

تأثير اسلوبي التعليم المتمازج والتنافس المقارن في تعلم مسكتي الخطف من فوق الصدر بتطويق الجذع من تحت الإبطين والخطف بتطويق الرأس مع الذراع لدى لاعبي المصارعة الرومانية للأعمار (١٥-١٧ سنة) ذكور

م. محمد ناصر مفتن
المديرية العامة لتربية ميسان
mohmmaed62@gmail.com

مستخلص البحث

اشتمله أهمية البحث تطبيق اسلوبين من اساليب التعلم الحديثة (التعليم المتمازج والتنافس المقارن) تتوافق ومستوى تعليم مسكتي (الخطف من فوق الصدر بتطويق الجذع من تحت الإبطين والخطف بتطويق الرأس مع الذراع)، أذ يهدف البحث الى التعرف على تأثير الأسلوبين المبحوثين في تعلم مسكتي الخطف قيد الدراسة وكذلك التعرف على اي الأسلوبين أفضل نسبياً للأسلوب المتبع من قبل مدرب لعبة المصارعة، وقد افترض الباحث أن هناك فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين المجاميع الثلاث التجريبية (A) تمارس أسلوب التعليم المتمازج، والتجريبية (B) الممارسة لأسلوب التنافس المقارن، والمجموعة الضابطة (C) الممارسة للأسلوب المتبع. أستعمل الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجاميع الثلاث المتكافئة لملاءمته لطبيعة مشكلة بحثه، أذ حدد مجتمع ال بحث وهم مصارعي الرومانية والتي تتراوح أعمارهم (١٥-١٧ سنة) ذكور والبالغ عددهم (٢٥) لاعباً وتكونت العينة من (١٨) لاعب وبهذا شكلت العينة نسبة مئوية مقدارها (٧٢٪) من المجتمع الكلي أذ تم تقسيمهم الى ثلاثة مجاميع لكل مجموعة (٦) لاعبين، قام الباحث بإجراء التجانس بين عينة البحث للمتغيرات (الوزن، الطول، العمر الزمني، العمر التدريبي) ليعزو الفرق بين المجاميع، أجرى الباحث الاختبارات القبليّة ليم إجراء التكافؤ وذلك باستعمال قانون اختبار تحليل التباين (F)، وبعد تطبيق التجربة الرئيسية لمدة (٨) أسابيع بواقع (١٦) وحدة تعليمية للمجاميع الثلاث (A-B-C) الرئيسية اجرية على الاختبارات البعدية للمسكتين قيد الدراسة ليم معالجة البيانات احصائياً. توصل الباحث الى الاستنتاج التالي: ان تطبيق الأسلوبين التعليميين قد اثبت فاعليته في تعلم مسكتي الخطف عند مقارنته بالأسلوب المتبع ويوصي الباحث: ضرورة تطبيق هذين الاسلوبين على فعاليات ومهارات أخرى لباقي الألعاب الرياضية الفردية ولنفس الفئة العمرية.

الكلمات المفتاحية: التعليم المتمازج، التنافس المقارن، الخطف من فوق الصدر بتطويق الجذع من تحت الإبطين، الخطف بتطويق الرأس مع الذراع، المصارعة الرومانية.



The effect of mixed teaching methods and comparative competition on learning to grasp from above the chest by encircling the trunk from under the armpits and kidnapping by encirclement of the head with the arm among Romanian wrestling players for ages (15-17 years) males

Researcher Eng. Mohammed Nasser Muftan
General Directorate of Education of Maysan
mohmmaed62@gmail.com

Research Abstract

The research underscores the significance of employing two contemporary learning methodologies—blended education and comparative competition—tailored to the educational level of Meskati (wrestling techniques involving both encircling the trunk and head) with the aim of evaluating their impact on learning specific kidnapping techniques. The researcher hypothesized statistically significant distinctions among three experimental groups: Group A, engaged in blended education; Group B, focused on comparative competition; and Group C, the control group using the existing method.

Utilizing an experimental approach, the study involved three equivalent groups, drawing from a community of 25 male Romanian wrestlers aged between 15-17 years, with the sample consisting of 18 players, representing 72% of the total community. Divided into three groups of six players each, the researcher ensured homogeneity among variables (weight, height, chronological age, training age) to minimize group disparities. Pre-tests were conducted using variance analysis (F-test) to establish initial parity among the groups.

The primary experiment spanned 8 weeks, comprising 16 educational units allocated to each group (C-B-A). Post-tests were conducted on the two Meskati techniques studied, and the data was statistically processed. The conclusions drawn from the research indicate the efficacy of both educational methods in enhancing the learning of kidnapping techniques compared to the conventional approach.

As a recommendation, the researcher advocates the application of these methods to other skills and events within individual sports, particularly for the same age group, highlighting their potential for broader applicability.

Keywords: blended education, comparative rivalry, over-the-chest abduction with underarm trunk encirclement, head and arm encirclement, Romanian wrestling.

١ - التعريف بالبحث

١-١ مقدمة البحث وأهميته:

تعتمد عملية التعلم والتعليم على عوامل كثيرة ومتنوعة، منها ما يتعلق بطبيعة المتعلم وصفاته ومميزاته، ومنها ما يتعلق بأساليب ووسائل التعلم، وكذلك ما يتعلق بصنف المهارة ونوع الفعالية (فردية أو جماعية) فعند الاستعانة بالطرق والأساليب الحديثة كأسلوب، التعليم المتمازج الذي يحتوي على المتطلبات والقيود لتنظيم العمل بشكل عام ومزجها بين أنماط مختلفة من التكنولوجيا والوسائل التعليمية الحديثة خلال تنظيم أساليب التمرين واعتماد التطبيق العلمي الصحيح، وأسلوب التنافسي المقارن داخل المجاميع وتتم في هذا الأسلوب المقارنة بين الأفراد داخل المجموعة الواحدة التنافسية لتعلم وتعليم للمهارات والمسكات الحركية لتعليم اللاعبين واستثارة دوافعهم وحاجاتهم المعرفية والبدنية والمهارية.

