

تأثير تمارينات بالاسلوب المتشعب في تطوير المهارات الدفاعية للاعبين منتخب الجامعة المستصرية لتتنس الطاولة

استلام البحث : ٢٠٢٣/١١/١٩

م.م. سهير كامل عواد

مديرية تربية الرصافة/ ٢

قبول البحث : ٢٠٢٣/١٢/٢٧

SHAAEEBB4@GMAIL.com

ملخص البحث

يهدف البحث إلى تأثير تمارينات الأسلوب (المتشعب) في تطوير المهارات الدفاعية بتتنس الطاولة، وبذلك عالج البحث مدى أثر هكذا أسلوب في تعلم المهارات الدفاعية بالتتنس لأفراد العينة من المهارات كتم أمامي للمنطقة الأمامية والتمرير قطع أمامي المهارات المحور المهم لهذا اللعب وفق متطلباتها كمهارات دفاعية مؤثرة في الحصول على صد دفاع فعال لسرعة حركة الكرة ومتطلبات التمكن منها، إذ يعد التعلم لهذه المهارات في التنس أمر ضروري وفق تمارينات خاصة وهكذا أسلوب، إذ تضمن البحث إجراء التجربة وفق البرنامج التجريبي للمجموعة الواحدة على عينة من لاعبين تناس الطاولة وعددهم (١٢) لاعباً وتم استبعاد (٢) للتجربة الاستطلاعية، أما المجموعة التجريبية تكونت من (١٠) لاعباً، وتم تطبيق أسلوب التعلم المتشعب على المجموعة التجريبية، إذ تم التوصل الى فاعلية الأسلوب المتشعب في تطوير المهارات الدفاعية (التمرير قطع أمامي وكنم أمامي للمنطقة الأمامية)، وظهرت فاعلية هذا الأسلوب المتشعب في تطوير المهارات قيد الدراسة ، وبذلك أستنتج البحث أن هذا الاسلوب فعال ومؤثر في تطوير مهارات الدفاع بتتنس الطاولة قيد الدراسة وكذلك أوصى البحث باستخدام اساليب أخرى لتطوير مهارات أخرى لفئات بأعمار مختلفة.

الكلمات المفتاحية: الاسلوب المتشعب، مهارات الدفاع ، تنس الطاولة

Effect of exetensive style of development in the development of defense skills of the player of the conference of the Tunisian table tennis

Suhair Kamel Awad

Education Directorate Rusafa/ 2

Abstract

The goal of searching to the exercising of the exquines of style (branched) developing defense skills of table tennis players, and thus the research treated the impact of such a style In learning defense skills in tennis for the sample members, from the skills of Mammam to the front area and important to this to the basis of the requirements of defensive intellectuals in the obtaining a defense bodies for the speed of the ball movement and the requirements of the architecture as learning for these tennis skills is an order It is necessary according to special exercises for such a method, as the research included conducting the experiment according to the experimental program for one group on a sample of the Table tennis players their number (12) players and (2) was excluded for the exploratory experience, while the experimental group consisted, of (10) players The application of the complex learning method on the experimental group, as the effectiveness of the branched method was reached in developing defensive skills, passing)an front cut and front mute of the front area The effectiveness of this branched method appeared in developing skills under study, and thus the research concluded that this method is effective and influential in developing defense skills with table tennis under study, as well as recommended the research using .other methods to develop other skills for groups of different ages.

