



تأثير الأسلوب الامري في بعض القدرات البدنية والمهارية في رياضة التنس لدى طلاب كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة

د. اسعد كاظم الخفاجي
مديرية تربية محافظة بابل

ملخص البحث:

ان اهمية هذا البحث تكمن في معرفة تأثير الاسلوب الامري في تطوير القدرات البدنية والمهارية لدى الطلاب كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة بما يتلائم مع قدرات وقابلية الطلاب ومعرفة افضل السبل لتحقيق اعلى مستوى ممكن وباقتصادية اكبر في جهود الطلاب, وقد تجلت مشكلة البحث وجود قصور في وضع برامج تعليمية مقننة للطلاب مما يؤدي إلى عدم الوصول إلى الفورمة الرياضية وان للاسلوب الامري دور بالغ الأهمية في تطوير أداء الطلاب والوصول إلى أفضل المستويات الرياضية.

وان من الاسس الضرورية لعمليتي التعلم والتعليم التي يتبعها المدرسون هو اختيار الطريقة والاسلوب التعليمي المناسب لان الاختيار يشكل الحجر الاساس في التعرف على مواطن القوه والضعف لدى الطلاب لذا حاول الباحث استخدام الاسلوب الامري في تطوير القدرات البدنية والمهارية باسلوب علمي دقيق يراعي الفروق الفردية بين الطلبة و يهدف البحث التعرف على واقع القدرات البدنية والمهارية لدى عينة البحث في رياضة التنس لدى طلاب كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة معرفة تأثير الاسلوب الامري في تطوير القدرات البدنية والمهارية رياضة التنس لدى الطلاب وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي على مجتمع البحث من طلاب كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة المرحلة الثالثة(154) واختار الباحث عينة البحث(50)طالباً



بالطريقة العشوائية قسموا الى مجموعتين متساويتين (40) طالبا ضابطة وتجريبية و(10) طلاب للتجربة للاستطلاعية وقد استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية Spss

وكانت اهم الاستنتاجات هي في ضوء نتائج البحث توصل الي الاستنتاجات التالية :

1. إيجابية استخدام الاسلوب الامري في تحسين النواحي البدنية والمهارية لدي لطلاب العينة قيد البحث .

2. ارتفاع نسبة التحسن في كل من النواحي البدنية والمهارية لدي طلاب العينة قيد البحث.

اما اهم التوصيات من خلال نتائج البحث اوصى الباحث بما يلي :

1. استخدام الاسلوب الامري في وضع البرامج التعليمية للطلاب بما يتناسب مع قدراتهم

واستعداداتهم والاهتمام بتطوير الجوانب البدنية والمهارية والخططية

2. ضرورة توفير الأجهزة والأدوات والملاعب الخاصة برياضة التنس

الكلمات المفتاحية : الاسلوب الامري, البرامج التعليمية , التنس



The effect of the commanding style on some physical and skill abilities in tennis among students of the Faculty of Physical Education, Mansoura University

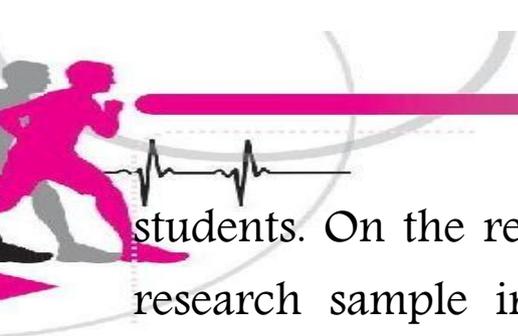
Dr. Asaad Kazem Al-Khafaji

Babil Province Education Directorate

Summary:

The importance of this research lies in knowing the effect of the commanding method in developing the physical and skill abilities of students, Faculty of Physical Education, Mansoura University, in line with the abilities and ability of students, and knowing the best ways to achieve the highest possible level and with greater economics in the students' efforts. Codified educational methods for students, which leads to a lack of access to the mathematical formula, and that the commanding style plays a very important role in developing students' performance and reaching the best levels of sports.

One of the necessary foundations for the learning and teaching processes that teachers follow is to choose the appropriate educational method and method, because the choice is the cornerstone in identifying the strengths and weaknesses of



students. On the reality of the physical and skill abilities of the research sample in tennis among students of the Faculty of Physical Education at Mansoura University Knowing the effect of the commanding style in developing the physical and skill abilities of tennis among the students. The researcher chose the research sample (50) students by random method, they were divided into two equal groups (40) control and experimental students and (10) students for the exploratory experiment. The researcher used the statistical package Spss

In light of the research results, the researcher reached the following conclusions:

1. Positive use of the commanding method in improving the physical and skill aspects of the students of the sample under study.
2. The high rate of improvement in both physical and skill aspects among the students of the sample under study.

