تأثير أنموذج Barman بمصاحبة تمارين توافقية في تطوير مهارتي الابعاد والشبكة الأماميتان بالريشة الطائرة للطالبات

م.د. لبنى عبد الرسول شاكر/العراق. كلية الصفوة الجامعة. قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

أ.د. حيدر سلمان محسن/العراق. كلية الصفوة الجامعة. قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

م.د. بشائر هاشم عبد الواحد/العراق جامعة كربلاء. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الملخص

هدفت الدراسة الحالية الى اعداد وحدات تعليمية وفق أنموذج Barman بمصاحبة تمارين توافقية في تطوير مهارتي الابعاد والشبكة الأماميتان بالريشة الطائرة للطالبات ، وكذلك أعداد تمارين توافقية في تطوير مهارتي الابعاد والشبكة الأماميتان بالريشة الطائرة للطالبات ، والتعرف على تأثير أنموذج Barman بمصاحبة تمارين توافقية في تطوير مهارتي الابعاد والشبكة الأماميتان بالريشة الطائرة للطالبات ، وكذلك التعرف على افضلية التأثير بين انموذج Barman والية التدريس المتبعة من مدرس المادة في تطوير مهارتي الابعاد والشبكة الاماميتان بالريشة الطائرة للطالبات .

وقد استخدم الباحثون المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين (التجريبية والضابطة)، وتمثل مجتمع البحث بطالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء حيث بلغ (٧٣) طالباً، اما عينة البحث فقد بلغت (٢٤) طالبة اذ تم اختيارهم بطريقة عشوائية وتم تقسيمهم الى مجموعتين وبواقع (١٢) طالبة في كل مجموعة، حيث تم تدريس المجموعة التجريبية بأنموذج Barman المصاحبة بالتمارين التوافقية ، اما المجموعة الضابطة فتم حسب الية التدريس المتبعة من قبل المدرس. وتم معالجة البيانات احصائياً للمتغيرات المبحوثة باستخدام الحقيبة الاحصائية (SPSS) تحقيقاً لا هداف البحث

الكلمات المفتاحية: أنموذج Barman ، تمارين توافقية ، مهارتي الابعاد والشبكة ، الريشة الطائرة.

The effect of the Barman model accompanied by harmonic exercises in developing the skills of the two dimensions and the frontal network in badminton for the female student

By

Dr.LUBNA ABDULRASOOL SHAkIR *Prof. Dr. Hayder Salman* Mohseen

Dr. Basheer Hashem Abdel Wahed

Faculty of Physical Education and Sports Sciences/Kerbala University

Al-Safwa University College/Department of Physical Education and Sports Sciences

Abstract

The current study aimed to prepare educational units according to the Barman model accompanied by harmonic exercises in developing the skills of the two dimensions and the frontal network in badminton for the female students, as well as the preparation of the harmonic exercises in the development of the skills of the two dimensions and the frontal network in badminton for the female students, and to identify the effect of the Barman model with the accompanying harmonic exercises in developing the skills of the dimensions and the network The two fronts of badminton for the female students, as well as the identification of the priority effect between the Barman model and the teaching mechanism followed by the subject teacher in developing the skills of the two frontal dimensions and nets in the badminton for the female students.

The researcher used the experimental method by designing the two equal groups (experimental and control), and the research community was represented by the third stage students in the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Karbala, which amounted to (٧٣) students, and the research sample amounted to (٢٤) female students, as they were randomly selected and divided. It was divided into two groups with (١٢) students in each group, where the experimental group was taught by the Barman model accompanied by harmonic exercises, while the control group was done according to the teaching mechanism followed by the teacher. The data was processed statistically for the variables investigated using the statistical package (SPSS) to achieve the objectives of the research, and the researcher concluded that the Barman model had a positive impact in raising and developing the level of third-year students more than the teaching mechanism used in developing the skills of the two dimensions and the front net in badminton for the students compared to the control group, which I studied according to the established method. The researcher recommended the need to take advantage of the Barman model associated with harmonic exercises in teaching badminton for the different academic stages because this model is characterized by creating a positive environment for learning and making room for the formation of ideas and information, as well as the need to conduct similar studies using the Barman model accompanying the means of visual presentation on other samples and games Others because of its good features and characteristics in the educational process .

١- المقدمة:

تعد النماذج التدريسية الوسيلة الفعالة التي من شأنها أن تساعد المدرسيين في كيفية إيصال المادة العلمية إلى المتعلمين بشكل جيد وعندما نسعى لتطوير علوم التربية الرياضية لابد من اعتماد هذه الوسائل ونتائج البحوث والدراسات التي هي الركيزة الأساسية لكل عمل يراد له التقدم والنجاح ، ومن هذه النماذج التعليمية المؤثرة هي نماذج النظرية البنائية حيث انها تكون مبنية على فكرة إن الأشخاص يتعلمون عن طريق تأسيس المعرفة الجديدة بشكل فعال اكثر مما يتعلمونه عن طريق تلقيهم للمعلومات، بالإضافة إلى هذا فإنها تؤكد أن الاشخاص يتعلمون بفاعلية اكبر عندما يقومون بأنفسهم بتكوين نتائج ذات معنى .وان انموذج Barman احد نماذج التدريس التي تعتمد على المعرفة ويستند إلى النظرية البنائية القائمة على تفسير المتعلم للظواهر ومدى استيعابه في ضوء الخبرة السابقة ، اذ نادت ضرورة استعمال افكار بنائية في التدريس وذلك بإعادة المتعلم الى نقطة البداية لقياس مقدرته الفردية على تفسير جملة من الخبرات وكيفية تنمية هذه المقدرة ومحاولة ربطها بالخبرة التي سبق ان تعرف عليها المتعلم في المرحلة السابقة ولذلك يتم تجاوز مشكلات تغير الموضوعات عبر الخبرة السابقة للمتعلم.كما وتعد الوسائل التعليمية لغة عالمية تتحدث بالشكل والصورة والصوت واللون والحركة وتتوقف فائدتها في المجالات المختلفة على حسن اختيارها وطرق استخدامها، لذا يعد استخدامها في العملية التعليمية فنًا وعلماً في آن واحد ، والأصل في عملها إنها وسائل توضيح فكرة او معنى او نقل خبرة من شخص إلى اخر ، ولذلك أُطلق عليها تسميات عديدة كالوسائل المعينة او وسائل الإيضاح او الوسائل السمعية والبصرية او تكنلوجيا التعليم ، وفي النهاية هي كل ما يسمع او يشاهد او يقرأ في اثناء الدرس ويساعد الطلاب على التعلم.وتأتي اهمية البحث في كونه محاولة علمية لاستعمال انموذج متجدد من نماذج النظرية البنائية والتي تساعدنا في تحديد الطرائق والأساليب التدريسية الملائمة للموقف التعليمي وصولًا بالمتعلمين إلى النتائج التعليمية المرغوبة وتطويرها من خلال تنمية التفكير والاستكشاف والتقصي مع اكتساب المعارف والمعلومات تجاه لعبة الريشة الطائرة والتي تعتبر واحدة من الألعاب الفردية الصعبة والتي تحتاج إلى تجريب أساليب وطرق تعليمية لم تجرب بعد في مجال اللعبة ومن خلال متابعة الباحثون للوحدات التعليمية في مادة الريشة الطائرة للطالبات السنة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة كربلاء ، لاحظ إن هناك تذبذباً في الأداء المهاري لمهارتي الابعاد والشبكة الأماميتان بالريشة الطائرة، اذ يرى الباحثون إن اغلب طرائق التدريس واستراتيجياتها المستعملة في كلياتنا تركز وبصورة كبيرة على دور المدرس اكثر من دور الطالب في تصميم وتنفيذ درس الريشة الطائرة ، مما يجعل عملية تدريس وتطوير الاداء المهاري

لمهارتي الابعاد والشبكة الاماميتان بالريشة الطائرة للطالبات متذبذباً ولا يلبي الاهداف المرجوة، وهو ليس قصوراً في مدرسين المادة ولكن سعياً من الباحثون لإيجاد نماذج تعليمية حديثة تؤدي الى تفعيل دور الطالب وجهده الذاتي الايجابي في مواجهة ومعالجة المشكلات التي قد تواجهه، لذا إرتاى الباحثون الى تجريب انموذج (Barman) المصاحب لوسائل العرض المرئي لكونه احد النماذج التعليمية الحديثة.

ويهدف البحث إلى:

١- إعداد وحدات تعليمية وفق انموذج Barman المصاحب لوسائل العرض المرئي في تطوير مهارتي الابعاد والشبكة الأماميتان بالريشة الطائرة للطالبات .

٢- تصميم تمارين توافقية في تطوير مهارتي الابعاد والشبكة الأماميتان بالريشة الطائرة للطالبات

٣- التعرف على تأثير انموذج Barman بمصاحبة تمارين توافقية في تطوير مهارتي الابعاد والشبكة الأماميتان بالريشة الطائرة للطالبات

٤- التعرف على افضلية التأثير بين استخدام انموذج Barman المصاحب تمارين توافقية وآلية التدريس المتبعة في تطوير الأداء المهاري لمهارتي الابعاد والشبكة الاماميتان بالريشة الطائرة للطالبات .

٢- اجراءات البحث:

٢-١ منهج البحث: استخدم الباحثون المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

٢-٢ مجتمع البحث وعينته:

تم تحديد مجتمع البحث بطالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء للعام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠) والبالغ عددهم (٧٣) طالبة ، وقام الباحثون باستبعاد الطالبات المشاركات في الفرق الرياضية والممارسون للعبة والراسبون وذلك لإبعاد جميع العوامل التي قد تؤثر في الحصول على نتائج دقيقة وعددهم (١٠) طالبات وبذلك أصبح مجتمع البحث التجربة الرئيسة (٦٣) طالبة ، وجاء اختيار جميع العينات بالطريقة العشوائية البسيطة (القرعة) .

وزعت عيناتهم كما يأتي:

١- عينة بناء اختبارات التمارين التوافقية والأداء المهاري لضربة الابعاد والشبكة الامامية بالريشة الطائرة: تكونت هذه العينة من(١٦) طالبة ، اذ تم اختيارهم بالطريقة العشوائية القرعة.

٢- العينة الاستطلاعية لاختبارات التمارين التوافقية والأداء المهاري: تم اختيار (٧) طالبات من كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة كربلاء بالطريقة العشوائية القرعة.

٣- العينة الاستطلاعية للتجربة الرئيسة: وتم اختيار (٧) طالبات من كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة كربلاء بالطريقة العشوائية القرعة.

