

تأثير برنامج لالعب التمهيدية لتعلم بعض المهارات الاساسية في الكرة الطائرة

الباحثة / ياسمين نبوي على محمد

المقدمة :

لقد شهد العصر الحالى تقدماً علمياً ملموساً فى جميع نواحي الحياة المختلفة ومن بينها علوم التربية البدنية والرياضة، ويعتبر التقدم الرياضى دليل على ما تتمتع به الأمم من تقدم علمى، فكل دول العالم تتسابق فى النواحي العلمية والتكنولوجية للنهوض بمختلف المجالات، والتعليم هو الركيزة الأساسية للتقدم ومسايرة التطور الحضارى، حيث تسعى المؤسسات التعليمية إلى تحقيق الهدف والغاية من العملية التعليمية بدرجة عالية من الكفاءة والاتقان والاهتمام بالفرد المتعلم وحاجاته لتعمل على تنشئة الجيل الصاعد تنشئة قائمة على المبادئ والقيم والعادات والتقاليد واعداده لإفادة المجتمع للعمل على تقدمه وتطوره لمسايرة التغيرات والتعديلات والتطورات الراهنة، حيث تؤكد الدول المتقدمة على ضرورة مواكبة هذه التغيرات من أجل تنمية وتطوير شخصية الفرد ككل وتحقيق النمو المتكامل والشامل والمتزن له، ولذلك فقد جاء الوقت الذى يجب علينا أن نعمل على تعليم أبنائنا منذ الطفولة فى اطار التعليم العلمى المتطور.

ويمر التعليم فى مصر الآن بفترة متطورة تفرضها طبيعة العصر، مما يسئلتزم فيها تغيير أساليب التعليم وأهدافه، ووسائله فالتعليم فى العملية التعليمية اليوم يعتمد على الوظيفة النافعة، لما نتعلم بمعنى أن تتحول حقائق العلم إلى ممارسة وسلوك حياة. (٢١ : ٨)

تعتبر الألعاب التمهيدية عنصراً هاماً فى مجالي التعليم والتدريب فهي إلى جانب مميزاتها التربوية والتعليمية وإسهامها بقدر وافر فى الارتقاء بالقدرات الوظيفية لمختلف أجهزة الجسم ينظر إليها كأحد الوسائل الهامة التي تعطى الوحدة الدراسية روح المرح والسرور وإبعاد عنصر الضيق والملل في نفوس المتعلمين واللاعبين وتسهم في تحقيق أفضل مستوى في تعلم المهارات المختلفة. ومن خلال أنشطة الألعاب التمهيدية

المتنوعة يمكن لأي متعلم أن يحقق نجاحاً في النشاط الممارس مما يزيد من حماسة وميوله نحو الممارسة وبذلك يزداد مستواه البدني والمهاري.

وتضيف "الين وديع" (١٩٩٦) إلى أن الألعاب التمهيدية تسعى إلى تحقيق العديد من الأهداف التربوية نظراً لتميزها بالمواقف المتباينة والمتعددة عند استخدامها فمن ممارستها يتم إكتساب القدرات البدنية والإدراكية والمهارية بصورة مناسبة مع مراحل نموهم والفروق الفردية بينهم (٣ : ٣٩٥).

وتعتبر المهارات الاساسية في الكرة الطائرة العمود الفقري لها ويجب علي الطالب القيام بأدائها وإتقانها بصورة جيدة وكل مهارة من المهارات الأساسية وحدة متكاملة تتضمن مراحل أداء حركي خاص بها واستخدام اساليب حديثة في تعليم بعض المهارات وتجريبها يسهل تعليم المهارات بسرعة (٨ : ٢)

مشكلة البحث:

تعد الكرة الطائرة من الأنشطة الاساسية التي تدرس بمناهج المدارس الرياضية حيث يحتوي المنهج علي العديد من المهارات التي يجب ان يتقنها التلاميذ للوصول الي مستوي متميز ، فقد وجدت الباحثة من خلال قيامها بالتدريب لهذه الفئة من التلاميذ بالمدرسة الرياضية فقد لاحظت انخفاض في مستوي الاداء لبعض المهارات الاساسية والتي تعتبر الاساس الذي تعتمد عليه التلميذة في أداء المباريات فقد وجدت ان ادخال بعض الالعاب التمهيدية ضمن الجزء الرئيسي بالتدريس اثناء الحصة التدريبية قد يؤدي الي تحسين او ارتفاع مستوي الاداء المهاري كما تتميز به الالعاب التمهيدية والتي تسهم في تحقيق أفضل مستوي في تعلم المهارات المختلفة ويمكن لاي متعلم ان يحقق نجاحا في النشاط الممارس مما يزيد من حماسه وميوله نحو الممارسة وبالتالي يزداد مستواه المهاري والبدني.

هدف البحث:

يهدف البحث الي التعرف علي تأثير الالعاب التمهيدية في تعلم بعض المهارات الاساسية في الكرة

الطائرة

فروض البحث:

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية في تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة قيد البحث لصالح القياسات البعديّة.
- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة في تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة قيد البحث لصالح القياسات البعديّة.
- ٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات البعديّة للمجموعتين التجريبية والضابطة في تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية.

