أثر التعليم المبرمج في الانجاز لمراحل رفعة الخطف لدى طلاب سكول التربية الرياضية بجامعة السليمانية

م.د زەردەشت محمد رووف حسين م.م نەوژین بختیار صالح

ملخص البحث

المقدمة وأهمية البحث :

يشير الأدب التربوي إن التدريس عملية منتظمة وهادفة تحدث أثرا لدى المتعلم ، تتسم بالأخذ والعطاء والحوار المتفاعل والمتبادل بين المدرس والطالب ، بالإضافة إلى تحديد السلوك الذي نرغب بتعليمه ، أو تهيئة الظروف التي يراد أن تنمي هذا السلوك ، كل هذا يتم في إطار درجة التحكم في بيئة التعليم والتعلم وصولاً إلى الهدف المنشود ، وهناك من يرى بأن التدريس عملية اتصال وتفاهم تتم بين طرفين أساسيين في العملية التربوية هما المدرس والطالب ، فضلاً عن المنهج وهناك من يضيف عنصراً رابعاً هو (البيئة) ، إذ لابد من مدرس يتولى عملية تدريس ، وطالب يشارك ويتفاعل ويتعلم ، ومنهج يتم تعلمه ومن الجدير بالذكر إن هذه العناصر (المدرس – الطالب – المنهج) مترابطة ومتفاعلة لا ينفصل بعضها عن البعض الآخر ، فالمدرس لا يمكن أن يقوم بعملية التدريس بدون طالب ومنهج ، والمنهج لا يؤدي دوره إلا من خلال مدرس يتولى تدريسه ، وكل من المدرس والمنهج لا دور لهما بدون طالب يتعلم ، كل ذلك ضمن بيئة تعليمية ملائمة ، وإمكانيات متاحة، لقد أكدت نتائج العديد من بحوث علم النفس والتربية على ضرورة الاتجاه نحو التفريد في التعليم ، بحيث ينظر للطالب على أنه شخص فريد في خصائصه ، يجب أن تراعي المواقف وحاجات الطالب وتوجيهه من خلالها ، كيف يعلم نفسه بنفسه حسب هذه القدرات والاستعدادات ، ومن ثم يقوم نتائج تعلمه وفق الأهداف المحددة سلفاً ، وهذا ما يسمى بالتعلم الذاتي لذا إرتأى الباحثان الى استخدام نوع من انواع التعليم الفردى الذى هو أثر التعليم المبرمج في الانجاز لمراحل رفعة الخطف لدى طلاب فاكلتي التربية الرياضية والاساس.

هدفا البحث

- التعرف على تأثير التعليم المبرمج والاسلوب المتبع في الانجاز لمراحل رفعة الخطف لدى عينة البحث.
- التعرف على الفروقات بين مجموعتي البحث في الانجاز لمراحل رفعة الخطف لدى عينة البحث.

فرضا البحث

١- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث في الانجاز لمراحل رفعة الخطف لدى عينة البحث.

٢- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين البعديين لمجموعتي (التعليم المبرمج والاسلوب المتبع) في الانجاز لمراحل رفعة الخطف لدى عينة البحث.

اما منهج البحث

تضمن هذا الباب المنهج المستخدم وهى المنهج التجريبي وشملت مجتمع البحث وعينته ، وتم اختيار (٢٠) طالبا من طلاب السنة الدراسية الاولى في فكلتي التربية الرياضية والاساس في الجامعة السليمانية وثم تم تقسمهم الى مجموعتين (تجريبية وضابطة)

عن طريق القرعة مجموعة تجريبية شعبة (أ) ومجموعة ضابطة شعبة (ب) بواقع (١٠) طالبا لكل مجموعة وبعد تطبيق (١٠) وحدات تعليمية لكلا المجموعتين (التجريبية والضابطة) استعان الباحثان بعدد من الادوات والاجهزة ووسائل جمع المعلومات وبعد الحصول على النتائج تم الاستعانة بالوسائل الاحصائية (الوسط الحسابي،الانحراف المعياري،اختبار(t) توصل الباحثان الى الاستنتاجات الاتية :

الاستنتاجات الاتية

- اثبتت إستراتيجية التعلم المبرمج (المتشعب) والتقليدي فاعليتهما في تطوير الانجاز لرفعة الخطف بالاثقال لدى عينة البحث بسكول التربية الرياضية – جامعة السليمانية .
- عدم وجود فروق معنوية بين الاسلوبين في تطوير الانجاز في الاختبارات البعدية .

اما **التوصيات** فهي:

١- الاستفادة من مميزات كلا الاسلوبين المبرمج (المتشعب) والمتبع (التقليدي) في تعليم المبتدئين وتأثيرها في الانجاز لمراحل رفعة الخطف برفع الاثقال .

٢- التأكيد على أستخدام الطريقة التقليدية بوصفها بمستوى التعليم المبرمج (المتشعب) في تطوير الانجاز لمراحل رفعة الخطف .

٣- ضرورة بيان واقع وأهمية الطرائق والاساليب التدريسية والتعليمية الحديثة في الانجاز للفعاليات والالعاب الرياضية بصورة عامة وفعالية رفع الاثقال بصورة خاصة.

٤- إجراء دراسة اخرى باستخدام التعليم المبرمج للنواعها الاخرى ومقارنة مع الطريقة التقليدية لمواد دراسية مختلفة في المراحل الدراسية الاخرى بشكل عام وعلى رفعة الخطف بشك خاص..

٥- اجراء دراسة اخرى على الطلاب لرفعة النتر .

Summary

Introduction and the importance of research:

Educational literature indicates that teaching a systematic and targeted process of an impact of the learner, characterized by the introduction of tender and dialogue interactive and mutual between teacher and student, as well as to determine the behavior that we want to teach him, or to create conditions that are meant to develop this behavior, all of this is within the framework of the degree of control in the environment teaching and learning up to the desired goal, and there are those who believe that teaching communication process and understanding between two parties central to the educational process are the teacher and student, as well as the curriculum and there adds an element Fourth is the (environment), it has to be a teacher teaches the process, the students participate and interact and learns The curriculum is learned It is worth mentioning that these elements (the teacher - the student - the curriculum) are interrelated and interactive can not be separated from each other , Valmadrs can not be the process of teaching without the student curriculum , the curriculum does not play its role only through teacher shall be taught , and all of the teacher the curriculum has no role for them without the student learns , all within an appropriate learning environment , and the possibilities available, many of the Psychology and Education Research results have confirmed the need to move towards individualization in education , so look for the student as a unique person in its properties He loves the attitudes and needs of the student and guidance which takes into account , how to teach himself by these capabilities and preparations , and then the results of learning according to the goals set in advance, and this is what is called self- learning , so felt researchers to use some kind of individualized education , which is the impact of programmed instruction in

achievement of the stages of the snatch with Vclta physical education students and the foundation .

Find a target

- Understand the impact of programmed instruction and the method adopted in the achievement of the stages of the snatch for a sample search .

- Understand the Alfruvat between the two sets Search achievement of the stages of the snatch for a sample search .

Presumably search

- And no statistically significant differences between pre and post tests for the two sets of search in the achievement of the stages of the snatch for a sample search .

- And no statistically significant differences between the two sets of tests Badaan (programmed instruction and the method adopted) in the achievement of the stages of the snatch for a sample search .

The research methodology

This section ensures the approach used a experimental approach included the research community and appointed, were selected (20) students of the first school year in Vklta Physical Education and the foundation at the University of Sulaimaniyah and then were split them into two groups (experimental and control group) by lottery experimental group Division (a) and a control group Division (b) of (10) students per group and after the application (10) learning modules for both groups (experimental and control) hired two researchers with a number of tools and equipment and means of information gathering and after obtaining the results was the use of statistical methods (arithmetic mean, standard deviation, test (t) found the following conclusions:

Conclusions following

- Proved programmed learning strategy (HTTP) and their effectiveness in the development of traditional achievement for the snatch with weights among a sample search Pascual Physical Education - University of Sulaymaniyah .

- The lack of significant differences between the two modes in the development of achievement in the post tests .

The recommendations are:

- Benefit from the advantages of both methods coder (HTTP) and practice (traditional) in a junior education and their impact on the achievement of the stages of the snatch Weightlifting.

- Emphasis on the use of traditional way as the level of programmed instruction (HTTP) in the development stages of completion of the snatch.

- The need to articulate the reality and the importance of methods and techniques of teaching and educational achievement in modern events and sports in general and the effectiveness of weightlifting in particular.

- Conducting another study using programmed instruction for the classes of the other and compared with the traditional method of study of different materials in the other grades in general and on the snatch particular suspicion ..

- Further study on students for boosting the jerk.

