

تأثير أسلوب التعلم باللعب المباشر في تعلم بعض المهارات الأساسية
بالكرة الطائرة للمبتدئين

م.م مها احمد عبود
مديرة تربية ديالى
وزارة التربية

ملخص البحث العربي:

وبذلك تبرز أهمية البحث بالنهوض بلعبة الكرة الطائرة بالشكل الصحيح من خلال تعلم المهارات الأساسية المهمة وفق استخدام الأمثل للتمرينات التعليمية المطلوبة وهنا نضع معلومة علمية عن دور هذا الأسلوب الحديث بالعمل في تحقيق النتائج الجيدة والمتقدمة بلعبة الكرة الطائرة.

وكانت أهداف البحث:

1-وضع ترمينات تعليمية بأسلوب التعلم باللعب المباشر في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لمبتدئي طلبة تربية ديالى.

2-التعرف على تأثير أسلوب التعلم باللعب المباشر في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لمبتدئي طلبة تربية ديالى.

وكانت أهم الاستنتاجات

1- أسلوب (التعلم باللعب المباشر) له تأثير في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة للطلبة المبتدئين والذين يمثلون منتخبات تربية ديالى.

وتم التوصية ب:

1- اعتماد أسلوب (التعلم باللعب المباشر) لما له من تأثير في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة للطلبة المبتدئين والذين يمثلون منتخبات تربية البصرة.

The effect of the learning method by playing direct in learning some basic volleyball skills for beginners

Prepared by: M. Maha Ahmed About

And thus highlight the importance of research to promote the game of volleyball in the right way through learning the basic skills important according to the use of optimal training required and here we put scientific information on the role of this modern method to work in achieving the good results and advanced volleyball game.

The research objectives were:

1-the development of educational exercises in the style of learning by playing directly in learning some basic skills of volleyball for beginners students of Diyala.

2-To recognize the effect of the method of learning by playing directly in learning some of the basic skills of volleyball for beginners students of the education of Diyala.

The most important conclusions were

1-The method of (learning by direct play) has an impact on learning some basic skills of volleyball for junior students who represent the teams of education Basra.

It was recommended that:

1-Adopting the method of (learning by direct play) because of its influence in learning some basic skills of volleyball for junior students who represent the teams of education Basra.

1- التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

الانجازات العلمية تلعب دورا كبيرا بنهوض الأمم لأنها توفر سبل العيش الكريم والازدهار بكافة جوانب الحياة منها الاجتماعية الصحية والتربوية وحتى الرياضية، لأنها تعمل في إيجاد أفضل الطرق والأساليب الواجب استخدامها في بالتخصص المعين المطلوب.

ونحن في الجانب الرياضي لعبة الانجازات العلمية والناجحة عن البحوث العلمية دورا كبيرا في تحقيق الانجازات الرياضية المختلفة وحتى على مستوى التعليم والتعلم والتي تعتبر القاعدة الأساسية بتكوين النواة الرياضية التي منها نشق الفرق واللاعبين المتقدمين.

ولعبة الكرة الطائرة احد الألعاب الرياضية الفرقية التي تحتاج إلى أسلوب تعليمي دقيق يعمل في اختصار الزمن والجهد من قبل المتعلم والمعلم وترفع من مستوى لعبة الكرة الطائرة .

ولهذا بدا علم التعلم الحركي في ابتكار وتحديث المعلومات العلمية لغرض النهوض بالجانب الرياضي وتحقيق أفضل المستويات في كافة الألعاب الرياضي والذي بدا على ضوءها فتح المدارس التخصصية والاهتمام بالقاعدة بالتربية والأندية الرياضية لما له دور كبير في التعلم السريع وتحقيق المستوى العالي. وبذلك تبرز أهمية البحث بالنهوض بلعبة الكرة الطائرة بالشكل الصحيح من خلال تعلم المهارات الأساسية المهمة وفق استخدام الأمثل للتمرينات التعليمية المطلوبة وهنا نضع معلومة علمية عن دور هذا الأسلوب الحديث بالعمل في تحقيق النتائج الجيدة والمتقدمة بلعبة الكرة الطائرة.

1-2 مشكلة البحث :

لعبة الكرة الطائرة احد الألعاب الرياضية الفرقية التي تحتاج إلى مستوى وأسلوب تخصصي راقى بتعلم المهارات واغلب الوسائل والأساليب المعتمدة أصبحت لا ترتقي إلى مستوى طموح اللعبة . ومن خلال خبرة الباحث المتواضعة بالتعلم الحركي ولعبة الكرة الطائرة وجد هنا تعلم بالأداء المهاري الهجومي بالكرة الطائرة لا يرتقي لمستوى الطموح وبسبب استخدام أنواع محددة من الأساليب المعمول بها سابقا وهذا يتطلب منا التجريب والتقصي عن الحقائق العلمية لهذا النوع من التعلم بالأداء المهاري الهجومية بالكرة الطائرة.

1-3 أهداف البحث:

- 1- وضع تمارين تعليمية بأسلوب التعلم باللعب المباشر في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لمبتدئي طلبة تربية ديالى.
- 2- التعرف على تأثير أسلوب التعلم باللعب المباشر في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لمبتدئي طلبة تربية ديالى.
- 3- التعرف على الفروق بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لمبتدئي طلبة تربية ديالى.
- 4- التعرف على الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في نتائج الاختبارات البعديّة في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لمبتدئي طلبة تربية ديالى.

1-4 فروض البحث :

- 1- وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح الاختبارات البعديّة .
- 2- وجود فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في نتائج الاختبارات البعديّة ولصالح المجموعة التجريبية في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة.

