تأثير إستخدام التعليم المدمج على بعض المتغيرات البدنية وأداء الوثب العالى وزيادة الدافعية نحو التعلم لدى الطالبات

[*]د/ **ماجدة محمد جمال محمد**

مشكلة البحث وأهميته:

التطور الهائل فى تكنولوجيا المعلومات والإتصالات إنعكس على منظومة التعليم وعلى تحديث البرامج التعليمية، وظهرت الحاجة الماسة لوضع إستراتيجيات لتطوير التعليم وإصلاحه، فلم يعد التعليم التقليدى والذى يعتمد بشكل أساسى وبالدرجة الأولى على المعلم ونقل العلم والمعرفة إلى المتعلمين قادرا على إستيعاب الأعداد الكبيرة من الطلاب وتلبية إحتياجاتهم، ومن هنا بدأت الدول والمجتمعات فى البحث عن طرق جديدة للتعليم يعتمد فيها المتعلم على نفسه فى العملية التعليمية وهو ما يعرف بالتعليم الإلكترونى E-learning الذى يوفر للمتعلم سرعة التعلم وفقا لقدراته وإمكانياته مع عدم التقيد بمكان وزمن محدد لإتمام عملية التعلم. (٢٥ : ٢١٥)

وغدا التعلم الالكترونى أكثر انتشارا لمساهمته فى حل المشكلات وتوفيره قنوات جديدة لدعم دافعية الطلاب نحو التعلم، فالتعليم الإلكترونى طريقة للتعلم تمد الطالب بالتغذية الراجعة المستمرة خلال عملية التعلم والتنوع فى مصادر التعلم المختلفة والتعلم فى أى وقت وأى مكان وفقا لقدراته، فالتعليم الإلكترونى يتميز بسهولة تحديث وتعديل المعلومات المقدمة ويزيد من إمكانية التواصل لتبادل الآراء والخبرات ووجهات النظر بين الطلاب والمعلمين وبين الطلاب وبعضهم البعض وتقليل الأعباء الإدارية على المعلم وتعدد طرق تقييم الطلاب. (٦ : ٣١-٣٣)

وعلى الرغم من العديد من المميزات والإيجابيات للتعليم الإلكترونى إلا أن البعض يرى أنه يوجد قصور فى بعض الجوانب التى لم يستطع التعليم الإلكترونى التغلب عليها ويشير **أحمد جابر ومبارك سعيد** (٢٠٠٨م) إن التطور التقنى مهما سما وتطور لا يغنى عن الطرق التقليدية فى التعليم والتعلم، فالتعليم الإلكترونى لن يكون بديلا عن التعليم التقليدى ولا عن المعلم الإنسان ولا الفصل المدرسى ولا المدرج الجامعى. (١ : ٢٠)

من هنا كانت الحاجة إلى مدخل جديد يجمع بين مميزات كلا من التعليم التقليدى والتعليم الإلكترونى والتغلب على جوانب القصور فى كلا منهما، فظهر ما يسمى بالتعليم المدمج (الهجين) والذى يعنى دمج كل من التعليم التقليدى بأشكاله المختلفة والتعليم الالكترونى بأنماطه المتنوعة ليزيد من فاعلية الموقف التعليمى وفرص التفاعل الإجتماعى وغيرها.

[*] **أستاذ مساعد بقسم مسابقات الميدان والمضمار بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الزقازيق**

وقد تعددت تعريفات التعليم المدمج وذلك بإختلاف الرؤية له فيعرفه **الغريب زاهر إسماعيل** (٢٠٠٩م) بأنه توظيف المستحدثات التكنولوجية فى الدمج بين الأهداف والمحتوى ومصادر وأنشطة التعلم وطرق توصيل المعلومات من خلال أسلوبى التعليم وجها لوجه والتعليم الإلكترونى لإحداث التفاعل بين عضو هيئة التدريس بكونه معلم ومرشد للطلاب من خلال المستحدثات التى لا يشترط أن تكون أدوات إلكترونية محددة. (٣ : ٩٩، ١٠٠)

كما يعرفه **أليكس وشارس Alekse & Chris** (٢٠٠٤م) بأنه ذلك النوع من التعليم الذى نستخدم خلاله مجموعة فعالة من وسائل التقديم المتعدد وطرق التدريس وأنماط التعليم والتى تسهل عملية التعلم ويبنى على أساس الدمج بين الأساليب التقليدية التى يلتقى فيها الطلاب وجها لوجه وبين أساليب التعليم الإلكترونى E-learning. (١٧ : ٢٣)

وببساطة شديدة يمكن تعريف التعليم المدمج على أنه طريقة للتعلم تهدف إلى مساعدة المتعلم على تحقيق مخرجات التعلم المستهدفة وذلك من خلال الدمج بين أشكال التعليم التقليدية وبين التعليم الالكترونى بأنماطه داخل قاعات الدراسة وخارجها.

وبالنظر إلى الوضع التعليمى لمهارة الوثب العالى بصفة خاصة نجد طريقة تدريس الجانب الفنى يعتمد على المعلمة التى تقوم بشرح مهارة الوثب العالى المقررة وفقا للمنهج الدراسى وعرضه من خلال نموذج تقوم به بنفسها أو إحدى الطالبات المتميزات فى الأداء، وبالرغم من وجود بعض المزايا فى هذه الطريقة إلا إنها تحد من دور الطالبة وتفاعلها داخل المحاضرة وبالتالى لا تؤدى إلى الغرض المنشود فى تحقيق الأهداف التربوية والمعرفية والمهارية وتحقيق التعلم الفعال، ونظراً لإختلاف المواد الدراسية حسب طبيعتها من حيث السهولة والفاعلية خلال عملية تعلم مقرراتها عبر الإنترنت، فيعد تدريس وتعليم المهارات الحركية من المواد التى يصعب تدريسها عبر الإنترنت ويكون تعليم تلك المهارات بصورة أفضل فى بيئة الفصل التقليدى حيث وجود المعلم، ونتيجة لهذه المشكلات وعدم الفاعلية الكاملة للتعليم الإلكترونى والتعلم عن بعد مع تحصيل المواد العلمية التى تتطلب مهارات حركية ظهرت الحاجة لهذا النظام التعليمى الجديد الذى يجمع بين مزايا التعليم الإلكترونى ومزايا التعليم التقليدى وهو التعليم المدمج Blended learning (٢٦)

ومن خلال خبرة الباحثة فى التدريس فى مجال مسابقات الميدان والمضمار لاحظت أن طالبات الفرقة الثانية يعانون من ضعف التواصل وعدم القدرة لأداء الوثب العالى وعدم قدرتهن على ملاحقة ما يتم تدريسه من الخطوات الفنية وبالتالى ينخفض مستوى أدائهن فى الوثب العالى، وقد أرجعت الباحثة ذلك إلى أسباب عدة من أهمها هو طرق التدريس المستخدمة وقلة الوقت المخصص للتدريس وعدم كفايته لتغطية جميع مفردات المنهج المقرر للمادة بالشكل الأمثل للإرتقاء بالمستوى العملى للطالبات، الأمر الذى دعا الباحثة إلى إستخدام التعليم المدمج كأحد التقنيات التربوية التكنولوجية الحديثة من خلال بعض الروابط الإلكترونية والمواقع التعليمية للوثب

العالى تزودهن بمعلومات تعزيزية إضافية خارج وقت المحاضرة وتمدهم بالنواحى الفنية الأساسية التى لم يستطيعوا ملاحقتها أثناء المحاضرة كمحاولة لمواكبة التطور التكنولوجى وتحقيق التقدم العلمى فى مجال التدريس وذلك لإثارة دافعيتهم نحو التعلم والمعرفة وتشجيعهم على التواصل ثم يعودون إلى بيئة التعليم التقليدى فى المحاضرة وهم على تواصل تام ويتابعون الجديد من المهارات التى يتم تدريسها ويقومون بالأداء الحركى بأنفسهم تحت توجيه المعلم، وهذا ما يتفق معه ويشير إليه **جانيه Ganee** بأن المهارات الحركية التى تتطلب أداء فنى يمكن تناولها فى التعليم المدمج من خلال خطوتين الأولى وتتمثل فى الخطوات الإجرائية للمهارة وتتم من خلال التعلم الإلكترونى مع تدعيمهما بالصور التوضيحية أو لقطات الفيديو عن الأداء الحركى والثانية تتمثل فى الخطوات الأدائية أو التنفيذية وتتم من خلال التعليم التقليدى. (٢٧)

وتعد هذه الدراسة فى حدود علم الباحثة الدارسة الأولى التى تناولت إستخدام هذا النمط من التعليم الإلكترونى (التعليم المدمج) فى المجال الرياضى بصفة عامة وفي الوثب العالى بصفة خاصة.

هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير إستخدام التعليم المدمج على:

١- بعض المتغيرات البدنية المتمثلة فى (السرعة الإنتقالية – القدرة العضلية للرجلين والذراعين وعضلات البطن – المرونة – القوة العضلية للرجلين وعضلات الظهر) لدى الطالبات.

٢- أداء الوثب العالى والمتمثل فى الخطوات الفنية الآتية (الإقتراب – الإرتقاء – الطيران – الهبوط) لدى الطالبات.

٣- زيادة الدافعية نحو التعلم (التوجه الداخلى للهدف – التوجه الخارجى للهدف – قيمة المهنة – ضبط معتقدات التعلم – فعالية الذات فى التعلم والأداء – قلق الاختبار) لدى الطالبات.

فروض البحث:

١- توجد فروق دالة إحصائيا بين نتائج القياسات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة فى بعض المتغيرات البدنية قيد البحث لصالح القياسلت البعدية.

٢- توجد فروق دالة إحصائيا بين نتائج القياسات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة فى أداء الوثب العالى قيد البحث لصالح القياسات البعدية.

٣- توجد فروق دالة إحصائيا بين نتائج القياسات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة فى زيادة الدافعية نحو التعلم لصالح القياسات البعدية.

٤- توجد فروق دالة إحصائيا بين نتائج القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة فى بعض المتغيرات البدنية وأداء الوثب العالى وزيادة الدافعية نحو التعلم قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية.

مصطلحات البحث:

التعليم الالكترونى Electronic learning

" أسلوب تعليمى يعتمد على استخدام التقنيات الحديثة للحاسب والشبكة العالمية للمعلومات ووسائطهما المتعددة مثل الأقراص المدمجة والبرمجيات التعليمية والبريد الإلكترونى وساحات الحوار والنقاش ". (١٣ : ٢٣)

الانترنت Internet

" مجموعة من شبكات الحاسب الألى المتصلة معا التى تتشارك فى المعلومات والبيانات والبرامج وتتفاهم فيما بينها باستخدام بروتوكول تراسل الإنترنت ". (١٢ : ٣٦)

التعليم المدمج Blended Learning

" التعليم الذى يمزج بين خصائص كل من التعليم الصفى التقليدى والتعليم عبر الإنترنت فى نموذج متكامل يستفيد من أقصى التقنيات المتاحة لكل منهما ". (٢١ : ٤٤)

الدراسات المرتبطة:

١- أجرى **عمر محمد الخياط** (٢٠٠٤م) (٧) دراسة بهدف التعرف على مدى تأثير المنهج التعليمي المقترح بإستخدام شبكة المعلومات وأي الطريقتين التعليميتين (التقليدية أو المقترحة) أفضل في تعليم بعض المهارات الأساسية بلعبة التنس، وإستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها (٤٠) طالب من طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة بغداد المرحلة الثانية الذين يدرسون مادة ألعاب المضرب، وكانت من أهم نتائجها التطور الملموس في تعلم بعض المهارات الأساسية بلعبة التنس لدى المجموعتين وكانت المجموعة التجريبية أفضل في سرعة تعلم بعض المهارات الأساسية بلعبة التنس والتحصيل المعرفى، وساعد التعليم الإلكترونى فى عملية تسريع التعلم والتوصل إلى الأهداف بإستثمار الوقت والجهد.

