

## اثر استخدام التمارين الخاصة بأسلوبي التسلسل والعشوائي على تعليم اداء فعالية رمي الثقل للطلاب المبتدئين

م. د. منذر حسين محمد

جامعة القدسية- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

من كل الجوانب وهذا ما يسمى بالمتسلسل الى ان التمرين العشوائي اكثر فاعلية من التسلسل عند اجراء التجارب المختبرية والتي تكون تحت سيطرة عالية من حيث المتغيرات (١: ٨١).

وتكمن اهمية البحث بكونها محاولة لمعرفة تأثير الاسلوب التسلسل والعشوائي باستخدام تمارين خاصة جديدة لم يتم استخدامها وتطبيقها مسبقاً في تعلم الاداء لفعالية رمي الثقل بالعباق القوي للمبتدئين. وتكمن مشكلة البحث على الرغم من وجود بعض المزايا في التسلسل الحركي لاداء حركة بعد حركة وصولاً الى اداء المهارة كاملة ومن جميع جوانبها وبتركيز عالي كون عينة البحث من المبتدئين وبأعمار صغيرة مما ادى الى ضعف في اداء الطلاب لفعالية رمي الثقل نتيجة لصعوبة التطبيق كما قد تبعث احيانا روح الملل في نفوس الطلاب وهذه في حد ذاتها تعد مشكلة تواجه الطلاب وذلك لعدم

### ملخص البحث

ان من شروط نجاح تعلم الاداء المهاري في الانشطة الرياضية ان تكون مبنية على اسس علمية فضلاً عن تنوع اساليب التمرين وكيفية اختيار المناسب منها سيساعد على عملية تعلم اداء هذه المهارات اذ ان لكل اسلوب مميزاته وشروطه الخاصة به والتي تتلائم مع المتعلمين وقدراتهم والفروق الفردية بينهم. وان التمارين الخاصة التي تؤدي بأسلوبي العشوائي والمتسلسل تضمن للمتعلم اداء المهارة بشكل عام أي اثر التعليم اكثر في حركة من حركات المهارة في الوحدة التعليمية الواحدة هذا ما يسمى بالتعلم العشوائي وكذلك اداء المهارة بشكل متسلسل لحركات المهارة بعد تهيئة مدة تعليمية للحركة الاولى للمهارة وبتكرارات محدودة وعند تعلم هذه الحركة من حركات مهارة رمي الثقل سوف ينتقل المعلم الى تعلم الحركات الاخرى من المهارة ويظهر من هذه الطريقة ان المتعلم سوف يركز على المهارة

### وكانت الاستنتاجات كالآتي

١- وجود فروقا ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي والبعدى وللمجموعتين التجريبيتين والضابطة في تعلم الاداء لفعالية رمي النقل ولصالح الاختبار البعدى مما يدل على تأثير استخدام التمارين الخاصة بالاسلوب المتسلسل في تعلم الاداء لفعالية رمي النقل.

٢- توجد فروقا ذات دلالة احصائية بين المجموعتين التجريبيتين في القياس البعدى في تعلم الاداء لفعالية رمي النقل قيد الدراسة ولصالح المجموعة التجريبية التي استخدمت التمارين الخاصة بالاسلوب المتسلسل.

### اما التوصيات فكانت كالآتي:

١- ضرورة استخدام التمارين الخاصة بأسلوبي التمرين والتسلسل العشوائي في درس التربية الرياضية وذلك لمناسبته مع اعمار الطلاب والذي يحتاج فيه الطالب لاجواء التنافس والمرح.

٢- ضرورة التركيز التام على استخدام اسلوبي التمرين المتسلسل والعشوائي في تعلم اداء فعالية رمي النقل لالعاب القوى التي لم يتم تناولها في الدراسة وللجنسين كلاهما.

٣- اجراء دراسات مشابهة باستخدام اسلوبي التسلسل والعشوائي في درس التربية الرياضية وللجنسين كلاهما في كل من المتغيرات الوظيفية والنفسية.

استيعابهم لما يتضمنه الدرس من أنشطة وفعاليات ومهارات بشكل جيد.

وكانت اهداف البحث كالآتي:

١- التعرف على اثر استخدام التمارين الخاصة بأسلوبي التسلسل والعشوائي على تعلم اداء فعالية رمي النقل بالعباب القوى في درس التربية الرياضية للمبتدئين.

٢- التعرف على افضل اسلوب في تعلم اداء فعالية رمي النقل بالعباب القوى في درس التربية الرياضية - للمبتدئين.

في حين كانت فروض البحث ما يلي:

١- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدى وللمجموعتين كلاهما في تعلم اداء فعالية رمي النقل بالعباب القوى للمبتدئين.