٤- عينة البحث الرئيسة: تم اختيار(١٧) طالبة فقط وذلك بسبب انهن لم ينقطعن عن الدوام بالرغم من توقف الدوام في اغلب الجامعات الحكومية بسبب الاوضاع السياسية وتم اختيارهم عشوائيا". وتوزعت عينة البحث الرئيسة بالتساوي على مجموعتين تجريبية وضابطة وبواقع (٧) طالبات في كل مجموعة..

من أجل ضبط المتغيرات التي قد تؤثر في دقة نتائج البحث ، لجأ الباحثون إلى التحقق من تجانس عينة البحث في المتغيرات التي تتعلق بالقياسات الجسمية وهي (الطول ، الكتلة ، والعمر الزمني) من خلال ايجاد معامل الالتواء وكما مبين في الجدول (١).

الجدول (١) يبين تجانس عينة البحث في المتغيرات الجسمية (الطول ،الكتلة ، العمر الزمني)

المتغيرات	وحدة القياس	درجة الحرية بين المجموعات	درجة الحرية داخل المجموعات	ليفين	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
العمر	سنة	١	١٢	.٠١١	.٩١٩	غير معنوي
الطول	سم	١	١٢	.١٧٨	.٦٨٠	غير معنوي
الكتلة	كغم	١	١٢	١,٧١٤	.٢١٥	غير معنوي

٢-٣ الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

٢-٣-١ وسائل جمع المعلومات :

- الوسائل البحثية.
- المصادر العربية والاجنبية .
- الاختبارات والقياس .
- الملاحظة .
- الاستبانة .
- المقابلات الشخصية.

٢-٣-٢ الأجهزة والأدوات المستخدمة:

- جهاز حاسوب محمول نوع (DELL) عدد (١) .
- جهاز قياس الطول والوزن عدد (١) .
- حاسبة الكترونية يدوية نوع (Kenko) عدد (١) .
- ملعب الريشة الطائرة قانوني مع مستلزماته .
- ريش عدد (١٠) صينية الصنع .
- سبورة واقلام ملونة .
- مقاعد خشبية عدد (٤) .
- أشرطة لاصقة ملونة عرض (٥) سم .
- شريط قياس كتان (٥م) عدد (١) .
- مضارب ريشة
- جهاز قاذف كرات الريشة نوع (SIBOASI SS-Y١-٨٠٠٠
- بو سترات (ملصقات) تعليمية حجم (٢*٢م) عدد (٤) .
- شاشة العرض نوع (LG) حجم (٤٢) عدد (١) .

٢-٤ إجراءات البحث الميدانية:

٢-٤-١ الاختبارات المستخدمة:

٢-٤- ١-١ مواصفات النهائية لاختبارات التمارين التوافقية المرتبطة بالأداء المهاري لضربتي الابعاد الامامية والشبكة الامامية بالريشة الطائرة:

بعد أن تم التوصل الى اهم التمارين التوافقية الخاصة بالريشة الطائرة لمهارتي ضربة الإبعاد الامامية والضربة الشبكة الامامية كونهم أكثر المهارات تكراراً خلال الشوط الواحد، وبعد الاطلاع على مجموعة من المصادر والمراجع في مجالات (الاختبار والقياس، التعلم، طرائق تدريس، التدريب الرياضي ، الريشة الطائرة) قام الباحثون بتصميم (٢) اختبارات ، واختبار لقياس التوافق المرتبط بالأداء لمهارة ضربة الإبعاد الامامية، ، واختبار لقياس التوافق المرتبط بالأداء لمهارة ضربة الشبكة الامامية. وقامت الباحثون بتصميم استمارة تقييم الاداء *وقد تم عرضها على مجموعه من الخبراء.

وبعد الانتهاء من تصميم الاختبارات قامت الباحثون بعرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين والبالغ عددهم (١٦) مختصاً وذلك لتقويمها وبيان صلاحيتها للمتغيرات المحددة في الدراسة، وبعد أن تم التعديل في بعض الاختبارات وفقاً لوجهة نظرهم ومناقشة الباحثون فيها وعرضها مرة أخرى عليهم تم استحصال الاتفاق على صلاحيتها. وبعدها أصبحت الاختبارات جاهزة وذلك لغرض أجراء التجارب الاستطلاعية والمعاملات العلمية والتجربة الرئيسية للدراسة والجدول (٢) يبين نسبة اتفاق المختصين على صلاحية الاختبارات المصممة قيد الدراسة.

الجدول (٢) يبين نسبة اتفاق المختصين حول الاختبارات المصممة

ت	اسم الاختبارات	المتفقون	غير المتفقون	النسبة المئوية
١	اختبار لقياس التوافق المرتبطة بالأداء مهارة ضربة الإبعاد الامامية	١٦	٠	%١٠٠
٢	اختبار لقياس التوافق المرتبطة بالأداء مهارة ضربة الشبكة الامامية	١٤	٢	%٨٧,٥

- أسم الاختبار: قياس التوافق المرتبط بالأداء لمهارة ضربة الإبعاد الامامية

- الغرض من الاختبار: قياس التوافق بين الرجلين والعين والذراعين المرتبط بالأداء لمهارة ضربة الإبعاد الامامية خلال ٣٠ ثا

- مستوى الجنس والعمر: طالبات المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

٢-٥ الأدوات والإجراءات المستخدمة:

- قاذف ريش
- مضارب
- ريش صناعية متوسطة السرعة قانونية
- ساعة توقيت عدد (٢)
- شريط قياس - أشرطة ملونة لتقسيمات مناطق الدقة.
- يعطي المختبر محاولات للإحماء.
- **يغذي جهاز قاذف الريشة بسرعة قذف (٢٠كم/ساعة) وبنوع Flat (من دون دوران) ولجهة الملعب (اليمين) وبزمن تغذية (٥ ثا) ويبعد عن خط الإرسال (٨٠ سم) وبارتفاع فوهة القاذف (١٤٠سم) عن الأرض.**

طريقة الأداء:

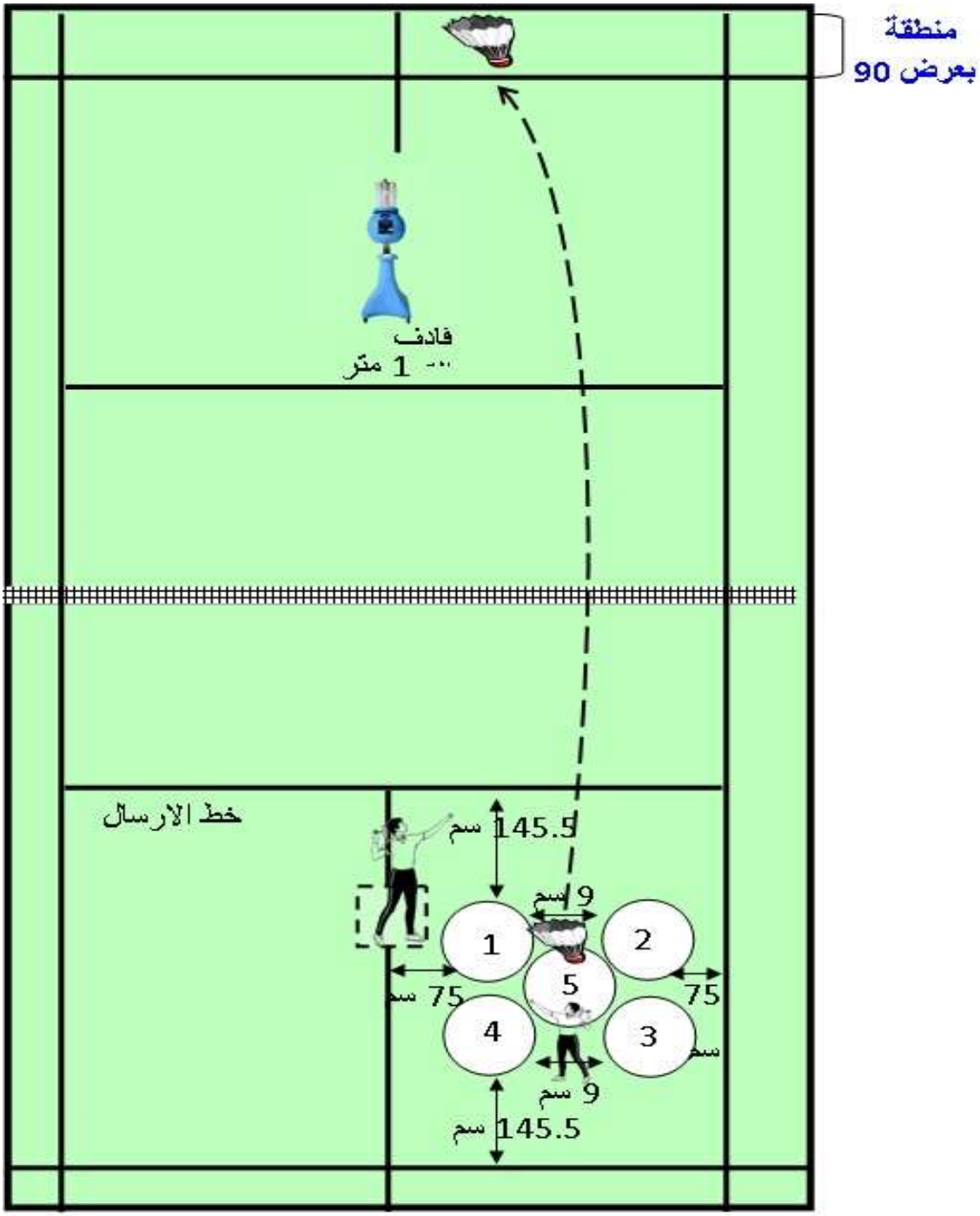
- تقسم المنطقة الخلفية للملعب الى منطقة واحدة بعرض (٩٠ سم) على جهة اليمين.
- ترسم خمسة دوائر داخل منتصف الملعب وعلى جهة اليمين وبقطر (٥٠ سم) للدائرة الواحدة وتكون المسافة بين الدائرة رقم (١) والدائرة رقم (٤) (٥ سم) والمسافة بين الدائرة رقم (٢) والدائرة رقم (٣) (٥سم) والمسافة بين الدوائر رقم (١-٤) عن الدوائر (٢-٣) (٩ سم) والدوائر(١-٢-٣-٤) عن الدائرة رقم (٥) (٥سم) وتبعد الدوائر (١-٤) (٧٥سم) عن خط الارسال للجانب، وتبعد الدوائر (٢-٣) (٧٥سم) عن الخط الجانبي للملعب، كذلك تبعد الدوائر (١-٢) (١٤٥,٥سم) عن خط الارسال من الامام، وتبعد الدوائر (٣-٤) (١٤٥,٥ سم) عن الخط الخلفي للملعب وحسب الترتيب الموجود بالشكل (١) - تقف المختبرة على بعد (١ متر) عن خط الإرسال داخل مربع مرسوم في المنتصف ، وعند سماع اشارة البد من الميقاتي تقوم المختبرة بالقفز الى داخل الدائرة رقم (١) ومن ثم القفز الى داخل الدائرة رقم (٢) ومن ثم القفز داخل الدائرة رقم (٣) ومن ثم القفز داخل الدائرة رقم (٤) ومن ثم القفز داخل الدائرة رقم (٥) لاستقبال الريشة القادمة من المدفع لتأدية مهارة ضربة الابعاد الامامية بوجه المضرب الامامي وضرب الريشة محاولة منها اسقاطها في نهاية الملعب وحسب المنطقة المحددة بعرض (٩٠ سم).

