

## دور عادات العقل في انتقال أثر التعلم لمهارة التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد على تعلم مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق

أ.م.د./ محمود أحمد الدسوقي (\*)

د./ منار محمود عبد السلام شعبان (\*\*)

### مقدمة ومشكلة البحث:

يعد مساعدة المتعلمين على بناء منظومة متكاملة من المعرفة تمكنهم من إدراك العلاقات بين (الخبرات والمعارف) وتوظيفها في المواقف العملية من أهم أهداف عملية التعليم، فقد أكد التربويون على ضرورة توظيف (التعلم السابق) في تحقيق (التعلم الجديد) لدى المتعلمين. وفي المجال الرياضي - نظرا للتشابه بين بعض المهارات - من حيث المسار الحركي، فقد تم استخدام "انتقال أثر التعلم" لتعلم مهارة يتطابق (جزء من مسارها الحركي) لتعلم مهارة أخرى، وتعددت أنواعه: فهناك (الانتقال القريب أو البعيد) أو (الانتقال الايجابي أو السلبي أو الصفري) أو (الانتقال العمودي أو الأفقي) وتستخدم كل هذه الأنواع بحيث يتمكن المتعلم بالاستفادة بما اكتسبه في (مواقف تعليمية سابقة) إلى (مواقف تعليمية جديدة)، بطريقة توفر الوقت والجهد وتسهل عملية التعلم.

(٣٦ : ٥٢٤ - ٥٢٦)، (٧١ : ٥ - ١٨)، (٧٨ : ٢٣ - ٢٦)، (٧٩ : ٢ - ٥)،

(٨٠ : ١ - ١٤)، (٨٣ : ٧ - ١١).

وأكد العلماء والباحثون في نهاية القرن العشرين على ضرورة تطوير عدد من الاستراتيجيات التي تنمي التفكير بأبعاده المختلفة، سميت بعد ذلك مواقف العادات العقلية أو نظرية العقل، وهي مجموعة من المهارات والقيم التي تمكن الفرد من بناء تفضيله للأداء أو السلوكيات الذكية القائمة

(\*) أستاذ مساعد بقسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية - كلية التربية الرياضية - جامعة دمياط.

(\*\*) مدرس بقسم الألعاب - كلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الزقازيق.

على المحفزات التي يتعرض لها بحيث يقوده إلى اختيار عملية عقلية أو أداء سلوك من مجموعة الخيارات المتاحة له لمواجهة مشكلة. (٢١ : ٢٣٤)

وتعددت مفاهيم العادات العقلية بتعدد وجهات النظر، حيث يعتقد الاتجاه الأول أن العادات العقلية هي نمط من السلوك الذكي الذي يقود المتعلم إلى أفعال تتشكل نتيجة استجابة الفرد لأنماط معينة من المشكلات، بشرط أن تحتاج حلول تلك المشكلات إلى التفكير والتأمل، بينما يرى الاتجاه الثاني أنه مزيج يتضمن اتخاذ خيارات حول أنماط العمليات العقلية التي يجب استخدامها في وقت معين، عند مواجهة مشكلة معينة، والتي تتطلب مستوى عال من المهارات لاستخدام العمليات العقلية بشكل فعال وتنفيذها والمحافظة عليها، أما الاتجاه الثالث فهو الموقف الذي يتخذه الفرد بناءً على مبدأ معين، حيث أن تطبيقه أكثر فائدة من الأنماط الأخرى، وهذا يتطلب مستوى من المهارة في تطبيق السلوك بشكل فعال والمداومه عليه.

(١٩ : ٣٣)، (٢٢ : ١٢)، (٧٣ : ٧٠)، (٧٥ : ٣٢٠)، (٧٦ : ١٥)

فهناك حاجة إلى الإبتعاد عن العقلية التقليدية التي تركز على الجوانب العقلية للإنجاز فقط إلى عقلية أخرى متطورة، والتي تمكن الطلاب من امتلاك نوع من العادات الذهنية ليعيشوا حياة منتجة وذاتية، وممارسة التفكير لحل مشاكلهم بأبسط وأسرع طريقة. (٨١ : ٨٣)

وتعد عادات العقل داعمة أيضاً للطلاب في أنشطة حياتهم، من أجل استخدام العمليات العقلية العليا بشكل مستمر؛ كما أنه يعتبر من التحديات التعليمية التي تطرحها التطورات التكنولوجية المتلاحقة في إعداد طلاب لديهم المثابرة في حل المشكلات، والتعامل بإبداع ومرونة مع المواقف، وإتاحة مرونة البحث للإجابة على المحفزات التي يجهلها، بالإضافة إلى التفكير المتبادل والاستعداد للتعلم المستمر. (١ : ٢٠)، (٥٢ : ٦٥)، (٧٤ : ٣٥)

وتعتبر الكرة الطائرة من الرياضات ذات الشعبية الكبيرة، وتلعب في ملعب بين فريقين، يتكون كل منهما من ستة لاعبين، وقد أدرجت لأول مرة في الألعاب الأولمبية للرجال والسيدات في (دورة طوكيو عام ١٩٦٤) وتوجد نسخة أخرى هي (الكرة الطائرة الشاطئية) وقد أدرجت في (دور

أطلانطا عام ١٩٩٦)، ويشرف عليها الاتحاد الدولي للكرة الطائرة (*FIVB*) وتقام لها العديد من البطولات المحلية والعالمية. (٨٤)

كما تعتبر كرة اليد من الرياضات الجماعية ذات الشعبية الكبيرة أيضا ذات الإيقاع السريع، وتلعب في ملعب بين فريقين، يتكون كل منهما من ستة لاعبين بالإضافة إلى حارس مرمى، وقد أدرجت لأول مرة في الألعاب الأولمبية في الميدان (دورة برلين عام ١٩٣٦) ثم أدرجت للرجال في الصالات في (دورة ميونخ عام ١٩٧٢) ثم أدرجت للسيدات في الصالات في (دورة مونتريال عام ١٩٧٦)، وتوجد نسخة أخرى هي (كرة اليد الشاطئية) إلا أنها لم تدرج حتى الآن في الدورات الأولمبية، ويشرف عليها الاتحاد الدولي لكرة اليد (*IHF*) وتقام لها العديد من البطولات المحلية والعالمية. (٨٥)

ويشير الباحثان أنه تتشابه كلاً من الكرة الطائرة وكرة اليد في أنهما يتكونان من فريق يؤدون حركات بنائية أساسية (المشي، الخطو، الجري، الوثب، الدفع) بالإضافة إلى (البدء، التوقف، التحرك للجانب وللخلف، الجري مع تغيير الاتجاه والسرعة، الخداع بالجسم) بهدف إحراز الأهداف أو النقاط، والفريق الذي يحرز أكبر عدد من الأهداف يفوز بالمباراة.

ويتشابه الأداء في وجود مهارتي (حائط الصد والضرب الساحق) في الكرة الطائرة مع مهارة (التصويب الكرابجي بالوثب عالياً) اللتان تعتمدان على الوثب العمودي من ارتفاع أعلى مستوى الرأس للإستفادة من حركة الوثب عالياً كمحاولة: إما لتخطي ارتفاع الشبكة في الكرة الطائرة، أو التصويب من فوق المدافعين في كرة اليد، وتتشابه أيضا مهارتي (التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد) و(الضرب الساحق في الكرة الطائرة) في مراحل الأداء الفني: (مرحلة الإقتراب - مرحلة الإرتقاء - مرحلة الطيران مع أداء الواجب الحركي - مرحلة الهبوط). (٢٠)، (٤٦)، (٥١)، (٦٢)، (٦٩)؛ (٢)، (٥)، (٣٣)، (٣٧)، (٥٥)، (٥٧).

ومن خلال الإطلاع على العديد من نتائج الدراسات المرجعية والمرتبطة بمتغيرات البحث الحالي فيما يخص انتقال أثر التعلم من لعبة إلى أخرى مختلفة عنها، مثل: (٣)، (٤)، (٢٥)، (٢٩)، (٤٢)، (٤٣)، (٥٠)، (٦٧).

بالإضافة إلى الدراسات التي تناولت انتقال أثر التعلم في مسابقات مختلفة في نفس اللعبة،  
مثل: (٢٨)، (٣٨)، (٤٨)، (٤٩).

بالإضافة إلى الدراسات التي تناولت انتقال أثر التعلم في نفس اللعبة، مثل: (٨)، (١٠)،  
(١٢)، (١٣)، (١٤)، (١٦)، (١٧)، (٥٣)، (٥٤)، (٥٩)، (٦٣)، (٦٨).

وعلى الرغم من أهمية انتقال أثر التعلم في المجال الرياضي، إلا أنه من خلال اطلاع الباحثان على الدراسات التي تناولت انتقال أثر التعلم لمهارة (التصويب الكراجي بالوثب عالياً في كرة اليد) على تعلم مهارة (الضرب الساحق في الكرة الطائرة)، إلا أنه - على حد علم الباحثان - لم يتم توظيف مهارات كرة اليد على تعلم مهارة أي مهارات من مهارات الكرة الطائرة؛ لذا كان من الضروري توظيف مهارات مهارة التصويب الكراجي بالوثب عالياً في كرة اليد لتكون لبنة في تطوير التعليم وخدمة كلا من المعلم والمتعلم، ومجال الكرة الطائرة.

#### هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على دور عادات العقل في انتقال أثر التعلم لمهارة التصويب الكراجي بالوثب عالياً في كرة اليد على تعلم مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق، من خلال:

١. تأثير البرنامج المقترح على تعلم مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة.
٢. تأثير انتقال أثر تعلم مهارة التصويب الكراجي بالوثب عالياً في كرة اليد لمهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة.

#### فروض البحث:

١. توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لكل من المجموعتين التجريبيتين والمجموعة والضابطة في مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة ولصالح القياس البعدي لكل منهم.

٢. توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات البعدية لكل من المجموعتين التجريبتين والمجموعة والضابطة في مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية (عادات العقل).

### مصطلحات البحث: تعريفات إجرائية

#### انتقال أثر التعلم:

استثمار تعلم مهارة التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد وانتقال أثرها العام وجوهر آدائها، لتعلم مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة باقتصادية عالية مع الإرتقاء بمستوى الإنجاز المطلوب منها.

#### عادات العقل (*Habits Of Mind*):

مجموعة من أنماط الأداء العقلي والعمليات الذهنية المعرفية التي تتميز بالاستقرار والاستمرارية، والتي تهدف إلى الوصول إلى سلوك يمكن الطالب من بناء التفضيلات من العمليات العقلية والأداء الذكي - من مجموعة الخيارات المتاحة له - بناءً على المنبهات والمحفزات التي يتعرض لها، والتي بدورها توجه عمل العقل لاختيار نمط معين عن غيره، بهدف التوصل إلى قرار سليم في مواجهة مشكلة أو موقف جديد أو سؤال لا يعرف إجابته، بناءً على التوظيف المميز للقدرة العقلية، وتطبيق معرفته السابقة على المواقف الجديدة واستيعاب الخبرات الجديدة.

#### منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم ثلاث مجموعات متكافئة، حيث طبقت أدوات البحث على مجموعتين تجريبتين وأخرى ضابطة لمعرفة أثر المتغير التجريبي.

#### التصميم التجريبي للبحث:

استخدم الباحثان تصميم (*Schmidt*) (٧٧)، كما في شكل (١) للتعرف على تأثير المهارات المنقولة (التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد) على المهارات الأصلية (الضرب الساحق في الكرة الطائرة).