كما تجدر الإشارة إن لعبة المصارعة من الألعاب الرياضية التي تحتوي على مهارات عديدة ومسكات متنوعة منها مسكات الخطف من فوق الصدر التي تحتاج درجة نجاحها إلى أداء وتوافق عالي لتنفيذها، فضلاً عن جانب تكامل الأداء الفني (التكنيك) للمهارة، إذ يستطيع المصارع الاحتفاظ بتفوقه أو تغيير نتيجة الصراع لصالحه لتنفيذ هذه المسكات ليتمكن من الحصول على أكبر عدد من النقاط الفنية إذا كان طريقة إيصال المسكة بالشكل المطلوب بما يضمن إحراز تلك النقاط التي تؤهله للفوز عند تنفيذ هذه النوع من المسكات، فضلاً عن ما اكتسبته هذه المسكات من مميزات عالية من خلال التعديل الأخير للقانون الدولي للمصارعة* بمنح المصارع المهاجم (خمس نقاط) بشرط ان يسقط اللاعب المنافس على ظهره مباشرة في اخر مرحلة من تنفيذ مسكت الخطف، وحيث تتطلب أداء سريع ودرجة اتقان كبيرة من قبل اللاعب تؤهله في تنفيذ هذه المسكات، ويعتبر تعليم مسكات (الخطف) وتطبيقها بالشكل الصحيح اثناء النزالات للمتعلمين وتطوير مستواهم من خلال تشجيع العاملين والمتخصصين في مجال الرياضية بتطبيق برامج ووسائل تعليمية مبنية على أسس علمية تساعد اللاعب على سرعة اكتساب المسكة وتهيأة الإمكانيات اللازمة التي تركز عليها الطرق الحديثة التي يسعى الباحثون الخوض فيه. وفي ضوء ما تقدم تلخص أهمية البحث في تطبيق اسلوبين من اساليب التعلم الحديثة التعليم المتمازج والتنافس المقارن تتوافق ومستوى تعليم مسكتي الخطف من فوق الصدر بتطويق الجذع من تحت الإبطين والخطف بتطويق الرأس مع الذراع لدى لاعبي المصارعة الرومانية للأعمار (١٥-١٧ سنة) ذكور.

١-٢ مشكلة البحث:

من خلال تتبعه وإطلاع الباحث في مجال التعلم والتعليم للمصادر والبحوث والدراسات العلمية الحديثة في فلسفة واساليب التدريس الفعال وامكانية تطبيقها في العلوم الرياضية، وذلك لكي تساعد اللاعب ان يحرز النقاط اثناء تطبيقه المسكات وبالأخص مسكات الخطف بالشكل الصحيح وحسم نتائج الإنزالات وهذا ما يسعى إليه المصارعون والمدربون

* القانون الدولي للمصارعة (ترجمة) احمد فرحان التميمي، دار الضياء للطباعة، العراق- النجف الاشرف، ٢٠١٥م، ص ١٠٢.

Email : jspe@utq.edu.iq

Website : <https://utjspe.utq.edu.iq>

والمعنيون بلعبة المصارعة، والجدير بالذكر إن لعبة المصارعة الرومانية من الألعاب ذات المهارات المفتوحة التي تتطلب في أداءها التنوع في الأداء الحركي لتأدية المسكات دون التقيد بحالة معينة ثابتة، حيث لاحظ الباحث العديد من النزالات المحلية الخاصة بالمصارعة الرومانية والتركيز من قبل المصارعين على إحراز أعلى النقاط، ووفق لتلك الرؤية حيث يمكن استخدام المسكات التي تمكن اللاعب الحصول من خلالها على تلك النقاط ومنها مسكتي الخطف من فوق الصدر بتطويق الجذع من تحت الإبطين والخطف بتطويق الرأس مع الذراع لدى لاعبي المصارعة الرومانية.

لذا ارتأى الباحث بتطبيق اسلوبي التعليم المتمازج والتنافس المقارن تتوافق ومستوى تعلم مسكتي الخطف من فوق الصدر قيد الدراسة لدى لاعبي المصارعة الرومانية للأعمار (١٥-١٧سنة) ذكور.

٣-١ أهداف البحث:

١- التعرف على تأثير اسلوبي التعليم المتمازج والتنافس المقارن نسبياً للأسلوب المتبع في تعلم مسكتي الخطف من فوق الصدر بتطويق الجذع من تحت الإبطين والخطف بتطويق الرأس مع الذراع لدى لاعبي المصارعة الرومانية للأعمار (١٥-١٧سنة) ذكور.

٢- التعرف على اي الأسلوبي أفضل نسبياً للأسلوب التقليدي المتبع من قبل المدرب في تعلم مسكتي الخطف قيد الدراسة لدى لاعبي المصارعة الرومانية ذكور.

٤-١ فرضا البحث:

١- توجد فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة والبعديّة لمجموعات البحث الثلاثة في تعلم مسكتي الخطف قيد الدراسة لدى لاعبي المصارعة الرومانية للأعمار (١٥-١٧سنة) ذكور.

٢- توجد فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات البعدية في تعلم مسكتي الخطف قيد الدراسة لدى لاعبي المصارعة الرومانية للأعمار (١٥-١٧سنة) ذكور.

٥-١ مجالات البحث:

١-٥-١ المجال البشري: لاعبو المصارعة الرومانية مدرسة سلمان حسب الله للأعمار (١٥-١٧سنة) وعددهم ١٨ لاعباً.

١-٥-٢ المجال الزمني: من الفترة ١٠/٧/٢٠٢٢، ولغاية ٩/١٧/٢٠٢٢.

١-٥-٣ المجال المكاني: مدرسة سلمان حسب الله للمصارعة قاعة سمير خماس المغلقة في محافظة ميسان.

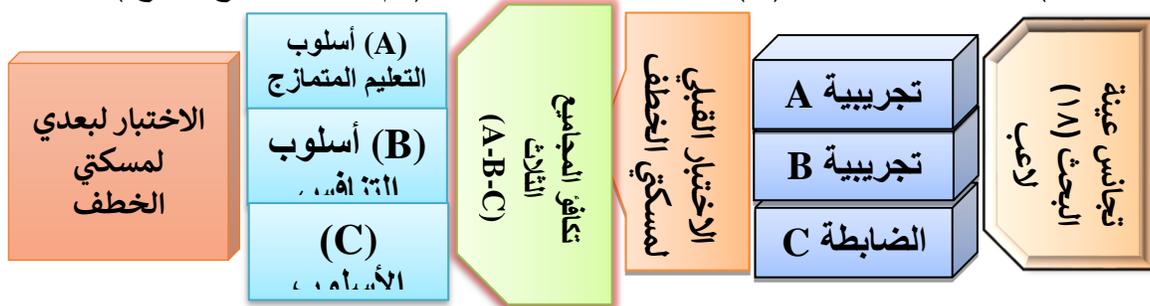
٢- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

١-٢ منهج البحث:

تم استخدام المنهج التجريبي بتصميم المجاميع المتكافئة لملاءمته لطبيعة مشكلة البحث وتحقيق أهدافه.

