطريقة التدريبية (المجموعة التجريبية) والطريقة الأمرية (المجموعة الضابطة). وتكونت عينة الدراسة من جميع طلاب المسجلين لمساق تعليم السباحة في كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك في الفصل الدراسي الثاني ٢٠١٣ وممن ليس لديهم خبرة او تعلم مسبق في تعليم سباحة الزحف على الظهر وعددهم (٤٨) طالبا، وتم توزيعهم الى مجموعتين، المجموعة التجريبية والمؤلفة من (٢٤) طالباً والتي تم تعليمهم بالطريقة التدريبية، والمجموعة الثانية مؤلفة من (٢٤) طالبا وهي المجموعة الضابطة والتي تم تعليمهم بالطريقة التقليدية (الأمرية). وأظهرت النتائج ان الطريقة التدريبية حققت نتائج افضل من الطريقة التقليدية (الأمرية) وكما أظهرت النتائج وجود فروق بين الطريقة التدريبية والأمرية في تحسين المهارات لصالح المجموعة التجريبية. (٢٦)

أجرى الذيابات وآخرون (٢٠١٢) دراسة هدفت التعرف على مقارنة أثر استخدام استراتيجيات التدريس التبادلية والتدريبية على تطوير عناصر منتقاة في اللياقة البدنية وبعض المتغيرات الفسيولوجية لدى لاعبي ألعاب القوى بكلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠) لاعباً من لاعبي ألعاب القوى بكلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك للفصل الدراسي الأول ٢٠١١/٢٠١٢، تم تقسيم عينة الدراسة إلى مجموعتين متكافئتين احدهما تم تدريسها بالإستراتيجية التبادلية، والأخرى تم تدريسها بالإستراتيجية التدريبية، واستخدم الباحثون المنهج التجريبي، وتم تطبيق البرنامج على المجموعتين ولمدة ثمانية أسابيع بواقع ثلاث وحدات تدريسية في الأسبوع.

وأظهرت نتائج الدراسة فعالية التدريس باستخدام الإستراتيجيتين التبادلية والتدريبية في تطوير عناصر اللياقة البدنية والمتغيرات الفسيولوجية لدى لاعبي ألعاب القوى في كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك، وأن هناك أثراً ذو دلالة إحصائية في تحسين بعض عناصر اللياقة البدنية والفسيولوجية ولصالح مجموعة الإستراتيجية التبادلية، ويوصي الباحثون باستخدام

إستراتيجية التدريس التبادلية في تطوير عناصر اللياقة البدنية والمتغيرات الفسيولوجية لدى لاعبي العاب القوى في كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك. (١١)

وقام كل من ذيابات والعكور (٢٠١١)، بدراسة هدفت الى تأثير استراتيجية التدريس التبادلية و التدريبية على تطوير بعض الصفات البدنية والمتغيرات الفسيولوجية لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك واستخدمت في الدراسة المنهج التجريبي، على عينة مكونة من (٢٦) طالب واستمر تطبيق البرنامج التدريسي لمدة (٨) أسابيع بواقع وحدتين تدريبيتين بالأسبوع وأشارت النتائج الى وجود فروق ذات دلالة احصائية في تحسين بعض الصفات البدنية وتطوير بعض المتغيرات الفسيولوجية وحققت المجموعة التي درست بالاستراتيجية التبادلية نتائج أفضل من التي درست بالاستراتيجية التدريبية. (١٠)

في حين قام الوديان وشوكه (٢٠٠٩) بدراسة هدفت إلى التعرف لبعض الفروق في القدرات البدنية الخاصة لدى لاعبين التايكوندو الحاصلين على الحزام الأسود في الأوزان الثمانية المختلفة، حيث اشتملت عينة الدراسة على ٤٠ لاعبا من الحاصلين على الحزام السود ١ دان على الأقل مقسمين على الثمانية أوزان وبواقع ٥ لاعبين لكل وزن حيث استخدم الباحثان المنهج الوصفي، وبعد جمع البيانات لجميع الاختبارات البدنية (المرونة، التوازن، القوة العضلية) أظهرت النتائج فروق في القدرات البدنية الخاصة برياضه التايكوندو بين جميع فئات الأوزان كما أظهرت نتائج الدراسة إن كل فئة تتميز عن غيرها من الفئات في القدرات البدنية والمهارية للركل بالرجل الأمامية. (٦)

وأجرى سليم (٢٠٠٦) دراسة هدفت إلى التعرف على أثر استخدام التعلم التعاوني وفق إستراتيجية تعليم الأفراد في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم. وأجرى البحث على عينة من طلاب المرحلة الأولى ففي كلية التربية الرياضية، جامعة صلاح الدين؛ إذ اشتمل البحث على مجموعتين (تجريبية، ضابطة) وبلغ عدد كل مجموعة (١٢) طالبا، أما أدوات البحث فتمثلت بالاختبارات المهارية لمهارات (الدرجة-الإخماد-السيطرة) بكرة القدم، وبلغ إجراء التحليل الإحصائية تبين أن هناك أثر استخدام التعلم التعاوني وفق إستراتيجية تعليم الأفراد في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم من خلال تفوق المجموعة التجريبية على الضابطة. (١٦)

كما وقام الكيلاني(٢٠٠٣) بدراسة هدفت التعرف على اثر استخدام ثلاثة استراتيجيات للتدريس(الامريره، التبادلية، الذاتية) على تعلم بعض المهارات الأساسية في لعبة كرة اليد وفي رياضة السباحة بالإضافة إلى إجراء مقارنات بعدية بين الاستراتيجيات الثلاثة في تأثيرها على متغيرات الدراسة، تم اختيار عينة الدراسة من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بالجامعة الهاشمية تم إجراء الاختبارات القبلية والبعديّة على العينة وذلك للتعرف على دلالة الفروق بين القياسين، وتم تطبيق البرنامج التدريسي على مجموعات التدريس الثلاثة لمدة أربعة أسابيع، وبتكرار أربع مرات أسبوعياً. وأفضت نتائج الدراسة إلى أن للإستراتيجية التبادلية أثر ذو دلالة إحصائية في تحسن جميع متغيرات الدراسة في لعبة كرة اليد يليه الإستراتيجية الامريره، ثم الإستراتيجية الذاتية ويمكن استخدام الاستراتيجيات الثلاثة في تدريس مهارات السباحة، وتتميز الإستراتيجية الامريره والتبادلية في تعليم بعض المهارات عن الإستراتيجية الذاتية.(٢٠)

ثانياً: الدراسات الأجنبية:

اجرى(2012,Dopsaj)دراسةهدفت للتعرف الى اسلوب تدريسي للتقييم متعدد المستويات في القفز العام وعلاقته بوضعية اللعب لدى لاعبات الكرة الطائرة المتمرسات ذوات المنافسة القوية في المباريات الدولية، فقد تعرفت هذه الدراسة على معرفة ما اذا هناك فروق ذات دلالة إحصائية لأداء القفز لدى لاعبات الكرة الطائرة المتمرسات لعلاقة بوضعية اللعب في المهارات التالية (لتصويب،الاستقبال، الصد). ولتحقيق هدف الدراسة ، استخدم الباحث المنهج التجريبي ، وطبقت الدراسة على عينة من لاعبات الكرة الطائرة المتمرسات، وقام الباحث باستخدام (٧) متغيرات لتقييم مستويات القفز من (٦) متغيرات تغطي المسافة للقفز الرأسي، بينما هناك متغير واحد يغطي مهارات القفز الأفقي، وكذلك استخدم الباحث الأختبارات معيارية مثل (طريقة أبالكوف،واختبار القفز الطويل) وذلك معرفة المقاييس ، والاختبار صحة فروض الدراسة عولجت البيانات إحصائياً باستخدام مربع كايوجاءت نتائج الدراسة لتبين انه:يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مهارات القفز لدى الاعبات المتمرسات في الكرة الطائرة بالعلاقة مع وضعية اللعب.وكذلك أشارت النتائج بأن وضعية الاستقبال لدى الاعبات القفز بأنها جيدة.(2)