طريقة حساب درجة الاختبار:

١- يتم حساب عدد المحاولات الصحيحة أو الناجحة خلال زمن الاداء علماً أن الريشة التي تضرب بالشبكة أو تخرج خارج الملعب تأخذ صفراً.

٢- الريشة التي تقع على الخط تعتبر محاولة صحيحة أو ناجحة.

٣- لا تحتسب المحاولة صحيحة أو ناجحة إذا خالفت المختبرة طريقة الاداء الصحيحة لضربة الابعاد (الريشة إذا سقطت خارج المنطقة المحددة تعتبر محاولة غير صحيحة فنياً وليس قانوناً). كما في شكل(١)



الشكل (١) يوضح اختبار الضربة الابعاد الامامية خلال ٣٠ ثا

أسم الاختبار: قياس التوافق المرتبط بالأداء لمهارة الضربة الشبكة الامامية .

الغرض من الاختبار: قياس التوافق المرتبط بالأداء لمهارة الضربة الشبكة الامامية خلال ٣٠ ثا

مستوى الجنس والعمر: طالبات المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

الأدوات والإجراءات المستخدمة:

- قاذف ريش
- مضارب
- ريش صناعية متوسطة السرعة قانونية
- ساعة توقيت عدد (٢)
- شريط قياس -أشرطة ملونة لتقسيمات مناطق الدقة.
- يعطي المختبر محاولات للإحماء.
- **يغذي جهاز قاذف الريشة بسرعة قذف (٢٠كم/ساعة) وبنوع Flat (من دون دوران) ولجهة الملعب (اليمين) وبزمن تغذية (٥ثا) ويبعد عن خط الإرسال (٨٠سم) وبارتفاع فوهة القاذف (١٤٠ سم) عن الأرض.**

طريقة الأداء:

- **تقسم المنطقة الامامية للملعب (ما قبل خط الارسال) الى منطقة واحدة بعرض (٦٠ سم) على جهة اليمين.**
- تقف المختبرة على بعد (١متر) عن خط الإرسال داخل مربع مرسوم في المنتصف، وعند سماع اشارة البد تقوم المختبرة بالتحرك الى الشاخص رقم (١) اقصى جهة اليمين الى الخلف أولا ذهاباً وتلتف حول الشاخص والعودة الى منتصف الملعب داخل المربع المرسوم وبعدها تتحرك الى الشاخص رقم (٢) الى اقصى جهة اليسار الى الخلف وتلتف من حول الشاخص والعودة كذلك الى داخل المربع وبعدها الى الشاخص رقم (٣) الى جانب اليسار وتلتف من حوله والعودة الى داخل المربع وبعدها تتحرك الى الشاخص رقم (٤) وتلتف من حوله على جهة اليمين لتستقبل الريشة القادمة من المدفع وضربها ضربة الشبكة الامامية بوجه المضرب الأمامي محاولاً إسقاط الريشة في المنطقة الصحيحة (خلف الشبكة مباشرة) وهكذا يكرر الاداء لحين انتهاء زمن الاختبار الشكل(٢).

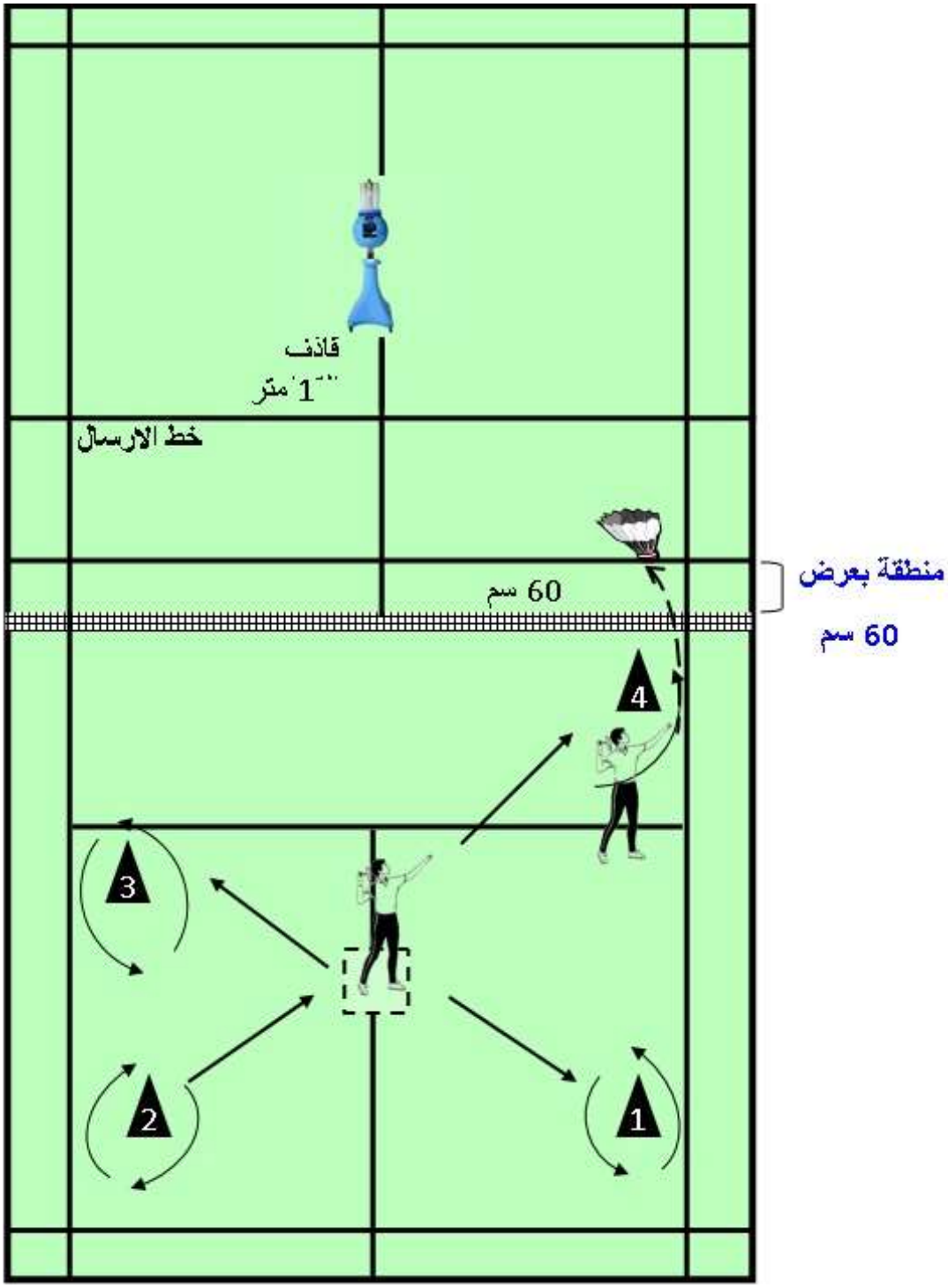
طريقة حساب درجة الاختبار:

١- يتم حساب عدد المحاولات الصحيحة أو الناجحة خلال زمن الاداء علماً أن الريشة التي تضرب بالشبكة أو تخرج خارج الملعب تأخذ صفراً.

٢- الريشة التي تقع على الخط تعتبر محاولة صحيحة أو ناجحة.

٣- لا تحتسب المحاولة صحيحة أو ناجحة إذا خالفت المختبرة طريقة الاداء الصحيحة لضربة الشبكة (الريشة اذا سقطت خارج المنطقة المحددة تعتبر محاولة غير صحيحة فنياً وليس قانونياً).

وتستطيع الباحثون من حساب درجة الاختبار عن طريق عدد المحاولات العشرة .



الشكل (٢) يوضح اختبار لضربة الشبكة الامامية خلال ٣٠ ثا

٢-٦ صلاحية اختبارات التمارين التوافقية المرتبطة بالأداء المهاري لضربتي الابعاد الامامية والشبكة الامامية .

اولا:- القوة التميزية:

١- تم عرض الاختبارات على مجموعة من الخبراء * بعد تصميمة اذ وافقوا بالأجماع على صلاحية هذا الاختبار.

٢- طبق الاختبار على عينة عددها (١٦) طالبة من مجتمع البحث.

٣- تم استخراج القدرة التميزية للاختبار باستخدام قانون t للمجموعات الطرفية (٠,٢٧) لكل طرف وذألك لان عينة البحث كانت (١٦) طالبة وتم ترتيبهم تصاعديا عند استخراج المجموعات الطرفيتان وكما مبين في الجدول (٣)

الجدول (٣) يبين القوة التميزية الاختبارات التمارين التوافقية المرتبطة بالأداء المهاري لضربتي الابعاد الامامية والشبكة الامامية

الاختبارات	المجموعات	العينة	الاوساط الحسابية	الانحرافات	الخطأ المعياري	قيم T	الدلالة
قياس التوافق المرتبط بالأداء لمهارة ضربة الإبعاد الامامية	عليا	٥	٢,٦٠٠٠	٥٤٧٧٢	٢٤٤٩٥	٥,٧٧٤	٠٠٠
	دنيا	٥	٦٠٠٠	٥٤٧٧٢	٢٤٤٩٥		
	دنيا	٥	٨٠٠٠	٨٣٦٦٦	٣٧٤١٧		
قياس التوافق المرتبط بالأداء لمهارة الضربة الشبكة الامامية	عليا	٥	٣,٢٠٠٠	٤٤٧٢١	٢٠٠٠٠	٨,٤٨٥	٠٠٠٠
	دنيا	٥	٨٠٠٠	٤٤٧٢١	٢٠٠٠٠		

ان ما يبينه الجدول (٣) هو أن هناك فروق ما بين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لا فراد المجموعة العليا والمجموعة الدنيا ، حيث الاختلاف في القيم المشار اليها في الجدول المشار اليه أنفاً ولمعرفة حقيقة هذا الاختلاف تم اختبارها بالاختبار (t) ومنه جاءت النتائج تشير الى حقيقة هذه الفروق ومعنويتها ، اذ أن قيم (t) المحسوبة اكبر من الجدولية عند درجة حرية (١٥) ومستوى دلالة (٠،٠٥).