مصطلحات البحث:

الالعاب التمهيدية

هي العاب اكثر تنظيما من الالعاب الصغيرة كما تتشابه قوانينها مع العاب الفرق لحد كبير ، وهي تعتبر العاب فرق معدلة وتقوم على بعض القوانين المبسطة وتعمل على تعليم وتحسين المهارات الاساسية للنشاط الممارس.(٤ : ١٤٠)

المهارات الأساسية :

هي الحركات التي يتحتم على اللاعب أدائها في جميع المواقف التي تطلبها اللعبة بغرض الوصول الى افضل النتائج مع الاقتصاد في المجهود.(١٠ : ٢٣)

الدراسات المرجعية:

أجري مصطفى أحمد محمد (٢٠٢٠م)(١٧) دراسة بعنوان: فاعلية برنامج للألعاب التمهيدية على تنمية القدرات الحركية الخاصة ومستوى أداء بعض المهارات على جهاز العقله الهدف منها تصميم برنامج تعليمي مقترح باستخدام الألعاب التمهيدية وذلك للتعرف على تأثير البرنامج المقترح على مستوى بعض القدرات الحركية ومستوى الأداء المهارى للمهارات قيد البحث على جهاز العقله لطلاب الفرقة الأولى، المنهج

المستخدم: التجريبي، عينة البحث (١٠٠) طالب، أهم النتائج: البرنامج المقترح باستخدام الألعاب التمهيدية له تأثير إيجابي على تنمية القدرات الحركية الخاصة لدى عينة البحث، البرنامج المقترح باستخدام الألعاب التمهيدية له تأثير إيجابي على تنمية المهارات قيد البحث على جهاز العقلة لدى عينة البحث، البرنامج المقترح باستخدام الألعاب التمهيدية والذي تم تطبيقه على المجموعة التجريبية له تأثير إيجابي وفعال بصورة أكبر من البرنامج التقليدي والذي تم تطبيقه على المجموعة الضابطة في تنمية القدرات الحركية الخاصة وتعلم المهارات قيد البحث على جهاز العقلة. (١٧)

أجري نداء ياسر فرهود (٢٠٢٠) (١٩) دراسة بعنوان: التوافق النفسي والإنفعالي وعلاقته بدقة بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة الهدف منها: التعرف على مستوى التوافق النفسي والانفعالي لدى طلبة المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، التعرف على العلاقة بين التوافق النفسي والانفعالي ودقة أداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة منهج البحث: التجريبي عينة البحث: (٤٥) طالب أهم النتائج: إن مستوى العينة في المهارات الأساسية الثلاث هو متوسط، إن مستوى التوافق النفسي الشخصي الانفعالي الرياضي كان بمستوى جيد لعينة البحث، إن أي تحسن بمستوى التوافق النفسي الشخصي الانفعالي الرياضي يؤدي إلى تطور المستوى المهارى أو العكس. (١٩)

منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة متبعة القياس القبلي والبعدي لمناسبته لطبيعة هذه الدراسة.

ثانياً: مجتمع وعينة البحث:

يشتمل مجتمع وعينة البحث على طالبات تخصص الكرة الطائرة في المرحلة الإعدادية في المدرسة الرياضية (الصف الأول الإعدادي) بمحافظة الشرقية للعام الدراسي ٢٠٢٢/٢٠٢٣م وعددهم (٤٥) تلميذة تم اختيار العينة بالطريقة العمدية. ثم قامت الباحثة بسحب عدد (١٢) تلميذة عشوائياً كعينة إستطلاعية وذلك لإجراء المعاملات العلمية للأختبارات والمقاييس المستخدمة، تم إستبعاد عدد (٣) تلميذات بسبب عدم الإنتظام في الحضور، وبذلك تصبح عينة البحث الأساسية (٣٠) تلميذة، تم تقسيمهن عشوائياً إلى

مجموعتين متساويتين الأولى تجريبية والثانية ضابطة قوام كل منهن (١٥) تلميذة، وجدول (١) يوضح تصنيف مجتمع وعينة البحث.

جدول (١) تصنيف عينة البحث

مجتمع البحث		عينة البحث		المجموعة التجريبية		المجموعة الضابط		الدراسة الاستطلاع		المستبعدون	
العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة
٤٥	١٠٠	٤٢	٩٣.٣٣	١٥	٣٣.٣٣	١٥	٣.٣٣	١٢	٢٦.٦٧	٣	٦.٦٧

اعتدالية توزيع افراد عينة البحث:

قامت الباحثة بإجراء اعتدالية توزيع افراد عينة البحث الأساسية والاستطلاعية في بعض المتغيرات التي قد يكون لها تأثير على المتغير التجريبي مثل معدلات النمو (السن - الطول - الوزن)، وبعض المتغيرات البدنية والمهارات الأساسية في الكرة الطائرة قيد البحث والرضا الحركي، كما يوضحه جدول (٢).

جدول (٢)

التوصيف الاحصائي لمجتمع البحث في متغيرات السن - الطول - الوزن -

والمتغيرات البدنية والمهارية والرضا الحركي ن = ٤٢

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري الوسيط	معامل الالتواء
السن الطول الوزن	سنة	١٣.٣٤	٠.١٨	٠.٦٧
	سم	١٥٨.٠٩	١.٧٥	٠.١٥
	كجم	٥٧.٠٥	١.٣٩	٠.٩٧
السرعة القدرة العضلية للرجلين القدرة العضلية للذراعين الرشاقة المرونة التوافق الدقة	ثانية	٣.٩٦	٠.٤٣	١.١٢
	سم	٢٥.٧٦	٨.٤٦	٠.٦٢
	متر	٣.٠٩	٠.٤٣	٠.٢٨
	ث	١٧.٧٢	١.٣٣	٠.٩٢
	سم	٢٧.٧٦	٨.١٩	٠.٢٨
	ثانية	٨.٥٤	١.٥٦	٠.١٠
	درجة	٦.٠٧	١.٤٤	٠.١٥
التمرير من اعلي التمرير من اسفل الارسال من اسفل	عدد	٢٦.٩٣	١٢.٧٩	٠.٠٢
	عدد	١٦.٥٧	١٣.٦٣	٠.٣١
	درجة	١٣.١٤	٩.٣٣	٠.٠٥