٢- أجرى **فو بيه وين Fu, Pei-Wen** (٢٠٠٦م) (٢٠) دراسة بهدف مقارنة فعالية التعليم التقليدي والتعليم المدمج على الطلاب في دورة فن الخطابة والاتصال، واستخدم الباحث المنهج الوصفى على عينة قوامها (٢١٢) طالب في إحدى جامعات الولايات المتحدة دُرسوا من قبل (٨) معلمين منهم من قرر أن يشارك في التعليم بطريقة التعلم المدمج، ومنهم من قرر إستخدام الطريقة التقليدية، ومن أهم نتائجها توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب الذين

درسوا بالطريقة التقليدية ودرجات الطلاب الذين درسوا بطريقة التعليم المدمج لصالح طلاب الذين درسوا بطريقة التعليم المدمج.

٣- أجرت **دعاء كمال محمد توفيق** (٢٠١٢م) (٥) دراسة بهدف التعرف على تأثير إستخدام إستراتيجية التعليم المدمج على اكتساب بعض الأوضاع الأساسية في البالية وزيادة الدافعية نحو التعلم، وتم استخدام المنهج التجريبي على عينة قوامها (٦٠) طالبة قسمت إلى مجموعتين الأولى تجريبية ويطبق عليها (إستراتيجية التعليم المدمج) وقد حرصت الباحثة أن تكون العينة التجريبية ممن لديهن حاسب آلي وبريد إلكتروني وتتوافر لديهن مهارات استخدام الإنترنت، والثانية ضابطة يطبق عليها الأسلوب المتبع في التدريس من (الشرح اللفظي وأداء النموذج العملي) قوام كل منهن (٣٠) طالبة، وتم استخدام اختبارات بدنية وقدرة عقلية ومقياس الدافعية نحو التعلم من تصميم الباحثة، وقد أسفرت نتائج البحث على أن إستراتيجية التعليم المدمج لها تأثير إيجابي في تعلم الأوضاع الأساسية في البالية قيد البحث وزيادة الدافعية نحو التعلم.

٤- أجرى **ياسر غزال منيسى** (٢٠١٦م) (١٦) دراسة بهدف التعرف على تأثير برنامج تدريبى بإستخدام التمرينات النوعية على تنمية وتحسين القدرات البدنية الخاصة والمستوى الرقمى فى الوثب العالى لطلبة كلية التربية الرياضية بجامعة المنيا، وتم إستخدام المنهج التجريبي على عينة قوامها (١٦) طالب من طلاب الفرقة الثالثة والرابعة تخصص تدريب ألعاب القوى، وكان من أهم نتائج الدراسة أن البرنامج التدريبى المقترح بإستخدام التمرينات النوعية كان أكثر تأثيراً من البرنامج التقليدى فى تنمية القدرات البدنية قيد البحث والمستوى الرقمى لمسابقة الوثب العالى.

إجراءات البحث:

منهج البحث:

إستخدمت الباحثة المنهج التجريبى لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة وذلك لملاءمته لطبيعة هذه الدراسة.

مجتمع وعينة البحث:

إشتمل مجتمع وعينة البحث على طالبات الفرقة الثانية بالكلية للعام الدراسى ٢٠٢٠/٢٠٢١م، والبالغ عددهن (٩٣٥) طالبة، ثم قامت الباحثة باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وعددهن (٦٠) طالبة، تم سحب عدد (٢٠) طالبة للدراسة الإستطلاعية وإجراء المعاملات العلمية عليهن، وبذلك تصبح عينة البحث الأساسية عددها (٤٠) طالبة تم تقسيمهن عشوائياً إلى

مجموعتين الأولى تجريبية ويطبق عليها (التعليم المدمج) وقد حرصت الباحثة أن يكون العينة التجريبية ممن لديهن حاسب آلى وبريد إلكترونى وتتوافر لديهن بعض مهارات استخدام الإنترنت، والثانية ضابطة ويطبق عليها الأسلوب المتبع فى التدريس من (الشرح اللفظى وأداء النموذج العملى) قوام كل مجموعة (٢٠) طالبة ، وجدول (١) يوضح تصنيف مجتمع وعينة البحث.

جدول (١)

تصنيف مجتمع وعينة البحث

المتغيرات	مجتمع البحث		العينة المسحوبة		عينة البحث		
	العدد	النسبة	العدد	النسبة	تجريبية	ضابطة	استطلاعية
طالبات الفرقة الثانية بالكلية	٩٣٥	١٠٠٪	٦٠	٦.٤٢٪	٢٠	٢٠	٢٠

ضبط متغيرات البحث:

تم إجراء التجانس لعينة البحث الكلية والبالغ عددهن (٦٠) طالبة للتأكد من وقوعها تحت المنحنى الإعتدالى وذلك فى معدلات النمو (السن – الطول – الوزن – القدرات العقلية) وبعض المتغيرات البدنية (السرعة الانتقالية – القدرة العضلية للرجلين والذراعين وعضلات البطن – المرونة – القوة العضلية للرجلين وعضلات الظهر) ومهارة الوثب العالى قيد البحث، كما يوضحه جدول (٢)

جدول (٢)

إعتدالية توزيع عينة البحث (الأساسية – الاستطلاعية) في جميع المتغيرات المختارة قيد البحث

ن= ٦٠

	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	الوسيط	معامل الإلتواء
النمو	السن	سنة	١٩.٨٤	١.٤٨٢	١٩.٧٠	٠.٢٨٣
	الطول	سم	١٦٣.٢٦	٤.٩٨٦	١٦٢.٠٠	٠.٧٥٨
	الوزن	كجم	٦٤.٧١	٤.٦١٢	٦٥.٠٠	-٠.١٨٩
القدرات العقلية "الذكاء"		درجة	٨٢.٨٤	٣.٨١٢	٨٢.٠٠	٠.٦٦١
البدنية	العدو ٣٠م من البدء العالى	ثانية	٥.٢٣	٠.١٣٨	٥.٢٠	٠.٦٥٢
	الوثب العمودى من الثبات	سم	٢١.٤٨	١.٩٤٢	٢١.٤٠	٠.١٢٤
	الوثب العمودى من الحركة	سم	٢٩.١٧	٢.١٦٣	٢٩.٠٠	٠.٢٣٦

	ثنى الذراعين كاملاً من الانبطاح المائل	عدد	٨.٢٥	١.٨٥٩	٨.٠٠	٠.٤٠٣
	الجلوس من الرقود والركبتين منثنيتين	عدد	١٢.٧٠	١.١٤٩	١٣.٠٠	-٠.٧٨٣
	رفع الجذع عالياً من الانبطاح	سم	٣٢.٢٠	١.٢١٥	٣٢.٠٠	٠.٤٩٤
	قوة عضلات الرجلين	كجم	١٥٣.٣٠	٢.٩٥٢	١٥٣.٠٠	٠.٣٠٥
	قوة عضلات الظهر	كجم	١٢٢.٧٣	٢.٣٨٠	١٢٢.٥٠	٠.٢٩٠
الخطوات الفنية	الاقتراب	درجة	٢.١٠	١.٦٧١	٢.٠٠	٠.١٨٠
	الارتقاء	درجة	١.٧٥	١.١١٦	١.٧٠	٠.١٣٤
	الطيران	درجة	١.٥٠	٠.٨٧٩	١.٦٠	-٠.٤٣١
	الهبوط	درجة	١.٢٥	٠.٩٢٧	١.٢٠	٠.١٦٢
الوثب العالى		سم	٩٦.٥٠	٢.٥٤٦	٩٦.٤٠	٠.١١٩

يتضح من جدول (٢) أن جميع قيم معاملات الإلتواء لمعدلات النمو وبعض المتغيرات البدنية والدرجة الكلية لمهارة الوثب العالى قيد البحث، تراوحت ما بين (-٧٨٣ : ٠.٧٥٨) أي أنها تنحصر ما بين (±٣) مما يشير إلي إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في هذه المتغيرات.

أدوات ووسائل جمع البيانات:

١- الأجهزة والأدوات المستخدمة فى البحث:

- جهاز الرستاميتر Rstamitr لقياس الطول (بالسنتيمتر) والوزن بالكيلوجرام وتم معايرة هذا الجهاز قبل وخلال استخدامه.
- جهاز وعارضة ومرتبة وثب عالى - ساعة إيقاف لقياس الزمن - شريط قياس المسافة بالسنتيمتر.
- الحاسوب Computer تم استخدام Lap Top الخاص بالباحثة - اسطوانات C.D - سماعة الحاسوب - شريط لاصق - شاشة عرض Data Show - كاميرا فيديو لتصوير الطالبات.

٢- اختبار القدرات العقلية (ملحق ١)

إستخدمت الباحثة إختبار القدرات العقلية لمستوى من (١٥-١٧ سنة) وما بعدها إعداد **فاروق عبد الفتاح موسى** (٢٠٠٩م) (١٠) حيث يتكون الاختبار من تسعين سؤالا يلى كلا منها خمسة اختيارات يتم الإجابة على جميع مفردات الاختبار، ولا يكتب شيئا فى كراسة الأسئلة يطبق الاختبار فى زمن مدته ثلاثون دقيقة وبعد تصحيح ورقة الإجابة وحساب الدرجة الخام الخاصة بالطالبة يتم إيجاد نسبة الذكاء الإنحرافية المقابلة لها من الجدول الموجود بكراسة التعليمات والخاصة بالمرحلة السنية المناسبة للاختبار.

