

اثر التدريس بالفريق في تطوير اللياقة الحركية للطالبات في درس التربية الرياضية

الدكتورة ماجدة حميد
كمبش

المقدمة و اهمية البحث:

التربية الرياضية جزء مهم من العملية التربوية و تبرز اهميتها في تحقيق الأهداف التعليمية من خلال تحقيق الاهداف التعليمية من خلال تنمية و تطوير القدرات الفردية و الأهداف النفس حركي فضلا عن الجوانب النفسية و الاجتماعية من اجل الوصول الى البناء الشامل و المتوازن في هذه القدرات للأفراد بما يتناسب مع متطلبات المجتمع في العصر الحديث و درس التربية الرياضية اصغر وحدة تعليمية مكملة للنجاح المدرسي وقاعدة عريضة في اكساب الطلبة المهارات و تحسين ادائهم ، فضلا عن تطوير قدراتهم البدنية و الحركية من خلال الخبرات المكتسبة في تنفيذ الالعاب و الأنشطة الرياضية، وهذا ما اشار اليه (وديع ياسين) و يقول كثير من المدرسين يؤكدون على اهمية تطوير الصفات الحركية من خلال استخدام الاساليب و الطرائق التعليمية المختلفة^(١). و كذلك يؤكد (بسطويسي) إلى أهمية الصفات الحركية بقوله بلغت الأهمية باعتبارها هدفاً عاماً من أهداف التربية البدنية ، فلا تقتصر الصفات الحركية على المجال الرياضي فقط، بل تتعدى الى مجالات الحياة العامة ، اذ انها تتطلب بدرجة كبيرة الكثير من الحرف و الفنون^(٢).

و المدرسة هي المؤسسة التربوية التي تعنى بمجالات التربية و التعليم للأفراد في المجتمع، فاصبح من الضروري للمدرسة ان ترتب اهدافا و مفاهيم ووسائل. لخدمة اغراضها الجديدة و المتطورة .

ان طرائق التدريس و اساليبها المستخدمة في اخراج درس التربية الرياضية هي المصب الرئيس للعلوم التربوية، اذ ان طريقة التدريس الفعالة وسيلة لتحقيق الاهداف التعليمية (المعرفية ، الوجدانية ، النفس -حركي) فضلا عن التفاعل و الاتصال بينهم ، وهذا بدوره يؤدي الى نمو الشخصية المتوازنة (٣)

ان اساليب تدريس التربية الرياضية هي القاعدة التي تبنى عليها علوم التربية الرياضية لكي تؤدي دورها في اعداد الطلبة و تختلف طرائق التدريس في التربية الرياضية ، حسب الهدف المرسوم من قبل المدرس لتحقيق الاهداف من حيث تقديم المادة التعليمية او بحسب استعدادات المتعلم و دوره في عملية التعلم و هذا ما اشار اليه (قاسم لزام ، ١٩٩٣) ان تعدد اساليب التدريس لها الاثر البالغ و الاهمية في التعلم الجيد، و ان التدريس الناجح يتحقق عندما يدرس المربون باساليب معينة و منظمة لغرض تحفيز واثارة دوافع المتعلم للابداع فضلا عن توفير فرص اكثر لاستجابة الطلبة(٤)

ومن اجل التغلب على عيوب الطريقة المتبعة (التقليدية) في اخراج درس التربية الرياضية في تحقيق الأهداف التعليمية في تعلم المهارات الحركية و تطوير القدرات البدنية و الحركية ، كان لابد من إيجاد اسلوب حديث و واضح الرؤيا في الإخراج الهادف من خلال الاعتماد على رفع مقدرة المدرسين و إمكانياتهم في السيطرة و التعامل مع الطلبة .

فمن الطرائق التدريسية الحديثة ، التدريس بفريق متعاون من المدرسين بحيث يتعاون عدد من المدرسين في تدريس واجب حركي معين بنفس المستوى الدراسي بحيث يتراوح عددهم من (٢-٥) (٥) .

