

أسلوب التمرين الجزئي والكلي وفاعليتهم في تعلم دقة مهارة ضربة التخليص الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة

أ.م.د. وسام صلاح عبد الحسين م.م. رقيه حمزه م.م. لندا محمود

أسلوب التمرين الجزئي والكلي وفاعليتهم في تعلم دقة مهارة ضربة التخليص الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة

أ.م.د. وسام صلاح عبد الحسين م.م. رقيه حمزه م.م. لندا محمود
جامعه كربلاء / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملخص البحث

تأثير أسلوب التمرين الجزئي والكلي في تعلم مهارة ضربة الابعاد الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة

تمركزت مشكلة البحث حول ضعف اغلب اللاعبين بأعمار (12-14) سنة في اداء مهاره ضربه التخليص الخلفية بالريشة الطائره . وهدف البحث الى معرفة تأثير اسلوب التمرين الكلي والجزئي في تعلم مهارة ضربة الابعاد الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة . ومعرفة الاسلوب الافضل في تعلم مهارة ضربة الابعاد الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة .

مثلت عينة البحث بمجتمع البحث بأكمله وهم لاعبو المركز التدريبي في محافظه بابل والبالغ عددهم (12) لاعب وتم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين وبواقع (6) لاعب لكل مجموعه .

وجاءت اهم الاستنتاجات هي ان استخدام اسلوب التمرين الجزئي كان له دور فاعل في تعلم مهارة ضربة الابعاد الخلفية بالريشة الطائرة .وان استخدام اسلوب التمرين الكلي كان له دور فعال في تعلم مهارة ضربة الابعاد الخلفية بالريشة الطائرة . وتفوق المجموعة التي تعلمت بأسلوب التمرين الجزئي على المجموعة التي تعلمت بأسلوب التمرين الكلي في تعلم مهارة ضربة الابعاد الخلفية بالريشة الطائرة .

أسلوب التمرين الجزئي والكلي وفاعليتهم في تعلم دقة مهارة ضرب التخليص الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة

ا.م.د. وسام صلاح عبد الحسين م.م. رقيه حمزه م.م. لندا محمود

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث:

لقد حظي المجال الرياضي برعاية ونصيب كبير نتيجة تراكم الخبرات وتطويرها نحو الأفضل كمحطة للتطور العلمي وكان للتربية الرياضية النصيب الأوفر من التطور لأنها تعمل على تنمية الفرد من جميع الجوانب الأخلاقية والفكرية والاجتماعية والصحية لغرض تربية الفرد تربية شاملة .

ومن اجل تحقيق أهداف التربية الرياضية سعى ذا الخبرة والاختصاص إلى البحث المستمر في سبيل أيجاد وسائل وأساليب تعليمية وتدريبية جديدة من أجل التكامل في العملية التعليمية والتدريبية وان هذا التكامل يتحقق من خلال الموازنة بين الجانب العلمي والنظري واستخدام الأساليب التعليمية المناسبة التي تحقق هذه الأهداف .

أن لعبة الريشة الطائرة من الألعاب الفردية التي تمارس من كلا الجنسين وتحتاج إلى جوانب بدنية ومهارية وخططية لذلك فان الارتقاء بلعبة الريشة الطائرة والوصول بها إلى المستوى الأفضل هو ما سعى إليه المدربون من خلال اكتشاف الموهوبين من اللاعبين الناشئين والشباب وهذا يتطلب إيجاد أساليب تعليمية تتلاءم مع المهارات الأساسية لهذه اللعبة . ومن هنا جاءت اهمية البحث في اعداد تمارين خاصه بالأسلوب الكلي والجزئي ومعرفة تأثيرها في تعلم ضربه الابعاد الخلفية للاعبين بالريشة الطائره.

