

الفصل الخامس

الاستخلاصات والتوصيات

١- الاستخلاصات

٢- التوصيات

أولاً : الاستخلاصات

في ضوء نتائج البحث توصلت الباحثة إلى الاستخلاصات الآتية :-

- ١- استخدام البرنامج التعليمي المقترح بواسطة الحقيبة التعليمية ساهم بطريقة إيجابية في تعلم مهارات الشقلبات والعمل على رفع مستوى الأداء العملي لها .
- ٢- استخدام البرنامج التعليمي المقترح بواسطة الحقيبة التعليمية ساهم بطريقة إيجابية في مستوى التحصيل المعرفي لمهارات الشقلبات قيد البحث لأفراد المجموعة التجريبية .
- ٣- الأسلوب التقليدي المتبع ساهم في تحسن مستوى التحصيل المعرفي وتعلم بعض مهارات الشقلبات في الجمباز قيد البحث لأفراد المجموعة الضابطة ولكن بدرجة أقل من التجريبية .
- ٤- استخدام البرنامج التعليمي المقترح بواسطة الحقيبة التعليمية كان أكثر تأثيراً في مستوى الأداء المهاري والتحصيل المعرفي لمهارات الشقلبات في الجمباز قيد البحث " من الأسلوب التقليدي المتبع " الشرح والعرض " مما يدل على فاعليته وتأثيره .
- ٥- استخدام البرنامج التعليمي المقترح بواسطة الحقيبة التعليمية كان ذو تأثير على أداء وانطباعات أفراد المجموعة التجريبية مما ساعد على تحقيق الجانب الوجداني .

ثانيا : التوصيات

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث توصى الباحثة بما يلي :-

- ١- التركيز على استخدام الحقيبة التعليمية للعمل على زيادة التحصيل المعرفي والعمل على تعلم مهارات الجمباز قيد البحث.
- ٢- الاهتمام باستخدام الحقيبة التعليمية في تعلم مهارات الأنشطة الرياضية الأخرى .
- ٣- استخدام أسلوب الحقيبة التعليمية عند تعلم مهارات الجمباز وفقا لأجهزتها المختلفة .
- ٤- إجراء المزيد من الدراسات والبحوث باستخدام الحقيبة التعليمية في تعلم النواحي الفنية المختلفة للجمباز .
- ٥- تدريب المتعلمين على استخدام المستحدث من أساليب التعلم لتمكينهم من تطوير تدريسهم إلى الأفضل .
- ٦- استخدام الكتيب المبرمج لمهارات الشقلبات قيد البحث عند التعلم في الجمباز
- ٧- استخدام اختبار التحصيل المعرفي لمهارات الشقلبات قيد البحث في الجمباز
- ٨- الاهتمام باستخدام الأساليب التكنولوجية الحديثة في تعلم مهارات الجمباز المختلفة والعمل على تدريب المتعلمين على المستحدث منها لتطوير العملية التعليمية في الجمباز .

المراجع

أولاً: المراجع العربية

ثانياً: المراجع الأجنبية

أولا المراجع العربية

- (١) إبراهيم وجيبه : علم النفس أسسه ونظرياته وتطبيقاته ، دار المعارف الإسكندرية ، ١٩٩٨ م .
- (٢) أحمد أمين فوزي : علم النفس الرياضي - مبادئه - وتطبيقاته ، الفنية للطباعة والنشر ، الإسكندرية ، ١٩٩٢ م .
- (٣) أحمد حامد منصور : تكنولوجيا التعلم وتنمية القدرة على التفكير والابتكار ، دار الوفاء للطباعة والنشر والتوزيع ، المنصورة ، ١٩٩٠ م .
- (٤) أحمد حامد منصور : تطبيقات الكمبيوتر والإنترنت في التعليم ، سلسلة سامية لمعنى منصور تكنولوجيا التعليم ، كلية التربية بدمياط ، جامعة المنصورة ، ١٩٩٨ م .
- (٥) أحمد محمد عبدالله : تأثير استخدام تكنولوجيا التعليم في تعلم بعض المهارات الحركية والمعرفية في كرة السلة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة ، جامعة حلوان ، ١٩٩٥ م .
- (٦) أدبيل سعد شنودة : الجمباز الفني مفاهيم وتطبيقات ، ملتقى الفكر للنشر سامية فرغلى منصور والتوزيع ، كلية التربية الرياضية للبنات ، الإسكندرية ، جامعة الإسكندرية ، ١٩٩٩ م .
- (٧) أسامة كامل راتب : النمو الحركي (الطفولة - المراهقة) ، دار الفكر العربى للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٧ م .
- (٨) الاتحاد المصرى للجمباز : قانون تحكيم الجمباز ، ١٩٩٣ م .
- (٩) الغريب زاهر إسما عيل : تكنولوجيا المعلومات وتحديث التعليم ، عالم الكتب للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠١ م .

- (١٠) **النبوى عبدالخالق** : تأثير استخدام الحاسب الآلى متعدد الوسائط على تعلم بعض مهارات رياضة الجمباز ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ٢٠٠١
- (١١) **أمانى رفعت بسيونى** : برنامج تعليمى باستخدام أسلوب الاكتشاف الموجه وأثره على تعلم بعض مهارات المبارزة لدى طالبات كلية التربية الرياضية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالمنيا ، جامعة المنيا ، ١٩٩٨ م .
- (١٢) **أمانى محمد الصفتى** : التعليم المبرمج وأثره على التحصيل الحركى والمعرفى فى مهارة الشقبة الجانبية على اليدين مع ربع لفة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ١٩٩٥ م .
- (١٣) **أمانى يسرى الجندى** : تأثير استخدام التعليم المبرمج على مستوى أداء بعض مهارات الوثب فى البالية لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الزقازيق ، ١٩٩٦ م .
- (١٤) **أمر الله الباسطى** : المدخل فى علم الحركة ، مطبعة الفرسان ، المنصورة ، د.ت . محمد كشك .
- (١٥) **أنور محمد الشرقاوى** : التعلم نظريات وتطبيقات ، مكتبة الأنجلو ، القاهرة ، ١٩٩٠ م
- (١٦) **إيمان سعد زغلول** : تأثير استخدام التعليم المبرمج على تعلم مسابقة رمى القرص ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق ، ١٩٩٢ م .
- (١٧) **جمال الدين عبدالعاطى الشافعى** : التعليم المبرمج فى التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر العربى للطبع والنشر ، القاهرة ، ١٩٩٧ م .

- (١٨) **جمال الشناوى إبراهيم** : تأثير استخدام الحقيبة التعليمية على تحقيق بعض أهداف تدريس التربية الرياضية بالحلقة الثانية من التعليم الأساسى ، رسالة دكتوراه غير منشوره ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ١٩٩٢ م .
- (١٩) **جودة أحمد سعادة** : استخدام الأهداف التعليمية فى جميع المواد الدراسية، درا الثقافة للنشر والتوزيع ، القاهرة ، ١٩٩٨ م .
- (٢٠) **جيهان عبدالمنعم السيد** : فعالية برنامج للتعلم الذاتى باستخدام الحاسب الآلى على تعلم الجانب المعرفى لمنهاج التربية الرياضية لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسى ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية ، ٢٠٠٠ م .
- (٢١) **حسام الدين نبيله** : تأثير استخدام بعض وسائل تكنولوجيا التعليم فى تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة اليد رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، ١٩٩٧ م .
- (٢٢) **حسن حسنى محمد** : التعليم الذاتى باستخدام الحقائق التعليمية وعلاقته بتحصيل طلاب دور المعلمين وتغيير اتجاهاتهم نحو مهنة التدريس ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة المنصورة ، ١٩٨٣ م .
- (٢٣) **حسن شحاته وآخرون** : وسائل الاتصال فى عملية التعليم والتعلم ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة ١٩٩٨ م .
- (٢٤) **حسين حمدي الطوبجى** : التعلم أسسه - نظرياته - تطبيقاته ، دار المعرفة الجامعية ، الكويت ، ١٩٩٨ م .
- (٢٥) **حسين فهمى عبدالظاهر** : أثر استخدام تكنولوجيا التعليم فى تعلم بعض المهارات الحركية والمعرفية فى المصارعة ، المؤتمر العلمى ٢٠٠٠ فى الوطن العربى ، كلية التربية الرياضية بالجزيرة ، جامعة حلوان ، ٢٠٠٠ م .
- (٢٦) **حمدي أبو الفتوح عطية** : تدريس العلوم الجزء الثانى ، مكتبة الأنجلو ، القاهرة ، ١٩٩٣ م .