ثانيا:- مستوى الصعوبة وسهولة الاختبار:

ان الاختبار المناسب هو الذي لا يكون صعبا بحيث يتعذر اداءه ولا يكون سهلا يؤديه الجميع بدون عناء لذا لجا الباحثون الى التعرف على صعوبة وسهولة الاختبار من خلال ايجاد نتائج الاختبار للعينة وتوزيعها بحسب منحى التوزيع الاعتدالي من خلال معامل االلتواء ومن خلال نتائج الجدول دل على عدم وجود انحراف بالتوزيع الطبيعي بمعنى ان العينة تتوزع طبيعيا على الاختبار المستخدم أي ان الاختبار لم يكن من الصعوبة المعيقة لإجرائه

الاختبارات	الوسط الحسابي	الخطأ المعياري	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل االلتواء	اقل قيمة	اكبر قيمة
قياس التوافق المرتبط بالأداء لمهارة ضربة الإبعاد الامامية	١,٦٢٥٠	٠.٢٣٩٣٦	٢,٠٠٠٠	٩,٥٧٤٣	-١٤٦ توزيع طبيعي	٠,٠٠	٣,٠٠
قياس التوافق المرتبط بالأداء الامامية لمهارة الضربة الشبكة الامامية	١,٩٣٧٥	٠.٢٦٥٦٦	٢,٠٠٠٠	١,٠٦٢٦٢	١٣٨ توزيع طبيعي	٠,٠٠	٤,٠٠

٢-٧ الأسس العلمية للاختبارات المصممة :

٢-٧-١ حساب معامل الصدق للاختبارات المصممة:

حيث استخدم الباحثون الصدق الظاهري والمحتوى الذي يشير إلى المدى الذي يقيس بموجبه الاختبار ما وضع لقياسه في تحديد صدق الاختبارات من خلال عرض الاختبارات المقترح استعمالها في البحث في استمارات وزعت على مجموعة من الخبراء والمختصين في لعبة الريشة الطائرة والتعلم والتدريب وفي مجالات الاختبار والقياس لتحديد صدق الاختبار ، وتم استخراج نتائج هذا النوع من الصدق وتم اختيار الاختبارات التي حصل على نسبة الاتفاق الاعلى وكما مبين في الجدول(٤)

٢-٧-٢ حساب معامل الثبات للاختبارات المصممة:

أن أي قياس او اختبار لا يمكن ترشيحه لقياس صفة أو ظاهرة ما لم تتوفر فيه المقومات العلمية من حيث الصدق والثبات والموضوعية إذ يشير لؤي الصميدعي (٢٠١٠) إلى أنه "لا يمكن استخدام أي اختبار لقياس صفة أو مهارة معينة في حال افتقاره لأحد الشروط العلمية الأساسية" وعلى هذا الأساس كان التقييم الجيد يعتمد بصورة مباشرة على القياس الجيد فإذا كان الاختبار أو القياس لا يتصف بالصدق والثبات فإن التقييم سيكون ضعيفا" ، فأول خطوة في التقييم هي ضمان القياس الجيد والذي سيؤدي بالضرورة إلى تقييم أفضل والى اتخاذ القرارات الصائبة.

٢-٧-٢-١ حساب معامل الثبات بطريقة (إعادة الاختبار) للاختبارات المصممة:

المتفق عليه أن الثبات يدل على مدى الدقة والإتقان الذي يقيس به الاختبار الظاهرة التي وضع من اجلها، ويشير إلى مدى الوثوق بالدرجات التي يتم الحصول عليها من تطبيق الاختبار، بمعنى عدم تأثير الدرجات التي يتم الحصول عليها من تطبيق الاختبار بأخطاء الصدفة.

(محمد نصر الدين رضوان ، ٢٠٠٦ ، ص٩٨)

كما يعُرف الثبات بأنه "الاختبار الذي يعطي نتائج متقاربة أو نفس النتائج إذا طُبق أكثر من مرة في ظروف متماثلة". (ذوقان عبيدات وآخرون ، ١٩٩٨ ، ص١٩٤)

ولغرض حساب معامل الثبات بطريقة (إعادة الاختبار) للاختبارات المصممة وبعد مرور سبعة أيام من اجراء التجربة الاولى بإعادة تطبيق هذه الاختبارات

٢-٧-٣ موضوعية الاختبارات:

الموضوعية "تعني عدم اختلاف المقدرين في الحكم على شيء ما أو على موضوع معين "وبما ان الاختبارات المستخدمة في البحث على درجة عالية من الموضوعية لا نها واضحة وسهلة الفهم والتطبيق من قبل افراد العينة وبعيدة عن التقييم الذاتي حيث ان طريقة الاداء واضحة وتصف قدرات الفرد كما هي موجودة فعلا لا كما نريدها ان تكون

الجدول (٤)

ت	والاختبارات	معامل الثبات	الموضوعية	الدلالة الاحصائية
١	قياس التوافق المرتبط بالأداء لمهارة ضربة الإبعاد الامامية	٠,٨٥٦	٠,٨٢٠	معنوي
٢	قياس التوافق المرتبط بالأداء لمهارة الضربة الشبكة الامامية	٠,٩٤٩	٠,٨٦١	معنوي

٢-٨ التجربة الاستطلاعية الخاصة بوحدة تعليمية وفق انموذج Barman بمصاحبة التمارين التوافقية:

أُجريت التجربة في يوم الأحد الموافق ٢٠١٩/١/١٣ على عينة التجربة الاستطلاعية في القاعة المغلقة في كلية التربية البدنية جامعة كربلاء ؛ وذلك من أجل أن يكونوا قادرين على ان يتعرفوا على آلية العمل الجديدة المتمثلة بأنموذج Barman ، وقد اختار الباحثون نموذجاً من الوحدات التعليمية التي قام بإعدادها . وكان الهدف من إجراء هذه التجربة الاستطلاعية هو الآتي:

١- تعريف الطلاب على الية العمل الجديدة المتمثلة بأنموذج Barman المصاحب بتمارين توافقية .

٢- التعرف على المعوقات التي من الممكن أن تواجه الباحثون عند تنفيذ الوحدات التعليمية المعدة .

٣- التعرف على مدى ملاءمة الوحدات التعليمية المعدة لمستوى العينة .

٤- التعرف على مدى تفهم واستجابة أفراد العينة لمحتويات الوحدة التعليمية المعدة وفق انموذج Barman المصاحب بتمارين توافقية .

٥- التعرف على الوقت الملائم والمخصص لأقسام الوحدة التعليمية وإمكانية تنفيذه .

٦- التعرف على الوقت المستغرق الذي يحتاجه تطبيق مراحل انموذج Barman المصاحب التمارين التوافقية (التحديد او التخمين – الاستقصاء – الحوار – التطبيق) والوقت الخاص لكل مرحلة .

٧- تحديد عدد تمرينات القسم الرئيس التي يمكن تأديتها في الوحدة التعليمية الواحدة .

٢-٩ الاختبار القبلي:

قام الباحثون بإجراء الاختبار القبلي الخاص بالأداء المهاري لضربة الأبعاد الامامية والشبكة الامامية لريشة الطائرة الضابطة في يوم الأثنين الموافق ٢٠١٩/٢/٢٥ ، أما المجموعة التجريبية فقد تم اجراء اختبارها في يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٩/٢/٢٦ ، وقد تم اجراء اختبار المجموعتين في تمام الساعة العاشرة صباحاً وعلى القاعة المغلقة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة كربلاء وبمساعدة فريق العمل المساعد وبإشراف مباشر من الباحثون.

٢-١٠ تكافؤ مجموعتي البحث:

من أجل الكشف عن تكافؤ مجموعتي البحث(الضابطة والتجريبية) في المتغيرات المبحوثة تم استخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري لأفراد المجموعتين ولجميع المتغيرات ذات العلاقة بالبحث وبعد الاستدلال عن معنوية الفروق بين الأوساط من خلال استخدام اختبار (t) للعينات المستقلة والمتساوية العدد، بينت نتائج التحليل الإحصائي أن الفروق غير معنوية بين المجموعتين ولجميع المتغيرات مما يؤكد تكافؤ المجموعتين في المتغيرات المبحوثة كما مبين في الجدول (٥).

الجدول (٥) يبين التكافؤ بين المجموعة الضابطة والتجريبية في المتغيرات المبحوثة

الاختبار	المجموعات	العينة	الاوساط الحسابية	الانحرافات	الخطأ المعياري	قيمة t	الدلالة
التوافق المرتبط بالأداء مهارة ضربة الابعاد الامامية	تجريبية	٧	٢,٥٧١٤	٩٧٥٩٠	٣٦٨٨٦	-٥٦٩	٥٨٠ عشوائي
	ضابطة	٧	٢,٨٥٧١	٨٩٩٧٤	٣٤٠٠٧		
قياس التوافق المرتبط بالأداء لمهارة الضربة الشبكة الامامية	تجريبية	٧	٢,٢٨٥٧	١,١١٢٧٠	٤٢٠٥٦	-٨٤٣	٤١٦ عشوائي
		٧	٢,٧١٤٣	٧٥٥٩٣	٢٨٥٧١		

٢-١١ إعداد الوحدات التعليمية وفق انموذج Barman بمصاحبة التمارين التوافقية:

بعد اطلاع الباحثون على عدد من المصادر العلمية والدراسات السابقة والمشورة العلمية والمقابلات الشخصية مع السادة الخبراء والمختصين في مجال التعلم الحركي وطرائق التدريس والكرة الطائرة (الملحق٢) ، باشر الباحثون بإعداد الوحدات التعليمية الخاصة بالمجموعة التجريبية وفق انموذج Barman بمصاحبة التمارين التوافقية لتحسين وتطوير مهارتي الابعاد والشبكة الاماميتان بالريشة الطائرة . فقد تعرفنا فيما سبق على انموذج Barman بانه أحد النماذج الحديثة للنظرية البنائية الذي يجعل الطالب محور العملية التعليمية وجزءً منها وجعل المدرس الموجه والمرشد والقائد للعملية التعليمية ، اذ ان هذا الانموذج يتكون من اربعة مراحل مترابطة ومتسلسلة ومكملة احدها للأخرى وهي (مرحلة التحديد او التخمين – مرحلة الاستقصاء – مرحلة الحوار – مرحلة التطبيق) وكل مرحلة من هذه المراحل تضم مجموعة من الاجراءات والخطوات التي يقوم بها المدرس او الطالب وصولًا الى الاهداف المرجوة منها .

