

تأثير جدولة الممارسة باستخدام الاسلوب الثابت والمتغير على تعلم مهارة التصويب بالوثب فى كرة السلة

* د/ عماد محمد سيد عبد المجيد

المقدمة ومشكلة البحث

تعد كرة السلة فى الاونة الاخيرة من الرياضات الجماعية التى لاقت اهتماما كبيرا من القائمين عليها ويتضح هذا الاهتمام من خلال التغيرات المستمرة فى قوانين اللعبة والتى من شأنها زيادة السرعة والاثارة والمتعة لكل من الممارسين والمشاهدين وكذلك استخدام تكنولوجيا التعليم الحديثة فى تعليم مهاراتها الفنية بالاضافة الى استخدام أحدث الاساليب المتبعة فى مراحل التعليم المختلفة والتى من شأنها تقليص فترات تعليم المهارات الفنية والوصول الى أعلى مستوى فى اقل وقت ممكن وذلك يرجع الى اهمية المهارات الفنية بصفة عامة ومهارة التصويب بصفة خاصة لما لها من تأثير كبير على نتائج المباريات (١ : ٣٤-٣٦)

ويشير "محمد عبد الدايم" (٢٠١٠م) الى ان المهارات الاساسية هى جوهر المناورات التكنيكية فى كرة السلة حيث تعتمد على مهارة اللاعب فى استخدامها وتنفيذ تلك المهارات يفشل تماما فى حالة ضعف هذه المهارات لذا يجب ان تنال جزءا كبيرا من الاهتمام لرفع المستوى المهارى (٩ : ١٩-٢٠)

كما يشير "سيندى جولدن sindey Golden" (٢٠٠٧) الى اهمية التصويب باعتبارها المرحلة النهائية لجميع المهارات الفنية الاخرى وان نجاح التصويب بمثابة نجاح لباقي المهارات (١٤ : ٢١٥)

وترى "سوزان سليم" (٢٠٠٦م) أنه من خلال تحديد اساليب التعليم المناسبة والتى تتلائم مع امكانيات المتعلمين وكذلك من خلال اعتماد مبدأ

* أستاذ مساعد بقسم مناهج وطرق تدريس التربية الرياضيه- جامعه المنصورة.

التداخل بين تلك الاساليب وبشكل علمى مخطط له بحيث يتناسب مع المهارة المراد تعليمها فأن ذلك سوف يؤدي الى تعلم افضل عن طريق تلافى العمل العشوائى واهدار الجهد والوقت والحصول على النتائج المطلوبة (٦: ١٢٢) من خلال عمل الباحث فى مجال التعليم كمدير فنى لاحظ وجود تباين بين المدربين فى اساليب التعليم المتبعة وكذلك وجود تباين فى مستوى اداء اللاعبين بالرغم من ثبات فترات التدريب وقد يرجع هذا التباين فى مستوى أداء اللاعبين إلى عدم اختيار اسلوب التعليم المناسب أو أن جدولة التمرين لم تكن بمستوى المتعلمين وقابليتهم مما دعا الباحث الى اعداد برنامج تعليمى منظم بأسلوب جدولة الممارسة الذى يشتمل على اشكال مختلفة.

مصطلحات البحث :

- **جدولة الممارسة :**

تعرف بأنها تعلم مهارات الألعاب الرياضية والبدنية واتقانها ضمن وحدات تعليمية وتدريبية متخصصة ومتسلسلة خلال الاسبوع والشهر والموسم مع التركيز التام على كل وحدة تعليمية من خلال تنفيذ التمرين وتكرارة والانتقال الى وحدة تعليمية ثانية بزيادة التمرينات وتقنين وترتيب اشكال التدريب (١٣: ٧٥)

- **الأسلوب الثابت :**

هو اسلوب يعتمد على تكرار الأداء مستخدما نفس التمرينات للمهارة المتعلمة. (تعريف اجرائى)

- **الأسلوب المتغير :**

هو اسلوب يعتمد على التنوع فى التمرينات لنفس المهارة المتعلمة (تعريف اجرائى).

أهداف البحث :

يهدف البحث الى التعرف على :

- ١- تأثير برنامج تعليمي باستخدام جدولة الممارسة (الثابت- المتغير- الثابت المتغير) على تعلم مهارة التصويب بالوثب فى كرة السلة.
٢- الأسلوب الأكثر تأثيراً" على تعلم مهارة التصويب بالوثب فى كرة السلة.
فروض البحث :

- ١- توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات درجات القياسات القبلىة والبعدىة للمجموعات التجربىة الثلاثة والتى تستخدم اشكال اسلوب جدولة الممارسة (الثابت- المتغير- الثابت المتغير) قيد البحث على تعلم مهارة التصويب بالوثب فى كرة السلة ولصالح القياسات البعدىة.
٢- توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات درجات القياسات البعدىة لأشكال أسلوب جدولة الممارسة قيد البحث على تعلم مهارة التصويب بالوثب فى كرة السلة ولصالح المجموعة التجربىة الثالثة التى استخدمت اسلوب (الثابت المتغير).