يوضح جدول (٢) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الالتواء لعينة البحث في جميع المتغيرات (النمو - البدنية - المهارية) حيث يتضح أن قيم معاملات الالتواء تراوحت ما بين (-٠.٩٧، ١.١٢) أي إنها انحصرت ما بين (± 3) الأمر الذي يشير إلى إعتدالية توزيع العينة في جميع هذه المتغيرات

تكافؤ مجموعتي البحث:

قامت الباحثة بإجراء القياس القبلي على مجموعتي البحث التجريبية والضابطة حيث تم قياس الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث يوم ١٢/٢/٢٠٢٣م إلى ٢٦/٣/٢٠٢٣م طبقا للمواصفات وشروط الأداء الخاصة بكل اختبار مع توحيد القياسات والقائمين بعملية القياس ووقت القياس للمجموعتين، وذلك للتأكد من تكافؤ مجموعتي البحث في هذه القياسات ولتحقيق التكافؤ بين مجموعتي البحث، وجدول رقم (٣) يوضح تكافؤ المجموعتين:

جدول (٣)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في

المتغيرات البدنية والمهارية ن=١ ن=٢=١٥

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت)
		م	ع±	م	ع±	
السرعة	ثانية	٣.٩٢	٠.٤٣	٤.٠٢	٠.٤٢	٠.٦٢
القدرة العضلية للرجلين	سم	٢٥.٠٧	٨.٤١	٢٥.٤٠	٨.٦٢	٠.١٠
القدرة العضلية للذراعين	متر	٣.١٧	٠.٤٧	٣.٠٠	٠.٣٥	١.٠٩
الرشاقة	ثانية	١٧.٦٤	١.٢٦	١٧.٩٦	١.٣٩	٠.٦٤
المرونة	سم	٢٧.٧٣	٩.٣٨	٢٨.١٣	٦.٧٥	٠.١٣
التوافق	ثانية	٨.٦٣	١.٥٦	٨.٥٠	١.٥٤	٠.٢٢
الدقة	درجة	٥.٩٣	١.٥٨	٦.١٣	١.٥١	٠.٣٤
التمرير من اعلى	عدد	٢٧.٠٠	١٥.١٢	٢٧.٦٠	١١.٠٦	٠.١٢
التمرير من اسفل	عدد	١٦.٢٠	١٥.٠٣	١٥.٨٠	١٢.٣٤	٠.٠٨
الارسال من اسفل	درجة	١٢.٦٠	١٠.٧٨	١٢.٩٣	٨.٥٩	٠.٠٩

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٠٤٨

يتضح من جدول (٣) عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات النمو والقدرات العقلية والقدرات البدنية ومهارات الكرة الطائرة ، مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين في هذه المتغيرات.

رابعاً: أدوات ووسائل جمع البيانات:

- جهاز الرستاميتير Rstamitr لقياس الطول (بالسنتمتر) والوزن بالكيلوجرام وتم معايرة هذا الجهاز قبل وخلال استخدامه.
- كرات طائرة - قوائم طائرة وشبكة - شريط لاصق ملون - أقماع ملونة - كرات طبية زنة ٧٥٠ جم - ساعة إيقاف - شريط قياس - كرات طائرة. - شريط لاصق ملون - مسطرة خشبية مدرجة بالسنتمتر.

الاختبارات المستخدمة في البحث:

١ - الاختبارات البدنية: (مرفق ٣)

تم تحديد المتغيرات البدنية المرتبطة بمهارات الكرة الطائرة قيد البحث والاختبارات التي تقيسها من خلال الاطلاع على المراجع العلمية المتخصصة والدراسات المرجعية

محمد صبحي حسانين (٢٠٠٦م) (١٥)، محمد نصر الدين رضوان ومحمد حسن علاوى (٢٠٠٣م) (١٦)، وفاء محمد رضا (٢٠٠٥م) (٢٢) ، محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم أحمد (٢٠٠٣م) (١٤) وذلك بحصر جميع المتغيرات البدنية والاختبارات الخاصة بها وتم عرضها على السادة الخبراء (ملحق ١) لتحديد أهم المتغيرات البدنية والاختبارات التي تقيسها (مرفق ٣) وقد ارتضت الباحثة بنسبة (٧٠٪) فأكثر، وجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)

النسبة المئوية لأراء الخبراء لتحديد المتغيرات البدنية وأهم الاختبارات التي تقيسها ن = ١٠

م	المتغيرات البدنية	الاختبارات البدنية	عدد الموافقين	النسبة المئوية
١	السرعة	- العدو ٣٠ متر من البدء المنخفض.	٤	%٤٠
		- العدو ١٨ متر من البدء العالي.	١٠	%١٠٠
		- العدو ١٠ ثواني بالمسافة.	-	-
٢	القدرة العضلية للرجلين والذراعين	- دفع كرة طبية ٧٥٠ جم بيد واحدة.	١٠	%١٠٠
		- الوثب العريض من الثبات.	٤	%٤٠
		- الوثب العمودي من الثبات لسارجنت.	١٠	%١٠٠
٣	الرشاقة	- الجري المكوكي ٤ × ٣٠م.	١	%١٠
		- الجري الزجاجي بطريقة باور ٣ × ٤,٥م	١٠	%١٠٠
		- الجري الارتدادي ٤ × ١٠م.	٢	%٢٠
٤	المرونة	- ثني الجذع للأمام من الوقوف.	١٠	%١٠٠
		- ثني الجذع للأمام مع وضع الجلوس الطويل.	٢	%٢٠
		- دوران الجذع على الجانبين.	-	-
٥	التوافق	- رمى واستقبال الكرات على الحائط.	٥	%٥٠
		- الوثب فوق الدوائر المرقمة.	١٠	%١٠٠
		- اختبار نط الحبل.	٢	%٢٠
٦	الدقة	- التصويب على المربعات المتداخلة.	٦	%٦٠
		- التصويب على المستطيلات المتداخلة.	١٠	%١٠٠
		- التصويب على الدوائر المتداخلة.	-	-

يتضح من جدول (٤) أن النسبة المئوية لأراء الخبراء في المتغيرات البدنية المرتبطة بمهارات الكرة الطائرة قيد البحث انحصرت ما بين (١٠٪ - ١٠٠٪)، وفي ضوء ذلك تم قبول الاختبارات البدنية التالية، كما يوضحها جدول (٥).