دور عادات العقل في انتقال أثر التعلم لمهارة التصويب الكراجي بالوثب عالياً في كرة اليد على تعلم مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق

مقارنة	(المهارة) الأصلية	(المهارة) المنقولة	المجموعة
تقييم مستوى الأداء الفني	الضرب الساحق في الكرة الطائرة	التصويب الكراجي بالوثب عالياً في كرة اليد	التجريبية (عادات العقل)
	الضرب الساحق في الكرة الطائرة	التصويب الكراجي بالوثب عالياً في كرة اليد	التجريبية (الثانية)
	الضرب الساحق في الكرة الطائرة	—————	الضابطة

شكل (١) تصميم (Schmidt) لانتقال أثر التعلم.

مجتمع البحث:

يتمثل مجتمع البحث من طلاب الفرقة الأولى، للعام الجامعي (٢٠٢٢م/٢٠٢٣م) البالغ

عددهم (٩٩٣) طالبة

عينة البحث:

قام الباحثان باختيار (٣٦) طالبة بالطريقة العمدية، يمثلون عينة البحث الأساسية تم توزيعهم

عشوائياً على (ثلاث مجموعات)، مجموعتين تجريبيتين وأخرى ضابطة قوام كل مجموعة (١٢)

طالبة، بالإضافة إلى مجموعة عددها (١٠) طالبات للدراسة الاستطلاعية لحساب معاملي الصدق

والثبات للأدوات قيد البحث، ويوضح جدول (١) توصيف عينة البحث.

جدول (١) توصيف مجتمع وعينة البحث.

العدد	العينة	م	نوع العينة
١٢	المجموعة التجريبية (عادات العقل) (كرة اليد / الكرة الطائرة)	١	عينة البحث الأساسية
١٢	المجموعة التجريبية (الثانية) (كرة اليد / الكرة الطائرة)	٢	
١٢	المجموعة الضابطة (الكرة الطائرة فقط)	٣	
١٠	حساب معاملي الصدق والثبات لأدوات البحث	٤	عينة البحث الاستطلاعية
٩٤٧	بقية طلاب الفرقة الأولى غير المشتركين بالبحث	-	المستبعدون
٩٩٣	طلاب الفرقة الأولى (٢٠٢٢م/٢٠٢٣م)	-	مجتمع البحث الكلي

### شروط اختيار العينة:

- ألا يكون سبق لهم تعلم مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة ولا مهارة التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد.

- مستجدات بالفرقة الأولى وغير باقيات للإعادة، والسن من (١٨) إلى (٢٠) سنة.

- الاشتراك بناء علي رغبتهن، حيث لا يقل عن (٩٠%) من إجمالي الوحدات.

- سهولة التواصل مع العينة حيث أن البرنامج التعليمي يطبق خارج اليوم الدراسي.

### التحقق من اعتدالية توزيع العينة الكلية للبحث:

للتأكد من تجانس العينة الكلية للبحث - (٤٦) طالبة - (عينة البحث الأساسية والمجموعة

الاستطلاعية) قام الباحثان بعمل قياسات النمو الأساسية (السن، والطول، والوزن)، بالإضافة إلى

المتغيرات البدنية، وذلك للتأكد من اعتدالية توزيع البيانات لأفراد العينة في هذه المتغيرات، كما هو

موضح في جدول (٢).

### جدول (٢) معاملات الالتواء للمتغيرات قيد البحث.

(ن=٤٦)

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف	الالتواء
الأساسية	العمر الزمني (السن)	سنة	١٨.٤٢	١٨.٢٥	٠.٤٥	١.١١
	الطول	سم	١٦٢.٠٠	١٦١.٥٠	٣.٧٦	٠.٤٠
	الوزن	كجم	٦٤.٩٢	٦٤.٠٠	٢.٥٣	١.٠٩
البدنية	الجرى المكوكي لمختلف الابعاد	ث	١٧.٠٨	١٧.٠٠	١.٣٢	٠.١٩
	ثنى الجذع من الوقوف	سم	٢.٥٨	٢.٠٠	٠.٧٦	٢.٣١
	التصويب على المستطيلات المتداخلة	درجة	٨.٣٣	٨.٠٠	١.٠٣	٠.٩٧
	الوثب العمودي لسارجنت	سم	١١.٦٧	١٢.٠٠	١.٦٥	٠.٦١-
	دفع كرة طبية زنة ٣ كجم باليد	متر	٣.٦٠	٣.٢٥	٠.٧٠	١.٥١
الدوائر المرقمة	ثانية	٩.٢٥	٩.٠٠	٠.٨٣	٠.٩٠	

يتضح من جدول (٢) أن قيم معاملات الالتواء تراوحت بين (٣±)، مما يدل على اعتدالية

توزيع القيم تحت المنحنى الاعتدالي في جميع المتغيرات المختارة قيد البحث.

## أدوات ووسائل جمع البيانات:

### ١- الاختبارات البدنية: مرفق (٣)

قام الباحثان بعمل مسح مرجعي لتحديد أهم الصفات البدنية الخاصة بكرة اليد، والكرة الطائرة، والمرتبطة بالمهارات قيد البحث، ولتحديد أهم الاختبارات البدنية التي تقيس تلك الصفات تم عرض نتائج المسح المرجعي على الخبراء المختصين - مرفق (١) - ويوضح جدول (٣) الاختبارات التي انتهى إليها الباحثان لقياس الصفات البدنية قيد البحث:

جدول (٣) عناصر اللياقة البدنية والاختبارات التي تقيسها قيد البحث

الاختبارات	عناصر اللياقة البدنية	
الجرى المكومى لمختلف الابعاد	الرشاقة	
ثنى الجذع من الوقوف	المرونة	
التصويب على المستطيلات المتداخلة	الدقة	
الوثب العمودى لسارجنت	للرجلين	القدرة
دفع كرة طبية زنة ٣ كجم باليد	للذراع	العضلية
الدوائر المرقمة	بين العين والقدم	التوافق

### ٢- استمارة تقييم مستوى الأداء الفني للمهارات قيد البحث: مرفق (٤) ومرفق (٥)

قام الباحثان بعمل مسح مرجعي لتحديد أهم الدراسات والمراجع التي تناولت المهارات قيد البحث، ثم قام الباحثان بتصميم استمارة تقييم مستوى الأداء الفني للمهارتين قيد البحث، والدرجة الكلية لكل استمارة من (٢٠ درجة)، وذلك بعد عرضها على الخبراء المختصين - مرفق (١) - حيث أجازوا صلاحية البطاقة لما أعدت له.

### ٣- الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

- ميزان طبي لقياس الوزن (لأقرب كجم).
- جهاز رستاميتير لقياس الطول (لأقرب سم).
- جهاز تعليم وتدريب الضرب الساحق (تصميم الباحثة) (٦٤)

### ٤- استمارات تسجيل البيانات: مرفق (٩)

قام الباحثان بإعداد استمارات لتسجيل للقياسات القبلية والبعديّة من أسماء المشاركين والقياسات الأساسية، والاختبارات البدنية ومستوى الأداء الفني للمهارات قيد البحث.

### ٨- المساعدون بالبحث: مرفق (١٠)



دور عادات العقل في انتقال أثر التعلم لمهارة التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد على تعلم مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق

قام الباحثان بالتدريس لمجموعة البحث، وإجراء القياسات بمساعدة السادة الزملاء أعضاء هيئة التدريس ومعاونيهم بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الزقازيق وعددهم (٣)، وبخاصة في إعداد وتطبيق بطاقة ملاحظة الأداء المهاري التي تتطلب أكثر من ملاحظ. التحقق من الخصائص السيكومترية للأدوات قيد البحث:

قام الباحثان بتطبيق أدوات القياس قيد البحث على العينة الإستطلاعية على النحو التالي:

#### ١- صدق الاختبارات البدنية وبطاقة تقييم مستوى الاداء المهاري قيد البحث:

قام الباحثان بحساب صدق الاختبارات باستخدام طريقة صدق التمييز بين مجموعتين إحداهما عينة البحث الاستطلاعية (غير المميزة) والمجموعة الأخرى المميزة (طالبات الفرقة الرابعة لتخصص الكرة الطائرة وكرة اليد)، ويوضح جدول (٤) دلالة الفروق بين المجموعتين في الاختبارات قيد البحث.

جدول (٤) دلالة الفروق بين المجموعة الاستطلاعية (غير المميزة) والمجموعة المميزة في

#### الاختبارات قيد البحث

(ن=١٠=٢=١)

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة الاستطلاعية		المجموعة المميزة		قيمة (ت)
			المتوسط (س)	الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)	الانحراف (ع ±)	
البدنية	الجرى الموكى لمختلف الابعاد	ث	١٧.٣٠	١.٣٥	١٣.٢٠	٢.٢٠	٤.٧٧
	ثنى الجذع من الوقوف	سم	٢.٤٠	٠.٧٥	٦.٢٠	١.٥٠	٦.٨٠
	التصويب على المستطيلات المتداخلة	درجة	٨.٥٠	١.٢٠	١١.١٠	١.٢٠	٤.٦٠-
	الوثب العمودي لسارجنت	سم	١١.٣٠	١.٥٤	١٩.٢٠	٣.٢٠	٦.٦٧
	دفع كرة طبية زنة ٣ كجم باليد	متر	٣.٦٢	٠.٧٥	٥.٢٠	٠.٨٥	٤.١٨
	الدوائر المرقمة	ثانية	٩.٣٥	٠.٨٠	٨.١٠	٠.٧٥	٣.٤٢
المهارية	الضرب الساحق في الكرة الطائرة	درجة	٥.٣٥	١.٥٧	١٦.٢٠	٢.٢٠	١٢.٠٤
	التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد	درجة	٨.٢٧	١.٢٠	١٧.٣٥	٢.٥٥	٩.٦٧

تج (١٨، ٠.٠٥) = ٢.١٠

يتضح من جدول (٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات قيد البحث للمجموعة الاستطلاعية (غير المميزة) والمجموعة المميزة حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات في جميع الاختبارات قيد البحث، مما يعنى قدرة هذه الاختبارات على التمييز بين المستويات، أي أنها تعد اختبارات صادقة لقياس الصفات التي وضعت من أجلها.

٢- ثبات الاختبارات البدنية وبطاقة تقييم مستوى الاداء المهاري قيد البحث:

قام الباحثان باستخدام طريقة إعادة الاختبار بفارق زمني قدره (٧) أيام بين التطبيقين بنفس ظروف التطبيق الأول؛ ويوضح جدول (٥) معامل استقرار الاختبارات قيد البحث.