الدراسات المرجعية

الدراسات العربىة

- ١- دراسة "توفل رشيد" (٢٠٠٥م) (١١) بعنوان "تأثير استخدام بعض اساليب جدولة التمرين على المستوى البدنى والمهارى والتحصيل المعرفى فى مادة كرة القدم" هدفت الدراسة الى التعرف على تأثير استخدام بعض اساليب جدولة التمرين على المستوى البدنى والمهارى والتحصيل المعرفى فى مادة كرة القدم، اشتملت عينة البحث على طلاب السنة الاولى بكلية التربية الرياضىة جامعة الموصل للعام الدراسى ٢٠٠٣م، ٢٠٠٤م وبأغ عدد افراد العينة (٦٤) طالب مقسمين الى أربع مجموعات بواقع (١٦) طالب لكل مجموعة، واستخدم الباحث المنهج التجربىى وقد استخدمت المجموعة الاولى اسلوب التمرين المتسلسل المكثف، والمجموعة الثانية اسلوب التمرين الموزع والمجموعة الثالثة

اسلوب الدمج المكثف والمجموعة الرابعة اسلوب الدمج الموزع وقد توصلت نتائج الدراسة الى ان اسلوب الدمج الموزع أكثر تأثيراً على المستوى البدني والمهارة والتحصيل المعرفي من باقى الأساليب.

٢- دراسة "محمد حسن" (٢٠١١م) (٨) بعنوان "تأثير برنامج تعليمي بأستخدام جدولة الممارسة على مستوى الأداء الفني والرقمي لرفعة الخطف والكلين والنظر، هدفت الدراسة الى التعرف على تأثير استخدام جدولة الممارسة (الموزعة- المكثفة- الموزعة المكثفة- المكثفة الموزعة) على مستوى الأداء الفني والرقمي لرفعة الخطف والكلين والنظر، اشتملت العينة على طلاب كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة وبلغ عددهم (٤٠) طالب، تم تقسيمهم الى اربع مجموعات، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وقد توصلت النتائج الى ان اسلوب (الموزع المكثف) أكثر الأساليب تأثيراً على مستوى تعلم المهارات قيد البحث.

٣- دراسة "سعيد غنى نوري" (٢٠١٣م) (٤) بعنوان "تأثير الاسلوب المكثف والموزع المصحوب بالحقيبة التعليمية فى تطوير دقة اداء الضرب الساحق فى الكرة الطائرة" هدفت الدراسة الى التعرف على تأثير الأسلوب المكثف والموزع المصحوب بالحقيبة التعليمية فى تطوير دقة أداء الضرب الساحق فى الكرة الطائرة، واشتملت عينة البحث على (١٠) لاعب ناشئ تم تقسيمهم الى مجموعتين أحدهما تجريبية اولى يطبق عليها الأسلوب المكثف والاخرى يطبق عليها الأسلوب الموزع، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي، وقد توصلت النتائج الى ان الأسلوب الموزع المصحوب بالحقيبة التعليمية أفضل الاساليب المستخدمة فى تطوير دقة أداء الضرب الساحق فى الكرة الطائرة

اجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام القياس القبلي والبعدي للمجموعات التجريبية الثلاثة.

مجتمع وعينة البحث :

اشتمل مجتمع البحث على لاعبي أكاديمية كرة السلة بنادي صيد ٦ أكتوبر تحت ١٤ سنة وبلغ عددهم (٥٠) ناشيء وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وبلغ عددهم (٣٥) ناشيء تمثل ٧٠% من مجتمع البحث الاصلى والجدول (١) يوضح توصيف عينة البحث

جدول (١)

توصيف عينة البحث

م	عينة البحث	العدد	شكل اسلوب جدولة الممارسة المستخدمة
١	مجموعة تجريبية أولى	١٠	الأسلوب الثابت
٢	مجموعة تجريبية ثانية	١٠	الأسلوب المتغير
٣	مجموعة تجريبية ثالثة	١٠	الأسلوب الثابت المتغير
٤	مجموعة استطلاعية	٥	تقنين البرنامج وحساب صدق وثبات الاختبارات قيد البحث

تجانس عينة البحث

لتجانس عينة البحث تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لمتغيرات البحث الأنثروبومترية والبدنية والمهارية قيد البحث.

