

أثر تطبيق أسلوب الموزع والمكثف بمصاحبة التغذية الراجعة الآنية

في تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة السلة

بحث تقدم به

أ.د. وعد عبد الرحيم فرحان
studyandlife@yahoo.com

م.م. وسام حميد أحمد
wissamhamed45@gmail.com

م.م. بشار حسين محمد
Basharsport84@gmail.com

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الأنبار

المديرية العامة لتربية الأنبار

المديرية العامة لتربية بغداد الكرخ الأولى

الكلمات المفتاحية: أسلوب الموزع والمكثف ، التغذية الراجعة الآنية ، المهارات الأساسية في كرة السلة.

مستخلص البحث

هدف البحث الى معرفة أثر التدريب المكثف المصاحب للتغذية الراجعة الآنية في تعلم بعض المهارات بكرة السلة، معرفة أثر التدريب الموزع المصاحب للتغذية الراجعة الآنية في تعلم بعض المهارات بكرة السلة، و استخدام الباحثون المنهج التجريبي لملائمته طبيعة المشكلة المختاره ، و تم اختيار عينة البحث من طلبة الصف الخامس الاعدادي في اعدادية القدس للبنين والبالغ عددهم (40) طالباً، وقد تم استبعاد (10) طلاب وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية ومن ثم قسمت الى مجموعتين تجريبيتين مجموع كل مجموعة من (15) طالب ، تكونت المجموعة التجريبية الاولى: تأخذ التدريب المكثف، والمجموعة التجريبية الثانية: تأخذ التدريب الموزع + تغذية راجعه آنية (مستمرة) ، واستنتج الباحثون ان التدريبين (المكثف والموزع) بمصاحبة التغذية الراجعة الآنية لهما أثر في تعلم مهارتي الطبطبة المنخفضة والمناولة الصدرية بكرة السلة ،وان التريب الموزع المصاحب للتغذية الراجعة الآنية هو الافضل في تعلم مهارتي الطبطبة المنخفضة والمناولة الصدرية بكرة السلة، وأوصو بضرورة شيوع استخدام اسلوب التدريب الموزع بمصاحبة التغذية الراجعة الآنية مع مهارات اخرى في لعبة كرة السلة، واستخدم اساليب التعلم (جدولة التمرين) المختلفة في تعلم مهارات أخرى بكرة السلة، والعبا رياضية اخرى.

The effect of applying the distributed and intensive methods, accompanied by real-time feedback

In learning some basic skills in basketball

Search submitted

M. M. Bashir Hussein Muhammad M. Wissam Hamid Ahmed Prof.Dr. Waad Abdul Rahim

Abstract

The aim of the research is to know the effect of intensive training associated with real-time feedback on learning some skills in basketball, to know the effect of distributed training associated with real-time feedback on learning some skills in basketball, and to the researchers' use of the experimental approach to suit the nature of the chosen problem, and a sample was chosen The research sample was chosen from the fifth year middle school students in Al-Quds Prep for Boys, the number of which is (40) students, and (10) students were excluded, and the sample was chosen by the deliberate method, and then it was divided into two experimental groups, each group of (15) students was formed. First pilot: take intense training, And the second experimental group: takes distributed training + real-time feedback (continuous), and the researchers concluded that the two training (intensive and distributed) combined with real-time feedback had an effect on learning the two skills of low puckering and chest handling with basketball, and that the distributed training accompanying the instantaneous feedback is the best in learning My low-key skills and bra handling with basketball, And recommended the necessity of widespread use of the distributed training method accompanied by real-time feedback with other skills in the basketball game, and the use of different learning methods (scheduling exercise) in learning other skills in basketball, and other sports games.

Keywords: distributed and intense style, real-time feedback, basic skills in basketball.