٢- هناك فروق ذات دلالة احصائية في الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التي تستخدم تمارين خاصة بالاسلوب المتسلسل في تعلم اداء فعالية رمي النقل بالعباب القوى للمبتدئين.

واستخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين وتكونت عينة البحث من (٢٠) طالب قسموا عشوائيا الى مجموعتين التجريبيتين وتشمل كل مجموعة (١٠) طلاب المجموعة التجريبية تستخدم تمارين خاصة بالاسلوب المتسلسل وكذلك المجموعة التجريبية تستخدم تمارين خاصة بالاسلوب العشوائي.

### **Abstract**

One of the conditions for the success of learning the skillful performance in sports activities should be based on scientific foundations as well as the variety of methods of exercise and how to choose the appropriate ones that will help in the process of learning the performance of these skills as each method has its own characteristics and conditions that suit the learners and their abilities and individual differences among them

The special exercises that are performed in random and sequential modes ensure the learner skill performance in general, the effect of learning more in the movement of skill movements in the unit. This is called random learning as well as skill performance in a series of skill movements after creating a learning period for the first movement of skill and limited repetitions and learning This movement of the skill of throwing the weight will move the teacher to learn the other movements of skill and shows from this method that the learner will focus on the skill of all aspects and this is called sequential to the random exercise more effective than the

sequence when conducting Laboratory experiments which are under the control of high in .(terms of variables (1: 81

The importance of the research is an attempt to find out the effect of the method of sequencing and randomization using new special exercises that have not been used and applied in advance in learning the performance of the effectiveness of throwing the weight of the muscles of beginners

The problem of the search, although there are some advantages in the sequence of movement to perform the movement after the movement to the performance of the skill in full and in all aspects and high concentration that the research sample of beginners and young ages, which led to poor performance of students to the effectiveness of throwing the weight due to the difficulty of implementation as may sometimes The spirit of boredom in the hearts of students and this in itself is a problem facing students because they do not understand the lesson of the activities and .activities and skills well

The research objectives were as follows

1- To identify the effect of the use of exercises for the methods of serial and random to learn the performance of the effectiveness of throwing weight in athletics in the lesson of physical education for .beginners

2- to identify the best method in learning the performance of the effectiveness of throwing heavyweight athletics in the lesson of physical education - .for beginners

The research hypotheses were as follows

1- There are statistically significant differences between the tribal and remote tests and the two groups in both learning the performance of the throwing of heavy weight .athletes for beginners

2-There are differences of statistical significance in the tests of the dimension and for the benefit of the group, which uses exercises in a sequential method in learning the performance of the effectiveness of throwing the weight of athletics for .beginners

The researcher used the experimental approach to

design the two groups. The sample consisted of (20) students randomly divided into two experimental groups. Each group included (10) experimental group students .using series exercises

The conclusions were as follows  
1-There are statistically significant differences between the tribal and remote measurements and the experimental and control groups in the performance learning for the effectiveness of throwing the weight and in favor of the post-test which indicates the effect of using the exercises in the sequential method in learning the performance of the effectiveness of throwing the .weight

2-There are statistically significant differences between the experimental groups in the post-measurement in the performance learning of the effectiveness of throwing the weight under study and for the benefit of the experimental group that used the exercises in .the serial method

The recommendations were as follows

1- the need to use exercises for the methods of exercise and random sequence in the lesson

of physical education, in order to fit with the age of students in which the student needs a .climate of competition and fun 2- the need to focus fully on the use of the methods of serial and random exercise in learning the performance of the effectiveness of lock-lock

athletics not covered in the .study and both sexes 3- Conduct similar studies using the methods of serialization and random in the lesson of physical education and for both sexes in both functional and .psychological variables

ان فعالية رمي الثقل في الفعاليات العاب القوى المهمة وضروري والسعي لاختيار افضل الاساليب لتعلم فعاليتها، واتخاذ الاجراءات التربوية للعمل على زيادة الدافعية للمتعلم.

وفي ذلك يؤكد (Magill 1998) ان "تنوع اساليب التعلم يجعل المتعلم مندفعاً لممارسة التمرين وتعزيز الاداء الحركي للمهارة مما يؤدي الى زيادة فاعلية التعلم ومواجهة المواقف المستقبلية المختلفة اثناء ممارسة اللعبة" (٣: ٢٢٦).

مما تقدم نرى ان اهمية هذا البحث تكمن في تأكيدنا على احسن اختيار اساليب التعلم المناسبة لفعالية رمي الثقل، خصوصا تلك الاساليب التي تختلف في استراتيجياتها مثل الاسلوب المتسلسل والاسلوب العشوائي لنرى تلك الاستراتيجيتين على تعلم فعالية رمي الثقل.

