



The effect of using the serial and compound training methods to learning some basic skills of Futsal

Asst. Lec. Zainab Amin Majhool ^{*1}  , Asst. Lec. Samah Salim Radhi ²  ,

Asst. Prof. Dr. Hussam Abdul Kadhim Rahima ³ 

Faculty of Physical Education and Sports Science / University of Kufa, Iraq.

*Corresponding author:

Received: 10-11-2024

Publication: 28-12-2024

Abstract

Exercise scheduling is a major topic in motor learning as it provides a number of educational methods used in learning and developing different skills. Through the field experience of researchers in Futsal. It was noted that it is necessary to use educational methods and approaches in this field, especially after the emergence of the exercise scheduling process with the presence of the sequential and complex scheduling methods, which are concerned with the time of the exercise in its various types. Therefore, it is worth using them in learning some basic skills for the subject of Futsal, as it is one of the basic vocabulary for the third stage. Therefore, the question of which of the two methods, sequential or complex, is better in learning some basic skills of indoor soccer, is what constitutes the main research problem.

Keywords: Training Method, Sequential And Compound Basic Skills, Futsal.



تأثير استخدام أسلوب التمرين المتسلسل والمركب في تعلم بعض المهارات الأساسية
بكرة قدم صالات

م.م. زينب امين مجهول ، م.م. سماح سليم راضي ، أ.م.د. حسام عبد الكاظم رحيمه
العراق. جامعة الكوفة. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

تاريخ استلام البحث 2024/11/10 تاريخ نشر البحث 2024/12/28

الملخص

تعد جدولة التمرين من المواضيع الرئيسة في التعلم الحركي كونها تقدم عدداً من الأساليب التعليمية المستخدمة في تعلم وتطور المهارات المختلفة ، ومن خلال خبرة الباحثون الميدانية في لعبة كرة قدم صالات ، تم ملاحظة أنه من الضروري استخدام الأساليب والطرائق التعليمية في هذا المجال وخصوصاً بعد ظهور عملية جدولة التمرين بوجود أسلوب الجدولة المتسلسل والمركب والتي تهتم بزمان التمرين بأنواعه لذلك يجدر استخدامهما في تعلم بعض المهارات الأساسية لمادة كرة قدم صالات بوصفها من المفردات الأساسية للمرحلة الثالثة ، لذلك فأن السؤال اي من الاسلوبين المتسلسل أم المركب هو الأفضل في تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة قدم صالات وهو ما يمثل مشكلة البحث الرئيسية .

الكلمات المفتاحية: أسلوب التمرين، المتسلسل والمركب المهارات الأساسية، كرة قدم صالات.

1-المقدمة:

ان العملية التعليمية في رياضة كرة قدم صالات قي تطور مستمر عبر ما يقدمه المختصين والباحثون في مجال التدريب بكرة قدم صالات من خلال البحوث والدراسات التي تم أجزائها والتي توصلوا من خلالها إلى آراء عديدة ونظريات متطورة أغنت العملية التعليمية بأساليب وطرائق مختلفة لان الهدف الأساسي من تعلم المهارات الأساسية بكرة قدم صالات هو الحصول على الأداء السليم للمهارة وتحقيق مستوى جيد في اقل فترة زمنية ممكنة. ومادة كرة قدم صالات هي واحدة من المواد التي يتضمنها منهاج كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة والتي تشتمل على عدد من المهارات الأساسية والتي ينبغي على الطالبة أن تتعلمها ويتقنها بشكل جيد، ولتحقيق ذلك لابد من وضع برامج تعليمية بصورة مقننة معتمداً على الأساليب العلمية وتنفيذها من اجل رفع المستوى وضمان نجاح العملية التعليمية وتحقيق أهدافها.

ذلك فقد ظهرت أنواع وأشكال مختلفة من جدولة التمرين وبأساليب متنوعة لتحقيق الأهداف خلال الوحدة التعليمية بجهد ووقت اقل، ومن هذه الأساليب الأسلوب المتسلسل الذي تكون فيه الراحة أطول مقارنة بالأسلوب المركب فقد تكون الراحة بقدر زمن أداء المهارة او أطول وحسب المهارة المؤداة خلال الوحدة التعليمية إما الأسلوب المركب فهو الذي يمارس فيه المتعلم المهارة باستمرار باستخدام فترة راحة قصيرة وحسب المهارة المطلوب تعلمها.

من هنا تأتي أهمية البحث من خلال استخدام تمرينات وفق أسلوب التمرين المتسلسل والمركب في تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة قدم صالات لطالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة -جامعة الكوفة.

تعد جدولة التمرين من المواضيع الرئيسة في التعلم الحركي كونها تقدم عدداً من الأساليب التعليمية المستخدمة في تعلم وتطور المهارات المختلفة ، ومن خلال خبرة الباحثون الميدانية في لعبة كرة قدم صالات ، تم ملاحظة أنه من الضروري استخدام الأساليب والطرائق التعليمية في هذا المجال وخصوصاً بعد ظهور عملية جدولة التمرين بوجود أسلوب الجدولة المتسلسل والمركب والتي تهتم بزمن التمرين بأنواعه لذلك يجدر استخدامهما في تعلم بعض المهارات الأساسية لمادة كرة قدم صالات بوصفها من المفردات الأساسية للمرحلة الأولى، لذلك فإن السؤال اي من الاسلوبين المتسلسل أم المركب هو الأفضل في تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة قدم صالات وهو ما يمثل مشكلة البحث الرئيسية .