الفصل الاول

1- التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

لقد شهدت عمليات التعليم والتعلم تطوراً شاملاً في طرائق التدريس عامة وطرائق تدريس التربية الرياضية خاصة وكذلك في ميدان أساليب التعلم والتي هي جزء لا يتجزأ من النظام التعليمي بشكل شامل وما يصاحبه من تطبيقات وأساليب مختلفة تؤثر بشكل ملموس في تطوير مختلف مجالات الحياة الانسانية وفي السنوات الاخيرة شهد العالم تقدماً ملحوظاً في تطوير المعرفة والعلوم المرتبطة بالانسان، لذا تشير الاتجاهات التربوية الحديثة في اعداد المعلمين الى اهمية استخدام طرائق واساليب تعليمية تعلمية تقوم على توفير مجموعة من الدروس المختلفة حيث أن هناك عوامل كثيرة تؤثر في العملية التعليمية التعلمية مثل: خصائص المتعلم وخبراته والاسلوب المتبع، وان توجيه العملية التعليمية التعلمية يؤكد على اهمية ذاتية المتعلم في الحصول على الخبرة التي يهبؤها له الموقف التعليمي والذي ينقل محور الاهتمام من المعلم الى المتعلم ليوقف الأخير موقفاً ايجابياً نشطاً في سبيل تحقيق الاهداف التعليمية، ومن هنا تكمن أهمية البحث من خلال دراسة تأثير استخدام التدريب المكثف والموزع بمصاحبة التغذية الراجعة الآتية في تعليم بعض المهارات الاساسية بكرة السلة.

1-2 مشكلة البحث:

مع تعدد اساليب التعلم وطرائق التدريس الحديثة والتي تساعد في تحقيق الاهداف التربوية في تنمية شخصية الطالب من جميع النواحي وكما يلاحظ من خلال العدد الكبير من البحوث التطبيقية التي تناولت الاساليب الحديثة في التدريس والتعلم، ولا بد ان نذكر ان هناك بعض الاساليب والطرائق الحديثة قد استخدمت في مجالات متنوعة للتربية الرياضية والتي تؤكد الدور الهام لهذه الطرائق والاساليب في عملية التعلم ومن ضمنها التدريب المكثف والموزع حيث ان هذان الاسلوبان لم يلقيا اهتماماً ملحوظاً من جانب القائمين على تدريس لعبة كرة السلة لذا ارتأى الباحثون القيام بدراسة تجريبية محاوله منه باستخدام اسلوب حديث من اساليب التعلم ومعرفة تأثيره اثناء تعليم بعض المهارات الاساسية لكرة السلة. وهو بحث يدعو الى اجراء دراسات حديثة تتناول تداخل او الربط ما بين اسلوبين مختلفين أو اكثر من أساليب التعلم الحركي وتوظيفها خلال درس التربية الرياضية في المدارس بغية تحديد افضل هذه الوسائل المؤدية الى تحسين التعلم واداء المهارات.

1-3 هدفا البحث:

- 1- معرفة أثر التدريب المكثف المصاحب للتغذية الراجعة الآتية في تعلم بعض المهارات بكرة السلة.
- 2- معرفة أثر التدريب الموزع المصاحب للتغذية الراجعة الآتية في تعلم بعض المهارات بكرة السلة.

1-4 فرضيتا البحث:

- 1- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعتين التجريبيتين ولصالح الاختبارات البعدية .
- 2- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبيتين الاولى والثانية.

5-1 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: طلاب الصف الخامس الاعدادي في اعدادية القدس للبنين باعمار (17-18) سنة، للعام الدراسي 2018-2019.

2-5-1 المجال الزمني: للمدة من 2018/9/20 الى 2018/12/24.

3-5-1 المجال المكاني: ملعب كرة السلة.

6-1 تحديد المصطلحات:

1-6-1 **التدريب المكثف:** هو فتح فترات راحة طويلة قد تبلغ او تتجاوز العمل او التدريب الفعلي. ان الاداء والراحة خلال الجزء التطبيقي من خطة درس التربية الرياضية لا بد ان تكون اولى اهتمامات المدرس ولا بد ان تكون من خلال الوحدات التعليمية الاسبوعية او الشهرية وقد حدد ذلك بنوعين بالنسبة الى مقدار التمرين والراحة التي تتخلله، و التمرين المكثف هو الذي يكون فيه زمن الراحة قليلاً نسبياً بين محاولات التمرين، فمثلاً اذا كان وقت الممارسة للتمرين (30 ثانية) فمن المفروض اعطاء وقت للراحة مقداره (5 ثانية) او ربما يمكن القول بدون وقت للراحة ولهذا يطلق عليها احياناً الاستمرارية في التمرين.

