



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة ديالى  
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

**فاعلية تقنيات تعليمية في التحصيل المعرفي وتعلم رياضة رفع  
الاثقال لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة**

رسالة تقدّم بها  
احمد عباس علي خان

الى

مجلس كلية التربية الرياضية في جامعة ديالى

وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في التربية الرياضية

بإشراف

أ.م.د حنان عدنان عبوب

أ.م.د محمد وليد شهاب

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

❁ **اللَّهُ** نُورُ السَّمَوَاتِ

وَالْأَرْضِ مِثْلُ نُورِهِ كَمِشْكُوتٍ فِيهَا مِصْبَاحٌ الْمِصْبَاحُ فِي زُجَاجَةٍ  
الزُّجَاجَةُ كَأَنَّهَا كَوْكَبٌ دُرِّيٌّ يُوقَدُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبْرَكَةٍ زَيْتُونَةٍ  
لَا شَرْقِيَّةٍ وَلَا غَرْبِيَّةٍ يَكَادُ زَيْتُهَا يُضِيءُ وَلَوْ لَمْ تَمْسَسْهُ نَارٌ  
نُورٌ عَلَى نُورٍ يَهْدِي **اللَّهُ** لِنُورِهِ مَنْ يَشَاءُ وَيَضْرِبُ **اللَّهُ** الْأَمْثَلَ  
لِلنَّاسِ **وَاللَّهُ** بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ ﴿٣٥﴾

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

## إقرار المشرفين

نشهد إن أعداد هذه الرسالة الموسومة (فاعلية تقنيات تعليمية في التحصيل المعرفي وتعلم رياضة رفع الأثقال لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة) جرت تحت إشرافنا في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة ديالى وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في التربية البدنية وعلوم الرياضة.

التوقيع	التوقيع
المشرف: أ.م.د. حنان عدنان عبيوب	المشرف: أ.م.د. محمد وليد شهاب
جامعة ديالى/كلية التربية البدنية	جامعة ديالى/كلية التربية البدنية
وعلوم الرياضة	وعلوم الرياضة
2018/ /	2018/ /

بناء على لتوصيات المتوافرة نرشح هذه الرسالة للمناقشة .

التوقيع

أ.م.د. مجاهد حميد رشيد

معاون العميد للشؤون العلمية والطلبة

جامعة ديالى/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

2018 / /

## إقرار المقوم الإحصائي

اشهد أنني قرأت الرسالة الموسومة بـ(فاعلية تقنيات تعليمية في التحصيل المعرفي وتعلم رياضة رفع الاثقال لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة) المقدمة من قبل طالب الماجستير أحمد عباس علي خان ، قد تم مراجعتها من الناحية الإحصائية تحت إشرافي بحيث أصبحت بأسلوب علمي سليم خالٍ من الأخطاء ولأجله وقعت .

التوقيع

م.د.

جامعة ديالى/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

التاريخ / / 2018

## إقرار المقوم اللغوي

اشهد أنني قد قرأت الرسالة الموسومة بـ(فاعلية تقنيات تعليمية في التحصيل المعرفي وتعلم رياضة رفع الاثقال لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة) المقدمة من قبل طالب الماجستير أحمد عباس علي خان ، قد تم مراجعتها من الناحية اللغوية تحت إشرافي بحيث أصبحت بأسلوب لغوي سليم خالٍ من الأخطاء والتعبيرات اللغوية غير الصحيحة ولأجله وقعت .

التوقيع

م.د.

جامعة ديالى/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

التاريخ / / 2018

## إقرار المقوم العلمي

اشهد أنني قد قرأت الرسالة الموسومة بـ(فاعلية تقنيات تعليمية في التحصيل المعرفي وتعلم رياضة رفع الاثقال لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة) المقدمة من قبل طالب الماجستير أحمد عباس علي خان ، قد تمت مراجعتها من الناحية العلمية تحت إشرافي بحيث أصبحت بأسلوب علمي سليم خالٍ من الأخطاء ولأجله وقعت .

