



أثر التمرين الموزع والمكثف بالأسلوب الثابت والمتغير بطريقة التعلم التعاوني  
في تعلم مهارة دقة التهديف بكرة القدم  
بحث تجريبي  
على عينة من طلاب متوسطة المجد للبنين بأعمار (14) سنة

م . مصطفى صبحي أحمد  
الجامعة التكنولوجية  
2014 م

#### الخلاصة

هدف البحث للتعرف على :

- 1- الكشف عن تأثير التعلم التعاوني بأسلوب التمرين الموزع الثابت والموزع المتغير والمكثف الثابت والمكثف المتغير في تعلم مهارة دقة التهديف بكرة القدم .  
أجري البحث على عينة عمدية من طلاب متوسطة المجد للبنين بعمر (14) سنة للعام الدراسي (2014) والبالغ عددهم (32) طالبا قسموا عشوائيا على مجموعتين وبواقع (16) طالب لكل مجموعة (مجموعة التمرين الموزع ومجموعة التمرين المكثف) قسمت كل مجموعة إلى قسمين ( الأسلوب الثابت والأسلوب المتغير) وبواقع (8) طلاب لكل قسم من الأقسام . وقد تم إجراء التجانس والتكافؤ بين المجموعتين في المهارة المراد تعلمها وتم اعتمادها كاختبارات قبلية . وقد تم إعداد منهج تعليمي خاص بالمادة التعليمية وفق الأساليب المتبعة وفي المهارة المحددة بالبحث وذلك خلال مدة إجراء التجربة من 23 / 2 / إلى 30 / 4 / 2014 وتم إجراء الاختبارات البعدية بعد أكمال تعلم المهارة من قبل كلا المجموعتين وبعد جمع البيانات وتفرغها تم معالجتها إحصائيا باستخدام الحقيبة الإحصائية نظام الـ SPSS واستخدام القوانين المناسبة لاستخراج النتائج أما أهم الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث :
  - 1- تفوق مجموعة التمرين الموزع المتغير على باقي المجموعات إذ احتلت أعلى النسب في تعلم مهارة دقة التهديف بكرة القدم 2- تفوق مجموعة التمرين الموزع الثابت على مجموعتي التمرين المكثف الثابت والمكثف المتغير في تعلم مهارة دقة التهديف بكرة القدم .
- الكلمات المفتاحية:  
الكلمات المفتاحية: موزع ومكثف ، ثابت ومتغير ، تعلم تعاوني ، دقة التهديف ، كرة القدم .

**1- التعريف بالبحث :****1-1 المقدمة وأهمية البحث :**

لقد تطورت الأساليب والطرائق الخاصة بالتدريس مع التطور التكنولوجي الذي شمل كافة المجالات إذ لم يعد المعلم محور العملية التعليمية كما في الأساليب السابقة بل انتقلت المسؤولية في الأساليب الحديثة إلى المتعلم أيضا الذي أصبح له دور كبير في العملية التعليمية باعتباره مشاركا رئيسيا في اتخاذ القرارات الخاصة بمرحلة الدرس وما بعده (مرحلة التقويم) وعلى هذا الأساس بنيت الأساليب الجديدة والتي من بينها أسلوب التعلم التعاوني الذي يعد من الأساليب المهمة نظرا لكونه أسلوبا قائما على جهد المتعلم بدرجة كبيرة إضافة إلى جهد المعلم. وتشكل المهارات الأساسية في لعبة كرة القدم المرتكزات الرئيسية لها فمن خلال إتقانها يتحسن مستوى الأداء وتتطلب عملية تعلم هذه المهارات ومستوى التعقيد والتنفيذ فيها أثناء المباراة قدرات مهارية عالية. وبما أن الهم الشاغل والمشارك بين المعلم والمتعلم هو كيفية تعلم المهارات الجديدة بشكل سهل ومريح لكلا الطرفين لذلك فقد دأب الباحثين والمختصين على التفكير جديا في خلق وسائل وأساليب مختلفة تخطط مسار العمل خلال الوحدة التعليمية خطوة أثر خطوة أخذين بنظر الاعتبار التدرج الصحيح وتلافي العمل العشوائي والهدر بالوقت لذا فإن تعلم المهارات ضمن وحدات تعليمية يجب أن يتم وفق الية تتضمن احتواء الوحدة التعليمية المقدار الكافي من الوقت الذي يحتاجه المتعلم في ممارسة التمرينات اللازمة لتطوير تعلم المهارة المراد تعلمها كذلك التأكيد على نوعية التمرين خلال المدة المحددة للتمرين إذ يذكر شمت (2000) ان بعض الأفراد يبذلون جهدا كبيرا ولعدة ساعات في تمرين غير مؤثر بسبب لهم الفشل أو نوع المهارة وتصنيفها لايلئم المحيط الذي تؤدي فيه ( 21:254) واستنادا على ذلك ولغرض الوصول الى التعلم الفعال والمؤثر لابد من تنظيم جدولة التمارين لأن ذلك يساعد في جعل العملية التعليمية سهلة وكذلك يسهم بدرجة كبيرة في إمكانية الاحتفاظ بالمهارة والتقدم بها وبالتالي فإن اختيار الطريقة أو الأسلوب التعليمي يجب أن يتناسب مع المهارة المراد تعلمها وإمكانات الطلاب. وهذه الدراسة اعتمدت مبدأ التداخل بين الطرائق والأساليب التعليمية من خلال استخدام التمرين الموزع والمكثف بالأسلوبين الثابت والمتغير وبطريقة التعلم التعاوني في تعلم مهارة دقة التهديد بكرة القدم وتنظيم عملية التداخل بشكل متناسق وأنباع التخطيط السليم في عملية التداخل بين أساليب التعلم. وتتجلى أهمية البحث في تسليط الضوء حول عملية المزاجية بين الأساليب التعليمية لرفد المعلمين بالمعلومات الكافية عن هذه الأساليب وبالتالي استخدامها في تطوير قدرات المتعلمين اعتمادا على مدى تفاعلهم مع الأسلوب التعليمي واستجاباتهم له وأيضا فإن معرفة المعلم لأكثر من أسلوب من أساليب التعلم له أهمية كبيرة لأنه من دون ذلك تبقى قدراته في التعامل مع المتعلمين محدودة للغاية.