1-2 مشكلة البحث:-

أسلوب التمرين الجزئي والكلي وفاعليتهم في تعلم دقة مهارة ضربة التخليص الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة

ا.م.د. وسام صلاح عبد الحسين م.م. رقيه حمزه م.م. لندا محمود

لاحظ الباحثان من خلال تواجده في مجال لعبة الريشة الطائرة أن اغلب الوحدات التعليمية لا تتضمن تحديد أسلوب تمرين ملائم مع نوع المهارة المراد تعليمها وهذا ما كان له اثر واضح في ضعف ضربه الابعاد الخلفية . حيث أن تتوع المهارات الأساسية للريشة الطائرة وتتوع أشكالها المهارية يتطلب من المدرب أو المدرس تحديد أسلوب ملائم مع نوع المهارة المتعلمة لذا يجب على المدرب أو المعلم اختيار أسلوب تمرين مناسب مع المهارة المراد تعليمها، ومن هنا تمركزت مشكلة البحث حول التعرف على فعالية أسلوب التمرين الكلي والجزئي في تعلم مهارة ضربة الإبعاد الخلفية بالريشة الطائرة وإمكانية إعطاء التمرين المناسب لها.

1.3 هدف البحث:-

- 1- معرفة تأثير أسلوب التمرين الكلي والجزئي في تعلم مهارة ضربة الإبعاد الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة.
- 2- معرفة الأسلوب الأفضل في تعلم مهارة ضربة الإبعاد الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة.

1.4 فرضا البحث:-

- 1- هناك فروق معنوية لأسلوب التمرين الكلي والجزئي في الاختبار القبلي والبعدي لتعلم مهارة ضربة الإبعاد الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة.
- 2- هناك فروق معنوية في الاختبار البعدي لتعلم مهارة ضربة الأبعاد الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة ولصالح أسلوب التمرين الجزئي.

1.5 مجالات البحث:

- 1- المجال البشري: لاعبو المركز التدريبي في محافظه بابل للموسم التدريبي 2017 وبأعمار 12-14م سنه .

أسلوب التمرين الجزئي والكلي وفاعليتهم في تعلم دقة مهارة ضربية التخليص الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة

ا.م.د. وسام صلاح عبد الحسين م.م. رقيه حمزه م.م. لندا محمود

2- المجال ألزمني: المدة من 1-10 الى 10-11-2017م

3- المجال المكاني: القاعة الرياضية في قضاء المحاول.

1.2 الدراسات النظرية:

1-1-2 التمرين:

هو أداء أو انجاز أو واجب معين بصورة متكررة لغرض اكتساب مهارة بصورة تامة ، وكذلك هو كل تعلم منتظم يكون هدفه التقدم السريع لكل من الجوانب الجسمية والعقلية وزيادة التعلم الحركي (الأداء الفني) للاعب أو المتعلم وفي تعريف آخر للتمرين هو عبارة عن حركات عدة أو تكرار أداء حركي يؤدي بغرض معين تحت أسس علمية (فسيولوجية وتشريحية وتربوية....الخ).

1 وأن للتمرين مفهوم واسع من خلال احتوائه على خبرات عديدة وفي مواقع متنوعة وتوقيتات وظروف وحالات مختلفة ويدخل ضمن أساليب متعددة فيجب إتباع التخطيط الصحيح الموجه لاستخدامه وتنظيمه وجدوليته وكيفية ممارسته لكونه أداء أو انجاز عمل معين أو واجب معين بصورة متكررة لغرض تعلم مهارة مكتسبة بصورة تامة⁽¹⁾.

ويهدف التمرين التعليمي إلى اكتساب الجسم الجمال والانسائية والدقة في الأداء وكذلك اكتساب مختلف المهارات الأساسية الجديدة وتعلم الأداء الفني (التكنيك)

¹ - يعرب خيون ،التعلم بين المبدأ والتطبيق، ط1، دار الصخرة للطباعة والنشر ،2002، ص80

² - ناهده عبد زيد ،أساسيات التعلم الحركي ،ط1، النجف ،دار الضياء للطباعة والنشر، 2008، ص117

3- ناهده عبد زيد ، المصدر السابق ،ص118

أسلوب التمرين الجزئي والكلي وفاعليتهم في تعلم دقة مهارة ضربية التخليص الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة

ا.م.د. وسام صلاح عبد الحسين م.م. رقيه حمزه م.م. لندا محمود

السليم، وان التمرين يمر بمراحل عدة حتى يكون فعالا ومن أهم هذه المراحل هي⁽²⁾:

1- المرحلة المعرفية.

