

تأثير التمرين المنتظم والعشوائي في تعلم بعض المهارات الأساسية للكرة الطائرة للفئات العمرية الصغيرة

م.م. نضال عبيد حمزة

م. م صاحب عبد الحسين محسن

م.م حسين حسون عباس

ملخص البحث

إن المعلم في المدرسة والمدرّب في الأنشطة الرياضية يسعون إلى تطوير الأداء الفني والخططي من أجل الوصول إلى مستوى أفضل وهذا مرتبط بتهيئة القاعدة الجيدة لبناء اللاعب ، إلا أن الأطفال الذكور يمضون معظم وقتهم وهم يعملون في مهام تتعلق بالسلوك العشوائي مما يؤدي ذلك إلى نتائج سلبية قد تعود على تعلم المهارات لدى الأطفال لذا جاء البحث الحالي الموسوم ( تأثير التمرين المنتظم العشوائي في تعلم المهارات الأساسية للكرة الطائرة للفئات العمرية الصغيرة ) لذا هدف البحث إلى التعرف على أي من التمرين ( العشوائي، المنتظم) الأفضل لتنمية مستوى المهارات الأساسية للكرة الطائرة . وقد حدد الباحثون الفرضية الآتية لا توجد فروق ذا دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي و أبعدي للمجموعتين التجريبية و الضابطة في التمرين التعليمي . وبعد تحديد مجالات البحث ، تناول الباحث الباب الثاني الدراسات النظرية كما تناول الباب الثالث الذي يتمثل في منهج البحث وإجراءاته الميدانية فكان مجتمع البحث وعينته مكونة عينة البحث من ( 30 ) طالبا من مجتمع الأصل البالغ عددهم (150) طالبا ، إذ حدد الباحث نسبة (20%) و الذين تتراوح أعمارهم بين (9\_ 11) سنوات يمثلون إحدى مدارس كربلاء ، ثم تم عمل تكافؤ وتجانس لأفراد عينة البحث بين التلاميذ والمرحلة الدراسية بين التلاميذ ثم اعد الباحثون أداة الاختبار ومكوناتها ومن ثم الأهمية النسبية لمكونات أداة اختبار وقد تحقق من الخصائص السايكومترية لأداة الاختبار المتمثلة بالصدق *Validity* الظاهري والذي تم الاتفاق عليه بنسبة ( 80% ) وقد استخرج عملية الثبات للأداة الاختبار من نوع ( التجزئة النصفية وباستعمال ( *correlation coefficient pearson* ) وبالتصحيح باستعمال معادلة سيبرمان بارون وقد بلغ ( 0.93 ) وباستعمال ثبات ألفا-كرونباخ للاتساق الداخلي و البالغ (0.91) ومن ثم طبق الباحث الأداة للمجموعتين البالغ كل منهما (15) بعد قيام الاختبار القبلي بتاريخ ( 28 / 2 / 2007 ) الموافق الأربعاء وانتهاء الاختبار أبعدي بتاريخ ( 16 / 4 / 2007 ) الموافق الاثنين . استعمل الباحثون مجموعة من الوسائل الإحصائية ومن ثم الباب الرابع تمت الإجابة على فرضيات البحث وقد تبين أن للتنظيم المنتظم الدلالة الإحصائية الواضحة . كما استعان الباحثون بمجموعة من المصادر العربية البالغة ( 7 ) والأجنبية البالغة ( 2 ) كما شمل البحث الملاحق التي لها علاقة والبحث الحالي .

The teacher in school and the trainer in sports activities who are seeking to develop the technical and planning performance in order to reach to the best level and this is connected with qualify a good base to build a player, but the male children spend almost all their time working in tasks relate to the random behavior which conclude a negative results which might be teach children skills; therefore, this search came. It is entitled “the effect of disciplined and random train in teaching some basic skills of volleyball for young ages”. It aimed to shed the light upon a teaching exercise to develop basic skills of the volleyball in disciplined exercise.

The searcher specified the following thesis ((there is no differences with calculating indication at the level “0, 05” between the former and the later exam of the test group in teaching exercise.

There is no different of calculating at the level 0.05 between the two later exams for the two test & experienced groups in the teaching exercise

And after restriction of the search option. in the second part the searcher have dealt with the theoretical study as well as the third part dealt with search course and its field action; therefore, the society of the search and its sample was (30) pupils from original society (150) pupils the searcher specify 20 % whom their ages in between (9-11) years old represent one of schools in Kerbala then the test & experienced groups are rewarded.

The search prepares the test tool and its components then the percentage importance of tool components got through the psycho meter properties of the test tool which is represented by truth (Validity) apparently which has been agreed by (80%) it has been selected the affirmative operation of the test tool type (Half-Split) by using (Correction Coefficient) and with correction using the formula of (Spearman – Brown) we got (0,93) using fixed Alpha of the inner arrangement about (0,91).

The searcher applies the tool for the two groups whom they are “15” after the former test dated at 28.Feb.2007 on Wednesday and with the end of the later test dated at 16.Apr.2007 on Monday. The searcher use punch of statistic means.

In the forth part answer about the thesis of the search, it has become clear that the disciplined organization clear indicated statistic.

The searcher depend upon group of sources 7 Arabic and 2 English as well as the search includes which relate to the search.

#### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

إن الطبيعة الخاصة بمفهوم التعلم الحركي هي تعلم الحركات بصورة عامة وتشمل حركات الإنسان كافة بما فيها حركات العمل والرياضة. بصفة عامة يتناول حركات الإنسان عموماً والحركة الرياضية بشكل خاص بالدراسة والتحليل للتعرف على الأبعاد المختلفة التي يمكن أن نتناول بها الحركة. ومن الأمور البالغة الأهمية لدى الإنسان هو التعلم في عمر مبكر كونه لا يقتصر على سن معين أو مرحلة معينة (محجوب ,

( 1985 : 56 )

والمعلم في المدرسة والمدرّب في الأنشطة الرياضية يسعون إلى تطوير الأداء الفني والخططي من أجل الوصول إلى مستوى أفضل وهذا مرتبط بثهيئة القاعدة الجيدة لبناء اللاعب وأن اغلب المصادر تؤكد تعلم المهارات الرياضية في الفئات العمرية الصغيرة وذلك من خلال استخدام مناهج وأساليب تعليمية متنوعة لكي تعطي مردوداً إيجابياً في سرعة تعلم وإتقان الحركات (طالب ، 2002 : 4) . من هذه الرياضات لعبة الكرة الطائرة التي تتميز بأنها لعبة جميع الأعمار من الصغار والكبار وكلا الجنسين .

هناك عدة أساليب تستخدم في تعلم هذه اللعبة ومنها استخدام التمرين المنتظم و العشوائي في تعلم هذه الفعالية وعلى المدرّب أو المعلم الإلمام التام في كيفية استخدام تلك التمارين من أجل الوصول إلى مرحلة أداء الحركات بالشكل المطلوب (محجوب ، 1985 : 33 )

وفي هذا البحث يحاول الباحثون استخدام أفضل الطرق والأسهل في تعلم مهارات الكرة الطائرة للفئات العمرية الصغيرة دون إحداث أي إخلال في العملية التعليمية من خلال استخدام التمرين العشوائي والمنتظم .

## 2-1 مشكلة البحث

من الملاحظ أن هنالك الكثير من الدراسات في مجال التعلم الحركي التي تناولت لعبة الكرة الطائرة باستخدام وسائل متنوعة (طالب ، 2002 : 4) ، كما وان من الصعب إجبار الطفل على ممارسة نوع من الفعاليات الرياضية والاستمرار بها . على الرغم من إن (Stein, 1971) فقد وجد أن الأطفال الذكور يمضون معظم وقتهم وهم يعملون في مهام تتعلق بالسلوك العشوائي مما يؤدي ذلك إلى نتائج سلبية قد تعود على تعلم المهارات لدى الأطفال . في وقد أكد فيها المؤتمر التربوي التاسع المنعقد في بغداد 1983 "بتدريب الطلبة على ممارسة العمليات المهارية لتنمية مهاراتهم وقدراتهم في توظيف الأداء وتنميتها وتوجيهها نحو

الحقول المناسبة ومساعدة الطلبة على معرفة طاقاتهم العقلية بأنفسهم والعمل بما يناسبها في حاضرتهم ومستقبلهم . ( جمهورية العراق , 1983 : 19 ) لذا يمكن أن نحدد مشكلة البحث بأنها تتمحور حول إمكانية إعطاء التمرين المناسب لتعلم المهارات الحركية الأساسية للكرة الطائرة

### 3-1 هدف البحث

التعرف على أي من التمرينين ( العشوائي، المنتظم) الأفضل لتنمية مستوى المهارات الأساسية للكرة الطائرة .

### 4-1 فرض البحث

من خلال هدف البحث يستطيع الباحثون تحديد الفرض الآتي :

1 . لا توجد فروق ذا دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي و البعدي للمجموعتين التجريبية و الضابطة في التمرين التعليمي .

### 5-1 مجالات البحث

- 1-المجال البشري :-التلاميذ بعمر ( 9-11) سنوات لمدرسة الخليل الابتدائية .
- 2-المجال الزمني:-الفترة من ( 1 / 3 / 2007 ) إلى ( 12 / 4 / 2007 )
- 3-المجال المكاني:- مدرسة الخليل الابتدائية- كربلاء - حي العباس.

## 1-2 التعلم الحركي وأهميته

يمكن أن نفهم تحت مصطلح التعلم انه نشاط خاص لنمو وتكامل المعرفة وبسبب كون المعلومات أساس التعلم وتؤدي إلى تعلم المهارات ، والمعروف أن التعلم الحركي يعني اكتساب وتحسين المهارات الحركية و في مجال التطور للشخصية الإنسانية وتتكامل بربطها باكتساب المعلومات وتطوير التوافق واللياقة البدنية واكتساب صفات التصرف ، والتعلم عملية معقدة تؤثر في حياة الفرد بكاملها وتشمل أنواع مختلفة من النشاط والخبرات لذا من الصعب أن نضع لها تعريفا جامعاً وشاملاً يتفق عليه علماء النفس اتفاقاً تاماً، فقد عرفه (وجيه محجوب) هو سلوك يتغير بالتجربة والخبرة وكل ما يكتسب علوم وميول وقدرات واتجاهات ومهارات حركية سواء كانت متعمدة أو غير متعمدة (يعرب ، 2002 : 81 ) ويمر بثلاث مراحل تاريخية:

1- المرحلة ما قبل السلوكية :نظرة فلسفية أن الإنسان يولد صفحة بيضاء .

2- المرحلة السلوكية :هي أن يلاحظ الإنسان عملياته العقلية وهي من أهم المراحل .

