

"تأثير استخدام التعليم الهجين علي خفض قلق الاختبار وتعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لطلبات كلية التربية الرياضية جامعة المنوفية"

* أ.م.د/ نورا عبدالمجيد نبوي أبودنيا

* استاذ مساعد بقسم نظريات وتطبيقات الالعاب الجماعية بكلية التربية الرياضية -جامعة المنوفية

المقدمة ومشكلة البحث:

لقد مر العالم بحدث كبير جداً كاد أن يهدد المنظومة التعليمية كاملة بأزمة هائلة وربما هي الاخطر منذ زمان بعيد وهي جائحة فيروس كورونا (١٩-COVID)، حيث كان العالم يسعى قبل هذه الجائحة الى استخدام التعلم الالكتروني ولكن بخطوات محسوبة ومدروسة، أما بعد ظهور هذه الجائحة أصبح التعلم الإلكتروني شيء ضروري وليس هكذا فقط بل أصبح هو الأساس في العملية التعليمية.

وتأكيداً على أهمية التعلم الإلكتروني أثناء تلك الجائحة أوصت منظمة اليونسكو الدول المتضررة بضرورة اللجوء للتعلم الإلكتروني للحد من الاضطراب الذي سوف يتعرض له الطلاب والعملية التعليمية ككل، وشارت عبر موقعها الإلكتروني إلى إن التعليم عبر الإنترنت سيسهم في إيقاف انتشار فيروس كورونا وتأمين استمرار الخدمات الأساسية في مجال التعليم، كما أوصت بضرورة البقاء على اتصال مع الطلاب وتقديم الدعم النفسي لهم وتجنب وقوعهم في العزلة، وكذلك تأمين استمرار الدراسة بموجب المناهج الدراسية. (٣٢)

ويذكر "سلامة عبد العظيم وأشواق عبد الجليل" (٢٠٠٨م) ان التعلم الإلكتروني يتميز بسهولة تحديث وتعديل المعلومات المتقدمة، ويزيد من إمكانية التواصل لتبادل الآراء والخبرات ووجهات النظر بين الطلاب ومعلميهم، وبين الطلاب بعضهم ببعض، ويتغلب على مشاكل الأعداد المتزايدة مع ضيق قاعات الدراسة، ويمد الطالب بالتغذية الراجعة المستمرة خلال عملية التعلم، وتتوع مصادر التعلم المختلفة، والتعلم في أي وقت واي مكان وفقاً لقدرته، واعتماده على الوسائط المتعددة في اعداد المادة العملية، وتقليل الاعباء الإدارية على المعلم، وتعدد طرق تقييم الطلاب. (٣١-٣٢)

ويعتبر التعليم الهجين أحد صور التعلم الالكتروني ويذكر "الصالح، الطاهر، والقطاونة Alsalhi, N., Eltahir, M., & Al-Qatawneh" (٢٠١٩م) أن التعليم الهجين ظهر كطريقة تدريسية جديدة للتعلم عن بعد من خلال تطبيق التكنولوجيا والإنترنت لتحسين تعلم الطلاب وتشجيع المعلمين على تغيير أساليب تعليمهم، وذلك لتحويل التعلم الى نموذج أكثر تركيزاً على الطالب بدلاً من المعلم، فهو نظام متكامل مصمم لمساعدة الطلاب خلال كل مرحلة من مراحل تعلمهم باستخدام أساليب التعلم التقليدي بأشكاله المختلفة داخل الفصول الدراسية، حيث يلتقي المعلم بالطالب وجهاً لوجه مع التعلم الإلكتروني بمختلف أشكاله من خلال الإنترنت من أجل زيادة تحفيز الطلاب وتحسين تحصيلهم الدراسي. (٢٥: ٢)

وتشمل عملية التعليم الهجين ثلاثة مكونات متداخلة: اجتماعية ومعرفية وتدريبية، وتقع عملية التعليم الهجين في قلب السياق التعليمي الذي له علاقة بالعناصر الاجتماعية والمجال المعرفي وجوانب عملية التدريس، والإنترنت كمكون أساسي لتكنولوجيا المعلومات، والتعليم الهجين يعد فعالاً في تعلم المفاهيم والوصول بمستوي المتعلم للعمق المفاهيمي نظراً لعناصر التشويق والجذب. (٢٦: ١٣)

ويعتبر التعليم الهجين إعادة تصميم جوهرية لهيكل العملية التعليمية وطرائقها، وذلك من خلال فتح المجال واسعاً لعمليتي التعليم والتعلم، من أجل الاستفادة من الإمكانيات التي يوفرها هذا النمط من التعلم، حيث تتضمن بيانات التعلم الهجين الطريقة التقليدية للتعليم التي تتم وجهاً لوجه، بالإضافة الى التعلم باستخدام وسائط الكمبيوتر على شبكات الأنترنت. (٢٨: ١٢٨)

كما يتسم التعليم الهجين بأنه نهج مرن يتم تنفيذه بشكل تعاوني من قبل الطلاب واعضاء هيئة التدريس والخبراء، وهو يشير الى مزج واختلاط حقيقي بين بيئات التعلم التقليدي والافتراضي، وهذا بالطبع يمنح لبيئة التعليم الهجين طابع امتياز الفهم والادراك، واثراء العملية التعليمية، ويجعل عملية التدريس أكثر كفاءة وخبرة. (٢٤: ٢٠١٧)

وأثناء عملية التعليم تظهر على الطالبات بعض المشكلات النفسية المرتبطة بطريقة اداء الاختبار وشكل الاختبار ومن هذه المشاكل مشكلة قلق الاختبار حيث يعد قلق الاختبار أحد المظاهر النفسية التي يعاني منها كثير من الطالبات أثناء أداء الامتحانات النظرية والتطبيقية بمختلف مراحل التعليم، ويؤثر بشكل سلبي على أدائهم في الاختبارات، ويعرف قلق الاختبار بأنه "مجموعة من الضغوط النفسية الحادة والتي ترتبط بمواقف الاختبار والتقييم". (١٣: ٤٦)

فالقلق الشديد يعوق الطالبات عن الامتحانات، ودرجة القلق يمكن أن تؤثر ايجابياً أو سلبياً على درجة التحصيل العملي، وتتراوح درجة قلق الاختبار من القلق البسيط، ويتدرج إلى القلق المعسر، وهناك بعض المؤشرات المرتبطة بارتفاع درجة قلق الاختبار منها كثرة الأخطاء الفنية والقانونية أثناء أداء المهارات الحركية في الاختبار. (٢٧: ١٤٩)

ويذكر "جلال سالم" (٢٠٠٤م) أن لعبة كرة اليد تعتبر من أحدث الألعاب الرياضية التي ظهرت في القرن العشرين إلا أنها شقت طريقها بسرعة واحتلت مكانة مرموقة على كافة المستويات ومع الرعاية والاهتمام التي حظيت بهما هذا اللعبة وامتدتها بالدعم فأنها اختطت لنفسها أسلوب عمل من واقع أسس ومقومات علمية واضحة ساهمت بإثراء جوانب هذه اللعبة واكسابها قوة الاستمرار والتطور التي جعلتها من أكثر الألعاب شعبية وأقبالاً. (٤: ١)

ويشير "محمد خالد وجلال كمال" (٢٠٠٨م) إلى أن البدء في تعليم المبتدئين كرة اليد يجب ان يتم من خلال برامج موضوعية من قبل المدرب أو المعلم، بحيث يتوافر لهذا البرنامج العناصر الأساسية لنجاحه ويتحقق هدفه من خلال وضع كرة اليد في قالب مشوق للمبتدئ بحيث تعمل على إعطائه دافع للممارسة واستيعاب أكبر قدر ممكن من الحجم المهاري والخططي الذي يجب ان يتقنه المبتدئون سواء فردي أو جماعي. (١٧: ١٧)

وتشير نتائج العديد من الدراسات العلمية والتي تناولت التعليم باستخدام التعليم الهجين مثل دراسة "امينة جمال السيد" (٢٠٢١م) (٣)، ودراسة "محمد حامد محمد" (٢٠٢١م) (١٦)، ودراسة "محمد عبد المجيد نبوي" (٢٠٢١م) (١٨)، ودراسة "محمود عبد العزيز احمد" (٢٠٢١م) (١٩) إلى أن استخدام التعليم الهجين يؤدي إلى تقدم كبير في تعلم المهارات الحركية في الرياضات الفردية والجماعية مقارنة بالطريقة التقليدية.

ومن خلال خبرة وعمل الباحثة كمدرس لمقرر كرة اليد لطالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية جامعة المنوفية، فقد لاحظت عدم وصول الطالبات إلى المستوى المطلوب من الإتقان في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة اليد بالرغم من الجهد المبذول مع هؤلاء الطالبات في التدرج التعليمي بالمهارات من قبل القائمين على العملية التعليمية، وترجع الباحثة ذلك إلى الطريقة المتبعة التي تعتمد علي مصدر واحد للمعرفة وهو الشرح من جانب المعلمة يتبعه عرض النموذج دون أدني مشاركة إيجابية للطالبات في الموقف التعليمي، بالإضافة إلى حالة قلق الاختبار، والتي تتاب الكثير من الطالبات عند عقد الاختبارات التطبيقية لمقرر كرة اليد في نهاية الفصل الدراسي أو في الامتحانات الشهرية لتحصيل اعمال السنة، مما أدى إلى وقوع كثير من الطالبات في الأخطاء الفنية أثناء الأداء، كما أن هناك من لا يستطعن رؤية نموذج المهارة بشكل واضح ومن زوايا مختلفة، وبالتالي لا يتضح لهن النواحي الفنية لأداء المهارات بصورة صحيحة، وكذلك عدم مراعاة الفروق الفردية بين الطالبات، ولذا فتري الباحثة أن البرامج التعليمية إذا تم تنفيذها باستخدام التعلم الهجين من الممكن أن تلعب دوراً هاماً في المجال التعليمي، ومن الممكن أن تساعد في خفض حالة قلق الاختبار، وتعلم وإتقان المهارات الأساسية في كرة اليد.