## الباب الاول

### ١- التعريف بالبحث

#### ١-١ المقدمة واهمية البحث

يعد ان تنوع اساليب التعلم، حالة علمية صحيحة كونها تؤدي الى تلبية متطلبات البيئات التعليمية، فتطورت اساليب التعلم تطورا سريعا في ظل التقدم العلمي والنهضة التكنولوجية المعاصرة، فوجدت اساليب عديدة تتميز بالفاعلية وتسهم في تطوير الدرس والطالب على حد سواء.

على المدرس تقع مسؤولية انتقاء الاساليب المناسبة لقدرات ومدارك الطلبة وتحقيق تعلم وتطور للفعاليات المختلفة. ففي ظل ذلك لا يمكننا ان نجزم بأن هناك الاسلوب الافضل على الاطلاق، ولكن الاسلوب الناجح هو الاسلوب الملائم للبيئة التعليمية بكل معاييرها مثل سن وجنس المتعلمين والحالة الجوية والمستلزمات والمساحات ونوع اللعبة وطبيعة المهارة (٢: ٢٦٠).

## ٢-١ مشكلة البحث

ان الطريقة المتبعة في التعلم تعطي نسبة متفاوتة في النجاح فقد يحصل المتعلمين على درجات عالية في حين يحصل اخريين على درجات واطنة وذلك لكون اساليب التعلم المستخدمة في تعليم المبتدئين لا تؤكد على مبدأ الفروق الفردية بين المتعلمين الذي تكون فيه المناهج التدريبية موحدة لكل ويشكل يكاد ممتاثلا لذلك وجد الباحث هذا التفاوت في مستوى اكتساب المبتدئين لحركات رمي الثقل ضمن المراحل الفنية فضلا عن استغراقها وقتا كبيرا في عملية التعلم لذا ارتأى الباحث تأثير التمرينات بأسلوبي المتسلسل العشوائي في تعلم اداء رمي الثقل من بين الاساليب الكثيرة المستخدمة في التعلم من خلال برمجة وتنظيم زمن بتكرارات محدودة والتركيز على جميع الجوانب لاداء بشكل متسلسل او تضمن للمتعلم اداء المهارة بشكل عام في التعليم لاكثر من مهارة من الوحدة التعليمية في فعالية رمي الثقل.

## ٣-١ اهداف البحث

١- التعرف على اثر استخدام التمارين الخاصة بأسلوبي المتسلسل والعشوائي على تعلم اداء فعالية رمي الثقل بالعباب القوى للطلاب المبتدئين.

٢- التعرف على افضل اسلوب في تعلم اداء فعالية رمي الثقل بالعباب القوى للطلاب المبتدئين.

## ٤-١ فروض البحث

١- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين في تعلم اداء فعالية رمي الثقل بالعباب القوى للطلاب المبتدئين.

٢- هناك فروق ذات دلالة احصائية في الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التي تستخدم تمارين خاصة بالاسلوب المتسلسل في تعلم اداء فعالية رمي الثقل بالعباب القوى للطلاب المبتدئين.

## ٥-١ مجالات البحث

١-٥-١ المجال البشري: عينة من طلاب متوسطة الامام الجواد تربية الرصافة الثانية للعام الدراسي ٢٠١٦-٢٠١٧ البالغ عددهم (٢٠) بعمر (١٤) سنة.

١-٥-٢ المجال المكاني: ساحة متوسطة الامام الجواد الترابية.

١-٥-٣ المجال الزماني: المدة من ٢٠١٧/٢/١٥ ولغاية ٢٠١٧/٤/١٣.

## الباب الثاني

## ٢- الدراسات النظرية

## ٢-١ التمرين المتسلسل والعشوائي

يعد التمرين المتسلسل والعشوائي من الاساليب التعليمية المتبعة في تعلم المهارات الحركية الاساسية اذ نعتد على زمن الاداء

- وضع الثقل بيد واحدة اماما عاليا بزواية ٤٥ القدامان متباعداً (٤-٦) مرات.
- الرمي مع تصحيح الاخطاء.
- سباقات تحديد مستوى الطلاب ٢-٣ محاولات.

### الباب الثالث

#### ٣- منهج البحث واجراءاته الميدانية

##### ٣-١ منهج البحث

استخدم الباحث المنهج التجريبي للمجموعتين المتكافئتين لملائمته طبيعة المشكلة.