- (٢٧) حمدي عبدالمنعم أحمد : الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس للتقويم
صبحي حسنين (بدنى - مهاري - معرفي - نفسي - تحليلي) ، مركز الكتاب
للنشر القاهرة ، ١٩٩٧ م.
- (٢٨) خالد عزت فريد : تأثير برنامج مقترح باستخدام الكمبيوتر على تعلم
بعض مهارات الجودو لطلاب كلية التربية الرياضية ،
رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية
، جامعة المنصورة ، ٢٠٠٢ م .
- (٢٩) دعاء محي الدين : تأثير استخدام بعض أساليب التدريس على تعلم مسابقة
قذف القرص ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية
الرياضية ، جامعة طنطا ، ٢٠٠٠ م .
- (٣٠) زاهر أحمد : تكنولوجيا التعليم (تصميم وإنتاج الوسائل التعليمية) ،
الجزء الثاني ، المكتبة الأكاديمية للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٦ م .
- (٣١) _____ : تكنولوجيا التعليم (تصميم وإنتاج الوسائل التعليمية) ،
الجزء الثاني ، المكتبة الأكاديمية للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٧ م .
- (٣٢) زينب سيد حسن علي : تقويم بعض مهارات الجمباز لدى طالبات كلية
التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية ، رسالة دكتوراه
غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، الإسكندرية
، جامعة حلوان ، ١٩٨٣ م .
- (٣٣) _____ : دراسة لمدى فاعلية التعليم المبرمج في تعلم بعض
مهارات منهاج الحركات الأرضية في الجمباز لطالبات كلية
التربية الرياضية بالإسكندرية ، بحث منشور بمجلد علوم
وفنون الرياضة ، المجلد الأول ، كلية التربية الرياضية للبنات
بالقاهرة ، جامعة حلوان ، العدد الثاني ، ١٩٩٣ م .
- (٣٤) _____ : بناء اختبار معرفي لطالبات كلية التربية الرياضية بنات
الإسكندرية ، مجلد جامعة حلوان ، سبتمبر ، ١٩٨٧ .

- (٣٥) زينب سيد حسن على : تأثير الرضا الحركى على سرعة تعلم بعض المهارات الحركية فى الجمباز ، لدى تلميذات المرحلة الأولى من التعليم الأساسى . بحث منشور بمجلد المعهد العالى للصحة العامة ، الإسكندرية ، ١٩٩٠ .
- (٣٦) _____ : دليل مقترح لمعلمات المرحلة الثانوية فى منهاج الجمباز المطور . بحث منشور بمجلد المؤتمر العلمى السادس للتعليم الثانوى ، الحاضر والمستقبل ، رابطة التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعة عين شمس ، ١٩٩١ .
- (٣٧) _____ : طرق تدريس الجمباز وتطبيقاتها ، دار الحرمين للطباعة ، طنطا ، (د.ت).
- (٣٨) سامية فرغلى منصور : أثر إرشاد المتعلم بالأخطاء وتصحيحها على مستوى زينب سيد حسن أسلوب الأداء لمهارة الشقلبة الجانبية مع ربع لفة (عجلة ضم) ، بحث منشور بمجلة الدراسات والبحوث ، المجلد الثامن ، جامعة حلوان ، العدد الثانى ، ١٩٨٥ م.
- (٣٩) سامية فرغلى منصور : القدرات الحركية المرتبطة بالأداء المهارى على أجهزة جمباز البنات . رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية للبنات ، الإسكندرية ، جامعة حلوان ، ١٩٨٢ .
- (٤٠) سعد جلال : علم النفس التربوى الرياضى ، ط ٦ ، دار المعارف ، محمد حسن علاوى القاهرة ، ١٩٩٨ م.
- (٤١) سوسن عبدالمنعم وآخرون : الأسس الميكانيكية والمجموعات التكنيكية للجمباز ، دار المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٧٧ .
- (٤٢) صالح عبدالعزيز : التربية وطرق التدريس ، ط ١٦ ، الجزء الأول ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٩٥ م.
- (٤٣) صلاح الدين عبدالمعبد : فعالية التدريس وحدة تعليمية مبرمجة لتذوق وتاريخ الفن على تحصيل طلاب الصف الأول الثانوى ، بسلطنة عمان ، قائمة على التعلم الذاتى مجلة تكنولوجيا التعليم ، الجمعية المصرية لتكنولوجيا التعليم ، المجلد السادس ، الكتاب الثالث ، القاهرة ، ١٩٩٦ م.