جدول (٢)
تجانس عينة البحث في المقاييس الأنثروبومترية والمتغيرات
البدنية والمهارية قيد البحث (ن = ٣٥)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الأنحراف المعياري	معامل الألتواء
١	السن	سنة	١٣,٧٥	١٤	٠,٨٥	٠,٣-
٢	الطول	سم	١٧٣,١٥	١٧٣	١,٢٥	٠,١٢
٣	الوزن	كجم	٥١,٣٥	٥١	١,٨٥	٠,١٩
٤	العمر التدريبي	سنة	٢,١٥	٢	٠,٧٥	٠,٢
٥	القدرة العضلية للرجلين	سم	٣٧,٢٥	٣٧	١,١٣	٠,٢٢
٦	الرشاقة	عدد	٣,٩٥	٤	١,٠٤	٠,٥-
٧	التوافق	ث	٨,٤٥	٨	٠,٨٥	٠,٨٩
٨	القدرة العضلية الذراعان	متر	٤,٨٥	٥	١,١٥	٠,١٣-
٩	التصويب بالوثب	درجة	٤,٧	٥	٢,١٥	٠,١٤-

يتضح من الجدول (٢) أن جميع قيم معاملات الألتواء لعينة البحث في المتغيرات قيد البحث قد تراوحت ما بين (+٣، -٣) وهذا يدل على تجانس أفراد عينة البحث في جميع المتغيرات قيد البحث.

تكافؤ عينة البحث

لتكافؤ عينة البحث تم حساب تحليل التباين بين المجموعات التجريبية الثلاثة في المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث والجدول (٣) يوضح ذلك

جدول (٣)

تكافؤ مجموعات البحث الثلاثة في القياس القبلي للمتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث (ن=١ ن=٢ ن=٣=١٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	التباين		
			مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات
١	القدرة العضلية للرجلين	سم	٤,٢	٢	٢,١٠
			٣٣,٠٠	٢٧	١,٢٢٢
			٣٧,٢٠	٢٩	

تابع جدول (٣)
تكاؤ مجموعات البحث الثلاثة فى القياس القبلى للمتغيرات البدنية والمهارية
قيد البحث (ن = ٢ = ٣ = ١٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	التباين		
			مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات
٢	الرشاقة	عدد	بين المجموعات	٢	٠,٠٦٧
			داخل المجموعات	٢٧	٠,٣٤٨
			المجموع	٢٩	٩,٤٦٧
٣	التوافق	ث	بين المجموعات	٢	٠,٠٤٦
			داخل المجموعات	٢٧	٠,١٦٢
			المجموع	٢٩	٤,٤٣٢
٤	القدرة العضلية للذراعان	متر	بين المجموعات	٢	٠,٠٠٩
			داخل المجموعات	٢٧	٠,٠٤٧
			المجموع	٢٩	١,٢٥٦
٥	التصويب بالوثب	درجة	بين المجموعات	٢	٠,٤٦٧
			داخل المجموعات	٢٧	٠,٥٣٧
			المجموع	٢٩	١٤,٩٦٧

قيمة ف الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = ٢,٨٦

يتضح من الجدول (٣) عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) بين مجموعات البحث الثلاثة فى المتغيرات قيد البحث (القدرة العضلية للرجلين- الرشاقة- التوافق- القدرة العضلية للذراعان- التصويب بالوثب) حيث تراوحت قيمة ف المحسوبة ما بين (٠,١٤١ - ١,٧٢٨) أقل من

قيمة ف الجدولية مما يدل على تكافؤ مجموعات البحث الثلاثة فى تلك المتغيرات

أدوات جمع البيانات : المسح المرجعى

تم اجراء مسحا مرجعيا لبعض الدراسات والبحوث والمراجع العلمية وذلك بهدف :

- التعرف على خصائص المرحلة السنية للعينة قيد البحث.
- التعرف على الصفات البدنية الخاصة بمهارة التصويب بالوثب.
- الأختبارات التى تقيس الصفات البدنية الخاصة بمهارة التصويب بالوثب.
- الاختبارات التى مهارة التصويب بالوثب.
- تحديد محتوى البرنامج التعليمى المقترح ومكوناته.

