

تأثير انموذج كيلر المصحوب بالتدريب الذهني المباشر في تركيز الانتباه وتعلم بعض مهارات الكرة الطائرة للطلاب

كلية التربية الاساسية / جامعة الموصل
khalilchappan@gmail.com
كلية التربية الاساسية / جامعة الموصل
dr.ali_fattah@yahoo.com

خليل ابراهيم خليل

علي فتاح رشيد العبيدي

تاريخ قبول النشر (٢٠٢٢/٩/٢٥)

تاريخ تسليم البحث (٢٠٢٢/٩/٢)

الملخص

يهدف البحث الحالي الكشف على تأثير أنموذج كيلر المصحوب بالتمارين الذهني المباشر والاسلوب المتبع في تركيز الانتباه وتعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة للطلاب. وافترض الباحثان وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في تركيز الانتباه وتعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة للطلاب. لدى طلاب السنة الدراسية الاولى في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية بجامعة الموصل ولمصاحبة الاختبار البعدي، واستخدم الباحثان المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة مشكلة البحث. تم تحديد مجتمع البحث بطريقة عمدية والمتمثلة بطلاب السنة الدراسية الأولى قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الاساسية بجامعة الموصل للعام الدراسي (٢٠٢٢-٢٠٢١)، كون هذه المادة الدراسية تدرس لهذه السنة الدراسية، والبالغ عددهم (٧٥) طالباً وطالبة موزعين على (٣) قاعات دراسية هي (A,B,C)، وكان عدد طلاب القاعة الدراسية الاولى (28) (A) طالبا وطالبة والقاعة الدراسية الثانية (24) (B) طالبا والقاعة الثالثة (23) (C) طالبا. استخدم الباحثان برنامج الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، واستنتج الباحثان ما يأتي أظهرت النتائج تفوق أنموذج كيلر المصحوب بالتمارين الذهني المباشر على الأسلوب المتبع في تنمية تركيز الانتباه وتعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة للطلاب.

الكلمات المفتاحية: تركيز الانتباه، انموذج كيلر، التدريب الذهني، مهارات الكرة الطائرة



Al-Rafidain Journal for Sports Sciences

<https://rsprs.mosuljournals.com>



The effect of Keller's model is accompanied by direct mental training, focusing attention, and teaching volleyball skills to students.

The two researchers:

Khaleel Ibraheem Khaleel

khalilchappan@gmail.com

College of Basic Education/University of Mosul

Ali Fattah Rasheed Alobaidi

Dr.ali_fattah@yahoo.com

College of Basic Education/University of Mosul

Article information

Article history:

Received :02/09/2022

Accepted :25/09/2022

Published online :15/10/2022

Keywords:

Attention focusing. Keller's model. Mental training. Volleyball skills.

Correspondence:

Khaleel Ibraheem Khaleel

khalilchappan@gmail.com

Abstract

The current study aims to uncover the impact of the Keller model, accompanied by direct mental exercise, the traditional method of attention focus, and learning some basic volleyball skills among students. The two researchers hypothesized that there would be significant differences between the pre-test and post-test results of the experimental and control groups in terms of attention focus and learning some basic volleyball skills among students. To benefit from the pre-test, this study was conducted with first-year students in the Department of Physical Education and Sports Sciences at the College of Basic Education, University of Mosul. The two researchers used the experimental method due to its suitability for the study problem. The study population was deliberately selected for first-year students in the Department of Physical Education and Sports Sciences at the College of Basic Education, University of Mosul, for the academic year 2021-2022 because this subject is taught in this current year. The total number of male and female students was 75, distributed across three classrooms: A, B, and C. Classroom A had 28 students, Classroom B had 24 students, and Classroom C had 23 students. The two researchers used the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) program, and the results showed the superiority of the Keller model accompanied by direct mental exercise over the traditional method in enhancing attention focus and learning some basic volleyball skills among students.

١-التعريف بالبحث:

١-١ المقدمة وأهمية البحث:

ان الاهتمام بالمتعلمين بوصفهم أفراداً يندرج تحت اسم نوع من التعليم الفردي أو افراد التعليم، اذ يتم توفير فرص عديدة ومتنوعة، فضلاً عن مصادر وأدوات ووسائل مختلفة ومتعددة للمتعلمين، وتهيئة الإمكانيات التي تؤدي إلى إعداد بيئة تعليمية أفضل للتعليم " (سلامة، ١٩٩٥، ١٦٥) أن أنموذج كيلر يحدث تغييرات في سلوك المتعلم وإكسابه المعلومات والمهارات والمعارف من اجل تحقيق هذه الأهداف. وعلى المدرس أن ينقل هذه المعلومات والمعارف الى المتعلم بطريقة مشوقة تثير اهتمامه ورغبته وتدفعه إلى التعلم، ووجد انه فعالاً ومؤثراً في مجال التعلم بحيث يراعي الفروق الفردية بين المتعلمين والذي يجعل المتعلم معتمداً على نفسه في تعلم المهارات الأساسية بالكرة الطائرة من خلال اختياره للمستوى المناسب حسب قدراته وامكانياته دون مقارنة مستواه مع الجماعة التي ينتمي اليها شريطة ان لا ينتقل الى مستوى اخر الا بعد اتقانه للمستوى الذي هو فيه وهذا ما يميز هذا الانموذج. ويعد التدريب الذهني إحدى الوسائل الحديثة المستخدمة لتنشيط العملية التعليمية والتدريبية، وأصبح أحد استراتيجيات تكنولوجيا التدريب الرياضي لما له من دور ايجابي في التطوير وفي مستوى الأداء الجيد مهارياً وذهنياً، ويشير (راتب، ٢٠٠٤) (الى أن التدريب الذهني احدى المهارات النفسية التي تساعد على تحسين أداء المتعلمين، وجعل التعلم مصدراً للاستمتاع، حيث توصلت الدراسات الحديثة الى ان المتعلمين الذين يستخدمون التدريب الذهني المباشر يؤدون مهاراتهم الرياضية بدرجة أفضل) (راتب، ٢٠٠٤، ١٣٥). ولما كانت الكرة الطائرة من الفعاليات الرياضية التي تحتاج إلى التطوير والتحديث فان القدرات العقلية تعد من أهم الاتجاهات الحديثة في عملية التطوير هذه، وفي ضوء ما تقدم فقد أشار كل من (شمعون والجمال، ١٩٩٦) "إلى أن لعبة الكرة الطائرة تعتمد على القدرات العقلية بقدر ما تعتمد على القدرات البدنية إذ إن العلاقة بين الجانب العقلي والأداء البدني أصبحت محط اهتمام المدربين والرياضيين" (شمعون، والجمال، ١٩٩٦، ٢٧). وكما هو معروف فان المهارات الأساسية في الكرة الطائرة هي العمود الفقري لهذه اللعبة، وهي تحتاج إلى وقت طويل لاكتسابها، وإلى تدريب مبني على أسس علمية، وترتبط هذه المهارات ببعضها في صورة متكاملة لتعطي في النهاية الشكل الأساسي للعبة الكرة الطائرة، ويرجع التقدم بفن الأداء المهاري بالكرة الطائرة إلى مجموعة من المقومات الأساسية التي تسهم في عملية الوصول إلى المستويات متقدمة للمتعلمين، ولعل من بين أهم هذه المقومات هي القدرات العقلية التي تشكل محورا أساسيا من محاور الإعداد والتدريب النفسي للوصول إلى الأهداف المرجوة، إذ اتجهت الدراسات الحديثة إلى تقويم وتطوير الكثير من الألعاب الرياضية ومنها لعبة الكرة الطائرة من خلال الاهتمام بتنمية تركيز الانتباه التي يحتاجها المتعلم لما له من أهمية كبيرة في تحسين فن الأداء المهاري، وتكمن أهمية البحث الحالي في مدى الفائدة المرجوة تحقيقها من تطبيق أنموذج كيلر والذي يكون مصحوب بالتمرين الذهني المباشر من قبل طلاب السنة الدراسية الأولى لتنمية تركيز الانتباه وتعلمهم لعدد من المهارات الأساسية بالكرة الطائرة والتي هي من ضمن المقررات الدراسية لهم ليستفيد العاملون في مجال تعليم مهارات الكرة الطائرة منها من نتائج هذه الدراسة. على حد علم الباحثان لم يجدوا مثل هذه الدراسة بما فيها من متغيرات طبقت على مهارات لعبة الكرة الطائرة، لذا وجد الباحثان دافعا قويا للبحث في هذا المجال.

