



جامعة دهوك  
كلية التربية الاساس



مركز نون  
للبحوث والدراسات المتخصصة  
مناهج ودراسات



الجامعة العراقية  
مركز البحوث والدراسات

## ابحاث المؤتمر العلمي الدولي الرابع المشترك الثاني

**”المستجدات الحديثة في التعليم العالي في ظل التعليم الالكتروني“**

17-16 كانون الاول 2020 (المجلد الخامس)

### أثر جدولة الممارسة الموزعة بفترات راحة مختلفة في تعلم فن الأداء لبعض المهارات الأساسية بكرة السلة

أ.د. جاسم محمد نايف الرومي  
ريان سمير محمد سليم السوافجي  
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل

#### ملخص البحث

هدف البحث إلى التعرف على أثر جدولة الممارسة الموزعة بفترات راحة مختلفة في تعلم فن الأداء لبعض المهارات الأساسية بكرة السلة ، واستخدم الباحثان المنهج التجريبي لملاءمته طبيعة البحث، وتكون مجتمع البحث من طلاب الصف الاول المتوسط في متوسطة (النضال) البالغ عددهم (193) طالبا، للعام الدراسي 2018/2017 الواقعة في حي البلديات ، وبلغ عدد عينة البحث (48) طالبا وبنسبة مئوية بلغت (24,87%)، وتم توزيعهم على اربع مجموعات متساوية بواقع (12) طالب لكل مجموعة ، وتم التكافؤ فيما بين مجموعات البحث الاربعة في كل من المتغيرات (العمر والطول والكتلة وبعض القدرات العقلية وعدد من عناصر اللياقة البدنية والحركية المؤثرة في تعلم فن الاداء لبعض المهارات الأساسية بكرة السلة) وأستخدم تصميم المجموعات التجريبية المتكافئة ذات الاختبارين القبلي والبعدي ، واشتملت وسائل جمع البيانات على المقابلات الشخصية والاستبيان والاختبارات والمقاييس والملاحظة العلمية .

وتم تطبيق البرنامج التعليمي الخاص بالمدرسة بالاعتماد على (دليل مدرس التربية الرياضية للمرحلة المتوسطة - وزارة التربية) على المجموعة الضابطة، كما تم تطبيق البرامج التعليمية الخاصة بجدولة الممارسة على المجموعات التجريبية الثلاثة، وتكونت البرامج التعليمية من (44) وحدة تعليمية بواقع (11) وحدة تعليمية لكل مجموعة وبمعدل وحدتين تعليميتين في كل أسبوع باستثناء (التهديف استمر (3) وحدات تعليمية) ومدة كل وحدة تعليمية (45) دقيقة.

وتوصل الباحثان إلى أن جدولة الممارسة الموزعة بفترات راحة مختلفة والبرنامج التعليمي الخاص بالمجموعة الضابطة أثرت ايجابيا في تعلم فن الاداء لبعض المهارات الاساسية بكرة السلة.

#### ABSTRACT



جامعة دهوك  
كلية التربية الاساس



مركز نون  
للبحوث والدراسات المتخصصة  
مناهج البحوث



الجامعة العراقية  
مركز البحوث والدراسات

## ابحاث المؤتمر العلمي الدولي الرابع المشترك الثاني

”المستجدات الحديثة في التعليم العالي في ظل التعليم الالكتروني“

17-16 كانون الاول 2020 (المجلد الخامس)

### Effect of scheduling the distributed practice with different rest periods in learning performance technique of some basic skills of basketball

Prof.Dr. Jassim Mohammed Al Roomy Ryan Samir Al – Sofaji

College of Physical Education and Sports Science / University of Mosul

The aim of the research was to identify the effect of scheduling the distributed practice with different rest periods in learning performance technique of some basic skills of basketball. The researchers used the experimental approach to suit the nature of the research. The research community consisted of 193 students in the intermediate year (2017/2018) in the district of Al-Baladiyat. The sample was 48 students with a percentage of 24.87%. The four research groups were equal in each of the variables (age, height, mass, some mental abilities, and a number of physical and motor elements that affect the learning of the performance art of some basic basketball skills) and used the design of equal experimental groups with pre-test and post-test. Means of data collection included Interviews, questionnaire, tests, measurement and scientific observation. The educational program for the school was applied to the control group (the Instructor's guide of Physical Education for the intermediate stage - Ministry of Education) and the educational programs for scheduling the distributed practice were applied to the three experimental groups. Educational programs included (44) educational unit by (11) units for each group and at a rate of two units each week (except scoring which continued (3) educational units) and the duration of each educational unit (45 minutes).

The researchers found that the schedule of practice distributed with different rest periods and the educational program of the control group positively affected the learning performance technique of some basic skills of basketball.

1-التعريف بالبحث:



جامعة دهوك  
كلية التربية الاساس



مركز نون  
للبحوث والدراسات المتخصصة  
مناهج ودراسات



الجامعة العراقية  
مركز البحوث والدراسات

## ابحاث المؤتمر العلمي الدولي الرابع المشترك الثاني

### "المستجدات الحديثة في التعليم العالي في ظل التعليم الالكتروني"

17-16 كانون الاول 2020 (المجلد الخامس)

#### 1-1 المقدمة وأهمية البحث:

يعد التعلم الحركي أحد العلوم التي اهتم بها الباحثون في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة لأهميته في تعليم واكتساب الفرد للمهارات الحركية الجديدة وبأقل وقت جهد ممكن. وقد " تطرق العديد من الباحثين من خلال استخدامات مختلفة إلى جدولة توزيعات حركة المتعلم وتنظيمها في إثناء أدائه التمارين البدنية والمهارية في دروس التربية الرياضية، لذا فان جدولة التمرين وتنظيمه لا بد أن يعتمدا على متطلبات المهارة أو الفعالية المراد تعلمها، وعلى الوقت المخصص، ومستوى المتعلمين والإمكانات المتوافرة في بيئة المتعلم، وعدد المحاولات التي يكرر فيها المتعلم التمرين وفترة الراحة بين التكرارات". (Schmidt,1991,199).