أدوات والجهزة المستخدمة

- ميزان طبى.
- شريط قياس.
- كرات سلة.
- أقماع.
- ملعب كرة سلة.
- ساعة ايقاف.
- طباشير.
- كرة طبية وزن ٣ك.
- مقعد سويدى مثبت على مسطرة مدرجة

الأستمارات والمقابلات الشخصية

- استمارة استطلاع رأى الخبراء لتحديد الصفات البدنية الخاصة بمهارة التصويب بالوثب فى كرة السلة مرفق (١).
- استمارة أستطلاع رأى الخبراء لتحديد الأختبارات التى تقيس الصفات البدنية قيد البحث مرفق (٢).
- استمارة أستطلاع رأى الخبراء لتحديد أهم الأختبارات التى تقيس مهارة التصويب بالوثب فى كرة السلة مرفق (٣)

- استمارة أستطلاع رأى الخبراء لتحديد التوزيع الزمنى لمحتوى البرنامج المقترح مرفق (٤).
- أسماء الخبراء مرفق (٥).

جدول (٤)

النسبة المئوية لأراء الخبراء فى أهم الصفات البدنية الخاصة بمهارة التصويب بالوثب فى كرة السلة (ن=٥)

النسبة المئوية	التكرار	الصفات البدنية
%١٠٠	٥	القدرة العضلية للرجلين
%١٠٠	٥	القدرة العضلية للذراعان
%٤٠	٢	السرعة
%٤٠	٢	القوة
%٢٠	١	التحمل
%٨٠	٤	الرشاقة
%٢٠	١	المرونة
-	-	التوازن
%١٠٠	٥	التوافق

قام الباحث بأختيار الصفات البدنية التى حازت على نسبة ٨٠% فأكثر وهم: القدرة العضلية للرجلين، القدرة العضلية للذراعين، الرشاقة، التوافق

جدول (٥)

النسبة المئوية لأراء الخبراء فى الأختبارات التى تقيس المتغيرات البدنية قيد البحث (ن = ٥)

النسبة المئوية	عدد الآراء الموافقة	اسم الأختبار	المتغيرات البدنية
%١٠٠	٥	الوثب العمودى	القدرة العضلية للرجلين
%١٠٠	٥	دفع كرة طبية وزن ٣ك	القدرة العضلية للذراعان
%٨٠	٤	الأنبساط المائل من الوقوف ٢٠ث	الرشاقة
%١٠٠	٥	الدوائر المرقمة	التوافق

يتضح من الجدول (٥) النسبة المئوية التي حازت عليها الأختبارات التي تقيس الصفات البدنية (قيد البحث) وقد تراوحت ما بين ٨٠% الى ١٠٠

جدول (٦)

النسبة المئوية لآراء الخبراء في الأختبارات الخاصة بمهارة التصويب بالوثب في كرة السلة (ن=٥)

المهارة	أسم الأختبار	عدد الآراء الموافقة	النسبة المئوية
التصويب بالوثب	التصويب من أماكن مختلفة	٤	٨٠%
	التصويب من مكان واحد	١	٢٠%
	التصويب من تحت السلة	-	-

يتضح من الجدول (٦) ان النسبة المئوية لأختبارات التصويب بالوثب تراوحت ما بين ٢٠% الى ٨٠% وقد أختار الباحث الأختبار الذي حصل على نسبة ٨٠% وهو:

- التصويب بالوثب (أختبار التصويب من أماكن مختلفة).

أهداف البرنامج

يهدف البرنامج التعليمي قيد البحث الى تعلم مهارة التصويب بالوثب في كرة السلة باستخدام أسلوب جدولة الممارسة سواء (الثابت- المتغير- الثابت المتغير).

أسس ومعايير وضع البرنامج التعليمي

- في ضوء هدف البحث قام الباحث بوضع الأسس والمعايير التالية
- البرنامج التعليمي باستخدام الاسلوب الثابت يعتمد على قلة التدريبات مع التكرار وتصحيح الاخطاء مرفق (٦).
 - البرنامج التعليمي باستخدام الاسلوب المتغير يعتمد في التعليم على كثرة التدريبات وتنوع مواقف اللعب وتصحيح الاخطاء مرفق (٧)
 - البرنامج التعليمي باستخدام الاسلوب (الثابت- المتغير) يعتمد في التعليم على التكرار في البداية ثم التنوع مع تصحيح الاخطاء مرفق (٨)

