

تأثير تمارين تعليمية مقترحة لفاعلية التداخل والدمج بين الأسلوبين (الثابت الموزع والثابت المكثف) في تعلم دقة التهديف من الثبات بكرة السلة بعمر (13 – 14) سنة

م.د. عامر خلف عبود

Dr.Amer.1975@gmail.com

مستخلص البحث

يهدف البحث إلى تصميم تمارين تعليمية مقترحة ومدى أهميتها وتأثيرها على فاعلية التدخل بين الأسلوبين (الثابت الموزع والثابت المكثف) وأيهما أفضل في تعلم أداء دقة التهديف من الثبات بكرة السلة وللعمل على ذلك أستخدم الباحث المنهج التجريبي على وفق تصميم (المجموعتين التجريبيتين المتكافئتين) للأختبارين القبلي والبعدي حيث تكونت العينة المستهدفة من مجموعة من طلاب ثانوية (الإمام علي بن أبي طالب عليه السلام) في مدينة الرمادي – محافظة الأنبار والتي تتراوح أعمارهم من (13 – 14) سنة والبالغ تعدادهم (54) طالب (مجتمع الأصل) موزعين إلى شعبتين (أ – ب) كل شعبة مكونة من (27) طالب وبذلك وقع الاختيار على شعبة (أ) عشوائياً وبطريقة القرعة ومن الأعمار المحددة سابقاً ومن ثم استبعاد (5) طلاب اشتركوا بالتجربة الإستطلاعية و(2) آخرون بسبب الغياب والتأخير لذا أصبحت العينة (20) طالباً مقسمة إلى مجموعتين (المجموعة الأولى) مؤلفة من (10) طلاب مارسوا أسلوب التمرين (الموزع) و(المجموعة الثانية) مكونة من (10) طلاب آخرون استخدموا أسلوب التمرين (المكثف) من أجل التعرف على أي الأسلوبين أفضل لذلك أستمّر تطبيق المنهج المعد (6) أسابيع بوحدين تعليميتين بكل أسبوع بحيث أصبح العدد الكلي للوحدات التعليمية (12) وحدة وتوصل الباحث إلى العديد من الاستنتاجات كان أهمها أن فاعلية الدمج والتداخل الثابت بين الأسلوبين (الموزع والمكثف) كان لهما الأثر الفعال في تعلم مجموعتي البحث دقة التهديف من الثبات بكرة السلة وبنسب مختلفة والأفضلية تعود للمجموعة التجريبية الأولى الموزعة كذلك وضع عدد من التوصيات كان أهمها استخدام أسلوب التداخل للتمرين (الثابت الموزع) في تعلم دقة التهديف من الثبات بكرة السلة حسب الفئة العمرية والمستوى الكلمات المفتاحية :- تمارين تعليمية مقترحة ، فاعلية التداخل والدمج بين الأسلوبين (الثابت الموزع والثابت المكثف) مهارة التهديف من الثبات

The effect of suggested educational exercises for the effectiveness of overlapping and merging between the two methods (distributed fixed and intensive fixed) in learning the accuracy of scoring from stability in basketball at the age of (13-14) years

Dr. Amer Khalaf Abboud

Dr.Amer.1975@gmail.com

Abstract

The research aims to design suggested educational exercises and their usefulness and impact on the effectiveness of the intervention between the two methods (distributed fixed and intensive fixed) and which is better in learning the performance of scoring accuracy than stability in basketball. Where the target sample consisted of a group of secondary students (Imam Ali bin Abi Talib, peace be upon him) in the city of Ramadi - Anbar Governorate, whose ages ranged from (13-14) years, and their number was (54) students (the community of origin) distributed into two divisions (A - B). Each division consists of (27) students, and thus the selection fell on Division (A) randomly and by lottery method and from the ages specified previously, and then excluding (5) students who participated in the survey experiment and (2) others due to absence and delay, so the sample became (20) students divided into two groups (the first

group) comprising (10) students who applied the (distributed) exercise method and (the second group) consisting of (10) other students who used the (intensive) exercise method in order to identify which of the two methods is better and thus the application of the prepared curriculum continued (6) Consecutive weeks with two educational units each week, so the total number of units became (12) educational units, and the researcher reached many conclusions, the most important of which was that the effectiveness of the overlap between the two methods (distributed and intensive) had an effective impact in learning the two research groups scoring from stability in basketball with different proportions and preference returns For the first distributed experimental group, a number of recommendations were also made, the most important of which is the use of the overlap method of exercise (fixed distributed) in acquiring learning the accuracy of scoring from stability in basketball

Keywords:- Suggested educational exercises, the effectiveness of the overlap between the two methods (fixed distributed and fixed intensive) scoring skill from basketball stability

الفصل الأول

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

إن استخدام التطور والحدثة المختلفة لها تأثيراً كبيراً في تطور عمليات التعلم في كافة المجالات الرياضية وخاصة في مجال التعلم الحركي حيث يعد واحد من أهم هذه الاختصاصات في تعلم المبتدئ المهارات الأساسية في جميع الألعاب المختلفة بشكل عام ومهارات كرة السلة بشكل خاص وأن هذا التقدم والتطور كان مبنياً على أسس علمية صحيحة من خلال إعداد اللاعبين إعداداً جيداً وهذا ما سيساعد الفرد على التعلم المتقن وثباته وبناءً على ذلك ” تحتاج لعبة كرة السلة إلى إعداد اللاعبين إعداداً جيداً لأن هذه اللعبة تتصف بإحكام ودقة ورشاقة عالية “ (1)