وأجرت (Salvara،٢٠٠٦) دراسة هدفت للتعرف إلى أثر استخدام اساليب التدريس على الطلبة واتجاهاتهم في التربية الرياضية. اشتملت العينة على (٧٥) طالبا وطالبة، من أربع مدارس في مدينة الأكروبوليس اليونانية، منهم (٣٥) طالباً، و(٤٠) طالبة تتراوح أعمارهم بين (١١) و(١٢) سنة من طلبة الصف السادس الأساسي. تم تقسيمهم إلى أربع مجموعات:

مجموعة تلقت برنامجا في الرقص اليوناني بالأسلوب الأمريكية، ومجموعة تلقت برنامجا في الكرة الطائرة وكرة السلة وكرة القدم بأساليب تدريسية عديدة هي: التدريبية، والتبادلية، والفحص الذاتي، والتضمينية. ومجموعة تلقت برنامجا في الجمباز وكرة السلة والرقص بأسلوب الاكتشاف الموجه، ومجموعة تلقت برنامجا في الجمباز بأسلوب حل المشكلات. أشارت النتائج إلى أن الطلبة الذين تعلموا بالأسلوب الأمريكية اظهروا اتجاها نحو مفهوم الأنا، كذلك اظهروا رغبتهم ليكونوا أفضل من الآخرين، وكانوا قلقين من ارتكاب الأخطاء. في المقابل تجاوب الطلبة في الأساليب التدريسية الأخرى بإيجابية، وانخفض اتجاه الأنا لديهم، وكانوا اقل قلقاً من ارتكاب الأخطاء. أشارت النتائج إلى أن الأساليب التدريسية التي يشترك الطلبة فيها بصنع القرار، يظهر فيها الطلبة استجابات ايجابية نحو المهمات التي يقومون فيها، كما أشارت النتائج إلى أن الطالبات كن أكثر دافعية من الطلاب.(8)

وأجرى مورقان وآخرون (Morgan et al(2005) بدراسة هدفت إلى أثر بعض أساليب التدريس على السلوكيات التدريسية التي تؤثر على استجابات الطلاب العقلية والعاطفية في التربية الرياضية. تكونت العينة من أربعة معلمين متدربين و (٩٢) طالبا وطالبة ٤٧ طالبا و ٤٥ طالبة (تم اختيارهم من مدرستين في المملكة المتحدة . قام معلم متدرب بتدريس الطلاب باستخدام ثلاث أساليب تدريسية مختلفة (الأهمي، التبادلي، والاكتشاف الموجه. أدت إلى اتقان الأداء بشكل أفضل، والى تحسن استجابات الطلاب العقلية والعاطفية وتكيفهم أفضل من الأسلوب الأهمي.(4)

قام بيكت (Beckett,1990) بدراسة هدفت الى الكشف عن أثر استخدام الطريقة التدريبية والطريقة متعدد المستويات في التدريس على مستوى الاداء والتحصيل المعرفي لمهارات كرة القدم على طلبة كلية التربية الرياضية، استخدام الباحث المنهج التجريبي، تكونت عينة الدارسة من(١٢٠) طالبا، أظهرت نتائج الدارسة وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي في التحسين في الاداء، ولم تظهر نتائج الدارسة فروق معنوية في الاختبار المعرفي الكتابي، فقد حقق الطلبة الذين درسوا بالطريقة المتعدد المستويات نتائج أعلى من الطلبة الذين درسوا بالطريقة التدريبية.(1)

منهج الدراسة

استخدم الباحثان المنهج التجريبي من خلال إختبار مجموعتين تجريبتين لاسلوبي التدريس التبادلي والتدريبي لملائمته لطبيعة واهداف الدراسة.

مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من (٢٩) طالبة من مديرية التربية والتعليم / اربد الاولى في لعبة كرة القدم للعام الدراسي ٢٠١٨-٢٠١٩ .

عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من (٢٤) طالبة، وتم اختيارهن بالطريقة العشوائية، وتم تقسيمهم الى مجموعتين متكافئتين، بمعدل (١٢) طالبة في مجموعة (الاسلوب التبادلي) و (١٢) طالبة في مجموعة (الاسلوب التدريبي).

تكافؤ المجموعات

يهدف التأكد من تكافؤ المجموعتين في القياس القبلي على الأداء البدني والمهاري في ملعب كرة القدم ، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للقياس القبلي ، وتطبيق اختبار (t- test) للعينات المستقلة (Independent sample T Test) تبعا لمتغير العمر والقياسات القبلية. في ما يلي عرض النتائج:

جدول (٣) : نتائج اختبار (Independent sample T Test). للكشف عن الفروق بين المجموعتين تبعا لمتغير العمر (ن=٢٤)

المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (t)	الدالة الإحصائية
التبادلية (ن=١٢)	17.1667	.71774	-.294	.598
التدريبية (ن=١٢)	17.0833	.66856		

يظهر من الجدول (١) ان قيمة (t) غير دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) بين المجموعتين تبعا لمتغير العمر، وهذا يدل على تكافؤ المجموعتين (الضابطة والتجريبية) في متغير العمر.

جدول (٤) : نتائج اختبار (Independent sample T Test). للكشف عن الفروق بين المجموعتين في القياس القبلي للأداء المهاري (ن=٢٤)

الأختبارات	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (t)	الدالة الإحصائية
دقة التصويب	التبادلية (ن=١٢)	3.4167	1.50504	-1.156	.877
	التدريبية (ن=١٢)	3.3333	1.07309		
دقة التمرير	التبادلية (ن=١٢)	3.4167	.66856	-1.113	.278
	التدريبية (ن=١٢)	3.0833	.79296		

التنطيط والتحكم بالكرة	التبادلية (ن=١٢)	16.2500	3.01888	-0.903	.376
	التدريبية (ن=١٢)	15.1667	2.85509		
الجري المتعرج بالكرة	التبادلية (ن=١٢)	10.5408	.88140	.118	.907
	التدريبية (ن=١٢)	10.5833	.87746		
التمرير لأبعد مسافة	التبادلية (ن=١٢)	16.0333	1.44369	-0.517	.610
	التدريبية (ن=١٢)	15.7417	1.31803		

يظهر من جدول (٢) بأن قيمة (t-test) غير دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) للأداء المهاري وهذا يدل على تكافؤ المجموعة في القياسات القبلية.

جدول (٥) : نتائج اختبار (Independent sample T Test). للكشف عن الفروق بين المجموعتين في القياس القبلي للأداء البدني (ن=٢٤)

الأختبارات	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (t)	الدلالة الإحصائية
الرشاقة	التبادلية (ن=١٢)	8.1717	.30585	.185	.855
	التدريبية (ن=١٢)	8.1950	.31135		
المرونة من الجلوس الطويل	التبادلية (ن=١٢)	11.4167	3.70401	-0.443	.662
	التدريبية (ن=١٢)	10.8333	2.65718		
ثني الذراعين من وضع الأنبساط المائل	التبادلية (ن=١٢)	20.9167	2.31432	-1.028	.315
	التدريبية (ن=١٢)	20.0000	2.04495		
الوثب من الثبات	التبادلية (ن=١٢)	1.3850	.05839	-0.585	.565
	التدريبية (ن=١٢)	1.3717	.05323		
العدو لمسافة ٣٠ متر	التبادلية (ن=١٢)	7.0158	.49984	.024	.981
	التدريبية (ن=١٢)	7.0208	.51417		

يظهر من جدولين (٢) و (٣) بأن قيمة (t-test) غير دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) للأداء المهاري والبدني، هذا يدل على التكافؤ بين المجموعتين (الضابطة والتدريبية) في القياسات القبلية.

متغيرات الدراسة

- المتغير المستقل:

أ- الأسلوب التدريبي في لعبة كرة القدم.

ب- الأسلوب التبادلي في لعبة كرة القدم.

