

## الفصل الرابع

---

عرض النتائج

مناقشة النتائج وتفسيرها

عرض النتائج :

اولا : نتائج الفروق بين القياس القبلى والقياس البعدى لكل مجموعة :

١- عناصر اللياقة البدنية المختارة :

يوضح جدول رقم ٩ ، ١٠ ، ١١ نتائج الفروق بين القياس القبلى والبعدى لكل من المجموعة الضابطة ، التجريبية الاولى ، التجريبية الثانية ، فى عناصر اللياقة البدنية المختارة ( الدقة - التوافق - القدرة ) .

جدول (٩)

المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيمة (ت)

بين كل من القياسين القبلى والبعدى لعناصر

اللياقة البدنية المختارة

( للمجموعة الضابطة )

الدالة	قيمة "ت" المحسوبة	قياس بعدى		قياس قبلى		عناصر اللياقة البدنية
		ع	م	ع	م	
دال	٥١١	١٩٥	٩٧٠	٢١٩	٦٩٣	الدقة
دال	٥٦٤	٢٤٨	٩٦٧	٣٦٣	٥٠٧	التوافق
دال	٢٩٢	٢١٤	١٠٩٦	٢٢١	٩٣٩	القدرة

قيمة ت الجدولية = ٢٠٠٢ عند مسوى ٥%

يتضح من جدول رقم (٩) وجود فروقا ذات دلالة احصائية بين كل من القياسين القبلى والبعدى فى عناصر اللياقة البدنية المختارة ( الدقة - التوافق - القدرة ) عند مستوى (٠.٥) لصالح القياس البعدى للمجموعة الضابة ، كما يوضح شكل (٤) الفرق بين القياسين .

### جدول (١٠)

المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيمة ( ت )

بين كل من القياسين القبلى والبعدى لعناصر

اللياقة البدنية المختارة

( للمجموعة التجريبية الاولى )

الدلالة	قيمة "ت" المحسوبة	القياس البعدى		القياس القبلى		عناصر اللياقة البدنية
		ع	م	ع	م	
دال	٦٤١	١٩٩	١١٣	٢٦٦	٧٥٧	الدقة
دال	٧٤٨	٢١٧	١١٨٣	٣١١	٦٥٧	التوافق
دال	٤٢٥	١٨٢	١١٨٤	١٧٢	٩٨٦	القدرة

يتضح من جدول رقم (١٠) وجود فروقا ذات دلالة احصائية بين كل من القياسين القبلى والبعدى فى عناصر اللياقة البدنية المختارة ( الدقة - التوافق - القدرة ) عند مستوى (٠.٥) لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية الاولى . كما يوضح شكل (٥) الفرق بين القياسين القبلى والبعدى .

جدول (١١)

المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيمة ( ت )  
بين كل من القياسين القبلى والبعدى لعناصر  
اللياقة البدنية المختارة  
( للمجموعة التجريبية الثانية )

الدالة	قيمة "ت" المحسوبة	قياس بعدى		قياس قبلى		عناصر اللياقة البدنية
		ع	م	ع	م	
دال	٥٩٣	٢١٥	١٢٥٠	٣٣٧	٨١٠	الدقة
دال	٧٩٥	١٨٤	١١٣	٣٠٨	٨٠٣	التوافق
دال	٦٥٨	١٥٧	١١٨٦	١٣٨	٩٥٦	القدرة

يتضح من جدول رقم ( ١١ ) وجود فروقا ذات دلالة احصائية بين كل من القياسين القبلى والبعدى فى عناصر اللياقة البدنية المختارة ( الدقة - التوافق - القدرة ) عند مستوى (٠.٥) لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية الثانية ، كما يوضح شكل (٦) الفرق بين القياسين .

٢- المستوى المهارى للمهارات المختارة :

توضح الجداول ارقام ١٢ ، ١٣ ، ١٤ نتائج الفروق بين كل من القياسين القبلى والبعدى لكل من المجموعة الضابطة ، التجريبية الاولى ، التجريبية الثانية فى المستوى المهارى للمهارات المختارة ( الارسال من اسفل - الارسال من اعلى - التمير من اعلى ) .

جدول ( ١٢ )

المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيمة ( ت )

بين كل من القياسين القبلى والبعدى

للمهارات المختتمارة

( مجموعة ضابطة )

الدالة	قيمة "ت" المحسوبة	قياس بعدى		قياس قبلى		المستوى المهاري
		ع	م	ع	م	
دال	٦٥٨	٥٦٣	٢١١٧	٥٠	١١٥٧	الارسال من اسفل
دال	٧٧٢	٥٩٣	١٥٨٧	٤٥١	٥٢٠	الارسال من اعلى
دال	٥١	٧٣٧	٢٢١٣	٦٨٩	١١٨٣	التمرير من اعلى

يتضح من جدول رقم (١٢) وجود فروقا ذات دلالة احصائية بين كل من القياسين القبلى والبعدى فى المستوى المهاري للمهارات المختتمارة ( الارسال من اسفل ، الارسال من اعلى ، التمرير من اعلى ) لصالح القياس البعدى للمجموعة الضابطة ، كما يوضح شكل (٤) الفرق بين القياسين القبلى والبعدى .

جدول ( ١٣ )

المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيمة ( ت )

بين كل من القياسين القبلى والبعدى

للمهارات المختارة

( مجموعة تجريبية اولى )

الدالة	قيمة "ت" المحسوبة	قياس بعدى		قياس قبلى		المستوى المهارى
		ع	م	ع	م	
دال	٨٥١	٤٠٩	٢٦٩٠	٧٤٩	١٣٤٣	الارسال من اسفل
دال	١٠٢٠	٣٧٤	٢٢٦٧	٧٢٢	٧٣٠	الارسال من اعلى
دال	١٠٦٥	٧٨٥	٣١٩٧	٥٨١	١٢٧٠	التمرير من اعلى

يتضح من جدول رقم (١٣) وجود فروقا ذات دلالة احصائية بين كل من

القياسين القبلى والبعدى فى المستوى المهارى للمهارات المختارة

( الارسال من اسفل ، الارسال من اعلى ، التمرير من اعلى ) عند مستوى

(٠.٥) لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية الاولى ، كما يوضح شكل

(٥) الفرق بين القياسين القبلى والبعدى .

جدول ( ١٤ )

المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيمة ( ت )  
بين كل من القياسين القبلى والبعدى  
للمهارات المختارة  
( مجموعة تجريبية ثانية )

الدالة	قيمة "ت" المحسوبة	قياس بعدى		قياس قبلى		المستوى المهارى
		ع	م	ع	م	
دال	١٠٩٨	٢٣٦	٢٤٨٣	٥٤٤	١٢٠٣	الارسال من اسفل
دال	١٥٨٣	٣٦٢	٢٣١٣	٤٣٥	٦٥٣	الارسال من اعلى
دال	٨٢٧	٧٣٧	٢٩١	٧٩٧	١٢٤٣	التمرير من اعلى

يتضح من جدول رقم (١٤) وجود فروقا ذات دلالة احصائية بين كل من القياسين القبلى والبعدى فى المستوى المهارى للمهارات المختارة (الارسال من اسفل - الارسال من اعلى - التمرير من اعلى) عند مستوى (٠٠٥) لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية الثانية ، كما يوضح شكل (٦) الفرق بين القياسين القبلى والبعدى .