وأن الوحدات التعليمية التي تم تصميمها تتميز بالتمرينات التي تحتوي على التكرارات المتعاقبة وتنظيم أوقات للراحة مع زيادة ضخ المعلومات عن طريق التغذية الراجعة الأنسية من أجل زيادة الدافعية وتصحيح الأخطاء وتثبيت الأداء وهذا يعد الأسلوب الناجح الذي أكد عليه الكثير من ذوو الاختصاص في التعلم الحركي وهو العمل على إيجاد الطرق الكفيلة في استخدام أفضل الطرائق المتنوعة في استراتيجيات التعلم وأن نجاح هذا يعتمد بشكل كبير على مدخلات ومخرجات العمل الجماعي وفق تنظيم جدولة التمرين حيث أن التمرينات المقترحة التي تم تصميمها وضعت من أجل تعلم أفراد العينة المستهدفة مهارة التهديد من الثبات بكرة السلة حيث كلما كانت التمرينات فعالة وذات قيمة عالية وتكيف معها أفراد العينة كلما ارتفع ناتجها المعنوي والمادي وأصبح واضحاً على الأداء الفعلي للمتعلمين فهو الهدف المراد الوصول إليه لذا عمد الباحث إلى استخدام أسلوبين من أساليب التعلم الحركي وهما التمرين (الموزع والمكثف) من خلال فاعلية الدمج والتداخل الثابت بينهما للمجموعتين التجريبيتين بحيث تعمل كل مجموعة على أسلوب واحد فقط في التعلم لإضافة كل الاعتبارات الإيجابية التي قد تساهم في تطوير تعلم العينة وتحقيق الأداء المميز حيث أن التمرين (الثابت الموزع) له خاصية الزيادة في عدد التكرارات

(1) حكمت محمد الطائي (وأخرون) : كرة السلة لفروع التربية الرياضية في معاهد المعلمين المركزي ومعاهد أعداد المعلمين والمعلمات ، مطبعة وزارة التربية ،

المتعاقبة بين التمرينات التعليمية المقترحة أو بين الوحدات المعدة كذلك بين أوقات الراحة البينية من خلال تنفيذ ثابت للمهارة المراد تعلمها وهي مهارة التهديف من الثبات بكرة السلة ومن مسافات وإتجاهات وزوايا وأبعاد ثابتة فتعد هي من المهارات المغلقة التي يتوجب على المتعلم المبتدئ تحقيق برنامج حركي ثابت في كل مساراته الصحيحة وهذا ما يطمح اليه الكثير من المدربين

أما التمرين (الثابت المكثف) فهو يعتمد على وجود عدد من التكرارات بدون أوقات راحة أو أوقات راحة قليلة جداً أو معدومة بين مجاميع التكرارات وهذا يعتمد على صعوبة الأداء التي يستوجب فيها عمل المجاميع العضلية بشكل كبير أو أن يحتاج إلى توافق في عمل الجهازين (العضلي – العصبي) والتي لها ارتباط وثيق وتعاون كامل بين هذين الجهازين لإخراج الحركة بأفضل ما يكون فهي خلاصة الجهد للإنجاز الأفضل وحسم نتيجة المباراة فهي ترتبط بدقة مهارة التهديف من الثبات بكرة السلة من خلال التوافق التام ما بين الذراع الرامية والعين نحو الهدف لتحقيق الفوز إذاً هي ” السيطرة التامة والكاملة على العضلات الإرادية وتوجيهها نحو هدف معين “⁽¹⁾ ويؤكد الباحث أن مهارة التهديف من الثبات هي واحدة من أهم المهارات الرئيسية التي يطمح اليها كل أفراد الفريق في تعلمها وإتقانها لتحقيق الأداء الأمثل ومن خلال ما تقدم تكمن فائدة البحث وأهميته في فاعلية الدمج والتداخل الثابت بين اسلوبين من أساليب جدولة التمرين وهما (الموزع والمكثف) وذلك من خلال تصميم مجموعة من التمرينات التعليمية المقترحة والتي يطمح الباحث من خلالها إلى تحسين الأداء الأمثل لمتغيرات البحث ومدى فائدتهما في تطوير الجانب المهاري في دقة التهديف من الثبات على عينة البحث التجريبية لتحقيق الأهداف الموضوعية

1-2 مشكلة البحث

إن من أولى المهام الرئيسة للمختصين في لعبة كرة السلة هو تحقيق الإنجاز والارتقاء الأفضل والنظر إلى تحقيق الفوز وبالرغم مما توصلت إليه الكثير من الدراسات والأبحاث العلمية في مجال التربية الرياضية عموماً والتعلم الحركي على وجه الخصوص إلا أن مشكلة تعلم بعض المهارات الحركية ظل يعاني الكثير من المعوقات والمشاكل بسبب عدم إدخال جدولة التمرين بأساليبه المتنوعة ضمن الوحدات التعليمية وبقي الحال على الأسلوب القديم المتبع مما أثر ذلك على مستوى الأفراد الممارسين للمهارات وخصوصاً مهارات كرة السلة وهذا ما دفع الباحث إلى العمل على إيجاد البدائل التعليمية الحديثة بما يتلاءم مع أفراد العينة ونوع الفعالية والمهارة المراد تعلمها أملاً منه إيجاد أفضل الحلول للمعوقات والمعرفات التي تقف عاملاً سلبياً في تحقيق مستوى إنجاز تعليمي أفضل وإن الاختيار الأمثل الذي أنتهجه الباحث من خلال إدخال فاعلية الدمج الثابت بين اساليب جدولة التمرين والذي لا بد من أن تتناسب مع نوع المهارة ومستوى أفراد العينة وأعمارهم ومستوياتهم التعليمية لغرض استثمار أفضل الظروف للوصول إلى أقصى تعلم وعلى ذلك تم تصميم تمرينات تعليمية مقترحة وإدخالها بفاعلية الدمج الثابت بين الاسلوبين (الموزع والمكثف) لتعلم دقة مهارة التهديف من الثبات بكرة السلة كمتغير تابع وهي الدقة في الأداء لأفراد العينة على وفق المجموعتين التجريبيتين بحيث تأخذ كل مجموعة شكل التمرينات الخاصة بها بغير التمرينات التي تأخذها المجموعة الأخرى