1-5 مجالات البحث :

- ١ ٥ المجال البشري : الطلبة المبتدئين في مدرسة متوسطة الشهداء للبنين
- ١ ٥ المجال المكاني : الملعب المغلق في قاعة تربية ديالى وساحة متوسطة الشهداء للبنين.
- ١ ٥ المجال الزمني : المدة من 2018/1/14 ولغاية 2018/3/20

2- الدراسات النظرية:

1-2 أسلوب التعلم باللعب المباشر⁽¹⁾:

اللعب المباشر هو حالة توجيه التعلم المهاري بأسلوب اللعب، والغاية منه تعلم المتعلم أداء اللعب والذي يستلزم الجمع بين الوعي والاستيعاب والإدراك للمعرفة الخطئية وتنفيذ المهارة، إن الهدف الأساسي لمدرسي التربية الرياضية في المدارس والكليات هو تعليم المهارات الحركية لمختلف الألعاب والفعاليات المنظمة، ومن ثم تطبيق هذه المهارات في إنشاء اللعب، إذ إن فكرة تعلم المهارات من خلال أسلوب اللعب المباشر والمبسط تكمن في إن يكون توقيت التعلم مناسب ومنسجما مع التمارين الخاصة بتعلم كل مهارة والكيفية التي يتم فيها التطبيق في إنشاء اللعب، ويساعد أسلوب التعلم باللعب المباشر المتعلم في التعرف على متغيرات أداء

(1) ناهدة عبد زيد الدليمي. أساليب في التعلم الحركي : دار الكتب العلمية، بيروت، 2011، ص137.

أقسام المهارة في بيئة تعليمية متغيرة وهذا يزيد من السيطرة والقدرة والبراعة في الأداء ، فضلا عن أنها حالة مشوقة وتقلل من حالة الملل والضجر وتزيد من تعرف المتعلم على استراتيجيات اللعب المباشر المختلف .
ويحدد هذا الأسلوب التعليمي بين مفهوم الواجب الحركي وكيفية أدائها واختيار الاستجابة والتنفيذ ،
وعندما يتعرف المتعلم عن طبيعة الواجب الحركي سيساعده ويمكنه من السيطرة والتحكم واتخاذ القرار المناسب في إثاء اللعب ، كما إن التعلم الفني والخططي معا خلال التعليم بأسلوب اللعب يوصل المتعلم إلى تطوير أداء اللعب ، فضلا عن تعلم المهارات الحركية.

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

3-1 منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو الأسلوب المجموعات المتكافئة (الضابطة والتجريبية) لملائمة في حل مشكلة البحث وتحقيق أهدافه .

3-2 مجتمع البحث وعينته:

تم تحديد مجتمع البحث من الطلبة المبتدئين بمدرسة (متوسطة الشهداء للبنين) والتي سوف يشكل منها فريق تربية ديالى مستقبلا والبالغ عددهم (120 طالب) وتم اختيارهم بالطريقة العمدية.

وتم اختيار عينة البحث من مجتمع البحث والبالغ عددهم (20) طالب مبتدئ وهم يشكلون نسبة (16.66%) من المجتمع الأصلي والتي قسمت بدورها إلى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) بالطريقة العشوائية بحيث بلغت كل مجموعة (10) طالب وتم تجانس عينة البحث داخل كل مجموعة وتكافؤها كما في جدول (1).

جدول (1) يوضح تجانس وتكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية

قيمة ت المحتسبة	المجموعة التجريبية			المجموعة الضابطة			الاختبار أو القياس
	معامل الاختلاف	ع	س	معامل الاختلاف	ع	س	
0.016	3.089	1.4	45.32	2.713	1.23	45.33	الوزن/ كغم
0.323	0.839	1.22	145.4	0.964	1.4	145.2	الطول/ سم
0.166	8.97	2.7	30.1	7.92	2.4	30.3	الإرسال من أعلى أو من أسفل/درجة
0.471	8.917	1.4	15.7	8.441	1.3	15.4	التمرير على الحائط/درجة
0.067	7.49	2.6	34.71	6.93	2.4	34.63	الأعداد من أعلى الأصابع/درجة
0.325	11.538	1.2	10.4	13.2	1.4	10.6	استقبل الإرسال/درجة
0.325	5.769	0.6	10.4	6.66	0.7	10.5	الضرب الساحق/درجة

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (18) ومستوى (0.05) = 1.724

3-3 وسائل جمع المعلومات:

3-3-1 وسائل جمع البيانات:

-المصادر العربية والأجنبية.

-الاختبارات المستخدمة.

-الملاحظة العلمية

3-3-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة:

- كرات طائرة عدد (10)- ملعب الكرة الطائرة-شريط لاصق ملون-شريط قياس -صافرة -ساعة توقيت عدد

(4)-(1)-أصباغ ملونة .

3-4 إجراءات البحث الميدانية:

3-4-1 تحديد متغيرات البحث :

تم الاعتماد على المصادر والمراجع وعلى منهاج المدرب في تحديد متغيرات البحث .

3-4-2 الاختبارات المستخدمة⁽¹⁾:

١ -اختبار الإرسال من أعلى أو من أسفل : درجة المختبر من (10) محاولات (100 درجة) حسب المنطقتين (5) و(10).

٢ -اختبار التمرير على الحائط : درجة المختبر عدد المحاولات الصحيحة خلال (30) ثانية مضروبة $\times 3$.

٣ -اختبار الأعداد من أعلى الأصابع : درجة المختبر (100) درجة خلال (10) محاولات حسب المنطقتين (5) و(10).

٤ -اختبار استقبال الإرسال : درجة المختبر (30) درجة .

٥ -اختبار الضرب الساحق : درجة المختبر (25) درجة.

3-4-3 التجارب الاستطلاعية:

3-4-1 التجربة الاستطلاعية الأولى: أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية الأولى بتاريخ 2018/1/7 على

عينة مكونة من (20) طالب من مجتمع البحث المستبعدة وبعد مرور أسبوع واحد أي بتاريخ 2018/1/14 تم

أعادة التجربة مرة أخرى وذلك للتأكد من الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة وكما موضح في جدول (2)

إضافة .