ومن خلال ما تقدم تكمن اهمية البحث الحالي من خلال الاخراج الهادف للدرس باسلوب التدريس بالفريق لما له من اهمية في الاستثمار الامثل لوقت الدرس من خلال تنظيم الواجبات و ملاحظة الفروق الفردية اثناء تنفيذ الواجبات الحركية و الذي بدوره يساعد في تطوير الصفات الحركية لطلبات المرحلة المتوسطة .

مشكلة البحث :

لا تزال العملية التدريسية تستخدم الأساليب التقليدية القديمة في اخراج درس التربية الرياضية من حيث تطوير الصفات الحركية للطالبات لكون الحياة التي تعيشها الطالبات في الوقت الحاضر مليئة بالخوف و لا توجد هنالك اساليب تدريبية حديثة في التغلب على هذه المشاكل لكون المدرسة وحدها غير قادرة على الاشراف و على جميع الطالبات من خلال تنفيذ الواجبات الحركية و بشكل خاص القدرات الحركية و عليه حاولت الباحثة صياغة مشكلتها من خلال الإجابة عن التساؤل الآتي ؟
هل أسلوب العمل بفريق من المدرسات يؤدي الى تطوير اللياقة الحركية للطالبات ؟

هدف البحث :

❖ معرفة الفروق بين المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في تطوير القدرات الحركية .

تساؤل البحث :

❖ هل أسلوب العمل بفريق من المدرسات يؤدي إلى تطوير الصفات الحركية للطالبات .

مجالات البحث :

المجال البشري : عينة من طالبات الصف الاول المتوسط

المجال الزمني : المدة من ١٨ / ٢ / ٢٠٠٧

ولغاية ٢٦ / ٤ / ٢٠٠٧

المجال المكاني : ثانوية التحرير للبنات / قضاء بعقوبة .

تحديد المصطلحات

التدريس بالفريق :

عملية تعليمية يشترك فيها اكثر من معلم واحد في العملية التعليمية او قد يشترك فيها معلم او مساعدته في عملية التعليم (٦) .

اللياقة الحركية :

تعنى استعدادا طبيعيا أو مكتسبا من خلال الإعداد للأداء خاصة في الأنشطة التي يستخدم فيها المجموعات الفصلية الكبيرة ، دون تعب زائد و هي تتضمن القدرة على تحريك الجسم بكفاءة و بقوة لمدة زمنية مناسبة(٧) .

منهج البحث و اجراءاته الميدانية

١- منهج البحث .

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي ذا تصميم المجموعة الضابطة و المجموعة التجريبية ذات الاختبار القبلي و البعدي .

٢- اشتمل مجتمع البحث على المدارس المتوسطة و الثانوية في مركز بعقوبة من خلال البيانات في مديرية الإشراف لمديرية تربية ديالى لعام (٢٠٠٧) ، تم اختيار مدرسة ثانوية التحرير و بالطريقة العمدية للأسباب الآتية .

- أ- توفر الأمن و الأمان النفسي.
- ب- توفر الملاعب و الأدوات اللازمة لإجراء البحث .
- ج- وجود كادر تدريسي يمكن الاعتماد عليه من خلال قدراتهم و خبراتهم المعرفية في تنظيم و إخراج الدرس .
- د- قرب المدرسة من مكان سكن الباحثة لسهولة الإشراف على خطوات إجراء البحث .

هـ- أما عينة البحث فكانت طالبات الصف الأول ، اذ تكونت من شعبتين (أ،ب) و بالطريقة العشوائية المنتظمة تم تصنيفها إلى مجموعة ضابطة و الأخرى تجريبية ، فأصبحت المجموعة الضابطة شعبة (أ) و البالغ عددها (٢٠) طالبة و مجموع طالبات المجموعة التجريبية (٢٠) طالبة أيضا بعد استبعاد لاعبات منتخب المدرسة ، فضلا عن اللواتي ليس لديهن دافعية في المشاركة في البحث و المصابات بعاهاات أو أمراض مزمنة ، اذ تم تدريس المجموعة التجريبية بفريق من مدرسات للتربية الرياضية و مدرسة واحدة للمجموعة الضابطة لتنفيذ المنهج .

