

تأثير التعلم باستخدام أسلوب التضمنين على مستوى الأداء المهاري والرقمي في رمي الرمح لدى طلاب كلية التربية الرياضية

* د/ محمد عبد العظيم عبد الحميد

المقدمة ومشكلة البحث:

تسعى المؤسسات التعليمية إلى تحقيق الأهداف الموضوعة للعملية التعليمية بدرجة عالية من الكفاءة والجودة والإتقان مع الاهتمام باحتياجات وميول المتعلم - لذلك نجد أن المعلون يسعون إلى تطوير استخدام أساليب التدريس التي تتماشى مع قدرات المتعلم والموقف التعليمي بهدف الوصول بالمتعلم إلى أعلى المستويات وتحقيق الأهداف المنشودة.

يرى محمود عبده خليفة ٢٠٠٢م أن "التعلم من الموضوعات الهامة التي تشغل المهتمين بالعملية التعليمية للوصول إلى الإجابة على العديد من الأسئلة المحيرة للقائمين بالعملية التعليمية، لمعرفة كيف يحدث التعلم وما هي مبادئه وقوانينه وما هي العوامل التي تساعد على التعلم الجيد ، والعوامل التي تعقبه والعديد من الأسئلة المحيرة لهذه العملية التي تتم بشكل معقد، والتي تعمل دراستها على زيادة فهمنا لشخصية الإنسان وتدعم نتائجها إطاراً نظرياً يفهم على أساسه تكوين البناء النفسي للإنسان ويساهم في ضبط وتوجيه وتعديل السلوك للأفراد من الناحية العملية . (٨: ٣٢)

ويشير ياسر عبد العظيم سالم ١٩٩٨م إلى أن عمليات التعليم في التربية الرياضية من أهم الجوانب في العملية التعليمية والتربوية والتي تتطلب دائماً البحث عن حلول منطقية لكل معوقاتها ومشكلاتها ، باعتبار أن نجاح العملية التعليمية والتربوية ككل مرهون بمدى ما يستخدمه القائمون على هذه العملية من أساليب وطرق مختلفة لإنجاح عملية التعلم . (١١ : ٢٩١)

وتعتبر كليات التربية الرياضية أحد المؤسسات التربوية التي تتعهد بإعداد المتخصصين والمؤهلين لتولي مهمة تعليم وتدريب الطلاب على أساس علمي لإعدادهم ليكونوا كوادراً تعليمية يمثلون الوطن في مختلف المحافل الرياضية من خلال عملهم وكذلك تولي قيادة الحركة الرياضية في مجال التعليم والتدريب والإدارة.

وترى أمنية عبدالحكيم (٢٠١٧) أن تعدد أساليب التدريس في التربية الرياضية يدل على عدم وجود أسلوب محدد يساهم في التنمية المتكاملة ، وتبرز كفاءة المعلم في تقديم الجديد بصفة مستمرة مع معرفته بالأساليب المختلفة على أن يجعل من المتعلم متفاعلاً وإيجابياً لا مجرد مستقبل. (٢: ٩١)

* مدرس بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الزقازيق.

كما أكد ابراهيم حجازي (٢٠١٤ م) أن نجاح العملية التربوية في مجال التربية الرياضية يتوقف علي اختيار المعلمين لطرق وأساليب التدريس المناسبة للتغلب علي المعوقات والمشكلات التي تعترض العملية التعليمية والبحث عن حلول منطقية لها. (١: ١٠٠)

كما يذكر جيري فلونج ؛ وليام هنجستون (٢٠٠٤م) انه يختلف دور المتعلم في المواقف التعليمية التي تصمم في ضوء فلسفه وأهداف التعليم الفاعل عن دوره في المواقف التعليمية النمطية ، حيث إن المتعلم في الموقف التعليمي التقليدي هو مستقبل لما يقدمه له المعلم ، وعليه إن يحفظ ما يتلقاه ليستعيده كما هو عندما يسأل فيه ، إما دور المتعلم في التعليم الفاعل فهو باحث عن المعلومات بنفسه ، وعليه أن يحدد المعلومات التي يحتاجها ويبحث عنها في مصادر متعددة ومتنوعة (٣: ١٢٤) .

ويُعد أسلوب التضمين من ضمن الأساليب الحديث، ويهدف إلى احتواء وتضمين جميع المشاركين حيث يركز العمل على دور الطالب في عملية التعليم وتتحصر اتخاذ القرارات هنا على الطالب بحيث يستطيع اتخاذ قراره فيما يخص قدراته وقابليته أي ضمان استمرارية المشاركة في الأداء وتطويره.(١٠: ٢٣٣)

وقد اتفق كلام من "حسن عبد الغفار وآخرون (١٩٩٤م) ، "عبد العظيم عبد الحميد (١٩٩٥م) ، "مديحه ممدوح سامي ووفاء محمد أمين" (١٩٩٧م)، خيرية السكري وسليمان علي حسن (١٩٩٧م) علي أن المراحل الفنية لمسابقة دفع الجلة تتمثل في(القبض علي الجلة وحملها - وقفه الاستعداد - التحفز - الزحف - الدفع - التخلص - التغطية والاتزان). (٤: ١٥٨)، (٩: ٢٠٣) ، (٥: ٢٢٥ - ٢٢٨) (٩: ٣٨ - ٤٨) .

ومن هنا يري الباحث أنه يجب مواكبة التطور الكبير الذي حدث في طرق وأساليب التدريس باختيار ما يتناسب منها مع زيادة أعداد الطلاب وضيق وقت الوحدة التعليمية مما يخفف العبء علي المعلم ويتيح للمتعلمين فرصة الاشتراك الإيجابي في العملية التعليمية ، ومن خلال إطلاع الباحث على أساليب التدريس المختلفة في المراجع العلمية والدراسات السابقة وجد الباحث أن أسلوب التضمين قد يكون أكثر تأثيراً وفاعلية في التغلب علي أوجه القصور المختلفة في العملية التعليمية.

ولأهمية تعلم المراحل الأساسية لمهارة رمي الرمح كأحدى المهارات المقررة على طلاب كلية التربية الرياضية ونظراً لأن هؤلاء الطلاب لم يقوموا من قبل بتعلم أو التدريب على تكنيك الأداء في هذه المهارة ، لذلك تجلت أهمية البحث في استخدام أسلوب التضمين (الاحتواء) لتدريس هذه المهارة وتحسين مستوى الأداء الفني والرقمي لأن هذا الأسلوب يراعى الفروق الفردية ويعمل

على احتواء كل طالب واشتراكه كلاً حسب قدراته وقابليته حيث يركز العمل على دور المتعلم في عملية التعليم ويوفر لجميع الطلاب القيام والمشارك بالأداء.