٢-٢ مجتمع البحث وعينته:

حدد الباحث مجتمع بحثه وهم مصارعي الرومانية في محافظة ميسان والتي تتراوح أعمارهم ما بين (١٥-١٧ سنة) في قاعة سمير خماس المغلقة وتحديداً في مدرسة الخبير الدولي سلمان حسب الله للمصارعة لعام (٢٠٢٢ م) والبالغ عددهم (٢٥) لاعب وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وهم يمثلون الفئات الوزنية جميعاً وكان من شروط اختيار العينة ان يتم استبعاد لاعبي التجربة الاستطلاعية البالغ عددهم (٤) وكذلك الغير منتظمين بالحضور وعددهم (٣) لاعبين ليصبح العدد النهائي للعينة (١٨) لاعباً وبهذا شكلت العينة نسبة مئوية مقدارها (٧٢٪) من مجموع مجتمع البحث الكلي، تم تقسيمهم الى ثلاثة مجاميع متساوية لكل مجموعة (٦) لاعبين وكان الغرض من تقسيم العينة الى ثلاث مجاميع هو لإرجاع الفرق إلى العامل التجريبي الذي يؤثر في المجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة، إن طبيعة البحث حتمت ان يتم تطبيق المنهج التجريبي بتصميم المجاميع الثلاثة، تجريبية الأولى (A) (أسلوب التعلم المتمازج) والتجريبية الثانية (B) (أسلوب التنافس المقارن) أما المجموعة الثالثة (C) تمثل المجموعة الضابطة (تم تطبيق المنهج المتبع).



شكل (١)

يوضح التصميم التجريبي للبحث

١-٢-٢ تجانس عينات البحث:

قام الباحث بإجراء التجانس بين عينات البحث لكي يعزو الفرق بين المجاميع الثلاثة إلى العامل التجريبي دون مؤثرات خارجية. ولأجل التأكد من تجانس أفراد عينة البحث قام الباحث بإجراء اختبار معامل الالتواء في متغيرات الوزن والطول والعمر الزمني والعمر التدريبي قيد البحث وكانت قيم معامل الالتواء جميعها محصورة بين (+٣، -٣) وهذا يعني أن العينة كانت متجانسة وكما مبين في الجدول (١).

الجدول (١)

يبين تجانس أفراد عينة البحث في اختبار معامل الالتواء للمتغيرات قيد البحث

المتغيرات	وحدة القياس	س	و	ع ±	ل ±
الكتلة	كغم	60,5	60,5	2,527	0,000
الطول	سم	164	164,5	1,847	0,812 -
العمر الزمني	سنة	16,388	16	0,501	2,323
العمر التدريبي	شهر	21,5	22	1,617	0,927 -

٢-٣ الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

٢-٣-١ وسائل جمع المعلومات:

- المصادر والمراجع العربية والأجنبية.
- الملاحظة والتجريب المقابلات الشخصية *.
- استمارة جمع وتفريغ البيانات.
- استمارة تقويم الأداء المهاري (التكنيك) لمسكات الرمي (الخطف) ** قيد الدراسة.
- الاختبارات والقياس.

٢-٣-٢ الأجهزة والأدوات المستخدمة بالبحث:

- شريط لقياس الطول معدني (نوع صيني).
- ميزان طبي (نوع ياباني).
- بساط مصارعة قانوني.
- ساعة توقيت الكترونية رقمية ١/١٠٠ من الثانية لقياس الزمن عدد / ٢.
- دمي ** مراتب اسفنجية ذات ضغط عالي للتعليم اثناء تطبيق البرنامج التعليمي.
- كامرة تصوير + اشربة لاصقة + صافرة + كرة طبية زنة (٣ كغم) .
- فريق العمل المساعد.

* تمت مقابلة الخبراء والمختصين بالاختبارات للعبة المصارعة شخصياً لاختيار الاختبارات المناسبة ، حيث تم تحديد الاختبارات المدروسة في هذا البحث.

** يستخدم الشاخص (الدمية) بوزن (٣/١) من وزن المصارع في البرنامج المعد من قبل الباحث.

Email : jspe@utq.edu.iq

Website : <https://utjspe.utq.edu.iq>

٢-٤ الاختبارات والقياسات المستخدمة بالبحث:

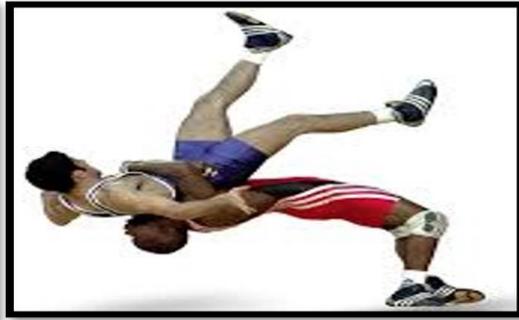
٢-٤-١ اختبار الأداء المهاري المعدل لمسكتي الرمي (الخطف): (15)

لجأ الباحث الى استخدام تقييم اختبار الأداء المهاري لمسكتي الرمي (الخطف) على عينة البحث من قبل الخبراء والمختصين (مدربين، حكام) لرياضة المصارعة اذ تم تحديد درجات التقييم مع اعطاء محاولتين لكل لاعب واختيار أفضل محاولة له، اذ ان تقييم المسكة كحد اقصى من (١٠) درجات وأدنى (٠) وتم اعتماد المتوسط الحسابي لدرجات المحكمين والبالغ عددهم (٣) حكام دون تقسيم المهارة على مراحل كما سيتم التطرق له بشكل مفصل في ادناه:

اولاً: الهدف من الاختبار: قياس الأداء المهاري لمسكتي الرمي (الخطف) في لعبة المصارعة كما موضح في الشكلين (٢-٣)

١- مسكة الخطف من فوق الصدر بتطويق الجذع من تحت الإبطين.

٢- مسكة الخطف من فوق الصدر بتطويق الرأس مع الذراع.



شكل (٢) يبين الخطف من فوق الصدر بتطويق الجذع من تحت الإبطين
شكل (٣) يبين مسكة الخطف من فوق الصدر بتطويق الرأس مع الذراع

ثانياً: الأجهزة والأدوات: (بساط مصارعة، صافر تحكيم).

