



The effect of sequential practice scheduling using the self-organized method on motor coordination and learning to perform the volleyball serve skill for students

Muhammad Ihsan Khalifa¹ Moheb Hamed Raja²

Tikrit University – college of physical education and sports sciences – Iraq

Article info.

Article history:

- Received: 21/6/2025
- Accepted: 29/6/2025
- Available online: 30/6/2025

Keywords:

- self-organized
- accuracy
- developed

© 2024 This is an open access article under the CC by licenses
<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



Abstract

The importance of the research lies in the effect of the sequential practice schedule in the self-organized style and its extent and impact on motor coordination and learning and accuracy of performing the skill of sending in volleyball, which is one of the modern concepts that contribute to The educational process has been developed to be within the reach of those working in this field in general, and volleyball in particular, so that they can apply it in the field and in a scientific and educational manner.

Sports Culture s ports Culture Sports Culture Sports Culture

¹Corresponding author: mohammedtemimi@gmail.com Tikrit University – college of physical education and sports sciences – Iraq

² Corresponding author: m.h.sport@tu.edu.iq Tikrit University – college of physical education and sports sciences – Iraq

أثر جدولة الممارسة المتسلسلة بالأسلوب المنظم ذاتياً في التوافق الحركي وتعلم إداء مهارة الارسال بكرة الطائرة لطلاب

تاريخ البحث

متوفر على الانترنت

2025/6/30

الكلمات المفتاحية

تنظيم ذاتي

دقة

متطور

م. م محمد أحسان خليفة

أ. د محب حامد رجا

جامعة تكريت - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - العراق

الخلاصة:

تكمن أهمية البحث على أثر جدولة الممارسة المتسلسلة بالأسلوب المنظم ذاتياً ومدى تأثيره في التوافق الحركي وتعلم إداء مهارة الارسال بكرة الطائرة التي تعد من المفاهيم الحديثة التي تسهم في تطور العملية التعليمية لتكون في متناول من يعمل في هذا المجال بشكل عام، والكرة الطائرة بشكل خاص، بحيث يستطيع تطبيقها ميدانياً وبأسلوب علمي وتربوي، إما مشكلة البحث أن بعض المدرسين يعتمدون على أساليب معينة بشكل كلي من غير تنوع أو تغيير في الأساليب الأمر الذي يبعد التفاعل بين الطلاب أنفسهم وبين المدرس

1 - التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث:

أن الأسلوب العلمي الحديث الذي ينادي به خبراء التعلم الحركي وطرائق التدريس هو الدعوة إلى التنوع في الأساليب التعليمية ؛ لذلك ظهرت أساليب جديدة ومتنوعة في كيفية إداء التمارين ومن هذه الأساليب والطرائق التي لفتت نظر العلماء والباحثين والتي نفذت ضمن بحوثهم هي جدولة الممارسة وما تتميز به من تنظيم وتبويب وتقنين وجدولة التمارين وفترات الراحة ، ويؤدي فيه المتعلم مهمة واحدة اوتوماتيكية وبشكل متكرر مما يقلل الاختلافات او التشابهات في هذه المهمة وهذا يؤدي الى زيادة المفهومية وينتج عنها ذاكرة متينة ومرنة للمهام وقابليات اداء كبيرة أن الأسلوب المنظم ذاتياً "يعطي مساحة اكبر من الحرية الفردية للمتعلم ويعتمد على التعاون والتفاعل بين المتعلمين انفسهم ويتيح لهم الفرصة في اتخاذ قرارات خاصة بهم، وينشأ عن ذلك تقبلهم المسؤولية الذاتية عن تعلمهم ولكن ليس بمعزل عن المدرس إذ يقوم الطالب بالتفكير بطرق تعتمد على الاستقراء والاستكشاف والأبداع، وأن التوافق الحركي يعد من أهم القدرات الحركية التي يجب التركيز عليها في التعلم منذ الطفولة، إذ أن تنمية التوافق الحركي بقدر كافٍ يحسن من الحالة الحركية والوظيفية للفرد أن الارسال بكرة الطائرة هو أحد المهارات ذات الطابع الهجومي بالكرة الطائرة، وله تأثير فعال إيجابي للفريق المرسل، وسلبى للفريق المنافس، إذا تمّ تنفيذه بالطريقة المطلوبة، ومن هنا تكمن أهمية البحث الحالي في أثر جدوله الممارسة المتسلسلة بالأسلوب المنظم ذاتياً ومدى وتأثيره في التوافق الحركي وتعلم ودقة إداء بعض المهارات الأساسية بكرة الطائرة التي تعد من المفاهيم الحديثة التي تسهم في تطور العملية التعليمية لتكون في متناول من يعمل في هذا المجال بشكل عام، وكرة الطائرة بشكل خاص، بحيث يستطيع تطبيقها ميدانياً وبأسلوب علمي وتربوي.

1-2 مشكلة البحث :

من خلال خبرة الباحث كونه لاعباً ومدرّباً للكرة الطائرة وبعد اطلاعه على المصادر وجد الباحث أن بعض المدرسين يعتمدون على أساليب معينة بشكل كلي من غير تنويع أو تغيير في الأساليب الأمر الذي يبعد التفاعل بين الطلاب أنفسهم وبين المدرس الأمر الذي قد يسبب صعوبة تعلم مهارة الإرسال بكرة الطائرة ، لذا عمد الباحث إلى اختيار الممارسة المتسلسلة وفق أسلوب التعلم المنظم ذاتياً والذي باعتقاد الباحث أنه يجعل المتعلم نشطاً في إعادة تنظيم المادة التعليمية، وبناء المعارف المتضمنة فيها، وربطها بمعلوماته السابقة مما يجعل بنيته المعرفية أكثر ثباتاً ورسوخاً، وتكمن مشكلة البحث بالإجابة عن السؤال الآتي؟ هل أثر جدولة الممارسة المتسلسلة بالأسلوب المنظم ذاتياً في التوافق الحركي لها الأثر البالغ في تعلم مهارة الإرسال بالكرة الطائرة للطلاب .