As for the most important recommendations from the research results, the researcher recommended the following:

1. Using the commanding method in developing educational programs for students in proportion to their abilities and preparations, and paying attention to developing the physical, skill and planning aspects.
2. The necessity of providing equipment, tools and courts for tennis

Keywords: command style, educational programs, tennis

1-1 المقدمة واهمية البحث:

رياضة التنس من الرياضات الهامة والمنتشرة في كثير من بلدان العالم حيث ازداد عدد ممارسيها ومتابعيها بشكل واضح في الآونة الأخيرة ، ويرجع ذلك كونها رياضة تمتاز بالمتعة للمراحل العمرية كافة حسب قدراتها ومهاراتها ، كما أنها رياضة ملائمة لكلا الجنسين ، وهي لا تقل في شأنها عن أي رياضة تنافسية أخرى لما تحتاجه من متطلبات بدنية ومهارية وذهنية .

والاسلوب الامري هو احد اساليب التدريس في التربية الرياضية ، ان هذا الاسلوب يفسح المجال لتعليم الطلاب المهارات بصورة دقيقة ومضبوطة وبسرعة بأتباع جميع التعليمات والقرارات التي يتخذها التدريسي ففي كل عملية تعليمية هناك اثنان يقومان باتخاذ جميع القرارات وهما التدريسي والطالب ، ولكن الاسلوب الامري يتميز بان يقوم التدريسي بإصدار القرارات في جميع المراحل ما قبل المحاضرة واثناء المحاضرة وبعد المحاضرة وعند اتباع الاسلوب الامري يضمن النظام وسلامة الاداء وسلامة الطالب ايضا الا ان نسبة الاشراف المباشر من التدريسي على الطالب ستؤدي الى تقليل عمل الطالب وعدم اعطائه الحرية لمشاهدة عمل الطلاب الاخيرين والمساهمة في تحسينه باستخدام التغذية الراجعة .

ويشير (عبد الكريم 1994) الى ان اساس الاسلوب الامري يعتمد على العلاقة بين استثارة المعلم واستجابة المتعلم فاشارة الامر من المعلم تسبق كل حركة يقوم بها المتعلم والذي يودي حركاته بناء على النموذج المعروف من قبل المعلم ، وهكذا يتخذ المعلم القرارات جميعها والتي تتعلق بالمكان والاوزاع الحركية والبدء والتوقيت والزمن الذي تستغرقه الحركة وفترات الراحة وتصدر كلها عن المعلم (7: 59)

وتتطلب رياضة التنس أن يمتاز ممارسيها بالأداء البدني والمهاري والذهني حيث يتضح من خلال تحليل الأداء في هذه الرياضة أن نجاح الأداء يحتاج إلى سرعة الأداء سواء في تحركات القدمين لتحقيق إمكانية تواجد الطالب دائماً في المكان المناسب لاستقبال أورد الكرات ، أو في أداء الضربات المختلفة الأمر الذي لا يمكن تحقيقه إلا من خلال توافر عنصر القوة بصفة عامة حيث أن اغلب مهارات الضرب تعتمد على الدقة والقوة وسرعة أداء الضربات في نفس الوقت وهو وما يعرف بالقدرة وخاصة بذل قدرة باستخدام أداتين وهي المضرب والكرة.



اذ ان الوصول إلى أعلى مستوى رياضي للطلاب يتحقق من خلال تحسين وتطوير كافة القدرات والمهارات بصورة علمية بحيث تزيد من قدراتة ومهاراتة لتحقيق افضل مستوى اداء ، ولما كان محور الاهتمام في العملية التعليمية والتدريبية هو الأداء الرياضية كمتغير تابع يتأثر بالعديد من القدرات المستقلة التي تؤثر فيه ومن أهم القدرات التي تؤثر على الأداء الرياضي هي القدرات البدنية والفسولوجية والتي تلعب دوراً هاماً عندما تتقارب مستوى الطلاب والفرق الرياضية في النواحي المهارية والخططية.

وتكمن اهمية البحث في معرفة تاثير الاسلوب الامري في تطوير بعض القدرات البدنية والمهارية في رياضة التنس لدى طلاب كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة .

2-1 مشكلة البحث:

شهدت السنوات الاخيرة تقدما علميا في مجال الاعداد البدني والمهاري والخططي والذهني والنفسي من خلال الابتعاد عن الارتجال والاعتماد على الاسس والمبادئ العلمية والموضوعية في عمليتي التعليم والتعلم ورياضة التنس احدى تلك الالعاب التي شهدة تطورا ملموسا في عدة نواحي نظرا لمناسبتها لكافة الفئات العمرية

وان من الاسس الضرورية لعمليتي التعلم والتعليم التي يتبعها المدرسون هو اختيار الطريقة والاسلوب التعليمي المناسب لان الاختيار يشكل الحجر الاساس في التعرف على مواطن القوه والضعف لدى الطلاب وكون الباحث متابعا ولاعبا لرياضة التنس وحاليا تدريسي لاحظ ايضا قلة استخدام الاساليب التعليمية والتدريبية الحديثة عند بعض القائمين على رياضة التنس الارضي التي تساعد على تطوير القدرات البدنية والمهارية لدى طلاب الجامعات بغية الاستفادة منها اثناء اداء هذ اللعبة وان استخدمت فانها تكون بصورة غير منتظمة لذا حاول الباحث استخدام الاسلوب الامري في تطوير القدرات البدنية والمهارية باسلوب علمي دقيق يراعي الفروق الفردية بين الطلبة.

