

أثر برنامج تعليمي مقترح باستخدام الأسلوب التبادلي ومتعدد المستويات على تعلم مهارات أساسية في الكرة الطائرة عند طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح

The effectiveness of a proposed learning program using some of teaching methods On Learning Some Basic Volleyball Skills Among Students of the Faculty of Physical Education at An-Najah National University

د. محمود حسني الأطرش^١ د. رأفت صباح الطيبي^٢ أ. ليلي سالم^٣
جامعة النجاح الوطنية/ فلسطين

Abstract: The study aimed to identify the effect of a proposed educational program using the interactive and multi-level method on learning basic skills in volleyball among students of the College of Physical Education at An-Najah University. To achieve this, the study was conducted on an intentional sample of (22) students enrolled in the (1) volleyball course. The average age of the female students was (18.3) years, and the researchers used the semi-experimental method in one of its pre and post measurements to suit it for the purposes of the study. The study sample was divided into two experimental groups, where the first experimental group learned using the reciprocal method, while the second experimental group learned using the multi-level method. Pre-measurements of the skill variables were made before starting the implementation of the proposed educational program. The researchers used the Statistical Package for Social Sciences (SPSS), (T-test for two independent groups to indicate the differences between members of the two experimental groups on the pre and post measurements of the study variables), (T-test for correlated samples), (Pearson correlation coefficient to ensure the stability of the skill tests).

The results of the study showed statistically significant differences ($p < 05$) between the pre and post measurements in all the skill variables under study (scrolling from the top, scrolling from the bottom, sending from the bottom of the confrontation, sending from the bottom of the side) and in favor of the telemetry of the members of the first experimental group. (The reciprocal method), where the percentages of skill change were as follows: (passing from the

الملخص: هدفت الدراسة التعرف إلى أثر برنامج تعليمي مقترح باستخدام الأسلوب التبادلي ومتعدد المستويات على تعلم مهارات أساسية في الكرة الطائرة عند طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قصدية قوامها (22) طالبة من المسجلات في مساق كرة الطائرة (1). وكان متوسط أعمار الطالبات (18.3) سنة، واستخدم الباحثون المنهج شبه التجريبي باحدى تصاميمه القياسين القبلي والبعدي لملائمته لأغراض الدراسة. وتم تقسيم عينة الدراسة إلى مجموعتين تجريبيتين، حيث تعلمت المجموعة التجريبية الأولى باستخدام الأسلوب التبادلي، أما المجموعة التجريبية الثانية تعلمت باستخدام الأسلوب متعدد المستويات. وتم اجراء القياسات القبلي للمتغيرات المهارية قبل البدء بتنفيذ البرنامج التعليمي المقترح. واستخدام الباحثون الحزمة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، (اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين لدلالة الفروق بين أفراد المجموعتين التجريبيتين على القياسين القبلي والبعدي لمتغيرات الدراسة)، (اختبار (ت) للعينات المرتبطة)، (معامل الارتباط بيرسون للتأكد من ثبات الاختبارات المهارية).

وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائية ($p > 05$). بين القياسين القبلي والبعدي في جميع المتغيرات المهارية قيد الدراسة (التمرير من اعلى، التمرير من أسفل، الارسال من أسفل المواجه، الارسال من أسفل الجانبي) ولصالح القياس البعدي لدى أفراد المجموعة التجريبية الأولى (الأسلوب التبادلي)، حيث كانت النسب المئوية للتغير للمهارات كما يلي: (التمرير من أعلى (92.71%)، التمرير من أسفل

top (92.71%), passing from the bottom (75.59%), serving from the bottom of the confrontation (121.05%), serving from the bottom of the side (81.57%). The results also showed that there are statistically significant differences between the pre and post measurements in all the skill variables under study and in favor of the post measurement among the members of the second experimental group (the multi-level method), where the percentages of change in skills were as follows: (scrolling from the top (43.46%), scrolling from the bottom (46.35%), the serve from below the confrontation (58.65%), the serve from the bottom of the side (42.87%).

The researchers recommend several recommendations, the most important of which is the necessity of using the reciprocal and multi-level methods in learning the basic skills of volleyball among female physical education students.

Key words: the reciprocal method, the multi-level method, teaching methods, volleyball, An-Najah University.

(75.59%)، الارسال من أسفل المواجهه (121.05%)، الارسال من أسفل الجانبي (81.57%). وأظهرت النتائج أيضا وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدى في جميع المتغيرات المهارية قيد الدراسة ولصالح القياس البعدى لدى أفراد المجموعة التجريبية الثانية (الأسلوب متعدد المستويات)، حيث كانت النسب المئوية للتغير للمهارات كما يلي: (التمرير من أعلى (43.46%)، التمرير من أسفل (46.35%)، الارسال من أسفل المواجهه (58.65%)، الارسال من أسفل الجانبي (42.87%).

ويوصي الباحثون بالعديد من التوصيات من أهمها ضرورة استخدام الأسلوبين التبادلي ومتعدد المستويات في تعلم المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لدى طالبات التربية الرياضية.

الكلمات المفتاحية: الأسلوب التبادلي، الأسلوب متعدد المستويات، أساليب التدريس، الكرة الطائرة، جامعة النجاح .

مقدمة

يعد التعليم هو الركيزة الأولى للتقدم وهو الأساس اللازم لمسايرة التطور فمن خلاله يتم استثمار الموارد البشرية لتزويد الإنسان بالقيم الدينية والسلوكية والمعرفية والتحصيلية في شتى المجالات حتى يصبح الإنسان مهياً للمساهمة في بناء المجتمع الحديث .

وتنطلق أهداف التعليم في فلسطين من خلال استراتيجية عامة للتربية تأخذ في اعتبارها طبيعة الانسان الفلسطيني والتغيرات والتحولات الحادثة في المجتمع، هذا بالإضافة إلى الآثار الناتجة عن ضغوط تكنولوجيا المعلومات في عصر الانفجار المعرفي على المناهج التعليمية بهدف إعداد جيل من المتعلمين القادرين على استخدام هذه التكنولوجيا لمواجهة الحياة العصرية .

ومن سمات العصر الحديث التقدم التكنولوجي في شتى مجالات ومواقف الحياة حيث أصبح التغير السريع هو سمة العصر الذي نعيش فيه، فقد حقق العلم بفضل التطور التكنولوجي طفرة كبيرة وما زال يخطو في إطار مستمر بخطوات ثابتة لتحقيق المزيد من التطور حيث أصبح المحك الأساسي على مصداقية الموضوعات المختلفة . (الربيعي، 2011)

ويعتبر التعليم من أهم المظاهر التي تلعب دوراً كبيراً في تقدم الشعوب، وذلك لتأثيره الإيجابي في إعداد الأجيال الجديدة على أسس علمية سليمة وحديثة، ويمكن التعرف على هذا التقدم من خلال معرفة هذه الشعوب بطرق ووسائل وأساليب ونظريات التدريس والتعليم الحديثة، وتشهد هذه الفترة محاولات جادة لتطوير التعليم في جميع مراحلها . (فرج، 1998)

ويشير كورى (1994) إلى أن عملية التدريس عملية متعددة لتشكيل بيئة الفرد بحيث تمكنه من أن يتعلم القيام بسلوك محدد أو الاشتراك في سلوك معين وذلك تحت شروط محددة أو كاستجابة لظروف محددة وبهذا المفهوم يكون التدريس هو ركيزة لعمليات التعليم ويرتبط ارتباطاً وثيقاً بها، وبذلك لا يمكن أن يحدث التدريس إذ لك ينتج عنه تعلم .

ويعد التدريس مجموعة من الأنشطة المتعددة الجوانب والأبعاد الموجهة والقصدية، فهو يتضمن الجوانب المعرفية ولإنفعالية والحركية من خلال تقديم المعارف وإلقاء الأسئلة والشرح والتفسير، والإستماع والتشجيع والمناقشة والإقتناع، وحشد من النشاطات المتعددة من الناحية الحركية . (البغدادي، 2005)

ويذكر عبد الحميد (1998) إلى أن التعليم هو عملية التفاعل المتبادل بين المعلم والمتعلم من اجل إكساب المتعلمين المعلومات والمهارات المرغوبة التي ينبغي تحقيقها في فترة زمنية محددة.

ولكي يتمكن المعلم من دفع التلاميذ إلى التعليم فلا بد له من استخدام طرق وأساليب مختلفة ومتعددة مما يتطلب من المعلم أن يكون ملماً بكيفية حدوث التعلم من جانب التلاميذ، وكيف تؤثر الطرق والوسائل التدريسية المستخدمة في سرعة تحقيق الهدف من عملية التعليم وهو إتقان وتثبيت الأداء، وكذلك توفير الوسائل والطرق المختلفة لمراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ .

ويتفق شاهد (1997)، وحسب الله (1998)، وكوجاك (1997) على أن مفهوم الأساليب في مجال التدريس يعنى شكلاً مميزاً في تنفيذ الدرس يتخذه المدرس كوسيلة لتعليم الطلاب، وقد يتبنى المعلم أسلوب واحد أو أكثر .

ويذكر موستن وانسورث (1986) انه في مجال التربية الرياضية قدمت مجموعة من أساليب التدريس الخاصة بتعلم المهارات الحركية والتي تحقق العديد من الأهداف التربوية حيث توفر الفرصة لكي يتعلم كل متعلم حسب قدراته وإمكاناته واستعداداته بالسرعة المناسبة له وفقاً لحاجاته وميوله ومن أهم هذه الأساليب هي (الأسلوب التبادلي وأسلوب الحبل المائل أو متعدد المستويات).

ان أكثر المجتمعات تقدماً في مجالات الحياة هي تلك التي تعي التربية الرياضية اهتماماً كبيراً وفعالاً في التعليم، حيث يرى المختصون والمهتمون في التربية الرياضية ان التطور في هذا المجال يجب ان يهدف الى فهم الاهداف للمادة والمحتوى والاساليب التي يتبعها المربون في الوصول الى تحقيق الاهداف والمستوى والطرق التي يمكن أن تتبع في تدريبها . (الديري، 1993)

لقد زاد الاهتمام بالطرق وأساليب التدريس المختلفة وفوائدها في تحقيق المخرجات التعليمية المنشودة عند الطلبة وأدى هذا الاهتمام إلى انتشار القول بأن "المعلم الناجح ما هو إلا أسلوب وطريقة" .

أما الكاظمي (2002) فيشير إلى أهمية اختيار السلوب التدريسي الذي يتلائم مع المهارات الحركية المطلوب تعلمها من جهة ومع الأهداف الرئيسية من جهة أخرى من أجل الوصول إلى مستوى التعلم الفعال والتدريس المؤثر .

أن أهم خطوات التدريس الناجحة هو معرفة مستوى الطلبة وخصائصهم العمرية وأفكارهم والفروق الفردية بينهم وكذلك القدرة على استخدام الأسلوب والطريقة المناسبة لهم .(الربيبي، 2011)

كما أشارت عبد الكريم (1989) إلى أن المعلم الكفاء هو الذي يستطيع أن يقدم باستمرار الحديث في مجاله ويعرف الكثير من مراحل وأساليب التدريس المباشرة وغير المباشرة وإنه من خلال التدريس يجب أن يكون موقف المتعلم إيجابياً وليس سلبياً ما يقدم له من معلومات. وتؤكد اللباني (1991) على أن المتعلم يتأثر إلى حد كبير بالطرق والأساليب التي يتبعها المعلم، لذا فإن التعلم الذي يقوم على أساس من التجريب والتطبيق لينقل أثره أسهل وأسرع في التعلم الأصم الذي يلحق به المتعلم فقط، وقد ظهرت أساليب جديدة في التدريس تساعد على نقل العملية التعليمية من المادة الدراسية إلى المتعلم وبذلك أصبحت المادة وسيلة وليست هدفاً.

ويذكر كلا من سنجر (1995)، وعب الكريم (1994)، إلى أنه من الضروري أن يكون أمام المعلم أختيارات متعددة لأساليب التعلم حتى لا يقف عند أسلوب معين حيث أن لستخدام أسلوب موحد لجميع المتعلمين قد لا يؤدي إلى التعلم الصحيح .

وقد أشارت العديد من الدراسات والبحوث كل من دراسة (عاشور، 2000)، (خضير، 2001)، (عبد الوهاب، 2004)، (بدر، 2000)، (العريان، 1999)، (كوكس، 1995)، (جانسون، 1991) إلى أهمية اسلوب توجيه الأقران في التأثير على نمو المتعلمين اجتماعياً وانفعالياً ومعرفياً ومهارياً.

ويقوم أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران على أساس تنظيم المجموعة الدراسية في شكل ثنائيات من الطلاب بحيث يعطى لكل متعلم دور محدد فيقوم المتعلم بدور المؤدى ويقوم الآخر بدور الملاحظ، فالمؤدى يقوم بأداء المهارة في حين يقوم الملاحظ بتقديم التغذية الراجعة الفورية بناء على معايير معينة يعطيها المعلم بصورة مسبقة وبعد الانتهاء من العملية التعليمية يتبادل الأدوار فيما بينهم حيث يصبح المؤدى ملاحظ والملاحظ مؤدى

وتذكر عبد الكريم (1994) أن هذا الأسلوب تظهر أهميته في المراحل الأولى من تعلم المهارة عندما يحتاج المتعلمين إلى التعرف على قدراتهم بعد كل محاولة لتساعدهم على تصحيح أداؤهم الفني ويعتبر بمثابة توفير معلم لكل متعلم .

و درس التربية الرياضية هو احد القواعد الاساسية في تحقيق الأهداف التربوية والتعليمية في المدرسة، ولهذا يؤكد معظم المربين على ضرورة ايجاد اساليب تدريسية تنسجم مع المرحلة العمرية ومنها أسلوب التضمن (الأحتواء) الذي من خلاله يتم احتواء جميع الطالبات ضمن العمل في حصة الدرس بشكل فعال متماشياً مع قدراتهن بدلاً من ابعاد الطالبات الضعيفات في القدرات والتي قد تكون عائقاً ولهذا أسلوب التضمن الذي يأخذ بنظر الاعتبار مستويات الصف كافة فالطالبة تتخذ القرار عند اداؤها للحركة من المستوى الذي يمكن اداؤه ضمن العمل الواحد. (السايج، 2001)

وهو الأسلوب بالتوجيه الذاتي متعدد المستويات في تقييم الطالبة لاداءها من خلال تحديد مستوى الاداء والتي تبدأ منه لتنفيذ الواجب الحركي ومن الضروري ايجاد هذا الأسلوب الذي من خلاله يمكننا مراعاة الفروق الفردية في الخبرات التعليمية لدى الطالبات من دون الاخلال بالمستوى الأكاديمي والكفاءة التعليمية.

ويرى النداف (2004) أنه ومنذ صدور أساليب التدريس الحديثة المختصة بتدريس التربية الرياضية، والتي كان من أحدثها وأهمها على الإطلاق ما أصدره موسكا موسستن (Muska Mosston) تحت مسمى "طيف أساليب التدريس" والتي أحدثت نقلة تطويرية ونوعية في طرح نهج جديد لأساليب تدريس التربية الرياضية. ومن الأساليب المختارة لموضوع الدراسة أسلوب الاحتواء والذي تم اعتماده في دراستنا لاعتماده على فكرة شمول جميع طلاب الصف الواحد وانخراطهم في العمل، لأنه يوفر فرصاً متكافئة لكل منهم للاشتراك في الدرس أو المهمة حسب ما يتناسب وإمكاناته وقدراته الخاصة ويطلق عليه أيضاً أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات أو الأسلوب التضميني (أبو نمره وسعاده، 2009).

ويؤكد (النداف، 2008) أن المعلم الكفاء هو الذي يستطيع أن يكيف والأساليب المختلفة لتلائم ظروف المتعلمين وخصائصهم والدرس الناجح هو الذي يستخدم فيه المعلم أكثر من أسلوب، لأن ذلك يعمل على تشويق الطلاب وتجديد نشاطهم ويكسر الروتين الممل الناجم عن إتباع طريقة واحدة على الدوام. وتعتبر الكرة الطائرة من الأنشطة التي يتم فيها التعلم وفقاً لمبادئ التعلم الحركي إذ تتنوع مهاراتها ما بين السهل والصعب والبسيط والمركب وتعتمد جميع المهارات في الكرة الطائرة على بعضها البعض اعتماداً أساسياً حيث أن أداء أي مهارة يعتمد في الأساس على أداء مهارة أخرى كما أن الأسلوب التعليمي له أهمية بالغة في نجاح عملية التعلم فضلاً على أن الأسلوب الإيجابي في التعلم يسهم بصورة فعالة في الارتقاء بمستوى الأداء المهاري لتلك المهارات الحركية المراد تعلمها .

كما يعد إتقان أداء المهارات الأساسية في الكرة الطائرة من أهم العوامل التي تحقق للفريق الفوز حيث أن نجاح اي فريق يتوقف على قدرة لاعبيه على الأداء المهاري بإتقان وبأقل من الأخطاء لذا فيجب أن يتعلمها المبتدأ ويجيدها بإتقان .