**1-2 مشكلة البحث :**

أن لعبة كرة القدم تعتمد بالدرجة الأولى على إتقان المهارات الفردية الأساسية للعبة بصورة جيدة من خلال الأعداد المهاري الذي هو أحد أهم جوانب الأعداد الرياضي بكرة القدم، وأن نجاح الفريق يتوقف بالدرجة الأولى على مقدرة تعلم وإجادة إفراده للمهارات الأساسية ونظرا للتطور السريع الذي حدث في الطرائق والأساليب التعليمية ودورها في تصحيح الأخطاء ومعالجتها وقدرتها على الإسراع في عملية التعلم لذلك فإن معرفة هذه الطرائق والأساليب والتوصل إلى الأسلوب الأمثل في تعليم هذه المهارات لاسيما مهارة التهديد يعطينا فرصة للتقدم والارتقاء في مستوى الأداء لهذه المهارة، فكلما كان المعلم موقفا في اختيار الطريقة أو الأسلوب الأنسب بما يناسب قابليات الأفراد ومستواهم وضمن إمكانات البيئة التعليمية المتوفرة أدى ذلك إلى تعلم أفضل وبالتالي تحقيق الأهداف المرجوة من العملية التعليمية.



ونظرا لاختلاف المعلمين في اختيار الطرائق والأساليب التعليمية أو الاعتماد على الطرائق التقليدية في تعليم المهارات الأساسية ، ففي بعض الأحيان نشاهد أن المتعلمين يؤديون المهارات الحركية بشكل جيد خلال التمرين ولكن بعد فترة نلاحظ تذبذبا ملحوظا في مستوى أدائهم ، ولعل من أهم الأسباب عدم اختيار الطريقة والأسلوب المناسب أو أن الاختيار لم يتناسب مع مستوى وقابلية المتعلمين ، فقد دفع ذلك كله الباحث إلى إجراء عملية المزاوجة (التداخل) بين بعض الطرائق والأساليب التعليمية من خلال استخدام التمرين الموزع والمكثف بالأسلوبين الثابت والمتغير وبطريقة التعلم التعاوني في تعلم مهارة دقة التهديف بكرة القدم .

### 3-1 أهداف البحث :

1- الكشف عن تأثير التعلم التعاوني بأسلوب التمرين الموزع الثابت والموزع المتغير والمكثف الثابت والمكثف المتغير في تعلم مهارة دقة التهديف بكرة القدم .

### 4-1 فروض البحث :

- 1- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجاميع البحث الأربعة في تعلم مهارة دقة التهديف بكرة القدم .
- 2- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجاميع البحث الأربعة في الاختبار البعدي للبحث في تعلم مهارة دقة التهديف بكرة القدم .