جدول (٥) معامل الاستقرار بين التطبيق الأول والثاني للعينة الاستطلاعية في الاختبارات قيد

البحث

(ن=١٠)

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة (ر)
			المتوسط (س)	الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)	الانحراف (ع ±)	
البدنية	الجرى المكوكى لمختلف الابعاد	ث	١٧.٣٠	١.٣٥	١٧.٢٠	١.٢٥	٠.٧٣٩
	ثنى الجذع من الوقوف	سم	٢.٤٠	٠.٧٥	٢.٣٠	٠.٨٠	٠.٧٩٠
	التصويب على المستطيلات المتداخلة	درجة	٨.٥٠	١.٢٠	٩.٢٠	١.٣٠	٠.٨٤١
	الوثب العمودى لسارجنت	سم	١١.٣٠	١.٥٤	١١.٥٠	١.٥٠	٠.٨١٥
	دفع كرة طبية زنة ٣ كجم باليد	متر	٣.٦٢	٠.٧٥	٣.٦٥	٠.٧٣	٠.٧٦٣
	الدوائر المرقمة	ثانية	٩.٣٥	٠.٨٠	٩.٣٠	٠.٨٥	٠.٨٢٦
المهارية	الضرب الساحق في الكرة الطائرة	درجة	٥.٣٥	١.٥٧	٥.٢٥	١.٥٠	٠.٧٣٨
	التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد	درجة	٨.٢٧	١.٢٠	٨.٣٠	١.١٥	٠.٧٧٠

رج (٨، ٠.٠٥) = ٠.٦٣٢

يتضح من جدول (٥) وجود ارتباط دال إحصائياً بين كل من درجات عينة الدراسة الاستطلاعية في التطبيق الأول والثاني ما يعنى ثبات درجات الاختبارات عند إعادة تطبيقها تحت نفس الظروف.

### البرامج التعليمية:

أولاً: البرنامج التعليمي في الكرة الطائرة (عادات العقل): مرفق (٦)

قبل البدء في إعداد البرنامج التعليمي، قام الباحثان بتحديد عادات العقل التي تناسب مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة قيد البحث، فبعد الإطلاع على الدراسات والمراجع التي تناولت عادات العقل، مثل: (٦)، (٧)، (١٨)، (٢١)، (٣١)، (٣٢)، (٣٤)، (٣٥)، (٤٤)، (٤٥)، (٥٦)، (٥٨)، (٦١)، (٦٥)، (٧٢)، (٨٢).

واختار الباحثان نموذج (كوستا وكالليك) (*Bena Kallick, L. Costa*) (٧٤)،

حيث حددا عادات العقل ب (١٦) سلوكاً ذكياً للتفكير الفعال، وأطلقوا عليها عادات العقل المنتج، وتعتبر من أفضل التصنيفات، ومن أكثرها إقناعاً في شرح وتفسير وتطبيق (عادات العقل)، ثم قام الباحثان بعرضها على السادة الخبراء في مجال علم النفس الرياضي - مرفق (١) - فكانت نتيجة العرض على السادة الخبراء كما في جدول (٦).

### جدول (٦)

آراء الخبراء حول عادات العقل التي تناسب مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة

(ن=١٠)

عادات العقل	Habits of Mind	عدد الخبراء الموافقون	النسبة	معامل لوش	ملاحظات	تطبيقها في البرنامج
١. المثابرة / الإصرار.	1. Persisting.	٩	٩٠.٠٠٠	*٠.٨٠٠	مقبول	أسلوب الممارسة (التطبيق بتوجيه المعلم).
٢. التحكم بالاندفاع / التهور.	2. Managing Impulsivity.	٦	٦٠.٠٠٠	٠.٢٠٠	حذف	—
٣. الإصغاء بفهم وتعاطف.	3. Listening With Understanding And	٩	٩٠.٠٠٠	*٠.٨٠٠	مقبول	أسلوب التعلم التبادلي

دور عادات العقل في انتقال أثر التعلم لمهارة التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد على تعلم مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق

(التطبيق بتوجيه الأقران).					Empathy.	
—	حذف	٠.٢٠٠	٦٠.٠٠٠	٦	4. Thinking Flexibly.	٤. التفكير بمرونة.
—	حذف	٠.٤٠٠	٧٠.٠٠٠	٧	5. Thinking About Thinking (Metacognition).	٥. التفكير في التفكير (ما وراء المعرفة).
توجيه الأداء لإصابة هدف محدد	مقبول	*٠.٨٠٠	٩٠.٠٠٠	٩	6. Striving For Accuracy.	٦. الكفاح لتحقيق الدقة.
أسلوب المتشعب (حل المشكلات).	مقبول	*١.٠٠٠	١٠٠.٠٠٠	١٠	7. Questioning And Posing Problems.	٧. التساؤل وطرح المشكلات.
أسلوب البرنامج الفردي.	مقبول	*١.٠٠٠	١٠٠.٠٠٠	١٠	8. Applying Past Knowledge To New Situations.	٨. تطبيق المعرفة السابقة على المواقف الجديدة.
أسلوب الاكتشاف الموجة.	مقبول	*٠.٨٠٠	٩٠.٠٠٠	٩	9. Thinking And Communicating With Clarity And Precision.	٩. التفكير والتواصل بوضوح ودقة.
أسلوب الاكتشاف الموجة.	مقبول	*٠.٨٠٠	٩٠.٠٠٠	٩	10. Gathering Data Through All Senses.	١٠. جمع البيانات من خلال جميع الحواس.
—	حذف	٠.٢٠٠	٦٠.٠٠٠	٦	11. Creating, Imagining, Innovating.	١١. الإبداع والتخيل والابتكار.
—	حذف	٠.٢٠٠	٦٠.٠٠٠	٦	12. Responding With Wonderment And Awe.	١٢. الاستجابة بدهشة ورهبة.
—	حذف	٠.٢٠٠	٦٠.٠٠٠	٦	13. Taking Responsible Risks.	١٣. الإقدام وتحمل مسؤولية المخاطرة.
—	حذف	٠.٤٠٠	٧٠.٠٠٠	٧	14. Finding Humor.	١٤. البحث عن الفكاهة.
أسلوب التعلم التبادلي (التطبيق بتوجيه الأقران).	مقبول	*١.٠٠٠	١٠٠.٠٠٠	١٠	15. Thinking Interdependently.	١٥. التفكير التبادلي / الجماعي.
—	حذف	٠.٢٠٠	٦٠.٠٠٠	٦	16. Remaining Open To Continuous Learning.	١٦. الاستمرار في الانفتاح على التعلم المستمر.

\* مقبول (الحد الأدنى لمعامل لوش المقبول إحصائياً عند ن = ١٠ خبير = ٠.٨٠٠)

يتضح من الجدول (٦) ان نسبة موافقة الخبراء تراوحت بين (٦٠%) و (١٠٠%)، واختار

الباحثان العادات المقبولة إحصائياً تبعاً لمعامل لوش لصدق المحتوى (Lawshe's Content

Validity Ratio) وهي: (المثابرة / الإصرار - الإصغاء بفهم وتعاطف - الكفاح لتحقيق الدقة -

التساؤل وطرح المشكلات - تطبيق المعرفة السابقة على المواقف الجديدة - التفكير والتواصل بوضوح ودقة - جمع البيانات من خلال جميع الحواس - التفكير التبادلي / الجماعي) وبعد الإطلاع على نماذج للبرامج التعليمية والدراسات والمراجع في مجال الكرة الطائرة وخاصة التي تدور حول تعليم أو تدريب مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة، مثل: (٢٠)، (٤٦)، (٥١)، (٦٢)، (٦٩)؛ (٩)، (١١)، (٢٦)، (٢٧)، (٣٠)، (٤٠)، (٤١)، (٦٠). وقام الباحثان بالالتزام بشروط تكوين العادات العقلية التي حددتها المراجع العلمية التي تناولت عادات العقل، مثل: (الدافع - التكرار - الأهتمام والإرادة - النضج *Maturation Law* - تدريج الصعوبات *Progression Difficulty Law*)، بالإضافة إلى مبادئ تنميه عادات العقل داخل البيئه التعليميه، مثل (الإيمان بأن جميع الطالبات لديهن القدرة علي امتلاك مهارات التفكير المختلفه - التفكير هو هدف تربوي - مراعاة مراحل النمو المعرفي للطالبات - العمل على إيجاد بيئه صفيه خاليه من أي تهديد)، كذلك قام الباحثان بتنوع مهارات التفكير داخل الوحدات التعليمية: مثل (اداره الذات، التحليل، المقارنه، التفسير، التركيب، التقويم).

- دور المعلم: تحديد التطبيق العملي - إثارة الأسئلة، إعطاء فرصه ممارسه العادات العقلية - تحويل التفكير الي نتائج ملموسه - التأمل.

- دور الطالبة: ممارسه الأنشطة عمليا - المشاركة الفعاله - المبادرة ذاتيا - المناقشه واحترام رأي الآخر - الاستماع الواعي - التعبير عن الأفكار - التعاطف مع الآخرين.

ثم قام الباحثان ببناء برنامج تعليمي، وقد راعيا الأسس العلمية لتخطيط البرامج التعليمية، من خلال الإطلاع على المراجع العلمية والدراسات المرجعية ذات الصلة بمتغيرات البحث، ثم تحديد الهدف من البرنامج والمتغيرات الأساسية، وقام بعرضها على السادة الخبراء - مرفق (١) - مع وضع جوانب البرنامج الأساسية لإبداء الرأي، وأسلوب التعلم المناسب، وكذلك الفترة الزمنية المقررة لتطبيق البرنامج، وعدد الوحدات التعليمية وزمنها، وكانت نتيجة استطلاع رأي الخبراء ما يلي:

- عدد المهارات في الكرة الطائرة قيد البحث: مهارة واحدة.

- عدد الوحدات التعليمية: وحدة أسبوعياً بإجمالي (٤) وحدات تعليمية.
  - أساليب التقويم: تقويم نهائي للمهارات في الكرة الطائرة.
  - سير الوحدة التعليمية: زمن الوحدة التعليمية (٩٠) دقيقة موزع على (٣) أجزاء:
    ١. الجزء التمهيدي (١٥) دقيقة: المقدمة والتهيئة والإعداد البدني وفيه يتم الجري وعمل تمارين لتهيئة الجسم للدخول في التهيئة الفسيولوجية والنفسية للمشاركة بالإضافة إلى تمارين متنوعة لتنمية المكونات البدنية الخاصة.
    ٢. الجزء الرئيسي (٧٠) دقيقة: بعد شرح المعلم للمهارة ومشاهدة نموذج الأداء، عمل خطوات تعليمية متدرجة يتبعها النشاط التطبيقي (يحتوي على تمارين فردية، وزوجية، وجماعية) وتكون التغذية الراجعة من قبل المعلم (فردية - جماعية) حسب نوع وحجم الأخطاء
    ٣. الجزء الختامي (٥) دقائق: تمارين لتهدة الجسم وعودته لحالته الطبيعية.
- ثانياً: البرنامج التعليمي في الكرة الطائرة (التجريبية الثانية): مرفق (٧)
- قام الباحثان ببناء برنامج تعليمي وقد راعيا الأسس العلمية لتخطيط البرامج التعليمية، كما ما في البرنامج التعليمي للكرة الطائرة (عادات العقل).
- ثالثاً: البرنامج التعليمي في كرة اليد: مرفق (٨)
- بعد الإطلاع على نماذج للبرامج التعليمية والدراسات والمراجع في مجال كرة اليد، مثل: (٢)، (٥)، (٣٣)، (٣٧)، (٥٥)، (٥٧)؛ (١٥)، (٢٣)، (٢٤)، (٣٩)، (٤٧)، (٧٠).
- قام الباحثان ببناء برنامج تعليمي وقد راعيا الأسس العلمية لتخطيط البرامج التعليمية، كما ما في البرنامج التعليمي للكرة الطائرة.
- الخطوات التنفيذية للبحث:**
- الدراسات الاستطلاعية:**
- قام الباحثان بإجراء دراسة استطلاعية حتى أمكن تحديد الخطوات الضرورية والتي على ضوءها تم العمل في الدراسة الأساسية، تم إجرائها في كلية التربية الرياضية للبنات - جامعة تازقازيق على (١٠) طالبات من العينة الاستطلاعية كما يلي:

أ- تاريخ إجرائها: بداية من يوم الأربعاء (٢٠٢٢/١٠/٥م)

ب- هدف الدراسة:

- للتحقق من معاملي الصدق والثبات لأدوات القياس، وللتأكد من صلاحية الأجهزة المستخدمة، وسير الوحدة التعليمية في البرنامج المقترح.