2- المرحلة الحركية.

3- المرحلة الاستقلالية.

2-1-2 العوامل المؤثرة على التمرين⁽³⁾:

هناك عوامل تؤثر على التمرين من أهمها الآتي:

1- التعليمات الإرشادات.

2- العرض النموذج.

3- الدوافع والحث.

4- أداء اللاعب أو المتعلم الذي يعتمد على التغذية الراجعة.

5- حالات المتعلم أو اللاعب الاجتماعية والبيئية.

ويصبح التمرين فعالا متى ما تم تطبيق الخطوات التالية:-

1- إجراء أساليب حركية مختلفة.

2- تلافي الأخطاء.

3- اكتساب الطريقة أو الأسلوب الأفضل للتعلم.

4- التمرين يكون على شكل جرعات.

5- التعليمات اللفظية مهمة في التمرين.

6- لا يمكن إن يكون التمرين فعالا إلا إن يكون هناك إعداد بدني فعال للاعب أو المتعلم.

أسلوب التمرين الجزئي والكلي وفاعليتهم في تعلم دقة مهارة ضربية التخليص الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة

ا.م.د. وسام صلاح عبد الحسين م.م. رقيه حمزه م.م. لندا محمود

- 7- استخدام الأجهزة والوسائل المساعدة التي تساهم في تطوير المهارات الحركية والصعبة والمعقدة.
- 8- استخدام التمرين الذهني.
- 9- تنظيم فترات الراحة.

2-1-3 أساليب التمرين (1) :-

هناك أساليب متنوعة تستخدم لأداء التمرين، وان الأساليب المستخدمة يجب أن تلائم مستوى وعمر المتعلم ونوع المهارة المتعلمة ، ومن هذه الأساليب الآتي:

- 1- أسلوب التمرين العشوائي.
- 2- أسلوب التمرين المتسلسل.
- 3- أسلوب التمرين الثابت.
- 4- التمرين المتغير.
- 5- أسلوب التمرين الكلي.
- 6- أسلوب التمرين الجزئي.
- 7- أسلوب التمرين المكثف.
- 8- أسلوب التمرين الموزع.
- 9- أسلوب التمرين البدني.
- 10- أسلوب التمرين الذهني.

2-1-4 الريشة الطائرة:

¹ - يعرب خيون ، المصدر السابق ، ص 82.

أسلوب التمرين الجزئي والكلي وفاعليتهم في تعلم دقة مهارة ضربة التخليص الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة

ا.م.د. وسام صلاح عبد الحسين م.م. رقيه حمزه م.م. لندا محمود

تعد لعبة الريشة الطائرة من الألعاب الجديدة التي بدأت تنتشر في أنديةنا بشكل واسع مما يتطلب معرفة الأسلوب التعليمي المناسب لتعلم المهارات الأساسية لهذه الفعالية وبما أن هناك أساليب تعليمية عديدة لكل منها أهدافها وخصائصها ولها دور في تصحيح الأخطاء ومعالجتها وقدرتها على الإسراع في عملية التعليم لذلك فإن معرفة هذه الأساليب والتوصل للأسلوب الأفضل في تعليم هذه المهارات يعطينا فرصة للتقدم وللارتقاء بهذه الفعالية .

2-1-4-1 المهارات الأساسية بالريشة الطائرة⁽¹⁾:

- 1- الإرسال (الطويل - القصير)
- 2- ضربة الإبعاد الأمامية
- 3- ضربة الإبعاد الخلفية
- 4- الضربة المسقطة الأمامية
- 5- الضربة المسقطة الخلفية
- 6- ضربات الشبكة
- 7- الضربة المدفوعة الأمامية
- 8- الضربة المدفوعة الخلفية
- 9- الضربة الساحقة

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

3.1 منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتان المتكافئتان لملائمته طبيعة المشكلة المراد حلها، " لان أهم ما يميز النشاط العلمي الدقيق هو استخدام أسلوب التجربة"⁽¹⁾.