ومن خلال عمل الباحث باعتباره أحد أعضاء هيئة التدريس بقسم المناهج وطرق التدريس لاحظ أن هناك ضعفاً واضحاً في مستوى الأداء الفني والرقمي لدى الطلاب حيث تعد مهارة رمي الرمح من المهارات التي يواجه المتعلمون صعوبة كبيرة في تعلمها مما يستوجب بذل الجهود واستخدام أساليب وطرق متنوعة وعديدة، لذا رأى الباحث إعداد أسلوب تدريسي بطريقة التضمين يحتوي على واجبات تقسم المهارة إلى مستويات حسب صعوبتها يتناسب ومقدرة الطلاب البدنية والمهارية ويراعى الفروق الفردية بينهن يمكن من خلاله تحسين مستوى الأداء في مهارة رمي الرمح.

أهمية البحث والحاجة إليه :

وتكمن أهمية البحث والحاجة إليه في النقاط التالية :

- مساندة الاتجاهات التربوية الحديثة في استخدام أساليب تدريسية جديدة قد تؤدي إلى نتائج إيجابية في العملية التعليمية .
- التعرف على تأثير استخدام أسلوب التضمين في تدريس مسابقة رمي الرمح قد يوفر مواقف تعليمية - تدريسية يمارس فيها مهارات التدريس والاحتواء والتضمين بصورة أكبر ، الأمر الذي ينعكس على إشراك الطلاب بإيجابية وبصورة فعالة في العملية التعليمية .
- توفير برنامج تعليمي قد يحسن الأداء المهارى والنقاط التعليمية والفنية فى مسابقة رمي الرمح .

هدف البحث :

- يهدف البحث التعرف على تأثير أسلوب التضمين على مستوى الأداء المهارى والرقمي في رمي الرمح لدى طلاب كلية التربية الرياضية وذلك من خلال :-
- ١- التعرف على تأثير البرنامج التعليمي المقترح بإستخدام أسلوب التضمين على مستوى الأداء المهارى لمهارة رمي الرمح لدى الطلاب عينة البحث .
 - ٣- التعرف على تأثير البرنامج التعليمي المقترح باستخدام أسلوب التضمين على المستوى الرقمي في دفع الجلة لدى الطلاب عينة البحث.

فروض البحث :-

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسات البحث الثلاث (قبليّة - بعديّة) في مستوى الأداء المهاري ولصالح القياس البعدي الأعلى لدى عينة البحث .
- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسات البحث (قبليّة - بعديّة) في المستوي الرقمي لصالح القياس البعدي الأعلى لدى عينة البحث .

المصطلحات:

أسلوب التضمين:

تعرفه هناء عبد الكريم حسن (٢٠٠٥م) نقلاً عن "موستون" ١٩٩١م أنه أحد الأساليب الذي يعطي المتعلمين الاحتواء والتضمين حيث يكون لديهم مستوى معين للدخول في الأداء يسمح لهم بالمشاركة والنجاح في أداء الواجب ويعطيهم فرصة للتقدم والتطور المستمر. (١٠ : ٢٠٢)

الدراسات المرجعية:

١- دراسة: عصام عاطف عبدالستار (٢٠١٨م) (٦) بعنوان " تأثير استخدام التعلم النشط على جوانب تعلم بعض المهارات بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الاعدادية"، استخدم الباحث المنهج التجريبي واشتملت العينة على (٦٠) تلميذ يمثلون ثلاث فصول بنسبة مئوية قدرها ٥٠٪، وقد تم استخدام الاختبارات البدنية والمهارية كأدوات لجمع البيانات. وكان من أهم النتائج: أن برنامج التعلم النشط بإستراتيجيه (فكر-زواج-شارك) اظهر تأثيرا ايجابيا علي التحصيل المعرفي ومستوي اداء مهارات كره اليد (تنطيط-تصويب-تمرير) حيث توجد فروق داله احصائيا بين متوسطي القياسيين القبلي والبعدي للمجموعه التجريبيه لصالح القياس البعدي لتلاميذ الصف الثاني الاعدادي - ان البرنامج التقليدي (الشرح والنموذج) اظهر تأثيرا ايجابيا علي التحصيل المعرفي ومستوي اداء بعض مهارات كره اليد (تنطيط-تصويب-تمرير) حيث توجد فروق داله احصائيه بين متوسطي القياسيين القبلي والبعدي للمجموعه الضابطه لصالح القياي البعدي لتلاميذ الصف الثاني الاعدادي .

٢- دراسة: Ewelina Somrzeww- ska (٢٠١٥م) (١٢) بعنوان: امثلة مختارة من أساليب التدريس التفاعليه بمركز جيو التعليمي في مدينه كيكليس ببولندا، استهدف البحث التعرف على تأثير بعض الأمثلة المختارة من أساليب التدريس بمركز جيو التعليمي ببولندا، استخدمت الدراسة المنهج التجريبي، واشتملت العينة على بعض المتعلمين في بعض المدارس الحكومية. وكان من أهم النتائج: أن أساليب التدريس تجعل للمتعلم دور ايجابي يتميز بكونه عنصر نشط وفعال داخل الصف لما تتسم به هذه الاسباب من التفاعل بين المعلم والمتعلم خلال العملية التعليمية.

٣- دراسة: زان غاو واخرون , Zan Gao et.al., (٢٠١٢م) (١٣) بعنوان " تأثير التعلم النشط علي مستوى الدافعيه ومستويات النشاط البدني واستمرار بذل الجهد"، هدفت الدراسة التعرف علي تأثير التعلم النشط علي مستوى الدافعيه ومستويات النشاط البدني واستمرار بذل الجهد، استخدمت الدراسة المنهج التجريبي واشتملت العينة على عدد (٢٢٥) طالباً، كما تم استخدام -مقياس الدافعيه - اختبارات بدنيه كأدوات لجمع البيانات. وكان من أهم النتائج وجود فرق نحو دلالة احصائية في الاختبار التحصيلي مستوى الدافعيه ومستويات النشاط البدني واستمرار بذل الجهد لصالح

المجموعه التجريبيه

إجراءات البحث:

أولاً: منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي ذو المجموعتين (التجريبية - الضابطة) باستخدام القياس القبلي والبعدي لمناسبه لطبيعة وإجراءات هذا البحث.

ثانياً: مجتمع وعينة البحث

تم اختيار مجتمع البحث من طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة الزقازيق للعام الدراسي الجامعي (٢٠٢٢/٢٠٢٣م)، والبالغ عددهم (٩٠٨) طالباً، وتم اختيار عينة البحث من طلاب الفرقة الثانية تخصص ألعاب قوى وعددهم (٧٦) طالب، وقد تم استبعاد عدد (٢٠) طالب للدراسة الاستطلاعية وبذلك تصبح عينة البحث الأساسية (٥٦) طالب تم تقسيمهم إلى مجموعتين كما يلي :

- المجموعة التجريبية:

قوامها (٢٨) طالباً ، وتم إخضاعهم للتعلم بأسلوب التضمين داخل البرنامج التعليمي..