ثالثاً: مواصفات الأداء: يقف المختبر في منتصف البساط مطوقاً المصارع من تحت الإبطين بكلتا اليدين ثانياً ركبته قليلاً، وعند سماع إشارة البدء يقوس بظهره إلى الخلف ويرفعه، ويواصل في مد أطرافه السفلى ليرفعه عالياً فوق صدره ثم يرميه إلى الخلف، وعندما يقترب من البساط يقوم بالدوران على أحد الجانبين (يميناً أو يساراً) ليهبط بصدره فوقه، وكذلك الحال وبالطريقة نفسها لمسكات الخطف بتطويق الرأس مع الذراع قيد الدراسة. ويتم اختبار الأداء المهاري للمسكات كلاً على حده مع إعطاء مدة راحة بين أداء مسكة وأخرى بالنسبة للمصارع المختبر وعلى وفق نظام المجاميع كلاً في دوره، وذلك لتجنب التعب الذي تؤثر سلباً في الأداء المهاري (التكنيك).

(١) جمال محمد شعيب القيسي: استخدام المكملات الغذائية على وفق منهج تدريبي لتطوير القدرات البدنية الخاصة وتأثيرها على الأداء الفني لبعض المسكات لمصارعي الحرة أعمار (١٦ - ١٧) سنة، أطروحة دكتوراة، كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد، ٢٠١٢م، ص ٩٥.

Email : jspe@utq.edu.iq

Website : <https://utjspe.utq.edu.iq>

رابعاً: تعليمات الاختبار:

- يجلس الحكام المقيمين للأداء وعددهم (٣) من ثلاث اتجاهات متفرقة ليتم مشاهدة المسكة مباشرة من جميع الاتجاهات.
- غير مسموح باختصار الأداء أو تعديله.
- لا تحتسب المسكة (الأداء) صحيحة إذا تم اختصارها أو التعديل فيها.

خامساً: طريقة التسجيل: تعطى للمختبر محاولتان لأداء كل مسكة من مسكات الخطف، ويؤخذ الوسط الحسابي لدرجات المقومين الثلاث لأفضل محاولة وللمسكتين في نفس المحاولة للمختبر الواحد، وتعطى درجات التقييم ما بين (١٠-٠) درجة وحسب ما مبين في استمارة تحكيم الأداء الفني.

استمارة تقييم الأداء الفني

اسم اللاعب (رقم)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

وتقسم الأوساط الحسابية (للأداء) على المسكتين قيد البحث وبذلك نحصل على وسط حسابي واحد لدرجات المسكتان للاعب المختبر وذلك لتشابه المسار الحركي والأداء للمسكات كما مبين في الشكل (٢-٣) لمسكتي الخطف من فوق الصدر.

٢-٥ إجراءات البحث الميدانية:

٢-٥-١ التجربة الاستطلاعية:

تأكيداً لخطوات البحث العلمي ولغرض الوقوف على دقة العمل الخاص بالبحث وصلاحيته من المهم إجراء دراسة استطلاعية لذا باشر الباحث مع فريق العمل المساعد بإجراء التجربة الاستطلاعية في يوم الأحد المصادف ٢٠٢٢/٦/١٠ على (٤) لاعبين من الفئة العمرية والوزنية نفسها وتم استبعادهم من التجربة الرئيسية وتهدف هذه التجربة إلى:

- ✓ التعرف على المعوقات والصعوبات التي يمكن إن تواجه الباحث خلال التجربة الرئيسية.
- ✓ التأكد من استيعاب أفراد العينة لمفردات الاختبار.
- ✓ التعرف على كفاءة كادر العمل المساعد.
- ✓ معرفة الأسس العلمية للاختبارات المستعملة في البحث.
- ✓ التعرف على الوقت الأزم لأداء الاختبارات قيد البحث.

٢-٥-٢ الأسس العلمية للاختبارات: -

١- الصدق: من أجل التأكد من صدق الاختبارات قام الباحث بعرضها على الخبراء والمختصين وذلك للتأكد من صدق المحتوى وبهذا فقد اتفقوا على أن هذا النوع من الاختبارات تقييم الأداء الفني يقيس الصفة أو القدرة التي وضعت لقياسها.

٢- الثبات: لغرض حساب معامل الثبات تم اختيار طريقة الاختبار وإعادة تطبيقه على عينة التجربة الاستطلاعية المكونة من (٤) لاعبين من خارج عينة البحث بتاريخ ٢٠٢٢/٧/١٠ وأعيد الاختبار بعد (٧) أيام وعلى العينة نفسها يوم ٢٠٢٢/٧/١٧ وتم استبعادهم من عينة البحث وفي ظل ظروف مشابهة لاستخراج معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني باستخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون).

٢- الموضوعية: الموضوعية هي عدم اختلاف المقيمين في الحكم على موضوع ما وبهذا فقد قام الباحث باستخراج موضوعية الاختبارات من خلال عرض نتائج الاختبارين للتجربة الاستطلاعية على حكمين دوليين محايدين لغرض استخراج موضوعية الاختبار باستعمال معامل الارتباط البسيط بيرسون، وكما مبين في الجدول (٢).

جدول (٢)
يبين المعالم الإحصائية للاختبارات (الموضوعية ومعامل الثبات)

معامل الثبات	الموضوعية	وحدة القياس	المعالجات الإحصائية مسكتي الخطف
0.97	1.10	درجة	الخطف بتطويق الجذع من تحت الإبطيين
0.99	1.89	درجة	الخطف وتطويق الرأس مع الذراع

عند درجة الحرية (ن-٢=٢)

٢-٥-٣ الاختبارات القبليّة:

أجرى الباحث في يوم الثلاثاء المصادف ٢٠٢٢/٧/١٩ الاختبارات القبليّة للأداء المهاري لمسكتي الخطف من فوق الصدر بتطويق الجذع من تحت الإبطيين، ومن فوق الصدر بتطويق الرأس مع الذراع لعينة البحث فئة الناشئين للأعمار (١٥-١٧ سنة) في قاعة سمير خماس المغلقة في محافظة ميسان لعينة البحث التجريبيّتين (A-B) مع الضابطة (C) فضلاً عن متغيرات البحث الأخرى (الوزن، الطول، العمر الزمني، العمر التدريبي) لأجل التجانس، وتم جلوس المقيمين في مواقعهم المحددة ليتسنى لهم رؤية اختبار الأداء الفني من جميع الزوايا اثناء تأدية المختبر لغرض تقييمها من قبل حكّام ومدربي لعبة (المصارعة الرومانية).

وبعد أن أعطى الباحث شرحاً موجزاً عن كيفية أداء الاختبارات وتسلسلها، أذ تم إجراء الاختبارات قيد الدراسة مع مراعاة إعطاء فترات الراحة بين اختبار وآخر بالنسبة للمصارع المختبر وعلى وفق نظام المجاميع كلاً في دوره، وانتظار دوره لأداء اختبار آخر وذلك لتلافي التعب الناتج الذي يؤثر سلباً في نتائج الاختبارات، وحاول الباحث قدر الإمكان تثبيت الظروف

الخاصة بالاختبارات جميعها من حيث فريق العمل المساعد والزمان والمكان والأدوات والأجهزة ليتسنى توفير الظروف المشابهة أو المقاربة عند إجراء الاختبارات البعدية.