3-1 هدفا البحث:

1. التعرف على واقع القدرات البدنية والمهارية لدى عينة البحث في رياضة التنس لدى طلاب كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة



2. معرفة تاثير الاسلوب الامري في بعض القدرات البدنية والمهارة لرياضة التنس لدى طلاب كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة

3- منهجية البحث واجراءاته الميدانية

1-3 منهج البحث : استخدم الباحث المنهج التجريبي باسلوب المجموعتين المتكافئتين للملائمة مع طبيعة البحث.

2-3 مجتمع البحث وعينته : تكون مجتمع البحث من طلاب كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة المرحلة الثالثة والبالغ عددهم 154 طالب واختار الباحث العينة بالطريقة العشوائية والبالغ عددهم 50 طالب بحيث (40) طالب قسموا الى مجموعتين متساويتين ضابطة وتجريبية للتجربة الرئيسية و(10) طلاب للتجربة للاستطلاعية

3-3 وسائل جمع البيانات :

أولاً : الأجهزة والأدوات :

- ساعة إيقاف Stop Watch لقياس الزمن لأقرب 0.01 / ث
- شريط قياس (لأقرب سم) .
- ملعب تنس مزود بالشباك والكرات .

ثانياً : القدرات البدنية :

- من خلال إطلاع الباحث على الدراسات والبحوث السابقة توصل الباحث إلى أهم الاختبارات البدنية تتمثل في :
- الوثب العريض من الثبات.
 - الجري الزجراجي.
 - الجري المكوكي.
 - ثني الجذع أماماً أسفل.
 - الانبطاح المائل من الوقوف.
 - قوة القبضة.

جدول (3) يبين آراء السادة الخبراء حول مدى مناسبة الاختبارات البدنية

م	الاختبارات	رأي الخبير		النسبة المئوية
		موافق	غير موافق	
1	الوثب العريض من الثبات	5	—	100%
2	الجري الزجراجي	4	1	80%
3	الجري المكوكي	5	—	100%
4	ثني الجذع أماماً أسفل	5	—	100%
5	الانبطاح المائل من الوقوف	5	—	100%
6	قوة القبضة	4	1	80%

تراوحت النسبة المئوية لآراء الخبراء حول مدى مناسبة القدرات البدنية قيد البحث ما بين

(80% : 100%) ، وبناءً على ذلك تم موافقة السادة الخبراء على جميع القدرات البدنية

تجانس أفراد العينة :

تم بإيجاد المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء للمجموعتين

الضابطة والتجريبية قيد البحث لإيجاد التجانس بين أفراد العينة في ضوء القدرات البدنية

والمهارية قيد البحث ، والجدول (1) يوضح ذلك .

جدول (1) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء للمجموعتين

الضابطة والتجريبية في القدرات البدنية والمهارية قيد البحث

معامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي	القدرات
0.13	0.13	2.15	2.15	القدرات البدنية
-0.40	0.14	6.32	6.33	الوثب العريض من الثبات
0.66	0.13	4.29	4.33	الجري الزجراجي
0.57	0.46	5.50	5.46	الجري المكوكي
-0.50	1.45	48.00	48.30	ثني الجذع أماماً أسفل
0.59	2.66	40.00	41.10	الانبطاح المائل من الوقوف
0.07	1.27	96.00	95.93	قوة القبضة
-0.09	1.24	22.00	22.18	القدرات المهارية
-0.31	1.67	52.00	51.98	ضربة الإرسال
-0.12	1.63	16.00	16.38	الضربة الساحقة
0.06	1.26	18.00	18.18	الضربة المسقطة
-0.33	1.10	17.50	17.38	الضربة المرفوعة
				الضربة الطائفة الأمامية
				الضربة الطائفة الخلفية

تراوحت معاملات الالتواء للمجموعتين الضابطة والتجريبية قيد البحث ما بين (0.66، -

0.50) أي أنها انحصرت ما بين (+3، -3) مما يشير إلى أنها تقع داخل المنحنى الاعتيادي وبذلك

تكون العينة موزعة توزيعاً اعتدالياً .

تكافؤ مجموعتي البحث :

قام الباحث بالتأكد من تكافؤ أفراد المجموعتين في ضوء القدرات البدنية والمهارة قيد البحث ، والجدول (2) يوضح النتائج التي أسفرت عنها تكافؤ المجموعتين.

جدول (2) دلالة الفروق بين القياسين القبليين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في

القدرات البدنية والمهارة قيد البحث

مستوي الدلالة	قيمة ت	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		القدرات	
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
0.905	0.12	0.14	2.15	0.12	2.15	الوثب العريض من الثبات	القدرات البدنية
0.858	0.18	0.15	6.33	0.13	6.34	الجري الزجراجي	
0.834	0.21	0.13	4.34	0.12	4.33	الجري المكوكي	
0.866	0.17	0.47	5.48	0.46	5.45	ثني الجذع أماماً أسفل	
0.521	0.65	1.47	48.45	1.46	48.15	الانبطاح المائل من الوقوف	
0.907	0.12	2.80	41.05	2.58	41.15	قوة القبضة	
0.903	0.12	1.32	95.95	1.25	95.90	ضربة الإرسال	القدرات المهنية
0.900	0.13	1.28	22.20	1.23	22.15	الضربة الساحقة	
0.781	0.28	1.67	52.05	1.71	51.90	الضربة المسقطة	
0.924	0.10	1.64	16.40	1.66	16.35	الضربة المرفوعة	
0.902	0.12	1.20	18.20	1.35	18.15	الضربة الطائرة الأمامية	
0.888	0.14	1.18	17.35	1.05	17.40	الضربة الطائرة الخلفية	

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (38) ومستوي دلالة (0.05) = 2.02

توجد فروق غير دالة إحصائياً بين القياسين القبليين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في

القدرات البدنية والمهارة قيد البحث ، وهذا يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث .

المعاملات العلمية للاختبارات في البحث الحالي :

أ - الصدق :

لحساب صدق الاختبارات استخدم الباحث صدق الفروق بين الجماعات بطريقة المقارنة الطرفية بين الربع الأعلى والربع الأدنى ، وذلك عن طريق تطبيق القدرات على العينة الاستطلاعية وقوامها (12) أثني عشرة لاعباً من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية ، والجدول (4) يوضح النتيجة .

جدول (4) دلالة الفروق بين الربع الأعلى والربع الأدنى في الاختبارات قيد البحث

مستوي الدلالة	قيمة z	الربع الأدنى (ن = 3)		الربع الأعلى (ن = 3)		القدرات	
		مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب		
0.043	2.02	15.00	5.00	6.00	2.00	الوثب العريض من الثبات	القدرات البدنية
0.043	2.02	6.00	2.00	15.00	5.00	الجري الزجراجي	
0.043	2.02	6.00	2.00	15.00	5.00	الجري المكوكي	
0.043	2.02	15.00	5.00	6.00	2.00	ثني الجذع أماماً أسفل	
0.043	2.02	15.00	5.00	6.00	2.00	الانبطاح المائل من الوقوف	
0.050	1.96	15.00	5.00	6.00	2.00	قوة القبضة	

قيمة (Z) الجدولية عند (0.05) = 1.96

توجد فروق دالة إحصائية بين الربع الأعلى والربع الأدنى في الاختبارات البدنية قيد البحث ولصالح الربع الأعلى ، وهذا يعني أن الاختبارات قادرة علي التمييز بين المجموعات المختلفة .

ب - الثبات :

لحساب ثبات الاختبارات أستخدم الباحث طريقة التطبيق وإعادة التطبيق ، حيث قام الباحث بتطبيق الاختبارات على عينة من مجتمع البحث ومن غير العينة الأصلية للبحث قوامها (10) لاعباً ثم أعاد التطبيق على نفس العينة ، وتم حساب معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لإيجاد ثبات هذه الاختبارات ، والجدول (5) توضح ذلك .

جدول (5) معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني للاختبارات البدنية (ن = 10)

قيمة ر	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		القدرات	
	ع	م	ع	م		
0.92	0.11	2.19	0.11	2.19	الوثب العريض من الثبات	القدرات البدنية
0.98	0.12	6.33	0.12	6.34	الجري الزجراجي	
0.97	0.10	4.38	0.12	4.39	الجري المكوكي	
0.94	0.60	5.42	0.60	5.42	ثني الجذع أماماً أسفل	
0.93	1.31	48.08	1.35	48.00	الانبطاح المائل من الوقوف	
0.95	2.33	40.17	2.29	40.17	قوة القبضة	

قيمة (ر) الجدولية عند مستوي (0.05) = 0.576



تراوحت معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني للاختبارات البدنية ما بين (0.92 : 0.98) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى أن الاختبارات على درجة مقبولة من الثبات .

ثالثاً : القدرات المهارية :

من خلال إطلاع الباحث على الدراسات والبحوث السابقة توصل الباحث إلى أهم الاختبارات المهارية عرضها على مجموعة من السادة الخبراء قوامها (5) خمسة خبراء لديهم خبرة لا تقل عن (10) سنوات في المجال ومن خلال ذلك توصل الباحث إلى مناسبة تلك الاختبارات لطبيعة البحث ، والجدول الاتي (6) يوضح ذلك .

جدول (6) آراء السادة الخبراء حول مدى مناسبة الاختبارات المهارية (ن = 5)

م	رأي الخبير		الاختبارات
	موافق	غير موافق	
1	5	—	ضربة الإرسال
2	5	—	الضربة الساحقة
3	4	1	الضربة المسقطة
4	4	1	الضربة المرفوعة
5	5	—	الضربة الطائرة الأمامية
6	5	—	الضربة الطائرة الخلفية

تراوحت النسبة المئوية لآراء الخبراء حول مدى مناسبة القدرات المهارية قيد البحث ما بين (80% : 100%) ، وبناءً على ذلك تم موافقة السادة الخبراء على جميع القدرات المهارية .

المعاملات العلمية للاختبارات في البحث الحالي :

أ - الصديق :

لحساب صديق الاختبارات استخدم الباحث صديق الفروق بين الجماعات بطريقة المقارنة الطرفية بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى ، وذلك عن طريق تطبيق القدرات على العينة الاستطلاعية وقوامها (10) عشرة لاعباً من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية ، والجدول (7) يوضح النتيجة .