##### ٣-٢ عينة البحث

اشتملت عينة البحث على (٢٠) طالب من المبتدئين في متوسطة الامام الجواد تربية الرصافة الثانية بعمر (١٤) سنة تم تقسيمهم بالطريقة العشوائية الى مجموعتين تجريبيتين كل مجموعة الى (١٠) طلاب.

##### ٣-٢-١ تكافؤ العينة

ان من الامور المهمة التي يجب ان يعيها الباحث هو ارجاع الفروق الى العامل التجريبي وعلى هذا الاساس يجب ان تكون المجموعتين التجريبيتين متكافئتين تماما في جميع الظروف والمتغيرات ما عدا المتغير التجريبي لكل مجموعة وبين الجدول (١) عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين في الاختبارات لحركات مهارة رمي الثقل المستخدمة في البحث مما يدل على تكافؤ العينة في هذه الاختبارات.

والتكرارات أي في التكرارات الاولى في تعلم مهارة معينة فان المتعلم يستفيد من التمرين المتسلسل حتى يضع اللبانات الاولى للحركة المراد تنفيذها (Shea, 1990) حتى يصل الى وضع البرنامج الحركي الذي يحاول ان ينفذه بنجاح ولو لمرة واحدة. وحالما يصل المتعلم الى اداء التوافق الخام للحركة يستحسن تحويل التمرين الى التمرين العشوائي لذا فان التعلم بالاسلوب المتسلسل يكون ملائماً للمهارات التي تتطلب درجة عالية من الانتباه او درجة عالية من الانتباه لاعطاء نتائج عالية في الاداء فالاسلوب العشوائي يكون مؤثراً فاعلاً عند تعليم المهارات دون تجزئة المهارة الى حركات بل تعليم المهارة كاملة او اكثر من مهارة في الوحدة التعليمية وتعلم كيفية تحويل الانتباه والتركيز وتهيئة برامج حركية سريعة اثناء الاداء (١: ٨٢).

#### ٢-٢ مراحل الاداء الفني لفعالية رمي الثقل (٤: ٧٢)

##### الخطوات الفنية لرمي الثقل

- ١- مسك الثقل ٢- وقفة الاستعداد ٣-
- بداية الزحف ٤- الزحف ٥- الوصول لوضع الرمي
- ٦- حركة الرمي ٧- التخلص والاحتفاظ بالتوازن

### الجدول (١)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة T الجدولية لمجموعتي البحث في المتغيرات الخاصة بموضوع البحث لتكافؤ مجموعتي البحث

تكافؤ مجموعتي البحث					اسم الاختبار		
النتيجة	قيمة T الجدولية	قيمة T المحسوبة	القيم الاحصائية		المجاميع	وحدة القياس	الاختبار
			ع±	س			
غير معنوي	٢٠,٩٣	٠,٧٨١	٠,٩٤٢	١	الاسلوب المتسلسل	درجة	تقييم الاداء الفني لرمي النقل
			٠,٧٨٨	١,٠٠٨	الاسلوب العشوائي		

تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) بدرجة حرية (١٨)

- |   |   |
|---|---|
| ٣-٣ الوسائل والاجهزة والادوات   | - طباشير .  |
| المستخدمة في البحث  | - اداة رمي النقل بوزن ٢ كغم - ٤ كغم عدد ٥ .   |
| ١-٣-٣ وسائل جمع المعلومات   | - حبل طول ٤ متر مع عوارض لتحديد الزاوية ٤٥° .   |
| - المصادر والمراجع العربية والاجنبية.                                     | - شريط قياس .   |
| - المقابلات الشخصية.  | - صافرة نوع (fox) .   |
| - الاختبارات والقياسات.   | - حاسبة لاب توب تو (HP Pavilion dv6) + آلة تصوير فيديو نوع (Sony) يابانية الصنع.                                      |
| - فريق العمل المساعد(*) .   | ٣-٤ تحديد الحركات لمهارة في النقل واختباراتها من الثبات او الحركة   |
| - استمارة استبيان .   | تم تحديد الحركات حسب المراحل الفنية لرمي النقل واعتماد الخبراء(*) برمي من الثبات كون العينة مبتدئة من الطلاب كما موضح |
| ٢-٣-٣ الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث                                 | - ساعة توقيت نوع (Casio) عدد (١) لحساب وقت اداء المهارة الوحدة التعليمية.   |
| - ساعة توقيت نوع (Casio) عدد (١) لحساب وقت اداء المهارة الوحدة التعليمية. | - كرات طبية بوزن (٤) كغم عدد ٢ .  |
| - كرات طبية بوزن (٤) كغم عدد ٢ .  | - شواخص عدد ٦ .   |