التوقيع :

المقوم العلمي :

اللقب العلمي :

مكان العمل :

التاريخ

## إقرار لجنة المناقشة والتقييم

نشهد اننا اعضاء لجنة مناقشة والتقييم أطلعنا على رسالة الموسومة بـ  
**(فاعلية تقنيات تعليمية في التحصيل المعرفي وتعلم رياضة رفع**  
**الاثقال لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة)** وقد ناقشنا الطالب  
**أحمد عباس على خان** في محتوياتها وفيما له علاقة بها ونقر بأنه جدير بنيل  
 درجة ماجستير في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

التوقيع:	التوقيع:
أ.م.د نبراس علي لطيف	أ.م.د حسين حبيب مصلىح
عضو اللجنة	عضو اللجنة
التاريخ / / 2018	التاريخ / / 2018

التوقيع  
 أ.م.د سنان عباس علي  
 رئيس اللجنة  
 التاريخ / / 2018

صدقت الرسالة من قبل مجلس كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى  
 في جلسته المرقمة ( ) والمنعقدة بتاريخ / /

العميد  
 أ.د عبد الرحمن ناصر راشد  
 جامعة ديالى / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة  
 التاريخ / / 2018

## الإهداء

- ✓ إلى سيّد الكائنات وبمعراجة أنوار السموات
- ✓ ... محمد ( صلى الله عليه وسلم )
- ✓ ... إلى من ذكرهم في كتابه العزيز الحكيم
- ✓ وقال : (واخفض لهما جناح الذل )
- ✓ إلى من ذكرت في الحديث الشريف وقال فيها :
- (( الجنة تحت أقدام الأمهات ))
- ✓ أمي العزيزة
- ✓ إلى من سيفرح لإنجازي هذا في مستواه
- ✓ وداعيا من الله أن يطيب ثراه ...
- ✓ والدي الطيب رحمه الله
- ✓ إلى عضدي في الحياة، وسندي ... أخي العزيز
- ✓ إلى من شاركني في السراء والضراء
- ✓ وساندني على جميع الأعباء ... زوجتي العزيزة

**احمد**

## الشكر والتقدير

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على سيدنا محمد (صلى الله عليه وآله وسلم) وآله الطيبين الطاهرين والحمد لله رافع السماء وباسط الأرض ورازق كل شيء بفضلته ووجوده، الحمد لله الذي أنار الوجود بطلعته البرية والحمد لله الذي جعل حقيقة وجوده في سماء قلوب العارفين.

اللهم اجعل أول عملي هذا أحلاماً وأوسطه فلاحاً وآخره نجاحاً، وأتقدم بوافر الشكر والتقدير إلى عمادة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة . جامعة ديالى وإلى جميع الأساتذة في الكلية.

ويتقدم الباحث بالشكر والتقدير الذي لا يوصف إلى من كنت محظوظاً بإشرافهم عليّ الدكتور ( أ.م.د محمد وليد الخشالي ) والدكتورة (أ.م.د حنان عدنان عبيوب ) جزاهما الله عني خير الجزاء وأدامهما الله ذخراً لكل من ينهل من روافد العلم ويتبعه طريقاً.

وشكري وتقديري إلى الدكتور (أ.م.د سنان عباس) والدكتور (م.د حيدر سعود) اللذين شجعاني على الخوض في هذا البحث وبجهودهم المخلصة في المراجعة والمساعدة العلمية الهادفة التي كان لها الأثر الواضح في إتمام هذا البحث. وأتقدم بالشكر والتقدير الى كل من وقف معي في أصعب الظروف وأخص بالذكر الاستاذ (م.د احمد عقيل) والاستاذ (م.م سيف الدين واثق) وفقهم الله لعمل الخير وجزاهم الله خير الجزاء.

وشكري وتقديري لزملائي في الدراسة الذين قدموا لي يد العون وبذلوا معي الجهود المخلصة. فلهم مني كل الحب والاعتزاز وليوفقهم الله في بحوثهم ودراساتهم. وشكري وتقديري لأفراد عينة البحث المتمثلة بطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى لالتزامهم في تنفيذ التجربة فجزاهم الله عني خير الجزاء.

**احمد**

## مستخلص الرسالة

### فاعلية تقنيات تعليمية في التحصيل المعرفي وتعلم رياضة رفع الاثقال

#### لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الباحث

احمد عباس علي خان

بإشراف

أ.م.د حنان عدنان عبوب

أ.م.د محمد وليد الخشالي

اشتمل البحث على خمسة أبواب .

