

# تأثير التدريب المبرمج باستخدام تطبيق إلكتروني وعلاقته بتنمية أداء مهارة حائط الصد بالكرة الطائرة وتركيز الانتباه

باقي أحمد و قرقوز محمد، و بن سميثة العيد

قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، معهد العلوم الإنسانية والاجتماعية، المركز الجامعي نور البشير البيض (الجزائر).

a.baki@cu-elbayadh.dz

m.guezgouz@cu-elbayadh.dz

l.bensemicha@cu-elbayadh.dz

DOI: <https://doi.org/10.56807/buj.v5i4.425>

## المخلص

تهدف الدراسة إلى الكشف عن أثر التدريب المبرمج باستخدام تطبيق إلكتروني على تحسين أداء مهارة حائط الصد، تركيز الانتباه في الكرة الطائرة، تتكون عينة الدراسة من 18 لاعبا من لاعبي الكرة الطائرة 14-16 سنة بالنادي الرياضي الوفاق بمدينة الأبيض سيد الشيخ، تم تقسيم العينة إلى مجموعتين متساويتين، المجموعة التجريبية استخدمت التدريب المبرمج باستخدام تطبيق الإكتروني والمجموعة الضابطة درست بالطريقة العادية، وبعد الانتهاء من إجراء اختبارات التكافؤ نفذ البرنامج ثم الاختبارات البعدية، سيقوم الباحثون بإجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة صغيرة تقدر ب 8 لاعبين خارج عينة الدراسة الأساسية، ثم يطبق الاختبار القبلي على كلتي المجموعتين التجريبية والضابطة ثم تطبيق طريقة التدريب قيد البحث على العينة التجريبية ثم إجراء اختبار بعدي وتجمع البيانات ومعالجتها إحصائيا باستخدام الأدوات الإحصائية المناسبة كالوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار (ت).

**الكلمات المفتاحية:** التدريب المبرمج، وحائط الصد، وتركيز الانتباه.

***The effect of programmed training using an electronic application and its relationship to developing the performance of the skill of blocking the wall in volleyball and focusing attention***

## Abstract

The study investigates the effect of using programmed training by using electronic application on developing blocking performance and attention focus in volleyball, the sample of the study includes two groups, experimental and controlling, each contains 09 players from el wifak volleyball team in alabiadh. the controlling group has been taught according to the skill training while the experimental group has been taught according to programmed training by using electronic application. the researcher has finally concluded that the effect of programmed training by using electronic application on developing blocking performance and attention focus in volleyball has been positive. the researcher recommended the use of programmed training by using electronic application on developing blocking performance and attention focus in volleyball.

**Keywords:** programmed training \_ blocking \_ attention focus.

## المقدمة:

يهتم المدرب بقضية إعداد اللاعبين وتأهيلهم ورفع مستواهم، وذلك من خلال الأنشطة الرياضية بمختلف مستوياتها، والتي تعتمد في أداء دورها على استراتيجية فعالة تتضمن عدة طرق وأساليب من أجل تحقيق أفضل مستوى للاعبين.

ومن بين تلك الأساليب ما يعرف بالتدريب المبرمج، الذي يعتبر طريقة من الطرق التي أحدثت ثورة في ميدان التدريب، أنه طريقة للتدريب الفردي الذي يتحقق من خلال سلسلة من المصطلحات والنماذج المصممة التي تتطلب استجابات من اللاعب ثم تمدد بالمعلومات طبقاً لنوع الاستجابة وهو يعتبر نوع من أنواع التعلم الذاتي يعمل فيه المدرب على قيادة اللاعب وتوجيهه نحو السلوك المنشود، وهو برنامج صممت فيه المادة التدريبية تصميمًا خاصًا، بحيث يعتبر وسيلة لمساعدة المدرب على تحسين عملية التدريب وتحقيق أهدافها.

وعليه فإن التدريب المبرمج، من المتغيرات الهامة التي تؤثر في الأداء، إذ يستعمل لغرض تجسيده عن طريق مراجعة المهارة ويضمن ذلك التخلص من الأخطاء بملاحظة الأسلوب الصحيح للأداء الفني، حيث يقوم اللاعب بالاعتماد على نفسه في عملية التدريب ويستطيع اكتشاف أخطائه وتصحيحها حتى يصل إلى المستوى المنشود من الأداء.