١-التعريف بالبحث

١-١ المقدمة وأهمية البحث

يشير الأدب التربوي إن التدريس عملية منتظمة وهادفة تحدث أثرا لدى المتعلم ، تتسم بالأخذ والعطاء والحوار المتفاعل والمتبادل بين المدرس والطالب ، بالإضافة إلى تحديد السلوك الذي نرغب بتعليمه ، أو تهيئة الظروف التي يراد أن تنمي هذا السلوك ، كل هذا يتم في إطار درجة التحكم في بيئة التعليم والتعلم وصولاً إلى الهدف المنشود ، وهناك من يرى بأن التدريس عملية اتصال وتفاهم تتم بين طرفين أساسيين في العملية التربوية هما المدرس والطالب ، فضلاً عن المنهج وهناك من يضيف عنصراً رابعاً هو (البيئة) ، إذ لابد من مدرس يتولى عملية تدريس ، وطالب يشارك ويتفاعل ويتعلم ، ومنهج يتم تعلمه ومن الجدير بالذكر إن هذه العناصر (المدرس – الطالب – المنهج) مترابطة ومتفاعلة لا ينفصل بعضها عن البعض الآخر ، فالمدرس لا يمكن أن يقوم بعملية التدريس بدون طالب ومنهج ، والمنهج لا يؤدي دوره إلا من خلال مدرس يتولى تدريسه ، وكل من المدرس والمنهج لا دور لهما بدون طالب يتعلم ، كل ذلك ضمن بيئة تعليمية ملائمة ، وإمكانيات متاحة.[١] لقد أكدت نتائج العديد من بحوث علم النفس والتربية على ضرورة الاتجاه نحو التفريد في التعليم ، بحيث ينظر للطالب على أنه شخص فريد في خصائصه ، يجب أن تراعي المواقف وحاجات الطالب وتوجيهه من خلالها ، كيف يعلم نفسه بنفسه حسب هذه القدرات والاستعدادات ، ومن ثم يقوم نتائج تعلمه وفق الأهداف المحددة سلفاً ، وهذا ما يسمى بالتعلم الذاتي ، وأحد فروعه التعلم المبرمج الذي يهدف إلى مراعاة الفروق الفردية والسرعة الذاتية لدى المتعلمين ، ومن مبادئه الرئيسية أن يعمل الطالب على إتقان المادة التعليمية لأنه لا يسمح للطالب الانتقال من أطار إلى آخر إلا ان يتقن الإطار السابق ، لذلك يعمل التعلم المبرمج على تنمية قدرة التوجيه الذاتي للطالب ويجعله يتحمل المسؤولية في اتخاذ القرار ، لذا يعد هذا التعلم عملية منهجية حديثة تعمل على التفاعل بين الطالب والبرنامج المقدم إليه بدون تأثير مباشر من المدرس. يتميز عصرنا الحالي بأنه عصر التكنولوجيا المتقدمة والمعلومات والانفجار المعرفي مما أدى إلى توالد أنظمة علمية وتكنولوجية دفعت بالمختصين للبحث عن أفكار جديدة لاستثمار معطيات هذا العصر وتقنياته في تحقيق أهداف محددة ، لاسيما في التربية الرياضية . إن التطورات في الميادين المختلفة لاسيما المجال الرياضي ، وتحتل مادة رفع الأثقال مكانة خاصة بين الألعاب الفردية والتي اخذت مكانتها من حيث انتشارها في عالم كما في الألعاب الأخرى ، حيث انها تعد احدى الدروس الأساسية التي يتضمنها المنهج الدراسي بكليات واقسام التربية الرياضية ، فهي تشمل على رفعتي النتر والخطف والتي تطلب من الطالب ان يتعلمها ويتمكن من ادائها اذ يعد تعلم المهارة والقدرة على ادائها شرطً

---

١ – عمر محمود غباين : التعلم الذاتي بالحقائق التعليمية ، ط١، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، ٢٠٠١، ص٣٩.

اساسياً للوصول الى الهدف الاساس من العملية التعليمية.وهنا تكمن أهمية البحث في اثر التعليم المبرمج في الانجاز لمراحل رفعة الخطف لدى طلاب فاكلتي التربية الرياضية والاساس . [1]

١-٢ مشكلة البحث

لقد تعددت أساليب التدريس الحديثة التي ساعدت على تحقيق الأهداف العملية التعليمية في الوصول إلى تعلم المهارات المختلفة والمتنوعة مع مراعاة جانب الاختصار في الوقت والجهد ، وهذا التنوع في الأساليب جعل المربين يعيدون النظر في أساليب التدريس في التربية الرياضية ، ومما لاشك فيه أن للوسائل التعليمية الدور الأكبر في اختصار الوقت و الجهد في عملية التعليم وبما أن التعليم المبرمج يعد واحداً من هذه الوسائل فلابد من أن يكون له نفس النتائج تحسين و تسريع عملية التعليم لقد أورد التربويون والمهتمون بالمناهج وطرائق التدريس ، على إن التدريس عملية اتصال بين المدرس والطالب بالانتقال من حالة عقلية أو مهارية إلى حالة أخرى ، ينموا من خلالها الطالب نتيجة تفاعله في الموقف التعليمي ، فضلا عن أصلاح وتعديل للسلوك ، وتوضيح المفاهيم ، وترسيخ القيم ولاتجاهات مما جعل الباحث التفكير في اختيار الاسلوب التدريسي الاكثر فائده في التعليم ومشاركة الطلاب في العملية التعليمية ، لذا ارتأى الباحث القيام بدراسة تجريبية ، يقوم من خلالها استخدام التعليم المبرمج وتأثيرها في الانجاز لمراحل رفعة الخطف لدى طلاب كلية التربية الرياضية والاساس.

١-٣ اهداف البحث

١- التعرف على تأثير التعليم المبرمج والاسلوب المتبع في الانجاز لمراحل رفعة الخطف لدى عينة البحث.

٢- التعرف على الفروقات بين مجموعتي البحث التعليم المبرمج والاسلوب المتبع في الانجاز لمراحل رفعة الخطف لدى عينة البحث.

١-٤ فروض البحث

١- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث في الانجاز لمراحل رفعة الخطف لدى عينة البحث.

٢- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين البعديين لمجموعتي (التعليم المبرمج والاسلوب المتبع) في الانجاز لمراحل رفعة الخطف لدى عينة البحث.

---

١ – عواد جاسم التميمي : طرائق التدريس العامة – المألوف والمستحدث ، ط١، بغداد ، دار الحوراء ، ٢٠١٠، ص٤

١-٥ مجالات البحث

١-٥-١ المجال البشرى : طلاب السنة الدراسية الثالثة في فكلتي التربية الرياضية والاساس في الجامعة السليمانية .

١-٥-٢ المجال المكاني : قاعة رفع الاثقال في كلية التربية الرياضية والاساس بجامعة السليمانية .

١-٥-٣ المجال الزماني : من ٢٠١٥/١٠/٢٦ ولغاية ٢٠١٥/١٢/٣

٢-الدراسات النظرية والمشابهة

٢-١ الدراسات النظرية

٢-١-١ أهمية تكنولوجيا التعليم في التربية الرياضية :

يعد التربية الرياضية إحدى فروع التربية التي تأثرت بتكنولوجيا التعليم على حد سواء أسوة بباقي أصناف التربية العامة ، ذلك لما للتربية الرياضية من علاقة مباشرة بالعديد من العلوم مثل علم الحركة وعلم التشريح وعلم البايو ميكانيك وعلم النفس وغيرها من العلوم الأخرى والتي تتأثر يوميا بالحقائق العلمية الحديثة إذ كلما زادت القدرة على الآخذ بتلك الحقائق زاد التقدم في مجال التربية الرياضية [١] . وقد أشارت العديد من الدراسات إلى أهمية إدخال تكنولوجيا التعليم في التربية الرياضية ،إذ يشير(LarryKats 2004) " إن استخدام التكنولوجيا في تعلم المهارات الرياضية قد ساعد في التعلم واختصر الكثير من الوقت والجهد "[٢]. وهذا ما أكدت عليه نتائج مؤتمر الجمعية الوطنية الرياضية والتربية البدنية الأمريكية (Aahperd 2001)، إذ أدرجت معيار استخدام مدرس التربية الرياضية للتكنولوجيا الحديثة في درس التربية الرياضية المتمثلة ببرامج الحاسوب وخدمات الانترنيت والطرائق والأساليب الحديثة في الدرجة الرابعة من الأهمية من مجموع عشرة معايير ينبغي توفرها في درس التربية الرياضية النموذجي [٣] . ويشير (عصام عبد الخالق 2005) إلى" إن دور تكنولوجيا التعليم يزداد و يتعاظم في التعليم الحركي مما يتضمنه من خصائص و متطلبات بدنية وحركية وعقلية ونفسية عديدة للوصول إلى درجة الإتقان والإبداع في تطوير هذه الجوانب المختلفة ورفع كفاءتها وفاعليتها لتحقيق الهدف

---

(١)عبد الحميد شرف " تكنولوجيا التعليم في التربية الرياضية ,ط١ (القاهرة , مركز الكتاب للنشر, ٢٠٠٠) ص٣٢ .

(2) Larry Katz ; The Interactive sports CD-ROM-Amutimedia Tool for the coach and Teacher : (Journal of sport Teahnologv Research Centre)University of NorthFlorida , 2004 .p 16 .

(3) Smith band klatt , R , Standards for lnitiel praq rams in physical Education Teacher Edueation :(National Association For Sport and Physical Education An Association OF The American Alliance For Heaith,Physical Edueation,Reereation and Dance(AAHPERD),October 2001)p.12.

المطلوب "[٤]. وقد ذكر (عبد الحميد شرف ٢٠٠٠) أهمية تكنولوجيا التعليم في التربية الرياضية بعدة نقاط استخلص منها الباحث ما يلي[٥] :

أولا/ تعدد مصادر التعلم : تشتمل تكنولوجيا التعليم على اكثر من مصدر للتعلم , إذ هناك المدرس والبيئة التعليمية والأجهزة والأدوات , وهذا التعدد في المصادر يزيد من فرص التعلم ذلك لما يمتاز به كل من هذه المصادر من خصائص تميزه عن غيره . فإذا أخفق أحد هذه المصادر في إحداث عملية التعلم يحقق مصدر أخر هذه المهمة وهكذا تصل المعلومات للطالب ويستوعبها ويمارسها ويتقنها .

ثانيا/ مراعاة الفروق الفردية : تتميز التربية الرياضية بتنوع الأنشطة الرياضية ويختلف الطلبة في ممارسة نشاط معين كل حسب رغبته وميوله , وكذلك الاختلاف في الجنس والعمر والمواصفات الجسمية والنفسية وغيرها من السمات الأخرى . كل هذا يتطلب تنوع وتعدد في طريقة طرح المعلومات وشرح المهارة لتلائم أكبر عدد ممكن من الطلبة تبعا للفروق الفردية , وهذا ما استطاعت تكنولوجيا التعليم أن توفره من خلال أساليب وسرعة العرض والتنوع في الأشكال والرسوم المستخدمة .