ثانيا : تحليل التباين بين المجموعات الثلاثة :

١- عناصر اللياقة البدنية المختارة :

قامت الباحثة بتحليل التباين بين المجموعات الثلاثة فى

عناصر اللياقة البدنية المختارة ( الدقة - التوافق - القدرة ) لكل من المجموعة الضابطة ، المجموعة التجريبية الاولى ، المجموعة التجريبية الثانية فى القياسات البعدية يوضحه جدول رقم (١٥) .

جدول ( ١٥ )

تحليل التباين بين المجموعات الثلاثة فى

عناصر اللياقة البدنية المختارة

قياس بعدى

عناصر اللياقة البدنية	مجموع المربعات	متوسط مجموع المربعات	قيمة "ف" المحسوبة	
الدقة	بين داخل	١٢١٣٦ ٣٥٩٢٧	٦٠٦٨ ٤١٣	١٤٦٩
التوافق	بين داخل	٧٦٤٧ ٤١٣١٣	٣٨٢٣ ٤٧٥	٨٠٥
القدرة	بين داخل	١٥٧٨ ٣٠١١٠	٧٨٩ ٣٤٦	٢٢٨

قيمة "ف" الجدولية ٣١٠٢ عند مستوى ٠٥

يتضح من جدول رقم (١٥) وجود فروقا ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠٥)

بين المجموعات الثلاثة فى عناصر اللياقة البدنية المختارة ( الدقة -

التوافق ) .

فى حين لم توجد فروقا ذات دلالة احصائية بين المجموعات الثلاثة  
فى عنصر قدرة الذارعين .

## ٢- المستوى المهارى للمهارات المختارة ؛

قامت الباحثة بتحليل التباين بين المجموعات الثلاثة فى المستوى  
المهارى للمهارات المختارة ( . الارسال من اسفل ، الارسال من اعلى ،  
التمرير من اعلى ) لكل من المجموعة الضابطة ، التجريبية الاولى ،  
التجريبية الثانية فى القياسات البعدية ، ويوضحه جدول رقم (١٦)

### جدول (١٦)

تحليل التباين بين المجموعات الثلاثة فى  
المستوى المهارى للمهارات المختارة  
( قياس بعدى )

المستوى المهارى	مجموعات المربعات	متوسط مجموع المربعات	قيمة "ف" المحسوبة
الارسال من اسفل	بين داخل	٥٥٨٧ ١٥٦٥٠٢	٢٥٢٩٣ ١٧٩٨
الارسال من اعلى	بين داخل	٩٩٢٦٢ ١٨٠٧٦٠	٤٩٦٣١ ٢٠٧٨
التمرير من اعلى	بين داخل	١٥٣٤٩٤٧ ٤٦٣١٣١	٧٦٧٢٣ ٥٦٦٨

يتضح من جدول رقم (١٦) وجود فروقا ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠٥) بين المجموعات الثلاثة فى المستوى المهارى للمهارات المختارة ( الارسال من اسفل ، الارسال من اعلى ، التمرير من اعلى ) .

ثالثا : نتائج الفروق بين المجموعات الثلاثة فى القياسات البعدية :

١- عناصر اللياقة البدنية المختارة :

قامت الباحثة بايجاد الفروق بين المجموعات أى بين كسل مجموعة بأخرى فى القياسات البعدية لتوضح مدى الفروق بين المجموعات فى عناصر اللياقة البدنية ، كما توضحه نتائج جداول ارقام ١٧ ، ١٨ ، ١٩ .

جدول ( ١٧ )

المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة ( ت ) بين كل من المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية الاولى لعناصر اللياقة البدنية المختارة ( قياسات بعدية )

الدلالة	قيمة "ت" المعسوبة	مجموعة تجريبية اولى		مجموعة ضابطة		عناصر اللياقة البدنية
		ع	م	ع	م	
دال	٣٥٧	١٩٩	١١٥٣	١٩٥	٩٧٠	الدقة
دال	٣٥٥	٢١٧	١١٨٣	٢٤٨	٩٦٧	التوافق
غير دال	١٧٠	١٨٢	١١٨٤	٢١٤	١٠٩٦	القدرة

قيمة "ت" الجدولية ٢٠٠٢ عند مستوى (٠٥)

يتضح من جدول رقم (١٧) وجود فروقا ذات دلالة احصائية بين كل من المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية الاولى فى عناصر اللياقة البدنية المختارة ( الدقة - التوافق ) عند مستوى (٠.٥) لصالح المجموعة التجريبية الاولى ، فى حين لا يوجد فروقا ذات دلالة احصائية بين كل من المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية الاولى فى عنصر ( قدرة الذراعين ) . كما يتضح من شكل (٧) .

### جدول (١٨)

المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيم التفاضل ( ت )  
بين كل من المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية الثانية  
فى عناصر اللياقة البدنية المختارة  
( قياسات بعدية )

الدالة	قيمة "ت" المحسوبة	مجموعة تجريبية ثانية		مجموعة ضابطة		عناصر اللياقة البدنية
		ع	م	ع	م	
دال	٥٢١	٢١٤	١٢٥٠	١٩٥	٩٧٠	الدقة
دال	٢٨٨	١٨٤	١١٣٠	٢٤٨	٩٦٧	التوافق
غير دال	١٨٥	١٥٧	١١٨٧	٢١٤	١٠٩٦	القدرة

يتضح من جدول رقم (١٨) وجود فروقا ذات دلالة احصائية بين كل من المجموعة الضابطة ، المجموعة التجريبية الثانية فى عناصر اللياقة البدنية المختارة ( الدقة - التوافق ) عند مستوى (٠.٥) لصالح المجموعة التجريبية الثانية .

فى حين لا توجد فروقا ذات دلالة احصائية فى عنصر قدرة الذراعين ،  
كما يتضح من شكل (٨) .

جدول ( ١٩ )

المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيمة ( ت )  
بين كل من المجموعة التجريبية الاولى، المجموعة التجريبية الثانية  
فى عناصر اللياقة البدنية  
( قياسات بعدية )

الدالة	قيمة "ت" المحسوبة	تجربة ثانية		تجربة أولى		عناصر اللياقة البدنية
		ع	م	ع	م	
غير دال	١٧٩	٢١٥	١٢٥	١٩٩	١١٣	الدقة
غير دال	١٠٢	١٨٤	١١٣٠	٢١٧	١١٨٣	التوافق
غير دال	٠٤	١٥٧	١١٨٦	١٨٢	١١٨٤	القدرة

يوضح جدول رقم (١٩) عدم وجود فروقا ذات دلالة احصائية بين كل من  
المجموعة التجريبية الاولى ، المجموعة التجريبية الثانية فى عناصر  
اللياقة البدنية المختارة ( الدقة - التوافق - القدرة ) عند مستوى  
(٠٥) ، فى القياسات البعدية ، كما يوضحه شكل (٩) .

٢- المستوى المهارى للمهارات المختارة :

توضح جداول ارقام ٢٠ ، ٢١ ، ٢٢ نتائج الفروق بين المجموعات

الثلاثة ، أى كل مجموعة بأخرى فى القياسات البعدية لتوضح مدى الفروق بين المجموعات فى المستوى المهارى للمهارات المختارة .