- التأكد من سلامة عمل الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث.

- تحديد وتدريب المساعدين والتعرف إلى المشاكل المحتملة أثناء التنفيذ.

ج- الإجراءات المتبعة لتحقيق الهدف:

- قام الباحثان بتهيئة المكان واتباع الإجراءات اللازمة لإتمام الدراسة الأساسية.

د- أهم نتائج الدراسة:

تم التحقق من صدق وثبات أدوات القياس، وتم التأكد من صلاحية الأجهزة المستخدمة،

وسير الوحدة التعليمية في البرنامج المقترح

إجراءات تطبيق البحث:

١- القياسات القبليّة:

قام الباحثان بإجراء القياسات القبليّة في كرة اليد والكرة الطائرة على النحو التالي.

أ- القياس القبلي: (كرة اليد)

قام الباحثان يوم الأربعاء (٢٠٢٢/١٠/١٩م)، من التأكد من تجانس (المجموعتين

التجريبيتين والاستطلاعية) (٣٤) طالبة، حيث قاما بعمل قياسات في المتغيرات المهارية (كرة

اليد)، وذلك للتأكد من اعتدالية توزيع البيانات لأفراد العينة في هذه المتغيرات، كما هو موضح في

جدول (٦)، بالإضافة إلى قيام الباحثان بإجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث (المجموعتين

التجريبيتين) كما هو موضح في جدول (٧).

دور عادات العقل في انتقال أثر التعلم لمهارة التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد على تعلم مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق

### جدول (٦)

معاملات الالتواء في مهارة التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد.

(ن=٣٤)

الالتواء	الانحراف	الوسيط	المتوسط	وحدة القياس	المتغيرات
٢.٥٢	٠.٨٢	٥.٠٠	٥.٦٩	درجة	التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد

يتضح من جدول (٦) أن قيم معاملات الالتواء تراوحت بين  $(٣ \pm)$ ، مما يدل على اعتدالية توزيع القيم تحت المنحنى الاعتدالي في جميع المتغيرات قيد البحث.

### جدول (٧)

تكافؤ مجموعتي البحث (المجموعتين التجريبتين) في مهارة التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد.

(ن=١٢=٢)

قيمة (ت)	المجموعة التجريبية (الثانية)		المجموعة التجريبية (عادات العقل)		وحدة القياس	الإختبارات
	الانحراف $(\pm ع)$	المتوسط $(س)$	الانحراف $(\pm ع)$	المتوسط $(س)$		
٠.٧٠	٠.٩٧	٥.٧٥	٠.٦٧	٥.٥٠	درجة	التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد

تج  $(٢٢, ٠.٠٥) = ٢.٠٧$

يتضح من جدول (٧) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات قيد البحث للمجموعتين التجريبتين حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية  $(٠.٠٥)$ ، مما يدل على عدم وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات في جميع الاختبارات، مما يشير الى تكافؤ المجموعتين في المتغيرات قيد البحث.

ب- القياس القبلي: (الكرة الطائرة)



دور عادات العقل في انتقال أثر التعلم لمهارة التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد على تعلم مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق

قام الباحثان يوم السبت (٢٠٢٢/١١/١٩م)، من التأكد من تجانس (المجموعتين التجريبتين والضابطة والاستطلاعية) (٤٦) طالبة، حيث قاما بعمل قياسات في المتغيرات المهارية (الكرة الطائرة)، وذلك للتأكد من اعتدالية توزيع البيانات لأفراد العينة في هذه المتغيرات، كما هو موضح في جدول (٨)، بالإضافة إلى قيام الباحثان بإجراء التكافؤ بين مجموعات البحث (المجموعتين التجريبتين والضابطة) كما هو موضح في جدول (٩).

جدول (٨) معاملات الالتواء في مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة.

(ن=٤٦)

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف	الالتواء
الضرب الساحق في الكرة الطائرة	درجة	٨.١٣	٨.٠٠	٠.٧٣	٠.٥٣

يتضح من جدول (٨) أن قيم معاملات الالتواء تراوحت بين (٣±)، مما يدل على اعتدالية توزيع القيم تحت المنحنى الإعتدالي في جميع المتغيرات قيد البحث.

جدول (٩)

تحليل التباين بين القياسات (القبلية) في مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة لمجموعات البحث (المجموعتين التجريبتين والضابطة)

(ن=١=٢=٣=١٢)

الاختبارات	وحدة القياس	مصدر التباين	مجموع مربع الانحرافات	درجات الحرية	متوسط مربع الانحرافات	قيمة (ف) المحسوبة
الضرب الساحق في الكرة الطائرة	درجة	بين المجموعات	٠.١٧	٢.٠٠	٠.٠٨	٠.١٦
		داخل المجموعات	١٦.٨٣	٣٣.٠٠	٠.٥١	
		المجموع	١٧.٠٠	٣٥.٠٠		

فج (٢، ٣٣، ٠.٠٥) = ٣.٢٨

يتضح من جدول (٩) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات قيد البحث للمجموعتين التجريبتين والضابطة حيث كانت قيمة (ف) المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥)، مما يدل على عدم وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات في مهارة

التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد، مما يشير الى تكافؤ المجموعات في المتغيرات قيد البحث.

## ٢- الدراسة الأساسية:

تم تطبيق التجربة الأساسية كما يلي :

- (وحدة) أسبوعياً لكرة اليد يوم (السبت) في الفترة من (٢٢/١٠/٢٠٢٢م) إلى (١٢/١١/٢٠٢٢م) للمجموعة التجريبية (عادات العقل)، وللمجموعة التجريبية (الثانية).
- (وحدة) أسبوعياً للكرة الطائرة يوم (السبت) في الفترة من (٢٦/١١/٢٠٢٢م) إلى (١٧/١٢/٢٠٢٢م)، للمجموعة التجريبية (عادات العقل).
- (وحدة) أسبوعياً للكرة الطائرة يوم (الأحد) في الفترة من (٢٧/١١/٢٠٢٢م) إلى (١٨/١٢/٢٠٢٢م)، للمجموعة التجريبية (الثانية).
- (وحدة) أسبوعياً للكرة الطائرة يوم (الاثنين) في الفترة من (٢٨/١١/٢٠٢٢م) إلى (١٩/١٢/٢٠٢٢م)، للمجموعة الضابطة.

وقد راعى الباحثان الظروف الجوية، والعطلات كما هو موضح في جدول (١٠).

### جدول (١٠)

#### توزيع الوحدات التعليمية على مجموعات البحث في الدراسة الأساسية

اليوم	التاريخ	الخطوات التنفيذية للدراسة الأساسية
الأربعاء	٢٠٢٢/١٠/٥م	بداية الدراسة الإستطلاعية
الأربعاء	٢٠٢٢/١٠/١٩م	القياس القبلي: (كرة اليد)
السبت	٢٠٢٢/١٠/٢٢م	المجموعة التجريبية (عادات العقل) (+) المجموعة التجريبية (الثانية)
السبت	٢٠٢٢/١٠/٢٩م	
السبت	٢٠٢٢/١١/٥م	
السبت	٢٠٢٢/١١/١٢م	
الأربعاء	٢٠٢٢/١١/١٦م	القياس البعدي: (كرة اليد)
السبت	٢٠٢٢/١١/١٩م	القياس القبلي: (الكرة الطائرة)
السبت	٢٠٢٢/١١/٢٦م	الضرب الساحق في الكرة الطائرة
الاحد	٢٠٢٢/١١/٢٧م	
الاثنين	٢٠٢٢/١١/٢٨م	
السبت	٢٠٢٢/١٢/٣م	

دور عادات العقل في انتقال أثر التعلم لمهارة التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد على تعلم مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق

المجموعة التجريبية (الثانية)		٢٠٢٢/١٢/٤ م	الاحد
المجموعة الضابطة		٢٠٢٢/١٢/٥ م	الإثنين
المجموعة التجريبية (عادات العقل)		٢٠٢٢/١٢/١٠ م	السبت
المجموعة التجريبية (الثانية)		٢٠٢٢/١٢/١١ م	الاحد
المجموعة الضابطة		٢٠٢٢/١٢/١٢ م	الإثنين
المجموعة التجريبية (عادات العقل)		٢٠٢٢/١٢/١٧ م	السبت
المجموعة التجريبية (الثانية)		٢٠٢٢/١٢/١٨ م	الاحد
المجموعة الضابطة		٢٠٢٢/١٢/١٩ م	الإثنين
المجموعة الضابطة	القياس البعدي: (الكرة الطائرة)	٢٠٢٢/١٢/٢٤ م	السبت

### ٣- القياس البعدي:

قام الباحثان بإجراء القياسات البعدية في كرة اليد والكرة الطائرة على النحو التالي:

#### أ- القياس البعدي: (كرة اليد)

قام الباحثان بإجراء القياس البعدي يوم الأربعاء (١٦/١١/٢٠٢٢م)، لمهارة التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد، وبنفس الظروف التي استخدمت في القياس القبلي، كما في جدول (١١)، بالإضافة إلى قيام الباحثان بإجراء بين القياسين البعديين لكل من (المجموعتين التجريبتين) كما هو موضح في جدول (١٢).

#### جدول (١١)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعتين التجريبتين في مهارة التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد

(ن=١٢)

حجم التأثير <i>Cohen's d</i>	قيمة ( $\eta^2$ )	قيمة (ت)	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المجموعات	الإختبارات
			الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)	الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)			
٦.٣	٠.٩٦٠	١٦.٢٢	٠.٧٩	١٥.٩٢	٠.٦٧	٥.٥٠	درجة	التجريبية (عادات العقل)	التصويب الكرابجي
٥.١	٠.٩٥٨	١٥.٧٩	١.١٧	١٥.٥٠	٠.٩٧	٥.٧٥	درجة	التجريبية (الثانية)	بالوثب عالياً في كرة اليد

تج (١١، ٠.٠٥) = ٢.٢٠

دور عادات العقل في انتقال أثر التعلم لمهارة التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد على تعلم مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق

يتضح من جدول (١١) أن قيم (ت) المحسوبة تراوحت بين (١٥.٧٩) و(١٦.٢٢) مما يدل على أن الجزء الأول من البرنامج التعليمي المقترح قد حقق الهدف منه وهو تعلم مهارة التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد، وأن قيمة ( $\eta^2$ ) تراوحت بين (٠.٩٥٨) و(٠.٩٥٨) وهذا يدل على حجم تأثير (ضخم Huge)، وأن قيمة (Cohen's d) تراوحت بين (٥.١) و(٦.٣) إلى (ضخم Huge).

