

تأثير استخدام أسلوب التضمين في إدارة وقت درس التربية الرياضية وتعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد واحتفاظ به

م.د زانا إبراهيم علي
كلية التربية الرياضية
جامعة السليمانية

ملخص البحث العربي:

تأتي أهمية البحث لرفع مستوى تعلم المهارات الأساسية بكرة اليد وإيصال المعلومة العلمية للمدرس والطالب عن أهداف وكيفية تطبيق أسلوب التضمين إذ من مميزات هذا الأسلوب أسهام هدي استثمار وقت درس التربية الرياضية بالشكل الأمثل بما يوفر أكبر قدر من التكرار والممارسة للمهارات المخصصة في ضمن المنهاج المقرر .

وكانت أهم أهداف البحث :

1- التعرف على تأثير استخدام أسلوب التضمين في إدارة وقت درس التربية الرياضية وتعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد واحتفاظ به.

وكانت أهم الاستنتاجات:

1- إن أسلوب التضمين (الاحتواء) هو الأكثر استثماراً للوقت من الأسلوب الأمرّي في درس التربية الرياضية لطلاب الصف الأول المتوسط .

2- لقد أسهم الأسلوبان المستخدمان التضمين والتقليدي في تعلّم الطلاب بعض المهارات الأساسية بكرة اليد قيد الدراسة.

وتم التوصية ب:

1- استخدام أسلوب التضمين (الاحتواء) بشكل أوسع في دروس التربية الرياضية ، نتيجة لإسهامه في زيادة مشاركة الطالب في أثناء الدرس ونجاحه في تعلم المهارات الأساسية بكرة اليد قيد الدراسة .

2- استخدام أسلوب التضمين (الاحتواء) في مراحل دراسية أخرى للجنسين وفي ألعابٍ أخرى ، وذلك بعد النتائج الإيجابية التي ظهرت عند استخدامه .

Research Summary:

«The effect of using the modality method in managing physical education lesson time and learning and retaining some basic skills in handball»

Researcher: Dr. Zana Ibrahim Ali

The importance of the research comes to raising the level of learning basic skills with handball and communicating the scientific information to the teacher and the student about the goals and how to apply the method of inclusion, as one of the advantages of this method is its contribution to investing time in physical education lesson optimally so as to provide the greatest degree of repetition and practice of the skills allocated within the curriculum.

The most important research objectives were:

1-Knowing the effect of using the inclusion method in managing physical education lesson time and learning and retaining some basic skills in handball.

The most important conclusions were:

1-The method of inclusion (containment) is the most time-consuming investment in the physical education course for middle school students in the middle class.

2-The two methods used include inclusion and traditionalism in students' learning of some basic skills of handball under study.

It was recommended:

1-Using the inclusion method (containment) more widely in physical education lessons, as a result of his contribution to increasing student participation during the lesson and his success in learning basic skills with the hand under study.

2- The use of inclusion in other school stages for both sexes and other games, after the positive results that appeared when using it

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته :

تزدهر العالم نتيجة الاهتمام بالعلوم العلمية المختلفة والتربية ولهذا فان التربية الرياضية جزء لا يتجزأ من التربية العامة والتي من خلالها يمكن التقدم بالمستوى العلمي والرياضي للمتعلم وبمختلف الألعاب الرياضية.

واهم العلوم التي لا بد الاهتمام بها هو علم طرائق التدريس والتعلم الحركي التي من خلالها يمكن إخراج الدرس بالشكل الصحيح وما يتلائم مع قدرة المتعلم ، إذ يوجد أساليب متعددة لإخراج الدرس وكل أسلوب يحقق الهدف المطلوب للتعلم وحسب خصوصية اللعبة الرياضية ومنها لعبة كرة اليد. إذ تعد هذه اللعبة ذات المهارات الصعبة والتي فيها احتكاك مع الخصم لذا لا بد من أسلوب تدريسي يساعد على سرعة تعلم المهارة وفهمها.

وأفضل أسلوب لتعلم مهارات كرة اليد هو أسلوب التضمين الذي يتعامل مع الوقت وانتقاء الحركات الذاتية من قبل المتعلم في تطبيقها بالشكل الصحي، إذ نتيجة للتغيرات الجسمية والفسولوجية السريعة التي تحدث للطالب وتؤثر على مستوى مهارته ونشاطه البدني ، فان " هذه المرحلة تحتاج إلى متطلبات تربوية وتعليمية تساعده على التكيف مع الحياة بنمط سلوكي سليم " (8 : 157).