(1) محمد صبحي حسانين ، و حمدي عبد المنعم . الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس للتقويم : ط 1 ،مركز الكتاب للنشر ،القاهرة، 1997 ،

جدول (2)

يوضح معامل صدق وثبات الاختبارات المستخدمة

معامل الصدق الذاتي	معامل الثبات	الاختبارات	ت
0.90	0.81	الإرسال من أعلى أو من أسفل/درجة	1
0.911	0.83	التمرير على الحائط/درجة	2
0.916	0.84	الأعداد من أعلى الأصابع/درجة	3
0.932	0.87	استقبل الإرسال/درجة	4
0.921	0.85	الضرب الساحق/درجة	5

3-4-2 التجربة الاستطلاعية الثانية: أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية الثانية بتاريخ 2018/1/18 على العينة الأصلية وذلك لمعرفة زمن وطريقة أداء التمرينات وتطبيقها بالأسلوب الجديد ومعرفة قدرة العينة على التطبيق والصعوبات التي تواجههم في أداء التمرين والأدوات المطلوبة لتنفيذ التمرين.

3-5 التجربة الميدانية:

3-5-1 الاختبارات القبليّة:

قبل إجراء الاختبارات القبليّة وللمجاميع الضابطة والتجريبية والاستطلاعية تم وضع وحدتين تعليمية لأداء المهاري المستخدم لغرض معرفة الأداء الصحيح وبعده تم إجراء التجربة الاستطلاعية الأولى للاختبارات والاختبارات القبليّة والتي أجريت الاختبارات القبليّة بتاريخ 2018/1/21.

3-5-2 الأسلوب التعليمي المستخدم:

قام الباحث بإعداد تمارين الخاصة بالمهارات الأساسية بالكرة الطائرة وتم بنائها وفق شروط أسلوب التعلم باللعب المباشر ولكل مهارة على حدة.

وتم تطبيق التمرينات بالقسم الرئيس (الجزء التطبيقي) بعد تثبيت وتقنين التمارين المقترحة (انظر ملحق (1)) ولمدة ثمان أسابيع ع. وواقع وحدتين تعليمية بالأسبوع إي (16) وحدة تعليمية. وبدأ تطبيق الوحدات التعليمية بتاريخ 2018/1/22 وانتهت بتاريخ 2018/3/19

3-5-3 الاختبارات البعدية: أجريت الاختبارات البعدية بتاريخ 2018/3/20

3-6 الوسائل الإحصائية:

استخدام نظام (spss) بالمعالجات الإحصائية وإيجاد ما يلي:

- ١ - الوسط الحسابي.
- ٢ - الانحراف المعياري.
- ٣ - معامل الاختلاف.
- ٤ - معامل الارتباط البسيط.

٥ - اختبار (ت) للعينات المترابطة.

٦ - اختبار (ت) للعينات المستقلة.

4- عرض ومناقشة النتائج:

4-1 عرض ومناقشة الاختبارات القبليّة-البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية لعينة البحث :

جدول (3) يوضح قيم (ت) القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في الاختبارات المستخدمة

ت	الاختبارات المستخدمة	الوسائل الإحصائية المستخدمة					
		القبلي		البعدية		الخطأ القياسي	قيمة ت المحتسبة
		س	ع	س	ع		
1	الإرسال من أعلى أو من أسفل/درجة	30.3	2.4	35.2	1.5	1.77	2.76
2	التمرير على الحائط/درجة	15.4	1.3	17.8	1.1	0.55	4.363
3	الأعداد من أعلى الأصابع/درجة	34.63	2.4	37.55	2.1	0.64	4.562
4	استقبل الإرسال/درجة	10.6	1.4	12.45	1.3	0.612	3.022
5	الضرب الساحق/درجة	10.5	0.7	13.14	1.6	0.815	3.239

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (9) وتحت مستوى $(0.05) = 1.833$

جدول (4) يوضح قيم (ت) القبليّة والبعدية للمجموعة والتجريبية في الاختبارات المستخدمة

ت	الاختبارات المستخدمة	الوسائل الإحصائية المستخدمة					
		القبلي		البعدية		الخطأ القياسي	قيمة ت المحتسبة
		س	ع	س	ع		
1	الإرسال من أعلى أو من أسفل/درجة	30.1	2.7	37.6	1.4	2.33	3.218
2	التمرير على الحائط/درجة	15.7	1.4	19.2	1.3	1.22	2.868
3	الأعداد من أعلى الأصابع/درجة	34.71	2.6	39.58	1.1	1.86	2.618
4	استقبل الإرسال/درجة	10.4	1.2	15.35	1.5	1.99	2.487
5	الضرب الساحق/درجة	10.4	0.6	17.11	1.7	2.34	2.867

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (9) وتحت مستوى $(0.05) = 1.833$

من خلال ملاحظة الجدولين (3) و(4) تبين وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبليّة والبعدية وللمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات المستخدمة ولصالح الاختبارات البعدية وهذا يدل على أن المجموعتين قد تحسنت في الأداء المهاري الهجومي ، أي أن التمرينات للمدرب والتمرينات المقترحة من قبل الباحث كان لهم الدور في النجاح وتحقيق النتائج الجيدة في متغيرات البحث .

وبالنسبة للمجموعة الضابطة فقد جاء تعلمه إلى استخدام التمرينات المناسبة وانتظام العينة في التطبيق واستمرارهم في التطبيق أي التكرار المستمر والمتواصل وهذا بالتأكيد يساعد على التعلم وتحسن الأداء وهذا ما

أشار إليه كل من محمد حسن علاوي (1986)⁽¹⁾ ونادر عبد السلام العوامري (1983)⁽²⁾ حيث يذكرون (أن التدريب والتكرار يعمل على تحسين الصفات البدنية ومستوى الأداء المهاري على حد سواء). بالإضافة إلى التنوع بالتمارين والمهارات قد ساعد على تطور المجموعة الضابطة وهذا ما تشير إليه عفاف عبد الكريم (1990)⁽³⁾ "يجب إن يقدم المدرب ممارسات متنوعة للمهارات المفتوحة بالتنوع أو التشعب في النماذج ضروري حتى يمكن مقابلة الحاجات المتغيرة للمهارات" إما المجموعة التجريبية رغم انتظام العينة والتنوع بنوعية التمرينات إلا إن التمرينات المطبقة بأسلوب اللعب المباشر لعبة دورا في تقدمها وهذا ما سوف نلاحظه في جدول (5).