2-6-1 **التدريب الموزع:** وهو الذي يعطي نسبة راحة اكبر بين محاولات التمرين ربما تصل احياناً الى نفس مقدار وقت ممارسة التمرين او اكثر، فمثلاً اذا كان وقت الممارسة للتمرين (30 ثانية) يعطى وقت للراحة (30 ثانية) أو ربما اكثر قليلاً.

الفصل الثاني

2- منهجية البحث والاجراءات الميدانية:

1-2 **منهج البحث:** استخدام الباحثون المنهج التجريبي لملائمته طبيعة المشكلة المختاره وهو (محاولة السيطرة على كافة العوامل الاساسية ماعدا متغير واحد او الذي يتم التلاعب به بطريقة معينة حيث يكون من الممكن تثبيت وقياس هذا التلاعب)

2-2 عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث من طلبة الصف الخامس الاعدادي في اعدادية القدس للبنين والبالغ عددهم (40) طالباً، وقد تم استبعاد (10) طلاب وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية ومن ثم قسمت الى مجموعتين تجريبيتين مجموع كل مجموعة من (15) طالب، المجموعة التجريبية الاولى: تأخذ التدريب المكثف، والمجموعة التجريبية الثانية تأخذ التدريب الموزع + تغذية راجعة آنية (مستمرة).

3-2 تجانس العينة:

تم اخذ المتغيرات (الطول – العمر – الوزن) من اجل تجانس العينة وقد كانت قيمة معامل الالتواء اقل (+) - (3) مما يدل على تجانس العينة كما مبين في الجدول (1).

جدول (1)

يبين تجانس العينة

تغيرات	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	عامل الالتواء
لطول	20,75	21	0,70	-1,071
لعمر	18,13	18	4,20	0,807
لوزن	66,54	65	5,59	0,826

4-2 تكافؤ العينة:

بعد ان قام الباحثون بأجراء التجانس لعينة البحث شرعا بالقيام بأجراء التكافؤ بين المجموعتين ومن الجانب المهاري للمهارات (الطبطة المنخفضة والمناولة الصدرية) والجدول (2) يمثل التكافؤ بين المجموعتين.

جدول (2)

يبين تكافؤ العينة

المتغيرات	موجة التدريب المكثف		موجة التدريب الموزع+تغذية ايجابية (مستمرة)		المحسوبة	الاحصائية
	س	ع	س	ع		
لبطبة المنخفضة	3,2	0,53	3,37	0,51	0,48	غير دال
مناولة الصدرية	3,25	0,46	3,00	0,75	0,79	غير دال

5-2 الادوات والاجهزة المستخدمة بالبحث:

- المصادر والمراجع.
- ميزان طبي.
- اختبارات وقياس.
- ساعة توقيت الكترونية.
- شريط قياس.
- كرات سلة.
- صافرة.
- طباشير.
- قمصان كرة سلة.
- مساطب.
- كاميرا تصوير ديجتال نوع SONY يابانية الصنع.
- جهاز VCD كوري الصنع.

6-2 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحثون باجراء التجربة الاستطلاعية على عينة مكونة من (10) طلاب وهم خارج عينة البحث

واستفاد الباحث من :

- التعرف على المشكلات والمعوقات التي قد تواجه الباحثون.
- التعرف على الوقت اللازم لكل اختبار.

• التعرف على الامكانيات والاجهزة المتوفرة.

2-7 الاختبارات المستخدمة في البحث:

أ. اختبار المناولة الصدرية (مناولة الكرة واستلامها نحو حائط من مسافة 2,70 م⁽ⁱ⁾)
الغرض من الاختبار : قياس سرعة مناولة الكرة (الصدرية المباشرة) واستلامها.
الادوات اللازمة: حائط املس، وارض مسطحة، شريط قياس، كرات سلة قانونية، ساعة توقيت الكترونية، طباشير، صافرة الاعطاء. اشارة البدء والنهاية.
الاجراءات:

- رسم خط على الحائط الاملس وعلى بعد (90)سم من سطح الارض.

- رسم خط البدء بصورة موازية للحائط على الارض وعلى بعد (2,70)م منه .

ب- اختبار الطبطبة الواطئة

(اختبار الطبطبة الواطئة لمسافة 20 م بالذراع المسيطرة)(سامي:101 : 2000)

الغرض من الاختبار: قياس سرعة الطبطبة الواطئة .