## الجدول (٢)

### الحركات حسب الخطوات الفنية لرمي النقل المستخدمة البحث وحدة القياس

الدرجة	الاختبار المختار (امتياز الاداء الفني للرمي)	الحركات	ت
١٠ درجات	اداء المسكة للنقل	- مسك النقل	
١٠ درجات	اداء الوقفة في الرمي	- وقفة الاستعداد	
١٠ درجات	اداء الزحف	- بداية الزحف	
١٠ درجات		- الزحف	
١٠ درجات	اداء الرمي	- الوصول لوضع الرمي	
		- حركة الرمي	
١٠ درجات	الثبات بعد الرمي	- التخلص الاحتفاظ	
		- التوازن	

تقسيم كل حركة من (١٠) درجات لكل مقيم وتجمع الدرجات وتقسّم على (٣) ونحصل على الوسط الحسابي لكل حركة من حركات خطوات الرمي من داخل دائرة الرمي.

**اختبار تقييم الاداء الفني لفعالية رمي النقل**  
الغرض من الاختبار: تقييم الاداء الفني لحركات الخطوات الفنية لمراحل رمي النقل الاكثر مساهمة للعبة.

الادوات اللازمة: دائرة رمي قانونية ذات ارضية اسمنتية.

في نهاية الحافة الامامية للرمي دعامة لايقاف قدم الرامي من الداخل حتى لا تتسبب حدوث الخط او وجود خط ابيض من مادة الجبس، علم ابيض + احمر، حكام تقييم الاداء وكاميرا فديوية لتصوير الاداء، ساعة توقيت.

### ٣-٥-١ التجربة الاستطلاعية

تم اجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ ٢٠١٧/٢/١٥ في ساحة متوسطة الامام الجواد الترابية وذلك لمعرفة امكانية اجراء التجربة على عينة من مجتمع الاصل البالغة (٣) طلاب خارج عينة البحث في اختبار تقييم الاداء الفني لفعالية رمي النقل.

### ٣-٥-٢ الاختبار القبلي لاداء حركات

#### الخطوات الفنية لرمي النقل

ان عملية تعليم وتعلم فعالية رمي النقل تتطلب اختبار الخطوات الفنية لاداء حركات رمي النقل الاكثر مساهمة للعبة، وقد تم تقديم استمارة استبيان للخبراء وقد تم التأكيد على الخطوات والرمي من الثبات (مسك النقل، وقفة الاستعداد، بداية الزحف، الزحف، الوصول الى وضع الرمي، حركة الرمي، التخلص والاحتفاظ والتوازن) مع

(١٦) وحدة واستغرق زمن الوحدة التعليمية (٤٥) دقيقة اذ ركز الباحث على القسم الرئيسي للجزئين التعليمي والتطبيقي بزمن (٣٠) دقيقة اما التحضيري (١٠) دقيقة والختامي (٥) دقيقة.

٣-٥-٥ الاختبار البعدي لاداء حركات الخطوات الفنية لرمي الثقل

تم اجراء الاختبار البعدي يوم الخميس الساعة العاشرة صباحا ٢٠١٧/٤/١٣ وقد اتبع الباحث اجراء الاختبار القبلي نفسه.

٣-٦ الوسائل الاحصائية

استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية (SPSS) لتحليل البيانات واستخراج النتائج.

#### الباب الرابع

٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

٤-١-١ عرض النتائج لاختبار تقييم الاداء الفني لفعالية رمي الثقل القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الاولى بالاسلوب المتسلسل وتحليلها ومناقشتها

وصف الاداء: وضع المختبر خلف دعامة ايفاف القدم أي في دائرة الرمي مطبقا جميع المراحل الفنية لرمي الثقل بدأ بالمسك للاداء الى عملية التخلص من الثقل والاحتفاظ في التوازن والرمي باتجاه الامام داخل مجال الرمي وتعطى للرامي من (٢-٣) محاولة.

التسجيل: يتم تقييم حركات اجزاء الجسم حسب الخطوات الفنية لمراحل الرمي من قبل الخبراء لكل حركة تنقل بشكل قانوني تعطى الدرجة من (١٠) لكل مقسم على افراد لثلاث مقيمين ثم تجمع الدرجة النهائية من قبل الخبراء ويأخذ الوسط الحسابي للدرجة لكل حركة من حركات اجزاء الجسم.

