

الفصل الثالث

٣/٠ إجراءات البحث

منهج البحث	١/٣
عينة البحث	٢/٣
أسباب اختيار العينة	٣/٣
وسائل جمع البيانات	٤/٣
الدراسة الاستطلاعية	٥/٣
خطوات أعداد الوحدات التعليمية	٦/٣
وحدات أسلوب التعلم التعاوني	٧/٣
وحدات أسلوب التعليم المبرمج	٨/٣
خطوات البحث	٩/٣
المعالجات الإحصائية	١٠/٣

٠/٣ إجراءات البحث:

١/٣ منهج البحث:

تم استخدام الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي ذو المجموعتين التجريبيتين، وذلك لمناسبته لطبيعة البحث وأهدافه.

٢/٣ عينة البحث:

قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية من الملاكات المبتدئات بنادى الشبان المسلمين بالمنصورة ، حيث بلغ قوامها (١٨) من بين (٢٧) ملاكمة تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبيتين متساويتين لتصبح (٩) لاعبات يتم التدريس لهم بأسلوب التعلم التعاوني و (٩) لاعبات يتم التدريس لهم بأسلوب التعليم المبرمج ، واستخدم الباحث عدد (٩) لاعبات لإجراء الدراسات الاستطلاعية من خارج عينة البحث ومن داخل المجتمع الأصلي.

وقد أجرى الباحث التجانس والتكافؤ بين أفراد المجموعتين فى المتغيرات قيد البحث (السن ، الطول، الوزن، المتغيرات البدنية والمهارية) الجداول (٦، ٧، ٨)

جدول (٦)

تجانس عينة البحث

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
السن	١٧,٠٧٥	١٧,٢٠٠	٠,٥٢٢	٠,٧١٩
الطول	١,٦١٩	١,٦٠٠	٠,٠٤٦	١,٢٠٥
الوزن	٦٢,٠٨٧	٦٢	١٠,٦٢٠	٠,٠٢٤

يتضح من الجدول رقم (٦) أن قيم معاملات الالتواء قد تراوحت بين (٠,٠٢٤ ، ١,٢٠٥) أى أنها أنحصرت ما بين (٣- ، ٣+) مما يدل على أن قياسات العينة فى المتغيرات قيد البحث قد وقعت تحت المنحنى الاعتدالى مما يدل على تجانس أفراد العينة فى هذه المتغيرات.

جدول (٧)
تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات البدنية قيد البحث

المتغيرات	وحدة القياس	مجموعة المتعاوني		مجموعة المبرمج		قيمة "ت"
		ع+	س-	ع+	س-	
الرشاقة	بالزمن	٠,٨٣٥	٦,٨٠٦	٠,٩٧٩	٧,٣٩٢	١,٣٦٨
المرونة	بالسم	٢,٢٦١	١٤,٨٨٩	٢,٤٠٤	١٤,٤٤٤	٠,٤٠٤
تحمل القوة	بالعدد	١١,٤٩٤	٢٤,١١	٧,٥٦٢	٢٣,٢٢٢	٠,١٩٤
القدرة	بالمتر	٠,٥٥٩	٣,٦٦٧	٠,٥٢٧	٣,٤٤٤	٠,٨٦٨
التوازن	بالزمن	٠,٣٣٩	١,٧٢٤	٠,٣٧٠	١,٦٩٧	٠,١٦٦
الدقة	بالمحاولة	٠,٦٥١	٣,٨٠٠	٠,٥٤٢	٢,٥٢١	١,٧٧٢
سرعة رد الفعل اليد اليسرى	بالسم	٣,٦٨٩	١٢,٨٨٩	٤,٢١٦	١٢,٥٥٦	٠,١٧٨
سرعة رد فعل اليد اليمنى	بالنيوتن	١,٩٢٢	١٣,٢٢٢	٢,٤٢١	١٢,٨٨٩	٠,٣٢٣
قوة القبضة اليسرى	بالنيوتن	٨,٢١٦	٣٦,٧١١	٨,٥١٦	٣٦,٤٠٠	٠,٠٧٩
قوة القبضة اليمنى	بالمحاولة	١٠,٠٩٥	٣٨,٢٦٧	١٣,٠٥٠	٣٧,٧١١	٠,١٠١
رمى الكرة باليمنى والاستقبال باليمنى	بالمحاولة	٠,٧٠٧	٣,٠	١,٤١٤	٢,٠	١,٨٩٧
رمى الكرة باليسرى والاستقبال باليسرى	بالمحاولة	١,٠	٢,٦٦٧	٠,٥٠٠	٢,٣٣٣	٠,٨٩٤
رمى الكرة باليمنى والاستقبال باليسرى	بالمحاولة	٠,٥٢٧	٢,٤٤٤	٠,٩٧٢	٢,٢٢٢	٠,٦٠٣
رمى الكرة باليسرى والاستقبال باليمنى	بالمحاولة	٠,٨٨١	٣,٤٤٤	١,٠٥٤	٣,١١١	٠,٧٢٨
تحمل سرعة ٢٠٠م	بالزمن	٠,٢٦٢	٠,٩٩٦	٠,٣١٣	٠,٩٧٣	٠,١٦٣
السرعة	بالزمن	٠,٨٦٢	٦,٨٨٧	٠,٤٩٨	٦,٩٩٠	٠,٣١١

* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٢,١٢٠

جدول (٨)
تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات المهارية قيد البحث

المتغيرات	مجموعة المتعاوني		مجموعة المبرمج		قيمة "ت"
	ع+	س-	ع+	س-	
دفع كرة طبية باليد اليمنى	٠,٦٠٠	٣,٤٧٨	٠,٤٦٥	٣,١١١	١,٤٣٤
دفع كرة طبية باليد اليسرى	٠,٦٥٧	٣,١٢٢	٠,٤٤١	٢,٩٧٨	٠,٥٤٨
تسديد أكبر عدد من اللكمات باليد اليسرى	٢,٥٤٩	٤,٦٦٧	١,٠٩٣	٤,٢٢٢	٠,٤٨١
تسديد أكبر عدد من اللكمات باليد اليمنى	١,٠٥٤١	٣,٨٨٩	١,٧٣٢	٣,٣٣٣	٠,٨٢٢
تسديد أكبر عدد من اللكمات باليد اليمنى واليسرى	٢,٩٢٠	٨,٤٤٤	١,٦١٦	٨,١١١	٠,٣٠٠

* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٢,١٢٠

يتضح من الجدولين (٧، ٨) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من درجات مجموعتي البحث التجريبتين ، حيث أن قيمة "ت" الجدولية قد فاقت قيمها المحسوبة عند درجة حرية ١٦ ومستوى معنوية ٠,٠٥ وهذا يعنى تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات قيد البحث في القياس القبلي.

٢/٣ أسباب اختيار عينة البحث:

١/٣/٣ الباحث مدرب ملاكمة بنادي شبان المسلمين مما جعل توجيهه بالملاكمات عينة البحث سهلة.

٢/٣/٣ توافر الأجهزة والأدوات المستخدمة في الجانب التعليمي والتطبيقي.

٤/٣ وسائل جمع البيانات:

وقد اشتملت وسائل جمع البيانات على الآتي:

١/٤/٣ استمارات استطلاع آراء الخبراء لتحديد:

١/١/٤/٣ اختبارات الصفات البدنية التي سيتم تطبيقها على الملاكمات لأحد الخطوات الأساسية لتحقيق التجانس والتكافؤ بين المجموعتين التجريبيتين قيد البحث. مرفق (٢)

٢/١/٤/٣ تحديد أهم المهارات الأساسية التي سيتم وضعها في الوحدات التعليمية. مرفق (١)

٢/٤/٣ الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

١- كرات طبية	٢- أقماع
٣- شريط قياس	٤- قفازات
٥- مرايا	٦- مسطرة مدرجة
٧- كرات تنس	٨- كيس لكم
٩- وسائد حائط	١٠- الريستاميتز
١١- ميزان طبي	١٢- ساعة إيقاف
١٣- كاميرا فيديو	

٣/٤/٣ الاختبارات المستخدمة قيد البحث :

١/٣/٤/٣ بطارية قياس مستوى الأداء المهارى للملاكمة (إسماعيل حامد عثمان وآخرون)

مرفق (٤) (٤٠ : ٢-٥)

مرفق (٥)

٢/٣/٤/٣ اختبارات الصفات البدنية قيد البحث .