٣- وسائل جمع البيانات.

أ- المصادر و المراجع العلمية.

ب- استبانة استطلاع.

ج- الملاحظة.

د- المقابلة.

هـ- استمارة تسجيل الدرجات.

الاختبارات و المقياس .

استخدمت الباحثة اختبار (هارو) للياقة الحركية وقد قامت الباحثة بتكيفه على البيئة العراقية كما في الملحق (١) ، اذ يتكون اختبار (هارو) للياقة الحركية من الاختبارات الاتية :-

١- الجري على شكل (٨) .

٢- الجلوس من الرقود .

٣- الوثب على جانبي المقعد .

٤- الدفع بالذراعين .

٥- الجري الارتدادي .

٦- قذف الكرة .

الأسس العملية للاختبار (هارو) .

١- الصدق :

استخدمت الباحثة الصدق الذاتي و الجدول (١) يوضح ذلك .

جدول (١)

الصدق الذاتي لاختبار (هارو) للياقة الحركية

قيمة معامل الصدق الذاتي	مفردات اختبار هارو
٪٩٩	الجري على شكل ٨
٪٩١	الجلوس من الرقود
٪٨٨	الوثب على جانبي المقعد
٪٩٢	الدفع بالذراعين
٪٩٩	الجري الارتدادي
٪٩٤	قذف الكرة

٢- الثبات :

الثبات يعني استقرار الدرجة و عدم تغيرها، وعليه استخدمت الباحثة طريقة إعادة الاختبار حيث تم تطبيق الاختبار على (٢٠) طالبة من غير عينة البحث بتاريخ (٢٠٠٧/٢/١٩) و بعد (٧) أيام تم إعادة الاختبار على نفس العينة و الجدول (٢) يوضح معامل الثبات للاختبار.

جدول (٢)

معامل الثبات لاختبار (هارو) للياقة الحركية

قيمة معامل الصدق الذاتي	مفردات اختبار هارو
٪٩٩	الجري على شكل 8
٪٨٣	الجلوس من الرقود
٪٨٥	الوثب على جانبي المقعد
٪٩٩	الدفع بالذراعين
٪٨٨	الجري الارتدادي

٣- الموضوعية :

إن اختبار (هارو) اختبار مقنن ، اذ طبق على البيئة العراقية من قبل الباحثة فضلا عن ذلك له تعليمات محددة و واضحة لتطبيقه و تسجيل النقاط بطريقة خالية من الغموض حيث أشير الاختبار إلى استخدام ساعة التوقيت و شريط القياس وان هذه الأدوات لا يمكن الشك في حساب درجاتها .

التجربة الاستطلاعية

تعد التجربة الاستطلاعية دراسة تجريبية اولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثه بهدف اختيار اساليب البحث و ادواته (٨) . وعليه فقد قامت الباحثة باجراء تجربة استطلاعية على عينة من طالبات مدرسة متوسطة (ثانوية التحرير للبنات) وذلك بتاريخ (١٦ / ٢ / ٢٠٠٧) وجرى خلالها التعرف على تطبيق الاختبار وكان الغرض من وراء ذلك الاتي :-

- معرفة الاخطاء التي يمكن ان تقع بها الباحثة لتجاوزها .
 - التاكيد على طبيعة الاختبار و امكانية تنفيذها .
 - معرفة الكادر المساعد بطريقة اداء و تطبيق الاختبار و اسلوب تسجيل الدرجات .
 - ملاءمة الاستمارة الخاصة بتسجيل الدرجات .
- تجانس و تكافؤ المجموعتين .**

لغرض معرفة تجانس العينتين فقد استخدمت الباحثة اسلوب ايجاد مربع الانحراف المعياري الكبير مقسوم على الانحراف المعياري الصغير (٩) و حاصل القسمة تقارن بجداول (ف) و الجدول (٣) يوضح ذلك .