- المجموعة الضابطة :

قوامها (٢٨) طالباً ، وتم التدريس لهم بتطبيق البرنامج باستخدام أسلوب الأوامر .

والجدول التالي يوضح توصيف مجتمع وعينة البحث

جدول (١)

التوصيف الإحصائي لمجتمع وعينة البحث

حجم عينة البحث		إجمالي مجتمع البحث	
عينة البحث الاستطلاعية	عينة البحث الأساسية	طلاب الفرقة الثانية (ألعاب قوى)	المستبعدون
٢٠ طالب	٢٨ ضابطة	٥٦	٩٠٨
	٢٨ تجريبية	٥٦	٥٦
	٥٦ طالباً		

وقد قام الباحث بتوصيف عينة البحث في بعض (السن والطول والوزن) وبعض القدرات البدنية، والجدولين أرقام (٢) ، (٣) توضح ذلك.

جدول (٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء لإفراد عينة البحث في متغيرات

النمو والاختبارات البدنية ومستوى الأداء المهاري والرقمي في رمي الرمح ن=٧٦

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
السن	سنة	١٩.١٦٥	١٩	٠.٤٠٦	١.٢١٦
الطول	سم	١٧٥.٨٣٥	١٧٥	٦.٠٦٠	٠.٤١٤
الوزن	كجم	٦٩.٨٧٣	٧٠	٧.٥١٠	٠.٠٥١-
اختبار الوثب العريض من الثبات	سم	٢.١٥٨	٢.١٨٠	٠.٢٢٨	٠.٢٨٥-
اختبار اللف والمس	سم	٢١.٠٨٢	٢١.١	٣.٤٩٦	٠.٠١٦-
اختبار مرونة الجذع لأسفل	سم	٥.٧٨٥-	٧-	٣.٦١١	١.٠٠٩
اختبار رمي كرة هوكي لأبعد مسافة	سم	٣٧.٣٦٠	٣٧	١.٠٨٤	٠.٩٩٥
اختبار الوثبة الرباعية ١٠ اث	ا١٠	٤.٢٧٨	٤	٠.٦٥٩	١.٢٦٨
اختبار الخطو الجانبي ٢٠ اث	بالدرجة	١٩.٠١٣	١٩	١.٣٧٣	٠.٠٢٨
اختبار قوة القبضة يسرى	بالرطل	٢٣.٩٥٩	٢٤.٨٦٠	٢.٤٧٩	١.٠٩٠-
اختبار قوة القبضة يمنى	بالرطل	٢٩.٥١٨	٣٠.٢٥	٣.٣٢٢	٠.٦٦١-
اختبار قوة عضلات الظهر	بالرطل	١٥١.٧٤٧	١٥١	٥.٩٤١	٠.٣٧٧
اختبار قوة عضلات الرجلين	بالرطل	١٦٨.٥٠٦	١٦٩	٦.٨٩١	٠.٢١٥-
اختبار العدو ٣٠ متر من البدء المتحرك	ث	٥.٩٨٤	٥.٨٩٠	٠.٥٤٧	٠.٥١٤
اختبار باس المعدل	بالدرجة	٦٢.٣٨٠	٦٢	٤.٦٨٩	٠.٢٤٣
اختبار التصويب على الدوائر المتداخلة	بالدرجة	٩.٨٣٥	١٠	١.٦٤٤	٠.٣٠٠-
المستوى المهاري	بالدرجة	٦٨.٠٠	٨.١٠	٦.٥٤٧	٠.٨٦٨
المستوى الرقمي	بالمتر	١٩.٣٧٠	١٩.٠٠	٢.٨٨٤	٠.١٩٣

يتضح من جدول (٢) أن جميع قيم معاملات الالتواء لأفراد عينة البحث الكلية في متغيرات النمو وبعض الاختبارات البدنية ومستوى الأداء المهاري والرقمي في رمي الرمح قد تراوحت ما بين (٠.٠١٦- ، ١.٢٦٨) وجميع هذه القيم تنحصر ما بين (٣+ ، ٣-) مما يدل على أن قياسات متغيرات البحث للعينة الكلية قد وقعت تحت المنحنى الاعتدالي مما يدل على تجانس أفراد العينة في هذه المتغيرات .

تكافؤ عينة البحث.

قام الباحث بإيجاد التكافؤ بين مجموعتي البحث (التجريبية - الضابطة) وذلك بإيجاد معامل الارتباط بين المجموعتين في القدرات البدنية ومستوى الأداء المهاري والرقمي كما هو موضح بجدول (٣).

جدول (٣)
التكافؤ بين أفراد مجموعتي البحث (التجريبية- التجريبية الضابطة)
في القدرات البدنية ومستوى الأداء المهاري والرقمي في رمي الرمح

ن = ٧٦

قيمة "ت"	الالتواء	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات
		ع	س	ع	س		
٠.٧٢٤	٠.٢١٦-	٠.٢٠٥	٢.١٨٧	٠.٢٢٦	٢.١٥١	سم	الوثب العريض من الثبات
٠.٢٥٠	٠.٠٨٠	٣.٧٦٧	٢١.٤١٥	٣.٤١٣	٢١.٠٧٣	سم	الف والممس
١.٢٦٣	١.١١٦	٣.٥٢٣	٦.٥١٩-	٣.٤٢٧	٥.١٤٨-	سم	مرونة الجذع لأسفل
١.١٢٠	٠.٩٧٨	١.٠٤٢	٣٧.٥٣٠	١.١٦٤	٣٧.١٩٣	سم	رمي كرة هوكي لأبعد مسافة
٠.٥٧١	١.٣٢٩	٠.٧٧٥	٤.٢٩٦	٠.٥٥٥	٤.٣٣٣	١٠ اث	الوثبة الرباعية ١٠ اثوني
٠.٨٧٩	٠.٣٥٩	١.٥٣٤	١٩.٢٥٩	١.٣٥٧	١٨.٩٢٦	بالدرجة	الخطو الجانبي ٢٠ ثانية
٠.١٩٨	٠.٤٠٨	٢.٤٧٧	٢٣.٧١٣	٢.١٨٠	٢٤.٠٠٣	بالرطل	قوة القبضة يسرى
١.١٢٤	١.٠٢٠	٣.١٧٩	٢٨.٨٩٧	٣.٢٩٧	٢٩.٨٠٤	بالرطل	قوة القبضة يمينى
٠.٨٥٩	٠.٢٨١	٦.٥٤٢	١٥١.٤٨١	٥.٨٤٢	١٥٢.٨٥٢	بالرطل	قوة عضلات الظهر
٠.٢٢٢	٠.٠٧٦	٧.١٦٤	١٦٨.٦٣٠	٦.٦٢٥	١٦٨.٧٤١	بالرطل	قوة عضلات الرجلين
٠.٢٥٦	٠.٢٢٩-	٠.٥٣٨	٩٥٥.٥	٠.٥٧٧	٥.٩٩٤	ث	العدو ٣٠ متر من البدء المتحرك
١.٢٥٠	٠.٠٢٣-	٤.٩٢٣	٦١.١٨٥	٤.٤٧٧	٦٢.٧٤١	بالدرجة	باس المعدل
٠.٢٣٩	٠.٤٩٢-	١.٤٩٤	٩.٦٦٧	١.٨٣١	٩.٧٤١	بالدرجة	التصويب على الدوائر المتداخلة
٥٠.٥٠	٠.٦٨٧	٦.٥٤٧	٦٨.٠٠	٥.٣٢٧	٨٧.٠٠	بالدرجة	مستوى الأداء المهاري
٠.١٣٧	٠.٢٨٢-	٢.٨٨٤	١٨.٣٧٠	٢.٧٣٢	١٩.١٨٥	بالمتر	المستوى الرقمى