وتم اختيار القسم الرئيسي من الوحدة التعليمية ليتم من خلاله تطبيق مراحل الانموذج الاربعة وتم تحديد الوقت اللازم لهذا القسم وكان قدره (٧٠) دقيقة وتم توزيع التوقيتات المناسبة لكل مرحلة من مراحل الانموذج كالآتي:

القسم الرئيسي: ٧٠ دقيقة

الجانب التعليمي: ١٥ دقيقة/وقد شمل هذا الجانب على المرحلة الاولى من الانموذج وهي:

- (مرحلة التحديد او التخمين) .

الجانب التطبيقي: ٥٥ دقيقة/وقد شمل هذا الجانب على المراحل الثلاثة الاخرى من الانموذج وهي :

- مرحلة الاستقصاء: ١٥ دقيقة

- مرحلة الحوار: ١٥ دقيقة

- مرحلة التطبيق: ٢٥ دقيقة

وتم اعتماد الوسائل التعليمية (وسائل العرض المرئي) لأفراد المجموعة التجريبية حيث تمثلت هذه الوسائل بـــــ (بوسترات تعليمية – لا بتوب وشاشة عرض (عرض صور وأفلام تعليمية)) ، وتم تحديد المراحل التي تستعمل فيها هذه الوسائل وهي مرحلتي التحديد او التخمين والحوار من مراحل الانموذج ، وكذلك تم تحديد المراحل التي تعطى فيها التمارين التوافقية المخصصة لتطوير مهارتي الضربة الابعاد والشبكة الاماميتان بالريشة الطائرة وهي مرحلتي الاستقصاء ومرحلة التطبيق من مراحل الانموذج

وبعد اكمال اعداد الوحدات التعليمية وفق انموذج Barman المصاحب لوسائل العرض المرئي قام الباحثون بعرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال طرائق التدريس للاطلاع عليها واتخاذ اللازم من تعديل او اي اضافة عليها .

ومن اجل ضبط جميع المتغيرات التي قد تؤثر في نتائج البحث فقد تم اعطاء نفس المفردة التعليمية للمجموعتين التجريبية والضابطة من خلال نفس المدرس بفارق استعمال انموذج Barman المصاحب بالتمارين التوافقية مع المجموعة التجريبية فقط .

٢-١١-١ مراحل تطبيق انموذج Barman بمصاحبة التمارين التوافقية في الوحدات التعليمية المعدة:

يتكون الانموذج كما اسلفنا من اربعة مراحل منظمة ومتسلسلة ومترابطة مع بعضها حيث تشمل كل مرحلة من هذه المراحل مجموعة اجراءات وخطوات يقوم بها كل من المدرس والطالب لتحقيق هدف كل مرحلة من مراحل الانموذج وهي كالآتي:

اولاً: مرحلة التحديد او التخمين: (١٥ دقيقة)

ويتم في هذه المرحلة تنفيذ الاجراءات والخطوات الاتية:

- تحديد المهارة او الموضوع الحالي للدرس .

- يبدأ المدرس باستعادة المعلومات والخبرات السابقة مع الطلاب عن المهارة او الموضوع الحالي .

- إثارة الأسئلة من قبل المدرس حول المهارة او الموضوع .

- يعطي المدرس المعلومات والخطوات العامة عن كيفية الأداء التمارين التوافقية المرتبطة بالأداء المهاري لضربتي الابعاد والشبكة الاماميتان بالشكل الصحيح مؤكداً على اهم شروط ومواصفات هذا الاداء الصحيح.

- يقوم المدرس بشرح وعرض المهارة او الموضوع الحالي والشكل الصحيح للأداء من خلال البوستر (الملصق) التعليمي وشاشة العرض .

- يتم عرض المهارة او الموضوع باستخدام النموذج من قبل المدرس مؤكداً على اهم الاخطاء الشائعة اثناء الاداء لتجنبها .

- تحديد المهام والواجبات والتمارين التي ستعطى في المرحلة التالية .

وان هدف هذه المرحلة هو :

- تعرف المدرس على الخبرات والمعلومات السابقة التي يحملها الطالب عن المهارة او الموضوع الحالي لأنها بالتالي تنعكس على مستوى أدائه .

- جذب انتباه الطلاب وتركيزهم وإثارة التفكير المستمر والتفسير والتحليل لديهم عن الموضوع الحالي .

ثانياً: مرحلة الاستقصاء:

ويتم فيها تنفيذ الإجراءات والخطوات الآتية:

– يقسم الطلاب إلى مجاميع من أجل تطبيق المهارة التي شاهدوها في المرحلة السابقة.

– يقوم المدرس بتشجيع الطلاب على العمل الجماعي من أجل الوصول للأداء الأفضل .

– يقوم المدرس بملاحظة الأداء والاستماع للطلاب وتسجيل ملاحظاته حول المستوى الذي توصلوا اليه في الأداء .

– إعطاء الطلاب الحرية في اختيار تحركاتهم التي تكون بدائل للوصول الى الاداء الافضل بحسب فهمهم الذي وصلوا اليه .

– يطلب المدرس من الطلاب بتسجيل وصف كامل عن المهارة التي ادوها في ورقة الواجب الخاصة بكل طالب .

– تقديم التغذية الراجعة وتصحيح الاخطاء .

وهدف هذه المرحلة هو:

– تعرف المدرس على المستوى الحقيقي للطالبات من خلال الاداء .

– جعل الطالب يعتمد على نفسه في التغلب على المشكلة التي تواجهه من خلال التقصي والبحث عن الحلول والاستنتاج .

ثالثاً: مرحلة الحوار:

ويتم فيها تنفيذ الاجراءات والخطوات الآتية:

– يقوم المدرس بجمع الطلاب مرة اخرى امام البوستر التعليمي او شاشة العرض لتكون جلسة حوارية بينه وبين الطلاب .

– طرح وتوضيح ومناقشة المشكلات التي واجهت الطلاب اثناء تطبيق الاداء في المرحلة السابقة .

– شرح المفاهيم والافكار التي توصل اليها الطلاب خلال تطبيقهم الاداء في المرحلة السابقة .

– اعادة عرض المهارة او الموضوع مرة اخرى بكل تفاصيله من خلال البوستر التعليمي او شاشة العرض التي يتم من خلالها عرض صورا وافلاما تعليمية خاصة بالمهارة او الموضوع ليقوم الطالب بالمقارنة ما بين ادائه والاداء المثالي وصولا الى الفهم الصحيح للأداء .

– يقوم المدرس بوضع التفسيرات المناسبة لحل المشاكل والاخطاء التي وقع فيه الطلاب اثناء الاداء .

وهدف هذه المرحلة هو:

– زيادة ثقة الطالب بنفسه من خلال مناقشته اهم المشاكل التي واجهته خلال الاداء في المرحلة السابقة .

– من خلال عملية الحوار فيما بين الطلاب وبين المدرس ستزيد الثقة المتبادلة ما بين الطلاب انفسهم من جهة وبين المدرس من جهة اخرى وتشجع على العمل الجماعي المشترك وصولا الى الحلول .

رابعاً: مرحلة التطبيق:

ويتم فيها تنفيذ الاجراءات والخطوات الآتية :

- يقسم الطلاب إلى مجاميع من أجل اعادة تطبيق المهارة التي تم توضيحها في المراحل السابقة .

- يقوم الطلاب بإعادة تطبيق المهام والمهارات التي توصلوا لها في المراحل السابقة .

- يقوم المدرس بتشجيع الطلاب على تطبيق المفاهيم والمهارات الجديدة .

- يقوم المدرس بتوجيه الطلاب نحو الحلول بشكل غير مباشر ويساعدهم على تنظيم افكارهم.

- يقوم المدرس بتوجيه الطلاب الى الاستفادة من الخبرات السابقة وربطها بالخبرات الحالية لتنفيذ المهام

- يقوم المدرس بتصحيح الاخطاء من خلال اعطاء التغذية الراجعة للطلاب اثناء الاداء.

واهداف هذه المرحلة هي:

- تطبيق كل ما توصل اليه الطلاب من مهام ومهارات في المراحل السابقة وبحرية اكثر .

- اعطاء التغذية الراجعة لتصحيح الاخطاء وتقويم الاداء .

- ملاحظة التطور والتحسن في الاداء .

- وفي نهاية كل وحدة تعليمية يقوم المدرس بفسح المجال لطرح الاسئلة ، ومن ثم تمارين التهدئة والاسترخاء واعطاء واجب للطلاب عن موضوع الوحدة القادمة ومن ثم الانصراف.

٢-١٢ تنفيذ الوحدات التعليمية المعدة وفق انموذج Barman بمصاحبة التمارين التوافقية:

بدأ الباحثون بتنفيذ الوحدات التعليمية المعدة وفق انموذج Barman بمصاحبة التمارين التوافقية على طالبات المجموعة التجريبية في يوم الأحد الموافق (١٠-٣-٢٠١٩) في تمام الساعة العاشرة صباحا، حيث كانت اخر وحدة تعليمية في يوم الاحد الموافق (٢٨-٤-٢٠١٩) ، وبلغ زمن الوحدة التعليمية (٩٠) دقيقة موزعة على ثلاثة اقسام وهي(القسم الاعدادي وزمنه ١٥ دقيقة ويشمل المقدمة والاحماء العام والخاص)، (والقسم الرئيسي وزمنه ٧٠ دقيقة ويشمل الجانب التعليمي وزمنه ١٥ دقيقة والجانب التطبيقي وزمنه ٥٥ دقيقة) ويتم فيه تطبيق مراحل انموذج Barman بمصاحبة التمارين التوافقية ، (والقسم الختامي وزمنه ٥ دقائق ويشمل التهدئة وطرح الاسئلة والتكليف بالواجبات والانصراف) ، وقد بلغ عدد الوحدات التعليمية المعدة وفق انموذج Barman المصاحب لوسائل العرض المرئي (٨) وحدات وبواقع وحدة تعليمية واحدة في الاسبوع.

الاختبار البعدي:

بعد الانتهاء من تنفيذ الوحدات التعليمية المعدة وفق انموذج Barman بمصاحبة التمارين التوافقية على المجموعة التجريبية ، قام الباحثون وبمساعدة فريق العمل المساعد بإجراء الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة للمتغير قيد الدراسة في يوم الأحد الموافق ٢٠١٩/٥/٥ ، أما الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية فقد تم إجرائه يوم الاثنين الموافق ٢٠١٩/٥/٦ وكان وقت إجراء الاختبارات الساعة العاشرة صباحا ولكلا المجموعتين في القاعة المغلقة لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة كربلاء وبإشراف مباشر من قبل الباحثون وذلك لقياس مقدار التقدم الحاصل للطالبات في المجموعتين التجريبية والضابطة وحرص الباحثون على تهيئة الظروف نفسها التي جرى بها الاختبار القبلي من حيث الزمان ، والمكان ، وفريق العمل المساعد ، والأجهزة والأدوات المستعملة ، وذلك لغرض الحصول على نتائج دقيقة.