3- المرحلة ما بعد السلوكية : المرحلة المعاصرة (طالب ، 2002 : 4 )

ويرى بعض المختصين في مجال التعلم الحركي أن هنالك علاقة قوية بين كل من التعلم والنضج ،ويقصد هنا بالنضج عملية ظهور قدرات معينة لدى الفرد دون اثر للعملية التعليمية أو التدريسية وهو عملية نمو داخلي متتابع تحدث تلقائياً وبصورة لاإرادية نتيجة قيام الفرد المتعلم بنشاط ما ( جمهورية العراق ، 1983 : 19)

ويرجع إلى عوامل خارجية تؤثر في سلوك الفرد وتؤدي إلى حدوث استجابات جديدة عند الفرد المتعلم عن غيره بالرغم من تلك الاختلافات إلا أن هناك علاقة وثيقة بين التعلم والنضج ويرتبط كل منها بالآخر ويعتمد التعلم على النضج وكما أن النضج يتحكم بسلوك الفرد وإمكانية قيامه بنشاط معين من عدمه . وهناك الكثير من التغيرات في السلوك الحركي تظهر طبيعية نتيجة تطور ونضوج الفرد ،ولذلك لايمكن اعتبار هذه التغيرات ضمن دائرة التعلم الحركي. (محجوب ، 1985 : 56 )

وهناك مهارات معقدة لا يستطيع المبتدئ تعلمها إلا إذا تدرب عليها ،فهو لا يتعلم بمجرد رؤية النموذج الذي يؤديه ،إنما يتعلم نتيجة النشاط الذي يقوم به والتدريب وحده لا يؤدي إلى تعلم المهارة إلا إذا كان قد وصل إلى مستوى النضج والذي يتمثل بالنواحي البدنية و العقلية والانفعالية(يعرب ، 2002 : 81 ) .

إن تعلم المهارات الحركية الجديدة بالنسبة للمبتدئ يعد شيئاً معقداً وليس كما هو الحال بالنسبة للرياضي المتمرس لوجود فروقات كبيرة في الإمكانيات الحركية لديهما إضافة لما يمتلكه الثاني من تجارب وخبرة تساعده في الأداء أو تسهل عليه ذلك ، ومن جهة أخرى فأن التدريب الذي يكون هدفه تغيير الحالة الفسيولوجية للفرد نتيجة تكرار حركات معينة لايمكن اعتباره تعلماً رغم أن هذا التغيير سوف يؤدي إلى تحسن القدرات البدنية وبالتالي سيتغير السلوك الحركي ، ويمكن أن نصل إلى خلاصة للتمييز بين التدريب والتعلم

حيث إن كلاهما يخضع إلى مبدأ التكرار، فالتدريب هو لواجب أو حركة معينة الغرض منه هو تطوير وتحسين الصفات البدنية أو الحالة الفسيولوجية في حين أن التعلم هو تكرار لحركة معينة يؤدي إلى تغيير في السلوك والتصرف الحركي (محبوب ، 1985 : 56 ) :

### 1- المرحلة الأولى .التوافق الخام

في هذه المرحلة تشترك مجاميع عضلية وإحساس بالتعب وعدم توازن في صرف الطاقة ،التصور والتصرف الحركي خطئ وردد الفعل تكون ضعيفة وانعدام الانسيابية ،الخوف ،ضعف التعامل مع الأجهزة ،وهي تعتبر المرحلة الأولى في التعلم .

### 2-المرحلة الثانية،التوافق الدقيق

في هذه المرحلة يكون هناك ترتيب بالمهارة وهناك انسجام بين الحركة والانتباه ويترتب هذا التوافق على أقسام الحركة(تحضيري،رئيسي،ختامي)ويكون في هذه المرحلة هناك ربط بين المهارة القديمة والجديدة ،أي الاستفادة من الخبرات السابقة .

### 3- المرحلة الثالثة ،التوافق الثابت

في هذه المرحلة يصل التكنيك إلى أعلى مستوياته أي يمكن أداء الحركة بدون تجزئتها وهناك اقتصاد في الجهد ولا وجود للخوف . (طالب ، 2002 : 4 )

### 2-2 لعبة كرة الطائرة

تعتبر لعبة الكرة الطائرة من الرياضات الواسعة الانتشار في العالم وهناك منحى تصاعدي في عدد ممارسيها وذلك لأنها رياضة ممتعة ويمكن أن تمارس لجميع الأعمار منها سن التاسعة ولكلا الجنسين ،وقواعدها وكذلك كيفية احتساب النقاط فيها واحدة في كل أنحاء العالم ،وهي من الرياضات التي تلعب دورا كبيرا في إعداد الفرد بدنيا وعقليا ويتطلب ممن يمارس هذه اللعبة أن يكون شجاعا وقوي الملاحظة وذو انتباه وتركيز عالي وضبط النفس في جميع الظروف ومن أهدافها :

- 1- إنها لعبة تعطي لمزاولها الشباب والحيوية من خلال اكتساب الصحة العامة .
- 2- إنها تمارس في جو صحي متنوع يساعد ذلك على خلق عقول متزنة .
- 3 - تنمية المهارات الحركية كالجري والقفز والتوازن .

تقدم هذه اللعبة لمزاوليها فائدة كبيرة في أقل وقت نظرا لما تتطلبه من جهد.