4-2 عرض ومناقشة الاختبارات البعدية-البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية لعينة البحث:

جدول (5) يوضح قيم (ت) البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات المستخدمة

ت	الاختبارات المستخدمة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة ت المحتسبة
		ع	س	ع	س	
1	الإرسال من أعلى أو من أسفل/درجة	1.5	35.2	1.4	37.6	3.513
2	التمرير على الحائط/درجة	1.1	17.8	1.3	19.2	2.469
3	الأعداد من أعلى الأصابع/درجة	2.1	37.55	1.1	39.58	2.569
4	استقبل الإرسال/درجة	1.3	12.45	1.5	15.35	4.387
5	الضرب الساحق/درجة	1.6	13.14	1.7	17.11	5.102

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (18) وتحت مستوى (0.05) = 1.724

من خلال ملاحظة جدول (5) تبين هناك فروق معنوية في اختبارات الأداء المهاري الهجومي بالكرة الطائرة بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية .

وهذا يعني أن التمرينات المطبقة بأسلوب اللعب المباشر كانت أفضل من الأسلوب المتبع التقليدي الذي يعتمد على تعلم كل مهارة على حدة وهذا ما يؤكد محمد حسن علاوي (1988)⁽⁴⁾ "المنافسات الرياضية تسهم بنصيب وافر في التأثير على تنمية وتطوير مهارات وقدرات الفرد"

كما استخدام الأسلوب العلمي في بناء التمرينات والمخطط له ساعد الباحث أثناء تطبيقه للتمرينات المقترحة تحقيق نتائج أفضل من المجموعة الضابطة إضافة أن نوعية التمرينات المختارة وتطبيقها بالشكل المنتظم أي تعطي مؤشر على تقدم العينة إذ يذكر بسطويسي احمد، وعباس السامرائي (1984)⁽²⁾

(1) محمد حسن علاوي . علم التدريب الرياضي: دار المعارف، مصر، ط1، 1986، ص170.

(2) نادر عبد السلام العوامري. تأثير الكون المثير على رد الفعل : مجلة دراسات وبحوث جامعة حلوان، العدد 2، 1983، ص301 .

(3) عفاف عبد الكريم . التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية : الإسكندرية ، منشأة المعارف، 1990، ص25

(4) محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي،: القاهرة، دار المعارف، ط1، 1988، ص30.

(2) بسطويسي احمد ، عباس احمد السامرائي . طرق التدريس في التربية الرياضية : مطابع جامعة الموصل، 1984، ص235.

"التمرينات عبارة عن حركات منظمة وهادفة تحصل من خلالها على تنمية الصفات الحركية والمهارية في مجال الحياة والرياضة".

5- الاستنتاجات والتوصيات:

1-5 الاستنتاجات:

1- أسلوب (التعلم باللعب المباشر) له تأثير في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة للطلبة المبتدئين والذين يمثلون منتخبات تربية ديالى.

2- اختيار التمرينات وتقنياتها وفق نظام الأسلوب المستخدم له تأثير مباشر في تعليم المهارات الأساسية بالكرة الطائرة.

3- الأسلوب التعليمي الذي يحتوي على خصائص مطابقة مع ظروف المباراة يساعد على تعلم جميع المتطلبات المهمة في المنافسة من أمور نفسية وخطوية .

٥ ٤ التوصيات:

1- اعتماد أسلوب (التعلم باللعب المباشر) لما له من تأثير في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة للطلبة المبتدئين والذين يمثلون منتخبات تربية ديالى.

2- ضروري اختيار التمرينات وتقنياتها وفق نظام الأسلوب المستخدم لما له من تأثير مباشر في تعليم المهارات الأساسية بالكرة الطائرة.

3- لابد من الاعتماد على الأسلوب التعليمي الذي يحتوي على خصائص مطابقة مع ظروف المباراة لانه يساعد على تعلم جميع المتطلبات المهمة في المنافسة من أمور نفسية وخطوية .

المصادر:

- ☒ بسطويسي احمد ، عباس احمد السامرائي . طرق التدريس في التربية الرياضية : مطابع جامعة الموصل ،1984.
- ☒ عفاف عبد الكريم . التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية : الإسكندرية ، منشأة المعارف، 1990.
- ☒ محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي،: القاهرة، دار المعارف، ط3، 1988.
- ☒ محمد حسن علاوي . علم التدريب الرياضي: دار المعارف، مصر، ط1، 1986.
- ☒ محمد صبحي حسانين ، و حمدي عبد المنعم . الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس للتقويم : ط 1 ،مركز الكتاب للنشر ،القاهرة، 1997 ، .
- ☒ ناهدة عبد زيد الدليمي. أساليب في التعلم الحركي : دار الكتب العلمية ،بيروت ،2011.
- ☒ نادر عبد السلام العوامري. تأثير الكون المثير على رد الفعل : مجلة دراسات وبحوث جامعة حلوان، العدد 2 ،1983.

ملحق (1)

نموذج (من الوحدات التعليمية)

أهداف الوحدة التعليمية: تعليم الأداء المهاري

الأسبوع : الأول

الوحدة التعليمية: 1-2

الملاحظات	التشكيلات	التفاصيل والتمرينات	الزمن	أقسام الوحدة
				القسم الابتدائي: 1-تسجيل الحضور 2-الإحماء
				القسم الرئيسي: 1-الجزء النظري
تبديل اللاعبين بين تكرار وآخر -تصحيح الأخطاء أثناء حدوثها.		-لعب واحد ضد واحد بدون شبكة. -نفس التمرين لعب واحد ضد واحد داخل ملعب وشبكة. -لعب بلاعبين ضد لاعبين داخل منطقة الأمامية للشبكة فقط. - لعب نظامي بين فريقين. -أداء إرسال واستقبال فقط بالتعاقب وعلى الساحتين.	د6 د5 د6 د5 د7	2-الجزء التطبيقي
				القسم الختامي

تأثير أسلوب التعلم باللعب المباشر في تعلم بعض المهارات الأساسية
بالكرة الطائرة للمبتدئين

م.م مها احمد عبود
مديرة تربية ديبالى
وزارة التربية

ملخص البحث العربي:

وبذلك تبرز أهمية البحث بالنهوض بلعبة الكرة الطائرة بالشكل الصحيح من خلال تعلم المهارات الأساسية المهمة وفق استخدام الأمثل للتمرينات التعليمية المطلوبة وهنا نضع معلومة علمية عن دور هذا الأسلوب الحديث بالعمل في تحقيق النتائج الجيدة والمتقدمة بلعبة الكرة الطائرة.