٢-١٣ الوسائل الإحصائية المستخدمة: استخدم الباحثون نظام الحقيبة الإحصائية (SPSS) لمعالجة البيانات.

٣- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

٣-١عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعتي البحث ومناقشتها :

٣-١-١ عرض وتحليل الفروقات بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في المتغيرات قيد البحث وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (٦)

يبين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في المتغيرات قيد البحث وتحليلها ومناقشتها

الاختبارات		العينة	الأوساط الحسابية	الانحرافات	الخطأ المعياري	فرق الاوساط	Tقيم	الدلالة
اختبار لقياس التوافق المرتبط بالأداء مهارة ضربة لأبعاد الامامية	بعدي	٧	٤,٧١٤٣	١,١١٢٧٠	.٤٢٠٥٦	٢,١٤٢٨٦	١٥,٠٠٠	.٠٠٠
	قبلي	٧	٢,٥٧١٤	٠,٩٧٥٩٠	.٣٦٨٨٦			
اختبار لقياس التوافق المرتبط بالأداء مهارة ضربة الشبكة الامامية	بعدي	٧	٤,٤٢٨٦	.٩٧٥٩٠	.٣٦٨٨٦	٢,١٤٢٨٦	١٥,٠٠٠	.٠٠٠
	قبلي	٧	٢,٢٨٥٧	١,١١٢٧٠	.٤٢٠٥٦			

يبين الجدول(٦) نتائج الاختبارات البعدية للمجموعة الضابطة. إذ بلغ الوسط الحسابي أما بالنسبة لاختبار التوافق المرتبط بالأداء مهارة ضربة لا بعاد بلغ الوسط الحسابي للاختبار البعدي (٤,٧١٤٣) وبانحراف معياري للاختبار البعدي (١,١١٢٧٠) والخطأ المعياري للاختبار البعدي بلغ (٠,٤٢٠٥٦) ، في حين بلغ الوسط الحسابي للاختبار القبلي (٢,٥٧١٤) وبانحراف معياري بلغ للاختبار القبلي (٠,٩٧٥٩٠) والخطأ المعياري بلغ (٠,٣٦٨٨٦) ، وعند الاستدلال عن معنوية الفروق بين الوسطين الحسابيين بلغ متوسط الفروق البعدي والقبلي (٢,١٤٢٨٦) في حين بلغت قيمة(T)

T المحسوبة (١٥,٠٠٠) وهي أكبر من الجدولية تحت مستوى دلالة (٠٠٠) وبدرجة حرية (٦) وهذا يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي في اختبار التوافق المرتبط بالأداء مهارة ضربة الابعاد.

فيما بلغت قيمة الاختبار لقياس التوافق المرتبط بالأداء مهارة ضربة الشبكة الامامية بلغ الوسط الحسابي للاختبار البعدي (٤,٤٢٨٦) وبانحراف معياري للاختبار البعدي (.٩٧٥٩٠) والخطأ المعياري للاختبار البعدي بلغ (.٣٦٨٨٦)، في حين بلغ الوسط الحسابي للاختبار القبلي (٢,٢٨٥٧) وبانحراف معياري بلغ للاختبار القبلي (١,١١٢٧٠) والخطأ المعياري بلغ (.٤٢٠٥٦)، وعند الاستدلال عن معنوية الفروق بين الوسطين الحسابيين بلغ متوسط الفروق البعدي والقبلي (٢,١٤٢٨٦) في حين بلغت قيمة (T) المحسوبة (١٥,٠٠٠) وهي أكبر من الجدولية تحت مستوى دلالة (٠٠٠) وبدرجة حرية (٦) وهذا يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي في اختبار التوافق المرتبط بالأداء مهارة ضربة الشبكة الامامية .

لقد أظهرت النتائج من خلال الجدول(٦) إن هناك فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ولصالح الاختبار البعدي، ويعزو الباحثون هذا التطور لطالبات المجموعة الضابطة إلى آلية التدريس المتبعة من قبل المدرس في تعلم مهارتي ضربة الابعاد الامامية والضربة الشبكة الامامية بالريشة الطائرة؛ وذلك من خلال ما قدمه من معلومات نظرية وشروحات وعروض توضيحية للمادة التعليمية وتطبيق تمرينات خاصة لتطوير المتغيرات قيد البحث واستخدام كل الادوات والوسائل المتاحة لديه اثناء الوحدات التعليمية هذا يتفق مع ما تم ذكره في أنّ "إعطاء التمرينات المنظمة والعلمية له تأثير كبير في تطوير الأداء (محسن علي نصيف ، ٢٠٠٠، ص٣٨)

وتنفيذ كل ما هو مطلوب منهم اثناء الوحدات اذ ان التكرار والممارسة يساهم ايضا في الحصول على مقدار لا بأس به من التطور، الامر الذي ساهم في تطور طالبات المجموعة الضابطة في القياس البعدي، وهذا امر منطقي لان الاسلوب الذي يتبعه مدرس المادة أيًا كان نوعه بكل تأكيد له دور ايجابي في تطوير مستوى الطلاب وان كان الاسلوب يعتمد على المدرس اكثر من الطالب أي ان المدرس يعطي الافكار والمواضيع كاملة وجاهزة للطلاب وليس عليهم التفسير والتحليل وانما فقط عليهم التطبيق.

كذلك ان التحسن الحاصل كان نتيجة الممارسة والتكرار وكذلك استعمال التمرينات الاعتيادية في أثناء الوحدات التعليمية، كذلك وإنّ توفر الدقة في الأداء الفني كان له الأثر الكبير في تعلم المهارات والوقت المخصص للممارسة "فالممارسة تعد شرطًا أساسيًا من شروط التعلم، فالتعلم لا يحدث من دون ممارسة تحقق اكتساب المهارة بشكلها الأولي ثم تحسن التوافق وتثبيته"

(نبيل محمود شاكر ، ٢٠٠٧ ، ص٩٤)

فالتكرار يُساعد الطالب على تعلم المهارات وتناسقها، فهو يُرسخ البرنامج الحركي في الذاكرة الحركية، فإذا أراد الطالب القيام بحركة ما فإنّه يضع خطة لذلك التحرك مما يعني إقرارهُ عمل المجاميع العضلية ذات العلاقة للحصول على حركة رشيقة وعند تهيئة ذلك أصبح بالإمكان تنفيذ ذلك بقرار من الجهاز العصبي المركزي، وهذا لا يأتي إلاّ بالتكرار والتصحيح إذ كُلما زاد التكرار والتصحيح قلت الأخطاء وظهر التوافق في الحركة، وأن تأثير التكرارات في إبراز هذه النتائج قد عزز واتفق مع ما ذهب إليه الباحثون وتأكيدهم دور الممارسة والتكرار في حصول التعلم والاكتساب

(مفتي إبراهيم ، ٢٠٠١ ، ص٣٥)

فضلًا عن ذلك رغبة الطلاب وإثارتهم ، إذ توجد أساليب عِدّة لإثارة الطالب نحو الفعالية أو اللعبة لتعلم مهاراتها وممارستها، ومن هذه الأساليب هي تسهيل فرص التعلم الحركي، ووضوح الهدف المناسب لتعلم المهارة وتطويرها ، فضلًا عن التوازن في إشباع حاجات الطالب.

٣-١-٢ عرض نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها ومناقشته:

جدول(٧)

يبين اختلافات وتباينات في قيم الأوساط الحسابية والانحرافات والخطأ المعيارية في الاختبارات للمتغيرات المبحوثة.

الاختبارات		العينة	الأوساط الحسابية	الانحرافات	الخطأ المعياري	قيم T	الدلالة
اختبار لقياس التوافق المرتبط بالأداء مهارة ضربة لا بعاد	بعدي	٧	٤,٧١٤٣	١,١١٢٧٠	٠.٤٢٠٥٦	-٣,٦٧٤	٠٠٣
	بعدي	٧	٦,٨٥٧١	١,٠٦٩٠٤	٠,٤٠٤٠٦		
اختبار لقياس التوافق المرتبط بالأداء مهارة ضربة الشبكة الامامية	بعدي	٧	٤,٤٢٨٦	٠,٩٧٥٩٠	٠.٣٦٨٨٦	٣,٣٠٠	٠٠٤
	بعدي	٧	٦,٤٢٨٦	١,٢٧٢٤٢	٠.٤٨٠٩٣		

ومن خلال الجدول نفسه نلاحظ ان قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري والخطأ المعياري(اختبار لقياس التوافق المرتبط بالأداء مهارة ضربة لا بعاد) لطالبات المجموعة التجريبية قد بلغت (٦,٨٥٧١) و(١,٠٦٩٠٤) و(٠,٤٠٤٠٦) على التوالي، بينما بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف والخطأ المعياري لنفس الاختبار لطالبات المجموعة الضابطة(٤,٧١٤٣) و(١,١١٢٧٠) و(٠,٤٢٠٥٦) على التوالي، وعند الاستدلال عن معنوية الفروق بين الوسطين الحسابيين من خلال استخدام اختبار(t) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد اظهرت النتائج ان قيمة (t) المحسوبة والبالغة(-٣,٦٧٤) هي اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى دلالة(٠٠٣) ودرجة حرية(١٢) وهذا يدل على ان هناك فرقا معنويا في الاختبارات البعدية بين طالبات المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية في اختبار ختبار لقياس التوافق المرتبط بالأداء مهارة ضربة لا بعاد.أما بالنسبة للاختبار لقياس التوافق المرتبط بالأداء مهارة ضربة الشبكة الامامية فقد بلغ الوسط الحسابي والانحراف المعياري والخطأ المعيار لطالبات المجموعة التجريبية قد بلغت (٦,٤٢٨٦) و(١,٢٧٢٤٢) و(٠,٤٨٠٩٣)على التوالي، بينما بلغت قيمة الوسط الحسابي والانحراف والخطأ المعياري لنفس الاختبار لطالبات المجموعة الضابطة(٤,٤٢٨٦) و(١,٢٧٢٤٢) و(٠,٣٦٨٨٦) على التوالي، وعند الاستدلال عن معنوية الفروق بين الوسطين الحسابيين من خلال استخدام اختبار(t) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد اظهرت النتائج ان قيمة (t) المحسوبة والبالغة(٣,٣٠٠)هي اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى دلالة(٠٠٤) ودرجة حرية(١٢) وهذا يدل على ان هناك فرقا معنويا في الاختبارات البعدية بين طالبات المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية في اختبار لقياس التوافق المرتبط بالأداء مهارة ضربة الشبكة الامامية .أظهرت النتائج من خلال الجدول (٧) ان هناك فروقا معنوية بين نتائج الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية في المتغير المبحوث