ومن أجل تحقيق مبدأ التعلم لا بد من اجراء تنظيم وجدولة للتمارين خلال تعلم المبتدئين المهارات الحركية سواءً كانت مهارة واحدة أو عدة مهارات على اختلاف انواعها من اجل تسهيل عملية التعلم وتنظيم متناسق للتمارين , وقد قام العديد من المختصين في التعلم الحركي بتصنيف المهارات إلى عدة تصنيفات ومنها تصنيف المهارات المغلقة والمهارات المفتوحة، فالمهارة المغلقة هي التي تكون في محيط ثابت قابل للتنبؤ، في حين أن المهارة المفتوحة هي التي يكون محيطها غير ثابت وغير قابل للتنبؤ.

وتعد لعبة كرة السلة واحدة من الألعاب التي شهدت اقبالاً وتطوراً كبيراً على مستوى دول العالم وأخذت بالانتشار السريع لاحتوائها على عدد كبير من المهارات الفنية والخطط المتنوعة والتي تكون مشوقة للمشاهد ويمكن اعتبارها من الألعاب التي تعمل على بث روح التعاون الجماعي لغرض الوصول إلى المستوى الرياضي العالي، والمهارات الأساسية في لعبة كرة السلة تُعد بمثابة العمود الفقري وعادة ما تأخذ الوقت الأطول في التمرين على مدار فترات مدة التعليم، لذا فهي تتطلب الكثير من الجهد والتفكير إذ يشكل الأداء المهاري عاملاً مهماً بالنسبة للمتعلمين في لعبة كرة السلة. وقد تطرقت العديد من الدراسات الى جدولة الممارسة بأنواعها المختلفة ومنها الموزعة والمكثفة مع الاختلاف في المهارات الرياضية، اذ تناولت دراسة (ألبنا، 2001) الارسلات السهلة والصعبة بالكرة الطائرة، وتطرقت دراسة (نصر الله، 2008) فقد تطرقت الى بعض انواع التهديف



جامعة دهوك  
كلية التربية الاساس



مركز نون  
للبحوث والدراسات المتخصصة  
مناهج ودراسات



الجامعة العراقية  
مركز البحوث والدراسات

## ابحاث المؤتمر العلمي الدولي الرابع المشترك الثاني

### ”المستجدات الحديثة في التعليم العالي في ظل التعليم الالكتروني“

17-16 كانون الاول 2020 (المجلد الخامس)

بكرة السلة، في حين تطرقت دراسة (محمود، 2012) الى بعض المهارات الاساسية المغلقة والمفتوحة بكرة اليد، إلا أن جميع هذه الدراسات لم تتطرق الى فترة الراحة بين تكرارات الممارسة الموزعة .

#### 1-2 مشكلة البحث:

تكمن مشكلة البحث في التساؤل الآتي: أي فترة راحة ضمن جدول الممارسة الموزعة هي الأفضل في تعلم فن الأداء لبعض المهارات الأساسية بكرة السلة؟

#### 1-3 هدفا البحث:

1-3-1 المقارنة بين الاختبارين القبلي والبعدي لأثر جدول الممارسة الموزعة بفترات راحة مختلفة والمجموعة الضابطة التي استخدمت (البرنامج التعليمي الخاص بالمدرسة، دليل مدرس التربية الرياضية للمرحلة المتوسطة) في تعلم فن الأداء لبعض المهارات الأساسية بكرة السلة.  
1-3-2 المقارنة في الاختبار البعدي بين أثر جدول الممارسة الموزعة بفترات راحة مختلفة والمجموعة الضابطة التي استخدمت (البرنامج التعليمي الخاص بالمدرسة) في تعلم فن الأداء لبعض المهارات الأساسية بكرة السلة.

#### 1-4 فرضا البحث:

1-4-1 وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي بين أثر جدول الممارسة الموزعة بفترات راحة مختلفة والمجموعة الضابطة التي استخدمت (البرنامج التعليمي الخاص بالمدرسة) في تعلم فن الأداء لبعض المهارات الأساسية بكرة السلة.  
1-4-2 وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبار البعدي بين أثر جدول الممارسة الموزعة بفترات راحة مختلفة والمجموعة الضابطة التي استخدمت (البرنامج التعليمي الخاص بالمدرسة) في تعلم فن الأداء لبعض المهارات الأساسية بكرة السلة.

#### 1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: طلاب الصف الاول المتوسط (متوسطة النضال/البلديات/الموصل).

1-5-2 المجال الزماني: الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي 2017 / 2018

للفترة من 2018/3/19 ولغاية 2018/4/23.

1-5-3 المجال المكاني: الملعب الخاص بمتوسطة النضال.



جامعة دهوك  
كلية التربية الاساس



مركز نون  
للبحوث والدراسات المتخصصة  
مناهج و تعليم



الجامعة العراقية  
مركز البحوث والدراسات

## ابحاث المؤتمر العلمي الدولي الرابع المشترك الثاني

### ”المستجدات الحديثة في التعليم العالي في ظل التعليم الالكتروني“

17-16 كانون الاول 2020 (المجلد الخامس)

#### 6-1 تحديد المصطلحات:

1-6-1 التمرين (الممارسة) الموزع: يُعرف بأنه" الأسلوب الذي تكون فيه فترات الراحة بين الممارسات مساوية او تزيد عن فترة الممارسة". (Gally & Foster,1988 ,108).