Keywords, Striped style, defense skills, table tennis

١- المقدمة:

ان ما يتناول العلم في الوقت الحاضر هو ما وصلت إليه الرياضة من تطور في كافة فعاليتها المختلفة ونظرا لتطور علوم وأساليب التعلم المختلفة وما لأحتكاك الإنسان بالبيئة التي يعيش فيها، وتفاعله المستمر معها، يؤدي الى حصوله على العديد من الخبرات المتراكمة والتي تسمى بالتعلم وأساليبه، ويصاحب هذا التعلم تغير دائم نسبي في سلوك الفرد، إذ لا يوجد تعلم ما لم يحدث تغييراً أو تحويل لمبادئ المتعلم،" فالتعلم هو كل ما يكتسب من علوم وميول وقدرات واتجاهات ورغبات وعواطف ومهارات حركية، وسواء كانت مقصودة أو غير مقصودة، والتعلم ناتج عن ممارسة الإنسان للتدريب والتكرار والملاحظة أو وقوع الفرد في خطأ يتم تصميمه، وهذا ما نطلق عليه الخطأ والصواب(١: ١٢) ، أما مصطلح التعليم فهو عملية اكتمال التعلم، ولا يحصل تعلم كامل من دون طرائق وأساليب التعليم والسلوكيات التعليمية،"فالتعليم يدلنا على الكيفية التي نعلم بها والأسلوب التعليمي والطريقة التي تتبعها في تنفيذ التمرينات واستراتيجيتها، وهو توظيف مفاهيم ومبادئ التعلم والتعليم الحركي قيد التطبيقات العملية.(٢: ٧).

ومن ذلك ما حصل من تطور في العملية التعليمية وما حظيت ابه من دور واهتمام والتركيز من قبل العلماء والمختصين في مجال التعلم مما ادى الى العديد من التغيرات والتطورات العلمية في الأساليب التعليمية المختلفة، وان هذا التطور أضاف مسؤوليات خاصة ومؤثرة وفق واجبات جديدة للمدرس والتي تقع على عاتقه بإختيار أفضل الطرائق والوسائل والأساليب التي تؤدي إلى تحقيق أسمى الأهداف السلوكية في اقصر وقت وجهد ممكنين وقل كلفة للوصول إلى النتيجة لذلك تعد لعبة التنس الطاولة واحدة من الألعاب الفردية الشيقة التي شهدت اهتماماً جماهيرياً كبيراً شيقة وممتعة كونها لعبة تتجه للتطور الذي حصل فيها في السنوات الأخيرة، وأخذ الاهتمام بهذه الرياضة يتزايد، مما جعلها واحدة من الألعاب الشعبية في دول العالم، وبما إن لعبة تنس الطاولة لها مهاراتها الأساسية التي تشكل الدعامة القوية التي تستند عليها، وان تقويم مستوى أي لاعب ومدى نجاحه يعتمد إلى حد كبير على مدى أو درجة إتقانه لتلك المهارات، لذلك فقد انصب الاهتمام على تعليم تلك المهارات الأساسية، ويجاد افضل الطرق والاساليب التي تختصر الوقت والجهد لايصال المتعلمين الى مستوى الاتقان، ومن هنا تجلت اهمية البحث في تحديد الاسلوب التعليمي المناسب لأداء المهارات بتنس الطاولة وفق اسلوب المتشعب في تعلم وأتقان المهارات الدفاعية هذه وخاصة لأفراد عينة البحث من لاعبي منتخب الجامعة لهذه اللعبة بعض المهارات الدفاعية لتنس الطاولة لأفراد العينة. أما مشكلة البحث ان عملية الوصول والحصول على أداء مهاري عالي متميز وفق ما حدا بالتقدم العلمي الذي كان له الدور الكبير في الارتقاء بالأساليب العملية التعليمية القيام وايصال المتعلمين الى أرفع مستوى من الأداء المهاري، لذلك تعد لعبة تنس الطاولة من الألعاب التي يتوقف نجاح وتقدم المتعلمين فيها على إتقانهم لتلك المهارات خاصة الدفاعية لدقة تمرير قطع أمامي وكنم أمامي منطقة أمامية بتنس الطاولة لمنتخب لاعبي الجامعة المستنصرية لهذه اللعبة،

