

أثر منهج تعليمي بالأسلوب المكثف والموزع في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للذكور و الإناث للفئة العمرية (7 - 9) سنوات

م.م. رأفت عبد الهادي الكروي

1- التعريف بالبحث :

1 - 1 المقدمة وأهمية البحث :

إن غالبية الفرق العالمية اعتمدت في بناء فرقها على تعليم الأطفال لمهارات كرة القدم و ذلك من خلال فتح مدارس خاصة بها يتم فيها تعليم الأطفال و من كلا الجنسين على المهارات الأساسية بكرة القدم من خلال إخضاعهم إلى برامج تعليمية لهذه المهارات . و إن هذه المناهج التعليمية يتم تطويرها بشكل مستمر لتضمن التعلم السريع لهذه المهارات و التحاق اللاعبين في صفوف فريقهم بسن مبكرة لكي يتسنى للفرق الاستفادة منهم لأطول فترة ممكنة . و لا تقتصر المناهج التعليمية المستخدمة في هذه المدارس على طريقة واحدة في عملية التعليم و إنما تأخذ طرق عديدة و منها التدريب المكثف و الموزع . و تكمن أهمية البحث في التعرف على أثر التدريب المكثف و الموزع في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للذكور و الإناث و أيهما أسرع في عملية التعليم .

1 - 2 مشكلة البحث :

من خلال إطلاع الباحث على البحوث و المصادر العلمية فضلاً عن اتصاله بالمعلمين فقد وجد إن هنالك عدة أساليب في تعليم المهارات الأساسية بكرة القدم للمبتدئين , و لإخلاف طرائق تعليم المهارات الأساسية بكرة القدم و لعدم إمكانية تحديد أي الأساليب أفضل في تعلم المهارات الأساسية بكرة القدم و ذلك من خلال الاقتصادية بالجهد و الوقت المبذول و كذلك الكلفة لذا ارتأى الباحث دراسة هذه المشكلة للوقوف على أي الأساليب أفضل (المكثف , الموزع) في تعليم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم و كذلك أي الجنسين أسرع في عملية التعليم و لكل طريقة .

1 - 3 أهداف البحث : يهدف البحث للتعرف على

- 1- الفروق بين القياسين القبلي وألبعدي للأسلوبين المكثف و الموزع للذكور والإناث كل على حدة .
- 2- الفروق بين الأسلوبين المكثف و الموزع في القياس ألبعدي لكل من الذكور و الإناث كل على حدة من خلال فرق التأثير .
- 3 - الفروق بين الذكور و الإناث في الأسلوب المكثف للقياس ألبعدي من خلال فرق التأثير .
- 4 - الفروق بين الذكور و الإناث في الأسلوب الموزع للقياس البعدي من خلال فرق التأثير .

1 - 4 فروض البحث : أفترض الباحث إن

- 1- لكل من التدريب المكثف و الموزع أثر معنوي في عملية تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم و لكلا الجنسين .
- 2- هناك فروق معنوية بين القياسين القبلي و البعدي للأسلوبين المكثف و الموزع .
- 3- هناك فروق معنوية بين الأسلوبين المكثف و الموزع في القياس البعدي .
- 4 - هناك فروق بين الذكور و الإناث في الأسلوب المكثف للقياس البعدي .
- 5 - هناك فروق بين الذكور و الإناث في الأسلوب الموزع للقياس البعدي .

1-5 مجالات البحث

- 1- المجال البشري : تلاميذ المدارس الابتدائية في محافظة القادسية للفئة العمرية (7 - 9) سنوات.
- 2- المجال الزمني : 10 / 2 / 2009 إلى 1 / 5 / 2009
- 3- المجال المكاني : الساحات والملاعب في مدارس (المنال, فلسطين ,الخليج العربي ,الحرية)

2 - الدراسات النظرية

2 - 1 التعلم والتعليم

قد يختلط على القارئ مصطلحا التعلم والتعليم إذ يفهم على أنهما مصطلحان لمفهوم واحد ولكن بالواقع أن لكل منهما له معنى ومفهوم خاص به على الرغم من كون كل منهما متمم للآخر حيث إن عملية التعلم تحتاج إلى وجود المعلم والمتعلم .

حيث عرف التعلم تعريفات كثيرة منها عرفه نجاح وأكرم نقلاً عن (Singer, 1980) بأنه (الناتج أو الانعكاس الحاصل بسبب التغير المستمر نسبياً في الأداء والسلوك بسبب الخبرة السابقة والتطبيق العملي) ¹

إما التعليم فقد عرف (على أنه تحديد للتعلم وتحكم في شروطه وظروفه حيث يمكن للمتعلم أن يتعلم ذاتياً أو تلقائياً أو تعلم عرضياً أو مصاحباً) ² .