١-٢ مشكلة البحث:

بالرغم من التعدد في نماذج التعلم في التربية البدنية وعلوم الرياضة، يبقى البحث من قبل العاملين في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة على اختلاف تخصصهم بشكل عام وفي لعبة الكرة الطائرة بشكل خاص والتقنين عن الانموذج الافضل والامثل وما يتميز به من مميزات تكون أكثر ملائمة لمهارات لعبة الكرة الطائرة، اخذين بنظر الاعتبار القابليات والقدرات للمتعلمين والتي تسهم في الاقتصاد بالجهد والاستثمار الامثل في وقت التعلم، فضلا عن الاسراع في العملية التعليمية. وبرزت مشكلة البحث في الاجابة عن التساؤل الاتي:

-هل أن لأنموذج كيلر المصحوب بالتمارين الذهني المباشر تأثيرا إيجابياً في تنمية تركيز الانتباه وتعلم عدد من المهارات الأساسية بالكرة الطائرة قيد الدراسة لطلاب السنة الدراسية الأولى في كلية التربية الأساسية قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل

١-٣ اهداف البحث:

يهدف البحث الحالي التعرف على:

١-٣-١ تأثير أنموذج كيلر المصحوب بالتمارين الذهني المباشر والاسلوب المتبع في تنمية تركيز الانتباه.

١-٣-٢ تأثير أنموذج كيلر المصحوب بالتمارين الذهني المباشر والاسلوب المتبع في تعلم عدد من المهارات الأساسية بالكرة الطائرة.

١-٣-٣ الافضلية بين انموذج كيلر المصحوب بالتمارين الذهني المباشر والاسلوب المتبع في تنمية تركيز الانتباه.

١-٣-٤ الافضلية بين انموذج كيلر المصحوب بالتمارين الذهني المباشر والاسلوب المتبع في تعلم عدد المهارات الاساسية بالكرة الطائرة.

١-٤ فرضيات البحث:

١-٤-١ وجود فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعي البحث التجريبية والضابطة في تنمية تركيز الانتباه لدى طلاب السنة الدراسية الاولى في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية بجامعة الموصل ولمصالحة الاختبار البعدي.

١-٤-٢ وجود فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعي البحث التجريبية والضابطة في تعلم عدد من المهارات الاساسية بالكرة الطائرة لدى طلاب السنة الدراسية الاولى في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية بجامعة الموصل ولمصالحة الاختبار البعدي.

١-٤-٣ وجود فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبار البعدي لمجموعي البحث التجريبية والضابطة في تركيز الانتباه لدى طلاب السنة الدراسية الاولى في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية بجامعة الموصل ولمصالحة المجموعة التجريبية.

١-٤-٤ وجود فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبار البعدي لمجموعي البحث التجريبية والضابطة في تعلم عدد من المهارات الاساسية بالكرة الطائرة لدى طلاب السنة الدراسية الاولى في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية بجامعة الموصل ولمصالحة المجموعة التجريبية.

٥-١ مجالات البحث:

١-٥-١ المجال البشري: طلاب السنة الدراسية الاولى في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة كلية التربية الاساسية /جامعة الموصل.

٢-٥-١ المجال الزمني: ابتداء من ٢٠٢٢/١/٢ ولغاية ٢٠٢٢/٣/١٠

٣-٥-١ المجال المكاني: القاعات الدراسية والقاعة الرياضية المغلقة في كلية التربية الاساسية/جامعة الموصل

٦-١ تحديد المصطلحات:

١-٦-١ أنموذج كيلر: عرفه (القبيلات، ٢٠٠٥) بأنه: "سلسلة إجراءات تعليمية تشكل في مجملها نظاما يهدف إلى تنظيم التعلم وتيسيره للمتعلم بأشكال مختلفة طبقا لأولويات والإبدال بحيث يتعلم ذاتيا وبدافعية وإتقان وفقا لحاجاته وقدراته واهتماماته وخصائصه النمائية" (القبيلات، ٢٠٠٥، ١٣٨).

٢-٦-١ التمرين الذهني المباشر: عرفه (محجوب، ٢٠٠٢): "طريقة للممارسة تكون فيها ممارسة الفعالية تخيلي أو تكوين صورة ذهنية بدون أية ممارسة جسمانية" (محجوب، ٢٠٠٢، ١٨٥).

٣-٦-١ تركيز الانتباه: عرفه (الضمد، ٢٠٠٠): ويقصد بتركيز الانتباه " تضيق الانتباه او تثبيته نحو مثير معين واستمرار الانتباه على المثير المختار " (الضمد، ٢٠٠٠، ٦٦).

٢-إجراءات البحث:

١-٢ منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة مشكلة البحث. بناءً على ذلك فقد استخدم الباحثان التصميم التجريبي " تصميم المجموعتين المتكافئتين العشوائيتين الاختيار ذات الملاحظة القبليّة والبعدية المحكم الضبط" (الزوبعي والغنام، ١٩٨١، ١١٢).