جدول (٣)

معنوية الفروق	ف الجدولية	ف المحسوبة	المجموعة الضابطة ع ⁺	المجموعة التجريبية ع ⁺	مفردات الاختبار
غير معنوي	٢,٥٣	١,٣٠	١,٥٣	١,٣٣	١- الجري على شكل 8
غير معنوي		١	٣,٦٩	٣,٧٢	٢- الجلوس من الرقود
غير معنوي		٠,٩	١,٧٥	١,٦٩	٣- الوثب على جانبي المقعد
غير معنوي		١,٥	٥,٠	٤,٠٩	٤- الدفع بالذراعين
غير معنوي		١,٢	٠,١١	٠,١٠	٥- الجري الارتدادي
غير معنوي		١,١	٤,٧٦	٥,٠٠٠	٦- قذف الكرة

أما بخصوص التكافؤ بين المجموعتين الضابطة و التجريبية في الاختبارات القبلية فقد عمدت الباحثة الى استخدام اختبار (T) و الجدول (٤) يوضح قيمة (T) المحسوبة و الجدولية و التي تشير الى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين افراد المجموعتين في مفردات اختبار (هارو) مما يشير الى تكافؤ المجموعتين في تلك المتغيرات .

جدول (٤)

يوضح فيه (ت) المحسوبة و الجدولية و معنوية الفروق بين المجموعتين

معنوية الفروق	قيمة (ت) الجدولية	قيمة (ت) المحسوبة	مفردات الاختبار
غير معنوي	٢,٠١	١,٣	١- الجري على شكل 8
غير معنوي		٠,١	٢- الجلوس من الرقود
غير معنوي		٠,٥	٣- الوثب على جانبي المقعد
غير معنوي		٠,٠٣	٤- الدفع بالذراعين
غير معنوي		٠,٤	٥- الجري الارتدادي
غير معنوي		٠,٨	٦- قذف الكرة

الاختبار القبلي

اجرت الباحثة الاختبارات القبلية للمجموعتين يومي (٢٧-٢٨/٢/٢٠٠٧) حيث تم الاختيار للمجموعة التجريبية في يوم الاول و المجموعة الضابطة في اليوم التالي و كان وقت اجراء الاختبار الساعة التاسعة صباحاً و لكلا المجموعتين .

مفردات تطبيق المناهج :

قامت الباحثة بتطبيق الخطط التدريسية اعتبارا من (٢٠٠٧/٣/١) حيث تضمنت الخطط التدريسية (٢٤) خطة تدريسية و بواقع وحدتين تدريسيتين في الاسبوع و بمعدل (١٠) وحدات. علما ان وقت الدرس(٤٥) دقيقة وقد راعت الباحثة الامور الاتية :-

- اعتمدت الباحثة على المنهاج الخاص بوزارة التربية لهذه المرحلة .
- اختيار الالعاب الصغيرة للقسم التحضيري و الختامي ومن النوع الذي يشترك فيه الطالبات جميعهن.

الاختبار البعدي :

أجرت الباحثة الاختبار البعدي للمجموعتين في يومين وكان اليومان (١٦-١٧/٤/٢٠٠٧) اليوم الأول للمجموعة التجريبية و اليوم الثاني للمجموعة الضابطة.

- الوسائل الإحصائية .
- الوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- معامل الارتباط البسيط .
- اختبار (ت)

عرض النتائج و تحليلها و مناقشتها .

تشير البيانات في الجدول (٥) الاوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية للاختبارات القبليّة و البعديّة للمجموعة الضابطة يلاحظ هنالك فروق مئوية بين الاختبارين و لمصلحة الاختبار البعدي عند مقارنة قيمة (ت) المحسوبة مع قيمة (ت) الجدولية ، انظر الجدول (٥)

جدول (٥)

الأوساط الحسابية و الانحراف المعياري و قيمة (ت) المحسوبة و الجدولية للاختبارات القبلية و البعدية للمجموعة الضابطة .