#### 1-1 الباب الأول مقدمة البحث وأهميته:

تعد التقنيات التعليمية من المتغيرات الأساسية المهمة التي يهتم المربون والمهتمون في الجانب الرياضي بدراستها لمالها من انعكاسات على الكثير من المجالات التربوية والمعرفية لدى الطلبة ، اذ أثبتت العديد من الدراسات أن للوسائل التعليمية الأثر الكبير في التحصيل الدراسي للطلبة ويساهم في اكتساب المعلومات والخبرات عن المادة بشكل صحيح. ولأهمية استخدام التكنولوجيا في العملية التعليمية وإفادة منها وكأسلوب علمي حديث يساهم في تحسين عملية التعلم وتحصيل المعرفي لرفعتي النتر والخطف لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

#### 1-2 مشكلة البحث: .

أن رياضة رفع الاثقال تعتمد على سلسلة من المراحل يمكن تجزئتها عن طريق المشاهدة الفعالية للمتعلم لمراحل الاداء بعد ان يتم مشاهدة نماذج مؤثرة يمكن ان تزيد من قابلية المتعلم عند ادائه الرفة فضلاً عن الدور المعرفي الذي تتركه هذه التقنيات والتي بدورها تساعد على فهم التدريجي للأداء الحركي، وعلى أساس ذلك تحدد المحتويات التعليمية ونختار خبرات ومواقف تعليمية مناسبة ، وعند تحديدها بدقة مهنية تعطينا قراءة واضحة باختيار ادوات ووسائل واجهزة موضوعية في التقويم لمختلف مكونات الاداء الحركي ونواتج التعلم لدى أرتأى الباحث الى دراسة هذه المشكلة والتعرف على اثر التقنيات التعليمية في التحصيل المعرفي وتعلم رياضة الاثقال لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

## 2-1 هدف البحث : .

- بناء اختبار معرفي لمفردات رفعتي الخطف والنتر لرياضة رفع الأثقال لطلاب المرحلة الأولى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .
- التعرف على فاعلية التقنيات التعليمية في التحصيل المعرفي وتعلم رفعتي الخطف والنتر لرياضة رفع الأثقال لطلاب المرحلة الأولى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

## 3-1 فرضا البحث : .

- هناك فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي في أداء رفعتي الخطف والنتر لرياضة رفع الأثقال للمجموعتين التجريبية والضابطة .
- هناك فروق معنوية بين المجموعتين في التحصيل المعرفي وأداء رفعتي الخطف والنتر لرياضة رفع الأثقال.

## 5-1 مجالات البحث

**المجال البشري :** طلاب المرحلة الأولى . الدراسة صباحي . في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ديالى ، للعام الدراسي 2016 - 2017 م .

**المجال الزمني :** المدة من 1 / 11 / 2016 م لغاية 20 / 8 / 2017 م

**المجال المكاني :** قاعة رفع الأثقال ومختبر الحاسبات .

## 2- الباب الثاني:

من خلال هذا الباب تطرق الباحث إلى أهمية تقنيات التعلم في عملية التعلم ، وتضمن هذا الباب أيضا مهارة رفعتي النتر والخطف في رياضة رفع الأثقال وأجزاء هذه المهارتين . وكذلك تطرق الباحث إلى بعض الدراسات السابقة التي لها علاقة بموضوع البحث للوقوف على بعض نقاط التشابه والاختلاف كذلك تبيان ما قدمته هذه الدراسات من فائدة تخدم فكرة البحث .

### 3- الباب الثالث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته طبيعة البحث ، أما عينة البحث فكانت طلاب المرحلة الأولى \_ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة\_ جامعة ديالى والبالغ عددهم (50) طالبا للعام الدراسي 2016/2017 المتمثل بشعبة (ب) وشعبة (ج) تم اختيارهم بصورة عشوائية .

وتم إعداد اختبارات للأداء المهاري والتحصيل المعرفي الخاصة بالمهارتين قيد البحث بعد اتباع الخطوات العلمية اللازمة لذلك ، ثم عمد الباحث إلى إجراء تجارب استطلاعية للاختبارات المهارية. ثم أجريت الاختبارات القبليّة فالتجربة الرئيسة لمدة (10) أسابيع بواقع وحدة تعليمية واحدة أسبوعيا ، ثم أجريت الاختبارات البعدية . واستخدم الباحث البيانات الإحصائية المناسبة لمعالجة نتائج الاختبارات .