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.٠٠٠

يتضح من جدول (٣) أن جميع قيم (ت) المحسوبة في المتغيرات قيد البحث بين مجموعتي البحث (التجريبية - الضابطة) قد تراوحت ما بين (٠.١٣٧ - ١.٢٦٣) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) وقيمتها (٢.٠٠٠) مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث (التجريبية الأولى - التجريبية الثانية) في هذه المتغيرات .

وسائل وأدوات جمع البيانات :

- استمارات استطلاع رأى الخبراء

أ- استمارة استطلاع رأى الخبراء حول أهم القدرات البدنية اللازمة لمسابقة رمي الرمح وأفضل

الاختبارات التي تقيسها ومتغيرات البرنامج التعليمي مرفق (٣)

ب- استمارة تقييم مستوى الأداء المهارى لمسابقة رمى الرمح وقد أعدها الباحث للعرض على الخبراء فى هذا المجال حيث قام الخبراء بتعديل بعض بنود الاستمارة حتى توصل الباحث إلى الصورة النهائية لهذه الاستمارة حيث تم التحقق من صدق وثبات الاستمارة وقد تم تقييم مستوى الأداء المهارى لطلاب المجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس البعدى فقط عن طريق الخبراء حيث استعان الباحث بثلاثة خبراء مرفق (٢) ثم قام بتصوير القياس البعدى من المقطعين الأمامين والجانبين وتم عرضه عليهم لتقييم المستوى المهارى للعينة قيد البحث من خلال استخدام استمارة تقييم مستوى الأداء مرفق (٥).

٢- المسح المرجعي :

- قام الباحث بإجراء مسح مرجعي للدراسات والمراجع والبحوث العلمية وذلك بهدف :
- التعرف على أساليب التدريس المستخدمة في تدريس التربية الرياضية واختيار انساب الأساليب لتعليم مسابقة رمى الرمح .
 - تحديد الشكل العام لهذا النوع من البحوث وكيفية تطبيقه .
 - تجهيز الإطار النظري للبحث .
 - تصميم استمارات تسجيل البيانات .
 - التعرف على أسس وقواعد تصميم البرامج التعليمية باستخدام أسلوب التضمنين وكيفية استخدامه داخل العملية التعليمية .
 - التعرف على الأدوات والاختبارات المناسبة لقياس القدرات البدنية والمستوي الرقى ومستوى الأداء لمسابقة رمى الرمح .
 - تصميم ورقة المعيار .

٣- الأجهزة والأدوات :

- شريط قياس .
- أرماع مختلفة الأوزان .
- الرستاميتير لقياس الطول .
- ميزان طبي لقياس الوزن .
- صولجانات خشبية وكرات مطاطية .
- ممر اقتراب ومقطع الرمي الخاص بالرمح .
- ساعات إيقاف .
- جهاز ديناموميتر القبضة والظهر .
- الفيديو .
- الكمبيوتر .

٤- الاختبارات :

- تم تحديد القدرات البدنية الخاصة بمسابقة رمى الرمح والاختبارات الخاصة بها من خلال المسح المرجعي واستطلاع رأى الخبراء الذى قام به الباحث وقد توصل الباحث إلى القدرات التالية :

- القوى القصى الثابتة .
- القوى المميزة بالسرعة .
- التوازن .

- الرشاقة . - المرونة - الدقة . - السرعة الانتقالية .
وقد تحددت هذه الاختبارات في ضوء تحديد القدرات :

* القوة القصوى الثابتة :

- اختبار قوة القبضة.

- اختبار قوة عضلات الظهر.

- اختبار قوة عضلات الرجلين.

* القوة المميزة بالسرعة :

- اختبار الوثب العريض من الثبات (٧ : ٩٦-٣٤) .

- اختبار رمى كرة هوكى لأبعد مسافة (٤٤ : ١٤٨) .

* التوازن : اختبار باس المعدل.

* الرشاقة :

- اختبار الوثبة الرباعية ١٠ ثوانى.

- اختبار الخطو الجانبي ٢٠ ثانية.

* المرونة :

- اختبار اللف واللمس (٦١ : ٢٠٦)

- اختبار ثنى الجذع أماماً أسفل من الوقوف (٧ : ٣٨٧-٢٨٤) .

* الدقة :

- اختبار التصويب على الدوائر المتداخلة (٧ : ٣٨٠-٣٧٩) .

* السرعة الانتقالية :

- اختبار العدو من البدء المتحرك (٧ : ٢٤٩-٢٤٧) .

الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية في الفترة من الأحد ٢٠٢٣/١/١٥ وحتى الأحد ٢٠٢٣/١/٢١ م على عدد (٢٠) طالباً من داخل المجتمع الأصلي للبحث ومن خارج عينة البحث الأساسية وذلك بهدف:

- التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في الاختبارات البدنية قيد البحث.
- تحديد أماكن إجراء الاختبارات والقياسات البدنية لعينة البحث.
- تدريب المساعدين على كيفية إجراء القياسات طبقاً لشروط الاختبارات المختلفة والدقة في تسجيل النتائج.
- التعرف على الصعوبات التي قد تواجه الباحث والمساعد أثناء إجراء القياسات المختلفة للبحث.
- إيجاد المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة.
- وقد أسفرت هذه الدراسة عن تحقيق أهدافها.

