

## قائمة الجداول

| رقم الجدول                                                                                                                                                          | رقم الصفحة |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| (1) نتائج الإمتحانات التطبيقية لمهارة الوثب الطويل الفرقة الثانية ( الفصل الدراسي الاول)                                                                            |            |
| ..... للعام الجامعي ( 2010 / 2011 ) ، ( 2011 / 2012 )                                                                                                               | 6          |
| (2) الدراسات العربية                                                                                                                                                | 25         |
| (3) الدراسات الأجنبية                                                                                                                                               | 30         |
| (4) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطول والوزن والعمر لمجموعات عينة الدراسة (التعلم التعاوني - التقليدي)                                                       | 37         |
| (5) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) لدرجات القياس القبلي لمجموعات الدراسة فى القدرات البدنية                                                           | 38         |
| (6) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) لدرجات القياس القبلي لمجموعات الدراسة فى مستوى الرقمي الوثب الطويل                                                 | 39         |
| (7) معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني للقدرات البدنية للعينة الاستطلاعية                                                                           | 39         |
| (8) معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني فى مستوى الرقمي الوثب الطويل للعينة الاستطلاعية                                                              | 40         |
| (9) معاملات الارتباطات البينية بإيجاد صدق التكوين وذلك للقدرات البدنية قيد ( البحث)                                                                                 | 40         |
| (10) التوزيع الزمني لدرس التربية الرياضية لطلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية                                                                               | 45         |
| (11) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) وحجم التأثير لدرجات القياس القبلي والقياس البعدي فى المستوى الرقمي لمسابقة الوثب الطويل لأفراد المجموعة التجريبية | 48         |
| (12) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) وحجم التأثير لدرجات القياس القبلي والقياس البعدي فى المستوى الرقمي لمسابقة الوثب الطويل لأفراد المجموعة الضابطة   | 49         |
| (13) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) لدرجات القياسين البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة فى المستوى الرقمي لمسابقة الوثب الطويل                       | 50         |

## قائمة الأشكال

| رقم الشكل | عنوان الشكل                                                                                                                     | رقم الصفحة |
|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| (1)       | ويوضح نماذج التعلم التعاوني .....                                                                                               | 15         |
| (2)       | يوضح صورة لمرحلة الإقتراب .....                                                                                                 | 20         |
| (3)       | يوضح صورة صورة لمرحلة الإرتقاء .....                                                                                            | 21         |
| (4)       | يوضح صورة صورة لمرحلة الطيران .....                                                                                             | 22         |
| (5)       | يوضح صورة صورة لمرحلة الإرتقاء .....                                                                                            | 23         |
| (6)       | يوضح متوسط درجات القياس القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية .....                                                          | 48         |
| (7)       | يوضح متوسط درجات القياس القبلي والبعدي لأفراد المجموعة الضابطة .....                                                            | 49         |
| (8)       | يوضح متوسطي القياسين البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في المستوي الرقمي لمسابقة الوثب الطويل لصالح المجموعة التجريبية ..... | 50         |
| (9)       | يوضح الفروق في حجم التأثير بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة .....                                                       | 51         |

## قائمة المرفقات

### رقم المرفق

- (1) بيان بأسماء السادة الخبراء فى مجال مسابقات الميدان والمضمار.
- (2) القدرات البدنية المرتبطة بمهارات الوثب الطويل .
- (3) استمارة تسجيل المستوى الرقمى لمسابقة الوثب الطويل .
- (4) خطابات تسهيل إجراء الدراسة .
- (5) شهادة من جامعة سوران .
- (6) بطاقة ملاحظة مقننة لقياس المراحل الفنية لمسابقة الوثب الطويل .
- (7) الوحدات التعليمية لأسلوب التعلم التعاوني .

### ( الملخص )

ملخص البحث باللغة العربية .....

ملخص البحث باللغة الإنجليزية .....

obeikandi.com

## مقدمة البحث

## مقدمة البحث :

يسعى العاملون في ميدان المناهج وطرق التدريس إلى تطوير البرامج التعليمية والتوصل لإستراتيجيات و طرق وأساليب تساعد المعلم على إدارة الموقف التعليمي بنجاح ، ولم يعد نجاح المعلم قاصراً على تحقيق تلاميذه لأهداف المادة الدراسية التي يعلمها لهم ، ولكن نجاحه امتد إلى نوعية ما يخرسه في الطلاب ، وما ينمي لديهم من سلوكيات واتجاهات وقيم ، لمواجهة المتغيرات السريعة والاتجاهات التربوية المعنية بتطوير أنماط التفكير ، والسلوك العلمي ، والاستفادة من المعرفة الإنسانية ، والأخذ بيده للنهوض بالعملية التعليمية ، فالتعليم هو الوسيلة الفعالة لتغيير هيكل المجتمع وهوية أفراده وسماته الثقافية .