معنوية الفروق	قيمة (ت) المحسوبة	الاختبار البعدي س ⁻ ع [±]	الاختبار القبلي س ⁻ ع [±]	المعالم الإحصائية مفردات اختيار هارو
غير معنوية	٠,٣٦	١,٥٣ ٩,٢	١,٦٩ ٩	١- الجري على شكل 8
غير معنوية	١,٦٦	٠,٧٢ ١٢,٤	٠,٨٣ ١٢,٥	٢- الجلوس من الرقود
غير معنوية	٠,٦٣	١,٤٧ ٧	١,٥٥ ٧,٣	٣- الوثب على جانبي المقعد
غير معنوية	٢,١٤	٠,٥٠ ٦,٩	٠,٢٥ ٩,٣	٤- قذف الكرة
غير معنوية	٢,٢٧	٠,٧٣ ٨,٤	٠,٦٩ ٨,٩	٥- الدفع بالذراعين
غير معنوية	١,٢٥	٠,٢٥ ٦,٠٤	٠,٣٨ ٦,٣	٦- الجري الارتدادي

قيمة (ت) الجدولية تحت درجة حرية (١٩) و نسبة خطأ (٠,٠٥) بلغت (١,٧٣) .

ومن خلال بيانات الجدول أعلاه تعزو الباحثة ان سبب هذه الفروق ، إلى اخراج الدرس بأسلوب المدرسة الواحدة (التقليدية) مع التزايد الكبير في إعداد الطالبات في الصف مما يتعذر تكرار الاداء لصعوبة المدرسة من الاشراف على اعداد كبيرة فضلا عن ذلك ان وقت الدرس لا يسمح بذلك حيث يقل الوقت .

و عند مقارنة نتائج الاختبارات القبلية و البعدية للمجموعة التجريبية في اختبارات (هارو) تشير بيانات في الجدول (٦) الاوساط الحسابية و الانحراف المعياري و قيمة (ت) المحسوبة و الجدولية للاختبارات القبلية و البعدية للمجموعة التجريبية .

جدول (٦)

معنوية الفروق	قيمة (ت) المحسوبة	الاختبار البعدي س- ع±	الاختبار القبلي س- ع±	المعالم الإحصائية مفردات اختيار هارو
غير معنوية	١١,٠٦	٥,٦ ٠,٤٢	٩,٠٣ ١,٣٣	١- الجري على شكل 8
غير معنوية	١٠,٢٣	٢٥,١ ١,٢٤	١٦,١ ٣,٧٢	٢- الجلوس من الرقود
غير معنوية	٣٣,٢٦	٢٦,٨ ١,٩٧	١٢,٥ ١,٦٩	٣- الوثب على جانبي المقعد
غير معنوية	٣١,٠	٢٧,٨ ٠,٨٨	٩,٢ ٣,٤٢	٤- الدفع بالذراعين
غير معنوية	٦,٠٧	١٣,٦ ١,٠٢	٦,٨ ٤,٩	٥- الجري الارتدادي
غير معنوية	٢٦,٤٨	٤,٢٨ ٠,٢٣	٦,٤٢ ٠,٢٧	٦- قذف الكرة

قيمة (ت) الجدولية تحت درجة حرية (١٩) و بنسبة خطأ (٠,٠٥) بلغت (١,٥٣) .

ومن خلال القيم يلاحظ هنالك فروق معنوية و لمصلحة الاختبار البعدي ، وتعزو الباحثة هذه الفروق المعنوية إلى فاعلية التدريس بالفريق ، وذلك لوجود اكثر من مدرسة لاجراج الدرس و الاشراف على مجموعة صغيرة من الطالبات تعطي امكانية اكبر منه عن المجموعة الضابطة ، وذلك ان اجراج الدرس باسلوب الفريق الذي درست به المجموعة التجريبية يعطي امكانية اكبر في زيادة عدد التكرارات في التمارين في اقسام الدرس مما ينعكس على مستوى اللياقة الحركية و هذا ما اكد عليه (مكارم حلمي ، ٢٠٠٠) اذ ان استخدام التمرينات و الالعاب في الدرس يؤدي الى تنشيط الجهاز العصبي و البدني فضلا عن انها تلعب دورا مؤثرا في تنمية الجوانب النفسية لتفعيل اجزاء الدرس بسعادة و مرح و بهجة مما يولد دافعية و ميل نحو ممارسة التمارين الرياضية في الدرس^(١٠) .