(محبوب ، 1985 : 56 )

المهارات الأساسية للعبة الكرة الطائرة عديدة ومتنوعة ومنها:

1. مهارة الإرسال من الأسفل

2. الاستقبال من الأسفل

3. الإعداد الأمامي العالي . (محبوب , 1985 : 56 )

### 2-3 جدول التمرين ( التمرين العشوائي والمنتظم )

يعد التمرين ذا أهمية كبيرة في إعداد المتعلمين بدنيا ومهاريا وذهنيا في مختلف الألعاب الرياضية لذا يعرف التمرين بأنه (أصغر وحدة تدريبية في البرنامج الحركي ) ولا يمكن أن يكون هناك تعلم لأي مهارة بدونها، والهدف منه هو التقدم السريع لكل من الناحية الجسمية والعقلية وضروري للمحافظة على المادة المتعلمة. ( جمهورية العراق , 1983 : 19 )

أن من أهم الأهداف التي يسعى إليها المعلم أو المدرب هو تحسين نوعية التمرين بإتباع أساليب مختلفة وإيجاد أفضل الطرائق للوصول بالمتعلم إلى مستوى جيد. وان اكتمال عملية التعلم يمكن أن تعزى إلى التصميم الفعال للتمرين.

### 2-3-1 التمرين العشوائي والتمرين المنتظم

كثيرا ما يسعى المدرب إلى تضمين الوحدة التعليمية لأكثر من هدف تعليمي ، أي تعليم أكثر من مهارة يتم التدريب عليها خلال فترة معينة. (يعرب , 2002 : 81 )

### 2-3-1-1 التمرين المنتظم

عندما يقوم المدرب بتعليم ثلاث مهارات مختلفة خلال فترة معينة فعادة ما يقوم بتهيئة فترة تعليمية للمهارة الأولى وبتكرارات محدودة ، وعند تعلم هذه المهارة سوف ينتقل إلى تعليم المهارة الأخرى ، نلاحظ إن المتعلم يركز على المهارة في كل الجوانب ويتفرغ للتركيز عليها فقط حتى يصل مستوى أداء جيد قبل أن ينتقل إلى مهارة أخرى فان التعلم بطريقة التمرين المتسلسل يعطي فرصة للمتعلم لأداء المهارة فقط بشكل آلي (أوتوماتيكي) وإذا اختلفت الظروف فإنه يلاقي مشكلة في الأداء حيث انه لم يتعود على ذلك خلال التدريب ، إن التدريب المتسلسل ملائم للمهارات المغلقة حيث إن أداء المهارة يجب أن يتم بظروف ثابتة ومحيط ثابت ولا يتطلب تغير في التركيز والانتباه والتوقع العالي ، فهو ملائم للمهارات التي تتطلب درجة عالية من الإثارة والانتباه حيث يعطي نتائج عالية في الأداء من ناحية القوة والسرعة والتحمل في التكرارات الأولى في تعلم مهارة معينة فان المتعلم يستفيد من التدريب المتسلسل حتى يضع البدايات الأولى للحركة ويقوم المتعلم بأداء حركة ولو لمرة بنجاح وحالما يصل إلى التوافق الخام للحركة يستحسن تحويل التدريب إلى التدريب العشوائي ، أما في حالة المعالجة ولإعادة تهيئة العضلات فان التدريب المتسلسل غير ملائم لها ، وهناك الكثير من العلماء والباحثين ممن عرف التمرين المتسلسل ومنها ، هو سلسلة منتظمة ومتعاقبة من التدريب في تكرارات

مستقلة بذاتها للتدريب على المهمة نفسها (محجوب , 1985 : 56 ) .هي" التمارين التي يتم فيها تكرار المهارة بشكل متسلسل باختلاف الأشكال التي تقابل المهارة مثلا في كرة السلة (الاستلام .التسليم .طبطبة .مناولة.التهدف ) " (طالب , 2002 : 4 )

### 2-1-3-2 التمرين العشوائي

إن النظام خلال هذا التمرين مرتبط بعدد من المهارات المختلفة ،وهو نظام الدمج خلال مدة التدريب ويدور المتعلم بين تلك المهمات فان المتعلم لا يقوم بأداء المهمة نفسها مرتين خلال الوحدة التدريبية ،وان التدريب على أية مهمة يوزع مع التدريب على مهمات أخرى.هنالك فرضيتان تدعمان التدريب العشوائي :-  
ا- فرضية التذكر

إن هذه الفرضية تفسر تأثير تداخل التدريب لأكثر من مهارة في الوقت نفسه ،وتفترض بأن التدريب العشوائي خلال المراحل الأولى من المهارة يجعل من المتعلم مستعد للتعرف والتمييز بين المهارات المختلفة .

### ب- فرضية النسيان

إن التدريب العشوائي في مراحله الأولية لتعلم المهارة يجعل الفرد أن يولد حركة وبرنامج حركي جديد في كل مرة يتحول من أداء مهارة إلى مهارة جديدة أخرى. (محجوب , 1985 : 56 )  
يستخدم التمرين العشوائي بصورة كبيرة في الألعاب والمهارات المفتوحة فان طبيعة الداء المتغير وكما يحدث في كرة السلة والطائرة والقدم وكذلك في لعبة التنس نلاحظ أن خلال الوحدة التدريبية فان المتعلم يتدرب على أكثر من مهارة (الضربة الأمامية ،الضربة الخلفية ،الإرسال) وهنالك الكثير من العلماء عرفوا التمرين العشوائي انه سلسلة متعاقبة من التمارين في اداءات مستقلة بذاتها لعدد مختلف من المهمات ليست ضمن نظام محدد (يعرب , 2002 : 81 )

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

1-3 منهج البحث

يعد البحث من الأمور المهمة والأساسية في تنفيذ البحوث العلمية، وعلى هذا الأساس استخدم الباحثون المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين لملاءمته وطبيعة البحث .