٢-٢ مجتمع البحث وعينه:

تم تحديد مجتمع البحث بطريقة عمدية والمتمثلة بطلاب السنة الدراسية الأولى قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الاساسية بجامعة الموصل للعام الدراسي (٢٠٢٢-٢٠٢١)، وان سبب اختيار هذا المجتمع كون مادة الكرة الطائرة من ضمن مقررات الفصل الدراسي الأول والتي تدرس لهذه السنة الدراسية، والبالغ عددهم (٧٥) طالبا وطالبة موزعين على (٣) قاعات دراسية هي (A،B،C)، وكان عدد طلاب القاعة الدراسية الاولى (A) (٢٨) طالبا وطالبة والقاعة الدراسية الثانية (B) (٢٤) طالبا والقاعة الثالثة (C) (٢٣) طالبا، ولتحديد عينة البحث والمجموعتين التي سوف يطبق عليهما تجربة البحث الرئيسة أجري الباحثان عملية القرعة وبالطريقة العشوائية البسيطة بين القاعات الدراسية الثلاث لتكون القاعة الدراسية الثانية هي المجموعة التجريبية التي سوف يطبق عليها انموذج كيلر المصحوب بالتمرين الذهني المباشر والقاعة الدراسية الثالثة هي المجموعة الضابطة التي سوف يطبق عليها أسلوب المدرس المتبع والجدول (١) يبين ذلك:

الجدول (١)

يبين مجتمع البحث وأفراد عينته

ت	الشعبة والمجموعة	العدد الكلي	المستبعدون	عدد أفراد العينة
١	القاعة (B) المجموعة التجريبية	٢٤	٤	٢٠
٢	القاعة (C) المجموعة الضابطة	٢٣	٣	٢٠
المجموع		٤٧	٧	٤٠

٢-٣ وسائل جمع المعلومات:

أستخدم الباحثان وسائل بحثية عديدة لجمع المعلومات للوصول إلى البيانات والنتائج المطلوبة على وفق ما يأتي:
(الاستبيان، والملاحظة، والدراسات السابقة، والمصادر والمراجع العلمية، والمقابلات الشخصية، والاختبارات والمقاييس).

٢-٤ تجانس عينة البحث:

تم التجانس لأفراد عينه البحث في المتغيرات (العمر، الطول، الكتلة).

الجدول (٢)

يبين تجانس عينة البحث

المتغيرات	المعالم الاحصائية	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	C.V
العمر	شهر	٢٦٠,٠٠	٦,١٣	٢,٣٥	
الطول	سم	١٧٢,٩٣	٤,٥٨	٢,٦٤	
الكتلة	كغم	٧٢,١٦	٥,٢١	٧,٢٢	

يتبين من الجدول (٢) ان معامل الاختلاف (C.V) لجميع المتغيرات كانت < ٣٠ مما يدل على تجانس العينة في تلك المتغيرات.

٢-٥ تحديد بعض مهارات الاساسية بالكرة الطائرة :-

أعتمد الباحثان على مفردات المنهج الدراسي المخصص في مادة الكرة الطائرة لطلبة السنة الدراسية الاولى (الفصل الدراسي الأول) في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/كلية التربية الاساسية /جامعة الموصل ، للعام الدراسي (٢٠٢٢-٢٠٢١) والذي يتضمن المهارات الاساسية بالكرة الطائرة من الكتاب المنهجي * :-

* البناء، ليث محمد داود (٢٠٠٨) : الكرة الطائرة ، فن الاداء المهاري ، كتاب منهجي لطلبة السنة الدراسية الثانية ، دار ابن الاثير للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، ص ٤٩-٧٩.

٢-٦ تكافؤ مجاميع البحث:

اجرى الباحثان عملية التكافؤ في متغيرات الدراسة الحالية والجدول (٣) يبين ذلك.

الجدول (٣)

يبين نتائج اختبار "ت" بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبار تركيز الانتباه والاداء الفني للمهارات قيد الدراسة

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (ت) المحتسبة	احتمالية نسبة الخطأ *
		ع±	س-	ع±	س-		
تركيز الانتباه	ثا	٣,٠٥	١٠,٨٠	٩,٣١	١٥,٢٦	٠,٨٥	٠,٥٤٣
الارسال المواجه من الأسفل	درجة	٠,٥٨	٤,٦١	٤,٤٤	٠,٧٠	٠,٨٧	٠,٣٩
الارسال المواجه من الأعلى (التنس)	درجة	٠,٨٣	٤,١٧	٤,٥٠	٠,٥٩	١,١٢	٠,١٥
التمرير من أمام الرأس إلى الأمام	درجة	٠,٧١	٤,٣٣	٤,٣٤	٠,٦٧	٠,٧٥	٠,٩٦
التمرير من الأسفل إلى الأمام	درجة	٠,٧٦	٤,٤٢	٤,٢٨	٠,٦٥	٠,٦٣	٠,٥٣

* إن القيمة الاحتمالية تكون معنوية عندما تكون $\geq (٠,٠٥)$

يتبين من الجدول (٣) عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبار القبلي للمجموعة الضابطة والتجريبية في اختبارات تركيز انتباه والاداء الفني لبعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة (مهارة الارسال المواجه من الأسفل، مهارة الإرسال المواجه من الأعلى "التنس"، مهارة التمرير من فوق الرأس الى الأمام، مهارة التمرير من الأسفل (استقبال الأرسال)، إذ بلغت قيم مستوى الدلالة والبالغة على التوالي (٠,٥٤٣، ٠,٣٩، ٠,١٥، ٠,٩٦، ٠,٥٣) يتبين عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية لكون قيم مستوى الدلالة أكبر من (٠,٠٥).

٢-٧ الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

٢-٧-١ الأجهزة المستخدمة في البحث:

- آلة تصوير فيديو نوع سوني. - ميزان طبي لقياس الكتلة عدد (١). - ساعة توقيت عدد (٣). - جهاز لا بتوب نوع (Elite book) hp. - فلاش ميموري نوع (ADATA) السعة (٣٢) GB

٢-٧-٢ الأدوات المستخدمة في البحث*: -كرات طائرة عدد (١١)-أوراق (استمارة تقويم الاداء واستمارة تفرغ النتائج). - شريط قياس عدد (١). - كرات طبية زنة (٣) كغم عدد (١). - ملعب الكرة الطائرة قانوني + شبكة الكرة الطائرة عدد (٢). - كرات طائرة عدد (٢٥). - قرطاسية (أقلام جاف).

٢-٨ التجربة الاستطلاعية:

٢-٨-١ التجربة الاستطلاعية:

قام الباحثان ومدرس المادة وبمساعدة فريق العمل المساعد بتجربة استطلاعية لعملية تصوير الأداء الفني لعدد من المهارات الأساسية بالكرة الطائرة (مهارة الإرسال المواجه من الأسفل، مهارة الإرسال المواجه من الأعلى "التنس"، مهارة التمرير من فوق الرأس الى الأمام، مهارة التمرير من الأسفل (استقبال الأرسال). بالكرة الطائرة، وذلك يوم الاحد الموافق (٢٠٢٢/١/٩).

كان الهدف من التجربة الآتي:

- معرفة بعد وارتفاع آلة التصوير وعدستها عن مكان منطقة الأداء المهارى.
- التعرف على كيفية وضع آلة التصوير ثابتة أم متحركة والأخطاء المحتملة عند تنفيذ الأداء المهارى بعض انواع لمهارتي الإرسال والتمرير بالكرة الطائرة.
- كفاية فريق العمل المساعد.