جدول ( ٢٠ )

المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيمة "ت" ( ت )  
بين كل من المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية الاولى  
للمهارات المختارة فـ  
( القياسات البعدية هـ )

الدالة	قيمة "ت" المحسوبة	مجموعة تجريبية اولى		مجموعة ضابطة		المستوى المهارى
		ع	م	ع	م	
دال	٤٤٥	٤٠٩	٢٦٩٠	٥٦٣	٢١١٧	الارسال من اسفل
دال	٥٢٣	٣٧٤	٢٢٦٧	٥٩٣	١٥٨٧	الارسال من اعلى
دال	٤٩٣	٧٨٥	٣١٩٧	٧٣٦	٢٢١٣	التمرير من اعلى

يتضح من جدول رقم (٢٠) وجود فروقا ذات دلالة احصائية بين كل من المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية الاولى فى المستوى المهارى للمهارات المختارة ( الارسال من اسفل ، الارسال من اعلى ، التمرير من اعلى ) عند مستوى ( ٠٥ ) لصالح المجموعة التجريبية الاولى ، كما يوضحه شكل (٧) .

جدول (٢١)

المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيمة ( ت )  
بين كل من المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية الثانية  
للمهارات المختارة فــــى  
( القياسات البعدية )

الدالة	قيمة "ت" المحسوبة	تجريبية ثانية		مجموعة ضابطة		المستوى المهارى
		ع	م	ع	م	
دال	٣٢٣	٢٣٦	٢٤٨٣	٥٦٣	٢١١٧	الارسال من اسفل
دال	٥٦٤	٣٦٢	٢٣١٣	٥٩٣	١٥٨٧	الارسال من اعلى
دال	٣٦١	٧٣٧	٢٩١٠	٧٤٦	٢٢١٣	التمرير من اعلى

يتضح من جدول رقم (٢١) وجود فروقا ذات دالة احصائية بين كل من  
المجموعة الضابطة والتجريبية الثانية فى المستوى المهارى للمهارات  
المختارة ( الارسال من اسفل - الارسال من اعلى - التمرير من اعلى ) عند  
مستوى (٠.٥) لصالح المجموعة التجريبية الثانية ، كما يوضحه شكل (٨) .

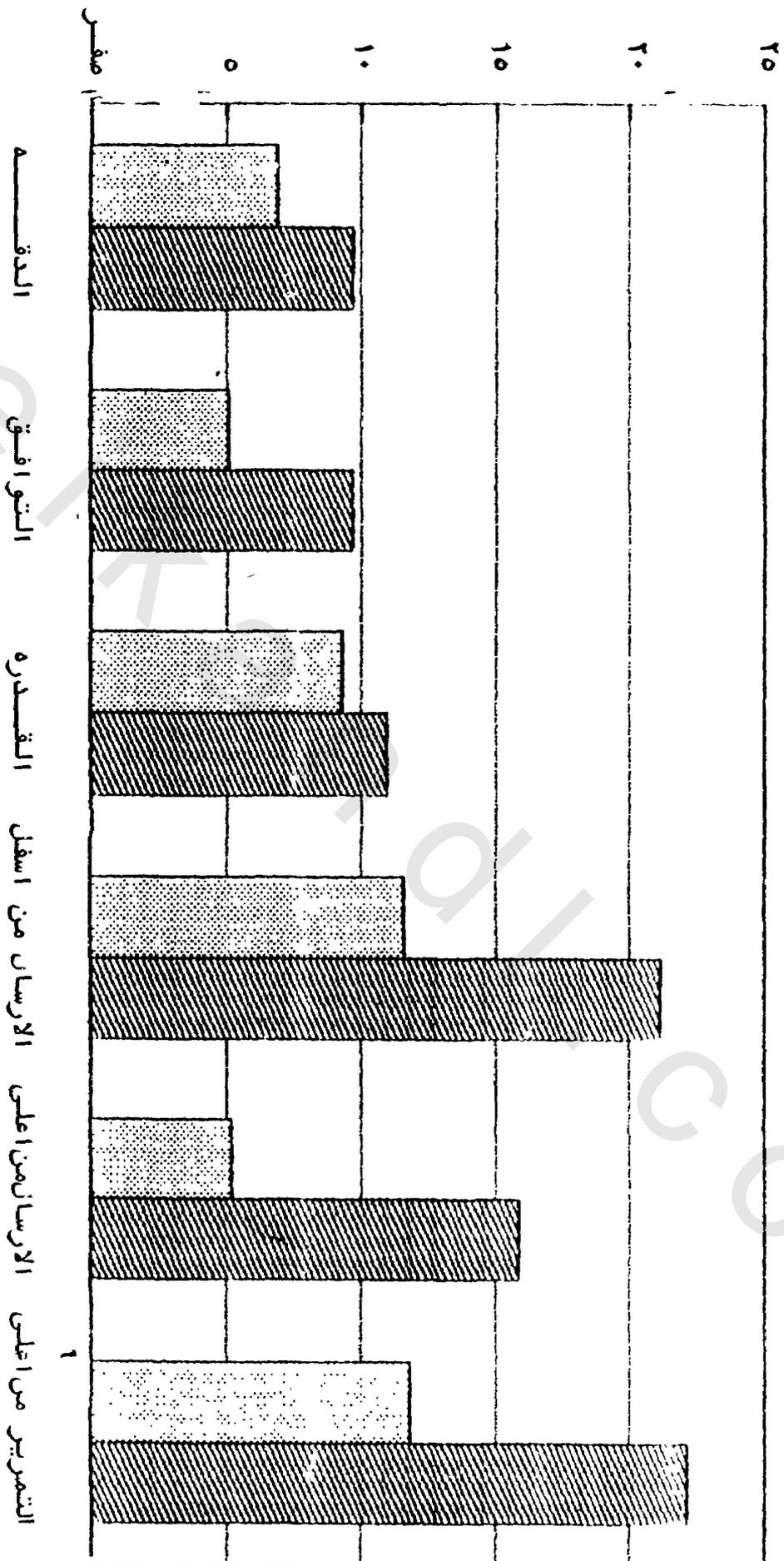
جدول ( ٢٢ )

المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيمة (ت)  
بين كل من المجموعة التجريبية الاولى ، المجموعة التجريبية الثانية  
للمهارات المختارة فـــــــى  
( القياسات البعدية )