ومن خلال عرض مشكلة البحث أرثى الباحث إلى استخدام أسلوبين من أساليب جدولة التمرين لمعرفة أي الأسلوبين له الأفضلية في تعلم مهارة التهديف من الثبات بكرة السلة وذلك من أجل رفع المستوى الرياضي وتحقيق الإنجاز للعينة التجريبية وتثبيت التعلم

1-3 أهداف البحث

- 1- تصميم تمرينات تعليمية مقترحة لفاعلية التداخل والدمج الثابت بين الأسلوبين (الموزع والمكثف) في تعلم دقة مهارة التهديف من الثبات بكرة السلة
- 2- تأثير التمرينات التعليمية المقترحة بأسلوب التداخل والدمج الثابت بين الأسلوبين (الموزع والمكثف) في تعلم دقة مهارة التهديف من الثبات بكرة السلة

(1) ريسان خريبط : موسوعة القياسات والأختبارات في التربية البدنية والرياضية ، ج 1 ، جامعة البصرة ، 1989 ، ص163

4-1 فروض البحث

- 1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الإختبارين (القبلي والبعدي) لمجموعتي البحث التجريبيتين في فاعلية الدمج الثابت بين الأسلوبين (الموزع والمكثف) في تعلم دقة التهديف من الثبات بكرة السلة ولصالح الإختبار البعدي
- 2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية لمجموعتي البحث التجريبيتين في الإختبار البعدي في تعلم دقة التهديف من الثبات بكرة السلة ولصالح المجموعة الأولى والتي طبقت أسلوب التمرين (الثابت الموزع)

5-1 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري : طلبة ثانوية (الإمام علي بن أبي طالب عليه السلام) مدينة الرمادي – محافظة الأنبار
- 2-5-1 المجال الزماني : للفترة من 2023/3/2 ولغاية 2023/4/30
- 3-5-1 المجال المكاني : ساحة ثانوية (الإمام علي بن أبي طالب عليه السلام) في مدينة الرمادي – محافظة الأنبار

الفصل الثاني

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

1-2 منهجية البحث

استخدام الباحث المنهج التجريبي على وفق المجموعتين التجريبيتين المتكافئتين ذوات الإختبارين (القبلي والبعدي) لملائمة في حل مشكلة البحث حيث يعد هذا المنهج ” من أكثر الطرق كفاءة للتوصل إلى المعرفة الحقيقية “ (1)

2-2 عينة البحث

تعد العينة ” الأسلوب الذي يجري الباحث مجمل ومحور عمله عليها “ (2) لذا اختار الباحث مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم مجموعة من طلبة ثانوية (الإمام علي بن أبي طالب عليه السلام) في مدينة الرمادي – محافظة الأنبار والتي تتراوح أعمارهم ما بين (13 – 14) سنة والبالغ عددهم (54) طالباً (مجتمع الأصل) مقسمين إلى شعبتين (أ – ب) كل شعبة تضم (27) طالب من نفس الأعمار المطلوبة حيث وقع الاختيار على شعبة (أ) عشوائياً وبطريقة القرعة ليمثلوا عينة البحث التجريبية بعدها تم استبعاد (5) طلاب شاركوا في التجربة الاستطلاعية و(2) آخرون تم استبعادهم بسبب الغياب والتأخير لذ أصبحت العينة المستهدفة (20) طالباً وبنسبة مئوية قدرها (37,03%) حيث قسموا إلى مجموعتين تجريبيتين عشوائياً وبطريقة القرعة أيضاً المجموعة الأولى وعددهم (10) طلاب مارسوا أسلوب التمرين (الموزع) والمجموعة الثانية وعددهم (10) طلاب طبقت أسلوب التمرين (المكثف)

3-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة ووسائل جمع المعلومات

1-3-2 الأجهزة

- 1- حاسوب (لابتوب) نوع (acer)
- 2- جهاز قياس الطول
- 3- شريط قياس متري
- 4- ميزان طبيقي لقياس الوزن
- 2-3-2 الأدوات المستخدمة
- 1- ملعب كرة سلة
- 2- كرات سلة عدد (20) كرة
- 3- صافرة عدد (2)
- 4- قطعة قماش (1×1) متر لحجب الرؤية

(1) وجبة محبوب : طرائق البحث العلمي ومناهجه ، بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1993 ، ص 327

(2) يحيى مصطفى عليان (وآخرون) : منهج واساليب البحث العلمي ، ط1 ، عمان ، دار الصفاء للنشر والتوزيع ، 2000 ، ص 53

2-3-3 وسائل جمع المعلومات

- 1- المصادر العربية والأجنبية
- 2- شبكة المعلومات الدولية (الأنترنت)
- 3- الإختبارات والقياس
- 4- التمرينات التعليمية المقترحة

2-4 تجانس عينة البحث

لغرض معرفة تجانس العينة قام الباحث بإستخراج معامل الالتواء لبعض القياسات المورفولوجية الخاصة لمتغيرات (الطول والوزن والعمر) وقد أظهرت النتائج تجانس أفراد العينة التجريبية إذ كانت معامل الالتواء ($1 \pm$) وهذا يدل على خلو البيانات من عيوب التوزيعات الغير إعتدالية في بعض المتغيرات (قيد الدراسة) وكما مبين بالجدول (1)

جدول (1)

يبين تجانس عينة البحث في متغيري الطول والوزن والعمر

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء	دلالة الفرق
الطول	سم	165,12	2,09	165,44	0,45	غير معنوي
الوزن	كغم	69,38	1,82	69	0,62	غير معنوي
العمر	شهر	13,55	1,35	13,21	0,75	غير معنوي