- إيجاد معامل الثبات للاختبارات البدنية قيد البحث :

تم إيجاد معامل الثبات عن طريق تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه Test-Retest بنفس الظروف وفي نفس التوقيت والمكان والأدوات والمساعدین لضبط المتغيرات ، ويوضح جدول (٤) معامل الثبات للاختبارات المذكورة قيد البحث.

جدول (٤)

معامل الثبات للاختبارات البدنية ومستوى الأداء

المهاري والرقمي في رمي الرمح

ن = ٢٠

قيمة "ر"	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	المتغيرات
	ع	س	ع	س		
*٠.٥١٨	٠.١٨٦	٢.٢٠٩	٠.٢٤٧	٢.١٥٤	سم	الوثب العريض من الثبات
*٠.٩٧٢	٢.٧٩٤	٢١.١٩٠	٣.٢٧٨	٢١.٥٨٠	سم	الف والمس
*٠.٧٤٠	٢.٥٩٨	٥.٧٠٠-	٣.٥١٥	٥.٤٠٠-	سم	مرونة الجذع لأسفل
*٠.٩٠١	٠.٨٨٥	٣٧.٧٣٥	١.٠٧٩	٣٧.٦٦٨	سم	رمي كرة هوكي لأبعد مسافة
*٠.٩٢٧	٠.٥٠٣	٤.٤٠٠	٠.٥٨٧	٤.٣٥٠	١٠ ث	الوثبة الرباعية ١٠ ثوني
*٠.٧٣٥	٠.٦٧١	١٨.٦٥٠	٠.٩٤٥	١٨.٥٥٠	بالدرجة	الخطو الجانبي ٢٠ ثانية
*٠.٨٩٥	١.٨١٣	٢٣.٨٥٧	٢.٤٢٩	٢٣.٤٧٢	بالرطل	قوة القبضة يسرى
*٠.٩٤١	٢.٧٦٦	٢٩.٧٤٧	٣.٣٧٣	٢٩.٤٩٤	بالرطل	قوة القبضة يمنى
*٠.٨٥٣	٤.٧٧٤	١٥٢.٤٥٠	٦.٠٠٤	١٥٢.٥٠٠	بالرطل	قوة عضلات الظهر
*٠.٨٠٦	٣.٩٢٧	١٧٠.٩٥٠	٦.٨٣٠	١٦٨.٧٠٠	بالرطل	قوة عضلات الرجلين
*٠.٩٧٧	٠.٥١١	٥.٩٩٠	٠.٦٠٣	٦.٠٣٠	ث	العدو ٣٠ متر من البدء المتحرك
*٠.٩٦٩	٣.٦٩٧	٦٢.٢٥٠	٤.٣٣٣	٦٢.٤٠٠	بالدرجة	اختبار باس المعدل
*٠.٨٥٣	٢.٣٥٠	٩.٩٥٠	٢.٠١٦	٩.٨٠٠	بالدرجة	التصويب على الدوائر المتداخلة
*٠.٦٨	٥.٣٢٧	٨٧.٠٠	٦.٥٤٧	٦٨.٠٠	بالدرجة	مستوى الأداء المهاري
*٠.٩٦٠	٢.٥٤٦	١٨.٨٠٠	٢.٢١٠	١٨.٤٠٠	بالمتر	المستوى الرقمي

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٣٧٨

يتضح من جدول (٤) أن جميع قيم معامل الارتباط ذات دلالة معنوية عند مستوى (٠.٠٥) لجميع الاختبارات البدنية قيد البحث حيث أشارت نتائج الجدول أن هذه القيم تراوحت ما بين (٠.٥١٨ ، ٠.٩٧٧) بينما قيمة (ر) الجدولية ٠.٣٧٨ وهذا يشير إلى أن الارتباط دال بين التطبيقين الأول والثاني ، مما يشير إلى ثبات الاختبارات .

- إيجاد معامل الصدق التجريبي :

تم إيجاد معامل الصدق عن طريق المقارنة الطرفية للاختبارات البدنية قيد البحث كما تتضح بالجدول (٥)

جدول (٥)

صدق الاختبارات قيد البحث

ن = ٢٠

الالتواء	قيمة "ت"	الربيعى الأدنى		الربيعى الأعلى		وحدة القياس	المتغيرات
		ع	س	ع	س		
٠.٨٠٧	*١.٩٨٢	٠.٠٣٧	٢.١٩٥	٠.٢٤٤	٢.٤١٣	سم	الوثب العريض من الثبات
٠.١٨٩-	*٣.٩٢٧	١.١٣٨	٢٢.٦٦٧	٠.٩٩١	٢٥.٣١٧	سم	الف والمس
٠.٨٣١	*٣.٢٩١	١.٢١١	٥.٣٣٣-	٢.٦٨٣	١.٠٠٠-	سم	مرونة الجذع لأسفل
٠.٣٣٦	*٤.١٢٩	٠.٣١٩	٣٧.٩٧٥	٠.٤٣٢	٣٨.٩٦٧	سم	رمى كرة هوكى لأبعد مسافة.
١.٦٥٨-	*٢.٠٤١	٠.٥٤٨	٤.٥٠٠	٠.٠٠٠	٥.٠٠٠	١٠ث	الوثبة الرباعية ١٠ ثنوى
١.٦٥٨	*٢.٠٤١	٠.٠٠٠	١٩.٠٠٠	٠.٥٤٨	١٩.٥٠٠	٢٠ث	الخطو الجانبي ٢٠ ثانية
٠.٠٣٧-	*٣.٨٦٧	٠.٨٢٤	٢٤.٢٩٣	٠.٨٩٢	٢٦.٣٩٣	بالرطل	قوة القبضة يسرى
٠.٥١٨-	*٣.٤٧٤	١.٥٢٠	٣٠.٧١٣	٠.٩٨٥	٣٣.٥٢٧	بالرطل	قوة القبضة يمنى
٠.٤١٣-	*٢.٢٥٠	٢.٤٣٠	١٥٦.٨٣٣	٢.٢٥١	١٦٠.١٦٧	بالرطل	قوة عضلات الظهر
٠.٤٨٩	*٢.٨٧١	٢.١٣٧	١٧١.١٦٧	٣.٠٩٨	١٧٦.٠٠٠	بالرطل	قوة عضلات الرجلين
٠.١٩٠	*٣.٤٨٤	٠.٢٣٩	٥.٧٩٣	٠.١٨٠	٥.٣٢٧	ث	العدو ٣٠ متر من البدء المتحرك
٠.٤١٣-	*٢.٩٨٨	١.٦٤٣	٦٤.٥٠٠	٠.٨٩٤	٦٧.٠٠٠	بالدرجة	باس المعدل
٠.١٨٨	*٢.٣٣٨	١.٨٨١	١٠.٥٠٠	١.٧٢٢	٧.٨٣٣	بالدرجة	التصويب على الدوائر المتداخلة
٠.٦٨٤	*١٤.٥٠	٦.٥٤٧	٦٨.٠٠	٥.٣٢٧	٨٧.٠٠	بالدرجة	مستوى الأداء المهاري
١.٠١٦	*٢.٣٤٨	٠.٥٨٣	٢٠.٨٣٣	٠.٧٥٣	٢١.٨٣٣	بالمتر	المستوى الرقمى