ومن هنا تأتي أهمية البحث لرفع مستوى تعلم المهارات الأساسية بكرة اليد وإيصال المعلومة العلمية للمدرس والطالب عن أهداف وكيفية تطبيق أسلوب التضمين إذ من مميزات هذا الأسلوب أسهامه في استثمار وقت درس التربية الرياضية بالشكل الأمثل بما يوفر أكبر قدر من التكرار والممارسة للمهارات المخصصة في ضمن المنهاج المقرر .

1-2 مشكلة البحث :

تعدد الأساليب التعليمية في التدريس خطوة صحيحة في تقدم العلم والرياضة في إن واحد ، كونه كل

أسلوب يحقق الهدف المطلوب من التعلم.

لذا لا بد من فهم طرائق التدريس وأساليبه واستيعابهما لأنها من الأمور الأساسية المطلوبة مراعاتها من قبل مدرسي التربية الرياضية .

ومن خلال خبرة الباحث المتواضعة بطرائق التدريس قد لاحظ ضعف استثمار الوقت المخصص لدرس التربية الرياضية بما يحقق أهداف العملية التعليمية في هذه المرحلة ولتحقيق الاستثمار الأمثل لوقت الدرس وخصوصا رفع المهارات الأساسية بكرة اليد، لذا ارتأى الباحث استخدام أسلوب التضمين لسرعة تعلم المهارات الأساسية بكرة اليد وفق الأسلوب العلمي الصحيح والناجح.

1-3 أهداف البحث :

- 1- التعرف على تأثير استخدام أسلوب التضمين في إدارة وقت درس التربية الرياضية وتعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد واحتفاظ به.
- 2- التعرف على نتائج الفروقات بين الاختبارات القبليّة والبعدية وللمجموعتين الضابطة والتجريبية في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد واحتفاظ به.
- 3- التعرف على نتائج الفروقات في الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد واحتفاظ به.
- 4- التعرف على الاحتفاظ في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد بعد الاختبارات البعدية.

1-4 فروض البحث:

- 1- وجود تأثير ايجابي بلبس استخدام أسلوب التضمين في إدارة وقت درس التربية الرياضية وتعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد واحتفاظ به.
- 2- وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية وللمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح الاختبارات البعدية في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد واحتفاظ به.
- 3- وجود فروقات في نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد واحتفاظ به.
- 4- وجود فروقات بين الاختبارات البعدية والاحتفاظ في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد بعد الاختبارات البعدية.

1-5 مجالات البحث :

- 1-5-1 المجال البشري : طلاب كلية التربية الرياضية للصف الثالث للعام الدراسي 2018-2019 .
- 2-5-1 المجال الزمني : الفترة من 2019/2/10 ولغاية 2019/5/25 .
- 3-5-1 المجال المكاني : القاعة المغلقة لكلية التربية الرياضية جامعة السليمانية.

2-الدراسات النظرية :

2-1 أسلوب التضمين :

"وهو الأسلوب التدريسي الذي يراعي مستويات طلبة الصف كافة ومن خلاله يتخذ الطالب القرار عند أداءه للحركة من المستوى الذي يمكن أداءه ضمن العمل الواحد" (6 : 144).

وعلى المدرس عند استخدام هذا الأسلوب يجب "مواجهة تلك الفروقات بين الطلاب في القدرات البدنية والحركية والمهارية كما تقوم المدرسة بمساعدة الطالب باختيار مستوى الدخول للمهارة والذي يناسبه أي لا يكون الواجب الحركي سهلاً" أو صعباً" بل يكون بمستوى يمكن جميع الطلاب من الاشتراك في الواجب الحركي المطلوب وكلاً" حسب قدراته وتوفير فرص التنافس في الأداء الحركي" (3 : 95).

3- منهجية البحث و إجراءاته الميدانية:

3-1 منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته طبيعة البحث وأهدافه وأتبع الباحث تصميم ذو المجموعات المتكافئة (الضابطة والتجريبية) (4 : 113).

3-2 مجتمع البحث وعينته:

تم تحديد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية للعام الدراسي (2018-2019) حيث بلغ عدد الطلاب (102) طالب.