¹ - وسام صلاح عبد الحسين ، الريشة الطائرة بين الممارسة والمنافسة ، عمان ، دار رضوان للطباعة والنشر ، 2013، ص 53.

1- وجيه محبوب ، طرائق البحث العلمي ومناهجه ، ط2، بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1993 ، ص 33.

أسلوب التمرين الجزئي والكلي وفاعليتهم في تعلم دقة مهارة ضربية التخليص الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة

ا.م.د. وسام صلاح عبد الحسين م.م. رقيه حمزه م.م. لندا محمود

2-3 مجتمع البحث وعينته :

مثلت عينة البحث بمجتمع البحث بأكمله وهم لاعبو المركز التخصصي في محافظة بابل والبالغ عددهم 12 لاعب بأعمار 12-14 سنة للموسم التدريبي 2017م وتم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين وبواقع (6) لاعب لكل مجموعه

3-3 الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة :

- ملاعب ريشة طائرة عدد (2)
- مضارب ريشة طائرة عدد (25) مضرب نوع yonex
- شبكات ريشة نوع yonex عدد (2)
- أعمدة ريشة عدد (4)
- ريش بلاستيك بعدد (20) علبة سعة الواحدة (6) ريشة نوع yonex
- شريط قياس
- أصباغ وطباشير
- شريط لاصق ملون
- قوائم على ارتفاع (244سم) عدد (4)
- حائط مستو
- ساعة توقيت عدد (2)
- الوسائل المساعدة :
- المصادر
- الاختبارات المهارية

أسلوب التمرين الجزئي والكلي وفاعليتهم في تعلم دقة مهارة ضربة التخليص الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة

ا.م.د. وسام صلاح عبد الحسين م.م. رقيه حمزه م.م. لندا محمود

3-4 تحديد الاختبارات :

تعد الاختبارات من الأمور الواجب توافرها في أي بحث علمي إذ أن الاختبار من "الوسائل العلمية المهمة للتقويم في مجالات الحياة وفي مجال الرياضة خاصة لما حظي به من تقدم في السنوات الأخيرة" (1). ومن أجل تحديد الاختبارات الخاصة بموضوع البحث قام الباحث باستخدام الاختبار الآتي :

اسم الاختبار: ضربة الإبعاد الخلفية. (1)

غرض الاختبار: قياس دقة أداء ضربة الإبعاد الخلفية.

الأدوات: مضارب ريشة، حبل، قوائم إضافية بارتفاع (244سم)، استمارة معلومات، ملعب مخطط بتصميم الاختبار.

وصف الأداء :-

- بعد أن يتم شرح الاختبار للمختبرين يعطى المختبرون وقتاً مناسباً للإحماء ثم يعطى كل مختبر (5) محاولات تجريبية.
 - يقف المختبر في المنطقة المحددة ب (X).
 - في اللحظة التي يرسل المدرب له الريشة يستطيع التحرك إن كان هذا التحرك ضرورياً لإنجاح المحاولة. وعليه ضرب الريشة بضربة إبعاد خلفيه (من فوق الرأس) ليرسلها من فوق الشبكة ثم الحبل باتجاه المنطقة المحددة بالدرجات.
 - يعطى المختبر (12) محاولة تحسب له أفضل (10) محاولات فقط.
- تقويم الأداء:

¹ - قيس ناجي و بسطويس احمد ، الاختبارات ومبادئ الإحصاء في التدريب الرياضي ، بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1987، ص45.

¹ - وسام صلاح ، تنوع الممارسة لتعميم البرامج الحركية واثره في تعلم بعض المهارات الاساسية للريشة الطائرة للشباب ، 2008 ، كلية التربية الرياضية / جامعة بابل ، ص78.