الادوات اللازمة: ملعب كرة سلة، ساعة توقيت الكترونية، كرة سلة، شريط قياس، صافرة لاعطاء اشارة البدء.

عدد المحاولات: يمنح كل لاعب محاولة واحدة فقط.

حساب النقاط: درجة اللاعب هي الزمن الذي يستغرقه في اداء الاختبار منذ لحظة اعطائه اشارة البدء حتى قطعه لمسافة الاختبار الكاملة.

2-8 اجراءات البحث الميدانية:

2-8-1 الاختبارات القبليّة:

لقد تم اجراء الاختبارات القبليّة في ساحة المدرسة لاعدادية القدس للبنين بتاريخ

2018/10/4 .

2-8-2 المنهاج التعليمي:

لقد تم استخدام التدريب المكثف والموزع في تطبيق مفردات المنهج المتبع في خطة درس

التربية الرياضية الخاصة بلعبة كرة السلة وتضمن (8) اسابيع بواقع (4) وحدات تعليمية لكل مهارة .

اذ قامت المجموعة التجريبية الاولى بالاعتماد على التدريب المكثف في تطبيقها لمفردات المنهج

أما المجموعة التدريبية الثانية فقد اعتمدت على التدريب الموزع في تطبيقها لمفردات المنهج.

2-8-3 الاختبارات البعدية:

تم اجراء الاختبارات البعدية في 2018/10/5 على المجموعتين التجريبيتين مجموعة

التدريب المكثف ومجموعة التدريب الموزع في الساحة الرياضية لاعدادية القدس للبنين وعلى مهارتي

(الطبطبة المنخفضة / المناولة الصدرية).

2-9 الوسائل الاحصائية:

الوسط الحسابي.

الوسيط.

الانحراف لمعياري.

معامل الالتواء.

قانون (T).

الفصل الثالث

416

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

1-3 عرض وتحليل النتائج لمهاتري الطبطبة المنخفضة والمناولة الصدرية في الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعتين:

جدول (3)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة وقيمة (T) الجدولية وللمجموعتين التجريبتين في الاختبار القبلي والبعدي لمهارة الطبطبة المنخفضة

مستوى الدلالة	قيمة (T)		الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المعالجة الاحصائية المجاميع
	الجدولية	المحسوبة	ع-+	س	ع-+	س		
معنوي	2,14	9,88	0,97	4,3	0,96	1,06	درجة	مجموعة التدريب المكثف
معنوي		15,4	1,55	7,4	0,46	0,8	درجة	مجموعة التدريب الموزع

يبين الجدول (3) نتائج اختبار مهارة الطبطبة المنخفضة وللمجموعتين التجريبتين قد أظهرت النتائج في الاختبار القبلي وللمجموعة الاولى (الطريقة الاولى) بأن الوسط الحسابي بلغ 1,06 وبانحراف معياري بلغ 0,96 أما في الاختبار البعدي فبلغ الوسط الحسابي (4,3) وبانحراف معياري (0,97) وكذلك ظهرت قيمة (T) المحسوبة (9,88) وهي اكبر من قيمة (T) الجدولية والبالغة (2,14) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (14) وهذا يدل على وجود فرق معنوي ولصالح الاختبار البعدي . وكذلك يبين الجدول نتائج المجموعة الثانية التدريب الموزع بنفس الاختبار بأن الوسط الحسابي في الاختبار القبلي بلغ (0,8) وبانحراف معياري (0,46) أما في الاختبار البعدي فبلغ الوسط الحسابي (7,4) وبانحراف معياري بلغ (1,55) ظهرت قيمة (T) المحسوبة (15,4) وهي اكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (2,14) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (14) وهذا يدل على وجود فرق معنوي ولصالح الاختبار البعدي.