١/٢/٣/٤/٣ الرشاقة: الجري الزجراجى. (٣٥ : ٢٨٨-٢٩١)

٢/٢/٣/٤/٣ المرونة: ثنى الجذع أماماً أسفل من الوقوف. (٣٥ : ٣٤٣-٣٤١)

٣/٢/٣/٤/٣ تحمل القوة: الانبطاح المائل ثنى الذراعين المعدل للإناث. (٣٥ : ١٤٧-١٤٩)

٤/٢/٣/٤/٣ القدرة: دفع كرة طبية ٣ ك باليدين. (٣٥ : ١١٠-١١٣)

٥/٢/٣/٤/٣ التوافق: رمى واستقبال الكرة خمس مرات لكل يد. (٣٧ : ٣٢٨)

٦/٢/٣/٤/٣	الدقة: التصويب باليد على المستطيلات خمس مرات.	(٣٧ : ٣٥٨-٣٥٩)
٧/٢/٣/٤/٣	السرعة: العدو ٣٠م من البدء الطائر.	(٣٥ : ٢٤٧-٢٤٩)
٨/٢/٣/٤/٣	القوة: قياس قوة القبضة.	(٣٥ : ٣٤)
٩/٢/٣/٤/٣	تحمل السرعة: عدو ٢٠٠ متر.	(٣٥ : ٢١٠-٢١٣)
١٠/٢/٣/٤/٣	سرعة رد الفعل: اختبار نيلسون لقياس رد فعل كل يد.	(٣٥ : ٢٦٣-٢٦٧)
١١/٢/٣/٤/٣	التوازن: الوقوف على مكعب بمشط القدم ١٠ × ١٠ × ١٠سم.	(٩ : ١٥)

٥/٣ الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء هذه الدراسة في الفترة من ٨/٢٨ إلى ٢٠٠٤/٨/٣١ على عينة قوامها (٩) لاعبات تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من المجتمع الأصلي للبحث بهدف إيجاد معامل الصدق والثبات للاختبارات المهارية قيد البحث.

١/٥/٣ صدق الاختبارات:

تم حساب صدق الاختبارات قيد البحث عن طريق صدق التمييز وإجراء المعاملات الإحصائية المرتبطة بذلك والذي يوضحها جدول (٩)

جدول (٩)

صدق التمايز للاختبارات قيد البحث

قيمة "ت"	المجموعة غير الميزة		المجموعة الميزة		المتغيرات
	ع±	س-	ع±	س-	
* ٢,٥٠٢	٠,٤٨٥	٣,٦٠٠	٠,٣٣٦	٤,٢٦٠	دفع كرة طبية باليد اليمنى
* ٢,٩٠٥	٠,٥٠٣	٣,٣٦٠	٠,٢٤١	٣,٨٦٠	دفع كرة طبية باليد اليسرى
* ١٠,١٣٧	١,٥٨١	٥,٠٠٠	٦,٨٣٤	٣٦,٨٠٠	تسديد أكبر عدد من اللكمات باليد اليسرى على كيس لكم
* ٧,٦١٧	١,٤٨٣	٣,٨٠٠	٧,١٢٧	٢٨,٦٠٠	تسديد أكبر عدد من اللكمات باليد اليمنى على كيس لكم
* ١٢,٠٦٦	١,٥١٧	٩,٤٠٠	٤,٦٩٠	٣٦,٠٠	تسديد أكبر عدد من اللكمات باليد اليمنى واليسرى على كيس لكم

* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٢,٣٠٦

يتضح من الجدول رقم (٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من درجات عينة البحث ودرجات العينة المميزة للملاكمات بنادى الشبان المسلمين كعينة مميزة ، حيث أن قيم "ت" المحسوبة قد فاقت قيمتها الجدولية عند درجة حرية ٨ ومستوى معنوية ٠,٠٥ وهذا يعنى قدرة هذه الاختبارات على التمييز بين المستويات، وهذا يشير إلى أن هذه الاختبارات على درجة عالية من الصدق.