- تقسيم مراحل تعليم مهارة التصويب بالوثب كالاتى:
- * مسك واستلام الكرة فى وضع التصويب من الثبات.
- * التصويب بالوثب من تحت السلة.
- * مسك واستلام الكرة فى وضع التصويب من الحركة.
- * التصويب بالوثب بعد استلام الكرة.
- * التصويب بالوثب عقب الانتهاء من المحاورة.
- * التصويب بالوثب فى وجود مدافع سلبى.
- أن يحقق البرنامج الهدف الذى وضع من أجله.
- أن يكون محتوى البرنامج مناسب لمستوى وقدرات أفراد عينة البحث.
- مرونة البرنامج وقبولة للتطبيق العملى.
- أن يراعى البرنامج الفروق الفردية بين افراد العينة.
- توافر الأماكن والأدوات المستخدمة فى البرنامج قيد البحث.
- تكامل البرنامج.
- تدرج التمرينات المستخدمة من السهل الى الصعب ومن البسيط الى المركب.
- أن يشتمل البرنامج على بعض التمرينات فى صورة مسابقات لادخال الحماس والمنافسة.

معايير خاصة:

- تكرار التمرينات حتى أتقان المهارة.
- التنوع فى التمرينات لأكتساب افراد العينة كيفية اداء المهارة فى مواقف مختلفة.
- الدمج بين التكرار فى المراحل الأولى من التعليم ثم التنوع فى المراحل التالية من البرنامج.
- الأهتمام بأصلاح الأخطاء للوصول الى تثبيت الأداء الصحيح.
- التركيز على الاداء وليس تسجيل الاهداف.

جدول (٧)
النسبة المئوية لآراء الخبراء فى تحديد محاور البرنامج المقترح
(ن=٥)

النسبة المئوية	آراء الخبراء	المحاور
٨٠%	٤	فترة البرنامج (٦) اسابيع
١٠٠%	٥	عدد الوحدات الأسبوعية (٣) وحدات
٨٠%	٤	زمن الوحدة (٦٠) ق

يتضح من جدول (٧) التوزيع الزمنى لمحتوى البرنامج المقترح والنسبة المئوية لآراء الخبراء
التجربة الأستطلاعية:

تم تنفيذ وحدة من وحدات البرنامج المقترح (بأشكاله الثلاثة) مرفق (٦) على العينة الأستطلاعية لمعرفة مدى مناسبة التمرينات المستخدمة وكذلك مناسبة الادوات المستخدمة وكذلك مدى مناسبة زمن الوحدة التعليمية بالاضافة الى المعاملات العلمية (الصدق- الثبات) للأختبارات المستخدمة وذلك فى الفترة من يوم الاثنين الموافق ٢٠١٤/٩/١م الى يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٤/٩/٣م.

المعاملات العلمية للأختبارات :
معامل الصدق :

جدول (٨)
صدق الأختبارات البدنية والمهارية (ن=١ ن=٢=٥)

المتغيرات	وحدة القياس	مجموعة استطلاعية		مجموعة مميزة		قيمة (ت)
		ع	م	ع	م	
القدرة العضلية للرجلين	سم	٣٧.٧٥	١.٣٥	٤٢.٥	١.١	٥.٣
الرشاقة	عدد	٣.٧	١.٠٢	٥.٩٥	٠.٩	٣.٢٢
التوافق	ث	٨.٧	١.٢	٥.٢٥	٠.٩	٤.٣
القدرة العضلية للذراعان	متر	٤.١٥	١.٣٥	٦.٨٥	٠.٧	٣.٤
التصويب بالوثب	درجة	٤.٧	٠.٩٥	١٨.٨	١.٢	١٧.٦

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٢.٧٧٦

يتضح من الجدول (٨) وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعة الاستطلاعية وبين المجموعة المميزة ولصالح المجموعة المميزة وهذا يعنى قدرة الأختبارات على التمييز بين المستويات فى المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث
ثبات الختبارات البدنية والمهارية:

جدول (٩)
ثبات الاختبارات البدنية والمهاري (ن=٥)

قيمة (ت)	التطبيق الثانى		التطبيق الأول		وحدة القياس	المتغيرات
	ع	م	ع	م		
٠.١٧	١.١	٣٧.٦	١.٣٥	٣٧.٧٥	سم	القدرة العضلية للرجلين
٠.١٢	١.٥	٣.٥	١.٠٢	٣.٧	عدد	الرشاقة
٠.٣٨	١.١	٨.٤	١.٢	٨.٧	ث	التوافق
٠.٣٢	٠.٧	٤.٤	١.٣٥	٤.١٥	متر	القدرة العضلية للذراعان
٠.٢٢	١.٥	٤.٩	٠.٩٥	٤.٧	درجة	التصويب بالوثب