كما قامت الباحثة بعمل مسح مرجعي للعديد من الدراسات السابقة في مجال التعليم الهجين فوجدت ندرة الدراسات في هذا المجال وبخاصة في مجال كرة اليد على الرغم من اهميته هذا النوع من التعليم في ظل جائحة كورونا، وهذا ما دعا الباحثة الي القيام بهذا البحث لمحاولة التعرف على تأثير استخدام التعليم الهجين علي خفض قلق الاختبار وتعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنوفية.

هدف البحث:

التعرف على تأثير استخدام التعليم الهجين علي خفض قلق الاختبار وتعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنوفية.

فروض البحث:

١- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية المستخدمة التعليم الهجين في خفض قلق الاختبار وتعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنوفية لصالح القياس البعدي.

٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة المستخدمة الطريقة المتبعة (الشرح والنموذج) في خفض قلق الاختبار وتعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنوفية لصالح القياس البعدي.

٣- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة في خفض قلق الاختبار وتعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنوفية لصالح المجموعة التجريبية.

مصطلحات البحث:

١- التعليم الهجين:

هو "ذلك النوع من التعليم المتكامل الذي يجمع بين التعليم التقليدي وجها لوجه داخل الجامعة والتعليم الإلكتروني خارج حدود الجامعة لتحقيق الأهداف التعليمية". (٥ : ١٨٥)

٢- قلق الاختبار:

هو "متغير نفسي من المتغيرات التي تؤثر في تحصيل الطلاب وفي سلوكهم الدراسي بصفة عامة". (١٥ : ١٤٠)

الدراسات المرجعية:

١- أجرت "امينة جمال السيد" (٢٠٢١م) (٣) دراسة بعنوان "فاعلية التعليم الهجين باستخدام برنامج Microsoft Teams لتحسين مستوى التحصيل المعرفي والأداء الهجومي في رياضة المبارزة"، وهدفت الدراسة الى التعرف على فاعلية التعليم الهجين باستخدام برنامج Microsoft Teams لتحسين مستوى التحصيل المعرفي والأداء الهجومي في رياضة المبارزة، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي على عينة قوامها (٩٠) طالبة من طالبات (تخصص السلاح) الفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية، واستخدمت الباحثة الاختبار المعرفي والاختبارات البدنية والمهارية في جمع البيانات، ومن أهم النتائج: يؤثر استخدام التعليم الهجين تأثيراً إيجابياً على مستوى التحصيل المعرفي، ومستوى الاداء الهجومي للهجمات (العديدية الثنائي - القاطعة ومغيرة - العديدية الثلاثية - القاطعة والعديدية الثنائية) في السلاح.

٢- اجري "محمد حامد محمد" (٢٠٢١م) (١٦) دراسة بعنوان "فاعلية أسلوب التعليم الهجين والتعليم الإلكتروني عن بعد على مستوى التحصيل المعرفي لمقرر فسيولوجيا الرياضة لدى طلاب التربية الرياضية خلال جائحة كورونا"، وهدفت الدراسة الى التعرف على فاعلية أسلوب التعليم الهجين والتعليم الإلكتروني عن بعد على مستوى التحصيل المعرفي لمقرر فسيولوجيا الرياضة لدى طلاب التربية الرياضية خلال جائحة كورونا، واستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها (١٠٠) طالب من طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية، واستخدم الباحث اختبار المعرفي لمقرر الفسيولوجي في جمع البيانات، ومن أهم النتائج: فعالية أسلوب التعلم الهجين والذي يعتمد على المزج بين أسلوب التعلم الإلكتروني عن بعد واسلوب التعلم التقليدي المعتمد على المواجهة المباشرة في تحسين التحصيل المعرفي لطلاب كلية التربية الرياضية (بنين) جامعة حلوان لمقرر فسيولوجيا الرياضة.

٣- اجري "محمد عبد المجيد نبوي" (٢٠٢١م) (١٨) دراسة بعنوان "تأثير التعلم المدمج "الهجين" باستخدام منصة "جوجل كلاس روم Google Classroom" على بعض نواتج التعلم لمهارة دفع الجلة"، وهدفت الدراسة الى التعرف على تأثير التعلم المدمج "الهجين" باستخدام منصة "جوجل كلاس روم Google Classroom" على بعض نواتج التعلم لمهارة دفع الجلة، واستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها (١٧٥) طالب من طلاب الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية جامعة مدينة السادات وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية، واستخدم الباحث اختبار المعرفي واستمارة تقييم الاداء في جمع البيانات، ومن أهم النتائج: التعلم المدمج "الهجين" باستخدام منصة "جوجل كلاس روم Google Classroom" الذي طبق على مجموعة البحث التجريبية أدى إلى تحسين في مستوى الاداء المهارى لمهارة دفع الجلة حيث أظهر فروق معنوية بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي وكذلك في نسبة التحسن لصالح القياس البعدي.

٤- اجري "محمود عبد العزيز احمد" (٢٠٢١م) (١٩) دراسة بعنوان "التعليم الهجين المدعم بمنصة Microsoft Teams وأثره على اداء بعض المهارات الهجومية في الريشة الطائرة"، وهدفت الدراسة الى التعرف على تأثير استخدام التعليم الهجين المدعم بمنصة Microsoft Teams على أداء بعض المهارات الهجومية في الريشة الطائر، واستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها (٤٠) طالب من طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة الزقازيق وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية، واستخدم الباحث الاختبارات البدنية والمهارية في جمع البيانات، ومن أهم النتائج: اسلوب التعليم الهجين المدعم بمنصة Microsoft Teams كان اكثر تأثيراً وإيجابياً من الاسلوب التقليدي على تعلم بعض المهارات الهجومية المختارة (قيد البحث) في الريشة الطائرة مما يدل على فاعليته.

٥- اجري "شون واخرون Jun et al" (٢٠٢٠م) (٣٠) دراسة بعنوان "رضا طلاب جامعة شنغهاي المفتوحة عن برنامج التعليم الهجين"، وهدفت الدراسة الى الكشف عن رضا طلاب جامعة شنغهاي المفتوحة عن برنامج التعليم الهجين، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي على عينة قوامها (٢١١) طالب من طلاب جامعة شنغهاي المفتوحة وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية، واستخدمت الدراسة استبيان رضا الطلاب عن برنامج التعليم الهجين في جمع البيانات، ومن أهم النتائج: رضا المتعلمين بشكل كبير عن التعليم الهجين كونه يبقي جميع الخيارات متاحة من حيث الوقت والمكان ووتيرة التعلم التي تمكن المتعلمين من العثور على مزيج من التعلم المناسب لكل منهم.

٦- أجرت "تهى محمود الصواف" (٢٠٢٠م) (٢٢) دراسة بعنوان "فاعلية استخدام التعليم الهجين على تعليم مسابقة الوثب الثلاثي لطالب المستوى الأول بكلية التربية الرياضية جامعة المنوفية"، وهدفت الدراسة الى التعرف على فاعلية استخدام التعليم الهجين على تعليم مسابقة الوثب الثلاثي لطالب المستوى الأول بكلية التربية الرياضية جامعة المنوفية، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي على عينة قوامها (٤٠) طالب وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية، واستخدمت الباحثة الاختبار المعرفي والاختبارات البدنية والمهارية في جمع البيانات، ومن أهم النتائج: ادي البرنامج التعليمي باستخدام التعليم الهجين الى تعلم مسابقة الوثب الثلاثي والى اكتساب المعارف والمعلومات المرتبطة بمسابقة الوثب الثلاثي.

٧- اجري "ستيفل Stiefel" (٢٠١٦م) (٣١) دراسة بعنوان "تحليل طرق مختلفة لدعم الوالدين للتعليم الهجين في المدارس الثانوية"، وهدفت الدراسة الى إبراز فوائد تقديم برامج التعلم الهجين في المدارس الثانوية ودورها في إعداد الطالب، واستخدم الباحث المنهج الوصفي على عينة قوامها (٤٢) من اولياء امور طلاب المدارس الثانوية المسجلين في منطقة بنسلفانيا وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية، واستخدمت الدراسة استبيان دعم اولياء الامور للتعلم الهجين في جمع البيانات، ومن أهم النتائج: أن هناك عوامل مهمة لنجاح الطالب في برنامج التعليم الهجين منها تحفيز الطلاب، وتدريبهم وسرعة وصول الطالب إلى الأنترنت في المنزل ودعم المعلم.

التعليق على الدراسات المرجعية:

باستعراض الدراسات المرجعية التي استعانت بها الباحثة وجدت أنها تلقي الضوء على العديد من النقاط الهامة وذلك فيما يتعلق بتحديد أهمية وأهداف البحث، والمنهج المستخدم، وعينة البحث، وتحديد خطوات إجراء البحث، وتحديد الاختبارات البدنية والمهارية والأجهزة والأدوات المناسبة، تحديد الأسلوب الإحصائي المناسب لطبيعة البحث، كما استعانت بها الباحثة لمناقشة وتفسير نتائج البحث.

إجراءات البحث:

١ - منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لمناسبتها لطبيعة هذا البحث، وذلك بإتباع التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة باستخدام القياسات القبلية والبعديّة.