2-3 مجتمع البحث وعينته

تكونت عينة البحث من (30) طالبا من مجتمع الأصل البالغ عددهم (150) تلميذ أي بنسبة ( 20% )<sup>1</sup> والذين تتراوح أعمارهم بين ( 9 - 11 ) سنوات يمثلون إحدى مدارس كربلاء التي تم اختيارها بصورة عمدية .

3-3 الأدوات والأجهزة المستخدمة ووسائل جمع المعلومات

- ملعب الكرة الطائرة نظامي عدد (1)
- كرات طائرة عدد (30)
- أعمدة عدد (2)
- شبكة الكرة الطائرة عدد (2)
- ساعة توقيت إلكترونية نوع سوني عدد (2)
- حاسبة إلكترونية يدوية عدد (2)

4-3 التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة

وعلى الرغم من أن المجموعتين التجريبية والضابطة تم اختيارهما عمدياً، عمل الباحثون على تحقيق التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة لغرض زيادة الدقة في بعض المتغيرات الدخيلة التي يمكن أن تؤثر في نتائج التجربة ( Allen & Yean , 1979 : 56 )، لذا استعمل التكافؤ الإحصائي في ضبط هذه المتغيرات وهي

1. التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة للمرحلة الدراسية بين الطلاب .

قام الباحثون بعملية التكافؤ بين عينة الطلاب للمجموعتين التجريبية والضابطة وفقا والضابطة للمرحلة الدراسية بين الطلاب وقد تحقق الباحثون من خلال استعمال الإحصائي من نوع الاختبار مربع (كا2) لبيان الدقة التكافؤ ( Good , 1973 : 187 ) . فكانت القيمة المحسوبة البالغة ( 0.134 ) وهي قيمة اقل من القيمة الجدولية البالغة ( 3.84 ) عند مستوى دلالة ( 0.05 ) وبذلك تكون المجموعتين متكافئتين وفقا للمرحلة الدراسية وجدول ( 1 ) يبين ذلك .

<sup>1</sup> قسم الباحث ( 150 ) طالب المجموع الكلي للطلاب المتروحة أعمارهم من ( 9 - 11 ) على القيمة الرياضية ( 100 ) ومن ثم تم تحديد نسبة ضريبة بقيمة ( 20% ) .

جدول ( 1 )

قيم (2كا) المحسوبة والجدولية لدلالة الفرق في تكرارات التحصيل الدراسي للمجموعتين التجريبية والضابطة

قيمة مربع (كا <sup>2</sup> )		درجة الحرية	تكرار تحصيل الآباء			حجم العينة	المجموعة
الجدولية (0.05)	المحسوبة		السادس	الخامس	الرابع		
3.84	0.134	1	7	5	3	15	التجريبية
			6	5	4	15	الضابطة

وللتأكد من تجانس أفراد عينة البحث المتمثلة بمجموعتين تم استخدام قانون معامل الالتواء وكما موضح في الجدول (2)

جدول (2)

يبين التجانس في متغيرات الطول والوزن والعمر للمجموعتين

نوع الدلالة	عدد العينة	معامل الالتواء $3 \pm$	وسيط	ع	س	المتغيرات
عشوائي	30	0.23-	133	5.50	132.566	الطول / سم
		0.46	27	5.11	29.333	الوزن / كغم
		0.56-	9	0.71-	8.866	العمر / سنين

يتبين من الجدول (2) بأن قيم معامل الالتواء للمتغيرات الثلاثة تتراوح ما بين  $3 \pm$  مما يدل أن أفراد عينة البحث متجانسون في متغيرات ( الطول - الوزن - العمر ) .

## 3-5 أداة الاختبار

3-5-1 إعداد اختبار المهارات الأساسية للكرة الطائرة

البعد النظري للأداة الاختبار

تم تحديد البعد النظري للأداة الاختبار الحالي من خلال إطلاع الباحثون على الأدبيات والدراسات ذات

العلاقة بالكرة الطائرة

## 3-5-2 مكونات للأداة الاختبار

تم تحديد مكونات الاختبار وكانت عددها ثلاث والمبينة في جدول ( 3 )

## جدول ( 3 ) مكونات الاختبار

مكونات الاختبار	ت
مهارة الإرسال من الأسفل	1
الاستقبال من الأسفل	2
الإعداد الأمامي العالي	3

## 3-5-3 الأهمية النسبية للمكونات للأداة الاختبار

استخرج الباحثون الأهمية النسبية لمكونات أداة الاختبار ( Lawrence , 1998 : 54 ) المعد من

قبل الباحثون وذلك من خلال عرضها على عدد من الخبراء في التربية الرياضية والبالغ عددهم ( 10 ) ومن

خلال جمع استجاباتهم تبين أن مكون (الإعداد الأمامي العالي ) كان بأهمية نسبية (45% ) وبمتوسط

( 0.45 ) و المكون (مهارة الإرسال من الأسفل ) بأهمية نسبية ( 30 % ) وبمتوسط ( 0.3 ) و

(الاستقبال من الأسفل ) ( 25 % ) وبمتوسط ( 0.25 ) و جدول ( 4 ) يوضح ذلك .