إن التخصصات الرياضية ومنها الكرة الطائرة تعتمد الأداء الفني كقاعدة هامة للتقدم بحيث تجعل المدربين يقضون جل وقتهم في التعليم والتدريب على الأداء السليم وإعطاء حصة أكبر له في البرامج التدريبية، ولكن طول الوقت في التدريب البدني والمهاري ليس الأسلوب الوحيد للتعلم فهناك كثير من الطرق والأساليب التي تساعد على سرعة تعلم المهارات واكتسابها ومنها استعمال التدريب المبرمج، حيث يعمل هذا النوع من التدريب على تخفيف العبء الملقى على اللاعب والمدرب.

## المشكلة:

عند النظر لمستوى اللاعبين أثناء حصص التدريب في الكرة الطائرة، تلك التي فيها ما يؤدي باليدين معا فوق الرأس كمهارة التمير، ومنها ما تستخدم فيها يد واحدة أسفل مستوى الرأس كمهارة الإرسال من الأسفل، وكذلك مهارات تستخدم فيها اليدين معاً من أعلى كمهارة الصد. لاحظنا وجود ضعف وتفاوت في المستوى بين اللاعبين في إنجاز مهارة حائط الصد، خاصة وإنهم يتلقون نفس الجرعة التدريبية.

ومن ناحية أخرى رأى الباحثون أن التدريب البدني فقط على أداء المهارات غير كافٍ لتعلمها وإتقانها بصورة

كاملة، حيث أن العملية التدريبية في المجال الرياضي تعتمد أساساً على الترابط البدني والنظري، وتنوع أساليبها، وهذا يتطلب الاهتمام بالجانبين والتركيز على النواحي الذهنية خاصة أثناء تعلم مهارات معقدة، ومن جهة أخرى أثبتت عدة دراسات فعالية التدريب المبرمج في رفع مستوى الأداء الفني ومن بينها دراسة محمد إسماعيل حامد عثمان والتي أكدت أن التعليم المبرمج كان له أثرٌ إيجابي في تحسين ورفع مستوى المهارات الأساسية لرياضة كيك بوكسينج لدى أفراد المجموعة التجريبية من الطلبة، ومن خلال خبرة الباحثين لاحظوا أن التدريب المبرمج لا يدخل ضمن برامج التدريب الخاصة بالمدرسين، لذا ارتأينا دراسة هذه المشكلة من خلال استعمال التدريب المبرمج باستخدام تطبيق إلكتروني، كوسيلة مصاحبة لتعلم الأداء الفني للفعالية قيد البحث والارتقاء بالعملية التدريبية إلى الأحسن. ومن هذا المنطلق وبغية السير الحسن مع الاتجاهات الحديثة في عملية التدريب، حاولنا المساهمة في حل هذه المشكلة من خلال أسلوب يجذب تركيز انتباه اللاعب. لذا جاءت فكرة إدخال أساليب ترتبط بتركيز الانتباه كخطوة علمية لتكون مساهمة فعلية في تنفيذ عملية تعلم التقنيّة قيد البحث بصورة تجذب انتباه المتعلم وترفع من قدرة تركيزه ومن ثم اكتساب التقنية، وإتقانها باستخدام التدريب المبرمج لتحسين الأداء الفني لمهارة حائط الصد وتركيز الانتباه للاعبين الكرة الطائرة من أجل رفع مستواهم، وخاصة أن هذا الأسلوب من التدريب جديد على العينة قيد البحث.

**أهداف الموضوع:** يصبو الباحثون من خلال دراسة هذا الموضوع إلى تحقيق الأهداف التالية:

- الكشف عن أثر استخدام التدريب المبرمج باستخدام تطبيق إلكتروني في تحسين أداء مهارة حائط الصد، وتركيز الانتباه في الكرة الطائرة.

- الكشف عن الفروق في تحسين أداء مهارة حائط الصد وتركيز الانتباه في الكرة الطائرة بين مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في الاختبارين القبلي والبعدي .