٢/٥/٣ ثبات الاختبارات:

قام الباحث بحساب ثبات الاختبارات قيد البحث مستخدماً في ذلك طريقة الاختبار وإعادة الاختبار، وذلك كما يوصفها جدول (١٠).

جدول (١٠)

ثبات الاختبارات قيد البحث (الاختبار وإعادة الاختبار)

قيمة "ر"	التطبيق ٢		التطبيق ١		المتغيرات
	ع+	س-	ع+	س-	
* ٠,٩٠٠	٠,٥٠٥	٣,٦٠٠	٠,٤٨٥	٣,٦٠٠	دفع كرة طبية باليد اليمنى
* ٠,٩١٠	٠,٣٦٥	٣,٣٤٠	٠,٥٠٣	٣,٣٦٠	دفع كرة طبية باليد اليسرى
* ٠,٨٧١	٠,٨٣٧	٤,٨٠٠	١,٥٨١	٥,٠٠٠	تسديد أكبر عدد من اللكمات باليد اليسرى على كيس لكم
* ٠,٨٩٦	٠,٨٣٧	٤,٢٠٠	١,٤٨٣	٣,٨٠٠	تسديد أكبر عدد من اللكمات باليد اليمنى على كيس لكم
* ٠,٨٨١	١,٨٧١	١٠,٠٠٠	١,٥١٧	٩,٤٠٠	تسديد أكبر عدد من اللكمات باليد اليمنى واليسرى على كيس لكم

* قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٨٧٨

يتضح من الجدول رقم (١٠) وجود ارتباط ذا دلالة إحصائية بين كل من درجات عينة البحث في التطبيق الأول للاختبار ودرجات التطبيق الثاني لنفس المجموعة لاستطلاعية بفاصل سبعة أيام، حيث أن قيم "ر" المحسوبة قد فاقت قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ وهذا يعنى ثبات درجات الاختبار عند إعادة تطبيقية تحت نفس الظروف.

٦/٣ خطوات إعداد الوحدات التعليمية:

١/٦/٣ قام الباحث بعمل مسح مرجعي لبعض الوحدات التعليمية بالدراسات السابقة المرتبطة بالبحث والأخذ بأراء الخبراء في مجال التدريس لتحديد شكل الوحدات التعليمية التي سيتم تدريسها.

٢/٦/٣ تم تحديد محتويات الوحدات التعليمية لمجموعتي البحث ومدة تطبيق التجربة الأساسية بواقع (٢٢) اثنان وعشرين وحدة تعليمية لمدة سبع أسابيع وقد تم تحديد زمن الوحدة التعليمية (٦٠ دقيقة) تم تقسيمها كالآتي:

١/٢/٦/٣	الإحماء.	(٥ ق.)
٢/٢/٦/٣	الجزء التعليمي.	(٢٠ ق.)
٣/٢/٦/٣	الجزء التطبيقي.	(٢٠ ق.)
٤/٢/٦/٣	الجزء التقويمي.	(١٠ ق.)
٥/٢/٦/٣	الجزء الختامي.	(٥ ق.)

بواقع ثلاث وحدات في كل أسبوع وقد تم الاستقرار على التصميمات النهائية بعد عرضها على خبراء المناهج وطرق التدريس.

٣/٦/٣ راعى الباحث عوامل الضبط التجريبي بين مجموعتي البحث فى المتغيرات المتعلقة بتصميم الوحدات حيث تم توحيد زمن البرنامج الكلى وزمن وحداته والإمكانات المادية والبشرية بين كل من المجموعتين.