وأصبح التطور العلمي الذي يشهده العالم في شتى مجالات الحياة السمة المميزة لهذا العصر ومن المجالات التي شملها هذا التطور، المناهج وأساليب تدريسها، إذ أصبح المتعلم محور العملية التعليمية وله الدور الفعال والنشط فيها، ولم يعد مقبولا أن يبقى دوره منصبا على تنفيذ الأوامر والتعليمات التي يصدرها صاحب السلطة العليا في العملية التعليمية ، وهو المعلم الذي يبذل دوره ليرتكز على دور المشرف والموجه الذي يخطط ويهيئ البيئة التعليمية المناسبة للمتعلمين . (33: 314 )

ويري محمد عزمي ( 1996 ) أن لابد من تطوير طرق وأساليب التدريس حتي نتخلص تدريجيا من تلك الأساليب التقليدية وتستخدم الأساليب الوظيفية التي تراعي الأسس النفسية للطلاب بعيدا عن النداءات الشكلية التي تجعل المدرس هو الشخص المسيطر الأمر النهائي والطالب هو المؤدي . ( 39 : 49 )

و في السنوات الأخيرة اتجهت أساليب التدريس نحو الاهتمام بالمتعلم بحيث يكون فعالا ونشطاً ومشاركاً في العملية التعليمية وهذا لن يتأتى إلا بتشجيعه على الاستقصاء وحل المشكلات وإثارة التساؤلات وتطبيق ما تعلمه من مواقف جديدة وحية . ( 4 : 229 )

وأكد الاتجاه الحديث في العملية التعليمية على ذاتية المتعلم في الحصول علي الخبرة التي يهيئها له الموقف التعليمي، والذي ينقل محور الاهتمام من المعلم إلي المتعلم ، ليقف الأخير موقف نشطا إيجابيا في تحقيق الأهداف التعليمية المطلوبة كل حسب قدراته الشخصية ، تحول دور المعلم من ملقن للمعلومات إلي مصمم للبيئة التعليمية المناسبة لتحقيق الهدف من المحتوى الدراسي . ( 35 : 58 )

يعد أسلوب التعلم التعاوني من الاتجاهات المعاصرة في مجال أساليب التدريس ، إذ يتيح للمتعلمين فرصة العمل والقيام بدور إيجابي نشط والتفاعل مع المواقف المختلفة، لتحصيل الحقائق والمعلومات المتصلة بأنفسهم .

كما توضح كل من سامية فرغلي ، نادية محمد ( 2002 ) بأنه هو نموذج للتدريس يتطلب من المتعلمين العمل مع بعضهم البعض والحوار بينهم فيما يتعلق بالمادة الدراسية وأن يعلم بعضهم البعض ، وأثناء هذا التفاعل الفعال تنمو لديهم مهارات شخصية واجتماعية . ( 17 : 169 )

ويري محمود منسي ( 2001 ) بأنه أسلوب مناسب للتدريس بالنسبة للمجموعات الصغيرة بحيث يتيح لكل متعلم فرصة العمل مع أفراد مجموعته بشكل إيجابي لزيادة مستوي تعلمه وتعلم أفراد مجموعته لأقصى درجة ممكنة .

( 43 : 226 )

ويوضح محمد علاوى ( 1999 ) أن نجاح أسلوب التعلم التعاونى يتوقف على التفاعل بين أعضاء الفريق أو المجموعة إضافة إلى إعطاء تغذية راجعة والسماح لكل عضو بالمساهمة بأفكاره ، شريطة أن يكون كل تلميذ فى الفصل التعاونى مسئولاً عن تعلم الآخرين فى استمرارية المافسة بين كل مجموعة وأخرى. ( 38 : 91 )

ولقد أشار كل من جونسون ، هولبيك Johnson , holubec ( 1993 ) إلى أن التعلم التعاونى يتطلب توافر إمكانيات أساسية لإنجاح الدرس وزيادة فعاليته وتنمية السلوك التعاونى بين المتعلمين ومنها " الاعتماد الإيجابى المتبادل ، المسئولية الفردية ، التفاعل وجهاً لوجه ، المهارات الاجتماعية ، معالجة عمل المجموعة " . ( 64 : 30 )

ومما سبق نستخلص أن التعلم التعاونى هو أحد أساليب التدريس المستخدمة والتي يعمل الطلاب معاً لإنجاز أهداف تعليمية مشتركة ، وذلك من خلال مجموعات صغيرة العدد ومتباينة فى القدرات ، بحيث يعمل الطلاب ويتعاونون فيما بينهم ويتلقون المساعدة من بعضهم لزيادة تعلمهم لإنجاز أهداف التعلم .

