

جدولة التمرين وفق تصنيف المهارات المغلقة والمفتوحة وأثرها في أداء بعض المهارات الأساسية بكرة اليد.

أ . د نزهان حسين العاصي م . احمد قحطان نجم جامعة تكريت - العراق

ملخص البحث

يهدف البحث الى :-

1- الكشف عن اثر جدولة التمرين باستخدام أسلوب التمرين المتسلسل والعشوائي بمستوى الأداء بكرة اليد وفق تصنيف المهارات المغلقة والمفتوحة .

2- المقارنة في الاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبيتين بأداء المهارات الأساسية بكرة اليد وفق تصنيف المهارات المغلقة والمفتوحة.

وافترض الباحثان الى :-

1- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبيتين في أداء بعض المهارات الأساسية المغلقة والمفتوحة بكرة اليد.

2- وجود فرق ذات دلالة معنوية في الاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبيتين اللتين استخدمتا أسلوب التمرين المتسلسل وأسلوب التمرين العشوائي في أداء بعض المهارات الأساسية المغلقة والمفتوحة بكرة اليد .

- استخدم الباحثان المنهج التجريبي ، وتكونت عينة البحث من (24) طالبا تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث وهم طلاب المرحلة الثانية / كلية التربية الرياضية - جامعة تكريت ، وتم معالجة جميع البيانات إحصائيا باستخدام (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، النسبة المئوية ، معامل الالتواء ، اختبار (t) لوسطين حسابيين مرتبطتين وغير مرتبطتين ومتساويين بالعدد وعولجت النتائج باستخدام نظام (spss).

وقد تم التوصل الى الاستنتاجات التالية :-

- 1- فاعلية استخدام البرنامجين التعليميين المتضمن جدول التمرين بالأسلوبين المتسلسل والعشوائي والذان طبقا من قبل المجموعتين التجريبتين في اداء جميع المهارات الأساسية المغلقة والمفتوحة (قيد الدراسة)
- 2- تفوقت المجموعة التجريبية التي استخدمت جدول التمرين بالأسلوب العشوائي في الاختبار البعدي على المجموعة التجريبية التي استخدمت جدول التمرين بالأسلوب المتسلسل في اداء المهارات الأساسية (المناولة الاستلام ،التصويب بخطوة واحدة من على خط ال(9) أمتار بكرة اليد وتقاربت نتائجها في المهارات الأساسية (الطبطة لمسافة (40) متر ،التصويب عاليا من على خط ال(9) أمتار ، التصويب إماما من على خط ال(9) أمتار (بكرة اليد .

وقد أوصى الباحثان بما يأتي :-

- 1- استخدام البرنامجين التعليميين المتضمن جدول التمرين بالأسلوبين المتسلسل والعشوائي في اداء بعض المهارات الأساسية المغلقة والمفتوحة بكرة اليد لطلاب المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية .
- 2- اعتماد البرنامج التعليمي المتضمن جدول التمرين باستخدام أساليب تعلم أخرى في مناهج التعليم لكليات وأقسام التربية الرياضية .
- 3- استخدام البرنامجين التعليميين المتضمن جدول التمرين بالأسلوبين المتسلسل والعشوائي على عينة من الطالبات.

Abstract :

The research aims to: -

1 - Detection of an exercise using the method of scheduling exercise sequential and random performance level handball according to the classification of closed and open skills.

2 - in the post-test comparison between the two experimental groups to perform basic skills of handball according to the classification of closed and open skills.

I suppose the researchers to: -

1 - There are significant differences between pre and post tests for the two experimental groups in the performance of some of the basic skills of closed and open hand reel.

2 - there is a difference of significance in the post-test between the two experimental groups, which have used the sequential method of exercise and the

method of random exercise in the performance of some of the basic skills of closed and open hand reel.

- The researchers used the experimental method and sample research (24) students were selected randomly from the research community who are students of the second phase / Faculty of Physical Education - University of Tikrit, was handling all the data statistically using (the arithmetic mean, standard deviation, percentage, coefficient torsion test (t) for Ostin Hsbian linked and not linked and equal number were treated and results using the system (spss).

Was reached the following conclusions: -

1 - effective use of educational programs containing both American idioms exercise schedule sequential and random and according to which by the two experimental groups in the performance of all the basic skills of closed and open (under study) handball.

2 - outperformed the experimental group that used the scheduling exercise style random in the post-test on the experimental group that used the scheduling exercise style chain in the performance of basic skills (handling, receiving, shooting one step on the line from the (9) meters handball and converged results in the basic skills (clapotement for a distance of (40) meters, shooting skyward from the line (9) meters, an imam of the correction on the line (9) meters) handball.

The researchers recommended the following: -

1 - the use of educational programs containing both American idioms exercise schedule sequential and random in the performance of some of the basic skills of closed and open hand reel for students of the second phase in the Faculty of Physical Education.

2 - Adoption of the educational program containing the scheduling exercise, you use other methods of learning in the curricula of faculties and departments of Physical Education.

3 - Use of educational programs containing both American idioms exercise schedule sequential and random sample of students.