جدول (٥)

نتائج أهم الاختبارات البدنية المستخدمة طبقاً لرأى السادة الخبراء

المتغيرات البدنية	الاختبارات البدنية المرشحة	وحدة القياس
السرعة	- العدو ١٨ متر من البدء العالي.	ثانية
القدرة العضلية للرجلين	- الوثب العمودي من الثبات لسارجنت.	سم
القدرة العضلية للذراعين	- دفع كرة طبية ٧٥٠ جم بيد واحدة.	متر

الرشاقة	- الجرى الزجراجى بطريقة باور ٣ x ٤,٥ م.	ثانية
المرونة	- ثني الجذع للأمام من الوقوف.	سم
التوافق	- الوثب فوق الدوائر المرقمة.	ثانية
الدقة	- التصويب على المستطيلات المتداخلة.	درجة

يتضح من جدول (٥) نتائج أهم المتغيرات البدنية والاختبارات التي تقيسها بناء على رأى السادة الخبراء.

٢ - اختبارات مهارات الكرة الطائرة: (ملحق ٢)

تم اختيار مهارات الكرة الطائرة المقررة على تلميذات الصف الاول الإعدادى طبقا لمنهج دليل المعلم والذي يتناسب مع المرحلة السنية قيد البحث ووضع لها اختبارات مهارية وعرضها على السادة الخبراء (ملحق ١)، وقد ارتضت الباحثة باختيار الاختبارات المهارية التي حصلت على نسبة (٧٠%) فأكثر بناء على استطلاع آراء الخبراء وهي:

• التمرير من أعلى ولأمام.

• التمرير من أسفل بالساعدين.

• دقة الإرسال الأمامي المواجه من أسفل.

المعاملات العلمية للمتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث:

أولاً: الصدق:

لحساب معامل الصدق استخدمت الباحثة طريقة صدق المقارنة الطرفية حيث قام بترتيب درجات أفراد عينة البحث ترتيباً تنازلياً وتم تقسيمها إلى أرباعيات وتمت المقارنة بين الربع الأعلى والربع الأدنى كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (٦)

معامل الصدق للاختبارات البدنية والمهارية ن=٢=٣

الاختبارات البدنية والمهارية	الربيع الأعلى		الربيع الأدنى		اختبار مان ويتني	
	متوسط الرتبة	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	U	Z
اختبار السرعة	٢.٠٠	٦.٠٠	٥.٠٠	١٥.٠٠	٠.٠٠	١.٩٦
اختبار القدرة العضلية للرجلين	٥.٠٠	١٥.٠٠	٢.٠٠	٦.٠٠	٠.٠٠	١.٩٦
اختبار القدرة العضلية للذراعين	٥.٠٠	١٥.٠٠	٢.٠٠	٦.٠٠	٠.٠٠	١.٩٦
اختبار الرشاقة	٥.٠٠	١٥.٠٠	٢.٠٠	٦.٠٠	٠.٠٠	١.٩٦
اختبار المرونة	٥.٠٠	١٥.٠٠	٢.٠٠	٦.٠٠	٠.٠٠	١.٩٦
اختبار التوافق	٣.٣٣	١٠.٠٠	٣.٦٧	١١.٠٠	٤.٠٠	٠.٢٢
اختبار الدقة	٥.٠٠	١٥.٠٠	٢.٠٠	٦.٠٠	٠.٠٠	٢.٠٢
اختبار تكرار التمرير علي الحائط	٥.٠٠	١٥.٠٠	٢.٠٠	٦.٠٠	٠.٠٠	١.٩٩
اختبار التمرير من اسفل بالذراعين	٥.٠٠	١٥.٠٠	٢.٠٠	٦.٠٠	٠.٠٠	١.٩٩
اختبار الارسال من اعلي او من اسفل	٥.٠٠	١٥.٠٠	٢.٠٠	٦.٠٠	٠.٠٠	١.٩٦

يتضح من جدول (٦) ان الفروق بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى للاختبارات البدنية والمهارية دالة احصائياً ($P < 0.05$) مما يعني أن الاختبارات صادقة وتميز بين المستويات المختلفة.

ثانياً: ثبات الاختبارات:

تم حساب معامل الثبات باستخدام طريقة تطبيق الإختبار ثم إعادة تطبيقه مرة أخرى، وذلك عن طريق تطبيق الإختبارات البدنية والمهارية على العينة الاستطلاعية، ثم إعادة التطبيق على نفس العينة بفواصل زمني قدره (٣) أيام بالنسبة للإختبارات البدنية والمهارية، وذلك في الفترة من -٢٠٢٣/٢/١٢ وحتى ٢٠٢٣/٢/١٥م، وتم حساب معامل الارتباط بين نتائج التطبيقين الأول والثاني، وجدول (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧)