ويعزو الباحثون هذه الفروق المعنوية إلى تأثير الوحدات التعليمية المعدة وفق انموذج Barman بمصاحبة تمارين توافقية ، إذ كانت افضل واكثر ايجابية من الآلية المتبعة من قبل مدرس المادة ، وذلك لشمولية الانموذج واتباعه التسلسل المنطقي في عرض الموضوعات وما يعتمد عليه من انشطة وفعاليات تتناسب ومادة الكرة الطائرة ومستوى ادراك الطلاب مع مراعاة الفروق الفردية بينهم، فضلًا عن التخطيط لإجراءاته والتطبيق العملي لخطواته واتساع دائرة النشاطات وتنظيم محتوى المادة وانتقاء الطرائق والاساليب التدريسية والوسائل التي قام باستخدامها المدرس التي جعلت الطلاب اكثر اندفاعاً وانسجاماً واستعداداً لتلقي المعلومات بدافعية اكثر ، وهذا يتفق مع ما اكدت عليه

(الدليمي ، ٢٠٠٨ ، ص٩٦)

"إن اختلاف خصائص وسمات وقدرات المتعلمين يزيد من الحاجة الى اساليب مختلفة لتعليم كل منهم على وفق قدراته المحدودة، فمنهم من يتعلم بصورة افضل من خلال المناقشات الفكرية والافلام الحركية وعمليات الفحص والفك والتركيب"، حيث اعتمد الباحثون عرض المادة بطريقة منظمة ومتسلسلة ومتنوعة واستخدام وسائل العرض المرئي في ايضاح المادة التعليمية من (بوسترات تعليمية ، حاسوب ، شاشة عرض ، لعرض الصور والافلام التعليمية الخاصة بالأداء المهاري لضربتي الابعاد والشبكة الاماميتان بالريشة الطائرة).

حيث تم تطبيق مراحل الانموذج الاربعة من خلال القسم الرئيسي للوحدة التعليمية وتم اعطائه القسم الاكبر من وقت الوحدة وذلك لاحتواء كل مرحلة من مراحل الانموذج على عدد من الاجراءات والخطوات التي يتبعها الطالب او المدرس لتحقيق الأهداف المرجوة منها ، حيث تم استخدام وسائل العرض المرئي خلال مرحلتي (التحديد او التخمين، والحوار)، وتم استخدام التمارين التطويرية خلال مرحلتي (الاستقصاء ، والتطبيق) من الانموذج ، حيث أدى احتواء الوحدات التعليمة المعدة على الوسائل التعليمية الحديثة وكذلك التنويع في التمرينات التوافقية جعل الطلاب في المجموعة التجريبية اكثر تشويقًا وانجذاباً واندفاعاً تجاه العملية التعليمية لما وفرته لهم هذه الوحدات التعليمية من بيئة ايجابية لم تكن مألوفة لهم من قبل بما يتناسب مع حاجاتهم وقدراتهم ، فقد اسهمت في تطوير مستوى طلاب المجموعة التجريبية في تطوير الاداء المهاري لضربتي الابعاد والشبكة الاماميتان بالريشة الطائرة وتفوقهم على طلاب المجموعة الضابطة .

وكذلك احتواء هذه الوحدات التعليمية المعدة على اعطاء التغذية الراجعة وتصحيح الاخطاء بصورة مستمرة من خلال مراحل الانموذج اذ يرى (الربيعي وامين ، ٢٠١٠ ، ص٣٠٣)

انها تعد احدى الوسائل التي تستخدم من اجل ضمان تحقيق افضل ما يمكن تحقيقه من الغايات والاهداف ، والتي تسعى العملية التعليمية الى بلوغها وبشكل مستمر لمساعدة المتعلم على تثبيت الاداء اذا كان يسير في الاتجاه الصحيح او تعديله اذا كان يحتاج الى تعديل وهذا له مردود ايجابي في تصفية وتهذيب وتشذيب الاداء .

كما إن هناك خاصية تحسب لا نموذج (Barman) بمصاحبة التمارين التوافقية أدت إلى هذا التطور في مستوى الاداء المهاري لضرتي الابعاد والشبكة الاماميتان بالريشة الطائرة لطالبات المجموعة التجريبية، هو الاستعمال الامثل للتغذية الراجعة خلال الاداء وذلك في مرحلتي(الاستقصاء ، والتطبيق) فقد ساعدت الطالبات على معرفة نتائج ادائهم بصورة مستمرة وانية لتصحيح اخطائهم ومعالجتها وتحفيزهم على مواصلة تطويرها، وهذا ما اكده (Schmidt ، ٢٠٠٠ ، ص٢٨٢)

"من ان التغذية الراجعة تزيد من طاقة الافراد(الطلاب) ودافعيتهم وتعزز الاداء الصحيح وتجنب الاداء الخاطئ وتزيد من استقلالية المتعلم في الاعتماد على نفسه لتحديد الاخطاء ومعالجتها واخيراً تزود المتعلم بطبيعة اخطائه واقتراح طرائق تصحيحية لذلك".

وهناك نقطة إيجابية ايضاً تفوق بها طالبات المجموعة التجريبية وهي ان التدريس بأنموذج Barman بمصاحبة التمارين التوافقية ساعدهم على الربط بين الموضوعات الرئيسة والفرعية مما يجعل تعليم الطلاب مستمر ومنظم وفق خطوات الانموذج الاربعة وهذا ما اكده كل من

(العفون ومكاون ، ٢٠١٢ ، ص٨٧)

"في ان نماذج التعليم البنائي تقوم على مبدا هام هو تصميم استراتيجيات وممارسات تدريسية وتعليمية تركز على المتعلم وتشخيص خبرات الطالب السابقة وربطها بالتعلم الجديد لبناء المعرفة المطلوبة "، حيث اسهم هذا الانموذج في اخراج الطلاب عن النمط التقليدي المتبع في العملية التعليمية ، بالإضافة إلى انتظام والتزام المدرس والطلاب بتنفيذ الوحدات التعليمية ، وكذلك انتظام الطلاب في الحضور إلى الوحدات وتفاعلهم الكبير مع مفرداتها وممارستهم أساليب جديدة بوسائل تعليمية متنوعة لم تكن مألوفة لديهم في الوحدات التعليمية الاخرى مما عزز دافعيتهم نحو إتقان وتطوير ادائهم المهاري بالريشة الطائرة بهذا الشكل بسبب البيئة الايجابية التي وفرتها لهم هذه الوحدات التعليمية ، وبذلك يتحقق الهدف الرابع للدراسة .

٤- الاستنتاجات والتوصيات:

٤-١ الاستنتاجات:

١- إن انموذج Barman بمصاحبة التمارين التوافقية قد اثر ايجاباً في رفع وتطوير مستوى طالبات المرحلة الثالثة اكثر من آلية التدريس المتبعة في الأداء المهاري لضربتي الابعاد والشبكة الاماميتان بالريشة الطائرة.

٢- إن استعمال انموذج Barman بمصاحبة التمارين التوافقية في تدريس الريشة الطائرة يضفي طابع الاثارة والتشويق والتركيز عبر ربط الافكار والمفاهيم وكذلك يزيد من مستوى تفاعل الطلاب وزيادة دافعيتهم نحو الدرس، فقد ساهم في إزالة الملل والجمود لدى الطلاب وهذا من خلال استخدامهم طرق واساليب ووسائل تعليمية متنوعة لم تكن مألوفة لهم من قبل.

٤-٢ التوصيات:

١- الاستفادة من انموذج Barman بمصاحبة التمارين التوافقية في تطوير مهارات الريشة الطائرة للمراحل الدراسية كافة لما يتميز به هذا الانموذج من خلق بيئة ايجابية للتعلم وافساح المجال لتكوين الافكار والمعلومات.

٢- إجراء دراسات للمقارنة بين انموذج Barman ونماذج تدريسية حديثة اخرى لمعرفة مستوى تطور الأداء المهاري بالريشة الطائرة

٣- إجراء دراسات مشابهة باستخدام انموذج Barman على عينات أخرى والعاب اخرى لما له من مميزات وخصائص جيدة في العملية التعليمية.

المصادر

– حسانين ، محمد صبحي ؛ عبد المنعم ، حمدي (١٩٩٧): الاسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس للتقويم بدني – مهاري – معرفي – نفسي – تحليلي ، ط١ ،مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .

– الدليمي ، ناهدة عبد زيد (٢٠٠٨) : اساسيات التعلم الحركي ، ط١ ، العراق ، دار الضياء للطباعة .

– الربيعي ،محمود؛ وامين ، سعيد (٢٠١٠) : الاتجاهات الحديثة في التربية الرياضية ،اربيل ، مطبعة منارة.