### 4- الباب الرابع :

تضمن عرض النتائج المسجلة ومناقشتها من خلال الجداول وتحليلها ومناقشتها وقد ظهر تطور ملحوظ في تعلم مهارتي رفعة النتر ورفعة الخطف للمجموعة التجريبية . وبعد ذلك دليلا على اثر التقنيات التعلم في تعلم المهارات قيد البحث .

### 5- الباب الخامس :

#### 5-1 الاستنتاجات :

- في ضوء ما تقدم من عرض النتائج، وتحليلها، ومناقشتها استنتج الباحث ما يأتي:
- جاءت النتائج بثبوت كفاءة التقنيات التعليمية (المقترحة من قبل الباحث) في تعليم افراد العينة التجريبية رفعتي النتر والخطف بالأثقال.
- هناك افضلية في التأثير للتقنيات التعليمية باستخدام الحاسوب والاداتا شوى فضلا عن البرمجيات التجزئية مقارنة بأسلوب العرض الحي في تعليم افراد العينة التجريبية رفعتي النتر والخطف بالأثقال على الرغم من ثبوت فاعلية الاسلوب الاعتيادي في تعليم افراد العينة (الضابطة) رفعتي النتر والخطف.

#### 5-2 التوصيات :

في ضوء الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث، توصي بما يأتي:

- استخدام التقنيات التعليمية التي سخرها الباحث وسيلة تعليمية حديثة في تعليم اداء المهارات الحركية برفع الانتقال خاصة فضلا عن تطوير الجوانب المعرفية، والفعاليات الفردية الاخرى بشكل عام.
- الافادة من الإمكانيات الخاصة والبرمجيات المتوافرة بجهاز الحاسوب في تعليم الاداء المهارى لمعظم الالعب الرياضية فضلا عن امكانية استثمارها في عمليات تحليل الاداء الحركي.

## ثبت المحتويات

الصفحة	الموضوع	التسلسل
1	العنوان	
2	الآية	
3	إقرار المشرفين	
4	إقرار المقوم الإحصائي	
5	إقرار المقوم اللغوي	
6	إقرار المقوم العلمي	
7	إقرار لجنة المناقشة	
8	الاهداء	
9	الشكر و الاعتزاز	
13-10	ملخص الرسالة باللغة العربية	
20-14	قائمة المحتويات	
21-20	قائمة الجداول	
22-21	قائمة الاشكال	
22	قائمة الملاحق	
الصفحة	الباب الأول	التسلسل
24	التعريف بالبحث	-1
25-24	مقدمة البحث وأهميته	1-1
26	مشكلة البحث	2-1
26	أهداف البحث	3-1
27	فروض البحث	4-1
27	مجالات البحث	5-1
27	المجال البشري	1-5-1
27	المجال الزماني	2-5-1
27	المجال المكاني	3-5-1
27	تحديد المصطلحات	6-1

الصفحة	باب الثاني	التسلسل
30	الدراسات النظرية والدراسات السابقة	-2
31	الدراسة النظرية .	1-2
31	أهمية تقنيات التعليم .	1-1-2
31	مفهوم تكنولوجيا التعلم .	2-1-2
32	أهمية تكنولوجيا التعليم في التربية الرياضية .	3-1-2
35	الوسائل التعليمية .	4-1-2
36	علاقة الوسائل التعليمية بتكنولوجيا التعليم .	5-1-2
37	استخدام الحاسوب في العملية التعليمية .	6-1-2
38	الحاسوب واستخدامه في مجال التعلم .	7-1-2
41	استعمال الحاسوب في المجال الرياضي .	8-1-2
43	مفهوم التحليل الحركي .	9-1-2
45	التغذية الراجعة الكينماتيكية .	10-1-2
46	التغذية الراجعة الكيننتيكية .	11-1-2
46	التحصيل المعرفي	12-1-2
47	علاقة المعرفة العلمية بالمهارات الحركية	13-1-2
48	الاعداد المعرفي في المجال الرياضي	14-1-2
49	التعليم والتدريب في رفع الانتقال .	15-1-2