كان من نتائج التجربة التعرف على المسافة بين موقع الطالب المؤدى ومكان وضع آلة التصوير فكانت على بعد (٤) م من مكان الأداء، والتعرف على ارتفاع عدسة آلة التصوير البالغة (١٤٠) سم ووضع آلة التصوير الثابتة.

٢-٩ تجربة البحث الرئيسة:

تم البدء بأجراء التجربة الرئيسة يوم ٢٠٢٢/١/١٦ ولغاية ٢٠٢٢/٣/٨ واتبع الباحثان في تطبيق تجربة البحث الرئيسة الخطوات الآتية:

اعطيت مجموعتي البحث المادة التعليمية نفسها وحسب المنهج المقرر في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الاساسية بجامعة الموصل، واقتصر تطبيق الخطط التعليمية على الجزء الرئيسى من الدرس.

- المجموعة التجريبية الخطط التعليمية الخاصة ب (خطة كيلر المصحوبة بالتمرين الذهني المباشر):

يؤدي المتعلمون الواجبات والمهام على وفق أنموذج كيلر المصحوب بالتمرين الذهني المباشر لفترة (8) أسابيع وبواقع وحدة تعليمية بالأسبوع وزمن الوحدة التعليمية (٩٠) دقيقة، اذ قام مدرس المادة بتنفيذ وحدات المنهج التعليمي، إذ تم شرح المهارة المطلوبة بشكل مفصل وواضح ثم عرضها بأنموذج من قبل مدرس المادة في الجزء التعليمي من القسم الرئيس أنموذج كيلر المصحوب بالتمرين الذهني المباشر، ثم يتم بعدها التمرين الذهني المباشر، ومن ثم التطبيق العملي من قبل المتعلمين للتمرين المهاري بشكل محطات (مستويات) يختار الطالب المستوى المناسب له حسب إمكانياته ويؤدي المهارة بشكل فريدي أي (تفريد التعلم) حسب أنموذج كيلر المصحوب بالتمرين الذهني المباشر في الجزء التطبيقي من القسم الرئيس للوحدة التعليمية في المنهج التعليمي.

يعتمد هذا الأسلوب على وجود دليل مطبوع للمادة التعليمية، يساعد الطالب في عملية التعلم الفردي، حيث تحدد فيه اهداف الوحدة الدراسية بتجزئة المهارة الى اجزاء بوضع عدد كبير من الخطوات الصغيرة تسمى فقرات مرتبة ترتيبا منطقيا، ويشار الى الوسائل التعليمية والصور التوضيحية والمراجع العلمية اللازمة لتحقيق الأهداف، وكيفية السير في الوحدات التعليمية،

وتتنفيذ الأنشطة والتدريبات التي تشتمل عليها المادة التعليمية، وكيفية تنفيذ الاختبارات الذاتية، وكيفية التقدم للاختبار في نهاية الوحدة ومعايير الانتقان المعتمد لتلك الوحدة، حيث يقوم الطالب بدراسة المادة التعليمية حسب قدراته، وسرعته الخاصة. والمبدأ الأساسي الذي يقوم عليه هذا الأسلوب هو ان يقوم المتعلم باستيعاب مفاهيم الوحدة ومهاراتها، واقتانها قبل الانتقال الى الوحدة التي تليها ولا يوجد زمن محدد لإنجاز الوحدة الدراسية، اما المراقبون فهم حجر الاساس في خطة كيلر، ويختارون من الطلبة المتفوقين الذين انهوا مادتهم التعليمية بسرعة وإنقان، ويقومون بدور المدرس بمساعدة زملائهم غير المتعلمين واختبارهم وتزويدهم بتغذية راجعة فورية، اما المدرس فهو الموجه والمرشد فقط.

١٠-٢ الاختبارات البعدية النهائية:

١٠-١-٢ الاختبار البعدي في تنمية تركيز الانتباه:

طبق هذا الاختبار يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٢/٣/٨ م في تمام الساعة الثامنة النصف ولكلا المجموعتين، مع مراعاة الظروف والإجراءات نفسها في عملية تطبيق الاختبارات القبلية والزمن المحدد علما انها نفذت في القاعات الدراسية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة.

١٠-٢-٢ الاختبار البعدي في لتقييم الأداء المهاري:

طبق هذا الاختبار يومي الخميس الموافق ٢٠٢٢/٣/١٠ م في تمام الساعة الثامنة النصف ولكلا المجموعتين، مع مراعاة الظروف والإجراءات نفسها في عملية تطبيق الاختبارات القبلية والزمن المحدد علما انها نفذت في القاعات الدراسية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة.

١١-٢ الوسائل الإحصائية: استخدم الباحثان برنامج الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) في معالجة النتائج، والوسائل الإحصائية هي: -الوسط الحسابي -الانحراف المعياري-النسبة المئوية-اختبار (ت) لوسطين حسابيين مرتبطتين متساويين بالعدد. -اختبار (ت) لوسطين حسابيين غير مرتبطتين متساويين بالعدد.

١-٣ عرض النتائج وتحليلها:

١-١-٣ عرض نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث وتحليلها في تنمية تركيز الانتباه:

١-١-٣-١ عرض نتائج الفرضية الاولى:

الجدول (٤)

يبين نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في تنمية تركيز الانتباه

مستوى الدلالة *	قيمة (ت) المحتسبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المعالم الإحصائية القدرات العقلية
		ع±	س-	ع±	س-		
٠,٠٢	*١٠,٥٦	٢,٢٤	٨,١١	٣,٠٥	١٠,٨٠	ثا	تركيز الانتباه

* إن القيمة الاحتمالية تكون معنوية عندما تكون $\geq (٠,٠٥)$

يتبين من الجدول (٤) وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبار القبلي البعدي للمجموعة البحث الضابطة في تنمية تركيز الانتباه ولمصاحبة الاختبار البعدي، إذ بلغت قيم مستوى الدلالة والبالغة على التوالي (٠,٠٢) يتبين وجود فروق ذات دلالة معنوية لكون قيم مستوى الدلالة أصغر من (٠,٠٥).

الجدول (٥)

يبين نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في تنمية تركيز الانتباه

المعالم الإحصائية القدرات العقلية	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحتسبة	مستوى الدلالة *
		ع±	-س	ع±	-س		
تركيز الانتباه	ثا	٩,٣١	١٥,٢٦	٦,٧٤	١,٨١	*٩,٣٥	٠,٠٠٢

* إن القيمة الاحتمالية تكون معنوية عندما تكون $\geq (٠,٠٥)$

يتبين من الجدول (٥) وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبار القبلي والبعدي لمجموعة البحث التجريبية في تنمية اهم القدرات العقلية ولمصاحلة الاختبار البعدي، إذ بلغت قيم مستوى الدلالة والبالغة على التوالي (٠,٠٠٢) يتبين وجود فروق ذات دلالة معنوية لكون قيم مستوى الدلالة أصغر من (٠,٠٥).