1-6-2 فن الأداء: يُعرف بأنه " طريقة اداء اقتصادية ومثلى لحل المشاكل المهارية الحركية هذه الطريقة مبنية على أسس بايومكانيكية وبيولوجية للوصول بالمهارة الرياضية الى اعلى مستوى ممكن في حدود الامكانيات الجسمية للرياضي وفي حدود اللوائح والقوانين المنظمة للمهارة". (احمد، 1996، 43)

#### 2- إجراءات البحث:

##### 1-2 منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث.

##### 2-2 مجتمع وعينة البحث:

تكون مجتمع البحث من طلاب الصف الاول المتوسط في متوسطة (النضال)، الواقعة في حي البلديات في محافظة نينوى والبالغ عددهم (193) طالبا للعام الدراسي 2018/2017 وبواقع خمسة شعب، وتم اختيار أربع شعب لتكون عينة البحث بصورة عمدية تم توزيع الشعب عشوائياً على أساليب الجدولة الموزعة، وبلغ عدد كل مجموعة (12) طالباً بعد أن تم استبعاد عدد من الطلاب من الشعب الأربعة ، وبهذا يكون المجموع الكلي للعينة (48) طالباً وبنسبة مئوية بلغت (%24,87).

##### 3-2 التصميم التجريبي:

اعتمد الباحث التصميم التجريبي الذي يطلق عليه (تصميم المجموعات المتكافئة ذات الاختبارين

القبلي والبعدي). وكما موضح بالشكل (1)

الاختبار البعدي	المتغير المستقل	الاختبار القبلي	المجموعة
تعلم فن الأداء	جدولة الممارسة الموزعة بفترة راحة مساوية لفترة الاداء	تعلم فن الأداء	الأولى
لبعض المهارات	جدولة الممارسة الموزعة بفترة راحة أكبر من فترة الاداء بقليل	لبعض المهارات	الثانية



جامعة دهوك  
كلية التربية الاساس



مركز نون  
للبحوث والدراسات المتخصصة  
مناهج البحوث



الجامعة العراقية  
مركز البحوث والدراسات

## ابحاث المؤتمر العلمي الدولي الرابع المشترك الثاني

### ”المستجدات الحديثة في التعليم العالي في ظل التعليم الالكتروني“

17-16 كانون الاول 2020 (المجلد الخامس)

الأساسية بكرة السلة	جدولة الممارسة الموزعة بفترة راحة أكبر من فترة الاداء السابق المناهج الخاص بمديرية تربية نينوى	الأساسية بكرة السلة	الثالثة الضابطة
------------------------	---	------------------------	--------------------

### الشكل (1) يوضح التصميم التجريبي

4-2 وسائل جمع المعلومات:

1-4-2 المقابلة الشخصية: تمت مع المختصين في التعلم الحركي وكرة السلة.

2-4-2 الاستبيان: (تحديد المهارات الأساسية بكرة السلة ، تحديد القدرات العقلية ، تحديد عناصر اللياقة البدنية والحركية ، تقويم فن الأداء) (استمارة التقويم).

3-4-2 القياسات والاختبارات:

1-3-4-2 قياس كل من الطول والكتلة والعمر لعينة البحث.

2-3-4-2 اختبار الانتباه، باستخدام اختبار (الاحمر).

3-3-4-2 اختبار الذكاء , باستخدام اختبار (أحمد زكي صالح).

4-3-4-2 اختبار بعض عناصر اللياقة البدنية والحركية المؤثرة في تعلم فن الاداء لبعض المهارات الأساسية بكرة السلة.

5-3-4-2 اختبار فن الاداء لبعض المهارات الأساسية بكرة السلة

4-4-2 استمارة تقويم فن الاداء لبعض المهارات الأساسية بكرة السلة:

بعد إطلاع الباحثان على المصادر العلمية والاستعانة بأراء السادة المختصين , قاما بتصميم استمارة تقويم فن الاداء لكرة السلة ولكل مهارة من المهارات الاساسية بالإعتماد على تقدير الدرجات الخاصة بكل قسم من أقسام البناء الحركي الظاهري التي تم الحصول عليها من السادة الخبراء .

5-4-2 الملاحظة العلمية:

تم إجراء الملاحظة العلمية لتقويم فن الاداء بكرة السلة من قبل ثلاثة مقومون (\*) من كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية/ جامعة الموصل في اختصاص كرة السلة وللاختبارات القبليّة والبعديّة

(\*) 1- أ.د. هاشم احمد سليمان / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل.



جامعة دهوك  
كلية التربية الاساس



مركز نون  
للبحوث والدراسات المتخصصة  
مناهج ودراسات



الجامعة العراقية  
مركز البحوث والدراسات

## ابحاث المؤتمر العلمي الدولي الرابع المشترك الثاني

### "المستجدات الحديثة في التعليم العالي في ظل التعليم الالكتروني"

17-16 كانون الاول 2020 (المجلد الخامس)

لعينة البحث، وتمت الملاحظة العلمية عن طريق تصوير العينة فيديوياً ونُقِلَتْ على أقراص مدمجة (CD) ثم تم توزيعها على السادة المقومين وكانت طريقة التقويم من قبل المقومين بإعطاء درجة من (100) للأقسام الثلاثة للحركة (التحضيرية، الرئيس، الختامي) وأجزائها وعلى وفق استمارة تقويم فن الاداء لكرة السلة للاختبار القبلي الذي اجري في يوم الاثنين الموافق 2018/3/12 والملاحظة العلمية في يوم الاربعاء الموافق 2018/3/14 ، فضلاً عن اجراء الاختبار البعدي في يوم الثلاثاء الموافق 2018/4/24 والملاحظة العلمية في يوم الخميس الموافق 2018/4/26

2-5 تكافؤ مجموعات البحث:

2-5-1 تكافؤ مجموعات البحث الأربعة في متغيرات (العمر ، الطول ، الكتلة ، بعض القدرات العقلية ، بعض عناصر اللياقة البدنية والحركية) والجدول (1) يبين نتائج تحليل التباين لمجموعات البحث الأربعة في المتغيرات (العمر، الطول، الكتلة، الانتباه، الذكاء)

المتغيرات	مصدر التباين	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة (ف) المحسوبة
العمر (شهر)	بين المجموعات	3	20,750	6,917	1,945
	داخل المجموعات	44	156,500	3,557	
الطول (سم)	بين المجموعات	3	12,896	4,299	0,157
	داخل المجموعات	44	1201,917	27,316	
الكتلة (كغم)	بين المجموعات	3	4,916	1,639	0,040
	داخل المجموعات	44	1781,000	40,477	
الانتباه (درجة)	بين المجموعات	3	4,833	1,611	0,114
	داخل المجموعات	44	622,833	14,155	
الذكاء (درجة)	بين المجموعات	3	3,417	1,139	0,294

2- أ.د. عصام محمد عبد الرضا / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل.