جدول (4)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) الجدولية للمجموعتين التجريبتين في الاختبار القبلي والبعدي لمهارة المناولة الصدرية

مستوى الدلالة	قيمة (T)		الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المعالجة الاحصائية المجاميع
	الجدولية	المحسوبة	ع-+	س	ع-+	س		
معنوي	2,14	7,44	0,77	3,8	0,86	1,2	درجة	مجموعة التدريب المكثف
معنوي		15,09	1,54	7,4	0,91	1,5	درجة	مجموعة التدريب الموزع



يبين الجدول (4) نتائج اختبار مهارة المناولة الصدرية وللمجموعتين فقد أظهرت النتائج في الاختبار القبلي وللمجموعة الاولى (التدريب المكثف) بأن الوسط الحسابي بلغ (1,2) وبانحراف معياري بلغ (0,86)

أما في الاختبار البعدي فبلغ الوسط الحسابي (3,8) وبانحراف معياري (0,77) وكذلك ظهرت قيمة (T) المحسوبة (7,44) وهي اكبر من قيمة (T) الجدولية والبالغة (2,14) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (14) وهذا يدل على وجود فرق معنوي ولصالح الاختبار البعدي.

وكذلك يبين الجدول نتائج المجموعة الثانية التدريب الموزع لنفس الاختبار بأن الوسط الحسابي في الاختبار القبلي بلغ (1,5) وبانحراف معياري (0,91) أما في الاختبار البعدي فبلغ الوسط الحسابي (7,4) وبانحراف معياري بلغ (1,54) ظهرت قيمة (T) المحسوبة (15,09) وهي اكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (2,14) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (14) وهذا يدل على وجود فرق معنوي ولصالح الاختبار البعدي.

2-3 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبتين:

جدول (5)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة وقيمة (T) الجدولية في الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبتين لمهارة الطبطبة المنخفضة

المهارات	المجموعة الاولى	المجموعة الثانية	قيمة T المحسوبة	قيمة T الجدولية	مستوى الدلالة
الطبطبة المنخفضة	س+	س-	6,618	2,05	معنوي

درجة حرية (28) وبمستوى دلالة (2,5) لذا فإن الفرق كان معنوي ولصالح المجموعة التجريبية الثانية التدريب الموزع.

3-4 مناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية لمهارات الطبطبة المنخفضة والمناولة الصدرية وللمجموعتين التجريبتين:

من خلال الجدول (4,5) نلاحظ وجود فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدي وللمهارتين (الطبطبة المنخفضة والمناولة الصدرية) ويعزو الباحث سبب ذلك التقدم بالتعلم وهو استخدام التدريب المكثف والموزع بالمنهاج التعليمي

والى فاعليتها باستخدام التدريب الدائري الذي اسس على شكل مجاميع محطات يقف بها الطالب وكذلك اعطاء الفرصة للطالب الى اتخاذ القرار بنفسه وأن التغذية الراجعة لها الدور في الانتقال من محطة الى اخرى فإن الطالب الذي يخطأ في المحطة الاولى يستطيع ان يصحح الخطأ في المحطة الثانية فهذا ادى الى زيادة نسبة تقديمه للمساعدة واعطاء المعلومات عند ملاحظة الجدول (4) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة ونوع الفرق بين المجموعتين التجريبتين في الاختبار البعدي نجد ان الوسط الحسابي لاختبار مهارة الطبطبة المنخفضة للمجموعة التجريبية الاولى التدريب المكثف كان (4,3) وبانحراف معياري (0,97) أما المجموعة التجريبية الثانية والتدريب الموزع فبلغ الوسط الحسابي لنفس المهارة (4,7) وانحراف معياري (1,55) وعند حساب قيمة (T) المحسوبة بين المجموعتين التجريبتين ظهرت بقيمة (6,618) وهي أعلى من قيمة (T) الجدولية البالغة (2,05) وعند درجة حرية (28) وبمستوى دلالة (0,5) لذا فإن الفرق كان معنوي ولصالح المجموعة التجريبية الثانية التدريب الموزع بالغة

مع مثل هذا النوع من المهارات اذ من خلال هذا النوع من التغذية يتم تزويد المتعلم بمعلومات حول الاداء كي يتسنى له تصحيح اخطائه.