يتبين من الجدول (1) أن معامل الالتواء ما بين ($1 \pm$) وأنه يقع ضمن التوزيع الإعتدالي
2-4-1 تكافؤ مجموعتي البحث التجريبيتين

قام الباحث بإجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث التجريبيتين في تعلم دقة التهديد من الثبات بكرة السلة وذلك باستخدام اختبار (T-tast) للعينات المستقلة من أجل إرجاع الفرق إلى العامل التجريبي حيث أثبتت النتائج أن قيمة (T) المحسوبة هي أصغر من قيمة (T) الجدولية وهذا يدل على إنعدام الفرق المعنوية بين المجموعتين التجريبيتين وهذا ما يؤكد التكافؤ بينهما جدول (2)

جدول (2)

يبين التكافؤ بين مجموعتي البحث التجريبيتين

المتغير	وحدة القياس	المجموعة التجريبية الأولى		المجموعة التجريبية الثانية		قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية	دلالة الفرق
		س-	س±	س-	س±			
مهارة التهديد من الثبات بكرة السلة	درجة	6,34	0,53	5,39	0,62	1,23	2,10	غير دال

2-5 تحديد المتغيرات الخاصة بالبحث

2-5-1 تصميم التمرينات المقترحة

بعد الإطلاع على المصادر العربية والأبحاث العلمية وشبكة المعلومات الدولية (الأنترنت) قام الباحث بتصميم جملة من التمرينات التعليمية المقترحة والتي لها علاقة وطيدة بموضوع البحث وهو دقة التهديد من الثبات بكرة السلة وتم وضعها في استمارات استبيانها خاصة وعرضها على مجموعة من الخبراء ذوي الاختصاص في طرائق التدريس والتعلم الحركي والتدريب الرياضي والاختبارات والقياس ملحق (1) لغرض ترشيح المهم منها والذي يخدم عينة البحث وإستبعاد الغير مهم والغير مناسب علماً أن

المجموعة التجريبية الأولى والتي سوف يتم تطبيق التمرينات التعليمية (الموزعة) عليها صمم الباحث لها (15) تمرين تم إختيار وترشيح منها (12) تمرين فقط أما المجموعة التجريبية الثانية والتي سوف تمارس التمرينات (المكثفة) صمم الباحث لها أيضاً (13) تمرين تم إختيار منها (12) تمرين فقط وبذلك أصبح المجموع الكلي للتمرينات المرشحة (24) تمرين مقسمة إلى مجموعتين تجريبيتين الأولى والثانية وهي تمرينات ذات كفاءة عالية تتناسب مع أعمار العينة وقدراتهم البدنية والحركية ومرشحة والتي يطمح الباحث من خلالها إلى رفع المستوى التعليمي للمختبرين وسوف يتم العمل بها في الوحدات التعليمية لاحقاً 2-5-2 ترشيح الاختبارات المناسبة

لغرض ترشيح أهم الاختبارات الخاصة بالبحث تم تصميم مجموعة من الاختبارات ووضعها في استمارات إستبيان خاصة من أجل عرضها على السادة الخبراء والمختصين ملحق (1) وذلك لغرض ترشيح الاختبارات الملائمة وبما ينسجم مع متطلبات البحث وأفراد العينة وبعد جمع البيانات الخاصة وتفرغها في استمارات معد مسبقاً لهذا الغرض تبين لنا أن نسبة الاتفاق بين الخبراء والمختصين على الاختبار المرشح لا يقل عن نسبة (75%) واستبعاد الاختبار الذي لا يصل إلى هذه النسبة حيث أن " على الباحث أن يحصل على نسبة إتفاق الخبراء وإمكانية إجراء تعديلات بنسبة لا تقل عن (75%) " (1) وكما مبين بالجدول (3)

جدول (3) يبين الاختبارات والنسبة المئوية للإتفاق

المتغير	إسم الإختبار	عدد الخبراء الكلي	عدد الخبراء المرشحين	النسبة المئوية
دقة التهديد من الثبات بكرة السلة	إختبار دقة التهديد من خط الرمية الحرة من الثبات (20) محاولات	6	4	66,66%
	إختبار دقة التهديد الجانبي من الثبات		3	50%
	إختبار دقة التهديد من خط الرمية الحرة من الثبات (10) محاولات		6	100%
	إختبار دقة التهديد من أسفل السلة من الثبات في (30) ثانية		2	33,33%

2-5-3 الإختبار المستخدمة

إسم الإختبار : أختبار التهديد من الثبات بكرة السلة (2)

الهدف من الإختبار : قياس دقة التهديد من الثبات بكرة السلة الأدوات المستخدمة : كرات سلة ، هدف

طريقة الأداء : تقسم العينة إلى مجموعتين (أ – ب) كل مجموعة مؤلفة من (5) طلاب يقفون مقابل الهدف وعند إشارة البدء يبدأ اللاعب الأول من مجموعة (أ) بالتصويب على الهدف (10) رميات متتالية ثم المختبر الذي يليه إلى أن انتهاء جميع أفراد المجموعة ثم بعدها الأداء الفعلي لمجموعة (ب) وهكذا تتم عمليات التهديد

(1) بلوم بنيامين (وآخرون) : تقييم تعلم الطالب الجامعي والتكويني ، ترجمة محمد أمين مفتي (وآخرون) دار ماكروهيل للنشر ، 1983 ، ص 126

(2) مؤيد عبد الله وفائز بشير حمودات: كرة السلة ، جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ط2 ، 1999 ، ص 178- 179

شروط الاختبار :

- 1/ لكل مختبر (10) رميات متتالية على الهدف
- 2/ عمليات التهديد تتم جميعها من خلف خط الرمية الحرة
- 3/ إعطاء للمختبرين رميات على الهدف على سبيل التجريب

التسجيل :