٣-٥-٣ التجربة الرئيسية

تم العمل بالمنهج التعليمي على عينة البحث يوم الاحد بتاريخ ٢٠١٧/٢/١٩ ولغاية يوم الثلاثاء ٢٠١٧/٤/٢٠ الى المدة (٨) اسابيع بواقع وحدتين تعليمية في الاسبوع الواحد (الاحد، الثلاثاء) ضمن الجدول المدرسي لدرس التربية الرياضية للصف الثاني المتوسط وبلغت عدد الوحدات التعليمية

### الجدول (٣)

يبين نتائج الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية لعينة البحث في الاختبار القبلي والبعدي لقيم الاداء الفني لرمي النقل بالاسلوب المتسلسل

الاسلوب	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		الفرق بين الاختبارين		قيمة T المحسوبة	قيمة T الجدولية	الدلالة الاحصائية
		ع	س	ع	س	س ف	± ع ف			
تقييم الاداء الفني لرمي النقل	درجة	١	٠,٩٤٢	٤٠	٠,٥٩٨	٣,١	١,١٠٠	٣,١٦٢	٢,٢٦٢	معنوية

عند مستوى دلالة ٠,٠٥ ودرجة حرية ٩

المجموعة الاولى التي استخدمت الاسلوب المتسلسل في التعلم ومن البديهي ان تظهر حالة التباين في التأثير حسب المراحل والخطوات الفنية لرمي النقل وبالحصيلة الخروج بالنتيجة النهائية للاداء المهارة كاملة بعد التسلسل الحركي لخطوات الاداء وهذا جاء نتيجة استخدام الاسلوب المتسلسل الذي خدم هذه الفئة العمرية كونها فئة الطفولة المتأخرة والدخول في فئة المراهقة أي التسلسل بالمهارة حسب الحركات بعد اكتساب التعلم ينتقل المتعلم الى الخطوة الثانية من حركات الاداء الفني فان التمرين المتسلسل هو ملائم كونه يؤكد على الاداء وبدون تغيير ظروف المهارة او تغيير من مهارة الى اخرى وهذا يعني الثبات في المحيط ولا تتطلب تغيير في التركيز والانتباه لذا ان هذا التمرين يكون ملائما للمهارات

ظهرت النتائج عن وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي لتقييم الاداء الفني لفعالية رمي النقل ولكن بشكل متباين فيما بينها

فكانت نتيجة نتائج (T) المحسوبة (٣,١٦٢) وهي اكبر من قيمة (T) الجدولية (٢,٢٦٢) تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٩) وهنا يعني ان هناك تأثيرا واضحا في اكتساب التعلم مما يطابق الهدف والغرض الاولى.

٤-١-٢ مناقشة نتائج اختبار تقييم الاداء الفني القبلي والبعدي لفعالية رمي النقل للمجموعة التجريبية الاولى والاسلوب المتسلسل

من خلال النتائج المتعلقة في الجدول (٣) لمتغير البحث (تقييم الاداء الفني لرمي النقل) والذي يبين ان هناك تحسن افراد

اتخاذ القرارات المتعلقة بالتغذية الراجعة اثناء وبعد المواقف التعليمية مما سيشكل دافعا نفسيا للتعلم".

٤-٢ عرض نتائج اختبار تقييم الاداء الفني لفعالية رمي الثقل القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية الثانية بالاسلوب العشوائي وتحليلها ومناقشته

التي تتطلب درجة عالية من الانتباه لاعطاء نتائج عالية في الاداء (١: ٨٢).

وهناك كان للطالب الدور في تصحيح الاخطاء ضمن الحركة المؤداة نتيجة للتمرينات التعليمية بأسلوب متسلسل مما اثارت دوافع المتعلمين وزيادة اثارتهم في تحسن الاداء ويؤكد (محسن محمد) (٤: ٩٦-٩٧) "ان الطالب يعتمد على نفسه في

#### الجدول (٤)

يبين نتائج الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة T المحسوبة والجدولية لعينة لبحث في الاختبار القبلي والبعدى لتقييم الاداء الفني لرمي الثقل بالاسلوب العشوائي

الاختبار	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدى		الفرق بين الاختبارين		قيمة T المحسوبة	قيمة T الجدولية	الدلالة الاحصائية
		س	ع	س	ع	س ف	ع ف			
تقييم الاداء الفني لفعالية رمي الثقل	درجة	١٠	٠٠,٧٨	٢٤	٠,٨٢	١	٠,٨١	٣,٨٧٢	٢,٢٦٢	معنوية
		٠	٨	٨	٥		٦			

عند مستوى دلالة ٠,٠٥ ودرجة حرية ٩

اكتساب التعلم مما يطابق الغرض الثاني مع وجود فروق وصالح المجموعة الاولى التي استخدمت الاسلوب المتسلسل.