و تم اختيار عينة البحث من بين طلاب مرحلة الثالثة وبواقع شعبتين من أصل أربع شعب كل شعبة مكونة من (32) طالبا أي المجموعتين (64) طالب، وتم اختيار المجموعتين الضابطة والتجريبية بطريقة عشوائية، وكانت نسبة العينة من المجتمع (62.74%) . وتم تجانس العينة لكل مجموعة وتكافؤ المجموعتين في متغيرات البحث وكما في جدول (1):

جدول (1)

يبين تجانس وتكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث

مستوى الدلالة	قيمة ت المحنسة	المجموعة التجريبية			المجموعة الضابطة			القياس	القياسات والاختبارات
		معامل الاختلاف	ع	س	معامل الاختلاف	ع	س		
غير معنوي	0.032	1.006	0.55	54.63	3.02	1.65	54.62	كغم	الوزن
غير معنوي	0.356	1.547	2.67	172.56	1.526	2.63	172.32	سم	الطول
غير معنوي	0.497	16.592	2.6	15.67	14.973	2.3	15.36	عدد	تمرير واستلام الكرة
غير معنوي	1	2.228	0.32	14.36	4.567	0.65	14.23	عدد	الطبطة المتعرجة
غير معنوي	0.684	2.409	0.3	12.45	8.279	1.02	12.32	عدد	التصويب من القفز

* (ت) الجندولية عند درجة حرية (62) وعند احتمال خطأ (0.05) تبلغ (2.000)

3-3 الوسائل المساعدة والأجهزة والأدوات:

3-3-1 الوسائل المساعدة:

-المصادر العربية والأجنبية.

-المقابلات الشخصية.

-الوسائل الإحصائية.

-الاختبارات والقياسات.

3-3-2 أجهزة البحث ، وأدواتها :

-جهاز قياس الوزن.

-شريط قياس الطول.

-ساعة توقيت إلكترونية عدد(4).

-كرات يد عدد(12).

-صناديق،شواخص،أطواق،أعلام.

3-4 الاختبارات المستخدمة في البحث:

3-4-1 اختبار قياس دقة التصويب

الهدف من الاختبار :- قياس دقة التصويب (2 : 352) .

الأدوات المستخدمة :- كرة يد، مرمى كرة يد مرسوم على الحائط (3×2) م ثم يقسم المرمى إلى تسعة مستطيلات لقياس دقة التصويب ، ويرسم خط على الأرض يبعد (6) أمتار عن المرمى.
طريقة الأداء :-

يقوم الطالب بالتصويب من خلف الخط بخطوة الارتكاز مع مراعاة ما يأتي :-

. إذا أصاب المستطيلات (1,3,7,9) التي تمثل زوايا المرمى وتبلغ أبعادها (100 × 60) سم فإنه ينال أربع درجات .

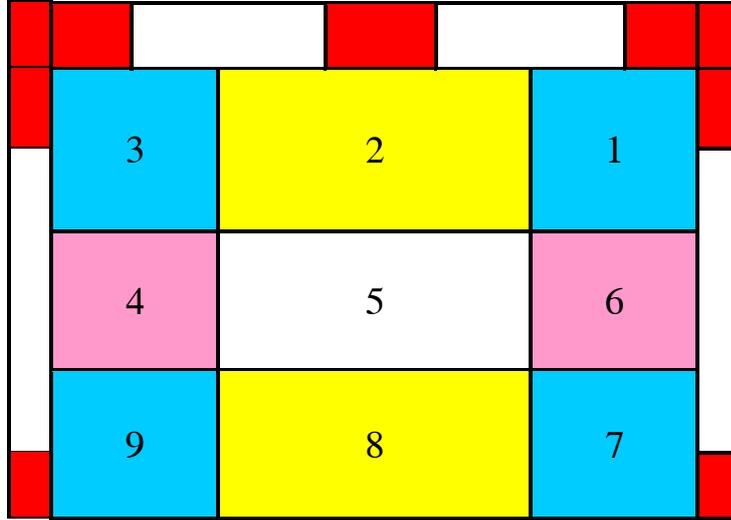
. إذا أصاب المستطيلين (2,8) اللذين يمثلان المنطقة فوق رأس حارس المرمى وبين قدميه وتبلغ أبعادهما (100 × 60) سم فإنه ينال ثلاث درجات .

. إذا أصاب المستطيلين (4,6) اللذين يمثلان منطقة مدّ ذراعي حارس المرمى وتبلغ أبعادهما (100 × 80) سم فإنه ينال درجتين .

. إذا أصاب المستطيل (5) الذي يمثل منطقة صدر حارس المرمى وجذعه وتبلغ أبعادها (80 × 100) سم فإنه ينال درجة واحدة .

. أما إذا جاءت الكرة خارج ذلك فينال صفراً .

