# تأثير استخدام التعلم المقلوب على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في الكاراتيه لطالبات كلية التربية الرياضية

**د/ياسمين محمد أحمد سلامة**

مدرس بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية – جامعة المنصورة

**مقدمة ومشكلة البحث:**

في ضوء التطور المعرفي الحالي كان لابد للمؤسسات التعليمية وخاصة الجامعية منها أن تستوعبها وتتفاعل معها بايجابية والاهتمام والبحث في كيفية تطوير طرائق وأساليب التدريس من خلال استخدام عدة أساليب لهذا الغرض والاستفادة من معطيات الثورة العلمية والتكنولوجية وتوظيفها بصورة علمية ومخطط لها في هذا المجال، حيث أن نجاح العملية التعليمية يعتمد على فاعلية طرائق وأساليب التدريس والدور الذي يقوم به كل من المدرس والطلبة خلال المحاضرة الاعتيادية أو خارجها والأساليب التي يستخدمها المدرس لايصال المعلومات بأفضل صورة الى الطلبة من أجل احداث التعلم في سلوكياتهم وتفكيرهم العلمي.

وبوجود التقنيات الحديثة و مكانية الاستفادة من مميزاتها وتطبيقاتها خارج أوقات المحاضرة الاعتيادية فقد ظهرت عدة مفاهيم وأساليب جديدة في التدريس ومنها التعليم الالكتروني المقلوب(المعكوس) الذي يمكن فيه استخدام مختلف التقنيات التعليمية والاستراتيجيات لتحقيق الفائدة العلمية للطلبة وتسهيل عمل المدرس وجعل دور الطالب فعالا وايجابيا في العملية التعليمية

يري **عاطف أبوحميد الشرمان (٢٠١٥م)** أن عملية التعلم هي ادخال كل ماهو جديد الى حياة الانسان واحداث تغيير فى سلوكه أو تعديل فى هذا السلوك الذي ينتج من قيام الكائن الحي بنشاطا ما الأمر الذى يحدث استجابة ما تظهر علي هيئة سلوك جديد حيث تشكل أهمية تعلم المهارات واتقانها أهمية كبري فى درس التربية الرياضية بهدف اكساب الفرد للمهارات الحركية واستخدامها بصورة جيدة واقتصادية.(٥ : ٥٣)

أشارت **عفت مصطفى الطناوي (٢٠٠٩م)** أن التقدم التكنولوجي الذى يشهده هذا العصر فى نواح متعددة لم يشهده أى عصر من العصور السابقة، فالمجال التعليمي شهد ثورة هائلة فى ظهور العديد من المستحدثات التكنولوجية والتى أصبحت محور الاهتمام وذلك لبيان جدواها فى العملية التعليمية.(٧: ١٨)

لقد ساهمت تكنولوجيا المعلومات والاتصالات الحديثة بتطوير وتغيير طرائق وأساليب التدريس وظهور أساليب تدريسية جديدة قائمة على استخدام التقنيات الحديثة ومن بينها مفهوم انتشر مؤخرًا في التعليم وهو التعلم المقلوب أو المنعكس ( Instruction Flipped) وهو شكل من أشكال التعليم المدمج الذي يوظف التقنيات الحديثة لتقديم تعليم يتناسب مع متطلبات وحاجات الطلبة في ضوء التسارع المعرفي الحديث، حيث ساعدت على تحويل نمط المحاضرة التقليدية التي يقتصر بها التدريس داخل الغرفة الصفية عبر الاعتماد على المحاضرة والتلقين من قبل المعلم ليتغير الدور التقليدى الذي يقوم به المعلم حيث يأخذ المتعلم دورا أكثر فاعلية فى تحمل مسؤولية تعلمه وهذا ما تسعي اليه استراتيجية التعلم المقلوب(المعكوس).

يري **بريم ثاينسي (2013).Brame,Cynthia J** أن استرايتيجة التعلم المقلوب هي احدي استراتيجيات التعلم المدمج وذلك بالجمع بين أكثر من أسلوب وأداة للتعلم سواء كانت الكترونية أم تقليدية، وهذه الاستراتيجية من التعلم تقوم بنقل التعلم من المكان الجماعى الى المكان الفردى عبر مشاهدة الفديوهات بالمنزل فرديا قبل المحاضرة ثم تحويل غرفة الصف الى بيئة تعلم نشطة ويكون دور المعلم موجه ومرشد للطلبة لتطبيق ما قاموا بتعلمه. (١٢: ٢٦٣)

ويري كل من **حسن الخليفة، وضياء مطاوع (٢٠١٥م)** أن التعلم المقلوب (المعكوس) هو نموذج تربوي يقوم على عكس العملية التعليمية بحيث يتم مشاهدة محاضرة نموذجية كواجب في المنزل والقيام بالأنشطة المتعلقة بالمقرر في الصف الدراسي. (١ :٥٣)

والتعلم المقلوب ( المعكوس) أحد الحلول التقنية الحديثة لعلاج ضعف التعلم التقليدي وتنمية مستوي مهارات التفكير عند الطالبات، ويشمل تدريس التعلم المقلوب (المعكوس) إستخدام التقنية للاستفادة فى العملية التعليمية، بحيث يمكن للمعلم قضاء مزيد من الوقت في التفاعل والتحاور والمناقشة مع الطالبات في الفصل بدلا من إلقاء المحاضرات، حيث تقوم الطالبات بمشاهدة عروض فيديو قصيرة للمحاضرات في المنزل ويبقي الوقت الأكبر لمناقشة المحتوي في الفصل تحت إشراف المعلم، فوفقا لتصنيف بلوم المعدل فإن الطالبات يحققون في التعلم المقلوب ( المعكوس) المستوي الأدني من المجال المعرفي (الحصول عل المعرفة واستيعابها) في المنزل، والتركيز علي المستوي الأعلي من المجال المعرفي (التطبيق ، التحليل ،التركيب ،التقييم) في وقت الفصل.(١٣: ٢٧٧)

حيث تقوم فكرته علي قلب العملية التعليمية، فبدلا من أن تتلقي الطالبات المفاهيم الجديدة داخل الفصل الدراسي ثم يعودون إلي المنزل لأداء الواجبات المنزلية في التعليم التقليدي تقلب العملية هنا حيث تتلقي الطالبات في التعلم المقلوب (المعكوس) المفاهيم الجديدة للدرس في المنزل من خلال إعداد المعلم مقطع فيديو باستخدام برامج مساعده مدته مابين ٥-١٠دقائق، ومشاركته لهم في إحدي مواقع الويب أو شبكات التواصل الإجتماعي، أو مشاركتهم لأحد مقاطع الفيديو أو الوسائط المتعدة أو الألعاب التعليمية من مصادر المعلومات الإلكترونية ،حيث تتعلم الطالبات باستخدام هذه الإستراتيجية، مفاهيم الدرس الجديد في المنزل من خلال التقنيات الحديثة مثل الهواتف الذكية أو الأجهزة الحاسوبية المحمولة، فتتمكن الطالبات من إعادة مقطع الفيديو عدة مرات، ليتمنكوا من استيعاب المفاهيم الجديدة كما يمكنهم تسريع المقطع لتجاوز الأجزاء التي تم استيعابها، فتتم مراعاة الفروق الفردية بين الطالبات ويختفي عنصر الملل ويحل محله عنصر التشويق والاستمتاع بالتعلم. (١٥: ١٩٣)

ويري **عاطف أبو حميد الشرمان (٢٠١٥م)** أن التعلم المقلوب (المعكوس) هو ذلك النوع من التعلم الذي يتم فيه تحويل الحصة أو المحاضرة المعتادة من خلال التكنولوجيا المتوفرة والمناسبة إلي دروس مسجلة يتم وضعها علي الإنترنت، بحيث تستطيع الطلبات الوصول إليها خارج الحصة الصفية لإفساح المجال للقيام بالأنشطة المنوعة والتعلم النشط والاستغلال الأمثل لوقت التعلم في الغرفة الصفية وتحت إشراف المعلم لإثراء عملية التعليم والتعلم. (١١:٥)

ومن خلال الاطلاع علي بعض من الدراسات السابقة والمراجع العلمية والتي أظهرت أهمية التعلم المقلوب (المعكوس) في العملية التعليمية وأثر تطبيقه علي مختلف المراحل العمرية، ومن هذه الدراسات: **دراسة صفاء غازي محمد (٢٠٢٢م)، محمد محمود عبد القوي (٢٠٢٢م)، الشيماء السيد عبداللطيف (٢٠١٩م)، صفاء احمد لطفى (٢٠١٨م)، نادية حسن زغلول (٢٠١٧م)**

بالإضافة للخبرات التدريسية للباحثة كمدرس لمقرر الكاراتيه بكلية التربية الرياضية جامعة المنصورة والتي لاحظت وجود نقص في تنوع أساليب التدريس وملاحظة ضعف مستوي الطالبات في تعلم المهارات الأساسية المقررة، وعدم توظيف أدوات التكنولوجيا في العملية التعليمية بشكل كبير، فمازال عدد كبير من المعلمون يتبعون الطريقة التقليدية في التدريس (الشرح وأداء نموذج)، ومن خلال البحث والاطلاع واستقراء الدراسات السابقة في حدود علم الباحثة وتقصي أثر أسلوب التعلم المقلوب (المعكوس) في تحصيل منهج التربية الرياضية عامة ومنهج الكاراتيه خاصة، فقد وجدت أن هذه الدراسات لم تتطرق إلي إستخدام هذا الأسلوب من قبل في مجال الكاراتيه مما تولد

لدى الباحثة الإحساس بوجود حاجة لدراسة أثر هذا الأسلوب في عملية تعلم بعض المهارات الأساسية في الكاراتيه واستخدام بعض الوسائل التكنولوجية الحديثة من خلال استخدام الفيديوهات التعليمية والصور وغيرها من التقنيات الحديثة ودمجها مع أساليب التدريس في التعلم وذلك لتحسين الاتصال بين المعلم والطالبات داخل الغرفة الصفية وخارجها مما دعي الباحثة إلي محاولة التعرف علي تأثير استخدام التعلم المقلوب على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في الكاراتيه لطالبات كلية التربية الرياضية.

**مصطلحات البحث:**

**التعلم المقلوب(المعكوس):**

هو منحي تعليمى يتم فيه الانتقال بالتدريس من مكان تعلم المجموعة الى مكان تعلم الفرد، ويتحول مكان المجموعة الناتج الى بيئة تعلم داينمية تفاعلية يوجه المربي فيها الطلاب وهم يطبقون مفاهيم وينشغلون بجهد ابداعى فى مادة التعلم.(١٠ : ٥٣)

**هدف البحث :**

يهدف البحث علي التعرف علي تأثير استخدام التعلم المقلوب على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في الكاراتيه لطالبات كلية التربية الرياضية.

**فروض البحث:**

١. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسيين (القبلي والبعدي) في مستوى الأداء المهارى للمهارات ( جيدان باراي – أوي زوكي– أجى أوكى – شوتو أوكى – زينكتسو داتشي – كوكوتسو داتشى) للمجموعة الضابطة لصالح القياس البعدي.
٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسيين (القبلي والبعدي) في مستوى الأداء المهارى للمهارات (جيدان باراي – أوي زوكي– أجى أوكى – شوتو أوكى – زينكتسو داتشي – كوكوتسو داتشى) للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي.
٣. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القياسيين البعديين لكلاً من المجموعة التجريبية والضابطة في مستوى الأداء المهارى للمهارات(جيدان باراي – أوي زوكي– أجى أوكى – شوتو أوكى – زينكتسو داتشي – كوكوتسو داتشى) لصالح المجموعة التجريبية.

**الدراسات السابقة:**

١-دراسة **صفاء غازي محمد (٢٠٢٢م)** بعنوان "تأثير استخدام التعلم المعكوس على بعض نواتج التعلم في الجمباز" هدف البحث إلى التعرف على تأثير استخدام التعلم المعكوس على بعض نواتج التعلم في الجمباز، عرض البحث إطاراً مفاهيمياً تضمن المصطلحات، التعلم المعكوس، التحصيل المعرفي، اعتمد البحث على المنهج التجريبي، وجاءت العينة من طالبات علوم الرياضة جامعة الجوف وعددهن (٣٠) طالبة، وتمثلت الأدوات والوسائل المسح المرجعي" تحديد اختبارات المتغيرات البدنية والمهارية والتحصيل المعرفي، تحديد وحصر محتويات البرنامج، تحديد وحصر التدريبات المستخدمة، المقابلات الشخصية، استمارة تسجيل البيانات"، والأدوات (ميزان إلكتروني، جهاز ريستاميتر، ساعة إيقاف، صالة جمباز، مسطرة مدرجة، شريط قياس، أقماع، سماعات)، الاختبارات المستخدمة ( اختبار الوثب، اختبار الجري، اختبار الوقوف، اختبار ثني الجذع، اختبار تحمل عضلات البطن، تحديد المستوى المهاري)، واختتم البحث بأهم النتائج " أنه توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في التحصيل المعرفي ومستوى الأداء المهاري لصالح القياس البعدي.

٢-دراسة **محمد محمود عبد القوي (٢٠٢٢م)** بعنوان " فاعلية التعلم المعكوس على مخرجات التعلم لبعض مهارات كرة السلة" هدف البحث إلى التعرف على فاعلية التعلم المعكوس على مخرجات التعلم لبعض مهارات كرة السلة وذلك من خلال المتغيرات التحصيلية لرياضة كرة السلة للمقرر الدراسي، وعرض البحث إطاراً مفاهيمياً وتضمن التعلم المعكوس، ومخرجات التعلم، واعتمد البحث على المنهج التجريبي، وتمثلت أدوات البحث في معدلات النمو (السن، الطول، الوزن)، واختبار التحصيل المعرفي الخاص بمهارتي المحاورة والتصويب السلمي، والبرنامج التعليمى المقترح، وتم تطبيقها على عينة قوامها (٤٠) تلميذاً من تلاميذ الصف الأول الإعدادي، وجاءت نتائج البحث مؤكدة على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار المعرفي.