معامل الثبات للاختبارات البدنية والمهارية ن = ١٢

معامل ارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة قياس	الاختبارات
	ع	س	ع	س		
*٠.٩٨	٠.٤٤	٣.٩٠	٠.٤٧	٣.٩٤	ثانية	اختبار السرعة
*٠.٩٧	١.٥٣	٢٨.٥٠	١.٩٠	٢٧.٠٨	سم	اختبار القدرة العضلية للرجلين
*٠.٩٨	٠.٤٨	٣.١٧	٠.٤٩	٣.١٠	متر	اختبار القدرة العضلية للذراعين
*٠.٩٣	١.٤٥	١٧.٣٢	١.٤٠	١٧.٥٣	ث	اختبار الرشاقة
*٠.٩٩	١.٦٧	٢٧.٦٧	١.٩٢	٢٧.٣٣	سم	اختبار المرونة
*٠.٩١	٢.٠٦	٨.١٨	١.٧٠	٨.٤٦	ثانية	اختبار التوافق
*٠.٨٧	١.٠٨	٦.٤٢	١.٢٧	٦.١٧	درجة	اختبار الدقة
*٠.٩٨	١٢.٠٨	٢٦.٦٧	١٢.٦٨	٢٦.٠٠	عدد	اختبار تكرار التمرير على الحائط
*٠.٩٩	١٤.٢٠	١٩.٠٨	١٤.٧٥	١٨.٠٠	عدد	اختبار التمرير من اسفل بالذراعين
*٠.٩٨	٨.١١	١٥.١٧	٩.٠٢	١٤.٠٨	درجة	اختبار الارسال من اعلى او من اسفل

* قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٥٧٦

يتضح من جدول (٧) أن معاملات الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق لاختبارات البدنية والمهارية تراوحت بين (٠.٨٧، ٠.٩٩) مما يدل على أن الاختبارات ذات معاملات ثبات عالية حيث أن قيمة (ر) المحسوبة أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى ٠.٠٥.

سابعاً: برنامج الألعاب التمهيدية:

• أسس وضع البرنامج:

- ملائمة محتوى البرنامج لمستوى وقدرات أفراد عينة البحث.
- توافر الإمكانيات والأدوات المستخدمة في البرنامج.
- أن يراعى البرنامج خصائص النمو لهذه المرحلة.
- أن يتناسب محتوى البرنامج مع أهدافه.
- أن يتحدى محتوى البرنامج قدرات التلميذات بما يسمح بإستثارة دوافعهم.
- أن يتميز البرنامج بالبساطة والتنوع.
- مرونة البرنامج وقبوله للتطبيق العملى.

- التدرج من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب.
 - أن يراعى الفروق الفردية بين التلميذات.
 - يكسب التلميذات المعارف المرتبطة بتعلم مهارات كرة الطائرة قيد البحث.
 - يراعى عوامل الأمن والسلامة عند التطبيق.
 - أن يتيح البرنامج فرصة للاشتراك والممارسة لكل التلميذات فى وقت واحد.
 - يساعد فى تقييم مستوى التلميذات وتعديل أخطائهن.
- الإطار العام لتنفيذ البرنامج: مرفق (٥)

تم تحديد الإطار العام لتنفيذ البرنامج ، وذلك بعد الإطلاع على المراجع والدراسات السابقة، وكذلك بعد العرض على الخبراء كما يوضحها جدول رقم (٨).

- ١- تم تنفيذ البرنامج التعليمى على تلميذات الصف الاول الاعدادى
- ٢- عدد الأسابيع الخاصة بتطبيق المحتوى التعليمى بلغ (٦) أسابيع.
- ٣- تم تحديد عدد الوحدات التعليمية خلال الأسبوع بواقع (١) وحدة تعليمية.
- ٤- زمن الوحدة التعليمية الإجمالى للمجموعتين التجريبية والضابطة بلغ (٩٠) دقيقة.
- ٥- تقوم الباحثة بمتابعة المجموعة التجريبية والضابطة والتوجيه والإشراف عليها خلال التطبيق العملى للوحدات التعليمية قيد البحث.

جدول (٨)

نتائج إستطلاع رأى الخبراء حول تحديد الفترة الزمنية لأجزاء
البرنامج والنسبة المئوية لتحديد التوزيع الزمنى للبرنامج

المحتويات	رأى الخبراء	النسبة المئوية
عدد الأسابيع لتنفيذ البرنامج	٦ أسابيع	٩٠%
عدد الوحدات التعليمية خلال الأسبوع	١ اسبوعيا	٨٠%
زمن الوحدة التعليمية	٩٠ دقيقة	٩٠%

يتضح من جدول (٨) قبول نسبة مئوية قدرها (٨٠%) فأكثر من آراء الخبراء فى التوزيع الزمنى للبرنامج.

• **التوزيع الزمني لأجزاء الوحدة التعليمية:**

تم تحديد التوزيع الزمني لأجزاء الوحدة التعليمية في ضوء الهدف العام والأهداف السلوكية المحددة.

- أعمال 0 إدارية (3) دقائق.

- تدريس نفس الجزء الخاص بالأحماء لمجموعتي البحث ومدته (5) دقائق.

- تدريس نفس الجزء الخاص بالإعداد البدني لمجموعتي البحث ومدته (10) دقائق.

- تدريس الجزء التعليمي للمجموعة التجريبية باستخدام الألعاب التمهيدية لمدة (70) دقيقة.

- تدريس نفس الجزء الختامي لمجموعتي البحث ومدته (2) دقائق.

- الزمن الكلي للبرنامج التعليمي هو (90) ق × 1 درس × 6 أسابيع = 540 ق.

- الزمن الكلي للجزء التعليمي هو (70) ق × 1 درس × 6 أسابيع = 420 ق.

- مدة تطبيق الوحدات التعليمية (6) اسابيع.

- عدد الوحدات التعليمية في الأسبوع (1) وحدة تعليمية.

- زمن الوحدة التعليمية (90) ق.