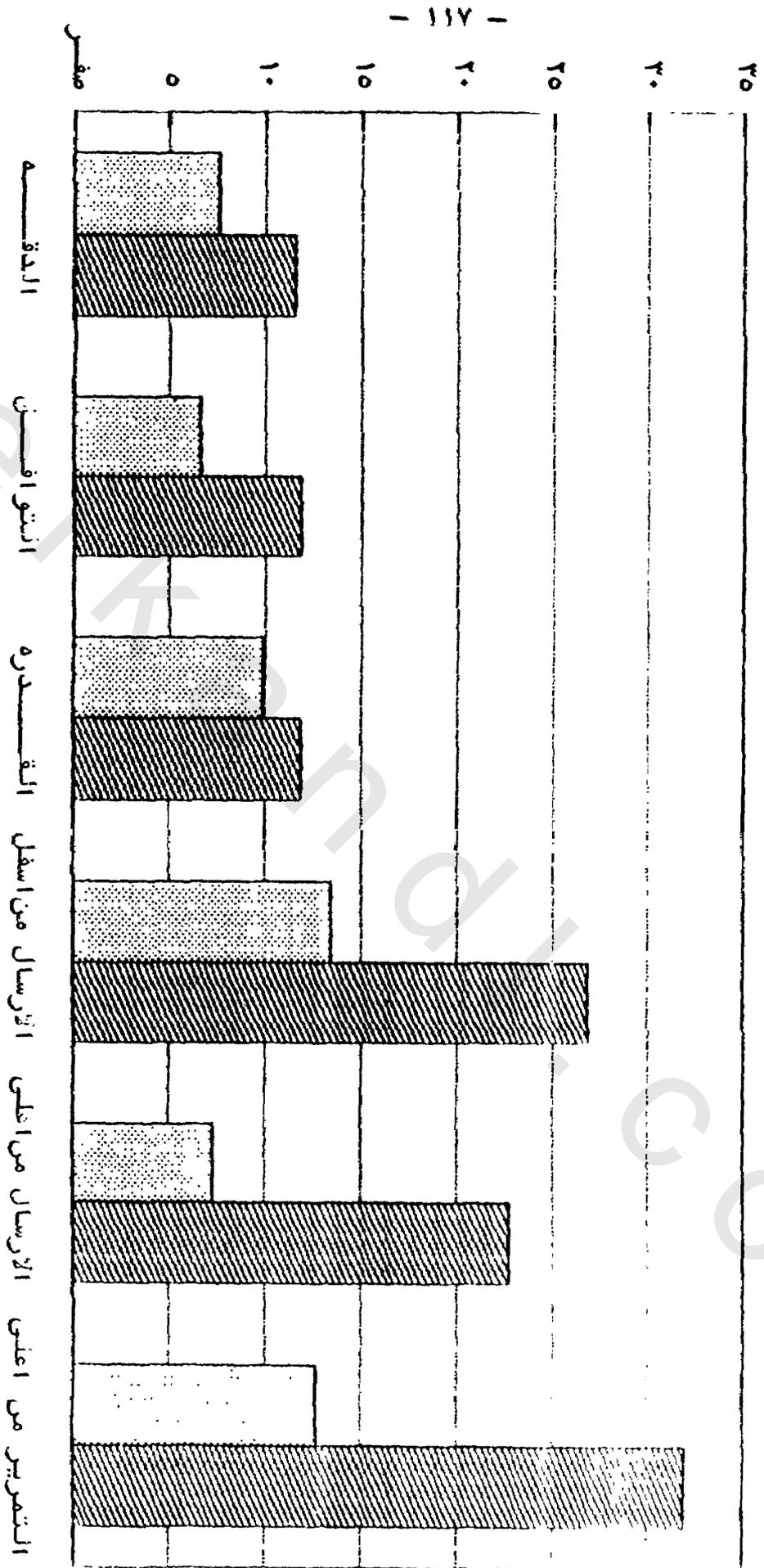
الدالة	قيمة "ت" المحسوبة	تجريبية ثانية		تجريبية أولى		المستوى المهارى
		ع	م	ع	م	
دال	٢٣٨	٢٣٦	٢٤٨٣	٤٠٩	٢٦٩٠	الارسال من اسفل
غير دال	٤٧	٣٦٢	٢٣١٣	٣٧٤	٢٢٦٧	الارسال من اعلى
غير دال	١٤٤	٧٣٧	٢٩١٠	٧٨٥	٣١٩٧	التمرير من اعلى

يوضح جدول رقم (٢٢) عدم وجود فروقا ذات دلالة احصائية بين كل من  
المجموعة التجريبية الاولى والتجريبية الثانية فى المستوى المهارى  
للمهارات المختارة ( الارسال من اعلى ، التمرير من اعلى ) .  
فى حين وجود فروقا ذات دلالة احصائية بين كل من المجموعتين  
التجريبيتين الاولى والثانية فى المستوى المهارى للارسال من اسفل لصالح  
المجموعة التجريبية الاولى ، كما يوضحه شكل (٩) .

الفرق بين القياس القبلي والبعدي للمجموعه الضابطه



الفرق بين الفيساس القبلى والبعدى للمجموعه التجريبية الأولى



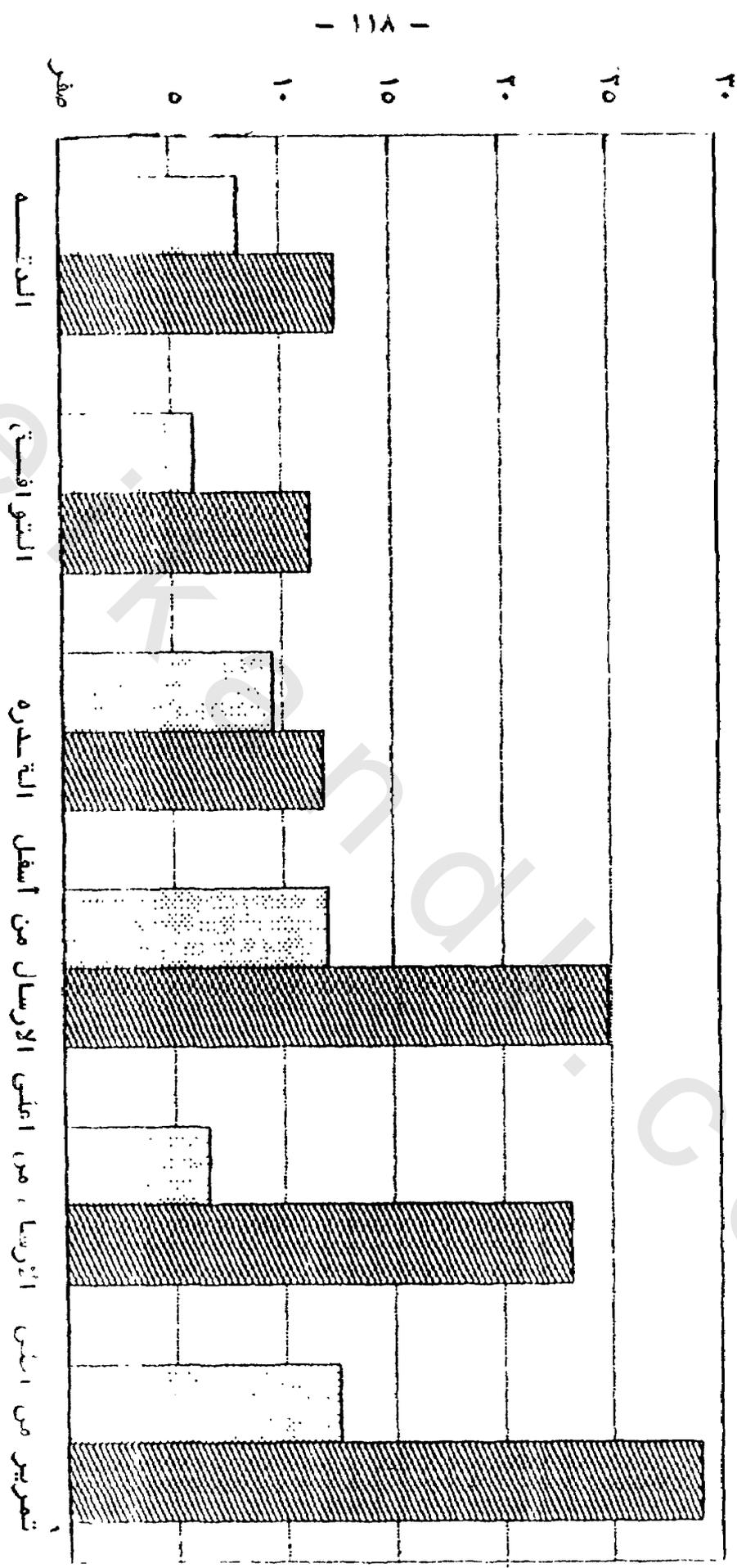
قبل التدريب



بعد التدريب

شكل ( ٥ )

