

تعقيد البرنامج الحركي وتأثيره في كسر هضبة التعلم لبعض المهارات الهجومية بكرة السلة

أ.م.د. محمد شهاب احمد ، أ.م.د. علي خوام خطيب ، م. منيب حسن نشمي

العراق. الجامعة المستنصرية. كلية التربية الاساسية. قسم التربية البنية وعلوم الرياضة

Mohamed Shehab_68@yahoo.com

الملخص

هدف البحث الى اعداد برنامج تعليمي على وفق تعقيد البرنامج الحركي ، ومعرفة مدى تأثيره في كسر هضبة التعلم لبعض المهارات الهجومية بكرة السلة. اذ طبق البرنامج على عينة من لاعبي كرة السلة فئة الناشئين اذ تم استخدام المنهج التجريبي (تصميم المجموعة التجريبية الواحدة) لملائمته وظروف العمل الحالي ، اذ أجرى الباحثون الاختبارات القبليّة وبعد عدد من الوحدات التدريبية اجريت الاختبارات التتبعية لاحظ الباحثون ثبات في مستوى الاداء للمهارات قيد البحث ، ثم طبق البرنامج التعليمي وبعد انتهاء البرنامج التعليمي أجرى الباحثون الاختبارات البعدية ومن خلال نتائج الاختبارات البعدية توصل الباحثون الى وجود تأثير ايجابي على العينة بسبب استعمالها البرنامج التعليمي الحركي ونجاحه في كسر هضبة التعلم لدى عينة البحث ، واوصى الباحثون باستعمال التعقيد في البرنامج الحركي ، على فئات عمرية اخرى وكذلك باستخدام الموضوع قيد البحث في كسر هضبة التعلم لمهارات اخرى في مختلف الفعاليات والالعاب الرياضية وفي متغيرات تابعة اخرى.

الكلمات المفتاحية: البرنامج الحركي ، المهارات الهجومية ، كرة السلة

The complexity of the motor program and its impact on breaking the learning task for some offensive skills in basketball

Assistant prof..Dr. Mohamed Shehab Ahmed, Assistant Prof. Dr.Ali Khawam Khatib,

Lect. Muneeb Hassan Nashmi

Iraq. Mustansiriya University. Faculty of Basic Education. Department of Physical Education and Sports Sciences

Mohamed Shehab_68@yahoo.com

Abstract

The research aims to prepare an educational program according to the complexity of the motor program, and to identify the extent of its impact in breaking the learning task for some offensive skills in basketball. The program was applied to a sample of basketball junior players, as the experimental approach (designing one experimental group) was used for its suitability for the current working conditions, as the researchers conducted pre-tests and after a number of training units . posttest were conducted .The researchers noticed a stability in the performance level of the skills in the research. Then the educational program was applied, and after the educational program ended, the researchers conducted the post tests .Then, through the results of the post tests, the researchers found a positive effect on the sample because of its use of the motor educational program and its success in breaking the learning task of the research sample. The researchers recommended using the complexity of the motor program, on other age groups , as well as by using the subject under research to break the learning task for other skills in various events and sports and in other dependent variables.

Keywords: motor program, offensive skills, basketball

1- المقدمة:

تتمثل أهمية البحث باستخدام برنامج تعليمي بمستويات ووحدات تعليمية مختلفة ومتنوعة هدفها تعقيد البرنامج الحركي يطبق ، وتأثيره في كسر هضبة التعلم لبعض المهارات الهجومية بكرة السلة للاعبين كرة السلة فئة الناشئين . ويسعى العديد من ذوي الاختصاص والخبرة الى ايجاد افضل السبل والطرق المختلفة لتعليم هذه المهارات وبالرغم من وجود اليات في تعليم المهارات في كرة السلة الا ان هنالك مستوى يقف عند حده المتعلمون دون التقدم في الاداء ومن خلال تخصص الباحثون ودراساتهم واطلاعتهم على مستوى الاداء في بعض المدارس التخصصية كونهم يعملون في ميدان العمل الرياضي بالإضافة الى مجال اختصاصهم التعليمي ، وجدوا ضرورة دراسة برامج حركية وتعليمية وفق اساليب جديدة منها التعقيد في الاداء ، الهدف منها التخلص من مرحلة ثبات الاداء لدى اللاعبين الناشئين في كرة السلة والتخلص من هضبة التعلم . ويهدف البحث الى:

- إعداد برنامج تعليمي على وفق تعقيد البرنامج الحركي ومعرفة تأثيره في كسر هضبة التعلم لبعض المهارات الهجومية بكرة السلة
- 2- اجراءات البحث:

2-1 منهج البحث: استخدم الباحثون المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة ومشكلة البحث.