3- أ.م. د. مؤيد عبد الرزاق حسو / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل.



جامعة دهوك  
كلية التربية الاساس



مركز نون  
للبحوث والدراسات المتخصصة  
مناهج البحث العلمي



الجامعة العراقية  
مركز البحوث والدراسات

## ابحاث المؤتمر العلمي الدولي الرابع المشترك الثاني

**”المستجدات الحديثة في التعليم العالي في ظل التعليم الالكتروني”**

17-16 كانون الاول 2020 (المجلد الخامس)

	3,875	170,500	44	داخل المجموعات	
0,625	0,021	0,062	3	بين المجموعات	السرعة الانتقالية
	0,033	1,466	44	داخل المجموعات	
0,129	0,722	2,167	3	بين المجموعات	القوة الانفجارية لعضلات الرجلين
	5,580	245,500	44	داخل المجموعات	
0,089	0,032	0,079	3	بين المجموعات	القوة الانفجارية لعضلات الذراعين
	0,364	16,013	44	داخل المجموعات	
0,043	0,056	0,167	3	بين المجموعات	القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين
	1,307	57,500	44	داخل المجموعات	
0,025	0,354	1,063	3	بين المجموعات	المرونة
	14,438	635,250	444	داخل المجموعات	

قيمة (ف) الجدولية عند نسبة خطأ  $\geq (0,05)$  وأمام درجة حرية (3, 44) = 2,838

2-5-3 تكافؤ مجموعات البحث الأربعة في تعلم فن الاداء لبعض المهارات الأساسية بكرة

السلة. الجدول (2) يبين نتائج نتائج تحليل التباين الأحادي للمجموعات التجريبية الثلاثة

والمجموعة الضابطة في تعلم فن الاداء لبعض المهارات الأساسية بكرة السلة

ت	المهارات	وحدة القياس	مصدر التباين	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة (ف) المحسوبة
1	استقبال ومسك الكرة	درجة	بين المجموعات	3	9,204	3,068	0,119
			داخل المجموعات	44	1135,732	25,812	
2	المناولة الصدرية	درجة	بين المجموعات	3	15,804	5,235	0,234
			داخل المجموعات	44	982,401	22,327	
3	المناولة المرتدة	درجة	بين المجموعات	3	6,308	2,103	0,080
			داخل المجموعات	44	1159,654	26,356	
4	المحاورة (الطبطة)	درجة	بين المجموعات	3	2,973	0,991	0,033
			داخل المجموعات	44	1322,677	30,061	



جامعة دهوك  
كلية التربية الاساس



مركز نون  
للبحوث والدراسات المتخصصة  
مناهج ودراسات



الجامعة العراقية  
مركز البحوث والدراسات

## ابحاث المؤتمر العلمي الدولي الرابع المشترك الثاني

### ”المستجدات الحديثة في التعليم العالي في ظل التعليم الالكتروني“

17-16 كانون الاول 2020 (المجلد الخامس)

0,110	2,858	8,573	3	بين المجموعات	درجة	التهديف من الثبات	5
	26,035	1145,543	44	داخل المجموعات			

قيمة (ف) الجدولية عند نسبة خطأ  $\geq (0,05)$  وأمام درجة حرية (3 , 44)=2,838

من الجدولين (1، 2) يتبين وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين أفراد المجموعات التجريبية الثلاثة والمجموعة الضابطة في المتغيرات كافة ، مما يدا على التكافؤ بين مجموعات البحث الاربعة.

2-6 متغيرات البحث وكيفية ضبطها:

2-6-1 المتغيرات المستقلة للبحث:

1- جدولت الممارسة الموزعة بفترات راحة مساوية لفترة الأداء ( المجموعة التجريبية الاولى)

2- جدولت الممارسة الموزعة بفترات راحة اكبر من فترة الأداء بقليل ( المجموعة التجريبية الثانية)

3- جدولت الممارسة الموزعة بفترات راحة اكبر من فترة الأداء السابق ( المجموعة التجريبية الثالثة)

4- (البرنامج التعليمي الخاص بالمدرسة، دليل مدرس التربية الرياضية) (المجموعة الضابطة).

2-6-2 المتغيرات التابعة للبحث:

تعلم فن الاداء لبعض المهارات الأساسية بكرة السلة.

2-7 الأجهزة والأدوات المستخدمة:

(ميزان الكتروني لقياس (الكتلة) ، آلة تصوير فيديو نوع (SONY) ، CD عدد (8) ، حاسبة

يدوية ، ساعة توقيت ، كرة طبية واحدة زنة (800) كغم ، شريط قياس ، مسطرة ذات طول(50)

سم

بورده سلة عدد (15) ، كرات سلة عدد (15) ، أدوات مساعدة (شواخص ، صافرات عدد (3) ).

2-8 البرامج التعليمية:

2-8-1 البرنامج التعليمي للمجموعة الضابطة:

بعد الاطلاع على المصادر الخاصة بكرة السلة والدراسات السابقة و(البرنامج التعليمي

الخاص بالمدرسة، دليل مدرس التربية الرياضية للمرحلة المتوسطة)، بالإضافة الى الاستبيان الذي



جامعة دهوك  
كلية التربية الاساس



مركز نون  
للبحوث والدراسات المتخصصة  
مناهج و تعليم



الجامعة العراقية  
مركز البحوث والدراسات

## ابحاث المؤتمر العلمي الدولي الرابع المشترك الثاني

### ”المستجدات الحديثة في التعليم العالي في ظل التعليم الالكتروني“

17-16 كانون الاول 2020 (المجلد الخامس)