٣- الاختبارات البدنية المستخدمة (ملحق ٣)

لتحديد المتغيرات البدنية والاختبارات التي تقيسها قامت الباحثة بالاطلاع على المراجع العلمية المتخصصة والدراسات المرتبطة وذلك بحصر المتغيرات البدنية الخاصة بمهارة الوثب العالى وتم عرضها على السادة الخبراء المتخصصين فى هذا المجال وعددهم (١٠) **(ملحق ٢)** لتحديد أهم المتغيرات البدنية وكذلك الاختبارات التى تقيسها، وجدول (٣) يوضح ذلك:

جدول (٣)

النسبة المئوية لأراء الخبراء لتحديد المتغيرات البدنية وأهم الاختبارات التى تقيسها

ن= ١٠

م	المتغيرات البدنية	الاختبارات البدنية	عدد الموافقين	النسبة المئوية
١	**السرعة**	– العدو ٣٠ متر من البدء العالى.	١٠	١٠٠٪
		– اختبار عدو ١٨متر من البدء العالى.	٤	٤٠٪
		– العدو ٥٠ متر من البدء المنخفض.	١	١٠٪
٢	**القدرة العضلية**	– الوثب العمودى من الثبات.	١٠	١٠٠٪
		– الوثب العمودى من الحركة.	١٠	١٠٠٪
		– دفع كرة طبية زنة ٧٥٠ جم لأقصى مسافة	١	١٠٪
		– ثنى الذراعين كاملاً من الانبطاح المائل.	٩	٩٠٪
		– الجلوس من الرقود والركبتين منثنيتين	٨	٨٠٪
٣	**المرونة**	– مرونة الفخذ.	٢	٢٠٪
		– ثنى الجذع للأمام من الوقوف.	٣	٣٠٪
		– رفع الجذع عالياً من الانبطاح.	١٠	١٠٠٪
٤	**القوة العضلية**	– قوة عضلات الرجلين.	١٠	١٠٠٪
		– قوة القبضة.	٢٠	٢٠٪
		– قوة عضلات الظهر.	١٠	١٠٠٪

يتضح من جدول (٣) أن النسبة المئوية لآراء الخبراء فى المتغيرات البدنية المرتبطة بالمسابقة قيد البحث انحصرت ما بين (١٠٪ – ١٠٠٪) وقد ارتضت الباحثة نسبة ٨٠٪ فأكثر لأهم المتغيرات البدنية، وفى ضوء ذلك تم قبول الاختبارات البدنية التالية:

– العدو ٣٠م من البدء المنطلق. (لقياس السرعة الانتقالية القصوى)

– الوثب العمودى من الثبات. (لقياس القدرة العضلية للرجلين)

- الوثب العمودى من الحركة. (لقياس القدرة العضلية للرجلين)
- ثنى الذراعين كاملاً من الانبطاح المائل. (لقياس القدرة العضلية لمنطقة الذراعين والكتفين)
- الجلوس من الرقود والركبتين منثنيتين. (لقياس القدرة العضلية لعضلات البطن)
- رفع الجذع عالياً من الانبطاح. (لقياس مرونة العضلات المادة للظهر)
- قوة عضلات الرجلين. (لقياس القوة العضلية للرجلين)
- قوة عضلات الظهر. (لقياس القوة العضلية لعضلات الظهر) (١١)

٤- مهارة للوثب العالى:

* تم تقييم أداء مهارة للوثب العالى بواسطة لجنة مكونة من (٣) محكمين من أساتذة ألعاب القوى **(ملحق ٢)** ويتضمن التقييم تقييم فردى لكل طالبة على كل من (الإقتراب – الإرتقاء – الطيران – الهبوط)، واتفقت لجنة التحكيم فيما بينهم على أن تكون درجة كل أداء من الأداءات الأربعة (٥) درجات.
* تم تقييم مهارة للوثب العالى على الجهاز بالطريقة الظهرية (فوسبرى)، لقياس الوثب العالى بالسنتيمتر.

٤- استبيان الدافعية نحو التعلم (من تصميم الباحثة) (ملحق ٥)

قامت الباحثة بإجراء شامل للمراجع والدراسات النظرية والإختبارات العربية والأجنبية التي تناولت هذا الموضوع، كما تم إجراء مقابلات مع المتخصصين من أعضاء هيئة التدريس في كليات التربية الرياضية للتعرف على أبعاد الدافعية نحو التعلم حيث حددت ستة أبعاد تقيس الدافعية وهى (التوجه الداخلى للهدف – التوجه الخارجى للهدف – قيمة المهنة – ضبط معتقدات التعلم – فعالية الذات فى التعلم والأداء – قلق الاختبار)، ثم قامت الباحثة بتحديد مجموعة من العبارات والتي تقيس أبعادها الدافعية نحو التعلم بعد إضافة بعض العبارات وحذف بعضها الآخر، وإعادة صياغتها، ثم قامت بوضع هذه الأبعاد والعبارات التى تندرج تحت كل بعد فى استمارة استطلاع رأى **(ملحق ٤)** وعرضها على عدد (١٠) من السادة الخبراء **(ملحق ٢)** لمعرفة مدى ارتباطها بالدافعية نحو التعلم مع تحديد النسبة المئوية لكل عبارة تندرج تحت هذا البعد،، حيث تم الاتفاق على نسبة (٧٠٪) لقبول أبعاد وعبارات الاستبيان، كما يوضحه الجدولين رقم (٤ ، ٥).

جدول (٤)

النسبة المئوية وفقا لآراء الخبراء فى أبعاد الدافعية نحو التعلم

م	الأبعـاد	النسبة المئوية
١	التوجه الداخلى للهدف.	٪١٠٠
٢	التوجه الخارجى للهدف.	٪١٠٠
٣	قيمة المهنة.	٪٩٠
٤	ضبط معتقدات التعلم.	٪١٠٠
٥	فعالية الذات فى التعلم والأداء.	٪٩٠
٦	قلق الاختبار.	٪١٠٠

يتضح من جدول (٤) أن نسبة أراء السادة الخبراء قد أشارت إلى قبول المحاور الستة حيث حصلوا على نسبة مئوية من (٩٠ : ١٠٠٪).

جدول (٥)

النسبة المئوية لاتفاق الخبراء حول تحديد عبارات أبعاد استبيان الدافعية نحو التعلم

م	النسبة المئوية	م	النسبة المئوية	م	النسبة المئوية	م	النسبة المئوية	م	النسبة المئوية	م	النسبة المئوية
عبارات البعد الأول: التوجه الداخلى للهدف											
١	٪١٠٠	٢	٪٧٠	٣	٪١٠٠	٤	٪١٠٠				
عبارات البعد الثانى: التوجه الخارجى للهدف.											
١	٪٩٠	٢	٪١٠٠	٣	٪٨٠	٤	٪١٠٠				
عبارات البعد الثالث: قيمة المهنة.											
١	٪١٠٠	٢	٪٩٠	٣	٪١٠٠	٤	٪٨٠	٥	٪١٠٠	٦	٪١٠٠
عبارات البعد الرابع: ضبط معتقدات التعلم.											
١	٪١٠٠	٢	٪١٠٠	٣	٪٩٠	٤	٪١٠٠				
عبارات البعد الخامس: فعالية الذات فى التعلم والأداء.											
١	٪١٠٠	٢	٪١٠٠	٣	٪٩٠	٤	٪٨٠	٥	٪٩٠	٦	٪١٠٠
٧	٪١٠٠	٨	٪٩٠								
عبارات البعد السادس: قلق الاختبار.											
١	٪١٠٠	٢	٪٩٠	٣	٪١٠٠	٤	٪٩٠	٥	٪١٠٠		

يتضح من جدول (٥) أن نسبة أراء الخبراء قد أشارت إلى قبول جميع العبارات المقترحة تحت أبعاد الاستبيان حيث تراوحت نسبة الموافقة ما بين (٧٠٪ - ١٠٠٪)، وبذلك تصبح استمارة الاستبيان مشتملة على عدد (٣١) عبارة موزعة على ستة أبعاد.

تم وضع جميع العبارات في قائمة تحتوي على مقياس متدرج من سبع نقاط من ١ إلى ٧ حيث يشير رقم (١) إلى عدم انطباق المعنى المتضمن فى العبارة على الإطلاق على الطالبة المستجيبة، بينما يشير رقم (٧) إلى انطباق المعنى المتضمن فى العبارة تماماً على الطالبة المستجيبة، وقد روعي عند صياغة العبارات أن يكون البعض إيجابياً والآخر سلبياً حتى لا تجيب الطالبة على العبارات دون تركيز أو تفكير وبالتالى نضمن جدية الطالبة في الإجابة عن الاستبيان، وجدول (٦) يبين العبارات الخاصة بكل بعد لإستمارة الإستبيان.

جدول (٦)

العبارات الخاصة بكل بعد من أبعاد إستمارة إستبيان الدافعية نحو التعلم

الأبعاد	أرقام العبارات التى تقيسه	المجموع
التوجه الداخلى للهدف	١ ، ١٦ ، ٢٢ ، ٢٤	٤
التوجه الخارجى للهدف	٧ ، ١١ ، ١٣ ، ٣٠	٤
قيمة المهنة	٤، ١٠، ١٧، ٢٣، ٢٦، ٢٧	٦
ضبط معتقدات التعلم	٢، ٩، ١٨، ٢٥	٤
فعالية الذات فى التعلم والأداء	٥، ٦، ١٢، ١٥، ٢٠، ٢١، ٢٩، ٣١	٨
قلق الاختبار	٣، ٨، ١٤، ١٩، ٢٨	٥
المجموع الكلى لعبارات الإستبيان		**٣١**

الدراسة الإستطلاعية:

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الاستطلاعية خلال الفترة من ٤/٤ إلى ٢٠٢١/٤/١٥م، على عينة قوامهن (٢٠) طالبة من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية، وذلك بغرض التعرف على:

- المعوقات التى قد تقابل الباحثة أثناء تطبيق الدراسة الأساسية.
- وضوح صياغة العبارات الخاصة باستبيان الدافعية نحو التعلم.
- تدريب المساعدات على كيفية تطبيق الاستبيان وتفريغ النتائج.
- حساب المعاملات العلمية "الصدق – الثبات" للمتغيرات البدنية ومهارة الوثب العالى والدافعية نحو التعلم.

المعاملات العلمية للمتغيرات البدنية ومهارة الوثب العالى:

حساب الصدق: Validity

تم حساب معامل الصدق عن طريق صدق التمايز بين مجموعتين إحداهما عينة الدراسة الاستطلاعية وعددهن (٢٠) طالبة من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية عينة غير مميزة، والأخرى عينة من طالبات الفرقة الثالثة بالكلية وعددهن (٢٠) طالبة عينة مميزة فى بعض المتغيرات البدنية والخطوات الفنية ومهارة الوثب العالى قيد البحث، وذلك خلال يومى الأحد والاثنين الموافق ٤، ٢٠٢١/٤/٥مكما يوضحه جدول (٧).

جدول (٧)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة فى بعض المتغيرات البدنية ومهارة الوثب العالى قيد البحث

ن١=ن٢= ٢٠

	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة المميزة		غير المميزة		قيمة (ت) المحسوبة
			سَ١	± ع١	سَ٢	± ع٢	
البدنية	العدو ٣٠م من البدء العالى	ثانية	٤.٩٦	٠.١٢٨	٥.٢١	٠.١٤٣	٨.٠٣٠*
	الوثب العمودى من الثبات	سم	٢٣.١٧	١.٢٣٦	٢١.٤٦	١.٨٦٢	٤.٧١٧*
	الوثب العمودى من الحركة	سم	٣٢.٢٨	١.٢٧٥	٢٩.١١	٢.١٤٨	٧.٨٢٣*
	ثنى الذراعين كاملاً من الانبطاح المائل	عدد	١٠.٧٥	١.٦٢٢	٨.١٠	٠.٨٣٧	٨.٩٥٠*
	الجلوس من الرقود والركبتين منثنيتين	عدد	١٤.٥٠	٠.٨٦٩	١٢.٧٥	١.١٥٣	٧.٤٧٢*
	رفع الجذع عالياً من الانبطاح	سم	٣٤.٠٠	١.١٩٥	٣٢.١٤	١.٢١٧	٦.٧٢٢*
	قوة عضلات الرجلين	كجم	١٥٧.٢٣	١.٢٤٩	١٥٣.٠٥	٢.٨٧١	٨.٢٣٠*
	قوة عضلات الظهر	كجم	١٢٤.٨٢	١.٢٧٦	١٢٢.٦٢	٢.٣٥٥	٥.٠٦٣*
الخطوات الفنية	الاقتراب	درجة	٣.١٥	١.٤١١	٢.٠٠	١.٥٧٦	٣.٣٥١*
	الارتقاء	درجة	٢.٧٥	١.١٣٢	١.٦٥	١.١٣٩	٤.٢٢٣*
	الطيران	درجة	٢.٥٠	٠.٨٩١	١.٥٥	٠.٨٢٨	٤.٨١٥*
	الهبوط	درجة	٢.٤٠	٠.٩٦٧	١.٢٠	٠.٨٧٥	٥.٦٧٢*
	الوثب العالى	سم	١١٨.٠٠	١.٤١٦	٩٦.٤٠	٢.٤٧٣	٤.٦٧٢*

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥= ٢.٠٤٢ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين المجموعتين المميزة وغير المميزة فى جميع المتغيرات قيد البحث ولصالح المجموعة المميزة، مما يشير إلى أن درجات صدق هذه الاختبارات عالية.