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٢.٧٧٦

يتضح من الجدول (٩) عدم وجود فروق دالة احصائيا بين التطبيق الأول والتطبيق الثانى لنفس المجموعة الاستطلاعية بفواصل ثلاث أيام وفى نفس الظروف وهذا يعنى ثبات الأختبارات البدنية والمهارية قيد البحث
خطوات تنفيذ التجربة :
القياس القبلى :

تم اجراء القياس القياسات القبلىة على عينة البحث الاساسية فى الفترة من يوم الاربعاء الموافق ١٠/٩/٢٠١٤م الى يوم الجمعة الموافق ١٢/٩/٢٠١٤م وقد تم قياس المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث

تجربة البحث الاساسية :

تم تطبيق البرنامج التعليمى المقترح قيد البحث على المجموعات التجريبية الثلاثة بواقع (٦) اسابيع وعدد (٣) وحدات اسبوعيا" وزمن الوحدة (٦٠ق) وذلك فى الفترة من يوم الاثنين الموافق ٢٠١٤/٩/١٥م حتى يوم السبت الموافق ٢٠١٤/١٠/٢٥م.

القياس البعدى :

تم اجراء القياسات البعدية للمتغيرات المهارية قيد البحث وبنفس الطريقة التى تم بها القياسات القبليبعء انتهاء تطبيق البرنامج مباشرة وذلك فى يوم الاثنين الموافق ٢٠١٤/١٠/٢٧م

المعالجات الأحصائية:

تم استخدام برنامج الحزم الأحصائية spss فى المعالجات وتمثلت

فى:

- المتوسط الحسابى.
- الأنحراف المعيارى.
- الوسيط.
- معامل الألتواء.
- أختبار (ت).
- تحليل التباين ذو الأتجاه الواحد (البسيط).
- أقل فرق معنوى (L.S.D)

عرض ومناقشة النتائج:

عرض النتائج:

جدول (١٠)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعات التجريبية الثلاثة

(ن=١٠)

قيمة (ت)	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات	المجموعات التجريبية
	ع	م	ع	م			
١١,٢	١,٠٥	١٠,٤	٠,٨٥	٤,٨	درجة	التصويب بالوثب	الأولى (الثابت)
٧,٢	١,٢٥	٨,٢	٠,٧٥	٤,٦	درجة	التصويب بالوثب	الثانية (المتغير)
١٩,٥	١,٣	١٦,٢	٠,٧٥	٤,٥	درجة	التصويب بالوثب	الثالثة (الثابت المتغير)

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = ٢,٢٦٢

يتضح من الجدول (١٠) وجود فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعات التجريبية الثلاثة حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة تتراوح ما بين (٧,٢ - ١٩,٥) وهى اعلى من قيمتها الجدولية مما يدل على تحسن المجموعات التجريبية الثلاثة فى مهارة التصويب بالوثب.

جدول (١١)

دلالة الفروق بين القياسات البعدية للمجموعات التجريبية الثلاثة

(ن=١ ن=٢ ن=٣=١٠)

قيمة (ف)	التباين	درجة الحرية	مجموع المربعات	وحدة القياس		المتغيرات
				بين المجموعات	داخل المجموعات	
٢٩,٥٦١	١٧٠,٨	٢	٣٤١,٦	بين المجموعات	درجة	التصويب بالوثب
	٠,٥٧٨	٢٧	١٥,٦	داخل المجموعات		
		٢٩	٣٥٧,٢	المجموع		

قيمة (ف) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = ٢,٨٦

يتضح من جدول (١١) وجود فروق دالة احصائيا بين المجموعات التجريبية الثلاثة فى القياس البعدى حيث كانت قيمة (ف) المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥)

جدول (١٢)

قيمة L.S.D (ن=١ ن=٢ ن=٣=١٠)

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعات	المتوسط	الفرق بين المجموعات		
				الاولى	الثانية	الثالثة
التصويب بالوثب	درجة	التجريبية الاولى	١٠.٤		٢,٢٠٠	٥,٨٠٠
		التجريبية الثانية	٨,٢	٢,٢٠٠	٨,٠٠	
		التجريبية الثالثة	١٦,٢	٥,٨٠٠	٨,٠٠	

يتضح من جدول (١٢) ان المجموعة التجريبية الثالثة (الثابت المتغير) تحتل الترتيب الأول من حيث التأثير مقارنة بالمجموعات الأخرى لها المجموعة التجريبية الاولى (الثابت) تليها المجموعة التجريبية الثانية (المتغير) فى مهارة التصويب بالوثب فى كرة السلة