ا.م.د. وسام صلاح عبد الحسين م.م. رقيه حمزه م.م. لندا محمود

- 50سم 76سم 70سم 124سم**

شكل (2) يوضح تخطيط ملعب الريشة الطائرة لاختبار ضربة الإبعاد الأمامية

أسلوب التمرين الجزئي والكلي وفاعليتهم في تعلم دقة مهارة ضربة التخليص الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة

ا.م.د. وسام صلاح عبد الحسين م.م. رقيه حمزه م.م. لندا محمود

3-5 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحثان بإجراء التجربة الاستطلاعية في يوم 2017/10/1 على عينة من لاعبي المركز التدريبي والبالغ عددهن (4) بطريقة عشوائية وان الهدف من إجراء التجربة الاستطلاعية هو :

- 1- التعرف على مدى فهم واستيعاب المتعلمين للاختبارات المهارية
- 2- التعرف على المعوقات التي قد تظهر عند تنفيذ الاختبارات
- 3- تنظيم فريق العمل المساعد وتوضيح التعليمات والإرشادات المتعلقة بإجراء الاختبارات
- 4- معرفة الوقت المستغرق لإجراء الاختبارات المهارية .
- 5- معرفة مدى ملائمة الأدوات المستخدمة

3-6 الاختبارات القبلية:

تم إجراء الاختبارات القبلية في 2017/10/3 باختبار مهارة ضربة الإبعاد الخلفية بالريشة الطائرة ولعينة البحث .

3-9 المنهج التعليمي:

استخدم الباحثان أسلوبين مختلفين من أساليب التمرين وهما أسلوب التمرين الجزئي وأسلوب التمرين الكلي في تعلم مهارة ضربة الإبعاد الخلفية بالريشة الطائرة وتم تنفيذ المنهج بتاريخ 2017/11/5-10/5 وتميز المنهج بالاتي :

- 1- استغرق المنهج 30 يوم بواقع وحدتين تعليمية في الأسبوع.
- 2- عدد الوحدات التعليمية (8) وحدات.
- 3- تم تعليم المجموعة الأولى مهارة ضربة الإبعاد الخلفية بالريشة الطائرة بأسلوب التمرين الجزئي وتم تعليم المجموعة الثانية بأسلوب التمرين الكلي.
- 4- يبلغ زمن الوحدة التعليمية 90 دقيقة

أسلوب التمرين الجزئي والكلي وفاعليتهم في تعلم دقة مهارة ضربة التخليص الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة

ا.م.د. وسام صلاح عبد الحسين م.م. رقيه حمزه م.م. لندا محمود

10.3 الاختبارات البعدية :

تم إجراء الاختبارات البعدية في 2017/11/8 في مهارة ضربة الإبعاد الخلفية بالريشة الطائرة لعينة البحث .

11.3 الوسائل الإحصائية :

استخدم الباحثان الوسائل الإحصائية الآتية

- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- اختبار (t)

1.4 عرض نتائج الاختبار القبلي والبعدى لمهارة ضربة الإبعاد الخلفية بالريشة الطائرة بأسلوب التمرين الجزئي:

جدول (1) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة والجدولية بين الاختبار القبلي والبعدى لمهارة ضربة الإبعاد الخلفية بأسلوب التمرين الجزئي

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	قيمة (t) المحسوبة	البعدى		القبلي		المعالم الإحصائية الاختبارات
			ع	س-	ع	س-	
معنوي	0.00	7,21	4,11	28,1	1,22	13,3	ضربة الإبعاد الخلفية

2.4 عرض نتائج الاختبار القبلي والبعدى لمهارة ضربة الإبعاد الخلفية بالريشة الطائرة بأسلوب التمرين الكلي وتحليلها:

جدول (2) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة والجدولية بين الاختبار القبلي والبعدى لمهارة ضربة الإبعاد الخلفية بأسلوب التمرين الكلي

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	قيمة (t) المحسوبة	البعدى		القبلي		المعالم الإحصائية الاختبارات
			ع	س-	ع	س-	
معنوي	0,01	5,22	4,51	24,3	1,11	13	ضربة الإبعاد

أسلوب التمرين الجزئي والكلي وفاعليتهم في تعلم دقة مهارة ضربية
التخليص الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة

ا.م.د. وسام صلاح عبد الحسين م.م. رقيه حمزه م.م. لندا محمود

							الأمامية
--	--	--	--	--	--	--	----------

أسلوب التمرين الجزئي والكلي وفاعليتهم في تعلم دقة مهارة ضربة الطائرة الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة

ا.م.د. وسام صلاح عبد الحسين م.م. رقيه حمزه م.م. لندا محمود

3.4 عرض نتائج الفروق في الاختبار البعدي لمهارة ضربة الإبعاد الخلفية بالريشة الطائرة بأسلوب التمرين الجزئي والكلي:

جدول (3) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة في الاختبار البعدي لمهارة ضربة الإبعاد الخلفية بأسلوب التمرين الجزئي والكلي

المعالم الإحصائية الاختبارات	التمرين الجزئي		التمرين الكلي		قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
	ع	س-	ع	س-			
ضربة الإبعاد الأمامية	28،1	4،11	24،3	4،51	6،23	0.00	معنوي

4.4 مناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة ولمجموعتي البحث (أسلوب التمرين الجزئي والكلي) .

من خلال ماتم عرضة في الجدولين (1) و (2) ،تبين وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في الاختبارات القبليّة والبعديّة لاختبار ضربة الإبعاد الخلفية بالريشة الطائرة ولمجموعتي البحث (التمرين الجزئي و التمرين الكلي) ولصالح الاختبارات البعديّة ويعزو الباحث سبب هذه الفروق إلى إن كل من أسلوب التمرين الجزئي وأسلوب التمرين الكلي كان لهما دور فاعل في تعلم مهارة ضربة الإبعاد الخلفية بالريشة الطائرة ، كما أن التمرينات المعدة من قبل الباحثان كان له الأثر الفعال في التعامل مع خصوصية المهارة المتعلمة من خلال اختيار التمارين الحديثة والمناسبة مع مستوى أفراد العينة ، كما إن أسلوب الشرح والتوضيح والتطبيق من قبل الباحثان ساعدا المتعلمين على رسم صورة في الدماغ عن المهارة المراد تعلمها.

أسلوب التمرين الجزئي والكلي وفاعليتهم في تعلم دقة مهارة ضربية
التخليص الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة

ا.م.د. وسام صلاح عبد الحسين م.م. رقيه حمزه م.م. لندا محمود

أسلوب التمرين الجزئي والكلي وفاعليتهم في تعلم دقة مهارة ضربة التخليص الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة

ا.م.د. وسام صلاح عبد الحسين م.م. رقيه حمزه م.م. لندا محمود

ان التمرين هو الصفة الأساسية التي تتميز بها الوحدة التعليمية فمن خلاله يمكن قياس مقدار التعلم أو الأداء وتطويره ، فضلا عن انه يكسب المتعلم الانسيابية والجمالية في الأداء ⁽¹⁾. حيث أن تطور المجموعة التي تعلمت بأسلوب التمرين الجزئي كان نتيجة لتقسيم المهارة المراد تعلمها إلى عدة أجزاء حيث يقوم المدرس بتعليم المتعلم كل جزء على انفراد ومن ثم الانتقال إلى الجزء الآخر حتى يتم تعلم المهارة بأكملها ،وبعدها يقوم المتعلم بأداء المهارة بصورة متكاملة (وحدة واحدة)، أما التطور الحاصل للمجموعة التي تعلمت بأسلوب التمرين الكلي كان نتيجة أداء المهارة دون تجزئتها إلى أجزاء حيث تعرض المهارة المراد تعلمها بصورة كاملة ولعدة مرات حتى تتكون لدى المتعلم صورة أولية عن المهارة وخطوات أدائها ومع استمرار أداء المهارة عدة مرات تبدأ مواصفات الأداء بالتحسن حتى تصل مرحلة الإتقان ⁽²⁾ .

4-5 مناقشة نتائج الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث (أسلوب التمرين الجزئي وأسلوب التمرين الكلي) .

من خلال الاطلاع على جدول (3) تبين وجود فروق معنوية وذات دلالة إحصائية بين مجموعتي البحث واللذان تعلمتا بأسلوب التمرين الجزئي وأسلوب التمرين الكلي وكانت الفروق لصالح المجموعة التي تعلمت بأسلوب التمرين الجزئي ويعزو الباحث هذه الفروق إلى أن مهارة ضربة الإبعاد الأمامية بالريشة الطائرة من

¹ - ناهدة عبد زيد ، المصدر السابق ،ص118.