٣-١-٢ عرض نتائج الفرضية الثانية:

٣-١-٢-١ عرض نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة والتجريبية في تعلم عدد المهارات الاساسية بكرة الطائرة:

الجدول (٦)

يبين نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

في تعلم عدد من المهارات الاساسية بالكرة الطائرة

ت	المعالم الإحصائية المهارات الأساسية	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحتسبة	مستوى الدلالة *
			ع±	-س	ع±	-س		
١	الارسال المواجه من الأسفل	درجة	٤,٦١	٠,٥٨	٦,٨١	٠,٥٤	*١٠,٦١	٠,٠٠٤
٢	الارسال المواجه من الأعلى (التنسي)	درجة	٤,١٧	٠,٨٣	٦,٧٣	٠,٤٤	*١٥,٣٩	٠,٠٠١
٣	التمرير من أمام الرأس إلى الأمام	درجة	٤,٣٣	٠,٧١	٦,٩٦	٠,٦١	*١٣,١٤	٠,٠٠٣
٤	التمرير من الأسفل إلى الأمام	درجة	٤,٤٢	٠,٧٦	٦,٦١	٠,٤٨	*١١,١٧	٠,٠٠٧

* إن القيمة الاحتمالية تكون معنوية عندما تكون $\geq (٠,٠٥)$

يتبين من الجدول (٦) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ولمصاحلة الاختبار البعدي في اختبارات مهارات (مهارات الارسال المواجه من الأسفل، الارسال المواجه من الأعلى (التنسي)، التمرير من أمام الرأس إلى الأمام، التمرير من الأسفل إلى الأمام (استقبال الارسال)، إذ بلغت قيم احتمالية نسب الخطأ والبالغة على التوالي (٠,٠٠١، ٠,٠٠٣، ٠,٠٠٧) يتبين وجود فروق ذات دلالة معنوية لكون قيم مستوى الدلالة أصغر من (٠,٠٥)، وبهذا يحقق صحة من الفرض البحث.

الجدول (٧)

يبين نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية
في تعلم عدد المهارات الاساسية بالكرة الطائرة

ت	المعالم الإحصائية المهارات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحتسبة	مستوى الدلالة *
			ع±	س-	ع±	س-		
١	الارسال المواجه من الأسفل	درجة	٤,٤٤	٠,٧٠	٧,٦١	٠,٤٦	*١٧,٩٤	٠,٠٠٢
٢	الارسال المواجه من الأعلى (التنسي)	درجة	٤,٥٠	٠,٥٩	٧,٧٤	٠,٥٦	*١٦,٠٨	٠,٠٠٥
٣	التمرير من أمام الرأس إلى الأمام	درجة	٤,٣٤	٠,٦٧	٧,٣٨	٠,٥١	*١٩,٥٤	٠,٠٠٦
٤	التمرير من الأسفل إلى الأمام	درجة	٤,٢٨	٠,٦٥	٧,٥٨	٠,٥١	*١٦,٠٣	٠,٠٠٣

* إن القيمة الاحتمالية تكون معنوية عندما تكون $\geq (٠,٠٥)$

يتبين من الجدول (٧) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية ولمصلحة الاختبار البعدي في اختبارات مهارات (مهارات الارسال المواجه من الأسفل، الارسال المواجه من الأعلى (التنسي)، التمرير من أمام الرأس إلى الأمام، التمرير من الأسفل إلى الأمام (استقبال الارسال) ، إذ بلغت قيم مستوى الدلالة والبالغة على التوالي (٠,٠٠٢، ٠,٠٠٥، ٠,٠٠٦، ٠,٠٠٣) يتبين وجود فروق ذات دلالة معنوية لكون قيم مستوى الدلالة أصغر من (٠,٠٥)، وبهذا يحقق صحة من الفرض البحث.

٣-١-١-٣ عرض نتائج الفرضية الثالثة:

الجدول (٨)

يبين نتائج الفروق بين الاختبار البعدي بين المجموعة الضابطة والتجريبية في تنمية تركيز الانتباه

المعالم الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (ت) المحتسبة	احتمالية نسبة الخطأ *
		ع±	س-	ع±	س-		
تركيز الانتباه	ثا	٨,١١	٢,٢٤	٦,٧٤	١,٨١	*٤,٥٥	٠,٠٠١

* إن القيمة الاحتمالية تكون معنوية عندما تكون $\geq (٠,٠٥)$

يتبين من الجدول (٨) وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبار البعدي بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في تنمية اهم القدرات العقلية، إذ بلغت قيم مستوى الدلالة والبالغة على التوالي (٠,٠٠١) يتبين وجود فروق ذات دلالة معنوية لكون قيم مستوى الدلالة أصغر من (٠,٠٥)، وبهذا يحقق صحة من الفرض البحث.

٣-١-١-٤ عرض نتائج الفرضية الرابعة

الجدول (٩)

يبين نتائج الفروق بين الاختبار البعدي بين المجموعة الضابطة والتجريبية في تعلم عدد من المهارات الاساسية بالكرة الطائرة

ت	المعالم الاحصائية المهارات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (ت) المحتسبة	احتمالية نسبة الخطأ *
			ع±	-س	ع±	-س		
١	الارسال المواجه من الأسفل	درجة	٦,٨١	٠,٥٤	٧,٦١	٠,٤٦	*٤,٩٩	٠,٠١
٢	الارسال المواجه من الأعلى	درجة	٦,٧٣	٠,٤٤	٧,٧٤	٠,٥٦	*٦,٣٠	٠,٠٣
٣	التمرير من أمام الرأس إلى الأمام	درجة	٦,٩٦	٠,٦١	٧,٣٨	٠,٥١	*٢,٣٤	٠,٠٢
٤	التمرير من الأسفل إلى الأمام	درجة	٦,٦١	٠,٤٨	٧,٥٨	٠,٥١	*٦,٠٧	٠,٠١

* إن القيمة الاحتمالية تكون معنوية عندما تكون $\geq (٠,٠٥)$

يتبين من الجدول (٩) وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبار البعدي بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية ولمصلحة الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات مهارات (الارسال المواجه من الأسفل، الارسال المواجه من الأعلى (التنسي)، التمرير من أمام الرأس إلى الأمام، التمرير من الأسفل إلى الأمام (استقبال الارسال)، إذ بلغت قيم مستوى الدلالة والبالغة على التوالي (٠,٠١، ٠,٠٣، ٠,٠٢، ٠,٠١) يتبين وجود فروق ذات دلالة معنوية لكون قيم مستوى الدلالة أصغر من (٠,٠٥).

٣-٢ مناقشة النتائج :

٣-٢-١ مناقشة نتائج الفروق في الاختبار القبلي والبعدي لمجموعتي البحث في تنمية تركيز الانتباه

ويعزو الباحثان النتائج التي حصلت لدى المجموعة الضابطة والمبينة في الجدول (٤) إلى التأثير الذي أحدثه المنهج التعليمي المتبع للمتعلمين والذي تضمن شرح وعرض المهارات الأساسية المختارة بالكرة الطائرة ثم تطبيقها بشكل متكرر من قبل المتعلمين، مما أسهم في تنمية العمل الوظيفي وهذا يدل على أن المنهج التعليمي المتبع قد أسهم في تنمية تركيز الانتباه وزيادة الخبرة الحركية لدى المتعلمين، ويذكر (بسطويسى والسامرائي، ١٩٨٤) (اذ ان الطرائق التي يستخدمها المدرس ينبغي ان تكون جيدة واقتصادية في تحقيق الهدف، وان تحرك دافعية المتعلم واهتمامه ليبذل جهداً لتحقيق الهدف) (بسطويسى والسامرائي، ١٩٨٤، ٢٠).