٣-دراسة **الشيماء السيد عبداللطيف (٢٠١٩م)** بعنوان" فاعلية استراتيجية التعليم المعكوس باستخدام تطبيق الواتس اب على تعلم سباحة الزحف على الظهر والتحصيل المعرفي" هدف البحث إلى التعرف على فاعلية إستراتيجية التعليم المعكوس باستخدام تطبيق الواتس اب على تعلم سباحة الزحف على الظهر والتحصيل المعرفي، واعتمد البحث على المنهج التجريبي، وتمثلت أدوات البحث في الأجهزة (جهاز الريستاميتر – ميزان طبي–حمام

سباحة–أدوات طفو)، والاستمارات (استمارة تقييم مستوى الأداء المهارى للطالبات، استمارة تحديد محاور الاختبار المعرفي في سباحة الزحف على الظهر، استمارة استطلاع رأى الخبراء حول تحديد الفترة الزمنية الخاصة بتنفيذ عملية التعلم وتوزيع الخطة الزمنية للوحدة الواحدة)، الاختبارات والمقاييس (اختبار القدرة العقلية–قياس مستوى الأداء المهارى–اختبار التحصيل المعرفي)، وتم تطبيقها على عينة مكونة من (٧٠) من طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنات– جامعة الزقازيق في الفصل الدراسي الثاني للعام(٢٠١٧/٢٠١٨). وجاءت نتائج البحث مؤكدة على أن أسلوب التعليم المعكوس بإستخدام الواتس اب له تأثير إيجابي على تعلم سباحة الزحف على الظهر والتحصيل المعرفي.

٤–دراسة **صفاء أحمد لطفى (٢٠١٨م)** بعنوان " تأثير استخدام الصف المعكوس فى تعلم بعض مهارات كرة اليد لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا"، وقد هدفت هذه الدراسة الي التعرف علي تأثير استخدام الصف المعكوس فى تعلم بعض مهارات كرة اليد لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي، واشتملت عينة البحث علي (٤٠) طالبة من طالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا، وجاءت نتائج البحث مؤكدة على تحسن مستوي شكل الأداء الفني لمهارات كرة اليد و مستوي التحصيل المعرفي و الأراء و الانطباعات الوجدانية لطلاب المجموعة التجريبية المستخدمة التعلم المعكوس.

٥–دراسة **نادية حسن زغلول (٢٠١٧م)** بعنوان " فاعلية استراتيجية الصف المقلوب على مستوى تعلم بعض المهارات الفنية في الجمباز لتلميذات الصف الخامس من التعليم الأساسي بدولة الإمارات " وقد هدفت الدراسة الي التعرف علي: فاعلية استراتيجية الصف المقلوب على مستوى تعلم بعض المهارات الفنية في الجمباز لتلميذات الصف الخامس من التعليم الأساسي بدولة الإمارات، واشتملت عينة البحث علي (٦٦) تلميذة ، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي، واستنتجت الباحثة أن البرنامج المقترح باستخدام استراتيجية التعليم المعكوس ساهم ايجابياً في تنمية المهارات الفنية علي جهاز الحركات الارضية في الجمباز لتلميذات الصف الخامس من التعليم الأساسي بدولة الإمارات.

٦–دراسة **جونسون (٢٠١٢م)Johnson** التي هدفت إلي التعرف علي فعالية استخدام الفصول الدراسية المعكوسة في مقابل الفصول الدراسية التقليدية على تنمية الإدراك المفاهيمي، والتحصيل الأكاديمي لدي عينة من طلاب المرحلة الثانوية يدرسون مقرر

تطبيقات الحاسب، حيث توصلت الدراسة إلى عدة نتائج أهمها: فعالية استخدام الفصول الدراسية المعكوسة والدراسة التقليدية على تنمية الإدراك المفاهيمي، والتحصيل الأكاديمي في تدريس مقرر تطبيقات الحاسب بالمدارس الثانوية.

**إجراءات البحث:**

**منهج البحث:**

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وذلك باستخدام التصميم التجريبي ذو المجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة بواسطة القياس القبلي والبعدي لكل مجموعة من مجموعات البحث.

**مجتمع البحث:**

قامت الباحثة باختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية – جامعة المنصورة للعام الدراسي (٢٠٢٢م – ٢٠٢٣م)، حيث بلغ عددهن (٣٧٥) طالبة.

**عينة البحث:**

قامت الباحثة باختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العمدية العشوائية من طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية – جامعة المنصورة للعام الدراسي (٢٠٢٢م –٢٠٢٣م) وبلغ قوامها (٨٠) طالبة، وتم تقسيمهم بصورة عشوائية إلى مجموعتين قوام كلاً منهما (٤٠) طالبة للمجموعة التجريبية التي سوف يطبق عليهن البرنامج المقترح باستخدام استراتيجية التعلم المقلوب، و(٤٠) طالبة للمجموعة الضابطة يطبق عليهن البرنامج التقليدي بدون استخدام استراتيجية التعلم المقلوب كما تم اختيار (١٠) طالبات كعينة التجربة الاستطلاعية من داخل المجتمع وخارج عينة البحث، ويوضح جدول (١) توصيف عينة البحث.

**جدول (١)**

**توصيف عينة البحث**

| العينة | | العدد | النسبة |
|---|---|---|---|
| إجمالي العينة | | ٩٠ | %١٠٠ |
| عينة الدراسة الأساسية | المجموعة التجريبية | ٤٠ | %٤٤.٤٤ |
| | المجموعة الضابطة | ٤٠ | ٤٤.%٤٤ |
| عينة التجربة الاستطلاعية | | ١٠ | %١١.١٢ |

يتضح من جدول (١) أن عدد إجمالي عينة البحث (٩٠) طالبة وتشتمل على (١٠) طالبات كعينة استطلاعية و(٨٠) طالبة كعينة أساسية.

**تجانس عينة البحث:**

قامت الباحثة بإجراء التجانس بين أفراد عينة البحث في المتغيرات قيد البحث من خلال حساب معامل الالتواء لبعض متغيرات النمو والمتغيرات البدنية والمهارية التي قد يكون لها تأثير على متغيرات البحث، وذلك للتأكد من أن عينة البحث الأساسية تتوزع اعتدالياً في هذه المتغيرات كما هو موضح بالجدول رقم (٢)،(٣) (٤).

**جدول (٢) تجانس عينة البحث في القياسات الأنثروبومترية (الطول – الوزن – العمر الزمنى)**

**ن=٩٠**

| م | المتغير | وحدة القياس | المتوسط | الوسيط | الانحراف | معامل الالتواء |
|---|---|---|---|---|---|---|
| ١- | العمر الزمنى | سنة | 19.710 | 19.650 | 0.473 | 0.271 |
| ٢- | الطول | سم | 169.366 | 169.000 | 4.164 | -0.017 |
| ٣- | الوزن | كجم | 64.833 | 64.000 | 5.153 | 0.169 |

يتضح من الجدول رقم (٢) اعتدالية توزيع عينة البحث في المتغيرات الأساسية حيث يوضح الجدول المتوسط والانحراف والوسيط ومعامل الالتواء للقياسات الانثروبومترية قيد البحث والذى يتضح منه أن جميع قيم معامل الالتواء تنحصر ما بين (+٣) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في تلك المتغيرات قيد البحث.

**جدول (٣) تجانس عينة البحث في المتغيرات البدنية قيد البحث**

**ن=٩٠**

| | المتغير | وحدة القياس | المتوسط | الوسيط | الانحراف | معامل الالتواء |
|---|---|---|---|---|---|---|
| البدنية | الدوائر المرقمة عين ورجل (التوافق) | ثانية | ٦.٢٧١ | ٦.٣٣٤ | ٠.٤٩٠ | ٠.٢٧١ |
| | اختبار زاوية مفصل الحوض (مرونة) | سم | ٤١.٠٥٠ | ٤٢.٠٠٠ | ٢.٧٨١ | -٠.٢٥٣ |
| | الانبطاح المائل من الوقوق(رشاقة) | ثانية | ٨.٤٠٠ | ٨.٠٠٠ | ١.٦٦٧ | ٠.٤٩٧ |
| | الوثب العريض من الثبات(قوة مميزة بالسرعة) | سم | ١٥٦.٤٠٠ | ١٥٨.٠٠٠ | ٩.٩٨١ | -٠.٣٢٢ |
| | الوثب العمودي من الثبات(قدرة) | سم | ٣٣.١٥٠ | ٣٢.٠٠٠ | ٤.٠٨٢ | ١.٢٣٢ |
| | دفع كرة طبية زنة ٣ كجم (قوة عضلية) | سم | ٣.٢٦٠ | ٣.٤٥٠ | ٠.٦٤١ | -١.٣٦٤ |

يتضح من الجدول رقم (٣) اعتدالية توزيع عينة البحث في المتغيرات البدينة حيث يوضح الجدول المتوسط والوسيط والانحراف ومعامل الالتواء للمتغيرات البدنية والذى يتضح منه أن جميع قيم معامل الالتواء تنحصر ما بين (+٣) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في تلك المتغيرات.

جدول (٤) تجانس عينة البحث في المتغيرات المهارية قيد البحث ن=٩٠

| المتغير | | | | وحدة القياس | المتوسط | الوسيط | الانحراف | معامل الالتواء |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| المهارية | أوي زوكي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ١٠.٨٥٠ | ١٠.٥٠٠ | ١.٣٤٨ | ٠.٤٤٤ |
| | | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٧.٣٠٠ | ٢٧.٥٠٠ | ٢.٥٩٨ | ٠.٢٥٤ |
| | | | ٤٥ ث | الثانية | ٥٢.٨٠٠ | ٥٢.٥٠٠ | ٢.١٩١ | ٠.٤٨٣ |
| | | شمال | ١٠ ث | الثانية | ١١.٤٠٠ | ١١.٠٠٠ | ١.٠٤٦ | ٠.٦٠٠ |
| | | | ٢٠ ث | الثانية | ٢١.٨٥٠ | ٢٢.٠٠٠ | ٢.٤٥٥ | -٠.١١٦ |
| | | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٩.٧٠٠ | ٥١.٠٠٠ | ٤.٠٤١ | -٠.٦٩٩ |
| | جيدان باراي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ١٠.٦٠٠ | ١١.٠٠٠ | ١.٦٦٧ | -٠.١١٨ |
| | | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٦.٨٥٠ | ٢٧.٠٠٠ | ٢.٧٣٩ | ٠.١٩١ |
| | | | ٤٥ ث | الثانية | ٥٢.٤٥٠ | ٥٢.٥٠٠ | ٢.٢٣٥ | ٠.٠٥٨ |
| | | شمال | ١٠ ث | الثانية | ١١.٠٠٠ | ١١.٠٠٠ | ١.٣٧٦ | ٠.١٣٥ |
| | | | ٢٠ ث | الثانية | ٢١.٧٠٠ | ٢٢.٠٠٠ | ٢.٥٣٦ | -٠.٤٤٣ |
| | | | ٤٥ ث | الثانية | ٥٠.٠٥٠ | ٥١.٠٠٠ | ٣.٤٨٦ | -١.٥٥٣ |
| | أجي أوكي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ٨.٠٠٠ | ٨.٠٠٠ | ٠.٨٥٨ | ٠.٥٥٥ |
| | | | ٢٠ ث | الثانية | ١٨.٧٠٠ | ١٨.٥٠٠ | ١.٢١٨ | ٠.٤٥٠ |
| | | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٦.٨٥٠ | ٤٦.٥٠٠ | ١.٦٩٤ | ٠.٦٢٠ |
| | | شمال | ١٠ ث | الثانية | ١٠.١٠٠ | ١٠.٠٠٠ | ١.٢٥٢ | ٠.٣٢٩ |
| | | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٤.٤٥٠ | ٢٥.٠٠٠ | ٢.٦٨٥ | -٠.٧٥٥ |
| | | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٧.٤٥٠ | ٤٨.٠٠٠ | ١.٦٠٥ | -٠.٢٣٩ |
| | شوتو أوكي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ٩.٢٥٠ | ٩.٠٠٠ | ١.٢٠٩ | ٠.٠٦٢ |
| | | | ٢٠ ث | الثانية | ٢١.٠٠٠ | ٢٠.٥٠٠ | ٢.٧١٤ | ٠.٤٩١ |
| | | | ٤٥ ث | الثانية | ٥٠.٥٥٠ | ٥١.٠٠٠ | ٢.٠٨٩ | -٠.٠٢٠ |
| | | شمال | ١٠ ث | الثانية | ٩.٨٥٠ | ١٠.٠٠٠ | ١.٠٤٠ | ٠.٠١٦ |
| | | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٢.٨٥٠ | ٢٣.٠٠٠ | ١.٩٥٤ | -٠.٠٤٩ |
| | | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٥.٩٥٠ | ٤٦.٠٠٠ | ٢.٩٦٤ | -٠.٢٥٦ |
| | زينكتسو داتشي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ٨.٨٥٠ | ٩.٥٠٠ | ٢.١٣٤ | -١.٧٦٨ |
| | | | ٢٠ ث | الثانية | ١٨.٤٠٠ | ١٨.٠٠٠ | ١.٣١٤ | -٠.٠٦٨ |
| | | | ٤٥ ث | الثانية | ٣٦.٧٥٠ | ٣٦.٠٠٠ | ٢.٤٦٨ | ٠.٦٢٣ |
| | | شمال | ١٠ ث | الثانية | ٩.٥٥٠ | ١٠.٠٠٠ | ٠.٨٢٦ | -٠.١٧٦ |
| | | | ٢٠ ث | الثانية | ٢١.٠٠٠ | ٢١.٥٠٠ | ٢.١٠٣ | -٠.٨٣٠ |
| | | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٨.٤٥٠ | ٥٠.٠٠٠ | ٥.١١٤ | -٠.٥١٦ |
| | كوكوتسو داتشي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ٩.٤٥٠ | ١٠.٠٠٠ | ٢.٤٣٨ | -٢.٢٥٧ |
| | | | ٢٠ ث | الثانية | ١٨.٤٥٠ | ١٩.٠٠٠ | ١.٤٣٢ | -٠.١٨٧ |
| | | | ٤٥ ث | الثانية | ٣٧.٤٥٠ | ٣٧.٠٠٠ | ٣.١٠٣ | ٠.١٠٦ |
| | | شمال | ١٠ ث | الثانية | ٩.٤٥٠ | ٩.٥٠٠ | ١.٣٥٦ | ٠.٠٤٧ |
| | | | ٢٠ ث | الثانية | ٢١.٤٥٠ | ٢٢.٠٠٠ | ٢.٥٢٣ | -٠.٩٤٠ |
| | | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٩.٦٥٠ | ٥٢.٠٠٠ | ٤.٧٩٣ | -١.٢٣٢ |

يتضح من الجدول رقم (٤) اعتدالية توزيع عينة البحث في المتغيرات المهارية حيث يوضح الجدول المتوسط والوسيط والانحراف ومعامل الالتواء للمتغيرات المهارية والذى يتضح منه أن جميع قيم معامل الالتواء تنحصر ما بين (±٣) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في تلك المتغيرات.