وبناءً على ما تم الإشارة اليه وفي ضل الاختبارات القبلية السابقة الذكر تم اجراء التكافؤ على مجموعات البحث الثلاث في المتغيرات المبحوثة التي يرى الباحث أنها تؤثر في نتائج التجربة، حيث اجري الباحث التكافؤ وذلك باستعمال قانون اختبار تحليل التباين (F) لمسكتي الخطف من فوق الصدر بتطويق الجذع من تحت الإبطين، والخطف بتطويق الرأس مع الذراع، بين المجموع الثلاث في الاختبارات القبلية والتي اظهرت النتائج ان قيمة مستوى الخطأ أكبر من مستوى الدلالة (0.05) لجميع المتغيرات وهذا دليل على ان الفروق غير معنوية عند مستوى الخطأ (0.05) بين المجموع الثلاثة.

الجدول (٣) يبين تكافؤ المجموع الثلاث في متغيرات البحث في الاختبارات القبلية

المهارات	المجموعات	الوسط	الانحراف	متوسط المربعات بين المجموعات	متوسط المربعات داخل المجموعات	قيمة (F) المحسوبة	نسبة الخطأ	نوع الفرق
الخطف بتطويق الجذع من تحت الإبطين	تجريبية A	1.67	0.516	0.500	0.254	1.968	0.150	غير معنوي
	تجريبية B	1.69	0.517					
	الضابطة C	1.50	0.548					
الخطف بتطويق الرأس مع الذراع	تجريبية A	1.83	0.753	0.071	0.132	0.533	0.590	غير معنوي
	تجريبية B	1.67	0.516					
	الضابطة C	1.33	0.516					

مستوى الدلالة (0.05) عند درجة حرية ن=3-15 وحدة القياس (الدرجة)

٢-٥-٤ التجربة الرئيسية:

بعد اطلاع الباحث محاول تغطيته من خلال المفردات التي تم الحصول عليها أخذ بالحسبان مبدأ الاختصار مع المحافظة على الحقائق العلمية، قام بأعداد برنامج التعليمي والذي تضمن (١٦) وحدة تعليمية لكل مجموعة موزعة الى مجموعتين تجريبيتين أذ اعطى الباحث وحدتين تعريفيتين بتاريخ ٢٠٢٢/٧/٢٠ للمسكتين (الخطف) قيد البحث للمجموعتين التجريبيتين والضابطة، تم تنفيذ التجربة الرئيسية بإعطاء وحدتين تعليميتين في الاسبوع الواحد وفق (اسلوب التعليم المتمازج

للمجموعة التجريبية (A)، واسلوب التنافس المقارن للمجموعة التجريبية (B) اما المجموعة الضابطة (C) فقد مارست الاسلوب التقليدي المتبع، وقد استغرقت التجربة (٨) أسابيع بواقع (١٦) وحدة تعليمية لكل مجموعة موزعة على وحدتين اسبوعياً وكان زمن الوحدة التعليمية الواحدة (٦٠-٦٥ دقيقة) وتقسيم الازمان للأقسام كلاً حسب حاجته والاقسام هي (قسم تحضيري وزمنة (١٥د)، والقسم الرئيسي زمناً (٤٠د)، والقسم الختامي زمناً (١٠د)).

٢-٥-٤-١ البرنامج التعليمي:

من خلال الاعتماد على المراجع والمصادر العلمية تم اعداد برنامج تعليمي لتعليم مسكتي الخطف من فوق الصدر بتطويق الجذع من تحت الإبطين والخطف ومن فوق الصدر بتطويق الرأس مع الذراع، لعينة البحث التجريبية (A) على وفق أسلوب (التعليم المتمازج)، والتجريبية (B) المطبقة اسلوب (التنافس المقارن) بما ينسجم والخصائص والقدرات وميول واحتياجات العينة قيد البحث. وقد تضمن هذان البرنامجان الذي تم اعدادهما من قبل الباحث على وحدات تعليمية موزعة اقسامها على وفق اقسام إدارية وتنظيمية كالأحماء العام والخاص والقسم الرئيسي (تعليمي وتطبيقي) ومن ثم الختامي. وقد تم تطبيق المنهج للمدة من ٢٠٢٣/٧/٢١ لغاية ٢٠٢٢/٩/١٥ وقد قسمت المجاميع الثلاث عن طريق اجراء القرعة الى ما يلي:

١- المجموعة التجريبية (A) طبقت استراتيجية (التعليم المتمازج):

تم تطبيق (١٦) وحدة تعليمية وفق اسلوب التعليم المتمازج للمجموعة التجريبية (A) والتي تمثلت في الخلط بين ادوار المدرب التقليدية مع ادوار الوسائل الالكترونية وقد تحددت بأربع خطوات هي : (تحليل المحتوى وتحديد طريقة تنفيذ كل جزئية من جزئيات المحتوى وتحليل حاجات اللاعب مع تنظيم المتطلبات والقيود لتنظيم العمل بشكل عام ومزجها بين أنماط مختلفة من التكنولوجيا المعتمدة على الإنترنت وتسجيل المقاطع الفيديوية للمراحل الفنية للمسكتين من خلال الحواسيب المحمولة والايابادات والعرض على الداتاشو وكذلك النصوص والصور الملونة الخاصة بالمسكات قيد البحث) مع مراعاة توجيه وتنظيم الوحدة التعليمية من قبل المدرب وجهاً لوجه ومزج التقنيات في تعليم المسكتين قيد الدراسة ووضع مهمات عمل حقيقية لعمل إبداعات فعلية تؤثر على الانسجام في تعلم مسكتي الخطف من فوق الصدر بتطويق الجذع من تحت الإبطين والخطف من فوق الصدر بتطويق الرأس مع الذراع كما موضح في ملحق (١).