جدول (6)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المجموعة الأولى وقيمة (T) الجدولية في الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبتين لمهارة المناولة الصدرية

المهارات	المجموعة الاولى	المجموعة الثانية	قيمة T المحسوبة	قيمة T الجدولية	مستوى الدلالة
المناولة الصدرية	س	ع+	س	ع+	معنوي
	ع+	س	8,049	2,05	

عند ملاحظة الجدول (6) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة ونوع الفرق بين المجموعتين في الاختبار البعدي نجد ان الوسط الحسابي لاختبار مهارة المناولة الصدرية للمجموعة الاولى التدريب المكثف كان (3,8) وبانحراف معياري (0,77) اما المجموعة الثانية التدريب الموزع فبلغ الوسط الحسابي لنفس المهارة (7,44) وبانحراف معياري (1,5) وعند حساب قيمة (T) المحسوبة بين المجموعتين ظهرت بقيمة (8,049) وهي اعلى قيمة (T) الجدولية البالغة (2,05) وعند معلومات وتصحيح الاخطاء من قبل المدرس (ان معرفة النتائج من قبل الاخر ويود تنفيذهم واجبات حركية معينة سواء كانت مهارات اساسية او رياضية فان المعرفة تعد امراً هاماً لتصحيح وتعزيز مسارات التعلم والاداء وان هذا التصحيح يتم من خلال التعلم وخاصة بالنسبة للمبتدئين)⁽¹⁾

وكذلك ان هذا الفرق يعود الى الطريقتين قد راعت الفروق الفردية بين الطلاب ووزعت قدرات كل طالب فان المتعلم تختلف قدرته على الاداء عن المتعلم الاخر فان الطالب يستطيع ان يؤدي جميع اجزاء التمرين في الطريقتين وكذلك عمل التدريب الدائري الذي يعمل على شكل محطات في اعادة التمرين عدة مرات يمكن

للطالب ان يتقن المهارات وأدائها بشكل احسن وهذا ما أكدته singer (ان اجراء محاولات تكرارية كثيرة ومنتظمة وبأحوال مختلفة تساعد على تطوير المهارة وتشارك فعلياً في التعليم والاداء)⁽²⁾ وبهذا فان الطريقتين قد أثرت على تقدم التعلم بالمهارتين وبشكل ايجابي في الاداء للمتعم (تؤدي الطريقة الى زيادة فترة

ممارسة النشاط الحركي للطلاب اثناء الدرس)⁽³⁾ وفي ختام هذه المناقشة نود ان نذكر ان الباحث توصل الى ان التغذية الراجعة الأنية ذات اهمية كبيرة بالنسبة لرفع اداء الطلاب.

الفصل الرابع

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

1-ان التدريبيين (المكثف والموزع) بمصاحبتهم للتغذية الراجعة الأنية أثر في تعلم مهارتي الطبطة المنخفضة والمناولة الصدرية بكرة السلة.

(1) وجيه محجوب: التعلم وجدولية التدريب، بغداد مكتب العادل للطباعة والنشر، 2000.

(2) singer. n. Robert. Motor learning performance maemillam. Publishing comic. New york. 1990.

(3) داود ماهر. محمد مهدي: أساسيات في طرائق التدريس العامة. مطابع دار الحكمة للطباعة والنشر. 1991.

2-ان التدريب الموزع المصاحب للتغذية الراجعة الآتية هو الافضل في تعلم مهارتي الطبطبة المنخفضة والمناولة الصدرية بكرة السلة.

4-2التوصيات:

- 1-استخدام التدريب الموزع بمصاحبه للتغذية الراجعة الآتية مع مهارات اخرى في لعبة كرة السلة.
- 2- الاستخدام اساليب تعلم مختلفة في تعلم مهارات اخرى والعب رياضية اخرى.
- 3-اجراء دراسات تتناول التداخل او الربط ما بين اسلوبين مختلفين أو اكثر من اساليب التعلم الحركي وتوظيفها خلال تدريس جميع الفعاليات الرياضية التي تدرس في المراحل الدراسية (المتوسطه – الاعدادية) بغية تحديد افضل هذه الطرق.