جدول (7) دلالة الفروق بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى في الاختبارات قيد البحث (ن = 10)

مستوي الدلالة	قيمة z	الربيع الأدنى (ن = 3)		الربيع الأعلى (ن = 3)		القدرات	
		مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب		
0.043	2.02	15.00	5.00	6.00	2.00	ضربة الإرسال	القدرات المهارية
0.043	2.02	15.00	5.00	6.00	2.00	الضربة الساحقة	
0.46	1.99	15.00	5.00	6.00	2.00	الضربة المسقطة	
0.043	2.02	15.00	5.00	6.00	2.00	الضربة المرفوعة	
0.043	2.02	15.00	5.00	6.00	2.00	الضربة الطائرة الأمامية	
0.043	2.02	15.00	5.00	6.00	2.00	الضربة الطائرة الخلفية	

قيمة (Z) الجدولية عند (0.05) = 1.96

توجد فروق دالة إحصائية بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى في الاختبارات المهارية قيد البحث ولصالح الربيع الأعلى ، وهذا يعني أن الاختبارات قادرة علي التمييز بين المجموعات المختلفة .

ب - الثبات :

لحساب ثبات الاختبارات أستخدم الباحث طريقة التطبيق وإعادة التطبيق ، حيث قام الباحث بتطبيق الاختبارات على عينة من مجتمع البحث ومن غير العينة الأصلية للبحث قوامها (10) عشرة لاعباً ثم أعاد التطبيق على نفس العينة ، وتم حساب معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لإيجاد ثبات هذه الاختبارات ، والجدول (8) توضح ذلك .

جدول (8) معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني للاختبارات المهارية (ن = 10)

قيمة ر	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		القدرات	
	ع	م	ع	م		
0.92	1.31	96.50	1.24	96.42	ضربة الإرسال	القدرات المهارية
0.96	1.31	22.42	1.51	22.42	الضربة الساحقة	
0.92	1.31	52.58	1.17	52.50	الضربة المسقطة	
0.90	1.62	15.58	1.68	15.58	الضربة المرفوعة	
0.93	1.14	17.75	1.37	17.67	الضربة الطائرة الأمامية	
0.88	1.22	17.25	1.22	17.25	الضربة الطائرة الخلفية	

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (0.05) = 0.576



تراوحت معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني للاختبارات المهارية ما بين (0.88 : 0.96) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى أن الاختبارات على درجة مقبولة من الثبات .

إجراءات الاسلوب الامري بتمرينات لعبة التنس:

1. قام الباحث بالإطلاع على المراجع العلمية والدراسات المرتبطة بالاسلوب الامري بصفة عامة والتنس بصفة خاصة وأيضاً المقابلات العلمية مع الخبراء من رياضة التنس بحيث تتناسب هذا الاسلوب مع مستوى الحالة التعليمية والمرحلة السنوية لعينة البحث .

2. قام الباحث بإجراء القياسات القبليّة لعينة البحث لمعرفة مواطن القوة والضعف بهدف التعرف على الجوانب البدنية المهارية.

3. قام الباحث بعرض استمارة استطلاع رأى الخبراء في رياضة التنس بهدف :

➤ مدة تنفيذ التجربة .

➤ عدد الوحدات الأسبوعية .

➤ زمن الوحدة التعليمية .

تنفيذ قياسات البحث :

القياس القبلي :

قام الباحث بإجراء القياس القبلي للمجموعة الضابطة والتجريبية وذلك خلال أسبوع قبل تطبيق الاسلوب الامري 25 / 12 / 2020.

تنفيذ الاسلوب الامري:

قام الباحث بتطبيق الاسلوب الامري على المجموعة التجريبية وذلك خلال الفترة من 2 / 1 / 2020م وحتى 1 / 4 / 2021م .

القياس البعدي :

قام الباحث بإجراء القياس البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية وذلك يوم 4 / 4 / 2021م .

المعالجات الإحصائية :

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية Spss لملائمتها لطبيعة البحث



المعالجات الإحصائية :

استخدم الباحثان الأساليب الإحصائية التالية لملائمتها لطبيعة البحث وهي :

- المتوسط الحسابي .
- الوسيط .
- الانحراف المعياري .
- معامل الالتواء .
- معامل الارتباط .
- اختبار مان ويتني .
- اختبارات لدلالة الفروق .
- نسبة التحسن المئوية .

عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها :

1-4 عرض النتائج:

توجد فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة قيد البحث في القدرات البدنية والمهارة وفي اتجاه القياس البعدي.

جدول (9) دلالة الفروق الإحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة قيد

البحث في القدرات البدنية والمهارة (ن = 20)

مستوي الدلالة	قيمة ت	القياس البعدي		القياس القبلي		القدرات	
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
0.134	1.57	0.15	2.20	0.12	2.15	الوثب العريض من الثبات	
0.734	0.35	0.12	6.33	0.13	6.34	الجري الزجراجي	
0.563	0.59	0.12	4.32	0.12	4.33	الجري المكوكي	
0.541	0.62	0.40	5.50	0.46	5.45	ثني الجذع أماماً أسفل	
0.867	0.17	1.44	48.20	1.46	48.15	الاتبطاح المائل من الوقوف	
0.881	0.15	2.17	41.10	2.58	41.15	قوة القبضة	
0.629	0.49	1.17	96.00	1.25	95.90	ضربة الإرسال	
0.772	0.30	1.11	22.20	1.23	22.15	الضربة الساحقة	
0.494	0.70	1.49	52.00	1.71	51.90	الضربة المسقطة	
0.772	0.30	1.27	16.40	1.66	16.35	الضربة المرفوعة	
0.666	0.44	1.24	18.20	1.35	18.15	الضربة الطائرة الأمامية	
0.330	1.00	1.00	17.50	1.05	17.40	الضربة الطائرة الخلفية	

قيمة (ت) عند مستوي دلالة (0.05) = 2.09



توجد فروق غير دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في القدرات

البدنية والمهارة قيد البحث .