ويهدف البحث الى:

1- التعرف على أثر استخدام اسلوبي التمرين المتسلسل والمركب في تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة قدم صالات.

2- التعرف على افضلية استخدام كل من اسلوب التمرين المتسلسل واسلوب التمرين المركب في تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة قدم صالات.

2-إجراءات البحث:

2-1 **منهج البحث:** استخدم الباحثون المنهج التجريبي (وبتصميم المجموعتين المتكافئتين) لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

2-2 مجتمع وعينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من طالبات المرحلة الثالثة شعبة (أ) في الدراسة الصباحية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الرياضية -جامعة الكوفة للعام الدراسي (2023-2024) والبالغ عددهم (24) طالبة من مجتمع البحث البالغ عددهم (29) طالبة، وبذلك تكون نسبة عينة البحث (83%) من مجتمع البحث الأصلي. وقد تم تقسيم العينة إلى مجموعتين تجريبيتين بمعدل (12) طالبة لكل مجموعة إذ استعملت المجموعة الأولى الأسلوب المتسلسل والمجموعة الثانية الأسلوب المركب.

2-3 الأدوات والوسائل والأجهزة المستخدمة في البحث:

- المصادر والمراجع العربية والإنكليزية.
- الملاحظة.
- المقابلة.
- الاختبار والقياس
- ساعة توقيت الكترونية عدد (2).
- جهاز حاسوب (Laptop) نوع (HP).
- شواخص (مخروطية) عدد (10) بارتفاع (40) سم.

2-4 إجراءات البحث الميدانية:**2-4-1 تحديد المهارات الأساسية قيد الدراسة واختباراتها:**

تم اختيار المهارات الأساسية بكرة قدم صالات (السيطرة على الكرة، سرعة دحرجة الكرة، دقة التهديف) علماً أنه قد تم اختيار المهارات قيد الدراسة على وفق المنهج والمفردات الخاص بمادة كرة قدم صالات للمرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الكوفة، وتم اختيار عدد من الاختبارات المقننة لها بالاتفاق مع المشرف ومقابلة المختصين (ملحق 1).

الجدول (1) يبين المهارات الأساسية المرشحة والاختبارات المعنية بقياسها

ت	المهارات الأساسية	الاختبارات
1	السيطرة على الكرة	التحكم بالكرة في الهواء وحساب الزمن
2	الدحرجة بالكرة	اختبار دحرجة الكرة بين (10) شاخصاً والمسافة بين شاخص وآخر (2م) ذهاباً وإياباً
3	دقة التهديف	التهديف بالكرة نحو هدف مقسم الى مربعات

2-4-2 توصيف الاختبارات:

الاختبار الأول: التحكم بالكرة في الهواء.

- الغرض من الاختبار: قياس الإحساس بالكرة والسيطرة عليها.

- الأدوات اللازمة: كرات قدم. ساعة توقيت.

- الإجراءات:

1-يقوم اللاعب برفع الكرة بإحدى القدمين عن الأرض، والتحكم بها في الهواء باستخدام القدمين أو الفخذين أو الرأس أو بأي جزء قانوني من أجزاء الجسم والاحتفاظ بها لأطول وقت ممكن بعيداً عن الأرض.

2-يتحسب الزمن عندما يبدأ اللاعب في رفع الكرة في الهواء وينتهي عندما تلمس الكرة الأرض.

3-يعطى اللاعب ثلاث محاولات متتالية.

4-درجة اللاعب هي الزمن الكلي الذي يستغرقه في المحاولات الثلاثة.

الاختبار الثاني: اختبار الدرجة بالكرة في خط متعرج بين القوائم

- الغرض من الاختبار: قياس قدرة اللاعب على التحكم في الكرة خلال الدرجة بها بين القوائم
- الأدوات المستخدمة: (10 قوائم، كرة قدم، ساعة توقيت).
- طريقة الأداء: بعد وضع (10) قوائم في الملعب وبشكل مستقيم وتكون المسافة بين كل قائم وآخر (2) متر والمسافة بين خط البداية وأول قائم (2) متر أيضاً، كما موضح بالشكل (1).
- يقف اللاعب بالكرة على خط البداية وعند إعطائه إشارة البدء يركض اللاعب بالكرة بين القوائم ركضاً متعرجاً حتى يصل إلى آخر قائم ويدور حوله ويعود إلى البداية بالطريقة نفسها (أي أن المسافة المقطوعة من خط البداية وحتى خط الرجوع إلى خط البداية).
- القياس: يحسب للاعب الزمن بالثواني ولأقرب جزء من الثانية من لحظة إعطاء إشارة البدء وحتى عودته لخط البداية مرة أخرى.