52	رفعة الخطف .	16-1-2
52	مراحل الأداء الفني لرفعة الخطف	1-16-1-2
52	مرحلة السحبة الاولى	1-1-16-1-2
52	مرحلة حركة الركبتين	2-1-16-1-2
53	مرحلة السحبة الثانية	3-1-16-1-2
53	مرحلة السقوط	4-1-16-1-2
54	مرحلة النهوض	5-1-16-1-2
54	رفعة النتر	17-1-2
54	مراحل الأداء الفني برفعة النتر قسم الرفع الى الصدر (الكلين)	1-17-1-2
54	مرحلة السحبة الاولى	1-1-17-1-2
55	مرحلة حركة الركبتين	2-1-17-1-2
55	مرحلة السحبة الثانية	3-1-17-1-2
55	مرحلة السقوط	4-1-17-1-2
55	الأداء الفني للقسم الثاني من رفعة النتر (الجيرك)	2-17-1-2
55	الوضع الابتدائي	1-2-17-1-2
57	مرحلة التهيؤ للنتر (السقوط)	2-2-17-1-2
57	مرحلة الدفع	3-2-16-1-2

57	مرحلة السقوط (مرحلة فتح الرجلين)	4-2-17-1-2
59	الدراسات السابقة .	2-2
59	دراسة نعمان هادي عبد علي .	1-2-2
60	دراسة نبراس علي لطيف الزهيري .	2-2-2
61	اوجه التشابه والاختلاف	3-2
الصفحة	الباب الثالث	التسلسل
61	منهجية البحث واجراءاته الميدانية .	3
61	منهج البحث .	1-3
61	المجتمع وعينة البحث .	2-3
63	الوسائل والأدوات والاجهزة المستخدمة في البحث	3-3
63	وسائل جمع المعلومات	1-3-3
63	الاجهزة والادوات المستخدمة	2-3-3
64	ادوات البحث	4-3
64	الاختبار التحصيلي	1-4-3
64	إعداد اسئلة وفقرات الاختبار	1-1-4-3
65	تحديد المادة التعليمية	1-1-1-4-3
65	صياغة الاهداف السلوكية للاختبار	2-1-1-4-3
66	إعداد جدول مواصفات	3-1-1-4-3

66	اختيار نوع فقرات الاختبار وتعليماته	4-1-1-4-3
67	صلاحية الفقرات	5-1-1-4-3
67	التجربة الاستطلاعية	6-1-1-4-3
68	التحليل الاحصائي لأسئلة اختبار التحصيل المعرفي	2-4-3
68	معامل التمييز	1-2-4-3
71	معامل صعوبة وسهولة الفقرة	2-2-4-3
71	المعاملات العلمية للاختبار	3-4-3
71	صدق الاختبار المعرفي	1-3-4-3
72	ثبات الاختبار المعرفي	2-3-4-3
73	موضوعية الاختبار المعرفي	3-3-4-3
73	الشكل النهائي لأختبار التحصيل المعرفي	4-4-3
73	تحديد اختبارات رفعتي النتر والخطف	5-4-3
73	اختبار رفعة النتر	1-5-4-3
74	اختبار رفعة الخطف	2-5-4-3
74	التجربة الاستطلاعية	6-4-3
75	التجربة الرئيسية	7-4-3
77	الاختبار القبلي للأداء المهاري .	1-7-4-3
77	تطبيق مفردات الوحدات التعليمية	2-7-4-3

79	الاختبارات البعدية للأداء المهاري	3-7-4-3
79	استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (spss)	5-3
الصفحة	الباب الرابع	التسلسل
81	عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها	4
81	عرض نتائج اختبارات المجموعة التجريبية التقنيات التعليمية وتحليلها.	1-4
81	عرض نتائج التقنيات اختبارات النتر والخطف قيد البحث وأخطائها المعيارية للاختبارين القبلي والبعدي وتحليلها.	1-1-4
83	مناقشة المجموعة التجريبية أسلوب التقنيات التعليمية في رفعتي النتر والخطف برفع الاثقال	2-1-4
87	عرض نتائج اختبارات المجموعة الضابطة (الأسلوب المتبع) وتحليلها ومناقشتها.	2-4
87	عرض نتائج اختبار الأسلوب المتبع لرفعتي النتر والخطف في رفع الاثقال للاختبارين القبلي والبعدي وتحليلها.	1-2-4
89	مناقشة المجموعة الضابطة (الأسلوب المتبع) لمهاتري رفعتي الخطف والنتر الاثقال	2-2-4
91	عرض نتائج رفعتي النتر والخطف بالاثقال في الاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث التجريبية (التقنيات التعليمية) والضابطة (الأسلوب المتبع) وتحليلها ومناقشتها.	3-4
92	مناقشة نتائج الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية	1-3-4