**تكافؤ مجموعتي البحث:**

قامت الباحثة بإجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية البحث في المتغيرات قيد البحث من خلال حساب دلالة الفروق بين القياسات القبلية لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية، كما هو موضح بالجدول رقم (٥)،(٦) (٧).

**جدول (٥)**

**دلالة الفروق بين القياسات القبلية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في القياسات الأنثروبومترية ن١=٤٠، ن٢=٤٠**

| م | المتغير | وحدة القياس | المجموعة التجريبية | | المجموعة الضابطة | | فروق المتوسطات | قيمة "ت" |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | المتوسط | الانحراف | المتوسط | الانحراف | | |
| ١- | العمر الزمنى | سنة | 19.628 | 0.562 | ١٩.٧٥٢ | ٠.٦٣١ | ٠.١٢٤- | ٠.٥٩٢ |
| ٢- | الطول | سم | 169.526 | 5.221 | ١٦٩.١٢٦ | ٤.٨١٦ | ٠.٤٠٠ | ٠.٦٢٨ |
| ٣- | الوزن | كجم | 65.023 | 4.963 | ٦٤.٢٣٦ | ٥.٣١٦ | ٠.٧٨٧ | ١.٠٦٣ |

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥=٢.٠٤٢

يتضح من الجدول (٥) أنه لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائيًا في القياسات البعدية للمجموعات التجريبية والضابطة في المتغيرات الأنثروبومترية قيد البحث، حيث أن قيمة " ت" المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥، مما يدل علي تكافؤ مجموعتي البحث.

**جدول (٦):دلالة الفروق بين القياسات القبلية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات البدنية ن١=٤٠، ن٢=٤٠**

| | المتغير | وحدة القياس | المجموعة التجريبية | | المجموعة الضابطة | | فروق المتوسطات | قيمة "ت" |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | المتوسط | الانحراف | المتوسط | الانحراف | | |
| ١ | الدوائر المرقمة عين ورجل (التوافق) | ثانية | ٦.٣٦٢ | ٠.٤٦٧ | ٦.١٨٠ | ٠.٥٢٠ | ٠.١٨٢ | ٠.٨٢٥ |
| 2 | ختبار زاوية مفصل الحوض (مرونة) | سم | ٤٠.٨٠٠ | ٢.٠٩٨ | ٤١.٣٠٠ | ٣.٤٣٣ | ٠.٥٠٠- | ٠.٣٩٣ |
| ٣ | الانبطاح المائل من الوقوق(رشاقة) | ثانية | ٨.٢٠٠ | ١.١٣٥ | ٨.٦٠٠ | ٢.١١٩ | ٠.٤٠٠- | ٠.٥٢٦ |
| ٤ | الوثب العريض من الثبات(قوة مميزة بالسرعة) | سم | ١٥٧.٠٠٠ | ٩.٤٠٤ | ١٥٥.٨٠٠ | ١١.٠٠٣ | ١.٢٠٠ | ٠.٢٦٢ |
| ٥ | الوثب العمودي من الثبات(قدرة) | سم | ٣٢.٩٠٠ | ٤.٠١٢ | ٣٣.٤٠٠ | ٤.٣٥١ | ٠.٥٠٠- | ٠.٢٦٧ |
| ٦ | دفع كرة طبية زنة ٣ كجم (قوة عضلية) | سم | ٣.٣٥٥ | ٠.٣٢٤ | ٣.١٦٥ | ٠.٨٦٢ | ٠.١٩٠ | ٠.٦٥٣ |

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥=٢.٠٤٢

يتضح من الجدول (٦) أنه لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائيًا في القياسات البعدية للمجموعات التجريبية والضابطة في المتغيرات البدنية قيد البحث، حيث أن قيمة " ت" المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥، مما يدل علي تكافؤ مجموعتي البحث.

**جدول (٧) دلالة الفروق بين القياسات القبلية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات المهارية ن١=٤٠، ن٢=٤٠**

| المتغير | | | وحدة القياس | المجموعة التجريبية | | المجموعة الضابطة | | فروق المتوسطات | قيمة "ت" |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | المتوسط | الانحراف | المتوسط | الانحراف | | |
| أوي زوكي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ١٠.٦٠٠ | ٠.٩٦٦ | ١١.١٠٠ | ١.٦٦٣ | ٠.٥٠٠- | ٠.٨٢٢ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٧.٠٠٠ | ٢.٧٨٩ | ٢٧.٦٠٠ | ٢.٥٠٣ | ٠.٦٠٠- | ٠.٥٠٦ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٥٢.٤٠٠ | ١.٥٧٨ | ٥٣.٢٠٠ | ٢.٧٠٠ | ٠.٨٠٠- | ٠.٨٠٩ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ١١.١٠٠ | ٠.٨٧٦ | ١١.٧٠٠ | ١.١٦٠ | ٠.٦٠٠- | ١.٣٠٦ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢١.٤٠٠ | ١.٨٩٧ | ٢٢.٣٠٠ | ٢.٩٤٦ | ٠.٩٠٠- | ٠.٨١٢ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٩.٣٠٠ | ٣.٧١٣ | ٥٠.١٠٠ | ٤.٥٠٨ | ٠.٨٠٠- | ٠.٤٣٣ |
| جيدان باراي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ١٠.٤٠٠ | ١.٨٩٧ | ١٠.٨٠٠ | ١.٤٧٦ | ٠.٤٠٠- | ٠.٥٢٦- |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٧.٦٠٠ | ٣.١٦٩ | ٢٦.١٠٠ | ٢.١٣٢ | ١.٥٠٠ | ١.٢٤٢ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٥٢.١٠٠ | ٢.٦٨٥ | ٥٢.٨٠٠ | ١.٧٥١ | ٠.٧٠٠- | ٠.٦٩٠ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ١١.١٠٠ | ١.٣٧٠ | ١٠.٩٠٠ | ١.٤٤٩ | ٠.٢٠٠ | ٠.٣١٧ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٠.٩٠٠ | ٢.٩٦١ | ٢٢.٥٠٠ | ١.٨٤١ | ١.٦٠٠- | ١.٤٥١ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٨.٨٠٠ | ٤.٣٩٢ | ٥١.٣٠٠ | ١.٧٠٣ | ٢.٥٠٠- | ١.٠٧٨ |
| أجي أوكي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ٧.٨٠٠ | ٠.٦٣٢ | ٨.٢٠٠ | ١.٠٣٣ | ٠.٤٠٠- | ١.٠٤٤ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ١٨.٦٠٠ | ٠.٩٦٦ | ١٨.٨٠٠ | ١.٤٧٦ | ٠.٢٠٠- | ٠.٣٥٩ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٦.٨٠٠ | ١.٦٨٧ | ٤٦.٩٠٠ | ١.٧٩٢ | ٠.١٠٠- | ٠.١٢٩ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ١٠.٢٠٠ | ٠.٦٣٢ | ١٠.٠٠٠ | ١.٧٠٠ | ٠.٢٠٠ | ٠.٣٤٩ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٤.٤٠٠ | ٢.٣٦٦ | ٢٤.٥٠٠ | ٣.١٠٠ | ٠.١٠٠- | ٠.٠٨١ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٧.٥٠٠ | ١.٥٠٩ | ٤٧.٤٠٠ | ١.٧٧٦ | ٠.١٠٠ | ٠.١٣٦ |
| شوتو أوكي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ٩.٢٠٠ | ٠.٩١٩ | ٩.٣٠٠ | ١.٤٩٤ | ٠.١٠٠- | ٠.١٨٠ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٠.٦٠٠ | ٢.١١٩ | ٢١.٤٠٠ | ٣.٢٧٣ | ٠.٨٠٠- | ٠.٦٤٩ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٥٠.٤٠٠ | ١.٨٣٨ | ٥٠.٧٠٠ | ٢.٤٠٦ | ٠.٣٠٠- | ٠.٣١٣ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ٩.٩٠٠ | ١.١٠١ | ٩.٨٠٠ | ١.٠٣٣ | ٠.١٠٠ | ٠.٢١٠ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٢.٦٠٠ | ١.٦٤٧ | ٢٣.١٠٠ | ٢.٢٨٣ | ٠.٥٠٠- | ٠.٥٦٢- |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٦.٠٠٠ | ٢.٥٨٢ | ٤٥.٩٠٠ | ٣.٤٤٦ | ٠.١٠٠ | ٠.٠٧٣ |
| زينكتسو داتشي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ٩.١٠٠ | ١.٥٢٤ | ٨.٦٠٠ | ٢.٦٧٥ | ٠.٥٠٠ | ٠.٥١٤ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ١٨.٦٠٠ | ٠.٦٩٩ | ١٨.٢٠٠ | ١.٧٥١ | ٠.٤٠٠ | ٠.٦٧١ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٣٦.٨٠٠ | ٢.٣٩٤ | ٣٦.٧٠٠ | ٢.٦٦٩ | ٠.١٠٠ | ٠.٠٨٨ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ٩.٦٠٠ | ٠.٨٤٣ | ٩.٥٠٠ | ٠.٨٥٠ | ٠.١٠٠ | ٠.٢٦٤ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢١.١٠٠ | ١.٩١٢ | ٢٠.٩٠٠ | ٢.٣٧٨ | ٠.٢٠٠ | ٠.٢٠٧ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٨.٣٠٠ | ٤.٧١٥ | ٤٨.٦٠٠ | ٥.٧٣٩ | ٠.٣٠٠- | ٠.١٢٨ |
| كوكوتسو داتشي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ٩.٠٠٠ | ٣.١٦٢ | ٩.٩٠٠ | ١.٤٤٩ | ٠.٩٠٠- | ٠.٨١٨ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ١٨.٣٠٠ | ١.٤٩٤ | ١٨.٦٠٠ | ١.٤٣٠ | ٠.٣٠٠- | ٠.٤٥٩ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٣٦.١٠٠ | ٢.٩٦١ | ٣٨.٨٠٠ | ٢.٧٤١ | ٢.٧٠٠- | ١.٠٦٣ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ٩.٥٠٠ | ١.٢٦٩ | ٩.٤٠٠ | ١.٥٠٦ | ٠.١٠٠ | ٠.١٦١ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٠.٤٠٠ | ٣.٠٢٦ | ٢٢.٥٠٠ | ١.٣٥٤ | ٢.١٠٠- | ١.٠٠٣ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٧.٧٠٠ | ٥.٩٦٤ | ٥١.٦٠٠ | ٢.١١٩ | ٣.٩٠٠- | ١.١٤٩ |

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥=٢.٠٤٢

يتضح من الجدول (٧) أنه لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائيًا في القياسات البعدية للمجموعات التجريبية والضابطة في المتغيرات المهارية قيد البحث، حيث أن قيمة " ت" المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥، مما يدل علي تكافؤ مجموعتي البحث.

**أدوات جمع البيانات:**

**١- الاطلاع على المراجع العلمية والبحوث والدراسات المرجعية المرتبطة بموضوع البحث:**

قامت الباحثة بالاطلاع على المراجع العربية والأجنبية والدراسات المرجعية والبحث في الشبكة العالمية للمعلومات (الإنترنت) التي تتعلق بموضوع البحث وذلك لتحديد متغيرات البحث والاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث.

**٢- استمارة استطلاع آراء الخبراء:**

قامت الباحثة بإعداد استمارة استطلاع آراء الخبراء لتحديد:

- استمارة استطلاع رأي الخبراء حول أهم الاختبارات البدنية لقياس المتغيرات البدنية قيد البحث مرفق (٢).
- استمارة استطلاع رأي الخبراء حول أهم الاختبارات المهارية لقياس المهارات قيد البحث مرفق رقم(٣).

**٣- القياسات والاختبارات المستخدمة:**

**اولاً: القياسات الأنثروبومترية** (السن – الطول – الوزن).

**ثانياً: الاختبارات البدنية الخاصة بالمهارات قيد البحث**

( الدوائر المرقمة عين ورجل(التوافق) – زاوية مفصل الحوض(مرونة) – الانبطاح المائل من الوقوق(رشاقة) – الوثب العريض من الثبات(قوة مميزة بالسرعة) – الوثب العمودي من الثبات(قدرة) –دفع كرة طبية زنة ٣ كجم(قوة عضلية)

**ثالثاً: الاختبارات المهارية الخاصة بالمهارات قيد البحث**

( جيدان باراي – أوي زوكي– أجى أوكى – شوتو أوكى – زينكتسو داتشي – كوكوتسو داتشى)

**الأدوات والأجهزة المستخدمة:**

استخدمت الباحثة الأدوات والأجهزة التالية لجمع البيانات:

١- شريط قياس.