تم توزيعه والخاص بمهارات كرة السلة ، قام الباحثان بكتابة البرنامج التعليمي للمجموعة الضابطة الخاص بتعلم بعض المهارات الأساسية بكرة السلة الذي تكون من (11) وحدات تعليمية وبواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع الواحد لكل مهارة ، ما عدا مهارة التهديف فقد استمرت ثلاث وحدات تعليمية ، وبواقع (45) دقيقة للوحدة التعليمية الواحدة ، واحتوت كل وحدة تعليمية على (القسم التحضيري) الذي يشمل المقدمة وأخذ الغياب والإحماء والتمارين البدنية، كذلك (القسم الرئيس) الذي يحوي على الجزء التعليمي والجزء التطبيقي، و(القسم الختامي) ويشمل تمارين التهدئة، وتم عرض البرنامج على مجموعة من المختصين في مجال (التعلم الحركي ، طرائق التدريس ، كرة السلة) وبعد إجراء المقابلة الشخصية مع البعض منهم، تم الاتفاق على صلاحية هذا البرنامج بعد إجراء التعديلات التي أقرها المختصون.

#### 2-8-2 البرامج التعليمية لمجموعات البحث التجريبية الثلاثة:

من خلال اطلاع الباحثان على المصادر العلمية والدراسات السابقة في مجال التعلم الحركي وكرة السلة بصورة عامة وجدولة الممارسة بصورة خاصة ، فضلاً عن خبرة أحد الباحثين في كرة السلة ، تم وضع البرامج التعليمية لمجموعات البحث التجريبية الثلاثة ضمن أساليب ( جدول الممارسة الموزعة بفترات راحة مختلفة ) وقد احتوت البرامج التعليمية على نفس المفردات الخاصة بالبرنامج التعليمي للمجموعة الضابطة مع مراعاة الاختلاف في طريقة توزيع التمارين وفترات الراحة بينها بعد ذلك تم عرض البرامج التعليمية لمجموعات البحث التجريبية الثلاثة على المختصين في (التعلم الحركي، طرائق التدريس ، كرة السلة) وبعد المقابلات الشخصية(\*) مع العديد منهم تم إجراء التعديلات التي أشاروا إليها ، وتم الاتفاق على صلاحية البرامج التعليمية.

#### 2-8-3 الخطة الزمنية للبرامج التعليمية

تضمنت البرامج التعليمية (44) وحدة تعليمية للأساليب التعليمية موزعة على المجموعات التجريبية الثلاثة والمجموعة الضابطة وبواقع (11) وحدة تعليمية لكل برنامج تعليمي. وقد استغرق تنفيذ البرامج التعليمية خمسة اسابيع ونصف، وزعت خلالها الوحدات التعليمية بواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع لكل مجموعة ومدة كل وحدة تعليمية (45) دقيقة وطبق أحد الباحثين هذه البرامج.



جامعة دهوك  
كلية التربية الاساس



مركز نون  
للبحوث والدراسات المتخصصة  
مناهج ودراسات



الجامعة العراقية  
مركز البحوث والدراسات

## ابحاث المؤتمر العلمي الدولي الرابع المشترك الثاني

**”المستجدات الحديثة في التعليم العالي في ظل التعليم الالكتروني”**

17-16 كانون الاول 2020 (المجلد الخامس)

### 2-10 الاختبارات القبليّة والتجربة الرئيّسة والاختبارات البعديّة

#### 2-10-1 الاختبارات القبليّة

1- تم اجراء الاختبارات القبليّة الخاصّة بتصوير فن الاداء (البناء الحركي الظاهري ) لبعض المهارات الاساسية بكرة السلة للمجموعات التجريبية الثلاثة والمجموعة الضابطة في يوم الاثنين الموافق 2018/3/12 وبمساعدة فريق العمل المساعد، اذ قام أحد الباحثين بأداء محاولة واحدة أمام الطلاب لكل مهارة لتكون لديهم فكرة عن كيفية أداء المهارات ، وتم تصوير الأداء بألة تصوير فيديو بعد ذلك تم تقويم فن الاداء بكرة السلة لعينة البحث عن طريق الملاحظة العلمية التقنية باستخدام أقراص مدمجة (CD) التي أعطيت للسادة المقيمين العلميين في يوم الاربعاء الموافق 2018/3/14.

(\*) 1 - أ.د. طلال نجم عبد الله

2- أ.د. عصام محمد عبد الرضا

3- أ.م.د. خالد عبد المجيد عبد الحميد

4- أ.م.د. نوفل فاضل رشيد

5- م.د. صباح جاسم محمد

#### 2-10-2 التجربة الرئيّسة :

تم البدء بتنفيذ البرامج التعليمية على المجموعات التجريبية الثلاثة والمجموعة الضابطة يوم الاثنين الموافق 2018/3/19 وبواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع الواحد لكل مجموعة. وتم الانتهاء من تنفيذ البرامج التعليمية للمجموعات التجريبية الثلاثة والمجموعة الضابطة في يوم الأثنين الموافق 2018 / 4 / 23.

#### 2-10-3 الاختبارات البعديّة:

تم اجراء الاختبارات البعديّة الخاص بتصوير فن الاداء (البناء الحركي الظاهري ) لبعض المهارات الاساسية بكرة السلة للمجموعات التجريبية الثلاثة والمجموعة الضابطة في يوم الثلاثاء الموافق 2018/4/24 وبمساعدة فريق العمل المساعد، و تم تصوير الأداء بألة تصوير فيديو ،



جامعة دهوك  
كلية التربية الاساس



مركز نون  
للبحوث والدراسات المتخصصة  
مناهج ودراسات



الجامعة العراقية  
مركز البحوث والدراسات

## ابحاث المؤتمر العلمي الدولي الرابع المشترك الثاني

### ”المستجدات الحديثة في التعليم العالي في ظل التعليم الالكتروني“

17-16 كانون الاول 2020 (المجلد الخامس)

بعد ذلك تم تقويم فن الاداء بكرة السلة لعينة البحث عن طريق الملاحظة العلمية التقنية باستخدام أقراص مدمجة (CD) التي أعطيت للسادة المقيمين العلميين في يوم الخميس الموافق 2018/4/26.