ثالثا/ تقليل الشعور بالملل : إن تعلم المهارات بصورة متكررة بشكل تقليدي قد يؤدي إلى خلق الملل لدى الطالب والمدرس , وهذا ما استطاعت تكنولوجيا التعليم أن تتخطاه في التربية الرياضية , إذ إن استخدام المدرس لأساليب وأجهزة حديثة في تعليم المهارات يقلل الشعور بالملل لكلا الطرفين المدرس والطالب ويزيد دافعيه الطالب نحو التعلم.

رابعا/ الدقة والموضوعية : تكنولوجيا التعليم تعتمد في أساسها على استخدام العلم في كافة خطواتها واعتمادها بشكل كبير على الأجهزة والأدوات الحديثة في تنفيذ هذه الخطوات وتلتقي هنا مع التربية الرياضية ، إذ إن المتتبع لاستخدامات تكنولوجيا التعليم وأثر دخولها إلى المجال الرياضي يستطيع بوضوح أن يلاحظ الخطوات الكبيرة التي خطت بها خدمة للتربية الرياضية.

خامسا/ اختصار الوقت والجهد والمال: قد يجد البعض إدخال التكنولوجيا عملية تأخذ الكثير من الوقت والجهد وتنقل كامل المؤسسات التعليمية بالنفقات التي يراها البعض غير ضرورية آما لخوفه من استخدامها نتيجة عدم معرفته بها أو لعدم قناعته بجدوى استخدامها في التربية الرياضية ، إلا إن تجارب الدول ونتائج دراسات وأبحاث عديدة أثبتت فاعلية استخدام التكنولوجيا كأنها الخطوة الصحيحة لاختصار الوقت والجهد والمال على المدى البعيد.

---

(٤) عصام عبد الخالق " التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات , ط٢ : (القاهرة , منشاة المعارف , ٢٠٠٥) ص١٠ .

(٥) عبد الحميد شرف " المصدر السابق . ص٣٤ .

سادسا/ زيادة كفاءة مدرسي التربية الرياضية : المدرس أحد أهم مصادر التعلم في التربية الرياضية ، وتكنولوجيا التعليم سمة من سمات التربية الحديثة وان معرفة المدرس واستخداماته للأساليب والأجهزة والأدوات الحديثة تزيد من كفاءته وخبراته الميدانية وتنمي ثقته بقدراته وتحسن من مستواه وتعمق من خبراته بما ينعكس إيجابيا على مستوى الطلبة .

سابعا/ تنمية الاتجاهات الإيجابية والثقة بالنفس : سمة العصر الحاضر استخدام التكنولوجيا الحديثة ،إذ أصبحت الثقافة الإلكترونية مقياس تقدم المجتمعات بدل الثقافة الأبجدية ، وعليه أصبح استخدام التكنولوجيا من قبل المدرس والطالب ضرورة من ضروريات التعليم لما يضيفه هذا العلم من تنمية الاتجاهات الإيجابية والثقة بالنفس وروح الحداثة والتجديد . ويرى الباحث إن هذه السمات تلتقي مع طبيعة التربية الرياضية المتسمة بروح المنافسة والمثابرة والاعتماد والثقة بالنفس . ولتكنولوجيا التعليم فوائد أخرى تختلف باختلاف الأنشطة الرياضية وكذلك باختلاف الوسيلة التكنولوجية المستخدمة .

٢-١-٢ مفهوم إستراتيجية التعلم المبرمج

إن التطور المستمر للمعرفة العلمية والزيادة الكبيرة في إعداد الطلاب والنقص الشديد في أعداد المدرسين جعلت الكثير من الدول تستخدم طريقة في التعلم تمكن الدارس ان يتعلم بنفسه تبعاً لسرعته وإمكاناته الخاصة ، حيث تؤكد الاتجاهات التربوية على أهمية التعلم الذاتي الذي ينقل العملية التعليمية من الاهتمام بالمادة الدراسية إلى الاهتمام بالطالب ليتعلم حسب ميوله واستعداداته وقدراته ، ويكون دور المعلم مرشداً وموجهاً للمتعلم ، وفي نفس الوقت يعد التعلم المبرمج أول محاولة في هذا المجال فقدم للتعليم وسيلة يستطيع المدرس من خلالها التخلص من الأعمال الروتينية ويوفر لديه الوقت لأداء أنشطة أكثر مهارية وهذا ما يسمى بالتعلم المبرمج ، حيث أنه " نوع من التعليم الآلي يؤدي إلى استيعاب الدارس للموضوع المطلوب دراسته عن طريق تقسيمه إلى خطوات أو عناصر صغيرة مرتبة ومتتابعة ويوجد بينها علاقات تهدف إلى تجنب الدارس الأخطاء"[١].وتذهب (لمياء الديوان ، ٢٠٠٩). ، بأنه " نوع من برامج التعلم الذاتي التي يسير فيها المتعلمون من إطار إلى آخر بالترتيب نفسه ، لكن كل متعلم يعمل حسب سرعته الذاتية ، ولا بد من تهيئة المادة التعليمية وإعدادها أعداداً خاصاً وتعرض في صورة (كتاب مبرمج ، آلة تعليمية ، أجهزة عرض)."[٢] فيما ترى (محاسن رضا).، بان التعلم المبرمج هو " محاولة للوصول إلى هدف أو أكثر من أهداف التعليم عن طريق تحليل الخبرات التي من شأنها أن توصل إلى هذا الهدف تحليلاً دقيقاً"[٣].ويعرف التعلم المبرمج بأنه " نوع من أنواع التعلم الذاتي يعمل فيه المعلم

---

(١) احمد السيد عبد الحميد : تعلم الرواسم والعلاقات ، ط١ ، القاهرة ، دار النهضة العربية ، ١٩٧٦، ص٣.

(٢) لمياء حسن الديوان : اساليب فاعلة في تدريس التربية الرياضية ، ط١، البصرة ، مطبعة النحيل ، ٢٠٠٩، ص٢٢.

(٣) محاسن رضا احمد : برمجة المواد التعليمية ، القاهرة ، ١٩٧٧ ، ص ٢٠.

على قيادة التلميذ وتوجيهه نحو السلوك المنشودة عن طريق برنامج ، أعدت فيه المادة التعليمية أعداداً خاصاً وعرفت باستخدام آلة تعليمية أو كتاب مبرمج " [١].ويقصد بالتعلم المبرمج " استخدام برنامج وإجراءات تكون فيما بينها برنامجاً في التعلم الذاتي ، أي وضع خطة ممكنة لعمل منسق أو سلسلة من العمليات المعدة سلفاً لتشكل في مجموعها عملية تعليمية واحدة متكاملة تقدم للمتعلم لتوصله إلى أغراض سلوكية محددة"[٢].وأوضحت (نوال إبراهيم وميرفت علي ،٢٠٠٢). بأنه " يقوم على مبدأ مراعاة الفروق الفردية حيث إن هذه الفروق تراعي مراعاة مباشرة إذا ما أتيح لكل متعلم أن يتعلم ذاتياً حسب قدراته واستعداداته لأن درجة تعلمه في نطاق التعليم الجماعي قد لا تتيح له فرص التعلم حسب تلك القدرات والاستعدادات "[٣].ويعرف (فخر الدين القلا). ، بأنه " سلسلة من العمليات التي تعطى للدارس كمثيرات يعمل الدارس بها بسرعته الذاتية فيقوم باستجابة حتى يصل إلى نهاية البرنامج"[٤]. .ويذهب (محمود الربيعي ، ٢٠٠٦). بأنه " طريقة حديثة في التعليم والتدريب تؤكد على التعلم الذاتي للطالب وتعتمد على مبدأ الاستجابة والتعزيز وتكون المواد والمواضيع الدراسية فيها مقسمة إلى سلسلة خطوات صغيرة متتابعة تتدرج بالطالب من الأمور السهلة إلى الصعبة ومن البسيطة إلى الأكثر تعقيداً"[٥].

٢-١-٣ السيرة التاريخية للاستراتيجيات التعلم المبرمج

يمكن " إرجاع الجذور الأولى للتعلم المبرمج إلى عصر سقراط الذي استخدم الطريقة الحوارية (Dialoque).، لتوليد الأفكار وقيادة المتعلم على الأهداف المنشودة ، حيث كان يؤمن بان الفكر البشري قادر على أن يكشف الحقائق إذا ما تم توجيهه "[٦]فيما ترى (الديوان ،٢٠٠٩). بأنه " أنشطر رأي المهتمين بالتعلم المبرمج إلى اتجاهين منهم من يرى انه طريقة جديدة استفادت من التكنولوجيا لخدمة العملية التعليمية والبعض الآخر يؤكدون إن بداياته كانت في عهد فلاسفة اليونان القدماء "[٧].

---

(٣) عثمان لبيب فراج : مقال في التعليم المبرمج ، التربية المقارنة (صحيفة التخطيط التربوي في البلاد العربية) ، ١٩٦٧، ص١٧.

(٤) سلمان عاشور الزبيدي : اتجاهات تربوية عالمية معاصرة ، منشورات جامعة الجبل العربي ، ليبيا ، ١٩٩٧، ص٣٦.

(٥) نوال ابراهيم ، و ميرفت علي : طرق تدريس التربية الرياضية ، ج٢ ، مكتبة الاشعاع ، الاسكندرية، ٢٠٠٥،ص١٢٠.

(٦) فخر الدين القلا : تقنيات التعليم والوسائل التعليمية ، جامعة دمشق ، مطبعة الاتحاد ، ١٩٩٧، ص٣٢

(٧) محمود داود الربيعي ، و سعد صالح محمد أمين : الاتجاهات الحديثة في تدريس التربية الرياضية ، أربيل ، مطبعة منارة ، ٢٠١٠، ص٣٩.