- المتغير التابع: تحسين مستوي الطالبات في الأختبارات البدنية والمهارية في لعبة كرة القدم.

الأدوات المستخدمة في الدراسة

- الأقماع والشواخص.
- ساعة توقيت.
- استمارات تسجيل القياسات لكل طالبة لأختبارات الدراسة.
- صندوق اختبار قياس المرونة.
- كرات قدم.
- شريط قياس.
- مقاعد سويديه.
- صافرة.

الأختبارات المستخدمة في الدراسة

لتحديد الأختبارات البدنية والمهارية قام الباحث بالإطلاع على العديد من المراجع العلمية المتخصصة، وكذلك الإطلاع على الدراسات السابقة المرتبطة بالدراسة الحالية، ثم قام الباحث بأخذ برنامج من دراسة (الشوملي ، ٢٠١٨) و(القرعان، ٢٠١٦) المحكم من محكمين من أصحاب الخبرة والمتخصصين في مجال اساليب التدريس و لعبة كرة القدم. وتم اختيار الأختبارات التي تتناسب مع موضوع الدراسة وهي:

الأختبارات البدنية:

- اختبار الجري من بين الأقماع والذي يقيس صفة الرشاقة (المسافة المقطوعة / ثانية).
- اختبار ثني الجذع من الجلوس الطويل والذي يقيس صفة المرونة (سنتيمتر).
- اختبار ثني الذراعين من وضع الإنبطاح المائل والذي يقيس قوة عضلات الذراعين (عدد التكرارات حتى التعب).
- الوثب من الثبات والذي يقيس القوة الانفجارية لعضلات الرجلين (المسافة المقطوعة/المتر).
- اختبار العدو لمسافة ٣٠ متر والذي يقيس السرعة الإنتقالية (المسافة المقطوعة/ ثانيه).

الأختبارات المهارية :

- اختبار التصويب على مرمى صغير والذي يقيس مهارة دقة التصويب (عدد المرات الصحيحة من ٦ محاولات).
- اختبار التمير على المقاعد السويدية والذي يقيس مهارة دقة التمير (عدد التكرارات الصحيحة خلال ٣٠ ثانية).
- اختبار التنطيط والتحكم بالكرة والذي يقيس مهارة السيطرة على الكرة (عدد التكرارات الصحيحة خلال ٣٠ ثانية).

- اختبار الجري المتعرج بالكرة والذي يقيس مهارة المحاورة (ثانية).
- اختبار التمرير لأبعد مسافة والذي يقيس مهارة التمرير الطويل (متر).

المعاملات العلمية لأداة الدراسة

الصدق

قام الباحثان بالتأكد من صدق البرنامج الأختبارات المعدة لغايات الدراسة، باستخدام طريقة صدق المحتوى وذلك بأخذ الأختبارات من دراسة (الشوملي، ٢٠١٨) و القرعان (٢٠١٦) المحكم و المقنن من محكمين من أصحاب الخبرة والمتخصصين في مجال أساليب التدريس وكرة القدم (ملحق رقم ١).

الثبات والموضوعية

تم التحقق من ثبات وموضوعية الدراسة من خلال تطبيقها على عينة تكونت من (٥) طالبات اخذن من مجتمع الدراسة، وتم استبعادهن من الدخول ضمن عينة الدراسة، وذلك بطريقة الأختبار وإعادةه (Test - Re - Test) وبفارق اسبوع من التطبيقين الأول والثاني، وقد تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين التطبيقين وعلى كل عنصر من عناصر اللياقة البدنية والمهارية.

الجدول (٦) معامل ارتباط بيرسون للأختبارات البدنية

اسم الاختبار	الصدق الذاتي	الثبات	الموضوعية
الرشاقة	٠.٩٣	٠.٨٨	٠.٨٦
المرونة من الجلوس الطويل	٠.٨٩	٠.٨٠	٠.٩٠
ثني الذراعين من وضع الأنبساط المائل	٠.٩١	٠.٨٥	٠.٨٦
الوثب من الثبات	٠.٩١	٠.٨٤	٠.٨٩
العدو لمسافة ٣٠ متر	٠.٩٢	٠.٨١	٠.٩٠

الجدول (٧) معامل ارتباط بيرسون للأختبارات المهارية

اسم الاختبار	الصدق الذاتي	الثبات	الموضوعية
دقة التصويب	٠.٩٠	٠.٨٧	٠.٨٦
دقة التمرير	٠.٨٩	٠.٨٦	٠.٩١
التنظيط والتحكم بالكرة	٠.٩١	٠.٨٨	٠.٩١
الجري المتعرج بالكرة	٠.٨٨	٠.٨٢	٠.٩٠
التمرير لأبعد مسافة	٠.٩٠	٠.٨٥	٠.٨٨

الأختبارات القبلية:

قام الباحث بأجراء الأختبارات القبلية بعد التأكد من ثبات وصدق هذه الأختبارات، والتي جاءت بدرجة معنوية لعينة الدراسة للمجموعتين التجريبيتين، وفي نفس الظروف لكلا المجموعتين.

الأختبارات البعدية:

بعد ان طبقت مجموعتا دراسة البرنامج المقرر لهما ، قام الباحثان بأجراء الأختبارات البعدية في نفس الظروف التي تم اجراء الأختبارات القبلية فيها.

مكان تطبيق البرنامج:

استخدم الباحثان ملعب صالة طبريا الخارجي/اريد لتطبيق البرنامج.

زمن تطبيق البرنامج:

تم تطبيق البرنامج في الفترة الواقعة ما بين الثلاثاء ١١/٩/٢٠١٨ الى الثلاثاء ٦/١١/٢٠١٨، بواقع ٢٤ وحدة تدريسية طول فترة الدراسة، وبواقع (٣) وحدات تدريسية في الأسبوع، وتكونت وقت كل وحدة من (٤٥) دقيقة.

المعالجات الإحصائية:

استخدم الباحث الرزمة للعلوم الاجتماعية (SPSS) :

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- النسب المئوية.
- اختبارات (t-test) للفروق.

عرض النتائج:

عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى للدراسة والتي تنص على : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي باستخدام الأسلوب التبادلي علتحسن مستووالقدرات البدنية والمهارية لدى طالبات مديرية تربية اربد الأولى في لعبة كرة القدم لصالح القياس البعدي.

لأختبار هذه الفرضية، تم تطبيق اختبار (t -test) للعينات المزدوجة (Paired Samples t- test) للكشف عن الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة التي تلقت بواسطة الاسلوب التبادلي.

جدول (٨): نتائج اختبار (Paired Samples t- test) للعينات المزدوجة بين القبلي والبعدي للكشف عن فعالية استخدام الاسلوب التبادلي على تحسين مستوى بعض القدرات البدنية لدى طالبات مديرية تربية اربد الأولى في لعبة كرة القدم.

يظهر من الجدول (٨) ما يلي :

- وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين القياسين القبلي والبعدي لفاعلية استخدام الاسلوب التبادلي على اختبار المرونة من الجلوس الطويل، حيث بلغت قيمة (t) بين القياسين القبلي والبعدي (-٤.٣١١)، وبدلالة الاحصائية (٠.٠٠١). وكانت الفروقات لصالح البعدي بمتوسط حسابي (١٢.٥٨٣٣)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للقياس القبلي (١١.٤١٦٧).

- وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين القياسين القبلي والبعدي لفاعلية استخدام الاسلوب التبادلي على اختبار الوثب من الثبات، حيث بلغت قيمة (t) بين القياسين القبلي والبعدي (-3.540)، وبدلالة الاحصائية (٠.٠٠٥). وكانت الفروقات لصالح البعدي بمتوسط حسابي (1.4275)، بينما بلغ

		البعدي		القبلي		وحدة القياس	الأختبارات
مستوى الدلالة	قيمة t	d.t	الأنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري		
.011	3.052	11	.33350	8.0075	.30585	8.1717	المسافة / ثانيه
.001	-4.311	11	3.14667	12.5833	3.70401	11.4167	المرونة من الجلوس الطويل / سننمر
.007	-3.317	١١	2.64432	21.9167	2.31432	20.9167	ثني الذراعين من وضع الأنبطاح المائل
.005	-3.540	١١	.06580	1.4275	.05839	1.3850	الوثب من الثبات
.001	4.439	١١	.48716	6.9117	.49984	7.0158	العدو لمسافة ٣٠ متر

المتوسط الحسابي للقياس القبلي 1.3850.)

- وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين القياسين القبلي والبعدي لفاعلية استخدام الاسلوب التبادلي على اختبار العدو لمسافة ٣٠ متر، حيث بلغت قيمة (t) بين القياسين القبلي والبعدي (4.439)، وبدلالة الاحصائية (0.001). وكانت الفروقات لصالح البعدي بمتوسط حسابي (6.9117)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للقياس القبلي (7.0158).
- لا توجد فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) لفاعلية استخدام الاسلوب التبادلي على اختباري (الرشاقة وثني الذراعين من الأنبطاح المائل)، حيث كانت قيم (t) غير دالة احصائيا.

جدول (٩): نتائج اختبار (Paired Samples t- test) (للعينات المزدوجة بين القبلي والبعدي للكشف عن فعالية استخدام الاسلوب التبادلي على تحسين مستوى بعض القدرات المهارية لدى طالبات مديرية تربية اربد الأولى في لعبة كرة القدم.

مستوى الدلالة	قيمة t	d.t	البعدي		القبلي		وحدة القياس	الأختبارات
			الأنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
.001	-4.710	١١	.73855	5.0000	1.50504	3.4167	عدد التكرارات	دقة التصويب
.002	-4.022	١١	.45227	4.2500	.66856	3.4167	عدد التكرارات/ ثانيه	دقة التمرير
.001	-4.706	١١	3.10425	18.0000	3.01888	16.2500	عدد التكرارات / ثانيه	التنطيط والتحكم بالكرة
.001	4.402	١١	.79091	10.0558	.88140	10.5408	ثانيه	الجري المتعرج بالكرة
.002	-4.084	١١	1.58485	16.9417	1.44369	16.0333	متر	التمرير لأبعد مسافة

يظهر من الجدول (٩) ما يلي :

- وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين القياسين القبلي والبعدي لفاعلية استخدام الاسلوب التبادلي على اختبار دقة التصويب، حيث بلغت قيمة (t) بين القياسين القبلي والبعدي (-4.710)، وبدلالة الاحصائية (0.001). وكانت الفروقات لصالح البعدي بمتوسط حسابي (5.0000)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للقياس القبلي 3.4167.
- وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين القياسين القبلي والبعدي لفاعلية استخدام الاسلوب التبادلي على اختبار دقة التمرير، حيث بلغت قيمة (t) بين القياسين القبلي والبعدي (-4.022)، وبدلالة الاحصائية (0.002). وكانت الفروقات لصالح البعدي بمتوسط حسابي (4.2500)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للقياس القبلي 3.4167.
- وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين القياسين القبلي والبعدي لفاعلية استخدام الاسلوب التبادلي على اختبار التنطيط والتحكم بالكرة، حيث بلغت قيمة (t) بين القياسين القبلي والبعدي (-4.706)، وبدلالة الاحصائية (0.001). وكانت الفروقات لصالح البعدي بمتوسط حسابي (18.0000)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للقياس القبلي 16.2500.
- وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين القياسين القبلي والبعدي لفاعلية استخدام الاسلوب التبادلي على اختبار الجري المتعرج بالكرة، حيث بلغت قيمة (t) بين القياسين القبلي والبعدي (4.402)، وبدلالة الاحصائية (0.001). وكانت الفروقات لصالح البعدي بمتوسط حسابي (10.0558)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للقياس القبلي 10.5408.

- وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.005$) بين القياسين القبلي والبعدي لفاعلية استخدام الاسلوب التبادلي على اختبار التميرر لأبعد مسافة، حيث بلغت قيمة (t) بين القياسين القبلي والبعدي
- (4.084--)، وبدلالة الاحصائية (0.002). وكانت الفروقات لصالح البعدي بمتوسط حسابي (16.9417)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للقياس القبلي 16.0333).

عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية للدراسة والتي تنص على : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي باستخدام الأسلوب التدريبي على تحسين مستوى بعض القدرات البدنية والمهارية لدى لى طالبات مديرية تربية اربد الأولى في لعبة كرة القدم لصالح القياس البعدي.

لأختبار هذه الفرضية ، تم تطبيق اختبار (t -test) للعينات المزدوجة (Paired Samples t- test) للكشف عن الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية التي درست بواسطة الاسلوب التدريبي.

جدول (١٠): نتائج اختبار (Paired Samples t- test) للعينات المزدوجة بين القبلي والبعدي للكشف عن فاعلية استخدام الاسلوب التدريبي على تحسين مستوى بعض القدرات البدنية لدى طالبات مديرية تربية اربد الأول في لعبة كرة القدم.

يظهر من الجدول (١٠) ما يلي: وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.005$) بين القياسين القبلي والبعدي لفاعلية استخدام الاسلوب التدريبي على اختبار الرشاقة، حيث بلغت قيمة (t) بين القياسين القبلي والبعدي (4.289)، وبدلالة الاحصائية (0.001). وكانت الفروقات لصالح البعدي بمتوسط حسابي (7.9700)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للقياس القبلي 8.1950).

		البعدي		القبلي		وحدة القياس	الأختبارات
مستوى الدلالة	قيمة t	الأنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الأنحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
.001	4.289	.33084	7.9700	.31135	8.1950	المسافة / ثانيه	الرشاقة
.0007	-6.167	2.05971	12.6667	2.65718	10.8333	جهاز المرونة / سنتمتر	المرونة من الجلوس الطويل
.0001	-5.698	2.48022	21.8333	2.04495	20.0000	عدد التكرارات	ثني الذراعين من وضع الأنبطاح المائل
.0001	-5.908	.06501	1.4408	.05323	1.3717	المسافة / متر	الوثب من الثبات
.001	4.458	.51252	6.8900	.51417	7.0208	المسافة / دقيقة	العدو لمسافة ٣٠ متر

- وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين القياسين القبلي والبعدي لفاعلية استخدام الاسلوب التدريبي على اختبار المرونة من الجلوس الطويل، حيث بلغت قيمة (t) بين القياسين القبلي والبعدي (-6.167)، وبدلالة الاحصائية (0.0007). وكانت الفروقات لصالح البعدي بمتوسط حسابي (12.6667)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للقياس القبلي 10.8333().
- وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين القياسين القبلي والبعدي لفاعلية استخدام الاسلوب التدريبي على اختبار ثني الذراعين من وضع الأنبطاح المائل، حيث بلغت قيمة (t) بين القياسين القبلي والبعدي (-5.698)، وبدلالة الاحصائية (0.0001). وكانت الفروقات لصالح البعدي بمتوسط حسابي (21.8333)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للقياس القبلي 20.0000().
- وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين القياسين القبلي والبعدي لفاعلية استخدام الاسلوب التدريبي على اختبار الوثب من الثبات، حيث بلغت قيمة (t) بين القياسين القبلي والبعدي (-5.908)، وبدلالة الاحصائية (0.0001). وكانت الفروقات لصالح البعدي بمتوسط حسابي (1.4408)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للقياس القبلي 1.3717().
- وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين القياسين القبلي والبعدي لفاعلية استخدام الاسلوب التدريبي على اختبار العدو لمسافة 30 متر، حيث بلغت قيمة (t) بين القياسين القبلي والبعدي (4.458)، وبدلالة الاحصائية (0.001). وكانت الفروقات لصالح البعدي بمتوسط حسابي (6.8900)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للقياس القبلي 7.0208().