٢ - مجتمع وعينة البحث:

يتمثل مجتمع البحث من طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية بشبين الكوم جامعة المنوفية في الترم الثاني للعام الجامعي (٢٠٢١م/٢٠٢٢م) والبالغ عددهم (١٤٨) طالبة، وقد قامت الباحثة باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (٤٢) طالبة بنسبة مئوية (٢٨.٣٨٪)، حيث قامت الباحثة باختيار (١٢) طالبة بالطريقة العشوائية لإجراء الدراسة الاستطلاعية عليهم، وبذلك أصبحت عينة البحث الأساسية (٣٠) طالبة قسمت الى مجموعتين، مجموعة تجريبية قوامها (١٥) طالبة واتبعت معها التعلم الهجين، ومجموعة ضابطة قوامها (١٥) طالبة ولقد اتبعت معها الطريقة المتبعة (الشرح والنموذج)، والجدول التالي يوضح توصيف عينة البحث:

جدول (١)

توصيف عينة البحث

مجتمع البحث		العينة الكلية		المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		العينة الاستطلاعية	
العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%
١٤٨	١٠٠	٤٢	٢٨.٣٨	١٥	١٠.١٤	١٥	١٠.١٤	١٢	٨.١١

أ- اعتدالية توزيع عينة البحث:

قامت الباحثة بإجراء اعتدالية توزيع عينة البحث في ضوء المتغيرات التالية: معدلات النمو (العمر الزمني، الطول، الوزن)، والقدرات العقلية، والقدرات البدنية الخاصة بكرة اليد، ومستوى الأداء المهاري لكرة اليد، ومقياس قلق الاختبار، وجدول (٢) يوضح اعتدالية توزيع عينة البحث.

جدول (٢)

اعتدالية توزيع عينة البحث في متغيرات (النمو - القدرات العقلية - القدرات البدنية

- ومستوى الاداء المهاري - مقياس قلق الاختبار) ن = ٤٢

المتغيرات	البيان	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
النمو	السن	سنة	١٨.٣٩	٠.٢٠	١٨.٤٠	٠.١٥-
	الطول	سم	١٦٨.٥٥	٢.٦٤	١٦٩.٠٠	٠.٥١-
	الوزن	كجم	٦٦.٩٨	٢.٠٥	٦٧.٠٠	٠.٠٣-
الذكاء العالي	درجة	٣١.٢٩	٢.٨٠	٣٠.٠٠	١.٣٨	
قلق الاختبار	درجة	٩٣.٦٢	٢.٨٥	٩٣.٠٠	٠.٦٥	
البدنية	السرعة الانتقالية	ثانية	٧.٥٢	٠.٩٤	٨.٠٠	١.٥٣-
	القدرة العضلية للرجلين	سم	١٦٦.٩٨	٤.٤٤	١٦٨.٠٠	٠.٦٩-
	القدرة العضلية للذراعين	متر	١٦.٠٧	٢.٧٥	١٦.٠٠	٠.٠٨
	المرونة	درجة	١١.٢٤	١.٨٥	١١.٠٠	٠.٣٩
	الرشاقة	ثانية	١٣.١٤	١.٦٩	١٤.٠٠	١.٥٣-
المهارية	التتطيط	ثانية	١٣.١٢	١.٦٠	١٣.٠٠	٠.٢٣
	التمرير والاستلام	عدد	١٤.٢٤	١.٠٥	١٤.٠٠	٠.٦٩
	التصويب	عدد	١.١٢	٠.٧١	١.٠٠	٠.٥١

يوضح جدول (٢) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الالتواء لعينة البحث في جميع المتغيرات (النمو - الذكاء العالي - القدرات البدنية - مهارات كرة اليد - مقياس قلق الاختبار) حيث يتضح أن قيم معاملات الالتواء تراوحت ما بين (-١.٥٣، ١.٣٨)، أي أنها انحصرت ما بين (±٣) الامر الذي يشير الي اعتدالية توزيع العينة في جميع هذه المتغيرات.

- تكافؤ أفراد العينة:

قامت الباحثة بإيجاد التكافؤ بين مجموعتي البحث في جميع المتغيرات (النمو - الذكاء العالي - القدرات البدنية - مهارات كرة اليد - مقياس قلق الاختبار)، وجدول (٣) يوضح التكافؤ بين أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية.

جدول (٣)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات النمو والاختبارات البدنية والمهارية ومقياس قلق الاختبار ن=١ ن=٢ =١٥

قيمة (ت)	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات	
	ع	س	ع	س			
٠.٧٧	٠.٢٠	١٨.٣٥	٠.٢١	١٨.٤١	سنة	العمر الزمني	النمو
٠.٣١	١.٩٢	١٦٨.٤٧	٣.٤٩	١٦٨.٨٠	سم	الطول	
٠.١٨	١.٧١	٦٦.٩٣	٢.٣٧	٦٧.٠٧	كجم	الوزن	
٠.٤١	٢.٥٨	٣١.٢٧	٣.٢٨	٣١.٧٣	درجة	الذكاء العالي	قلق الاختبار
٠.٢٣	٣.١٦	٩٣.٤٧	٢.٨١	٩٣.٧٣	درجة	قلق الاختبار	
٠.١٩	٠.٩٩	٧.٤٠	٠.٩٩	٧.٤٧	ثانية	السرعة الانتقالية	البدنية
٠.٢٢	٣.٩٨	١٦٦.٥٣	٤.٢٤	١٦٦.٨٧	سم	القدرة العضلية للرجلين	
٠.٣٩	٢.٩٨	١٦.٠٠	٢.٤٧	١٦.٤٠	متر	القدرة العضلية للذراعين	
٠.٢٨	١.٩٢	١١.٥٣	١.٨٤	١١.٣٣	درجة	المرونة	
٠.٠٩	١.٩٦	١٣.١٣	١.٤٤	١٣.٠٧	ثانية	الرشاقة	
٠.٤٦	١.٤٥	١٣.٤٠	١.٦٤	١٣.١٣	ثانية	التطيط	المهارية
٠.٣٢	١.٠١	١٤.٢٠	١.١١	١٤.٣٣	عدد	التمرير والاستلام	
٠.٢٢	٠.٨٠	١.٠٧	٠.٦٤	١.١٣	عدد	التصويب	

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٠٤٨

يتضح من جدول (٣) عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات النمو والقدرات العقلية والقدرات البدنية ومهارات كرة اليد ومقياس قلق الاختبار، مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين في هذه المتغيرات.

ادوات ووسائل جمع البيانات:

١- الأدوات والأجهزة:

- جهاز الريستامير لقياس الطول.
- شريط قياس لقياس المسافات.
- ميزان الطبي لقياس الوزن.
- ساعة إيقاف لحساب الزمن (ثانية).

٢- وسائل جمع البيانات:

أ- متغيرات النمو:

- ١- وتشمل (السن ويقاس بالسنة - الطول ويقاس بالسنة - الوزن ويقاس بالكيلوجرام).

ب- اختبار القدرات العقلية:

استخدمت الباحثة اختبار الذكاء العالي أعد هذا الإختبار "السيد محمد خيرى" (١٩٩٥م) (٢) ملحق (٢) بهدف قياس القدرة العقلية العامة (الذكاء)، وهو صالح للتطبيق لكلا الجنسين ولجميع الأعمار السنية.

ج- مقياس قلق الاختبار:

أعد هذا المقياس "سعد عباس الجنابي" (٢٠٠٨م) (٦) ملحق (٣)، ويتضمن عدد (٣٠) عبارة تقيس درجة القلق الإمتحاني في الاختبارات التطبيقية لطلاب كليات التربية الرياضية، ويستجيب المختبر وفقاً لميزان تقدير خماسي (دائماً - غالباً - أحياناً - نادراً - أبداً) وزمن الإجابة على المقياس (١٥) دقيقة، ويبلغ إجمالي درجات المقياس (١٥٠) درجة.

د- القدرات البدنية الخاصة بكرة اليد واختباراتها:

قامت الباحثة بعمل مسح مرجعي للعديد من الدراسات السابقة في مجال كرة اليد منها على سبيل المثال دراسة "أحمد حسب الله" (٢٠٢١م) (١)، ودراسة "عمرو سيد" (٢٠٢١م) (١٢)، ودراسة "فاطمة ابو القاسم" (٢٠٢١م) (١٤)، ودراسة "نورا ابو دنيا" (٢٠٢١م) (٢٣)، وقد وجدت الباحثة أن أكثر القدرات البدنية ارتباطاً بمهارات كرة اليد هي السرعة الانتقالية، القدرة العضلية للذراعين والرجلين، المرونة، الرشاقة، وقد تم تحديد الاختبارات التي تقيس هذه القدرات وهي:

- اختبار عدو ٣٠م من بدء عال
- اختبار الوثب الطويل من الثبات
- اختبار دفع كرة طبية زنة ٨٠٠ جم
- اختبار الجري الارتدادي ٤ X ١٠م
- اختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف
- لقياس السرعة الانتقالية
- لقياس القدرة العضلية للرجلين
- لقياس القدرة العضلية للذراعين
- لقياس الرشاقة
- لقياس المرونة ملحق (٤)

ب- قياس مستوى الأداء المهارى لكرة اليد:

بناء على المنهج المقرر على طالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية جامعة المنوفية وهو (التنطيط - التمرير والاستلام - التصويب) قامت الباحثة باستعراض المراجع العلمية والدراسات السابقة في مجال كرة اليد لاختيار الاختبارات المناسبة لتحديد مستوى الطالبات المهارى في كرة اليد، ومنها على سبيل المثال مرجع "عبد الوهاب غازي حمودي" (٢٠٠٨م) (٩)، ومرجع "منير جرجس" (٢٠٠٣م) (٢٠)، ودراسة "أحمد حسب الله" (٢٠٢١م) (١)، وفى ضوء ذلك تم تحديد الاختبارات التي تقيس هذه المهارات وهي:

- اختبار التوافق وسرعة التمرير في ٣٠ ثانية
- اختبار التنطيط المستمر في اتجاه متعرج لمسافة ٣٠م
- اختبار التصويب بالوثب عالياً على هدف محدد ٦٠ X ٦٠سم
- لقياس مهارة التمرير والاستلام.
- لقياس مهارة التنطيط.
- لقياس المهارة التصويب.