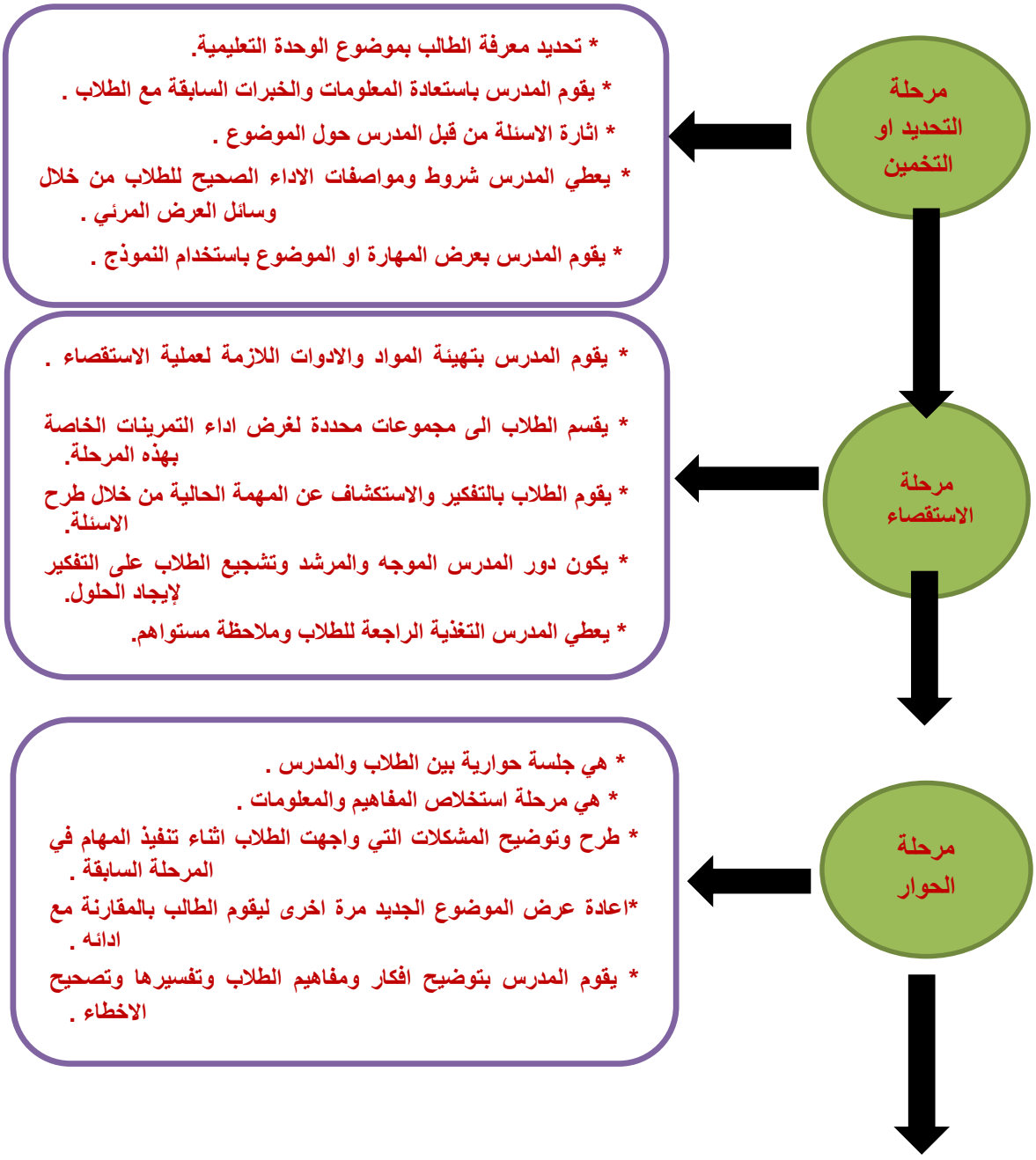
– عبد الحفيظ ، اخلاص ؛ مصطفى ، حسن (٢٠٠٠) : طرق البحث العلمي والتحليل الاحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر.

– العفون ، ناديا حسين ؛ مكاون ، حسين سالم (٢٠١٢) : تدريب معلم العلوم وفقا للنظرية البنائية ، ط ١ ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، عمان .

-Schmidt, R. I Wrisberg, CA (٢٠٠٠). Motor learning and performance, ٨٦, ٣.

Barman,R,C,cohen .(٢٠٠٤): Bridging the Gap between the old and the new

يوضح المخطط الاجرائي لمراحل انموذج (Barman) واجراءات كل مرحلة



الملحق(٢)

يوضح انموذج لوحدة تعليمية معدة وفق انموذج (Barman)المصاحب لوسائل العرض المرئي

المجموعة: التجريبية

المرحلة: الثالثة

عدد الطالبات: ٧ طالبات

المدرس: م.م. شهد كاظم

زمن الوحدة : ٩٠ دقيقة التاريخ: / /٢٠٢٠

المكان: قاعة الحر المغلقة

الهدف التعليمي	١. تعلم مهارة ضربة الابعاد ٢. تمارين لتطوير التوافق
الهدف التربوي	١ – تنمية روح المثابرة وتعزيز الثقة بالنفس . ٢ – التأكيد على الانسجام والتفاعل بين أفراد المجموعة . ٣ – التعاون الايجابي مع الزملاء .
الأدوات والأجهزة	ريش طائرة ، كتيب تعليمي، فيديوات وافلام تعليمية، جهاز الداتا شو وعارضة ، سبورة واقلام ، جهاز قاذف ريش.

النشاط	الوقت	التفاصيل	التنظيم والاخراج	الملاحظات
القسم الرئيسي	٧٠ د			
– الجانب التعليمي – مرحلة التحديد او التخمين	١٥ د	– يجمع الطلاب امام البوستر التعليمي وشاشة العرض . – تحديد الموضوع الجديد وكتابته على السبورة(تنفيذ وتطوير الاداء المهاري لضربتي الابعاد الامامية) – يبدا المدرس باستعادة المعلومات السابقة عن الموضوع مع الطلاب . – يقوم المدرس بشرح الموضوع بشكل مفصل بالاستعانة بالبوستر التعليمي الموضح عليها ذلك وكذلك شاشة العرض من خلال عرض صور وافلام تعليمية خاصة عن الاداء االمهاري لضربتي الابعاد الامامية . – يقوم المدرس بعرض الموضوع باستخدام النموذج مؤكدا على اهم الاخطاء الشائعة لتجنبها . – يقوم المدرس بطرح عدة تساؤلات عن تحركات الطلاب في المنطقة الامامية والخلفية ، لغرض تحفيزهم على التفكير المستمر وربط الخبرات السابقة بالخبرات الجديدة . – ومن خلال اجابات الطلاب يتمكن المدرس من تحديد المستوى الحقيقي للطلاب ومدى فهمهم لموضوع الاداء المهاري لضربتي الابعاد الامامية	********** * * * * * * *م	– امثلة للأسئلة: – ماهي أهم القدرات الحركية المؤثرة في الاداء المهاري لضربة الابعاد الامامية ؟ – كيفية التحرك بصورة صحيحة عند أداء ضربة الابعاد الامامية ؟ – وقفة اللاعبين. – كيفية حركة الاعب المعد عند استقبال الارسال بصورة صحيحة وغير صحيحة . – اهم الاخطاء الشائعة في تنفيذ الاداء المهاري لضربة الابعاد الامامية .
– الجانب التطبيقي	٥٥ د			

مرحلة الاستقصاء	٢٠ د	– تشرح المدرس واجباتها من خلال التعلم ضمن مجموعات وأيضا واجبات الطلبة وأدوارهم ضمن مجموعتهم بعد تقسيمهم إلى مجموعتين تتكون من (٤) و (٣) طالبات، مع تحديد مهام عمل كل فرد ضمن مجموعته وبيان أهمية العمل المشترك والتعاون بين أعضاء كل مجموعة والتركيز على المهارات التعاونية بين الطالبات أثناء العملية التعليمية مع وان كل عضو يتحمل المسؤولية القيادية للمجموعة وبشكل دوري. – البدء بعرض مفردات الدرس الجديد (تعلم مهارة ضربة الابعاد) باستخدام جهاز العرض (الداتا		– تم استخدام مجاميع (التعلم التعاوني) كناحية تنظيمية وتعليمية مع التأكيد على توزيع الطالبات في مجموعات غير متجانسة في الأداء المهاري والقدرات الحركية – تم استخدام (العرض الشفوي) من قبل المدرس للموضوع وواجبات وادوار الطالبات – تم استخدام (المناقشة الايجابية الجماعية) من قبل المدرس. – تم استخدام (العرض العملي) من قبل المدرس
مرحلة الحوار	٥ د	– يجمع الطلاب مرة اخرى امام البوستر التعليمي وشاشة العرض وتبدا جلسة حوارية بين الطلاب والمدرس للتعرف على الاخطاء والوصول الى الفهم الصحيح للموضوع . – يطرح الطلاب اهم المشاكل التي واجهتهم في اثناء تنفيذ الاداء في المرحلة السابقة والنتائج التي توصلوا اليها والاخطاء التي وقعوا فيها . – يقوم المدرس بمناقشة هذه المشكلات مع الطلاب ووضع التفسيرات المناسبة لها .	********** * * * * م*	– التأكيد على الانتباه والاصغاء لكل الملاحظات والتفسيرات .

		– يقوم المدرس بإعادة عرض تفاصيل الاداء المهاري لضربتي الابعاد الامامية من خلال البوستر وشاشة العرض التي يتم من خلالها عرض فلم تعليمي عن اداء المهاري لضربتي الابعاد الامامية ويتم التركيز على التوافق بين حركة الذراع والرجل. – يقوم الطلاب بالمقارنة بين ادائهم في المرحلة السابقة وبين الاداء المثالي الذي يشاهدوه فيتعرفوا على اهم الاخطاء التي وقعوا فيها . – يقوم المدرس بتصحيح الاخطاء التي وقع فيها الطلاب واعطاء تفسيرات مناسبة لذلك .		
مرحلة التطبيق	٣٠ د	– يقسم الطلاب الى مجاميع لأداء التمرينات الخاصة بهذه المرحلة . – يقوم المدرس بمساعدة الطلاب على تطبيق المفاهيم والمهارات التي حصلوا عليها في المراحل السابقة . – يساعد المدرس الطلاب على تنظيم افكارهم وتوجيههم لربط خبراتهم السابقة بالخبرات الجديدة لتنفيذ المهام المطلوبة . – تتميز هذه المرحلة بإعطاء الوقت الكافي للطلاب لتطبيق ما تعلموه في مواقف مختلفة . – تطبيق التمرين الاتي في هذه المرحلة :	* * * * م * * * * * *	– الانتباه والاصغاء لكل المعلومات والملاحظات . – التأكيد على ربط الخبرات السابقة بالخبرات الجديدة. – التأكيد على التكنيك الكامل للضرب الأبعاد الامامية

		– يقسم الطلاب الى مجاميع لتنفيذ التمارين الخاصة بهذه المرحلة مع مراعاة اعطاء التغذية الراجعة المسبقة للأداء الفني للمهارة لغرض التقييم والتقويم أثناء التعليم (تراكمي) وقياس مدى تحقيق الأهداف والتأكد من مدى سلامة الإجراءات السابقة جميعها. – تمرين وقفة الاستعداد والتهيؤ لأداء ضربة الابعاد مع حمل المضرب وحركة الذراع الحاملة للمضرب وحركة رجوع بالقدمين الى الخلف.(٦–٨) مرات – تمرين اداء ضربة الابعاد الامامية على جدار وبمسافة (٣م) مع المضرب (١٢–٢٠) مرة – تمرين رقم ٢ (٤ مرات) – تمرين رقم ١ (٥ مرات) – اداء وتطبيق الطالبات لما شاهدن من فديو تعليمي لأجزاء المهارة بصورة كاملة. (تغذية راجعة) –. تمرين رقم ٣ (٦ مرات) – تمرين رقم ٤(٣ مرات). – تمرير واستقبال الريشة بدون مضرب (من الثبات) بين افراد المجموعة (٣ و٤) طالبات في مثلث ومربع وبتكرار (١٠–١٢) مرة والتركيز على التوافق المرتبط بالأداء. – تمرين رقم ٥ (٥ مرات) – تمرين لقف الريشة باليدين مرة وباليد الواحدة مرة اخرى (من الثبات والحركة) من مسافات مختلفة		– اعطاء التغذية الراجعة وتصحيح الاخطاء . لأدراك العلاقة بين حركة اليد الطالب ومضرب الريشة الطائرة الضرب نحو الاعلى بقوه فوق الشبكة