² - عبد الله حسين اللامي ، المصدر السابق ،ص11.

3- وسام صلاح وسامر يوسف ، التعلم الحركي وتطبيقاته في التربية البدنية والرياضية ، بيروت ، دار الكتب العلمية للطباعة والنشر ،2015،ص75.

أسلوب التمرين الجزئي والكلي وفاعليتهم في تعلم دقة مهارة ضربة التخليص الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة

ا.م.د. وسام صلاح عبد الحسين م.م. رقيه حمزه م.م. لندا محمود

المهارات الصعبة والمعقدة لأنها تتكون من عدة أجزاء ومراحل للحركة ، كما أن مستوى أفراد العينة يتطلب أن يتم تعلم هذه المهارة بهذا الأسلوب .
أن أسلوب التمرين الجزئي يعد أكثر ملائمة للمهارات المعقدة كما انه يعتمد على خبرة اللاعب أو المتعلم ، فالمتعلم الذي لا تكون له خبرة سابقة عن المهارة المراد تعلمها فسوف يستخدم أسلوب التمرين الجزئي⁽³⁾.

1.5 الاستنتاجات :

- 1- أن استخدام أسلوب التمرين الجزئي كان له دور فاعل في تعلم مهارة ضربة الإبعاد الخلفية بالريشة الطائرة.
 - 2- أن استخدام أسلوب التمرين الكلي كان له دور فاعل في تعلم مهارة ضربة الإبعاد الخلفية بالريشة الطائرة،
 - 3- تفوق المجموعة التي تعلمت بأسلوب التمرين الجزئي على المجموعة التي تعلمت بأسلوب التمرين الكلي في تعلم مهارة ضربة الإبعاد الخلفية بالريشة الطائرة.
- ### 2.5 التوصيات :

- 1- التركيز على أسلوب التمرين الجزئي في تعلم المهارات الأساسية بالريشة الطائرة.
- 2- ضرورة تحديد أسلوب تمرين بما يتناسب مع نوع المهارة المتعلمة ومستوى المتعلمين .
- 3- ضرورة اتقان اجزاء المهارة وتصحيح الاخطاء بصوره انيه ومستمرة .
- 4- ضرورة اتقان انسيابيه الانتقال بين اجزاء المهارة الواحدة وتطبيقها بأسلوب التمرين الكلي.

أسلوب التمرين الجزئي والكلي وفاعليتهم في تعلم دقة مهارة ضربية التخليص الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة

ا.م.د. وسام صلاح عبد الحسين م.م. رقيه حمزه م.م. لندا محمود

المصادر والمراجع

- عايد كريم الكناني ، مقدمه في الإحصاء وتطبيقات spss، النجف ، دار الضياء للطباعة والنشر ، 2009
- عبد الله حسين اللامي ، أساسيات التعلم الحركي ، جامعة القادسية ، 2006 .
- قيس ناجي و بسطويسي احمد ، الاختبارات ومبادئ الإحصاء في التدريب الرياضي ، بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1987.
- وجيه محجوب ، طرائق البحث العلمي ومناهجه ، ط2، بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1993
- وسام صلاح عبد الحسين ، الريشة الطائرة بين الممارسة والمنافسة ، عمان ، دار رضوان للطباعة والنشر ، 2013، ص53.
- وسام صلاح ، تنوع الممارسة لتعميم البرامج الحركية واثره في تعلم بعض المهارات الاساسية للريشة الطائرة للشبال ، 2008 ، كلية التربية الرياضية / جامعة بابل ، ص78.
- ناهده عبد زيد ، أساسيات التعلم الحركي ، ط1، النجف، دار الضياء للطباعة والنشر، 2008
- يعرب خيون ، التعلم بين المبدأ والتطبيق، ط1، دار الصخرة للطباعة والنشر ، 2002،

أسلوب التمرين الجزئي والكلي وفاعليتهم في تعلم دقة مهارة ضربة التخليص الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة

ا.م.د. وسام صلاح عبد الحسين م.م. رقيه حمزه م.م. لندا محمود

ملحق (1)