ملحق (٥)

الدراسة الاستطلاعية:

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الإستطلاعية في الفترة من الأحد ٢٠/٢/٢٠٢٢م وحتى الاحد ٢٧/٢/٢٠٢٢م ، على عينة البحث الاستطلاعية وقوامها (١٢) طالبة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية، واستهدفت التعرف على مدى ملائمة الاختبارات البدنية والمهارية والنفسية لأفراد عينة البحث، وإجراء المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للاختبارات قيد البحث.

المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للاختبارات قيد البحث:

١- الصدق:

لحساب معامل الصدق للاختبارات البدنية والمهارية والنفسية تم استخدام صدق التمايز بين مجموعتين إحداهما مجموعة مميزة وعددهم (١٢) طالبة من طالبات فريق جامعة المنوفية في كرة اليد، والأخرى مجموعة غير مميزة وعددهم (١٢) طالبة من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية، وتم حساب دلالة الفروق بين المجموعتين في نتائج الاختبارات البدنية والمهارية والنفسية قيد البحث، وجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في الاختبارات البدنية والمهارية والنفسية
ن=١٢=٢=١

الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة المميزة		المجموعة غير المميزة		قيمة "ت"
		ع	م	ع	م	
مقياس الذكاء العالي	درجة	٣٣.٦٤	١.١٩	٣٠.٧٥	٢.٥٣	*٣.٤٣
مقياس قلق الاختبار	درجة	٨٢.٩٦	١.٤٨	٩٣.٦٧	٢.٧٤	*١١.٤١
اختبار عدو ٣٠م من بدء عال	ثانية	٦.٤٧	٠.٣٩	٧.٧٥	٠.٨٧	*٤.٤٥
اختبار الوثب الطويل من الثبات	سم	١٧٢.٩٤	١.٥٩	١٦٧.٦٧	٤.٣٨	*٣.٧٥
اختبار دفع كرة طيية زنة ٨٠٠ جم	متر	١٨.٧٩	١.٤٥	١٥.٧٥	٢.٩٩	*٣.٠٣
اختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف	درجة	١٣.١٠	٠.٩٨	١٠.٧٥	١.٨٢	*٣.٧٧
اختبار الجري الارتدائي ٤ × ١٠	ثانية	١١.٨٧	٠.٦٦	١٣.٢٥	١.٧٦	*٢.٤٣
اختبار التتطيط المستمر في اتجاه متعرج لمسافة ٣٠م	ثانية	٨.٦٧	٠.٨٣	١٢.٧٥	١.٧٦	*٦.٩٥
اختبار التوافق وسرعة التمرير في ٣٠ ثانية	عدد	٢٢.٢٥	٠.٩٢	١٤.١٧	١.١١	*١٨.٥٩
اختبار التصويب بالوثب عالياً على هدف محدد ٦٠×٦٠سم	عدد	٤.١٩	٠.٦٤	١.١٧	٠.٧١	*١٠.٤٨

* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٠٧٤

يتضح من الجدول (٤) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في المتغيرات البدنية والمهارية والنفسية قيد البحث لصالح المجموعة المميزة، مما يشير إلى صدق الاختبارات لما وضعت من أجله.

ثانياً: معامل الثبات:

تم حساب معامل الثبات باستخدام طريقة تطبيق الإختبار ثم إعادة تطبيقه مرة أخرى، وذلك عن طريق تطبيق الإختبارات البدنية والمهارية والنفسية على العينة الاستطلاعية، ثم إعادة التطبيق على نفس العينة بفاصل زمني قدره (٧) أيام بالنسبة للإختبارات البدنية والمهارية، أما الإختبارات النفسية (الذكاء العالي - قلق الإختبار) فتم إعادة التطبيق بعد مرور (١٠) أيام، وذلك في الفترة من الأحد ٢٠/٢/٢٠٢٢م وحتى الأحد ٢٧/٢/٢٠٢٢م، وتم حساب معامل الارتباط بين نتائج التطبيقين الأول والثاني، وجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥)

معامل الثبات للاختبارات البدنية والمهارية والنفسية ن = ١٢

قيمة "ر"	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	المتغيرات
	ع	م	ع	م		
*.٠٩٥	٢.٣١	٣١.٠٨	٢.٥٣	٣٠.٧٥	درجة	مقياس الذكاء العالي
*.٠٩١	٢.٢٣	٩٣.٣٣	٢.٧٤	٩٣.٦٧	درجة	مقياس قلق الإختبار
*.٠٩٠	٠.٩٠	٧.٥٨	٠.٨٧	٧.٧٥	ثانية	إختبار عدو ٣٠ من بدء عال
*.٠٩٧	٣.٦٤	١٦٨.١٧	٤.٣٨	١٦٧.٦٧	سم	إختبار الوثب الطويل من الثبات
*.٠٩٩	٢.٧٤	١٦.٠٤	٢.٩٩	١٥.٧٥	متر	إختبار دفع كرة طبية زنة ٨٠٠ جم
*.٠٩٧	١.٦٠	١١.٠٠	١.٨٢	١٠.٧٥	درجة	إختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف
*.٠٩٤	١.٦٨	١٣.٠٨	١.٧٦	١٣.٢٥	ثانية	إختبار الجري الارتدائي ١٠ × ٤
*.٠٨٧	١.٤٥	١٢.٥٠	١.٧٦	١٢.٧٥	ثانية	إختبار التنطيط المستمر في اتجاه متعرج لمسافة ٣٠م
*.٠٨٣	٠.٦٧	١٤.٥٨	١.١١	١٤.١٧	عدد	إختبار التوافق وسرعة التمرير في ٣٠ ثانية
*.٠٩٢	٠.٦٢	١.٢٥	٠.٧١	١.١٧	عدد	إختبار التصويب بالوثب عالياً على هدف محدد ٦٠ × ١٠سم

* قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٥٧٦

يتضح من جدول (٥) وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً عند مستوي ٠.٠٥ بين نتائج التطبيق الاول والثاني للاختبارات البدنية والمهارية ومقياس قلق الإختبار في كرة اليد، مما يعطي دلالة مباشرة على ثبات تلك الإختبارات.

- البرنامج التعليمي (التعلم الهجين):

قامت الباحثة بعمل مسح مرجعي للعديد من الدراسات السابقة في مجال التعليم الهجين منها على سبيل المثال دراسة "امينة جمال السيد" (٢٠٢١م) (٣)، ودراسة "محمد حامد محمد" (٢٠٢١م) (١٦)، ودراسة "محمد عبد المجيد نبوي" (٢٠٢١م) (١٨)، ودراسة "محمود عبد العزيز احمد" (٢٠٢١م) (١٩) وتوصلت الباحثة الى خطوات بناء البرنامج التعليمي، حيث قامت بوضعها

في استمارة استطلاع رأي الخبراء ملحق (٦) لتحديد مدى مناسبة خطوات بناء البرنامج التعليمي لعينة البحث، ثم قامت بعرضها على الخبراء ملحق (١)، وتوصلت الباحثة الى:

١- هدف البرنامج:

تعلم بعض المهارات الاساسية في كرة اليد وخفض قلق الاختبار لطالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية جامعة المنوفية من خلال برنامج تعليمي باستخدام التعليم الهجين.

٢- أسس وضع البرنامج:

- مراعاة الهدف العام من البرنامج في تصميم التعليم الهجين.
- تدرج الخطوات التعليمية من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب.
- مراعاة تقديم التعليمات والإرشادات التي توضح النواحي الفنية الصحيحة لكل خطوة لتقليل الأخطاء وتصحيحها في التعليم الهجين.
- أن تتفهم الطالبة طبيعة أداء مهارات كرة اليد، وأن هناك ارتباطاً بين تعلم المهارة ومعرفة معلومات متعددة ومتباينة عن الأداء، وذلك بعد أن تصل الطالبة إلى مرحلة الفهم والاستيعاب لتسلسل الأداء المهارى لكل مرحلة من مراحل الأداء.
- أن تكتسب الطالبة مجموعة من المعارف والمعلومات حول كل مهارة من المهارات قيد البحث.
- جودة الوسائط المقدمة عبر التعليم الهجين.
- أن يتناسب محتوى البرنامج مع المكان والأدوات والإمكانات اللازمة لتنفيذ البرنامج.
- مراعاة تحقيق مبدأ التشويق والإثارة.
- توفير مجموعة من المواقف الإختبارية في البرنامج لخفض قلق الإختبار لدى الطالبات.

٣- الامكانيات اللازمة لتنفيذ البرنامج:

- ملعب كرة يد
- الانترنت متوسط السرعة. - شريط قياس
- كرات يد
- ساعة إيقاف - اقماع
- عدد من اجهزة الكمبيوتر
- كرات طبية - مقعد ارتفاع ٥٠ سم.

٤- محتوى البرنامج:

يتضمن محتوى البرنامج التعليمي باستخدام التعلم الهجين على بعض المهارات الاساسية في كرة اليد (مهارة التنطيط - مهارة التمير والاستلام - مهارة التصويب).