## جدول ( 4 )

الأهمية النسبية للمكونات للأداة الاختبار

تقدير الخبراء		مكونات الاختبار	ت
المتوسط الحسابي	النسبة %		
0.3	% 30	مهارة الإرسال من الأسفل	1
0.25	% 25	الاستقبال من الأسفل	2
0.45	%45	الإعداد الأمامي العالي	3
	% 100	مج	

## 3-6 الخصائص السيكومترية للأداة الاختبار

## 3-6-1 الصدق Validity

للتحقق من صلاحية أداة الاختبار فقد استخدم الباحثون الصدق الظاهري فقد صاغ الباحثون مجموعة من المهارات وفقا للمكونات (أبو حطب ، 1976 : 153 ) .ومن ثم تم عرضها على خبراء متخصصين في التربية الرياضية ( ملحق الخبراء ) ، وكان عددهم (12) خبير لتقدير مدى صلاحية كل مهارة . وفي ضوء ملاحظتهم وآرائهم تم تعديل بعض المهارات (اسعد ، 1978 : 54 ) ( ملحق 3 ) .

## 3-6-2 ثبات الاختبار

تم استخراج عملية الثبات للأداة الاختبار من خلال :

## 1 - التجزئة النصفية Split- Half

لقد تم استعمال معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation Coefficient بين الفقرات الفردية والزوجية للأداة الاختبار إذ بلغ معامل الارتباط (0.87) ، وبعد تصحيحه باستعمال معادلة سبيرمان براون Spearman – Brown بلغ معامل الثبات للمقياس (0.93) ، ويمكن القول إلى أن أداة الاختبار تتمتع بدرجة ثبات عالية جدا (اسعد ، 1978 : 54 )

## 2 - معامل ثبات ألفا للاتساق الداخلي

## Alfa Conefficient for Internal Consistency

لقد أشار كل من ثورندايك وهيجن (Thorndike & Hegen, 1997) إلى أن استخراج الثبات على وفق هذه الطريقة يتوقف على الاتساق في استجابة الطلاب للأداة الاختبار (Stanley & Hopkins, 1972, 82) ولأجل استخراج الثبات بهذه الطريقة سحبت (30) استمارة بطريقة عشوائية من عينة الاختبار القبلي ، وبعد تطبيق معادلة ألفا كرونباخ (Alfa- Cronbach Formula) للاتساق الداخلي بلغ معامل ثبات المقياس (0.91) ، ويمكن القول إلى أن أداة الاختبار تتمتع بدرجة ثبات ممتازة (الظاهر , 1999 : 56 )

## 3-7 تطبيقات أداة الاختبار

## المجموعة التجريبية

تتكون المجموعة الأولى من (15) تلميذا والتي تتدرب تدريباً منتظماً أي تأخذ بداية (مهارة الإرسال من الأسفل) كأول مهارة يتم تعليمها وبعد ذلك (الاستقبال من الأسفل) ثم مهارة (الإعداد الأمامي العالي) لتكون لدينا تمارين مجموعها (42) دقيقة ولكل مهارة توقيت قدره (10) دقائق ثم راحة (4) دقائق بين تمرين وآخر، وبذلك يكون الوقت الكلي للتمرين التعليمية الواحدة (42) دقيقة وبواقع (6) أسابيع تعليمية للمجموعة الأولى.

## المجموعة الضابطة

تتكون المجموعة الضابطة من (15) تلميذا أيضاً، ولكنها تتدرب تدريباً عشوائياً ، أي كل المهارات الرياضية لكرة الطائرة التي يعرفها الطالب وكذلك الوقت أيضاً غير منتظم عدا أن مجموع التمارين (30) دقيقة والراحة (12) دقائق فيصبح الوقت الكلي (42) دقيقة بين الممارسة والراحة للتمرين التعليمي وبواقع (6) أسابيع تعليمية. والجدول (5) يوضح عمل المجموعتين في التمرين التعليمي .

نوع المهارة للمجموعتين الأولى والثانية ووقت التمرين لكل منهما والملاحظات إن وجدت

ت	المجموعات	نوع التمرين	التمرين		
			نوع المهارة	وقت التمرين	وقت الراحة
1	المجموعة الأولى	التمرين المنتظم	مهارة الإرسال من الأسفل	10 دقائق	4 دقائق
			الاستقبال من الأسفل	10 دقائق	4 دقائق
			الإعداد الأمامي العالي	10 دقائق	4 دقائق
2	المجموعة الثانية	التمرين العشوائي	كل المهارات الرياضية لكرة الطائرة التي يعرفها الطالب	42 دقيقة	
			لا يبقى تسلسل المهارات والأوقات ثابت بل يتغير مع كل وحدة تعليمية من إلى (12) وحدات		

### 3-8 الاختبارات القبليّة

تم إجراء الاختبارات القبليّة للمهارات الثلاث للمجموعتين الأولى والثانية تحت إشراف الباحثون والمعلم وقد تم مراعاة تثبيت جميع الظروف المتعلقة بالاختبارات من حيث الزمان والمكان والأدوات وطريقة التنفيذ من أجل العمل قدر الإمكان على خلق الظروف نفسها في الاختبارات البعديّة .

### 3-9 الاختبارات البعديّة

بعد إكمال المنهج التعليمي للمهارات الثلاث أجرى الباحث الاختبار البعدي لعينة البحث المتمثلة بالمجموعتين . هياً الباحث مسبقاً" الظروف المناسبة من حيث الزمان والمكان والأدوات للاختبار البعدي وتنفيذ الإجراءات المتبعة في الاختبار القبلي وبمساعدة الكوادر نفسها في الاختبار البعدي . وجدول (6) يبين ذلك .