مشكلة الدراسة والأهمية

ومن خلال خبرة الباحثون وإطلاعهم على التطور الحاصل في مجال التدريس ارتأى الباحثون القيام بهذه الدراسة القائمة على استخدام أساليب تدريسية تلاءم متطلبات تعليم مهارات اللعبة، فقد وجد ذلك في العديد من الأساليب واختار الباحثون (الأسلوب التبادلي، وأسلوب متعدد المستويات) لمعرفة مدى تأثيرها على تعلم بعض مهارات اللعبة، مما يسلط الضوء على مخرجات هذه الأساليب التعليمية الايجابية ذات الجودة العالية الأمر الذي يدفع المدرسين والمدرين إلى استخدام هذه الأساليب ويحفزهم نحو استخدام أساليب تدريس أخرى في تطبيق مفردات منهاج التربية الرياضية، وكل ذلك أملا في تطوير المجال الرياضي بشكل عام ولعبة كرة الطائرة على الخصوص.

وتكمن أهمية الدراسة في النقاط الآتية:

1. يتوقع من نتائج الدراسة أن تشكل إضافة علمية للبيئة التعليمية للرياضة الجامعية في فلسطين .
2. يتوقع من نتائج الدراسة المساهمة في تعلم المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لطلبة الجامعة من خلال استخدام بعض أساليب التدريس.
3. استخدام البرنامج المقترح لتطوير المهارات الأساسية لكرة الطائرة في الجامعات .
4. تسهم هذه الدراسة على تشجيع استخدام أساليب التدريس الحديثة، وكذلك الاطلاع على مدى أهميتها في تطوير مستوى الأداء المهاري في مختلف الألعاب الرياضية بشكل عام، والأثر الكبير الذي تركه جراء استخدامها في تدريس مهارات الأساسية في الكرة الطائرة بشكل خاص.

أهداف الدراسة:

سعت الدراسة الحالية إلى تحقيق الأهداف الآتية:

- 1- التعرف إلى فاعلية استخدام الأسلوب التبادلي على تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لدى أفراد المجموعة التجريبية الأولى.
- 2- التعرف إلى فاعلية استخدام أسلوب متعدد المستويات على تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لدى أفراد المجموعة التجريبية الثانية.
- 3- التعرف الى الفروق في فاعلية البرنامج التعليمي القائم على اسلوبي التدريس (التبادلي، متعدد المستويات) على تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة.

تساؤلات الدراسة:

سعت الدراسة الحالية إلى الإجابة عن التساؤلات الآتية:

- 1- ما فاعلية منهاج تعليمي قائم باستخدام الأسلوب التبادلي على تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لدى أفراد المجموعة التجريبية الأولى؟
- 2- ما فاعلية منهاج تعليمي قائم باستخدام أسلوب متعدد المستويات على تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لدى أفراد المجموعة التجريبية الثانية؟
- 3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعتين التجريبيتين على تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة عند مستوى $(p < 05)$.

حدود الدراسة:

- الحد البشري: طالبات مساق كرة طائرة (1) المستجدات رسميا في الفصل الدراسي الأول (2019_2020) كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية
- الحد المكاني: تم إجراء الدراسة في صالة كلية التربية الرياضية بجامعة النجاح الوطنية .

- الحد الزمني: تم تطبيق المنهاج التعليمي المقترح بتاريخ (2019/11/1-2019/9/1) في الفصل الدراسي الأول من العام الأكاديمي (2020/2019) .

مصطلحات الدراسة:

- التدريس: هو مجموعة علاقات مستمرة بين المعلم والمتعلم، تساعد العلاقات المتعلم على النمو وعلى اكتساب المهارات الجديدة في النشاطات البدنية (خنفر، 2011).

- الأسلوب التبادلي: هو أسلوب يدعو إلى تنظيم الصف بشكل زوجي مع إعطاء كل طالب دوراً معيناً حيث يقوم أحد الطلاب بالأداء ويسمى المؤدي ويقوم الآخر بالملاحظة الأداء ويسمى الملاحظ (النداف، 2004).

- الأسلوب المتعدد المستويات: هو أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات ويسمى بالاحتواء لاعتماده على فكرة الشمول لجميع تلاميذ الصف الواحد وانخراطهم في العمل، كما أنه يوفر فرص متكافئة لكل منهم للاشتراك بالدرس أو المهمة حسب ما يتناسب وإمكاناته وقدراته الخاصة (أبو نمره ، 2014).

الدراسات السابقة والمرتبطة :

- قامت سوايمة (2018) بدراسة هدفت الدراسة التعرف إلى أثر استخدام ثلاثة أساليب تدريس على تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لدى طلاب تخصص التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة تكونت من (60) طالب من طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية، المسجلين في مساق كرة طائرة (1)، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي ذو الثلاثة مجموعات متكافئة ومتساوية تكونت كل مجموعة من (20) طالب، تم تطبيق البرنامج التعليمي المقترح على النحو التالي: المجموعة التجريبية الأولى تكونت من (20) طالب، طبق عليهم البرنامج التعليمي باستخدام الأسلوب التبادلي، المجموعة التجريبية الثانية تكونت من (20) طالب، طبق عليهم البرنامج التعليمي باستخدام الأسلوب التعاوني، المجموعة التجريبية الثالثة تكونت من (20) طالب، طبق عليهم البرنامج التعليمي باستخدام الأسلوب الأمري. وكانت مدة البرنامج (8) أسابيع بواقع (3) وحدات تعليمية في الأسبوع زمن كل وحدة (50) دقيقة، وبعد الانتهاء تم إجراء نفس الاختبارات للمجموعات التجريبية، وبعد جمع البيانات تم تحليلها باستخدام برنامج الرزم الإحصائية (spss)، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي بين أفراد المجموعات التجريبية الثلاثة، وجاءت النتائج لصالح الأسلوب التبادلي ثم التعاوني و يليه الأمري.

- قام الأطرش وآخرين (2017) بدراسة هدفت التعرف إلى أثر برنامج مقترح باستخدام ثلاثة أساليب تدريسية على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لدى طلاب الصف السادس الأساسي في مدرسة ذكور طمون الأساسية الثانية في محافظة طوباس، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة تكونت من (60) طالباً من طلاب الصف السادس الأساسي والمنتظمين في الدراسة خلال الفصل الدراسي الأول من العام الأكاديمي (2017/2016)، حيث تم توزيعهم على مجموعتين تجريبيتين ومتساويتين، ومجموعة ضابطة، المجموعة التجريبية الأولى تكونت من (20) طالباً، حيث طبق عليهم البرنامج التعليمي المقترح باستخدام الأسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي)، ومجموعة تجريبية ثانية تكونت من (20) طالباً، وطبق عليهم برنامج تعليمي مقترح باستخدام الأسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات (الاحتواء)، والمجموعة الضابطة تكونت من (20) طالباً وتعلموا بالطريقة التقليدية، وكانت مدة البرنامج (12) أسبوع بواقع (2) وحدة تعليمية في الأسبوع وزمن كل وحدة (45) دقيقة، وتم إجراء الاختبارات المهارية لبعض المهارات الأساسية في كرة القدم قبل تطبيق البرنامج، وبعد الانتهاء من تطبيق البرنامج تم إجراء نفس الاختبارات للمجموعات الثلاث، وبعد جمع البيانات تم استخدام برنامج الرزم الإحصائية (spss) لتحليلها، وأظهرت نتائج تحليل التباين الأحادي وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تعلم المهارات الأساسية على القياس البعدي لدى أفراد المجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة في جميع الاختبارات المهارية، وأظهرت نتائج الدراسة أيضاً أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تعلم المهارات الأساسية على القياس البعدي في جميع الاختبارات بين أفراد (المجموعة التجريبية الأولى) و(المجموعة الضابطة) ولصالح

(المجموعة التجريبية الأولى) في جميع الاختبارات, وكذلك وجود فروق دالة إحصائية بين أفراد (المجموعة التجريبية الثانية) و(المجموعة الضابطة) ولصالح أفراد (المجموعة التجريبية الثانية) في جميع الاختبارات, وكذلك وجود فروق دالة إحصائية بين أفراد (المجموعة التجريبية الأولى) و(المجموعة التجريبية الثانية) ولصالح (المجموعة التجريبية الثانية) في جميع الاختبارات

- قامت قطب (2017) بدراسة هدفت التعرف إلى أثر استخدام أسلوبي التدريس الامري والتدريبي على بعض مهارات الحركات الأرضية في الجمباز الفني (الدرجة الأمامية، الدرجة الخلفية، الوقوف على اليدين، العجلة، الشقلبة العربية، جملة حركية باستخدام المهارات السابقة) لدى طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة مكونة من (30) طالبة تم توزيعهم على مجموعتين متساويتين ومتكافئتين، وطبق عليهم برنامج تعليمي مقترح لمدة (8) أسابيع بواقع (3) وحدات أسبوعية، وتم استخدام الأسلوب الامري على المجموعة الأولى، والأسلوب التدريبي على المجموعة الثانية، وأظهرت نتائج الدراسة انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اثر استخدام الأسلوب الامري على تعلم بعض مهارات الحركات الأرضية في الجمباز الفني لدى طالبات كلية التربية الرياضية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي حيث وصلت النسبة المئوية للتغير (%71.42) في مهارة العجلة و(%67.71) في مهارة الشقلبة العربية، كما أظهرت نتائج الدراسة انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اثر استخدام الأسلوب التدريبي على تعلم بعض مهارات الحركات الأرضية في الجمباز الفني لدى طالبات كلية التربية الرياضية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي حيث وصلت النسبة المئوية للتغير (%133.3) في مهارة الشقلبة العربية و(%115.7) في مهارة العجلة.