### 5-1 مجالات البحث :

- 1-5-1 المجال البشري : طلاب متوسطة المجد للبنين بعمر (14) سنة
- 2-5-1 المجال الزماني : المدة من 2014/2/23 إلى 2014/4/30
- 3-5-1 المجال المكاني : ملعب كرة القدم في متوسطة المجد للبنين / بغداد

## 2- الدراسات النظرية والمشابهة

### 1-2 : الدراسات النظرية :

#### 1-1-2 : أسلوب التعلم التعاوني

يعرف أسلوب التعلم التعاوني بأنه استعمال تعليمي لمجموعات صغيرة يعمل فيها المتعلمون سوية لرفع مستوى تعلمهم وتعلم بعضهم الآخر . ويعرف أيضا بأنه تعلم ضمن مجموعات صغيرة من المتعلمين بحيث يسمح لهم بالعمل سويا وبفاعلية ومساعدة بعضهم البعض لرفع مستوى كل متعلم منهم وتحقيق الهدف التعليمي المشترك ويقوم أداء المتعلمين بمقارنته بمحكات معدة مسبقا لقياس مدى تقدم أفراد المجموعة في أداء المهام الموكلة أيهم ( 19: 58 ) ويعرف أيضا أسلوب من أساليب التعلم والتعليم يقوم على أساس تقسيم الطلبة إلى مجموعات صغيرة غير متجانسة ، بحيث يتعاون أفراد المجموعة الواحدة من خلالها ، وذلك من أجل تحقيق أهدافهم المشتركة . ( 5: 71 )



### 2-1-2 أهداف أسلوب التعلم التعاوني : (59:19)

يهدف أسلوب التعلم التعاوني إلى :

- 1- تشجيع المتعلم في الحصول على المعلومات بصورة ذاتية .
- 2- إتاحة التعامل المباشر لأكثر عدد من المتعلمين مع الأدوات والوسائل التعليمية فضلا عن إمكانية إجراء التجارب بأنفسهم .
- 3- مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين ، واكتسابهم الثقة بأنفسهم وقدراتهم ضمن إطار العمل الجماعي .
- 4- توفير الفرص للمتعلم لمتابعته وتوجيهه ونصح العمل الفردي وتقديم التغذية الراجعة من خلال التنقل بين المجموعات والاطلاع على عمل كل مجموعة .
- 5- تطوير مهارات المتعلمين الاجتماعية ، كالتعاون واحترام آراء الآخرين والقيادة وبناء الثقة بالنفس .
- 6- إعطاء الفرصة للمتعلمين بطيئين التعلم للتفاعل والمشاركة مع المتعلمين الآخرين مما يزيد عملية التحصيل المعرفي والمهاري لديهم

### 2-1-3 فوائد أسلوب التعلم التعاوني (60:19) : تكمن فوائد أسلوب التعلم التعاوني في أنه

- 1- يتيح الفرصة للمتعلمين للتفاعل وتبادل الأفكار والآراء وتوضيحها بحرية
- 2- توفير الفرصة للملائمة للتواصل وبناء العلاقات الاجتماعية بين المتعلمين
- 3- يساهم في تعليم الكثير من القيم والاتجاهات
- 4- بناء الثقة واتخاذ القرار وحسن الاستمتاع والالتزام بالأدوار المحددة
- 5- ارتفاع معدلات الأداء المهاري والتحصيل المعرفي لدى المتعلمين وزيادة القدرة على التذكر
- 6- تطوير قدرات التفكير لدى المتعلمين
- 7- انخفاض المشكلات السلوكية لدى المتعلمين
- 8- زيادة الحافز الذاتي لدى المتعلمين
- 9- يساعد على فهم المفاهيم والأسس العامة وإتقانها
- 10- يطور القدرة على التطبيق في مواقف جيدة .

### 2-1-4 التمرين المكثف والتمرين الموزع : (20 : 110)

أن المبدأ الذي يحدد التمرين المكثف والموزع هو فترات الراحة بين التكرارات فالتمرين المكثف يعني وجود تكرارات وبدون فترة راحة أو فترات راحة قصيرة بين مجاميع التكرارات أما التمرين الموزع فيعني فترات راحة كافية بين التكرارات .

### 2-1-5 كيفية استخدام أسلوب التمرين الموزع والمكثف : ( 18 : 28)

أن طول المدة الزمنية للتعلم تعتمد على عدة عوامل هي :

- 1- نوع المهارة المراد تعلمها
- 2- الحالة الفردية للمتعلم فالتمرين الموزع ضروري للمهارات الصعبة التي تأخذ وقتا طويلا في التعلم وقد أثبتت كثير من التجارب أن التمرين الموزع ضروري في المراحل الأولى للتعلم لأن التمرين المكثف في المراحل الأولى للتعلم يؤدي إلى شعور المتعلم بالملل واحتمال حصول غلق في عملية الاستجابة ، ولكن التمرين المكثف ضروري في الوصول إلى السرعة والإتقان في المراحل المتأخرة من التعلم ، ويمكن تفسير ذلك بالآتي