(٦) عبد الله عبد الدايم : التربية عبر التاريخ ، بيروت ، دار العلم للملايين ، ١٩٧٥، ص٦٩.

(٨) لمياء حسن الديوان " مصدر سبق ذكره ، ص٢٣.

كما اشار أفلاطون إلى " ضرورة اعتماد مبدأ الإجابة الفاعلة والخطوات الصغيرة والمعرفة الفورية للنتائج وتجنب الأساليب القهرية أثناء التعلم "[١]. وفي القرن السابع عشر وصف (كومنيوس). ، إن هناك " نوعاً من التعلم الفردي الذي يعتمد على الخطوات الصغيرة أثناء التعلم وهذا ما يعتمد عليه التعلم المبرمج "[٢]. أما (كوانتيليان). فقد دعا في كتابه (المؤسسة الخطابية). إلى " ضرورة اعتماد مبدأ الخطوات الصغيرة والإكثار من الأسئلة واستمرار التعزيز الموجه ، وجعل المتعلم معتمداً على نفسه في الحصول على الجواب أثناء التعلم "[٣]. ويرى (Skinner). أنه في " عام (١٩٢٦). قام (بريسي). بوضع أول آلة استخدمت في تصحيح الاختبارات الموضوعية وقال عنها (بريسي). ، بأنها تعطي اختيارات وتخبر بالدرجات وتقوم بعملية التعليم ، وبذلك اعتبرت هذه المحاولة بداية الاهتمام بالتعليم المبرمج "[٤]. وفي فترة الخمسينات وضحت المعالم الأساسية للتعلم المبرمج ، وقد ظهر أسلوبان أساسيان من أساليب البرمجة هما

أسلوب البرمجة الخطية : الذي تبناه (سكنر). وإتباعه ، "واعتبر أن المحاضرة التي ألقاها (سكنر). عام (١٩٥٤). في جامعة (هارفرد). والتي كانت تحت عنوان (علم التعلم وفن التعلم). بداية الاهتمام بطريقة التعلم المبرمج حيث توصل (سكنر). نتيجة دراساته على الحيوانات إلى إن عملية التعزيز التي تعقب عمل ما ، تعتبر أساسية في كل صور التعلم ويعد التعزيز عاملاً أساسياً بالنسبة للمتعلم عند (سكنر). فعندما تحدث الاستجابة وتتبعها معرفة فورية بالنتيجة ، فان هذه الاستجابة ستعزز، وبذلك تصبح أكثر احتمالاً للظهور في المستقبل" [٥].

أما أسلوب البرمجة التفريعية ورائد هذا الاتجاه (كراودر). والذي يرى إن " الإطارات في هذا النوع من البرمجة لا تكون في خط مستقيم ومتابع كما هو الحال في البرامج الخطية (لسكنر). والاستجابة هي من نوع الاختيار من متعدد "[٦]. وترى (الديوان). ، أما على " المستوى العربي فيرجع الفضل الأول لإدخال التعلم المبرمج إلى هيئة اليونسكو الدولية، وأول مؤتمرها عقد في الأردن عام (١٩٦٣). عن التعلم المبرمج، وفي عام (١٩٦٤). عقد في بيروت حلقة دراسية لمتابعة ما تحقق من تطبيقات ، وفي عام (١٩٦٥). عقد مؤتمر اليونسكو الإقليمي بالقاهرة للتعرف بالتعلم المبرمج وماهية فلسفته وأساليبه وطرائقه ووضع البرامج التعليمية وتقويمها"[٧].

---

(٩) ديمون مولان موريس : التعليم المبرمج ، (ترجمة) ميثال أبي فاضل بيروت ، منشورات عويدات ، ١٩٨٥، ص٢٥.

(١) جمال الدين الشافعي : التعليم المبرمج في التربية البدنية والرياضية ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٧٧، ص٧٢.

(2) cohen ,I " operant be havior and operant conditioning , chca go , Mccnally , 1996.

(3) skinner , B.F.Teaching machine and programmed learning ,vol.L.Washing ton ,National Education

(4) Black man Derek.operant carditioning : An experimental and laiss of beharior , Lond on , Education , 1974.

(5) crowder , N.A.An tomatic Hutoring by intrinsic programming , National Education ,1970,p.286.

(٦) لمياء الديوان : مصدر سبق ذكره ،ص٢٤-٢٥

٢-١-٤ مبادئ إستراتيجية التعلم المبرمج

حدد (فاخر عاقل).[١] ، (سلمان عاشور الزبيدي).[٢] ، المبادئ التي ترتكز عليها إستراتيجية التعلم المبرمج هي:-

١- مبدأ الخطوة خطوة.

٢- اعتماد الطالب على نفسه يعطيه مسؤولية التركيز وفهم وتذكر ما يتعلمه.

٣- يمكن لكل طالب أن يتقدم بسرعته الخاصة وفقاً لقدراته واستعداداته.

٤- يتعلم الطالب بسرعة أكثر حسب ما يحصل من قوة التعزيز ومعرفته للنتائج في كل خطوة .

٥- أتقان الخطوات المتدرجة يؤدي بالنهاية إلى النتيجة العامة المطلوبة.

٢-١-٢-٤ أهمية إستراتيجية التعلم المبرمج

ذكر كل من (محمد سعد وآخرون ،٢٠٠١).[٣] ، (جمال الدين ،١٩٩٧).[٤] ، (ابو النجا ، ٢٠٠٥).[٥] ، و(الوقفي وآخرون ، ١٩٩٧).[٦] أن أهمية التعلم المبرمج يتمثل بما يأتي:-

١- يساهم في سرعة التعلم.

٢- يساعد في اقتصاد زمن التعلم والجهد المبذول.

٣- يساعد على مواجهة الإعداد المتزايد من المتعلمين.

٤- يساعد على مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين.

٥- يساعد على أثارة حماس المتعلمين وتشويقهم للعمل بالدرس بفاعلية

٦- يوفر للطالب التغذية الراجعة من خلال ما يقدمه المدرس من تعزيز عند الإجابة الصحيحة.

٧- يساعد المتعلم على اكتساب مهارات التعلم الذاتي تدريجياً.

٨- إيجابية المتعلم في علاقته بالمادة التعليمية وتفاعله المستمر.

---

(٧) فاخر عاقل : معجم علم النفس ، ط ١ ، بيروت ، دار العلم للملايين ، ١٩٨٤، ص ٢٥٢.

(٨) سلمان عاشور ال الزبيدي : التربية المقارنة (اتجاهات تربوية عالمية معاصرة) ، منشورات جامعة الجيل العربي ، ط١، الزنتان ، ليبيا ،١٩٩٧، ص٣٨.

(٣) محمد سعد زغلول وآخرون : تكنلوجيا التعلم وأساليبها في التربية الرياضية ، ط١ ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ٢٠٠١، ص٦١.

(٤) جمال الدين الشافعي : التعليم المبرمج في التربية البدنية والرياضية ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٧، ص٢١٠.

(٥) أبو النجا أحمد عز الدين : طرق تدريس التربية الرياضية ، ط١ ، مصر ، مطبعة جامعة المنصورة ، ٢٠٠٥، ص١٢٦.

(٦) راضي الوقفي وآخرون : التخطيط الدراسي ، ط١، عمان ، ١٩٩٧، ص٢٠٢.

٢-١-٥ دور المدرس في إستراتيجية التعلم المبرمج

يختلف دور المدرس في التعلم المبرمج عن دوره في التعليم المتبع لأن مهمته التعليمية تتقلص وتزداد مهماته الإدارية ، ويرى كل من (نوال إبراهيم ، ميرفت علي خفاجة).[١] ، و(حسين الطوبجي).[٢] ، و(لمياء الديوان).[٣]

إن من أهم مهمات المدرس ما يأتي :-

١- يخطط ويصمم المواد التعليمية اللازمة لنشاطات الطالب ، ويرتب مراحل الدرس ونشاطاته.

٢- يُقّوم أعمال الطلاب ونشاطاتهم.

٣- يشخص الأخطاء والصعوبات التي يعاني منها الطلاب إثناء التعلم.

٤- يختار المادة العلمية التي يتناولها الطلاب كما يختار الأهداف السلوكية.

٥- يهيئ الوسائل التعليمية التي يستخدمها المتعلمون.

٦- يقوم بدور الموجه والمرشد للمتعلم الذي يعينه على كيفية استخدام هذا البرنامج والسير فيه.

٧- يعد المبرمج الذي يرجع أليه المتعلم كلما واجه صعوبة أثناء عملية التعلم.

٢-١-٦ التعليم والتدريب في رفع الأثقال :

إن عملية تعلم وتطوير المستوى الدائم والمستمر في رفع الأثقال وارتفاع المستويات العلمية يتطلب ولا ريب تهيئة منظمة وبصورة جيدة اذ إن هناك عددا كبيرا من العناصر التي تؤثر على تطوير وارتفاع المستوى ومن خلال التدريب المنظم والصحيح يمكن الحصول على المستويات الرياضية العالية برياضة رفع الأثقال [٤]. إن مثل هذه المعلومات حول تنظيم وتخطيط العملية التدريبية يمكن الاعتماد عليها بدرجة كبيرة في تعلم وتدريب المبتدئين في النوادي ومراكز التدريب .

إن المبادئ الأساسية لعملية تعلم وتدريب رفع الأثقال هي :[١]

١ . مبدأ الجوانب المتعددة :

إن هذا المبدأ قد ازدادت أهميته في السنوات الأخيرة بصورة خاصة ويفهم من هذا الاصطلاح تطوير الشخصية الكاملة للرباع حيث إن المقصود في ذلك هو تنمية وصقل الصفات الجسمية الجيدة والإدارة وكذلك الجوانب الخلقية والتربوية من اجل التطوير لنسق الجسم كاملا والتأثير المشترك لجميع العناصر في مراحل

---

(١) نوال ابراهيم شلتون ، ميرفت علي خفاجة : مصدر سبق ذكره ، ص١٤٨.