- قام الشنطي وآخرين (2016) بدراسة هدفت التعرف إلى أثر استخدام الأسلوب التبادلي وأسلوب التطبيق الذاتي في تنمية الإدراك الحس حركي لبعض مهارات كرة السلة لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة تكونت من (63) طالبا وطالبة من طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية والمسجلين في مساق كرة سلة (1) تم توزيعهم على مجموعتين متكافئتين ومتساويتين للذكور وللإناث كل على حده، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دلالة إحصائية في مستوى الادراك الحس حركي بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في جميع المتغيرات في المجموعات الثلاثة للطلاب والطالبات كل على حده، وأظهرت نتائج تحليل التباين الأحادي وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الادراك الحس حركي على القياس البعدي لدى أفراد المجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة_ ذكور في جميع أختبارات الادراك الحس حركي ما عدا أختبار (مهارة التميريرة الصدرية (الدوائر الرقمية) .

- قام المصري(2012) بدراسة هدفت إلى التعرف على اثر استخدام أسلوب (الاحتواء) التدريسي على الأداء المهاري لمهاري دفع الجلة والوثب الثلاثي في ألعاب القوى، تكونت عينة الدراسة من (36) تلميذ من تلاميذ الصف العاشر من مرحلة التعليم الأساسي بمدينة رفح، تم تقسيمهم لمجموعتين متكافئتين، حيث استخدمت المجموعة الأولى أسلوب الاحتواء والمجموعة الثانية أسلوب التدريس التقليدي، ولغرض تحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة الدراسة، وتم استخدام الأساليب الإحصائية المتوسطة الحسابية، الانحراف المعياري، اختبار بيرسون، واختبار (T-Test) للمجموعات غير المرتبطة، أظهرت نتائج الدراسة فعالية استخدام أسلوب الاحتواء في تعلم مهاري دفع الجلة والوثب الثلاثي في ألعاب القوى لتلاميذ الصف العاشر من مرحلة التعليم الأساسي، كما أوصت الدراسة باستخدام أسلوب الاحتواء لمهارات وفئات عمرية أخرى لمعرفة مدى تأثيره عليها.

- وفي حين أجرى لين(Cheng lin,2005) دراسة هدفت إلى مقارنة استخدام أسلوبين من أساليب موستن هما الأسلوب الأمري والأسلوب التطبيقي بتوجيه المدرس وذلك على عينه قوامها(40) طالبا اشترك في معسكر تدريب، حيث قسمت العينة إلى مجموعتين، مجموعة باستخدام الأسلوب التطبيقي بتوجيه المدرس، ومجموعة استخدم الأسلوب الأمري، وتوصل الباحث أن هناك فروق معنوية بين المجموعتين في الاختبارات الذاتية ولصالح المجموعة التي استخدمت الأسلوب التطبيقي بتوجيه المدرس.

- قام مورجان وآخرون (Morgan,etal,2005) بدراسة هدفت إلى فحص أثر بعض أساليب التدريس على السلوكيات التدريسية التي تؤثر على استجابات الطلاب العقلية والعاطفية في التربية الرياضية، تكونت عينة الدراسة من أربعة معلمين متدربين و(92) طالبا وطالبة (47 طالبا و45 طالبة) تم اختيارهم من مدرستين في المملكة المتحدة. قام معلم متدرب بتدريس الطلاب باستخدام ثلاثة أساليب تدريسية مختلفة (الأمر، التبادلي، والاكتشاف الموجه) وتم تصوير هذه الدروس على شرائط فيديو، وقد أشارت النتائج إلى أن الأسلوب التبادلي، والاكتشاف الموجه، أدت إلى إتقان الأداء بشكل أفضل، وإلى تحسن استجابات الطلاب العقلية والعاطفية وتكيفهم بشكل أفضل من الأسلوب الأُمري .

- قام عبده (2005) بدراسة هدفت التعرف الى تأثير استخدام أسلوب التعلم بتوجيه الأقران على بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، وكذلك تأثير استخدام أسلوب التعلم التعاوني على بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، وكذلك الفروق بين الأساليب الثلاثة على تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، واستخدم الباحثان المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي لثلاثة مجموعات تجريبية لمناسبتها لطبيعة هذه الدراسة، وتم إجراء هذا البحث على عينة عمدية من طلاب الفرقة الأولى البالغ عددهم (436) طالب وطالبة وتم اختيار شعبيتين لكل مجموعة تجريبية وبلغ عدد العينة (120) طالب وبعد استبعاد الطلاب اللاعبين والطلاب الباقين للإعادة والطلاب الغير منتظمين في الدراسة أصبحت عينة البحث (60) طالب مقسمة على ثلاث مجموعات تجريبية، ومن أهم النتائج التي توصل اليها الباحثان وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسيين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية الأولى (استخدمت أسلوب التعلم بتوجيه الأقران) في المتغيرات المهارية (التمرير من أعلى، التمرير من أسفل، الأرسال من أعلى)، وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسيين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية الثانية (استخدمت أسلوب التعلم التعاوني) في المتغيرات المهارية (التمرير من أعلى، التمرير من أسفل، الأرسال من أعلى)، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين الأولى والثانية في المتغيرات المهارية (التمرير من أعلى، التمرير من أسفل، الإرسال من أعلى)، و وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين الثانية والثالثة لصالح التجريبية الثالثة في المتغيرات المهارية (التمرير من أعلى، التمرير من أسفل، الإرسال من أعلى) .

الطريقة والإجراءات

منهج الدراسة:

استخدم الباحثون المنهج شبه التجريبي بإحدى تصاميمه القياسيين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبيتين نظراً لملائمته مع أغراض الدراسة.

مجتمع الدراسة:

اشتمل مجتمع الدراسة على جميع طالبات التربية الرياضية المسجلات في مساق طائرة (1) في الفصل الدراسي الأول من العام الأكاديمي (2019-2020) والبالغ عددهن ما يقارب (55) طالبة.

عينة الدراسة:

أجريت الدراسة على عينة قوامها (22) طالبة من طالبات التربية الرياضية تم اختيارهن بالطريقة العشوائية من مجتمع الدراسة، حيث تم توزيعهن بالتساوي إلى مجموعتين تجريبيتين، حيث تعلمت المجموعة التجريبية الأولى بالأسلوب التبادلي، أما المجموعة التجريبية الثانية تعلمت بالأسلوب متعدد المستويات، والجدول (1) يبين خصائص وتجانس عينة الدراسة تبعاً لمتغيرات العمر والوزن وطول القامة. أما الجدول رقم (2) يبين التكافؤ بين المجموعتين التجريبيتين على القياس القبلي للمهارات الأساسية في الكرة الطائرة قيد الدراسة.

الجدول رقم (1): تجانس وخصائص أفراد عينة الدراسة (ن=22).

المتغيرات	المتوسط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
العمر (سنة).	18.32	0.48	0.839
الوزن (كغم).	58.27	4.09	0.576
طول القامة (سم).	159.18	5.32	0.261

تشير نتائج الجدول (1) أن قيم معامل الالتواء لمتغيرات العمر والوزن وطول القامة جاءت ما بين (±3)، والذي يؤكد على خضوع عينة الدراسة للتوزيع الطبيعي المعتدل وتجانسها. وللتأكد من التكافؤ بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على القياس القبلي لمتغيرات الدراسة، تم استخدام اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين، ونتائج الجدول رقم (2) تبين ذلك.

الجدول رقم (2): التكافؤ بين أفراد المجموعتين التجريبيتين على القياس القبلي للمهارات الأساسية في الكرة الطائرة قيد الدراسة (ن = 22).

مستوى الدلالة *	قيمة (ت)	الثانية (متعدد المستويات) (ن = 11)		الأولى (الأسلوب التبادلي) (ن = 11)		المجموعة التجريبية المتغيرات المهارية
		الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط	
0.857	0.183-	2.05	7.73	2.58	7.55	التمرير من أعلى
0.792	0.267-	1.85	7.27	1.30	7.09	التمرير من أسفل
0.884	0.148-	1.51	7.45	1.36	7.36	الاريسال من أسفل المواجه
0.481	0.718-	1.70	8.91	1.86	8.36	الاريسال من أسفل الجانبي

* دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).