الشكل (1) يوضح اختبار الدرجة بالكرة في خط متعرج بين القوائم

الاختبار الثالث: اختبار دقة التهديف

- الغرض من الاختبار: قياس دقة وتصويب الكرة إلى المرمى.
- الأدوات المستخدمة:
- كرات قدم عدد (6).
- شريط لتعيين منطقة التهديف للاختبار.
- هدف كرة قدم قياسات دولية.
- ملعب كرة قدم.
- طريقة الأداء: توضع (6) كرات في أماكن مختلفة وقريبة من الخط الأمامي لمنطقة الجواء وكما موضح بالشكل (2) أدناه، حيث يقوم اللاعب بالتهديف في المناطق المؤشرة في الاختبار وحسب أهميتها وصعوبتها وبشكل متسلسل الواحد بعد الآخر على أن يتم الاختبار من وضع الركض.
- القياس: تحتسب عدد الإصابات التي تدخل أو تمس جوانب الأهداف الستة المحددة من كلا الجانبين ووسط الهدف بحيث تحتسب درجات كل كرة من الكرات الستة على وفق النحو الآتي:

(4) درجات عند التهديد في المجال رقم (4)

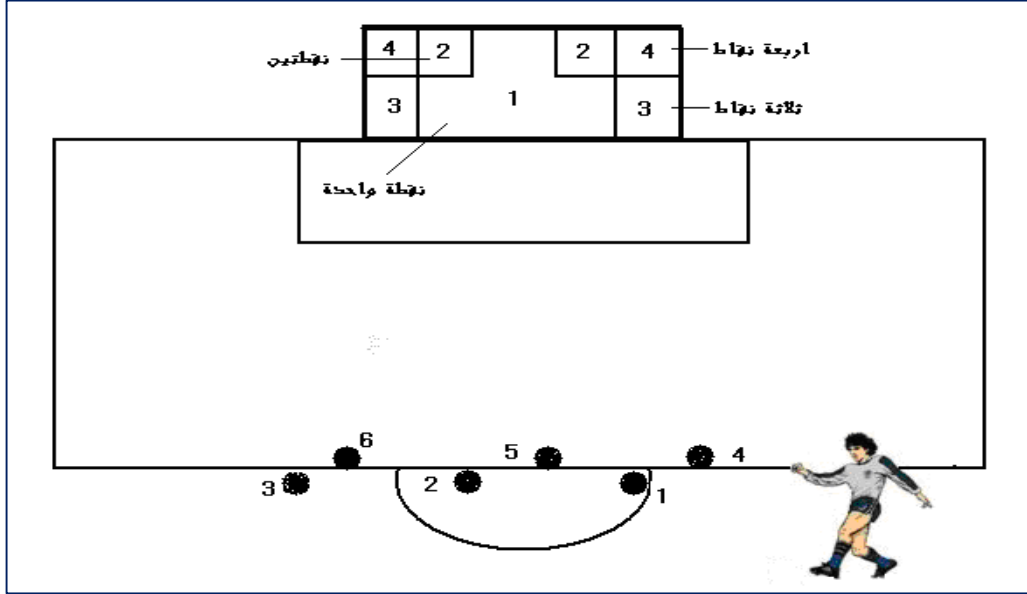
(3) درجات عند التهديد في المجال رقم (3)

(2) درجات عند التهديد في المجال رقم (2)

(1) درجات عند التهديد في المجال رقم (1)

(صفر) خارج حدود الهدف.

يعطى للمختبر محاولة واحدة، وكما موضح بالشكل (2) .



الشكل (2) يوضح اختبار دقة التهديد نحو الهدف

2-5 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحثون بإجراء التجربة الاستطلاعية على عينة مكونة من (6) طالبات يوم الثلاثاء والخميس الموافق 2023/12/7-5 وتم تطبيق السياقات المتبعة في اليوم الأول (الثلاثاء) للأسلوب المتسلسل واليوم الثاني (الخميس) للأسلوب المركب وكان الهدف من التجربة هو:

- التأكد من صلاحية فقرات البرنامجين التعليميين.
- معرفة الصعوبات والمشاكل التي تواجه الباحثون.
- مدى صلاحية وملائمة عدد التكرارات لكل أسلوب وفترة أو زمن الراحة بين التكرارات ومدى استجابة الطالبات لهذين الأسلوبين.

وقد حققت التجربة الهدف الذي أقيمت من اجله، حيث استفاد الباحثون من العديد من الملاحظات التي حدثت خلالها، مثل (عدد التكرارات وفترة الراحة بين التكرارات أو بين مجموعة

تمرين ومجموعة أخرى والاستجابة الجيدة من قبل الطالبات، وتنظيم العمل وتلافي الوقوع بالأخطاء خلال التجربة الرئيسية).

2-6-1 الأسس العلمية للاختبارات:

2-6-1-1 صدق الاختبار:

اعتمد الباحثون على الصدق الظاهري وهو الصدق الذي يتم التوصل اليه من خلال حكم المختص على درجة قياس الاختبار للمادة المقاسة، وبما أن هذا الحكم يتصف بدرجة من الذاتية لذلك تم عرضه على عدد من الخبراء والمختصين (ملحق 1) في مجال كرة قدم صالات وقد ثبت صدق الاختبار الظاهري بعد أن اتفق الخبراء على أنها تحقق الغرض الذي وضعت من أجله وملائمتها للفئة العمرية قيد البحث.