٢- المجموعة التجريبية (B) التي طبقت استراتيجية التنافس المقارن:

تم تطبيق (١٦) وحدة تعليمية كذلك للمجموعة التجريبية (B) وفق استراتيجية التنافس المقارن والذي اشتمل على شرح المدرب وعرضه المسكة ثم يقوم اللاعب بأداء التمرين بمساعدة مدرب اللعبة بإعطاء شرح وافي عن المسكة في الجزء التعليمي ليستفيدوا من خبرة مدرب لعبة المصارعة الرومانية ثم تم تقسيم مجموعة التعلم التنافسي الى (٣) مجاميع مكونة من لاعبان وبأوزان متقاربة ليقومان بالأداء المهاري للمسكتين وبإشراف مباشر من قبل مدرب اللعبة، ويتم تنافس الأفراد فيما بينهم على شكل صراع (نصف قوة) بأسلوب المنافسة بين اللاعبين وتتم في هذا الأسلوب المقارنة بين الأفراد من قبل المدرب بإعطاء درجات تقييم لكل لاعب يقوم بتطبيق المسكة في نهاية القسم التطبيقي عندها يتم ترتيب درجات

تقييم المدرب للاعبين ترتيباً تنازلياً من المرتبة الأولى حتى التسلسل الأخير لمعرفة اللاعب لمستوى تعلمه للمسكتين المبحوثين.

٣- المجموعة الضابطة (C): قامت هذه المجموعة بتطبيق (١٦) وحدة تعليمية كذلك وفق الاسلوب المتبع من قبل مدرب العبة بعد شرح المسكتين المراد تعليمهما.

٢-٥-٥ الاختبارات البعدية:

بعد الانتهاء من تطبيق المنهج التعليمي وبعد ثمانية أسابيع من تأريخ بدء التجربة قام الباحث بتطبيق الاختبارات البعدية يوم السبت الموافق ٢٠٢٢/٩/١٧ وبظروف مشابهة للاختبارات القبالية.

٢-٦ الوسائل الإحصائية: استعمل الباحث الحقيبة الإحصائية spss.

٣ عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها: -

٣-١ عرض نتائج مسكتي الخطف بتطويق الجذع من تحت الإبطين والخطف بتطويق الرأس مع الذراع للاختبارات القبالية والبعدية لمجموعات البحث الثلاث وتحليلها: -

جدول (٤) يبين نتائج اختبار (t-test) للعينات المترابطة لمجموعات البحث الثلاث في الاختبارات القبالية والبعدية لتعلم مسكتي الخطف بتطويق الجذع من تحت الإبطين والخطف بتطويق الرأس مع الذراع

معنوي	الدالة	درجة Sig	(T) المحسوبة	ع ف	ف	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المسكتين والمجموعات وعددها		
						ع	س	ع	س	ع	س	
	معنوي	0.000	11.180	0.373	4.167	0.753	5.83	0.516	1.67	6	A	الخطف بتطويق الجذع من تحت الإبط
	معنوي	0.000	15.727	0.307	4.810	0.548	6.50	0.517	1.69	6	B	الخطف بتطويق الجذع من تحت الإبط
	معنوي	0.000	9.487	0.316	3.000	0.548	4.50	0.548	1.50	6	C	الخطف بتطويق الجذع من تحت الإبط
	معنوي	0.000	9.391	0.373	3.500	0.516	5.33	0.753	1.83	6	A	الخطف بتطويق الرأس مع الذراع
	معنوي	0.000	12.075	0.373	4.500	0.753	6.17	0.516	1.67	6	B	الخطف بتطويق الرأس مع الذراع
	معنوي	0.000	9.391	0.373	3.500	0.753	4.83	0.516	1.33	6	C	الخطف بتطويق الرأس مع الذراع

(0.05) عند درجة حرية ن=3-15 وحدة القياس (الدرجة)

جدول (٥)

يبين نتائج (F) تحليل التباين الاحادي باتجاه واحد لمجموعات البحث الثلاث في الاختبارات القبالية والبعدية لتعلم مسكتي الخطف بتطويق الجذع من تحت الإبطين والخطف بتطويق الرأس مع الذراع

المتغيرات	ن	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F) المحسوبة	درجة (Sig)	الدالة الاحصائية
الخطف بتطويق الجذع من تحت الإبط	18	بين المجموعات	12.444	2	6.222	16.000	0.000	معنوي
		داخل المجموعات	5.833	15	0.389			
الخطف بتطويق الرأس مع الذراع	18	بين المجموعات	5.444	2	2.722	5.833	0.013	معنوي
		داخل المجموعات	7.000	15	0.467			

عدد المجموعات (3) مستوى الدلالة (0.05) وحدة القياس (الدرجة)

٢- ٢ عرض نتائج اختبار (L.S.D) مجموعات البحث الثلاث لمسكتي الخطف بتطويق الجذع من تحت الإبطين والخطف بتطويق الرأس مع الذراع: -

جدول (٦) يبين نتائج (L.S.D) بين مجموعات البحث الثلاث في الاختبارات البعدية للمسكتين المبحوثتين

المسكتين والمجموعات	نتائج فروق الأوساط	درجة (Sig)	الدلالة الاحصائية
B-A	0.667*	0.084	غير معنوي بين المجموعتين B-A
C-A	1.333*	0.002	معنوي لصالح المجموعة A
C-B	2.000*	0.000	معنوي لصالح المجموعة B
B-A	0.833*	0.052	معنوي لصالح المجموعة B
C-A	0.500*	0.224	غير معنوي بين المجموعتين C-A
C-B	1.333*	0.004	معنوي لصالح المجموعة B

الفرق معنوي عند مستوى دلالة (0.05) وحدة القياس (الدرجة) ن = (6) في كل مجموعة

من ملاحظة الجدول (6) يتبين أستخراج الفروق فيما بين الأوساط الحسابية البعدية لمجموعات البحث الثلاث المتمثلة في، المجموعة التجريبية (A) التي مارست أسلوب (التعلم المتمازج)، والمجموعة التجريبية (B) التي مارست أسلوب (التنافسي المقارن)، والمجموعة الضابطة (C) الممارسة للبرنامج المتبع من قبل المدرب وكما سيتم توضيحه أدناه. في ضل تلك المؤشرات المشار إليها سابقاً إذ تبين في اختبار مسكة (الخطف بتطويق الجذع من تحت الإبط)، فقد كان فرق الأوساط الحسابية فيما بين التجريبية (A) ووسطها الحسابي (5,83) والتجريبية (B) التي وسطها (6,50) متقارباً إذ إن قيمة درجة Sig (0.084) < (0,05) وهي غير معنوية عند مستوى دلالة (0,05). أما فرق الأوساط الحسابية فيما بين التجريبية (A) والمجموعة الضابط (C) فقد كانت قيم درجة (Sig) > (0,05) وهي معنوية عند مستوى دلالة (0,05). وكذلك فرق الأوساط الحسابية فيما بين التجريبية (B) والمجموعة الضابط (C) فقد كانت قيم درجة (Sig) > (0,05) وهي معنوية عند مستوى دلالة (0,05). ففي ضل تلك المعطيات أذ تبين أن فرق الأوساط الحسابية كان لصالح المجموعة التجريبية (A) الممارسة لإسلوب (التعلم المتمازج) التي جاءت في المرتبة الأولى، ثم تلتها المجموعة التجريبية (B) الممارسة لإسلوب (التنافسي المقارن) التي جاءت في المرتبة الثانية، ثم المجموعة الضابطة (C) الممارسة للأسلوب من مدرب العبة المتبع التي جاءت بالمرتبة الثالثة، مما دل على إن اسلوب التعليم المتمازج التجريبية (A) هو أفضل أسلوب تعليمي لهذه المسكتين ثم يليه التجريبية (B) الممارسة لأسلوب التنافس المقارن والأسلوب التقليدي المتبع للمجموعة الضابط (C) في المرتبة الثالثة.