جدول (١٢) دلالة الفروق بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبتين في مهارة التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد

(ن=١٢=٢=١)

حجم التأثير		قيمة (ت)	المجموعة التجريبية (الثانية)		المجموعة التجريبية (عادات العقل)		وحدة القياس	الإختبارات
Cohen's d	( $\eta^2$ )		الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)	الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)		
٠.٤	٠.٠٤٢	٠.٩٨	١.١٧	١٥.٥٠	٠.٧٩	١٥.٩٢	درجة	التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد

تج (٢٢، ٠.٠٥) = ٢.٠٧

يتضح من جدول (١٢) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات البعدية للمجموعتين التجريبتين حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥)، مما يشير على عدم وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات في مهارة التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد .

ب- القياس البعدي: (الكرة الطائرة)

قام الباحثان بإجراء القياس البعدي يوم السبت (٢٤/١٢/٢٠٢٢م)، للمتغيرات قيد البحث، وبنفس الظروف التي استخدمت في القياس القبلي.

### المعالجات الإحصائية:

استخدم الباحثان في المعالجات الإحصائية للبيانات برنامج الحزم الإحصائية للعلوم

الاجتماعية (*SPSS*) الإصدار (٢٥) مستعيناً بالمعاملات التالية:

- معامل لوش لصدق المحتوى (*Lawshe's Content Validity Ratio*).
- المتوسط، والوسيط، والانحراف، والإلتواء.
- معامل ارتباط بيرسون.
- اختبار (ت) لعينتين مرتبطتين من البيانات (*Paired Sample tTest*).
- اختبار (ت) لعينتين مستقلتين من البيانات (*Independent Sample tTest*).
- تحليل التباين الأحادي في اتجاه واحد (*One-Way ANOVA*).
- أقل فرق معنوي (*LSD*).
- حجم التأثير (*Effect Size*) ويفسر طبقاً لمحكات لكوهين:
  - أ. باستخدام مربع ايتا ( $\eta^2$ ) في حالة اختبار (ت)
  - ب. باستخدام مربع ايتا ( $\eta^2$ ) في حالة اختبار (ف)
  - ج. باستخدام (*d*) في حالة اختبار (ت)
- نسبة التحسن (معدل التغيير)، ونسبة الكسب لـ"ماك جوجيان" (*McGuigan's Gain Ratio*)، نسبة الكسب المعدل لـ"بلاك" (*Black's Modified Gain Ratio*)

$$\square \text{نسبة التحسن (معدل التغيير)} = \frac{\text{القياس البعدى - القياس القبلى}}{\text{القياس القبلى}} \times 100$$

- اختبار نسبة انتقال أثر التعلم

$$\text{نسبة انتقال أثر التعلم} = \frac{\text{المجموعة التجريبية - المجموعة الضابطة}}{\text{الاحتمالية العظمى - المجموعة الضابطة}} \times 100$$

## عرض ومناقشة نتائج البحث:

### ١- عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه: "توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لكل من المجموعتين التجريبتين والمجموعة والضابطة في مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة ولصالح القياس البعدي لكل منهم."؛ استخدم الباحثان اختبار (ت) لعينتين مرتبطتين من البيانات (*Paired Sample t-Test*)، لدالة الفروق بين متوسط الدرجات في القياس القبلي والقياس البعدي لكل من المجموعة التجريبية والضابطة في مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة، كما تم حساب حجم التأثير، كما في جدول (١٢)، بالإضافة إلى نسبة التحسن، وللتحقق من فاعلية البرنامج المقترح استخدم الباحث نسبة الكسب ل"ماك جوجيان"، ويعتبر البرنامج فعال بدرجة مقبولة إذا لم تقل قيمة هذه النسبة عن (٠.٦) وتم قياس الفعالية بطريقة أخرى باستخدام معادلة نسبة الكسب المعدل ل"بلاك" ويمتد مدى نسبة الكسب المعدل لبلاك من (صفر) إلى (٢) ويقترح بلاك أن يكون الحد الفاصل لهذه النسبة هي (١.٢)، حتى يمكن اعتبار فاعلية البرنامج مقبول كما في جدول (١٣).

### جدول (١٢) دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعتين التجريبتين

#### والضابطة في مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة

(ن=١٢)

حجم التأثير <i>Cohen's d</i>	قيمة (ت) ( $\eta^2$ )	القياس البعدي		القياس القبلي		المجموعات	الإختبارات
		الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)	الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)		
٦.٤	٠.٩٦٥	١٧.٤٢	١.٥٤	١٦.٧٥	٠.٧٩	٨.٠٨	مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة
٤.١	٠.٩٤٤	١٣.٦١	١.٦٠	١٥.٧٥	٠.٥٨	٨.١٧	
٣.٨	٠.٩٠٤	١٠.١٥	٠.٦٢	١٣.٢٥	٠.٧٥	٨.٢٥	

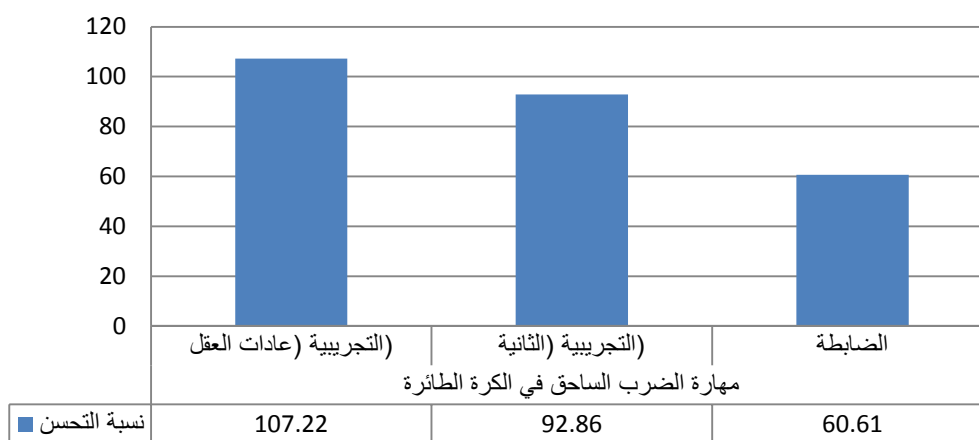
تج (١١، ٠.٠٥) = ٢.٢٠

دور عادات العقل في انتقال أثر التعلم لمهارة التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد على تعلم مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق

يتضح من جدول (١٢) أن قيم (ت) المحسوبة تراوحت بين (١٠.١٥) و(١٧.٤٢) وجميعها دالة. ولتحديد الدلالة التطبيقية للمتغير المستقل على المتغير التابع، وتراوحت قيم ( $\eta^2$ ) بين (٠.٩٠٤) و(٠.٩٦٥) وهذا يدل على حجم تأثير (ضخم *Huge*). وتراوحت قيم (*Cohen's d*) بين (٣.٨) و(٦.٤) وهذا يدل على حجم تأثير (ضخم *Huge*).

جدول (١٣) نسبة الكسب لماك جوجيان ونسبة الكسب المعدل ل "بلاك" ونسب التحسن بين درجات المجموعتين التجريبتين والضابطة في نتائج مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة

المتغيرات	الدرجة العظمى	المجموعة	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	الفرق بين المتوسطين	نسبة التحسن ( <i>Gain Ratio Change</i> )	<i>Gain Ratio (MG)</i>	<i>Gain Ratio (MG<sub>Blak</sub>)</i>
مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة	٢٠	التجريبية (عادات العقل)	٨.٠٨	١٦.٧٥	٨.٦٧	١٠٧.٢٢	٠.٧	١.٢
		التجريبية (الثانية)	٨.١٧	١٥.٧٥	٧.٥٨	٩٢.٨٦	٠.٦	١.٠
		الضابطة	٨.٢٥	١٣.٢٥	٥.٠٠	٦٠.٦١	٠.٤	٠.٧



شكل (١) ونسب التحسن بين درجات المجموعتين التجريبتين والضابطة في نتائج مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة

يتضح من جدول (١٢) أن نسبة التحسن تراوحت بين (٦٠.٦١) للمجموعة الضابطة، و(١٠٧.٢٢) للمجموعة التجريبية (عادات العقل)، ويتضح أن البرنامج المطبق على المجموعة التجريبية (عادات العقل) قد حقق فاعلية مناسبة، وكذلك البرنامج المطبق على المجموعة التجريبية

(الثانية) فذو فاعلية متوسطة تبعاً لنسبة الكسب المعدل لـ "بلاك" ( $MG_{Blak}$ ) (Gain Ratio)، أما البرنامج المطبق على المجموعة الضابطة فلم يحقق أي فاعلية.  
مناقشة نتائج الفرض الأول:

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق دالة بين القياس القبلي والقياس البعدي في المتغيرات قيد البحث؛ حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من (ت) الجدولية، مما يدل على أن البرنامج التعليمي (المقترح والمتبعة) قد حققت هدفها في تعليم مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة للمجموعة التجريبية، والضابطة، إلا أن نسبة الكسب لـ "بلاك" لم تحقق الفاعلية المناسبة للمجموعة الضابطة كما في جدول (١٣).

وتتفق تلك النتيجة مع نتيجة الدراسات التي تناولت تأثير (البرامج التعليمية) المبنية على انتقال أثر التعلم، (٣)، (٤)، (٢٥)، (٢٩)، (٤٢)، (٤٣)، (٥٠)، (٦٧). ويفسر الباحثان تلك النتيجة بأن البرنامج المقترح المبني على (انتقال أثر التعلم) قد تشابهت الأجزاء الحركية للوحدات التعليمية للمهارة المنقولة (التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد) مع معظم الأجزاء الحركية للمهارات المتعلمة (مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة) مما أدى إلى وجود فاعلية في تعليم المهارات المختارة.

ويؤكد على ما سبق بأن البرامج التعليمية المبنية على أسس علمية قد تساهم بشكل فعال في تعلم المهارات الحركية، حيث أن "انتقال أثر التعلم" ما هو إلى "انتقال للخبرات" من مهارة إلى أخرى بحيث يكون ذو تأثير مرغوب في العملية التعليمية. (٣٦ : ٥٩٨)  
وبهذا يتحقق صحة الفرض الأول القائل بـ "توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لكل من المجموعتين التجريبتين والمجموعة والضابطة في مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة ولصالح القياس البعدي لكل منهم"

٢- عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه: "توجد فروق دالة إحصائية بين القياسات البعدي لكل من المجموعتين التجريبتين والمجموعة والضابطة في مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية (عادات العقل)".؛ وللتحقق من صحة الفرض الثاني استخدم الباحثان تحليل التباين الأحادي في اتجاه واحد (*One-Way ANOVA*) لدالة الفروق بين متوسط الدرجات في القياس البعدي لمجموعات البحث، في مهارة الضرب الساحق، كما تم حساب حجم التأثير، كما في جدول (١٤)، واختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) كما في جدول



دور عادات العقل في انتقال أثر التعلم لمهارة التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد على تعلم مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق

(١٥)، ؛ بالإضافة إلى نسبة التغيير / التحسن (*Change Ratio*)، كما في جدول (١٦)، كما قام الباحثان باستخدام معادلة نسبة انتقال أثر التعلم، كما في جدول (١٧).