في ضوء النتائج التي تم الحصول عليها والمعروضة في الجدول (٥) يتبين وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لدى المجموعة التجريبية في تنمية تركيز الانتباه ولمصلحة الاختبار البعدي، ويعزو الباحثان التطور الحاصل لدى المجموعة التجريبية إلى استخدام التدريب الذهني المباشر الذي لعب دوراً مهماً في تحسين مستوى الأداء من جهة، والاداء المهاري القائم على تكرار تمرينات كناحية تطبيقية من جهة أخرى، أي الربط

بين الجانب الذهني والمهاري (انموذج كيلر المصحوب بالتمارين الذهني المباشر)، وهذا ما ساعد على زيادة التركيز وثبتت البرامج الحركية وتفعيلها وتحسينها، ومن ثم زيادة الخبرة المتعلم، وكل ذلك يصب في تحسين مستوى الأداء، ويشير (علاوي، ٢٠٠٢) "الى أن استخدام المران المنتظم للتدريب الذهني يساعد المتعلم ليصبح أكثر وعياً وإدراكاً بما يدور في داخله ومن حوله، وكما يساعد المتعلم على الاسترخاء بهدف التحكم في الضغوط والقلق والاستثارة، وكذلك تركيز الانتباه على تفاصيل الجوانب المختلفة المرتبطة بالأداء المهاري" (علاوي، ٢٠٠٢، ٢٥٣)، ويؤكد (طه، ١٩٩٩) الى (أهمية التدريب الذهني للمبتدئين حيث يعمل على تغيير الانتباه الى أبعاد أخرى من العملية التدريبية تساهم في تطوير الأداء وفي نفس الوقت تعمل على تخفيف العبء البدني الملقى على المبتدئ) (طه، ١٩٩٩، ٥٦)، وعليه فإن التدريب الذهني بالأسلوب المباشر قد ساهم في تنمية هذه العناصر المهمة في اكتساب المهارات الأساسية بالكرة الطائرة وتعلمها وذلك من خلال استرجاع المهارة عقلياً قبل الأداء وتكرارها عدة مرات، إذ أن التمرين الذهني ساعد الطلبة على فهم النواحي الفنية للمهارات وطبيعتها ومتطلباتها، وهذا ما يشير إليه بقوله أن " تأثير الممارسة الذهنية يمكن أن تنظم جوانب متعلقة بالمهارة وهو الجانب المعرفي كما أنها تساعد المتعلم على التدريب لأفعال واستراتيجيات مختلفة تساهم في تقدير النتائج المحتملة في الوقت الحقيقي (Schmidt، 1991 ، p ٥٣).

٢-٢-٣ مناقشة نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في تعلم عدد من المهارات الأساسية بكرة الطائرة:

يتبين من الجدول (٦-٧) يرى الباحثان أن الجانب النظري (الجزء التعليمي) في العملية التعليمية وحده لا يكفي وأن المتعلمين قد استفادوا بدرجة كبيرة أيضاً من الجانب العملي (الجزء التطبيقي)، إذ تم إعطاء تمارين متنوعة ومتدرجة تناولت جميع الجوانب المهمة لتعلم المهارات الأساسية بالكرة الطائرة وإتقانها، وإن الممارسة وتكرار التمارين أدى بالمتعلمين إلى تعلم المهارات وإتقانها إتقاناً جيداً وإن الجانب التطبيقي زيادة على الجانب النظري ساعد المتعلمين على السيطرة على حركاتهم والتناسق الحركي عند أداء المهارة، وهذا ما أكدته كل من (شلش ومحمود، ٢٠٠٠) بقولهما " أن الممارسة وبذل الجهد بالتدريب والتكرارات المستمرة ضرورية في عملية التعلم، التدريب عامل مساعد وضروري في عملية تفاعل الفرد مع المهارة والسيطرة على حركاته وتحقيق التناسق بين الحركات المكونة للمهارة في أداء متتابع سليم وزمن مناسب " (شلش ومحمود، ٢٠٠٠، ١٢٩).

وكذلك فإن الممارسة المتواصلة أدت إلى إمكانية تنفيذ المهارات الواجب تعلمها بأداء جيد ومؤثر، وكذلك إلى تطوير زمن تنفيذها من خلال التكرارات المنفذة في أثناء الوحدات التعليمية ضمن المنهج التعليمي بتمرينات أنموذج كيلر المصحوب بالتمارين الذهني المباشر، ويشير (خيون، ٢٠١٠): أن التعلم يأتي عن طريق التكرار والتصحيح ، وهذا التكرار يعطي الدماغ فرصة خزن ما تعلمناه وإمكانية إظهاره في المستقبل (خيون ، ٢٠١٠ ، ١٥)، فضلاً عن تطور القدرات العقلية من خلال أنموذج كيلر المصحوب بالتمارين الذهني المباشر أثناء الوحدات التعليمية سوف ينتقل أثرها إلى المتعلم وبالتالي يتحسن ادائه المهاري. حيث يشير (Magill، 1998) " أن التداخل في البيئة التعليمية يزيد من خبرات المتعلم ويزيد من اتقان المهارة وزيادة قدرة المتعلم على أداء المهارة بشكل أفضل (Magill، 1998، p.230).

٣-٢-٣ مناقشة نتائج الاختبار البعدي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في تنمية تركيز الانتباه

يتبين من الجدول (٨) ان ذلك التحسن الى أن المهارات الأساسية بالكرة الطائرة قيد الدراسة تتصف بالانسيابية عند الأداء وتتحسن المهارة خلال تحسين الصورة التي تتطبع في ذهن المتعلم خلال تكرار أدائها، ويؤكد (اللامي، ٢٠٠٦) حقيقة مفادها: "عندما يتم التمرين الذهني بطريقة صحيحة، يعمل ذلك على تدعيم المسار العصبي الذي يساعد الأداء يساعد على الاداء الصحيح يساعد على الأداء الصحيح في المرة التالية لتكرارات الأداء، ويرجع تأثير التدريب الذهني الى قدرة الجهاز العصبي على تسجيل الأنماط الحركية والحسية وقدرتها على التركيز وإعادة تنظيم التصور (اللامي، ٢٠٠٦، ٩٥).