لذا فمن المهم والضروري إتباع الأساليب التعليمية التي تساهم في زيادة دافعية المتعلم نحو التعلم والوصول به إلى أعلى مستوى مهاري باقل جهد ووقت للوصول إلى تعلم متقن وفعال وكبير ولذلك أوجد ومن خلال ممارسة الباحثة والمتابعة لمجال التدريس والتحكيم بلعبة تنس الطاولة ومحاولة منها لإيجاد افضل الاساليب والطرق التدريسية لتطوير المهارات الأساسية الدفاعية بتنس الطاولة، والتي يكون فيها المتعلم عنصراً حيوياً وفعال ومؤثر لأداء مهاري وفق الأسلوب المثالي وفعالاً في العملية التعليمية، وبما ان الأسلوب التعليمي بألأسلوب المتشعب يعد من ضمن الأساليب الحديثة فضلاً كون المراعاة للفروق الفردية بين المتعلمين لأتقان الأداء للمهارة المراد تعلمها، لذا ارتأت الباحثة إجراء هذه الدراسة للتعرف على اسلوب المتشعب وتأثيره في اتقان المهارات الدفاعية قيد الدراسة بتنس الطاولة لأفراد العينة.

أما أهداف البحث هو أعداد تمارينات بالاسلوب المتشعب لتعلم المهارات الدفاعية بتنس الطاولة لاعبي منتخب الجامعة المستنصرية بتنس الطاولة. والتعرف على أثر هذه التمارينات بالاسلوب المتشعب في تعلم المهارات قيد الدراسة لأفراد العينة.

وأما فرضا البحث فهناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح البعدي لمجموعة البحث التجريبية في تعلم مهارات الدفاع بتنس الطاولة لأفراد العينة.

أما المجالات، أما المجال البشري: فهو لاعبي منتخب الجامعة المستنصرية بتنس الطاولة. وأما المجال الزماني: فهو للمدة من ٢٠٢٣/٢/٢٢ – ٢٠٢٣/٤/٢٢. وأما المجال المكاني: فهو القاعة الداخلية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – الجامعة المستنصرية. وأما تحديد المصطلحات

الاسلوب المتشعب: هو انتقال المتعلم في اكتشاف وأداء هدف معين، واتخاذ القرارات ضمن قابلياته وقدراته على التشعب والبحث بما هو ابعد من الأشياء المألوفة، ويؤدي إلى حلول بديلة، حيث يكون الحافز على شكل سؤال أو مشكلة أو حالة تنقله إلى حالة من التباين والتشتت في الإدراك والبحث عن استجابات متعددة ومتشعبة وهذا يتطلب عمليات ذهنية خاصة بالمقارنة والتمارين والتصنيف وحل السؤال.(٣: ٣٠٢)

المهارات الدفاعية: وهي تمرينات مشابهة للأداء المهاري الذي يسهم بدرجة كبيرة في تحسين أداء المهارات في المباريات.(٤): (٢٥)

٢- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

٢-١ منهج البحث: استخدمت الباحثة المنهج التجريبي ذو التصميم للمجموعة التجريبية الواحدة ذات الاختبار القبلي والبعدي لملائمته طبيعة المشكلة واسلوب حلها.

٢-٢ مجتمع البحث وعينته

قامت الباحثة بتحديد مجتمع البحث وهم من لاعبي منتخب الجامعة المستنصرية ، لذلك أن لعينة البحث فهي ذلك الجزء الذي يمثل مجتمع البحث الأصل الذي يجري الباحث عليه مجمل عمله.(٥: ١٨١) تم اختيار لاعبي منتخب الجامعة المستنصرية بتنس الطاولة وعددهم (١٢) لاعباً، ممن أبدوا استعدادهم لتطبيق مفردات منهج البحث، وتم اختبار مجموعة تجريبية بالطريقة العمدية المجموعة الواحدة من (١٠) لاعبين وأبعاد (٢) لأجراء التجربة الاستطلاعية عليهم من خارج العينة للبحث ومن مجتمع الأصل ،

الجدول (١)

يبين تجانس أفراد العينة في المتغيرات (العمر، الطول، الوزن)

المتغير	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الطول	سم	١٧٥,٣	٣,٢٢١	١,٧٠١
الوزن	كغم	٦٥,١٧	٣,٠٢١	٢,٥١٠
العمر	سنة	٢١,٣٠	١,٠٠٢	١١,١٢

٢-٣ الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث

٢-٣-١ وسائل جمع المعلومات

١. المصادر والمراجع العربية والأجنبية.
٢. شبكة المعلومات الدولية (الانترنت).
٣. استمارة تسجيل.