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ١.٨١٢

يتضح من جدول (٥) أن جميع قيم (ت) المحسوبة ذات دلالة معنوية عند مستوى (٠.٠٥) لجميع الاختبارات البدنية قيد البحث حيث إشارات نتائج الجدول أن هذه القيم تراوحت بين (١.٩٨٢، ٤.١٢٩) وجميع هذه القيم أكبر من قيمة (ت) الجدولية ١.٨١٢ عند مستوى (٠.٠٥) ، مما يشير إلى قدرة هذه الاختبارات علي التمييز بين المستويات أي أنها تعد اختبارات صادقة لقياس الصفات التي وضعت من أجلها.

البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب التضمين:

الأسس العلمية التي تم مراعاتها عند وضع البرنامج :

- مراعاة الهدف من البرنامج وهو تعليم رمى الرمح للطلاب عينة البحث.
- ملائمة محتوى البرنامج للهدف وكذا قدرات أفراد عينة البحث والمرحلة السنوية لهم.
- مرونة البرنامج وقبوله للتطبيق العملى .
- ألا يتعارض وقت تطبيق البرنامج مع الجدول الدراسى بالكلية حيث تم التطبيق قبل بدء اليوم الدراسى .

- كما قام الباحث بتقسيم أفراد كل مجموعة من مجموعتي البحث إلى سبع مجموعات صغيرة عدد كل مجموعة أربع أفراد كي يتماشى عدد المجموعات مع عدد الأدوات المتاحة .
- مراعاة تدرج الخطوات التعليمية والتمرينات المستخدمة أى من السهل للصعب ، ومن البسيط للمركب ، ومن الجزء للكل ، ومن المعلوم للمجهول ، وغيرها.
- استخدام التمرينات المساعدة الخاصة برمى الرمح ، داخل محتوى البرنامج.
- مراعاة نتائج وتوصيات البحوث السابقة وكذلك ما أشارت إليه المراجع المتعلمة المتخصصة فى مجال تعليم رمى الرمح.
- مراعاة عمل منافسات بين الطلاب فى نهاية كل وحدة على المرحلة التعليمية المعطاة.
- مراعاة مبدأ الفروق الفردية بين الطلاب.
- قام الباحث بنفسه بعملية التدريس لمجموعتي البحث للتأكد من ضبط هذا المتغير .
- ثبات مكان وتوقيت التطبيق طوال فترة تطبيق البرنامج لكل من المجموعتين وذلك قبل اليوم الدراسى .
- مراعاة حجم وسلامة الأدوات المستخدمة.
- مراعاة عوامل الأمن والسلامة فى الوحدات المختلفة خاصة عند استخدام الطلبة للرمح.

- بالنسبة للمجموعة الضابطة:

قام الباحث بتنفيذ نفس محتوى الوحدات التعليمية للمجموعة التجريبية (أسلوب التضمين) والمجموعة الضابطة (أسلوب الأوامر) مع اختلاف أسلوب التدريس فقط، حيث كان الاعتماد والعبء الأكبر يقع على الباحث فى شرح المهارات المتعلمة وعمل النماذج الحركية للمهارات وتصحيح الأخطاء للطلاب ومتابعة وتوجيه وتعزيز الأداء الصحيح، وكان دور الطالب هو الأداء وفقاً لما يشير إليه الباحث (الأوامر).

وقد تم خلال تطبيق الوحدات بهذا الأسلوب التدريسي مراعاة ضبط جميع المتغيرات ماعدا أسلوب التدريس (المتغير التجريبي) ، مثل زمن الأداء لكل طالب ، كما تم مراعاة توافر نفس شروط التطبيق مثل عدد ونوع الأرماع المستخدمة وكذلك الأدوات البديلة .

ولقد قام الباحث بتوجيه التشجيع ومنح الدرجات لكل طالب بذاته وليس لمجموعة الطلاب ككل ، وتم تقويم أداء كل طالب على حدة فى الجزء التقويمى من الوحدة، ويؤكد ذلك على الفردية والتنافس بين الطلاب والعمل الفردى.

إجراءات تنفيذ البحث:

القياس القبلي:

تم إجراء عمليات التكافؤ بين المجموعتين التجريبتين الأولى والثانية عن طريق إجراء قياس القدرات البدنية الخاصة بالرمح وقياس مستوى الأداء المهاري والمستوى الرقمي القبلي مستخدماً الرمح القانوني للرجال في الفترة من الأربعاء ٢٥/١/٢٠٢٣م إلى الخميس ٢٥/١/٢٠٢٣م حيث قام كل طالب بأداء (٣) محاولات تم تسجيل أفضلها.

تنفيذ التجربة:

تم تنفيذ التجربة الأساسية للبحث خلال الفترة من يوم الأحد ٢٨/١/٢٠٢٣م إلى يوم الثلاثاء ٢٨/٣/٢٠٢٣م حيث تم تدريس وحدتين أسبوعياً لمدة ثمانية أسابيع بواقع ستة عشر وحدة تعليمية ، زمن الوحدة التعليمية ساعة ونصف وقد تم تدريس الوحدات قبل اليوم الدراسي بوقت كافي قبل بدأ المحاضرات داخل مضمار ستاد جامعة الزقازيق. وكان ذلك باستخدام أسلوبين من أساليب التدريس أسلوب التضمين للمجموعة التجريبية، وأسلوب الأوامر للمجموعة الضابطة وقد تم مراعاة ضبط جميع المتغيرات بين المجموعتين .

القياس البعدى:

بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج ، تم إجراء القياس البعدى لمستوى الأداء المهاري والرقمي على نفس العينة وبنفس شروط وإجراءات القياس القبلي وذلك يوم الخميس ٣٠/٣/٢٠٢٣م للمجموعتين تحت نفس ظروف القياسات القبلية.

المعالجات الإحصائية:

استخدم الباحث المعالجات الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- الوسيط .
- معامل الأتواء .
- اختبار (ت) .
- نسبة التحسن .