٧/٣ وحدات أسلوب التعلم التعاوني:

١/٧/٣ تم تصميم أوراق المعيار التى تم تدريسها بعد استطلاع آراء الخبراء وفقاً للأسس التالية:

١/١/٧/٣ تحديد الأهداف التعليمية.

٢/١/٧/٣ تحديد حجم مجموعة العمل.

٣/١/٧/٣ تحديد أسم خاص لكل مجموعة عمل.

٤/١/٧/٣ تحديد الأدوار لأفراد مجموعة العمل.

وتتضمن ورقة المعيار للجزء الأساسى (الجانب التعليمى والتطبيقي) ، وقد قام الباحث لتقسيم مجموعة التعلم التعاونى (٩ ملاكمات) إلى ثلاث مجموعات كل مجموعة تحتوى على ثلاث لاعبات (قارئ ، ملاحظ ، مؤدى) حيث تقوم الملامكات بتبادل الأدوار خلال كل واجب حركى فى الوحدة.

٢/٧/٣ ولقد تم مراعاة النقاط التالية عند تنفيذ الوحدات التعليمية بأسلوب التعلم التعاوني:

١/٢/٧/٣ حدث الملامكات فى مجموعات العمل على التفاعل الإيجابي مع بعضهن والتعاون من أجل تحقيق هدف الوحدة.

٢/٢/٧/٣ أن تكون فترة الراحة البينية للمؤدى هى فترة يقوم خلالها بأدوار أخرى ومعنى هذا ، المحافظة على إيجابية الملامكة طوال فترة تنفيذ الوحدة.

٣/٢/٧/٣ أن تساعد الملامكات بعضهن البعض للوصول لأفضل إنجاز جماعي.

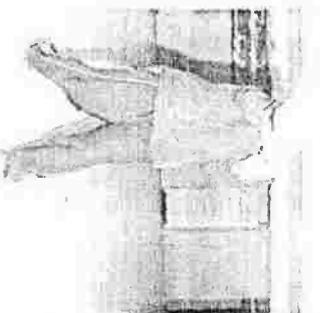
٤/٢/٧/٣ أثناء سير الوحدة إذا واجهت الملامكات فى مجموعات العمل (الفرق) أى صعوبة أو مشكلة يمكن أن يتوجه قائده المجموعة إلى الباحث ليقوم بمساعدتهم وتوجيههم.

٥/٢/٧/٣ يتم توجيه التشجيع ومنح درجات لمجموعة العمل (الفريق) وليس نحو الملامكة بذاتها.

وفيما يلى عرض لنموذج لوحدة من الوحدات التى تم تدريسها بأسلوب التعلم التعاوني:

شكل (٢) نموذج لوحدة تعليمية تم تدريسها بأسلوب التعلم التعاوني

الموضوع العام: الملاكمة النسائية	اسم فريق العمل :	
أسلوب التعليم : التعلم التعاوني .	اللقاء - الملاحظ - الموزعي	
المهارة : المستقيمة اليمنى في الرأس	الأسومج : التاريخ :	

<p>توضيح المهارة</p>					
	الجانب التطبيقي				
	تعليمات وإرشادات				
	الجانب التعليمي				
	طريقة الأداء				