وكانت أهداف البحث:

1-وضع تمرينات تعليمية بأسلوب التعلم باللعب المباشر في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لمبتدئي طلبة تربية ديالى.

2-التعرف على تأثير أسلوب التعلم باللعب المباشر في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لمبتدئي طلبة تربية ديالى.

وكانت أهم الاستنتاجات

1- أسلوب (التعلم باللعب المباشر) له تأثير في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة للطلبة المبتدئين والذين يمثلون منتخبات تربية ديالى.

وتم التوصية ب:

1- اعتماد أسلوب (التعلم باللعب المباشر) لما له من تأثير في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة للطلبة المبتدئين والذين يمثلون منتخبات تربية البصرة.

The effect of the learning method by playing direct in learning some basic volleyball skills for beginners

Prepared by: M. Maha Ahmed About

And thus highlight the importance of research to promote the game of volleyball in the right way through learning the basic skills important according to the use of optimal training required and here we put scientific information on the role of this modern method to work in achieving the good results and advanced volleyball game.

The research objectives were:

1-the development of educational exercises in the style of learning by playing directly in learning some basic skills of volleyball for beginners students of Diyala.

2-To recognize the effect of the method of learning by playing directly in learning some of the basic skills of volleyball for beginners students of the education of Diyala.

The most important conclusions were

1-The method of (learning by direct play) has an impact on learning some basic skills of volleyball for junior students who represent the teams of education Basra.

It was recommended that:

1-Adopting the method of (learning by direct play) because of its influence in learning some basic skills of volleyball for junior students who represent the teams of education Basra.

1- التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

الانجازات العلمية تلعب دورا كبيرا بنهوض الأمم لأنها توفر سبل العيش الكريم والازدهار بكافة جوانب الحياة منها الاجتماعية الصحية والتربوية وحتى الرياضية، لأنها تعمل في إيجاد أفضل الطرق والأساليب الواجب استخدامها في بالتخصص المعين المطلوب.

ونحن في الجانب الرياضي لعبة الانجازات العلمية والنااتجة عن البحوث العلمية دورا كبيرا في تحقيق الانجازات الرياضية المختلفة وحتى على مستوى التعليم والتعلم والتي تعتبر القاعدة الأساسية بتكوين النواة الرياضية التي منها نشق الفرق واللاعبين المتقدمين.

ولعبة الكرة الطائرة احد الألعاب الرياضية الفرقية التي تحتاج إلى أسلوب تعليمي دقيق يعمل في اختصار الزمن والجهد من قبل المتعلم والمعلم وترفع من مستوى لعبة الكرة الطائرة .

ولهذا بدا علم التعلم الحركي في ابتكار وتحديث المعلومات العلمية لغرض النهوض بالجانب الرياضي وتحقيق أفضل المستويات في كافة الألعاب الرياضي والذي بدا على ضوءها فتح المدارس التخصصية والاهتمام بالقاعدة بالتربية والأندية الرياضية لما له دور كبير في التعلم السريع وتحقيق المستوى العالي.

وبذلك تبرز أهمية البحث بالنهوض بلعبة الكرة الطائرة بالشكل الصحيح من خلال تعلم المهارات الأساسية المهمة وفق استخدام الأمثل للتمرينات التعليمية المطلوبة وهنا نضع معلومة علمية عن دور هذا الأسلوب الحديث بالعمل في تحقيق النتائج الجيدة والمتقدمة بلعبة الكرة الطائرة.

1-2 مشكلة البحث :

لعبة الكرة الطائرة احد الألعاب الرياضية الفرقية التي تحتاج إلى مستوى وأسلوب تخصصي راقى بتعلم المهارات واغلب الوسائل والأساليب المعتمدة أصبحت لا ترتقي إلى مستوى طموح اللعبة .

ومن خلال خبرة الباحث المتواضعة بالتعلم الحركي ولعبة الكرة الطائرة وجد هنا تعلم بالأداء المهاري الهجومي بالكرة الطائرة لا يرتقي لمستوى الطموح ويسبب استخدام أنواع محددة من الأساليب المعمول بها سابقا وهذا يتطلب منا التجريب والتقصي عن الحقائق العلمية لهذا النوع من التعلم بالأداء المهاري الهجومية بالكرة الطائرة.

1-3 أهداف البحث:

1- وضع تمرينات تعليمية بأسلوب التعلم باللعب المباشر في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لمبتدئي طلبة تربية ديالى.

2- التعرف على تأثير أسلوب التعلم باللعب المباشر في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لمبتدئي طلبة تربية ديالى.

3- التعرف على الفروق بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لمبتدئي طلبة تربية ديالى.

4- التعرف على الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في نتائج الاختبارات البعدية في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لمبتدئي طلبة تربية ديالى.

1-4 فروض البحث :

1- وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح الاختبارات البعدية .

2- وجود فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في نتائج الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة.

1-5 مجالات البحث :

١ ٥ المجال البشري : الطلبة المبتدئين في مدرسة متوسطة الشهداء للبنين

١ ٥ المجال المكاني : الملعب المغلق في قاعة تربية ديالى وساحة متوسطة الشهداء للبنين.