**الفرضية العامة:** هناك فروق ذات دلالة إحصائية في استخدام التدريب المبرمج باستخدام تطبيق إلكتروني على تحسين أداء مهارة حائط الصد وتركيز الانتباه في الكرة الطائرة. وسيتم اختبار هذه الفرضية العامة من خلال اختبار الفرضيات الفرعية الآتية:

**الفرضية الفرعية الأولى:** توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى أداء مهارة حائط الصد وتركيز الانتباه في الكرة الطائرة، لصالح القياس البعدي.

**الدراسة الأولى:** (الدليمي، 2011) ناهدة عبد زيد الدليمي، وسراب أكرم، ومحمد حسن الوزاني (2011)، بحث تحت عنوان تأثير أسلوب الكتيب المبرمج والعرض التوضيحي في تطوير تركيز الانتباه وتعلم الإرسال الساحق بالكرة الطائرة، حيث كانت أهداف البحث التعرف على تأثير أسلوب الكتيب المبرمج والشرح التوضيحي في تطوير تركيز الانتباه وتعلم الإرسال الساحق بالكرة الطائرة، والكشف عن الفروق بين أسلوب الكتيب المبرمج والشرح التوضيحي في تطوير تركيز الانتباه وتعلم الإرسال الساحق بالكرة الطائرة، حيث استخدم الباحث المنهج التجريبي ذا التصميم الثنائي (مجموعة تجريبية وأخرى ضابطة)، تكونت عينة البحث من 32 طالباً من طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية-جامعة بابل للعام الدراسي 2010-2011، واستخدم الباحث اختبار الأداء الفني للإرسال، ومقياس تركيز الانتباه، واختبار قوة القبضة لقياس القدرة العضلية للذراع الضاربة، واختبار القفز العمودي لقياس القدرة العضلية للرجلين، ومن أهم النتائج التي توصل إليها الباحث أن التعلم بأسلوب الكتيب المبرمج أفضل في تعلم الإرسال الساحق بالكرة الطائرة، وتطوير تركيز الانتباه المرتبطة بهذه المهارة، وأوصى الباحث على استعمال أسلوب الكتيب المبرمج في تعلم الإرسال الساحق بالكرة الطائرة وتطوير تركيز الانتباه المرتبطة بهذه المهارة.

**الدراسة الثانية:** (عثمان، 2003) محمد إسماعيل حامد عثمان (2003)، بحث تحت عنوان أثر استخدام التعليم المبرمج على تعليم المهارات الأساسية لرياضة كيك بوكسينج، حيث كانت أهداف البحث إعداد فيلم تعليمي مبرمج للمهارات الأساسية للكيك بوكسينج، والتعرف على أثر استخدام التعليم المبرمج باستخدام الفيديو على تعلم المهارات الأساسية لرياضة الكيك بوكسينج، و استخدم الباحث المنهج التجريبي ذا التصميم الثنائي (مجموعة تجريبية وأخرى ضابطة)، تكونت عينة البحث من اللاعبين الناشئين بنادي الجيش، وبلغ عددهم 40 لاعباً تراوحت أعمارهم بين 12 - 14 سنة، واستخدم الباحث اختبار الجري الارتدادي والرشاقة والوثب الطويل والاتزان، ومن أهم النتائج التي توصل إليها أن لطريقة التعليم المبرمج (الفيديو المبرمج) - كأحد طرق التعليم - تأثيراً إيجابياً فعالاً على تعلم المهارات الأساسية لرياضة الكيك بوكسينج، واستخدام طريقة البرمجة تزيد من فاعلية اللاعبين في التعليم، وتراعي الفروق بين اللاعبين وتؤدي إلى إدراكهم لمدى نجاحهم في تعلم المادة التعليمية موضوع البحث وتقويمهم لذاتهم باستمرار، وذلك عن طريق التعزيز الفوري والزيادة من سرعة التعليم وتكرار الأداء وإتقانه في جو من

**الفرضية الفرعية الثانية:** لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى أداء مهارة حائط الصد وتركيز الانتباه في الكرة الطائرة. **الفرضية الفرعية الثالثة:** توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في مستوى أداء مهارة حائط الصد وتركيز الانتباه في الكرة الطائرة، ولصالح المجموعة التجريبية.