٢-٣-٢ الأدوات والأجهزة المستخدمة

١. ساعة إيقاف stop watch لقياس الزمن لأقرب ٠,٠١ ثانية عدد (٢).
٢. جهاز الالكتروني لقياس الطول والوزن نوع osk.
٣. مقاعد سويدية، مقاعد مختلفة الارتفاعات والاحجام.
٤. مضارب خاصة بكرة الطاولة عدد (٨).
٥. طاولة عدد (٣) ومن الكرات عدد (٥٠)،
٦. أقماع ، شريط قياس (٢).

٢-٤ التجربة الاستطلاعية

أجرت الباحثة التجربة استطلاعية يوم الخميس بتاريخ ٢٠٢٣/٢/٢٣ الساعة العاشرة صباحاً في القاعة الداخلية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الجامعة المستنصرية على (٢) من خارج عينة البحث ومجتمع الأصل، وكذلك تم اجراء الاختبارات للمهارية الدفاعية لأفراد العينة. وذلك لمعرفة. حيث تضمن اجراء الاختبارات قيد الدراسة.

- معرفة الوقت المستغرق لأجراء الاختبارات وقدره (٣٠) دقيقة.
- معرفة صلاحية الوسائل والأجهزة المستخدمة في البحث قيد الدراسة.
- معرفة مدى ملائمة عينة البحث لاختبارات البحث.
- معرفة كفاءة فريق العمل المساعد.

٢-٥ الاختبارات الخاصة بالبحث

أولاً: اختبار دقة التمريرة (قاطعة أمامية)(٦: ١٢٥)

الغرض من الاختبار: قياس دقة التمريرة القاعة الأمامية.

الأدوات المستخدمة: لوحة الخلفية طاولة مرسوم عليها مربع (٢٠×٢٠)، كرات طاولة علي الجانب الأيمن للطاولة، مضرب الطاولة.

طريقة الأداء:

يقف اللاعب عند نهاية الطاولة حامل المضرب وكرة الطاولة القانونية، عند سماع (استعد) تضرب الكرة على الطاولة فترتد علي اللوحة الخلفية داخل المربع المرسوم ومنه الي المنضدة مره ثانية.

التسجيل:

- درجة المختبر في هذا الاختبار هو عدد التمريرات داخل المربع (١٠ تمريرات).

- تحتسب درجة لكل تمريرة داخل المربع أو علي حدوده.

- يحتسب (صفر) لكل تمريرة خارج المربع.

- لا تحتسب نقطة لكل تمريرة مخلفة لشروط الأداء يحكم هذا الاختبار حكمان للعد وطريقة الأداء.

ثانياً: اختبار - كتم الامامي للمنطقة الامامية (للضرب الساحق الامامي) (٧: ٢١١)

الغرض من الاختبار: قياس سرعة ودقة كتم الامامي للمنطقة الامامية.

الأدوات المستخدمة: شريط قياس شريط لاصق طاولة تقسم كما بالرسم عدد (١٠) كرة الطاولة.

طريقة الأداء: يقف اللاعب في النصف الايمن من الطاولة ويقوم بأداء الضرب الامامي الي النصف الايمن للمختبر في مسار قطري يقوم المختبر بكنم الكرة في المنطقة المحددة، التكرار (١٠) مرات صحيحة في المنطقة المحددة.

التسجيل:

- اذا كتم المختبر الكرة داخل المنطقة (أ) يحصل على (٣) نقاط.

- اذا كتم المختبر الكرة داخل المنطقة (ب) يحصل على (٢) نقاط.