إن تعلم المهارة الحركية الجديدة عملية صعبة وخاصة عند المتعلمين المبتدئين ، وذلك لارتباطها بصفة الرشاقة التي هي صفة التكنيك ، و التكنيك هو الصفة الحركية للمهارة .
و بناءً على ذلك فإن تعلم المهارة الحركية متعلق بتطوير التوافق و القابليات البدنية و النفسية و العقلية .³

بعد عدة سنين من الولادة لا تظهر فروقات تذكر في الجانب الحركي ، فليس هناك أي فروق فردية بين الذكور و الإناث في فترة الزحف و المشي و الركض للمهارات و الأشكال الحركية الأساسية كافة .
و لا تظهر الفروق الجسمية و البدنية إلا في فترة المراهقة ⁴ .

2- 2 التدريب المكثف و الموزع :

إن المبدأ الأساس الذي يحدد عملية التعلم بالطريقة الموزعة و الطريقة المكثفة هو اوقات الراحة بين تمرين و آخر أو بين تكرارات كل تمرين إذ إن التمرين الموزع يعني وجود راحة تامة و كافية بين التكرارات عكس التمرين المكثف الذي تقل فيه أو تنعدم فترات الراحة .⁵
و يمكن للمدرس أو المدرب أن يتلاعب بأوقات الراحة فقد تكون بين كل محاولة و محاولة ثانية أو قد تكون بين كل ثلاث محاولات أو قد تكون بين كل خمس محاولات و هكذا .⁶

2-3 المهارات الأساسية بكرة القدم :

¹ نجاح مهدي شلش ، اكرم محمد صبحي : التعلم الحركي . دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة البصرة ، 1994، ص17.

² محمد محمود الخوالدة وآخرون : طرق التدريس العامة . اليمن ، ط1 ، مطبعة وزارة التربية والتعليم اليمنية ، 1997 ، ص3 .

³ قاسم لزام و آخرون : أسس التعلم و التعليم و تطبيقاته في كرة القدم ، 2005 ، ص75 .

⁴ يعرب خيون – عادل فاضل : التطور الحركي و اختبارات الأطفال ، مكتب العادل للطباعة الفنية ، بغداد ، 2007، ص71 .

⁵ عبد الله حسين اللامي : أساسيات التعلم الحركي ، ط1 ، مجموعة مؤيد الفنية ، جامعة القادسية ، 2006 و ص91 .

⁶ يعرب خيون : التعلم الحركي بين المبدأ و التطبيق ، مكتب الصخرة للطباعة ، بغداد ، 2002 ، ص85 .

تعني كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها.¹

و المهارات الأساسية للعبة كرة القدم يمكن تحديدها فيما يلي:²

- 1- ضرب الكرة بالقدم : و تتضمن التمرير و التصويب و التشتيت .
- 2- ضرب الكرة بالرأس : و تتضمن التمرير و التصويب و التشتيت .
- 3- الجري بالكرة .
- 4- السيطرة على الكرة .
- 5- المراوغة .
- 6- مهاجمة الكرة التي في حوزة المنافس .
- 7- رمية التماس .
- 8- مهارات حارس المرمى .

الجري بالكرة :³

وهي عملية انتقال اللاعب مع الكرة من مكان إلى مكان آخر في الملعب و تهدف إلى :

- 1- اجتياز الخصم و التخلص منه .
- 2- اختراق صفوف دفاع الخصم و القيام بالمناولة أو التهديد .
- 3- عندما لا يتوفر مجال للمناولة في الوقت المناسب .
- 4- لسحب الخصم من أجل تنفيذ خطة معينة و إعطاء الزميل فرصة التحرك بحرية لإزالة الضغط عنه .
- 5- تأخير اللعب و كسب الوقت عندما يكون الفريق متقدماً بنتيجة المباراة .
- 6- تنظيم لعب الفريق .
- 7- الدحرجة ليست غاية بل وسيلة للوصول إلى الفعالية التي تليها .

ضرب الكرة :¹

¹ زهير قاسم الخشاب : كرة القدم , دار الكتب للطباعة والنشر , الموصل , 1999 , ص 142 .

² مفتي ابراهيم محمد : الجديد في الإعداد المهارى و الخططى للاعب كرة القدم , دار الفكر العربي , القاهرة , 1994 , ص

³ زهير قاسم الخشاب : مصدر سبق ذكره , 1999 , ص 144 .