#### 2-11 الوسائل الإحصائية:

أُستخدمت الحقيبة الاحصائية (SPSS) في معالجة النتائج.

#### 3- عرض ومناقشة النتائج:

3-1 عرض نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعات التجريبية الثلاثة

والمجموعة الضابطة في تعلم فن الاداء لبعض المهارات الاساسية بكرة السلة:

الجدول (3) يبين نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعات التجريبية الثلاثة والمجموعة

الضابطة في تعلم فن الاداء لبعض المهارات الاساسية بكرة السلة

م	ت	المهارات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة
				س-	ع+	س-	ع+	
ت1	1	استقبال ومسك الكرة	درجة	23,305	4,571	56,890	0,880	*29,689
	2	المناولة الصدرية	درجة	22,277	4,022	57,666	1,214	*32,650
	3	المناولة المرتدة	درجة	14,442	4,828	56,552	1,225	*37,530
	4	المحاورة (الطبطبة)	درجة	14,136	5,583	57,805	1,720	*32,508
	5	التهديف من الثبات	درجة	14,000	4,836	56,497	1,251	*38,248
ت2	1	استقبال ومسك الكرة	درجة	24,166	5,288	57,888	2,386	*24,427
	2	المناولة الصدرية	درجة	23,471	5,430	58,000	1,239	*26,659
	3	المناولة المرتدة	درجة	15,054	4,803	57,748	1,231	*38,197
	4	المحاورة (الطبطبة)	درجة	13,609	4,716	58,027	1,403	*37,899
	5	التهديف من الثبات	درجة	14,584	6,061	58,498	2,400	*35,760
ت3	1	استقبال ومسك الكرة	درجة	24,500	5,712	58,361	2,310	*25,175
	2	المناولة الصدرية	درجة	23,805	5,196	58,860	0,979	*27,004
	3	المناولة المرتدة	درجة	15,387	5,885	58,303	1,113	*29,589

## ابحاث المؤتمر العلمي الدولي الرابع المشترك الثاني

### ”المستجدات الحديثة في التعليم العالي في ظل التعليم الالكتروني“

17-16 كانون الاول 2020 (المجلد الخامس)

*27,924	1,092	60,026	6,129	14,193	درجة	المحاورة (الطبعية)	4	ض
*36,094	2,084	59,248	5,396	13,972	درجة	التهدف من الثبات	5	
*28,149	1,669	54,666	662 و	24,083	درجة	استقبال ومسك الكرة	1	
*33,363	1,106	56,360	4,078	23,027	درجة	المناولة الصدرية	2	
*39,174	2,599	54,415	4,939	14,664	درجة	المناولة المرتدة	3	
*31,335	1,078	55,805	5,407	13,748	درجة	المحاورة (الطبعية)	4	
*39,820	0,822	55,025	3,858	13,389	درجة	التهدف من الثبات	5	

\*معنوي عند نسبة خطأ  $\geq (0,05)$  وأمام درجة حرية (  $11 = 1 - 12$  ) وأن قيمة (ت) الجدولية = 2,20

2-3 عرض نتائج الفروق في الاختبار البعدي بين المجموعات التجريبية الثلاثة والمجموعة

الضابطة في تعلم فن الاداء لبعض المهارات بكرة السلة

الجدول (4) يبين نتائج تحليل التباين في الاختبار البعدي بين المجموعات التجريبية الثلاثة

والمجموعة الضابطة في تعلم فن الاداء لبعض المهارات الاساسية بكرة السلة

ت	المهارات	وحدة القياس	مصدر التباين	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة (ف) المحسوبة
1	استقبال ومسك الكرة	درجة	بين المجموعات	3	97,086	32,362	*8,868
			داخل المجموعات	44	160,560	3,649	
2	المناولة الصدرية	درجة	بين المجموعات	3	38,765	12,922	*9,951
			داخل المجموعات	44	57,134	1,299	
3	المناولة المرتدة	درجة	بين المجموعات	3	106,808	35,603	*12,931
			داخل المجموعات	44	121,149	2,753	
4	المحاورة (الطبعية)	درجة	بين المجموعات	3	107,145	35,715	*20,044
			داخل المجموعات	44	78,402	1,782	
5	التهدف من الثبات	درجة	بين المجموعات	3	132,605	44,202	*14,316
			داخل المجموعات	44	135,856	3,088	

\* معنوي عند نسبة خطأ  $\geq (0,05)$  وأمام درجتى حرية (3 ، 44) (ف) الجدولية = 2,838

## ابحاث المؤتمر العلمي الدولي الرابع المشترك الثاني

### ”المستجدات الحديثة في التعليم العالي في ظل التعليم الالكتروني“

17-16 كانون الاول 2020 (المجلد الخامس)

الجدول (5) يبين مقارنة الفروق بين الأوساط الحسابية في الاختبار البعدي بين المجموعات التجريبية الثلاثة والمجموعة الضابطة في تعلم فن الاداء لبعض المهارات الاساسية بكرة السلة

ت	المجموعات المهارات	1ت	2ت	3ت	ض	-1ت	-1ت	-2ت	-2ت	-3ت	(L.S.D)
		-س-	-س-	-س-	-س-	2ت	3ت	ض	3ت	ض	
1	استقبال ومسك الكرة	56,890	57,888	58,361	54,666	0,998	1,471	*2,224	0,473	*3,695	1,576
2	المناوله الصدرية	57,666	58,000	58,860	56,306	0,334	*1,194	*1,360	0,86	*2,554	0,940
3	المناوله المرتدة	56,552	57,748	58,303	54,415	1,196	*1,751	*2,137	0,555	*3,888	1,368
4	المحاورة (الطبطبة)	57,805	58,027	60,027	55,806	0,222	*2,222	*1,999	*2	*4,221	1,101
5	التهدف من الثبات	56,497	58,498	59,248	55,025	*2,001	*2,751	*1,472	0,75	*4,223	1,449

ت1\* لمصلحة المجموعة التجريبية الأولى (جدولة الممارسة الموزعة بفترة راحة مساوية لفترة الاداء)

ت2\* لمصلحة المجموعة التجريبية الثانية (جدولة الممارسة الموزعة بفترة راحة اكبر من فترة الاداء بقليل)

ت3\* لمصلحة المجموعة التجريبية الثالثة (جدولة الممارسة الموزعة بفترة راحة اكبر من فترة الاداء السابق)

### 3-3 مناقشة النتائج

#### 3-3-1 مناقشة نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعات التجريبية الثلاثة

والمجموعة الضابطة في تعلم فن الاداء لبعض المهارات الاساسية بكرة السلة.