#### مجالات البحث:

**المجال البشري:** تكون أفراد البحث من 18 لاعباً من لاعبي الكرة الطائرة، قسمت إلى مجموعتين قوام كل منها 09 لاعبين.

**المجال المكاني:** المركب الرياضي بالأبيض سيد الشيخ.

**المجال الزمني:** امتدت فترة البحث من 2023/01/05 ولغاية 2023/03/09

#### المفاهيم والمصطلحات المستخدمة في البحث:

**أسلوب التعليم المبرمج:** هو أسلوب يقوم على تحليل محتوى المادة الدراسية إلى خطوات صغيرة تسمى كل واحدة منها إطار (FRAME) ويكون مجموع الإطارات التي يقوم المتعلم بدراستها وتعلمها بدون مساعدة المدرس، وإن هذه الإطارات تكون متسلسلة تسلسلاً منطقياً وكل إطار يتعلمه يتلقى تعزيزاً في حالة صحة الإجابة، ومن ثم ينتقل إلى الإطار الثاني، وهكذا حتى يتم تعلم المادة العلمية وذلك حسب سرعته على التعلم وقدرته، ويمكن أن تكون المادة المبرمجة على شكل كتاب أو كراس و من خلال استعمال الآلات التعليمية مثل الحاسوب (الحמיד، 1999، صفحة 146)

**حائط الصد:** هي عبارة عن محاولة السيطرة على الضربات الهجومية القوية من قبل لاعبي المنطقة الأمامية خلال النهوض والقفز عمودياً، وهذا يعني استعمال القوة الانفجارية مع مد الذراعين إلى الأعلى وفوق مستوى الحافة العليا للشبكة لصد الكرة واسقاطها في ملعب الفريق المنافس مما ينبغي على اللاعبين الذين يقومون بمهارة حائط الصد أن يمتلكوا القوة وسرعة رد الفعل والرشاقة والمرونة في أداء الحركة؛ وذلك لتفادي مس الشبكة ويعد الصد عملية يقوم بها لاعب أو اثنان أو ثلاثة لاعبين معاً، وترجع أهمية الصد إلى عمل جدار أمام هجوم الفريق المنافس لمنعه من الضربات الهجومية فوق الشبكة . (طه، 1991)

**تركيز الانتباه:** هو مستوى من القياس يستطيع اللاعب الوصول إليه، بالاعتماد على أداة القياس المستخدمة (علاوي، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، ط1، 1998)

**الدراسات السابقة:**

**عينة البحث:** تكونت عينة البحث من 18 لاعبا بنسبة 69.23%، اختيرت بالطريقة العمدية قسمت العينة إلى مجموعتين، قوام كل منها 09 لاعبين  
**أدوات البحث:** لتحقيق أهداف البحث اعتمد الباحثون على مجموعة من الوسائل والأدوات كالتالي:  
**الوسائل:** (هواتف ذكية – وتطبيق إلكتروني صممت فيه مادة التدريب المبرمجة)  
**القياسات المورفولوجية:** تم قياس طول المتعلمين عن طريق أداة قياس الطول، والوزن بواسطة ميزان طبي.  
**الاختبارات:** تم استخدام اختبار مهارة حائط الصد في الكرة الطائرة.

**التدريب المبرمج:** تم استخدام تطبيق إلكتروني صممت فيه التعلّمات المبرمجة على شكل فيديوهات لمهارة حائط الصد للرجوع إليها في كل مرة يحتاجها أفراد العينة التجريبية.  
**الدراسة الاستطلاعية:**

**بالنسبة لاختبار حائط الصد:** استخدم الباحثون طريقة إعادة الاختبار وكانت المدة الزمنية الفاصلة بين القياسين بتاريخ 2022/12/08، وإعادته بعد ثلاثة أيام 2022/12/11، حيث يفضل أن تكون الفترة الزمنية لإعادة تطبيق الاختبار قريبة جدا ثلاثة أيام على الأكثر حتى لا يتأثر أداء الفرد بالتدريب (08:07) **بالنسبة لاختبار تركيز الانتباه:** تم استخدام الطريقة نفسها التي استخدمت للتعرف على ثبات اختبار حائط الصد وهي طريقة إعادة الاختبار ولكن المدة الزمنية الفاصلة بين القياسين كانت بتاريخ 2022/11/24، وإعادة تطبيقها 2022/12/09؛ لأن اختبارات الورقة والقلم يجب ألا تقل الفترة الزمنية لإعادة التطبيق عن أسبوعين (راجع، 1995)، مع الحرص على تطبيق الاختبار تحت نفس الظروف.