- اذا كتم المختبر الكرة داخل المنطقة (ج) يحصل على (١) نقاط،

٢- الاختبارات القبليّة

تم إجراء الاختبارات القبليّة لمتغيرات البحث (المهارات الدفاعية) يوم الأحد بتاريخ ٢٠٢٣/٢/٢٦ بتنس كرة الطاولة لأفراد العينة.

البرنامج التعليمي للتمرينات

قامت الباحثة بإعداد تمرينات بالاتفاق مع مدرب المنتخب للجامعة وفق التمرينات التي اعدتها في القاعة الداخلية للجامعة وتدرّيات المنتخب لطولة الجامعات وفق اسلوب التعلم المتشعب في تعلم المهارات الدفاعية قيد الدراسة اعتماداً على مصادر علمية وبالإستعانة بأراء عدد من الخبراء (*) والمختصين في مجال التعلم الحركي والاختبار والقياس في مجال لعبة كرة الطاولة ، فقد تضمن المنهج التدريبي ما يلي:

١. فترة التمرينات هي (٦) أسابيع، حيث تضمن البرنامج (١٨) وحدة تعليمية للفترة من ٢٠٢٣/٢/٢٧ ولغاية ٢٠٢٣/٤/٢٧.

٢. نفذت هذه التمرينات بواقع (٣) وحدة تعليمية في الاسبوع أيام (الاحد- الثلاثاء والخميس).

٣. التحكم في درجات الحمل واستخدام الأحمال المناسبة (أقصى، عال، متوسط) مع مراعاة الفرق الفردية للاعبين منتخب الجامعة المستنصرية للفعالية مع الأخذ بنظر الحسبان شدة الوحدة ومراحل التدرج في الحمل ودقة الأداء وهي ضمن الطريقتين الفترتي المرتفع الشدة والطريقة التكرارية وفق اسلوب التعلم المتشعب لأداء المهارات الدفاعية بتنس الطاولة لأفراد العينة.

٤. تشكيل درجة الحمل للمنافسات لبطولة الجامعات العراقية.

٢-١١ الاختبارات البعدية

تم إجراء الاختبارات البعدية لمتغيرات البحث (المهارات الدفاعية) يوم ٢٠٢٣/٤/٢٨ لعينة الدراسة من لاعبي منتخب الجامعة المستنصرية بتنس الطاولة من افراد العينة.

٢-١٢ الوسائل الإحصائية

للتحقق من صحة الفروض، استخدم الباحث الوسائل للحقيبة الاحصائية (spss) وشملت المتوسط الحسابي الوسيط (T-test) - الإنحراف المعياري- معامل الإلتواء - إختبارات الفروق بين الإختبارين للمجموعة الواحدة قيد الدراسة.

٣- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

٣-١ عرض نتائج متغيرات البحث للمجموعة التجريبية وفق استخدام اتمرينات الاسلوب المنتشعب.

الجدول (٢)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفرق الاوساط الحسابية وقيمة (ف) و (ف هـ) وقيمة (T) المحسوبة ودلالة الفروق للمجموعة التجريبية في نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في الاختبارات قيد الدراسة

الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ف هـ	قيمة (T) المحسوبة	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
	ع	س	ع	س				
دقة تمرير قطع أمامي	١٩,١٢	١,٩٣٢	٢٠,٣٩	٣,١٢	٢٠,١	١٧,٣٤٤	٠,٠٠٢	معنوي
كتم أمامي المنطقة الأمامية	٤,٢٧	١,٣٠	٧,١٢٧	٢,٦٤٢	١٩,٠٢	١٦,٤٤٧	٠,٠٠٠	معنوي

*درجة الحرية (٩=١٠-١) *دال إذا كان مستوى الخطأ أصغر من مستوى الدلالة (٠,٠٥)

يتبين من الجدول (٢) في دقة التمرير لقطع أمامي بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (١٩,١٢) بانحراف معياري (١,٩٣٢)، وبلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (٢٠,٣٩) وبانحراف معياري مقداره (٣,١٢)، أما قيمة (ف) (٢٠,١) وأما قيمة (ف هـ) (٢,٦٩٥)، وبلغت (t) المحسوبة (١٧,٣٤٤)، في حين كان مستوى الخطأ (٠,٠٠٢)، وبدلة معنوية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) أمام درجة حرية (٩) ولصالح الاختبار البعدي.