حساب الثبات Reliability

قامت الباحثة بإجراء الثبات فى بعض المتغيرات البدنية ومهارة الوثب العالى قيد البحث عينة الدراسة الاستطلاعية وعددهن (٢٠) طالبة من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية باستخدام طريقة تطبيق الاختبار ثم إعادة تطبيقه Test – Retest تحت نفس شروط التطبيق الأول، وتم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين، وذلك فى الفترة من الأحد ٤/٤ إلى الخميس ٢٠٢١/٤/٨م كما يوضحه جدول (٨)

جدول (٨)

معامل الثبات بين التطبيقين الأول والثانى فى بعض المتغيرات البدنية ومهارة الوثب العالى قيد البحث

ن= ٢٠

	المتغيرات	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثانى		معامل الارتباط
			سَ١	± ع١	سَ٢	± ع٢	
البدنية	العدو ٣٠م من البدء العالى	ثانية	٥.٢١	٠.١٤٣	٥.١٩	٠.١٣٨	*٠.٨٤٤
	الوثب العمودى من الثبات	سم	٢١.٤٦	١.٨٦٢	٢١.٥٠	١.٨٥٩	*٠.٨٦٣
	الوثب العمودى من الحركة	سم	٢٩.١١	٢.١٤٨	٢٩.١٦	٢.١٣٥	*٠.٨٠٧
	ثنى الذراعين كاملاً من الانبطاح المائل	عدد	٨.١٠	٠.٨٣٧	٨.٢٠	٠.٨٣١	*٠.٦٩١
	الجلوس من الرقود والركبتين منثنيتين	عدد	١٢.٧٥	١.١٥٣	١٢.٨٠	١.١٤٨	*٠.٧٦٨
	رفع الجذع عالياً من الانبطاح	سم	٣٢.١٤	١.٢١٧	٣٢.١٧	١.٢٦٢	*٠.٨٣٥
	قوة عضلات الرجلين	كجم	١٥٣.٠٥	٢.٨٧١	١٥٣.٠٩	٢.٧٣٣	*٠.٨١٤
	قوة عضلات الظهر	كجم	١٢٢.٦٢	٢.٣٥٥	١٢٢.٦٤	٢.٣٤٧	*٠.٨٠٩
الخطوات الفنية	الاقتراب	درجة	٢.٠٠	١.٥٧٦	٢.١٥	١.٥٤٨	*٠.٧٣٤
	الارتقاء	درجة	١.٦٥	١.١٣٩	١.٧٠	١.١٤٠	*٠.٧١٦
	الطيران	درجة	١.٥٥	٠.٨٢٨	١.٦٠	٠.٨١٩	*٠.٧٨٠
	الهبوط	درجة	١.٢٠	٠.٨٧٥	١.٢٥	٠.٨٦٣	*٠.٨١٠
	للوثب العالى	سم	٩٦.٤٠	١.٤٧٢	٩٧.٢٠	١.٥٤٩	*٠.٨٣٠

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥= ٠.٤٤٤ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (٨) أن معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثانى لجميع المتغيرات قيد البحث تراوحت ما بين (٠.٦٩١ : ٠.٨٦٣)، مما يشير إلى أنها اختبارات ذات معاملات ثبات عالية.

المعاملات العلمية لاستبيان الدافعية نحو التعلم:

حساب معامل السهولة والصعوبة:

تم تطبيق الاستبيان على عينة الدراسة الاستطلاعية وعددهن (٢٠) طالبة بالفرقة الثانية بالكلية، من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية فى الفترة من ٤/٤ إلى ٢٠٢١/٤/٨م، حيث قامت الباحثة بتصحيح الاختبار واحتساب الدرجة التى تحصل عليها الطالبة، ثم تم ترتيب الدرجات ترتيباً تنازلياً وفق مجموع درجات كل طالبة فى الاختبار، كما يوضحه جدول (٩).

جدول (٩)

معامل السهولة والصعوبة لاستبيان الدافعية نحو التعلم

ن= ٢٠

م	معامل السهولة	معامل الصعوبة	م	معامل السهولة	معامل الصعوبة	م	معامل السهولة	معامل الصعوبة	م	معامل السهولة	معامل الصعوبة
البعد الأول: التوجه الداخلى للهدف											
١	٠.٥٣	٠.٤٧	٢	٠.٦٤	٠.٣٦	٣	٠.٦٠	٠.٤٠	٤	٠.٦٥	٠.٣٥
البعد الثانى: التوجه الخارجى للهدف											
١	٠.٦٧	٠.٣٣	٢	٠.٥٩	٠.٤١	٣	٠.٥٦	٠.٤٤	٤	٠.٥١	٠.٤٩
البعد الثالث: قيمة المهنة											
١	٠.٦٧	٠.٣٣	٢	٠.٧٠	٠.٣٠	٣	٠.٥٢	٠.٤٨	٤	٠.٤٧	٠.٥٣
٥	٠.٥٣	٠.٤٧	٦	٠.٥٧	٠.٤٣						
البعد الرابع: ضبط معتقدات التعلم											
١	٠.٧٠	٠.٣٠	٢	٠.٥١	٠.٤٩	٣	٠.٧١	٠.٢٩	٤	٠.٦٢	٠.٣٨
البعد الخامس: فعالية الذات فى التعلم والأداء											
١	٠.٦٧	٠.٣٣	٢	٠.٦٧	٠.٣٣	٣	٠.٥٥	٠.٤٥	٤	٠.٥٧	٠.٤٣
٥	٠.٦٤	٠.٣٦	٦	٠.٦٢	٠.٣٨	٧	٠.٦١	٠.٣٩	٨	٠.٦٩	٠.٣١
البعد السادس: قلق الاختبار											
١	٠.٤٧	٠.٥٣	٢	٠.٥٦	٠.٤٤	٣	٠.٥٨	٠.٤٢	٤	٠.٥٥	٠.٤٥
٥	٠.٥١	٠.٤٩									

يتضح من جدول (٩) تقدير معامل السهولة والصعوبة لأبعاد إستبيان الدافعية نحو التعلم ذات قوة تمييز مناسبة، مما دعا الباحثة إلى استخدام الإستبيان لقياس الدافعية نحو التعلم.

حساب الصدق Validity

قامت الباحثة بحساب الصدق على عينة الدراسة الاستطلاعية وعددهن (٢٠) طالبة بالفرقة الثانية بالكلية، من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية عن طريق صدق الاتساق الداخلى وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة داخل البعد والدرجة الكلية للبعد فى إستبيان الدافعية نحو التعلم، وذبك خلال يومى ٤، ٢٠٢١/٤/٥م، كما يوضحه جدول (١٠)

جدول (١٠)

صدق الاتساق الداخلي لعبارات إستبيان الدافعية نحو التعلم قيد البحث

م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط
البعد الأول: التوجه الداخلى للهدف											
١	*٠.٤٧٩	٢	*٠.٥٤٨	٣	*٠.٥٣٢	٤	*٠.٥٣٢				
البعد الثانى: التوجه الخارجى للهدف											
١	*٠.٥١٣	٢	*٠.٤٥٧	٣	*٠.٥٦٦	٤	*٠.٥١٧				
البعد الثالث: قيمة المهنة											
١	*٠.٥١٠	٢	*٠.٦٣١	٣	*٠.٦٤١	٤	*٠.٤٩٥	٥	*٠.٥٥٤	٦	*٠.٥٣٩
البعد الرابع: ضبط معتقدات التعلم											
١	*٠.٤٧٨	٢	*٠.٦١٠	٣	*٠.٥٤٨	٤	*٠.٥٣٧				
البعد الخامس: فعالية الذات فى التعلم والأداء											
١	*٠.٥٤٠	٢	*٠.٤٧٩	٣	*٠.٥٣٥	٤	*٠.٦٢١	٥	*٠.٥٣١	٦	*٠.٥٧٩
٧	*٠.٦٢١	٨	*٠.٤٦٨								
البعد السادس: قلق الاختبار											
١	*٠.٥٣٣	٢	*٠.٥٠٢	٣	*٠.٥٠٠	٤	*٠.٦٣٨	٥	*٠.٦٠٧		

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى ٠.٠٥= ٠.٤٤٤ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (١٠) أن معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للمحور وبين كل بعد والدرجة الكلية لإستبيان الدافعية نحو التعلم قيد البحث دالة إحصائيا عند مستوى ٠.٠٥، مما يدل على صدق الإستبيان فيما وضع من أجله.

حساب الثبات Reliability

قامت الباحثة بإجراء الثبات لإستبيان الدافعية نحو التعلم على نفس عينة الدراسة الإستطلاعية السابقة باستخدام طريقة تطبيق الاختبار ثم إعادة تطبيقه Test – Retest تحت نفس شروط التطبيق الأول، ولمدة أسبوعين، وذلك فى الفترة من ٤/٤ إلى ٢٠٢١/٤/١٥م، وتم حساب معامل الإرتباط بين التطبيقين، كما يوضحه جدول (١١).

جدول (١١)

معامل الثبات بين التطبيقين الأول والثانى لإستبيان الدافعية نحو التعلم

ن= ٢٠

	المتغيرات	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثانى		معامل الارتباط
			سَ	± ع	سَ	± ع	
أبعاد الدافعية نحو التعلم	التوجه الداخلى للهدف	درجة	١٩.٢٧	٢.٥٩٧	١٩.٣٠	٢.٥٩٥	٠.٧١٥*
	التوجه الخارجى للهدف	درجة	١٨.٦٥	٢.٤٦٨	١٨.٧٠	٢.٤٦٤	٠.٧٥٩*
	قيمة المهنة	درجة	٢٥.٦٣	٢.٦٢٣	٢٥.٦٥	٢.٦٢١	٠.٨١١*
	ضبط معتقدات التعلم	درجة	١٩.٩٥	٢.٧٦٩	٢٠.٠٠	٢.٧٦٦	٠.٦٨٥*
	فعالية الذات فى التعلم والأداء	درجة	٣٦.٢٥	٣.٩٤١	٣٦.٣٥	٣.٩٣٩	٠.٨٣٦*
	قلق الاختبار	درجة	٢٤.٠٠	٢.٤١٥	٢٤.٢٠	٢.٤٠٨	٠.٧٤٨*
	الدافعية نحو التعلم ككل	درجة	١٤٣.٧٥	١٣.٢٣٤	١٤٤.٢٠	١٣.١٤٥	٠.٨٠٢*

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى ٠.٠٥= ٠.٤٤٤ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (١١) وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا عند مستوى ٠.٠٥ بين التطبيقين لإستبيان الدافعية نحو التعلم، مما يدل على ثبات الإستبيان فى قياس ما وضع من أجله.

وبذلك يكون إستبيان الدافعية نحو التعلم بصورته النهائية أصبح جاهز للتطبيق على عينة البحث الأساسية، حيث اشتملت عباراته على عدد (٣١) عبارة **(ملحق ٥)**.