٢- ساعة إيقاف.

٣- كاميرا تصوير.

٤- ميزان طبى لقياس الوزن بالكيلو جرام.

٥- جهاز الريستامتر لقياس الطول بالسنتيمتر.

**البرنامج المقترح:**

**أولاً : الأهداف العامة للبرنامج المقترح :**

يهدف البرنامج الي وضع البرنامج المقترح باستخدام التعلم المقلوب وذلك لتحسين مستوى الأداء المهارى لبعض المهارات الأساسية فى الكاراتيه ( جيدان باراي – أوي زوكي- أجى أوكى – شوتو أوكى – زينكتسو داتشي – كوكوتسو داتشى).

**ثانياً: أسس بناء البرنامج المقترح:**

إستندت الباحثة في بناء البرنامج المقترح لهذه الدراسة على الأسس التالية :

- أن يراعى في تنظيم الأنشطة داخل الوحدة تحقيق الاستمرارية والتتابع والتكامل والمرونة والوضوح وتحديد أهم واجبات الوحدة وسهولة توافر الإمكانيات والأدوات والأجهزة المستخدمة
- إتاحة فرصة الاشتراك والممارسة لكل طالبة في وقت واحد.
- توافر عوامل الأمن والسلامة.

**ثالثاً : محتوى البرنامج :**

وهو عبارة عن جميع الأنشطة التي يحتويها البرنامج التي يتم التخطيط لها والمراد تعلمها، وعند اختيار المحتوى للبرنامج يجب مراعاة معاييره، بأن يكون ذات قيمة وأهمية ويعود بالفائدة علي تحسين الأداء المهاري، ويرتبط المحتوى بأهداف البرنامج، ومن الأهمية أن يتصف بالشمول والتنوع والأمان والتكامل والاستمرار، إلي جانب أنه يجب أن يتناسب المحتوى مع الإمكانيات المتاحة.

تتضمن الوحدات التعليمية مجموعة من التمرينات المختلفة لتعليم المهارات الأساسية قيد البحث في رياضة الكاراتيه: (جيدان باراي – أوي زوكي- أجى أوكى – شوتو أوكى – زينكتسو داتشي – كوكوتسو داتشى).

وقد قامت الباحثة بتصميم محتوي البرنامج بعمل وحدات تعليمية تتضمن المهارات الأساسية في رياضة الكاراتيه (جيدان باراي – أوي زوكي- أجى أوكى – شوتو أوكى – زينكتسو داتشي – كوكوتسو داتشى) قيد البحث وشرح الأداء المرتبط بهذه المهارات قيد البحث من خلال "نصوص

وصور وفيديوهات تعليمية" عن طريق بثها علي قناة الواتس آب والتي تم تصميمها عن طريق الخطوات التالية:

١- قيام الباحثة بإنشاء قناة تعليمية للمهارات قيد البحث علي الواتس آب Whats app.
٢- إدخال كل أفراد العينة إلي القناة التعليمية عن طريق أرقام هواتفهم .
٣- إنشاء جروب للمحادثات بجانب القناة التي تم إنشائها للنقاش والاستفسار عن المحتوي العلمي والمادة العلمية المعروضة.
٤- يتم تحديد المحتوي التعليمي للمادة العلمية لبعض المهارات الأساسية في رياضة الكاراتيه (قيد البحث) باستخدام أسلوب التعلم المقلوب (المعكوس) عبر القناة التعليمية علي واتس آب Whats app.
٥- بث الوحدات التعليمية وما تحتويه من معلومات وذلك عن طريق (النصوص النظرية، والصور التعليمية للمهارات، الفيديوهات التعليمية) عبر القناة التعليمية علي واتس آب Whats app في اليوم السابق للمحاضرة العملية داخل صالة الكاراتيه.
٦- عمل مراجعة علي كل وحدة تعليمية وتقديم التغذية الراجعة واتاحة الفرصة للطالبات لإعادة مشاهدة الفيديوهات والصور التعليمية وتأدية المهارة لعدة مرات.

**خامساً: الفترة الزمنية لتطبيق البرنامج المقترح :**

**تم تحديد الفترة الزمنية لتطبيق البرنامج كما يلي:**

- عدد أسابيع البرنامج التعليمي (٨) أسابيع.
- عدد اجمالي الوحدات التعليمية (٨) وحدات بواقع وحدة تعليمية اسبوعياً.
- زمن الوحدات التعليمية للوحدة (ساعتان) تطبيقي حسب اللائحة الداخلية للكلية، بأجمالي زمن كلي للبرنامج التعليمي (١٦) ساعة .

**زمن الوحدة التعليمية:**

- بلغ زمن الوحدة التعليمة ( ١٢٠) دقيقة موزعة علي ثلاث أجزاء كما بالجدول رقم (٨):

**جدول (٨) : التوزيع الزمني للوحدة التعليمية**

| أجزاء الوحدة التعليمية | | الزمن | | النسبة المئوية |
|---|---|---|---|---|
| | | الوحدة | البرنامج | |
| الجزء التمهيدي | أعمال إدارية | ١٠ ق | ٨٠ ق | %٨.٣٣ |
| | احماء واعداد بدني | ٢٥ ق | ٢٠٠ ق | %٢٠.٨٣ |
| الجزء الرئيسي (المهارى) | | ٨٠ق | ٦٤٠ ق | %٦٦.٦٧ |
| الختام | | ٥ ق | ٤٠ ق | %٤.١٧ |
| إجمالي | | ١٢٠ ق | ٩٦٠ ق | %١٠٠ |

**الدراسات الاستطلاعية:**

**١- الدراسة الاستطلاعية الاولي:**

قامت الباحثة بإجراء الدراسات الاستطلاعية في الفترة من يوم الاتنين الموافق ٢٠٢٢/١٠/٣م وحتى الثلاثاء ٢٠٢٢/١٠/١٨م على عينة قوامها (١٠) طالبات ومن خارج عينة البحث الأساسية، وذلك بهدف التحقق من المعاملات العلمية (الثبات . الصدق) لكل من الاختبارات (البدنية – المهارية).

**نتائج الدراسة الاستطلاعية :**

قد أسفرت النتائج عن تحقيق أهداف الدراسة الاستطلاعية الأولي كما يلي:

**المعاملات العلمية للاختبارات قيد البحث:**

**اولاً: الصدق:**

قامت الباحثة باستخدام الصدق التجريبي ( صدق التمايز) على عدد (١٠) طالبات كعينة غير مميزة مماثلة لمجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية فى الفترة من الأثنين٢٠٢٢/١٠/٣م حتي الثلاثاء٢٠٢٢/١٠/٤م ، وعدد (١٠) طالبات مميزين من تخصص الكاراتية، بهدف حساب وإيجاد معامل الصدق التجريبى (صدق التمايز) للاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث، كما بالجدول رقم (٩)

**جدول (٩): صدق التمايز للاختبارات البدنية**

**ن١=١٠، ن٢=١٠**

| | المتغير | وحدة القياس | المجموعة الغير مميزة | | المجموعة المميزة | | فروق المتوسطات | قيمة "ت" |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | المتوسط | الانحراف | المتوسط | الانحراف | | |
| ١ | الدوائر المرقمة عين ورجل | ثانية | ٦.٣٣٩ | ٠.٤٤٤ | ٤.٢٦٢ | ٠.٤٩٦ | ٢.٠٧٧ | ١٣.٦٠٠* |
| ٢ | اختبار زاوية مفصل الحوض | سم | ٤٠.٧٧٧ | ٢.٠٧٥ | ٤٥.٦٦٩ | ٢.٦٦٩ | ٤.٨٩٢- | ٦.٣٠٧* |
| ٣ | الانبطاح المائل من الوقوق | ثانية | ٨.١٧٧ | ١.١١٢ | ١٢.٣٣٦ | ١.٣٢٦ | ٤.١٥٩- | ١٠.٤٧٦* |
| ٤ | الوثب العريض من الثبات | سم | ١٥٦.٩٧٧ | ٩.٣٨١ | ١٦٨.٥٥٩ | ١٠.٥٥٩ | ١١.٥٨٢- | ٣.٥٧٤* |
| ٥ | الوثب العمودي من الثبات | سم | ٣٢.٨٧٧ | ٣.٩٨٩ | ٣٨.٩٥٦ | ٤.١٢٥ | ٦.٠٧٩- | ٤.٦١٨* |
| ٦ | دفع كرة طبية زنة ٣ كجم | سم | ٣.٣٣٢ | ٠.٣٠١ | ٣.٩٥٦ | ٠.٤٩٨ | ٠.٦٢٤- | ٤.٦٧٤* |

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥=

يتضح من جدول رقم (٩) وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة لصالح المجموعة المميزة عند مستوى معنوية ٠.٠٥، حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة أكبر من قيمة "ت" الجدولية، مما يشير بأن الاختبارات قيد البحث تميز بين المستويات المختلفة للأفراد مما يؤكد على صدق وقدرة الاختبارات على التمييز.

## جدول (١٠): صدق التمايز للاختبارات المهارية ن١=١٠، ن٢=١٠

| المتغير | | | وحدة القياس | المجموعة الغير مميزة | | المجموعة المميزة | | فروق المتوسطات | قيمة "ت" |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | المتوسط | الانحراف | المتوسط | الانحراف | | |
| أوي زوكي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ١٠.٥٧٧ | ٠.٩٤٣ | ١٧.٥٦٦ | ٢.٣١٦ | ٦.٩٨٩- | ١٢.١٨٣* |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٦.٩٧٧ | ٢.٧٦٦ | ٣٤.٢٦٦ | ٢.٨٥٥ | ٧.٢٨٩- | ٧.٩٩٣* |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٥٢.٣٧٧ | ١.٥٥٥ | ٥٩.٩٦٦ | ٣.٢٧٥ | ٧.٥٨٩- | ٩.١٢٤* |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ١١.٠٧٧ | ٠.٨٥٣ | ١٧.٨٥٠ | ٢.٠٢٠ | ٦.٧٧٣- | ١٣.٦٩٥* |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢١.٣٧٧ | ١.٨٧٤ | ٢٨.٩٩٠ | ٣.٧١٧ | ٧.٦١٣- | ٧.٢١٤* |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٩.٢٧٧ | ٣.٦٩٠ | ٥٦.٢٦٦ | ٣.٨٧٤ | ٦.٩٨٩- | ٥.٦٩٤* |
| جيدان باراي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ١٠.٣٧٧ | ١.٨٧٤ | ١٧.٣٦٦ | ٢.٥٤٤ | ٦.٩٨٩- | ٩.٦٤١* |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٧.٥٧٧ | ٣.١٤٦ | ٣٣.٢٦٦ | ٤.٣٩٩ | ٥.٦٨٩- | ٤.٥٨٥* |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٥٢.٠٧٧ | ٢.٦٦٢ | ٥٩.٣٦٦ | ٣.٠٣٢ | ٧.٢٨٩- | ٧.٨٧٥* |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ١١.٠٧٧ | ١.٣٤٧ | ١٧.٤٦٦ | ٢.٨٠٧ | ٦.٣٨٩- | ٨.٩٤٥* |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٠.٨٧٧ | ٢.٩٣٨ | ٢٨.٣٦٦ | ٣.٠٨٥ | ٧.٤٨٩- | ٧.٦٦٣* |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٨.٧٧٧ | ٤.٣٦٩ | ٥٧.١٦٦ | ٢.٥١٥ | ٨.٣٨٩- | ٧.٢٥٤* |
| أجي أوكي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ٧.٧٧٧ | ٠.٦٠٩ | ١٥.١١٢ | ١.٩٣٨ | ٧.٣٣٥- | ١٤.٣٥٣* |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ١٨.٥٧٧ | ٠.٩٤٣ | ٢٥.٢٦٦ | ٢.٤٦٠ | ٦.٦٨٩- | ١١.٠٦٧* |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٦.٧٧٧ | ١.٦٦٤ | ٥٣.١٦٦ | ٢.٨٩٨ | ٦.٣٨٩- | ٨.٣٣٤* |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ١٠.١٧٧ | ٠.٦٠٩ | ١٦.٨٦٦ | ٢.٦٢٩ | ٦.٦٨٩- | ١٠.٨٠٤* |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٤.٣٧٧ | ٢.٣٤٣ | ٣٢.٢٦٦ | ٢.٦٠٢ | ٧.٨٨٩- | ٩.٨٢١* |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٧.٤٧٧ | ١.٤٨٦ | ٥٤.١٦٦ | ٢.٤٤٢ | ٦.٦٨٩- | ١٠.٢٠٠* |
| شوتو أوكي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ٩.١٧٧ | ٠.٨٩٦ | ١٦.١٦٦ | ١.٧٥٥ | ٦.٩٨٩- | ١٥.٤٦٠* |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٠.٥٧٧ | ٢.٠٩٦ | ٢٧.٦٦٦ | ٣.٦٧٦ | ٧.٠٨٩- | ٧.٣٠٢* |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٥٠.٣٧٧ | ١.٨١٥ | ٥٧.٧٦٦ | ٢.٩٥٥ | ٧.٣٨٩- | ٩.٢٨٧* |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ٩.٨٧٧ | ١.٠٧٨ | ١٦.٢٦٦ | ١.٧٨٩ | ٦.٣٨٩- | ١٣.٣٣٣* |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٢.٥٧٧ | ١.٦٢٤ | ٢٩.٣٦٦ | ٣.٠٣٢ | ٦.٧٨٩- | ٨.٦٠٤* |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٥.٩٧٧ | ٢.٥٥٩ | ٥٣.٣٦٦ | ٣.٨٤١ | ٧.٣٨٩- | ٦.٩٧٨* |
| زينكتسو داتشي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ٩.٠٧٧ | ١.٥٠١ | ١٥.٨٦٦ | ٢.٦٢٩ | ٦.٧٨٩- | ٩.٧٧٥* |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ١٨.٥٧٧ | ٠.٦٧٦ | ٢٥.٠٦٦ | ٢.٤٩٠ | ٦.٤٨٩- | ١٠.٩٦٣* |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٣٦.٧٧٧ | ٢.٣٧١ | ٤٣.٥٥٠ | ٣.٦٨٤ | ٦.٧٧٣- | ٦.٦٥٥* |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ٩.٥٧٧ | ٠.٨٢٠ | ١٥.٩٦٦ | ١.٦٣٣ | ٦.٣٨٩- | ١٥.٢٤٠* |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢١.٠٧٧ | ١.٨٨٩ | ٢٤.٥٥٦ | ٣.٥٥٩ | ٣.٤٧٩- | ٦.٩١٢* |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٨.٢٧٧ | ٤.٦٩٢ | ٥٦.٩٦٦ | ٤.٧٦٧ | ٨.٦٨٩- | ٥.٦٦٢* |
| كوكوتسو داتشي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ٨.٩٧٧ | ٣.١٣٩ | ١٦.٨٦٦ | ٢.٠٦٧ | ٧.٨٨٩- | ١٣.١٠٨* |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ١٨.٢٧٧ | ١.٤٧١ | ٢٥.٢٦٦ | ٢.٢١٨ | ٦.٩٨٩- | ١٦.٣٩٩* |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٣٦.٠٧٧ | ٢.٩٣٨ | ٤٤.٩٦٦ | ٢.٩٦٦ | ٨.٨٨٩- | ١٣.٢٩٧* |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ٩.٤٧٧ | ١.٢٤٦ | ١٦.٠٦٦ | ٢.٤١٥ | ٦.٥٨٩- | ١٥.١٤٢* |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٠.٣٧٧ | ٣.٠٠٣ | ٢٨.٢١٦ | ٢.٧٩٥ | ٧.٨٣٩- | ١١.٩٣٣* |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٧.٦٧٧ | ٥.٩٤١ | ٥٧.٨٦٦ | ٣.١٤٩ | ١٠.١٨٩- | ٩.٤٦٣* |