2-1-1 اختيار التصميم التجريبي : اختار الباحثون التصميم التجريبي ذا المجموعة الواحدة ذات الاختبار القبلي والتتبعي والبعدي كما في الجدول

جدول (1) يبين التصميم التجريبي للمجموعة الواحدة (التجريبية)

الاختبارات القبلية	المنهج المتبع	الاختبارات التتبعية	البرنامج التعليمي	الاختبارات البعدية
--------------------	---------------	---------------------	-------------------	--------------------

2-2 مجتمع وعينة البحث: اختيرت عينة البحث من مجتمع البحث الأصلي الذي يتكون من لاعبي المدرسة التخصصية بكرة السلة فئة الناشئين بصورة عمدية وذلك لملائمتهم لظروف العمل والبالغ عددهم (30) لاعبا ، اذ تكونت عينة البحث من (25) لاعبا بعد استبعاد (5) لاعبين وذلك لأسباب التغيب والاصابات.

2-3 اجراءات البحث الميدانية:

2-3-1 الاختبارات القبلية:

تم إجراء الاختبارات القبلية من قبل الباحثون لعينة البحث يوم الخميس الموافق 2018/6/28

2-3-2 برنامج التعليمي المتبع:

استغرق البرنامج التعليمي (12) أسبوع ، بواقع (3) وحدات تعليمية في الاسبوع الواحد وكان زمن الوحدة التعليمية (90) دقيقة ليكون مجموع الوحدات التعليمية (36) وحدة تعليمية قسمت الى (18) وحدة تعليمية نفذ خلالها المنهج المتبع من قبل المدرب لغاية الوحدة (18).

2-3-3 الاختبارات التتبعية:

أجرى الباحثون الاختبارات التتبعية لعينة البحث بعد (18) اسبوع من تطبيق العينة للبرنامج المتبع في يوم الاربعاء الموافق (2017/8/15) اذ كان الغرض من اجراء الاختبارات التتبعية هو التأكد من ثبات مستوى العينة وعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبلية والاختبارات التتبعية .

2-3-4 البرنامج التعليمي المعد:

بعد الانتهاء من تنفيذ الاختبارات التتبعية على عينة البحث ، تم الشروع بتنفيذ البرنامج التعليمي الخاص بتعقيد البرامج الحركية واسلوب، والمعد من قبل الباحثين والذي استمر ايضاً (18) وحدة تعليمية اذ تم التركيز خلال هذه الوحدات التعليمية على تعقيد البرامج الحركية للمهارات المبحوثة باستخدام اسلوب ، وذلك من خلال ملاحظة الباحثين لبعض مفاصل المنهج التعليمي المتبع والتي كانت تحول دون تطور مستوى الاداء المهاري للعينة .

لذا تم التركيز من خلال البرنامج التعليمي والمعد من قبل الباحثين على زيادة صعوبة التمارين مهارية بغية تعقيد البرامج الحركية الخاصة بالمهارات المبحوثة من خلال التنوع في مسافات وزوايا الاداء بالتزامن مع استخدام تمارين مهارية تنافسية وفقاً لمبادئ الاسلوب التنافسي الجماعي بين العينة من خلال التنافس في الاداء او التنفيذ او التنقيط خلال تطبيق التمرينات الخاصة بالوحدة التعليمية المعدة من قبل الباحثين من اجل كسر هضبة التعلم للمتعلمين للمهارات قيد البحث .

2-3-5 الاختبارات البعدية:

أجريت الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية ، في الظروف نفسها التي كانت عليها الاختبارات القبلية والتتبعية لمتغيرات قيد البحث ، اذ أجريت الاختبارات البعدية يوم الثلاثاء الموافق 2018/10/2 بتاريخ. 2-4 الوسائل الإحصائية: استخدم الباحثون الحقيبة الإحصائية (SPSS).

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

3-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والتتبعية:

الجدول (2) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم (ت) ودلالاتها بين نتائج الاختبارين القبلي والتتبعي للمتغيرات قيد

البحث للمجموعة التجريبية

المتغيرات	قبلي		وسطي		س ~ ف	ع ف	ت	sig	الدلالة
	س ~	ع	س ~	ع					
الطبطبة	23.78	0.99	23.86	0.95	0.014	1.11	- 0.065	0.949	غير معنوي
المناولاة الصدرية	6.64	0.86	6.56	0.82	0.08	1.08	0.371	0.714	غير معنوي
التصويب السلمي	1.44	0.51	1.36	0.49	0.08	0.64	0.625	0.538	غير معنوي

2-3 عرض وتحليل نتائج الاختبارات التتبعية والبعدية:

الجدول (3) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم (ت) ودالاتها بين نتائج الاختبارات التتبعية والبعدية للمتغيرات

قيد البحث للمجموعة التجريبية

المتغيرات	وسطي		بعدي		س ~ ف	ع ف	ت	sig	الدلالة
	س~	ع	س~	ع					
الطبطبة	23.86	0.95	13,86	1.45	- 9.99	1.36	36.758	0.000	معنوي
الصدرية	6.56	0.82	14.04	3.53	7.48	3.49	10.718	0.000	معنوي
السلمي	1.36	0.49	5	2.43	3.64	2.56	7.099	0.000	معنوي