(٢) حسين الطوبجي : وسائل الاتصال والتكنلوجيا في التعلم ، ط٢، الكويت ، دار التعلم ، ١٩٨٣،

(٣) لمياء حسن الديوان : مصدر سبق ذكره ، ص١٩.

(٤) صادق فرج ذياب " رفع الأثقال :(بغداد،المكتبة الوطنية ،١٩٨٦)ص٨٧.

(١) صادق فرج ذياب " المصدر السابق .ص٨٨.

التطور على هذا الأساس فقد يمكن إن يصل إلى المستويات العالية ويحصل بالتالي على القوة والسرعة المطلوبة والقابلية الحركية الجيدة (أي الأداء الفني الأمثل) .

٢ . مبدأ التدرج :

إن هذا المبدأ يكون مهما بالنسبة إلى الناشئين لأنه شرط أساسي ومهم في عملية التدريب, إن تحسين وتطوير القوة والسرعة والمطاولة والقابلية الحركية يجب أن يتم بالتدرج , بحيث إن ارتفاع شدة التحميل يجب أن ترتفع كلما زاد التطبع في إمكانيات الأجهزة الحيوية على التحميل العالي أما ظاهرة التعب الشديد والتذبذب في تطوير المستوى فسببهما هو التأثير السيئ لسرعة ارتفاع شدة التحميل بصورة خاصة , يجب الانتباه إلى الناشئين وعدم تركهم محاولة التمرين بأوزان ثقيلة رغم إن التقدم في التدريب يصاحبه ارتفاع في استخدام أوزان ثقيلة.

٣ . مبدأ التكرار :

يطبق هذا المبدأ دائما في عملية التدريب الرياضي وعن طريق إعادة سير الحركات يبني التكنيك الصحيح ويتم تطوير القوة والسرعة والمطاولة والقابلية الحركية وكذلك سيكتمل العمل اللاإرادي للأجهزة الحيوية حصرا عن طريق التكرار الكافي , حيث إن تعليم تكنيك التمرين بصورة خاصة لا يتم عن طريق التكرار وخلال التدريب يتحول سير الحركات إلى الانسيابية الحركية اذعرف (نبيل محمود ٢٠٠٧) "الانسيابية الحركية" بأنها أحد مضاهر التوافق الحركي الجيدة التي تؤدى بدون توقف آو حدوث زوايا حادة في مسارها الحركي بل تظهر المسارات على شكل أقواس عند رسم تلك المسارات ، ويضهر فيها جمال الحركة عند اللاعب الممارس(٢). في الأداء ولهذا فمن النادر ما يركز الرياضيون المتقدمون على سير الحركات (وهذا لا يعني إن عمليات التعليم قد انتهت بالنسبة إلى الرياضيين المتقدمين) إن الرباعيين المتقدمين يركزون على استخدام القوة عند أداء التمرين حيث يجب إن يحدد عدد مرات التكرار بوزن معين .

٤ . مبدأ التصرف الفردي للرباع :

إن هذا المبدأ متأت من طبيعة الاختلافات الفردية بين الرباعيين في التدريب ومن البداية بوضع التكنيك طبقا للميزات الفردية لكل رباع (ثني أو فتح الرجلين , عرض المسكة , مقدار زاوية المفاصل في وضعية البداية ..... والى أخره , حيث إن درجة بناء المجاميع العضلية والقابلية الحركية في أجزاء الجسم والناحية العصبية تلعب دورا في تعيين واختيار التكنيك وتخطيط التدريب.

(٢) محاسن رضا احمد " مصدر سابق . ص٧٧

٥ . مبدأ العرض :

يعتبر مبدأ العرض أو الإيضاح مهما لعمل المدرب وبصورة عامة عند تعليم تكنيك أداء الرفعات أو التمارين , فالمبتدئ يتعلم بسرعة وبفعالية عالية إذا رأى أمثلة كعرض التمرين أو

٢ . ٢ الدراسات المشابهة :

٢ . ٢ . ١ دراسة (نعمان هادي عبد علي)[١] ٢٠٠١ – ٢٠٠٢ :

عنوان الدراسة : (اثر تقنيات الحاسوب في تعلم أداء رفعة الخطف برفع الأثقال)

أهداف الدراسة :

وضع منهج تعليمي بالحاسوب لتعليم افراد (المجموعة التجريبية) رفعة الخطف برفع الأثقال.

بيان افضلية أداء عينة البحث للمجموعتين (الضابطة والتجريبية) لرفعة الخطف عند استخدام أسلوب العرض بالحاسوب أو أسلوب عرض الانموذج الحي (الاسلوب الاعتيادي) .

منهجية الدراسة :

تم استخدام المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية ذات الاختبار القبلي والبعدي .

عينة الدراسة من طلاب المرحلة الأولى في كلية التربية الرياضية / جامعة بابل للعام الدراسي.

الاستنتاجات :

المنهج التجريبي المطبق على المجموعة التجريبية (المستخدم فيه الحاسوب) له اثر إيجابي في تعليم رفعة الخطف برفع الأثقال .

أثبتت النتائج أفضلية المنهاج التعليمي المطبق على المجموعة التجريبية مقارنة مع المنهج التعليمي الاعتيادي المستخدم من قبل المجموعة الضابطة في تعليم رفعة الخطف برفع الأثقال.

٣- أجراءات البحث

٣- منهج البحث واجراءاته الميدانية

٣-١ منهج البحث

أختار الباحثان المنهج التجريبي لملاءمته مع مشكلة البحث ، إذ إن المنهج التجريبي يعطي نتائج حقيقية ملموسة عن تأثير الأساليب التعليمية وإن " ما يميز النشاط العلمي الدقيق هو استخدام التجربة "[١] إذ "يتميز

---

١ نعمان هادي عبد علي " اثر تقنيات الحاسوب في تعلم أداء رفعة الخطف برفع الأثقال : (رسالة ماجستير , جامعة بابل , كلية التربية الرياضية , ٢٠٠٢)

١- وجيه محجوب : طرائق البحث العلمي ومناهجه ، بغداد ، دار الحكمة للطباعة ، ١٩٩٣،ص٣٣.

المنهج التجريبي عن غيره من المناهج العلمية بقدرته على التحكم والضبط في مختلف العوامل التي يمكن أن تؤثر في السلوك المدروس "[1].

٣-٢ مجتمع البحث وعينته

تم تحديد مجتمع البحث بطلاب السنة الدراسية الاولى بسكول التربية الرياضية جامعة السليمانية للعام الدراسي (2015-2016) بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (٢٠) طالبا. وتم اختيار عينة البحث بواقع (١٠) طالبا من كل شعبة دراسية عشوائياً عن طريق القرعة وذلك على شكل ، شعبة (أ) مثلت المجموعة التجريبية (النوع المتشعب) ، وشعبة (ب) مثلت المجموعة الضابطة وبذلك اصبحت العينة بواقع (١٠) طالبا للمجموعة التجريبية و(١٠) طالبا للمجموعة الضابطة ثم تم إجراء التكافؤ لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في الانجاز لمراحل لرفعة الخطف وتم تطبيق (١٠) وحدات تعليمية لكلا المجموعتين (التجريبية والضابطة) بواقع تطبيق وحدتين تعليميتين في الاسبوع الواحد .

٣-٣ التصميم التجريبي

"ان عملية اختيار التصميم التجريبي للبحث امراً ضرورياً في كل بحث تجريبي وهو يهي للباحث السبل الكفيلة للوصول الى النتائج المطلوبة".[2] أذ استخدم الباحث التصميم التجريبي الذي يطلق عليه (تصميم المجموعة العشوائية الاختيار ذات الاختبار القبلي والبعدي) لاختيار فروض متغير الانجاز .

٣-٤ الأدوات والأجهزة ووسائل جمع المعلومات

١. سيت رفع الاثقال

٢. عصا خشبية عدد (٢٠)

٣. طبلة رفع الاثقال تدريبية عدد (١٠) بارتفاع مختلفة .

٤. اقراص حديدية مختلفة الاوزان.

٣-٥ الوحدات التعريفية:

قام الباحث بتطبيق وحدتين تعريفيتين على عينة البحث (التجريبية و الضابطة) بتاريخ (٢٦-٢٠١٥/١٠/٢٧) والتي تناولت تطبيق عدد من التمارين لرفعة الخطف وبالطريقة الكلية وذلك قبل اجراء الاختبار القبلي.

٢-ابراهيم عبد الخالق : التصاميم التجريبية في الدراسات النفسية والتربوية ، عمان ، دار عمار للنشر ، ٢٠٠١،ص١٤٨.

٢- عبد الجليل ابراهيم الزوبعي و محمد احمد الغنام " مناهج البحث في التربية : (مطبعة التعليم العالي ، ج١،بغداد ، ١٩٨١) ص١٠٢.

٣-٦ الاختبار القبلي للانجاز:

قام الباحث بقياس الانجاز لمراحل رفعة الخطف لعينة البحث (التجريبية والضابطة) في يوم (الاحد) الموافق (٢٠١٥/١٠/٢٨) وذلك بحضور ثلاثة حكام في قاعة الاثقال بسكول التربية الرياضية – جامعة السليمانية اذ اعطى لكل طالب ثلاث محاولات وفق القانون الدولي لفعالية رفع الاثقال وتسجيل نتائجهم في الاستمارة خاصة لهذا الغرض.