٥- نمط التعليم المستخدم في تنفيذ البرنامج:

استخدمت الباحثة نمط التعليم الفردي من خلال استخدام التعليم الهجين، وكذلك نمط التعلم الجماعي في الطريقة المتبعة (الشرح والنموذج).

٦- الإطار العام لتنفيذ البرنامج:

تم تنفيذ الوحدات التعليمية لمهارات كرة اليد بالبرنامج وقسمت إلى (٨) وحدات بواقع وحدة تعليمية كل أسبوع، مع العلم أن الزمن المخصص للمحاضرة (٩٠ق) وبناء على ذلك فقد استغرق تنفيذ الوحدات التعليمية (٨) أسابيع، وتفصيل الوحدات التعليمية موضحا على النحو التالي:

- الإحماء (٥) دقائق.

- مشاهدة المنصة التعليمية (١٥) دقيقة.

- التطبيق العملي للمسابقة مع اصلاح الاخطاء (٥٥) دقيقة.

- التقييم الفردي (١٠) دقائق

- الختام (٥) دقائق.

٧- قيادات التنفيذ:

قامت الباحثة بتنفيذ البرنامج بنفسها ومعها (٢) مساعدات ملحق (٧)، وكذلك قامت الباحثة بتطبيق البرنامج المتبع مع المجموعة الضابطة.

٨- مراحل تقويم البرنامج:

تمثلت طريقة التقويم المستخدمة بالبرنامج فيما يلي:

أ- التقويم المبدئي:

ويتم قبل البدء في تنفيذ البرنامج التعليمي ويعطي معلومات مهمة على تحديد مستوى التعلم والنقاط التي تبدأ منها الطالبات وتشتمل على الاختبار البدنية، والاختبارات المهارية لمهارات كرة اليد قيد البحث، ومقياس قلق الاختبار.

ب- التقويم الختامي:

وهو الذي يجري بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج التعليمي وذلك للتعرف على مدى ما تحقق من الاهداف لتقدير أثره بعد الانتهاء من تطبيقه، ويتم هذا التقويم من خلال استخدام قياس الاختبارات المهارية لمهارات كرة اليد قيد البحث، ومقياس قلق الاختبار، وهي نفس الاختبارات التي استخدمت في التقويم القبلي وبنفس الظروف التي اتبعت.

- التصميم التعليمي المقترح لبرنامج التعليم الهجين:

قامت الباحثة بعمل مسح مرجعي للعديد من الدراسات السابقة في مجال تصميم التعليم الهجين مثل دراسة "امينة جمال السيد" (٢٠٢١م) (٣)، ودراسة "محمد حامد محمد" (٢٠٢١م) (١٦)، ودراسة "محمد عبد المجيد نبوي" (٢٠٢١م) (١٨)، ودراسة "محمود عبد العزيز احمد" (٢٠٢١م) (١٩) وذلك لتحديد خطوات بناء البرنامج التعليمي باستخدام التعليم الهجين، وتوصلت الباحثة الى استخدام النموذج العالمي (ADDIE) والتي تشتمل على خمس مراحل وهي التحليل Analysis والتصميم Design والتطوير Development والتطبيق Implement والتقويم Evaluation، ويمكن توضيح هذا النموذج المطور من خلال الخطوات التالية:

أولاً: مرحلة التحليل وتضمنت هذه المرحلة الخطوات التالية:

أ- تحليل خصائص الطلاب:

تم اختيار مجموعة البحث التجريبية من طالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية جامعة المنوفية، وتم التدريس لهم باستخدام التعليم الهجين خلال الفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي ٢٠٢١/٢٠٢٢م، مما أسهم في تنمية الجانب التقني فيما يتعلق باستخدام الحاسب الآلي والمواقع الإلكترونية وبعض أدوات التواصل الإلكتروني بالإضافة الى رفع مستوى الأداء المهاري لمهارات كرة اليد من خلال التعامل مع التعليم الهجين.

ب- تحديد الخبرات التربوية والمهارات الإلكترونية للقائمين بالتدريس:

وذلك من خلال التأكيد على امتلاك الباحثة لقدرات وخلفيات أصيلة في مجال تعليم مهارات كرة اليد، والتدريس الجامعي بالاستعانة بالتقنيات الحديثة سواء في ملعب كرة اليد أو عن بعد.

ج- تحليل متطلبات بيئة التعليم الهجين:

تتصف بيئة التعليم الهجين بتعزيز الاستخدام الفعال للتقنيات الحديثة لتنفيذ الأنشطة داخل ملعب كرة اليد بالكلية وخارجها، فمن الاجهزة والادوات المستخدمة أجهزة حاسب آلي مكتبية أو لوحية، وأجهزة العرض المرئي، وأجهزة طباعة وتصوير وماسح ضوئي وتسجيل صوتي وفيديو وسماعات، وشبكة إنترنت ذات سرعة اتصال مناسبة سلكية والسلكية، مع التأكيد على كفاءة البرمجيات اللازمة لتشغيل كافة أنماط الملفات الرقمية وتنفيذ الأنشطة التعليمية بالبرنامج المقترح والتواصل الإلكتروني خلالها، ومن خلال تحليل الإمكانيات المادية والتقنية الراهنة بكلية التربية جامعة المنوفية وبقاعاتها التدريسية، اتضح أنها تتوفر جميع المتطلبات سالفة الذكر لتنفيذ التعليم الهجين لتطبيق تجربة البحث الحالي.

ثانياً- مرحلة التصميم وتضمنت هذه المرحلة الخطوات الآتية:

١- صياغة نواتج التعلم وتنظيمها:

تمثل نواتج التعلم بالبرنامج التعليمي محصلة التغيير المتوقع حدوثه في سلوك الطالبة عن طريق رفع مستوى الأداء المهاري لمهارات كرة اليد نتيجة مرورها بالخبرات التربوية المنظمة.

٢- إعداد عناصر المحتوى التعليمي في ضوء ملامحتها للتعليم التقليدي والإلكتروني:

تم تنظيم المحتوى التعليمي في منصة Microsoft Teams حيث تم إعدادها لتتلاءم ومنهجية التعليم الهجين لتنمية مهارات كرة اليد، وقد تكونت هذا المنصة من كل ما يخص مهارات كرة اليد من خطوات فنية وخطوات تعليمية وصور ورسوم واسئلة تقويم، واشتملت المنصة على (٨) وحدات تعليمية، مع مراعاة أن تبدأ كل وحدة تعليمية بعرض أهداف عامة ثم أهداف إجرائية يتوقع من الطالبة أن تكون قادرة على تحقيقها وإظهارها في صورة نواتج ومخرجات تعلم مستهدفة، يلي ذلك تقديم المحتوى التعليمي الخاص بالشق الأول للتعليم الهجين وهو التعليم الإلكتروني والذي يتم قبل التطبيق بيوم في ميعاد محدد من قبل الباحثة، والشق الثاني للتعليم الهجين وهو التعليم التقليدي وجها لوجه والذي يتم داخل ملاعب الكلية.

٣- تصميم الأنشطة التعليمية:

تضمنت المنصة على عدداً مناسباً من الأنشطة التعليمية للتدريب على مهارات كرة اليد قيد البحث من تدريبات تنمية لكل مهارة من مهارات كرة اليد، وكذلك اختبار بعد كل مهارة للتعرف على مستوى الطالبات بعد انتهاء الشرح.

٤- تصميم المنصة Microsoft Teams:

وقد قامت الباحثة بتنظيم محتوى المنصة التعليمية بحث تحتوي على الخطوات الفنية والتعليمية الخاصة بكل مهارات من المهارات الأساسية في كرة اليد، ثم عرض صور مسلسلة، وعرض فيديو، ثم تدريبات لتنمية أداء المهارات، ثم قامت الباحثة بالدخول على المنصة التعليمية من خلال الرابط <https://www.microsoft-teams.com> ثم يتم ادخال اسم المستخدم في الحقل الفارغ ثم الضغط على التالي، ويتم كتابة كلمة المرور ثم الضغط على التالي ثم اختيار الهدف من انشاء الحساب ثم الضغط على التالي ثم الضغط ادخال معلومات الخاصة بالحساب والخاص بالمجموعة التجريبية حتي يتمكن الطالب من الدخول عليها ومتابعة المحاضرات. **ثالثاً: مرحلة الانتاج، تضمنت هذه المرحلة الخطوات الآتية:**

في ضوء طبيعة ومضمون المحتوى التعليمي المتضمن في البحث الحالي سواء المقروء أو المسموع أو المرئي أو التي تجمع بينهم، تم الاستعانة بعدة برمجيات إلكترونية غير موجهة تعمل Off-line وخاصة برامج الأوفيس وبرامج معالجة الصور والصوت والفيديوهات، وأخرى تعمل on-line مثل مواقع معالجة بعض الملفات الرقمية عبر الأنترنت وجوجل درايف (Google Drive) ومحرك البحث (صور جوجل) وموقع اليوتيوب، وموقع بنك المعرفة المصري، ومن ثم تم تجهيز كافة عناصر المحتوى الرقمي المتطلبة للرفع والادراج بمنصة Microsoft Teams. **رابعاً - مرحلة التطبيق:**

تم رفع جميع محتويات المنصة على موقع <https://www.microsoft-teams.com>

٥- مرحلة التقييم:

وقد قامت الباحثة بتقييم التعليم الهجين بطريقتين:

الطريقة الأولى:

قامت الباحثة بإعداد برنامج التعليم الهجين وقامت بعرضها على مجموعة من الخبراء المتخصصين في مجال كرة اليد وطرق التدريس لتحديد مدى مناسبتها وإبداء رأيهم في كيفية استخدام التعليم الهجين واقتراح أي تعديلات.