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥=

يتضح من جدول رقم (١٠) وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة لصالح المجموعة المميزة عند مستوى معنوية ٠.٠٥، حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة أكبر من قيمة "ت" الجدولية، مما يشير بأن الاختبارات قيد البحث تميز بين المستويات المختلفة للأفراد مما يؤكد على صدق وقدرة الاختبارات على التمييز.

**ثانياً: الثبات:**

لحساب الثبات للاختبارات البدنية والمهارية قامت الباحثة بتطبيقها على عينة البحث الاستطلاعية وعددهم (١٠) طالبات في الفترة الزمنية من الاثنين ٢٠٢٢/١٠/١٧م وحتى الثلاثاء٢٠٢٢/١٠/١٨م حيث قامت الباحثة بتطبيق الاختبارات وإعادة التطبيق وتم حساب الارتباط بين التطبيقين والجدول (١١) يوضح ذلك.

**جدول (١١) ثبات الاختبارات البدنية ن=١٠**

| | المتغير | وحدة القياس | التطبيق الاول | | إعادة التطبيق | | قيمة "ر" |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | المتوسط | الانحراف | المتوسط | الانحراف | |
| ١ | الدوائر المرقمة عين ورجل (التوافق) | ثانية | ٦.٣٣٩ | ٠.٤٤٤ | ٧.٢٢١ | ٠.٨٧٤ | ٠.٩٢٦* |
| ٢ | اختبار زاوية مفصل الحوض(مرونة) | سم | ٤٠.٧٧٧ | ٢.٠٧٥ | ٤١.٢٢٣ | ٢.٧٨٦ | ٠.٨٥٩* |
| ٣ | الانبطاح المائل من الوقوق(رشاقة) | ثانية | ٨.١٧٧ | ١.١١٢ | ٨.٢٦٢ | ١.٥٧٥ | ٠.٩٦١* |
| ٤ | الوثب العريض من الثبات(قوة مميزة بالسرعة) | سم | ١٥٦.٩٧٧ | ٩.٣٨١ | ١٥٧.٦٥٢ | ٩.٨٧٣ | ٠.٧٥٩* |
| ٥ | الوثب العمودي من الثبات(قدرة) | سم | ٣٢.٨٧٧ | ٣.٩٨٩ | ٣١.٩٢٥ | ٣.٨٠٥ | ٠.٩٣٤* |
| ٦ | دفع كرة طبية زنة ٣ كجم (قوة عضلية) | سم | ٣.٣٣٢ | ٠.٣٠١ | ٣.٤٥٦ | ٠.٧١٠ | ٠.٨٨٥* |

**قيمة "ر" الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٨٠٥**

***دال**

يتضح من جدول رقم (١١) وجود علاقة ارتباطيه دالة بين التطبيق الأول والتطبيق الثانى فى جميع قيد البحث، حيث أن قيمة "ر" المحسوبة أكبر من قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥، مما يدل على ثبات الاختبارات قيد البحث.

## جدول (١٢) ثبات الاختبارات المهارية ن=١٠

| المتغيرات المهارية | | | وحدة القياس | التطبيق الاول | | إعادة التطبيق | | قيمة "ر" |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | المتوسط | الانحراف | المتوسط | الانحراف | |
| أوي زوكي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ٦.٣٣٩ | ٠.٤٤٤ | ٦.٢٩٧ | ٠.٤٠٢ | *٠.٧٩٩ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٤٠.٧٧٧ | ٢.٠٧٥ | ٤٠.٧٣٥ | ٢.٠٣٣ | *٠.٩٢١ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٨.١٧٧ | ١.١١٢ | ٨.١٣٥ | ١.٠٧٠ | *٠.٩٠٦ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ١٥٦.٩٧٧ | ٩.٣٨١ | ١٥٦.٩٣٥ | ٩.٣٣٩ | *٠.٩٣٣ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٣٢.٨٧٧ | ٣.٩٨٩ | ٣٢.٨٣٥ | ٣.٩٤٧ | *٠.٨٤٩ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٣.٣٣٢ | ٠.٣٠١ | ٣.٢٩٠ | ٠.٢٥٩ | *٠.٧٧٩ |
| جيدان باراي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ٦.٣٣٩ | ٠.٤٤٤ | ٦.٢٩٧ | ٠.٤٠٢ | *٠.٩٠١ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٤٠.٧٧٧ | ٢.٠٧٥ | ٤٠.٧٣٥ | ٢.٠٣٣ | *٠.٨٤٤ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٨.١٧٧ | ١.١١٢ | ٨.١٣٥ | ١.٠٧٠ | *٠.٩٠٢ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ١٥٦.٩٧٧ | ٩.٣٨١ | ١٥٦.٩٣٥ | ٩.٣٣٩ | *٠.٨٣٥ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٣٢.٨٧٧ | ٣.٩٨٩ | ٣٢.٨٣٥ | ٣.٩٤٧ | *٠.٩٣٧ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٣.٣٣٢ | ٠.٣٠١ | ٣.٢٩٠ | ٠.٢٥٩ | *٠.٧٣٥ |
| أجي أوكي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ٦.٣٣٩ | ٠.٤٤٤ | ٦.٢٩٧ | ٠.٤٠٢ | *٠.٩٤٩ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٤٠.٧٧٧ | ٢.٠٧٥ | ٤٠.٧٣٥ | ٢.٠٣٣ | *٠.٧٤٧ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٨.١٧٧ | ١.١١٢ | ٨.١٣٥ | ١.٠٧٠ | *٠.٩٢٢ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ١٥٦.٩٧٧ | ٩.٣٨١ | ١٥٦.٩٣٥ | ٩.٣٣٩ | *٠.٨٧٣ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٣٢.٨٧٧ | ٣.٩٨٩ | ٣٢.٨٣٥ | ٣.٩٤٧ | *٠.٧٨٧ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٣.٣٣٢ | ٠.٣٠١ | ٣.٢٩٠ | ٠.٢٥٩ | *٠.٩٠٩ |
| شوتو أوكي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ٦.٣٣٩ | ٠.٤٤٤ | ٦.٢٩٧ | ٠.٤٠٢ | *٠.٨٩٤ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٤٠.٧٧٧ | ٢.٠٧٥ | ٤٠.٧٣٥ | ٢.٠٣٣ | *٠.٩٢١ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٨.١٧٧ | ١.١١٢ | ٨.١٣٥ | ١.٠٧٠ | *٠.٨٣٧ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ١٥٦.٩٧٧ | ٩.٣٨١ | ١٥٦.٩٣٥ | ٩.٣٣٩ | *٠.٧٦٧ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٣٢.٨٧٧ | ٣.٩٨٩ | ٣٢.٨٣٥ | ٣.٩٤٧ | *٠.٨٣٧ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٣.٣٣٢ | ٠.٣٠١ | ٣.٢٩٠ | ٠.٢٥٩ | *٠.٩٥٢ |
| زينكتسو داتشي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ٦.٣٣٩ | ٠.٤٤٤ | ٦.٢٩٧ | ٠.٤٠٢ | *٠.٨٤٩ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٤٠.٧٧٧ | ٢.٠٧٥ | ٤٠.٧٣٥ | ٢.٠٣٣ | *٠.٩٦٤ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٨.١٧٧ | ١.١١٢ | ٨.١٣٥ | ١.٠٧٠ | *٠.٩١٣ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ١٥٦.٩٧٧ | ٩.٣٨١ | ١٥٦.٩٣٥ | ٩.٣٣٩ | *٠.٨٥٦ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٣٢.٨٧٧ | ٣.٩٨٩ | ٣٢.٨٣٥ | ٣.٩٤٧ | *٠.٩١٤ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٣.٣٣٢ | ٠.٣٠١ | ٣.٢٩٠ | ٠.٢٥٩ | *٠.٨٤٧ |
| كوكوتسو داتشي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ٦.٣٣٩ | ٠.٤٤٤ | ٦.٢٩٧ | ٠.٤٠٢ | *٠.٨٥٩ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٤٠.٧٧٧ | ٢.٠٧٥ | ٤٠.٧٣٥ | ٢.٠٣٣ | *٠.٩٤٢ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٨.١٧٧ | ١.١١٢ | ٨.١٣٥ | ١.٠٧٠ | *٠.٩٣٦ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ١٥٦.٩٧٧ | ٩.٣٨١ | ١٥٦.٩٣٥ | ٩.٣٣٩ | *٠.٨٩١ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٣٢.٨٧٧ | ٣.٩٨٩ | ٣٢.٨٣٥ | ٣.٩٤٧ | *٠.٨٢٥ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٣.٣٣٢ | ٠.٣٠١ | ٣.٢٩٠ | ٠.٢٥٩ | *٠.٧٦٩ |

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٨٠٥

*دال

يتضح من جدول رقم (١٢) وجود علاقة ارتباطيه دالة بين التطبيق الأول والتطبيق الثانى فى جميع قيد البحث، حيث أن قيمة "ر" المحسوبة أكبر من قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥، مما يدل على ثبات الاختبارات قيد البحث.

**٢- الدراسة الاستطلاعية الثانية:**

قامت الباحثة بأجراء الدراسة الاستطلاعية الثانية في الفترة من السبت ٢٠٢٢/١٠/٨م حتى الاثنين ٢٠٢٢/١٠/١٠م وذلك بهدف :

١- التعرف علي ملائمة المحتوي العلمي للبرنامج المقترح.

٢- التأكد من مناسبة البرامج والتطبيقات في الوحدات التعليمية.

٣- تعريف الطالبات علي كيفية تحميل البرامج والتطبيقات واستخدامها.

**نتائج الدراسة الاستطلاعية :**

قد أسفرت النتائج علي تحقيق أهداف الدراسة الاستطلاعية الثانية.

**مرحلة التنفيذ الأساسية:**

**القياسات القبلية :**

تم اجراء القياسات القبلية لأفراد عينة البحث في الفترة من الأربعاء ٢٠٢٢/١٠/١٩م حتي الخميس ٢٠٢٢/١٠/٢٠م علي مجموعة البحث (الضابطة و التجريبية) في المتغيرات التي قد تؤثر علي نتائج البحث واشتملت علي ( السن – الطول- الوزن – المتغيرات البدنية – المهارية)

**التجربة الأساسية:**

بعد أن تحققت الباحثة من المعاملات الإحصائية لأدوات جمع البيانات قامت الباحثة بتطبيق التجربة الأساسية علي عينة البحث التجريبية والتي استخدمت البرنامج المقترح باستخدام استراتيجية التعلم المقلوب (المعكوس)، والمجموعة الضابطة والتي استخدمت البرنامج التقليدي، خلال الفترة من السبت ٢٠٢٢/١٠/٢٢م حتي الخميس ٢٠٢٢/١٢/٢٢م بواقع (٨) اسابيع .

**القياس البعدي :**

قامت الباحثة بإجراء القياسات البعدية للعناصر البدنية والمهارات الأساسية (قيد البحث) ، وبعد الانتهاء من تطبيق البرنامج علي مجموعة البحث (الضابطة و التجريبية) وذلك في يوم السبت ٢٠٢٢/١٢/٢٤م حتي الأحد ٢٠٢٢/١٢/٢٥م.