1-3 اهداف البحث :

1- اعداد تمارين وفق الأسلوب المنظم ذاتياً في التوافق الحركي وتعلم مهارة الإرسال بالكرة الطائرة للطلاب.

2- معرفة اثر جدولة الممارسة المتسلسلة بالأسلوب المنظم ذاتياً في التوافق الحركي وتعلم مهارة الإرسال بالكرة الطائرة للطلاب

1-4 فرضا البحث :

1- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات القبليه والبعديه لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة لجدولة الممارسة المتسلسلة بالأسلوب المنظم ذاتياً في التوافق الحركي وتعلم مهارة الإرسال بكرة الطائرة ولصالح الاختبارات البعديه .

2- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات البعديه لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة لجدولة الممارسة المتسلسلة بالأسلوب المنظم ذاتياً في التوافق الحركي وتعلم مهارة الإرسال بالكرة الطائرة للطلاب ولصالح المجموعة التجريبية .

1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : طلاب المرحلة الثانية , كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة , جامعة ديالى للعام الدراسي 2025/2024.

1-5-2 المجال الزمني : 6 / 10 / 2024 - 15 / 12 / 2024

1-5-3 المجال المكاني : قاعة الشهيد الدكتور ولهان حميد , في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة, جامعة ديالى.

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

2 - 1 منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين لأنه يتوافق مع طبيعة إجراءات الدراسة وذلك لتحقيق المساواة التامة بين المجموعتين "في جميع الظروف عدا المتغير التجريبي الذي يؤثر على المجموعة التجريبية⁽¹⁾. ليظهر الفرق بينهما وبما أن البحث التجريبي يتميز بالدقة والتحكم في المتغيرات المدروسة بحيث يجب أن يتسبب بعضها في تغيير مقصود ويتحكم في متغيرات أخرى، "فإنه يعتبر منهج البحث الوحيد الذي يوضح بدقة تفاصيل العلاقة بين التأثير والسبب"⁽²⁾

2-2 مجتمع البحث وعينه : حدد مجتمع البحث بالطريقة العمدية وشمل طلبة المرحلة الثانية قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ديالى للعام الدراسي 2024-2025 وبلغ عددهم (166) من الذكور موزعين على (4) شعب ، شعبة (أ) وشعبة (ب) وشعبة (ج) وشعبة (د).

أما عينه البحث: فقد اختيرت بالطريقة العشوائية (القرعة) إذ تم تحديد مجموعتي البحث التجريبية و الضابطة إذ مثلت شعبة (د) المجموعة التجريبية وشعبة (ب) الضابطة اختير 10 طلاب لأقامه التجارب الاستطلاعية لمهارة الأرسال بكرة الطائرة وبعد تحديد مجموعتي البحث التجريبية و الضابطة شعبتي (د+ ب) تم اعتماد قوام كل مجموعته (20) طالب وكان مجموع طلاب المرحلة الثانية 166 وتمثل العينة نسبة 30.12 % من مجتمع البحث وتم استبعاد الطلبة الراسبين والممارسين والمؤجلين وطلاب التجارب الاستطلاعية من عينة البحث كما مبين في جدول إنذاه

وجداول (1) يبين عمل توزيع مجتمع وعينة البحث

المرحلة	عدد الشعب	عدد الطلاب في كل شعبة	عدد الطلاب المستبعدين		عينة البحث	النسبة المئوية لعينة البحث
			الممارسين والراسبون	التجارب الاستطلاعية		
الثانية	أ	42				30.12%
	ب	42	10	10	20	
	ج	42				
	د	40	10	10	20	
	المجموع	166	20	20	40	

(¹) - احمد فرحان علي ؛ اساسيات البحث العلمي والاحصاء في التربية البدنية, (النجف، دار الضياء للطباعة، 2015,) ص 32.

(¹) - كاظم كريم رضا الجابري؛ مناهج البحث في التربية وعلم النفس ط 1, (بغداد، 2011) ص 307.

2-4 إجراءات البحث الميدانية :

2-4-1 الاختبارات المهارية قيد البحث

أولاً اختبار التوافق الحركي : الاختبار القفز على الدوائر المرقمة (1)

الغرض من الاختبار : قياس توافق الرجلين والعينين.

الأدوات المستخدمة / ساعة إيقاف / ترسم على الأرض ثماني دوائر على أن يكون قطر كل منها 60 سم وترقم الدوائر .

مواصفات الأداء / يقف الطالب داخل الدائرة رقم واحد وعند سماع إشارة البدء يقوم بالوثب بالقدمين معا إلى الدائرة رقم 2 ثم إلى الدائرة رقم 3 وهكذا إلى الدائرة رقم 8 وتؤدي ذلك بأقصى سرعة.

التسجيل / تسجل الزمن الذي استغرقته الطالب في الانتقال عبر ثماني دوائر.

الاختبار الثاني : اختبار مهارة الإرسال (2)

الهدف من الاختبار : قياس أداء مهارة الإرسال من الأعلى .

الأدوات المستخدمة : ملعب الكرة الطائرة ، كرات طائرة ، شريط ملون لتقسيم مناطق اللعب .

طريقة الأداء : يقف الطالب في منتصف خط نهاية الملعب (المنصف المواجه لمنتصف الملعب المخطط على بعد 9 م عن الشبكة) يقوم المختبر بأداء الإرسال محاولاً توجيه الكرة إلى المنطقة التي كتب بداخلها أعلى درجة .