يعد ضرب الكرة بالقدم سلاحاً قوياً من ناحية تمرير الكرة إلى مسافات طويلة أبعد من أي مسافة يمكن أن تؤدي بواسطة أي عضو آخر ، ولعل الضربات المتنوعة التي يمكن أن تؤديها القدم وتطبيقاتها المختلفة تجعل هذه المهارة أكثر فائدة من المهارات الأخرى في مجال كرة القدم ، ولكي ندرك مدى أهمية مهارة ضرب الكرة بالقدم للاعب فإننا نقول إن اللاعب الذي لا يتقن المراوغة أو ضربة الرأس بمستوى رفيع يكون لاعباً غير مكتمل من الجانب المهاري ولكن اللاعب الذي لا يتقن ضرب الكرة بالقدم يكون من الصعب عليه إتقان لعبة كرة القدم ذلك لأن المهارات التي ذكرناها سلفاً تستعمل في مواقف معينة من المباراة في حين إن ضرب الكرة بالقدم لا يمكن الاستغناء عنه في أي موقف من مواقف المباراة تقريباً ولذلك فهي أكثر المهارات استعمالاً على الإطلاق خلال مباريات كرة القدم ، وضرب الكرة بالقدم يعني استعمال القدم في تصويب الكرة إلى المرمى أو تمريرها أو تشتيتها .

3 - منهجية البحث و إجراءاته الميدانية :

3 - 1 منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعات التجريبية المتكافئة لملائمته وطبيعة المشكلة المدروسة .

3 - 2 عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث من تلاميذ وتلميذات مدارس (الحرية الابتدائية للبنات ، المنال الابتدائية للبنات ، الخليج العربي الابتدائية للبنين ، فلسطين الابتدائية للبنين) في محافظة القادسية للفئات العمرية من (7-9) سنوات وبالطريقة العشوائية حيث بلغ عددهم (80) تلميذ و تلميذة ثم قام الباحث بتقسيم عينة البحث الى اربع مجاميع تجريبية تكونت كل مجموعة من (20) تلميذ علماً أن جميع افراد العينة من مرحلة نمو واحدة ومن البيئة نفسها ، ولغرض ان يكون خط الشروع واحد بين المجموعات وتقليل تأثير العوامل الداخلية قام الباحث بأجراء التجانس والتكافؤ للمجموعات الاربع بمتغيرات الطول و الوزن و العمر .

3.3 أدوات والوسائل والأجهزة المستخدمة

1. المقابلة

¹ - محمد عبده ، مفتي ابراهيم : الاعداد المتكامل للاعبين كرة القدم ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1985 م.

2. شواخص
3. كرة قدم قانونية
4. مسح للتخطيط
5. شريط قياس
6. ميزان طبي
7. ساعة توقيت
8. المصادر والمراجع
9. فريق العمل المساعد¹

43 الاختبارات المستخدمة في البحث

1 - اختبار ضرب الكرة لبعد مسافة والكرة ثابتة :²

الغرض من الاختبار : قياس قوة ضرب الكرة بالقدم لأبعد مسافة .

الأدوات المستخدمة : كرة قدم وشريط قياس .

الملعب : دائرة نصف قطرها 1م وعلى بعد 3م من مركز الدائرة يرسم خط البدء .

طريقة الاداء : توضع الكرة على مركز الدائرة ، ويقوم اللاعب الذي يقف على خط البدء بالتقدم جرياً

لضرب الكرة بالقدم المفضلة لأبعد مسافة . يؤدي اللاعب 3 محاولات .

القياس : تسجيل المسافة من مركز الدائرة حتى نقطة سقوط الكرة بالمتر وتحسب للاعب أفضل

محاولة .

2 - اختبار الجري بالكرة 50م :³

¹ فريق العمل المساعد هم :

– م.م. حازم علي غازي / كلية التربية الرياضية – جامعة القادسية

– المعلم الجامعي محمد عبيد ناصر / مدرسة الخليج العربي للبنين

– المعلمة وسن عزيز كاظم / مدرسة المنال الابتدائية للبنات

– المعلمة هيفاء عبد الجليل / مدرسة الحرية الابتدائية للبنات

– المعلم ساجد حمزة سلمان / / مدرسة فلسطين الابتدائية للبنين

² - زهير قاسم الخشاب : كرة القدم , دار الكتب للطباعة والنشر , الموصل , 1999 , ص 215 .

³ - قاسم لزام و آخرون : أسس التعلم والتعليم و تطبيقاته في كرة القدم , 2005 , ص 280 .

الغرض من الاختبار : قياس سرعة جري اللاعب بالكرة مع تحكمه فيها .

الأدوات المستخدمة : كرة قدم وساعة إيقاف .

الملعب : يقف اللاعب بالكرة خلف خط البداية ومعه الكرة . وعند إعطاء الإشارة له بالبداية يجري

اللاعب بالكرة بحيث يحتفظ بالكرة بين الخطين حتى خط النهاية (50 م) .

القياس : يحتسب للاعب الزمن لأقرب ثانية من لحظة إعطائه إشارة البدء حتى وصول خط النهاية.