جدول (٧)

الأوساط الحسابية و الانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة للمجموعة التجريبية و الضابطة للاختبارات البعدية

مفردات اختبار هارو	المعالم الإحصائية العينة	س ⁻	ع [±]	حجم العينة	قيمة (ت) المحسوبة	معنوية الفروق
١- الجري على شكل 8	ضابطة	٩,٢	١,٥	٢٠	١٠	معنوي
	تجريبية	٥,٦	٠,٤٢			
٢- الجلوس من الرقود	ضابطة	١٢,٤	٠,٧٢		٣٨,٤٨	معنوي
	تجريبية	٢٥,١	١,٢٤			
٣- الوثب على جانبي المقعد	ضابطة	٧	١,٤٧		٦٣,٨٧	معنوي
	تجريبية	٢٦,٨	١٩,٧			
٤- قذف الكرة	ضابطة	٩,٦	٠,٥٠		٨٢,٧٢	معنوي
	تجريبية	٢٧,٨	٠,٨٨			
٥- الدفع بالذراعين	ضابطة	٨,٤	٠,٧٣		١٧,٩٣	معنوي
	تجريبية	١٣,٦	١,٠٢			
٦- الجري الارتدادي	ضابطة	٦,٤	٠,١٥		٣٨,٦٦	معنوي
	تجريبية	٤,٢٨	٠,٢٣			

ولإجابة على التساؤل الذي وضعته الباحثة تشير تشير البيانات في الجدول (٧) الى وجود فروق معنوية عند مقارنة قيمة (ت) المحسوبة بالجدولية في جميع مفردات اختبار (هارو) و عليه ترى الباحثة ان التدريس بالفريق له تأثير كبيرا في تطوير مستوى اللياقة الحركية ، اذ ان التدريس بالفريق يعطي امكانية افضل في استثمار وقت الدرس فضلا عن الزيادة في تكرار التمرينات مما ينعكس على مستوى قدرات الطالبات وهذا ما اشار اليه (الجمل ، ١٩٩٠) يمكن الافادة من طريقة التدريس بالفريق في جميع مراحل التعليم المختلفة لمالها من فائدة على الفريق و الطلاب لان التدريس بالفريق في جميع مراحل التعليم المختلفة يهتم بالفروق الفردية بين الطلاب (١١) .وقد اكد (سكاير) في دراسته التي اجراها حول التدريس بالفريق الى استخدام هذه الطريقة و توظيفها في التدريب بدلا من الطرائق الاعتيادية (١٢).

نتائج البحث و التوصيات

نتائج البحث

- ١- وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية ولمصلحة الاختبار البعدي .
- ٢- تفوق المجموعة التجريبية و التي استخدمت طريقة التدريس بالفريق على المجموعة الضابطة في جميع مفردات اختبار هارو للياقة الحركية.

التوصيات

- ١- تشجيع العمل بطريقة (التدريس بالفريق) في اخراج درس التربية الرياضية .
- ٢- تدريس طريقة العمل بالفريق في مادة طرائق التدريس لكليات و اقسام التربية الرياضية .