وفي ذات السياق تبين في اختبار مسكة (الخطف بتطويق الرأس مع الذراع)، أذ نشير الى فرق الأوساط الحسابية فيما بين التجريبية (A) والتجريبية (B) فقد كانت قيمة درجة (Sig) > (0,05) وهي معنوية عند مستوى دلالة (0,05). وفي المقابل كان فرق الأوساط الحسابية فيما بين التجريبية (A) ووسطها (5,83) والمجموعة الضابط (C) التي وسطها (4,83)

مقارنة فيما بينها إذ إن قيمة درجة Sig (0.224) < (0,05) فهو غير معنوية عند مستوى دلالة (0.05). وكذلك فرق الأوساط الحسابية فيما بين التجريبية (B) والمجموعة الضابط (C) فقد كانت قيم درجة (Sig) > (0,05) وهي معنوية عند مستوى دلالة (0,05). ومن انعكاسات تلك المعطيات أذ تبين أن فرق الأوساط الحسابية كان لصالح المجموعة التجريبية (A) الممارسة لإسلوب (التعلم المتمازج) التي جاءت في المرتبة الأولى، تلتها المجموعة التجريبية (B) الممارسة لإسلوب (التنافس المقارن) التي جاءت في المرتبة الثانية، ثم المجموعة الضابط (C) الممارسة للأسلوب المتبع من مدرب العبة التي جاءت بالمرتبة الثالثة، مما دل على إن اسلوب (التعليم المتمازج) التجريبية (A) هو أفضل أسلوب تعليمي لهذه المسكتين ثم يليه التجريبية (B) الممارسة لأسلوب (التنافس المقارن) والأسلوب التقليدي المتبع للمجموعة الضابط (C) في المرتبة الثالثة.

٣-٣ مناقشة نتائج مسكتي الرمي (الخطف) قيد الدراسة للاختبارات القبلية والبعديّة لكل مجموعة من مجموعات البحث الثالث.

في ضوء نتائج اختبار T-TEST التي عُرضت في الجداول (٤) والتي توصل اليها الباحث بين الاختبارات القبلية والبعديّة وللمجاميع الثلاث التي بينت معنوية الفروق لصالح الاختبارات البعديّة لمسكتي الخطف بتطبيق الجذع من تحت الإبطين الخطف وبتطبيق الرأس مع الذراع. وقد بين الجدول (٥) نتائج اختبار تحليل التباين (F) معنوية الفروق بين المجاميع الثلاثة بالاختبارات البعديّة للمسكتين قيد الدراسة ويوعز الباحث بسبب ذلك وكما يلي.

اولاً: ان سبب تطور المجموعة التجريبية (A) الممارسة لإسلوب (التعليم المتمازج) على المجموعتين التجريبية (B) والضابط (C) من خلال تحليل نتائج اختبار (L.S.D) يعود الى:

١. التنوع والتمازج في الاجهزة والتقنيات الحديثة المستعملة في البحث واهميتها بوصفها وسائل مؤثرة وبرنامجاً تعليمياً فعالاً وذلك باستعمال الوسائط المتعددة مع توفير العرض الفيديوي للمسكتين عن طريق (الداشوا) وتوفير كراسات ملونة تحتوي على صور خاصة بتعليم المسكتين وتوضح ايضاً مراحل الاداء الفني للمسكتين مع تشكيل كروبات تعليمية من خلال تطبيق الواتساب خارج فترة الوحدات التعليمية بين المدرب والمجموعة التجريبية (A) بأرسال مقاطع تعليمية للمسكتين وجعل من التعلم مؤثراً وفعالاً. وهذا ما اكد عليه (Hill and Hollnshell, 1991) على ان " التقنيات المهمة

في التعلم الالكتروني (المتمازج) يحقق انجازاً في سرعة التعلم لأنه يقوم على اسلوب التنوع بالمدخلات من أجل زيادة حافظ التعلم " (١).

٢. السبب الاخر بالتفوق هو التشويق والإثارة للاعبين من خلال استخدام التقنيات الالكترونية والتكنولوجية الحديثة في التعليم المتمازج. اذ يؤكد (عبد الكريم اليماني، ٢٠٠٨) في هذا المجال على ان "هذا النوع من التعليم يعطي سهولة في التواصل مع اللاعب من خلال بيئة تفاعلية مستمرة وتزويده بالمادة العلمية بصورة واضحة من خلال التطبيقات المختلفة" (٢).

٣. وفي ذات السياق سبب التفوق يعود الى تفاعل السادة المدربين ومساعديه ذوي الخبرة والكفاءة في المجال الرياضي بشكل كبير مع برنامج البحث، وقد اكد (قسطندي شوملي ٢٠٠٧) (على ان هذا النوع من الاساليب يساهم في فاعلية الاداء لدى المدربين والتدريسيين) (٣)، كما ويساهم في تزويد المتعلمين تغذية راجعة وتوضيح سير الاداء لكل تقنية مستعملة للوصول الى المستوى الجيد في التعلم، وهذا ما اكد عليه خليل ابراهيم (٢٠٠٢) "ان اللاعبين لا يستجيبون لعملية التعلم بالطريقة نفسها وانه لا بد من استخدام طرائق جديدة ومختلفة لبناء قدرات اللاعبين وقابلياتهم وتطويرها من خلال الطرائق والاساليب الجديدة التي عن طريقها يمكن مواجهة الفروق الفردية بين اللاعبين" (٤).

ثانياً: أما أسباب تفوق المجموعة التجريبية (B) التي مارست اسلوب (التنافس المقارن) مقارنة بالمجموعة الضابطة فيوعز الباحث النتيجة الى ما يلي:

١- ان اتقان هاتين المسكتين بوجود تعزيز جانب الاثارة والمنافسة بين اللاعبين ادى الى سرعة التعلم، كما أكد على هذا المقام عبد علي الجسماني (١٩٨٤) "ان اسلوب المنافسة التي تحدث بين اللاعبين محاولة من كل واحد منهم لإحراز التقدم المطلوب تعد بحد ذاتها عنصراً تعزيزياً ديناميكياً تظهر إثارة في التعلم والسلوك" (٥).