2-6-2 ثبات الاختبار:

ثبات الاختبار يعني إذا أجري اختبار ما على عينة ثم أعيد هذا الاختبار على العينة نفسها وتحت الظروف عينها فإن النتائج التي ظهرت في المرة الأولى هي النتائج نفسها في المرة الثانية. وقد استخدم الباحثون طريقة إعادة الاختبار، لأنها من انسب الطرائق المتبعة في ثبات الاختبار، وتم إجراء الاختبار الأول في يوم الخميس (2023/12/7) وأعيد الاختبار نفسه مرة ثانية بعد ثلاث أيام في يوم الاثنين (2023/12/11) على نفس العينة، وتحت نفس الظروف التي تم فيها إجراء الاختبار الأول. وقد قام الباحثون باستخراج معامل الثبات عن طريق استخدام معامل الارتباط الرتبى (سبيرمان) ما بين نتائج الاختبار الأول والثاني واستخراج معنوية العلاقة عن طريق القيمة المركبة العظمى لمعامل الارتباط (الجدولية) المقابلة لقيمه المحسوبة عند درجة حرية (4) ومستوى دلالة (0.05) والبالغة (0.81). وبالمقارنة توصل الباحثون إلى أن الاختبارات تتمتع بمعنوية عالية، لأن قيم معامل الارتباط المحسوبة كانت أكبر من القيمة المركبة العظمى لهذا المعامل، مما يدل على إن جميع الاختبارات المعنوية بدرجة عالية من الثبات كما هو مبين في الجدول (2) الآتي:

الجدول (2) يبين معاملات الثبات والموضوعية والقيمة المركبة العظمى لمعامل الارتباط للاختبارات المبحوثة

ت	المهارات	الاختبارات	وحدة القياس	معامل الثبات	معامل الموضوعية	القيمة المركبة العظمى للمعامل
1	السيطرة على الكرة	التحكم بالكرة في الهواء وحساب الزمن	الثانية وأجزائها	0.85	0.87	0.81
2	الدحرجة بالكرة	اختبار دحرجة الكرة بين (10) شاخصاً والمسافة بين شاخص وآخر (2م) ذهاباً وإياباً	الثانية وأجزائها	0.88	0.87	0.81
3	دقة التهديد	التهديد بالكرة نحو هدف مقسم الى مربعات	الدرجة	0.84	0.85	0.81

2-6-3 موضوعية الاختبار:

لغرض استخراج موضوعية الاختبارات المعنية بهذا البحث، استعان الباحثون بمحكمين لتقويم نتائج الاختبارات المطبقة على مفردات العينة الاستطلاعية، ومن ثم عالج نتائجها إحصائياً من خلال استخراج معامل الارتباط البسيط (بيرسون) للتعبير عن معامل الموضوعية لكل اختبار من الاختبارات المشمولة بالبحث. وقد أسفرت النتائج عن الموضوعية العالية التي تتمتع فيها الاختبارات المستخدمة في البحث، وذلك لان قيم معاملات الارتباط المحسوبة أكبر من القيمة المركبة العظمى لمعامل الارتباط عند حجم عينة (6) ومستوى دلالة (0.05) والبالغة (0.81) كما هو مبين في الجدول (2) آنف الذكر.

2-7 القياس القبلي:

تم إجراء الاختبارات القبليّة بالمهارات الأساسية المختارة بكرة قدم صالات على مجموعتي البحث التجريبتين في يوم الخميس الموافق 2023/12/14.

التكافؤ بين المجموعتين التجريبتين:

قام الباحثون بأجراء عملية التكافؤ بين مجموعتي البحث في المهارات الأساسية المختارة باستخدام اختبار (T) للعينات المستقلة. وقد تم تقسيم عينة البحث الى مجموعتين تجريبتين بواقع (12) طالبة لكل مجموعة (المجموعة التجريبية الأولى (اسلوب التمرين المتسلسل) والمجموعة التجريبية الثانية (اسلوب التمرين المركب) والجدول (3) يبين ذلك.

الجدول (3) بين تكافؤ المجموعتين التجريبتين

ت	المهارات الاساسية	وحدة القياس	المجموعة التجريبية الأولى (المتسلسل)		المجموعة التجريبية الثانية (المركب)		قيمة (ت) المحسوبة*
			ع	س	ع	س	
1	السيطرة على الكرة	الثانية	36.987	3.591	37.219	3.205	0.024
2	سرعة دحرجة بالكرة	الثانية	19.489	1.648	19.657	1.073	0.650
3	دقة التهديد	الدرجة	7.88	0.632	7.75	0.528	0.988

* قيمة (T) الجدولية تبلغ (2.074) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (22)

وقد أسفرت نتائج اختبار (T) في الجدول (3) عن عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في المهارات الأساسية بكرة قدم صالات قيد الدراسة مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث في هذه المهارات، علماً إن مجموعتي العينة متجانسة من حيث انها من مرحلة دراسية واحدة.

* السادة المحكمين:

1-د. مصطفى سلمان كاظم/فسيولوجيا التدريب الرياضي/كرة قدم صالات/جامعة الكوفة /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

2-د. جعفر علي عبد الحسين/فسيولوجيا التدريب الرياضي/كرة قدم صالات/جامعة الكوفة/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

2-8 التجربة الرئيسية للبحث (تطبيق الوحدات التعليمية):

تم تطبيق الوحدات التعليمية على مجموعتي البحث التجريبتين ابتداء من يوم الثلاثاء 2023/12/19 وتم الانتهاء في يوم الخميس 2024/1/25. وتكونت الوحدات التعليمية من (12) وحدة نفذت على مدى (6) أسابيع بواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع الواحد (الثلاثاء، الخميس) مدتها (90) دقيقة (ملحق 2).