**عرض ومناقشة النتائج:**

في ضوء أهداف البحث وتساؤلاته وما تتطلبه إجراءات البحث من استخدام أدوات لجمع البيانات، قامت الباحثة بعرض نتائج كل جانب على حده ومدى مناسبته بما يحقق هدف البحث وفروضه:

## عرض ومناقشة دلالة الفرض الأول :

### جدول (١٣) دلالة الفروق بين القياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في المتغيرات المهارية ن=٤٠

| المتغير | | | وحدة القياس | القياس القبلي | | القياس البعدي | | فروق المتوسطات | قيمة "ت" | نسب التغير |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | المتوسط | الانحراف | المتوسط | الانحراف | | | |
| أوي زوكي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ١١.١٠٠ | ١.٦٦٣ | ١٢.٦٠٠ | ١.٠٧٥ | -١.٥٠٠ | *٤.٧٣١ | %١٣.٥١٤ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٧.٦٠٠ | ٢.٥٠٣ | ٢٩.٤٠٠ | ٢.٩٥١ | -١.٨٠٠ | *٢.٩٠٥ | %٦.٥٢٢ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٥٣.٢٠٠ | ٢.٧٠٠ | ٥٤.٥٠٠ | ١.٤٣٤ | -١.٣٠٠ | *٢.٦٥٦ | %٢.٤٤٤ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ١١.٧٠٠ | ١.١٦٠ | ١٢.٩٠٠ | ٠.٨٧٦ | -١.٢٠٠ | *٥.١٥٥ | %١٠.٢٥٦ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٢.٣٠٠ | ٢.٩٤٦ | ٢٢.٩٠٠ | ١.٩٦٩ | -٠.٦٠٠ | *٢.٥٢٦ | %٢.٦٩١ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٥٠.١٠٠ | ٤.٥٠٨ | ٥٠.٢٠٠ | ٣.٥٥٣ | -٠.١٠٠ | *٢.٠٦٩ | %٠.٢٠٠ |
| جيدان باراي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ١٠.٨٠٠ | ١.٤٧٦ | ١٣.٢٠٠ | ١.٢٢٩ | -٢.٤٠٠ | *٧.٨٠٣ | %٢٢.٢٢٢ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٦.١٠٠ | ٢.١٣٢ | ٢٩.٣٠٠ | ٢.٨٦٩ | -٣.٢٠٠ | *٥.٥٩١ | %١٢.٢٦١ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٥٢.٨٠٠ | ١.٧٥١ | ٥٥.١٠٠ | ١.٦٦٣ | -٢.٣٠٠ | *٥.٩٤٨ | %٤.٣٥٦ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ١٠.٩٠٠ | ١.٤٤٩ | ١٣.٢٠٠ | ١.٣١٧ | -٢.٣٠٠ | *٧.٣٣٥ | %٢١.١٠١ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٢.٥٠٠ | ١.٨٤١ | ٢٤.٣٠٠ | ٢.٠٥٨ | -١.٨٠٠ | *٤.٠٧١ | %٨.٠٠٠ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٥١.٣٠٠ | ١.٧٠٣ | ٥٢.٩٠٠ | ١.٦٦٣ | -١.٦٠٠ | *٤.١٩٨ | %٣.١١٩ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ١٨.٨٠٠ | ١.٤٧٦ | ٢٠.٤٠٠ | ١.٠٧٥ | -١.٦٠٠ | *٥.٤٧٢ | %٨.٥١١ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٦.٩٠٠ | ١.٧٩٢ | ٤٨.٦٠٠ | ١.٧١٣ | -١.٧٠٠ | *٤.٢٨٣ | %٣.٦٢٥ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ١٠.٠٠٠ | ١.٧٠٠ | ١١.٨٠٠ | ١.٠٣٣ | -١.٨٠٠ | *٥.٦٥١ | %١٨.٠٠٠ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٤.٥٠٠ | ٣.١٠٠ | ٢٦.٨٠٠ | ١.٩٨٩ | -٢.٣٠٠ | *٣.٩٠٠ | %٩.٣٨٨ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٧.٤٠٠ | ١.٧٧٦ | ٤٩.٣٠٠ | ١.٤١٨ | -١.٩٠٠ | *٥.٢٢١ | %٤.٠٠٨ |
| شوتو أوكي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ٩.٣٠٠ | ١.٤٩٤ | ١١.١٠٠ | ٠.٩٩٤ | -١.٨٠٠ | *٦.٢٦٤ | %١٩.٣٥٥ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢١.٤٠٠ | ٣.٢٧٣ | ٢٢.٣٠٠ | ٢.٤٠٦ | -٠.٩٠٠ | *٣.٣٨٤ | %٤.٢٠٦ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٥٠.٧٠٠ | ٢.٤٠٦ | ٥٢.٢٠٠ | ٢.٠٩٨ | -١.٥٠٠ | *٢.٩٣٤ | %٢.٩٥٩ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ٩.٨٠٠ | ١.٠٣٣ | ١١.٩٠٠ | ١.١٠١ | -٢.١٠٠ | *٨.٦٨٧ | %٢١.٤٢٩ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٣.١٠٠ | ٢.٢٨٣ | ٢٤.٧٠٠ | ١.٣٣٧ | -١.٦٠٠ | *٣.٧٧٧ | %٦.٩٢٦ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٥.٩٠٠ | ٣.٤٤٦ | ٤٨.٠٠٠ | ٢.٧٨٩ | -٢.١٠٠ | *٢.٩٥٨ | %٤.٥٧٥ |
| زينكتسو داتشي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ٨.٦٠٠ | ٢.٦٧٥ | ١٢.١٠٠ | ٠.٧٣٨ | -٣.٥٠٠ | *٧.٨٧٧ | %٤٠.٦٩٨ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ١٨.٢٠٠ | ١.٧٥١ | ٢٠.٥٠٠ | ٠.٨٥٠ | -٢.٣٠٠ | *٧.٣٧٩ | %١٢.٦٣٧ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٣٦.٧٠٠ | ٢.٦٦٩ | ٣٨.٤٠٠ | ٢.٧٥٧ | -١.٧٠٠ | *٢.٧٦٧ | %٤.٦٣٢ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ٩.٥٠٠ | ٠.٨٥٠ | ١١.٥٠٠ | ٠.٨٥٠ | -٢.٠٠٠ | *١٠.٣٩٠ | %٢١.٠٥٣ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٠.٩٠٠ | ٢.٣٧٨ | ٢٢.٨٠٠ | ١.٩٨٩ | -١.٩٠٠ | *٣.٨٢٧ | %٩.٠٩١ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٨.٦٠٠ | ٥.٧٣٩ | ٥٠.٥٠٠ | ٤.٤٧٨ | -١.٩٠٠ | *٢.٦٣٠ | %٣.٩٠٩ |
| كوكوتسو داتشي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ٩.٩٠٠ | ١.٤٤٩ | ١٢.٤٠٠ | ٠.٩٦٦ | -٢.٥٠٠ | *٨.٩٦٥ | %٢٥.٢٥٣ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ١٨.٦٠٠ | ١.٤٣٠ | ٢٠.٨٠٠ | ٠.٩١٩ | -٢.٢٠٠ | *٨.٠٨٣ | %١١.٨٢٨ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٣٨.٨٠٠ | ٢.٧٤١ | ٤٠.٢٠٠ | ٢.٠٩٨ | -١.٤٠٠ | *٢.٥٣٣ | %٣.٦٠٨ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ٩.٤٠٠ | ١.٥٠٦ | ١١.٨٠٠ | ١.٠٣٣ | -٢.٤٠٠ | *٨.٢٠٧ | %٢٥.٥٣٢ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٢.٥٠٠ | ١.٣٥٤ | ٢٤.٠٠٠ | ١.٨٨٦ | -١.٥٠٠ | *٤.٠٣٥ | %٦.٦٦٧ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٥١.٦٠٠ | ٢.١١٩ | ٥٣.٧٠٠ | ٢.١٦٣ | -٢.١٠٠ | *٤.٣٣١ | %٤.٠٧٠ |

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥=٢.٠٤٢

يتضح من الجدول (١٣) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائيًا في القياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في المتغيرات المهارية قيد البحث لصالح القياس البعدي، حيث أن قيمة " ت" المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥.

وتعزو الباحثة هذه النتائج الي أن استخدام الأسلوب التقليدي (الشرح، النموذج، التطبيق) المتبع والذي يعتمد علي الشرح وأداء النموذج وإعطاء بعض التدريبات علي المهارات التعليمية المراد تعلمها وتصحيح الأخطاء الفنية وإعطاء التغذية الرجعية، بالإضافة لأسلوب المعلم وطريقته مع الطالبات، مما أدي إلي حدوث تأثير ايجابي علي مستوي أداء بعض المهارات الأساسية في الكاراتيه (قيد البحث).

ويتفق ذلك مع ما أشار الية **عبد الله حسين اللامي (٢٠٠٦م)** أن أداء النموذج والشرح والوصف وإبداء الملاحظات تسهم بدرجة كبيرة في اكتساب المعارف والمعلومات الخاصة بالعملية التعليمية حيث أنها تخلق التصور الحقيقي الواقعي للمهارة المطلوبة كما أن الطريقة التقليدية لها تأثير إيجابي في مستوي أداء الطالبات والقدرة علي استرجاع المعارف والمعلومات. (٦: ٩٤)

وفي هذا الصدد تشير **يعرب خيون (٢٠٠٢م)**، إلي أن محور الأسلوب التقليدي هو المعلم فيتخذ جميع قرارات ( التخطيط – التنفيذ – التقويم ) مبتدأ بالإعداد للدرس ثم عرض وصياغة المفهوم أو المهارة المراد تعلمها وتقديم أمثلة ونماذج عملية مع الشرح ومنتهياً باختبار الطالبات أما دور المتعلم من الناحية الأخرى هو أن يؤدي ويتابع ويطيع مما يدل علي أهمية المعلم في هذا الأسلوب ويزيد من فاعلية العملية التعليمية. ( ١١ : ١٢٣)

## عرض ومناقشة دلالة الفرض الثاني:

### جدول (١٤)
### دلالة الفروق بين القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية في المتغيرات المهارية ن=٤٠

| المتغير | | | وحدة القياس | القياس القبلي | | القياس البعدي | | فروق المتوسطات | قيمة "ت" | نسب التغير |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | المتوسط | الانحراف | المتوسط | الانحراف | | | |
| أوي زوكي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ١٠.٦٠٠ | ٠.٩٦٦ | ١٦.٦٠٠ | ١.٣٥٠ | -٦.٠٠٠ | *٢٢.٥٧٣ | %٥٦.٦٠٤ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٧.٠٠٠ | ٢.٧٨٩ | ٣٣.٣٠٠ | ١.٨٨٩ | -٦.٣٠٠ | *١١.٦٨١ | %٢٣.٣٣٣ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٥٢.٤٠٠ | ١.٥٧٨ | ٥٩.٠٠٠ | ٢.٣٠٩ | -٦.٦٠٠ | *١٤.٧٣٦ | %١٢.٥٩٥ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ١١.١٠٠ | ٠.٨٧٦ | ١٧.٠٠٠ | ١.٠٥٤ | -٥.٩٠٠ | *٢٦.٨٨٣ | %٥٣.١٥٣ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢١.٤٠٠ | ١.٨٩٧ | ٢٧.٣٠٠ | ٢.٧٥١ | -٥.٩٠٠ | *١١.٠٢٧ | %٢٧.٥٧٠ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٩.٣٠٠ | ٣.٧١٣ | ٥٥.٣٠٠ | ٢.٩٠٨ | -٦.٠٠٠ | *٧.٩٤٥ | %١٢.١٧٠ |
| جيدان باراي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ١٠.٤٠٠ | ١.٨٩٧ | ١٦.٤٠٠ | ١.٥٧٨ | -٦.٠٠٠ | *١٥.١٨٧ | %٥٧.٦٩٢ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٧.٦٠٠ | ٣.١٦٩ | ٣٢.٣٠٠ | ٣.٤٣٣ | -٤.٧٠٠ | *٦.٢٨٢ | %١٧.٠٢٩ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٥٢.١٠٠ | ٢.٦٨٥ | ٥٨.٤٠٠ | ٢.٠٦٦ | -٦.٣٠٠ | *١١.٦١٤ | %١٢.٠٩٢ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ١١.١٠٠ | ١.٣٧٠ | ١٦.٥٠٠ | ١.٨٤١ | -٥.٤٠٠ | *١٤.٦٩٦ | %٤٨.٦٤٩ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٠.٩٠٠ | ٢.٩٦١ | ٢٧.٤٠٠ | ٢.١١٩ | -٦.٥٠٠ | *١١.١٤٩ | %٣١.١٠٠ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٨.٨٠٠ | ٤.٣٩٢ | ٥٦.٢٠٠ | ١.٥٤٩ | -٧.٤٠٠ | *٩.٩٢٣ | %١٥.١٦٤ |
| أجي أوكي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ٧.٨٠٠ | ٠.٦٣٢ | ١٣.٥٠٠ | ٠.٩٧٢ | -٥.٧٠٠ | *٣٠.٧٠٦ | %٧٣.٠٧٧ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ١٨.٦٠٠ | ٠.٩٦٦ | ٢٤.٣٠٠ | ١.٤٩٤ | -٥.٧٠٠ | *٢٠.٠٠٤ | %٣٠.٦٤٥ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٦.٨٠٠ | ١.٦٨٧ | ٥٢.٢٠٠ | ١.٩٣٢ | -٥.٤٠٠ | *١٣.١٤٧ | %١١.٥٣٨ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ١٠.٢٠٠ | ٠.٦٣٢ | ١٥.٩٠٠ | ١.٦٦٣ | -٥.٧٠٠ | *٢٠.٠٠٥ | %٥٥.٨٨٢ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٤.٤٠٠ | ٢.٣٦٦ | ٣١.٣٠٠ | ١.٦٣٦ | -٦.٩٠٠ | *١٤.٩٧٩ | %٢٨.٢٧٩ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٧.٥٠٠ | ١.٥٠٩ | ٥٣.٢٠٠ | ١.٤٧٦ | -٥.٧٠٠ | *١٦.٨٦٥ | %١٢.٠٠٠ |
| شوتو أوكي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ٩.٢٠٠ | ٠.٩١٩ | ١٥.٢٠٠ | ٠.٧٨٩ | -٦.٠٠٠ | *٣٠.٩٣٩ | %٦٥.٢١٧ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٠.٦٠٠ | ٢.١١٩ | ٢٦.٧٠٠ | ٢.٧١٠ | -٦.١٠٠ | *١١.٠٧٤ | %٢٩.٦١٢ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٥٠.٤٠٠ | ١.٨٣٨ | ٥٦.٨٠٠ | ١.٩٨٩ | -٦.٤٠٠ | *١٤.٧٥٩ | %١٢.٦٩٨ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ٩.٩٠٠ | ١.١٠١ | ١٥.٣٠٠ | ٠.٨٢٣ | -٥.٤٠٠ | *٢٤.٥٣٠ | %٥٤.٥٤٥ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٢.٦٠٠ | ١.٦٤٧ | ٢٨.٤٠٠ | ٢.٠٦٦ | -٥.٨٠٠ | *١٣.٧١١ | %٢٥.٦٦٤ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٦.٠٠٠ | ٢.٥٨٢ | ٥٢.٤٠٠ | ٢.٨٧٥ | -٦.٤٠٠ | *١٠.٣٤٣ | %١٣.٩١٣ |
| زينكتسو داتشي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ٩.١٠٠ | ١.٥٢٤ | ١٤.٩٠٠ | ١.٦٦٣ | -٥.٨٠٠ | *١٦.٠٥٦ | %٦٣.٧٣٦ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ١٨.٦٠٠ | ٠.٦٩٩ | ٢٤.١٠٠ | ١.٥٢٤ | -٥.٥٠٠ | *٢٠.٤٨٧ | %٢٩.٥٧٠ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٣٦.٨٠٠ | ٢.٣٩٤ | ٤٢.٥٠٠ | ٢.٧١٨ | -٥.٧٠٠ | *٩.٨٢٧ | %١٥.٤٨٩ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ٩.٦٠٠ | ٠.٨٤٣ | ١٥.٠٠٠ | ٠.٦٦٧ | -٥.٤٠٠ | *٣١.٣٧٧ | %٥٦.٢٥٠ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢١.١٠٠ | ١.٩١٢ | ٢٦.٥٠٠ | ٢.٥٩٣ | -٥.٤٠٠ | *١٠.٤٦٨ | %٢٥.٥٩٢ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٨.٣٠٠ | ٤.٧١٥ | ٥٦.٠٠٠ | ٣.٨٠١ | -٧.٧٠٠ | *٧.٩٤٠ | %١٥.٩٤٢ |
| كوكوتسو داتشي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ٩.٠٠٠ | ٣.١٦٢ | ١٥.٩٠٠ | ١.١٠١ | -٦.٩٠٠ | *١٢.٨٧٠ | %٧٦.٦٦٧ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ١٨.٣٠٠ | ١.٤٩٤ | ٢٤.٣٠٠ | ١.٢٥٢ | -٦.٠٠٠ | *١٩.٢٢٥ | ٣٢.٧٨٧% |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٣٦.١٠٠ | ٢.٩٦١ | ٤٤.٠٠٠ | ٢.٠٠٠ | -٧.٩٠٠ | *١٣.٨٠٧ | %٢١.٨٨٤ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ٩.٥٠٠ | ١.٢٦٩ | ١٥.١٠٠ | ١.٤٤٩ | -٥.٦٠٠ | *١٨.١٥٦ | %٥٨.٩٤٧ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٠.٤٠٠ | ٣.٠٢٦ | ٢٧.٢٥٠ | ١.٨٢٩ | -٦.٨٥٠ | *١٢.٠٩٩ | %٣٣.٥٧٨ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٧.٧٠٠ | ٥.٩٦٤ | ٥٦.٩٠٠ | ٢.١٨٣ | -٩.٢٠٠ | *٩.٠٤٦ | %١٩.٢٨٧ |