- (٤٤) عادل عبدالصير : دليل الجمباز الحديث ، ط ٢ ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٩٢ م .
- (٤٥) _____ : النظريات والأسس العلمية في تدريب الجمباز الحديث ، الجزء الأول ، كلية التربية الرياضية ، بورسعيد ، جامعة قناة السويس ، ١٩٩٩ م .
- (٤٦) _____ : التدريب الرياضى والتكامل بين النظرية والتطبيق ، المكتبة المتحدة ، بورسعيد ، ١٩٩٥ م .
- (٤٧) عائشة عبدالمولى السيد: التماثل الحركى لأداء كعامل للارتقاء بالمستوى المهارى للاعبات الجمباز ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنات ، الإسكندرية ، ١٩٨٠ .
- (٤٨) عبدالحافظ سلامة : مدخل إلى تكنولوجيا التعليم ، دار الفكر ، القاهرة ، ١٩٩٢ م
- (٤٩) عبدالحميد شرف : تكنولوجيا التعليم فى التربية الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠٠ م .
- (٥٠) عبدالجواد فائق الطيلى: تقنيات التعليم بين النظرية والتطبيق ، دار قدسية أربد ، الأردن ، ١٩٩١ م .
- (٥١) عبدالعظيم عبدالسلام : تكنولوجيا تطوير التعليم ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٩٣ م .
- (٥٢) عبير عبدالمنعم : فاعلية استخدام نظام الوسائط المتكاملة على تعلم بعض المهارات الأساسية فى سلاح الشيش ، رسالة ماجستير غير منشورة ، قسم التربية الرياضية ، كلية التربية بطنطا ، ١٩٩٢ م .
- (٥٣) عصام الدين عبدالخالق : التدريب الرياضى (نظريات - تطبيقات) ، دار المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٩٤ م .
- (٥٤) على السيد سليمان : سيكولوجية التعلم والتعليم ، مكتبة عين شمس ، جامعة القاهرة ، ١٩٩٤ م .

- (٥٥) عمر محمود غباين : التعلم الذاتي بالحقائب التعليمية ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، الأردن ، ٢٠٠١ م .
- (٥٦) فاطمة محمد فليفل : أثر برنامج تعليمي مقترح باستخدام أسلوب الوسائط المتعددة على تعلم بعض مهارات كرة السلة لطلبات كلية التربية الرياضية بالمنيا ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالمنيا ، جامعة المنيا ، ١٩٩٩ م .
- (٥٧) فائزة محمد شبيل : تأثير برنامج مقترح باستخدام الأسلوب المتباين على تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة ، لدى طالبات كلية التربية الرياضية بطنطا ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ٢٠٠١ م .
- (٥٨) فتح الباب عبدالحليم : توظيف تكنولوجيا التعليم ، مطابع جامعة حلوان ، القاهرة ، د.ت .
- (٥٩) _____ : الكمبيوتر في التعليم ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٩٥ م .
- (٦٠) فخر الدين القلا : فاعلية التعليم المبرمج والسيبورة الضوئية والحقائب المتناوبة في السلوك الحس حركي - المعرفي - الانفعالي . إنتاج علمي ، كلية التربية ، جامعة عين شمس ، القاهرة ، ١٩٧٦ .
- (٦١) فضيلة حسين سرى : جهاز البنات . دار الفكر ، ط ١ ، الإسكندرية ، ١٩٦٩ .
- (٦٢) فؤاد أبو حطاب سيد عثمان : التقويم النفسي ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة ، ١٩٩٣ م .
- (٦٣) فؤاد البهي السيد : علم النفس الإحصائي ، وقياس العقل البشري . دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٧٩ .
- (٦٤) كمال عبد الحميد زيتون : تكنولوجيا التعليم في عصر المعلومات والاتصال ، عالم الكتب ، القاهرة ، ٢٠٠٣ م .