الفرق بين القياس القبلي والبعدي للمجموعه التجريبية الثانيه

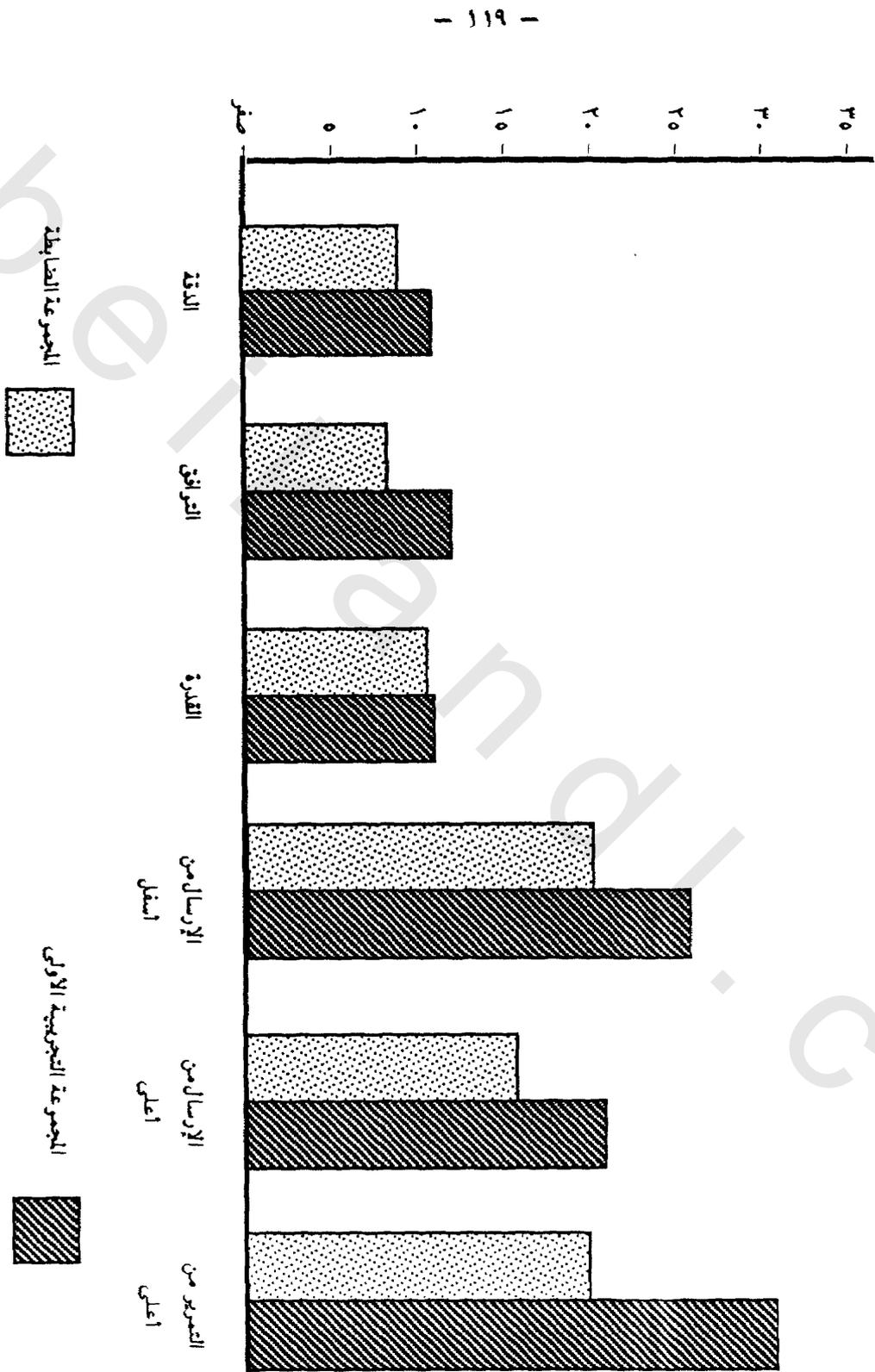


قبل التدريب

بعد التدريب

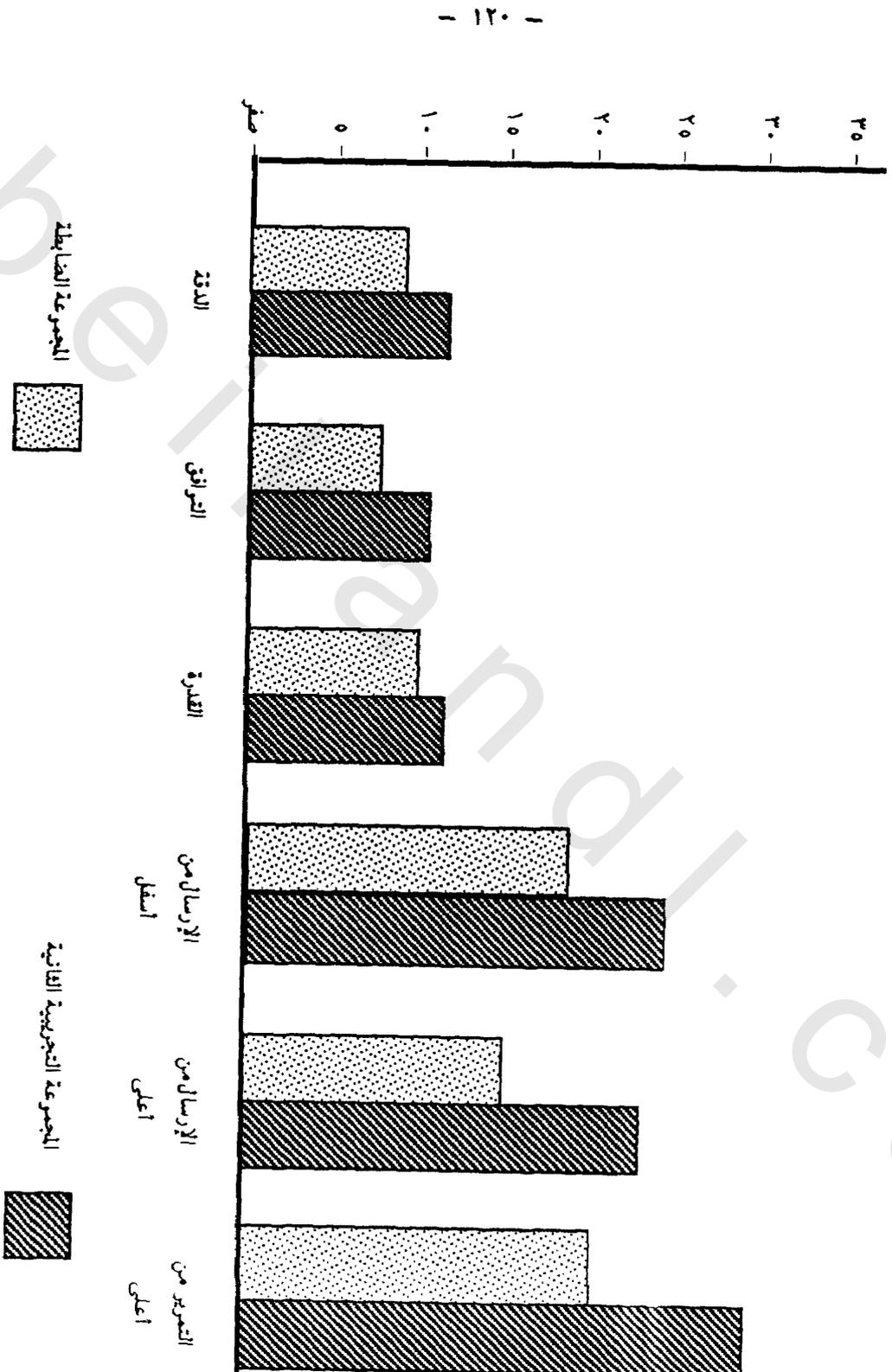
شكل (١١)