جدول (١٤) تحليل التباين بين القياسات (البعديّة) في مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة لمجموعات البحث (المجموعتين التجريبيتين والضابطة)

(ن=١ ن=٢ ن=٣=١٢)

الاختبارات	وحدة القياس	مصدر التباين	مجموع مربع الانحرافات	درجات الحرية	متوسط مربع الانحرافات	حجم التأثير	
						قيمة (ف) المحسوبة	$\eta^2$
الضرب الساحق في الكرة الطائرة	درجة	بين المجموعات	٧٨.٠٠	٢	٣٩.٠٠	٢١.٩١	٠.٥٧٠
		داخل المجموعات	٥٨.٧٥	٣٣	١.٧٨		
		المجموع	١٣٦.٧٥	٣٥			

فج (٢، ٣٣، ٠.٠٠٥) = ٣.٢٨

يتضح من جدول (١٤) أن قيم (ف) المحسوبة تساوي (٢١.٩١) وهي دالة، وأن قيمة ( $\eta^2$ ) تساوي (٠.٥٧٠) وهذا يدل على حجم تأثير (ضخم *Huge*)، وأن قيمة (*Cohen's d*) تساوي (١.٢) وهذا يدل على حجم تأثير (كبير جدا *Very Large*).

جدول (١٥) دلالة الفروق بين أزواج متوسطات القياسات (البعديّة) واختبار أقل فرق دال (L.S.D) في مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة لمجموعات البحث (المجموعتين التجريبيتين والضابطة)

التجريبيتين والضابطة

الاختبارات	وحدة القياس	المجموعات	متوسطات القياسات	دلالة الفروق بين القياسات	
				المجموعة التجريبية (عادات العقل)	المجموعة التجريبية (الثانية)
الضرب الساحق في الكرة الطائرة	درجة	المجموعة التجريبية (عادات العقل)	١٦.٧٥	١.٠٠	*٣.٥٠٠
		المجموعة التجريبية (الثانية)	١٥.٧٥		*٢.٥٠٠
		المجموعة الضابطة	١٣.٢٥		

دور عادات العقل في انتقال أثر التعلم لمهارة التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد على تعلم مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق

\*الفروق بين المتوسطات دالة عند (٠.٠٥)

جدول (١٦) نسب تحسن درجات المجموعتين التجريبية والمجموعة الضابطة في مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة

نسبة التحسن (Change Ratio)			متوسط القياس البعدي			المتغيرات
المجموعة الضابطة	المجموعة التجريبية	المجموعة التجريبية (عادات العقل)	المجموعة الضابطة	المجموعة التجريبية (الثانية)	المجموعة التجريبية (عادات العقل)	
٦٠.٦١	٩٢.٨٦	١٠٧.٢٢	١٣.٢٥	١٥.٧٥	١٦.٧٥	مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة

يتضح من جدول (١٦) أن نسبة التحسن تراوحت بين (٦٠.٦١) للمجموعة الضابطة، و(١٠٧.٢٢) للمجموعة التجريبية (عادات العقل).

جدول (١٧) نسبة انتقال أثر التعلم لمهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة

نسبة انتقال أثر التعلم	القياس البعدي للمجموعة الضابطة	القياس البعدي للمجموعة التجريبية	المجموعة	الدرجة العظمى	المتغيرات
٥٤.٣٧	١٣.٢٥	١٦.٩٢	التجريبية (عادات العقل)	٢٠	مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة
٣٧.٠٤	١٣.٢٥	١٥.٧٥	التجريبية (الثانية)		

يتضح من جدول (١٧) أن نسبة انتقال أثر التعلم تراوحت بين (٣٧.٠٤) للمجموعة التجريبية (الثانية)، و(٥٤.٣٧) للمجموعة التجريبية (عادات العقل).

مناقشة نتائج الفرض الثاني:

يتضح من جدول (١٤) وجود فروق دالة بين القياسات البعدية لمجموعات البحث (المجموعتين التجريبيتين والضابطة) في مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة ؛ حيث كانت قيمة (ف) المحسوبة أكبر (ف) الجدولية ولصالح المجموعة التجريبية (عادات العقل)، ويتضح من جدول (١٥) الخاص بالفروق بين أزواج متوسطات القياسات البعدية تفوق المجموعتين التجريبيتين على المجموعة الضابطة،

ويتضح من جدول (١٦) الخاص بنسب التحسن للمجموعات، وجود فروق في نسبة تحسن مرتفعة لصالح المجموعتين التجريبتين وخاصة المجموعة التجريبية (عادات العقل) وتتفق تلك النتيجة مع نتيجة الدراسات التي تناولت انتقال أثر التعلم من لعبة إلى أخرى، مثل: (٣)، (٤)، (٢٥)، (٢٩)، (٤٢)، (٤٣)، (٥٠)، (٦٧).

ويفسر الباحثان تلك النتيجة بأن البرنامج المقترح بما يحتويه من مهارات قد تعلمتها الطالبة سابقاً، وقامت بتخزين المعلومات الحركية، بحيث تعود للطالبة مرة أخرى كتغذية راجعة صادرة عن الأداء الحركي الذي سبق اكتسابه.

ويؤكد على ما سبق بأن نقل التعلم الحركي موجود بشكل إيجابي من موقف قديم لموقف جديد، حيث كلما زاد التشابه بين الموقف السابق والموقف اللاحق، كلما أدى ذلك لسرعة تعلم المهارة والاحتفاظ بها وبقاء تعلمها. (٧١)، (٧٧)

يتضح من جدول (١٧) أن نسبة انتقال أثر التعلم تراوحت بين (٣٧.٠٤) للمجموعة التجريبية (الثانية)، و(٥٤.٣٧) للمجموعة التجريبية (عادات العقل).

وتتفق تلك النتيجة مع نتيجة الدراسات التي تأثرت انتقال أثر التعلم من لعبة إلى أخرى، مثل: (٣)، (٤)، (٢٥)، (٢٩)، (٤٢)، (٤٣)، (٥٠)، (٦٧).

وأيضاً تتفق تلك النتيجة مع نتيجة الدراسات التي تأثرت انتقال أثر التعلم من مسابقات مختلفة في نفس اللعبة مثل: (٢٨)، (٣٨)، (٤٨)، (٤٩).

ويفسر الباحثان تلك النتيجة بأن كلاً من الكرة الطائرة وكرة اليد تشابهان في أجزاء المهارة المختارة من (الإقتراب - الإرتقاء - الطيران مع أداء الواجب الحركي - الهبوط) بالإضافة إلى التوافق بين (العين والرجل) في كلتا اللعبتين، حيث في كرة اليد يشترط ألا تلمس قدم الإرتقاء خط (م٦) وكذلك في الكرة الطائرة يتطلب الإرتقاء قبل الشبكة والهبوط بدون ملامستها.

أما من ناحية تفوق المجموعة التجريبية (عادات العقل) على المجموعة التجريبية (الثانية) فيعود إلى تطبيق البرنامج المقترح باستخدام (عادات العقل)

وتتفق تلك النتيجة مع نتيجة الدراسات التي تناولت البرامج التعليمية المبنية على (عادات العقل)، مثل: (٦)، (٧)، (١٨)، (٢١)، (٣١)، (٣٢)، (٣٤)، (٣٥)، (٤٤)، (٤٥)، (٥٦)، (٥٨)، (٦١)، (٦٥)، (٧٢)، (٨٢).

ويفسر الباحثان تلك النتيجة بأن البرنامج المقترح المبني على (عادات العقل) يعد من المتغيرات الهامة ذات الصلة بالأداء الأكاديمي للطالبات، حيث تسمح للطالبه بمرونة البحث عن الإجابة والتفكير في حل مشكلة ما أو موقف جديد أو سؤال لا تعرف إجابته، بالإضافة إلى الإعتماد على توظيف القدرات العقلية، وتطبيق معرفته السابقة على المواقف الجديدة واستيعاب الخبرات الجديدة.

وبهذا يتحقق صحة الفرض الثاني القائل بـ "توجد فروق دالة إحصائية بين القياسات البعدية لكل من المجموعتين التجريبتين والمجموعة والضابطة في مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية (عادات العقل)".

#### الاستنتاجات:

- في ضوء ما توصل إليه البحث الحالي من نتائج يمكن عرض الاستنتاجات التالية:
- أثر البرنامج التعليمي المقترح لمهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة في المتغيرات قيد البحث لكل من المجموعتين التجريبتين والضابطة.
  - تفوق المجموعة التجريبية (عادات العقل) على المجموعة التجريبية الثانية والضابطة.
  - تشكل مهارة التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد عاملاً إيجابياً في انتقال أثر التعلم في مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة.

#### التوصيات:

- في ضوء ما توصل إليه البحث الحالي من نتائج يمكن عرض التوصيات التالية:
- تطبيق البرنامج التعليمي في التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد قبل البدء في تعلم مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة.
  - تطبيق البرنامج التعليم المقترح في تعلم مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة.

### التوصيات ببحوث مستقبلية:

- إجراء دراسات تجريبية لاستخدام المهارات متشابهة الأداء وانتقال أثر تعلمها في الألعاب المختلفة.

### قائمة المراجع:

#### قائمة المراجع العربية:

١. إبراهيم أحمد المسلم الحارثي (٢٠٠٢م) : العادات العقلية وتنميتها لدى الطالبات، الطبعة الأولى الرياض، مكتب الشقري .
٢. إبراهيم محمود غريب ، السيد السيد إبراهيم عبده (٢٠٠٤): تقويم دقة التصويب بالوثب أماما وعاليا في كرة اليد بدلالة بعض المتغيرات الكينماتيكية، جامعة طنطا - كلية التربية الرياضية، المجلة العلمية لعلوم التربية الرياضية، العدد ٤، يونيه، ص. ٢١٧ - ٢٣٦
٣. أحمد بني عطاء (٢٠١٠): دراسة لانتقال اثر التعلم بين بعض مهارات الجمباز و مهارات السباحة، جامعة اليرموك - عمادة البحث العلمي: أبحاث اليرموك - سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد ٢٦، العدد ٢، ص. ٤١٣ - ٤٢٧.
٤. أحمد علي محمد علي سويلم، محمود أحمد الدسوقي (٢٠٢٠): انتقال أثر التعلم لمهارة رمية الجزاء في كرة اليد على تعلم مهارة ضربة الجزاء في كرة الماء بدلالة بعض المتغيرات الميكانيكية، جامعة حلوان - كلية التربية الرياضية للبنات: المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة جامعة حلون، المجلد ٢٤، ص ١ - ٢١
٥. أحمد عمر علي مكرش (٢٠١٥): المحددات البيوميكانيكية لمهارة التصويب بالوثب العالي كأساس لوضع برنامج تدريبي للاعبين كرة اليد وتأثيره على دقة التصويب، رسالة دكتوراه، جامعة أسيوط: كلية التربية الرياضية.
٦. أسماء حمزة محمد عبدالعزيز (٢٠١٨م) : برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل المنتجة وأثره في خفض التسوف الأكاديمي وقلق المستقبل لدى طلاب كلية التربية، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية

٧. اسيل جليل قاطع (٢٠١٨ م): تأثير ترمينات مشابهه للعب وفقا لبعض عادات العقل في تعلم مرحلة الطيران بطريقه التعلق في فعالية الوثب الطويل، مجله العلوم التربويه والنفسيه شرطه جامعه البحرين المجلد ١٩ العدد ٣
٨. أشرف محمد مصطفى صالح (١٩٩٥): تحديد اليد ذات التأثير الكبير على إنتقال أثر تعلم المحاوره لمرحلة ما قبل الدراسة، رساله دكتوراه، جامعه حلوان: كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة.
٩. أكرام زكى خطايبه (١٩٩٦م): موسوعة الكرة الطائرة الحديثه، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، الأردن.
١٠. الطيب جلطي (٢٠١٧): انتقال أثر التعلم لبعض المهارات الأساسية في رياضة كرة السلة عند الناشئين، الجزائر، جامعه زيان عاشور الجلفة - معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية: مجلة المحترف، العدد ١٢، ص. ٢٧ - ٤٦.
١١. إلين وديع فرج (١٩٩٠م): الكرة الطائرة - دليل المعلم والمدرّب واللاعب، منشأة العارف، الإسكندرية.
١٢. بدور محمد عادل البيلي (٢٠١٣): انتقال أثر التعلم بين بعض المهارات الهجومية في كرة اليد لطالبات المرحلة الإعدادية، جامعه أسيوط - كلية التربية الرياضية: مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، العدد ٣٦، الجزء ٢، مارس، ص. ٢٤٣ - ٢٦٠.
١٣. بهجت أحمد أبو طامع (٢٠١٦): انتقال أثر التعلم للسباحة الحرة على تعلم سباحة الظهر لطلبة تخصص التربية الرياضية، الأردن، الجامعة الأردنية - عمادة البحث العلمي: دراسات - العلوم التربوية، المجلد ٤٣، ملحق، ص. ١١٨٥ - ١١٩٥.
١٤. جاسم سعد جاسم، حمد لهمود ظاهر الشويلي، أحمد قاسم خلف (٢٠١٩): تأثير نقل أثر التعلم العمودي في تعلم مهارتي المراوغة والتهديف بكرة القدم للصالات للطالبات، العراق، جامعه ميسان - كلية التربية الرياضية: مجلة ميسان لعلوم التربية البدنية، العدد ١٩، ص. ١٠٧ - ١١٨

١٥. جلال كمال سالم (٢٠٠٢م): كرة اليد الحديثة (أسس - تطبيقات)، جامعة قناة السويس: كلية التربية الرياضية ببور سعيد، الفضائية للنشر والتوزيع،
١٦. حبيب علي طاهر، وسام صلاح عبدالحسين (٢٠١٦): انتقال أثر التعلم العمودي والعمودي المعكوس وتأثيره في تعلم مهارتي الإرسال والضرب الساحق للطلاب بالكرة الطائرة، العراق، جامعة بابل - كلية التربية الرياضية: مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد ٩، العدد ٥، ص. ١٦ - ٣٠.
١٧. حسام محمد هيدان، سنان عباس علي (٢٠١٠): أثر استخدام أسلوب التعلم الاتقاني في تعلم مهارة المناولة ونقل أثرها الى مهارة التصويب بكرة اليد، العراق، جامعة بابل - كلية التربية الرياضية: مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد ٣، العدد ٤، ص. ٢٣١ - ٢٤٧.
١٨. حسن يوسف عبدالله أبو زيد (٢٠٢٢): تأثير برنامج نفسي باستخدام عادات العقل لتعزيز المناعة النفسية لدى ناشئي كرة السلة، جامعة بنها - كلية التربية الرياضية للبنين: المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، المجلد ٢٨، العدد ١٠، يونيو، ص. ٨٥ - ١٢٢.
١٩. حسني زكريا السيد النجار (٢٠١٩): النموذج البنائي للعلاقات بين عادات العقل والأسلوب لإبداعي وكفاءة التمثيل المعرفي لدى طلبة كلية التربية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية.
٢٠. حسين محمد حسن عيد ، عائشة محمود مصطفى، أحمد عبدالمنعم محمد أحمد السيوفي (٢٠٠٨): التحليل الكينماتيكي لمهارة الضرب الساحق من الاقتراب في الكرة الطائرة، جامعة حلوان - كلية التربية الرياضية للبنين: المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، العدد ٥٥، أغسطس، ص. ٨١ - ١١٣.
٢١. حيدر عبدالراضي طراد (٢٠١٢) : أثر برنامج (كوستا وكاليك) في تنمية التفكير الإبداعي باستخدام عادات العقل لدى طلبة المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية، مجلة علوم التربية الرياضية، عدد (١)، مجلد (٥) .
٢٢. خالد بن محمد الراغبى (٢٠١٥م): عادات العقل ودافعية التعلم، ط١، مركز ديبو لتعليم التفكير، الأردن.

دور عادات العقل في انتقال أثر التعلم لمهارة التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد على تعلم مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق

٢٣. خالد حمودة وجمال كمال سالم ( ٢٠٠٨ ) : الهجوم والدفاع في كرة اليد، شركة ماكس جروب.

٢٤. خالد حموده، أشرف كامل ( ٢٠١٤ ) : تعليم المبتدئين وتدريب الناشئين كرة اليد، مؤسسة عالم الرياضة للنشر، دار الوفاء لدنيا الطباعة.

٢٥. ختام آي (٢٠١٠): تأثير برنامج تعليمي مقترح لتحسين مستوى الإدراك الحس حركي على انتقال أثر التعلم من مهارة البدء في السباحة إلى مهارة الدفاع بالغطس في الكرة الطائرة، رسالة دكتوراه، الأردن، الجامعة الاردنية: كلية الدراسات العليا.

٢٦. زكي محمد محمد حسن (٢٠٠٢م): طرق تدريس الكرة الطائرة (تعليم - تدريس - تطبيق - تقويم)، الطبعة الاولى، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، الاسكندرية.

٢٧. زكي محمد محمد حسن (٢٠١٢م): الموسوعة العلمية للكرة الطائرة الاستراتيجيات الحديثة في تدريس وتدريب المهارات الاساسية، الطبعة ١، دار الكتاب الحديث، القاهرة.

٢٨. زياد فلاح الزيود (٢٠٠٧): انتقال أثر التعلم لمهارة الكب على العقلة على مهارة الكب من التعلق على المتوازي، رسالة ماجستير، الأردن، الجامعة الاردنية: كلية الدراسات العليا

٢٩. زياد فلاح الزيود (٢٠١٥): انتقال أثر التعلم لأداء مهارة الدرجة الأمامية الطائرة في رياضة الجمباز على تعلم مهارة البدء العالي في السباحة بدلالة بعض المتغيرات الميكانيكية، رسالة دكتوراه، الأردن، الجامعة الاردنية: كلية الدراسات العليا.

٣٠. سعد حماد الجميلي (٢٠١٣م): الكرة الطائرة تعليم وتدريب وتحكيم، الطبعة الاولى، دار زهران للنشر والتوزيع، الاردن.

٣١. شعبان حلمي حافظ محمد، فايذة محمد شبل رزق (٢٠١٩): تأثير استخدام استراتيجية الياءات الخمس "E'so" على عادات العقل وتعلم بعض المهارات الحركية في الكرة الطائرة لدى تلميذات المرحلة الإعدادية، جامعة سوهاج - كلية التربية الرياضية: مجلة سوهاج لعلوم وفنون التربية البدنية والرياضية، العدد ٢، يناير، ص. ٨٠ - ١١٦



دور عادات العقل في انتقال أثر التعلم لمهارة التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد على تعلم مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق

٣٢. شيماء محمد راغب عسر (٢٠١٩م): عادات العقل وعلاقتها بمستوى الدافعية الداخليه

للانجاز لدى معلمات التربية الرياضييه، جامعه بنها كليه التربيه الرياضييه: رساله ماجستير

٣٣. ضرغام عبد السالم نعمة (٢٠١٤): علاقة الزمن ببعض المتغيرات البيوكينماتيكية لمرحلة

النهوض لمهارة التصويب بالقفز أماماً بكرة اليد، جامعه ميسان: مجلة ميسان لعلوم التربية

البدنية، المجلد ٩، العدد ٩، ص. ١٤٤-١٥٨

٣٤. عادل محمد العدل (٢٠١٨م): عادات العقل وعلاقتها بكل من التفكير التأملّي والذكاء

الأخلاقي، المجلة المصرية للدراسات النفسية .

٣٥. عاصم عبد المجيد كامل أحمد (٢٠٢٠م): التفكير التحليلي وبعض عادات العقل لدى

العاديين وذوي صعوبات الكتابة من تلاميذ المرحلة الابتدائية : دراسة مقارنة، المجلة التربوية،

جامعة سوهاج، كلية التربية .

٣٦. عبد المجيد نشواتي (٢٠٠٣): علم النفس التربوي، عمان: دار الفرقان للنشر والتوزيع، ط ٤.

(ص. ٥٢١ - ٥٤٢)

٣٧. عبدالرحمن إبراهيم عقل (٢٠١٨): تقييم النشاط الكهربّي للعضلات خلال أداء مهارة

التصويب من الوثب عاليا في كرة اليد، جامعه الإسكندرية - كلية التربية الرياضية للبنين

بأبوقير: مجلة تطبيقات علوم الرياضة، العدد ٩٨، ديسمبر، ص. ١٦٩ - ١٨٠

٣٨. عبدالله سالم عبد خطايبية (٢٠١٢): انتقال اثر التعلم لمهارة الارتكاز في الشقلبة الامامية

على بساط الحركات الارضية على تعلم الشقلبة الامامية على حسان الففز، رساله ماجستير،

الأردن، جامعه اليرموك: كلية التربية الرياضية.

٣٩. عبدالوهاب غازي حمودي (٢٠٠٨م): كرة اليد مالها وما عليها - المبادئ التعليمية

والتدريبية، بغداد: مطبعة العمران.

٤٠. على حسانين حسب الله وآخرون (٢٠٠٢م): الكرة الطائرة نظريات وتطبيقات، مؤسسة بيتر

للطباعة، القاهرة.

دور عادات العقل في انتقال أثر التعلم لمهارة التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد على تعلم مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق

٤١. على مصطفى طه (١٩٩٩م): الكرة الطائرة (تاريخ - تعليم - تدريب - تحليل - قانون)، دار الفكر العربي، القاهرة.

٤٢. فادي عبدالله محمد أبو عمر (٢٠١٩): انتقال أثر تعلم مهارة حركية مركبة في الجمباز على تنمية مهارة الدوران مع الدفع بالقدمين في سباحة الظهر تبعا لبعض المتغيرات الميكانيكية، رسالة ماجستير، الاردن، جامعة اليرموك: كلية التربية الرياضية.

٤٣. فاروق عدنان رمضان (٢٠٠٩): انتقال أثر التعلم لمهارة الارسال من أعلى في كرة الطائرة على مهارة الارسال في التنس الأرضي، رسالة ماجستير، الأردن، الجامعة الاردنية: كلية الدراسات العليا.

٤٤. فاطمة متولى عقل حمودة (٢٠٢١): عادات العقل وعلاقتها بدافعية التعلم الحركي ومستوى الأداء المهارى على بعض أجهزة الجمباز، رسالة دكتوراة، جامعة الزقازيق: كلية التربية الرياضية بنات

٤٥. فدوة ناصر ثابت (٢٠٠٦م) : فاعلية برنامج تدريبي مستند إلى عادات العقل في تنمية حب الاستطلاع المعرفي والذكاء الاجتماعي لدى أطفال الروضة ، الأردن، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، كلية الدراسات التربوية العليا: أطروحة دكتوراه (غير منشورة) .

٤٦. فراس سهيل ابراهيم نبيل كاظم هريبد (٢٠١٣): تأثير استخدام الوسائط المتعددة في تطوير دقة مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة للناشئين، العراق ، جامعة بابل - كلية التربية الرياضية، المجلد ٢١، العدد ٣، ص. ٩٠٢ - ٩١٣

٤٧. فيرنرفك، هاينز بوش، جيردفيشر، رايموندكوخ (١٩٩٧م): الممارسة التطبيقية لكرة اليد: للمبتدئين والمتقدمين، ترجمة كمال عبد الحميد، مراجعة محمد حسن علاوي، القاهرة: دار الفكر العربي.