من خلال الاطلاع على نتائج الجدول (2) يتبين أنه يوجد تكافؤ بين أفراد المجموعتين التجريبيتين على القياس القبلي للمهارات الأساسية في الكرة الطائرة قيد الدراسة قبل البدء بالتعلم، حيث لم تكن هنالك فروق دالة إحصائياً بينهما عند ($\alpha \leq 0.05$) في جميع المتغيرات المهارية.

أدوات الدراسة

المعاملات العلمية للاختبارات:

أ- الصدق:

تم عرض البرنامج التعليمي المقترح للأسلوبي (التبادلي ومتعدد المستويات) في الدراسة على مجموعة من المحكمين والخبراء في مجال التربية الرياضية من الجامعات الفلسطينية من أجل التحقق من صحة الأداة و تعديل ما يرونه مناسباً بعد التحكيم تم اعتماد البرنامج التعليمي .

ب- الثبات:

وللتأكد من ثبات الاختبارات للمهارات الأساسية في الكرة الطائرة قيد الدراسة تم تطبيق الاختبارات وإعادتها من قبل عينة استطلاعية تكونت من (10) طالبات تربية رياضية من مجتمع الدراسة، وكانت المدة الزمنية التي تفصل بين التطبيقين أسبوع، وللوصول إلى معاملات الثبات استخدم الباحثون معامل الارتباط بيرسون، كما هو موضح في الجدول رقم (3).

الجدول رقم (3): معامل الثبات للمهارات الأساسية في الكرة الطائرة قيد الدراسة.

الصدق الذاتي	معامل الثبات	المتغيرات المهارية
0.948	**0.90	التمرير من أعلى
0.932	**0.87	التمرير من أسفل
0.938	**0.88	الارسل من أسفل المواجه
0.932	**0.87	الارسل من أسفل الجانبي

* دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)، ** دال إحصائياً عند ($\alpha \leq 0.01$).
يشير جدول رقم (3) أن معاملات الثبات درجتها مرتفعة مما يشير إلى ثبات الاختبارات لمهارة الكرة الطائرة قيد الدراسة تراوحت بين (0.87- 0.90) وتراوحت قيم صدقها الذاتي بين (0.932- 0.948)، وكانت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.01$). وبالتالي يمكن الاستفادة من هذه الاختبارات في تحقيق اهداف الدراسة.
التحليل الإحصائي
استخدام الحزمة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS).
- اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين لدلالة الفروق بين أفراد المجموعتين التجريبتين على القياسين القبلي والبعدي لمتغيرات الدراسة.
- اختبار (ت) للعينات المرتبطة.
- معامل الارتباط بيرسون للتأكد من ثبات الاختبارات المهارية.

نتائج الدراسة ومناقشتها

أولاً: نتائج للتساؤل الأول:

ما فاعلية مناهج تعليمي قائم باستخدام الأسلوب التبادلي على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة لدى أفراد المجموعة التجريبية الأولى؟
وللتعرف إلى اثر الأسلوب التبادلي في تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة ولدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لمتغيرات الدراسة، تم استخدام اختبار (ت) للأزواج (Paired samples t- test)، ونتائج الجدول (4) تظهر ذلك.

الجدول رقم (4): الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في متوسطات المتغيرات المهارية لدى أفراد المجموعة التجريبية الأولى (ن=11).

نسبة التحسن %	مستوى الدلالة *	قيمة (ت)	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات المهارية
			الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط		
92.71	*0.000	11.0 6	3.91	14.55	2.58	7.55	مرة	التمرير من أعلى
75.59	*0.000	19.2 4	1.92	12.45	1.30	7.09	مرة	التمرير من أسفل
121.0 5	*0.000	10.1 4	3.47	16.27	1.36	7.36	درجة	الارسل من أسفل المواجه
81.57	*0.000	20.9 6	2.18	15.18	1.86	8.36	درجة	الارسل من أسفل الجانبي

* دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).

تشير نتائج الجدول (4) إلى وجود أثر إيجابي دال إحصائياً للبرنامج التعليمي المقترح باستخدام الأسلوب التبادلي في تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، حيث كانت المتوسطات الحسابية في القياس البعدي أفضل من المتوسطات الحسابية في القياس القبلي في جميع المتغيرات المهارية المدروسة، وجاءت جميعها دالة إحصائياً عند ($\alpha \leq 0.05$)، وكانت النسبة المئوية للتحسن كالتالي: (التمرير من أعلى (92.71%)، التمرير من أسفل (75.59%)، الإرسال من أسفل المواجه (121.05%)، الإرسال من أسفل الجانبي (81.57%).

ويعزو الباحثون أن التحسن في المهارات الأساسية المختارة في كرة الطائرة وذلك بسبب استخدام الأسلوب التبادلي الذي يجعل الطالب هو محور العملية التعليمية، من خلال جعل الطالب الملاحظ يؤدي دور المعلم في إيصال التغذية الراجعة من خلال ورقة المعيار ويزودها للطالب المؤدي، وبعد ذلك يحصل تبادل الأدوار. الأمر الذي يجعل الطلاب منجذبين إلى الدرس ومتشوقين، هذا بدوره لعب الدور الأكبر في تحسن المهارات الأساسية بشكل ملحوظ مقارنة بالأسلوب التقليدي الذي كل قراراته تدور في فلك المعلم، فقد أتت النتائج المتعلقة بالتساؤل الخاص بالمجموعة التجريبية الأولى، وذلك بعد عرض النتائج ومناقشتها متفقة مع دراسة كل من الأطرش وآخرين (2017)، البطيخي (2013)، وخلف وذيابات (2013)، الحايك (2004)، الكيلاني (2003).

وكذلك يعد الأسلوب التبادلي من أكثر الأساليب التي تساعد الطلاب وخاصة في ما يتعلق بالتغذية الراجعة، فتوفير التغذية الراجعة الفورية والمستمرة من المتعلم المعلم الملاحظ للزميل المؤدي يحسن من الأداء ويزيد من الثقة بالنفس وخاصة معرفته بنتيجة الأداء لأنها تشكل له دافعا ليبذل المزيد من الجهد لتحقيق نتائج أفضل وخاصة إذا كان أداء متميزا إذ يشير محجوب (2001) إلى أن جميع المعلومات التي يمكن للمتعلم الحصول عليها من مختلف المصادر حول الأداء. ويكون الهدف منها تعديل الأداء للوصول إلى الاستجابات المطلوبة وهو أحد الشروط الأساسية لعملية التعليم الصحيحة إذ أن أعلى نسب من التغذية الراجعة يمكن توفيرها للمتعلم وهي بتوفير معلم واحد لكل متعلم وهذا ما يوفر الزميل المراقب لزميله، كما ان وجود زميلين يتبادلان الأدوار فيما بينهم يخلق جوا من التنافس ومقارنة ادائهم فيما بينهم وكذلك الاستثمار الامثل لوقت التدريب المخصص للمهارة وجاءت نتائج الأسلوب التبادلي في الدراسة الحالية متفقة مع بعض الدراسات السابقة التي ذكرتها الباحثة منها دراسة الخلف وذيابات (2013) وشاكر (2010) ومحي الدين (2000) التي ظهر فيها أفضل تأثير لتفوق الأسلوب التبادلي ودراسة صالح (2000)، العريان (1999) التي أظهرت من خلال نتائج التحسن الذي يزيد من نسب التقدم للمهارات المراد تعلمها باستخدام الأسلوب التبادلي على الأسلوب التعلم الأمري.

ثانياً: النتائج للتساؤل الثاني:

ما فاعلية منهج تعليمي قائم باستخدام الأسلوب متعدد المستويات على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة لدى أفراد المجموعة التجريبية الثانية؟

وللتعرف إلى اثر الأسلوب متعدد المستويات في تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة ولدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لمتغيرات الدراسة، تم استخدام اختبار (ت) للأزواج (Paired samples t-test)، ونتائج الجدول (5) تظهر ذلك.

الجدول رقم (5): الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في متوسطات المتغيرات المهارية لدى أفراد المجموعة التجريبية الثانية (ن=11).

المتغيرات المهارية	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت)	مستوى الدلالة*	نسبة التحسن %
		المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف			
التمرير من أعلى	مرة	7.73	2.05	11.09	1.87	12.06	*0.000	43.46
التمرير من أسفل	مرة	7.27	1.85	10.64	1.63	13.78	*0.000	46.35
الإرسال من أسفل المواجه	درجة	7.45	1.51	11.82	1.47	21.46	*0.000	58.65
الإرسال من أسفل الجانبي	درجة	8.91	1.70	12.73	1.62	14.49	*0.000	42.87

* دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).