٥- البرنامج التعليمى باستخدام إستراتيجية التعليم المدمج (ملحق ٦)

قامت الباحثة بإعداد البرنامج التعليمى باستخدام التعليم المدمج حيث إشتمل على (٦) وحدات تعليمية لمدة (٦) أسابيع بواقع وحدة تعليمية فى الأسبوع وزمن الوحدة التعليمية (٩٠ ق)، كما حددت الباحثة جلستين تعليميتين تدار بين الطالبات والباحثة من خلال المنتدى (التفاعل) on

line ويتم تحديد ذلك مسبقاً بإرسال الرسائل عبر البريد الإلكترونى ليكون الغرض من هذا اللقاء التعرف على الآراء أثناء التطبيق العملى للموقع وتوضيح بعض التساؤلات التى تثير إهتمام الطالبات عينة البحث وما يتبادر إلى أذانهم عند مشاهدة الموقع وكذلك إعطاء التغذية الراجعة لهن.

*** أسس وضع البرنامج التعليمى باستخدام التعليم المدمج:**

- أن يتم تقديم المعلومات التى يتضمنها البرنامج التعليمى فى إطار متكامل ومترابط وفعال يستخدم جميع حواس الطالبة.
- مراعاة التدرج بمحتوى البرنامج من السهل إلى الصعب بما يناسب مستوى كل طالبة.
- مراعاة أن يتم عرض جميع الرسوم والصور ومقاطع الفيديو بواسطة الحاسب الآلى.
- أن تقوم المتعلمة بالعمل على الحاسب الآلى والاختيار من قائمة المحتويات والتفرع داخل البرنامج بنفسها بما يتناسب مع مستوى التعلم المطلوب تحقيقه.

* تم إعداد الصور الخاصة بالبرنامج بأشكالها المختلفة (صور رسم توضيحي – تسلسل حركى – صور رقمية) من مواقع على شبكة المعلومات الدولية ومن المراجع والدراسات العلمية وبواسطة كاميرا رقمية (Kodak) حيث تم إدخالها إلى الكمبيوتر بواسطة جهاز الماسح الضوئى (Acer Scanner) عن طريق برنامج (Photo Express) وهو برنامج لمعالجة وتصميم جميع أنواع الرسومات والصور بكافة الصيغ المطلوبة.
* تم إعداد ملفات الفيديو بأشكالها المختلفة (لقطات من مهارة الوثب العالى – لقطات تعليمية) وذلك من مواقع على شبكة المعلومات الدولية وبإستخدام كاميرا فيديو رقمية (Sony.Hand.cam) حيث تم تسجيل الفيديو المطلوب للأداء الحركى من تسجيلات للباحثة ومجموعة من لاعبات الأندية المتميزين وتسجيلات خاصة ببطولات محلية دولية وعالمية وتم إدخالها إلى الكمبيوتر عن طريق كارت فيديو (Tv Tuner Card) ماركة (Life View)، بإستخدام برنامج (Windows Movie Maker) وتمت المعالجة والمونتاج من خلال نفس البرنامج.
* تم تصميم البرنامج التعليمى باستخدام برنامج (AutoPlay Media Studio6.0.4.0) وتم مراعاة أسس وقواعد عملية التصميم.

كذلك فإن تصميم الوحدة التعليمية يتكون من عدة أجزاء وهي:

١- **الشاشة الافتتاحية:** وهى التي تحتوى على عنوان الوحدة التعليمية، خلفية موسيقية ويتم تشغيلها أثناء دخول الطالبات لقاعة الحاسب الآلى.

٢- **العناصر الرئيسية للوحدة التعليمية:** وهي تحتوى على العناصر الرئيسية للوحدة التعليمية مع وجود روابط (Links) يمكن من خلالها الضغط على أى عنصر للدخول عليه مباشرة.

٣- **محتوى الوحدة التعليمية:** وهي عبارة عن المادة العلمية الخاصة بالوحدة التعليمية والتى سيتم تقديمها من خلال هذه الوحدة.

٤- **الشاشة الختامية:** وهي عبارة عن الشاشة الختامية التى يتم عرضها للطالبات أثناء عملية الانصراف والنزول للملعب، وهى تتميز بوجود مقطوعة موسيقية حماسية مع إمكانية وجود لقطات فيديو فى بعض الوحدات.

القياسات القبلية:

قامت الباحثة بتطبيق القياسات القبلية للمجموعتين التجريبية والضابطة فى بعض المتغيرات البدنية ومهارة الوثب العالى والدافعية نحو التعلم قيد البحث بكلية التربية الرياضية بنات فى الفترة من ٤/١٨ إلى ٢٠٢١/٤/٢٢م. كما يوضحه جدول (١٢)

جدول (١٢)

دلالة الفروق الإحصائية بين نتائج القياسات القبلية للمجموعتين التجريبية والضابطة في بعض المتغيرات البدنية ومهارة الوثب العالى والدافعية نحو التعلم قيد البحث

ن١=ن٢= ٢٠

	المتغيرات	وحدة القياس	التجريبية		الضابطة		قيمة "ت" المحسوبة
			سَ١	± ع١	سَ٢	± ع٢	
البدنية	العدو ٣٠م من البدء العالى	ثانية	٥.١٨	٠.١٣٩	٥.٢٠	٠.١٤٢	٠.٦٢١
	الوثب العمودى من الثبات	سم	٢١.٤٥	١.٨٥١	٢١.٤٨	١.٨٦٩	٠.٠٧٠
	الوثب العمودى من الحركة	سم	٢٩.٠٨	٢.٠٩٤	٢٩.١٦	٢.١١٧	٠.١٦٦
	ثنى الذراعين كاملا من الانبطاح المائل	عدد	٨.٠٥	٠.٧٥٦	٨.١٥	٠.٨٣١	٠.٥٤٩
	الجلوس من الرقود والركبتين منثنيتين	عدد	١٢.٧٥	١.١٥٨	١٢.٩٠	١.٢٣٧	٠.٥٤٦
	رفع الجذع عالياً من الانبطاح	سم	٣٢.١٠	١.٢١٣	٣٢.١٦	١.٢٦٩	٠.٢١١
	قوة عضلات الرجلين	كجم	١٥٢.٩٨	١.٧٢٤	١٥٣.٠٣	٢.٨٦٠	٠.٠٩٢
	قوة عضلات الظهر	كجم	١٢٢.٦٧	٢.٣٤١	١٢٢.٥٩	٢.٣١٣	٠.١٥٠
الخطوات الفنية	الاقتراب	درجة	٢.٠٠	١.٥٦٦	٢.١٥	١.٥٧٢	٠.٤١٧
	الارتقاء	درجة	١.٧٥	١.١٤٨	١.٦٠	١.١٣٥	٠.٥٧٣
	الطيران	درجة	١.٥٠	٠.٨١٢	١.٥٥	٠.٨٣١	٠.٢٦٥
	الهبوط	درجة	١.٢٥	٠.٨٧٩	١.٢٠	٠.٨٧٠	٠.٢٤٩
	الوثب العالى	سم	٩٦.٤٥	١.٤٩٣	٩٦.٦٠	١.٥٣٦	٠.٤٧٨
الدافعية	التوجه الداخلى للهدف	درجة	١٩.٢٥	٢.٤٧٦	١٩.٣٥	٢.٥٩٨	٠.١٧٢

التوجه الخارجى للهدف	درجة	١٨.٦٠	٢.٤٢٣	١٨.٦٥	٢.٤٧١	٠.٠٨٩
قيمة المهنة	درجة	٢٥.٥٠	٢.٥٣٠	٢٥.٧٠	٢.٦٣٤	٠.٣٣٨
ضبط معتقدات التعلم	درجة	٢٠.١٠	٢.٦٩٨	٢٠.١٥	٢.٧٨٢	٠.٠٨٠
فعالية الذات فى التعلم والأداء	درجة	٣٦.١٥	٣.٨٦٩	٣٦.٣٥	٣.٩٥٠	٠.٢٢٣
قلق الاختبار	درجة	٢٣.٣٠	٢.٥١٣	٢٣.٦٠	٢.٧٢٦	٠.٤٩٩
الدافعية نحو التعلم ككل	درجة	١٤٢.٩٠	١٣.١٠٢	١٤٣.٨٠	١٣.٤٥٦	٠.٢٩٥

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥= ٢.٠٤٢ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (١٢) عدم وجود فروق دالة إحصائياً **بين** نتائج القياسات القبلية للمجموعتين التجريبية والضابطة في بعض المتغيرات البدنية ومهارة الوثب العالى والدافعية نحو التعلم قيد البحث، مما يشير إلي تكافؤ مجموعتي البحث في هذه المتغيرات.

تطبيق الدراسة الأساسية:

قامت الباحثة بتنفيذ الدراسة الأساسية لمدة (٦) أسابيع بواقع (٦) وحدة تعليمية وزمن الوحدة (٩٠ق) في الفترة من ٤/٢٥ إلى ٢٠٢١/٥/٣م، بواقع وحدة تعليمية أسبوعيا، حيث تم تعليم المجموعة الضابطة بالطريقة التقليدية (الشرح اللفظي والنموذج العملي)، أما بالنسبة للمجموعة التجريبية فقد إتبعت الباحثة معها التدريس باستخدام التعليم المدمج، ويتضمن البرنامج التعليمي باستخدام التعليم المدمج على عرض لمهارة الوثب العالى قيد البحث من خلال بعض الروابط الإلكترونية لمواقع تعليمية فى الوثب العالى عن طريق شاشة عرض Data show تمدهن بالمعلومات عن النواحى الفنية الدقيقة المرتبطة بالمهارة المعروضة من خلال الروابط وكذلك التوجيهات الفنية والتعرف على الأخطاء الشائعة التى يمكن أن تقع فيها الطالبة أثناء أدائها، ثم تقوم الطالبات بالأداء العملى لما يشاهدونه وقد تم تقسيم المحتوى الزمنى للوحدة التعليمية إلى:

- (٥ق) أعمال إدارية - (١٥ق) إحماء - (٢٠ق) التعلم من خلال مشاهدة الروابط للمواقع التعليمية - (٤٥ق) التطبيق العملى للطالبات - (٥ق) الختام والتهدئة.

القياسات البعدية:

قامت الباحثة بإجراء القياسات البعدية على المجموعتين التجريبية والضابطة فى الفترة من ٥/٦ إلى ٢٠٢١/٥/١٠م وتم إجراء القياسات البعدية بنفس طريقة القياسات القبلية وتحت نفس الظروف والشروط التى تم فيها القياسات القبلية.

المعالجات الإحصائية:

إستخدمت الباحثة حزمة البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية (SPSS) والذى يشتمل على المعالجات التالية:- المتوسط الحسابى - الانحراف المعيارى - الوسيط - معامل الالتواء - النسبة المئوية - معامل الارتباط - اختبار "ت".

أولاً: عرض النتائج:

جدول (١٣)
دلالة الفروق الإحصائية بين نتائج القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية فى بعض المتغيرات البدنية قيد البحث

ن= ٢٠

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		قيمة "ت" المحسوبة
		سَ١	±ع١	سَ٢	±ع٢	
العدو ٣٠م من البدء العالى	ثانية	٥.١٨	٠.١٣٩	٤.٨٣	٠.١٤٢	*٧.٦٧٨
الوثب العمودى من الثبات	سم	٢١.٤٥	١.٨٥١	٢٥.١٢	١.٢٢٦	*٧.٢٠٥
الوثب العمودى من الحركة	سم	٢٩.٠٨	٢.٠٩٤	٣٤.٥٦	١.٣٥٠	*٩.٥٨٧
ثنى الذراعين كاملاً من الانبطاح المائل	عدد	٨.٠٥	٠.٧٥٦	١١.٢٥	١.٤٣٥	*٨.٥٩٩
الجلوس من الرقود والركبتين منثنيتين	عدد	١٢.٧٥	١.١٥٨	١٥.٨٠	١.٠٣١	*٨.٥٧٥
رفع الجذع عالياً من الانبطاح	سم	٣٢.١٠	١.٢١٣	٣٦.١٩	١.١٦٨	*١٠.٥٨٧
قوة عضلات الرجلين	كجم	١٥٢.٩٨	١.٧٢٤	١٥٨.٢٦	١.٤٦٣	*١٠.١٧٩
قوة عضلات الظهر	كجم	١٢٢.٦٧	٢.٣٤١	١٢٧.٨٣	١.٤٥٨	*٨.١٥٥

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥= ٢.٠٩٣ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (١٣) وجود فروق دالة إحصائيا بين نتائج القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية فى بعض المتغيرات البدنية قيد البحث لصالح القياسات البعدية.