			البعدي		القبلي		وحدة القياس	الأختبارات
مستوى الدلالة	قيمة t	d.t	الأنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
.0001	-5.863	١١	.42640	5.0000	1.07309	3.3333	عدد التكرارات	دقة التصويب
.001	-4.750	١١	.85280	4.0000	.79296	3.0833	عدد التكرارات/ ثانيه	دقة التمرير
.001	-4.529	١١	4.00000	18.0000	2.85509	15.1667	عدد التكرارات / ثانيه	التنطيط والتحكم بالكرة
.0001	6.065	١١	.77741	10.0050	.87746	10.5833	ثانيه	الجري المتعرج بالكرة
.0002	-5.433	١١	.94628	17.1500	1.31803	15.7417	متر	التمرير لأبعد مسافة

جدول (١١): نتائج اختبار (Paired Samples t- test) للعينات المزدوجة بين القبلي والبعدي للكشف عن فعالية استخدام الاسلوب التدريبي على تحسين مستوى بعض القدرات المهارية لدى طالبات مديرية تربية اربد الأولى في لعبة كرة القدم

يظهر من الجدول (١١) ما يلي:

- وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين القياسين القبلي والبعدي لفاعلية استخدام

		البعدي			القبلي		وحدة القياس	الأختبارات
مستوى الدلالة	قيمة t	d.t	الأنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
.0001	-5.863	١١	.42640	5.0000	1.07309	3.3333	عدد التكرارات	دقة التصويب
.001	-4.750	١١	.85280	4.0000	.79296	3.0833	عدد التكرارات/ ثانيه	دقة التمرير
.001	-4.529	١١	4.00000	18.0000	2.85509	15.1667	عدد التكرارات / ثانيه	التنطيط والتحكم بالكرة
.0001	6.065	١١	.77741	10.0050	.87746	10.5833	ثانيه	الجري المتعرج بالكرة
.0002	-5.433	١١	.94628	17.1500	1.31803	15.7417	متر	التمرير لأبعد مسافة
		البعدي			القبلي		وحدة القياس	الأختبارات
مستوى الدلالة	قيمة t	d.t	الأنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
.0001	-5.863	١١	.42640	5.0000	1.07309	3.3333	عدد التكرارات	دقة التصويب
.001	-4.750	١١	.85280	4.0000	.79296	3.0833	عدد التكرارات/ ثانيه	دقة التمرير
.001	-4.529	١١	4.00000	18.0000	2.85509	15.1667	عدد التكرارات / ثانيه	التنطيط والتحكم بالكرة
.0001	6.065	١١	.77741	10.0050	.87746	10.5833	ثانيه	الجري المتعرج بالكرة
.0002	-5.433	١١	.94628	17.1500	1.31803	15.7417	متر	التمرير لأبعد مسافة

الاسلوب التدريبي على اختبار دقة التصويب، حيث بلغت قيمة (t) بين القياسين القبلي والبعدي (-5.863)، وبدلالة الاحصائية (0.0001). وكانت الفروقات لصالح البعدي بمتوسط حسابي (5.0000)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للقياس القبلي (3.3333).

- وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين القياسين القبلي والبعدي لفاعلية استخدام الاسلوب التدريبي على اختبار دقة التمرير، حيث بلغت قيمة (t) بين القياسين القبلي والبعدي (-4.750)، وبدلالة الاحصائية (0.001). وكانت الفروقات لصالح البعدي بمتوسط حسابي (4.0000)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للقياس القبلي (3.0833).

- وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين القياسين القبلي والبعدي لفاعلية استخدام الاسلوب التدريبي على اختبار التنطيط والتحكم بالكرة، حيث بلغت قيمة (t) بين القياسين القبلي والبعدي (-) 4.529، وبدلالة الاحصائية (0.001). وكانت الفروقات لصالح البعدي بمتوسط حسابي (18.0000)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للقياس القبلي 15.1667 (0).
- وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين القياسين القبلي والبعدي لفاعلية استخدام الاسلوب التدريبي على اختبار الجري المتعرج بالكرة، حيث بلغت قيمة (t) بين القياسين القبلي والبعدي (6.065)، وبدلالة الاحصائية (0.0001). وكانت الفروقات لصالح البعدي بمتوسط حسابي (10.0050)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للقياس القبلي 10.5833 (0).
- وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين القياسين القبلي والبعدي لفاعلية استخدام الاسلوب التدريبي على اختبار التمرير لأبعد مسافة، حيث بلغت قيمة (t) بين القياسين القبلي والبعدي (-) 5.433، وبدلالة الاحصائية (0.0002). وكانت الفروقات لصالح البعدي بمتوسط حسابي (17.1500)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للقياس القبلي 15.7417 (0).

عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \geq 0.05$) عند مستوى الدلالة بين الاسلوبين (التدريبي والتبادلي) في تحسين مستوى بعض القدرات البدنية والمهارية لدى طالبات مديرية تربية اربد الأولى في لعبة كرة القدم.

جدول (١٢): نتائج اختبار (Paired Samples t- test) (للعينات المزدوجة بين الأسلوبين (التبادلي والتدريبي)

في القياس البعدي للكشف عن فاعلية استخدام الأختبارات المهارية على تحسين مستوى المهاري لدى طالبات مديرية تربية اربد الأولى في لعبة كرة القدم.

يظهر من الجدول (١٢) ما يلي:

- وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) في القياس البعدي لفاعلية استخدام الاسلوب التبادلي و التدريبي على اختبار دقة التصويب، حيث قيمة (t)دالة احصائيا، وبدلالة الاحصائية (0.001). وكانت الفروقات لصالح الأسلوب التدريبي بمتوسط حسابي (5.0000)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للأسلوب التبادلي (3.3333).

- وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) في القياس البعدي لفاعلية استخدام الاسلوب

الاختبارات	وحدة القياس	التبادلي - البعدي		التدريبي - البعدي		مستوى الدلالة
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
دقة التصويب	عدد التكرارات	3.3333	1.07309	5.0000	.73855	.001*
دقة التمير	عدد التكرارات / ثانيه	3.0833	.79296	4.0000	.45227	.001*
التنظي والتحكم بالكرة	عدد التكرارات / ثانيه	15.1667	2.85509	18.0000	3.10425	.001*
الجري المتعرج بالكرة	ثانيه	10.5833	.87746	10.0050	.79091	٣١٣.
التمير لأبعد مسافة	متر	15.7417	1.31803	17.1500	1.58485	.002*

التبادلي و التدريبي على اختبار دقة التمير، حيث قيمة (t)دالة احصائيا، وبدلالة الاحصائية (0.001). وكانت الفروقات لصالح الأسلوب التدريبي بمتوسط حسابي (4.0000)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للأسلوب التبادلي (3.0833).

- وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) في القياس البعدي لفاعلية استخدام الاسلوب التبادلي و التدريبي على اختبار التنطيط والتحكم بالكرة، حيث قيمة (t)دالة احصائيا، وبدلالة الاحصائية (0.01). وكانت الفروقات لصالح الأسلوب التدريبي بمتوسط حسابي (18.0000)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للأسلوب التبادلي (15.1667).

الأختبارات	وحدة القياس	التبادلي		التدريبي		مستوى الدلالة	قيمة t	d.t
		المتوسط الحسابي	الأنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الأنحراف المعياري			
الرشاقة	المسافة / ثانيه	8.0075	.33350	7.9700	.33084	٤١٥.	4.289	11
المرونة من الجلوس الطويل	جهاز المرونة / سنتمتر	12.5833	3.14667	12.6667	2.05971	٥١٢.	-6.167	11
ثني الذراعين من وضع الأنبطاح المائل	عدد التكرارات	21.9167	2.64432	21.8333	2.48022	٤١١.	-5.698	١١
الوثب من الثبات	المسافة / متر	1.4275	.06580	1.4408	.06501	٤٧٨.	-5.908	١١
العدو لمسافة ٣٠ متر	المسافة / دقيقة	6.9117	.48716	6.8900	.51252	٤٧٥.	4.458	١١

- وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) في القياس البعدي لفاعلية استخدام الاسلوب التبادلي و التدريبي على اختبار التميرر لأبعد مسافة، حيث قيمة (t)دالة احصائيا، وبدلالة الاحصائية (0.02). وكانت الفروقات لصالح الأسلوب التدريبي بمتوسط حسابي (17.1500)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للأسلوب التبادلي (15.7417).