تشير نتائج الجدول (5) إلى وجود أثر ايجابي دال إحصائياً للبرنامج التعليمي المقترح باستخدام الأسلوب متعدد المستويات في تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، حيث كانت المتوسطات الحسابية في القياس البعدي أفضل من المتوسطات الحسابية في القياس القبلي في جميع المتغيرات المهارية المدروسة، وجاءت جميعها دالة إحصائياً عند ($\alpha \leq 0.05$)، وكانت النسبة المئوية للتحسن كالتالي: (التمرير من أعلى (43.46%)، التمرير من أسفل (46.35%)، الارسال من أسفل المواجه (58.65%)، الارسال من أسفل الجانبي (42.87%)). من خلال عرض النتائج يعزو الباحثون أن سر تفوق هذا الأسلوب في قابليته لاحتواء جميع طلاب الصف في أداء المهارة في وقت واحد، وذلك عن طريق وضع مستويات متدرجة الصعوبة تتيح للطلاب اختيار المستوى المناسب لهم بحرية مطلقة دون تدخل المعلم في الاختيار والخوض في ذلك المستوى ومقارنة الأداء بورقة الواجب، الأمر الذي يعمل على استثمار الوقت التعليمي بصور أكثر كفاءة من الأسلوب التبادلي والذي يقودنا إلى عدد تكرارات أكثر، مما يلعب دوراً كبيراً في زيادة نسبة التحسن مقارنة بالأسلوبين الذي شاركه هذه الدراسة، فقد اتفقت نتائج هذه الدراسة مع كل من المصري (2012) ودراسة البداح (2007)، ودراسة المسعود (2007)، ودراسة على (2006)، ودراسة حسن (2005)، ودراسة محمد (2004)، ودراسة عبدالله (2004) ويدل هذا على التأثير الإيجابي لاستخدام أسلوب متعدد المستويات في تعلم المهارات الحركية الأساسية لكرة الطائرة .

وقد ترجع هذه الفروق إلى استخدام أسلوب جديد للتعلم كما ساعد على تحفيز الطلاب نحو تعلم ومعرفة ماهو جديد بالإضافة يساعد هذا على تثبيت المعلومات التي تم اكتسابها لأطول فترة ممكنة فيما يحصل عليه الطلاب يكون بمجهوده وبمجهود زملاءه ولهذا يساعد التعلم بسرعة وإتقان، بالإضافة إلى أنه لن ينسى ما اكتسبه بسهولة .

وكذلك يعزو الباحثون إلى تحسين المهارات الأساسية لكرة الطائرة باستخدام أسلوب متعدد المستويات للأسباب الآتية:

يتيح إلى استيعاب المجموعة الدراسية في آن واحد، لأن فكرته قائمة على الشمول، يقدم أفضل استثمار للوقت التعليمي، يفتح باب الاختيار بين المستويات متدرجة الصعوبة، يخلق جو من التنافس بين المتعلمين، يجعل الطالب متشوق ومنجذب نحو الدرس، وبذلك كسر لقاعدة الروتين، يتيح الفرصة لتكرار المهارات بشكل فردي (عدد مرات أكثر) مقارنة ببقية الأساليب وذلك لأن أساس التطور في المجال الرياضي كثرة التكرار والممارسة، يعمل على إزالة الخوف والرغبة لدى المتعلمين لأنه يسمح بالحرية الاختيار.

ثالثاً: النتائج للتساؤل الثالث:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية على القياس البعدي في بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة بين أفراد المجموعتين التجريبيتين الأولى والثانية؟

وللكشف عن الفروق في متوسط القياس البعدي للمتغيرات المهارية بين أفراد المجموعتين التجريبيتين، تم استخدام اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين (Independent samples t- test)، ونتائج الجدول (6) تظهر ذلك.

الجدول رقم (6): نتائج اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين لدلالة الفروق على القياس البعدي في بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة بين أفراد المجموعتين التجريبتين الأولى والثانية (ن = 22).

مستوى الدلالة *	قيمة (ت)	الثانية (متعدد المستويات) (ن = 11)		الأولى (الأسلوب التبادلي) (ن = 11)		المجموعة التجريبية المتغيرات المهارية
		الانحراف المتوسط	الانحراف	الانحراف المتوسط	الانحراف	
*0.061	2.645	1.87	11.09	3.91	14.55	التمييز من أعلى
*0.026	2.397	1.63	10.64	1.92	12.45	التمييز من أسفل
*0.001	3.923	1.47	11.82	3.47	16.27	الارتجال من أسفل المواجه
*0.007	2.996	1.62	12.73	2.18	15.18	الارتجال من أسفل الجانبي

* دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).

من خلال النظر إلى نتائج الجدول (6) يتبين أن المتوسطات الحسابية للقياس البعدي في جميع المهارات الأساسية في الكرة الطائرة قيد الدراسة لدى أفراد المجموعة التجريبية (الأسلوب التبادلي) كانت أفضل من متوسطات القياس البعدي للمتغيرات المهارية لدى أفراد المجموعة التجريبية الثانية (الأسلوب متعدد المستويات)، وكانت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$). ومما يفسر ذلك أن تعلم المهارات الأساسية في الكرة الطائرة باستخدام الأسلوب التبادلي أفضل بشكل ملحوظ من الأسلوب متعدد المستويات.

يعزو الباحثون تفوق المجموعة التجريبية الأولى (الأسلوب التبادلي) عن المجموعة التجريبية الثانية (أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات)، حيث أن الأسلوب التبادلي يتيح للمتعلمين تقديم التغذية الراجعة وتصويب الأخطاء من خلال ورقة المعيار وزيادة عدد مرات التطبيق بشكل ثنائي واستغلال الوقت في التطبيق، وكذلك التوافق والترتيب من خلال استخدام التشكيلات في الأسلوب الأمري إلا أن أسلوب الاحتواء كان سيد الموقف بلا منازع في هذه الدراسة. وفضلاً عن استمرار تكرار الأداء المستمر اثناء المحاضرة من تصحيح الأخطاء وتقديم التغذية الراجعة للطلاب من قبل الباحثة بصورة واضحة اثناء الأداء مما اثر ايجابيا على الاداء المهاري للطلبة كما تُرجع الباحثة هذه النتائج الى خبرة الباحثة لاعبة كرة طائرة ومعرفتها للأداء الصحيح للمهارة والتعرف على نقاط القوة والضعف من خلال الملاحظة وبالتالي القيام بتصحيح الأخطاء التي قد يقع فيها الطلاب اثناء الاداء .

كما يشير الباحث وأن هذا الأسلوب يتم بتكرار المحاولات والتدريب المستمر على أداء المهارة بحيث يصل المتعلم إلى مرحلة التوافق العضلي العصبي بأداء المهارة وتقل أخطائه ويكون الأداء المهاري بشكل أفضل إضافة إلى دور المدرس كمرشد إضافة والهدف الأساسي هو الوصول بالمتعلم إلى المستوى المنشود، ويسهل تحقيق الهدف إذا أشر كنا الطلبة بطريقة فعلية في إدارة عملية التعلم.

واختلفت نتائج الدراسة مع دراسة كل من (الأطرش، 2017)، ودراسة (سوالمة، 2018) ودراسة بويس (1992) وكان من اهم النتائج ان اساليب التدريس الثلاث (الممارسة والأوامر والتبادلي) تعمل على تحسين الاداء الحركي لكن اسلوبي الاوامر والممارسة تحسن اكثر من الاسلوب التبادلي. دراسة صالح (2000) ودراسة خلف وذيابات (2013)، وتعارضت هذه النتائج مع دراسة الحديثي (2003) والتي اظهرت نتائجها تفوق الاسلوب التعاوني على الاسلوب المتبع التقليدي في تعلم المهارات الاساسية في كرة الطائرة .

ويوضح الباحثون ان النتائج الايجابية متفقة مع نتائج اغلب الدراسات السابقة منها دراسة شاكر (2010)، سعيد وسلمان (2010)، علي (2008)، رضا (2008)، الحديثي (2003)، التي ظهرت لصالح الاختبار البعدي للأساليب الثلاثة، وتعارضت مع دراسة الحايك (2004) التي اظهرت نتائجها عدم وجود فروق بين القياس القبلي والبعدي والتي اعزها الباحث الى متغير الجنس، ودراسة غيث (2003) التي لم تظهر نتائج دراسته اثر التعلم التعاوني على التحصيل بين الذكور والإناث .