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥=٢.٠٤٢

يتضح من الجدول (١٤) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائيًا في القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية في المتغيرات المهارية قيد البحث لصالح القياس البعدي، حيث أن قيمة " ت" المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥.

وتعزو الباحثة تفوق المجموعة التجريبية في المتغيرات المهارية الي البرنامج المقترح باستخدام التعلم المقلوب (المعكوس) والذي ساعد علي إنجاز المهام المستهدفة بصورة صريحة ومفصلة بحيث تناولت المهارات الأساسية والفرعية والأداءات المندرجة تحت كل مهارة فرعية مما ساعدهم علي الفهم الصحيح للجانب المهاري.

ويتفق ذلك مع ما أشار اليه **سشيل (٢٠١٣م) Schell** والذي أشار إلى تميز التعلم الملقوب (المعكوس) بتوفير بيئة تعليمية نشطة يتوافر فيها للمتعلمين معلومات مفصلة لتحقيق الفهم الكامل للمحتوى التعليمي، ويعمل فيها الطالبات معًا تحت إشراف وتوجيه من المعلم بحيث يتم توجيه المتعلمين الذين توصلوا إلى الفهم الصحيح للمفاهيم وكافة الجوانب المعرفية للمحتوى التعليمي المستهدف دراسته في مساعدة زملائهم الذين لم يتوصلوا إلى ذلك لإزالة الخلط المفاهيمى وتصحيحه، الأمر الذي يضمن تحقيق الفهم الصحيح وزيادة مستوى التحصيل لدى جميع الطالبات.(١٦: ٨١)

كما تعزو الباحثة هذة النتائج الي أن التعلم الملقوب (المعكوس) أدى إلى زيادة شعور الطالبات في تعليم أنفسهم بأنفسهم وفى السعي نحو التفوق ببذلهم لقصارى جهدهم لكى يصلوا إلى أعلى درجة من الجودة في أدائهم للمهارات الأساسية، وأن العمل الجماعي والنشط الذي تميز به التعلم المقلوب (المعكوس) أحد المزايا التي قد ساهمت في الوصول إلى هذه النتيجة الإيجابية وأن الهدف الرئيسي من نموذج التعلم المقلوب (المعكوس) في كونه يعمل على التوظيف الجيد للبنية التكنولوجية، ومصادر المعلومات الرقمية المتعددة التي أصبحت الآن من بين المصادر الرئيسة للتعلم، وذلك في سياق تعزيز مبادئ التعلم النشط في بيئة التعلم وقيامهم بحل المشكلات أو استقصاء المعرفة ، مما ساعد الطالبات علي تنمية المهارات قيد البحث.

وهذا ما أشار اليه **عاطف الشرمان (٢٠١٥م)** الي أن التعلم المقلوب (المعكوس) يصل بالمتعلم إلى المستويات المعرفية العليا كالتطبيق والتحليل والتركيب وذلك في وقت الصف الذي يخصص بتطبيق وممارسة ما تم تعلمه في المنزل عبر مصادر التعلم المتاحة له، وهذا ما يميزه على الطريقة التقليدية التي يمارس فيها المتعلم ويطبق ما درسه في المنزل بمفرده دون أن يتفاعل مع زملائه أو يتلقى الدعم من المعلم بما لا يضمن وصوله إلى المستويات المعرفية العليا. (٥: ١١٤)

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة **نادية حسن زغلول (٢٠١٧م)** والتي أشارت نتائجها الي أن البرنامج المقترح باستخدام استراتيجية التعلم المقلوب (المعكوس) ساهم ايجابياً في تنمية المهارات الأساسية الفنية قيد البحث علي جهاز الحركات الارضية في الجمباز(٩).

## عرض ومناقشة دلالة الفرض الثالث

### جدول (١٥) دلالة الفروق بين القياسات البعدية للمجموعة التجريبية والضابطة في المتغيرات المهارية ن١=٤٠، ن٢=٤٠

| المتغير | | | وحدة القياس | المجموعة التجريبية | | المجموعة الضابطة | | فروق المتوسطات | قيمة "ت" | نسب التغير |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | المتوسط | الانحراف | المتوسط | الانحراف | | | |
| أوي زوكي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ١٦.٦٠٠ | ١.٣٥٠ | ١٢.٦٠٠ | ١.٠٧٥ | ٤.٠٠٠ | *٧.٣٣٠ | %٤٣.٠٩٠ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٣٣.٣٠٠ | ١.٨٨٩ | ٢٩.٤٠٠ | ٢.٩٥١ | ٣.٩٠٠ | *٣.٥٢٠ | %١٦.٨١٢ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٥٩.٠٠٠ | ٢.٣٠٩ | ٥٤.٥٠٠ | ١.٤٣٤ | ٤.٥٠٠ | *٥.٢٣٥ | %١٠.١٥٢ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ١٧.٠٠٠ | ١.٠٥٤ | ١٢.٩٠٠ | ٠.٨٧٦ | ٤.١٠٠ | *٩.٤٦٢ | %٤٢.٨٩٧ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٧.٣٠٠ | ٢.٧٥١ | ٢٢.٩٠٠ | ١.٩٦٩ | ٤.٤٠٠ | *٤.١١٣ | %٢٤.٨٨٠ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٥٥.٣٠٠ | ٢.٩٠٨ | ٥٠.٢٠٠ | ٣.٥٥٣ | ٥.١٠٠ | *٣.٥١٣ | %١١.٩٧١ |
| جيدان باراي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ١٦.٤٠٠ | ١.٥٧٨ | ١٣.٢٠٠ | ١.٢٢٩ | ٣.٢٠٠ | *٥.٠٦٠ | %٣٥.٤٧٠ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٣٢.٣٠٠ | ٣.٤٣٣ | ٢٩.٣٠٠ | ٢.٨٦٩ | ٣.٠٠٠ | *٢.١٢٠ | %٤.٧٦٨ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٥٨.٤٠٠ | ٢.٠٦٦ | ٥٥.١٠٠ | ١.٦٦٣ | ٣.٣٠٠ | *٣.٩٣٥ | %٧.٧٣٦ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ١٦.٥٠٠ | ١.٨٤١ | ١٣.٢٠٠ | ١.٣١٧ | ٣.٣٠٠ | *٤.٦١١ | %٢٧.٥٤٨ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٧.٤٠٠ | ٢.١١٩ | ٢٤.٣٠٠ | ٢.٠٥٨ | ٣.١٠٠ | *٣.٣١٩ | %٢٣.١٠٠ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٥٦.٢٠٠ | ١.٥٤٩ | ٥٢.٩٠٠ | ١.٦٦٣ | ٣.٣٠٠ | *٤.٥٩١ | %١٢.٠٤٥ |
| أجي أوكي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ١٣.٥٠٠ | ٠.٩٧٢ | ٩.٦٠٠ | ٠.٥١٦ | ٣.٩٠٠ | *١١.٢٠٧ | %٥٦.٠٠٤ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٤.٣٠٠ | ١.٤٩٤ | ٢٠.٤٠٠ | ١.٠٧٥ | ٣.٩٠٠ | *٦.٦٩٩ | %٢٢.١٣٥ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٥٢.٢٠٠ | ١.٩٣٢ | ٤٨.٦٠٠ | ١.٧١٣ | ٣.٦٠٠ | *٤.٤٠٩ | %٧.٩١٤ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ١٥.٩٠٠ | ١.٦٦٣ | ١١.٨٠٠ | ١.٠٣٣ | ٤.١٠٠ | *٦.٦٢٢ | %٣٧.٨٨٢ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٣١.٣٠٠ | ١.٦٣٦ | ٢٦.٨٠٠ | ١.٩٨٩ | ٤.٥٠٠ | *٥.٥٢٥ | %١٨.٨٩١ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٥٣.٢٠٠ | ١.٤٧٦ | ٤٩.٣٠٠ | ١.٤١٨ | ٣.٩٠٠ | *٦.٠٢٦ | %٧.٩٩٢ |
| شوتو أوكي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ١٥.٢٠٠ | ٠.٧٨٩ | ١١.١٠٠ | ٠.٩٩٤ | ٤.١٠٠ | *١٠.٢١٥ | %٤٥.٨٦٣ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٦.٧٠٠ | ٢.٧١٠ | ٢٢.٣٠٠ | ٢.٤٠٦ | ٤.٤٠٠ | *٣.٨٣٩ | %٢٥.٤٠٦ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٥٦.٨٠٠ | ١.٩٨٩ | ٥٢.٢٠٠ | ٢.٠٩٨ | ٤.٦٠٠ | *٥.٠٣٢ | %٩.٧٤٠ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ١٥.٣٠٠ | ٠.٨٢٣ | ١١.٩٠٠ | ١.١٠١ | ٣.٤٠٠ | *٧.٨٢٣ | %٣٣.١١٧ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٨.٤٠٠ | ٢.٠٦٦ | ٢٤.٧٠٠ | ١.٣٣٧ | ٣.٧٠٠ | *٤.٧٥٥ | %١٨.٧٣٧ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٥٢.٤٠٠ | ٢.٨٧٥ | ٤٨.٠٠٠ | ٢.٧٨٩ | ٤.٤٠٠ | *٣.٤٧٤ | %٩.٣٣٨ |
| زينكتسو داتشي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ١٤.٩٠٠ | ١.٦٦٣ | ١٢.١٠٠ | ٠.٧٣٨ | ٢.٨٠٠ | *٤.٨٦٦ | %٢٣.٠٣٩ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٤.١٠٠ | ١.٥٢٤ | ٢٠.٥٠٠ | ٠.٨٥٠ | ٣.٦٠٠ | *٦.٥٢٥ | %١٦.٩٣٣ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٢.٥٠٠ | ٢.٧١٨ | ٣٨.٤٠٠ | ٢.٧٥٧ | ٤.١٠٠ | *٣.٣٤٩ | %١٠.٨٥٧ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ١٥.٠٠٠ | ٠.٦٦٧ | ١١.٥٠٠ | ٠.٨٥٠ | ٣.٥٠٠ | *١٠.٢٤٧ | %٣٥.١٩٧ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٦.٥٠٠ | ٢.٥٩٣ | ٢٢.٨٠٠ | ١.٩٨٩ | ٣.٧٠٠ | *٣.٥٨١ | %١٦.٥٠٢ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٥٦.٠٠٠ | ٣.٨٠١ | ٥٠.٥٠٠ | ٤.٤٧٨ | ٥.٥٠٠ | *٢.٩٦١ | %١٢.٠٣٣ |
| كوكوتسو داتشي | يمين | ١٠ ث | الثانية | ١٥.٩٠٠ | ١.١٠١ | ١٢.٤٠٠ | ٠.٩٦٦ | ٣.٥٠٠ | *٧.٥٥٨ | %٥١.٤١٤ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٤.٣٠٠ | ١.٢٥٢ | ٢٠.٨٠٠ | ٠.٩١٩ | ٣.٥٠٠ | *٧.١٢٨ | %٢٠.٩٥٩ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٤٤.٠٠٠ | ٢.٠٠٠ | ٤٠.٢٠٠ | ٢.٠٩٨ | ٣.٨٠٠ | *٤.١٤٦ | %١٨.٢٧٥ |
| | شمال | ١٠ ث | الثانية | ١٥.١٠٠ | ١.٤٤٩ | ١١.٨٠٠ | ١.٠٣٣ | ٣.٣٠٠ | *٥.٨٦٤ | %٣٣.٤١٥ |
| | | ٢٠ ث | الثانية | ٢٧.٢٥٠ | ١.٨٢٩ | ٢٤.٠٠٠ | ١.٨٨٦ | ٣.٢٥٠ | *٣.٩٧٣ | %٢٦.٩١٢ |
| | | ٤٥ ث | الثانية | ٥٦.٩٠٠ | ٢.١٨٣ | ٥٣.٧٠٠ | ٢.١٦٣ | ٣.٢٠٠ | *٣.٢٩٣ | %١٥.٢١٧ |