1- التعريف بالبحث :-

1-1 المقدمة وأهمية البحث :-

شهدت السنوات الأخيرة تقدما ملحوظا في مظاهر الحياة المختلفة وخاصة في المجال المعرفي والتقني، ومن المجالات التي شملها هذا التطور والتغير في المناهج وأساليب تدريسها ، اذ أدرك المعنيين ان عملية التعلم لم تكن بمعزل عن التغيرات المتلاحقة التي تحرك جميع فئات المجتمع ولم يعد الاهتمام بالمعلومات هو الغاية الوحيدة وخاصة فيما يتعلق بأساليب تدريس التربية الرياضية ، لذا فان أساليب وطرائق التعليم تعددت وتتنوع نتيجة لمتغيرات عدة منها ما يتعلق بالمتعلم ومنها ما يتعلق بالمهارات من حيث نوعها ودرجة صعوبتها أو تنظيمها . وان أهم ما يطمح إليه القائمون في مجال التعليم والتدريب العملي هو إبعاد أسلوب التلقين والطرائق التقليدية من خلال الاعتماد على الأساليب الحديثة بهدف إفساح المجال للتعلم ليكون شريكا أساسيا في العملية التعليمية وأكثر تفاعلا وتنظيما في مجال تخصصه ويعد التمرين وتنظيمه من الأمور ذات الأهمية في عملية التعلم لإسهامه الفعال في تحقيق التنوع وتسهيل الأساليب التعليمية وطريقة تنفيذها ، فضلا عن تنوع عملية التعلم ، ولأجل الوصول الى تعلم أفضل للمهارات الحركية والتي هي الحجر الأساس في ممارسة الألعاب الرياضية لابد من تنظيم وجدولة التمرين بصورة تنسجم مع المهارات المراد تعلمها عند وضع أي برنامج تعليمي، ويشير (ميسر مصطفى، 1998) " ان من أولى اهتمامات المدرسين هو تعلم مهارات الألعاب الرياضية وإتقانها وتطورها ضمن وحدات متخصصة ومتسلسلة خلال الموسم والتركيز على وحدة، وتعد لعبة كرة اليد من إحدى الألعاب الجماعية التي تدرس في كليات وأقسام التربية الرياضية والتي تعتمد في تعلمها وإتقانها إتباع الأسلوب المناسب مع مراعاة تنظيم جدولة التمارين الخاصة بالمهارات الأساسية بكرة اليد . ومن هنا تأتي أهمية البحث في جدولة التمرين للتعرف عن أفضلية استخدام أسلوب التعلم المتسلسل والعشوائي وأثره في الأداء لبعض المهارات الأساسية بكرة اليد كمهارات مغلقة ومهارات مفتوحة.

2-1 مشكلة البحث :-

ان استخدام جدولة التمرين أصبحت من الأمور المهمة التي تتطلب من التدريسي الاهتمام بها لغرض تحقيق الأهداف التعليمية للوصول الى الاكتساب والاحتفاظ بمستوى الأداء للمهارات منها مهارات كرة اليد قيد الدراسة وعلى الرغم مما توصلت اليه الدراسات والبحوث من نتائج مميزة في أساليب التعليم إلا ان العملية التعليمية في

مجال تعلم المهارات الحركية ظلت تعاني من العديد من المعوقات ومنها افتقار بعض القائمين على العملية التعليمية باستخدام جدولة تنظيم التمارين داخل الوحدة التعليمية وصولا الى تحقيق أداء أفضل للمهارات الرياضية في حالات مختلفة .

لذا ارتأى الباحثان تناول هذا الموضوع واختيار بعض طرائق التعلم الحديثة وتأثير أساليبها التعليمية على بعض المهارات الأساسية بكرة اليد والتي يتم تدريسها لطلاب كلية التربية الرياضية وصولا الى الإجابة عن التساؤل الآتي :-

أيهما أفضل في جدولة التمرين استخدام أسلوب التمرين المتسلسل ام أسلوب التمرين العشوائي في أداء بعض المهارات الأساسية بكرة اليد وفق تصنيف المهارات المغلقة والمفتوحة .

1-3 أهداف البحث :-

يهدف البحث الى :

1- الكشف عن اثر جدولة التمرين باستخدام أسلوب التمرين المتسلسل والعشوائي بمستوى الأداء بكرة اليد وفق تصنيف المهارات المغلقة والمفتوحة .

2- المقارنة في الاختبار ألبعدي بين المجموعتين التجريبيتين بأداء المهارات الأساسية بكرة اليد وفق تصنيف المهارات المغلقة والمفتوحة.

1-4 فرضيات البحث :-

1- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبيتين في أداء بعض المهارات الأساسية المغلقة والمفتوحة بكرة اليد.

2- وجود فرق ذات دلالة معنوية في الاختبار ألبعدي بين المجموعتين التجريبيتين اللتين استخدمتا أسلوب التمرين المتسلسل وأسلوب التمرين العشوائي في أداء بعض المهارات الأساسية المغلقة والمفتوحة بكرة اليد .

1-5 مجالات البحث :-

1-المجال البشري : (24) طالبا من طلاب الصف الثاني / كلية التربية الرياضية / جامعة تكريت

2- المجال ألزماني : الفترة من 4 / 3 / 2010 ولغاية 27 / 5 / 2010.

3- المجال المكاني : ملعب كرة اليد المكشوف / كلية التربية الرياضية / جامعة تكريت .