5.3 التجربة القبلية

قام الباحث بأجراء التجربة القبلية على عينة البحث وذلك بتاريخ 15 / 2 / 2009 اجراء الاختبار القبلي على مدرسة الحرية الابتدائية للبنات وبتاريخ 16 / 2 / 2009 اجراء الاختبار القبلي على مدرسة الخليج العربي للبنين و بتاريخ 17 / 2 / 2009 اجراء الاختبار القبلي على مدرسة المنال الابتدائية للبنات تاريخ 18 / 2 / 2009 اجراء الاختبار القبلي على مدرسة فلسطين الابتدائية للبنين وجميعها كانت في تمام الساعة العاشرة صباحاً . حيث اختبرت عينة البحث على اختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة ممكنة ومن ثم اختبار الجري بالكرة 50 متر .

6.3 المنهج التعليمي

بعد انتهاء الاختبارات القبلية على عينة البحث قام الباحث بتطبيق المنهج التعليمي على عينة البحث وبمساعدة معلمي التربية الرياضية في كل مدرسة حيث أعطيت مدرسة الحرية الابتدائية للبنات منهج تعليمي بالاسلوب المكثف اما مدرسة فلسطين للبنين فقد أعطيت منهج تعليمي بالاسلوب المكثف اما مدرسة المنال الابتدائية للبنات فقد اعطيت منهج تعليمي بالاسلوب الموزع ومدرسة الخليج العربي الابتدائية للبنين اعطيت منهج تعليمي بالاسلوب الموزع واستمر المنهج ثمانية اسابيع وبواقع (40) دقيقة لكل وحدة تعليمية وبواقع وحدتين تعليميتين في الاسبوع .

7.3 التجربة الوسطية :

قام الباحث بتاريخ 18 / 3 / 2009 - 21 / 3 / 2009 بإجراء التجربة الوسطية بعد مرور أربع أسابيع على تنفيذ المنهج التعليمي وذلك للتأكيد من ان المنهج يسير بالاتجاه المخطط له أي يقوم بالتطوير في عملية تعلم المهارات قيد الدراسة .

3. 8 التجربة البعدية :

بعد انتهاء تنفيذ المنهج التعليمي على المجموعات الأربع قام الباحث بأجراء التجربة البعدية على عينة البحث حيث قام بأجراء التجربة البعدية على مدرسة الحرية الابتدائية للبنات بتاريخ 19 / 4 / 2009 أما مدرسة المنال الابتدائية للبنات أجريت التجربة البعدية بتاريخ 20 / 4 / 2009 أما مدرسة فلسطين الابتدائية للبنين فقد أجريت التجربة البعدية بتاريخ 21 / 4 / 2009 أما مدرسة الخليج العربي الابتدائية للبنين فقد أجريت التجربة البعدية بتاريخ 22 / 4 / 2009 .

3.9 الوسائل الإحصائية¹ .

1. الوسط الحسابي .
2. الانحراف المعياري .
3. اختبار (t) للعينات المستقلة .
- 4 - اختبار (t) للعينات المترابطة .
5. معامل الالتواء .

4 - عرض النتائج و تحليلها و مناقشتها :

بعد إجراء التجربة البعدية على عينة البحث و الحصول على البيانات قام الباحث باستخراج قيمة التطور لكل مجموعة وذلك من خلال عملية طرح النتائج القبلية من البعدية و كما في المعادلة التالية :

¹ - محمد عبد العال امين النعيمي - حسين مردان عمر : الاحصاء المتقدم في العلوم التربوية و التربية البدنية مع تطبيقات SPSS , ط 1 , الوراق للنشر و التوزيع , 2006 , ص 178 , ص 125 .

(النتائج البعدية - النتائج القبلية = قيمة التطور)

وذلك لكي تسهل عملية المقارنة بين المجموعات على اختلاف أجناسها و طريقة التعليم لكل واحدة منها حيث تكون المقارنة على أساس قيمة التطور لكل مجموعة .

جدول (1)

يبين الأوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية و قيمة t المحسوبة و الجدولية لمجموعتي البنين و البنات لأسلوب التدريب المكثف

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الجنس	قيمة التطور		قيمة t المحسوبة	قيمة t الجدولية	الدلالة
				ع	س			
1	ضرب الكرة	متر و أجزاءه	بنين	1.211	4.53	2.761	2.093	معنوي
			بنات	1.168	3.56			
2	دحرجة الكرة	الدقيقة و أجزاءها	بنين	0.451	0.764	2.485		معنوي
			بنات	0.403	0.391			

* تحت نسبة خطأ (0,05) و درجة حرية (19)

من خلال الجدول (1) يتبين لنا ان الوسط الحسابي للبنين في مهارة ضرب الكرة بلغ (4.53) و بانحراف معياري (1.211) اما الوسط الحسابي للبنات بلغ (3.56) و بانحراف معياري (1.168) اما قيمة (t) المحسوبة بلغت (2.761) وهي اكبر من الجدولية البالغة (2.093) و هذا يدل على انها معنوية ولصالح المجموعة ذات الوسط الحسابي الاعلى .