**ضبط الأسس العلمية لأدوات البحث:**  
**ثبات الاختبار:**

المتعة والتشويق، وأوصى الباحث على استخدام التعليم المبرمج في تعليم جميع مهارات الكيك بوكسينج الأساسية.  
**الدراسة الثالثة:** (محمد، 1998) أسامة صلاح فؤاد محمد (1998)، بحث تحت عنوان تأثير التعليم المبرمج على تعلم بعض المهارات الأساسية للمبتدئين في المبارزة، حيث كانت أهداف البحث التعرف على تأثير استخدام الوحدات المبرمجة بشريط الفيديو المبرمج على تعلم بعض المهارات الأساسية للمبتدئين في المبارزة، ومقارنة تأثير استخدام الوحدات المبرمجة بالكتيب المبرمج وشريط الفيديو المبرمج والطريقة المتبعة في التدريس على تعلم بعض المهارات الأساسية للمبتدئين في المبارزة، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، تكونت عينة البحث من 76 طالبا من طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية جامعة الزقازيق، تم تقسيمهم إلى ثلاث مجموعات، مجموعتين تجريبيتين والثالثة ضابطة، ومن أهم النتائج التي توصل إليها الباحث تؤثر طريقة البرمجة الأساسية (الكتيب المبرمج) تأثيرا إيجابيا فعلا على تعلم بعض المهارات الأساسية للمبتدئين في المبارزة، وتأتي في المرتبة الأولى من طرق التعلم، تؤثر طريقة البرمجة باستخدام شريط الفيديو في إحدى طرق التعلم الذاتي تأثيرا إيجابيا فعلا على تعلم بعض المهارات الأساسية للمبتدئين في المبارزة، وتأتي في المرتبة الثانية من طرق التعلم، تتفوق الطريقتان السابقتان (الكتيب المبرمج، وشريط الفيديو) على استخدام الطريقة التقليدية في تعلم بعض المهارات الأساسية في المبارزة.

**التعليق على الدراسات السابقة :**

تم الاستعانة بثلاث دراسات سابقة واستفاد الباحثون منها في المنهج العلمي المتبع ومجتمع البحث، وعينة البحث وأدوات البحث، وكذا التوصيات والنتائج .

**المنهج العلمي المتبع:** استخدم الباحثون المنهج التجريبي من خلال إحدى تصميماته (تصميم المجموعتين)

**مجتمع البحث:** تكون مجتمع الدراسة من لاعبي الكرة الطائرة لنادي الوفاق بالأبيض تراوحت أعمارهم بين 15 – 16 سنة والبالغ عددهم 26 لاعبا.

**جدول رقم (01): يبين معامل ثبات وصدق التجربة الاستطلاعية.**

المتغيرات	ن	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		معامل الصدق
		ع	س	ع	س	
التمرير من الأعلى	08	3.77	7.33	0.35	7.47	0.99
تركيز الانتباه		1.43	6.7	1.43	8.4	0.95

(\*) دال عند مستوى 0.05 ودرجة الحرية 07 حيث قيمة (ر) الجدولية (0.67).

لغرض التأكد من ثبات الاختبار قيد البحث قام الباحثون بتطبيق الاختبار قيد البحث، وإعادة تطبيقه بعد المدة المذكورة أعلاه، وذلك على نفس العينة وتحت نفس الظروف، ثم عولجت النتائج إحصائيا باستخدام معامل الارتباط بيرسون وبعد الكشف في الدلالة لمعامل

**موضوعية الاختبار:** إن الاختبارات قيد البحث بسيطة وغير قابلة للتأويل، وقد تم اختيارها بعد الاطلاع على عدة مراجع ودراسات سابقة ثم تحكيمها، ومن جهة أخرى قام الباحثون بإجراء ارتباط بسيط بين درجتي مقومين اثنين، ولأفضل محاولة وبلغ معامل الارتباط (0.90 - 0.99) وهو معامل ارتباط معنوي مما يدل على موضوعية التقويم بين المقومين. بحيث كان المشرف على تنفيذ الاختبار الأول مختلف عن المشرف على الاختبار الثاني لضمان نفس النتائج مهما اختلف المحكمون.