أما في دقة الكتم منطقة أمامية بلغ الوسط الحسابي في الإختبار القبلي (٤,٢٧) وبانحراف معياري (١,٣٠)، وبلغ الوسط الحسابي في الإختبار البعدي (٧,١٢٧) وبانحراف معياري مقداره (٢,٦٤٢) على التوالي، أما قيمة (ف) (١٩,٠٢)، وقيمة (ف هـ) (٢,١١٩)، وبلغت (t) المحسوبة (١٦,٤٤٧)، في حين كان مستوى الخطأ (٠,٠٠١)، وبدلالة معنوية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) أمام درجة حرية (٩) ولصالح الإختبار البعدي.

مناقشة النتائج

يتبين من خلال الجدول (٢) ظهور فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي وتعزو الباحثة سبب ذلك الى فاعلية التمرينات المعدة من قبل الباحثة للاسلوب المنتشعب في تطوير المهارات الدفاعية بتنس الطاولة لأفراد العينة، إذ ان المجموعة التجريبية لهذا الاسلوب (المنتشعب) عمل على تطوير المهارات الاساسية الدفاعية قيد الدراسة بتنس الطاولة، وذلك لان جوهر العلاقة بالنسبة للمدرب واللاعب في هكذا أسلوب تعمل وفق مبادئ التدريب للوصول إلى الاستجابات الملائمة وفق مبادئ هكذا اسلوب وان تراكم حدوث مثل هذه العملية يؤدي إلى التطابق بين السؤال والاستجابة وبذلك تقود المتعلم إلى مفهوم فكرة معينة أو البحث عنها، هذه من جهة ومن جهة أخرى فأن مهارتي التمرير قطع أمامي ومهارة كتم أمامي منطقة أمامية، وفق التمارين بأسلوب المنتشعب لها اثر فعال في إحداث التعلم حيث ساعد على إظهار تقدم واضح في مستوى الأداء المهاري لدى مجموعة البحث بالنسبة لتعلم المهارات الدفاعية بتنس الطاولة، وهذا يعني إن التمارين بالأسلوب المنتشعب كان ملائماً لمستوى العينة واستيعابها فضلا عن انه قد بني على أسس علمية صحيحة وتم تنفيذه بشكل سليم ومنظم" إذ انه عند تنفيذ المناهج بشكل فعال فان الأداء العام للاعب يتحسن كثيراً. (٩: ٦٥) وهذا يتفق مع رأي (ظافر، ٢٠٠٢) "بان من الظاهر اطيبيعية عملية التعلم هو لا بد من أن يكون تطوراً في التعلم ما دام المدرس يتبع خطوات الأسس السليمة للتعلم والتعليم" (١٠: ١٠٢).

ومن خلال ذلك ان اسلوب التعلم المنتشعب "يحقق لكل متعلم تعلماً يتناسب مع قدراته وسرعته الذاتية في التعلم ويعتمد على دافعيته للتعلم" (١١: ٣)، إذ يكون التعلم وفق التمرينات في اسلوب المنتشعب اشبه بالتعلم الفعال وان التعلم الذاتي هو "النشاط التعليمي الذي يقوم به المتعلم مدفوعاً برغبته الذاتية بهدف تنمية استعداداته وامكاناته وقدراته مستجيباً لميوله واهتماماته بما يحقق تنمية شخصيته وتكاملها والتفاعل الناجح مع مجتمعه عن طريق الاعتماد على نفسه والثقة بقدراته في عملية التعلم". (١٢: ١)

٤- الاستنتاجات والتوصيات

٤-١ الاستنتاجات

١. كان لفاعلية تمارين اسلوب التعلم المتشعب أثر في تطوير المهارات الدفاعية في تنس الطاولة لمهاتري (دقة تمرير قطع أمامي، وكتم أمامي في المنطقة الأمامية).