أن الوحدات التعليمية متشابهة في قسميها التحضيري والختامي أما الاختلاف فكان في الجزء التطبيقي من القسم الرئيسي بين أسلوب التمرين المتسلسل والتمرين المركب مع احتفاظ كل أسلوب بنفس العدد من التكرارات والمجموعات للتمرينات المستخدمة. إذ تم تطبيق الأسلوبين وكما يأتي:

2-8-1 المجموعة التجريبية الأولى (التمرين المتسلسل):

تؤدي هذه المجموعة التمارين الخاصة بالمهارات المراد تعليمها وفق المنهج المقرر للعبة كرة قدم صالات حسب مفردات المرحلة الثالثة لكن وبنفس التكرارات المثبتة أمام كل تمرين لكن فترة راحة ستكون كبيرة نسبياً بين التكرارات (فترة الانتقال إلى التمرين الثاني) ثم يتم الانتقال إلى التمرين الثاني مع اعطاء فترة راحة مناسبة يتم خلالها شرح مختصر لأداء التمرين الثاني بصورة موجزة مع تصحيح الأخطاء أثناء أداء التمارين.

2-8-2 المجموعة التجريبية الثانية (التمرين المركب):

تؤدي هذه المجموعة التمارين الخاصة بالمهارات المراد تعليمها وفق المنهج المقرر للعبة كرة قدم صالات حسب مفردات المرحلة الثالثة لكن وبنفس التكرارات المثبتة أمام كل تمرين لكن وبعد الانتهاء من أداء التكرار يتوقف الطالبات لأعطاهم فترة راحة مساوية أو تزيد عن فترة أداء التمرين، ثم الانتقال إلى التمرين الثاني، ويقوم الباحثون بشرح وافي لأداء التمرين الثاني مع تصحيح الأخطاء في فترة الراحة بين التكرارات والتمارين.

ملاحظة/ أن جميع التمارين ولكلا المجموعتين لها عدد مساوي من التكرارات والمجموعات.

2-9 الاختبارات البعدية:

تم إجراء الاختبارات البعدية الخاصة بالمهارات الأساسية المختارة على مجموعتي البحث في يوم الثلاثاء 2024/1/30.

2-10 الوسائل الإحصائية:

- الوسط حسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط البسيط (بيرسون).
- (T-test) للعينات المستقلة. - (T-test) للعينات المترابطة

3- عرض النتائج ومناقشتها:

3-1 عرض نتائج المقارنة بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الاولى (أسلوب التمرين المتسلسل) في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة قدم صالات.

الجدول (4) يبين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الاولى (أسلوب التمرين المتسلسل) في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة قدم صالات

ت	المهارات المختارة	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	الدلالة الإحصائية
			ع	س	ع	س		
1	السيطرة على الكرة	الثانية	36.987	3.591	47.895	6.362	4.082	معنوي
2	سرعة دحرجة الكرة	الثانية	19.489	1.648	16.801	1.541	3.042	معنوي
3	دقة التهديف	الدرجة	7.88	0.632	12.852	0.753	7.648	معنوي

* قيمة (T) الجدولية تبلغ (2.201) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (11)

3-1-1 عرض نتائج المقارنة بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (أسلوب التمرين المركب) في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة قدم صالات:

الجدول (5) يبين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (أسلوب التمرين المركب) في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة قدم صالات

ت	المهارات المختارة	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	الدلالة الإحصائية
			ع	س	ع	س		
1	السيطرة على الكرة	الثانية	37.219	3.205	45.157	6.127	2.249	معنوي
2	سرعة دحرجة الكرة	الثانية	19.657	1.073	17.316	0.425	2.958	معنوي
3	دقة التهديف	الدرجة	7.75	0.528	13.221	0.583	29.024	معنوي

* قيمة (T) الجدولية تبلغ (2.201) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (11)

3-1-2 عرض نتائج المقارنة بين الاختبار البعدي للمجموعة التجريبيتين في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة قدم صالات

الجدول (6) يبين الاختبار البعدي للمجموعة التجريبيتين في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة قدم صالات

ت	المهارات المختارة	وحدة القياس	المجموعة الاولى (التمرين المتسلسل)		المجموعة الثانية (التمرين المركب)		قيمة (ت) المحسوبة	الدلالة الإحصائية
			ع	س	ع	س		
1	السيطرة على الكرة	الثانية	47.895	6.362	45.157	6.127	2.878	معنوي
2	سرعة دحرجة الكرة	الثانية	16.801	1.541	17.316	0.425	2.312	معنوي
3	دقة التهديف	الدرجة	12.852	0.753	13.221	0.583	1.008	معنوي

* قيمة (T) الجدولية تبلغ (2.074) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (22)

3-2 مناقشة نتائج المقارنة بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبيتين في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة قدم صالات:

يتبين من نتائج الجدولين (4) و(5) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبيتين في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة قدم صالات وهذا يحقق صحة الفرض الأول ويعزو الباحثون سبب ذلك إلى فعالية البرنامجين التعليميين الخاصين لأسلوبي التمرين المتسلسل والمركب والذي طبقا على المجموعتين التجريبيتين وما يحويه كل أسلوب من شرح وعرض وإعطاء إرشادات وتعليمات خاصة لكل تمرين من التمارين التعليمية من حيث عرضه وعدد تكراراته وزمن الراحة بين كل تكرار وآخر وهذا التقدم في نتائج التعلم جاء نتيجة استخدام أسلوب التمرين المتسلسل والمركب في هذا البحث ، فكانت عملية الأداء للأسلوبين بشكل منتظم وهذا دليل على التزام الطالبات بالوحدات التعليمية والتوجيهات من قبل الباحثون ، فاستثمر الوقت بشكل مثالي تقريبا في سبيل تحقيق أهداف الوحدات التعليمية .