3-3 مناقشة نتائج البحث:

3-3-1 مناقشة نتائج الاختبارات القبلية والتتبعية لعينة البحث:

يتبين لنا من خلال عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والتتبعية للمجموعة التجريبية في الجدول (2) إنه لا توجد فروقا ذات دلالة معنوية في نتائج الاختبارات للمهارات قيد البحث كافة , اذ يرى الباحثون ان سبب ذلك كون البرنامج المعد من قبل المدربين لعينة البحث طور اللاعبين الى ان وصلوا الى مرحلة ثبات الاداء واصبحوا في هضبة التعلم . وهذا ما اكده (حسين العلي وشغاتي) اذ ان تكرار التمرينات واسلوب تنفيذ المهارات يؤدي بالوصول الى التكيف العضلي العصبي وفقا لاسلوب التنفيذ المتبع (العلي وشغاتي ، 2010 ، ص196)

3-3-2 مناقشة نتائج الاختبارات التتبعية والبعدية لعينة البحث:

ويتبين من الجدول (3) ان هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات التتبعية والبعدية لعينة البحث , اذ تبين ان هناك فروقا معنوية ولصالح نتائج الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية في الاختبارات المعتمدة قيد البحث . وذلك يدل على اجتياز عينة البحث لهضبة التعلم الوسطية التي وصلوا لها اذ يذكر (الشمري ، 2017) ان هضبة التعلم الوسطية هي هضبة تحدث للاعبين المتعلمين في اول مراحل تعلمهم حيث يصل اللاعب الى ثبات في مستوى الاداء ,ومن خلال الاختلاف وتغيير نمط التمرينات باساليب مختلفة وبطرائق تعلم جديدة يمكن للاعب المتعلم ان يتغلب على هذه الهضبة الوسطية والانتقال الى مستوى اداء مهاري اعلى . ويعزو الباحثون هذه الفروق بسبب استعمال البرنامج التعليمي , اذ ان التعقيد في اداء التمرينات واختلاف متطلبات ومستويات العمل اثناء تطبيق البرنامج التعليمي وتعقيد مستوى الاداء للاعبين من عدة جوانب وصاحب هذا التعقيد في الاداء وجود حالة،فيما بينهم , ادى ذلك الى تطور المجموعة التجريبية والتغلب على هضبة التعلم وثبات مستوى الاداء المهاري الذي وصلوا اليه من جراء البرنامج المتبع سابقا . اذ ان وفق اسلوب التعقيد وتغيير التمرينات من الاساليب المهمة في التغلب على هضبة التعلم

(العلي وشغاتي ، 2010 ، ص197)

ان التعاون الذي حدث بين افراد المجموعة الواحدة فياداء المهارة أثره الايجابي في تطوير الأداء المهاريفقد كان في،موقف تنافسي مع المجموعة الاخرى وموقف تعاوني بين افراد المجموعة الواحدة. اذ اكد ذلك (عويس والهاللي ، 1997) ان " تنافس الجماعة مع الجماعات الاخرى سواء نجح هذا التنافس ام لا فانه يعمل على تنمية التعاون داخل الجماعة " .

(عويس والهاللي ، 1997 ، ص248)

اذ يذكر (Bonniess) "إن التنافس بين الافراد المتقاربين في المستويات المهارية ينتج عنه اداء افضل بعكس اولئك الذين لا يكونون متقاربين في المستويات المهارية" (Bonniess . 1997.P125)

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

- 1- وجود ثبات في مستوى الاداء لعينة البحث اثناء الاستمرار في اداء نفس البرنامج المتبع
- 2- ان البرنامج التعليمي المعد وفق تعقيد البرنامج الحركي ،اثبت فاعليته في كسر هضبة التعلم لبعض المهارات الهجومية بكرة السلة.
- 3- ان التغيير في متطلبات الاداء من خلال التعقيد في تنفيذ البرنامج الحركي يؤدي الى التغلب على هضبة التعلم .
- 4-2 التوصيات:
- 1- ضرورة التوجيه باستخدام برامج تعليمية وفق تعقيد البرنامج الحركي ،اثبت فاعليته في كسر هضبة التعلم لبعض المهارات الهجومية بكرة السلة .
- 2- ايجاد أساليب تعليمية حديثة لغرض كسر هضبة التعلم لدى اللاعبين

المصادر

- العلي, حسين علي وعامر فاخر شغاتي, (2010) استراتيجيات طرائق واساليب التدريب الرياضي , ط1 , مكتب النور , بغداد.
- الشمري , محمد شهاب , (2017) بناء وتعميم البرامج الحركية, محاضرة القيت على طلبة الدكتوراه , كلية التربية الاساسية , قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة .
- عويس , خيرالدين عليو الهلالي , عصام (1997): الاجتماع الرياضي , دار الفكر , مدينة نصر , القاهرة

- Bonniess . mohnsen (1997) : Teaching middle school physical education human kinetics printing hall , Australia .