- (٦٥) كوثر حسين كوجك : اتجاهات حديثة في المناهج وطرق التدريس ، ط ٢ ، عالم الكتب ، القاهرة ، ١٩٩٧ م.
- (٦٦) ليلى زهران : الأصول العلمية والنفسية والفنية لبناء المناهج في التربية الرياضية ، درا زهران للنشر ، القاهرة ، ١٩٩١ م.
- (٦٧) ماجدة السيد عبيد : الوسائل التعليمية في التربية الرياضية ، دار الصفاء للنشر والتوزيع ، عمان ، ٢٠٠٠ م.
- (٦٨) محمد إبراهيم أمين : أثر استخدام التعليم المبرمج على تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة الكرة الطائرة لطلاب التربية الرياضية ، بكلية التربية للبنين ، كلية التربية ، جامعة الأزهر ، القاهرة ، ١٩٩٩ م.
- (٦٩) محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي ، ط ٨ ، دار المعارف ، القاهرة ١٩٩٢ م.
- (٧٠) _____ : علم النفس الرياضي ، ط ٩ ، دار المعارف ، القاهرة ١٩٩٤ م.
- (٧١) _____ : سيكولوجية النمو للمربي الرياضي ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٨ م.
- (٧٢) محمد رضا البغدادي : تكنولوجيا التعليم والتعلم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٨ م.
- (٧٣) محمد سعد زغلول وآخرون : أثر استخدام أسلوب حل المشكلات على المستوى الرقمي لمسابقة دفع الجلة لدى قسم التربية الرياضية بطنطا مجلة بحوث التربية الرياضية بحث منشور ، المجلد العاشر ، كلية التربية الرياضية بالزقازيق ، جامعة الزقازيق ، ١٩٩٢ م.
- (٧٤) محمد سعد زغلول : تأثير استخدام أسلوب التدريس المتباين على تعلم بعض مهارات كرة اليد لطلبة شعبة التدريس بكلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، مؤتمر الاستثمار والتنمية البشرية في الوطن العربي ، من منظور رياضي كلية التربية الرياضية بالجزيرة ، جامعة حلوان ، نوفمبر ٢٠٠٠ م.

- (٧٥) محمد سعد زغلول ، مكارم أبو هرير : تكنولوجيا التعلم وأساليبها في التربية
هانى سعيد الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠١ م .
- (٧٦) محمد سعد زغلول : تكنولوجيا إعداد وتأهيل معلم التربية الرياضية ، ط ٢ ، دار
مصطفى السليم الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ، الإسكندرية ، ٢٠٠٤ م .
- (٧٧) محمد عبدالغفار حسن : تأثير استخدام بعض الوسائل التعليمية البصرية على
مستوى تعليم بعض المهارات الأساسية لرياضة الملاكمة ،
رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة
أسيوط ، ١٩٩١ م .
- (٧٨) محمد عثمان : التعلم الحركي والتدريب الرياضى ، دار القلم ، الكويت ،
١٩٩٣ م .
- (٧٩) مصطفى عبدالقادر : تصميم منظومة للوسائط المتعددة وأثرها على تعلم بعض
مهارات كرة القدم للمبتدئين ، رسالة دكتوراه غير منشورة ،
كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ٢٠٠٠ .
- (٨٠) مفتى إبراهيم حماد : التدريب الرياضى للجنسين من الطفولة الى المراهقة ، دار
الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٩٦ م .
- (٨١) : التدريب الرياضى الحديث ، ط ١٦ ، دار الفكر العربى ،
القاهرة ، ١٩٩٨ م .
- (٨٢) مها إبراهيم أحمد : فعالية التعليم المبرمج فى تعلم القانون الدولى للتنس ،
لطالبات كلية التربية الرياضية ، رسالة ماجستير غير منشورة ،
كلية التربية الرياضية بنات ، الإسكندرية ، جامعة
الإسكندرية ، ٢٠٠٠ م .
- (٨٣) نادية رشوان عطية : دراسة تجريبية لفاعلية التعليم المبرمج لسباحة العدد ،
لطالبات كلية التربية الرياضية بالإسكندرية ، رسالة دكتوراه ،
كلية التربية الرياضية للبنات ، الإسكندرية ، ١٩٩٣ م .