- لا توجد فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) لفاعلية استخدام الاسلوب التبادلي على اختبار الجري المتعرج بالكرة، حيث كانت قيم (t) غير دالة احصائيا.

جدول (١٣): نتائج اختبار (Paired Samples t- test) للعينات المزدوجة بين الأسلوبين (التبادلي والتدريبي) للكشف عن فعالية استخدام الأختبارات البدنية على تحسين مستوى بعض القدرات البدنية لدى طالبات مديرية تربية اربد الأولى في لعبة كرة القدم.

يظهر من الجدول (١٣) ما يلي:

- لا توجد فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) في القياس البعدي لفاعلية استخدام الاسلوب التبادلي و التدريبي على الاختبارات البدنية ، حيث كانت جميع قيم (t) غير دالة احصائيا.

مناقشة النتائج

النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى تنص:

١. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي باستخدام الأسلوب التبادلي في تحسين

المستوى البدني والمهاري لمهارات كرة القدم لطالبات مديرية تربية اربد الأولى لصالح القياس البعدي.

- اظهرت النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين القياسين القبلي والبعدي فاعلية استخدام الاسلوب التبادلي على الأختبارات البدنية(المرونه من الجلوس الطويل، الوثب من الثبات، العدو لمسافة ٣٠ متر)، ويعزو الباحثان الى أن استخدام اسلوب التدريس التبادلي في التدريب على الأختبارات البدنية في كرة القدم لدى الطالبات يحسن مستواه البدني ويرفع مستوى الثقة لديهن، إضافة إلى أن تكرار المحاولات والتدريب المستمر على أداء المهارات الأساسية في كرة القدم، وتصحيح الأخطاء لبعضهن البعض حيث يصل بالطالبات إلى مرحلة اكتساب التوافق العضلي والحركي والعصبي، متفاديا أخطاءهن فيصبح الأداء البدني لديهن أفضل، أضافه إلى دور المدرس الذي يقوم بمراقبة الطالبات، ويكون بمثابة الموجه والمرشد بين أفراد المجموعة الواحدة، للوصول بالطالبات إلى المستوى المهاري المنشود.

- كما يعزو الباحثان وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين القياسين القبلي والبعدي لفاعلية استخدام الاسلوب التبادلي على الأختبارات المهاريه لدى طالبات كرة القدم إلى أن أفراد هذه المجموعة قد خضعوا لبرنامج متقن خاص باستخدام الاسلوب التبادلي وبشكل منتظم ومستمر؛ إذ أن مدة البرنامج كانت (٨) أسابيع وهي تعتبر مدة كافية لتطوير مستوي الأداء المهاري لدى الطالبات في لعبة كرة القدم، إذ أن التدريب باستخدام هذا الأسلوب يتيح المجال للتطبيق بشكل وافر على هذه المهارات، كما يعزو الباحثان هذه النتيجة إلى التأثير الإيجابي للاسلوب التبادلي على الطالب؛ إذ أن الطالب يعد بمثابة المدرب لزميله مما يساهم في تقديم المعلومة للزميلة، حيث

أنه يعمل على منح الفرصة للطالب لكي يعمل مع زميله، بحيث يكون مرة مؤدياً للمهارة وفي المرة الأخرى يكون ملاحظاً (مدرّب)، فيصحح أخطاءه ويتعلم منه.

- اتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة الكيلاني (٢٠٠٣) والتي أظهرت نتائجها للأسلوب التبادلي اثر ذو دلالة إحصائية في تحسن مستوى بعض المهارات الأساسية في كرة اليد، وفي رياضة السباحة. وتتفق أيضاً مع دراسة الذيابات وآخرون (٢٠١٢) والتي أظهرت نتائجها أن هنالك فاعلية ذو دلالة إحصائية في تحسن بعض عناصر اللياقة البدنية والفسولوجية ولصالح مجموعه الأسلوب التبادلي.

النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية تنص:

١. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي باستخدام الأسلوب التدريبي في تحسين المستوى البدني والمهاري لمهارات كرة القدم لطالبات مديرية تربية اربد الأولى لصالح القياس البعدي.

- أظهرت النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين القياسين القبلي والبعدي لفاعلية استخدام الاسلوب التدريبي على تحسين الأداء البدني لدى طالبات كرة القدم إلى أن استخدام اسلوب التدريس التدريبي في التدريس على المهارات البدنية في كرة القدم لدى الطالبات، ويعزو الباحثان ذلك الى ان الأسلوب التدريبي يوفر لدى الطالبات الوقت لتطبيق والتدريب على هذه المهارات، وبشكل ذاتي ويعطي الفرصة لتكرارها والتدريب على المراحل والخطوات الفنية لها، الأمر الذي ينعكس إيجاباً على مستوى الأداء البدني عند الطالبات، ويؤدي إلى اتخاذ القرار المناسب من حيث التنفيذ والتقييم . كما يعزو الباحثان وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين القياسين القبلي والبعدي لفاعلية استخدام الاسلوب التدريبي على الأداء المهاري لدى طالبات كرة القدم، يعود إلى التأثير الايجابي لهذا الأسلوب الذي ساهم في إعطاء الوقت الكافي للطالبات للتدريب وممارسة المهارات، وكذلك التطبيق بعيداً عن أوامر المدرب المباشرة، وكذلك العامل النفسي الذي حدث للطالبات من خلال التخلص من الخجل والعمل ضمن إمكاناتهم الفردية، مما أدى إلى زيادة الرغبة في التطبيق

والتدريب، فأصبح هنالك تحسن ملحوظ في دقة وسرعه أداء هذه المهارات، وكذلك توفر معلومات مرجعية في كرت
الفعاليات المخصص للمهارة المعطاة للرجوع إليه عند اللزوم. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة محسن (٢٠٠٦) والتي
أظهرت نتائجها أن هنالك اثر ذو دلالة إحصائية للأسلوب التدريبي على تعلم مهارات كرة السلة، وتتفق مع دراسة
الذيابات (٢٠١٣) والتي هدفت إلى قياس المتعة المتوافرة في دروس التربية باستخدام اساليب تدريسية مختلفة.(٢١)

النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة تنص:

١. توجد فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \geq 0.05$) عند مستوى الدلالة بين الاسلوبين (التدريبي والتبادلي) في
تحسين المستوى البدني والمهاري لمهارات كرة القدم لطالبات مديرية تربية اربد الأولى .

اظهرت النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) في القياس البعدي
لفاعلية استخدام الاسلوب التبادلي و التدريبي على الأختبارات المهامية (دقة التصويب، دقة التمرير، التنطيط والتحكم بالكرة،
التمرير لأبعد مسافة)، ويعزو الباحثان الى انه من مميزات الأسلوب التبادلي والتدريبي يساعدن على اظهار المهارات الفردية
والأبداع ويعطي وقتا كافيا للطالبات للممارسة الفعالة للمهارة ويعطي الطالبات مجال واسع للأبداع في تنفيذ المهارة(خفاجة
ومجد، ٢٠١٤)، وهذا ما ساعد الطالبات على اداء الأختبارات المهامية بشكل افضل، ويعزو الباحثان ذلك ايضا انه كلما كانت
الطالبة متوافقة اجتماعيا مع فريقها ارتفع مستوى اداءه للمهارة ولاحظ ذلك في قنوات التطور في الأسلوبين التبادلي والتدريبي
من الناحية الاجتماعية كانت عالية(خفاجة ومجد، ٢٠١٤). كما يعزو الباحثان عدم وجود فروق ذات دلالة الاحصائية عند
مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) في القياس البعدي لفاعلية استخدام الاسلوب التبادلي و التدريبي على الاختباراناالبدنية، يعود الى ان
قنوات تطور المستوى البدني للطالبات في الأسلوب التبادلي والتدريبي تكون ضعيفة (خفاجة ومجد، ٢٠١٤). وتؤكد الدراسات
الحديثة الى ان الطالب يحتاج الى طرق اساليب متنوعة لاكتساب الصفات البدنية والمهامية تختلف عن الأسلوب
التقليدي(الذيابات، ٢٠١٣). (٢٨)

- اتفقت هذه النتيجة مع (الشوملي، ٢٠١٨) الى انه هناك فاعلية لاستخدام أسلوب التدريس التدريبي والتبادلي على
تحسين مستوى بعض عناصر اللياقة البدنية ، ولم تتفق مع (عبد الرزاق، ٢٠١٢) والتي اظهرت انه هناك اثر ذو
دلالة في تحسين بعض الصفات البدنية وتطور بعض المتغيرات الفسيولوجية بأستخدام الأسلوبين التدريبي والتبادلي.