شروط الاختبار :

1. لكل طالب (5) محاولات ويجب أن ترسل الكرة إلى إحدى المناطق المحددة .
2. إذا لمست الكرة الشبكة أو خرجت خارج الملعب يحصل المختبر على (صفر) .
3. إذا سقطت على خط مشترك بين منطقتين يمنح المختبر الدرجة التي تتضمنها المنطقة الأعلى في الدرجات .

(1) - محمد صبحي حسانين ؛ القياس والتقويم في التربية البدنية ، ط6 ، (القاهرة : دار الفكر العربي ، 2000) ص254.

(2) - ناهدة عبد زيد ؛ تأثير التداخل في أساليب التمرين على تعلم مهارة الإرسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة ، (أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002) ، ص72.

التسجيل :

1. (5) درجات لكل محاولة داخل المنطقة المحددة برقم (4) .
2. (3) درجات لكل محاولة داخل المنطقة المحددة برقم (3) .
3. درجتان لكل محاولة داخل المنطقة المحددة برقم (2) .
4. درجة واحدة لكل محاولة داخل المنطقة المحددة برقم (1) .
5. صفر عند سقوط الكرة خارج هذه المناطق المحددة .

علما إن الدرجة العظمى للاختبار هي (25)

2-5 التجارب الاستطلاعية:

2-5-1 التجربة الاستطلاعية : تم إجراء التجربة الاستطلاعية لاختبار التوافق الحركي على عينة من طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة والبالغ عددهم (10) طلاب من شعبة (ب) في يوم الخميس الموافق 3 \ 10 \ 2024 الساعة التاسعة ونصف صباحاً وتم إجراء تجربة استطلاعية ثانية يوم الأحد الموافق 6 / 10 / 2024 على عينة من طلاب شعبة (د) عددهم 10 طلاب لمهارة الارسال بكرة الطائرة.

2-6 - إجراءات البحث الرئيسة: أجرى الاختبار القبلي على مجموعتي البحث التجريبية والضابطة قبل البدء بتنفيذ المنهج التعليمي المعد من قبل الباحث ، لذا أجرى الاختبارات يوم الاثنين الموافق 7 10 / 2024 في تمام الساعة التاسعة ونصف صباحاً في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى وبمساعدة مدرس المادة و فريق العمل المساعد ، ولغرض التأكد من تكافؤ مجموعتي البحث في متغيرات البحث أجرى الباحثان التكافؤ باستخدام اختبار (t) للعينات المستقلة كما هو مبين في جدول رقم (2). حيث يبين نتائج تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة وقيمة (t) المحسوبة عند مستوى دلالة (0.05) وجدول (2) يبين تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة .

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ف	ف هـ	قيمة (T) المحسوبة	Sig	النتيجة
-----------	-------------	----------	---------------	-------------------	---	------	-------------------	-----	---------

التوافق الحركي	ث	الضابطة	12.350	0.812	0.250	0.277	0.900	0.374	غير معنوي
		التجريبية	12.600	0.940					
الارسال	درجة	الضابطة	6.900	0.967	0.200	0.299	0.669	0.508	غير معنوي
		التجريبية	6.700	0.923					

2-6-1 آلية التدريس على وفق جدولة الممارسة المتسلسلة بالأسلوب المنظم ذاتياً:

يتكون هذا الأسلوب من عدة مراحل يمكن استخدامها بالتعليم حيث تكون البرنامج التعليمي من عدد من الوحدات تعليمية حيث بدء البرنامج من تاريخ 2024 / 10 / 7 وإلى غاية 2024 / 12 / 15، وكان حسب مراحل أسلوب المنظم ذاتياً هي:

1-مرحلة التخطيط: عند عرض الفديوات التوضيحية والصور اثناء شرح المهارة بصورة دقيقة وطرح الأسئلة التي تخص المهارة المطلوبة

2- مرحلة الأداء : هو مدى تكيف الطلاب مع شرح المدرس ومدى حماسهم لتعلم المهارة وكيف يحققوا اهدافهم التي رسموها في المرحلة السابقة (مرحلة التخطيط).

3- مرحلة الضبط والتنظيم وهذه المرحلة تثير إلى محاولة تنظيم المتعلم للجوانب المعرفية والدافعية والسلوك والبيئة من أجل تحقيق الأهداف التي تم تحديدها في مرحلة التفكير والتخطيط.

4- مرحلة التقويم النهائي : في نهاية الدرس يقوم المدرس بإعطاء تغذية راجعة واعطاء المتعلمين فرصة لمعرفة أخطائهم وتقييم إدائهم وتشجيعهم واعطائهم دافعية للتعلم وحثهم على المحاضرة القادمة

- رفع الجانب التعليمي من القسم الرئيس إلى القسم التمهيدي بما يتلاءم مع اخراجية جدولة الممارسة المتسلسلة بالأسلوب المنظم ذاتياً لغرض استخدام تكنولوجيا التعليم في شرح وعرض المهارات قيد البحث في الصف الدراسي قبل ذهاب الطلاب إلى ملعب كرة الطائرة لأداء باقي فعاليات درس التربية الرياضية بكرة الطائرة.

-بعد شرح المهارة بشكل مفصل وفق اسلوب المنظم ذاتياً يتم إخراج الطلاب إلى الملعب الخارجي والبدء بتقسيم الطلاب إلى مجموعات لتسهيل عملية اعطاء التمارين .

- تنفيذ مبادا إعطاء التمارين مهارية بالتسلسل بالوحدات التعليمية من السهل إلى الصعب وفق إمكانيات الطلاب ومستوى تعلمهم للمهارة .

- إعداد تمارين مهارية استناداً للمصادر والمراجع العلمية وبما يتلاءم مع الخطوات الفنية والتعليمية للمهارات قيد البحث.

- تعطى في الوحدة التعليمية (3) تمارين مهارية يعمل الطلاب على تطبيقها بشكل الصحيح والتأكيد على عملية تكرار التمرين أكثر من مرة لحين تطبيق التمرين بشكل الصحيح من قبل جميع الطلاب .