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥=٢.٠٤٢

يتضح من الجدول (١٥) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائيًا في القياسات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات المهارية قيد البحث لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية، حيث أن قيمة " ت" المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥.

وتعزو الباحثة تفوق المجموعة التجريبية في المتغيرات المهارية الي البرنامج المقترح باستخدام التعلم المقلوب (المعكوس) والذي ساعد علي إنجاز المهام المستهدفة بصورة صريحة ومفصلة بحيث تناولت المهارات الأساسية والفرعية والأداءات المندرجة تحت كل مهارة فرعية مما ساعدهم علي الفهم الصحيح للجانب المهاري.

كما تري الباحثة أن نجاح وتفوق المجموعة التجريبية يرجع الي وجود التقنيات الحديثة وامكانية الاستفادة من مميزاتها وتطبيقاتها خارج أوقات المحاضرة الاعتيادية فقد ظهرت عدة مفاهيم وأساليب جديدة في التدريس ومنها التعلم المقلوب (المعكوس) الذي يمكن فيه استخدام مختلف التقنيات التعليمية والاستراتيجيات لتحقيق الفائدة العلمية للطلبة وتسهيل عمل المدرس وجعل دور الطالبات فاعلا وايجابيا في العملية التعليمية.

ويتفق ذلك مع ما أشار اليه **هيثم عاطف حسن علي (٢٠١٧م)** أن التعلم المقلوب(المعكوس) يعد أحد الحلول التقنية الحديثة لعلاج ضعف التعليم الاعتيادي وتنمية مستوى المهارات المختلفة عند الطلبة، فالتعلم المقلوب (المعكوس) استراتيجية تدريس تشمل استخدام التقنيات الحديثة في العملية التعليمية، بحيث يمكن للمدرس قضاء مزيد من الوقت في التفاعل والتحاور والمناقشة مع الطلبة في الصف بدلاً من إلقاء المحاضرات فقط . (١٠ :٥٣)

وتتفق نتائج هذة الدراسة مع دراسة **الشيماء السيد عبداللطيف (٢٠١٩م)** والتي أشارت نتائجها البحث مؤكدة على أن أسلوب التعلم المقلوب (المعكوس) بإستخدام الواتس اب له تأثير إيجابي على تعلم المهارات الحركية والتحصيل المعرفي(٢).

ودراسة **صفاء احمد لطفى (٢٠١٨م)** وأشارت النتائج الي الي تحسن مستوي شكل الأداء الفني لمهارات اليد قيد البحث و مستوي التحصيل المعرفي والأراء و الانطباعات الوجدانية لطلاب المجموعة التجريبية المستخدمة التعلم المعكوس(المقلوب)(٣).

ودراسة **نادية حسن زغلول (٢٠١٧م)** واستنتجت الباحثة أن البرنامج المقترح باستخدام استراتيجية التعليم المعكوس(المقلوب) ساهم ايجابياً في تنمية المهارات الحركية.(٩)

**الاستخلاصات :**

فى حدود أهداف البحث وفروضه وعينة البحث والمنهج المستخدم ومن خلال المعالجات الإحصائية للبيانات توصلت الباحثة إلى الإستنتاجات التالية:-

١- توجد فروق دالة إحصائيا بين القياس القبلي والبعدي في مستوي بعض المهارات الأساسية (جيدان باراي – أوي زوكي- أجى أوكى – شوتو أوكى – زينكتسو داتشي – كوكوتسو داتشى) في الكاراتيه لصالح القياس البعدي للمجموعة الضابطة.

٢- توجد فروق دالة إحصائيا بين القياس القبلي والبعدي في مستوي بعض المهارات الأساسية (جيدان باراي – أوي زوكي- أجى أوكى – شوتو أوكى – زينكتسو داتشي – كوكوتسو داتشى) في الكاراتيه لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

٣- توجد فروق دالة إحصائيا بين القياسين البعديين لكلا من المجموعة الضابطة والتجريبية في مستوي بعض المهارات الأساسية (جيدان باراي – أوي زوكي- أجى أوكى – شوتو أوكى – زينكتسو داتشي – كوكوتسو داتشى) في الكاراتيه قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية.

٤- أسلوب التعلم الملقوب (المعكوس) من أفضل أساليب التعلم والتي تستخدم التكنولوجيا الحديثة في تعليم بعض المهارات الأساسية في الكاراتيه (قيد البحث).

**التوصيات :**

فى ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث الحالى توصى الباحثة بما يلى :-

١- استخدام أسلوب التعلم المقلوب (المعكوس) في تدريس وتعليم محتوى المهارات الأساسية فى الكاراتية قيد البحث.

٢- ضرورة التوظيف الأمثل للوسائل والأجهزة التكنولوجية ودمجها مع أسلوب التعلم المقلوب (المعكوس) أثناء التدريس مما يعطي أفضل النتائج التعليمية المرجوة.

٣- نشر الوعي بين المعلمين، والمشرفين، والموجهين حول فاعلية تلك الاستراتيجية، من خلال عقد دورات لتدريب المعلمين على استخدامها.

٤- العمل على التوسع في استخدام استراتيجية التعلم المقلوب، أو كما يطلق عليها أحياناً الفصول المقلوبة (المعكوسة) لأهميتها فى تنمية العديد من المهارات الأساسية لدى المتعلمين.

٥- إجراء دراسات مشابهة ومماثلة على مراحل سنية مختلفة أو على بعض الأنشطة الرياضية المختلفة.

**قائمة المراجع:**

**أولا: المراجع العربية:**

١. حسن الخليفة ، وضياء مطاوع ( ٢٠١٥ ) . استراتيجيات التدريس الفعال ، بغداد ، مكتبة المتنبي
٢. الشيماء السيد عبداللطيف (٢٠١٩) :"فاعلية استراتيجية التعليم المعكوس باستخدام تطبيق الواتس اب على تعلم سباحة الزحف على الظهر والتحصيل المعرفي مجلة جامعة مدينة السادات للتربية البدنية والرياضة، ع٣١، جامعة مدينة السادات – كلية التربية الرياضية
٣. صفاء احمد لطفى (٢٠١٨) : تأثير استخدام الصف المعكوس فى تعلم بعض مهارات كرة اليد لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا، رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا.
٤. صفاء غازي محمد (٢٠٢٢) بعنوان "تأثير استخدام التعلم المعكوس على بعض نواتج التعلم في الجمباز" مجلة بني سويف لعلوم التربية البدنية والرياضية، مج٥، ع٩، جامعة بني سويف – كلية التربية الرياضية
٥. عاطف أبوحميد الشرمان(٢٠١٥): التعلم المدمج والتعلم المعكوس، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان .
٦. عبد الله حسين اللامي (٢٠٠٦م): أساسيات التعلم الحركي، مجموعة مؤيد الفنية، جامعة القادسية، الأردن
٧. عفت مصطفى الطناوي (٢٠٠٩). التدريس الفعال: تخطيطه– مهاراته– استراتيجياته– تقويمه ، عمان دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
٨. محمد محمود عبد القوي (٢٠٢٢) : "فاعلية التعلم المعكوس على مخرجات التعلم لبعض مهارات كرة السلة مجلة بحوث التربية الرياضية، مج٧١، ع١٣٩، جامعة الزقازيق – كلية التربية الرياضية للبنين
٩. نادية حسن زغلول (٢٠١٧): فاعلية استراتيجية الصف المعكوس على مستوى تعلم بعض مهارات المهارات الأساسية في الجمباز لتلميذات الصف الخامس من التعليم الأساسي بدولة الإمارات، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، جامعة أسيوط – كلية التربية الرياضية، ع ٤٤ ، ج٣.
١٠. هيثم عاطف حسن علي (٢٠١٧): التعلم المعكوس، دار السحاب للنشر والتوزيع، القاهرة

١١. يعرب خيون (٢٠٠٢م): التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق، مكتب الصخرة للطباعة، بغداد، العراق

**ثانياً: المراجع الاجنبية:**

12. Brame,Cynthia J.(2013) Flipping the classroom,Vanderbit University For Teaching.From/ http://cft.Vanderbit.edu /guides-sub.pages/ flipping-the classroom
13. Estes. M. D., Ingram, R., & Liu, J. C. (2014). A review of flipped classroom research, practice, and technologies. International HETL Review, Volume 4, Article
14. Johnson, L(2012). Effect of the flipped classroom model on a secondary computer applications course: student and teacher perceptions, questions and student achievement. Ph.D. dissertation, University of Louisville , Louisville, Kentucky
15. Khan, F. & Bernard, A. (2013). Flipping the higher education classroom: the why, what and how, the spring faculty conference, Saturday, March 2, Metropolitan State University.
16. Schell, J. (2013). From flipped classrooms to flipping with peer instruction, Retrieved from http://blog.peerinstruction.net/ 2013/11/ 04/from-flipped-classrooms-to-flipping-with-peer-instruction/

مستخلص البحث باللغة العربية

تأثير استخدام التعلم المقلوب على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في الكاراتيه لطالبات كلية التربية الرياضية

يهدف البحث علي التعرف علي تأثير استخدام التعلم المقلوب على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في الكاراتيه لطالبات كلية التربية الرياضية، استخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وذلك باستخدام التصميم التجريبي ذو المجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة بواسطة القياس القبلي والبعدي لكل مجموعة من مجموعات البحث، وقامت الباحثة باختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العمدية العشوائية من طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية – جامعة المنصورة للعام الدراسي (٢٠٢٢ –٢٠٢٣) وبلغ قوامها (٨٠) طالبة، وأظهرت النتائج توجد فروق دالة إحصائيا بين القياسين البعديين لكلا من المجموعة الضابطة والتجريبية في مستوي أداء بعض المهارات الأساسية في الكاراتيه قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية، أسلوب التعلم المقلوب (المعكوس) من أفضل أساليب التعلم والتي تستخدم التكنولوجيا الحديثة في تعليم بعض المهارات الأساسية في الكاراتيه (قيد البحث) وأوصت الباحثة بضرورة نشر الوعي بين المعلمين، والمشرفين، والموجهين حول فاعلية تلك الاستراتيجية، من خلال عقد دورات لتدريب المعلمين على استخدامها، و العمل على التوسع في استخدام استراتيجية التعلم المقلوب (المعكوس)، أو كما يطلق عليها أحياناً الفصول المعكوسة لأهميتها بتنمية العديد من المهارات الأساسية لدى المتعلمين.

Summary of the research

measurements for both the control and experimental group in the level of some motor skills. In karate under research for the benefit of the experimental group, the flipped learning method is one of the best learning methods that uses modern technology to teach some motor skills in karate (under research). The researcher recommended the need to spread awareness among teachers, supervisors, and mentors about the effectiveness of this strategy, by holding courses. To train teachers to use it, and work to expand the use of the flipped learning strategy, or as it is sometimes called flipped classrooms, because of its importance in developing many skills among learners.

The effect of using flipped learning on the level of performance of some basic skills in karate for female students at the College of Physical Education

The research aims to identify the effect of using flipped learning on the level of performance of some basic skills in karate for female students of the College of Physical Education. The researcher used the quasi-experimental approach, using an experimental design with two groups, one experimental and the other control, by means of pre- and post-measurement for each of the research groups. The basic research sample was chosen by a random, intentional method from female students in the second year of the Faculty of Physical Education - Mansoura University for the academic year (2022-2023), and it consisted of (80) students. The results showed that there were statistically significant differences between the two post-measurements for both the control and experimental group in the level of some motor skills. In karate under research for the benefit of the experimental group, the flipped learning method is one of the best learning methods that uses modern technology to teach some motor skills in karate (under research). The researcher recommended the need to spread awareness among teachers, supervisors, and mentors about the effectiveness of this strategy, by holding courses. To train teachers to use it, and work to expand the use of the flipped learning strategy, or as it is sometimes called flipped classrooms, because of its importance in developing many skills among learner