جدول (١٤)
دلالة الفروق الإحصائية بين نتائج القياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة فى بعض المتغيرات البدنية قيد البحث

ن= ٢٠

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		قيمة "ت" المحسوبة
		سَ١	±ع١	سَ٢	±ع٢	
العدو ٣٠م من البدء العالى	ثانية	٥.٢٠	٠.١٤٢	٥.٠٦	٠.١٣٧	*٣.٠٩٣
الوثب العمودى من الثبات	سم	٢١.٤٨	١.٨٦٩	٢٣.١٣	١.٥١٢	*٢.٩٩٢
الوثب العمودى من الحركة	سم	٢٩.١٦	٢.١١٧	٣٠.٨٢	١.٢٧٦	*٢.٩٢٧
ثنى الذراعين كاملاً من الانبطاح المائل	عدد	٨.١٥	٠.٨٣١	٩.٢٠	١.٠٦٩	*٣.٣٨٠
الجلوس من الرقود والركبتين منثنيتين	عدد	١٢.٩٠	١.٢٣٧	١٤.٠٠	١.١٥٦	*٢.٨٣٢
رفع الجذع عالياً من الانبطاح	سم	٣٢.١٦	١.٢٦٩	٣٤.١١	١.٢٤٨	*٤.٧٧٦
قوة عضلات الرجلين	كجم	١٥٣.٠٣	٢.٨٦٠	١٥٥.٣٠	١.٥٢٧	*٣.٠٥٢
قوة عضلات الظهر	كجم	١٢٢.٥٩	٢.٣١٣	١٢٤.٤٢	١.٦٩٠	*٢.٧٨٥

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥= ٢.٠٩٣ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (١٤) وجود فروق دالة إحصائيا بين نتائج القياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة فى بعض المتغيرات البدنية قيد البحث لصالح القياسات البعدية.

جدول (١٥)

دلالة الفروق الإحصائية بين نتائج القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية فى مهارة الوثب العالى قيد البحث

ن= ٢٠

المتغيرات		وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		قيمة "ت" المحسوبة
			سَ١	±ع١	سَ٢	±ع٢	
الخطوات الفنية	الاقتراب	درجة	٢.٠٠	١.٥٦٦	٤.١٠	١.١٩٢	٤.٦٥١*
	الارتقاء	درجة	١.٧٥	١.١٤٨	٣.٩٥	١.٠٢٦	٦.٢٢٨*
	الطيران	درجة	١.٥٠	٠.٨١٢	٤.٨٠	١.٣٢٨	٧.٢٤١*
	الهبوط	درجة	١.٢٥	٠.٨٧٩	٣.٥٠	١.٦٤٤	٥.٢٦١*
الوثب العالى		سم	٩٦.٤٥	١.٤٩٣	١١٨.٢٥	٤.٦٤١	١٩.٤٠٢*

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥= ٢.٠٦٤ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (١٥) وجود فروق دالة إحصائيا بين نتائج القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية فى مهارة الوثب العالى قيد البحث لصالح القياسات البعدية.

جدول (١٦)

دلالة الفروق الإحصائية بين نتائج القياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة فى مهارة الوثب العالى قيد البحث

ن= ٢٠

المتغيرات		وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		قيمة "ت" المحسوبة
			سَ١	±ع١	سَ٢	±ع٢	
الخطوات الفنية	الاقتراب	درجة	٢.١٥	١.٥٧٢	٣.٢٥	١.٣٦٠	٢.٣٠٧*
	الارتقاء	درجة	١.٦٠	١.١٣٥	٢.٨٠	١.٢٧٥	٣.٠٦٤*
	الطيران	درجة	١.٥٥	٠.٨٣١	٣.١٠	١.٥٩٨	٣.٧٥١*
	الهبوط	درجة	١.٢٠	٠.٨٧٠	٢.٤٠	١.٦٣١	٢.٨٣٠*
الوثب العالى		سم	٩٦.٦٠	١.٥٣٦	١٠٢.١٥	٤.٩٨٦	٤.٦٣٧*

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥= ٢.٠٦٤ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (١٦) وجود فروق دالة إحصائيا بين نتائج القياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة فى مهارة الوثب العالى قيد البحث لصالح القياسات البعدية.

جدول (١٧)
دلالة الفروق الإحصائية بين نتائج القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية فى الدافعية نحو التعلم قيد البحث

ن= ٢٠

المتغيرات		وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		قيمة "ت" المحسوبة
			سَ١	± ع١	سَ٢	± ع٢	
أبعاد الدافعية نحو التعلم	التوجه الداخلى للهدف	درجة	١٩.٢٥	٢.٤٧٦	٢٣.٧٢	١.٣٦٣	٦.٨٩٤*
	التوجه الخارجى للهدف	درجة	١٨.٦٠	٢.٤٢٣	٢٣.١٠	١.٤٠٧	٧.٠٠١*
	قيمة المهنة	درجة	٢٥.٥٠	٢.٥٣٠	٣٢.٦٠	٢.٤٢٥	٨.٨٣١*
	ضبط معتقدات التعلم	درجة	٢٠.١٠	٢.٦٩٨	٢٥.٢٦	١.٨٩٣	٦.٨٢٤*
	فعالية الذات فى التعلم والأداء	درجة	٣٦.١٥	٣.٨٦٩	٤٤.٨٢	٢.٧٨٠	٧.٩٣٢*
	قلق الاختبار	درجة	٢٣.٣٠	٢.٥١٣	٣٠.٦٥	٢.١٢٤	٩.٧٣٧*
الدافعية نحو التعلم ككل		درجة	١٤٢.٩٠	١٣.١٠٢	١٨٠.١٥	٩.٦٣٨	٩.٩٨٣*

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥= ٢.٠٩٣ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (١٧) وجود فروق دالة إحصائيا بين القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية فى زيادة الدافعية نحو التعلم قيد البحث لصالح القياسات البعدية.

جدول (١٨)
دلالة الفروق الإحصائية بين نتائج القياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة فى الدافعية نحو التعلم قيد البحث

ن= ٢٠

المتغيرات		وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		قيمة "ت" المحسوبة
			سَ١	± ع١	سَ٢	± ع٢	
أبعاد الدافعية نحو التعلم	التوجه الداخلى للهدف	درجة	١٩.٣٥	٢.٥٩٨	٢٢.٢٥	١.٩٥٢	٣.٨٩٠*
	التوجه الخارجى للهدف	درجة	١٨.٦٥	٢.٤٧١	٢١.٥٠	٢.٤١٣	٣.٥٩٧*
	قيمة المهنة	درجة	٢٥.٧٠	٢.٦٣٤	٢٧.٦٠	٢.٤٢٣	٢.٣١٤*
	ضبط معتقدات التعلم	درجة	٢٠.١٥	٢.٧٨٢	٢٣.٧٥	٢.٦١٠	٤.١١٤*
	فعالية الذات فى التعلم والأداء	درجة	٣٦.٣٥	٣.٩٥٠	٤١.٢٠	٢.٨١٦	٤.٣٥٨*
	قلق الاختبار	درجة	٢٣.٦٠	٢.٧٢٦	٢٦.١٥	٢.٥٦٤	٢.٩٧٦*
الدافعية نحو التعلم ككل		درجة	١٤٣.٨٠	١٣.٤٥٦	١٦٢.٤٥	١١.٣٥١	٤.٦١٧*

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥= ٢.٠٩٣ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من الجدول (١٨) وجود فروق دالة إحصائيا بين نتائج القياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة فى وزيادة الدافعية نحو التعلم قيد البحث لصالح القياسات البعدية.

جدول (١٩)

دلالة الفروق الإحصائية بين نتائج القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في بعض المتغيرات البدنية ومهارة الوثب العالى والدافعية نحو التعلم قيد البحث

ن١=ن٢= ٢٠

المتغيرات		وحدة القياس	التجريبية		الضابطة		قيمة "ت" المحسوبة
			سَ١	± ع١	سَ٢	± ع٢	
البدنية	العدو ٣٠م من البدء العالى	ثانية	٤.٨٣	٠.١٤٢	٥.٠٦	٠.١٣٧	٧.١٨٦*
	الوثب العمودى من الثبات	سم	٢٥.١٢	١.٢٢٦	٢٣.١٣	١.٥١٢	٦.٣٠٢*
	الوثب العمودى من الحركة	سم	٣٤.٥٦	١.٣٥٠	٣٠.٨٢	١.٢٧٦	١٢.٤١١*
	ثنى الذراعين كاملاً من الانبطاح المائل	عدد	١١.٢٥	١.٤٣٥	٩.٢٠	١.٠٦٩	٧.٠٦٢*
	الجلوس من الرقود والركبتين منثنيتين	عدد	١٥.٨٠	١.٠٣١	١٤.٠٠	١.١٥٦	٧.١٦٤*
	رفع الجذع عالياً من الانبطاح	سم	٣٦.١٩	١.١٦٨	٣٤.١١	١.٢٤٨	٧.٥٠١*
	قوة عضلات الرجلين	كجم	١٥٨.٢٦	١.٤٦٣	١٥٥.٣٠	١.٥٢٧	٨.٦٢٨*
	قوة عضلات الظهر	كجم	١٢٧.٨٣	١.٤٥٨	١٢٤.٤٢	١.٦٩٠	٩.٤١٨*
الخطوات الفنية	الاقتراب	درجة	٤.١٠	١.١٩٢	٣.٢٥	١.٣٦٠	٢.٨٩٧*
	الارتقاء	درجة	٣.٩٥	١.٠٢٦	٢.٨٠	١.٢٧٥	٤.٣٣٢*
	الطيران	درجة	٤.٨٠	١.٣٢٨	٣.١٠	١.٥٩٨	٥.٠٤٤*
	الهبوط	درجة	٣.٥٠	١.٦٤٤	٢.٤٠	١.٦٣١	٢.٩٢٨*

تابع جدول (١٩)

المتغيرات		وحدة القياس	التجريبية		الضابطة		قيمة "ت" المحسوبة
			سَ١	± ع١	سَ٢	± ع٢	
الوثب العالى		درجة	١١٨.٢٥	٤.٦٤١	١٠٢.١٥	٤.٩٨٦	١٤.٥٧٠*
أبعاد الدافعية نحو التعلم	التوجه الداخلى للهدف	درجة	٢٣.٧٢	١.٣٦٣	٢٢.٢٥	١.٩٥٢	٣.٨٠٦*
	التوجه الخارجى للهدف	درجة	٢٣.١٠	١.٤٠٧	٢١.٥٠	٢.٤١٣	٣.٥٣١*
	قيمة المهنة	درجة	٣٢.٦٠	٢.٤٢٥	٢٧.٦٠	٢.٤٢٣	٨.٩٩١*
	ضبط معتقدات التعلم	درجة	٢٥.٢٦	١.٨٩٣	٢٣.٧٥	٢.٦١٠	٢.٨٨٦*
	فعالية الذات فى التعلم والأداء	درجة	٤٤.٨٢	٢.٧٨٠	٤١.٢٠	٢.٨١٦	٥.٦٣٩*
	قلق الاختبار	درجة	٣٠.٦٥	٢.١٢٤	٢٦.١٥	٢.٥٦٤	٨.٣٣٢*
الدافعية نحو التعلم ككل		درجة	١٨٠.١٥	٩.٦٣٨	١٦٢.٤٥	١١.٣٥١	٧.٣٢٧*

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥= ٢.٠٤٢ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (١٩) وجود فروق دالة إحصائيا بين نتائج القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة فى بعض المتغيرات البدنية ومهارة الوثب العالى وزيادة الدافعية نحو التعلم قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية.