٤-٢-١ مناقشة نتائج اختبار تقييم الاداء الفني لفعالية رمي الثقل القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية الثانية بالاسلوب العشوائي

ظهرت النتائج عن وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدى لتقييم الاداء الفني لفعالية رمي الثقل وكانت نتيجة (T) المحسوبة البالغة (٣,٨٧٢) هي اكثر من قيمة (T) الجدولية البالغة (٢,٢٦٢) وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٩) وهذا يعني ان هناك تأثير واضح في

يكتسبون مرونة في التفكير في اتخاذ الاستجابات المفاجئة التي تحدث حقيقة في ظروف اللعب (١: ٨٢).

أي بعد اتقان المهارة ان الطالب يعتمد على نفسه في اتخاذ القرارات المتعلقة بالتغذية الراجعة اثناء المواقف التعليمية (٥: ٩٦).

٣-٤ عرض نتائج الاختبارات البعدية لتقييم الاداء الفني لفعالية رمي الثقل لمجموعتي البحث التجريبتين بأسلوبي (المتسلسل العشوائي) ومناقشتها

١-٣-٤ عرض نتائج الاختبارات البعدية لتقييم الاداء الفني لفعالية رمي الثقل لمجموعتي البحث التجريبتين بأسلوبي المتسلسل والعشوائي

من خلال النتائج في الجدول رقم (٤) لمتغير البحث (تقييم الاداء الفني لفعالية رمي الثقل) والذي يبين ان هناك تحسن افراد المجموعة التجريبية الثانية التي استخدمت الاسلوب العشوائي في التعلم أي ان التمرين العشوائي في مراحلها الاولى لتعلم المهارة يجعل من الفرد ان يولد حركة وبرنامج حركي جديد في كل مرة يتحول من اداء مهارة جديدة الى مهارة جديدة اخرى، ان هذا التحول المتناوب في التركيز يؤدي الى تهيئة برامج حركية مناسبة لكل مهارة وان هذه الطريقة تتحدى قدرات المتعلم وتشحن اندفاعه الى اكتشاف وتكيف جديد وسريع الى التغير المفاجئ في متطلبات الاداء وعلى هذا الاساس يكون ادائهم في المحاولات الاولى ضعيفا ولكنهم

### الجدول (٥)

الايوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة والجدولية للاختبار البعدي لاختبار تقييم الاداء للمجموعتين التي استخدمت الاسلوب المتسلسل العشوائي

الاختبار	وحدة القياس	الاختبارات البعدية				قيمة T المحسوبة	قيمة T الجدولية	الدلالة الاحصائية
		ع±	س	ع±	س			
تقييم الاداء الفني لفعالية رمي الثقل	درجة	٤٠١	٢٠٨	٠٠٥٩٨	٢٠٨	٤٠١٣	٢٠٠٩٣	معنوية

عند مستوى دلالة ٠٠٥ ودرجة حرية ١٨

والعشوائي وكانت قيمة (T) المحسوبة (٤٠١٣) اكبر من قيمة (T) الجدولية (٢٠٠٩٣) وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥)

يتبين من الجدول (٥) ظهرت النتائج وجود فروق معنوية بين الاختبارات البعدية للمجموعتين ذات الاسلوب المتسلسل

التجريبية الاولى (المتسلسل) المجموعة الثانية (العشوائي) في تعلم الاداء الفني لفعالية رمي النقل ولصالح الاختبارات البعيدة مما يدل على التأثير الايجابي لاستخدام التمارين التعليمية الخاصة بأسلوبي المتسلسل والعشوائي.

٢- هناك فروق ذات دلالة احصائية في الاختبارات البعيدة ولصالح المجموعة التي استخدمت التمارين التعليمية الخاصة بالاسلوب المتسلسل في تعلم الاداء الفني لفعالية رمي النقل للمبتدئين.

#### ٥-٢ التوصيات

١- استخدام التمرينات الخاصة بأسلوبي المتسلسل والعشوائي عند تعليم المهارة التي يكون بدايتها صعبة التعلم للمبتدئين لطلاب المراحل المتوسطة وبقية المراحل.

٢- اجراء دراسات مشابهة على طلاب اكبر سنا ومن العاب رياضية اخرى.

٣- ضرورة ادخال المدرسين في دورات صقل معلوماتية بخصوص تعليم وتعلم الاساليب الحديثة في تعلم الفعاليات ضمن المنهاج المدرسي بعيدا عن ترك درس التربية الرياضية درس تقليدي غير فعال.