التكرار	تعليمات على المهارة	تعليمات وإرشادات	طريقة الأداء	الزمن	أجزاء المدرس
١٠ مرات	١- أداء اللكمة و الثبات ثم الرجوع لوضع الاستعداد في عدتين . ٢- أداء اللكمة والرجوع بسرعة في عدة واحدة . ٣- أداء اللكمة أمام مرآة . ٤- أداء اللكمة من الحركة في جميع الاتجاهات . ٥- أداء اللكمة على وسادة حائط . ٦- أداء اللكمة على كيس اللكم . ٧- أداء اللكمة في صورة لكم تخيلي .	١- ثبات قبضة وساعد اليد اليسرى لحماية الوجهه والجنب من جهة اليسار أثناء أداء اللكمة المستقيمة اليمين . ٢- مراعاة أن تزدى اللكمة في خط مستقيم مع النظر اتجاه الهدف لتحقيق الدقة في الأداء . ٣- مراعاة دوران الكتف الأيمن للداخل عند أداء اللكمة لتحقيق القوة و الدقة . ٤- الملاكم الأعمس يتخذ الوضع المعاكس .	١- من وقفة الاستعداد تقوم الملاكمة بنقل مركز ثقل الجسم للقدم اليسرى . ٢- لف الجذع جهة اليمين قليلا حتى يشير الكتف الأيمن للإمام . ٣- القيام بقرء الذراع الأيمن للإمام على كامل استقامته . ٤- الاستمرار في فرد الذراع مع لف القبضة للداخل . ٥- الثبات في الوضع النهائي لتكون الذراع على خط مستقيم مع الكتف والذفن في حماية الكتف الأيمن والنظر اتجاه القبضة .		الجزء الرئيسي

٨/٣ وحدات أسلوب التعليم المبرمج:

١/٨/٣ تم تصميم الكتيب المبرمج (الأطر) الذي تم تدريسه بعد استطلاع آراء الخبراء وفقاً للأسس الآتية:

١/١/٨/٣ تحديد الأهداف التعليمية.

٢/١/٨/٣ تحديد أجزاء المهارة.

٣/١/٨/٣ توزيع هذه الأجزاء على الصور التي تناسبها.

٢/٨/٣ وتتضمن كل وحدة من وحدات الكتيب الجزء الأساسي (الجانب التعليمي والتطبيقي)

ولقد تم مراعاة النقاط التالية عند تنفيذ الوحدات التعليمية بأسلوب التعليم المبرمج.

١/٢/٨/٣ تنفرد كل ملاكمة بذاتها عند تنفيذ الجانب التعليمي بالوحدة.

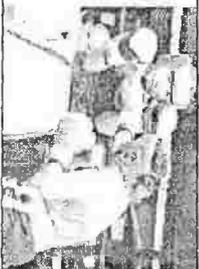
٢/٢/٨/٣ تبادل الأداء بين ملاكمتان عند تنفيذ التدريبات الزوجية على المهارة.

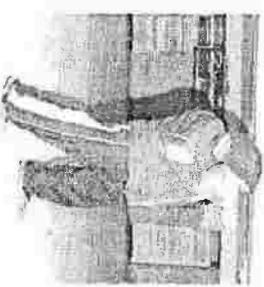
٣/٢/٨/٣ يقوم الباحث بدور الإرشاد والتوجيه عند مقابلة الملاكمة لأي مشكلة أو صعوبة أثناء تنفيذ الوحدة.

٤/٢/٨/٣ يتم توجه التشجيع ومنح درجات لكل ملاكمة بذاتها.

وفيما يلي عرض لنموذج لوحدة من الوحدات التي تم تدريسها بأسلوب التعليم المبرمج:

شكل (٢) نموذج لوحدة تعليمية تم تدريسها بأسلوب التعليم المبرمج

الموضوع العام: الملائمة الفسيحية	الإسم :	
أسلوب التعلم: التعلم المبرمج	الأسبوع:	
المهارة: المستقيمة اليمنى في الجذع	التاريخ:	