ثانياً: مناقشة النتائج:

يتضح من نتائج جدول (١٣) وجود فروق دالة إحصائيا بين نتائج القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية فى بعض المتغيرات البدنية (السرعة الانتقالية – القدرة العضلية للرجلين – القدرة العضلية للذراعين – القدرة العضلية لعضلات البطن – المرونة – القوة العضلية للرجلين – القوة العضلية لعضلات الظهر) لصالح القياسات البعدية، وترجع الباحثة هذه الفروق فى المتغيرات البدنية إلى البرنامج التعليمى المقترح باستخدام التعليم المدمج والذى ساعد على ارتفاع مستوى الأداء البدنى من خلال تدريبات متنوعة مرتبطة بمهارة الوثب العالى قيد البحث وبتكرار تلك التدريبات زادت الطالبة من سرعة الاستجابة الحركية أدى إلى تقوية عضلات الرجلين ومرونة الفخذ بالإضافة إلى الرشاقة والتوافق بالإضافة إلى حسن اختيار التمرينات وأدوات التدريب المستخدمة (الصناديق – الحواجز) وأداء الوثبات المختلفة والحجل فوق وبين الصناديق والحواجز وكذلك استخدام تمرينات الوثب والحجل لأعلى ولأسفل والتى يتبعها تنمية القدرة العضلية للرجلين والممثلة فى مهارة الوثب العمودى.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كلاً من **ستيم Stemm** (٢٠٠٥م) (٢٣)، **دوجلاس وكلاينر Douglas & Kleiner** (٢٠٠٨م) (١٩) حيث اتفقت هذه الدراسات على أهمية استخدام التدريبات بتنويعاتها المختلفة لتحقيق زيادة معنوية فى القدرة العضلية، حيث أنها تؤدى إلى تطوير فى مستوى الأداء المهارى.

يتضح من نتائج جدول (١٤) وجود فروق دالة إحصائيا بين نتائج القياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة فى بعض المتغيرات البدنية (السرعة الانتقالية – القدرة العضلية للرجلين – القدرة العضلية للذراعين – القدرة العضلية لعضلات البطن – المرونة – القوة العضلية للرجلين – القوة العضلية لعضلات الظهر) لصالح القياسات البعدية، وترجع الباحثة هذا التحسن فى مستوى الأداء البدنى إلى استخدام التعليم التقليدى والذى يعتمد على الشرح وإعطاء نموذج ثم التدريب عليه ومن خلال هذا التدريبات تحسن مستوى الأداء البدنى لدى المجموعة الضابطة.

وبذلك تحقق صحة الفرض الأول والذى ينص على: " **توجد فروق دالة إحصائيا بين نتائج القياسات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة فى بعض المتغيرات البدنية قيد البحث لصالح القياسات البعدية** ".

يتضح من نتائج جدول (١٥) وجود فروق دالة إحصائيا بين نتائج القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية فى مهارة الوثب العالى قيد البحث لصالح القياسات البعدية، وترجع

الباحثة هذه النتيجة إلى تطبيق البرنامج التعليمى المقترح باستخدام التعلم المدمج على طالبات المجموعة التجريبية وما صاحب ذلك من تفاعل وحلقات النقاش بين الطالبات بعضهن البعض وبينهن وبين الباحثة من خلال المنتدى والبريد الالكترونى والذى ساهم فى تكوين التصور الحركى لمهارة الوثب العالى قيد البحث، وكذالك ما يضيفه الروابط الالكترونية التعليمية المختارة من تدريبات تعليمية ومراحل فنية وملاحظات هامة وأخطاء شائعة يمكن تجنبها من خلال ملاحظة ومشاهدة الأداء المثالى الصحيح للفيديو والصور التوضيحية التى تحتوى عليها المواقع والبرمجية التعليمية التى تم إستخدامها من قبل الطالبات كل ذلك ساهم فى اكتسابهن كل الإمكانيات التى تؤهلهن للتقدم فى مستوى أداء مهارة الوثب العالى قيد البحث وزيادة الدافعية نحو التعلم.

كما ترجع الباحثة هذه الفروق فى القياسات البعدية للمجموعة التجريبية التى استخدمت التعلم المدمج الذى يجمع بين التعلم الالكترونى والتعليم التقليدى حيث يعمل على إثارة اهتمامهن وحماسهن وتشويقهن وزيادة ايجابيتهن ودافعيتهن للتعليم مما يؤدى إلى بقاء أثر ما يتعلمونه حيث تشير **وفيقة مصطفى سالم** (٢٠٠٧م) (١٥) إن التعلم بمساعدة الحاسب الآلى يوفر نظام اتصال ذو اتجاهين بين المتعلم والحاسب وهذا النظام ذو تأثير جيد من خلال عمليات التفاعل الأمر الذى يجعل المتعلم مقبلاً على التعلم دون خوف أو تردد من معرفة أحد لمستواه العلمى.

يتضح من نتائج جدول (١٦) وجود فروق دالة إحصائيا بين نتائج القياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة فى مهارة الوثب العالى قيد البحث لصالح القياسات البعدية، وترجع الباحثة هذه النتيجة إلى تطبيق الطريقة التقليدية والتى تقوم على الشرح اللفظى وأداء النموذج العملى ثم قيام الطالبة بالممارسة والتكرار لمهارة الوثب العالى ثم تقديم التغذية الراجعة وتصحيح الأخطاء من قبل الباحثة.

وبذلك تحقق صحة الفرض الثانى والذى ينص على " **توجد فروق دالة إحصائيا بين نتائج القياسات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة فى تعلم مهارة الوثب العالى قيد البحث لصالح القياسات البعدية** ".

يتضح من نتائج جدول (١٧) وجود فروق دالة إحصائيا بين نتائج القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية فى زيادة الدافعية نحو التعلم (التوجه الداخلى للهدف – التوجه الخارجى للهدف – قيمة المهنة – ضبط معتقدات التعلم – فعالية الذات فى التعلم والأداء – قلق الاختبار) لصالح القياسات البعدية، وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن إستراتيجية التعليم المدمج طريقة مستحدثة فى التعليم تشتمل على توجهات جديدة علمية وفنية وتكنولوجية حديثة مغايرة للنظرة التلقينية فى التعلم التقليدى حيث إن الانترنت أصبح لغة العصر الذى نعيش فيه مما جعل التعليم يلقى الكثير من مجال المعرفة التى يحتاجها المتعلم أثناء عملية التعلم بالإضافة إلى نجاح الطالبة فى إزالة الشعور بالملل والسلبية والرتابة التى تشعر بها فى ظل الطريقة المعتادة وشعورها بالسعادة أثناء تعاملها مع تقنيات التعليم عن بعد إذا كان الاتصال مباشر أو غير مباشر مثل

البريد الالكترونى، المنتدى الفكرى، التفاعل الكتابى وغيرها وهذا ما أدى إلى زيادة الدافعية للتعلم وتحسن مستوى الأداء.

ويشير **منلوى Minloi** (٢٠٠٩م) (٢٢) أن استخدام الانترنت فى التعليم يؤدى إلى تطور كبير وسريع فى العملية التعليمية كما يؤثر فى طريقة أداء المعلم والمتعلم فشبكة الانترنت تعد مصدرا ثريا يوفر العديد من الفرص والإمكانيات للمعلمين والطلاب على حد سواء وذلك لما تمتاز به من حيث الوفرة الهائلة فى مصادر المعلومات والسهولة الكبيرة فى إمكانية الوصول إليها واتصالها بالجامعات ومراكز البحوث.

وترجع الباحثة أيضا هذه النتيجة إلى أن التعليم المدمج يعد إستراتيجية جديدة تجمع بين الطريقة التقليدية فى التعلم والاستفادة القصوى من تطبيقات تكنولوجيا المعلومات الحديثة لتصميم مواقف تعليمية تمزج بين التدريس فى المحاضرة والتدريس عبر الانترنت وتتميز بالعديد من الفوائد تتمثل فى اختصار الوقت والجهد والتكلفة إضافة إلى إمكانية تحسين المستوى العام للتحصيل الدراسى ومساعدة المعلم والطالبة فى توفير بيئة تعليمية جذابة فى أى مكان وزمان ودون حرمانهن من العلاقات الاجتماعية فيما بينهن أو مع معلميهن.

ويتفق ذلك مع **وارير Warrier** (٢٠٠٦م) (٢٤) أن التعليم الالكترونى يكون أكثر فاعلية لو دمجت بعض عناصره مع بعض عناصر التعليم التقليدى وذلك هو ما يسمى Blended learning ويضيف بان الدمج الصحيح بين التعليم التقليدى والتعليم الالكترونى يعتبر أفضل من التعليم التقليدى الذى يكون وجها لوجهه وأفضل من التعلم الالكترونى إذا كان كل منهما منفصل عن الآخر.

إضافة إلى أن استخدام التعلم المدمج يوفر التفاعل بين الطالبات والمادة الدراسية بأسلوب ممتع حيث أصبح من الممكن التوسع فى اكتساب المعلومات من مصادر متنوعة وبشكل سريع يجعل من الطالبة صاحبة دور ايجابى ويزيد من دافعية التعلم، حيث يشير **عزت عبد الحميد محمد** (٢٠٠٩م) (٩) أن الدافعية للتعلم لا تتأتى إلا باستخدام مدى واسع من استراتيجيات التعلم تجعلهم أكثر اندماجا فى عملية التعلم ويستمتعون بالتعلم ويثابرون ويبذلون المزيد من الجهد بل يتجاوز ذلك إلى إصدار أحكام موضوعية عن مقدرتهم على الإنجاز وارتفاع ثقتهم فى مهاراتهم فيؤدى إلى ارتفاع أدائهم فى المهام الأكاديمية المختلفة.

ويتفق ذلك مع دراسات كل من **بالرابى يوشان Balarabe Yushau** (٢٠٠٦م) (١٨)، **حسن الباتع محمد** (٢٠٠٧م) (٤)، **مشاعل عبد العزيز العبد الكريم** (٢٠٠٨م) (١٣) فى أن التعلم المدمج (التعلم الالكترونى – التعلم التقليدى) أدى إلى ايجابية واستثارة الطالب لتعلم واستيعاب وصقل المهارات الحركية.