مناقشة النتائج

مناقشة نتائج الفرض الأول

فى ضوء النتائج الذى تم الحصول عليها والمعروضة فى جدول (١٠) تبين وجود فروق دالة احصائيا بين القياس القبلى والبعدى ولصالح القياس البعدى لدى مجموعات البحث الثلاثة فى مهارة التصويب بالوثب ويعزو الباحث أسباب هذا التأثير الايجابى الى استخدام اسلوب جدولة الممارسة بأشكاله المختلفة (الثابت- المتغير- الثابت المتغير) قيد البحث لما يتوفر لدى هذا الاسلوب من تكرارات لاداء الصحيح وكذلك تنوع الاداء فى المواقف المختلفة بالاضافة الى المزج بين التكرار والتنوع مما اعطى للمتعلمين فرصة للتعلم وتصحيح الاخطاء وتثبيت الاداء الصحيح فى المواقف المختلفة لاداء

الواجب الحركى . فضلا ان البرنامج التعليمى المنظم بأشكال اسلوب جدولية الممارسة قيد البحث ساعد المتعلمين على التعزيز المبكر لاكتساب المعلوماتالتي شكلت الاساس السليم لتعليم وتطوير الواجبات الحركية نتيجة تكرار التمريناتيشكل منظم كما ان التنوع فى التمرينات يبعدهم عن الملل والتعب الذى قد يصيبهم بالاضافة الى اكتساب الأداء الجيدفى المواقف المختلفة.

ويتفق ذلك مع ما ذكره "وجية محجوب" (٢٠٠٢م) ان الوصول الى التعلم المؤثر يتطلب تنظيم وجدولة التمارين خلال موسم الأعداد لتسهيل عملية التعلم والاحتفاظ بالمهارة وتطويرها والوصول الى الالية (١٢: ٦٥) كما يتفق مع نتائج دراسة كل من "جبريل عودات (٢٠٠٤م) (٣) ونوفل فاضل راشد (٢٠٠٥م) (١١) وسهير اكرم ابراهيم (٢٠٠٩م) (٥) ومحمد حسن" (٢٠١١م) (٨) على أن جدولة الممارسة باشكلها المختلفة لها تأثير ايجابى فى تعلم الواجبات الحركية.

وبذلك يتحقق صحة الفرض الاول والذى ينص على انة " توجد فروق دالة احصائيا بين القياسات القبليه والبعديه للمجموعات التجريبية الثلاثة والتي تستخدم أشكال اسلوب جدولة الممارسة (الثابت- المتغير- الثابته المتغير) قيد البحث على تعلم مهارة التصويب بالوثب فى كرة السلة ولصالح القياسات البعديه.

مناقشة نتائج الفرض الثانى

وفى ضوء النتائج الذى تم الحصول عليها والمعوضة فى جدول (١١)، (١٢) تبين وجود فروق دالة احصائيا بين القياسات البعديه للمجموعات التجريبية الثلاثة قيد البحث ولصالح المجموعة الثالثة والتي استخدمت شكل اسلوب جدولة الممارسة (الثابت المتغير) ويرجع الباحث أسباب هذا التأثير الايجابى الى أن هذا الشكل من اشكال جدولة الممارسة والذى يتميز عن

الاشكال الأخرى فى أنه يجمع بين مزايا الأسلوب الثابت فى بداية مرحلة التعليم والذى يعتمد على التكرار مع تصحيح الأخطاء للوصول الى اداء مهارة صحيح وثابت وبين مزايا الأسلوب المتغير الذى يعتمد على التنوع فى شكل الاداء المهارى طبقا للمواقف المختلفة التى قد يتعرض اليها اللاعب خلال المنافسة مما يساعد على تنمية وتطوير الاداء المهارى.

ويتفق ذلك مع ما اشار إليه "سشميدت (Schmidt)" (٢٠٠١م) الى أنه من أجل الوصول الى التعلم المؤثر لابد من تنظيم جدولة التطبيق او الممارسة بأشكالها المختلفة حت يتسنى للاعب تعلم المهارة والاحتفاظ بها وكذلك تطويرها والوصول الى آلية الاداء مع تصحيح الاخطاء (١٣ : ٨١) كما يتفق ذلك مع ما توصلت اليه نتائج دراسة "اسماعيل فتحى" (٢٠٠٣م) أن الدور الاساسى لاساليب التعلم هو تحسين وتطوير وتثبيت الأداء المهارى (٢)

ويتفق ذلك مع ما أكده "محمود عبد الحليم عبد الكريم" (٢٠٠٦) انه يجب تكرار التمرين حتى الوصول الى الشكل الصحيح للاداء ثم التنوع للارتقاء بمستوى الاداء (٣٨ : ١٠)

كما يتفق ذلك مع ما قاله "محسن محمد درويش ، عبد اللطيف سعد سالم" (٢٠١٣م) أن تكرار الأداء يؤثر ايجابيا على عملية التحصيل بينما التنوع يؤثر على نمو عملية التحصيل (٧ : ٦٧)

وبذلك يتحقق صحة الفرض الثانى والذى ينص على انه " توجد فروق دالة احصائيا بين القياسات البعدية لأشكال أسلوب جدولة الممارسة قيد البحث على تعلم مهارة التصويب بالوثب فى كرة السلة ولصالح المجموعة التجريبية الثالثة التى استخدمت اسلوب (الثابت المتغير).