- 1/ (1) درجة لكل تصويبه ناجحة تدخل الكرة فيها إلى الهدف
- 2/ (صفر) درجة في حال عدم دخول الكرة إلى الهدف
- 3/ الحد الأقصى للدرجات (10) درجة
- 2-6 إجراءات البحث الميدانية
- 2-6-1 التجربة الاستطلاعية

تعد التجربة الاستطلاعية إحدى أهم الإجراءات التي يشرع بها الباحث قبل القيام بالتجربة الرئيسية وهو سياق علمي بحثي للوقوف على المشاكل والمعوقات والمعرفات التي قد تواجه الباحث لتفاديها وإيجاد البدائل والحلول لها لذلك تعد ” منهجاً عملياً للوقوف على الكثير من المعوقات التي تقابل الباحث أثناء إجراء الاختبارات لتلافيها “⁽¹⁾ فقد تم تطبيق التجربة الاستطلاعية بأشراف فريق العمل المساعد * في يوم الخميس الموافق 2023/3/2 على ساحة ثانوية (الإمام علي بن أبي طالب عليه السلام) في مدينة الرمادي – محافظة الأنبار الساعة العاشرة صباحاً على عينة قوامها (5) طلاب بعدها تم استبعادهم من العينة التجريبية وإعادة الاختبار على نفس العينة بعد (7) أيام وذلك في يوم الخميس الموافق 2023/3/9 حيث كان الهدف من إجراء التجربة الاستطلاعية للوقوف على :

- 1/ معرفة الوقت المخصص للوحدات التعليمية والتمرينات
- 2/ تحديد أوقات الراحة والتكرارات بين التمرينات
- 3/ مدى ملائمة المكان والظروف المحيطة قبل البدء بالعمل

2-6-2 الاختبار القبلي

قام الباحث بشرح آلية عمل الاختبار وبحضور فريق العمل المساعد بعد ذلك تم تطبيق الاختبار القبلي على المجموعتين التجريبيتين في يوم الأحد الموافق 2023/3/12 الساعة العاشرة والنصف صباحاً على ساحة ثانوية (الإمام علي بن أبي طالب عليه السلام) بعدها تم أخذ نتائج الاختبار ووضعها في استمارة خاصة لتسجيل الدرجات

2-6-3 التجربة الرئيسية (التمرينات)

طبقت كلا مجموعتي البحث التجريبيتين وحدة تعليمية تعريفية على سبيل التجريب وبحضور فريق العمل المساعد وإشراف الباحث حيث كل مجموعة طبقت التمرينات وفق الأسلوب المخصص لهم بالتعلم في جدولة التمرين بعدها تم شرح التمرينات شرحاً وافياً عمد فيها الباحث إلى زيادة كمية المعلومات المعطاة لزيادة الدافعية والتدرج بالتمرين من السهل إلى الصعب وعدد التكرارات وفترات الراحة من عدمها بعدها بدأ العمل بإجراء التجربة الرئيسية يوم الثلاثاء الموافق 2023/3/14 ولغاية يوم الخميس الموافق 2023/4/27 الساعة العاشرة والنصف صباحاً وعلى نفس ساحة المدرسة التي تم تطبيق الاختبار القبلي فيها حيث تكون المنهج المعد من قبل الباحث على (12) وحدة تعليمية وعلى مدار (6) أسابيع بمعدل وحدتين تعليميتين في الأسبوع الواحد وهما (الثلاثاء والخميس) واستغرقت الوحدة التعليمية على (45) دقيقة لذا أصبح ناتج الوقت الكلي لجميع الوحدات (540) دقيقة تم تطبيقها في القسم الرئيسي من الوحدات واحتوت كل وحدة على (2) مدة كل تمرين (10) دقيقة تخللتها أوقات راحة وتكرارات الملحقين (2-3)

2-6-4 الاختبار البعدي

(1) قاسم المندلاوي (وأخرون) : الإختبارات والقياس في التربية الرياضية والبدنية ، جامعة الموصل ، مطابع التعليم العالي ، 1990 ، ص107

* فريق العمل المساعد / محمود خليل حسين / ماجستير تربية رياضية : أحمد لطيف عبد الرزاق : بكالوريوس تربية رياضية / علاء حسين محمد : بكالوريوس

تربية رياضية

بعد الانتهاء من التجربة الرئيسية تم تطبيق الاختبار البعدي في يوم الأحد الموافق 2023/4/30 الساعة العاشرة والنصف صباحاً في نفس المكان وب نفس السياق الذي اجري فيه الاختبار القبلي وتحت نفس الظروف والأدوات المستخدمة وبحضور فريق العمل المساعد

7-2 الوسائل الإحصائية

الوسط الحسابي ، الوسيط ، الانحراف المعياري ، النسبة المئوية ، معامل الالتواء ، (T - Test) للعينات المرتبطة والغير مرتبطة ، معامل الارتباط البسيط (Person)

الفصل الثالث

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

1-3 عرض نتائج الاختبارات القبلي والبعدي وتحليلها ومناقشتها

جدول (4)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحتسبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبيتين في تعلم دقة التهديف من الثبات بكرة السلة

المجموعات	الاختبار القبلي ن = 10		الاختبار البعدي ن = 10		س- ف	±ع ف	قيمة (T) المحتسبة	قيمة (T) الجدولية	دلالة الفروق
	س- ف	±ع ف	س- ف	±ع ف					
المجموعة الأولى / طبقت فاعلية التداخل الثابت الموزع	6,3 4	0,5 3	8,9 5	0,4 5	1,6 4	0,1 2	6,71	2,26	معنوي
المجموعة الثانية / طبقت فاعلية التداخل الثابت المكثف	5,3 9	0,6 2	7,0 6	0,2 7	1,9 1	0,2 4	10,55		معنوي