١ ٥ المجال الزمني : المدة من 2018/1/14 ولغاية 2018/3/20

2- الدراسات النظرية:

2-1 أسلوب التعلم باللعب المباشر⁽¹⁾:

اللعب المباشر هو حالة توجيه التعلم المهاري بأسلوب اللعب، والغاية منه تعلم المتعلم أداء اللعب والذي يستلزم الجمع بين الوعي والاستيعاب والإدراك للمعرفة الخطئية وتنفيذ المهارة، إن الهدف الأساسي لمدرسي التربية الرياضية في المدارس والكليات هو تعليم المهارات الحركية لمختلف الألعاب والفعاليات المنظمة، ومن ثم تطبيق هذه المهارات في إثناء اللعب، إذ إن فكرة تعلم المهارات من خلال أسلوب اللعب المباشر والمبسط تكمن في إن يكون توقيت التعلم مناسب ومنسجما مع التمرينات الخاصة بتعلم كل مهارة والكيفية التي يتم فيها التطبيق في إثناء اللعب، ويساعد أسلوب التعلم باللعب المباشر المتعلم في التعرف على متغيرات أداء أقسام المهارة في بيئة تعليمية متغيرة وهذا يزيد من السيطرة والقدرة والبراعة في الأداء، فضلا عن أنها حالة مشوقة وتقلل من حالة الملل والضجر وتزيد من تعرف المتعلم على استراتيجيات اللعب المباشر المختلف.

ويحدد هذا الأسلوب التعليمي بين مفهوم الواجب الحركي وكيفية أدائها واختيار الاستجابة والتنفيذ، وعندما يتعرف المتعلم عن طبيعة الواجب الحركي سيساعده ويمكنه من السيطرة والتحكم واتخاذ القرار المناسب في إثناء اللعب، كما إن التعلم الفني والخططي معا خلال التعليم بأسلوب اللعب يوصل المتعلم إلى تطوير أداء اللعب، فضلا عن تعلم المهارات الحركية.

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

(1) ناهدة عبد زيد الدليمي. أساليب في التعلم الحركي : دار الكتب العلمية ببيروت، 2011، ص137.

3-1 منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو الأسلوب المجموعات المتكافئة (الضابطة والتجريبية) لملائمة في حل مشكلة البحث وتحقيق أهدافه .

3-2 مجتمع البحث وعينته:

تم تحديد مجتمع البحث من الطلبة المبتدئين بمدرسة (متوسطة الشهداء للبنين) والتي سوف يشكل منها فريق تربية ديالى مستقبلا والبالغ عددهم (120 طالب) وتم اختيارهم بالطريقة العمدية.

وتم اختيار عينة البحث من مجتمع البحث والبالغ عددهم (20) طالب مبتدئ وهم يشكلون نسبة (16.66%) من المجتمع الأصلي والتي قسمت بدورها إلى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) بالطريقة العشوائية بحيث بلغت كل مجموعة (10) طالب وتم تجانس عينة البحث داخل كل مجموعة وتكافؤها كما في جدول (1).

جدول (1) يوضح تجانس وتكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية

قيمة ت المحتسبة	المجموعة التجريبية			المجموعة الضابطة			الاختبار أو القياس
	معامل الاختلاف	ع	س	معامل الاختلاف	ع	س	
0.016	3.089	1.4	45.32	2.713	1.23	45.33	الوزن/ كغم
0.323	0.839	1.22	145.4	0.964	1.4	145.2	الطول/ سم
0.166	8.97	2.7	30.1	7.92	2.4	30.3	الإرسال من أعلى أو من أسفل/درجة
0.471	8.917	1.4	15.7	8.441	1.3	15.4	التمرير على الحائط/درجة
0.067	7.49	2.6	34.71	6.93	2.4	34.63	الأعداد من أعلى الأصابع/درجة
0.325	11.538	1.2	10.4	13.2	1.4	10.6	استقبل الإرسال/درجة
0.325	5.769	0.6	10.4	6.66	0.7	10.5	الضرب الساحق/درجة

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (18) ومستوى (0.05) = 1.724

3-3 وسائل جمع المعلومات:

3-3-1 وسائل جمع البيانات:

-المصادر العربية والأجنبية.

-الاختبارات المستخدمة.

-الملاحظة العلمية

3-3-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة:

- كرات طائرة عدد (10)- ملعب الكرة الطائرة-شريط لاصق ملون-شريط قياس -صافرة -ساعة توقيت عدد (4)-(1)-أصباغ ملونة .

3-4 إجراءات البحث الميدانية:

3-4-1 تحديد متغيرات البحث :

تم الاعتماد على المصادر والمراجع وعلى منهاج المدرب في تحديد متغيرات البحث .

3-4-2 الاختبارات المستخدمة⁽¹⁾:

٦ - اختبار الإرسال من أعلى أو من أسفل : درجة المختبر من (10) محاولات (100 درجة) حسب المنطقتين (5) و(10).

٧ - اختبار التمير على الحائط : درجة المختبر عدد المحاولات الصحيحة خلال (30) ثانية مضروبة $\times 3$.

٨ - اختبار الأعداد من أعلى الأصابع : درجة المختبر (100) درجة خلال (10) محاولات حسب المنطقتين (5) و(10).

٩ - اختبار استقبال الإرسال : درجة المختبر (30) درجة .

١٠ - اختبار الضرب الساحق : درجة المختبر (25) درجة.

3-4-3 التجارب الاستطلاعية:

3-4-1 التجربة الاستطلاعية الأولى: أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية الأولى بتاريخ 2018/1/7 على

عينة مكونة من (20) طالب من مجتمع البحث المستبعدة وبعد مرور أسبوع واحد أي بتاريخ 2018/1/14 تم

أعادة التجربة مرة أخرى وذلك للتأكد من الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة وكما موضح في جدول (2)

إضافة .

جدول (2)

يوضح معامل صدق وثبات الاختبارات المستخدمة

معامل الصدق الذاتي	معامل الثبات	الاختبارات	ت
0.90	0.81	الإرسال من أعلى أو من أسفل/درجة	1
0.911	0.83	التمير على الحائط/درجة	2
0.916	0.84	الأعداد من أعلى الأصابع/درجة	3

(1) محمد صبيح حسانين ، و حمدي عبد المنعم . الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس للتقويم : ط 1 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة، 1997 ، ص223-249.