جدول (6)

فترات تنفيذ الاختبار القبلي و الجلسات و الاختبار ألبعدي التمرين التعليمي المهارات الأساسية للكرة الطائرة

الاختبار القبلي بتاريخ (28 / 2 / 2007) الموافق الأربعاء			
ت	التمرينات	اليوم	التاريخ
1	الأسبوع الأول	الخميس	2007 / 3 / 1
		الاثنين	2007 / 3 / 5
2	الأسبوع الثاني	الاثنين	2007 / 3 / 12
		الخميس	2007 / 3 / 15
3	الأسبوع الثالث	الاثنين	2007 / 3 / 19
		الخميس	2007 / 3 / 23
4	الأسبوع الرابع	الاثنين	2007 / 3 / 26
		الخميس	2007 / 3 / 29
5	الأسبوع الخامس	الاثنين	2007 / 4 / 2
		الخميس	2007 / 4 / 5
6	الأسبوع السادس	الاثنين	2007 / 4 / 9
		الخميس	2007 / 4 / 12
الاختبار ألبعدي بتاريخ (16 / 4 / 2007) الموافق الاثنين			

10-3 الوسائل الإحصائية

- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (T-test) (Good , 1973 : 187 )
- معامل ارتباط بيرسون ( Allen & Yean , 1979 : 56 ) .
- معادلة سبيرمان - براون (Spearman - Brown Formula) (Good , 1973 : 187 )
- تحليل التباين (Ebel , 1972 : 23) (Four Way Analysis Variance)
- اختبار مربع كأي (مطانيوس , 1997 : 76 )
- 3 (س - وسيط)
- معامل الالتواء =

4

4- عرض نتائج الاختبارات وتحليلها ومناقشتها

1-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج التمرين التعليمي وذلك من خلال الإجابة عن فرضية البحث الحالي :  
 1- من اجل الوصول إلى أدق النتائج لتحقيق الهدف الذي يسعى الباحثون إليه تم إيجاد الفرق بين متوسطات الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية وان القيمة الفائية المحسوبة قد بلغت ( 376.205 ) وهي قيمة أعلى من القيمة الجدولية البالغة ( 3 .682 ) عند مستوى دلالة ( 0.05 ) وبدرجة حرية ( 2 , 15 ) وبذلك ترفض الفرضية الصفرية وتقبل الفرضية البديلة , والتي تدل على إن الفرق في تنمية المهارات من خلال التمرين التدريبي للكرة الطائرة قد كان واضحا إحصائيا وجدول ( 7 ) يبين ذلك .

الجدول ( 7 )

نتائج تحليل التباين لدلالة الفرق بين متوسطات الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

الدالة	مستوى الدلالة	القيمة الفائية		متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
		الجدولية	المحسوبة				
دالة	0.05	3 .682	376.205	501.92	2	1505.76	بين المجموعات
				1.334	15	128.08	داخل المجموعات
					17	1633.84	الكلي

وكما تم إيجاد الفرق بين متوسطات الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة إن قيمة الفائية المحسوبة قد بلغت ( 3 .325 ) وهي قيمة اقل من القيمة الجدولية البالغة ( 3 .682 ) عند مستوى دلالة ( 0.05 ) وبدرجة حرية ( 2 , 15 ) وبذلك تقبل الفرضية الصفرية وترفض الفرضية البديلة , وهذا يدل على المجموعة الضابطة لم تتعلم أي من التمرين أو المهارات المنظمة قد كان واضحا إحصائيا وجدول ( 8 ) يبين ذلك

الجدول ( 8 )

نتائج تحليل التباين لدلالة الفرق بين متوسطات  
الفرق بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

الدالة	مستوى الدلالة	القيمة الفائية		متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
		الجدولية	المحسوبة				
غير دالة	0.05	.682	3.325	512.267	2	1536.80	بين المجموعات
		3		2.290	15	219.84	داخل المجموعات
					17	1756.64	الكلية

وهذا مما ساعد الباحثون في الوصول إلى حقيقة الفرق بين المجموعتين بان المجموعة التجريبية عند استخدامها للتمارين يكون هو الأفضل من المجموعة الضابطة للاختبارات القبلية والبعديّة ومن أجل معرفة أي من المجموعتين الأفضل في الاختبارات البعدية تم استخدام الاختبار التائي لبيان الفرق الوسط الحسابي والانحراف المعياري لدلالة الفرق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار ألبعدي وقد بلغت (10.469) وهي قيمة أعلى من القيمة الجدولية البالغة (2.660) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (28) وبذلك ترفض الفرضية الصفرية وتقبل الفرضية البديلة , والتي تدل على إن الفرق في تنمية المهارات من خلال التمرين التدريبي للكرة الطائرة قد كان واضحا إحصائيا وجدول (9) يبين ذلك .

#### الجدول ( 9 )

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة (ت) المحسوبة والجدولية لدلالة الفرق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار ألبعدي

القيمة التائية				الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	المجموعة
الدالة	مستوى الدالة	الجدولية	المحسوبة				
دالة	0.05	2.660	10.469	4.287	120.735	15	المجموعة التجريبية
				10.05	101.117	15	المجموعة الضابطة

ومن خلال الجدول (8) نستنتج بان المجموعة التجريبية أفضل من المجموعة الضابطة في تعلمها للتمارين المنتظمة والسبب في ذلك وكما أوردت البحوث بأنه عندما يتدرب ويتعلم الفرد عن طريق التدريب العشوائي فإن الأداء خلال فترة التعليم هو اقل نجاحا من الفرد الذي يتعلم بطريقة التدريب المنتظم (يعرب, 1998: 81)

5 الاستنتاجات والتوصيات

15 الاستنتاجات

في ضوء نتائج البحث فإن الباحثون توصلوا إلى

1. المنهج المستخدم من قبل الباحثون قد حقق الهدف المطلوب من خلال اكتساب التلاميذ لمهارات جديدة

2. التمارين المستخدمة من قبل المجموعة التجريبية هي الأفضل من التمارين المستخدمة من قبل المجموعة الضابطة 0

## 25 التوصيات

من خلال الاستنتاجات التي ظهرت يوصي الباحثون

1. يمكن اعتماد التمرين المنتظم في تعليم المهارات الأساسية للفعاليات الرياضية.
2. حث المعلمين والمدربين على استخدام التمرين المنتظم للفئات العمرية (10.8) سنوات.