الاستنتاجات:

- في ضوء عرض نتائج الدراسة ومناقشتها استنتج الباحثون ما يلي:
- إن البرنامج التعليمي المقترح كان له الأثر الواضح والايجابي على تحسين الأداء المهاري للمهارات المختلفة (التمرير من أعلى، التمرير من أسفل، الأرسال المواجهة، الأرسال الجانبي).
 - أن الأساليب التي تم استخدامها في هذه الدراسة تركت أثرا ايجابيا على مستوى التعلم لبعض المهارات الأساسية المختارة في كرة الطائرة لدى طالبات كلية التربية الرياضية.
 - حيث كان الأسلوب التبادلي له الفاعلية الأكبر في تعليم بعض المهارات الأساسية، ويليه أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات .
 - يجب أن يستطيع المدرس تحديد الأسلوب المناسب للموقف التعليمي, حيث أن المعلم الكفاء من أهم ميزاته قدرته على تحديد الأسلوب المثالي.

التوصيات:

- في ضوء نتائج الدراسة أوصى الباحثون بالتوصيات الآتية:
- ضرورة إعطاء أسلوب التبادلي أهمية من حيث العمل على استخدامه في تدريس مهارات كرة الطائرة .
 - ضرورة العمل على استخدام الأسلوب التبادلي في تدريس ألعاب الرياضة المختلفة لأنه أثبت كفاءة بصور قوية ونتائج الدراسة تثبت ذلك، وعدم اقتصار الدرس الرياضي على أسلوب الأمر.
 - تعميم نتائج الدراسة الحالية والبرنامج التعليمي المقترح باستخدام اسلوبي التدريس (التبادلي ومتعدد المستويات) على كليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية والعربية للاستفادة منها.

قائمة المصادر والمراجع

أولاً: المراجع العربية :

- احمد، عطاالله. (2006). أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية. ط1، ديوان المطبوعات الجامعة، الجزائر.
- أمين، محمد إبراهيم ويوسف، محمد سلامة. (2004). تأثير استخدام أسلوب التعلم التعاوني على مستوى الأداء المهاري لبعض مهارات كرة الطائرة لطلبة قسم التربية الرياضية بجامعة الأزهر العلمية لعلوم التربية الرياضية. المجلة العلمية، العدد الخامس، مصر.
- حسنين، محمد؛ وعبد المنعم، حمدي . (1997). الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس للتقويم. مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر.
- حسب الله، حسنين. (1998). الحديث في طرق تدريس الكرة الطائرة. مؤسسة عبير للطباعة، القاهرة، مصر.
- خضير، خالد نبيل. (2001). "أثر استخدام أسلوبي التطبيق بتوجيه الإقران والتطبيق الذاتي على بعض المكونات البدنية والمهارية للمبتدئين في كرة اليد". رسالة دكتوراة غير منشورة كلية التربية الرياضية ببور سعيد، جامعة قناة السويس، مصر.
- خطابية، أكرم زكي. (1996). موسوعة الكرة الطائرة الحديثة. قسم التربية الرياضية ط1، العلوم التربوية جامعة مؤتة، الأردن.
- خنفر، وليد عبد الفتاح. (2010). طرق وأساليب تدريس التربية البدنية والتمرينات. مطبعة النصر الحجاوي، عمادة البحث العلمي في جامعة النجاح الوطنية نابلس، فلسطين.
- الديري، علي. (1987). اساليب تدريس التربية الرياضية في الاردن. دار الاول للطباعة والنشر، جامعة اليرموك، الأردن.
- سالم، مهدي محمود؛ والحليبي، عبد اللطيف . (1998). المخطط التربوية الميدانية وأساسيات التدريس. ط2 ، دار الفكر العربي، الرياض، السعودية.

- سليمان، خليل إبراهيم. (2003). "تأثير استخدام الأسلوب التعاوني بطريقة التدريب الدائري والأسلوب المتبع في تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة". أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، العراق.
- شاكر، جمال. (2010). أثر التدريس باستخدام أسلوب التدريس التبادلي على تعلم سباحة الزحف على البطن، لدى طالب كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية. المؤتمر العلمي الفلسطيني الرياضي الدولي الثاني، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.
- عايش، احمد جميل. (2008). أساليب تدريس التربية الفنية والمهنية والرياضية. ط1 دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة، الأردن.
- عبد الحميد، جابر. (1998). التدريس والتعليم – الأسس النظرية. دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- البيطيخي، نهاد. (2013). أثر استخدام أسلوبي التدريس التبادلي والأمرى على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطاولة. مؤتمة للبحوث والدراسات. سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية. المجلد(28). العدد(5).
- عبد الكريم، عفاف. (1990). التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية. منشأة دار المعارف، القاهرة، مصر.
- عبد الكريم، عفاف. (1996). التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية. منشأة دار المعارف. الاسكندرية، مصر.
- عبد الكريم، عفاف. (1989). طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية. منشأة دار المعارف بالاسكندرية، الاسكندرية، مصر.
- عبد الكريم، عفاف. (2005). تصميم المناهج في التربية البدنية. ط1، منشأة دار المعارف، الاسكندرية، مصر.
- عبدالله، عصام الدين متولي؛ وبدوي، عبدالعالى بدوي. (2006). طرق تدريس التربية البدنية. ط1، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الاسكندرية، مصر.
- المصري، وائل. (2012). فعالية استخدام اسلوب الاحتواء التدريسي على الأداء المهاري لمهاري دفع الجلة والوثب الثالثي في ألعاب القوى. مجلة جامعة الأزهر. المجلد(14). العدد(1)، غزة، فلسطين.
- الأطرش، محمود، مفلح، راغدة، بشارت، عمرو. (2017). أثر برنامج مقترح باستخدام ثلاثة أساليب تدريسية على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لدى طلاب الصف السادس الأساسي في مدرسة ذكور طمون الأساسية الثانية في محافظة طوباس، المؤتمر العربي الأوروبي الثاني لعلوم الرياضة والصحة (تحديات التغيير 2)، كلية التربية الرياضية، الجامعة الاردنية، عمان، الاردن.
- الكاظمي، ظافر. (2002). الأسلوب التدريس المتداخل وتأثيره في التعليم والتطوير من خلال الخيارات التنظيمية والمكانية لبيئة تعليم التنس. رسالة دكتوراه. كلية التربية الرياضية. جامعة بغداد. العراق.
- العريان، ياسر محمد متولي. (1999). "تأثير التدريس بأسلوب العمل التبادلي على تنمية بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لتلاميذ المرحلة الإعدادية". رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، مصر.
- كوجاك، كوثر حسين. (1997). اتجاهات حديثة في المناهج وطرق التدريس. ط 3، عالم الكتاب، القاهرة، مصر.
- الحايك، صادق وآخرون. (2004). درجة تفضيل طلبة كلية التربية الرياضية للأساليب المستخدمة في تدريس منهاج كرة السلة وألعاب المضرب واتجاهاتهم نحوها. مجلة العلوم التربوية والنفسية. المجلد (6). العدد(3). جامعة البحرين. البحرين.
- فرج، عنايات. (1998). طرق تدريس التربية الرياضية. ط2. القاهرة: دار الفكر العربي.
- اللباني، سهر. (1991). "أثر استخدام طريقة حل المشكلات على تحقيق الأهداف التعليمية لبعض المهارات في التنس". رسالة دكتوراه كلية التربية الرياضية للبنات بفلمنج، جامعة الاسكندرية، مصر.
- السايح، مصطفى. (2001). اتجاهات في تدريس التربية الرياضية. ط1. الإسكندرية: مكتبة الإشعاع.