أما مهارة دحرجة الكرة فقد بلغ الوسط الحسابي للبنين (0.764) و بانحراف معياري (0.451) اما الوسط الحسابي للبنات بلغ (0.391) و بانحراف معياري (0.403) اما قيمة (t) المحسوبة بلغت (2.485) وهي اكبر من الجدولية البالغة (2.093) و هذا يدل على انها معنوية ولصالح المجموعة ذات الوسط الحسابي الاعلى .

جدول (2)

يبين الأوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية و قيمة t المحسوبة و الجدولية لمجموعتي البنين و البنات لأسلوب التدريب الموزع

ت	المتغيرات	وحدة	الجنس	قيمة التطور	قيمة t	قيمة t	الدلالة
---	-----------	------	-------	-------------	--------	--------	---------

	القياس	س	ع	المحسوبة	الجدولية	
1	ضرب الكرة متر و أجزاء	بنين	3.705	0.696	2.093	معنوي
		بنات	4.347	0.672		
2	درجة الكرة الدقيقة و أجزاءها	بنين	0.312	0.287	2.286	معنوي
		بنات	0.602	0.435		

* تحت نسبة خطأ (0,05) و درجة حرية (19)

من خلال الجدول (2) يتبين لنا ان الوسط الحسابي للبنين في مهارة ضرب الكرة بلغ (3.705) وبانحراف معياري (0.696) اما الوسط الحسابي للبنات بلغ (4.347) و بانحراف معياري (0.672) اما قيمة (t) المحسوبة بلغت (3.559) وهي اكبر من الجدولية البالغة (2.093) و هذا يدل على انها معنوية ولصالح المجموعة ذات الوسط الحسابي الأعلى .

أما مهارة درجة الكرة فقد بلغ الوسط الحسابي للبنين (0.312) وبانحراف معياري (0.287) اما الوسط الحسابي للبنات بلغ (0.602) و بانحراف معياري (0.435) اما قيمة (t) المحسوبة بلغت (2.286) وهي اكبر من الجدولية البالغة (2.093) و هذا يدل على انها معنوية ولصالح المجموعة ذات الوسط الحسابي الأعلى .

جدول (3)

يبين الأوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية و قيمة t المحسوبة و الجدولية لمجموعتي البنين لأسلوبي التدريب المكثف و الموزع

ت	المتغيرات	وحدة	الجنس	قيمة التطور	قيمة t	قيمة t	الدلالة
---	-----------	------	-------	-------------	--------	--------	---------

			ع	س				
1	ضرب الكرة	متر و أجزاءه	مكثف	4.53	1.211	2.529	2.093	معنوي
			موزع	3.705	0.696			
2	درجة الكرة	الدقيقة و أجزاءها	مكثف	0.764	0.391	3.949	2.093	معنوي
			موزع	0.312	0.287			

* تحت نسبة خطأ (0,05) و درجة حرية (19)

من خلال الجدول (3) يتبين لنا ان الوسط الحسابي للبنين في المكثف في مهارة ضرب الكرة بلغ (4.53) وبانحراف معياري (1.211) اما الوسط الحسابي للبنين في الموزع بلغ (3.705) و بانحراف معياري (0.696) اما قيمة (t) المحسوبة بلغت (2.529) وهي اكبر من الجدولية البالغة (2.093) و هذا يدل على انها معنوية ولصالح المجموعة ذات الوسط الحسابي الاعلى .

أما مهارة درجة الكرة فقد بلغ الوسط الحسابي للبنين في المكثف (0.764) وبانحراف معياري (0.391) اما الوسط الحسابي للبنين في الموزع بلغ (0.312) و بانحراف معياري (0.287) اما قيمة (t) المحسوبة بلغت (3.949) وهي اكبر من الجدولية البالغة (2.093) و هذا يدل على انها معنوية ولصالح المجموعة ذات الوسط الحسابي الاعلى .

جدول (4)

يبين الأوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية و قيمة t المحسوبة و الجدولية لمجموعتي البنات لأسلوبي التدريب المكثف الموزع

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الجنس	قيمة التطور		قيمة t المحسوبة	قيمة t الجدولية	الدالة
				ع	س			

1	ضرب الكرة	متر و أجزاءه	مكثف	3.56	1.168	2.923	معنوي
			موزع	4.347	0.672	2.093	
2	درجة الكرة	الدقيقة و أجزاءها	مكثف	0.451	0.403	1.191	معنوي
			موزع	0.602	0.435		

* تحت نسبة خطأ (0,05) و درجة حرية (19)