٣-٧ التجربة الاستطلاعية :

قبل تطبيق وحدات المنهج المعد تم أجراء التجربة الاستطلاعية للاسلوب المستخدم بنوع المتشعب وذلك بتاريخ (٢٠١٥/١٠/٢٩) اذ تساعد هذه التجربة على تنقية الاجواء التي تتلائم مع التعليم المبرمج وذلك على عدد من الطلاب السنة الدراسية الاولى بسكول التربية الرياضية – جامعة السليمانية والبالغ عددهم (٥) والذين تم استبعادهم من التجربة الرئيسة

وذلك للتعرف على اهم الملاحظات والمعوقات التي قد تجابه اسلوب (التعلم المبرمج) بالنوع المتشعب وللاغراض الاتية:

- **التأكد من سيطرة مدرسا المادة لاخراج الدرس بنوع (المتشعب).**
- **مدى صلاحية وكفاية القاعة والادوات المستخدمة في البحث.**
- **معرفة متوسط الزمن المستغرق لتطبيق الوحدة التعليمية .**
- **التعرف على الصعوبات المتوقعة عند تنفيذ الدرس ووضع الحلول لها عند تنفيذ التجربة.**

واسفرت نتائج التجربة الاستطلاعية للاسلوب المستخدم ما يأتي:

- **امكانية المدرس على القيام بتدريس هذا الاسلوب لاجراء التجربة.**
- **القاعة والادوات صلاحيه .**
- **الوقت المتخصص للتمارين داخل الوحدة التعليمية كفاية**

٣-٨ المنهج التعليمي:

بعد تقسيم العينة الى مجموعتين (تجريبية وضابطة) لتطبيق مراحل رفعة الخطف لفعالية رفع الاثقال باسلوبين (التعلم المبرمج والتقليدي) تضمن المناهج التعليمية (٢٠) وحدة تعليمية للمجموعتين التجريبية والضابطة بواقع تطبيق (١٠) وحدات تعليمية لكل اسلوب، حيث استغرقت التجربة الفعلية (٥) اسابيع وزعت خلالها الوحدات التعليمية بشكل مكثف اي بواقع تطبيق وحدتين تعليميتين في الاسبوع لكل مجموعة ، وكان زمن الوحدة التعليمية الواحدة (٩٠) دقيقة وهو مقارب من زمن المحاضرات المتخصص في السكول.

٣-٩ التجربة الأساسية :

بعد الانتهاء من الاختبارات القبلية والتأكد من صحة وسلامة الإجراءات المنفذة ثم تطبيق مفردات البرنامج التفاعلي ميدانيا بتاريخ (٢٠١٥/١١/١) واستمر لغاية (٢٠١٥/١٢/١) . اما المجموعة الضابطة فقد خضعت للأسلوب المتبع في تعليم المراحل ولا يوجد اختلاف بين مجموعتي البحث سوى في الجزء التعليمي من الدرس .

وعند تطبيق التجربة الأساسية تم مراعاة ماياتي :

. الالتزام بالتوقيتات المحددة لكل جزء من أجزاء الدرس .

. يتم التعلم تحت إشراف وتوجيه المدرس وبالتفاعل معه ومع الكتيب .

٣-١٠ المنهج بالتعلم المبرمج (المتشعب)

تم إجراءات العمل بهذه الإستراتيجية النوع المتشعب الذى ينص على وهو النوع الذى تكون أطار المعلومات اكبر حجما وتعقبها أسئلة وتطرح بعدها إجابات عديدة واحدة فقط هي التي تكون صحيحة وهذا ما يمثل الاختيار من متعدد وتختار الإجابات فيه ،وعندما يتوصل المتعلم إلى الإجابة الصحيحة يقدم له البرنامج أطارا جديدا يؤكد له تبريرا لإجابته الصحيحة ، ثم يزوده بمعلومات جديدة وإما إذا اخطأ فيتم تزويده بمعلومات أضافية قبل السماح له بمتابعة الدرس ، اما النوع الخطى ينص على وهو النوع الذى يحتوي على عدد كبير من الخطوات الصغيرة في عرض المهارة أو المعلومة ، وتأتي التمارين والأسئلة مبرمجة بطريقة لا تسمح سوى بإجابة واحدة صحيحة وبعد أن يعطي المتعلم الإجابة ، تعرض عليه الإجابة الصحيحة مباشرتا فإذا كان هناك عدم توافق بين الإجابتين قام المتعلم بإعادة التجربة قبل السماح له بالانتقال إلى الجزء التالي ، أما إذا تطابقت الإجابة يسمح له فورا بالانتقال إلى الجزء التالي .ومن خلال تقسيم (موضوع الدرس) إلى إطارات صغيرة مترابطة ومتدرجة ضمن الكتيب المبرمج حيث يتم خلال كل وحدة تعليمية (بالتعلم المبرمج) ، وقبل بداية القسم التحضيري ، تم جلوس الطلاب بجانب القاعة ، وإعطاء كل طالب الوحدة التعليمية المقررة حسب ما يقتضيه الموقف التعليمي وكذلك الاجوبة على الاطارات التى يتظمنها ذلك الوحدة ، حيث تم صياغة المواضيع الدراسية على شكل إطارات صغيرة مترابطة ومتدرجة ضمن الكتيب المبرمج ، بحيث يكون الإطار على شكل معلومة تصاغ على هيئة سؤال يقدم لكل طالب ويتطلب الإجابة عنه ، وهناك خيارات أو بدائل مختارة لدى الطالب تكون في الجانب الأيسر من نفس الصفحة ، وعليه اختيار الإجابة الصحيحة ، فإذا كانت إجابة الطالب صحيحة ينتقل إلى الإطار الذي يليه بعد أن يكون قد تلقى التعزيز الفوري ، وذلك بتعريفه بصحيح إجابته من عدمها ، كذلك يقارن الطالب أجابته بالإجابة الصحيحة المخفية ، حتى يتم التأكد من صدق الإجابة ، فإذا أخطأ المتعلم في اختيار الإجابة الصحيحة فمن خلال المدرس ، والكادر المساعد تقديم إطارات ثانوية (علاجية) تسهل محتوى الإطار

السابق ، وتساعد الطالب على اختيار الاستجابة الصحيحة ، حتى يضمن له الانتقال إلى الإطار الآخر ، وهذه الإجراءات تمت قبل القسم الإعدادي ، وبعدها ينتقل الطلاب إلى التطبيق الوحدة التعليمية حسب تسلسلها.

٣-١١ المجموعة الضابطة :

تم تدريس المجموعة الضابطة بالاسلوب (التقليدي) وكالاتي:

ينفذ مدرس المادة اهداف الدرس من غير الاستعانة بالطلاب ، حيث لاتوجد تفاعل مباشر بين الطلاب،ويكون المدرس هو المسوؤل المباشر في أعطاء التغذية الراجعة للطلاب.وقد تم تطبيق التجربة. على ان يكون الاحماء العام والخاص وتمارين التهدئة هي نفسها التي تطبق على مجاميع البحث

٣-١٢ الاختبارات البعدية:

تم أجراء اختبار البعدي للانجاز بعد الانتهاء من تنفيذ المناهج التعليمية وذلك بقياس الانجاز) في يوم واحد بتأريخ (٢٠١٥/١٢/٣) الموافق يوم الاحد وعند تطبيق الاختبارات والقياسات البعدية عمل الباحثان قدرالامكان توفير شروط تطبيق الاختبارات القبلية من حيث الظروف المكانية والزمانية والادوات نفسها وتقويم من قبل المحكمين (المقومين) نفسهم .

٣-١٣ الوسائل الاحصائية :

استخدم الباحث الوسائل الاحصائية الاتية : [١]

علماً ان الباحث استخدم الحاسوب الالكتروني وفق نظام spss.

الوسط الحسابي .

الانحراف المعياري.

النسبة المئوية

اختبار (ت) المستقلة

(١) وديع ياسين التكريتي، وحسن محمد العبيدي : التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في التربية الرياضية ، الموصل ، دار الكتب للطباعة ، ١٩٩٩، ص٢١٤.

٤ – عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

الجدول (١)

عرض الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ومستوى الدلالة للمجموعتين (التجريبية والضابطة) في الاختبارات القبلية

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة (*)
		الاختبار القبلي		الاختبار القبلي			
		$\bar{س}$	± ع	$\bar{س}$	± ع		
الانجاز	كغم	٤٣,٠٠	٩,٧٨	٤٣,٠٠	٨,٥٦	٠,٠٠٠	١,٠٠

(*) ملاحظة / الدلالة الاحصائية اقل من (٠,٠٥) الفرق معنوى.

بين من الجدول (١) بأن الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة بلغ (٤٣,٠٠) وبانحراف معياري (٨,٥٦) ، اما للمجموعة التجريبية فبلغ الوسط الحسابي (٤٣,٠٠) وبانحراف معياري (٩,٧٨) ولمعرفة الفرق استخدم الباحث أختبار (t) حيث بلغت قيمة (t) المحسوبة (٠,٠٠٠) ، ولكون مستوى الدلالة (١,٠٠) اكبر من (٠,٠٥) لذلك كانت الفرق غير معنوى .

الجدول (٢)

عرض الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ومستوى الدلالة للمجموعتين (التجريبية والضابطة) في الاختبارات البعدية

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة (*)
		الاختبار البعدية		الاختبار البعدية			
		$\bar{س}$	± ع	$\bar{س}$	± ع		
الانجاز	كغم	٦٣,٥٠	٩,٤٤	٥٧,٠٠	٧,٥٣	١,٧٠	٠,١٠٦

(*) ملاحظة / الدلالة الاحصائية اقل من (٠,٠٥) الفرق معنوى.

يبين من الجدول (٢) بأن الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة بلغ (٥٧,٠٠) وبانحراف معياري (٧,٥٣) ، اما للمجموعة التجريبية فبلغ الوسط الحسابي (٦٣,٥٠) وبانحراف معياري (٩,٤٤) ولمعرفة الفرق استخدم الباحث أختبار (t) حيث بلغت قيمة (t) المحسوبة (١,٧٠) ، ولكون مستوى الدلالة (٠,١٠٦) اكبر من (٠,٠٥) لذلك كانت الفرق غير معنوى .