عرض ومناقشة النتائج :

جدول (٦)

دلالة الفروق والنسبة المئوية بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى في
مستوى الأداء المهاري والرقمي للمجموعة التجريبية

ن = ٢٨

المتغيرات	القياس القبلى		القياس البعدى		قيمة "ت"	نسبة التحسن %
	س	ع±	س	ع±		
مستوى الأداء المهاري	٨٧.٠٠	٥.٣٢٧	٨٩,٦١	١٥,٠٤	٢١.١٦	٣%
المستوى الرقمي	١٩.١٨٥	٢.٧٣٢	٢٠.٥٩٣	٢.٨٣٢	*٦٤.١٠٦	٨٨.٩١٠

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.٠٥

يتضح من جدول (٦) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية عند مستوى (٠.٠٥) لصالح القياس البعدى فى مستوى الأداء المهاري والرقمي لمسابقة رمى الرمح ، حيث أن قيمة (ت) المحسوبة (١٠٦.٦٤) أكبر من قيمة (ت) الجدولية (٢.٠٥) عند مستوى ٠.٠٥ كما يوضح الجدول النسب المئوية للتحسن حيث كانت نسبة التحسن ٩١.٠٨٨% للمستوى الرقمي وذلك لصالح القياس البعدى .

ويعزى الباحث هذا التحسن في المستوى الرقمي للمجموعة التجريبية إلى التأثير الإيجابي للتعلم باستخدام أسلوب التضمين وما يتضمنه من أدوار عديدة والتي يقوم بها كل طالب خلال الدرس. حيث أن قيام الطالب بهذه الأدوار يسهم فى زيادة إدراكه وفهمه وتصوره للأداء الفنى الصحيح مما ينعكس إيجابياً على تطوير وتحسين المستوي الرقمي لرمي الرمح.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة زان غاو واخرون **Zan Gao et,al.**,

(٢٠١٢م) (١٣) والتي توصلت نتائجها إلى أن وجود فرق نحو دلالة احصائيه في الاختبار التحصيلي مستوي الدافعيه ومستويات النشاط البدني واستمرار بذل الجهد لصالح المجموعه التجريبية.

ودراسة **Ewelina Somrzeww- ska** (٢٠١٥م) (١٢) وكان من أهم النتائج: أن أساليب

التدريس تجعل للمتعلم دور ايجابي يتميز بكونه عنصر نشط وفعال داخل الصف لما تتسم به هذه الاسباب من التفاعل بين المعلم والمتعلم خلال العملية التعليمية.

جدول (٧)

دلالة الفروق والنسب المئوية بين متوسط القياسين القبلي البعدي في مستوى الأداء المهاري والرقمي للمجموعة الضابطة

ن = ٢٨

نسبة التحسن %	قيمة "ت"	القياس البعدي		القياس القبلي		المتغيرات
		ع±	س	ع±	س	
٢.٧٠	*٢٢.٢٢	١١.٦٨	٦٩.٨٤	٦.٥٤٧	٦٨.٠٠	مستوى الأداء المهاري
٤٩.٤٢١	*٣٩.٣٥٨	٢.٢٠١	١٨.٦٦٧	٢.٨٨٤	١٨.٣٧٠	المستوى الرقمي

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.٠٥

يتضح من جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة عند مستوى (٠.٠٥) لصالح القياس البعدي في مستوى الأداء المهاري والرقمي لمسابقة رمي الرمح ، حيث أن قيمة (ت) المحسوبة (٣٩.٣٥٨) أكبر من قيمة (ت) الجدولية (٢.٠٥) عند مستوى ٠.٠٥ كما يوضح الجدول النسب المئوية للتحسن حيث كانت نسبة التحسن ٤٩.٤٢١% للمستوى الرقمي وذلك لصالح القياس البعدي .

ويعزى الباحث هذا التحسن في المستوى الرقمي للمجموعة الضابطة إلى التأثير الإيجابي لأسلوب الأوامر حيث يقوم المعلم بشرح المهارة أولاً بطريقة نظرية إلى المتعلمين مما يؤدي إلى اكتساب المتعلمين معلومات عن المهارة فتعمل هذه المعلومات على زيادة معرفتهم بالمهارة ومرآحلتها الفنية وكيفية الأداء ، مما يؤثر على الأداء الحركي. وحيث يقوم المعلم بأداء النموذج وفيه يتم إدخال شكل الأداء إلى المتعلمين بصرياً مما يفيد في جعل الطالب يتصور الأداء و يتعرف على كفيته وشكله ومتى يتم تنفيذه .

كما يقوم المعلم بإصلاح الأخطاء وإعطاء تغذية راجعة للمتعلم مما يفيد في تحسين الأداء مما يؤدي إلى تطوير وتحسين المستوى الرقمي حيث توضح عفاف عبد الكريم حسن ١٩٨٩م أن التغذية الراجعة لها أثرها البالغ في المراحل الأولى للتعلم.

كما يعزى الباحث التقدم في المستوى الرقمي للمجموعة الضابطة إلى أن أسلوب الأوامر وما يحويه من خطوات تعليمية والتدريبات على المهارة وكذلك الأدوات المساعدة في عملية التعلم ، والتشابه في البيئة التعليمية للمجموعتين التجريبتين الأولى والثانية .

وتتفق هذه النتائج مع ما توصلت إليه نتائج دراسة

جدول (٨)

دلالة الفروق بين متوسطى القياسيين البعدى في مستوى الأداء المهاري والرقمي للمجموعتين التجريبية والضابطة

ن=١=٢=٢٨

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة	
	ع±	س	ع±	س
مستوى الأداء المهاري	٨٧.٠٠	٥.٣٢٧	٦٨.٠٠	٦.٥٤٧
المستوى الرقمي	٢٠.٥٩٣	٢.٨٣٢	١٨.٦٦٧	٢.٢٠١

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ١.٦٧١

يتضح من جدول (٨) وشكل رقم (١٠) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط القياس البعدى للمجموعة التجريبية ومتوسط القياس البعدى للمجموعة الضابطة عند مستوى (٠.٠٥) لصالح المجموعة التجريبية في مستوى الأداء والمستوى الرقمي لمسابقة رمى الرمح ، حيث أن قيم (ت) المحسوبة (١١.٢٦٧ . ١٢.١٢٢) أكبر من قيمة (ت) الجدولية (٢.٠٥) عند مستوى ٠.٠٥ وذلك لصالح متوسط القياس البعدى للمجموعة التجريبية الأولى .

ويعزى الباحث هذا التحسن في مستوى الأداء والمستوى الرقمي بين متوسط القياس البعدى للمجموعة التجريبية المستخدمة معها (أسلوب التضمين) ومتوسط القياس البعدى للمجموعة الضابطة (أسلوب الأوامر) إلى التأثير الإيجابي لأسلوب التضمين الذي يعتمد على إتاحة الفرصة للمتعلمين الاشتراك بإيجابية في العملية التعليمية، الأمر الذي يساعد الطلاب علي تحسين مستوى الأداء والمستوى الرقمي وزيادة دافعيتهم نحو التعلم ويوفر للطلاب فرصة العمل في جو يخلو من القلق والتوتر .