أن التكرار الحاصل في الوحدات التعليمية بمهارات كرة قدم صالات (السيطرة على الكرة، الدحرجة بالكرة، دقة التهديف) والتمارين المساعدة أدت إلى حصول هذا التقدم في تعلم هذه المهارات، إذ يذكر أن الممارسة وبذل الجهد بالتدريب والتكرارات المستمرة ضرورية في عملية التعلم، والتدريب عامل مساعد وضروري في عملية تفاعل الفرد مع المهارة والسيطرة على حركاته وتحقيق التناسق بين الحركات المكونة للمهارة في أداء متتابع سليم وزمن مناسب.

إذ أن أسلوب التمرين المتسلسل والمركب يعتمدان على تكرار الاداء المهاري حيث أنها عملية فعالة في اكتساب التعلم وتطوره بأقصر فترة زمنية وبأقل جهد، فيشير محجوب إلى "إن من الشروط الواجب توافرها لحصول عملية التعلم هو الممارسة على المهارة".

أن تكرار المهارات المعزز بالتصحيح المستمر من قبل الباحثون ساعد الطالبات على تعلم وإتقان المهارات فضلاً عن ذلك فإن المجموعتين التجريبيتين قد تعرضا لنفس ظروف التعلم من حيث عدد التكرارات وزمن الاداء والتغذية الراجعة ، كما أن الأسلوبين المستخدمين كانا مناسبين للطالبات مما أدى إلى أبعاد عامل الملل عنهم وبث روح المشاركة الفعلية منهم إذ أن الاهتمام بزيادة المحاولات التكرارية وتزويد المتعلم بأنماط مختلفة من التغذية الراجعة والالتزام والحث والتشجيع والتنويع في الاداء يساعد المبتدئين على تعلم واكتساب المهارات الأساسية.

3-3 مناقشة نتائج المقارنة بين الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبيتين في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة قدم صالات:

يتبين من الجدول (6) وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبيتين في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة قدم صالات وهذا يحقق الفرض الثاني من فروض البحث حيث تفوقت المجموعة الاولى التي نفذت التمرين بطريقة التمرين المتسلسل على المجموعة الثانية التي نفذت التمرين بطريقة التمرين المركب في مهارتي (السيطرة على الكرة، الدحرجة بالكرة) ويعزو الباحثون سبب ذلك إلى فعالية أسلوب التمرين المتسلسل الذي يتميز بوجود فترات راحة بين تكرار وآخر فإنه يساعد المتعلمين على زيادة التركيز والانتباه والحصول على أنماط مختلفة من التغذية الراجعة عند أدائهم . كما يساعدهم في عملية التصور الذهني للمهارات والذي يساعد في زيادة فهم الطالب لطبيعة أداء المهارات في مواقف اللعب المختلفة، فضلاً عن أن هذا التمرين مناسباً لمثل هذه الفئة العمرية مما يجعل التمرين مناسب لهم.

أن أسلوب التمرين المتسلسل يعطي فترات راحة كافية بين التمارين فتسمح للمتعلم أن يستوعب الواجب والأداء الحركي ويبعده عن عامل التعب والملل الذي قد يصيبه إذا حجبت عنه فترات الراحة كما أن أسلوب التمرين المتسلسل يعطي فرصة للمتعلم لتعزيز الاكتساب المبكر الذي يشكل الأساس السليم لتعلم بعض المهارات الأساسية بكرة قدم صالات.

كما يعطي التمرين المتسلسل الفرصة للتقليل من آثار التداخل الذي يتولد أثناء التمرين ذلك لان لكل تمرين آثار سلبية وإيجابية ومن الممكن أن تتداخل هذه الآثار مع آثار التمارين اللاحقة الأمر الذي يؤدي الى تراكم الآثار السلبية وتداخلها مع ما يمكن أن يتحقق في التمارين التالية، وأن طول فترة الراحة بين التكرارات يعطي فرصة التخلص او التجنب من هذه التداخلات.

ويعزو الباحثون تفوق أسلوب التمرين المتسلسل إلى أن فترة التوقف بين التكرارات يعطي فرصة للمتعلم مراجعة أدائه ذهنياً مما يجعل المتعلم أكثر تركيزاً عند أداء مهارات السيطرة على الكرة والدرجة بالكرة.

وبما أن عينة البحث من المبتدئين لذلك كانت بحاجة إلى وقت راحة لأن العمل على تعلم مهارتي السيطرة على الكرة، والدرجة بالكرة تحتاج إلى تكرار في الأداء ثم اعطاء فترة من الراحة إلا أن الأداء ليس سهلاً بالنسبة للمتعلمين وهناك صعوبة في التطبيق وخاصة لم يتعرض الطالبات لمثل هذا الأداء سابقاً.

وبسبب وجود فترة راحة كافية جعلت الطالبات يؤدون المهارة بشكل أدق وبتوازن في الأداء مع إمكانية الحفاظ على الوضع الطبيعي للجسم، وعليه فإن فترة الراحة تعطي للطالبات الوقت الكافي لاستجماع قدراتهم للقيام بالأداء الكامل للواجب الحركي القادم والتفكير بالمسار الحركي السليم من البداية وحتى النهاية.

وهذا ما أكده عبد الرحمن العيسوي بأن فترات الراحة الموجود في التمرين الموزع تبعد الملل والتعب والنسيان عن المتعلم وأنها تثبت ما يتعلمه الفرد هذا إلى جانب تجدد نشاط المتعلم بعد فترات الانقطاع وأقباله على التعلم باهتمام أكبر.