الطريقة الثانية:

وفيها قامت الباحثة بتطبيق درس من التعليم الهجين على العينة الاستطلاعية وعددهم (١٢) طالبة وذلك بهدف التعرف على ملاحظات الطالبات حول التعليم الهجين ومدى مناسبتها لهن وقد حققت هذه المرحلة الهدف منها.

الدراسة الأساسية:

١ - القياسات القبليّة:

تم إجراء القياسات القبليّة للمجموعتين (التجريبية - الضابطة) في الاختبارات البدنية والمهارة وكذلك مقياس قلق الاختبار، وذلك في الفترة من الثلاثاء ٢٠٢٢/٣/١ وحتى الأربعاء ٢٠٢٢/٣/٢.

٢ - التجربة الأساسية:

قامت الباحثة عقب انتهاء القياس القبلي بإجراء التجربة الأساسية على مجموعتي البحث، (التجريبية - الضابطة) لمدة (٨) أسابيع وذلك في من الأحد ٢٠٢٢/٣/٦ إلى الثلاثاء ٢٠٢٢/٤/٢٦، بواقع وحدتين تعليميتين أسبوعياً، زمن الوحدة (٤٥) دقيقة ملحق (٨)، كما قامت الباحثة بالتدريس للمجموعة الضابطة بالطريقة المتبعة (الشرح والنموذج).

٣ - القياس البعدي:

قامت الباحثة بعد انتهاء المدة المحددة للتطبيق بإجراء القياس البعدي لمجموعتي البحث (التجريبية - الضابطة) في الاختبارات المهارة وكذلك مقياس قلق الاختبار على النحو الذي تم إجراؤه في القياس القبلي، وذلك في يوم الأحد ٢٠٢٢/٥/١ م إلى يوم الاثنين ٢٠٢٢/٥/٢ م، وبعد الانتهاء من القياس قامت الباحثة بتجميع النتائج وجدولتها ومعالجتها إحصائياً.

المعالجات الإحصائية:

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- الوسيط.
- معامل الالتواء.
- معامل الارتباط البسيط.
- اختبار (ت).
- نسب التحسن %.

عرض ومناقشة النتائج:

أولاً: عرض النتائج:

جدول (٦)

دلالة الفروق بين القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية في الاختبارات المهارة ومقياس قلق الاختبار
ن = ١٥

الاختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت)
		ع	س	ع	س	
التنطيط	ثانية	١٣.١٣	١.٦٤	٩.٤٢	٠.٨٩	*٧.٤٤
التمرير والاستلام	عدد	١٤.٣٣	١.١١	٢٥.٦٩	٠.٧٢	*٣٢.١٣
التصويب	عدد	١.١٣	٠.٦٤	٣.٩١	٠.٩٨	*٨.٨٩
مقياس قلق الاختبار	درجة	٩٣.٧٣	٢.٨١	٧٨.٩٣	١.١٣	*١٨.٢٨

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.١٤٥

يتضح من جدول (٦) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية في الاختبارات المهارة ومقياس قلق الاختبار، ولصالح القياس البعدي.

جدول (٧)

دلالة الفروق بين القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة في الاختبارات

المهارية ومقياس قلق الاختبار ن = ١٥

الاختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت)
		ع	س	ع	س	
التنظيف	ثانية	١٣.٤٠	١.٤٥	١١.٦٧	٠.٩٧	*٣.٧١
التمرير والاستلام	عدد	١٤.٢٠	١.٠١	٢٠.٩٠	٠.٧٢	*٢٠.٢١
التصويب	عدد	١.٠٧	٠.٨٠	٢.١٥	٠.٥٤	*٤.١٩
مقياس قلق الاختبار	درجة	٩٣.٤٧	٣.١٦	٩١.٩٢	٢.٩١	١.٣٥

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.١٤٥

يتضح من جدول (٦) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة في الاختبارات المهارية، ولصالح القياس البعدي، كما يتضح عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسات القبليّة والبعديّة في مقياس قلق الاختبار.

جدول (٨)

دلالة الفروق بين القياسات البعديّة للمجموعة التجريبية والضابطة في الاختبارات

المهارية ومقياس قلق الاختبار ن = ٢ = ١٥

الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت)
		ع	س	ع	س	
التنظيف	ثانية	٩.٤٢	٠.٨٩	١١.٦٧	٠.٩٧	*٦.٤٠
التمرير والاستلام	عدد	٢٥.٦٩	٠.٧٢	٢٠.٩٠	٠.٧٢	*١٧.٦٠
التصويب	عدد	٣.٩١	٠.٩٨	٢.١٥	٠.٥٤	*٥.٨٩
مقياس قلق الاختبار	درجة	٧٨.٩٣	١.١٣	٩١.٩٢	٢.٩١	*١٥.٥٧

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٠٤٨

يتضح من جدول (٨) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسات البعديّة للمجموعة التجريبية والضابطة في الاختبارات المهارية ومقياس قلق الاختبار، ولصالح المجموعة التجريبية.

ثانياً: مناقشة النتائج:

أظهرت نتائج جدول (٦) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوي ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية المستخدمة التعليم الهجين في مقياس قلق الاختبار وبعض المهارات الأساسية (التنظيف - التمرير والاستلام - التصويب) في كرة اليد ولصاح القياس البعدي. وترجع الباحثة هذا التقدم الذي طرأ على أفراد المجموعة التجريبية في مقياس قلق الاختبار وبعض المهارات الأساسية في كرة اليد إلى استخدامهم التعلم الهجين والذي يتميز بالمزج بين مزايا طرق التعليم التقليدية والتعليم الإلكتروني وبالتالي ساعدت هذه الطريقة على الوصول لجمهور كبير في وقت أقصر لأنه لا يتطلب حضور المعلم ولا المتعلم طوال الوقت، كما ساهم أيضاً التعليم الهجين على تكوين خلفية معرفية كاملة عن شكل وطريقة أداء كل مهارة بطريقة صحيحة قبل الأداء الفعلي داخل الملعب وهذا ساعد الطالبات في التحكم في تلك المعلومات وتذكرها وسهولة استرجاعها أثناء الأداء، مما ساهم في اكتساب الأداء الفني الصحيح لكل مهارة من مهارات كرة اليد.

وفي هذا الصدد يشير "عماد شوقي" (٢٠١٥م) إلى أن التعلم الهجين يعد أحد أنواع التعلم الذي يمكن من خلاله الجمع بين مميزات التعلم الإلكتروني ومميزات التعلم التقليدي، وبعد التعلم الهجين أحد المداخل الحديثة القائمة على استخدام تكنولوجيا المعلومات في تصميم مواقف تعليمية جديدة والتي تزيد من استراتيجيات التعلم النشط واستراتيجيات التعلم المتمركز حول المتعلم، الأمر الذي يجعل منه مدخلاً جيداً لصياغة البرامج التعليمية القادرة على مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين وتحقيق تعلم متميز من ناحية أخرى. (٣٩ : ١١)

كما ترجع الباحثة تقدم القياس البعدي عن القياس القبلي أيضاً إلى استخدام التعلم الهجين حيث يعد طريقة جديدة في التعلم تمزج بين التدريس في المحاضرة واستخدام الوسائل التكنولوجية الحديثة وتتميز بالعديد من الفوائد تتمثل في اختصار الوقت والجهد والتكلفة إضافة إلى إمكانية تحسين المستوى العام للتحصيل الدراسي ومساعدة المعلمة والطالبة في توفير بيئة تعليمية جذابة في أي مكان وزمان ودون حرمانهم من العلاقات الاجتماعية فيما بينهم أو مع معلمهم.

ويتفق ذلك مع "جيانغ، وتانغ، و **Gao, B., Jiang, J., & Tang, Y**" (٢٠٢٠م) في أن التعليم الهجين يوفر للطلبة مزايا لا يمكن لأساليب التدريس التقليدية توفيرها، مثل وصول الطلاب إلى موارد التعلم وتحميلها خارج الفصل الدراسي في أي وقت وفي أي مكان، كما أنه يتيح ترتيب عملية التعلم الخاصة بشكل مستقل، ويلبي احتياجات المتعلمين بشكل أفضل، ويوفر فرص للتفاعل مع زملاء الدراسة والمعلمين بشكل أفضل، ويوفر فرص للتفاعل مع زملاء الدراسة والمعلمين داخل القصر وخارجه، ويثير اهتمام الطلاب ويدفعهم إلى المشاركة التفاعلية في الأنشطة الممتعة من خلال منصة التعليم مما يكون له أثر إيجابي على تحسين مستوى المشاركة المعرفية، رضا الطلاب في بيئة التعلم الهجين، تعميق الفهم، وتحسين مهارات التفكير الناقد وتعزيز التواصل الإبداعي. (٣ : ٢٩)

ويتفق ذلك مع دراسات كل من "امينة جمال السيد" (٢٠٢١م) (٣)، ودراسة "محمد حامد محمد" (٢٠٢١م) (١٦)، ودراسة "محمد عبد المجيد نبوي" (٢٠٢١م) (١٨)، ودراسة "محمود عبد العزيز احمد" (٢٠٢١م) (١٩)، في أن البرامج التعليمية المستخدمة التعلم الهجين تساعد في تعلم المهارات المختلفة.

وبذلك تحقق صحة الفرض الاول والذي ينص على:

"توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية المستخدمة التعليم الهجين في خفض قلق الاختبار وتعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنوفية لصالح القياس البعدي".