(1) Hill and Hollnshell; **Summer school remedial biology teacher**: (53 (3), <http://www>, 1991) p.p. 176 – 178.

(٢) عبد الكريم علي اليماني ؛ استراتيجيات التعلم والتعليم ، ط١، (الاردن، عمان ، مطبعة زمزم ٢٠٠٨) ، ص ٢٩٣ .
 (٣) قسطندي شوملي ؛ الانماط الحديثة في التعليم العالي التعليم الالكتروني المتعدد الوسائط (التعليم المتمازج)، (جامعة بيت لحم ، ٢٠٠٧) ص ٤٨ .
 (٤) خليل ابراهيم الحديثي عن حيدر سليمان محسن ؛ تأثير منهاج تعليمي مقترح باستخدام التعلم الاتقاني في تعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة : (رسالة ماجستير ، كلية المعلمين ، الجامعة المستنصرية ، ٢٠٠٢) ص ٤٩ .
 (٥) عبد علي الجسماني؛ علم النفس وتطبيقاته التربوية والاجتماعية: (بغداد، مطبعة الخلود، ١٩٨٤) ص ١١٢ .

٢- وكذلك استعمال هذا الأسلوب أدى إلى اكتساب المسكتين وتعلمها بسبب توفر عنصر المنافسة في الوحدة التعليمية مع اكتساب المتعلمين خبرة المنافسة، والذي أكد عليه (Brown .1982) (ان أسلوب المنافسة يساهم في دافعية المتعلمين وأشراكهم إيجابياً في عملية التعلم أكثر من أي وسيلة تعليمية أخرى. كما ويزود المتعلم بخبرات أقرب إلى الواقع العملي من أي وسيلة تعليمية أخرى ويستطيع اللاعبون ان يتعلموا جميع أنواع التعلم، من تعلم حركي مثل المهارات الحركية المختلفة ومن تعلم معرفي مثل الحقائق والمفاهيم والمبادئ ومن تعلم انفعالي مثل تغيير اتجاه اللاعب نحو الأنظمة والمعلومات والمهارات المراد تعلمها).

ثالثاً: أما المجموعة (C) الضابطة فإن النتائج التي حصلت عليها في اختبارات البحث على الرغم من انها قد حققت مستوى معين من النجاح في مستوى التعلم للمسكتين قيد الدراسة إلا ان الباحث يرى أن أسلوب مدرب لعبة المصارعة الرومانية التقليدي والمتبع الذي يخلو من الاستراتيجيات والأساليب التعليمية الفاعلة أدى إلى حصولهم على مستوى أدنى من المجموعتين التجريبيتين (B-A).

٤- الاستنتاجات والتوصيات

٤-١ الاستنتاجات

في ضوء النتائج التي توصل إليها الباحث استنتج ما يأتي:

١- كان لاستعمال الأجهزة الالكترونية المتطورة وفق أسلوب التعلم المتمازج أثر واضح في سرعة وفضلية الاكتساب للأداء الفني لمسكتي الخطف بتطويق الجذع من تحت الإبطين والخطف بتطويق الرأس مع الذراع.

٢- ان تطبيق اسلوب التعلم المتمازج والتنافس المقارن قد اثبت فاعليته في تعلم مسكتي الخطف المبحوثين بلعبة المصارعة الرومانية للمجموعتين التجريبيتين عند مقارنته بالأسلوب التقليدي المتبع للمجموعة الضابطة.

٣- لقد ساهم هذين الأسلوبين في سرعة التعلم لمسكتي (الخطف) للمجموعة التجريبية (A) أكثر من المجموعة التجريبية (B) والضابطة (C) وكذلك المجموعة التجريبية (B) أكثر من المجموعة الضابطة (C).

٢-٤ التوصيات:

- ١- ضرورة استعمال هذين الأسلوبين التعليم المتمازج والتنافس المقارن في تعلم مسكات أخرى بلعبة المصارعة سواء كانت حرة او رومانية.
- ٢- ضرورة تطبيق هذين الاسلوبين على فعاليات ومهارات أخرى لباقي الألعاب الرياضية الفردية ولنفس الفئة العمرية المتمثلة بفئة الناشئين الاعمار (١٥-١٧سنه).
- ٣- ضرورة تعرف واعتماد الكوادر التدريبية في مجال الالعاب الرياضية على هذين الاسلوبين والأساليب الفاعلة الاخرى في برامجهم التعليمية

المصادر والمراجع

- ١- جمال محمد شعيب القيسي: استخدام المكملات الغذائية على وفق منهج تدريبي لتطوير القدرات البدنية الخاصة وتأثيرها على الأداء الفني لبعض المسكات لمصارعي الحرة أعمار (١٦ . ١٧) سنة، أطروحة دكتوراة، كلية التربية الرياضية . جامعة بغداد، ٢٠١٢م، ص٩٥.
- ٢- خليل ابراهيم الحديثي عن حيدر سليمان محسن ؛ تأثير منهج تعليمي مقترح باستخدام التعلم الاتقاني في تعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة : (رسالة ماجستير ، كلية المعلمين ، الجامعة المستنصرية ، ٢٠٠٢) ص ٤٩.
- ٣- عبد علي الجسماني؛ علم النفس وتطبيقاته التربوية والاجتماعية: (بغداد، مطبعة الخلود، ١٩٨٤) ص ١١٢ .
- ٤- عبد الكريم علي اليماني؛ استراتيجيات التعلم والتعليم ، ط١، (الاردن، عمان ، مطبعة زمزم ٢٠٠٨) ، ص ٢٩٣.
- ٥- قسطندي شوملي؛ الانماط الحديثة في التعليم العالي التعليم الالكتروني المتعدد الوسائط (التعليم المتمازج)، (جامعة بيت لحم، ٢٠٠٧) ص ٤٨ .

- 1- Brown al, An Instraction : **Technoiogy, Media & sons** york,1982, P. 132 .
- 2- Drary , B.& Andrea : **Introduction to Womans Gymnastics**, California 1993, Frosne ,State University.
- 3- Hill and Hollnshell; **Summer school remedial biology teacher:** (53 (3), <http://www>, 1991) p.p. 176 – 178.
- 4- Ion , Corneanu . (and others) : **The Technical Evaluation of Modern Wrestling** , FILA , Roma , 1996 .