	(التقنيات التعليمية) والضابطة (الأسلوب المتبع).	
96	عرض نتائج المقياس المعرفي في الاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث التجريبية (التقنيات التعليمية) والضابطة (الأسلوب المتبع) وتحليلها ومناقشتها.	4-4
97	مناقشة نتائج الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية (التقنيات التعليمية) والضابطة (الأسلوب المتبع).	1-4-4
الصفحة	الباب الخامس	التسلسل
101	الاستنتاجات والتوصيات	-5
101	الاستنتاجات	1-5
102	التوصيات	2-5
الصفحة	المصادر العربية والأجنبية	التسلسل
110-103	المصادر العربية	
111	المصادر الأجنبية	
145-112	الملاحق	
A-E	الملخص باللغة الإنكليزية	

ثبت الجداول		
الصفحة	اسم الجدول	التسلسل
36	يبين النسبة المئوية للحواس المستخدمة أثناء التعلم	1
62	يبين مجتمع البحث وعينته	2
62	يبين تصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية ذات الاختبار القبلي والبعدي	3
66	يبين الاوزان النسبية لمستويات الاداء ومحتوى المادة التعليمية وفقرات الاختبار موزعة على المحاور الاربعة وفق تلك الاوزان .	4
69	يبين معايير ( أيل ) للقدرة التمييزية	5
70	يبين معاملات السهولة والصعوبة ومعاملات التمييز لكل فقرة من فقرات اختبار التحصيل المعرفي	6
71	يبين معايير الصعوبة	7
78	يبين أقسام الوحدة التعليمية للمجموعة التجريبية وتوقيتاتها والنسبة المئوية لكل جزء	8
81	الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمتغيرات قيد البحث في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية.	9
83	فرق الأوساط الحسابية وانحرافه المعياري وقيمتي (t) المحسوبة ونسبة خطأ بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في اختبار قيد البحث للمجموعة التجريبية.	10
87	الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمتغيرات قيد البحث في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة	11
88	فرق الأوساط الحسابية وانحرافه المعياري وقيمتي (t) المحسوبة ونسبة خطأ بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في اختبار قيد البحث للمجموعة الضابطة.	12
91	يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في الاختبارات البعدية للمتغيرات المختارة المجموعتين الضابطة والتجريبية وقيمة (ت) المحسوبة ونسبة الخطأ الإحصائية.	13
96	يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في الاختبارات البعدية للمتغيرات المختارة المجموعتين الضابطة والتجريبية وقيمة (ت) المحسوبة ونسبة الخطأ الإحصائية.	14

ثبت الأشكال		
الصفحة	اسم الشكل	التسلسل
42	يوضح مواقع البرامج الحاسوب من تكنولوجيا التعليم	1
82	الأوساط الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي لمجموعة التقنيات التعليمية وللمتغيرات قيد البحث.	2
88	الأوساط الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي لمجموعة الأسلوب المتبع في قيد البحث.	3
92	الفروق بين المجموعتين التجريبية (التقنيات التعليمية) والضابطة (الأسلوب المتبع) لرفعتي النتر والخطف برفع الانتقال لعينة البحث.	4
97	الفروق بين المجموعتين التجريبية (التقنيات التعليمية) والضابطة (الأسلوب المتبع) في الاختبار المعرفي برفع الانتقال لعينة البحث.	5
ثبت الملاحق		
الصفحة	اسم الملحق	التسلسل
113	أسماء السادة الخبراء	1
118-112	استمارة آراء الخبراء للأهداف السلوكية	2
126-119	استمارة آراء الخبراء للأهداف التعليمية	3
130-127	(مفتاح الأجوبة)	4
137-131	الشكل النهائي للاختبار التحصيل المعرفي	5
138	استمارة تقويم الأداء الفني برفعة النتر	6
139	استمارة تقويم الأداء الفني برفعة الخطف	7
141-140	آراء المحكمين حول صلاحية فقرات اسئلة الاختبار	8
142	أسماء المحكمين في مجال اللغة العربية	9
152-143	الوحدات التعليمية لرفعتي النتر والخطف	10