2-7- الاختبار البعدي:

أجري الاختبار البعدي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة بتاريخ 11 / 12 / 2024 الموافق يوم الاربعاء في تمام الساعة 9 ونصف صباحاً بتوفير الأجهزة والأدوات المعتمدة كافة بالاختبار القبلي بالأسلوب المنظم ذاتياً وقد راعى الباحث قدر الإمكان توفير الأجواء نفسها التي طبقت في الاختبار القبلي .
2-8 الوسائل الإحصائية :

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية spss :

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

قام الباحثان بعرض النتائج التي توصل إليها ومناقشتها على أثر جدول الممارسة المتسلسلة بالأسلوب المنظم ذاتياً في التوافق الحركي وتعلم إداء مهارة الارسال بالكرة الطائرة لطلاب في مجموعتين عينة البحث، إذ أجرى تحليل النتائج في ضوء القوانين الإحصائية المستعملة في البحث، والمناسبة لهذه البيانات، كي تتحقق فرضيات البحث في ضوء الإجراءات الميدانية التطبيقية التي أستخدمها الباحثان للتوصل إلى هذه البيانات، ومن ثم مناقشتها وفقاً للمراجع العلمية.

عرض وتحليل نتائج الاختبارات:

3-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في متغيرين البحث:

بعد تفرغ البيانات الخاصة بالاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة، ومعالجتها إحصائياً تم الحصول على النتائج المبينة في الجدول (3)

الجدول (3) يبين الاوساط الحسابية وانحرافاتهما ومعامل الالتواء وقيم (T) المحسوبة والدلالة الإحصائية للاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة لاختبارات البحث التوافق الحركي ومهارة الارسال بكرة الطائرة .

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ف	ف هـ	قيمة (T) المحسوبة	قيمة مستوى الدلالة	النتيجة
-----------	-------------	----------	---------------	-------------------	---	------	-------------------	--------------------	---------

التوافق الحركي	ثانية	قبلي	12,350	0,812	0,840	0,156	5,379	0,000	معنوي
		بعدي	11,510	1,015					
الارسل	الدرجة	قبلي	6,900	0,967	1,100	0,068	15,983	0,000	معنوي
		بعدي	8,000	0,973					

3-1-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعة التجريبية في متغيرين البحث:

بعد تفرغ البيانات الخاصة بالاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية، ومعالجتها إحصائياً تم الحصول على النتائج المبينة في الجدول (4) يبين الأوساط الحسابية وانحرافاتها ومعامل الالتواء وقيم (T) المحسوبة والدلالة الإحصائية للاختبارات القبلية والبعدي للمجموعة التجريبية اختبارين البحث

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ف	ف هـ	قيمة (T) المحسوبة	قيمة مستوى الدلالة	النتيجة
التوافق الحركي	ثانية	قبلي	12,600	0,940	3,200	0,186	17,169	0,000	معنوي
		بعدي	9,400	0,680					
الارسل	الدرجة	قبلي	6,700	0,923	3,700	0,105	35,194	0,000	معنوي
		بعدي	10,400	0,940					

3-1-2 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرين البحث:

بعد تفرغ البيانات الخاصة بالاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة ومعالجتها إحصائياً تم الحصول على النتائج المبينة في الجدول (5) .

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ف	ف هـ	قيمة (T) المحسوبة	قيمة مستوى الدلالة	النتيجة
التوافق	ثانية	ضابطة	11,510	1,015	2,110	0,273	7,721	0,000	معنوي

					0,680	9,400	تجريبية		الحركي
					0,973	8,000	ضابطة		الارسال
معنوي	0,000	7,931	0,302	2,400	0,940	10,400	تجريبية	درجة	

الجدول (5) يبين الاوساط الحسابية وانحرافاتها ومعامل الالتواء وقيم (T) المحسوبة والدلالة الإحصائية للاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية لاختبارين البحث

3-2 مناقشة النتائج :

3-2-1 مناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في متغيرين البحث :

ان المجموعة التجريبية فقد حققت نتائج متقدمة في الاختبارات البعدية لكون العينة خضعت الى تمارين تم صياغتها بأسلوب علمي مدروس من قبل الباحثان وتتلاءم مع مستوى العينة مما احدث تغييراً في مستوى تعلمهم، إذ اصبح المسار الحركي للمهارات قيد البحث متقن ومتلائم مع قدراتهم خلال ادائهم في الوحدات التعليمية المعدة من قبل الباحثان بأسلوب جدولة الممارسة المتسلسلة وفق الأسلوب المنظم ذاتياً "كون سلامة المنهج التعليمي الذي يحتوي على تمارين مختارة بصورة علمية يؤدي الى نتائج متقدمة وير الباحثان ان الوحدات التعليمية المعدة للمجموعة التجريبية ذات تنظيم متقن بشكل جيد ومتسلسل، مع التركيز على اتقان المهارات بشكل جيد قبل الانتقال من وحدة تعليمية الى وحدة تعليمية اخرى ، لذا تم إعطاء 3 تمارين لمهارة الأرسال بكرة الطائرة في الوحدة التعليمية الواحدة وتليها في الوحدات التعليمية الأخرى بأسلوب جدولة الممارسة المتسلسلة بالأسلوب المنظم ذاتياً؛ مما ادى ذلك الى زيادة عملية التعلم وتوليد الرغبة لديهم في تنفيذ التمرينات واعطاء تكرار للتمرين اكثر من مرة مما جعلهم يمتلكون برامج حركية متنوعة ومتعددة للمهارات بشكل يتناسب مع المسار الحركي للمهارة المتعلمة ويتق الباحثان على ما جاء به (وسام صلاح)" ان التعلم لا يحدث الا بالتكرار والممارسة المستمرة للحركات والمهارات فضلاً عن التصحيح المستمر للأخطاء لحين بناء برامج حركية تخص تلك المهارة" (1) و يرى الباحثان ان الأسلوب التعليمي (جدولة الممارسة المتسلسلة بالأسلوب المنظم ذاتياً) هو من الأساليب التعليمية التي تركز على تحسين عملية التعلم من خلال تنظيم وإدارة الوقت واداء التمارين بطريقة منهجية