ويرجع الباحث ذلك إلى أن الأسلوب التقليدي في وضع البرامج التدريسية لا يعمل على تطوير قدرات الطالب البدنية والمهارة ، لكون لا يستند إلى الأسلوب العلمي المقنن الذي يستطيع من خلاله المدرس التأثير في الطالب وتحسين مستوي قدراته ، فعملية التدريس التي تستند إلى الأسس العلمية تكون أكثر دقة وأكثر نجاعة في الوصول نتائج أفضل

جدول (10) نسبة التحسن المئوية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة قيد

البحث في القدرات البدنية والمهارة (ن = 20)

القدرات	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	نسبة التحسن %
القدرات البدنية	2.15	2.20	2.33
	6.34	6.33	0.16
	4.33	4.32	0.23
	5.45	5.50	0.92
	48.15	48.20	0.10
	41.15	41.10	0.12
	95.90	96.00	0.10
القدرات المهارة	22.15	22.20	0.23
	51.90	52.00	0.19
	16.35	16.40	0.31
	18.15	18.20	0.28
	17.40	17.50	0.57

يتضح من جدول (10) ما يلي :

- تراوحت نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة قيد البحث في

القدرات البدنية والمهارة قيد البحث ما بين (0.10% : 2.33%) ، مما يدل على عدم تحسن أفراد

المجموعة التجريبية نتيجة عدم تعرضهم للأسلوب الأمري واعتمادهم على الأسلوب التقليدي .

ويرجع الباحث ذلك إلى أن الأسلوب التقليدي لم يعمل على تحسن أفراد المجموعة

التجريبية نتيجة عدم وجود تدريبات مقننة من شأنها الارتقاء بمستوي اللاعبين وتحسين مستوي

أدائهم البدني والمهاري .

التحقق من صحة الفرض الثاني والذي ينص على :

توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية قيد البحث في القدرات البدنية والمهارية وفي اتجاه القياس البعدي.

جدول (10) دلالة الفروق الإحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية قيد البحث في القدرات البدنية والمهارية (ن = 20)

قيمة ايتا 2	مستوي الدلالة	قيمة ت	القياس البعدي		القياس القبلي		القدرات	
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
0.92	0.000	15.16	0.17	2.49	0.14	2.15	الثوب العريض من الثبات	القدرات البدنية
0.71	0.000	6.79	0.15	6.24	0.15	6.33	الجري الزجراجي	
0.74	0.000	7.26	0.16	4.22	0.13	4.34	الجري المكوكي	
0.89	0.000	12.46	0.41	6.18	0.47	5.48	ثني الجذع أماماً أسفل	
0.92	0.000	15.16	1.43	50.50	1.47	48.45	الانبطاح المائل من الوقوف	
0.91	0.000	14.14	2.81	43.25	2.80	41.05	قوة القبضة	
0.97	0.000	26.25	1.29	98.10	1.32	95.95	ضربة الإرسال	القدرات المهارية
0.96	0.000	21.48	1.00	24.55	1.28	22.20	الضربة الساحقة	
0.95	0.000	18.42	1.67	54.55	1.67	52.05	الضربة المسقطة	
0.84	0.000	10.16	1.27	17.65	1.64	16.40	الضربة المرفوعة	
0.85	0.000	10.18	1.05	19.50	1.20	18.20	الضربة الطائرة الأمامية	
0.91	0.000	14.04	1.05	18.50	1.18	17.35	الضربة الطائرة الخلفية	

قيمة (ت) عند مستوي دلالة (0.05) = 2.09

توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في القدرات البدنية والمهارية قيد البحث وفي اتجاه القياس البعدي ، كما تراوحت قيمة ايتا ما بين (0.71: 0.97) مما يدل على اثرالاسلوب الامري في تنمية القدرات البدنية والمهارية لدي اللاعبين قيد البحث .

ويرجع الباحث ذلك إلى أن البرامج التدريسية المعدة إعداداً سليم والمقننة والتي تراعي الاسس العلمية تعمل على رفع مستوي اللطلاب بدنياً ومهارياً ، فالبرامج التدريسية الموضوعية بالأسلوب العلمي السليم هي التي تؤدي إلى زيادة قدرات الطالب ومهاراته وتعمل على استمرارية التحسين المستمر له وزيادة قدراتها على إنجاز الوحدات التعليمية على أكمل وجه .