1-2 جدول التمرين

من اهتمامات المدربين والمدرسين هو تعلم مهارات الألعاب الرياضية والبدنية ولتقائها ضمن وحدات تعليمية متخصصة وجدولتها خلال الأسبوع والشهر والموسم والتركيز على كل وحدة تعليمية من خلال تنفيذ محاولات التمرين وتكرارها والانتقال إلى وحدات تعليمية بزيادة تكرارات التمرينات .

ولغرض الوصول إلى التعلم المؤثر من الضروري تنظيم وجدولة التمارين خلال فترة الإعداد لتسهيل عملية التعلم ثم الاكتساب و بعدها الاحتفاظ بالمهارة ، وتمثل التمرينات البدنية بمختلف أشكالها ومهاراتها وأدائها وأجهزتها المختلفة في تنمية الجسم وقدرته على الأداء في ميدان الحياة والميدان الرياضي " ويشكل التمرين وممارسته إحدى المتطلبات الرئيسة لاكتساب المهارات الحركية ولتقائها ، إذ ان الخصائص الثابتة في نظريات التعلم هو التأكيد على فوائد التمرين في تعلم المهارات الحركية ، وان إحدى هذه الخصائص هي ممارسة التمرين يزيد من إعطاء الفرصة للتعلم في نجاح أدائه ويزيد من خبرته على مواجهة متغيرات اللعب الحقيقية. وتناول العديد من العلماء مفهوم التمرين وتعددت آرائهم عن معنى التمرين حيث عرفه (حامد ومحمود، 1998) بأنه " عبارة عن حركات عدة او تكرار أداء حركي يؤدي بغرض معين تحت أسس علمية فسيولوجية وتشريحية وتربوية. " والتمرين يعد اصغر وحدة تعليمية أو تدريبية وان كثيرا من المهارات حين تكرارها او أدائها تعتبر وحدة تمرين ويمكن أن تكون المهارة المعقدة أو المركبة التي تحتوي على أكثر من قسم رئيسي وحدة تمرين إذا ماكررت وأعطي لها برنامج وحيث أن التمرين مرتبط ارتباطا وثيقا بالتعلم من خلال تأثيره على الأداء والانجاز يتوجب استثمار الوقت بمحاولات تكرارية عديدة لغرض زيادة الخبرة والسيطرة والتحكم في الأداء. ويعد التمرين " محاولات متعددة يؤديها الفرد في تسلسل منتظم الصعوبة من اجل اكتساب المهارة وثبيتها .

ويرى (وجيه محجوب، 2001) ان للتمرين أهمية كبرى في الإعداد العام والخاص وللإعداد المهاري ان كان للمبتدئين او المستويات العليا بما تتميز به من خصائص لتهيئة الرياضيين بدنيا ومهاريا وبما يتناسب مع ذلك النشاط. فالتمرين يؤدي الى تغير نسبي وفي بعض الأحيان ثابت في تعلم الأداء لان التعلم الحركي هو سلسلة من خطوات او عمليات مرتبطة بالتمرين والتجربة فهو يؤدي الى تطوير المهارة والوصول بها الى التكنولوجيا الصحيح والتوصل إلى الأوتوماتيكية في الأداء .

وتشير (ناهد عبد، 2002) " أن عملية تنظيم التمرين من الأمور الواجبة والمهمة في العملية التعليمية وذلك لأنها تسهم في تحقيق تنوع في التمرينات المستخدمة وأساليب تنفيذها إضافة الى تسهيل عملية التعلم والاحتفاظ بالمهارة مع مراعاة صعوبة المهارة المطلوب تعلمها او سهولتها من خلال التدرج واتباع التنظيم في أساليب التمرين عند أداء المهارات .

2-1-1 المهارات المغلقة والمفتوحة قيد الدراسة :-

لقد وصف (محمد ومحمد نصر، 1985) " أن المهارة المغلقة على انها المهارات التي تودى في نمط ثابت والتي يقوم المتعلم بتأدية الأداء تحت الظروف نفسها وكذلك المتطلبات نفسها في كل مرة وخصوصا بعد الوصول الى (الأوتوماتيكية) ، اي ان مراحل التقويم تأخذ شكلا واحدا دائما اما في المهارات المفتوحة فان مراحل التقويم تأخذ إشكالا مختلفة ، وفي كل مرة وعلى أساس الدقة ، والسرعة ، والجمالية . ولذلك نرى بان اللاعب في المهارات المغلقة ينصب تركيزه على ماذا يجب ان يعمل بينما في المهارات المفتوحة فان تركيزه ينصب على كيف يجب ان يعمل " . اما (Schmidt,1991) أعطى لهذا التصنيف معنى جديدا بل تعامل معه بشكل اكثر تفصيلا حيث اكد بان " في المهارات المفتوحة يكون أداء اللاعب استجابة للعوامل والمتغيرات غير المتوقعة ، اما في المهارات المغلقة فان اللاعب يؤدي الفعالية في ظروف محسوبة ومعروفة ، ومتحررة من شروط ملزمة كضرورة ضبط التوقيت بالإسراع بالمهارة او الإبطاء " ويشير (عامر ، 1998) الى " ان المهارات المفتوحة هي تلك المهارات التي تودى وسط بيئة متحركة بشكل دائم مما يجعل عملية برمجة الأداء المسبق صعبا لتعذر توقع وتخمين تلك الحركة ، اما المهارات المغلقة فهي تلك المهارات التي تودى في وسط بيئة ثابتة وممكنة التوقع وبالتالي تجعل عملية برمجة الأداء المسبق ممكنا . وأكد (Ronald,1978) " ان المتعلم في المهارات المفتوحة يحتاج باستمرار الى التفكير السريع في المحيط ، ويحتاج من خلال ذلك الى الضبط والتفكير بدقة كبيرة في ظروف المحيط والمتغيرات وبذلك يكون شكل المهارة المفتوحة متنوعا مع محاولات التمرين " . و اضاف (قاسم لزام ، 1997) الى ان " المهارات التي تصنف على انها مفتوحة او صعبة تستخدم فيها طريقة للتعلم أصعب من تعلم المهارات المغلقة التي تكون سهلة ، وذلك بسبب ان تعليم المهارات المفتوحة يكون المحيط الخارجي متغيرا ، ويحتاج المتعلم الى وقت وتكرار مستمر ، اما المهارات التي تصنف على انها مغلقة حيث يعتمد اللاعب على الضبط الداخلي للمتعم ، وليس له علاقة مع التوقع ، لان المحيط ثابت " .