• **محتوى البرنامج التعليمي:**

تحدد محتوى البرنامج التعليمي بناء على هدف البحث في بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة

(التمرير من أسفل بالساعدين معا - التمرير من أعلى - الإرسال من أسفل مواجهه)

• **أساليب التقويم المستخدمة:**

أ- **التقويم المبدئي أو التمهيدى:**

يتم قبل البدء في تنفيذ الوحدات التعليمية الخاصة بتعلم مهارات الكرة الطائرة قيد البحث، ويعطى معلومات

مهمة عن تحديد مستوى التعلم والنقطة التي تبدأ منها التلميذة، ويتم ذلك من خلال التطبيق القبلي لأدوات

القياس التالية:

- إختبارات المهارات الأساسية في كرة الطائرة قيد البحث.

ب- **التقويم الختامي أو النهائى:**

يتم هذا النوع في نهاية التفاعل مع البرنامج التعليمي، للوقوف على ما تم تحقيقه من أهداف، وقد تم ذلك التقويم من خلال تطبيق أدوات القياس لتقرير مدى تحصيل التلميذات كما يلي:

- إختبارات المهارات الأساسية في كرة الطائرة قيد البحث.
رابعاً: الدراسة الأساسية:

تم تطبيق كافة القياسات المهارية على أفراد عينة البحث الأساسية وعددهم (١٥) تلميذة في الفترة من ٢٠٢٣/٢/١٢م إلى ٢٠٢٣/٣/٢٦م.

خامساً: المعالجات الإحصائية:

استخدمت الباحثة المعالجات الإحصائية التالية باستخدام الحاسب الآلي للبرنامج الإحصائي SPSS وتم حساب:

- المتوسط الحسابي. - الوسيط. - الانحراف المعياري.

- معامل الالتواء. - معامل الارتباط البسيط. - النسبة المئوية.

عرض ومناقشة النتائج:

أولاً: عرض النتائج:

جدول (٩)

دلالة الفروق بين القياسات القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

ن = ١٥

في الإختبارات المهارية

الاختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت)
		م	ع±	م	ع±	
اختبار تكرار التمرير علي الحائط	عدد	٢٧.٠٠	١٥.١٢	٧٢.٨٠	١٤.٤١	*٨.٢٠
اختبار التمرير من اسفل بالذراعين	عدد	١٦.٢٠	١٥.٠٣	٦٦.٤٠	١٣.٨٣	*٩.٢٠
اختبار الارسال من اعلي او من اسفل	درجة	١٢.٦٠	١٠.٧٨	٥٨.٢٠	٧.٤٠	*١٣.٠٥

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.١٤٥

يتضح من جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية في الاختبارات المهارية ، ولصالح القياس البعدي .
الفرق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الاختبارات المهارية

جدول (١٠)

دلالة الفروق بين القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة

ن = ١٥

في الاختبارات المهارية

الاختبارات	وحدة القياس	قياس القبلي		قياس البعدي		قيمة (ت)
		ع	س	ع	س	
نتبار تكرار التمير علي الحانط	دد	٢٧.٦	١١.٠	٤٦.٢	٥.١	*٥.٧
نتبار التمير من اسفل بالذراعين	دد	١٥.٨	١٢.٣	٣٧.٦	٢.٧	*٦.٤
نتبار الارسال من اعلي او من اسفل	درجة	١٢.٩	٨.٥	٣٧.٠	٢.٦	*١٠.٠

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.١٤٥

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة في الاختبارات المهارية، ولصالح القياس البعدي .

جدول (١١)

دلالة الفروق بين القياسات البعديّة للمجموعة التجريبية والضابطة

ن = ١ = ٢ = ١٥

في الاختبارات المهارية

الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت)
		ع	س	ع	س	
اختبار تكرار التمير علي الحانط	عدد	٧٢.٨٠	١٤.٤١	٤٦.٢٠	٥.١٧	*٦.٥٠
اختبار التمير من اسفل بالذراعين	عدد	٦٦.٤٠	١٣.٨٣	٣٧.٦٠	٢.٧٥	*٧.٦٤
اختبار الارسال من اعلي او من اسفل	درجة	٥٨.٢٠	٧.٤٠	٣٧.٠٧	٢.٦٣	*١٠.٠٧

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٠٤٨

يتضح من جدول (١١) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسات البعدية للمجموعة التجريبية والضابطة في الاختبارات المهارية ، ولصالح المجموعة التجريبية.

مناقشة النتائج

مناقشة نتائج الفرض الأول:

يتضح من جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في الاختبارات المهارية قيد البحث لصالح القياسات البعدية لتلميذات الصف الأول الإعدادي حيث إشار النتائج إلى ما يلي:

وتعزى الباحثة هذه الفروق إلى البرنامج التعليمي المعد والمستخدم لتعليم المهارات الأساسية لكرة الطائرة باستخدام الألعاب التمهيدية والذي خضعت له المجموعة التجريبية، حيث أن البرنامج المعد يستخدم أكثر من وسيط في التعليم.

يلعب هذا النوع من الألعاب التمهيدية دوراً هاماً في إخراج الدرس من صورته الجامدة الروتينية إلى درس مملوء بالسرور والتشويق والمنافسة بين التلاميذ مما يسهم في إقبالهم عليه وإظهار مهاراتهم وقدراتهم فهي تساعد على عدم الشعور بالملل أو السأم مما يجعل الدافع للممارسة كبيراً .

وتتفق نتائج هذا البحث مع نتائج بعض الدراسات المراجعة لكل من مصطفى أحمد محمد (٢٠٢٠م) (١٧) ، سمر سمير عبدالله (٢٠٢٠م) (١١) ، نداء ياسر فرهود وآخرون (٢٠٢٠م) (١٩) والتي أسفرت نتائجها على أن استخدام الألعاب التمهيدية يؤثر تأثيراً إيجابياً على القدرات الحركية وتعلم بعض مهارات الأساسية

وبذلك يتحقق الفرض الأول والذي ينص على " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة قيد البحث لصالح القياسات البعدية.