يتبين من الجدول (3) الخاص بفن الأداء أن هناك فروقاً ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي في تعلم فن الاداء لبعض المهارات الاساسية بكرة السلة للمجموعات التجريبية الثلاثة والمجموعة الضابطة ولمصلحة الاختبار البعدي، وهذا يحقق الفرض الاول للبحث. ويعزو الباحثان سبب ذلك إلى تأثير البرامج التعليمية المستخدمة والمتمثلة ب (جدولة الممارسة الموزعة بفترة راحة مساوية لفترة الاداء، وجدولة الممارسة الموزعة بفترة راحة اكبر من فترة الاداء



جامعة دهوك  
كلية التربية الاساس



مركز نون  
للبحوث والدراسات المتخصصة  
مناهج ودراسات



الجامعة العراقية  
مركز البحوث والدراسات

## ابحاث المؤتمر العلمي الدولي الرابع المشترك الثاني

### "المستجدات الحديثة في التعليم العالي في ظل التعليم الالكتروني"

17-16 كانون الاول 2020 (المجلد الخامس)

بقليل، وجدولة الممارسة الموزعة بفترة راحة اكبر من فترة الاداء السابق، والبرنامج التعليمي الخاص بالمجموعة الضابطة (البرنامج التعليمي الخاص بالمدرسة، دليل مدرس التربية الرياضية للمرحلة المتوسطة) في تعلم فن الاداء لبعض المهارات الاساسية بكرة السلة، وذلك لخصوصية البرامج المستخدمة في هذه المجموعات الذي يتطلب فترات راحة بين التكرارات وبين التمارين خلال الوحدة التعليمية الواحدة ، وهذه الراحة تكون مساوية لوقت الأداء أو أكثر من وقت الاداء بقليل او اكثر من ذلك وحسب نوع وعدد الممارسات وفترات الراحة ، مما انعكس ايجابياً في تعلم فن الاداء لبعض المهارات الاساسية بكرة السلة ، فضلاً عن الترتيب والتنظيم للتمارين التي تحتويها كل وحدة تعليمية وكيفية توزيع هذه التمارين (الممارسة) على الوحدات التعليمية وكيفية استثمار أوقات الراحة في كل وحدة بشكل مثالي من خلال جدولة الممارسة الموزعة بفترات راحة مختلفة ، كذلك عملية التكرارات الحاصلة في كل وحدة تعليمية ، إذ " إن الممارسة وبذل الجهد بالتدريب والتكرارات المستمرة ضرورية في عملية التعلم ، والتدريب عامل مساعد وضروري في عملية تفاعل الفرد مع المهارة والسيطرة على حركاته وتحقيق التناسق بين الحركات المكونة للمهارة في أداء متتابع سليم وزمن مناسب " (شلس ومحمود ، 2000 ، 129-130) فضلاً عن "أن التكرار المعزز (الممارسة) يساعد اللاعب على إتقان الحركات الفرعية التي تمثل في مجموعها المهارة المطلوب تعلمها، ويحقق التناسق بين هذه الحركات مما يجعل أداءها في تتابع صحيح وزمن مناسب". (خاطر، وآخرون، 1978، 15)

اما المجموعة الضابطة التي طبقت (البرنامج التعليمي الخاص بالمدرسة، دليل مدرس التربية الرياضية للمرحلة المتوسطة)، قام أحد الباحثين بشرح المهارات وعرضها وبعد ذلك تم تطبيقها من قبل افراد المجموعة عملياً وكافة مراحل الاداء الفني ولكل مهارة ، فضلاً عن احتواء الوحدات التعليمية على التمارين وما يتخللها من تكرارات وفترات راحة وحسب البرنامج التعليمي، مما ادى الى تعلم فن الاداء لبعض المهارات الاساسية بكرة السلة.

3-3-2 مناقشة نتائج الفروق في الاختبار البعدي بين المجموعات التجريبية الثلاثة والمجموعة الضابطة في تعلم فن الاداء لبعض المهارات الاساسية بكرة السلة:

يتبين من الجدولين (4 ، 5) أن هناك فروقاً ذات دلالة معنوية في الاختبار البعدي بين المجموعات التجريبية الثلاثة والمجموعة الضابطة في مهارات (استقبال ومسك الكرة ، المناولة الصدرية ، المناولة



جامعة دهوك  
كلية التربية الاساس



مركز نون  
للبحوث والدراسات المتخصصة  
مناهج و تعليم



الجامعة العراقية  
مركز البحوث والدراسات

## ابحاث المؤتمر العلمي الدولي الرابع المشترك الثاني

### "المستجدات الحديثة في التعليم العالي في ظل التعليم الالكتروني"

17-16 كانون الاول 2020 (المجلد الخامس)