3- منهج البحث وأجرائه الميدانية

3-1 منهج البحث :-

استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمة لطبيعة البحث .

3-2 مجتمع البحث وعينته :-

تكون مجتمع البحث من طلاب المرحلة الثانية / كلية التربية الرياضية / جامعة تكريت للعام الدراسي 2009 / 2010 والبالغ عددهم (70) طالبا وطالبة موزعين على ثلاث شعب (أ ، ب ، ج) ، أما عينة البحث فقد اختيرت بالطريقة العشوائية وتكونت من (24) طالبا يمثلون شعبتي (أ ، ب) وبواقع (12) طالبا لكل شعبة. بعد ان استبعد الباحثان عددا من أفراد العينة وهم :

0-الطالبات (10)

1-الطلاب الراسبين والمؤجلين (11)

2-لاعبي الأندية(2)

وقد مثلت عينة البحث نسبة (29،34%) من مجتمع البحث ثم وزع أسلوب التدرّس بالطريقة العشوائية

على مجموعتي البحث ، حيث نفذ التمرين المتسلسل مع الشعبة (أ) والتمرين العشوائي مع الشعبة(ب).

3-3 تجانس وتكافؤ عينة البحث :-

تجانس عينة البحث بمعامل الالتواء للمهارات قيد البحث في الاختبار القبلي :

جدول (1)

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
العمر	سنة	22.028	22.125	1.011	-0.530
الكتلة	كغم	69.093	68.995	2.098	0.389
الطول	سم	170.051	169.400	1.887	0.700

0.059	2.82	55.00	53.33	درجة	الطبطة لمسافة (40) م
0.424-	5.52	50.00	50.00	درجة	المنافسة
0.071	3.97	50.00	51.25	درجة	الاستلام
0.194-	4.08	45.00	44.17	درجة	التصويب بخطوة من خط (9) م
0.349-	5.76	45.00	46.25	درجة	التصويب عالياً من خط (9) م
0.595-	7.78	50.00	48.13	درجة	التصويب أماماً من خط (9) م

ان قيم معامل الالتواء انحصرت بين (+1) مما يدل على تماثل عينة البحث الأمر الذي يحقق تجانس عينة البحث في المتغيرات قيد البحث

جدول (2)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفروق في الاختبارات المهارية بين المجموعتين التجريبيتين واللتين استخدمتا التمرين والعشوائي

الاختبارات	وحدة القياس	مج المتسلسل		مج العشوائي		قيمة t المحسوبة	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
		ع	س	ع	س			
العمر		22.20	0.576	21.853	1.319	0.843	0.408	عشوائي

الوزن	كغم	68.38	1.551	69.798	2.392	1.711	0.101	عشوائي
الطول	سم	169.7	1.611	170.30 5	2.169	0.651	0.522	عشوائي
الطبطة لمسافة (40) م	درجة	52.92	3.340	53.750	2.260	0.715	0.482	عشوائي
المناولة	درجة	50.00	6.030	50.000	5.220	0.000	1.000	عشوائي
الاستلام	درجة	50.83	4.170	51.670	3.890	0.506	0.618	عشوائي
التصويب بخطوة من خط (9) م	درجة	42.92	4.50	45.420	3.340	1.454	0.137	عشوائي
التصويب عالياً من خط (9) م	درجة	49.58	4.500	47.083	2.575	1.670	0.109	عشوائي
التصويب أماماً من خط (9) م	درجة	47.08	7.820	49.170	7.930	0.648	0.524	عشوائي

درجة الحرية (22=2-12+12). معنوي عند مستوى الخطأ (0.05) إذا كان مستوى الخطأ أصغر من (0.05) من الجدول (2) يبين: عشوائية الفروق بين مجموعتي البحث التجريبتين في الاختبارات المهارية قيد البحث كلها عند مستوى الدلالة (0.05) وأمام درجة حرية (22)، إذ ظهرت مستويات الخطأ كلها أكبر من (0.05)، مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث في الاختبارات المهارية قيد البحث كلها في الاختبار القبلي .