**النتائج المحصل عليها قبل التجربة:**

**الجدول (02) يبين التكافؤ بين القياسات القبلية للمتغيرات الأساسية للمجموعتين التجريبية والضابطة**

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		ت*
		س	ع	س	ع	
معدلات النمو	السن	16.46	0.74	16.43	0.57	0.20
	الوزن	59.82	5.83	58.75	5.83	0.69
	الطور	158.43	7.83	155.79	8.39	1.22
حائط الصد		6.67	1.32	6.13	1.36	0.83
تركيز الانتباه		8.882	0.992	9.058	0.747	0.569

(ت\*) = غير دالة 0.05 ودرجة حرية 16 و (ت) الجدولية 2.12

مستوى المجموعتين في جميع المتغيرات متقارب ومتكافئ، مما يعطي للباحثين الضوء الأخضر لإدخال المتغير المستقل. ومنه يمكن التأكد من فعالية التدريب المبرمج باستخدام تطبيق إلكتروني، وتأثيره على تحسين مستوى الأداء قيد البحث.

**النتائج المحصل عليها بعد التجربة:**

**عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:** توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى أداء مهارة حائط الصد وتركيز الانتباه في الكرة الطائرة، لصالح القياس البعدي.

**جدول رقم (03) يبين نتائج المقارنة بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية**

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ت* المحسوبة
		س	ع	س	ع	
حائط الصد	المتر	6.33	1.41	12.67	1.66	8.72
تركيز الانتباه	عدد/دقيقة	8.882	0.992	12.177	2.315	5.854

(ت\*) = دالة 0.05 ودرجة الحرية 08 و (ت) الجدولية 2.36

أفراد هذه المجموعة معلومات كافية ودقيقة وتكوين صورة واضحة في الدماغ عن كيفية الأداء للمهارات المطلوبة، حيث إن اللاعبين استطاعوا بفضل التدريب المبرمج باستخدام تطبيق إلكتروني فهم طبيعة الأداء الفني وتركيز انتباههم على المهارة قيد البحث والتركيز على النقاط الفنية الهامة لها من خلال عزل كل المثيرات غير المرتبطة بالأداء.

الارتباط عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة الحرية 07 وجد أن القيمة المتحصل عليها تبدو قريبة من 01 حيث كانت بين (0.90 - 0.99) مما يعني أن الاختبارات قيد البحث تتمتع بدرجة ثبات عالية.

**صدق الاختبار:** استخدم الباحثون معامل الصدق الذاتي والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار. يتضح من الجدول أن قيم الصدق مرتفعة حيث كانت بين (0.95 - 0.99) وهي أكبر من القيمة الجدولية وهذا ما يؤكد الصدق الكبير للاختبارات.

من خلال الجدول أعلاه يلاحظ عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين أفراد المجموعتين، في كل المتغيرات قيد البحث، إذ كانت قيم (ت\*) المحسوبة أصغر من قيمها الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية (16) مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث في كل هذه المتغيرات.

ومن خلال المقارنة بين نتائج المجموعتين نلاحظ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في كل الاختبارات وذلك قبل استخدام التدريب المبرمج باستخدام تطبيق إلكتروني، وبالتالي يمكن القول إن

من خلال الجدول (03) اتضح أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي وهذا يعني أن هناك تحسناً واضحاً في مستوى المهارات قيد البحث، لأفراد هذه المجموعة وتعود هذه النتيجة إلى فعالية التدريب المبرمج باستخدام تطبيق إلكتروني، الذي ساعد على إعطاء



مما تقدم وبناء على ما توصل إليه الباحثون يتحقق الفرض الأول للبحث، ولصالح القياس البعدي.  
عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية: لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المستوى أداء مهارة حائط الصد وتركيز الانتباه في الكرة الطائرة.