0.932	0.87	استقبل الإرسال/درجة	4
0.921	0.85	الضرب الساحق/درجة	5

3-4-2 التجربة الاستطلاعية الثانية: أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية الثانية بتاريخ 2018/1/18 على العينة الأصلية وذلك لمعرفة زمن وطريقة أداء التمرينات وتطبيقها بالأسلوب الجديد ومعرفة قدرة العينة على التطبيق والصعوبات التي تواجههم في أداء التمرين والأدوات المطلوبة لتنفيذ التمرين.

3-5 التجربة الميدانية:

3-5-1 الاختبارات القبليّة:

قبل إجراء الاختبارات القبليّة وللمجاميع الضابطة والتجريبية والاستطلاعية تم وضع وحدتين تعليمية لأداء المهاري المستخدم لغرض معرفة الأداء الصحيح وبعده تم إجراء التجربة الاستطلاعية الأولى للاختبارات والاختبارات القبليّة والتي أجريت الاختبارات القبليّة بتاريخ 2018/1/21.

3-5-2 الأسلوب التعليمي المستخدم:

قام الباحث بإعداد تمارين الخاصة بالمهارات الأساسية بالكرة الطائرة وتم بنائها وفق شروط أسلوب التعلم باللعب المباشر ولكل مهارة على حدة.

وتم تطبيق التمرينات بالقسم الرئيس (الجزء التطبيقي) بعد تثبيت وتقنين التمارين المقترحة (انظر ملحق (1)) ولمدة ثمان أسابيع ع. وواقع وحدتين تعليمية بالأسبوع إي (16) وحدة تعليمية. وبدا تطبيق الوحدات التعليمية بتاريخ 2018/1/22 وانتهت بتاريخ 2018/3/19

3-5-3 الاختبارات البعديّة: أجريت الاختبارات البعديّة بتاريخ 2018/3/20

3-6 الوسائل الإحصائية:

استخدام نظام (spss) بالمعالجات الإحصائية ولإيجاد ما يلي:

٧ - الوسط الحسابي.

٨ - الانحراف المعياري.

٩ - معامل الاختلاف.

١٠ - معامل الارتباط البسيط.

١١ - اختبار (ت) للعينات المترابطة.

١٢ - اختبار (ت) للعينات المستقلة.

4- عرض ومناقشة النتائج:

4-1 عرض ومناقشة الاختبارات القبليّة-البعديّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية لعينة البحث :

جدول (3) يوضح قيم (ت) القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة في الاختبارات المستخدمة

ت	الاختبارات المستخدمة	الوسائل الإحصائية المستخدمة
---	----------------------	-----------------------------

قيمة ت المحتسبة	الخطأ القياسي	البعدي		القبلي		
		ع	س	ع	س	
2.76	1.77	1.5	35.2	2.4	30.3	1 الإرسال من أعلى أو من أسفل/درجة
4.363	0.55	1.1	17.8	1.3	15.4	2 التمير على الحائط/درجة
4.562	0.64	2.1	37.55	2.4	34.63	3 الأعداد من أعلى الأصابع/درجة
3.022	0.612	1.3	12.45	1.4	10.6	4 استقبل الإرسال/درجة
3.239	0.815	1.6	13.14	0.7	10.5	5 الضرب الساحق/درجة

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (9) وتحت مستوى (0.05)=1.833

جدول (4) يوضح قيم (ت) القبلي والبعدي للمجموعة والتجريبية في الاختبارات المستخدمة

الوسائل الإحصائية المستخدمة						الاختبارات المستخدمة	ت
قيمة ت المحتسبة	الخطأ القياسي	البعدي		القبلي			
		ع	س	ع	س		
3.218	2.33	1.4	37.6	2.7	30.1	الإرسال من أعلى أو من أسفل/درجة	1
2.868	1.22	1.3	19.2	1.4	15.7	التمير على الحائط/درجة	2
2.618	1.86	1.1	39.58	2.6	34.71	الأعداد من أعلى الأصابع/درجة	3
2.487	1.99	1.5	15.35	1.2	10.4	استقبل الإرسال/درجة	4
2.867	2.34	1.7	17.11	0.6	10.4	الضرب الساحق/درجة	5

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (9) وتحت مستوى (0.05) = 1.833

من خلال ملاحظة الجدولين (3) و (4) تبين وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلي والبعدي

وللمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات المستخدمة ولصالح الاختبارات البعدي وهذا يدل على أن المجموعتين قد تحسنت في الأداء المهاري الهجومي ، أي أن التمرينات للمدرب والتمرينات المقترحة من قبل الباحث كان لهم الدور في النجاح وتحقيق النتائج الجيدة في متغيرات البحث .

وبالنسبة للمجموعة الضابطة فقد جاء تعلمه إلى استخدام التمرينات المناسبة وانتظام العينة في التطبيق واستمرارهم في التطبيق أي التكرار المستمر والمتواصل وهذا بالتأكيد يساعد على التعلم وتحسن الأداء وهذا ما أشار إليه كل من محمد حسن علاوي (1986)⁽¹⁾ ونادر عبد السلام العوامري (1983)⁽²⁾ حيث يذكر أن التدريب والتكرار يعمل على تحسين الصفات البدنية ومستوى الأداء المهاري على حد سواء).

(1) محمد حسن علاوي . علم التدريب الرياضي: دار المعارف ، مصر ، ط1، 1986، ص170.

(2) نادر عبد السلام العوامري. تأثير الكون المثير على رد الفعل : مجلة دراسات وبحوث جامعة حلوان، العدد 2، 1983، ص301 .