3-4 التصميم التجريبي :-

أن اختيار التصميم التجريبي الملائم أمر مهم في كل البحوث التجريبية لأنه يساعد في الحصول على إجابات لفرضيات البحث والذي يوفر الحد الأدنى من الصدق الداخلي والصدق الخارجي لنتائج البحث ، وعلى استخدام الباحث التصميم التجريبي الذي يطلق عليه " تصميم المجموعة العشوائية الاختيار المتكافئة ذات الاختبار القبلي والبعدي".

3 - 5 اختيار المهارات الأساسية:-

استخدم الباحث أسلوب تحليل محتوى المصادر العربية والأجنبية ذات العلاقة بموضوع البحث لتحديد أهم المهارات الأساسية في كرة اليد . وضعت هذه المهارات في استمارة استبيان لتصنيف المهارات المغلقة والمفتوحة ، عرضت على الخبراء والمختصين في مجال التعلم الحركي وحصلت على نسبة اتفاق (88%) وعلى ضوء ماتقدم تم تحديد أربع مهارات (اثنتان مغلقة واثنتان مفتوحة) وهي : -

- المناولة (مهارة مفتوحة) .
- الاستلام (مهارة مفتوحة) .
- الطبطبة (مهارة مغلقة) .
- التصويب (مهارة مغلقة) .

3-6 الأجهزة والأدوات والوسائل المستخدمة في البحث:-

1- حاسبة (Lap Tob) نوع (Dell)، كاميرا فيديو نوع (سانيو) عدد(2) ، كاميرا فيديو فوتوغراف نوع (جنكس) عدد(1)، ميزان

2 - ساعة توقيت ، صافرة، قرص مدمج(CD)، كرات يد عدد(12) حجم(3)

ملعب كرة يد قانوني، شريط قياس، شاخص عدد(4)

3- المصادر العربية والأجنبية، ورقة المعيار، استمارات الاستبيان

استمارة تقويم الأداء الحركي، القوانين الإحصائية المستخدمة .

3-7 اختبار الأداء الفني للمهارات الأساسية:-

من الأمور التي يتطلب توافرها في البحوث العلمية هي الاختبارات التي تعد "من الوسائل المهمة للتقويم في مجالات الحياة عامة، وفي مجال التربية الرياضية خاصة لما حظيت به من تقدم في هذا المجال في السنوات الأخيرة". قام الباحثان بإعداد استمارة استبيان خاصة تضم مجموعة من المهارات المقترحة من قبل الخبراء والمختصين في مجال كرة اليد والتعلم الحركي والتي تستخدم في تقييم الأداء الفني لأقسام البناء الحركي الظاهري للمهارات الأساسية بكرة اليد قيد الدراسة وبعد الحصول على أفضل أداء والذي يلائم مستوى وقدرات عينة البحث وحصولها على نسبة اتفاق(90%) تم الاستعانة بها وفق ما حدده الخبراء والمختصين. تم تصوير

الأداء الفني للمهارات بكامرتان (فيديو) لكي يتسنى للمقومين (المحكمين) ملاحظة الأداء بصورة جيدة وإعطاء الدرجات لكل قسم من أقسام المهارة .

3-8 التجربة الاستطلاعية:-

تم إجراء التجربة الاستطلاعية يوم 2010/3/4 على ملعب كرة اليد لكلية التربية الرياضية/ جامعة تكريت على عينة من (12) طالبا ممن هم خارج عينة التجربة الرئيسة ومن مجتمع البحث .

3-9 البرنامج التعليمي :-

بعد اطلاع الباحثان على المصادر العلمية والدراسات السابقة وأراء بعض المختصين في مجال طرائق التدريس والتعلم الحركي وكرة اليد وبعد الأخذ بملاحظاتهم ، تم إعداد برنامجين تعليميين لاداء بعض المهارات الأساسية بكرة اليد قيدالبحث باستخدام جدولة التمرين المتسلسل والعشوائي وفق تصنيف المهارات المغلقة والمفتوحة. حيث صنفنا مهارتي المناولة والاستلام الى مهارات مفتوحة، اما مهارتي الطبطبة والتصويب فقد صنفنا الى مهارات مغلقة. تضمنت الوحدة التعليمية ثلاثة أقسام، القسم الإعدادي يشمل النشاط الإداري والتنظيمي والإعداد العام والخاص ، اما القسم الرئيسي والذي يشمل التعليمي والتطبيقي وفيه يتم تعليم المهارات الأساسية باستخدام جدولة التمرين وفق تصنيف المهارات المغلقة والمفتوحة وباستخدام التكرارات ، ثم يليه القسم الختامي .

3-10 تجربة البحث الرئيسة :-

تم تنفيذ (24) وحدة تعليمية لاداء بعض المهارات الأساسية بكرة اليد وهي (المناولة-الاستلام- الطبطبة- التصويب) طبقت (12) وحدة تعليمية بأسلوب التمرين المتسلسل و (12) وحدة تعليمية بأسلوب التمرين العشوائي وفق الخطة الزمنية المقررة للفترة من 2010/3/15 ولغاية 2010/5/4. وكانت الوحدات التعليمية تعطى بواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع ولكل مجموعة تجريبية، المجموعتان التجريبيتان متشابهتان في المقدمة والإعداد والجزء الختامي ، وتختلفان في القسم الرئيسي . حيث تمارس عينة البحث جدولة التمارين بكرة اليد استخدم الباحثان التكرارات في تنفيذ الجدولة بدلا من الزمن كونها توفر فرص متكافئة لجميع أفراد العينة ، أنجز كل فرد من أفراد العينة وفي كلا المجموعتين على (724) تكرار وطبق البرنامجين التعليميين من قبل مدرس المادة.