يبين الجدول (4) المتعلق بدلالات الفروق بين نتائج الاختبارات القبلي والبعدي لإختبار دقة التهديف من الثبات بكرة السلة أن قيمة الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية الأولى والتي طبقت تمرينات (الثابت الموزع) للاختبار القبلي بلغ (6,34) وبانحراف معياري (0,53) أما الاختبار البعدي فبلغت قيمة الوسط الحسابي (8,95) بانحراف معياري (0,45) وأن قيمة فرق الأوساط الحسابية للمجموعة ذاتها (1,64) وبانحراف قدرة (0,12) وأن قيمة (T) المحسوبة للمجموعة التجريبية الأولى والتي طبقت تمرينات الثابت الموزع بلغت (6,71) وهي أكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (2,26) أمام درجة حرية (10 - 1 = 9) عند مستوى دلالة (0,05) لذا فإن الفرق معنوي إحصائياً ولصالح الإختبار البعدي أما المجموعة التجريبية الثانية والتي طبقت تمرينات (الثابت المكثف) فإن الوسط الحسابي بلغ (5,39) وبانحراف معياري (0,62) أما الإختبار البعدي فبلغت قيمة الوسط الحسابي (7,06) وبانحراف معياري (0,27) وأن قيمة فرق الأوساط الحسابية للمجموعة ذاتها هو (1,91) وبانحراف معياري (0,24) وأن قيمة (T) المحسوبة بلغ (10,55) وهو أكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (2,62) أمام درجة حرية (10 - 1 = 9) عند مستوى دلالة (0,05) لذا فإن الفرق معنوي إحصائياً ولصالح الإختبار البعدي في كلا المجموعتين ويعزو الباحث هذا التطور بدلالة الفروق الموضحة في جدول (4) إلى فاعلية التداخل الثابت بين الاسلوبين (الموزع والمكثف) وأيضاً إلى الوحدات التعليمية وممارستها بصورة صحيحة وتعليم أفراد العينة بنوع المهارة وكيفية أدائها لضبط الأداء والسلوك الحركي ولأنها كانت تحتوي على عدد من

التمارين المتنوعة والمرشحة من قبل الخبراء والمختصين كل ذلك زاد من فائدة وقيمة التمرينات وصولاً إلى التعلم الأمثل فضلاً عن أوقات الراحة المناسبة والطويلة والتي تعد الاستشفاء المصاحب للأداء وأن التغذية الراجعة التي رفدت المتعلم بالتوجيه المناسب وتصحيح الأخطاء المرافقة وإلى عدد التكرارات والمحاولات المكررة للتمرين باستمرار مما زاد المتعلم على تكون صورة مثالية لأداء المهارة بصورتها الصحيحة وخبزها في الذاكرة طويلة الأمد واسترجاعها واستدعائها في أي لحظة يشاء وهذا ما يمكن تأكيده من إن " الزيادة في عدد التكرارات تؤدي بوصول المعلومات إلى الذاكرة الطويلة بعد خبزها بصورة مؤقتة في الذاكرة القصيرة وأنها تعمل على تنظيم المادة المخزونة في الدماغ من أجل تسهيل عمليات التذكر " (1)

2-3 عرض نتائج الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث وتحليلها ومناقشتها

جدول (5) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين مجموعتي البحث التجريبية في الإختبار البعدي لدقة التهديد من الثبات بكرة السلة

الاختبار	المجموعة التجريبية (1) ن = 10		المجموعة التجريبية (2) ن = 10		قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية	دلالة الفروق
	س-	ع±	س-	ع±			
إختبار التهديد من الثبات بكرة السلة	8,95	0,45	7,06	0,27	3,14	2,101	معنوي

يبين الجدول (5) والخاص بنتائج إختبار دقة التهديد من الثبات بكرة السلة للإختبار البعدي أن قيمة الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية الأولى بلغ (8,95) وانحراف معياري قدرة (0,45) وأن قيمة (T) المحسوبة (3,14) وهي أكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (2,101) أمام درجة حرية (20 - 2 = 18) وبمستوى دلالة (0,05)

أما قيمة الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية الثانية بلغ (7,06) وانحراف معياري (0,27) وأن قيمة (T) المحسوبة (3,14) وهي أكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (2,101) أمام درجة حرية (20 - 2 = 18) وبدلالة قدرها (0,05) وهذا يدل على وجود فروق معنوية وباتجاهات إحصائية مختلفة بين المجموعتين التجريبيتين في الاختبار البعدي وهذا ما تم تأكيده من خلال النتائج في الجدول أعلاه بين مجموعتي البحث التجريبيتين بأن المجموعة التجريبية الأولى والتي مارست وطبقت التعلم وفق الأسلوب (الثابت الموزع) كان لها الأفضلية بشكل واسع وبصورة أكبر من نتائج المجموعة الثانية والتي طبقت أسلوب التمرين (الثابت المكثف) وبذلك تحقق الفرض الثاني من البحث

ويعزو الباحث هذه المعنوية في الفروق بين نتائج المجموعتين التجريبيتين في الإختبار البعدي إلى فاعلية التداخل بين أساليب وطرائق التعلم الحركي (جدولة التمرين) حيث يؤكد الكثير من المختصين بأن " الأسلوب التعليمي والتعامل معه بصورة صحيحة ودرجة الاشباع يزيد تأثير الكثير من المتعلمين ويثبت أثرهم التعليمي " (2) مستنداً بذلك على تصميم التمرينات المتنوعة والتي ساعدت كثيراً أفراد العينة التجريبية على تعلم المهارة من خلال بناء برامج حركية تنسجم مع عدد التكرارات والمحاولات التكرارية المتتالية والتي أثبتت فاعليتها والأوقات المناسبة بين تكرار وآخر أو بين الوحدات التعليمية لتعلم أفراد العينة وأيضاً صياغة المنهج التعليمي الغير متشابه المبني على أسس علمية من حيث وضوح الهدف