الفرق بين القياس البعدي للمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية الأولى



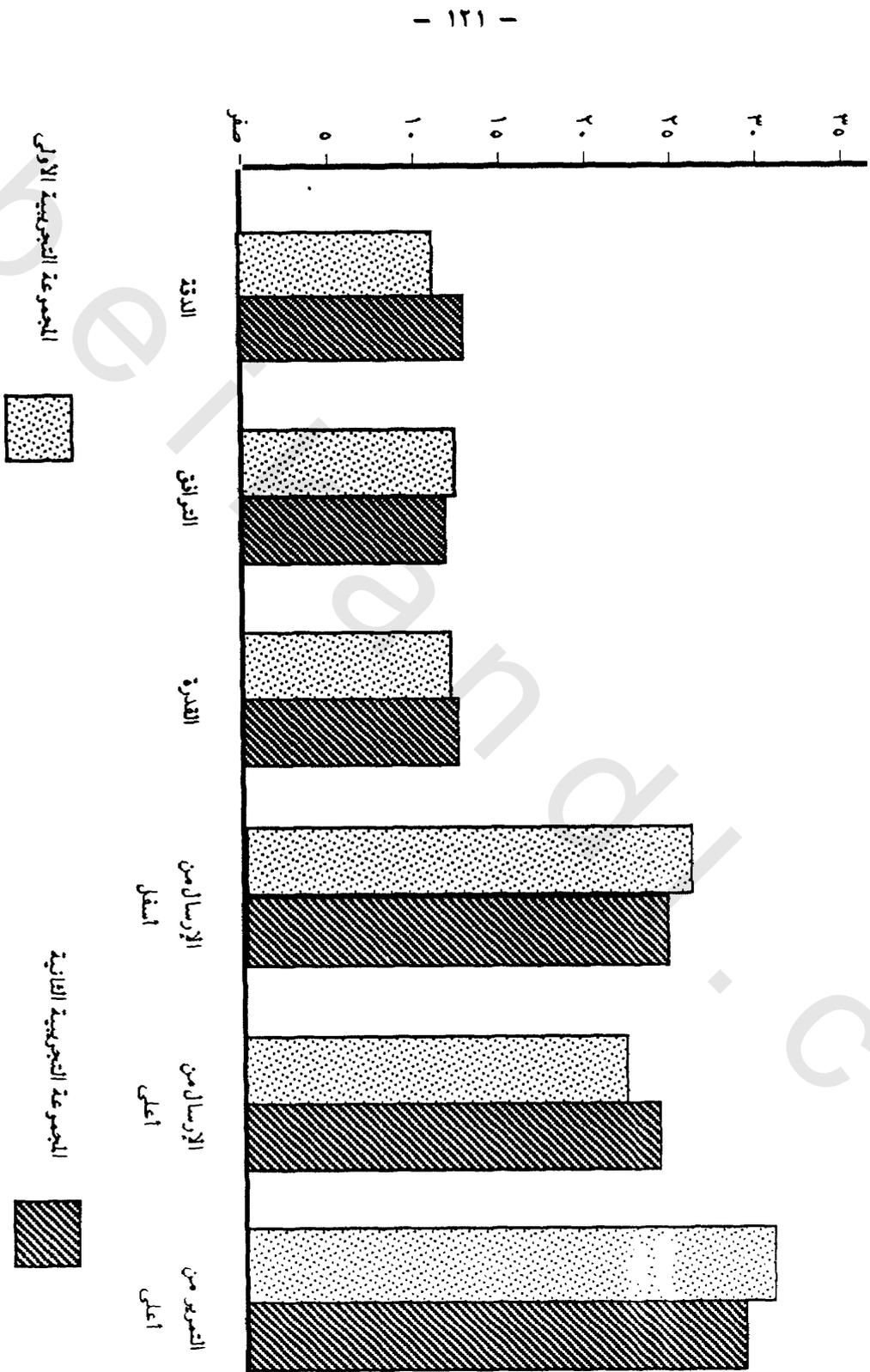
شكل (١٧)

الفرق بين القياس البعدي للجموعه الضابطة والمجموعه التجريبية القائية



شكل (٨)

الفرق بين القياس البعدي للمجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية



شكل (9)

## مناقشة النتائج :

بناء على التحليلات الإحصائية التي استخدمتها الباحثه وفى ضوء أهداف البحث وفى حدود القياسات المستخدمة تم التوصل للنتائج التاليه :

### ١- نتائج الفروق بين القياس القبلى والقياس البعدى :

يتضح من عرض النتائج بجدول رقم (٧) تحليل التباين بين المجموعات الثلاثه فى اختبارات قياس عناصر اللياقه البدنيه المختاره ( دقه - توافق - قدره ) كذلك نتائج جدول رقم (٨) لتحليل التباين بين المجموعات الثلاثه فى اختبارات قياس المستوى المهارى للمهارات الهجومية المختاره ( الارسال من اعلى - الارسال من اسفل - التمرير من اعلى ) يتضح عدم وجود فروقا ذات دلالة احصائيه بين المجموعات فى تلك القياسات اى ان المجموعات متكافئه وان اى تغيير يطرء على المستوى البدنى أو المهارى قد يرجع الى تأثير ما ستعرض له تلك المجموعات أو ما ستمارسه من خلال الدرس .

كما يتضح من نتائج جداول رقم ( ٩ ، ١٠ ، ١١ ) وجود فروقا ذات دلالة احصائيا عند مستوى (٠٥) بين القياس القبلى والقياس البعدى لكل مجموعه من المجموعات الثلاثه ولصالح القياس البعدى فى كل من نتائج اختبارات قياس عناصر اللياقه البدنيه المختاره ، فقد تراوحت الفروق فى عنصر الدقه من (٥١١) الى (٦٤١) ، فى حين تراوحت الفروق بين المجموعات الثلاثه فى عنصر التوافق من (٥٦٤) الى (٧٩٥) اما الفروق بين القياس القبلى والقياس البعدى لعنصر قدرة الذراعين فقد تراوحت بين المجموعات الثلاثه من (٢٩٢) الى (٦٩٦) .