"

مناقشة نتائج الفرض الثاني:

ويتضح من جدول (١٠) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات البعدية للمجموعة الضابطة ولصالح القياس البعدي في إختبارات مستوى أداء بعض المهارات الأساسية كرة الطائرة لتلميذات الصف الاول الإعدادى

١ وترجع الباحثة معدل التغير الحادث في مستوى الأداء المهارى في الطريقة المتبعة المعتمد على الطريقة التقليدية للشرح النظرى وأداء نموذج المهارة إلى أن المدرس هو الذى يتخذ جميع القرارات على مدار الوحدة التدريبية وأن دور التلميذ هو الأداء حسب النموذج الذى يقدمه المدرس ، بالإضافة إلى أن الطريقة التقليدية هى الطريقة الأساسية المتبعة في معظم المدارس والتي تعتمد على الشرح وإعطاء نموذج للأداء وذلك وذلك لقلّة الإمكانيات المتاحة بالمدراس وهذا ساعد على حد حدوث التقدم في القياس البعدي مقارنة بالقياس القبلى في المهارات الاساسية .

ويتفق ذلك مع نتائج دراسة كلا من حسين محمد أرفيق (٢٠١٣)(٧) ، تامر محمود السعيد (٢٠١٦)(٥)، جيهان محمد فؤاد (٢٠١٦م)(٦) ، أحمد إبراهيم عبد الرحمن(٢٠٢٠) (١) حيث أن الألعاب التمهيدية لها تأثير اكثر إيجابية من الطريقة التقليدية في تعلم بعض المهارات الاساسية.

وبذلك يتحقق الفرض الثاني والذي ينص على " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلى والبعدية للمجموعة الضابطة في تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة قيد البحث لصالح القياسات البعدية.

مناقشة نتائج الفرض الثالث:

ويتضح من جدول (١١) وجود فروق داله إحصائية بين متوسطات القياسات البعدية لتلميذات الصف الاول الإعدادى حيث أشارت النتائج إلى ما يلي:

وترى الباحثة أن البرنامج التعليمى المعد باستخدام الالعب التمهيدية ساهم واثر بصورة إيجابية وملحوظة على مستوى الأداء المهارى لأفراد المجموعة التجريبية بعكس أسلوب الشرح والنموذج التقليدى والذى أستخدمت أفراد المجموعة الضابطة.

وتعزى الباحثة هذا التفوق للمجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة أن البرنامج التعليمي المعد أوجد بيئة تعليمية جيدة من خلال الشرح المبسط للمهارة عن طريق الالعب التمهيدية مما أدى استعابهم للجانب المهارى لمستوى الأداء الفنى للمهارات قيد البحث، بينما الأسلوب التقليدى لا يراعى الفروق الفردية بين التلاميذ.

كما يتفق نتائج البحث مع نتائج دراسات لكلا من غدير إدريس (٢٠٢١م) (١٢) ، رنا محمد أحمد متولي (٢٠١٩)(٩) ، نهاد عبدالرحيم (٢٠٢١)(٢٠) ، حسين محمد ارقيق(٢٠١٣)(٧)، ا أحمد المغاوري رمضان(٢٠١٧) (٢)

وبذلك يتحقق الفرض الثالث والذي ينص على "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات المهارية لصالح المجموعة التجريبية"

الإستنتاجات والتوصيات

أولاً: الإستنتاجات:

- يوجد فروق داله إحصائية بين متوسطات القياسات القبليية والبعدية للمجموعة التجريبية في تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لصالح القياس البعدى، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة في الإختبار التمرير من أسفل بالساعدين (٩.٢٠) إختبار التمرير من أعلى وللأمام على الحائط (٨,٢٠)، إختبار الإرسال من أسفل مواجهة (١٣.٠٥) ، وهى قيم أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) درجات (٢.١٤٥).
- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليية والبعدية للمجموعة الضابطة في تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لصالح القياس البعدى حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة في إختبار مهارة التمرير من أعلى بالساعدين (٦.٤٥)، إختبار التمرير من أعلى وللأمام (٥.٧٠)، إختبار الإرسال من أسفل مواجهة (١٠.٠٥)، وهى قيم أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) (٢.١٤٥).

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لصالح المجموعة التجريبية حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة في إختبار مهارة التمير من أسفل بالساعدين (٧,٦٤)، وإختبار التمير من أعلى ولأمام (٦.٥٠)، إختبار الإرسال من أسفل مواجهه (١٠.٠٧)، وهى قيمة اكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) (٢,٠٤٨).

التوصيات:

- ضرورة تطبيق البرنامج التعليمى المقترح بإستخدام الالعاب التمهيدية و تعلم بعض المهارات الاساسية في الكرة الطائرة للصف الاول الاعدادي لمتابعة الفروق الفردية بين المتعلمين.
- إستخدام برنامج تعليمي للألعاب التمهيدية ضمن محتوى المنهج المقرر للتربية الرياضية على تلميذات الصف الاول الإعدادى.
- التنوع في إستخدام الالعاب التمهيدية وذلك بإستخدام ألعاب مختلفة و ابتكار العاب جديدة تساعد في تعلم المهارات الاساسية

• أولا المراجع العربية:

١. أحمد إبراهيم عبدالرحمن (٢٠٢٠): فاعلية برنامج للألعاب التمهيدية على مستوى أداء مهارة الكلين والنتر وبعض القدرات الحركية الخاصة في رياضة رفع الأثقال، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة حلوان - كلية التربية الرياضية للبنين، مجلد (٨٨)، صفحات (١-١٩).
٢. أحمد المغاوري رمضان (٢٠١٧): فاعلية برنامج مقترح باستخدام الألعاب الصغيرة التمهيدية لتعليم وإكساب الأداء المهاري وتحسين بعض القدرات البدنية لبراعم الكرة الطائرة تحت ٩ سنوات، مجلة بحوث التربية الشاملة، جامعة الزقازيق - كلية التربية الرياضية للبنات، مجلد (٢) صفحات (٩١-١٠٧) .
٣. إلين وديع فرج: خبرات في الألعاب للصغار، منشأة المعارف، الإسكندرية: ١٩٩٦م.