. يؤدي كل طالب عشر رميات ولكل طالب محاولة واحدة فقط. الشكل (1) .



الشكل (1)

يوضح اختبار قياس دقة التصويب

3-4-2 اختبار تمرير واستلام الكرة على الحائط من مسافة (4) متر (5 : 215).

الهدف من الاختبار: قياس تحمل التمرير والاستلام

الأدوات: كرات يد عدد (15)، ساعة توقيت ، حائط صد

مواصفات الأداء: يقف اللاعب خلف الخط المرسوم على الأرض على بعد (4متر) بحيث لا يلامسه خلال

الأداء ، ثم يقوم اللاعب بتمرير الكرة على الحائط واستلامها باستمرار بأكثر عدد ممكن خلال الزمن المحدد.

التقويم: تحتسب عدد التمريرات واستلام (45) ثانية

3-4-3 اختبار الطبطة المتعرجة بين الشواخص لمسافة (30) متر (5 : 218).

الهدف من الاختبار : قياس تحمل الطبطة.

الأدوات : كرات يد عدد(5)، ساعة توقيت، شريط لاصق، صافرة، شواخص عدد(5).

مواصفات الأداء : تثبيت خمسة شواخص عمودية على الأرض في خط مستقيم والمسافة بين كل

شاخصين(3)متر ويرسم خط للبداية يبعد (3)متر من الشاخص الأول.

* يقوم المختبر بالوقوف خلف خط البداية عند سماع إشارة البدء يقوم بتنطيط الكرة مع الجري على شكل

متعرج بين الشواخص ذهابا وإيابا.

* يقوم اللاعب بالجري ذهابا وإيابا وباستمرار وبحسب الوقت المحدد.

التقويم : تحتسب عدد الشواخص خلال (60) ثانية .

3-5 التجربة الاستطلاعية :

تم إجراء تجربة استطلاعية على مجموعة من عينة البحث الأصلية بتاريخ 2019/4/1 وذلك لمعرفة مدى قدرة العينة على تطبيق الأسلوب والتمرينات الموضوع بالإضافة للوقوف على صعوبة التمرينات .

3-6 الأسس العلمية للاختبارات : تم الاستعانة بالاختبارات المقننة والمطبقة على نفس الفئة العمرية ومستخدمة بالبحوث والدراسات السابقة.

3-7 إعداد التمرينات المهارية بأسلوب التضمين (الاحتواء) :

بعد الاطلاع على الكثير من المصادر العلمية والخاصة بمهارات كرة اليد وطرائق التدريس ، قام الباحث بإعداد التمرينات الخاصة بأسلوب التضمين (الاحتواء) بهدف تعلّم المهارات الأساسية لكرة اليد لطلاب المرحلة الثالثة والمقررة في ضمن مناهج كليات التربية الرياضية .

ولقد تم تطبيق هذه التمرينات في يوم الأحد من كل أسبوع في ضمن حصة درس التربية الرياضية وفي الجزء الرئيسي من الدرس في ضمن النشاط التطبيقي.

3-8 طريقة احتساب الوقت المستثمر :

لقد أعدّ الباحث استمارة لقياس الوقت المستثمر في كل جزء من أجزاء الدرس ووقت الدرس ككل لطلاب الصف الأول . وذلك باحتساب الوقت بالثواني لـ (4) طلاب في كل درس . ويحتسب الوقت لطلاب واحد من كل مجموعة بعد تقسيم الصف إلى (4) مجموعات ، تتكون كل مجموعة من (8) طلاب، ويبدأ احتساب الوقت من بداية حركة الطالب في القسم الإعدادي ويستمر في القسم الرئيس وحتى نهاية القسم الختامي .

وبعد احتساب الوقت لـ (4) طلاب في كل حصة وباستمرار التجربة لـ (4) حصص وبواقع حصة واحدة في الأسبوع وبحسب جدول الحصص الأسبوعي للكلية يكون قد تم احتساب الوقت لـ (32) طالباً .

3-9 الاختبارات القبليّة : أجريت الاختبارات القبليّة بتاريخ 2019/4/11 .

3-10 تطبيق التجربة : تم البدء بتطبيق التجربة يوم الثلاثاء 2019/ 4 /15 واستمرت لمدة (4) أسابيع وبواقع حصة واحدة أسبوعياً وبحسب جدول الحصص، وطبقت تمرينات مهارة (التصويب) بكرة اليد في القسم الرئيس من الدرس في ضمن النشاط التطبيقي وبواقع (3) تمرينات مهارية في كل حصة ، مدة التمرين الواحد (5) دقائق . وقد استغرق للتمرينات المطبقة في (4) حصص والوقت المخصص لتمرينات مهارة التصويب (60) دقيقة . كما مبين في الجدول (2).