¹ - (وسام صلاح وآخرون: التعلم والتعليم في عصر تكنولوجيا المعلومات، ط1، (مؤسسة دار الصادق للكتب، 2020)، ص24

ويتفق الباحثان على ما جاء به (وجيه محبوب) "ان توفر المعلومة عن المهارة سوف يطور القابلية على التعلم اكثر من الذين لم تتوافر لديهم معلومات واسعة قبل الأداء". (1)

ويرى الباحثان أن ذلك إدى بالمتعلمين أن يؤدون المهارة بكرة الطائرة بنشاط واسع وحيوية وطاقة كبيرة مما زاد من التعلم والرغبة الكبيرة نحو تعلم هذه المهارة، ونتيجة ذلك كان مستوى التعلم لدى العينة يتزايد أسبوع بعد اسبوع عندما يتلقون معلومات كثيرة عن المهارة قيد البحث من خلال أسلوب جدولة الممارسة المتسلسلة بالأسلوب المنظم ذاتياً؛ إذ يُعد الأسلوب التعليمي القائم على "جدولة الممارسة المتسلسلة بالأسلوب المنظم ذاتياً" من الأساليب الفعالة في تعزيز التوافق الحركي مع مهارة الارسال بكرة الطائرة، ويركز هذا الأسلوب على تنظيم الوحدات التعليمية بحيث يتعلم الطالب المهارات الحركية بشكل تدريجي ومنظم يبدأ من تعلم المهارة الى ان يتم اتقانها والانتقال الى المهارة الاخرى ويرى الباحثان أن من العوامل التي ساعدت على تحسن التوافق الحركي ومهارة الارسال بكرة الطائرة بالنسبة للمجموعة التجريبية هو الوسائط التكنولوجية التي أستخدمها الباحثان إذ إن هذه الوسائط تعمل على عرض المهارة من خلال الشاشة مما قد سهلت من عملية فهم وإدراك الأجزاء التفصيلية للطلاب في تعلم التوافق الحركي ومهارة الارسال وكيفية تميز مثير معين عن باقي المشيرات الأخرى بسرعة ودقة وذلك من خلال التدرج الواضح في عرض المهارة وشرحها عبر الشاشة وتصحيح الأخطاء عبر الفيديو، وهذا ما يتفق به الباحثان مع ما أكدده (اسماعيل عبد زيد) اذن التعليم المعزز بتكنولوجيا قد سهل من عملية فهم وأدراك الأجزاء التفصيلية للمهارة المطلوب تعلمها وذلك من خلال التدرج الواضح في عرض وشرح المهارة بأقسامها الثلاثة ((التحضيري . والرئيسي . والختامي) (2)

3-2-2 مناقشة نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرين البحث.

بواسطة عرض النتائج وتحليلها أظهرت وجود فروق معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية، وكانت النتائج منطقية للاختبارات البعدية في اختبار التوافق الحركي ومهارات الارسال بكرة الطائرة وهذا يشير إلى تحقق صحة الفرض الثاني، ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية.

¹ - (وجيه محبوب: التعلم و جدولة التدريب الرياضي، (دار وائل للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، 2001)، ص 143.

² - (اسماعيل عبد زيد واخرون : اثر وحدات تعليمية وفقاً لتعليم المعزز في تعلم الاداء المهارى والمعرفى بكرة السلة للطلاب، جامعة تكريت

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة . مجلة الثقافة الرياضية المجلد (15) العدد خاص الجزء الثالث ، ص 275 .

ويعزو الباحثان هذه الفروق التي ظهرت في نتائج الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية الى توظيف أسلوب جدولة الممارسة المتسلسلة بالأسلوب المنظم ذاتياً في التوافق الحركي وتعلم مهارة الارسال بكرة الطائرة، إذ ساعد في سرعة توصيل المهارة وتوفير عامل الدافعية والتشويق وكان أسلوباً جديداً ومميزاً وهذا ما اظهرته النتائج، إذ أن المنهاج التعليمي المُعد من قبل الباحثان جعلهم يرتبون افكارهم وزاد من تركيز أنتباههم لذلك تفوق الجميع بواسطة ربط المهارة وانعكس ايجاباً على مستوى أداءهم بين وحدة تعليمية وأخرى، إذ أن هناك فوائد كثيرة يمكن ملاحظتها بالوحدات التعليمية فهو يؤدي الى التحسن في تعلم المهارة والوصول بها الى التكنيك الصحيح والتوصل الى تعلم معتد به في الأداء والقدرة على معرفة الخطأ وتحديده⁽¹⁾. وكان اختيار الباحثان لأسلوب جدولة الممارسة المتسلسلة بالأسلوب المنظم ذاتياً في الوحدات التعليمية اعطى نتائج ملحوظة في مستوى التعلم للتوافق الحركي والأرسال بكرة الطائرة وقد كانت تلك الفكرة مميزة ونوع جديد لتوصيل المهارات للمتعلمين في الوحدات التعليمية لتعطي افكاراً للمدربين والاساتذة والمتعلمين في الجوانب النظرية والعملية، ويرى (احمد حسن)⁽²⁾ " ان للممارس لكرة الطائرة يجب أن تتوفر لديه عنصر التوافق الحركي وخاصة سرعة البديهة لأنها اساس مهارة الارسال لذا فأن الطالب يحتاج الى توافق حركي لأداء مهارة الأرسال لأنه يكون في حالة ضرب الكرة ويحتاج فيها إلى امتلاك القدرة على التحرك السريع عند اداء المهارة وذلك من وضع الجسم ومسك الكرة والارتقاء عند ضرب الكرة باليد وهذا يحتاج الى توافق عضلي حركي سريع وهذا ما اكده (وجيه محبوب) "ان الوحدة التعليمية والتمرين هو الصفة الاساسية التي تتميز بها الوحدة فبواسطتها يمكن قياس مقدار التعلم وتطور الأداء فضلاً عن إنه يكسب الجمال والانسيابية إلى جانب اكتساب مهارات لم يسبق تعلمها بالإضافة إلى الأساسية منها⁽³⁾ وهناك عوامل أساسية من خلال التمرينات التي تطور المهارة للمتعلمين وفعاليتها الإيجابية لتعليم في كيفية استقبال المعلومات ، ويتفق الباحثان مع ما جاء (مكرم عطية) " اهتمام الإنسان بجسمه وصحته ولياقته اثناء ممارسة الانشطة البدنية والتي تأخذ اشكالا متعددة اجتماعية مثل الالعاب والتمارين البدنية والرياضية وادراك ان النتائج من هذه الاشكال في الانشطة لا يتوقف على الجانب البدني والصحي، وانما يؤثر على الجانب النفسي والاجتماعي والعقلي مما يساعد عل تعلم