الاستنتاجات

- في ضوء اهداف الدراسة وأسئلتها وإستنادا الى المعالجات الأحصائية وتحليل النتائج توصل الباحثان الى الأستنتاجات التالية :
- اظهرت النتائج ان كلا اسلوبي التدريس (التبادلي والتدريبي) له فاعلية في تحسين مستوى الأداء المهاري في لعبة كرة القدم النسائية.
- وجود فاعلية لأستخدام اسلوبي التدريس (التبادلي، والتدريبي) في تحسين المستوى البدني والمهاري في القياس البعدي.
- يعتبر الأسلوب التبادلي افضل من الأسلوب التدريبي في تحسين مستوى الأداء البدني والمهاري في لعبة كرة القدم النسوية.

التوصيات

بعد عرض النتائج ومناقشتها يوصي الباحثان بالتوصيات الآتية:

- التركيز على اهمية استخدام اساليب التدريس المتنوعة في تحسين مستوى الأداء البدني والمهاري لما لها من دور ايجابي ملموس.
- التأكيد على ضرورة استخدام أكثر من اسلوب تدريسي خلال الدرس اليومي لتحقيق النتائج الموضوعية.
- ضرورة تفعيل اساليب التدريس في درس التربية الرياضية وخاصة في رياضة كرة القدم النسوية.
- اجراء دراسات مشابهة لاستخدام اسلوبي التدريس (التبادلي والتدريبي) على عينات تعليمية اخرى لإثبات وتأكيد فاعلية هذه الأساليب.
- اجراء دراسات اخرى للعبة كرة القدم النسائية على عينات اخرى لتطور مستوى هذه الرياضة.

المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

١. انشراح الشوملي (٢٠١٨). دراسة مقارنة بين استخدام أسلوب تدریس على اكتساب بعض عناصر اللياقة البدنية لدى طالبات المرحلة الثانوية - مديرية تربية عين الباشا. رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة اليرموك - الأردن.
٢. بسام عبد الرزاق (٢٠١٢). تأثير اسلوبي التدریس التبادلي والتدريبي على تطوير بعض الصفات البدنية والمتغيرات الفسيولوجية لدى طلبة مساق التربية الرياضية بجامعة الزيتونة في كرة السلة، مجلة المنهج العلمي والسلوك، العدد (11) الجزء الثاني، جامعة الزيتونة، الأردن.
٣. توفيق القوابعه (٢٠٠٨). أثر برنامج تعليمي مقترح لبعض مهارات الجمباز باستخدام استراتيجيات تدريسية حديثة على المستوى المهاري والتفكير الابتكاري لدى تلاميذ المرحلة الأساسية، أطروحة دكتوراه غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
٤. حازم الزحرأوي (٢٠١٨). اتجاهات طالبات كلية التربية الرياضية نحو مسابقات كرة القدم في جامعة اليرموك، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، الأردن.
٥. حسن السعود (٢٠١٣). القياسات الجسمية المساهمة في انجاز عناصر الاداء الحركي للاعبين كرة القدم، دراسات العلوم التربوية، المجلد (٤٠)، العدد (١).
٦. حسن الوديان ونارت شوكة (٢٠٠٩). القدرات البدنية الخاصة لدى لاعبي التايكوندو الحاصلين على الحزام الأسود في الأوزان المختلفة (دراسة مقارنة)، مجلة بحوث التربية الرياضية، المجلد ٤٣، العدد ٨١.
٧. خنفر، وليد (٢٠١٠). طرق وأساليب تدریس التربية البدنية والتمرينات، مطبعة النصر - الحجاوي، نابلس فلسطين
٨. معين الخلف ومحمد الذيابات (٢٠١٣) تأثير استخدام أسلوب تدریس الأمري والتبادلي في تعليم بعض المهارات الأساسية بكرة الطاولة للمبتدئين، مجلة دراسات (العلوم التربوية)، المجلد ٤٠، ملحق ٣.
٩. ضياء الخياط (٢٠٠٩) تأثير استراتيجية بعض الاساليب التعليميه من الطريقه الجزئيه في اكتساب واحتفاظ بعض مهارات الجمناستك على جهاز الحلق، وقائع المؤتمر العلمي الثاني - جامعة اليرموك - اربد - الاردن.
١٠. محمد ذيابات واحمد العكور (٢٠١١) تأثير التدریس التبادلي والتدريبي على تطوير بعض الصفات البدنية والمتغيرات الفسيولوجية لدى كلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك في التنس الأرضي، مجلة جامعة السابع في أبريل، طرابلس.

- ١١ . محمد الذيابات ونارت شوكة (٢٠١٢) اثر استخدام أسلوبى التدريس التدرىبى والتبادلى على تطوير عناصرمنتقاء فى اللىاقة البدنىة و بعض المتغىرات الفسىولوجىة لدى لاعبى العاب القوى بجامعة اليرموك، مجلة دراسات (العلوم التربوىة)، الجامعة الأردنىة-الأردن.
- ١٢ . محمد الذيابات (٢٠١٣) قىاس المتعة المتوافرة فى دروس التربىة الرىاضىة باستخدام أسالىب تدرىس مختلقة، مجلة جامعة الأقصى(سلسلة العلوم الإنسانىة)،المجلدالتاسع عشر،العدد الأول، ص ٣٦٠-٣٨٤.
- ١٣ . محمود الرىبىى و صالح أمىن (٢٠١١).طرائق تدرىس التربىة الرىاضىة وأسالىبها ،بىروت- لبنان، دار الكتب العلمىة.
- ١٤ . محمد رضوان و احمد متولى (٢٠٠٤).اللىاقة البدنىة للجمىع، القايرة - مصر: مركز الكتاب للنشر.
- ١٥ . مصطفى السابح (٢٠٠٣). أسالىب التدرىس فى التربىة البدنىة والرىاضىة، مكتبة الإشعاع، الأسكندرىة.
- ١٦ . فداء اكرم (٢٠٠٦). أثر استخدام التعلّم التعاونى على وفق إستراتىجىة تدرىس الأقران فى تعلم مهارات كرة القدم، مجلة الرافدىن للعلوم الرىاضىة، المجلد ١٢، العدد ٤١، كلىة التربىة الرىاضىة.
- ١٧ . سمر الشامىلة (٢٠٠٣). أثر استخدام ثلاثة أسالىب تدرىس (الأمرى والتطبىقى والشامل) فى تعلم مهارتى الدرجه الأمامىة من الطىران والقفز فتحا عن حصان القفز فى الجمباز للصف الخامس الأساسى، رساللة ماجستىر غىر منشورة، جامعة مؤتة، الكرك-الأردن.
- ١٨ . عصام الذىن عبد الله و بدوى عبد العال (٢٠٠٦).طرق تدرىس التربىة البدنىة بىن النظرىة والتطبىق، ط١، دار الوفاء لدىنا الطباعة والنشر،الإسكندرىة.
- ١٩ . محمد القرعان (٢٠١٦).أثر استخدام استراتىجىة التعلّم التعاونى على اكتساب بعض مهارات كرة القدم لدى طلبة كلىة التربىة الرىاضىة فى جامعة اليرموك، رساللة ماجستىر غىر منشورة،جامعة اليرموك.
- ٢٠ . غازى الكىلانى (٢٠٠٣). اثر استخدام ثلاثة أسالىب تدرىس (الأمرى، التبادلى، الذاتى) على تعلم بعض المهارات الأساسىة فى لعبة كرة الید وفى رىاضة السباحة. رساللة دكتوراه غىر منشورة،جامعة عمان العربىة للدراسات العلىا، عمان، الأردن.ص٣٤-٧٦.