جدول (2)

يبين أقسام الوحدة التعليمية وتطبيقاتها في درس التربية الرياضية

النسبة المئوية	الزمن خلال (8) وحدة	الزمن خلال الوحدة	أقسام الوحدة التعليمية	
6,6	د 24	د 3	المقدمة	القسم الإعدادي
8,8	د 32	د 4	الإحماء	
17,7	د 64	د 8	التمرينات	
22,6	د 80	د 10	نشاط تعليمي	القسم الرئيسي
33,3	د 120	د 15	نشاط تطبيقي	
6,6	د 24	د 3	لعبة صغيرة	القسم الختامي
4,4	د 16	د 2	تمرينات تهدئة	
%100	د 360	د 45	المجموع	

11-3 الاختبارات البعدية : تم إجراء الاختبارات البعدية بتاريخ 2019/5/8

12-3 قياس نسبة الاحتفاظ

قام الباحث بحساب نسبة الاحتفاظ عن طريق إعادة الاختبارات الخاصة بالمهارات موضوع البحث وذلك بعد عشرة أيام من تاريخ إجراء الاختبارات البعدية ، حيث أجريت هذه الاختبارات بتاريخ 2019/5/18 .
وتحسب نسبة الاحتفاظ بإعطاء آخر المحاولات للاختبار البعدي الأول نسبة (100%) ثم نعود ونقيس الأداء بعد مدة الاحتفاظ وبالبالغة (10 أيام) ونحول هذا الفرق إلى نسبة مئوية .

13-3 الوسائل الإحصائية :

تم الاستعانة بالحقيبة الإحصائية الالكترونية (SPSS) لمعالجة البيانات إحصائياً.

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها .

1-4 عرض نتائج الوقت المستثمر لدرس التربية الرياضية للمجموعتين الضابطة والتجريبية وتحليلها

ومناقشتها .

لاستخراج الوقت المستثمر في الأداء الحركي للطالب خلال درس التربية الرياضية ، قام الباحث باحتساب الوقت (الدقيقة/ثا) حركة الطالب في كل جزء من أجزاء الدرس والنسبة المئوية لذلك الجزء من الوقت الكلي للدرس ، والوقت المستثمر الكلي ونسبته المئوية بالنسبة للمجموعتين الضابطة والتجريبية . ومعرفة معنوية الفروق بين كل جزء من أجزاء الدرس للمجموعتين . كما مبين في الجدول (3).

الجدول (3)

يبين دلالة الفروق في الوقت المستثمر لكل قسم من أقسام درس التربية الرياضية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية.

مستوى الدلالة	(ت) المحسوبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		أقسام الوحدة التعليمية	
		ع	س-	ع	س-		
غير معنوي	1.082	1.1	6.01	2.1	5.55	الإحماء (7) د	القسم التحضيري (15) د
غير معنوي	0.954	1.3	6.12	1.8	6.50	التمرينات (8) د	
معنوي	4.25	0.7	9.30	0.9	8.45	تعليمي (10) د	القسم الرئيسي (25) د
معنوي	3.892	3.3	14.11	1.5	11.58	تطبيقي (15) د	
غير معنوي	1.272	0.5	4.40	0.4	4.54	لعبة صغيرة (5) د	القسم الختامي (5) د

* (ت) الجدولية عند درجة حرية (62) وعند احتمال خطأ (0.05) تبلغ (2.000)

يبين الجدول (3) الأوساط الحسابية والانحراف المعياري للوقت المستثمر في الأداء الحركي لكل جزء من أجزاء درس التربية الرياضية . ولمعرفة دلالة الفروق بين الأسلوبين المستخدمين (التضمين للمجموعة التجريبية) (التقليدي للمجموعة الضابطة) في كل جزء من أجزاء الدرس ، قام الباحث باستخدام اختبار (ت) الإحصائي للعينات الغير مترابطة المتساوية العدد.