وهذا ما أكده احمد فتحي 1998 ودراسة " ليون ، لارفيير Leone,M & Larivier, G 1998 " الى أن من أهم الخصائص الحركية للاعب التنس هي المرونة والقدرة العضلية والسرعة والرشاقة (2: 54) (8: 71)

جدول (11) نسبة التحسن المئوية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية قيد

البحث في القدرات البدنية والمهارية (ن = 20)

نسبة التحسن %	متوسط القياس البعدي	متوسط القياس القبلي	القدرات	
15.81	2.49	2.15	الوثب العريض من الثبات	القدرات البدنية
1.42	6.24	6.33	الجري الزجاجي	
2.76	4.22	4.34	الجري المكوكي	
12.77	6.18	5.48	ثني الجذع أماماً أسفل	
4.23	50.50	48.45	الانبطاح المائل من الوقوف	
5.36	43.25	41.05	قوة القبضة	
2.24	98.10	95.95	ضربة الإرسال	القدرات المهارية
10.59	24.55	22.20	الضربة الساحقة	
4.80	54.55	52.05	الضربة المسقطة	
7.62	17.65	16.40	الضربة المرفوعة	
7.14	19.50	18.20	الضربة الطائرة الأمامية	
6.63	18.50	17.35	الضربة الطائرة الخلفية	

يتضح من جدول (11) ما يلي : — تراوحت نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية قيد البحث في القدرات البدنية والمهارية قيد البحث ما بين (1.42% : 15.81%) ، مما يدل على إيجابية التمرينات الخاصة المقترح في تحسين تلك القدرات لدي العينة قيد البحث

ويرجع الباحث ذلك إلى أن البرامج التعليمية المقننة تؤدي إلى تحسين القدرات البدنية والمهارية والفسولوجية لدي الطلاب ، فالبرامج التي تستند على الأسس العلمية والعملية هي التي من شأنها تؤدي إلى تحسين النواحي البدنية المرتبطة برياضة التنس وكذلك الارتقاء بمستوي اللعب

ويذكر " أبو العلا عبد الفتاح ، أحمد نصر الدين " (1997) أن النشاط البدني يؤدي الى تطوير القدرات البدنية والمهارية حيث يمكن أن يلعب دورا مهما في تغير معادلة توازن الطاقة في اتجاه التخلص من السعرات الحرارية الزائدة بالجسم واستهلاكها خلال النشاط والحركة والتخلص من تراكم نسبة الدهون في الجسم ، كما أن للنشاط البدني فوائد صحية كثيرة بخلاف عملية إنقاص الوزن. (1:11)

التحقق من صحة الفرض الثالث والذي ينص على :

توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في القدرات البدنية والمهارية وفي اتجاه المجموعة التجريبية.

جدول (12) دلالة الفروق الإحصائية بين القياسين البعدين للمجموعتين الضابطة

والتجريبية في القدرات البدنية والمهارية (ن = 40)

مستوي الدلالة	قيمة ت	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		القدرات	
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
0.00	5.54	0.17	2.49	0.15	2.20	الوثب العريض من الثبات	القدرات البدنية
0.04	2.19	0.15	6.24	0.12	6.33	الجرى الزجراجي	
0.04	2.16	0.16	4.22	0.12	4.32	الجرى المكوكي	
0.00	5.31	0.41	6.18	0.40	5.50	ثني الجذع أماماً أسفل	
0.00	5.07	1.43	50.50	1.44	48.20	الانبطاح المائل من الوقوف	
0.01	2.71	2.81	43.25	2.17	41.10	قوة القبضة	
0.00	5.39	1.29	98.10	1.17	96.00	ضربة الإرسال	القدرات المهارية
0.00	7.06	1.00	24.55	1.11	22.20	الضربة الساحقة	
0.00	5.10	1.67	54.55	1.49	52.00	الضربة المسقطة	
0.00	3.11	1.27	17.65	1.27	16.40	الضربة المرفوعة	
0.00	3.58	1.05	19.50	1.24	18.20	الضربة الطائرة الأمامية	
0.00	3.08	1.05	18.50	1.00	17.50	الضربة الطائرة الخلفية	

قيمة (ت) عند مستوى دلالة (0.05) = 2.02

يتضح من جدول (12) ما يلي :

- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في

القدرات البدنية والمهارية اعيد البحث وفي اتجاه المجموعة التجريبية .

ويرجع الباحث ذلك إلى أن تعرض المجموعة التجريبية إلى الأسلوب الأمري إذا انه يزيد من

الاعتماد على الذات ويزيد الدافعية لدى الطلاب لتحقيق الاهداف المرجوه ومعرفة متطلبات

الاداء وسهولة استيعاب عناصر المهارات الحركية واستخدام الأسلوب الأمري وفق الأسس

العلمية والعملية والذي يستند إلى أسس نظام تعليمي رياضي سليم أدى إلى تطور مستوى لطلاب

المجموعة التدريبية مقارنة بطلاب المجموعة الضابطة الذين تعرضوا إلى الأسلوب التقليدي

ويرى " محمد علاوى " (2002) أن عملية الإعداد المهارى تعتبر من العمليات التي تهدف إلى

تعليم المهارات الحركية الرياضية التي يستخدمها الفرد خلال المنافسات الرياضية ومحاولة

إتقانها وتثبيتها حتى يمكن تحقيق أعلى المستويات الرياضية والإتقان في المهارات الحركية يعد