من خلال الجدول (4) يتبين لنا إن الوسط الحسابي للبنات في المكثف في مهارة ضرب الكرة بلغ (3.56) وبانحراف معياري (1.168) أما الوسط الحسابي للبنات في الموزع بلغ (4.347) و بانحراف معياري (0.672) أما قيمة (t) المحسوبة بلغت (2.923) وهي اكبر من الجدولية البالغة (2.093) و هذا يدل على إنها معنوية ولصالح المجموعة ذات الوسط الحسابي الأعلى . أما مهارة درجة الكرة فقد بلغ الوسط الحسابي للبنات في المكثف (0.451) وبانحراف معياري (0.403) أما الوسط الحسابي للبنات في الموزع بلغ (0.602) و بانحراف معياري (0.435) أما قيمة (t) المحسوبة بلغت (1.191) وهي اصغر من الجدولية البالغة (2.093) و هذا يدل على إنها عشوائية ولا توجد فروق بين المجموعتين

24 مناقشة النتائج

من خلال عرض الجداول في الجدول (1) يتبين لنا ان النتائج تكون معنوية لصالح مجموعة البنين ويرى الباحث ان السبب في ذلك هو ان البنين اكثر رغبة من البنات في تعلم مهارات كرة القدم لذا يستجيبوا اثناء تطبيق المنهج المكثف وكذلك فإن البنين يمتازون بمؤهلات فسيولوجية من خلال الامكانية العضلية لتحمل اداء التمرينات بدون راحة حيث (يشكل النسيج العضلي نحو ثلاثة أخماس وزن الجسم لدى الرجل و أقل من ذلك قليلاً لدى المرأة)¹

¹ - محمد سمير سعد الدين , علم وظائف الاعضاء و الجهد البدني , ط3 , 2000 , ص38 .

اما من خلال الجدول (2) والذي يبين مجموعتي التدريب الموزع نرى ان النتائج معنوية لصالح مجموعة البنات ويرى الباحث ان فترة الراحة التي تعطى للمجموعات التي تتعلم بالتدريب الموزع من شأنها فتح المجال امام البنات لتقبل المهارة المراد تعلمها بعيداً عن التعب حيث ان التعب يؤدي الى تشتيت الانتباه وبالتالي فقدان المعلومات او المهارات المتعلمة بسهولة حيث (ان التدريب تحت ظروف التعب يولد اداء منخفضاً مما يولد برامج حركية مناسبة لذلك الاداء المنخفض , ويتكرر الاداء تحت ظروف التعب سوف تتولد و تثبت برامج حركية غير فعالة)¹

ومن خلال الجدول (3) والذي يبين نتائج مجموعتي البنين في كل من اسلوبي التعلم المكثف والموزع نجد ان النتائج معنوية لصالح مجموعة البنين والتي استخدمت اسلوب التدريب المكثف ويرى الباحث ان السبب في ذلك هو ان اسلوب التدريب المكثف يتيح للمتعلم اداء المهارة لأكثر من مرة وهذا يشبع رغبات المتعلم لاسيما وان البنين يكونون ذوي رغبة كبيرة في ممارسة لعبة كرة القدم لذلك فكلما اعطوا فترة اكثر للممارسة كلما كانوا اكثر تقبلاً لتعلم تلك المهارة (فإن التلاميذ يحاولون الوصول الى تحقيق هدفها في اقصى وقت كما تساعدهم هذه الطريقة في اشباع رغبتهم)²

ومن خلال الجدول (4) والذي يبين نتائج مجموعتي البنات في اسلوبي التعلم المكثف والموزع ظهرت النتائج معنوية في مهارة ضرب الكرة ولصالح المجموعة المتعلمة بالاسلوب الموزع وعشوائية في مهارة درجة الكرة ويرجع السبب في ذلك هو عند استخدام الاسلوب المكثف على الاناث سوف ينتج عنه التعب وهذا يؤدي الى (انخفاض التحفيز و عدم استقرار الانسجة العصبية و العضلية و كذلك الاجهزة الحسية)³

5 - الاستنتاجات و التوصيات :

5 - 1 الاستنتاجات : استنتج الباحث ما يلي .

1 - هناك فروق معنوية بين القياسين القبلي و البعدي للأسلوبين المكثف و الموزع و لصالح القياس البعدي .

2 - هناك فروق بين الذكور و الإناث في الأسلوب المكثف للقياس البعدي و لصالح الذكور .

¹ - يعرب خيون : التعلم الحركي بين المبدأ و التطبيق , مكتب الصخرة للطباعة , العراق , 2002 , ص 85 .
² - ناهد محمود سعد - نبيل رمزي فهم : طرق التدريس في التربية الرياضية , ط 2 , مركز الكتاب للنشر , القاهرة , 2004 , ص 79 .
³ - سميرة خليل محمد : مبادئ الفسيولوجيا الرياضية , ط 1 , شركة ناس للطباعة , 2008 , ص 311 .

3 - هناك فروق بين الذكور و الإناث في الأسلوب الموزع للقياس البعدي و لصالح الإناث .