الجدول (٣)

عرض الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ومستوى الدلالة للمجموعة (التجريبية) في الاختبارات القبلية والبعدية

المتغيرات	المجموعة التجريبية				قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة (*)
	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي			
	$\bar{س}$	± ع	$\bar{س}$	± ع		
الانجاز	٤٢,٥٠	٩,٢٠	٦٣,٥٠	٩,٤٤	٥,٠٤	٠,٠٠٠

(*) ملاحظة / الدلالة الاحصائية اقل من (٠,٠٥) الفرق معنوى.

يبين من الجدول (٣) بان الفرق معنوى اى وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية ولمعرفة الفرق استخدم الباحث أختبار (t) حيث بلغت قيمة (t) المحسوبة (٥,٠٤) ، ولكون مستوى الدلالة (٠,٠٠٠) اقل من (٠,٠٥) لذلك كانت الفرق معنوى .

الجدول (٤)

عرض الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ومستوى الدلالة للمجموعة (الضابطة) في الاختبارات القبلية و البعدية

المتغيرات	المجموعة الضابطة				قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة (*)
	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي			
	$\bar{س}$	± ع	$\bar{س}$	± ع		
الانجاز	٤٣,٠٠	٨,٥٦	٥٢,٠٠	٨,٨٨	٢,٣١	٠,٠٣

(*) ملاحظة / الدلالة الاحصائية اقل من (٠,٠٥) الفرق معنوى.

يبين من الجدول (٤) بان الفرق معنوى اى وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة ولمعرفة الفرق استخدم الباحث أختبار (t) حيث بلغت قيمة (t) المحسوبة (٢,٣١) ، ولكون مستوى الدلالة (٠,٠٣) اقل من (٠,٠٥) لذلك كانت الفرق معنوى .

٤-٢ مناقشة النتائج

اتضح من الجدول (٢) تحقيق كلا الاسلوبين المبرمج المتشعب والمجموعة الضابطة فروقا غير معنوية بين الاختبارات البعدية ، وهذا يؤكد على أن استراتيجية التعلم المبرمج المتشعب لها القدرة على زيادة التحصيل والفهم للطالب وأدراكه العلاقة بين الحقائق التي سبق أن تعلمها ، واستعملها في مواقف جديدة ، ويرى

(Ausutel) ، إن " التعلم المبرمج هو أحد صور التعلم المبنية على الاستكشاف "[1]. كما أشار (Morgan) إلى إن " العوامل التي تزيد من مقدار (استبقاء) المادة الدراسية بعد تعلمها هي الدافعية ، و تنظيم المادة الدراسية وطريقة الدراسة "[2]. وهذه العناصر متوفرة في التعلم المبرمج ، حيث إن إستراتيجية التعلم المبرمج (المتشعب)، تخضع لسلسلة من الإجراءات ، وذلك من خلال تحديد الأهداف ، وصياغتها التي يراد بلوغها بدقة ، وتنظيم محتويات المادة بالأسلوب المنطقي ، والسايكلوجي ، وهذا ما سهل عملية تفهم وتعلم مراحل الرفعة. ويؤكد (كيج ، وبيرليند) ، إن " عملية التعلم المبرمج تعمل على زيادة قدرة الطالب على تحمل المسؤولية في تعلمه ، ومساعدته ليصبح متعلماً مستقلاً سواء بتوجيه مباشر أو غير مباشر ، وكذلك يهدف التعلم المبرمج إلى تزويد المتعلم بأساليب التفكير ، والتعلم باتجاهات ذهنية نحو استقلالية العمل المعرفي "[3]. فيما يؤكد (عمر محمود) ،" ينبغي توجيه العملية التعليمية نحو المتعلم واحتياجاته ، وقدراته في اطار بيئته ، وظروفه وسماته الشخصية ، بدلاً من أن تكون موجهة نحو موضوع المادة التعليمية نفسها ، لأن العملية التعليمية ليست نشاطاً أو طرفاً عابراً موقوتاً ، وإنما هي عملية مستديمة تصاحب الإنسان مدى الحياة ، سواء كانت في أطار التعلم النظامي أم غير النظامي ، ولكي يكون كذلك ، لا بد من خلق آليات التعلم الذاتي واتجاهاته لدى المتعلم "[4] كذلك يذكر (محمد صبري وآخرون) ،" إن الفرد لا يستطيع تعلم مهارة من المهارات إلا بممارستها ، لذا فإن المتعلم لا تزداد كفاءته ولا ينموا إتقانه إلا بالممارسة ، فالجهد الذاتي هو وحده المسؤول على التنمية المعرفية والأدائية للطلاب ، إذ بمقدار الجهد المبذول في التعلم يكون مقدار إجادته معرفة وتطبيقاً "[5].

وفي هذا الصدد ومن خلال نتائج البحث ، يرى الباحث إن :-

إستراتيجية التعلم المبرمج في أطار التعليم الجامعى ، يكون بتهيئة المواقف التعليمية على النحو الذي يستثير دوافع الطالب نحو التعلم ، في الاعتماد على نفسه في تعلمه ، لأن المتعلم ليس مجرد متلق سلبي لمحتوى التعلم ، فنجاح العملية التعليمية مرهون بمدى تفاعل الفرد مع المادة التعليمية وخبراته ، مما يوفر له أكبر قدراً من المشاركة في مادة تعلمه ، فضلا عن قدرته على تقييم أجابته بنفسه نحو تحقيق الهدف. اذ تقوم إستراتيجية التعلم المبرمج بتنظيم محتويات المادة بأسلوب منطقي ، مما يجعل عملية التعليم أكثر فاعلية ، كما إن تقسيم المادة الدراسية ، على شكل خطوات أو إطارات متسلسلة تكون من السهل إلى الصعب ومن المحسوس إلى

1- Ausutel ,D.P: Educationl psychology ,Acognative view, Newyourk.1968,p.34. USA

2- Morgan ,C.F : Introduction to psy chology d , ,HiLL. Newyourk.1978,P.21. USA

3- Kage, N. and Berliner : Education of programmed in structoni, London , Longmans ,1977,P.514. Britha.

٢- عمر محمود غباين : التعلم الذاتي بالحقائب التعليمية ، ط١، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان ، ٢٠٠١،ص٢٧.

٣- محمد صبري وآخرون : علم النفس التجريبي ، المطابع الأهلية ، ١٩٨٧ ، ب ص٨٩. القاهرة

المجرد ، وعدم الانتقال من مستوى إلى آخر إلا بعد إتقان المستوى الأول ، بحيث يزيد من صدور الاستجابة الصحيحة بصورة مستمرة من قبل الطالب ، وهذا ما أكده (بشير عبد الرحيم) " إن هذا النوع من التعليم يتم تقسيم المادة التعليمية إلى مواقف صغيرة ، بحيث يسهل تعلمها وتعليمها ، وتكون فرص النجاح فيها ميسورة ، ولا يتم تعليم المادة دفعة واحدة ، وبذلك تقل فرص الفشل "[١]. كما إن دور التغذية الراجعة ، التي تعد أحدى المبادئ الأساسية في التعلم المبرمج ، سهلت عملية التعلم والفهم ، حيث إن الاستجابة الصحيحة التي تعزز ، يتم تثبيتها مما يؤدي إلى تحسين في الأداء. وهذا ما أكده (عمر محمود ،٢٠٠١) ، بان " التعلم الذاتي المبرمج يعتمد على مبدأ التغذية الراجعة والتعزيز الفوري للتعلم ، في أثناء كل خطوة يخطوها خلال تعلمه "[٢]. ومن جهة اخرى يعزو الباحث السبب الى ان تسلسل صور عرض مراحل الرفعة بالتدرج العلمي الصحيح في الكتيب التي صممت من قبل الباحث بنوع (المتشعب) جعلت هناك نوعا من التشويق والانجذاب نحو التعلم مع دور مدرس المادة في التوجيه , ويشير (عصام) إلى " إن المناقشة والتوجيه الذي يقوم به المدرس أثناء عملية عرض وإيضاح المهارات بواسطة الصور تساعد على زيادة إدراك الطالب لأهمية وكيفية الأداء الصحيح للنشاط المطلوب[٣]

اما بالنسبة للمجموعة الضابطة الذي ينعدم فيه الاطارات و الصور والنماذج الحركية مقارنته بالمجموعة التجريبية حيث ليس بمعناه لم ادى الى التطور بالعكس تطورت ايضا ، حيث ان الطريقة التقليدية اثبتت فاعليته فى تطوير الانجاز لدى عينة البحث لان كل اسلوب لها سلبياته وايجابياته وكذلك نوع المهارة الذي يتم تعليمه لها تأثير ايضا . اذ يشير (نبيل محمود) الى "ان الاساليب تؤثر على سرعة التعليم وعلى درجة الاشباع في التعلم" [٣] .انطلاقاً الى ما تقدم فان الاسلوب المستخدم له ايجابيات ومميزات عديدة ومن خلال تلك المميزات والايجابيات التي يرجع فيها الباحث السبب في هذا التطور، بأن افراد عينة المجموعتين (الضابطة والمتشعبة) من خلال ممارسة اسلوبى التعليم المبرمج والتقليدي تاثر استراتيجيتهما بافراد المجموعتين " [٤] .

يبين من الجدول (٤،٣) وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية الذى حققها كل من الاسلوب المتشعب والمجموعة الضابطة فروقا معنوية ولمصلحة الاختبارات البعدية ، ويؤكد (البياتي) " تهيئة كافة الظروف والأجواء التعليمية المناسبة مع إدخال تقنية حديثة وتوظيفها في عملية تعلم المهارات الرياضية يكون له الأثر الكبير والإيجابي في تطور عملية التعلم فضلاً عما يوفره المنهاج التعليمي من مناخ تعليمي جيد يتيح

١- بشير عبد الرحيم : التكنلوجيا في عملية التعليم والتعلم ، ط١، دار الشروق ، عمان ، ١٩٨٨، ص٢٠٤.