- المجموعة التجريبية الأولى : جدولة التمرين المتسلسل وفق تصنيف المهارات المغلقة والمفتوحة .

- المجموعة التجريبية الثانية:جدولة التمرين العشوائي وفق تصنيف المهارة المغلقة والمفتوحة.

3-11 التصوير الفيديوي للاختبارات القبلية والبعدية :-

استعان الباحثان بالمصورين المختصين للقيام بالإجراءات المتبعة في التجربة الاستطلاعية وفي تصوير الأداء المهاري للاختبارات القبلية والبعدية .

3-11-1 الاختبارات القبلية:-

تم إجراء الاختبارات القبلية قبل تنفيذ البرنامج التعليمي يوم الخميس الموافق 11 / 3 / 2010 لتقويم الأداء المهاري .

3-11-2 الاختبارات البعدية:-

تم إجراء الاختبارات البعدية لعينة البحث بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج التعليمي يوم الخميس الموافق 6 / 5 / 2010 اتبع الباحثان الطريقة التي استخدمت في الاختبارات القبلية وبالشروط نفسها وتحت نفس الظروف الزمانية والمكانية وبالأدوات نفسها .

3-12 تقويم مستوى الأداء:-

ان تقويم المهارات الرياضية عن طريق حساب النقاط يعد من الطرائق المهمة التي تعتمد على المشاهدة او الاستعانة بالتصوير عن طريق القرص (CD) وبذلك يمكن تحليل المهارات التي تودى من قبل أفراد عينة البحث، وتمثل عملية تقويم المهارات الرياضية بحساب النقاط دورا فاعلا في مجال التربية الرياضية ، فهي من الطرائق المهمة المعتمدة على الملاحظة في تقويم المهارة ، وان دقة هذه المهارة تعتمد على عمق المقوم العلمي ومدى معرفته بطريقة الأداء الفني الرياضي لتلك المهارة ، ويودى تقويم المهارات بإحدى الطرائق الآتية:-

الطريقة الأولى : أداء الحركة وتقويمها بواسطة الخبراء او خبير عن طريق المشاهدة مع التسجيل .

الطريقة الثانية : أداء الحركة وتقويمها بعد تسجيلها صوريا عن طريق فليم (CD) ثم عرضها بواسطة أجهزة العرض المعروفة وتحليلها من الخبير أوالخبراء

3-13 الوسائل الإحصائية :

1-الوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية .

2-معامل الالتواء .

3-اختبار (T) لوسطين حسابيين مرتبطين. اختبار (T) لوسطين حسابيين غير مرتبطين ومتساويين بالعدد

4- وعولجت النتائج باستخدام الحاسوب الالكتروني وبنظام (spss)

4- عرض النتائج ومناقشتها:

4-1 عرض نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في الاختبارات المهارية قيد البحث للمجموعتين التجريبيتين (المتسلسل والعشوائي) ومناقشتها:

4-1-1 عرض الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج اختبار الفروق (t) للمجموعة التجريبية التي نفذت التمرين المتسلسل في نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في الاختبارات المهارية قيد البحث:

الجدول (3)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمجموعة المتسلسل في نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في الاختبارات المهارية قيد البحث

الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	الاختبارات المهارية
ع ⁺	س	ع ⁺	س		
3.020	65.000	3.340	52.920	درجة	الطبطة لمسافة (40) م
2.460	61.670	6.030	50.000	درجة	المناولة
4.330	61.250	4.170	50.830	درجة	الاستلام
3.770	53.750	4.500	42.920	درجة	التصويب بخطوة من خط (9) م
3.690	60.000	4.500	49.580	درجة	التصويب عالياً من خط (9)

					م
4.440	61.670	7.820	47.080	درجة	التصويب أماماً من خط (9) م

الجدول (4)

فرق الأوساط الحسابية وانحرافه المعياري وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفروق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في الاختبارات المهارية قيد البحث للمجموعة التجريبية التي نفذت التمرين المتسلسل

الاختبارات المهارية	وحدة القياس	ف	ع ف	قيمة t المحسوبة	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
الطبطة لمسافة (40) م	درجة	12.08 3	3.343	12.52 2	0.000	*معنوي
المناولة	درجة	11.66 7	5.365	7.532	0.000	*معنوي
الاستلام	درجة	10.41 7	5.418	6.660	0.000	*معنوي
التصويب بخطوة من خط (9) م	درجة	10.83 3	5.573	6.734	0.000	*معنوي
التصويب عالياً من خط (9) م	درجة	10.41 7	3.965	9.101	0.000	*معنوي
التصويب أماماً من خط (9) م	درجة	14.58 3	4.981	10.142	0.000	*معنوي

4-1-2 مناقشة نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للاختبارات المهارية قيد البحث للمجموعة التجريبية التي نفذت اسلوب التمرين المتسلسل.