أنموذج لوحدة تعليمية بأسلوب التمرين الجزئي لتعلم ضربة الإبعاد الأمامية بالريشة الطائرة

الوحدة التعليمية : الأولى الهدف: تعلم مهارة ضربه الابعاد الخلفيه

الوقت : 8:30 زمن الوحدة: 90د

أقسام الوحدة	المهارات والتمرينات
القسم التحضيري	- تهيئه اللاعبين والاستعداد هرولة تمارين بدنية خاصة أداء تمارين إحماء بالمضرب
(20 د)	(5 د) (5 د) (5 د) (5 د)
القسم الرئيسي	
(55 د)	. أداء القسم الاول والثاني من الضربة الخلفيه (من فوق الرأس) إلى الأعلى مع ارتدادها لنفس اللاعبين وبارتفاعين مختلفين (1-2 م). (20 تكرار) . أداء القسم الاول والثاني ضربة الإبعاد الخلفيه (من فوق الرأس) إلى الأعلى مع ارتدادها لنفس اللاعب بالتحرك مساحة (2 م) لأداء الضربة الأخرى. (25 تكرار) . أداء ضربة الإبعاد الخلفيه من فوق الرأس أمام الحائط من الوقوف وعلى مسافة 2م (20 تكرار) . التحرك إلى الخلف بدون مضرب مع حركة تبادل الرجلين (تقديم الرجل القائدة إلى الإمام) (15 تكرار)

أسلوب التمرين الجزئي والكلي وفاعليتهم في تعلم دقة مهارة ضربية
التخليص الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة

ا.م.د. وسام صلاح عبد الحسين م.م. رقيه حمزه م.م. لندا محمود

- أداء ضربة الإبعاد الخلفيه داخل الملعب من الثبات (20) تكرار - أداء ضربة الإبعاد الخلفيه بصورة كاملة من التحرك الى الخلف وضرب الريشة ودوران القدمين إلى الإمام	
--	--

أسلوب التمرين الجزئي والكلي وفاعليتهم في تعلم دقة مهارة ضربة التخليص الخلفية للاعبين بالريشة الطائرة

ا.م.د. وسام صلاح عبد الحسين م.م. رقيه حمزه م.م. لندا محمود

القسم الختامي	
(15 د)	. إعطاء تمارين تهدئة لإعادة الجسم إلى وضعه الطبيعي. . مناقشة الطالبات حول محتويات الوحدة التعليمية وأهدافها. . إعطاء تغذية راجعة لتصحيح الأخطاء الشائعة في أداء المهارة.

أنموذج لوحدة تعليمية بأسلوب التمرين الكلي لتعلم ضربة الإبعاد الأمامية بالريشة الطائرة

الوحدة التعليمية : الأولى الهدف: تعلم مهارة الضربة الأمامية

الوقت: 8:30 زمن الوحدة: 90د

أقسام الوحدة	المهارات والتمرينات
القسم التحضيري	- تهيئة اللاعبين (5د) . هرولة (5 د) . تمارين بدنية خاصة (5 د) . أداء تمارين إحماء بالمضرب (5 د)
القسم الرئيسي	(55 د) - أداء ضربة الإبعاد الخلفية مع الحركة أمام حائط مستو على مسافة 3 م (20) تكرار - أداء ضربة الإبعاد الخلفية داخل الملعب بدون ضرب الريشة (20) تكرار - أداء ضربة الإبعاد الخلفية بصورة متكاملة ومن الحركة إلى الجهة الأمامية (20) تكرار - أداء ضربة الإبعاد الخلفية بصورة متكاملة ومن الحركة إلى الجهة المقابلة (20) تكرار - أداء ضربة الإبعاد الخلفية بصورة متكاملة من التحرك إلى الأمام بدون ريشة ثم الرجوع إلى الخلف لأداء ضربة الإبعاد الخلفية (20) تكرار
القسم الختامي	(15 د) . إعطاء تمارين تهدئة لإعادة الجسم إلى وضعه الطبيعي. . مناقشة اللاعبين حول محتويات الوحدة التعليمية وأهدافها. . إعطاء تغذية راجعة لتصحيح الأخطاء الشائعة في أداء المهارة.