## المصادر

- أبو حطب ، فؤاد عبد اللطيف وسيد أحمد عثمان (1976) : التقويم النفسي ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة
- اسعد ، ميخائيل إبراهيم (1978) : القياس النفسي ، مطبعة الجمهورية ، دمشق

- الظاهر ، زكريا محمد وآخرون (1999) : مبادئ القياس والتقويم في التربية ، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، عمان .
- وجيه محجوب 0 علم الحركة والتطور الحركي ، ج 2 ، بغداد ، مطبعة جامعة بغداد 1985
- طالب حسين حمزة 0 تأثير التكرار الكلي والنسبي في التعلم المصحوب بالتغذية الراجعة التصحيحية في تعلم الحركات الأساسية للسباحة الحرة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بابل كلية التربية الرياضية 2002
- يعرب خيون 0 التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق 0 جامعة بغداد/كلية التربية الرياضية 2002
- مطانيوس، ميخائيل (1997) : القياس والتقويم في التربية الحديثة ، منشورات جامعة دمشق ، دمشق وجيه محجوب 0 التعلم وجدولة التمرين 0 وزارة التربية ، 2000
- جمهورية العراق (1983) : المؤتمر التربوي التاسع للفترة من 18-20/10/1983 المديرية العامة للتخطيط التربوي ، مديرية التوثيق والدراسات، بغداد.
- يعرب خيون، مقدمة في التعلم الحركي ، جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية
- Allen, M.J. & Yean, E. (1979): Introduction to measurement theory. California, Books, Cole U.S.A. Ebel, R.L. (1972): Essentials of educational measurement. New Jersey: Prentice – Hall.
- Good – Carter, V. (1973): Dictionary of Education. (3rd ed.), McGraw– Hill, New York. Lawrence, T. (1998): Learning theories – a primer exercise. An examination of cognitivism. The psychology of knowledge and strategies. Text by Myron U. Rembo, University of Southern California, File A 525 8thm (Internet).

الملاحق

ملحق ( 1 )

ملاحق الخبراء

ت	الخبراء	الاختصاص	استعمال آراء الخبراء
---	---------	----------	----------------------

2	1			
■	■	الكرة الطائرة	الدكتور عقيل الكاتب	1
■	■	تعلم الكرة الطائرة	الدكتورة ناهده عبد زيد	2
■	■	الكرة الطائرة	الدكتور علي يوسف	3
■		الكرة الطائرة	الدكتور صدام محمد فريد	4
■	■	الكرة الطائرة	الدكتور سهيل جاسم	5
■	■	الكرة الطائرة	مدرس المساعد فاضل حسين حجارة	6
■	■	طرائق الكرة الطائرة	مدرس المساعد محمد ألوزني	7
■	■	الكرة الطائرة	طالب الدكتور باسم حسن	8
■	■	الكرة الطائرة	طالب الدكتور احمد عبد الأمير	9
■		الكرة الطائرة	مدرس المساعد حسين عبد الزهرة	10
■	■	مدرس التربية الرياضية	المشرف سوادي حسين	11
■	■	مدرس التربية الرياضية	المشرف حميد بليبص	12

1. الأهمية النسبية للمكونات للأداة الاختبار
2. الصدق الظاهري للأداة الاختبار

### ملحق ( 2 ) أداة الاختبار

للمهارات الأساسية للكرة الطائرة للفئات العمرية الصغيرة عند عرضه على الخبراء  
( بصورته الأولية )

ت	المكونات	ت	فقرات اختبار التمرين	اتفاق الخبراء
---	----------	---	----------------------	---------------

غير موافق	محايد	موافق				
			رفع الذراعين بمستوى الصدر	1	الإعداد الأمامي العالي	1
			انثناء قليل في الركبتين	2		
			فتحتين في القدمين	3		
			النظر إلى الكرة حال الأداء	4		
			الحركة إلى الأمام	5		
			مسك الكرة بيد واحدة أمام الصدر	1	مهارة الإرسال من الأسفل	2
			مرجحة الذراع الضارب إلى الخلف بمستوى الجزع	2		
			فتح القدمين أمام خلف	3		
			ضم الذراعين	1	الاستقبال من الأسفل	3
			دفع الذراعين إلى الأمام	2		

ملحق ( 3 )

أداة الاختبار للمهارات الأساسية للكرة الطائرة للفئات العمرية الصغيرة

ت	الفقرات	التقدير

لا يوجد أداء	أداء ضعيف جدا	أداء ضعيف	أداء متوسطة	أداء عالية		
					رفع الذراعين بمستوى الصدر	1
					انثناء قليل في الركبتين	2
					فتحتين في القدمين	3
					النظر إلى الكرة حال الأداء	4
					الحركة إلى الأمام	5
					مسك الكرة بيد واحدة أمام الصدر	6
					مرجحة الذراع الضارب إلى الخلف بمستوى الجذع	7
					فتح القدمين أمام خلف	8
					ضم الذراعين	9
					دفع الذراعين إلى الأمام	10