بالإضافة إلى التنوع بالتمرينات والمهارات قد ساعد على تطور المجموعة الضابطة وهذا ما تشير إليه عفاف عبد الكريم (1990)⁽³⁾ "يجب إن يقدم المدرب ممارسات متنوعة للمهارات المفتوحة بالتنوع أو الشعب في النماذج ضروري حتى يمكن مقابلة الحاجات المتغيرة للمهارات" إما المجموعة التجريبية رغم انتظام العينة والتنوع بنوعية التمرينات إلا إن التمرينات المطبقة بأسلوب اللعب المباشر لعبة دورا في تقدمها وهذا ما سوف نلاحظه في جدول (5).

4-2 عرض ومناقشة الاختبارات البعدية-البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية لعينة البحث:

جدول (5) يوضح قيم (ت) البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات المستخدمة

ت	الاختبارات المستخدمة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة ت المحسبة
		ع	س	ع	س	
1	الإرسال من أعلى أو من أسفل/درجة	1.5	35.2	1.4	37.6	3.513
2	التمرير على الحائط/درجة	1.1	17.8	1.3	19.2	2.469
3	الأعداد من أعلى الأصابع/درجة	2.1	37.55	1.1	39.58	2.569
4	استقبل الإرسال/درجة	1.3	12.45	1.5	15.35	4.387
5	الضرب الساحق/درجة	1.6	13.14	1.7	17.11	5.102

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (18) وتحت مستوى (0.05) = 1.724

من خلال ملاحظة جدول (5) تبين هناك فروق معنوية في اختبارات الأداء المهاري الهجومي بالكرة الطائرة بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية . وهذا يعني أن التمرينات المطبقة بأسلوب اللعب المباشر كانت أفضل من الأسلوب المتبع التقليدي الذي يعتمد على تعلم كل مهارة على حدة وهذا ما يؤكد محمد حسن علاوي (1988)⁽¹⁾ " المنافسات الرياضية تسهم بنصيب وافر في التأثير على تنمية وتطوير مهارات وقدرات الفرد" كما استخدام الأسلوب العلمي في بناء التمرينات والمخطط له ساعد الباحث أثناء تطبيقه للتمرينات المقترحة تحقيق نتائج أفضل من المجموعة الضابطة إضافة أن نوعية التمرينات المختارة وتطبيقها بالشكل المنتظم أي تعطي مؤشر على تقدم العينة إذ يذكر بسطويسي احمد ،وعباس السامرائي (1984)⁽²⁾ "التمرينات عبارة عن حركات منظمة وهادفة تحصل من خلالها على تنمية الصفات الحركية والمهارية في مجال الحياة والرياضة".

5- الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات:

(3) عفاف عبد الكريم . التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية : الإسكندرية ، منشأة المعارف، 1990،ص25

(1) محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي،: القاهرة، دار المعارف، ط 3، 1988، ص30.

(2) بسطويسي احمد ، عباس احمد السامرائي . طرق التدريس في التربية الرياضية : مطابع جامعة الموصل، 1984، ص235.

1- أسلوب (التعلم باللعب المباشر) له تأثير في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة للطلبة المبتدئين والذين يمثلون منتخبات تربية ديالى.

2- اختيار التمرينات وتقنياتها وفق نظام الأسلوب المستخدم له تأثير مباشر في تعليم المهارات الأساسية بالكرة الطائرة.

3- الأسلوب التعليمي الذي يحتوي على خصائص مطابقة مع ظروف المباراة يساعد على تعلم جميع المتطلبات المهمة في المنافسة من أمور نفسية وخطوية .

٥ ٣ التوصيات:

1- اعتماد أسلوب (التعلم باللعب المباشر) لما له من تأثير في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة للطلبة المبتدئين والذين يمثلون منتخبات تربية ديالى.

2- ضروري اختيار التمرينات وتقنياتها وفق نظام الأسلوب المستخدم لما له من تأثير مباشر في تعليم المهارات الأساسية بالكرة الطائرة.

3- لابد من الاعتماد على الأسلوب التعليمي الذي يحتوي على خصائص مطابقة مع ظروف المباراة لانه يساعد على تعلم جميع المتطلبات المهمة في المنافسة من أمور نفسية وخطوية .

المصادر:

- ☒ بسطويسي احمد ، عباس احمد السامرائي . طرق التدريس في التربية الرياضية : مطابع جامعة الموصل ، 1984.
- ☒ عفاف عبد الكريم . التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية : الإسكندرية ، منشأة المعارف ، 1990.
- ☒ محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي،: القاهرة، دار المعارف، ط١٩٨٨، 3.
- ☒ محمد حسن علاوي .علم التدريب الرياضي:دار المعارف ،مصر ، ط١، 1986.
- ☒ محمد صبحي حسانين ، و حمدي عبد المنعم . الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس للتقويم : ط 1 ،مركز الكتاب للنشر ،القاهرة، 1997 ، .
- ☒ ناهدة عبد زيد الدليمي. أساليب في التعلم الحركي : دار الكتب العلمية ،بيروت ، 2011.
- ☒ نادر عبد السلام العوامري. تأثير الكون المثير على رد الفعل : مجلة دراسات وبحوث جامعة حلوان، العدد 2 ، 1983.

ملحق (1)

نموذج (من الوحدات التعليمية)

أهداف الوحدة التعليمية: تعليم الأداء المهاري

الأسبوع : الأول

الوحدة التعليمية: 1-2

الملاحظات	التشكيلات	التفاصيل والتمرينات	الزمن	أقسام الوحدة
				القسم الابتدائي: 1- تسجيل الحضور 2- الإحماء
				القسم الرئيسي: 1- الجزء النظري
		- لعب واحد ضد واحد بدون شبكة. - نفس التمرين لعب واحد ضد واحد داخل ملعب وشبكة.	د6 د5	2- الجزء التطبيقي
-تبديل اللاعبين بين تكرار وآخر -تصحيح الأخطاء أثناء حدوثها.		- لعب بلاعبين ضد لاعبين داخل منطقة الأمامية للشبكة فقط. - لعب نظامي بين فريقين. - أداء إرسال واستقبال فقط بالتعاقب وعلى الساحتين.	د6 د5 د7	