ودرجة حرية (١٨) مما يدل على ظهور تحسن لدى افراد المجموعتين ولكن المجموعة الاولى التي استخدمت الاسلوب المتسلسل في بداية التعلم كانت افضل كون اعطاء تسلسل في تعلم المهارة حسب كل حركة ثم تعلمها ثم الانتقال الى الحركة الثانية مما اخذ الطالب الفكرة الكافية وبتكرارات كافية وزمن اداء كافي وبنهاية فترة التعلم ظهر اكتساب وتحسن في التعلم للمهارة (٦: ٤٧) للمجموعة الثانية لاتي استخدمت الاسلوب العشوائي وحدث اتقان ويعزو الباحث هذه النتيجة في الاكتساب للتعلم وتحسنه الى الدور الذي ادته التمرينات التعليمية التي طبقت على المجموعتين بالاسلوبين المتسلسل والعشوائي مما اثار دوافع المتعلمين وزيادة استثارتهم وساعد في تحسين الاداء فضلا عن حدوث الخطأ الفني لدى الطالب كذلك كان اكثر استيعابا اخذ يصحح الاخطاء بنفسه مع الاخذ بتغذية المدرس لتعليم الفعالية.

#### ٥- الاستنتاجات والتوصيات

#### ٥-١ الاستنتاجات

١- ظهور فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبلية والبعيدة للمجموعتين

## الملاحق ملحق رقم (١) نموذج لوحة تعليمية للمجموعة التجريبية

المجموعة الاولى عدد المجموعة: ١٠ لاعب

نوع الاسلوب المستخدم: المتسلسل زمن الوحدة التعليمية: ٤٥ دقيقة

ت	اقسام الوحدة التعليمية	الزمن	تفاصيل مفردات الوحدة التعليمية	التنظيم	الملاحظات
١	القسم التحضيري	د ١٠ د ٢ د ٨	حضور الطلاب في <del>ملاحظة</del> اللعب تمارين احماء عامة + خاصة بخصوص الفعالية التي تعلم خلال الوحدة التعليمية باستخدام النقل	×××××××× △ × × × × △ × × × × × × × △	الطالب المدرس احضار جميع المستلزمات الخاصة بالادوات التعليمية
٢	القسم الرئيسي الجزء التعليمي	د ٣٠ د ١٠	تعلم الطلاب دفع النقل باليدين للأمام والخلف فوق الرأس لتحسين عملية مد الرجلين اثناء الدفع وتم التعليم من خلال الارتكاز على الرجل اليمنى مثنية واليسرى ملامسة بالركبة على الارض ثم يتم مد الرجلين بحركة مفاجئة ودفع الثقل بقوة ويكرر التمرين عدة مرات ويكون الرمي من الثبات ثم من الحركة مع التأكيد الحوض والصدر.	× × × × × × △ × × × × × × × × × ×	الضبط والنظام التغذية الراجعة من قبل المدرب
	الجزء التطبيقي	د ٢٠	يقوم الطلاب بتطبيق الحركة بعد التكرارات ويزمن محدد مع معالجة الاخطاء من قبل المدرّب وكذلك من الطالب نفسه	× × × × × △	الانصراف
٣	القسم الختامي	د ٥	تهنئة للجسم واسترخاء عضلاته مع اعطاء التغذية الراجعة للاعبين بعد الاداء.		

## الهوامش:

### المصادر العربية والاجنبية

١. يعرب خيون؛ التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق: (بغداد، مكتب الصخرة للطباعة، ٢٠٠٢).
2. Schmidt, A. Richard: Motor Learning and Performance. Human Kinetics book. I lions, 1991.
3. Magill, Richard. A. Motor Learning Concepts and Applications. Boston Mc. Graw Hill, 1998.
٤. عبد الرزاق كاظم الزبيدي واخرون؛ دليل المعلم، ط١: (بغداد، المديرية العامة للمناهج، ٢٠٠٠).
٥. محسن محمد حمص، المرشد في تدريس التربية الرياضية: (الاسكندرية، منشأة المعارف بالاسكندرية، ١٩٩٧).
٦. جودت احمد سعادة؛ التعلم التعاوني: (عمان، دار وائل للنشر، ٢٠٠٨).

- (\*) فريق العمل المساعد: ١- كريم محمد مدرس مادة التربية الرياضية / متوسطة الامام الجواد.
- ٢- سالم عالي محمد / مدرب العاب القوى للجنة البارالمبية.
- ٣- ابراهيم عزيز / خريج تربية رياضية / غير متعين / محاضر مدرسة جواد سليم.
- (\*) الخبراء أ. د صريح عبد الكريم الفضلي - بايوميكانيك ساحة وميدان كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة بغداد/ جادرية.
- أ. د عبد العزيز نايف - بايوميكانيك ساحة وميدان كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة بغداد/ جادرية.
- أ. م. د أسيل جليل كاطع - ساحة وميدان كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات/ جامعة بغداد/ الوزيرية.