كما يظهر الجدول (6) عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبيتين بمهارة (دقة التهديف) لكن التطور موجود في كلا المجموعتين وبفروق عالية ويعزو الباحثون سبب ذلك إلى سهولة أداء مهارة دقة التهديف وعدم الحاجة إلى بذل جهد بدني كبير وإنما التركيز على دقة التهديف على الهدف.

وعليه فإن فترات الراحة القصيرة نسبياً والتي أعطيت للمجموعة التي نفذت بطريقة التمرين المركب مقارنة بفترات الراحة الكبيرة التي تمتعت بها المجموعة الثانية التي نفذت بطريقة التمرين المتسلسل فلم تؤثر سلباً على الدقة وأثناء كانت عامل إيجابي للعينة لتصحيح الأخطاء من قبل الباحثون في خلال المحاضرات الأولية وللمراجعة الذاتية لدى الفرد في هذه المجموعة فيما بعد وخصوصاً عندما يشاهد الطالب ويعلم النتائج التي يحصل عليها بعد كل محاولة تصويب مما ولد لدى أفراد هذه المجموعة الدافعية لتصحيح وإجادة دقة التهديف.

ويذكر بأن "العملية التعليمية تتطلب اشتراك الفرد المتعلم بإيجابية كما أنها تتطلب وجود الدافع المتطور، أي الدوافع التي تنمو من خلال النجاح في أداء الواجبات الحركية"

4-الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

- 1-إن كلا الأسلوبين لجدولة التمرين المتسلسل والمركب قد حقق تعلماً متقدماً في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة قدم صالات (السيطرة على الكرة، الدرجة بالكرة، ودقة التهديف).
- 2-تفوقت المجموعة الثانية (أسلوب التمرين المتسلسل) على المجموعة الأولى (أسلوب التمرين المركب) في تعلم مهارتي السيطرة على الكرة والدرجة بالكرة.
- 3-لا يوجد فروق معنوية بين المجموعة الأولى (أسلوب التمرين المتسلسل) والمجموعة الثانية (أسلوب التمرين المركب) في تعلم مهارة دقة التهديف على الهدف.

4-2 التوصيات:

- 1-التأكيد على استخدام أسلوب التمرين المتسلسل في تعلم مهارتي السيطرة على الكرة، والدرجة بالكرة.
- 2-أجراء بحوث باستخدام أساليب أخرى من جدولة التمرين على بعض المهارات الأساسية بكرة قدم صالات.
- 3-أجراء بحوث بأساليب الدمج في جدولة التمرين في تعلم المهارات الأساسية بكرة قدم صالات والألعاب الرياضية الأخرى.

المصادر

- عبد الرحمن محمد العيسوي: سيكولوجية التعلم والتعليم، ط1، عمان، دار أسامة للنشر، 2003.
- محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب: البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي، 1999.
- محمد عبد الغني عثمان: التعلم الحركي والتدريب الرياضي، ط1، الكويت، دار القلم، 1983.
- مفتي إبراهيم حماد: الجديد في الإعداد البدني والمهاري والخططي للاعب كرة قدم صالات، ب.ط، القاهرة، دار الفكر العربي، 1994.
- موفق أسعد محمود: الجديد الاختبارات والتكتيك في كرة قدم صالات، ب.ط، عمان، دار دجلة، 2007.
- نجاح مهدي (واخرون): التعلم الحركي، ط1، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 2000.
- وجية محجوب: (موسوعة علم الحركة) التعلم وجدولة التدريب الرياضي، ط1، عمان، دار وائل للنشر، 2001.

ملحق (1) اسماء السادة المختصين الذين اجريت معهم المقابلة لتحديد المهارات قيد الدراسة

ت	الاسم	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
1	د. علي مهدي حسن	استاذ	التعلم الحركي-كرة القدم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة الكوفة
2	د. بشار عبود فاضل	استاذ مساعد	فسيولوجيا التدريب الرياضي-كرة القدم صالات	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة الكوفة
3	د. مصطفى سلمان كاظم	مدرس	فسيولوجيا التدريب الرياضي-كرة القدم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة الكوفة
4	د. جعفر علي عبد الحسين	مدرس	فسيولوجيا التدريب الرياضي-كرة القدم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة الكوفة
5	م.م. عمار موسى ابراهيم	مدرس مساعد	تأهيل الاصابات-كرة القدم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة الكوفة
6	م.م. علي رياض فياض	مدرس مساعد	علم النفس الرياضي-كرة القدم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة الكوفة