ويرى الباحثون من خلال ما يقدمه التدريب المبرمج من تغذية راجعة، ووضوح الصورة تمكن اللاعبين من السيطرة على التقنية بشكل جيد إلى جانب ترسيخها في أذهانهم وهذا يتفق مع دراسة كل من (محمد إسماعيل حامد عثمان 2003)، و(محمد حسن الوزاني 2011) و(أسامة صلاح فؤاد محمد 1998) إلى أن التدريب المبرمج قد ساهم في سهولة وانسيابية الأداء، ومن جهة أخرى يعتبر أيضاً وسيلة انتقال من التفكير المجرد إلى المعيشة للأداء من خلال الحواس والمشاعر المختلفة.

جدول رقم (04): يبين نتائج المقارنة بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ت* المحسوبة
		ع	س	ع	س	
التمرير من الأعلى	المتر	6.38	1.41	9.75	1.49	4.44
تركيز الانتباه	عدد/دقيقة	9.058	0.747	8.764	1.480	1.174

(ت\*) = دالة 0.05 ودرجة الحرية 08 و (ت) الجدولية 2.36

المدرس في تقديم المهارة والتغذية الراجعة حال وقوع الأخطاء وتطبيق التدريبات المتدرجة من السهل إلى الصعب.  
كما أظهرت عملية المقارنة بين الاختبار القبلي والبعدي لتركيز الانتباه إلى عدم وجود فروق واضحة بين القياسين القبلي والبعدي في هذه المهارة، حيث إن قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية، وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين القياسين القبلي والبعدي.  
مما تقدم وبناء على ما توصل إليه الباحثون تحقق الفرض الثاني للبحث فيما يخص مهارة تركيز الانتباه ولم يتحقق فيما يخص مهارة حائط الصد.

#### عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة:

توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في مستوى أداء مهارة حائط الصد وتركيز الانتباه في الكرة الطائرة، ولصالح المجموعة التجريبية.

من خلال الجدول (04) اتضح أن قيمة (ت) المحتسبة لاختبار حائط الصد أكبر من قيمتها الجدولية مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ولصالح الاختبار البعدي وهذا يعني أن هناك تحسناً في مهارة حائط الصد، لأفراد هذه المجموعة إلا أنه يبقى طفيف مقارنة بنتائج المجموعة التجريبية، ويرجع الباحثون هذه النتيجة إلى المواظبة في الوحدات التعليمية المستمرة من خلال حصص التدريب، فالتدريب المستمر وتكرار الأداء بمصاحبة التغذية الراجعة والمعلومات الصحيحة من قبل المدرب أدى إلى تعلم فعال مما أدى إلى تحقيق النتائج المعنوية. واتفقت هذه النتائج مع دراسة (أسامة صلاح فؤاد محمد 1998)، حيث أكدت على وجود فروق ذات دلالة إحصائية للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهاري بعد التجربة نتيجة، حيث يعزى هذه النتيجة إلى أثر البرنامج التقليدي في عملية التعلم، فالبرنامج التقليدي يعزز دور

جدول رقم (05): يبين نتائج المقارنة بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي.

المتغير	وحدة القياس	المجموعة التجريبية			المجموعة الضابطة			الفرق بين النسب المئوية	(ت*) المحسوبة
		ع	س	مقدرا التقدم	ع	س	مقدرا التقدم		
حائط الصد	درجة	12.66	1.66	100.02%	9.75	1.49	52.94%	47.08%	3.77
تركيز الانتباه	عدد/دقيقة	12.17	2.32	37.10%	8.76	1.48	3.24%	40.34%	94.8

(ت\*) = غير دالة 0.05 ودرجة حرية 16 و (ت) الجدولية 2.12

ومن خلال الجدول أعلاه اتضح أن قيمة (ت) المحتسبة للاختبارات قيد البحث أكبر من قيمتها الجدولية مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي ولصالح

المجموعة التجريبية، ويعود السبب إلى فاعلية استخدام التدريب المبرمج باستخدام تطبيق إلكتروني الذي أعطى لأفراد المجموعة التجريبية القدرة على معرفة تفاصيل الأداء الفني للمهارة قيد البحث من خلال ملاحظتهم النموذج المصور