الاستخلاصات :

فى ضوء أهداف وفروض البحث واستنادا على ما اوضحتة النتائج
يمكن استخلاص الاتى:

١- البرنامج التعليمى باستخدام أشكال أسلوب جدولة الممارسة(الثابت-
المتغيرة- الثابت المتغير) لة تأثير ايجابى على تعلم مهارة التصويب
بالوثب فى كرة السلة.

٢- أسلوب جدولة الممارسة (الثابت المتغير) يتصدر الترتيب الاول من حيث
التأثير على مستوى اداء مهارة التصويب بالوثب فى كرة السلة.

التوصيات :

فى ضوء بيانات واستخلاصات هذه الدراسة يوصى الباحث بما يلى

١- تطبيق البرنامج المقترح على عينات اخرى مشابهة.

٢- استخدام جدولة الممارسة باسلوب (الثابت المتغير) فى تعليم مهارات كرة
السلة.

٣- إجراء المزيد من الدراسات والابحاث بأستخدام أشكال جدولة الممارسة
على مراحل سنوية مختلفة فى كرة السلة.

((المراجع))

أولاً: المراجع العربية

- ١- أحمد على خليفة : كرة السلة للمبتدئين ،جامعة ام القرى ٢٠٠٥م.
- ٢- اسماعيل فتحى: تأثير استخدام التعلم التعاونى على مستوى الأداء فى كرة
السلة لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الاساسى، رسالة
ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا
٢٠٠٣م.
- ٣- جبريل أجريد عودات: أثر استخدام بعض أساليب جدولة التمرين فى تعليم
الأداء الفنى وتحسين الانجاز لبعض مسابقات الرمى،

- رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، الاردن، ٢٠٠٤م،
- ٤- **سعيد غنى نوري**: تأثير الاسلوب المكثف والموزع المصحوب بالحقيبة التعليمية فى تطوير دقة اداء الضرب الساحق فى الكرة الطائرة، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الثانى، المجلد السادس، جامعة ميسان، ٢٠١٣م.
- ٥- **سهير اكرم**: تأثير استخدام اساليب تعليمية مختلفة على تطوير مستوى أداء مهارة الارسال فى الريشة الطائرة، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الثالث، ٢٠٠٩م.
- ٦- **سوزان سليم** : تأثير التعليم الاتقانى بأسلوب التمرين المتغير والثابت فى التعليم والاحتفاظ ببعض مهارات الجيمناستك الفنى، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد ٢٠٠٦م
- ٧- **محسن محمد درويش**: اساليب تدريس التربية الرياضية والذكاءات المتعددة، دار عبد اللطيف سعد الوفاء، الاسكندرية، ٢٠١٣م.
- ٨- **محمد حسن**: تأثير برنامج تعليمي بأستخدام جدولة الممارسة على مستوى الاداء الفنى والرقمى لرفعة الخطف والكلين والنظر، مجلة علوم التربية البدنية والرياضة، العدد الخامس، جامعة المنصورة، ٢٠١١م.
- ٩- **محمد عبد الدايم**: كرة السلة تطبيقات عملية، الفنية للطباعة والنشر، الاسكندرية، ٢٠١٠م.
- ١٠- **محمود عبد الحليم عبد الكريم**: ديناميكية تدريس التربية الرياضية، الطبعة الاولى، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠٦م.

١١- نوفل فاضل رشيد: تأثير استخدام بعض اساليب جدولة الممارسة على المستوى البدنى والمهارى والتحصيل المعرفى فى مادة كرة القدم، رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٠٠٥م.

١٢- وجية محجوب: التعلم والتعليم والبرامج الحركية ،دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، ٢٠٠٢م.

ثانياً: المراجع الأجنبية

- 13- schmidt. A.Richard; Motor Learning and performance
Human Kinetics Book shamping HIons,2001
- 14- Sindy Golden: the offensive procees in basketball
.study in High school. New York.2007.