يرى الباحثان ان انموذج كيلر المصحوب بالتمرين الذهني المباشر قد ساهم من تقليل الجهد البدني المبذول على عاتق المتعلمين، ويستطيع إعادة نشاطه من خلال تبادل الادوار بين الجانبين المهاري والعقلي ويتفق الباحثان مع ما ذكره (طه، ١٩٩٩) (أن أهمية التدريب الذهني للمتعلمين حيث يعمل على تغيير الانتباه الى أبعاد أخرى من الأداء وفي العملية التدريبية تساهم في تحسين الأداء وتعمل على تخفيف العبء البدني الملقى على المتعلم، حتى يمكن التقاط أنفاسه من خلال تبادل العمل بين الجانب البدني والجانب العقلي (طه، ١٩٩٩، ٢٩٨) ويتفق ذلك مع توصل إليه دراسة (Rainer, 2011)، "الى تأثير التدريب الذهني المباشر في تحسين دقة المهارة وتنشيت (Rainer, 2011. p22).

٣-٢-٤ نتائج الاختبار البعدي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في تعلم عدد من المهارات الاساسية بالكرة الطائرة:

يتبين من الجدول (٩) الى ان التحسن الذي حققه افراد المجموعة التجريبية في مستوى الاداء قدرة المتعلم على تصور المهارة بكل تفاصيلها وظروفها الزمنية أو المكانية فالمهارات الحركية ماهية الا قدرات ادراكية حسية تتطلب قدرات عقلية، وهذا ما اكده (بطانية، ٢٠١٣) اذ ان المهارات الحركية الاساسية او في المجال الرياضي هي " ذات طبيعة معرفية تعتمد بالأساس على المعلومات التي تستقبلها الاعضاء الحسية ثم تنقلها الى الدماغ الذي يقوم بترجمتها وأرسالها الى العضلات المعنية بالأعصاب الحركية على صورة أوامر " (بطانية، ٢٠١٣، ٢٣٢). ويذكر الباحثان ان لتأثير أنموذج كيلر المصحوب بالتمرين الذهني المباشر ساهم في ربط مفردات الحركة كلها وتكوين التصور الكلي للمهارة الحركية من خلال تنفيذ الخطط التعليمية والتغلب على المصاعب التي يواجهها اثناء التطبيق، وهذا ما أكده (الضمد، ٢٠٠٠) حيث إن التمرين الذهني يحقق نتائج ايجابية إذا تم لمدة وجيزة من الزمن، وذلك لتجنب المتعلم الصعوبات التي يواجهها (الضمد، ٢٠٠٠، ٢٠٢). يرى الباحثان أن المصاحبة بين الأداء الحركي والتمرين الذهني أدى الى حدوث تغير ايجابي والوصول الى تعلم افضل للمهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى افراد المجموعة التجريبية ويتفق الباحثان مع ما جاء به (الربيعي، ٢٠١١) الى "ان عملية الدمج هذه تمكننا من الوصول الى حالة التكامل في الأداء المهاري، (الربيعي، ٢٠١١، ٩٥) وهذا ما أكده (شمعون، ٢٠٠١) الى (ان التكامل بين التدريب الذهني والتدريب المهاري ينتج عنه الترابط بين التدريب الذهني والحركي معاً، لذا فإن استخدام التمرين الذهني المصاحب للأداء ذو تأثير فعال في تطوير هذه المهارة ويجب التركيز على الأداء الصحيح عند استخدام التمرين

الذهني حيث أن التصور السلبي يزيد من الميل إلى الوقوع في نفس الأخطاء، حيث يعمل تصور الأداء الصحيح على تعريف العلاقة بين المثير والاستجابة، ويتم بذلك تدعيم الأداء (شمعون، ٢٠٠١، ٣٧).

٤-١ الاستنتاجات والتوصيات:

طبقاً لما توصل اليه الباحثان من نتائج يمكن استنتاج ما يأتي:

١- أظهرت النتائج تفوق أنموذج كيلر المصحوب بالتمارين الذهني المباشر على الأسلوب المتبع في تنمية تركيز الانتباه.

٢- أظهرت النتائج تفوق أنموذج كيلر المصحوب بالتمارين الذهني المباشر على الأسلوب المتبع في تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة للطلاب.

٣- تفوق افراد المجموعة التجريبية على افراد المجموعة الضابطة في تعلم الأداء الفني لبعض المهارات الأساسية بكرة الطائرة.

-يوصي الباحثان في ضوء النتائج والاستنتاجات التي حصل عليها الباحثان في بحثهما الحالي بما يأتي:

-الاستفادة من الخطط التعليمية المقترحة في تعليم مهارات كرة الطائرة في كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضية بما يتفق ونتائج البحث.

المصادر

١. احمد سالم بطاينة وآخرون (٢٠١٣): الإدراك الحس حركي وعلاقته بالاحتفاظ بدقة الثبات

الحركي مجلة دراسات العلوم التربوية، مجلد ٤٠، عدد ١، جامعة اليرموك، الأردن.

٢. بسطويسي احمد، والسامرائي عباس احمد (١٩٨٤): طرائق التدريس في مجال التربية الرياضية، مطبعة جامعة الموصل، الموصل.

٣. خيون، يعرب (٢٠١٠): التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق، ط ٢، مطبعة الكلمة الطيبة، بغداد.

٤. راتب، أسامة كامل (٢٠٠٠): تدريب المهارات النفسية، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر. الربيعي، محمود داود (٢٠١١): طرائق تدريس التربية الرياضية واساليبها، ط ١، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.

١. راتب، أسامة كامل (٢٠٠٤): تدريب المهارات النفسية - تطبيقات في المجال الرياضي، ط ٢، دار الفكر العربي، مصر القاهرة.

٥. الزوبعي، عبد الجليل إبراهيم، والغنام، محمد احمد (١٩٨١): مناهج البحث في التربية، ط ١، مطبعة التعليم العالي، جامعة بغداد.

٦. سلامة، حسن علي (١٩٩٥): طرق تدريس الرياضيات بين النظرية والتطبيق، دار الفجر للنشر والتوزيع، القاهرة.

٧. شلش، نجاح مهدي ومحمود أكرم محمد صبحي (٢٠٠٠): التعلم الحركي، ط ٢، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل.

٨. شمعون، محمد العربي (٢٠٠١): التدريب العقلي في المجال الرياضي، ط ٢، دار الفكر العربي، القاهرة.

٩. شمعون، محمد العربي والجمال، عبد النبي (١٩٩٦): التدريب العقلي في التنس، ط ١، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
١٠. الضمد، عبد الستار (٢٠٠٠): فسيولوجيا العمليات العقلية، ط ١، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، الأردن.
١١. طه، علي مصطفى (١٩٩٩): نظرية الدائرة المغلقة في التعلم الحركي، ط ١، دار الفكر العربي، القاهرة.
١٢. العساف، صالح بن حمد (١٩٨٩): المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية، ط ١، جامعة الإمام حمد بن سعود الإسلامية، الرياض.
١٣. علاوي، محمد حسن (٢٠٠٢): علم النفس التدريب والمنافسة الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة.
١٤. القبيلات، راجي عيسى (٢٠٠٥): اساليب التدريس العلوم في المرحلة الاساسية الدنيا ومرحلة رياض الأطفال، ط ١، دار الثقافة للنشر، عمان.
١٥. اللامي، عبد الله حسين (٢٠٠٦): أساسيات التعلم الحركي، ط ١، مجموعة مؤيد الفنية، الديوانية.
١٦. محجوب، وجيه (٢٠٠١): التعلم وجدولة التدريب الرياضي ط ١، دار وائل للنشر، عمان، الأردن.