كذلك يتضح من نتائج جداول رقم ( ١٢ ، ١٣ ، ١٤ ) فروقا ذات دلالة احصائيا عند مستوى (٠٥) بين القياس القبلى والقياس البعدى لصالح

القياس البعدي لكل مجموعة من المجموعات الثلاثة فى المستوى المهارى للمهارات الهجوميه اتمخنتاره ( الارسال من اسفل مواجه - الارسال من اعلى مواجه - التمرير من اعلى ) فقد تراوحت الفروق فى الارسال من اسفل مواجه بين (٦ص٨) الى (١٠ر٩٨) وفى مهارة الارسال من اعلى مواجه تراوحت الفروق للقياس القبلى والقياس البعدي بين كل مجموعه من المجموعات الثلاثة الى (٧ر٧٢) الى (١٥ر٨٣) ، اما فى التمرير من اعلى مواجه فقد تراوحت الفروق بين القياسين القبلى والبعدي من (١ص٥) الى (١٠ر٦٥) .

وهذا يعنى ان كل مجموعه من المجموعات الثلاثة على الرغم من اختلاف الاسلوب الذى تعرضت له للممارسة خلال الوحده الدراسيه فقد طرر تقدم لكل عنصر من العناصر البدنيه المختاره كذلك لكل مهاره من المهارات الهجوميه المختارة ، فنجد ان المجموعة الضابطه والتي استخدمت البرنامج التقليدى والمجموعه التجريبيه الاولى التى طبق عليها البرنامج المقترح على وحده دراسيه ، والمجموعه التجريبية الثانية والتي تم فيها تدريس وحدات مكثفه فقد طرأ تغيير لكل مجموعة ، وترجع الباحثة هذه النتيجة الى ان الانتظام والاستمرار فى الممارسه والتعليم والتدريب من شأنه ان يؤدى الى رفع المستوى سواء البدنى او المهارى والتي ينعكس كل منها على مستوى الأداء الاخر بصوره ملحوظه ومعنويه مما يزيد من رفع مستوى اللاعبه ، هذا ما يؤكدده كثير من الخبراء فى المراجع العلميه نتيجة لما يمر به المتعلم من مراحل التعليم الثلاثة : (١) مرحلة التوافق البدائى . (٢) مرحلة التوافق الجيد . (٣) مرحلة التثبيت والاتقان .

والطالبه هنا وصلت الى مرحلة التثبيت والاتقان هذا ما تؤكدده النتائج التى تحقق صحة "الفرض الاول" الذى ينص على :  
- توجد فروق ذات دلالة احصائيه بين القياس القبلى والقياس البعدي

لصالح القياس البعدى لكل مجموعه من المجموعات الثلاثة ( ضابطه -

تجريبيه اولى - تجريبه ثانيه ) .

٢- نتائج الفروق بين المجموعه الضابطه وكل من المجموعتين التجريبيتين :

اوضحت نتائج جدول رقم (١٥) لتحليل التباين بين المجموعات الثلاثة فى القياسات البعديه لاختبارات قياس المستوى البدنى فروق ذات دلالة احصائيه عند المستوى (٠.٥) بين المجموعات الثلاثة فى حين توجد فروق غير داله احصائيه بين المجموعات الثلاثة فى عنصر قدرة الذراعين ويتضح من جدول رقم (١٦) لتحليل التباين بين المجموعات الثلاثة فى القياسات البعديه لاختبارات قياس المستوى المهارى للمهارات الهجوميه المختاره وجود فروقا ذات دلالة احصائيه عند مستوى (٠.٥) بين المجموعات الثلاثة ، وهذا يعنى ان على الرغم من تحسن مستوى الطالبات فى القياسات البعديه الا انها لم تكن على نفس المستوى للمجموعات الثلاثة ، توضح نتائج جدول رقم (١٧) فروقا ذات دلالة احصائيه عند مستوى (٠.٥) بين المجموعه الضابطه والمجموعه التجريبية الاولى فى كل من عنصر الدقه والتوافق لصالح المجموعه التجريبية الاولى ، فى حين لم توجد فروق ذات دلالة احصائيا فى عنصر القدره . كما اوضحت نتائج جدول رقم (١٨) وجود فروقا ذات دلالة احصائيه عند مستوى (٠.٥) بين المجموعه الضابطه والمجموعه التجريبية الثانيه فى عنصر الدقه ، التوافق ، ولصالح المجموعه التجريبية الثانيه ، فى حين لم توجد فروق ذات دلالة احصائيا فى عنصر القدرة .

كذلك اوضحت نتائج جدول رقم (٢٠) وجود فروقا ذات دلالة احصائيه عند مستوى (٠.٥) بين المجموعه الضابطه والمجموعه التجريبية الاولى فى المستوى المهارى للمهارات الهجوميه المختاره لصالح المجموعه التجريبية

الاولى ، ينتصح ايضا من نتائج جدول رقم (٢١) وجود فروقا ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠.٥) بين المجموعه الضابطه والمجموعه التجريبيه الثانيه فى المستوى المهارى للمهارات الهجوميه المختاره لصالح المجموعه التجريبيه الثانيه .

وهذا يعنى ان البرنامج المقترح من قبل الباحثه قد اثر تأثيرا ايجابيا على تنمية عناصر اللياقه البدنيه المختاره ( الدقه ، التوافق ) ماعدا عنصر القدرة وكذلك اثر تأثيرا ايجابيا على المستوى المهارى للمهارات الهجوميه المختاره ( ارسال من اعلى - ارسال من اسفل - التمير من اعلى ) وقد يرجع ذلك الى ملائمة البرنامج المقترح والذى راعت فيه الباحثه المعايير العلميه عند وضعه كما ان استخدام المهارة ذاتها فى تنمية عناصر اللياقه البدنيه ، قد افادت فى الاستفادة بالوقت المحدد للدرس فى ممارسة المهارة وتنميتها لاقصى مدى ، وذلك اما بتنمية العنصر بواسطة الادوات المساعدة وزيادة حمل الاداء او بتنمية العنصر باستغلال المهارة ذاتها كما ان محاولة الباحثه اشراك العضلات العامله فى مهاره بنفس اسلوب وطريقة أداء المهارة فى تنمية العنصر قد افاد فى الاستفادة فى زيادة كفاءة الآداء .

بالرغم من وجود فروق فى عناصر اللياقه البدنيه ( الدقه - التوافق ) لم تكن هناك فروق واضحه وذات دلالة احصائية فى عنصر القدره للذراعين بالرغم من أن عناصر اللياقه البدنيه اخذت الوقت المحدد لها فى البرنامج الا ان عنصر القدره لم يتحسن عند الطالبات بالمستوى المطلوب كباقي العناصر وترجع الباحثه ذلك بأن عنصر القدره عنصر مركب من السرعة والقوه وبعض الابحاث فى المجالات الاخرى تناولت هذا العنصر فقط فى وضعها للبرامج واخذ بذلك حيزا لبرنامج كله ولكن فى البرنامج الموضوع

من قبل الباحثه فان عنصر القدره ضمن عنصرى اخرين ووقت البرنامج الموضوع من خلال اليوم الدراسى يمكن ان يكون غير كافي لتنميتها مع باقى العناصر وترى الباحثه انه اذا كان عدد ساعات اللعبه فى الاسبوع اكثر من الوقت المحدد لها كان من الممكن تكرار الأداء لهذا العنصر لأن الاستمراريه فى الأداء تعمل على رفع مستوى اللياقه البدنيه .