- ٢١ . محسن عبد الجبار (٢٠٠٦). تأثير تدريس بأسلوب التدريري والتبادلي في درس التربية الرياضية لمهارات كرة السلة للطلاب، مجلة علوم الرياضة في عالم متغير، المؤتمر العلمي الدولي الخامس، المجلد الثاني، الجامعة الأردنية، عمان-الأردن.
- ٢٢ . ميرفت خفاجة ومصطفى محمد (٢٠١٤). المدخل الى طرق تدريس التربية الرياضية، دار الوفاء، الإسكندرية، مصر.
- ٢٣ . غازي محمود (٢٠١١). كرة القدم المفاهيم والتدريب، ط١، مكتبة المجتمع العربي، عمان.
- ٢٤ . معين عودات (٢٠٠٢). أثر استخدام أسلوب التدريس الأمري والتدريري على سلوكات معلمي التربية الرياضية (دراسة مقارنة)، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك، الأردن.
- ٢٥ . فوزيه مندرة (٢٠٠٧). تأثير أسلوب التدريس التبادلي والتدريري على تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز ومفهوم الذات لتلميذات التعلم الأساسي (المرحلة الإعدادية)، المؤتمر العلمي الثاني، المستجدات العلمية في التربية الرياضية، جامعة اليرموك - الأردن.
- ٢٦ . نذير النعمان (٢٠١٣). أثر استخدام الطريقة التدريرية على تعلم سباحة الزحف على الظهر لدى طلبة كلية التربية الرياضية / جامعة اليرموك ، المؤتمر العلمي الدولي السادس ، كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك.
- ٢٧ . سمير النوباني (٢٠١٥). اثر استخدام بعض استراتيجيات التدريس على تطوير بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي التايكوندو في المركز الاولمبي- جرش، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة اليرموك، كلية التربية الرياضية، الأردن.
- ٢٨ . ميرفت خفاجة، ومحمد مصطفى (٢٠١٤). المدخل الى طرق تدريس التربية الرياضية، دار الوفاء، الإسكندرية، مصر.
- ٢٩ . ضياء الخياط (٢٠٠٩). تأثير استراتيجية بعض الاساليب التعليميه من الطريقه الجزئيه في اكتساب واحتفاظ بعض مهارات الجمناستك على جهاز الحلق، وقائع المؤتمر العلمي الثاني - جامعة اليرموك - اربد- الاردن.

ثانياً: المراجع الأجنبية ومواقع الإنترنت

1. Beckett, K. (1990). The effects of two teaching Styles on college Students achievement of selected physical education out comes. journal of Teaching in physical education, 10, 153- 169.
2. Dopsaj, M. (2012). Jumping Performance in Elite Female Volleyball playe: Related toPlaying Positions: A Practical Multidimensional Assessment Model. Serbin Journal of Sports Sciences, 6(2). 61-69.
3. FIFA. Technical Report and Statistics (2011). FIFA Women's World Cup Germany. Page 109-110.
4. Morgan, K. Kingston, K. and Sproule, J. (2005). Effects of Teaching Styles on the Teachers Behaviors that Influence the Motivational Climate and Pupils Motivation in Physical Education. European Physical Education Review, 11(3),257-258.
5. Mosston and Ashworth (2002). Teaching physical Education, 5th edu. New York, Benjamin Cummings.P.123-157.
6. Mosston, M. and Ashworth, S. (1990), **The Spectrum of Teaching Styles**, New York; Longman.
7. Mosston, M. and Ashworth, S. (2002), **Teaching Physical Education**, 5th edn. New York, Benjamin Cummings.
8. Salvava, M., Jess, M., Abbott, A., and beggar (2006). A preliminary Studs to Investigat the in Flounce of Different Teaching Styles on Pupils Goal Orientations in Physical Education. European Physical education review. 12. 1, 15.

الملخص باللغة العربية

هدفت هذه الدراسة للتعرف الى فعالية أسلوبي التدريس (التبادلي والتدريبي) على تحسين المستوى البدني والمهاري لدى طالبات مديرية تربية اربد الأولى في لعبة كرة القدم، حيث اجريت الدراسة الحالية على مجموعة من طالبات مديرية تربية اربد الأولى، بحيث تكونت عينة الدراسة من (٢٤) طالبة تم اختيارهن بالطريقة العشوائية، وتم تقسيمهن الى مجموعتين تجريبيتين المجموعة الأولى ضمت (١٢) طالبة وتم تدريسهن بالطريقة التبادلية، والمجموعة الثانية (١٢) طالبة وتم تدريسهن بالطريقة التدريبية وذلك الفصل الدراسي الأول (٢٠١٨-٢٠١٩) اثناء الدوام الرسمي، استخدم الباحثان المنهج التجريبي وذلك لمناسبته لطبيعة وأهداف الدراسة، وتم تطبيق البرنامج لمدة (٨) اسابيع.

واظهرت النتائج وجود أثر لأستخدام الأسلوب التبادلي على تحسين المستوى البدني في الأختبارات الأتية: (المرونة من الجلوس الطويل، الوثب من الثبات، العدو لمسافة ٣٠ متر) وعدم وجود أثر في الأختبارات (الرشاقة و ثني الذراعين من وضع الأنبطاح المائل). بينما كان هناك فاعلية لأستخدام الأسلوب التبادلي على تحسين المستوى المهاري. واطهرت النتائج وجود أثر لأستخدام الأسلوب التدريبي على تحسين المستوى البدني والمهاري، واطهرت النتائج ان الأسلوب التدريبي افضل من الأسلوب التبادلي في تحسين مستوى الأداء البدني والمهاري لدى الطالبات.

ويوصي الباحثان لأهمية استخدام الأسلوبين التبادلي والتدريبي في المدارس وكلليات التربية الرياضية حتى تسهم في تحسين المستوى البدني والمهاري للطلاب، ويوصي الباحثان ايضا بتزويد الأتحاد الأردني لكرة القدم بهذه الدراسة لزيادة الأهتمام بالدراسات العلمية في مجال كرة القدم النسوية.

Abstract

The present study aims at investigating the effect of some teaching Styles on enhancing the physical and skilled level of female students at Irbid First Education Directorate in football game. The study was conducted on a group of female students from Irbid First Education Directorate; whereby the sample of the study consist of 24 female student who chosen randomly. The study sample was divided into two experimental groups; the first group consist of (12) students taught by the interchangeable approach, and the second consist of (12) taught through the training approach during the academic year (2018-2019). As well as, the experimental approach was applied because of its consistent to the nature) weeks; (3) teaching units per week. In addition, ^and goals of the study. The program was applied for (to achieve the study goals. The results showed that there is a moral effect for using the interchangeable on enhancing the physical level in testing (Flexibility in sitting for long time, jumping from stand, running for 30 Meters), and there is statistically significance for testing the Fitness, binding the two arms from the position of slant angle). However, there is a statistically significance for using the interchangeable approach in enhancing the skilled level. The results indicate that there is a statistically significance for using the training approach on enhancing the physical and skilled level. However, the training approach is more effective than the interchangeable approach in enhancing the physical and skilled level for female football players. The researchers recommended applying the both approaches the interchangeable and training in schools and training centers in order to enhance the professional and skilled for students. Moreover, the researchers recommends providing the Jordanian sport federation with study in order to enhancing the physical sciences researches.

Keywords: *Teaching Styles, Practice Style, Reciprocal program design Style, physical level, Skill level*