5 - 2 التوصيات : يوصي الباحث بما يلي :

- 1 - ضرورة استخدام اسلوب التدريب المكثف في تعلم المهارات الأساسية بكرة القدم للبنين .
- 2 - ضرورة استخدام اسلوب التدريب الموزع في تعلم المهارات الأساسية بكرة القدم للبنات .
- 3 - إجراء بحوث مشابهة .

المصادر

- 1- زهير قاسم الخشاب : كرة القدم , دار الكتب للطباعة والنشر , الموصل , 1999 .
- 2- سميرة خليل محمد : مبادئ الفسيولوجيا الرياضية , ط1 , شركة ناس للطباعة , 2008 .
- 3- عبدالله حسين اللامي: أساسيات التعلم الحركي, ط1, مجموعة مؤيد الفنية, جامعة القادسية, 2006
- 4- قاسم لزام و آخرون : أسس التعلم و التعليم و تطبيقاته في كرة القدم , 2005 .
- 5- محمد سمير سعد الدين , علم وظائف الاعضاء و الجهد البدني , ط3 , 2000 .

6- محمد عبد العال أمين الأنعمي - حسين مردان عمر : الاحصاء المتقدم في العلوم التربوية و

التربية البدنية مع تطبيقات SPSS ، ط1 ، الوراق للنشر و التوزيع ، 2006 .

7- محمد عبده، مفتي إبراهيم: الإعداد المتكامل للاعب كرة القدم، القاهرة، دار الفكر العربي، 1985.

8- محمد محمود الخوالدة وآخرون : طرق التدريس العامة . اليمن ، ط1 ، مطبعة وزارة التربية والتعليم اليمنية ، 1997 .

9- مفتي إبراهيم محمد : الجديد في الإعداد المهاري و الخططي للاعب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1994

10- ناهد محمود سعد . نيلي رمزي فهم : طرق التدريس في التربية الرياضية ، ط2 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2004 .

11- نجاح مهدي شلش ، أكرم محمد صبحي : التعلم الحركي . دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة البصرة ، 1994.

12 - يعرب خيون : التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، مكتب الصخرة للطباعة ، بغداد ، 2002 .

13 - يعرب خيون - عادل فاضل : التطور الحركي و اختبارات الأطفال ، مكتب العادل للطباعة الفنية ، بغداد ، 2007 .

الملاحق

نماذج للوحدات التعليمية المستخدمة في البحث

منهج تعليمي بأسلوب التمرين المكثف

الأسبوع : الأول

الزمن : 40 دقيقة

القسم	الزمن	الشرح	التشكيلات
-------	-------	-------	-----------

القسم التحضيري	10 د	1- سير - هرولة - ركض - هرولة - سير 2 - تمارين الإحماء و التمدية 3 - تمارين الإحماء باستخدام الكرة
القسم الرئيسي	25 د	<u>التمرين الأول</u> يقف التلاميذ في صف واحد وأمامهم شاخص على بعد 5م يقوم التلميذ الأول بدرجة الكرة حتى يصل الى الشاخص يلف حوله ويرجع الى مكانه ثم يكرر العملية مرة ثانية وثالثة رابعة وخامسة ثم يسلم الكرة الى الزميل وينطلق مباشرة الى التمرين الثاني وبدون راحة . <u>التمرين الثاني</u> بعد الانتهاء من التمرين الأول والتوجه مباشرة الى التمرين الثاني وهو مواجهة احد أفراد الكادر المساعد واجراء عملية استلام الكرة وضربها بغرض المناولة ويكرر العملية 10مرات بدون راحة .
القسم الختامي	5 د	لعبة ترويحية 3 د أخذ الغياب 2 د

منهج تعليمي بأسلوب التمرين المكثف

الأسبوع : الرابع

الزمن : 40 دقيقة

القسم	الزمن	الشرح	التشكيلات
-------	-------	-------	-----------

القسم التحضيري	10 د	1- سير - هرولة - ركض - هرولة - سير 2- تمارين الإحماء و التمددية 3- تمارين الإحماء باستخدام الكرة
القسم الرئيسي	25 د	<u>التمرين الأول</u> يقوم التلميذ بدحرجة الكرة مع تغيير المسافات حيث تكون هناك ثلاث خطوط مرسومة وعلى بعد 5م , 10م , 15م على التوالي يدحرج التلميذ الكرة الى الخط الأول ويعود الى مكانه ثم الى الثاني ويعود ثم الى الثالث يكرر كل تلميذ التمرين ثلاث مرات بدون راحة وعند الانتهاء يتوجه مباشرة الى التمرين الثاني <u>التمرين الثاني</u> يقوم التلميذ بضرب الكرة على جدار بقوة بحيث ترتد ويسيطر عليها ويكرر العملية خلال 2 دقيقة لكل تلميذ .
القسم الختامي	5 د	لعبة ترويحية 3 د أخذ الغياب 2 د