References:

1. Ahmed Salim Bataynah and others (2013): The sensory-kinetic cognition and its relation with the accuracy of motor stability, Journal of Educational Science Study, Vol 40, Issue 1. Alyarmook University, Jordan.
2. Bastaweesi Ahmed, and Alsamarra'ee Abbas Ahmed (1984): Teaching methodologies in the physical education field, Mosul University Printing House, Mosul.
3. Khaiyoon, Ya'arub (2010): Motor learning between principle and application, 2nd edition, Alkalimah Atayibah Printing House, Baghdad.
4. Ratib, Osamah Kamel (2000): Skills of psychological training, Alfikr Alarabi House, Cairo, Egypt.
5. Alrubai'ee, Mahmood Dawood (2011): Teaching methodologies and their styles, 1st edition, Alkutub Alilmiyah House, Beirut, Lebanon.
6. Alzoba'ee, Abduljaleel Ibraheem, and Alghannam, Mohammed Ahmed (1981): Research methodologies in education, 1st edition, Higher Education Printers House, Baghdad University.
7. Salamah, Hasan Ali (1995): Mathematics teaching methodologies between theory and application, Alfajr House for publication and distribution, Cairo.

8. Shalash, Najah Mahdi and Mahmood Akram Mohammed Subhi (2000): Motor learning, 2nd edition, Alkutub House for printing and publication, Mosul University.
9. Shamoon, Mohammed Alarabi (2001): Mental training in the athletic field, 2nd edition, Alfikr Alarabi House, Cairo.
10. Shamoon, Mohammed Alarabi and Aljammal, Abdulnabi (1996): Mental Training in Tennis, 1st edition, Alfikr Alarabi House, Cairo, Egypt.
11. Aldhumad, Abdulsattar (200): Physiology of mental processes, Alfikr House for Printing and Publication, Amman, Jordan.
12. Taha, Ali Mustafa (199): Closed loop theory in motor learning, 1st edition, Alfikr Alarabi House, Cairo.
13. Alassaf, Salin Bin Hamad (1989): An Introduction to research in behavioral science, 1st edition, The Islamic University of Imam Hamad Bin Sa'ood, Riyadh.
14. Allawi, Mohammed Hasan (2002): Psychology of training and athletic competence, Alfikr Alarabi House, Cairo.
15. Alqbailat, Raji Iesa): Methods of teaching sciences in preliminary primary stages and kindergarten, 1st edition, Althaqafah House for publication, Amman.
16. Allami, Abdullah Hussein (2006): Basics of motor learning, 1st edition, Moayad Technical Group, Diwaniyah.
17. Schmidt A, Richard: (1991): Motor learning and performance, Books Champing, Ilion's Research U.S.A.
18. Magill, A. Richard (1998): Motor learning, MC-Grow Hill, Boston, U.S.A.
19. Rainer Kiefer (2011): Improvement of soccer penalty kick precision through mental training, Master thesis.

(أنموذج لوحدة تعليمية وفق أنموذج كيلر المصحوب بالتمارين الذهني المباشر)

الهدف التربوي: تعزيز ثقة الطالب بنفسه من خلال الأداء الصحيح.		الهدف السلوكي: ان يؤدي الطالب مهارة الأرسال من الأسفل بشكل جيد.		السنة الدراسية: الأولى اليوم والتاريخ: عدد الطلاب: ٢٠ زمن الوحدة ٩٠ دقيقة		الهدف التعليمي: -تعليم مهارة الأرسال المواجه من الأسفل	
ت	أقسام الدرس	نوع النشاط	الزمن	محتوى الوحدة التعليمية	التنظيم	التقويم	الملاحظات
١-	القسم الأعدادي ٢٠	المقدمة	٣د	تهيئة الأدوات وأخذ الحضور والغياب	***** ©	الوقوف بشكل نسق	
	الأحماء العام		٧د	يتم من خلالها رفع حرارة الجسم من أجل الواجب الرئيسي للوحدة التعليمية اي يشمل جميع أجزاء الجسم. السير ثم الهرولة بتدوير الذراعين ثم الهرولة ثم القفز من الهرولة	***** * ©	الحماء الجيد للجسم	
	تمارين بدنية		١٠د	(الوقوف-فتحا) سند القدم اماما مع رفع الذراعين اماما (٤عدات) (الوقوف)رفع الذراعين اماما (٢عدات) (الوقوف -فتحا -تخصرا) فتل الجذع للجانبين (٢عدات) (الوقوف-فتحا -تخصر) ميل الجذع للأمام والخلف (٢عدات) (الوقوف)ثني الركبتين مع رفع الذراعين عاليا (٢عدات).	* * * * * * * * * * * * ©	التأكد من تطبيق لتمرارين لجميع الطلاب	

٢-	القسم الرئيسي ٦٠د	النشاط التعليمي	١٢د	يقوم المعلم بشرح المهارة والأداء الفني لها ومن ثم تعطى فترة للتلميذ يقوم بتصوير الاداء بشكل مباشر بعد شرح المعلم وتسمى بفترة التمرين الذهني المباشر وزمنه (٣) دقائق ويزود التلميذ بورقة العمل.	***** * * * * © *** *** © *** ***  ©	التأكيد على انتباه الطلاب للشرح والعرض تشجيع الطلاب على الأداء التأكيد على الأداء الصحيح
		النشاط التطبيقي	٣د ٣٥د	المحطة الأولى: ٤٥ثا تمرين ذهني مباشر وبعدها حمل الكرة باليد الغير مسيطرة ثم رميها الى الأعلى وعلى ارتفاع الأكتاف المحطة الثانية: ٤٥ثا تمرين ذهني مباشر وبعدها التمرين السابق مع ضرب الكرة بشكل خفيف المحطة الثالثة: ٤٥ثا تمرين ذهني مباشر وبعدها ضرب الأرسال من المنطقة الجانبية للملعب. المحطة الرابعة: ٤٥ثا تمرين ذهني مباشر وبعدها تطبيق الأرسال بشكل المثالي (قانوني).		
		نشاط حر أختبار تقويمي	١٠د	يقوم الطلاب باداء مهارة الأرسال المواجه من الأسفل بشكله القانوني بحيث يقف خلف خط الأرسال ويؤدي مهارة الأرسال المواجه من الأسفل دون لمس قدمه خط الأرسال.		

٣	القسم الختامي	تمارين تهديئة	١٧	عودة الجسم الى وضعه الطبيعي هرولة خفيفة، مشي	***** * ©	أرجاع الجسم الى وضعه الطبيعي
		أنصراف	٣٣	الوقوف على خط واحد أداء تحية الأنصراف رياضة قوة.	 ©	أرجاع الأدوات والأنصراف