المصادر

- 1-بسطويسي احمد. عباس احمد: طرق التدريس في مجال التربية الرياضية. جامعة الموصل. 1984.
- 2-داود ماهر. محمد مهدي: اساسيات في طرائق التدريس العامة. مطابع دار الحكمة للطباعة والنشر. 1991.
- 3-عائشة عبد المولى. اثر التدريب الدائري باستخدام اسلوبين من اساليب الطريقة الفترية المرتفعة الشدة على مستوى الاداء في مادة الجمباز لطالبات كلية التربية الرياضية. جامعة حلوان القاهرة . . 1991.
- 5-عفاف عبد الكريم: التدريس للتعليم في التربية الرياضية والبدنية، مطبعة منشأة المعارف بالاسكندرية، 1990.
- 6-علي الديري، احمد بطانية: اساليب تدريس التربية الرياضية، مطبعة الامل، اردب، الاردن، 1987.
- 7-محمد حسن علاوي: علم التدريب الرياضي. ط12 القاهرة، دار المعارف..1992.
- 8-محمد محمود عبد الدايم ومحمد صبحي حسنين: القياس في كرة السلة، ط1 القاهرة، دار الفكر العربي1984.
- 9-مرجان ثائر: اثر تنمية بعض اشكال القوة على سرعة التعلم الحركي لطلوع بالمرجحة الخلفية على العقلة للمبتدئين، رسالة ماجستير. جامعة البصرة. كلية التربية الرياضية..1991.
- 10-وجيه محجوب: التعلم وجدولية التدريب، بغداد مكتب العادل للطباعة والنشر، 2000.
- 11-يعرب خيون: التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق، بغداد، مطبعة الكلمة الطيبة، 2010.
- 12-owen.b.beginnes guide to soccer tuning and couching pelhe book latch London.1995.
- 13-singer. n. Robert. Motor learning performance maemillam. Publishing comic. New york. 1990.

ملحق (1)

أنموذج لوحدّة تعليمية لمهارة الطبطبة والمناولة الصدرية

الهدف التعليمي/ تعليم مهارتي الطبطبة والمناولة بالاساليب المتبعه بالبحث الصف: الخامس
الاعدادي

التاريخ: 2018/10/4

الاهداف التربوية/ غرس روح التعاون بين الطلاب

الوقت: 45 دقيقة

الملاحظات	التنظيم	الفعالية او المهارة الاساسية 422	الزمن	اقسام الوحدة التعليمية
التأكيد على الوقوف الصحيح والتزام الهدوء	XXXXXXXXX △	اخذ الغياب، تهيئة الادوات	15د 2د	الجزء التحضيري المقدمة
التأكيد على توحيد حركة الطلاب		تهيئة عامة لجميع اعضاء الجسم	5د	الاحماء العام
التأكيد على احماء عضلات الذراعين والرسخ	x x △	تهيئة خاصة تخدم القسم الرئيسي والتركيز على القسم العلوي من الجسم (الذراعين والاكتاف والرسخ) مع اعطاء بعض التمارين بالكرة بهدف الاحساس بها	7د	الاحماء الخاص
التأكيد على أداء نموذج لكل جزء من اجزاء المهارة المراد تطبيقها		شرح مهارة الطبطبة والمناولة الصدرية بكرة السلة	25د 5د	الجزء الرئيسي القسم التعليمي
- التأكيد على اعطاء التغذية الراجعة الآتية (المستمرة) الى الطالب الذي يؤدي المهارة - التأكيد على ثني الركبتين قليلاً - التأكيد على تقديم القدم اثناء اداء مهارة المناولة الصدرية - الحفاظ وحماية الكرة اثناء اداء مهارة الطبطبة	△ x x x x △ x x x x	اداء تمرين الطبطبة المنخفضة بشكل فردي اداء مهارة الطبطبة بين الشواخص اداء مهارة الطبطبة من الهرولة بين الشواخص الوقوف على شكل نسق متقابل واداء الطبطبة وبعد الانتهاء من الطبطبة تسليم الكرة الى الزميل اداء مهارة المناولة الصدرية على شكل نسقين متقابلين بين الطلاب من وضع الوقوف اداء مهارة المناولة الصدرية من الهرولة بين طالبين بعد ان قسم الطلاب الى قسمين متقابلين والتأكيد على دقة المناولة الصدرية بين الطلاب	20د	القسم التطبيقي
التأكيد على النظام والانضباط	△ XXXXXX	لعبة العجلة البشرية المسلية للطلاب ثم الانصراف بشكل منتظم الى الصف	5د	الجزء الختامي



الصفحات من ص (411) إلى (422)

مجلة جامعة البلقاء للعلوم البدنية والرياضية – المجلد الخامس – العدد الواحد العشرين (2020/12/30)

P- ISSN:2074 – 9465

E-ISSN:2706-7718