الهدف النهائي لعملية الإعداد المهارى ، فمهما بلغ مستوى الصفات البدنية للفرد الرياضي ،



ومهما اتصف به من سمات خلقية وإرادية فإنه يحقق النتائج المرجوة ما لم يرتبط ذلك كله بالإتقان التام للمهارات الحركية الرياضية في نوع النشاط الرياضي الذي يتخصص فيه (8: 275) ويؤكد محمد علاوى " (2002) أن الإتقان التام للمهارات الحركية من حيث أنه الهدف النهائي لعملية الأعداد المهارى يتأسس عليه الوصول لأعلى المستويات الرياضية، فمهما بلغ مستوى الصفات البدنية، ومهما اتصف بسمات خلقية وإرادية فإنه لن يحقق النتائج المطلوبة منه ما لم يرتبط ذلك بالإتقان للمهارات الحركية الفنية وتحت اشراف وتوجيهات المعلم وبشكل مستمر. (8: 257)

فالاسلوب التدريسي السليم والذي يراعي الفروق الفردية والتدرج في استخدام الاسلوب المختار وكذلك الأسس السليمة لوضع مفاصل الوحدات التعليمية ومراعاة توزيعها خلال فترة البحث هو الذي يؤدي بدوره إلى تطور النواحي البدنية والمهارية لدي الطلاب .

كما ينبغي على لاعب التنس أن يتقن ليس فقط استخدام أداه واحدة مثل معظم الرياضات الأخرى ولكن عليه أن يتقن استخدام أداتين هما كرة القدم والمضرب ، فالكرة المقترية التي تكون سرعتها عالية تصل إلى (120) ميل في الساعة (Mile Per Hour) يجب أن توجه بدقة بالمضرب ، الذي يجب أن يتغلب على قصوره الذاتي ، والذي أيضاً تصل سرعته الذاتية إلى (90) ميل في الساعة ((3: 21) Mph

ان استخدام التمارين المناسبة وبإشراف مباشر من قبل التدريسي سيؤدي الى تحسين القدرات في كل وقت من اوقات المحاضرة واستمرار الطالب في المحافظة على لياقة البدنية ,ويتطلب التمرين المنتظم ان يكون التخطيط سليم للاداء الفني (6: 92)

4-الاستنتاجات والتوصيات :

1-5 الاستنتاجات :

في ضوء نتائج البحث توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية :

1. إيجابية استخدام الاسلوب الامري في تحسين النواحي البدنية لدي لطلاب العينة قيد البحث.
2. إيجابية استخدام الاسلوب الامري في تحسين النواحي المهارية لدي لطلاب العينة قيد البحث.



3. ارتفاع نسبة التحسن في كل من النواحي البدنية والمهارية لدى طلاب العينة قيد البحث.

2-5 التوصيات :

في ضوء نتائج البحث يوصي الباحث بما يلي :

1. استخدام الاسلوب الامري في تحسين القدرات البدنية والمهارية لدى لطلاب .
2. الإهتمام بتطوير الجوانب البدنية والمهارية والخططية للطلاب ومراعاة الربط بينهم فمن الصعب تطوير الجانب المهارى دون تطوير الجانب البدنى ، كما أن تطوير الجانب الخططى هو بمثابة المحصلة للجانب البدنى والمهارى .
3. الإستمرار فى المتابعة لمستوى اللطلاب للوقوف على مدى تقدم مستواهم
4. ضرورة توفير جميع الإمكانيات اللازمة من أجهزة وأدوات وملاعب والتأكد من سلامتها وصيانتها بإستمرار .
5. استخدام الأساليب العلمية الحديثة فى وضع البرامج التعليمية للطلاب بما يتناسب مع قدراتهم واستعداداتهم

قائمة المصادر:

أولاً : المصادر العربية :

1. أبو العلا أحمد عبد الفتاح ، أحمد نصر الدين سيد (1997) : فسيولوجيا اللياقة البدنية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
2. أحمد فتحي الزيات ، أسامة رياض (1998) : الصحة الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
3. إيلين وديع فرج (2007) : التنس تعليم - تدريب - تقييم - تحكيم ، ط2 ، منشأة المعارف ، الإسكندرية .
4. حمدى محمد السيد الأمين (2011) : تأثير برنامج تدريبي ونظام غذائي على بعض متغيرات التمثيل الغذائي ومكونات الجسم للاعبى التنس ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان .



5. دارين مصطفى على جبر (2004) : التنبؤ بمستوى الأداء المهارى للتنس الارضى بدلالة بعض

المتغيرات المورفولوجيه والبدنية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق .

6. عبد الحميد كمال ، محمد صبحي حسانين (1997): اسس التدريب الرياضي لتنمية اللياقة

البدنية في دروس التربية البدنية بمدارس البنين والبنات, دار الفكر العربي , القاهرة

7. عبد الكريم عفاف (1994): التربية للتعلم في التربية البدنية والرياضية , منشأة المعارف

الاسكندرية

8. محمد حسن علاوي (2002) : علم التدريب الرياضي ، ط 13 ، دار المعارف ، القاهرة .

9. ثانياً : المصادر الأجنبية:

Leone , M & Larivier, G (1998) : Anthropometric and Biomotor characteristics for

international Tennes players , Sciences and Sport journal , vol 13, jan . paris