وجد الباحث بعدم وجود فروق معنوية في وقت الأداء الحركي لأجزاء الدرس في الإحماء من القسم التحضيري والقسم الختامي ، بينما ظهرت فروق معنوية بالقسم الرئيس للمجموعة التجريبية أفضل من الضابطة وهذا دليل على إن أسلوب التضمين كان جيد في استثمار الوقت المحدد للدرس إذ إن طبيعة أسلوب التضمين (الاحتواء) الذي يهتم كما ذكر (Mostton 1981) " بتقسيم المهارة الحركية إلى واجبات ينتقي منها الطالب ما يتناسب مع قدراته واستعداداته كخطوة أولى ثم ينتقل من واجب إلى آخر وهكذا حتى يستطيع الإيفاء بكل المتطلبات التكنيكية الخاصة بأدائها " (12 :30).

وكما أكده (Darrow 1997) من أن " هناك درجات متعددة من الصعوبة ، ويحق للطالب الاختيار من أي مكان يبدأ وهو الذي يقرر مستوى الأداء فهو الأكثر معرفة باحتياجاته الفردية وقابليته " (9 :2). إضافة إلى إن هذا الأسلوب لديه مراعاة للفروق الفردية من خلال اتخاذ المتعلم قرار استهلاك أدائه بالمستوى الذي يبدأ منه وبحسب صعوبة الأداء . وقد ذكر (Mark and Jayne 1998) أن " المتعلمين سوف يمنحون فرصة للاختيار حول مستوى صعوبة الأداء ، مما جعل من أهداف هذا الأسلوب هو مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين وتمثيلا لمستوى قابليتهم " (13 :26).

4. 2 عرض نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد للمجموعتين الضابطة والتجريبية وتحليلها ومناقشتها .

جدول (4)

يبين الأوساط الحسابية وقيم (ت) المحتسبة والجدولية للمتغيرات البدنية القبلية والبعدي للمجموعة الضابطة

مستوى الدلالة	قيمة ت المحتسبة	الخطأ القياسي	الوسط الحسابي		وحدة القياس	الاختبارات البدنية
			بعدي	قبلي		
معنوي	3.81	0.664	17.89	15.36	عدد	تمرير واستلام الكرة
معنوي	4.02	0.661	16.89	14.23	عدد	الطبطة المتعرجة
معنوي	3.154	0.71	14.56	12.32	عدد	التصويب من القفز

قيمة (ت) والجدولية عند درجة حرية (31) واحتمال خطأ (0.05) = 2.042

جدول (5)

يبين الأوساط الحسابية وقيم (ت) المحتسبة والجدولية للمتغيرات البدنية القبلية والبعدي للمجموعة التجريبية

مستوى الدلالة	قيمة ت المحتسبة	الخطأ القياسي	الوسط الحسابي		وحدة القياس	الاختبارات البدنية
			بعدي	قبلي		
معنوي	4.739	0.865	19.77	15.67	عدد	تمرير واستلام الكرة
معنوي	5.70	0.812	18.99	14.36	عدد	الطبطة المتعرجة
معنوي	5.471	0.89	17.32	12.45	عدد	التصويب من القفز

قيمة (ت) والجدولية عند درجة حرية (31) واحتمال خطأ (0.05) = 2.042

من خلال ملاحظة جدولي (4) و(5) تبين لنا هناك تحسن وتعلم وتنمية في المجموعتين الضابطة والتجريبية في المهارات الأساسية بكرة اليد قيد الدراسة ويرجى إلى الأسلوبين بالتعلم كان لها الأثر الكبير في تقدم نحو الأفضل إذ أشار إليه (Clarence 1997) " إن المتعلم يعمل ضمن النموذج المعمول له من قبل المدرس وبصورة منتظمة في المراحل الثلاث التي تمر بها العملية التعليمية " (9 : 3).

كما إن اختيار التمرينات المناسبة وتطبيقها بالأسلوب الصحيح له أيضا تأثير كبير على التعلم ونجاحه وهذا ما يراه (سليمان 1983) " إن اختيار التمرين له أهمية كبرى من حيث انه الوسيلة الأساسية للارتقاء أو تطوير القدرات والمهارات الحركية " (1 : 28)

كما إن انتظام العينة بالتطبيق وإشراك جميع الطلبة كان أيضا عنصر مهم في التعلم بشكل جماعي وحقق النتائج في الاختبارات البعدية للمجموعتين وهذا ما أشار إليه (Don Antony 1985) " بأنه يجب إشراك جميع الطلاب في الدرس من خلال استثارة دوافع الطلاب مع ضرورة التطبيق الموضوعي للأسلوب " (10 : 124).

3-4 عرض نتائج الاختبارات البعدية لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد للمجموعتين الضابطة والتجريبية وتحليلها ومناقشتها .