يتضح من نتائج جدول (١٨) وجود فروق دالة إحصائيا بين نتائج القياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة فى الدافعية نحو التعلم (التوجه الداخلى للهدف – التوجه الخارجى للهدف – قيمة المهنة – ضبط معتقدات التعلم – فعالية الذات فى التعلم والأداء – قلق الاختبار) لصالح القياسات البعدية، وترجع الباحثة هذه النتيجة إلى أن الطريقة التقليدية والتى تقوم على الشرح اللفظى وأداء النموذج العملى ثم قيام الطالبة بالممارسة والتكرار للمهارات ثم تقديم التغذية الراجعة وتصحيح الأخطاء من قبل المعلم كل ذلك يوفر للطالبة فرصة جيدة للتعلم مما يؤثر ايجابيا على مستوى الأداء لدى الطالبات، كما تعودهن على الطريقة التقليدية فى تعلم الكثير من المهارات الحركية للأنشطة الرياضية المختلفة بالإضافة إلى تعلمهن فى شكل جماعى أثار دافعيتهن للتعلم والتنافس فيما بينهن لإبراز تفوق كل منهن على الأخرى مما جعلهن يؤدون بأفضل شكل ممكن.

وبذلك تحقق صحة الفرض الثالث والذى ينص على: " **توجد فروق دالة إحصائيا بين القياسات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة فى زيادة الدافعية نحو التعلم لصالح القياسات البعدية** ".

يتضح من نتائج جدول (١٩) وجود فروق دالة إحصائيا بين القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة فى بعض المتغيرات البدنية ومهارة الوثب العالى وزيادة الدافعية نحو التعلم قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية، وتعزو الباحثة تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة فى جميع المتغيرات قيد البحث إلى هذا النمط التعليمى الذى خضعت له المجموعة التجريبية وهو التعلم المدمج وما يحتويه من تقنيات تكنولوجية أتاحت للطالبة فرصة الوصول مباشرة للمصادر الالكترونية المعنية بمهارة الوثب العالى قيد البحث من منازلهن من خلال الروابط الالكترونية على شبكة الانترنت المعنية بذلك والتى كانت سهلة فى الاستخدام ومليئة بالمعلومات والإرشادات التى تكون الطالبة فى حاجة إليها.

ويتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من **وليام ريان William Ryan** (٢٠٠١م) (٢٥)، **فو بيه وين Fu, Pei-Wen** (٢٠٠٦م) (٢٠)، **بالرابى يوشان Balarabe Yushau** (٢٠٠٦م) (١٨)، **إسلام جابر أحمد** (٢٠٠٨م) (٢) والتى أشارت نتائجها على أن استخدام المواقع الالكترونية ونمط التعلم المدمج تزيد من فاعلية المتعلمين فى العملية التعليمية.

كما ترى الباحثة أن تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة يرجع إلى ما تمتاز به إستراتيجية التعليم المدمج من التعلم بشكل مستمر فى أى وقت وأى مكان بطريقة سهلة وشيقة تجذب الانتباه وتثير الدافعية نحو التعلم مما يكون له عظيم الأثر على تعلم مهارة الوثب العالى قيد البحث بصورة جيدة والوصول إلى أفضل مستوى ممكن.

ويتفق **عبد الحميد شرف** (٢٠٠٠م) (٨)، **مصطفى عبد السميع وآخرون** (٢٠٠١م) (١٤)، على أن استخدام تكنولوجيا التعلم المختلفة فى العملية التعليمية يمكننا من توصيل المعلومات

بصورة أفضل وأسرع للمتعلم وتساعده على تثبيت الخبرات التعليمية لديه وفى نفس الوقت تزيد من فاعلية العملية التعليمية وتجعلها أكثر تشويقا وبالتالى تحقق الأهداف التعليمية المرجوة.

وبذلك تحقق صحة الفرض الرابع والذى ينص على: " **توجد فروق دالة إحصائيا بين نتائج القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة فى بعض المتغيرات البدنية ومهارة الوثب العالى وزيادة الدافعية نحو التعلم قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية** ".

الاستخلاصات والتوصيات:

أولاً: الاستخلاصات:

١- تفوقت المجموعة التجريبية التى استخدمت التعليم المدج (التعليم الالكترونى + التعليم التقليدى) على المجموعة الضابطة التى استخدمت الطريقة التقليدية (الشرح اللفظى والأداء النموذج العملى) فى سرعة تحسن مستوى أداء بعض المتغيرات البدنية ومهارة الوثب العالى وزيادة الدافعية نحو التعلم.

٢- وجود فروق دالة إحصائيا بين نتائج القياسات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة فى بعض المتغيرات البدنية ومهارة الوثب العالى وزيادة الدافعية نحو التعلم لصالح القياسات البعدية.

٣- التعلم المدمج له تأثير ايجابى فى تحسن مستوى أداء بعض المتغيرات البدنية ومهارة الوثب العالى وزيادة الدافعية نحو التعلم.

٤- الطريقة التقليدية (الشرح اللفظى والاداء النموذج العملى) ساهمت بطريقة ايجابية فى تحسن مستوى أداء بعض المتغيرات البدنية ومهارة الوثب العالى وزيادة الدافعية نحو التعلم بالنسبة أقل مقارنة بالتعلم المدمج.

ثانيا: التوصيات:

١- تزويد كليات التربية الرياضية بصالات بها أجهزة كمبيوتر تتصل كل منها بشبكة الانترنت وشاشات عرض Data show.

٢- تكثيف الدورات التدريبية لأعضاء هيئة التدريس ومعاونيهم حول كيفية صياغة مقرراتهم ورصدها على شبكة الانترنت من خلال مواقع الكلية والجامعة وجعلها إلزامية لنشر ثقافة الاتصال والتواصل والتعليم والتعلم ومن ثم تدريب الطالبات لاستفادة القصوى من التقنية.

٣- تنمية التعلم الذاتى لدى الطالبة بحيث تدرك كيف تعمل آليات تفكيرها وقدراتها التعليمية وتنمية تلك القدرات.

٤- إنشاء قاعدة بيانات للمواقع التربوية الموجودة على شبكة الانترنت حتى يتثنى للباحثين الحصول على المعلومات المرتبطة ببحوثهم بسهولة فى أقل وقت ويتم ذلك من خلال معمل الانترنت بكليات التربية الرياضية.

٥- إجراء المزيد من الدراسات حول أثر استخدام التعليم المدمج فى التدريس ضمن متغيرات تعليمية أخرى.

المراجع العربية والأجنبية

أولاً: المراجع العربية:

١- **أحمد جابر أحمد، مبارك سعيد ناصر (٢٠٠٨):** التعلم الخليط وتدريس الدراسات الاجتماعية، مجلة الجمعية التربوية للدراسات الاجتماعية، كلية التربية، جامعة عين شمس.

٢- **إسلام جابر أحمد (٢٠٠٨):** أثر استخدام التعلم المدمج فى تنمية التحصيل وبعض مهارات تصميم المواقع التعليمية لدى الطلاب المعلمين، بحث منشور، كلية التربية بالإسماعيلية، جامعة قناة السويس.

٣- **الغريب زاهر إسماعيل (٢٠٠١):** تكنولوجيا المعلومات وتحديث التعليم، عالم الكتب، القاهرة.

٤- **حسن الباتع محمد (٢٠٠٧):** برنامج مقترح لتدريب المعيدين والمدرسين المساعدين والمدرسين المساعدين بكلية التربية جامعة الإسكندرية على بعض استخدامات شبكة الانترنت وفقا لاحتياجاتهم التدريبية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الإسكندرية.

٥- **دعاء كمال محمد توفيق (٢٠١٢):** تأثير إستخدام إستراتيجية التعليم المدمج على اكتساب بعض الأوضاع الأساسية فى الباليه وزيادة الدافعية نحو التعلم، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، المجلد الأول، العدد ٦٥، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، مايو.

٦- **سلامة عبد العظيم حسين، أشواق عبد الجليل على (٢٠٠٨):** الجودة فى التعليم الالكترونى (مفاهيم نظرية وخبرات عالمية)، الإسكندرية، دار الجامعة الجديدة.

٧- **عمر محمد عبد الرازق (٢٠٠٤):** تأثير منهج تعليمى مقترح باستخدام شبكة المعلومات العالمية (الإنترنت) فى تعلم بعض المهارات الأساسية بلعبة التنس، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة بغداد، العراق.

٨- **عبد الحميد شرف (٢٠٠٠):** تكنولوجيا التعليم فى التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر القاهرة.

٩- **عزت عبد الحميد محمد (٢٠٠٩):** دراسة بنية الدافعية واستراتيجيات التعلم وأثرهما على التحصيل الدراسى لدى طلاب كلية التربية الرياضية جامعة الزقازيق، بحث منشور، مجلة كلية التربية، العدد٣٣، سبتمبر، الزقازيق.

١٠-**فاروق عبد الفتاح موسى (٢٠٠٩)**: اختبار القدرات العقلية، ط٤، مكتبة الانجلو المصرية للنشر والتوزيع، القاهرة.

١١-**محمد صبحى حسانين (٢٠٠١)**: القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة، ط٤، ج١، دار الفكر العربي، القاهرة.

١٢-**محمد عمر الحاجى (٢٠١٢)**: الإنترنت إيجابيته وسلبياته، ط٢، دار المكتبى، دمشق.

١٣-**مشاعل عبد العزيز العبد الكريم (٢٠٠٨)**: واقع إستخدام التعليم الإلكترونى فى مدارس المملكة الأهلية بمدينة الرياض، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، المملكة العربية السعودية، جامعة الملك سعود.

١٤-**مصطفى عبد السميع، محمد لطفى، صابر عبد المنعم (٢٠٠١)**: الاتصال والوسائل التعليمية "قراءات أساسية للطالب المعلم، القاهرة، مركز الكتاب للنشر.

١٥-**وفيقة مصطفى سالم (٢٠٠٧)**: تكنولوجيا التعليم والتعلم فى التربية الرياضية، الكتاب الأول، ط٢، منشأة المعارف، الإسكندرية.

١٦-**ياسر غزال منيسى (٢٠١٦)**: تأثير برنامج تدريبى باستخدام التمرينات النوعية على بعض القدرات البدنية الخاصة والمستوى الرقمى للوثب العالى لطلبة كلية التربية الرياضية بجامعة المنيا، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

17- **Alekse, J., Chris, P., (2004)**: Reflections on the use of blended learning, the university of Sanford, available at http://www.edu.salford.ac. uk/her/proceedings/papers/ah04.rtf

18- **Balarabe Yushau (2006):** The effect of blended E-learning on Mathematics and computer attitudes in pre-calculus Algeba, Department of Mathematical Sciences, King Fahd University of petroleum &Minerals Dhahran, Saudi Arabia.

19- **Douglas, M., Kleiner S., (2008)**: A comparison of plyometric training techniques for improving vertical jump ability and energy production, journal of strength and conditioning research, NSCA. (6).

20- **Fu,Pei-Wen (2006):** The impact of skills training in traditional public speaking course and blended learning speaking course on

communication apprehension, A thesis for the degree master, California State University.

21- **Mash RJ, Marais D, Vander Walt S, Van Deventer I, Sten M, Lubadarios D, (2005)**: Assessment of the Quality of interaction in distance learning programmes utilizing the internet (Webect) or interactive television MedEue, (ITV)(11).

22- **Minloi, Dan, (2009):** Distance learning technology and Applications Artech House Noor Wood, London.

23- **Stemm, J.D., (2005)**: Effects of aquatic simulated and dry land Plyometric vertical jump height, microform publications, 1nt 1 institute for sport and human performance, university of Oregon.

24- **Warrier, B.S., (2006):** Bringing about a blend of E-learning and traditional methods, Article in an Online edition of India's National Newspaper, Monday, May 15.

25- **William J., Ryan, (2001):** Comparison of student performance and attitude in a lecture class student performance and attitude in telecourse and a Web-Based class.

ثالثاً: شبكة المعلومات الدولية:

26- **Http:**//www.fina.org

27- Http://www.Kfu.edu.sa/ar/colleges/education