ويعد أسلوب التعلم التعاونى أحد أساليب التدريس المستخدمة فى مجال التربية الرياضية ، ويهدف هذا الأسلوب إلى تعزيز المتعلمين على العمل مع بعضهم البعض لإنجاز مهمة ما وعلى كل منهم مسئولية مساعدة الآخرين ومساعدتهم على التعلم بحيث تصل المجموعة إلى الإنجاز المطلوب ، وهذا يعني أن المتعلم لا يكون مسئولاً عن تعلمه هو فقط ولكنه يكون مسئولاً أيضاً عن تعلم باقي أفراد المجموعة أي أن أداء المتعلم هو محصلة جهده وجهد زملائه .

( 34 : 20 ) ( 16 : 24 )

ويتفق كل من " محمد أحمد " وميسك " Messick,SI " الى ان أسلوب التعلم التعاونى يركز على عاملين هامين ، الأول هو زيادة فى التطبيق Academic Learning ، والثاني هو توفير التغذية الراجعة Feed Back والتي يرى كثير من العلماء والباحثين أنهما ذا تأثير هام على درس التربية الرياضية . ( 37 : 2 ) ( 68 : 288 )

وهذا ما اكدته عفاف عبد الكريم ( 1994 ) كونه ضمن مجموعة الأساليب المباشرة لأساليب مستون للتدريس ، وترجع أهمية استخدام هذا الأسلوب فى المرحلة الأولى من تعلم المهارة ، عندما يحتاج الطلاب إلى التعرف على نقاط هامة بعد كل محاولة ، لتساعدهم على تصحيح أدائهم الفنى ويعد هذا الأسلوب بمثابة توفير مدرس لكل تلميذ .

( 26 : 111 )

ويذكر محمد أبو عاصي ( 1996 ) بأن " اكتساب واتقان المهارات الفردية عامل يتأسس عليه الوصول لأعلى المستويات الرياضية فمهما بلغ مستوى الفرد من الصفات البدنية، والسمات الخلقية والإرادية فإنه لن يحقق النتائج المرجوة ما لم يرتبط ذلك بالإتقان التام للمهارات . ( 36 : 11 )

أن مسابقات الميدان والمضمار تشغل ركنا أساسيا بين الأنشطة الرياضية الأخرى فهي تدخل فى جميع البرامج والمناهج بمراحلها المختلفة حيث لا يخلو درس من دروس التربية البدنية من تلك الأنشطة فهي القاعدة الأساسية للألعاب المختلفة ، ومن هنا

جاءت أهميتها في المجال المدرسي ، ولذلك ينصح بممارستها في سن مبكرة في المدرسة ، حتي في رياض الأطفال مع إستخدام الأجهزة والأدوات البديلة . ( 7 : 12 )

ويذكر **جيرري كاري Gerry Carry ( 2005 )** أن مسابقات الميدان والمضمار تساعد الفرد بطريقة إيجابية علي النمو الشامل المتزن من كافة النواحي البدنية العقلية والنفسية والإجتماعية فهي تكسب من يمارسها مستوي مرتفعاً من اللياقة البدنية من قوة وسرعة ومرونة وتحمل دورياً تنفسياً توافق عضلياً عصبياً كما أنها تنمي السمات الإرادية والخلقية للفرد فهي تكسبه قوة العزيمة والصبر ومواصلة الكفاح لتنمية قدراته والوصول للهدف الذي يسعى إلي تحقيقه .

( 60 : 13 )

ويعتبر الوثب الطويل أحد مسابقات الميدان في ألعاب القوى يمارسها الرجال والنساء ، ويعد من الأنشطة الحركية البسيطة والسهلة في أدائه وخصوصاً في مراحل التعليم الأولي ، والمحبة والأكثر شيوعاً في ممارستها ، ليس فقط في مجال الميدان والمضمار ولكن بالنسبة للألعاب والفعاليات الرياضية المختلفة ، وعلي ذلك يقبل الطلاب علي ممارستها دون معلم ، متنافسين بعيدين عن فنون حركاته والمتمثلة في التكنيك الخاص بالأداء حيث ينمي عندهم قوة الإرتقاء من جراء الوثب المتكرر في حفرة الوثب ، ومن هنا ظهرت أهميته كنشاط بدني ( 12 : 288 ) ( 26 : 67 )

ويذكر **محمد عثمان ( 1990 )** أن مسابقة الوثب الطويل تعتبر من المسابقات التي تتطلب مستوي معيناً من عناصر اللياقة البدنية ، حيث تتحكم هذه العناصر في مستوي الأداء وبالتالي في المستوي الرقمي فمتسابق الوثب الطويل لابد وأن يتمتع بقدر كبير من السرعة ، ومستوي عالي من قوة الوثب هذا بالإضافة إلي مستوي عال من التحكم في التوقيت الحركي والأداء المهاري . ( 41 : 331 )