## **الباب الأول**

### **1 - التعريف بالبحث**

**1-1 مقدمة البحث وأهميته**

**2-1 مشكلة البحث**

**3-1 أهداف البحث**

**4 -1 فرضا البحث**

**5-1 مجالات البحث**

**1-5-1 المجال البشري**

**2-5-1 المجال الزمني**

**3-5-1 المجال المكاني**

## الباب الأول

### 1- التعريف بالبحث:

#### 1-1 المقدمة وأهمية البحث :

تعد التربية البدنية وعلوم الرياضة إحدى أهم الميادين التي لها دورٌ فعالٌ في التنمية التربوية بمختلف أبعادها. ان لدرس التربية الرياضية مكانة وأهمية علمية لا تقل عن الدروس المنهجية الأخرى، فمن خلاله يمكن تحقيق العديد من الأهداف التربوية والمعرفية والمهارية عن طريق مختلف الأنشطة سواء أكانت البدنية أو المهارية أو العقلية او الاجتماعية والتي تسهم وبشكل كبير في أعداد الطلبة وتهيئتهم بالشكل الذي تجعلهم قادرين على خدمة بلدهم بكفاءة عالية.

وتعد التقنيات التعليمية من المتغيرات الأساسية المهمة التي يهتم المربون والمهتمون في الجانب الرياضي بدراساتها لمالها من انعكاسات على الكثير من المجالات التربوية والمعرفية لدى الطلاب، اذ أثبتت العديد من الدراسات أن للوسائل التعليمية الأثر الكبير في التحصيل الدراسي للطلبة ويساهم في اكتساب المعلومات والخبرات عن المادة بشكل صحيح. اذ ان "تقنية التعليم هي عبارة عن عملية منظمة في إطار مفهوم النظم تقوم على التخطيط وتستخدم أساليب علمية لدراسة المشكلات والحاجات التعليمية بهدف إيجاد حلول مناسبة وكذلك تقويم ما تتوصل إليه من حلول أو نتائج ، وفي هذا السياق يجب التأكيد على أنها الطرق العلمية الواضحة التي يستخدمها المعلم للقيام بواجبه المهني على نحو أفضل من خلال اعتماده على أهداف تربوية تعليمية محددة ثم تحليله لمحتويات المادة وتوزيع ذلك في كراسة التحضير ثم اختياره لأسلوب التدريس واختياره للوسيلة المناسبة وللجهاز المناسب أو المادة المناسبة واستخدامها الاستخدام الأمثل في الفصل ومناقشة طلبته في الفصل وتقويمهم

وان من الجوانب المهمة أيضا في تحقيق أهداف المنهج هو فترات المطالعة أو أ زمن القراءة التي يقضيها الطلبة في القراءة الجماعية عن طريق وسائل الاتصال وشبكة الانترنت، لان لها أهمية كبيرة في اتساع المخزون المعرفي لدى الطلبة عن

المادة واكتساب الخبرات المعرفية عنها، إذ تعد المطالعة وسيلة مهمة تقوم عليها عملية التعلم والتعليم إذ انها تساعد الطلاب على اكتساب المعلومات والعلوم والمعارف المختلفة. وان أي إهمال أو نقص في هذا الجانب من شأنه أن يؤثر على مستوى تحصيل الطلبة.

"إن التطورات في الميادين المختلفة لاسيما المجال الرياضي ومنها لعبة رفع الأثقال التي تعد من أقدم الفعاليات الرياضية ، إذ مارسها الإنسان بشكل عفوي عن طريق رفع الأحجار والصخور للدفاع عن النفس"<sup>(1)</sup>. لذا فأن مناهج ودروس التربية البدنية وعلوم الرياضة حلقة تكمل العملية التعليمية والتربوية وقاعدة أساسية تساعد الطلبة على تحسين أدائهم المعرفي والمهاري ، فمن خلاله يكتسب الطلاب الكثير من المعلومات والمهارات والقوانين الخاصة بكل لعبة وخاصة الألعاب الفردية والتي من أهمها رياضة رفع الأثقال وتعد من الرياضات التي تزايد الاهتمام بها في بلدنا العزيز لما لها من ثقل واضح من ناحية عدد الأوسمة التي تحصدتها في هذه اللعبة والتي بدورها تعتمد على ناتج المخرج من عمل العضلات والمتمثل برفع أكبر وزن ممكن خلال الرفعات المسموحة بها قانونيا وهما رفعنا الخطف والنتر .