من الجدول (3،4) تبين :

وجود فروق معنوية بين متوسطات درجات الاختبارين القبلي والبعدي في جميع المهارات الأساسية بكرة اليد قيد الدراسة ولمصلحة الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية التي استخدمت أسلوب التمرين المتسلسل في أداء المهارات الأساسية ويعزو الباحث ذلك الى فعالية البرنامج التعليمي ومدى ملاءمته للطلاب حيث كان التأكيد على الأداء بدون تغيير في ظروف المهارة او تغيير من مهارة إلى أخرى " ففي المهارات المغلقة فان التدريب المتسلسل هو ملائم في هذا الطرف . إذ أن المهارة تتطلب أداء بظروف ثابتة ومحيط ثابت ولا تتطلب تغير في التركيز والانتباه ولا تتطلب التوقع العالي ولا تتطلب سرعة الاستجابة . وكذلك فان التدريب المتسلسل يكون ملائما للمهارات التي تتطلب درجة عالية من الإثارة أو درجة عالية من الانتباه لإعطاء نتائج عالية في الأداء من ناحية القوة والسرعة والتحمل وهذا ما يتفق مع الفرض الأول.

4-1-3 عرض الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعة التجريبية التي نفذت اسلوب التمرين العشوائي في نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في الاختبارات المهارية قيد البحث.

الجدول (5)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعة التجريبية التي نفذت اسلوب التمرين العشوائي في نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في الاختبارات المهارية قيد البحث

الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	الاختبارات المهارية
ع+	س	ع+	س		
3.260	66.667	2.260	53.750	درجة	الطبطبة لمسافة (40) م
3.340	65.420	5.220	50.000	درجة	المناولة
3.960	65.420	3.890	51.670	درجة	الاستلام

5.220	65.000	3.340	45.420	درجة	التصويب بخطوة من خط (9) م
5.570	60.830	2.575	47.083	درجة	التصويب عالياً من خط (9) م
4.500	64.580	7.930	49.170	درجة	التصويب أماماً من خط (9) م

الجدول (6)

فرق الأوساط الحسابية وانحرافه المعياري وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفروق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في الاختبارات المهارية قيد البحث للمجموعة التي نفذت أسلوب التمرين العشوائي

الاختبارات المهارية	وحدة القياس	ف	ع ف	قيمة t المحسوبة	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
الطبطة لمسافة (40) م	درجة	12.91	2.575	17.379	0.000	*معنوي
المناولة	درجة	14.58	3.965	12.742	0.000	*معنوي
الاستلام	درجة	13.75	3.108	15.326	0.000	*معنوي
التصويب بخطوة من خط (9) م	درجة	19.58	5.418	12.521	0.000	*معنوي
التصويب عالياً من خط (9) م	درجة	13.75	5.691	8.370	0.000	*معنوي
التصويب أماماً من خط (9) م	درجة	16.25	5.691	9.892	0.000	*معنوي

4-1-4 مناقشة نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للاختبارات المهارية قيد البحث للمجموعة التجريبية التي نفذت أسلوب التمرين العشوائي.

يتبين من الجدول (5،6) وجود فروق معنوية بين متوسطات درجات الاختبارين القبلي والبعدي في جميع المهارات الأساسية بكرة اليد قيد الدراسة ولمصلحة الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية التي استخدمت أسلوب التمرين العشوائي في اكتساب المهارات الأساسية ويعزو الباحث ذلك الى فعالية البرنامج التعليمي مما ساعد على خلق ظروف جيدة للاكتساب وبالتالي فان توزيع عشوائية التمرينات في الوحدة التعليمية والتقل بها ساعد في إبعاد الملل والضجر الذي قد يصيب الطالب بالإضافة الى المتعة والتغيير الذي يتحقق من خلالها ويذكر (عامر رشيد، 1998) " ان الأداء يظهر على قمته في المستوى إذا ما نفذ تحت ظرف مريح وغير مجهد ."

ان التمرين العشوائي يجبر الطالب على التفكير بشكل كامل بعملية التعلم وذلك عن طريق منع إجراء التكرار للتمرين الواحد اذ يجعل المتعلم ينسى الحلول والإجراءات قصيرة الأمد خاصة بمسألة الحركة بعد تغيير في التمرين مما يجبره على إيجاد حلول أخرى مرة ثانية للمحاولة اللاحقة او استدعاء (البرنامج الحركي) اذا كان مخزون في الذاكرة . وهذا ما يتفق مع الفرض الأول.

4-2 عرض نتائج اختبار الفروق (t) في نتائج الاختبار البعدي في المجموعتين التجريبيتين اللتين استخدمتا اسلوبي التمرين (المتسلسل والعشوائي) في الاختبارات المهارية قيد البحث.