(1) وجية محبوب : نظريات التعلم والتطور الحركي ، عمان ، دار وائل للطباعة والنشر ، 2001 ، ص 181

(2) محمد حسن علاوي : سايكولوجية التدريب والمنافسات ، ط3 ، القاهرة ، دار المعارف ، 1987 ، ص 40

إضافة إلى مراعاة الجوانب الفردية والجماعية من الناحية المهارية وحسب الفئات العمرية وأن ” المناهج يجب أن تستند بوصفها وصياغتها إلى الأسس العلمية وتثبتها من أجل الوصول إلى التعلم المهارى “ (1) ويشير الباحث أن التغذية الراجعة هي الأخرى كان لها التمييز العالي في تحسين مسارات تنفيذ الأداء بصورتها الصحيحة وبناء مخرجات حركية مثالية وبالتوقيت المناسب من خلال تصحيح الأخطاء المرافقة للأداء واتضح بذلك في مخرجات العمل في التوافق والترابط ما بين دقة التهديف بين العين والذراع الرامية وما بين الأداء المثالي ومن ثم إنشاء صورة نهائية (الهدف) وكيفية وضع الكرات فيه لتحقيق فروض البحث

وأن التغذية الراجعة تعد ” الأسلوب المهم والمحور الضروري لكل عمليات التعلم وهي عامل مهم يعمل على السيطرة على تعديل المسارات الحركية والسلوك الحركي للمتعلمين وله التأثير الفعال والكبير في تعلم المهارات الحركية وخصوصاً للمبتدئين منهم “ (2) وبناءً على ما جاء في الجدول اعلاه يتضح أن هناك تفوقاً وتطوراً في الإنجاز لكلا المجموعتين التجريبيتين والتي مارست كل منهما التمرينات وفق الأسلوب الخاص بها والمخصص لها وبنسب مختلفة ومتفاوتة ويتضح من خلال الجدول (5) في الاختبار البعدي أن المجموعة التجريبية الأولى والتي زاولت التمرينات ذات التداخل (الثابت الموزع) كانت أفضل بنسب محددة عن نتائج المجموعة التجريبية الثانية والتي طبقت التمرينات ذات التداخل (الثابت المكثف) في تعلم دقة أداء مهارة التهديف من الثبات بكرة السلة

الفصل الرابع

4- الاستنتاجات والتوصيات

4-1 الاستنتاجات

- 1/ فاعلية التداخل والدمج بين الاسلوبين (الموزع والمكثف) كان له الأثر الفعال في تعلم مجموعتي البحث دقة التهديف من الثبات بكرة السلة وبنسب مختلفة
- 2/ تصميم التمرينات التعليمية المقترحة كانت ذو فائدة وإيجابية ولها قيمة في تعلم مجموعتي البحث التجريبيتين ولصالح الاختبارات البعيدة
- 3/ المجموعة التجريبية الأولى والتي طبقت التمرين الثابت الموزع كانت لها الأفضلية على المجموعة التجريبية الثانية والتي طبقت التمرين الثابت المكثف في تعلم دقة التهديف من الثبات بكرة السلة

4-2 التوصيات

- 1/ استخدام أسلوب التداخل للتمرين (الثابت الموزع) في تعلم دقة التهديف من الثبات بكرة السلة حسب الفئة العمرية والمستوى
- 2/ إجراء دراسات وبحوث أخرى مشابهه للدراسة الحالية وعلى فئات وأعمار مختلفة
- 3/ إجراء دورات وورش تعليمية خاصة لمدرسي التربية الرياضية لتعريفهم بفائدة وأهمية أساليب التعلم الحركي وجدولة التمرين

المصادر

- 1- حكمت محمد الطائي (وأخرون) : كرة السلة لفروع التربية الرياضية في معاهد المعلمين المركزي ومعاهد أعداد المعلمين والمعلمات ، مطبعة وزارة التربية ، 1991
- 2- ريسان خريط : موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية والرياضية ، ج1 ، جامعة البصرة ، 1989
- 3- وجية محجوب : طرائق البحث العلمي ومناهجه ، بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1993

(1) خليل إبراهيم سليمان : تأثير استخدام أسلوب التعلم التعاوني بطريقة التدريب الدائري في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة ، اطروحة دكتوراه ،

كلية التربية الرياضية جامعة بغداد ، 2003 ، ص 66

(2) ناهدة عبد زيد الدليمي : أساسيات في التعلم الحركي ، جامعة بابل – كلية التربية الرياضية ، ط1 ، عمان ، دار المنهجية للطباعة والنشر ، 2016 ، ص 95



- 4- يحيى مصطفى عليان (وأخرون) : منهج واساليب البحث العلمي ، ط1 ، عمان ، دار الصفاء للنشر والتوزيع ، 2000
- 5- بلوم بنيامين (وأخرون) : تقييم تعلم الطالب الجامعي والتكويني ، ترجمة محمد أمين مفتي (وأخرون) دار ماكروهيل للنشر ، 1983
- 6- مؤيد عبد الله وفائز بشير حمودات: كرة السلة ، جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ط2 ، 1999
- 7- قاسم المندلوي (وأخرون) : الإختبارات والقياس في التربية الرياضية والبدنية ، جامعة الموصل ، مطابع التعليم العالي ، 1990
- 8- وجية محبوب : نظريات التعلم والتطور الحركي ، عمان ، دار وائل للطباعة والنشر ، 2001
- 9- خليل إبراهيم سليمان : تأثير إستخدام أسلوب التعلم التعاوني بطريقة التدريب الدائري في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة ، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية جامعة بغداد ، 2003
- 10- ناهدة عبد زيد الدليمي : أساسيات في التعلم الحركي ، جامعة بابل – كلية التربية الرياضية ، ط1 ، عمان ، دار المنهجية للطباعة والنشر ، 2016
- 11- محمد حسن علاوي : سايكولوجية التدريب والمنافسات ، ط3 ، القاهرة ، دار المعارف ، 1987