المصادر

- ١- بسطويسي احمد ، أسس و نظريات التدريب الرياضي ، جامعة القاهرة دار الفكر العربي ، ١٩٩٠ .
- ٢- سلمى زكي الناشق ، طرائق التدريس العامة ، ط١ ، دار الفرقان ، عمان ، ١٩٩٠ .
- ٣- فؤاد البهي السيد ، علم النفس الاحصائي و قياس العقل البشري ، ط٣ ، القاهرة ، مطبعة دار التاليف ، ١٩٧٩ .
- ٤- قاسم لزام و اخرون ، اثر بعض طرائق التدريس في الوقت المستثمر لدرس التربية الرياضية في المدارس الثانوية ، مجلة كلية التربية الرياضية ، العدد الثاني ، كلية التربية الرياضية ، بغداد ١٩٩٣ .
- ٥- مجمع اللغة العربية (اقتبسه) حيدر فائق علي ، تاثير التدريب الدائري باستخدام العمل القتري المنخفض الشدة على المطاولة الخاصة لركض المسافات الطويلة رسالة ماجستير جامعة بغداد ، ١٩٩٨ .
- ٦- محمد صبحي حسنين، نموذج الكفاية البدنية، ط١، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٨٥ .
- ٧- محمد محمود الحيلة ، التصميم التعليمي نظرية و ممارسة ، ط١ ، دار الامل للنشر ، عمان ١٩٩٨ .
- ٨- مكارم حلمي ابو هرجة ، و اخرون ، موسوعة التدريب الميداني للتربية الرياضية ، ط١ ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ٢٠٠٠ .
- ٩- موفق الحمداني ، نوري عباس ، المستحدثات التربوية ، مطابع مديرية الكتب ، جامعة الموصل ، ١٩٩٠ .
- ١٠- نجاح يعقوب الجمل ، نحو منهج تربوي معاصر ، ط٥ ، مطاب الشعب ، عمان ١٩٩٠ .
- ١١- وديع ياسين ، ياسين محمد علي ، الاعداد البدني للنساء ، جامعة الموصل ، دار الكتاب ١٩٨٦ .
- 12- Schaefer,Fu," Team Teaching as form staff development or when are two teaching better than one" Guidelines.Vol(13) .No(2) . 1991

الهوامش

- ١- وديع ياسين محمد علي ، الإعداد البدني للنساء ، جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة و النشر ١٩٨٦ ، ص٢٣ .
- ٢- بسطويسي احمد ، أسس و نظريات التدريب الرياضي ، جامعة القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٩ ، ص ٢٥٥ .
- ٣- محمد محمود الحيلة ، التصميم التعليمي نظرية و ممارسة ، ط١ ، دار الامل للنشر ، عمان ، ١٩٩٨ ، ص٢٢ .
- ٤- قاسم لزام و آخرون ، اثر بعض طرائق التدريس في الوقت المستثمر لدرس التربية الرياضية في المدارس الثانوية ، مجلة التربية الرياضية ، العدد الثاني ، كلية التربية الرياضية ، ١٩٩٣ ، ص١٧ .
- ٥- سلمى زكي الناشف ، طرق التدريس العامة ، ط١ ، دار الفرقان ، عمان ، ١٩٩٩ ، ص١٣٠ .
- ٦- موفق الحمداني ، نوري عباس ، المستحدثات التربوية ، مطابع ميديا الكتب للطباعة و النشر ، جامعة الموصل ، ١٩٩١ ، ص ٨١ .
- ٧- محمد صبحي حسنين ، نموذج الكفاية البدنية ، ط١ ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٨٥ ، ص١٣٦ .
- ٨- حيدر فائق على " تأثير التدريب الدائري باستخدام العمل الفترتي المنخفض الشدة على المطاولة الخاصة لركض المسافات الطويلة " رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، ١٩٩٨ ، ص٤٩ .
- ٩- فؤاد البهي السيد ، علم النفس الاحصائي و قياس العقل البشري ، ط٣ ، القاهرة ، مطبعة دار التأليف ، ١٩٧٩ ، ص ٤٥٦ .
- ١٠- مكارم حلمي ابو هرجة و اخرون ، موسوعة التدريب الميداني للتربية الرياضية ، ط١ ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ٢٠٠٠ ، ص ١٢٥ .
- ١١- نجاح يعقوب الجمل ، نحو منهج تربوي معاصر ، ط٥ ، مطابع دار الشعب ، عمان ، ١٩٩٠ ، ص ٦٥-٦٦ .
- 12 - Schaefer,Fu," Team Teaching as form staff development or when are two teaching better than one" Guidelines.Vol(13) .No(2) . 1991 .