٤. أمين انور الخولى، جمال الدين الشافعى (٢٠٠٩) : العاب صغيرة . العاب كبيرة (الاطار المفاهيمي والتعليمي للاعب) ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
٥. تامر محمود السعيد (٢٠١٦): تأثير استخدام الألعاب التمهيدية على تعلم بعض المهارات الهجومية لبراعم كرة اليد باستاذ المنصورة المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة، مجلد (٢٦)، صفحات (٢٠٥-٢٢٧).
٦. جيهان محمد فؤاد (٢٠١٦م): فاعلية استخدام أنشطة الذكاءات المتعددة على تعلم مهارتى التمرير من أعلى والتمرير من أسفل وتنمية بعض المهارات النفسية لطالبات كلية التربية الرياضية بنات، إنتاج علمى.
٧. حسين محمد أرفيق (٢٠١٣): برنامج تعليمي باستخدام الألعاب التمهيدية في درس التربية الرياضية وأثره على تعلم بعض مهارات كرة القدم للتلاميذ المعاقين ذهنيا القابلين للتعلم.مجلة جامعة بنغازي العلمية، س٢٦، ع٣، ٤٤-٢٢.
٨. ديار رمضان حسين، طيب جمعة نبي وآخرون (٢٠٢٠): أثر استخدام الألعاب التمهيدية في تعليم مهارة التمرير من أعلى في الكرة الطائرة، مجلة أبحاث الكلية التربوية الأساسية ، مجلد ١٦، العدد ٢.
٩. رنا محمد أحمد (٢٠١٩): تأثير استخدام أسلوب التعلم التعاوني باستخدام الهاتف اللوحي على التحصيل المعرفي وتعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة بدرس التربية الرياضية.المجلة العلمية للبحوث والدراسات في التربية الرياضية، ع٣٧، ٥٠٩ - ٥٣١.
١٠. زكى محمد محمد (٢٠١٢م): الكرة الطائرة تنمية وتطوير المهارات الحركية الفنية مجموعة من التدريبات المهارية والخطوية المركبة، دار الكتاب الحديثة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية.
١١. سمر سمير عبدالله (٢٠٢٠م): تأثير برنامج تعليمي باستخدام الألعاب التمهيدية على القدرات الحركية وتعلم بعض مهارات الجمباز والقيم الثقافية لأطفال ما قبل المدرسة، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة حلوان - كلية التربية الرياضية للبنين، المجلد (٨٩) ، الصفحات (٧٢-١) .

١٢. غدير إدريس ، أحمد أمين محمد، العكور، ونزار محمد خير فالح ، الويسي(٢٠٢١): أثر استراتيجية التدريس التعاوني في تطوير بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة(رسالة ماجستير غير منشورة).جامعة اليرموك، إربد. مج٢٣، ٢٣ - ١
١٣. محمد صبحي حسانين (١٩٩٦م): القياس والتقويم فى التربية البدنية والرياضة، ج٢، ط٣، دار الفكر العربى، القاهرة.
١٤. محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم أحمد (٢٠٠٣م): الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس، ط٢، دار روز اليوسف، القاهرة.
١٥. محمد صبحي حسانين (٢٠٠٦م): فاعلية برنامج معد وفق نموذج أبعاد التعلم فى تدريس الفيزياء فى اكتساب المفاهيم والتفكير المركب (التفكير الناقد، التفكير الإبداعى) والاتجاه نحو تعلم الفيزياء لدى طلاب الصف الأول الثانوي، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة المنيا، مصر.
١٦. محمد نصر الدين رضوان ومحمد حسن علاوى (٢٠٠٣م): اختبارات الأداء الحركي، دار النشر العربي، القاهرة.
١٧. مصطفى أحمد محمد (٢٠٢٠): فاعلية برنامج للألعاب التمهيدية على تنمية القدرات الحركية الخاصة ومستوى أداء بعض المهارات على جهاز العقله.المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة.
١٨. مني يوسف إبراهيم (٢٠٢١): القدرات البدنية والأداءات الهجومية فى كرة اليد وعلاقتها بالرضا الحركي، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعة الزقازيق.
١٩. نداء ياسر فرهود، و حسين حمزة جواد (٢٠٢٠): التوافق النفسي والإنفعالي وعلاقته بدقة بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة،مجلة علوم التربية الرياضية، مج١٣، ع٣، ١٣٥ - ١٤٦.
٢٠. نهاد عبدالرحيم أبو المجد(٢٠٢١):تأثير استخدام استراتيجيةالبيكسو Jigsaw للتعلم التعاوني على مخرجات تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، ع٥٩٤، ج٢، ٤٥٦ - ٤٨٧.

٢١. هويدا محمد الاتربى (١٩٩٤م): التربية الصحية فى مرحلة التعليم الاساسى بين الواقع والممكن، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية جامعة طنطا.
٢٢. وفاء محمد رضا (٢٠٠٥م): فاعلية استخدام بعض أساليب التعليم على مستوى الأداء المهارى والمعرفى فى الكرة الطائرة لتلميذات المرحلة الثانوية، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة، جامعة حلوان