ملحق (1)

يبين الخبراء والمختصين الذين عرضت عليهم إستثمارات الترشيح لإختيار التمرينات والإختبارات المناسبة للبحث

الاختصاص	أسم الخبير	ت
تدريب رياضي	الدكتور عبد الله بحر فياض	1
طرائق تدريس	الدكتور عامر عزيز جواد	2
اختبارات وقياس - كرة السلة	الدكتور جليل إبراهيم حمد	3
تدريب رياضي	الدكتور عدنان فدعوس عمر	4
تعلم حركي – كرة سلة	الدكتور نوفل قحطان محمد	5
اختبارات وقياس	الدكتور عايد علي عذاب	6

ملحق (2)

أنموذج لوحدة تعليمية تعريفية باستخدام التمرينات المقترحة

المجموعة التجريبية / الأولى

الوقت / 45 دقيقة

عدد أفراد العينة (10) طلاب

2023/3/14

التأريخ

الهدف التربوي / التأكيد على العمل المنظم الجاد وحسن الالتزام والتعاون بين أفراد العينة أثناء تطبيق الأداء

الهدف التعليمي / التأكيد على تعلم أفراد العينة التجريبية الأولى (الموزعة) دقة التهديف من الثبات بكرة السلة

أقسام الوحدة التعليمية	الوقت	شرح التمرينات المقترحة	الراحة
القسم التحضيري	10د	إحماء عام / تهيئة عامة لعضلات الجسم ككل من خلال تمرينات التمثلية إحماء خاص / تهيئة العضلات العاملة الخاصة والتي سوف تستخدم بالقسم الرئيسي	



		30د	القسم الرئيسي
	الشرح الكافي والوافي للتمرينات من خلال الوسائل الإيضاحية وعرض ومشاهدة النماذج للتهديف من الثبات بكرة السلة ومن زوايا متعددة الغرض زيادة التعزيز للدافعية	10د	الجانب التعليمي
		20د	الجانب التطبيقي
3د	تقسم المجموعة إلى مجموعتين (أ- ب) ومتقابلتين الواحدة أمام الأخرى يبدأ التمرين بصافرة من المدرب وقيام مجموعة (أ) بالتهديف من الثبات ولكن إلى المجموعة الأخرى والتي بدورها تمسك الكرة المرسله وتعاود الأداء/ وبعدد مناسب من التكرارات	10د	التمرين الأول
3د	تقف المجموعة بأكملها أمام الهدف من منطقة الرمية الحرة يبدأ التمرين بصافرة من المدرب وقيام اللاعب الأول بالتهديف المباشر من الثبات على الهدف والعودة إلى خلف المجموعة ثم يبدأ اللاعب الثاني من بالأداء وهكذا / وبعدد مناسب من التكرارات	10د	التمرين الثاني
	راحة إيجابية من خلال التهئية العامة للعضلات وترويح الجهازين العضلي - العصبي بلعبة مسلية بالإضافة إلى إعطاء التوجيهات والنصائح والإرشادات	5د	القسم الختامي

ملحق (3)

أنموذج لوحدة تعليمية تعريفية باستخدام التمرينات المقترحة

المجموعة التجريبية / الثانية

الوقت / 45 دقيقة

عدد أفراد العينة (10) طلاب

2023/3/14

الهدف التربوي / التأكيد على العمل المنظم الجاد وحسن الالتزام والتعاون بين أفراد العينة أثناء تطبيق الأداء

الهدف التعليمي / التأكيد على تعلم أفراد العينة التجريبية الثانية (المكثفة) دقة التهديف من الثبات بكرة السلة

الراحة	شرح التمرينات المقترحة	الوقت	أقسام الوحدة التعليمية
	إحماء عام / تهيئة عامة لعضلات الجسم ككل من خلال تمرينات التمتطية إحماء خاص / تهيئة العضلات العاملة الخاصة والتي سوف تستخدم بالقسم الرئيسي	10د	القسم التحضيري
		30د	القسم الرئيسي
	الشرح الكافي والوافي للتمرينات المستخدمة من خلال الوسائل الإيضاحية وعرض ومشاهدة النماذج للتهديف من الثبات بكرة السلة ومن زوايا مختلفة وتغذية راجعة	10د	الجانب التعليمي
		20د	الجانب التطبيقي
بدون أوقات راحة	ترسم دائرة على شكل حلقة على الجدار بقياس (45)سم بحيث تقف المجموعة على شكل رتل أمام الجدار بمسافة (4) متر يبدأ التمرين بصافرة من المدرب بالتصويب على الدائرة المرسومة على الجدار واللاعب الذي ينتهي من الأداء يعود إلى خلف	10د	التمرين الأول



	المجموعة ليبدأ لاعب آخر وهكذا يتم أداء التمرين وبعدد من التكرارات بدون أوقات راحة		
التمرين الثاني	تقف المجموعة بأكملها على خط منطقة الرمية الحرة وعلى شكل رتل بحيث توضع أمام اللاعب قطعة من قماش بقاس (1×1) متر معلقة على حامل لحجب رؤية اللاعب للهدف يبدأ التمرين بصافرة من المدرب وقيام اللاعب الأول بالتهديف المباشر من الثبات على الهدف والعودة إلى خلف المجموعة ثم يبدأ اللاعب الثاني بالأداء وهكذا / وبعدد من التكرارات ولكن بدون أوقات راحة	10د	بدون أوقات راحة
القسم الختامي	راحة إيجابية من خلال التهذئة العامة للعضلات وترويح الجهازين العضلي - العصبي بلعبة مسلية بالإضافة إلى إعطاء التوجيهات والنصائح والإرشادات	5د	