جدول (6)

يبين الأوساط الحسابية وقيم (ت) المحتسبة والجدولية للمتغيرات البدنية البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية

مستوى الدلالة	قيمة ت المحتسبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	الاختبارات البدنية
		ع	س البعدي	ع	س البعدي		
معنوي	4.341	1.658	19.77	1.756	17.89	عدد	تمرير واستلام الكرة
معنوي	4.952	1.674	18.99	1.665	16.89	عدد	الطبطة المتعرجة
معنوي	6.463	1.698	17.32	1.671	14.56	عدد	التصويب من القفز

* (ت) الجدولية عند درجة حرية (62) وعند احتمال خطأ (0.05) تبلغ (2.000)

ومن خلال ملاحظة جدول (6) تبين لنا هناك فروق معنوية في الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية ، إي إن أسلوب التضمين كان أفضل من الأسلوب التقليدي في تعلم المهارات الأساسية بكرة اليد قيد الدراسة كون هذا الأسلوب فعال ومهم في نجاح العملية التعليمية وهذا ما أكدته (Osthuzon & Griesel 1992) " إن استخدام أسلوب التضمين (الاحتواء) يؤثر بشكل فعال في النمو الحركي للطلاب وخاصة في جوانبه البدنية والمهارية مقارنة بالأساليب الأخرى لأنه يعنى من وجهة نظرهما بتحقيق الأهداف التعليمية والتربوية بالدرس " (14 : 45).

إضافة إلى إن اختيار التمرينات وتطبيقها بهذا الأسلوب الذي فيه جانب من المنافسة قد حقق نوع من التشويق للطلاب في تنفيذ الواجب المناط بهم وهذا ما أشار إليه (محمد جميل 1993) " إن استخدام التمرينات المشوقة في التدريب يعد عاملاً مهماً للارتفاع بالمستوى الفني والبدني والنفسي للاعب " (7 : 155). كما إن هذا الأسلوب كان ناجح وملائم مع الأعمار المستخدمة فيه إذ كل أسلوب له تأثير على عينة ملائمة في تنفيذ الواجب الحركي المناط به إذ أشار إلى " إن أساليب التدريس يجب أن تكون ملائمة لأعمار الطلاب وقدراتهم العقلية والبدنية ولا بد من مراعاة الحالة العامة والظروف المحيطة بالدرس من أجل تحقيق الأهداف المطلوبة " (11 : 92).

4-4 عرض نتائج الاختبارات البعدية- البعدية للمجموعة التجريبية فقط لبيان الاحتفاظ بالمهارات قيد الدراسة وتحليلها ومناقشتها .

جدول (7)

يبين الأوساط الحسابية وقيم (ت) المحتسبة والجدولية للمتغيرات البدنية البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية

مستوى الدلالة	قيمة ت المحتسبة	المجموعة التجريبية بعد 10 أيام		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	الاختبارات البدنية
		ع	س البعدي	ع	س البعدي		
معنوي	0.264	1.625	19.88	1.658	19.77	عدد	تمرير واستلام الكرة
معنوي	0.046	1.689	19.01	1.674	18.99	عدد	الطبطة المتعرجة
معنوي	0.023	1.699	17.33	1.698	17.32	عدد	التصويب من القفز

* (ت) الجدولية عند درجة حرية (62) وعند احتمال خطأ (0.05) تبلغ (2.000)

تبين لنا من خلال هذا الجدول (7) إن أسلوب التضمين ظل محافظ على تعلم المهارات الأساسية دون هبوطها إذ كانت النتائج بعد (10) في حالة قريبة من القياس البعدي الأول وهذا يدل على إن أسلوب التضمين له تأثير ليس فقط التعلم وإنما المحافظة على ما تعلمه الطالب.

5- الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات :

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث خلص الباحث إلى ما يلي :

1- إن أسلوب التضمين (الاحتواء) هو الأكثر استثماراً للوقت من الأسلوب الأمريكي في درس التربية الرياضية لطلاب الصف الأول المتوسط .

2- لقد أسهم الأسلوبان المستخدمان التضمين والتقليدي في تعلم الطلاب بعض المهارات الأساسية بكرة اليد قيد الدراسة.

3- إن إشراك جميع الطلاب في أداء التمرينات كل بحسب مستواه ومراعاة الفروق الفردية في أسلوب

التضمين (الاحتواء) أسهم في زيادة وقت تعلم المهارات الحركية والقيام بمحاولات أكثر لأداء الواجب .

4- إن فردية أداء الطالب للحركة التي تتناسب مع إمكاناته وقابليته أسهم في زيادة رغبته نحو الأداء الحركي .