فى حين ان المجموعه الضابطه طبق عليها الدرس التقليدى الذى لا يهتم بالجانب البدنى الخاص بكل مهارة مع الجانب المهارى بل يكتفى فى جزء الاعداد البدنى الخاص بأعطاء تمارينات الأذرع والأرجل والجذع ثم تقوم المدرسه بأعطاء الجزء التعليمى بالتدرج فى أداء المهارة، واعطاء تدريبين مركبين على المهارة ، بينما راعى البرنامج المقترح ارتباط الجانب البدنى والمهارى معا للمجموعتين التجريبيتين .

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة كل من " وفاء عادل " (٤٢) ، " عزة مصطفى " (٢٣) ، " نبينه عبدالمنعم " (٤١) ، " عزه الشيمى " (٢٢) ، " ايزيس سامى " (٧) ، " الين وديع " (٤) ، " حنان احمد رشدى " (١٤) ، " اميمه حامد " (٥) ، التى تشير الى ان البرنامج المقترح يؤثر على عناصر اللياقه البدنيه ويرفع مستوى الأداء المهارى .

كما يشير " حنفى مختار " (١٥) الى ان التخطيط السليم واختيار التمارينات المناسبه تمكن المدرب من تطوير العناصر البدنيه وفى نفس الوقت يعمل على اتقان اللاعب للمهارات الأساسيه .

وترجع الباحثه مستوى التقدم فى الاختبارات سالفه الذكر الى ان البرنامج المقترح اكثر فاعليه على مستوى الأداء البدنى والمهارى لى الطابقت عينه البحث .

كما افادت دراسة الين وديع (٤) ان تنمية القدرات البدنيه الخاصه بالكره الطائره تعمل على تنمية المهارات الخاصه لكل من الارسال من اسفل والاعداد .

وتشير دراسة ايزيس سامى (٧) الى فاعليه البرنامج المقترح فى تطوير دقة أداء التمرير من اعلى ، واوضحت دراسة " اميمه حامد " (٥) ، على ان الانتظام فى التدريب والاستمراريه فى البرنامج تعمل على رفع المستوى المهارى بقدر اعلى كما افادت ان الارسال من اسفل ادق فى التوجيه عن الارسال من اعلى مواجه .

وتقول " وفاء عادل الصيفى " (٤٢) انه فى غياب برامج هادفه وموضوعه بدقه وعنايه لا يمكن ان يكون هناك اى تطور او تقدم او تحسن فى مستوى أداء الالعاب ، ويؤكد كمال عبدالحميد وصبحى حسانين (٢٨) ان البرامج العمليه المقننه هى الضمان الوحيد لاحداث التقدم المطلوب .

كما يقول " عمرو ابوالمجد " نقلا عن " شليمن " (٢٦) ان المهارات الحركيه يجب ان تؤسس على تنمية تلك العناصر البدنيه التى تتفق مع هذه المهارات والتى غالبا ما تظهر فى صوره مركبه عند أداء المهارة .

ويلاحظ ان البرنامج المقترح ادى الى زياده فى تحسن عناصر اللياقه البدنيه والمهارات الاساسيه وهذا يوضحه شكل (٥ ، ٦ ، ٧ ، ٨ ، ٩) عن البرنامج التقليدى يوضحه شكل (٤) .

وتتفق الباحثه مع ما ورد من آراء العلماء والخبراء فى انه يجب تعليم المهاره للاعبه من خلال الاهتمام باللياقه البدنيه اذ ان ذلك دون شك يحقق نجاحا مضمونا فى نهايه العام الدراسى .

وترى الباحثه ان هذه النتائج تحقق "الفرض الثانى ، الثالث" من فروص الدراسة اللذان ينصان على :-

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس البعدى بين المجموعه الضابطه والمجموعه التجريبيه الاولى ولصالح المجموعه التجريبيه الاولى ، فى كل من :-

- أ - عناصر اللياقه البدنيه المختاره .
- ب - المهارات الهجوميه المختاره .

- توجد فروق ذات دلالة احصائية فى القياس البعدى بين المجموعه الضابطه والمجموعه التجريبيه الثانيه لصالح المجموعه التجريبيه الثانيه فى كل من :-

- أ - عناصر اللياقه البدنيه المختاره .
- ب - المهارات الهجوميه المختاره .

٣- نتائج الفروق بين المجموعتين التجريبيتين :-

يتضح من نتائج جدول رقم (١٩) عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠٥) بين المجموعتين التجريبيه الاولى والتجريبيه الثانيه فى نتائج اختبارات عناصر اللياقه البدنيه المختاره .

كما يتضح من نتائج جدول رقم (٢٢) عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠٥) بين المجموعتين التجريبيه الاولى والتجريبيه الثانيه فى نتائج اختبارات المستوى المهارى للارسال من اعلى ، التمرير من اعلى فى حين يوجد فروق ذات دلالة احصائية فى نتائج اختبار الارسال من اسفل .

وهذا قد يعنى ان المجموعه التجريبيه الثانيه والتي كانت تعطى لها الوحدات الدراسيه بصوره مكثفه فكانت تأخذ وحدتين دراسيتين ————— متتاليتين ، لم توجد فروقا فيها بينها وبين المجموعه التجريبيه الاولى بمعنى ان تكثيف زمن الوحده الدراسيه للطالبات بهذه الصوره لم يكن له تأثير. ايجابى على كل من عناصر اللياقه البدنيه ، والمستوى المهارى للمهارات الهجوميه المختباره باستثناء مهارة الارسال من اسفل والذى ظهر فيها تحسن وفروقا معنويه بين المجموعتين . ولصالح المجموعه التجريبيه الاولى .

وقد يرجع ذلك الى عدم ملائمة زيادة زمن الوحده الدراسيه الى الضعف واكتفاء الطالبات الى بذل الجهد خلال (٦٠) ق والتي تحتويها الوحده الدراسيه .

على الرغم من ان (١٢٠) ق ليس بالكثير فى حالات التدريب فى الانديه والفرق الرياضيه الا انه لم يكن له تأثيرا ايجابى على الطالبات وقد يرجع ذلك الى ان استمرارية أداء الطالبات الى المجهود البدنى طوال اليوم الدراسى بالاضافة الى الوحدات التعليميه التى تبدأ مباشرة خلال الدرس الثامن وتستمر بعد اليوم الدراسى بساعه اخرى والتي تنتهى حوالى الساعه الخامسه قد يكون الطالبات فقدن حماسهن بالصوره الفعاله التى تبدأ بها التدريب فى الساعه الاولى .

بالرغم من وجود فروق ذات دلالة احصائيه فى مهارة الارسال من اسفل ولصالح المجموعه التجريبيه الاولى قد يرجع ذلك الى ان الارسال من اسفل درس فى منهاج الصف الاول كان فى المرحله الثانيه عباره عن عمليه تشبيت واتقان للمهارة ، وباعتباره اسهل المهارات الهجوميه ظهر تحسن فيه عن باقى المهارات المختاره .

وترى الباحثه ان هذه النتيجة لم تحقق "الفرض الرابع" الذى ينص

على :-

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس البعدى بين المجموعه التجريبية الاولى والمجموعه التجريبية الثانية ولصالح المجموعه التجريبية الثانية فى كل من :-

- أ - عناصر اللياقه البدنيه المختاره .
- ب - المهارات الهجوميه المختاره .