بينما يعمل الطالب في أسلوب الأوامر تحت سيطرة المدرس معظم فترات الدرس حيث يقع العبئ الأكبر على كاهل المدرس من قرارات (التخطيط - التنفيذ- والتقويم) ودور الطالب هو أن يؤدي وينفذ فقط ما يطلبه المدرس مما يؤدي الى عدم إتاحة الفرصة للطلاب للمشاركة الإيجابية مما يؤثر على أدائهم الحركى .

وتتفق هذه النتائج مع ما توصلت إليه نتائج دراسة **عصام عبد الستار (٢٠١٨م) (٦)** والتي توصلت نتائجها إلى أن برنامج التعلم النشط أظهر تأثيرا إيجابيا علي التحصيل المعرفي ومستوي اداء مهارات كره اليد (تنطيط-تصويب-تمرير) حيث توجد فروق داله احصائيا بين متوسطي القياسيين القبلي والبعدى للمجموعه التجريبية لصالح القياس البعدى لتلاميذ الصف الثاني الاعداي - ان البرنامج التقليدي (الشرح والنموذج) اظهر تأثيرا ايجابيا علي التحصيل المعرفي ومستوي اداء بعض مهارات كره اليد (تنطيط-تصويب-تمرير) حيث توجد فروق داله احصائيه بين متوسطي القياسيين القبلي والبعدى للمجموعه الضابطه لصالح القياي البعدى لتلاميذ الصف الثاني الاعداي .

من العرض السابق للنتائج التي تم التوصل إليها يكون قد تحقق صحة فروض البحث.

الاستخلاصات والتوصيات

أولاً : الاستخلاصات :

فى ضوء أهداف البحث ومن خلال تم التوصل إليه من نتائج فقد توصل الباحث

للاستخلاصات التالية:

- أن التعلم باستخدام أسلوب التضمين له تأثير إيجابى وفعال على تحسين مستوى الأداء المهاري والرقمي لرمي الرمح لطلاب الفرقة () بكلية التربية الرياضية - جامعة الزقازيق.
- أن استخدام أسلوب الأوامر له تأثير إيجابى على تحسين مستوى الأداء المهاري والرقمي لرمي الرمح لطلاب الفرقة () بكلية التربية الرياضية - جامعة الزقازيق
- تفوقت المجموعة التجريبية التى استخدمت أسلوب التضمين على المجموعة الضابطة التى استخدمت أسلوب الأوامر فى مستوى الأداء المهاري والرقمي لمهارة رمي الرمح مما يدل على أن أسلوب التضمين كان أكثر تأثيراً من تأثير أسلوب الأوامر فى تحسين مستوى الأداء المهاري والرقمي للطلاب فى مهارة رمي الرمح .

ثانياً : التوصيات:

فى ضوء ما تم التوصل إليه من استخلاصات يمكن للباحث التوصية بالآتى:

- استخدام أسلوب التضمين فى تدريس مسابقة رمي الرمح لطلاب كليات التربية الرياضية لما له من تأثير إيجابى على مستوى الرقمي وتحسين عمليتى التعليم والتعلم.
- إتاحة الفرصة للطلاب فى العملية التعليمية واختيار الأسلوب الذى يناسب قدراتهم وعدم فرض أسلوب معين فى العملية التعليمية.
- إجراء المزيد من البحوث والدراسات التى تستخدم أسلوب التضمين بغرض التعرف على تأثيره على المستوى الرقمي ومستوى الأداء المهارى والمتغيرات المعرفية فى مسابقات أخرى من مسابقات الميدان والمضمار المقررة على طلاب كلية التربية الرياضية.

قائمة المراجع

- ١- إبراهيم السيد حجازي (٢٠١٤م): تأثير التعليم النشط علي التحصيل المعرفي ومستوي أداء بعض المهارات الأساسية في كرة القدم بدرس التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين، الزقازيق.
- ٢- أمنية عبدالحكيم عبدالحמיד (٢٠١٧م): فاعلية استخدام التعليم النشط المدعم الكترونياً علي تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة والتفكير الابتكاري لتلاميذ المرحلة الابتدائية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة الزقازيق.
- ٣- جيري فولنج، وليام هنجستون (٢٠٠٤م): تصميم التعليم النشط "مهمات التعليم الثرية"، ترجمه عثمان نايف السواعي، وسمير الرشيد، دار التعليم، دبي.
- ٤- حسن عبد الغفار، محمد ضهراوي، بكر محمد سلام (١٩٩٤م): الأسس العلمية لمسابقات الميدان والمضمار، كتاب منهجي لطلاب كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
- ٥- عبد العظيم عبدا لحميد السيد (١٩٩٥م): نظريات مسابقات الميدان والمضمار، كتاب منهجي لطلاب كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الزقازيق.
- ٦- عصام عاطف عبدالستار (٢٠١٨م): تأثير استخدام التعلم النشط على جوانب تعلم بعض المهارات بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
- ٧- محمد حسن علاوي محمد نصر الدين رضوان: (١٩٩٤م) اختبارات الأداء الحركي. ط ٣، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٨- محمود عبده خليفه (٢٠٠٢م): تأثير استخدام أسلوبيين من أساليب التدريس على بعض المهارات الأساسية والصفات البدنية للمبتدئين في الملاكمة. رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية بنين بورسعيد، جامعة قناة السويس.
- ٩- مديحة ممدوح سامي، وفاء محمد أمين (١٩٩٧م): المرجع في مسابقات الميدان والمضمار، كتاب منهجي لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة، جامعة حلوان.
- ١٠- هناء عبد الكريم حسن (٢٠١٥م): أثر التدريس بأسلوب التضمين في تطوير مهارة التصويب بالقفز عالياً بكرة اليد، بحث منشور، مجلة التربية الرياضية، المجلد الرابع عشر، العدد الأول، الأكاديمية الرياضية العراقية الإلكترونية.
- ١١- ياسر عبد العظيم سالم (١٩٩٨م): تأثير استخدام أسلوب الواجبات الحركية على تعلم بعض مهارات كرة القدم الأساسية لتلاميذ المرحلة الإعدادية. مجلة بحوث التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين، المجلد الواحد والعشرون، العدد الرابع والعشرون، ديسمبر، جامعة الزقازيق.

11-Ewelina Smorzewska 2015 AD , selected examples of interactive teaching methods at the GEO Education Center.

12-HTTP://www. Damas Cusuniversity .edu . symageduimagesstories 519- 542.pdf.

13-http://www.damascusuniversity.edu.symageduimagesstories519-542.pdf.