(1) - وجيه محبوب؛ **التعلم وجدولة التدريب**، بغداد، (المكتبة الوطنية، 2000)، ص168.

(2) - احمد حسن صابر الكعبي ؛ **بعض انواع القوة وعلاقتها بدقة اداء الضربة الهجومية الساحقة بالكرة الطائرة للاعبين الشباب** . جامعة تكريت كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة . مجلة الثقافة الرياضية المجلد (15) العدد خاص الجزء الثالث ، ص

<https://cphe.tu.edu.iq/index.php/centers/mjlt-alklyt> 146

(3) وجيه محبوب ؛ **(موسوعة علم الحركة) التعلم وجدولة التدريب الرياضي**؛ (دار وائل للنشر، عمان ، 2001م) ص167

المهارة بشكل سريع (1) "، ومن خلال استخدام الوسائط التكنولوجية من عرض وشرح المهارة والتعرف على أخطاء المهارة إذ سهل عملية التعلم من خلال استخدام التكنولوجيا وما يشاهده الطلاب من دقة في عرض المهارات ، وهذا ما يجعل الطالب يحصل على فرص جيدة في معرفة كيفية إداء الحركات وسرعة استيعابها حسب حاجته واستخدام وسائل تعليمية حديثة وهذا يعني الخروج من الأسلوب التقليدي واللجوء الى الأساليب الحديثة في تعلم المهارات بكرة الطائرة من أجل تحقيق التنوع في استخدام التقنية والوسائط التعليمية حتى يتمكن الطالب من مشاركة أكثر من حاسة في استقبال المعلومات وهذا ما اكده (نادر فهمي الزيدون 1999) " ان الوسائل التكنولوجية تساعد على الحواس عند المتعلم وجعل عملية التعلم أكثر يسراً وسهولة وأكثر جذبا وتشويقاً نتيجة لاقتران الصوت والصورة في الفلم المعروف " (2) ويرى الباحثان أن أسلوب الجدولة المتسلسل (الجدولة الممارسة المتسلسلة) عبارة عن تمرين متسلسل يقوم فيه المتعلمين بتنظيم الحركات في شكل متسلسل وتكون الحركة الأولى هي بداية التمرين وبعد تعلمها بشكل جيد الانتقال إلى الحركة الثانية ومن ثم الانتقال الى الحركة الثالثة ، كما يعد التعلم المنظم ذاتياً واحداً من أبرز الموضوعات التي تطرق إليها المنظرون والعلماء والمتخصصون في علم النفس التربوي في الوقت الراهن ، فالمتعلم المنظم ذاتياً يمتلك القدرة على مراقبة أدائه وتحديد وتطبيق الاستراتيجيات المناسبة ويكون مدفوعاً نحو التعلم من أجل التعلم. (3)

4- الاستنتاجات والتوصيات

4-1 الاستنتاجات

بواسطة عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها توصل الباحثين إلى الاستنتاجات الآتية:

- 1- إن أثر جدولة الممارسة بالأسلوب المنظم ذاتياً كان له تأثير إيجابي في التوافق الحركي وتعلم مهارة الارسال بالكرة الطائرة
- 2- إن استخدام جدولة الممارسة بالأسلوب المنظم ذاتياً ساعد على إعطاء المبادرة للطلاب في التفكير واكتساب المعلومات حسب ذكائهم مما ساعد على زيادة قدرتهم على التفكير المستمر في تنفيذ المهارة على أفضل ما يمكن.

¹ - مكرم عطية ؛ تأثير تمارين مركبة في تطوير القوة الانفجارية للرجلين وتحمل السرعة لدى لاعبي نادي الصليخ الرياضي بكرة القدم بعمر (17-19) سنة جامعة تكريت كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، مجلة الثقافة الرياضية المجلد (15) العدد 1 الجزء الثالث ، ص

179 <https://cphe.tu.edu.iq/index.php/centers/mjlt-alklyt>

(1) - نادر فهمي الزيدون وآخرون ؛ **التعلم والتعليم الصفي** ، ط4 ، (عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، 1999) ، ص 162 .

(2)- مصطفى محمد كامل ؛ **التنظيم الذاتى للتعلم** ، المؤتمر العلمي، الثامن لكلية التربية جامعة طنطا، التعلم الذاتى وتحديات المستقبل ، 2003 ،

4- زادت الكفاءة في التعلم الذاتي لدى المجموعة التجريبية نتيجة استخدام جدولة الممارسة المتسلسلة بالأسلوب المنظم ذاتياً وذلك عزز أيضاً من استقلالية المتعلمين .