وأظهرت نتائج جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة المستخدمة الطريقة المتبعة (الشرح والنموذج) في بعض المهارات الأساسية (التنطيط - التمير والاستلام - التصويب) في كرة اليد ولصالح القياس البعدي، بالإضافة الى عدم وجود فروق دالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مقياس قلق الاختبار. وتعزى الباحثة التحسن في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لدي طالبات المجموعة الضابطة إلى الدور الكبير التي تقوم به المعلمة من خلال تقديم الشرح اللفظي للنواحي الفنية للمهارات قيد البحث وأداء النموذج العملي ثم تقوم الطالبات بتكرار الأداء والتدريب عليه لتعلم وإتقان المهارات، هذا بجانب تعود الطالبات على تلقي المعلومات دون البحث او حتي المشاركة في الحصول عليها، وتعودهم أيضاً على التأقن والحفظ، وهذا ساعد على حدوث التقدم في القياس البعدي مقارنة بالقياس القبلي مما يشير إلى التأثير الإيجابي للطريقة المتبعة (الشرح والنموذج) على تحسن مستوى أداء المهارات الأساسية قيد البحث، كما ترجع الباحثة عدم حدوث تحسن دال إحصائياً في مقياس قلق الاختبار إلى عدم تعرض الطالبات للمواقف الاختبارية عقب كل وحدة تعليمية لمعرفة مستواهم من ناحية وتعودهم على الاختبار من ناحية اخري، وبالتالي فقدوا إحساسهم بالمسئولية فهم يعتمدون على الغير، وقد يكون لديهم اعتقاد بأن الأداء الجيد يتوقف على عوامل خارجية، وليس على ما يمتلكه الفرد من قدرات.

وفي هذا الصدد تشير "عفاف عبد الكريم" (١٩٩٤م) إلى أن أساس الأسلوب التقليدي هو العلاقة المباشرة بين تنبيهات المعلم واستجابة المتعلم، بإشارة الامر من قبل المعلم تسبق كل حركة من قبل المتعلم وتؤدي ايضا الحركة حسب النموذج الذي يقدمه المعلم وبذلك يتخذ المعلم جميع القرارات عن الازواضع الحركية والمكان والبدء والتوقيت ووقت انتهاء الفترة المخصصة للتعلم والراحة. (١٠: ٩٢)

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة "أحمد حسب الله" (٢٠٢١م) (١)، "عمرو سيد" (٢٠٢١م) (١٢)، "فاطمة ابو القاسم" (٢٠٢١م) (١٤)، "تورا عبد المجيد" (٢٠٢١م) (٢٣)، على أن التعلم باستخدام الأسلوب المتبع (الشرح والنموذج) يؤثر تأثيراً إيجابياً على تعلم المهارات الحركية لدى المتعلمين.

وبهذا يتحقق صحة الفرض الثاني للبحث والذي ينص على:

"توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة المستخدمة الطريقة المتبعة (الشرح والنموذج) في خفض قلق الاختبار وتعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنوفية لصالح القياس البعدي".

وأظهرت نتائج جدول (٨) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥ بين القياسين البعدي للمجموعة التجريبية والضابطة في مقياس قلق الاختبار وبعض المهارات الأساسية (التنطيط - التمير والاستلام - التصويب) في كرة اليد ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

وترجع الباحثة هذا التقدم الذي طرأ على أفراد المجموعة التجريبية عن أفراد المجموعة الضابطة في مقياس قلق الاختبار وبعض المهارات الأساسية في كرة اليد إلى استخدامهم التعلم الهجين حيث راعى الفروق الفردية بين الطالبات، كما ساعد التعلم الهجين الطالبات على حرية التنقل بين محتويات البرنامج بحرية وبالتالي ساعد البرنامج على تعلم الطالبات طبقاً لرغبة كل طالبة في عملية التعلم، كما ساعد الكمبيوتر الذي يقوم بعرض البرنامج على زيادة التفاعل بين الطالبات والبرنامج بحيث تقف الطالبة موقف ايجابي في البحث عن المعلومات ولا تقف موقف سلبي في عملية التعليم، كما أن التنوع بين الوسائط المستخدمة داخل برنامج التعلم الهجين ما بين نصوص وصور مسلسلة ورسوم متحركة وفيديو وتدرجات كل ذلك ساعد على تعلم الطالبات للمهارات الأساسية في كرة اليد.

وهذا ما أكده "مهدي محمود" (٢٠٠٢م) على ان الوسائط التعليمية تعمل على خلق بيئة تعليمية حيث يستطيع المتعلم تحصيل المعارف بسهولة ووضوح أكثر من الطريقة التقليدية، ومما سبق يتضح ان البرامج التعليمية باستخدام التعلم الهجين يساهم في تحقيق الأهداف المعرفية والاحتفاظ بالمعلومات واستدعائها عند الحاجة إليها. (١٧:٢١)

كما ترجع الباحثة تقدم المجموعة التجريبية في القياس البعدي عن المجموعة الضابطة الى استخدام طالبات المجموعة التجريبية التعلم الهجين من خلال المنصة التعليمية والتي تحتوي علي الشرح الوافي بالصور والنصوص والفيديوهات التعليمية لكل مهارة أساسية من مهارات كرة اليد والتي تمكن الطالبات من اتقان المهارات الأساسية المتعلمة من خلال استخدام تكنولوجيا التعليم وتلبية احتياجات طالبات تلك المرحلة من اشباع ميولهم ورغباتهم، كما ان استخدام التعلم الهجين وتجزئة المهارات التعليمية ساعد على زيادة اتقان تلك المهارات التعليمية، مما انعكس على مستوى الأداء في القياس البعدي لأفراد للمجموعة التجريبية عن القياس البعدي للمجموعة الضابطة.

ويذكر "عبد الحميد شرف" (٢٠٠٠م) أن استخدام تكنولوجيا التعليم بأشكالها المختلفة والمتعددة يزيد من فاعلية درس التربية الرياضية حيث يجد كل متعلم ما يناسبه ويتمشى مع قدراته وإمكانياته واستعداداته فهناك العديد من الوسائل يختار منها المتعلم ما يريد، وذلك يزيد من فاعلية التعلم وأيضاً يسمح باستخدام كل إطار بصورة منفردة وبذلك فإن التعلم الهجين قادر على التقدم بمستوى الطالبات وبشكل الأداء الصحيح للأداء. (٥٣:٨)

ويتفق ذلك مع دراسات كل من "امينة جمال السيد" (٢٠٢١م) (٣)، ودراسة "محمد حامد محمد" (٢٠٢١م) (١٦)، ودراسة "محمد عبد المجيد نبوي" (٢٠٢١م) (١٨)، ودراسة "محمود عبد العزيز احمد" (٢٠٢١م) (١٩)، في أن البرامج التعليمية المستخدمة التعلم الهجين تساعد في عملية التعلم وتعمل على زيادة التحصيل المهارى في مختلف المهارات.

وبذلك تحقق صحة الفرض الثالث والذي ينص على:

"توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة في خفض قلق الاختبار وتعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنوفية لصالح المجموعة التجريبية".

الإستخلاصات والتوصيات:

أولاً الإستخلاصات:

بناء على أهداف البحث وفي حدود العينة وفي ضوء النتائج الاحصائية، توصلت الباحثة للإستخلاصات التالية:

١- استخدام التعليم الهجين ساهم بطريقة ايجابية وفعالة في خفض قلق الاختبار ورفع مستوى أداء بعض المهارات الأساسية (التنطيط - التمرير والاستلام - التصويب) في كرة اليد لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنوفية.

٢- استخدام الطريقة المتبعة (الشرح والنموذج) ساهم بطريقة ايجابية وفعالة في رفع مستوى اداء بعض المهارات الاساسية (التنطيط - التمرير والاستلام - التصويب) في كرة اليد في حين لا يؤثر إيجابياً على خفض قلق الإختبار لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنوفية.

٣- تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت التعليم الهجين اعلى المجموعة الضابطة التي استخدمت الطريقة المتبعة (الشرح والنموذج) في خفض قلق الاختبار ورفع مستوى اداء بعض المهارات الاساسية (التنطيط - التمرير والاستلام - التصويب) في كرة اليد لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنوفية.

ثانياً التوصيات:

١- ضرورة استخدام التعلم الهجين في تعليم مهارات كرة اليد لما أثبتته نتائج هذه الدراسة من وجود تأثير إيجابي دال إحصائياً على خفض قلق الاختبار ومستوى الأداء المهارى لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنوفية.

٢- إجراء دراسات مشابهة حول تأثير التعليم الهجين على تعلم مهارات اخري في رياضة كرة اليد وعلى رياضات اخري.

٣- نشر ثقافة التعليم الهجين بين اعضاء هيئة التدريس وتعريفهم بأهمية هذا النوع من التعليم، والتي توفر الوقت والجهد لصالح العملية التعليمية.

٤- عقد دورات تدريبية لأعضاء هيئة التدريس عن كيفية استخدام التعليم الهجين في تخطيط وتنفيذ وتقييم المقررات الدراسية بما يتناسب مع نواتج التعلم المستهدفة.

٥- تنمية التعلم الذاتي لدي الطالبات بحيث تدرك كيفية عمل اليات تفكيرها وقدراتها التعليمية، وتنمية تلك القدرات.