منهج تعليمي بأسلوب التمرين المكثف

الأسبوع : الثامن

الزمن : 40 دقيقة

القسم	الزمن	الشرح	التشكيلات
القسم التحضيري	10 د	1- سير - هرولة - ركض - هرولة - سير 2 - تمارين الإحماء و التمدية 3 - تمارين الإحماء باستخدام الكرة	
القسم الرئيسي	25 د	<u>التمرين الأول</u> توضع أربع شواخص على شكل (◇) ويقوم كل تلميذ بدرجة الكرة من الشاخص الأول الى الثاني ومنه الى الثالث ومنه الى الرابع ومنه الى الأول يكرر كل تلميذ التمرين 3مرات بدون راحة وبعد الانتهاء يتوجه الى التمرين الثاني مباشرة . <u>التمرين الثاني</u> يقوم كل تلميذ بضرب الكرة نحو أحد أفراد الكادر المساعد الذي يقف على بعد 15م منه تم استلامها وتكرر العملية خلال 2دقيقة لكل تلميذ وبدون راحة .	
القسم الختامي	5 د	لعبة ترويحية أخذ الغياب	3 د 2 د

منهج تعليمي بأسلوب التمرين الموزع

الأسبوع : الأول

الزمن : 40 دقيقة

القسم	الزمن	الشرح	التشكيلات
القسم التحضيري	10 د	1- سير - هرولة - ركض - هرولة - سير 2 - تمارين الإحماء و التمهئية 3 - تمارين الإحماء باستخدام الكرة	
القسم الرئيسي	25 د	<u>التمرين الأول</u> يقف التلاميذ في صف واحد وأمامهم شاخص على بعد 5م يقوم التلميذ الأول بدحرجة الكرة حتى يصل إلى الشاخص يلف حوله ويرجع إلى مكانه ليسلم الكرة إلى الزميل الذي يؤدي بنفس الطريقة يكرر كل طالب التمرين خمسة مرات <u>التمرين الثاني</u> بعد الانتهاء من التمرين الأول والتوجه الى التمرين الثاني وهو مواجهة احد أفراد الكادر المساعد واجراء عملية استلام الكرة وضربها بغرض المناولة ثم التوجه الى اخر الصف يكرر كل طالب التمرين 10 مرات .	
القسم الختامي	5 د	لعبة ترويحية أخذ الغياب	3 د 2 د

منهج تعليمي بأسلوب التمرين الموزع

الأسبوع : الرابع

الزمن : 40 دقيقة

القسم	الزمن	الشرح	التشكيلات
القسم التحضيري	10 د	1- سير - هرولة - ركض - هرولة - سير 2 - تمارين الإحماء و التمطية 3 - تمارين الإحماء باستخدام الكرة	
القسم الرئيسي	25 د	<u>التمرين الأول</u> يقوم التلميذ بدحرجة الكرة مع تغيير المسافات حيث تكون هناك ثلاث خطوط مرسومة وعلى بعد 5م , 10م , 15م على التوالي يدحرج التلميذ الكرة الى الخط الأول ويعود الى مكانه ثم الى الثاني ويعود ثم الى الثالث و بعدها يتوجه الى اخر الصف يكرر كل تلميذ التمرين ثلاث مرات <u>التمرين الثاني</u> يقوم التلميذ بضرب الكرة على جدار بقوة بحيث ترتد ويسيطر عليها ولمدة 30 ثانية ثم يتوجه الى اخر الصف يكرر كل تلميذ التمرين اربع مرات	
القسم الختامي	5 د	لعبة ترويحية أخذ الغياب	3 د 2 د

منهج تعليمي بأسلوب التمرين الموزع

الأسبوع : الثامن

الزمن : 40 دقيقة

القسم	الزمن	الشرح	التشكيلات
القسم التحضيري	10 د	1- سير - هرولة - ركض - هرولة - سير 2 - تمارين الإحماء و التغطية 3 - تمارين الإحماء باستخدام الكرة	
القسم الرئيسي	25 د	<u>التمرين الأول</u> توضع أربع شواخص على شكل (◇) ويقوم كل تلميذ بدحرجة الكرة من الشاخص الأول إلى الثاني ومنه إلى الثالث ومنه إلى الرابع ثم يتوجه إلى آخر الصف يكرر كل تلميذ التمرين 3مرات <u>التمرين الثاني</u> يقوم كل تلميذ بضرب الكرة نحو أحد أفراد الكادر المساعد الذي يقف على بعد 15م منه ثم استلامها ولمدة 30 ثانية ثم العودة إلى آخر الصف يكرر كل تلميذ التمرين أربع مرات .	
القسم الختامي	5 د	لعبة ترويحية أخذ الغياب	3 د 2 د