ملحق (2) يبين نماذج للوحدات التعليمية المستخدمة

الزمن: (90) دقيقة

الهدف التعليمي: تعليم الطالبات مهارة السيطرة على الكرة

نوع النشاط	الوقت	النشاط البدني والمهاري	التنظيم	الادوات المستخدمة	الملاحظات
الجزء الاعدادي	20 د		× × × × ×		التأكيد على الوقوف بنظام
المقدمة	5 د	تسجيل الغياب - تجهيز الادوات - ترديد التحية الرياضية	ط		
الاحماء	10 د	سير - هرولة بسيطة حول الساحة - الحجل على قدم اليسار ثم الحجل على قدم اليمين - سي - وقوف			
التمارين البدنية	5 د	تمرين الذراعين: (الوقوف) القفز فتحاً مع رفع الذراعين جانباً والرجوع الى الوضع (عدتان) تمرين الجذع: (الوقوف فتحاً) ثني الجذع أماماً أسفل وضغط في الوضع ثم الرجوع الى الوضع (4 عدات) تمرين الرجلين: (الوقوف، الذراعان أماماً) نصفياً ثني الركبتين (عدتان)	× × × × × ط		التأكيد على الاداء الصحيح للتمارين البدنية
الجزء الرئيسي	60 د				
النشاط التعليمي	15 د	تعليم الطالبات مهارة السيطرة على الكرة			
النشاط التطبيقي	45 د	- يمسك اللاعب الكرة في يديه ثم يسقطها أمامه مباشرة ثم يقوم بالامتصاص بوجه القدم الأمامي. - يقف اللاعب المتعلم على بعد 3 أمتار من لاعب آخر ممسكاً الكرة ويبدأ التمرين بأن يرمي اللاعب الكرة للاعب المتعلم في مسار منحني إلى جانبه تماماً ليقوم اللاعب المتعلم بامتصاص بباطن القدم. - يقوم زميل يقف أمام الممتص برمي الكرة لزميله ليقوم بامتصاصها بالصدر مع زيادة المسافة بين الزميلين وأداء نفس الحركة.		كرة قدم	- التأكيد على استخدام الاداء الصحيح للمهارة - السيطرة على الكرة بكلتا القدمين
الجزء	10 د	سير - هرولة بسيطة حول الساحة			

					الختامي
--	--	--	--	--	---------

الزمن: (90) دقيقة

الهدف التعليمي: تعليم الطالبات مهارة الدرجة بالكرة

نوع النشاط	الوقت	النشاط البدني والمهاري	التنظيم	الادوات المستخدمة	الملاحظات
الجزء الاعدادي	20 د		× × × × ×		التأكيد على الوقوف بنظام
المقدمة	5 د	تسجيل الغياب - تجهيز الادوات - ترديد التحية الرياضية	ط		
الاحماء	10 د	سير - هرولة بسيطة حول الساحة - الحجل على قدم اليسار ثم الحجل على قدم اليمين - سير - وقوف			
التمارين البدنية	5 د	تمرين الذراعين: (الوقوف) القفز فتحاً مع رفع الذراعين جانباً والرجوع الى الوضع (عدتان) تمرين الجذع: (الوقوف فتحاً) ثني الجذع أماماً أسفل وضغط في الوضع ثم الرجوع الى الوضع (4 عدات) تمرين الرجلين: (الوقوف، الذراعان أماماً) نصفياً ثني الركبتين (عدتان)	× × × × × ط		التأكيد على الاداء الصحيح للتمارين البدنية
الجزء الرئيسي	60 د				
النشاط التعليمي	15 د	تعليم الطالبات مهارة الدرجة بالكرة			
النشاط التطبيقي	45 د	- الركض بالكرة بخط مستقيم وبقدم واحدة لمسافة 10م والرجوع بالقدم الاخرى. - الركض البطيء بالكرة في خط غير مستقيم أي التحرك يميناً ويساراً مع استعمال القدمين. - الركض الاعتيادي بالكرة بخط مستقيم ثم التبديل الى خط متعرج مرة اخرى.		كرة قدم	- التأكيد على استخدام الاداء الصحيح للمهارة - الدرجة بكلتا القدمين
الجزء الختامي	10 د	سير - هرولة بسيطة حول الساحة			

الزمن: (90) دقيقة

الهدف التعليمي: تعليم الطالبات مهارة التهديف

نوع النشاط	الوقت	النشاط البدني والمهاري	التنظيم	الادوات المستخدمة	الملاحظات
الجزء الاعدادي	20 د		× × × × ×		التأكيد على الوقوف بنظام
المقدمة	5 د	تسجيل الغياب - تجهيز الادوات - ترديد التحية الرياضية	ط		
الاحماء	10 د	سير - هرولة بسيطة حول الساحة - الحجل على قدم اليسار ثم الحجل على قدم اليمين - سير - وقوف			
التمارين البدنية	5 د	تمرين الذراعين: (الوقوف) القفز فتحاً مع رفع الذراعين جانباً والرجوع الى الوضع (عدتان) تمرين الجذع: (الوقوف فتحاً) ثني الجذع أماماً أسفل وضغط في الوضع ثم الرجوع الى الوضع (4 عدات) تمرين الرجلين: (الوقوف، الذراعان أماماً) نصفياً ثني الركبتين (عدتان)	× × × × × ط		التأكيد على الاداء الصحيح للتمارين البدنية
الجزء الرئيسي	60 د				
النشاط التعليمي	15 د	تعليم الطالبات مهارة التهديف			
النشاط التطبيقي	45 د	- القفز الجانبي بتبادل الرجلين (يميناً ويساراً) بصورة متتالية واتجاه الحركة للأمام ثم التهديف على المرمى. - القفز بكلتا القدمين من فوق (4) شواخص ثم الركض المتعرج من بين (4) شواخص والتهديف على المرمى. الحجل بشكل جانبي على (6) شواخص بارتفاع (40) سم والمسافة بينهم (1) م ثم التهديف على المرمى.		كرة قدم شواخص	- التأكيد على استخدام الاداء الصحيح للمهارة - التهديف بكلتا القدمين
الجزء الختامي	10 د	سير - هرولة بسيطة حول الساحة			