٢ -عمر محمود غباين، المصدر السابق نفسه ، ص٤١.

٣- عصام عبد الخالق،: التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات، ط٢، منشأة المعارف، القاهرة ،٢٠٠٥ .ص١١٣

١- نبيل محمود شاكر " معالم الحركة الرياضية والنفسية والمعرفية :ط١ (العراق ،ديالى ،مطبعة المتنبي ،٢٠٠٧) . ص٩٨

٢ -نادر فهمي الزيود وآخرون " التعلم والتعلم الصفي , ط٤ : (دار الفكر , عمان , ١٩٩٩) ص ١٨٧ .

للطلاب فهم المعارف و استيعابها والمعلومات العامة بالرفعات الاولمبية بصورة أفضل وبرفعة الخطف بصورة خاصة، إذ تعد استخدام الاساليب سوا كانت بطريقة التقليدية او العرض عن طريق تقنية (الكتيب المبرمج) طرائق جذابة وشيقة وسهلة، التي يصعب عرضها بالأسلوب التعليمي الامري وذلك ما ادى الى التطور في الانجاز[1] ويرى الباحث ان هناك تفسيراً اخر لهذه النتيجة وهو ان طبيعة الاسلوب المستخدم واجراءاته تعد سبباً في زيادة الانجاز ، اذ يفرض على كل طالب ان يعمل حسب قدراته الذاتية مقارنتة مع زملاء مجموعته في تطبيق وتعليم مراحل رفعة الخطف بالاثقال المقررة داخل المنهج المعد من أجل التنافس مع زملائه وبالتالي يؤدى الى تحسين الانجاز.

٥- الاستنتاجات والتوصيات

٥-١ الاستنتاجات

بعد معالجة البيانات الاحصائية توصل الباحثان الى الاستنتاجات الاتية:

- اثبتت إستراتيجية التعلم المبرمج (المتشعب) والتقليدي فاعليتهما في تطوير الانجاز لرفعة الخطف بالاثقال لدى عينة البحث بسكول التربية الرياضية – جامعة السليمانية .
- عدم وجود فروق معنوية بين الاسلوبين في تطوير الانجاز في الاختبارات البعدية .

٥-٢ التوصيات

- الاستفادة من مميزات إستراتيجية التعليم المبرمج بنوع (المتشعب) في تطوير الانجاز لرفعة الخطف بالاثقال .
- التأكيد على أستخدام الاسلوب الامرى في تطوير الانجاز لرفعة الخطف .
- ضرورة بيان واقع وأهمية الطرائق والاساليب التدريسية والتعليمية الحديثة في تطويرالانجاز للفعاليات والالعاب الرياضية بصورة عامة ومهارة رفعة الخطف برفع الاثقال بصورة خاصة.
- إجراء دراسة امكانية استخدام التعليم المبرمج بالنوع (الخطي) في تطوير الانجاز لرفعة الخطف بالاثقال.

---

١ – وسام توفيق حمادي البياتي: تأثير منهج باستخدام الحاسوب في تعليم الأداء المهاري و المعرفي لبعض المهارات الأساسية بكرة القدم، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل،٢٠٠٥ .ص٥٣

المصادر

- ابراهيم عبد الخالق : التصاميم التجريبية في الدراسات النفسية والتربوية ، عمان ، دار عمار للنشر ، ٢٠٠١
- أبو النجا أحمد عز الدين : طرق تدريس التربية الرياضية ، ط١ ، مصر ، مطبعة جامعة المنصورة ، ٢٠٠٥
- احمد السيد عبد الحميد : تعلم الرواسم والعلاقات ، ط١ ، القاهرة ، دار النهضة العربية ، ١٩٧٦
- بشير عبد الرحيم : التكنلوجيا في عملية التعليم والتعلم ، ط١، دار الشروق ، عمان ، ١٩٨٨
- جمال الدين الشافعي : التعليم المبرمج في التربية البدنية والرياضية ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٧
- جمال الدين الشافعي : التعليم المبرمج في التربية البدنية والرياضية ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٧٧
- حسين الطوبجي : وسائل الاتصال والتكنلوجيا في التعلم ، ط٢، الكويت ، دار التعلم ،١٩٨٣
- ديمون مولان موريس : التعليم المبرمج ، (ترجمة) ميثال أبي فاضل بيروت ، منشورات عويدات ، ١٩٨٥
- راضي الوقفي وآخرون : التخطيط الدراسي ، ط١، عمان ، ١٩٩٧،
- سلمان عاشور ال الزبيدي : التربية المقارنة (اتجاهات تربوية عالمية معاصرة) ، منشورات جامعة الجيل العربي ، ط١، الزنتان ، ليبيا ،١٩٩٧
- سلمان عاشور الزبيدي : اتجاهات تربوية عالمية معاصرة ، منشورات جامعة الجبل العربي ، ليبيا ، ١٩٩٧
- صادق فرج ذياب " رفع الأثقال :(بغداد،المكتبة الوطنية ،١٩٨٦)
- عبد الجليل ابراهيم الزوبعي و محمد احمد الغنام " مناهج البحث في التربية : (مطبعة التعليم العالي ، ج١،بغداد ، ١٩٨١)
- عبد الحميد شرف " تكنولوجيا التعليم في التربية الرياضية ,ط١ (القاهرة , مركز الكتاب للنشر, ٢٠٠٠)
- عبد الله عبد الدايم : التربية عبر التاريخ ، بيروت ، دار العلم للملايين ، ١٩٧٥
- عثمان لبيب فراج : مقال في التعليم المبرمج ، التربية المقارنة (صحيفة التخطيط التربوي في البلاد العربية) ، ١٩٦٧
- عصام عبد الخالق " التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات , ط٢ : (القاهرة , منشاة المعارف , ٢٠٠٥)
- عصام عبد الخالق،: التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات، ط٢، منشأة المعارف، القاهرة ،٢٠٠٥
- عمر محمود غباين : التعلم الذاتي بالحقائب التعليمية ، ط١، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان ، ٢٠٠١
- عمر محمود غباين : التعلم الذاتي بالحقائق التعليمية ، ط١، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، ٢٠٠١
- عواد جاسم التميمي : طرائق التدريس العامة – المألوف والمستحدث ، ط١، بغداد ، دار الحوراء ، ٢٠١٠
- فاخر عاقل : معجم علم النفس ، ط ١ ، بيروت ، دار العلم للملايين ، ١٩٨٤
- فخر الدين القلا : تقنيات التعليم والوسائل التعليمية ، جامعة دمشق ، مطبعة الاتحاد ، ١٩٩٧
- لمياء حسن الديوان : اساليب فاعلة في تدريس التربية الرياضية ، ط١، البصرة ، مطبعة النحيل ، ٢٠٠٩
- محاسن رضا احمد : برمجة المواد التعليمية ، القاهرة ، ١٩٧٧
- محمد سعد زغلول وآخرون : تكنلوجيا التعلم وأساليبها في التربية الرياضية ، ط١ ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ٢٠٠١،
- محمد صبري وآخرون : علم النفس التجريبي ، المطابع الأهلية ، ١٩٨٧ ، ب ص٨٩. القاهرة
- محمود داود الربيعي ، و سعد صالح محمد أمين : الاتجاهات الحديثة في تدريس التربية الرياضية ، أربيل ، مطبعة منارة ، ٢٠١٠
- نادر فهمي الزيود وآخرون " التعلم والتعلم الصفي , ط٤ : (دار الفكر , عمان , ١٩٩٩)
- نبيل محمود شاكر " معالم الحركة الرياضية والنفسية والمعرفية :ط١ (العراق ،ديالى ،مطبعة المتنبي ،٢٠٠٧) . ص٩٨
- نعمان هادي عبد علي " اثر تقنيات الحاسوب في تعلم أداء رفعة الخطف برفع الأثقال : (رسالة ماجستير , جامعة بابل ,

كلية التربية الرياضية , ٢٠٠٢

- وجيه محجوب : طرائق البحث العلمي ومناهجه ، بغداد ، دار الحكمة للطباعة ، ١٩٩٣
- وديع ياسين التكريتي، وحسن محمد العبيدي : التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في التربية الرياضية ، الموصل ، دار الكتب للطباعة ، ١٩٩٩
- وسام توفيق حمادي البياتي: تأثير منهج باستخدام الحاسوب في تعليم الأداء المهاري و المعرفي لبعض المهارات الأساسية بكرة القدم، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل،٢٠٠٥
- Ausutel ,D.P: Educationl psychology ,Acognative view, Newyourk.1968
- Black man Derek.operant carditioning : An experimental and laiss of beharior , Lond on , Education
- cohen ,I " operant be havior and operant conditioning , chca go , Mccnally
- crowder
- Kage, N. and Berliner : Education of programmed in structoni, London , Longmans , 1977.
- Larry Katz ; The Interactive sports CD-ROM-Amutimedia Tool for the coach and Teacher : (Journal of sport Teahnologv Research Centre)University of NorthFlorida , 2004
- Morgan ,C.F : Introduction to psy chology [d] , ,HiLL. Newyourk.1978
- N.A.An tomatic Hutoring by intrinsic programming , National Education ,1970
- skinner , B.F.Teaching machine and programmed learning ,vol.L.Washing ton ,National Education
- Smith band klatt , R , Standards for lnitiel praq rams in physical Education Teacher Edueation :(National Association For Sport and Physical Education An Association OF The American Alliance For Heaith,Physical Edueation,Reereation and Dance(AAHPERD),October 2001