5-2 التوصيات :

في ضوء الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث فإنه يوصي بما يلي :

1- استخدام أسلوب التضمين (الاحتواء) بشكل أوسع في دروس التربية الرياضية ، نتيجة لإسهامه في زيادة

مشاركة الطالب في أثناء الدرس ونجاحه في تعلم المهارات الأساسية بكرة اليد قيد الدراسة .

- 2- استخدام أسلوب التضمين (الاحتواء) في مراحل دراسية أخرى للجنسين وفي ألعابٍ أخرى ، وذلك بعد النتائج الإيجابية التي ظهرت عند استخدامه .
- 3- ضرورة توضيح كيفية العمل بالأساليب التدريسية الحديثة عن طريق نشرات دورية أو دورات تطوير لمدرسي ومدرسات التربية الرياضية كافة.
- 4- اختيار التمرينات التي تحتوي حركةً مستمرة وتنافساً وتشويقاً ، لان ذلك من شأنه أن يؤدي إلى زيادة حركة الطالب في أثناء الدرس .
- 5- استثمار الوقت بشكل جيد يعطي ايجابية اكبر لتطوير الاكتساب والتعلم .

المصادر

- 1- سليمان علي حسن .**المدخل إلى التدريب الرياضي** : الموصل ، مديرية مطبعة الجامعة ، 1983 .
- 2- ضياء الخياط ونوفل محمد . **كرة اليد** : الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 2001.
- 3- عادل فاضل علي . تأثير استخدام أنظمة قواعد المعرفة في برامج التعلم بالنموذج على المهارات الهجومية بالمبارزة ، أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، 2000.
- 4- عبد الجليل الزوبعي ومحمد احمد الغنام . **منهج البحث للتربية** : ج 1 : ، بغداد، مطبعة جامعة بغداد ، 1981 .
- 5- كمال عبد الحميد ، محمد صبحي حسانين . **القياس في كرة اليد** : القاهرة ، دار الفكر العربي، 1980.
- 6- كامل عصمت . **تأثير أساليب التدريس على مستوى الأداء الحركي** : المؤتمر العلمي الأول للتربية الرياضية ، جامعة حلون، مصر ، 1986.
- 7- محمد جميل عبد القادر . **التربية الرياضية الحديثة** : بيروت ، دار الجبل ، 1993 .
- 8- وجيه محجوب (واخرون) . **نظريات التعلم والتطور الحركي** : بغداد ، مكتب العادل للطباعة ، 2000 .
- 9- Clarence .Darrow .**Physical Education Kinesiology Program** : Inter-net, tempie university . 1997 .
- 10- Don Antony .**Methods of Physical Education in Schools** : Hand Book, Leeds. Universtiy.England, London,1985.
- 11- Ian Word .**Physical Education in Elementary School in England** : CultrnalConmopeny . London .1984.
- 12-Mostton,M .**Teaching Physical Education** : Znd Ed Columbus,Oh: Charles . E,Merrill,1981.
- 13- Mark Byra and Jayne Jenkins . **The Thought and Behaviors of Learners in Inclusion Style of Teaching** . **Journal of Teaching Physical Education** , 1998.

14- Osthuzon ,Griesel : The effect of the command reciprocal and inclusion teaching styles on the realization of objective in physical education for high school boys , SA education and recreation veruserd , burg . 1992 .

ملحق

نموذج من الوحدات التعليمية بأسلوب التضمين

الوحدة التعليمية: 1

الأسبوع : الأول

أهداف الوحدة التعليمية: تعلم المهارات الأساسية بكرة اليد

الملاحظات	التكرارات	التفاصيل والتمرينات	الزمن	أقسام الوحدة
		تسجيل الحضور- الإحماء العام-الإحماء الخاص.	15 دقيقة	القسم التمهيدي
التنافس داخل المجموعة.	2×2	- عمل مربع ناقص ضلع لشرح المهارات الأساسية في كرة اليد -شرح مهارة الطبطة والمناولة والتصويب وعمل نموذج لها مع إعطاء صور توضيحية.		القسم الرئيسي: 1-التعليمي
التغذية الراجعة داخل المجموعة	3×2 4×3	-أداء طبطة بين الشواخص مع تضمينها الجري والمناولة. -أداء الطبطة مع تضمينها التصويب. -أداء مناولة مع الزميل و ثم التصويب		2-التطبيقي
		تهنئه وتنفس وإعطاء واجبات	10دقيقة	القسم الختامي