4-2 التوصيات :

بناءً على نتائج البحث يوصي الباحثين بما يأتي:

- 1- التركيز على استخدام (جدولة الممارسة المتسلسلة بالأسلوب المنظم ذاتياً) في التوافق الحركي وتعلم بعض المهارات الأساسية بكرة الطائرة للطلاب.
- 2- تشجيع التدريسين على توظيف أساليب واستراتيجيات تعليمية حديثة مثل أسلوب جدولة الممارسة المتسلسلة بالأسلوب المنظم ذاتياً وغيرها من الأساليب التعليمية الحديثة، وإدراجها ضمن مناهج التدريس.
- 3- ضرورة توظيف السبل الإبداعية المبتكرة (الأسلوب جدولة الممارسة المتسلسلة بالأسلوب المنظم ذاتياً) للمساعدة في تحسين عملية التعلم.
- 4- أتباع الأسلوب العلمي عند اختيار الوحدات التعليمية مع مراعاة دمج الوحدة التعليمية بالأسلوب المنظم ذاتياً.

المراجع والمصادر

- احمد عبد الفتاح حسين ؛ فاعلية بعض أساليب استخدام الكمبيوتر في تعلم مسابقة 110م حواجز ، رسالة ماجستير ،جامعة الزقازيق ، كلية التربية الرياضية للبنين ، 2001 .
- احمد فرحان علي ؛ اساسيات البحث العلمي والاحصاء في التربية البدنية النجف، دار الضياء للطباعة، 2015.
- اسماعيل عبد زيد واخرون ؛ اثر وحدات تعليمية وفقاً لتعليم المعزز في تعلم الاداء المهارى والمعرفي بكرة السلة للطلاب ، جامعة تكريت كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة . مجلة الثقافة الرياضية المجلد (15) العدد خاص الجزء الثالث -<https://cphe.tu.edu.iq/index.php/centers/mjlt-alklyt>
- احمد حسن صابر الكعبي ؛ بعض انواع القوة وعلاقتها بدقة اداء الضربة الهجومية الساحقة بالكرة الطائرة للاعبين الشباب . جامعة تكريت كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة . مجلة الثقافة الرياضية المجلد (15) العدد خاص الجزء الثالث ، ص

<https://cphe.tu.edu.iq/index.php/centers/mjlt-alklyt>146

- ناهدة عبد زيد ؛ تأثير التداخل في أساليب التمرين على تعلم مهارتي الإرسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة ، أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية، 2002.
- صالح جويد؛ تأثير تكراراً مختلفة من التصور العقلي في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم وفقاً لمستوى الانجاز، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة القادسية، 2009.
- مصطفى محمد كامل ؛ التنظيم الذاتى للتعلم ، المؤتمر العلمي، الثامن لكلية التربية جامعة طنطا، التعلم الذاتى وتحديات المستقبل 2003 .
- ناهدة عبد زيد الدليمي؛ أساسيات في التعلم الحركي، (دار الضياء للطباعة، جامعة باب، 2008)،
- وجيه محجوب: التعلم وجدولة التدريب الرياضي، (دار وائل للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، 2001).
- وسام صلاح وآخرون: التعلم والتعليم في عصر تكنولوجيا المعلومات، ط1، (مؤسسة دار الصادق للكتب، 2020
- قاسم حسن حسين؛ علم التدريب الرياضي في الأعمار المختلفة، ط1، عمان، مطبعة الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، 1998.
- كاظم كريم رضا الجابري؛ مناهج البحث في التربية وعلم النفس ط1 ، بغداد، 2011
- محمد صبحي حسانين ؛ القياس والتقويم في التربية البدنية ، ط6، القاهرة ،دار الفكر العربي ،2000.
- مكرم عطية ؛ تأثير تمرينات مركبة في تطوير القوة الانفجارية للرجلين وتحمل السرعة لدى لاعبي نادي الصليخ الرياضي بكرة القدم بعمر (17—19) سنة جامعة تكريت كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، مجلة الثقافة الرياضية المجلد (15) العدد 1 الجزء الثالث .
- وجيه محجوب ؛ التعلم وجدولة التدريب ، ط1، بغداد، وزارة التربية ، مكتب العادل للطباعة الفنية ، 2000.

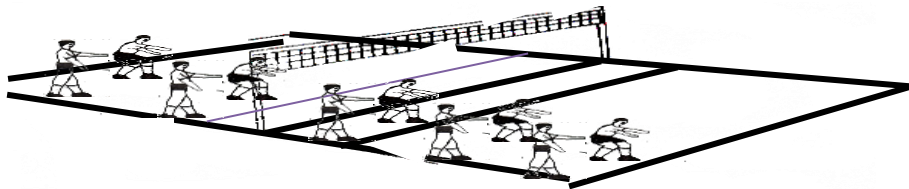
قائمة الملاحق

التمرينات المهارية لمهارة الإرسال

مهارة الأرسال الموجهة من الأعلى :

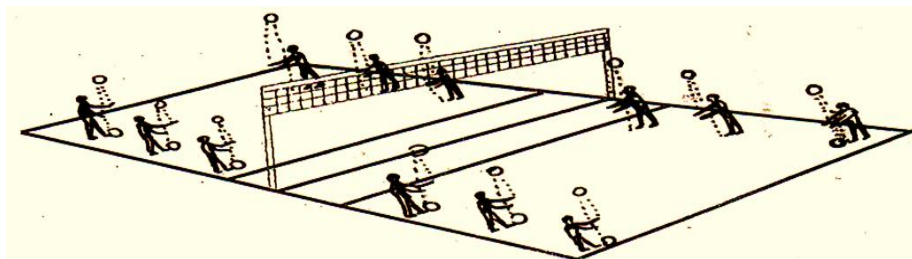
التمرين الأول :

يقف الطلاب في صف على طول الخطوط الجانبية لملاعب الكرة الطائرة ، ثم يأخذون وضع الاستعداد للإرسال ويتم تنفيذ الحركة بدون كرة ويحاول كل طالب أداء هذا التمرين (40) تكرار خلال (6) دقائق. نقاط مهمة للمراجعة عند أداء الإرسال المواجه من الأعلى.