٢. أن لفاعلية الأسلوب المتشعب في تعلم المهارات الدفاعية له أثر واضح في تعلم المهارات قيد الدراسة.

٤-٢ التوصيات

١. اعتماد اسلوب المتشعب في تطوير المهارات الاساسية بتنس الطاولة عند تطوير المهارات في هذه الفعالية.

٢. تطبيق اساليب وتعلم وتدريب مهارات اخرى على نفس اللعبة ولعينات وفئات اخرى.

المصادر

١. احمد امين فوزي؛ مبادئ علم النفس الرياضي(المفاهيم التطبيقات)، ط٢، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٦.
٢. ان بتمان؛ التنس، ترجمة قاسم لزام صبر، بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر، ١٩٩١.
٣. جمال صالح(واخرون):تدريس التربية الرياضية، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٩١.
٤. جمال صالح؛ وهلال عبد الرزاق شوكت: تدريس التربية الرياضية، بغداد، ب ط، ١٩٩١.
٥. ظافر هاشم اسماعيل؛ الأسلوب التدريس المتداخل وتأثيره في التعلم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة تعليم التنس، أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٠٠٢.
٦. محمد العربي شمعون؛ التدريب العقلي في المجال الرياضي، القاهرة، ب ط، ب س).
٧. محمد خضر اسمر الحياي؛ اثر اسلوب المنافسات والتغذية الراجعة المقارنة في الرضا الحركي والتحصيل بكرة القدم، اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، ١٩٨٨.
٨. محمد محمود الحيلة؛ التصميم التعليمي نظرية وممارسة، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ١٩٩٩.
٩. هلال عبد الرزاق(واخرون)؛ الاعداد الفني والخططي بالتنس ، بغداد، مطبعة دار الحكمة للطباعة والنشر، ١٩٩١.
١٠. وجيه محجوب واحمد البدري؛ أصول التعلم الحركي ، بغداد، ب ط، ٢٠٠٢.
١١. وجيه محجوب واحمد بدري؛ البحث العلمي، بابل، مطبعة جامعة بابل، ٢٠٠٢.

ملحق (١)

أنموذج الوحدة التعليمية للتمرينات لاسلوب المتشعب للمهارات قيد الدراسة

الراحة	المجاميع	التكرار	زمن الأداء بالدقيقة	المحتوى التطبيقي	اجزاء الوحدة
١-٢د	٣	٦-١٠	٢-٣	الوقوف على اليدين	التعليمي ٢٠ دفيقة
٢-٣د	٣	٣-٤	٢-٣	(الوقوف مواجهة الكرة ممسوكة باليدين) ضرب الكرة بالأرض ثم الركض أماماً لمحاولة لقف الكرة الزميل قبل أن تصل الأرض	
٢-٣د	٣	٣-٤	٢-٣	(وقوف - مسك مضرب مواجهة مرسوم عليه مربع ٥٠سم) ضرب الكرة في المربع باستمرار ولأكبر عدد ممكن خلال ١٠ ثوان	الجزء الرئيسي تعليمي (٣٠) د
٤-٥	٣	٣-٥	٢-٣	(وقوف - مسك المضرب) أمام طاولة ضرب الكرة المدفوعة من الماكينة بسرعة محددة لأماكن محددة	الجزء الختامي ٢٠د

يمثل أنموذج لوحدة التمرينات الخاصة وفق استخدام اسلوب المتشعب الذي له الدور في تطوير دقة مهارات الدفاع لأفراد العينة (دقة قطع أمامي ومهارة الكتم الأمامي للمنطقة الأمامية) لمهارات دفاعية لتتس الطاولة من أفراد العينة.