- جابر، عبد الحميد، (1999) استراتيجيات التدريس والتعلم، القاهرة، دار الفكر العربي.
- راتب، أسامة كامل، (1987) البحث العلمي في المجال الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي.
- راتب، أسامة كامل، (2000) تدريب المهارات النفسية في المجال الرياضي (ط2)، القاهرة، دار الفكر العربي.
- سليمان، أحمد، (1992) عناصر البحث ومناهجه والتحليل الإحصائي للبيانات، اربد، مكتبة الكفاني.
- صالح، عباس أحمد، (1981) طرق تدريس التربية البدنية والرياضية، بغداد، المكتبة الوطنية.
- عثمان، محمد عبد الغني، (1987) التعلم الحركي والتدريب الرياضي، بغداد، دار الحكمة.
- علاوي، محمد حسن، (1987) الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي (ط1)، القاهرة، دار الفكر العربي.
- علاوي، محمد حسن، (1998) موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين (ط1)، القاهرة، مركز الكتاب للنشر.
- علاوي، محمد حسن، (2002) علم النفس التدريب والمنافسة الرياضية، القاهرة، دار الفكر العربي.
- غانم، محمد احمد، (1980) مناهج البحث في التربية البدنية (ط1)، بغداد، مطبعة التعليم.
- قاسم، حسن حسين، (1990) التدريب في ألعاب الساحة والميدان، بغداد، مطبعة التعليم العالي.

والعمل على أعادتها وأدائها والوقوف على تفاصيل الأداء محاولة تلي الأخرى، والاستمرار بتكرارها جعلهم يتمكنون من الإحساس بالحركة من خلال وضوح الصورة التي حصلوا عليها عن طريق الإشارة الحسية التي عملت على تثبيت الصورة خلال التكرار المستمر، وهذا ما أكدته كل من (ناهدة عبد زيد الدليمي، وسراب أكرم، ومحمد حسن الوزاني 2011) إن التعلم بأسلوب الكتيب المبرمج أفضل في تعلم الإرسال الساحق بالكرة الطائرة وتطوير تركيز الانتباه المرتبطة بهذه المهارة.

مما تقدم وبناء على ما توصل إليه الباحثون يتحقق الفرض الثالث للبحث، ولصالح المجموعة التجريبية استنتاجات: مما سبق وفي حدود المنهج المستخدم، البرنامج المقترح والعينة قيد البحث نستنتج الآتي:

\* هناك تقبل أفراد عينة البحث لمفردات التدريب المبرمج باستخدام تطبيق إلكتروني من خلال الرغبة في التدريب والنتائج التي حصلت.

\* يؤثر استخدام التدريب المبرمج بتوظيف تطبيق إلكتروني تأثيراً إيجابياً في تحسين مهارات البحث.

\* التدريب المهاري قد يكون كافياً لتحسين مستوى أداء مهارة حائط الصد ولكن بنسبة قليلة مقارنة باستخدام التدريب المبرمج، ولكنه غير كافٍ لتحسين مستوى تركيز الانتباه في الكرة الطائرة. الاقتراحات: في حدود عينة البحث وإجراءاته وبناءً على ما توصل إليه الباحثون من نتائج نوصي بما يلي:

الاهتمام باستخدام التدريب المبرمج والعمل على إدراجه ضمن محتوى برامج التدريب الرياضي.

عقد دورات ودراسات تكوينية للمدربين للتعرف على إمكانية تطبيق التدريب المبرمج باستخدام تطبيق إلكتروني، وكيفية التغلب على المشكلات والصعوبات التي قد تقابلهم في هذا المجال.

#### قائمة المراجع

- البقاعي، مالك محمد، (2014)، أثر برنامج مقترح للتدريب العقلي على المستوى الرقمي لفعالية الوثب الثلاثي – رسالة ماجستير، جامعة اليرموك، الأردن.
- الببيك، أحمد محمد خاطر، (1996) القياس في المجال الرياضي (ط4)، القاهرة، دار المعارف.
- الشيخ، محمد يوسف، (1984) التعلم الحركي، القاهرة، دار الفكر العربي.
- العلامة، ابراهيم حماد، (1980) مناهج البحث في التربية البدنية، القاهرة، دار المعارف.
- باهي، مصطفى حسن، (1999) المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق (ط1)، القاهرة، مركز الكتاب للنشر.