<p>الذراع مفردة على خط مستقيم من مفصل الكف وذلك بنف الجذع قليلا للدخول والتأقن في حماية الكف الأيسر من جهة اليسار.</p> <p>١- الزيادة في فرد الذراع لتصل إلى كامل استطاعتها لتوازي الأرض مع اتقاء في الركبتين بمقدار ١٥ سم تقريبا.</p> <p>٢- حتى الركبتين قليلا مع ميل الجذع للأمام قليلا مع بداية فرد اللكمة المستقيمة اليمنى في الجذع.</p> <p>٣- الوقوف وقفة الاستعداد.</p>	<p>الذراع مفردة على خط مستقيم من مفصل الكف وذلك بنف الجذع قليلا للدخول والتأقن في حماية الكف الأيسر من جهة اليسار.</p> <p>١- الزيادة في فرد الذراع لتصل إلى كامل استطاعتها لتوازي الأرض مع اتقاء في الركبتين بمقدار ١٥ سم تقريبا.</p> <p>٢- حتى الركبتين قليلا مع ميل الجذع للأمام قليلا مع بداية فرد اللكمة المستقيمة اليمنى في الجذع.</p> <p>٣- الوقوف وقفة الاستعداد.</p>	<p>الذراع مفردة على خط مستقيم من مفصل الكف وذلك بنف الجذع قليلا للدخول والتأقن في حماية الكف الأيسر من جهة اليسار.</p> <p>١- الزيادة في فرد الذراع لتصل إلى كامل استطاعتها لتوازي الأرض مع اتقاء في الركبتين بمقدار ١٥ سم تقريبا.</p> <p>٢- حتى الركبتين قليلا مع ميل الجذع للأمام قليلا مع بداية فرد اللكمة المستقيمة اليمنى في الجذع.</p> <p>٣- الوقوف وقفة الاستعداد.</p>
--	--	--

التكرار	تدريبات على المهارة	تعليمات وإرشادات
١٠ مرات	<p>١- أداء اللكمة من الثبات في أربع عدات:</p> <p>أ- ثنى الركبتين . ب- فرد الذراع لأداء اللكمة . ج- رجوع الذراع مرة أخرى . د- الوقوف في وضع الاستعداد.</p> <p>٢- أداء اللكمة في عدتين:</p> <p>أ- ثنى الركبتين وفرد الذراع وأداء اللكمة . ب- رجوع الذراع والوقوف في وضع الاستعداد.</p> <p>٣- أداء اللكمة أمام مرآة .</p> <p>٤- أداء اللكمة من الحركة في جميع الاتجاهات .</p> <p>٥- أداء اللكمة على وسادة حائط .</p> <p>٦- أداء اللكمة على كيس لكر .</p> <p>٧- أداء اللكمة في صورة لكم تخيلي</p>	<p>١- النظر اتجاه تسديد اللكمة .</p> <p>٢- قبضة اليد اليسرى تحمي الذقن من جهة اليسار والمرقعي يحمي الجذع .</p> <p>٣- الملاكم الأصغر يتخذ الوضع المعاكس .</p> <p>٤- عدم المغالاة في ثنى الركبتين .</p>
١٠ مرات		
١٠ مرات		
١٠ مرات		

٩/٣ خطوات البحث:

- ١/٩/٣ تم إجراء القياس القبلي يوم الأربعاء الموافق ٢٠٠٤/٩/١ باستخدام بطارية اختبار قياس مستوى الأداء المهاري مرفق (٤) على عينة البحث بعد أداء نموذج للبطارية.
- ٢/٩/٣ تم تنفيذ التجربة الأساسية للبحث خلال الفترة من الأحد ٢٠٠٤/٩/٥ إلى الخميس ٢٠٠٤/١٠/٢١ بواقع (٣) وحدات أسبوعية أى ٢٢ وحدة تعليمية وزمن الوحدة الواحدة (٦٠ ق) لكل من المجموعتين التجريبتين الأولى والثانية ، وتم استخدام ورقة المعيار للتدريس للمجموعة التجريبية الأولى (التعلم التعاوني) بينما تم استخدام الكتيب المبرمج للتدريس للمجموعة التجريبية الثانية (التعلم المبرمج).
- ٣/٩/٣ تم إجراء القياس البعدى على نفس العينة بنفس طريقة القياس القبلى يومى الأحد والاثنين ٢٤ ، ٢٥/١١/٢٠٠٤م.

١٠/٣ المعالجات الإحصائية:

استخدام الباحث المعالجات الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي.
- الوسيط.
- الانحراف المعياري.
- اختبار (ت).
- نسب التحسن.
- معامل الارتباط.
- معامل الالتواء.

وقد قام الباحث بتقريب البيانات إلى أقرب رقمين عشريين، وارتضى مستوى الدلالة

عند مستوى ٠,٠٥