٤٨. قاسم محمد علي خويلة (٢٠١٣): دراسة أثر انتقال التعلم في فعاليات الرمي الدورانية بألعاب القوى لدى كلا الجنسين، الأردن، الجامعة الأردنية - عمادة البحث العلمي: دراسات - العلوم التربوية، المجلد ٤٠، العدد ١، ص. ١٢٩ - ١٤٣.

دور عادات العقل في انتقال أثر التعلم لمهارة التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد على تعلم مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق

٤٩. كرم خلف ناصر أبو عاقولة، وليد أحمد الرحاحلة (٢٠١٨): انتقال أثر التعلم لفعالية رمي

القرص على فعالية دفع الكرة الحديدية بالتبادل في ألعاب القوى، الجامعة الأردنية - عمادة

البحث العلمي: دراسات - العلوم التربوية، المجلد ٤٥، ملحق، ص. ٩٣ - ١٠٩.

٥٠. مازن عبدالهادي أحمد، علي خضير عبيس (٢٠١١): تأثير استخدام أسلوب التعلم المكثف

والتوزع على تطور مستوى الاداء ونقل التعلم بين بعض مهارات التنس الأرضي والريشة

الطائرة، العراق، جامعة بابل - كلية التربية الرياضية: مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد ٤،

العدد ٢، ص. ٣١٨ - ٣٣٨.

٥١. محمد إبراهيم المليجي ، محمد أحمد أنور الديب (٢٠٠٩): بناء مخطط حركي لمهارة

الضرب الساحق في الكرة الطائرة، جامعة الزقازيق : كلية التربية الرياضية للبنين، المؤتمر

العلمي الدولي الثالث - نحو استثمار أفضل للرياضة المصرية والعربية، المجلد ١، مارس،

ص. ٣٠ - ٧٠.

٥٢. محمد بكرنوفل (٢٠٠٨م): تطبيقات عملية في تنمية التفكير باستخدام عادات العقل، عمان ،

دارالميسرة .

٥٣. محمد خضر أسمر الحياني، أحمد حامد أحمد، خالد محمد داود البنا (٢٠٠٨): انتقال اثر

التعلم العمودي والعمودي المعكوس باستخدام الوسائل التعليمية في تعلم مهارة الضرب الساحق

بأنواعها بالكرة الطائرة، العراق، جامعة الموصل - كلية التربية الرياضية: مجلة الرافدين للعلوم

الرياضية، المجلد ١٤، العدد ٤٨، ص. ٩٦ - ١٢٠.

٥٤. محمد خضر أسمر الحياني، زياد طارق حامد (٢٠١٨): انتقال أثر التعلم المتبادل في تعلم

الأداء الفني والاحتفاظ بين بعض مسكات المصارعة الرومانية، العراق، جامعة الموصل -

كلية التربية الرياضية: مجلة الرافدين للعلوم الرياضية، المجلد ٢١، العدد ٦٨، ص. ١٥٢ -

١٧٣

دور عادات العقل في انتقال أثر التعلم لمهارة التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد على تعلم مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق

٥٥. محمد خليل (٢٠١٠): التحليل البايوميكانيكي للقفز العمودي وعلاقته بدقة وسرعة التصويب لدى لاعبي كرة اليد، العراق، جامعة القادسية - كلية التربية الرياضية: مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية، العدد ١، المجلد ١١، ديسمبر، ص. ٥١١ - ٥٢٦
٥٦. محمد رزق البحيري (٢٠١٥ م): بعض عادات العقل المنتجة كمحددات للإيجابية لدى عينة من الأطفال المتفوقين عقلياً ذوي نقص الانتباه والنشاط الزائد، المجلة المصرية للدراسات النفسية.
٥٧. محمد عذب حاجم ، تامر صابر محمد صابر ، وديع محمد المرسي عطية ، شريف علي طه (٢٠٢١): التحليل الكيفي لمهارة التصويب من الوثب للمبتدئين في كرة اليد، جامعة المنصورة - كلية التربية الرياضية: المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة، العدد ٤٢ ، يوليو، ص. ٢٠٧ - ٢١٩
٥٨. محمد فتحى البحراوي ( ٢٠١٤ م) : تأثير برنامج (كوستاوكاليك) باستخدام عادات العقل على تنمية التفكير الايجابي ومستوى تعلم مهارات سباحة الزحف على البطن لدى طلاب كلية التربية الرياضية، المؤتمر العلمي الخامس عشر لكلية التربية الرياضية جامعته حلوان بعنوان التربية البدنية والرياضيه رؤيا عربيه مشتركه
٥٩. محمد فوزي عبدالشكور، محمد السيد محمد حلمي (٢٠٠٤): دراسة انتقال أثر تعلم أنماط حركية مختارة على اكتساب بعض مهارات الكرة الطائرة، جامعة حلوان - كلية التربية الرياضية للبنين: المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، العدد ٤٣، ديسمبر، ص. ٣٠٣ - ٣١٥.
٦٠. محمود حمدى عبد الكريم (٢٠٠١ م): الكرة الطائرة (تعليم وتدريب)، دار المعارف، القاهرة.
٦١. محمود عطا الله سالم الدراوشة (٢٠٢٠ م) : فاعلية استراتيجية التقويم الواقعي فى تنمية بعض عادات العقل المنتجة، مجلة العلوم التربوية والنفسية.

٦٢. مصباح عبدالله مصطفى (٢٠١٣): فاعلية استراتيجيات التفكير في خفض القلق الرياضى وتنمية دقة أداء الضرب الساحق لدى الناشئين، جامعة حلوان - كلية التربية الرياضية للبنين: المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، العدد ٦٩، سبتمبر، ص. ٣٣٧ - ٣٦٤
٦٣. معين محمد طه الخلف، صادق خالد الحايك، خالد عطيات (٢٠٠٧): أثر تعلم المهارات ذات الأداء الفني المتشابه في مستوى تعلم مهارة الضربة الساحقة بلعبة الريشة الطائرة، الأردن، جامعة مؤتة: مؤتة للبحوث والدراسات - سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد ٢٢، العدد ٤، ص. ٢٠٩ - ٢٣٦.
٦٤. منار محمود عبد السلام شعبان (٢٠١٧): تدريبات حركية موجهة للسيطرة الدماغية وتأثيرها على تحسين مستوى الضربة الساحقة في الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق، جامعة الزقازيق - كلية التربية الرياضية للبنات: رسالة ماجستير.
٦٥. ناجي مطشر عزت البدر (٢٠٢٠): تأثير تمارين مشابهة للعب وفقاً لبعض عادات العقل في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد، الأكاديمية الدولية لتكنولوجيا الرياضة: المجلة الأوربية لتكنولوجيا علوم الرياضة، العدد ٢٦، ص. ١٤٦ - ١٦٠
٦٦. ناديه محمد طاهر شوشه (٢٠١٩م): تأثير برنامج كوستا وكاليك باستخدام عادات العقل على تنمية التفكير الابداعي وتعلم مهارات النجمه الثانيه في السباحه التوقيه، جامعة أسيوط - كلية التربية الرياضية: مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربيه الرياضيه مجلد ٢ العدد ٥١.
٦٧. ناهدة عبد زيد الدليمي، عايد حسين عبدالأمير، نصر حسين عبدالأمير (٢٠٠٧): تأثير انتقال التعلم المتبادل لحركة القدمين الدفاعية بين لعبتي كرة السلة والكرة الطائرة، جامعة الزقازيق - كلية التربية الرياضية للبنين: المؤتمر العلمي الدولي الثاني - التدريب الميداني بكليات التربية الرياضية في ضوء مشروع ضمان الجودة والاعتماد في التعليم، المجلد ٢، مارس، ص. ١٣٩ - ١٥٤

دور عادات العقل في انتقال أثر التعلم لمهارة التصويب الكرابجي بالوثب عالياً في كرة اليد على تعلم مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق

٦٨. نوفل فاضل رشيد (٢٠١٠): انتقال اثر تعلم مهارة التميريه بانواعها في التهديف القريب والبعيد

في لعبة كرة القدم، العراق، جامعة الموصل - كلية التربية الرياضية: مجلة الرافيدين للعلوم الرياضية، المجلد ١٦، العدد ٥٤، ص. ١ - ٢٨.

٦٩. وسام رياض حسين عباس الدليمي، ناهدة عبد زيد الدليمي (٢٠١١): تأثير أدوات مساعدة

في تخفيف صعوبات الأداء الحركي وتطوير أهم الجوانب الخاصة بمهارتي الضرب الساحق وحائط الصد للطلاب بالكرة الطائرة، العراق - جامعة بابل: كلية التربية الرياضية، رسالة دكتوراه

٧٠. ياسر محمد حسن دبور (١٩٩٦م): كرة اليد الحديثة، الإسكندرية: منشأة المعارف.

قائمة المراجع الأجنبية

71. **Cyril Kirwan (2009):** Improving Learning Transfer، A Guide to Getting More Out of What You Put Into Your Training، Gower Publishing Limited.
72. **Gordon.&Others(2011):** Mathematical Habits Of Main Promoting Student Thought Full Considerations, Journal Of Curriculum Studies Aug 2011. Vol,43 P457-469.13p Grabh.United Studies.
73. **L. Costa، Bena Kallick (Eds.) (2000) :** Habits of Mind : A Developmental Series. Alexandria، V A : ASCD.
74. **L. Costa، Bena Kallick (2008):** Learning and Leading with Habits of Mind – 16 Essential Characteristics for Success، Association for Supervision & Curriculum Deve، Alexandria، Virginia USA
75. **L. Costa، Bena Kallick (2009):** Habits of mind across the curriculum: Practical and creative strategies for teachers. Association for supervision and curriculum development (ASCD)، Alexandria، Virginia، USA.
76. **Mathau ، A ، (2004) :** Somart Thinking ، Skills for Critical Understanding and writing. United King dun ; Oxford University Pres.
77. **Richard A. Schmidt، Tim Lee، Carolee Winstein، Gabriele Wulf ، Howard Zelaznik (2018):** Motor Control and Learning: A Behavioral Emphasis، Sixth Edition، United States of America: Human Kinetic.
78. **Robert E. Haskell (2000):**Transfer of Learning، Cognition، Instruction، and Reasoning، Academic Press.
79. **Sarah Leberman، Lex Mcdonald، Stephanie Doyle (2006):** The Transfer of Learning: Participants' Perspectives of Adult Education And Training، Gower Publishing Limited.
80. **Vivienne E. Cree، Cathlin Macaulay (2001):** Transfer of Learning in Professional and Vocational Education; Handbook for Social Work Trainers، Routledge.

81. **William ، N ، R.، ( 2016 )** : An evaluation of the habits of mind character Education program، Pro Quest 10161899.
82. **Wirsema (2011)**: International Mental Entail Possessing Students Thinking As Habits Of Mind "Journal Of Phonographic & Qualitative Research
83. **Yangsheng Xu، Ka Keung C. Lee (2006)**: Human Behavior Learning and Transfer، CRC Press

شبكة المعلومات الدولية:

84. <https://en.wikipedia.org/wiki/Volleyball>

85. <https://en.wikipedia.org/wiki/Handball>