الجدول (7)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفروق في الاختبارات المهارية قيد البحث بين المجموعتين التجريبيتين (المتسلسل والعشوائي) في الاختبار البعدي

الاختبارات المهارية	وحدة القياس	المتسلسل		العشوائي		قيمة t المحسوبة	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
		ع+	س	ع+	س			
الطبطة لمسافة (40) م	درجة	3.01	65.000	3.260	66.66	1.301	0.207	عشوائي
المناولة	درجة	2.46	61.670	3.340	65.42	2.338	0.029	*معنوي

الاستلام	درجة	61.250	4.33	65.41	3.960	2.458	0.022	*معنوي
التصويب بخطوة من خط (9) م	درجة	53.750	3.76	65.00	5.222	6.051	0.000	*معنوي
التصويب عالياً من خط (9) م	درجة	60.000	3.69	60.83	5.573	0.432	0.670	عشوائي
التصويب أماماً من خط (9) م	درجة	61.670	4.44	64.58	4.450	1.969	0.062	عشوائي

4-2-1 مناقشة نتائج الاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبيتين (المتسلسل والعشوائي) في الاختبارات المهارية قيد البحث

من الجدول (7) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات درجات مجموعتي البحث في أداء المهارات الأساسية قيد الدراسة ولمصلحة المجموعة التجريبية التي استخدمت الأسلوب العشوائي في مهارات (المناولة والاستلام والتصويب بخطوة واحدة من على خط ال(9) أمتار) ويعزو الباحثان هذا التطور في نتائج الاختبار البعدي لمصلحة المجموعة التجريبية للأسلوب العشوائي وذلك لفاعلية هذا الأسلوب في أداء التعلم للمهارات المفتوحة والتي هي (المناولة والاستلام) وتتفق مع دراسة (قاسم لزّام صبر، 1997)، أن التدريب العشوائي أكثر ملائمة للمهارات المفتوحة والتي تتطلب درجة عالية من التنوع في التدريب ". وهذا ما يتفق مع الفرض الثاني.

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات:-

5-1-1 فاعلية استخدام البرنامجين التعليميين المتضمن جدول التمرين بالأسلوبين المتسلسل والعشوائي والالذان طبقا من قبل المجموعتين التجريبيتين في اداء جميع المهارات الأساسية المغلقة والمفتوحة (قيد الدراسة) بكرة اليد.

5-1-2 تفوقت المجموعة التجريبية التي استخدمت جدولة التمرين بالأسلوب العشوائي في الاختبار البعدي على المجموعة التجريبية التي استخدمت جدولة التمرين بالأسلوب المتسلسل في أداء المهارات الأساسية (المناول، الاستلام، التصويب بخطوة واحدة من على خط ال (9) أمتار بكرة اليد وتقاربت نتائجها في المهارات الأساسية (الطبطة لمسافة (40) متر، التصويب عاليا من على خط ال (9) أمتار، التصويب إماما من على خط ال (9) أمتار (بكرة اليد .

5-2 التوصيات :-

5-2-1 استخدام البرنامجين التعليميين المتضمن جدولة التمرين بالأسلوبين المتسلسل والعشوائي في أداء بعض المهارات الأساسية المغلقة والمفتوحة بكرة اليد لطلاب المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية .

5-2-2 اعتماد البرنامج التعليمي المتضمن جدولة التمرين باستخدام أساليب تعلم أخرى في مناهج التعليم لكليات وأقسام التربية الرياضية .

5-2-3 استخدام البرنامجين التعليميين المتضمن جدولة التمرين بالأسلوبين المتسلسل والعشوائي على عينة من الطالبات.

المصادر العربية والاجنبية:-

1. احمد محمد خاطر (وآخرون)؛ دراسات في التعلم الحركي، القاهرة: دار المعارف ، 1978.
2. وجيه محجوب ؛ التعلم وجدولة التدريب ، عمان : دار وائل للنشر ، 2001 .
3. وديع ياسين التكريتي وحسن محمد العبيدي ؛ التطبيقات الاحصائية في بحوث التربية الرياضية الموصل : دارالكتب للطباعة والنشر ، 1996
4. حامد محمد القنواني ، محمود محمد عيسى ؛ التربية البدنية للتعليم الأساسي ، بغداد: مكتبة الرشيد، 1998.
5. ميسر مصطفى الحميري ؛ تأثير برنامج تمهيدي - تعليمي باستخدام أسلوب التمرين المكثف والمتنوع في اكتساب بعض مهارات التنس المنفصلة والاحتفاظ بها ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 1998.

6. ناهده عبد زيد الدليمي ؛ تأثير التداخل في أساليب التمرين على تعلم وتطور مستوى أداء مهارة الإرسال الساحق بالكرة الطائرة ، أطروحة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، 2002.
7. ناهده علي محمد علي ؛ نظريات التمرينات، القاهرة : جامعة الزقازيق، كلية التربية الرياضية للبنات، 1998.
8. نجاح مهدي شلش وأكرم محمد صبحي ؛ التعلم الحركي ، البصرة : مطبعة جامعة البصرة ، 2000.
9. عامر رشيد سبع ؛ التعلم المهاري باستخدام طرائق التدريب المتجمع تحت نظم تدريب وظروف جهد مختلفة، أطروحة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 1998 .
10. قاسم لزام صبر ؛ أثر بعض طرائق التعلم في الاكتساب وتطور مستوى الأداء في المهارات المغلقة المفتوحة، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 1997 .
11. قيس ناجي عبد الجبار، بسطويسي احمد بسطويسي؛ الاختبارات ومبادئ الإحصاء في مجال الرياضي ، بغداد ، مطبعة وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، 1987.
12. رجاء محمود ابو علام ؛ مناهج البحث العلمي في العلوم النفسية والتربوية ، القاهرة : دار النشر للجامعات ، 2004.
13. mcgraw- Boston, Motor Learning, concepts and application Magill.A.Richard Hill, fifth edition, 1998.
14. Ronald G. Marteniuk, Information in Motor SkillsK , Canada.ontario 1978.