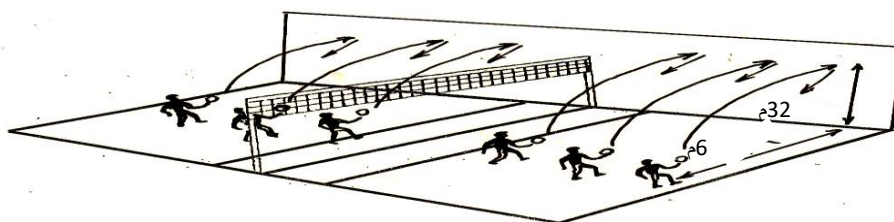
التمرين الثاني

يقف الطلاب في صف على طول الخطوط الجانبية لملاعب الكرة الطائرة ، كل طالب لديه كرة طائرة ثم يقوم برمي الكرة رمية مناسبة عالياً وفوق الكتف اليد الضاربة وتركها تسقط على الأرض بحيث تكون أمام قدم اليد الضاربة ويكرر التمرين لمدة 6 دقائق، مع ملاحظة كل طالب ان يحسب الى زميلة كم تكرار خلال 6 دقائق



التمرين الثالث :

يقف الطلاب في صف أمام الحائط وعلى مسافة (3)م عنه وكل منهم لديه كرة طائرة، ثم يقوم كل طالب بإرسال الكرة باتجاه الحائط وبارتفاع (3)م، يحاول كل طالب أداء هذا التمرين (40) تكرار خلال (6) دقائق عند أداء الإرسال المواجه من الأعلى .



وحدة تعليمية (1) في مادة كرة الطائرة

أثر الجدولة الممارسة بالأسلوب المنظم ذاتياً

الوقت: 90

عدد الطلاب: 20

المجموعة التجريبية

رقم الوحدة: 1

المرحلة الثانية /

التاريخ: 7 / 10 / 2024

شعبة أ

الاجهزة والادوات : سبورة – حاسوب (لاب توب)
- (جهاز العرض داتا شو)-

كرة الطائرة (مهارة الارسال)

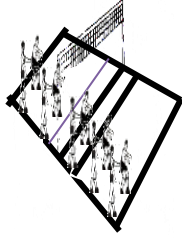
المكان : القاعة الدراسية وملعب الكلية

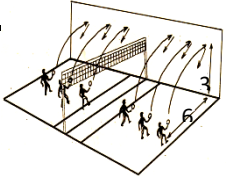
الاهداف التربوية :

تنمية روح التعاون بين الطلاب -
الطائرة

الاهداف التعليمية :

- تعليم الطلاب مهارة الارسال

نوع النشاط	الوقت	خطوات أثر جدولة الممارسة بالأسلوب المنظم ذاتياً	التفاصيل	التنظيم	شكل التمرين	الملاحظات
النشاط التعليمي من الجزء الرئيسي	20 د	1- مرحلة التخطيط : عند عرض الفديوات والصور واعطاء شرح للمهارة وتبين للطلاب ماهو الهدف المطلوب من تعلم مهارة الارسال وكيف هو مهم في لعبة كرة الطائرة وكيفية اداء التمارين والخطوات لازمة للمهارة.	وتشغيل الطائرة شرح وعرض مهارة الارسال بالكرة الفديوات للمهارة عن طريق برنامج الداتا شو ومن ثم الخروج الى الساحة	●●●●●●●● *		التزام بالزي الرياضي والتأكيد على الحضور الجيد
الإحماء	5 د	2- مرحلة الاداء : هو مدى تكيف الطلاب مع الشرح السابق ومدى تحمسهم للتعلم وكيف يحققوا اهدافهم التي رسموها في مرحلة التخطيط	← تهيئة الأدوات واخذ الحضور. ← السير الاعتيادي تمارين مختلفة من السير الاعتيادي هرولة اعتيادية تمارين مختلفة من الهرولة ثم السير الاعتيادي الوقوف.	* ●●●●●●●●		الاحماء الجيد وتجنب الاصابات

اداء تمارين بدنية خاصة تخدم المهارة الرئيسة			تمرين الذراعين (الوقوف، الانثناء العرضي) ضغط الذراعين إلى الجانب ومدهما (4) عدة . تمرين الجذع (جلوس طويل، ضمماً) الذراعين عالياً ثني الجذع للأمام والثبات (10) عدة . تمرين الساقين (الوقوف تخصر) القفز بتبادل القدمين أماماً خلفاً (2) عدة.		5/ د	تمرينات بدنية
التأكيد على اداء التمارين والتكرارات بصورة متساوية لجميع الطلاب جعل التمارين بصورة تنافسية بين الطلاب من خلال تقسيماتهم			. تطبيق التمرينات (1-2-3 -) .	3- مرحلة الضبط : وهي كيف المتعلم ان يضبط سلوكه ومدى معرفته للمهارة وكيف استوعب المعلومات من المدرس وتاديبه التمرينات حسب ما تعلمه اثناء الشرح واداء النموذج الحي من قبل المدرس .	65/ د	الجزء الرئيسي
التأكيد على الهدوء والانصراف			لعبة ترويحوية. مارين تهدئة مع إنهاء الوحدة بصيغة ختام الوحدة الوقوف للانصراف	4- مرحلة التقويم الذاتي : في نهاية الدرس المدرس باعطاء الطلاب تغذية راجعة عن المهارة وتشجيعهم واعطائهم دافعية للتعلم المهارة في المحاضرة التالية .	10/ د لكلي د	الجزء الختامي
			✓			