وان منهج مادة رفع الأثقال للمرحلة الأولى يعد من المناهج المهمة لأنه يعد الأساس في هذه المرحلة لما يحتويه من خبرات ومعلومات متنوعة تربط الجانب البدني والمعرفي .

ومن خلال ما تقدم تكمن أهمية الدراسة في تسليط الضوء حول كيفية التعامل مع مفردات منهج العملية والنظرية والدفع بالطلبة للعمل والمثابرة ومعالجة اتكالية الطلبة في الحصول على الدرجة من خلال اعتمادهم على الأداء العملي فقط من دون الاهتمام بالمادة النظرية واستخدام التقنيات الحديثة والنوعية والتي بدورها يتم تعلم رياضة رفع الأثقال لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

(1) وديع ياسين محمد؛ النظرية والتطبيق في رفع الأثقال، ج2: (الموصل، مطبعة جامعة الموصل ، 1985) ص21.

**2-1 مشكلة البحث :**

تعتمد طبيعة أداء الدروس العلمية والعملية في كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة على قابلية الأجهزة الوظيفية والصفات البدنية والمهارية للطلبة في جميع الدروس العملية خلال مدة الدراسة وخصوصا اللياقة البدنية التي تعتبر العمود الفقري للطلاب في هذه المرحلة، ومن خلال ملاحظة الباحث لطلاب المرحلة الأولى وجدت أن مجموعة من الطلاب لا يمارسون أي نشاط تعليمي باستخدام التقنيات الحديثة وأن الدروس العلمية باستخدام هذه الأساليب أصبحت جهداً جديداً عليهم وتحتاج الى أداء الواجبات المطلوبة ، من هذا تأتي مشكلة البحث في الكشف عن واقع استخدام الاساليب التعليمية الحديثة بالتقنيات الحديثة والاجهزة المختبرية ومدى تحقيقها للأهداف المرسومة لها ، لذا فإن المشكلة تدور في معرفة اثر الدروس بالتقنيات التعليمية في التحصيل المعرفي وتعلم رياضة الانتقال لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

**3-1 هدفا البحث**

- بناء اختبار معرفي لرياضة رفع الانتقال لطلاب المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- التعرف على فاعلية التقنيات التعليمية في التحصيل المعرفي وتعلم رياضة رفع الانتقال لطلاب المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

**4-1 فروض البحث**

- هناك فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي في أداء رياضة رفع الانتقال للمجموعتين التجريبية والضابطة.
- هناك فروق معنوية بين مجموعتين في التحصيل المعرفي في أداء رياضة رفع الانتقال.

**5-1 مجالات البحث**

1-5-1 **المجال البشري** : طلاب المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية - جامعة ديالى ، للعام الدراسي 2016\_2017 م والبالغ عددهم (168) طالبا.

2-5-1 **المجال الزمني** : المدة من 1 / 11 / 2016 م لغاية 20 / 8 / 2017 م

**3-5-1 المجال المكاني :**

القاعة رفع الاثقال وقاعة دراسية (8) في كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية جامعة ديالى.

**6-1 تحديد المصطلحات:**

- **تقنيات التعلم** : "هي وسائط تربوية يستعان بها لأحداث عملية التعلم" (1).
- **التحصيل المعرفي** : " وهو النشاط الفكري لدى الطالب الخاص بالعمليات العقلية التي تعمل على تنمية خبرات وزيادة معلومات الطالب بالمعرفة العلمية" \*

(1) محمد زياد حمدان ؛ الوسائل التعليمية مبادئها وتطبيقاتها ، ط1 : ( بيروت : مؤسسة الرسالة ، 1981 ) ص31 .  
\* تعريف اجرائي.