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- ١- أحمد محمد زكي حسب الله (٢٠٢١م): فعالية برنامج تعليمي باستخدام المنصة التعليمية بلاك بوورد (Blackboard) في تعلم بعض المهارات الهجومية والتحصيل المعرفي في كرة اليد، بحث منشور، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، المجلد ٩١، الجزء الاول.
- ٢- السيد محمد خيرى (١٩٩٥م): اختبار الذكاء العالي وكراسة التعليمات، دار النهضة العربية، القاهرة.
- ٣- امينة جمال السيد (٢٠٢١م): فاعلية التعليم الهجين باستخدام برنامج Microsoft Teams لتحسين مستوى التحصيل المعرفي والأداء الهجومي في رياضة المبارزة، بحث منشور، المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، المجلد ٦٥، العدد ٦٥.
- ٤- جلال كمال علي سالم (٢٠٠٤م): كرة اليد الحديثة "اسس- تطبيقات"، ط٢، عامر للطباعة والنشر، الاسكندرية.
- ٥- حسان رافع شاهين (٢٠٢٠م): درجة استخدام طريقة التعلم المتمازج ومعوقات تطبيقها من وجهة نظر معلمي التربية الخاصة في الاردن، المجلة السعودية للتربية الخاصة، العدد (١٣)، جامعة الملك سعود.
- ٦- سعد عباس الجنابى (٢٠٠٨م): القلق الامتحاني وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي لطلبة كليات التربية الرياضية"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة ديالى، العراق.
- ٧- سلامة عبد العظيم حسين وأشواق عبد الجليل على (٢٠٠٨م): الجودة في التعليم الالكتروني، مفاهيم نظرية وخبرات عالمية، دار الجامعة الجديدة، الاسكندرية.
- ٨- عبد الحميد شرف (٢٠٠٠م): تكنولوجيا التعليم في التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ٩- عبد الوهاب غازي حمودي (٢٠٠٨م): كرة اليد مالها وما عليها المبادئ التعليمية والتدريبية، دار الطبع للطباعة والتوزيع، بغداد.
- ١٠- عفاف عبد الكريم (١٩٩٤م): التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية (اساليب واستراتيجيات وتقييم)، منشأة المعارف الاسكندرية.
- ١١- عماد شوقي سيفين (٢٠١٥م): التدريس من التقليد الى التحديث، عالم الكتاب، القاهرة.
- ١٢- عمرو سيد فهمي مكاوي (٢٠٢١م): استخدام ألعاب المحاكاة الإلكترونية التعليمية وتأثيرها على بعض المتغيرات المهارية والمعرفية في كرة اليد لتلاميذ المرحلة الابتدائية، بحث منشور،

المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، المجلد ٥٠، العدد ٥٠.

١٣- فاروق السيد عثمان (٢٠٠٣م): القلق وإدارة الضغوط النفسية، دار الفكر العربي، القاهرة.
١٤- فاطمة ابو القاسم عمر (٢٠٢١م): فاعلية استخدام الإنفوجرافيك على تعلم بعض مهارات كرة اليد لطالبات كلية التربية الرياضية، بحث منشور، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، المجلد ٩١، الجزء الرابع.

١٥- ماهر محمود الهوارى، محمد محروس الشناوي (٢٠٠٠م): مقياس الاتجاه نحو الاختبار (قلق الاختبارات)، رسالة الخليج العربي، العدد (٢٢).

١٦- محمد حامد محمد (٢٠٢١م): فاعلية أسلوب التعليم الهجين والتعليم الإلكتروني عن بعد على مستوى التحصيل المعرفي لمقرر فسيولوجيا الرياضة لدى طلاب التربية الرياضية خلال جائزة كورونا، بحث منشور، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، العدد (٩١)، الجزء (٤).

١٧- محمد خالد حمودة وجلال كمال سليم (٢٠٠٨م): الهجوم والدفاع في كرة اليد، دار الكتب، الاسكندرية.

١٨- محمد عبد المجيد نبوي (٢٠٢١م): تأثير التعلم المدمج "الهجين" باستخدام منصة "جوجل كلاس روم Google Classroom" على بعض نواتج التعلم لمهارة دفع الجلة، بحث منشور، المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، المجلد (٥٤)، العدد (٥٤).

١٩- محمود عبد العزيز احمد (٢٠٢١م): التعليم الهجين المدعم بمنصة Microsoft Teams وأثره على أداء بعض المهارات الهجومية في الريشة الطائرة، بحث منشور، المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، المجلد ٥٥، العدد ٥٥.

٢٠- منير جرجس (٢٠٠٣م): كتاب كرة اليد للجميع: التدريب الشامل والتميز المهارى، دار الفكر العربي، القاهرة.

٢١- مهدي محمود سالم (٢٠٠٢م): تقنيات ووسائل التعليم، دار الفكر العربي، القاهرة.

٢٢- نهى محمود الصواف (٢٠٢٠م): فاعلية استخدام التعليم الهجين على تعليم مسابقة الوثب الثلاثي لطالب المستوى الأول بكلية التربية الرياضية جامعة المنوفية، بحث منشور، المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، المجلد ٤٧، العدد ٤٧.

٢٣- نورا عبد المجيد نبوي ابو دنيا (٢٠٢١م): تأثير كل من التعلم الفردي والتشاركي على التحصيل المعرفي ومستوي أداء بعض مهارات كرة اليد لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنوفية، بحث منشور، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، المجلد ٩٢.

ثانياً: المراجع الاجنبية:

- ٢٤- Al Najd S., M: **Hybrid Learning in Higher Education**, Conference Society for Information Technology and Teacher Education, International Conference, jacks on Ville, Florida, United State, Research Gate, ٢٠١٨, pp. ٢٠١٦-٢٠١٨
- ٢٥- Al salhi, N., Eltahir, M., & Al-Qatawneh, S. (٢٠١٩): **The effect of blended learning on the achievement of ninth grade students in science and their attitudes towards its use**, Heliyon, ٥, <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2019.e02424>
- ٢٦- Avgerinou M. D. Gialamas (٢٠١٦): **Revolutionizing K-١٢ Blended Learning through the i٢ Flex Classroom Model**, Information Science Refences, U.S.A.
- ٢٧- Blankstin, kirkr, et.,al (١٩٩٠): **Test Anxiety and contents of conscionsness**, psychology Abstracts, Vol.٧٧. No.٢. Febralary.
- ٢٨- Bonk C.J Graham C. R (٢٠٠٦): **Handbook of blended learning: Global perspectives**, local designs, Retrieved Jul ١٤, ٢٠٠٧.
- ٢٩- Gao, B., Jiang, J., & Tang, Y. (٢٠٢٠): **The effect of blended learning platform and engagement on students' satisfaction the case from the tourism management teaching**, Journal of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism Education, ٢٧, <https://doi.org/10.1016/j.jhlste.2020.100272>
- ٣٠- Jun, X., Hong-Zheng, S., Tzu-Han Lin, M., Zhimin, P., Hsu-Chen. C. (٢٠٢٠): **What makes learners a good fit for hybrid learning? Learning Learning competences as predictors of experience and satisfaction in hybrid learning space**. British Journal of Educational Technology.
- ٣١- Stiefel, J. P. (٢٠١٦): **A Mixed Methods Analysis of Parental Support for a High School Hybrid Learning**. Ph.D, Northcentral University, Arizona.

ثالثاً: مواقع الانترنت:

- ٣٢- <https://ar.unesco.org/covid19>

”تأثير استخدام التعليم الهجين علي خفض قلق الاختبار وتعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنوفية“

كلية التربية الرياضية
جامعة المنوفية

استهدف البحث الحالي الى التعرف على تأثير استخدام التعليم الهجين علي خفض قلق الاختبار وتعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنوفية.

ولتحقيق هدف البحث استخدمت الباحثة المنهج التجريبي من خلال التصميم التجريبي الذي يعتمد على القياسين القبلي والبعدي لمجموعتين، إحداهما تجريبية والثانية ضابطة، وتألقت عينة البحث من طالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية جامعة المنوفية للعام الدراسي ٢٠٢٠/٢٠٢١م، والبالغ عددهم (١٤٨) طالبة، وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وعددهن (٣٠) طالبة، وقد تم تقسيمهم إلى مجموعتين مجموعة تجريبية وضابطة قوام كل مجموعة (١٥) طالبة، ولقياس الأداء القبلي والبعدي في مجموعتي البحث استخدمت الباحثة الاختبارات البدنية والاختبارات المهارية الخاصة بمهارات كرة اليد قيد البحث ومقياس قلق الاختبار، وقد قامت الباحثة باستخدام التعليم الهجين على المجموعة التجريبية، والأسلوب المتبع (الشرح والنموذج) على المجموعة الضابطة، وبعد الانتهاء من جمع البيانات أخضعها الباحث للمعاملات الإحصائية للحصول للنتائج وتوصلت الباحثة إلى تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في مستوى اداء بعض مهارات كرة اليد قيد البحث ومقياس قلق الاختبار.

English summary

The effect of using hybrid education on reducing test anxiety and learning some basic skills in handball for female students of the Faculty of Physical Education, Menoufia University

Faculty of Physical Education
al-manoufia University

The current research aimed to identify the effect of using hybrid education on reducing test anxiety and learning some basic skills in handball for female students of the Faculty of Physical Education, Menoufia University.

To achieve the goal of the research, the researcher used the experimental method through the experimental design, which depends on the tribal and remote measurements of two groups, one of them is experimental and the other is control. The sample of the research was chosen by the intentional method, and they numbered (٣٠) students, and they were divided into two groups, an experimental group and a control group, each group consisted of (١٥) students. The researcher used the hybrid education on the experimental group, and the method (explanation and model) on the control group, and after completing the data collection, the researcher subjected it to statistical transactions to obtain the results. The researcher concluded that the experimental group outperformed the control group in the performance level of some handball skills under study and test anxiety scale.