- (٨٤) **نادية عبدالقادر** : فاعلية استخدام الحقيبة على مستوى التحصيل المعرفى والأداء لمهارة الشقلبة الخلفية البطيئة على جهاز الحركات الأرضية ، بحث منشور ، مجلة الدراسات والبحوث كلية التربية الرياضية بنات ، الإسكندرية ، ١٩٩٥ م.
- (٨٥) **ناهد محمد سعيد** : طرق التدريس فى التربية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، **نبيل رمزي فهميم** ١٩٩٨ م.
- (٨٦) **نبيلة محمد حسن** : إجراء مقارنة لفاعلية التعلم باستخدام الوسائط التعليمية المتكاملة وغير المتكاملة والتقليدية فى تدريس البالية ، لطالبات كلية التربية الرياضية بنات ، الإسكندرية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، الإسكندرية ، ١٩٩١ م.
- (٨٧) **نجام محمد عبداللطيف** : إعداد رزمة تعليمية فى العلوم العامة للصف السادس الابتدائى وقياس أثرها على تحصيل التلميذات وميولهم نحو المادة الدراسية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة قطر ، ١٩٨٦ م.
- (٨٨) **نجوى محمود والى** : إعداد رزمة تعليمية لتعلم مسابقة الوثب العالى بطريقة الوثب بالظهر وفعاليتها على مستوى التحصيل المعرفى والحركى ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، العدد الخامس ، يوليو ١٩٩٣ م.
- (٨٩) **نخبة فاروق هريدى** : فاعلية بعض أساليب عرض شريط الفيديو فى تعلم الضربة الساحقة فى الكرة الطائرة ، لطالبات كلية التربية الرياضية بالإسكندرية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية ، ٢٠٠٠ م.

ثانياً المراجع الأجنبية:

- 90) **Arnolde Brian S.** : Men's gymnastics, publishing East woke, Eield west work shire 1979.
- 91) **Barrow H.** : Mandmcgee, Apractica approuch to measure, mentin, physlca (Education) Philadelphia 1964.
- 92) **Bucher C.A.** : Found a tioni of. Physical Education and spertg. The education the c.r. mosliy compnny stlovis 1983.
- 93) **Boud D.J.** : Individualized Instruction in higher education in michael 1996.
- 94) **Frank Ryan:** Gymnastics for garles 1977.
- 95) **Garman M.R.** : The psuchalogy of classrom learning on inductive. Approach, clarles puplshing co. cobnbus ohto 1974.
- 96) **Harber Ronld** : On clifton. Effects of avideo diss. instructional program on physical education Mzors ability to observe The oquality of performances of selected Motor activities of per. Adolescenis university of Alaboma dines tation abrtracts international 1994.
- 97) **Hartely J.S.** : Strategies for programmad jnstuction education jechnology vol3, butl evuma the London 1972.
- 98) **Hay I.G.** : The biomenhaniss of sport techningves end Eonghe-wood obffs, N.J. Brentic hell 1975.
- 99) **Hirmatsu** : Michiko, an inbiviecu. Aiired learning package, program in, begining college gapanese biss abs. Int, vol. 43/02,1982 , P, 3,86.
- 100) **Igbanugo** : Verenica chingin, learning Activiyy packages, in exercise, physiaioy Dis. Av. S. int vol. 40 No 5 Noveimseri 1999, P.P. 25 43
- 101) **Guihrie B.M.** : Mcpharson M. an evaluation of customized in undergrg uate physical education international conference on computer application in sport and physical education wingate institu spert express 1992.

- 102) **Kitao K.** : Individualizing English instruction using computers available on, line <http://www.ling.lancs.ac.uk/staff/vistors/computer.htm>.
- 103) **Meeks** : Eliga Bruce, learning, packages V. Ersus conventional methods of instruction diss, ads. Int. vol 32, No 8 February 1972.
- 104) **Prise H.** : Gymnastics and tumbling Acaropulco, New York 1959.
- 105) **Richard A.** : Schmid T. Motor learning and performance human kinetics books chanpaign illivois 1991.
- 106) **Stone** : James, ieniws the effect of individualised Learning. Activity packages in mathel aiicson the academig achievement of sevenih and elghih crade student in the demopiis city school diss ars int, aol 43 no, 2 august 1975, P.690.
- 107) **Skinsly M** : D.A. study of the effectiress of computer assisted learning in physical education sport express united kingdom 1992.
- 108) **Skinsly M** : Computer awarens and experionce amongst, teachers of physical education british journal of physical education sport express united kingdom 1992.
- 109) **Wiksten D.L.** : Pattesson P. the effectiveness of on interactive computer in athletic training education journal atheletic training sport express July 1998.