المرتدة , المحاورة (الطبطة), التهديف من الثبات ) ولمصلحة المجموعات التجريبية الثلاثة , وهذا يحقق الفرض الثاني للبحث , فقد كان الفرق المعنوي لمصلحة المجموعة التجريبية الثالثة التي نفذت البرنامج التعليمي الخاص (بجدولة الممارسة الموزعة بفترة راحة اكبر من فترة الاداء السابقة) اكبر (فترة راحة)) ويعزو الباحثان ذلك الى طريقة توزيع فترات الراحة فالمجموعة التي تميزت بأطول فترة راحة هي الأفضل , كما كان الفرق المعنوي لمصلحة المجموعات التجريبية الثلاثة عند مقارنتهم مع المجموعة الضابطة في تعلم فن الأداء لبعض المهارات الاساسية بكرة السلة , ويعزو الباحثان ذلك إلى فاعلية جدولة الممارسة الموزعة بفترة راحة مختلفة , أي تكون فيه فترات الراحة كافية بين تكرار وأخر بحيث تعطي فرصة أكبر للمتعلمين لاستعادة الشفاء والرجوع بالجسم الى الحالة الطبيعية , إذ يعطي التمرين الموزع الفرصة للتقليل من آثار التداخل الذي يتولد أثناء التمرين , إذ إن لكل تمرين آثارا سلبية وإيجابية ومن الممكن أن تتداخل هذه الآثار مع آثار الممارسة اللاحقة الأمر الذي يؤدي إلى تراكم الآثار السلبية وتداخلها مع ما يمكن أن يتحقق في الممارسة القادمة وأن طول فترة الراحة بين التكرارات يعطي فرصة للتخلص أو تجنب هذه التداخلات " (البناء، 2001، 67) وأن " فترة التوقف بين تكرار وآخر يعطي فرصة للمتعلم لمراجعة أدائه ذهنياً مما يجعل المتعلم أكثر تركيزاً على المهارات والاختبارات كما " أن الاستثمار الصحيح والفعلي لوقت التعلم المخصص للواجبات الحركية والإيقاع الصحيح والتطبيق الملائم بين فترات العمل والراحة الذي يتميز به هذا الأسلوب قد أثر وبصورة فاعلة في التطبيق الصحيح في الأداء بصورة مميزة " (العلاف، 2006، 57-58) , كما " ان زيادة مقدار الراحة بين محاولات التمرين يحسن التعلم بشكل كبير " (صبر، 2005، 246).

#### 4-الاستنتاجات والتوصيات:

##### 4-1 الاستنتاجات:

1-أثرت جدولة الممارسة الموزعة بفتترات راحة مختلفة والبرنامج التعليمي الخاص بالمجموعة الضابطة (البرنامج التعليمي الخاص بالمدرسة، دليل مدرس التربية الرياضية للمرحلة المتوسطة) ايجابيا في تعلم فن الاداء لبعض المهارات الاساسية بكرة السلة.



جامعة دهوك  
كلية التربية الاساس



مركز نون  
للبحوث والدراسات المتخصصة  
مناهج ودراسات



الجامعة العراقية  
مركز البحوث والدراسات

## ابحاث المؤتمر العلمي الدولي الرابع المشترك الثاني

### ”المستجدات الحديثة في التعليم العالي في ظل التعليم الالكتروني”

17-16 كانون الاول 2020 (المجلد الخامس)

2-تفوقت المجموعة التجريبية الثالثة التي استخدمت (جدولة الممارسة الموزعة بفترة راحة اكبر من فترة الاداء السابقة (اكبر فترة راحة)) في تعلم فن الاداء لبعض المهارات الاساسية بكرة السلة على المجموعة التجريبية الثانية التي نفذت (جدولة الممارسة الموزعة بفترة راحة اكبر من فترة الاداء بقليل) والتي بدورها تفوقت على المجموعة التجريبية الاولى التي نفذت (جدولة الممارسة الموزعة بفترة راحة مساوية لفترة الاداء) في الاختبار البعدي , وجميعهم تفوقوا على المجموعة الضابطة.

3-كلما زادت فترة الراحة في جدولة الممارسة الموزعة كلما حققت نتائج ايجابية في تعلم فن الاداء لبعض المهارات الاساسية بكرة السلة.

#### 4-2 التوصيات:

1-استخدام جدولة الممارسة الموزعة بفتريات راحة مختلفة في تعلم فن الاداء لبعض المهارات الاساسية بكرة السلة.

2-التأكيد على استخدام البرنامج التعليمي والخاص بالمجموعة التجريبية الثالثة والتي استخدمت فترات راحة أكبر في تعلم فن الاداء لبعض المهارات الاساسية بكرة السلة.

#### المصادر

1. أحمد، بسطويسي (1996): أسس ونظريات الحركة، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.
2. البناء، ليث محمد داؤود (2001): أثر استخدام جدولة التمرين اليومية للوحدة التعليمية في اكتساب واحتفاظ فن أداء ودقة الارسلات السهلة والصعبة بالكرة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، الموصل، العراق.
3. خاطر، احمد وآخرون (1978): دراسات في التعلم الحركي، دار المعارف، القاهرة.
4. شلش، نجاح مهدي ومحمود، أكرم محمد صبحي (2000): التعلم الحركي، جامعة البصرة، البصرة، العراق.
5. صبر، قاسم لزام (2005): موضوعات في التعلم الحركي، طبعة في كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، العراق.



جامعة دهوك  
كلية التربية الاساس



مركز نون  
للبحوث والدراسات المتخصصة  
مناهج البحث والدراسات



الجامعة العراقية  
مركز البحوث والدراسات

## ابحاث المؤتمر العلمي الدولي الرابع المشترك الثاني

### ”المستجدات الحديثة في التعليم العالي في ظل التعليم الالكتروني”

17-16 كانون الاول 2020 (المجلد الخامس)

6. العلاف، معتصم طلال (2006): أثر استخدام أسلوب التمرين الموزع والمكثف في تنمية بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لدى تلاميذ التربية الخاصة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الأساسية، جامعة الموصل.
7. محمود، حسين احمد حمزة (2012): أثر جدولة التمرين الموزع والمكثف في تعلم بعض المهارات الأساسية المغلقة والمفتوحة بكرة اليد والاحتفاظ بها، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الأساسية، جامعة الموصل.
8. نصر الله، رشاد طارق (2008): أثر التدريب المكثف والموزع بالأسلوبين الثابت والمتغير في تعليم بعض أنواع التهديف بكرة السلة بعمر (12-14) سنة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القادسية، العراق.
9. Gally & Foster, (1988): Human movement, 2ndEd, Longman Singapore publisher, printed in Singapore.
10. Schmidt, A. R (1991): Motor control and Learning and performance, Human Kinetics , Illinois , USA.