- مفلح, راغده و مسمار, بسام.(2010). تأثير أسلوب التطبيقي في تدريس مهارة حركية منتقاة بتوظيف إستراتيجية التدريس المصغر للطلبة المعلمين.مجلة جامعة النجاح الوطنية للأبحاث. مجلد(24). العدد(10).جامعة النجاح الوطنية. نابلس. فلسطين.
- المسعود, عبد الحميد.(2007). تأثير استخدام أسلوبي التعلم بالتوجيه الذاتي ومتعدد المستويات في دروس التربية البدنية على جوانب التطور المهاري والمعرفي والوجداني لدى طلاب الصف الخامس الأساسي بمدينة الرياض. بحث منشور. مجلة وزارة التربية والتعليم. السعودية.
- النداف, عبد السلام.(2004). أثر استخدام ثلاثة أساليب تدريسية على مستوى تكرار أداء مهارتي الإرسال الطويل والإرسال القصير في ريشة الطائرة. بحث منشور. مجلة الدراسات. المجلد(3). العدد(51). الجامعة الأردنية. عمان.
- خلف و ذيابات.(2013). أثر استخدام أسلوب التدريس الأمري والتبادلي في تعليم بعض المهارات الأساسية في كرة الطاولة للمبتدئين ومعرفة الأسلوب الأكثر فاعلية في عملية التعلم. كلية التربية الرياضية. جامعة اليرموك. مجلة الدراسات. مجلد(40). العدد(3).
- أبو نمر, محمد.(2009). التربية الرياضية وطرائق تدريسها. ط2. عمان. منشورات القدس المفتوحة.
- البداح, رشيد.(2007). تأثير استخدام أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات في دروس التربية الرياضية على الجانب المهاري والانفعالي لدى طلاب الصف السادس الابتدائي. رسالة ماجستير منشورة. كلية التربية. جامعة الملك سعود. السعودية.
- محمد, شرين.(2004). تأثير استخدام الأسلوب التطبيقي الذاتي المتعدد المستويات على مستوى الأداء المهاري والدافعية في بعض المهارات والتمرينات لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنوفية. بحث منشور. كلية التربية الرياضية. جامعة المنوفية. مصر.
- الخولي, أمين. (2002). مناهج التربية البدنية المعاصرة. ط2. القاهرة: دار الفكر العربي.
- الشاهد, سعيد خليل. (1995). طرق تدريس التربية الرياضية، مكتبة الطلبة، القاهرة.
- قطب, روند, عبد الحق، عماد، رفعت، بدر. (2017). أثر استخدام أسلوبي الامري والتدريبي على بعض مهارات الحركات الأرضية في الجمباز الفني لدى طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.
- الشنطي, علي، عبد الحق، عماد، رفعت، بدر. (2016). اثر استخدام الأسلوب التبادلي وأسلوب التطبيق الذاتي في تنمية الادراك الحس-حركي لبعض مهارات كرة السلة لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين .
- سوايمة، مرفت، شاكر، جمال.(2018). أثر استخدام ثلاثة أساليب تدريس على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة لدى طلاب تخصص التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية، كلية التربية الرياضية، نابلس، عمان .
- أبز نمر، محمد، سعادة، نايف. (2000). التربية الرياضية وطرائق تدريسها، جامعة القدس المفتوحة، ط(1).
- المفتي، محمد أمين، وايليا، سمير. (2000). تربويات الرياضة، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية .
- البارودي، محمد كمال الدين، محمد، عبده. (2005). تأثير استخدام بعض استراتيجيات التدريس على بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، القاهرة، مصر .
- عاشور، أحمد يوسف محمد. (2002). مقارنة أسلوبي التطبيق الموجة والتطبيق الذاتي متعدد المستويات على بعض المهارات الأساسية والصفات البدنية الخاصة للمبتدئين في كرة السلة، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية ببور سعيد، جامعة قناة السويس .

- عبد العال، ابتهاج أحمد. (1996). تأثير استخدام أسلوب توجيه الأقران والتوجيه الذاتي في تدريس بعض مهارات الكرة الطائرة، مجلة بحوث التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة الزقازيق .
- عز الدين، أبو النجا أحمد. (1997). تأثير أسلوب التدريس التعاوني على تنمية المهارات التدريسية لدى معلمي التربية الرياضية قبل الخدمة، مجلة علوم وفنون الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، المجلد التاسع، العدد (1) .
- عبد المنعم، إلهام. (2000). أثر استخدام أسلوب التعلم التعاوني على التحصيل المعرفي ومستوى الأداء المهاري لبعض مهارات الكرة الطائرة، مؤتمر الاستثمار والتنمية في الوطن العربي من منظور رياضي، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان .
- بهجت، رفعت محمود. (1998). التعلم الجماعي والفردى، ط1، عالم الكتاب، القاهرة .
- محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم. (1997). الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس. ط1: مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر.

المراجع الأجنبية:

- Alhayek , s (2004) the relation ship between using guided discover thinkin ailities publication , the Eighth international conference for physical edu-cation and sports sciences ,Alexandria Egypt
- Boyce, B.A:(1992) The effect of three styles of teaching on university student's motor performance, Journal of teaching in physical Education.
- Brsala, j. & Hoyle. (2005). Volley Ball for Every Body. Part (1) Canada. Ford Publishing. 8085-
- Cai.S.X:(1995) Effect of three styles of teaching on college student mood states, enjoyment of physical activity and attitude toward teaching PhD threis, university of Arkansan.
- Dysan Ben., 1995 student Two voices alternative elementary education programs journal of teaching in physical education . v.14 p.39427 . 407-. * Hopper Chris .,1998- a family fitness programs for children with learning disabilities in rural regions rural special education quarterly vol17.no ..1,p.22_32 win.
- Ghaith, Ghazi. Relationship between reading attitudes, achievement and learners perceptions of their Jigsaw 2 cooperative learning experience. Reading Psychology. 24 (2): 12003 ,6-.
- Johnson, D.W., & Johnson, R. (1999). The three Cs of classroom and school management. In H. Freiberg (Ed.), Beyond behaviorism: Changing the classroom management paradigm. Boston: Allyn & Bacon
- Moore, R: (1996) Effect of the use of two different teaching styles on motor skill acquisition of fifth grade students (volleyball), PhD thrsis, East texas state university, U.S.A. 28-
- Moston, M.and Ashworth .(1986). teaching physical education form command to discovery, Charles, Merrill publishing, and Rutgers, the state university of new jersey.

الجزء الكتام	موضوع الدرس: التمرير من أعلى	الأسبوع: الأول	اليوم: الثلاثاء	الزمن: 45د	صف واحد
أجزاء الدرس	المحتوى				الأشكال التنظيم الأسكنال
الجزء التمهيد ي	المقدمة : لعبة صغيرة (سميج سمير) التمرينات : - (التبطاح مائل) ثني المرفقين . - (القعاء . الذراعان أماما) تبادل وضع القدمين جانباً . - (وقوف فتحاً . ثبات الوسط) تبادل ثني الجذع أماماً . - (وقوف . الذراعان خلفاً) تبادل رفع الركبتين أمام الصدر .			5 د	صوت المدرب من ظهور تظهر
الجزء الرئيسي ي	للشاطر التعليمي: - الخطوات الفنية لمهارة التمرير من أعلى – وقفة الاستعداد . - تؤدي المهارة كاملة بدون استعمال كرة للتعود على وقفة الاستعداد الصحيحة . - تؤدي الحركة من خلال قذف كرة خيالية من الزميل . النشاط التطبيقي : - تقسيم طلاب الصف إلى أزواج . - استلام بطاقة المعيار من المعلم . - ملاحظة أداء المؤدي من قبل الطالب الملاحظ ومقارنته بطاقة المعيار . - تزويده بالتغذية الراجعة عن الأداء . - الاتصال بكون بين الطالب الملاحظ والمعلم فقط . - تبادل الأدوار . - أداء تمرينات مختلفة على المهارة من أجل تطوير المهارات			10 د	دوائر متقابلة
الجزء الكتام ي	أداء تمارين وحركات اهتزازية تنخلص من آثار التعب			5 د	فأطرات

الجزء الكتام	موضوع الدرس: التمرير من أعلى	الأسبوع: الأول	اليوم: الخميس	الزمن: 45د	صف واحد
أجزاء الدرس	المحتوى				الأشكال التنظيمية
الجزء التمهيد ي	المقدمة : لعبة صغيرة (عكس الإشارة) التمرينات : - (وقوف فتحاً . الذراعان جانباً) ثني المرفقين علماً . - (القعاء . الذراعان أماماً) تبادل مرجحة الرجلين أماماً علماً مع جعل المشط يشير للخارج . - (وقوف فتحاً) ثني الجذع أماماً . - (وقوف . الذراعان جانباً) تبادل رفع الساقين جانباً مع جعل مشط القدمين يشير للخارج .			5 د	صوت المدرب
الجزء الرئيسي ي	النشاط التعليمي: - التطبيق على الحائط من مسافة متر على الحائط ومحاولة التكرار - التطبيق في مجموعات : تقسيم الطلاب إلى مجموعات كل مجموعة من 4 - 5 طلاب وتدريب الكرة بينهم من أعلى بالأصابع التطبيق في فاطرتين متقابلتين ومحاولة الاستمرار في تمرير الكرة بين الفاطرتين النشاط التطبيقي : تطبيق انتشار حر في ملعب كرة الطائرة والتمرير من أعلى تطبيق تقسيم المجموعة إلى مجموعات كل مجموعة مكونة من 3 طلاب والإرسال عليهم من قبل المعلم أو من قبل اللاعبين واستقبال الكرة في الملعب من جميع المناطق ثم الدوران لتبديل مناطقهم لكي يحصل كل طالب على استقبالين على الأقل من كل منطقة في الملعب ثم التبديل			10 د	بطايات
الجزء الكتام ي	أداء تمارين وحركات اهتزازية تنخلص من آثار التعب			5 د	فأطرات