- 1- أن طول مدة الراحة الموجودة في التمرين الموزع تتيح فرصة للمعلم لتثبيت الأخطاء وتوجيهها .
- 2- أن طول مدة الراحة تساعد على اختفاء المحاولات الخاطئة
- 3- عدم ظهور التعب في التمرين الموزع ثم أن هناك مجالاً في الوقت أثناء الراحة للاستبصار والاستيعاب حول الأجزاء الحركية ( تصحيح الأخطاء )
- 4- عندما يكون التمرين صعباً وطويلاً والمتطلبات إلى الطاقة عالية ويكون حافز دافعية التعلم منخفضاً فمن الأفضل هنا استعمال التمرين الموزع .
- 5- عندما يكون المستوى المهاري للمتعلم عالياً فمن الأفضل هنا استعمال التمرين المكثف وذلك للوصول إلى مهارة التعلم الأفضل ( السرعة في الوصول إلى التوافق الدقيق )

### 2-1-6 التمرين الثابت والتمرين المتغير: (20 : 109)

التمرين الثابت يعني التكرارات المتعاقبة لأداء وتنفيذ ثابت حيث يخضع لمتغير واحد فقط خلال فترة الوحدة التعليمية . أما التمرين المتغير يعني التكرارات المتعاقبة حيث يتطلب من المتعلم التهيؤ لاستقبال الظروف المتغيرة والتحرك على أساس هذا التغير .

### 2-1-7 متى يستخدم التمرين الثابت ومتى يستخدم التمرين المتغير :

لو رجعنا إلى مفهوم البرامج الحركية لوجدنا أن المهارات المغلقة تتطلب برنامجاً حركياً ثابتاً وتكنيكاً عالياً المستوى لغرض التنفيذ ، أما المهارات المفتوحة فأنها تتطلب برنامجاً حركياً مكيفاً للاستجابة إلى نوع المثير وحجمه واتجاهه ، من هذا نستدل بأن التمرين الثابت ملائم للمهارات المغلقة حيث يثبت البرنامج الحركي وبشكل يقترب من النموذج الصحيح للأداء أما التمرين المتغير فإنه ملائم في المهارات ذات المحيط المتغير حيث أن النموذج الصحيح في الأداء ( التكنيك ) يأتي بالدرجة الثانية أما في الدرجة الأولى فيأتي نتيجة استخدام البرنامج الحركي فمثلاً في كرة القدم لا يؤكد على الجزء التحضيري الصحيح في مساراته فقد يكون الجزء التحضيري الصحيح والكامل هو طريقة غير مجدية في الوصول إلى النتيجة المطلوبة . أن قصر الجزء التحضيري يولد عنصر المباغته للخصم وبالتالي يفوت عليه فرصة التهيؤ للاستجابة الصحيحة . (20 : 110)

### 2-1-8 التصويب على المرمى (التهديف) هو

المحاولة الفعلية والجادة للاعب المهاجم لإدخال الكرة إلى هدف الخصم مستغلاً النفسية والبدنية والفنية والذهنية ضمن إطار القانون الدولي لكرة القدم ( 7 ، 202 ) ويؤكد مفتي إبراهيم ( 1985 ) على أهمية التهديف بقوله أن التهديف يعتبر واحداً من أهم أجزاء اللعب الهجومي بل هو واحد من أهم أساسيات لعبة كرة القدم على الإطلاق . (17 : 65)

- 1- تحويل محكم في اللعب ومن تمرير مزدوج ومن تغطية مركزة أو من تمريره إلى الخلف ومن الدوران
- 2- قبل عرقلة من خصم أو تصغير زاوية حارس المرمى
- 3- عند تحرك حارس المرمى أماماً أو خلفاً وخاصة عندما ينتج عنها عاقبة له . (2 ، 120)

وهناك بعض العوامل الأساسية التي تتوقف عليها دقة التهديف  
**أولاً : العامل النفسي :** هناك بعض الخصائص النفسية التي يجب أن يتحلى بها المتعلم لكي يكون تهديفه ناجحاً وهي

- 1- قدرته على اختيار الوقت المناسب واللحظة الحاسمة



- 2- ذو أعصاب باردة عند التصويب  
 3- قدرة المتعلم على التركيز عند التصويب  
 4- لديه ثقة عالية بالنفس .  
**ثانيا : العامل البدني : ويتمثل بـ**  
 ١ قوة المتعلم التي تساعده على التهديف بقوة مما يؤثر نفسيا في المدافعين وخاصة حارس المرمى  
 ٢ -رشاقة ومرونة المتعلم التي تجعله يستطيع أن يأخذ الوضع الصحيح عند التهديف أو عند الربط بين الخداع والتهديف .  
**ثالثا : العامل الفني :** ويتمثل في أجادة المتعلم مهارة التهديف بأي جزء من أجزاء القدم أو الرأس ، من أي مكان في الملعب ، سواء من الحركة أو الثبات أو القفز من أي وضع يتخذه الجسم . ( 7 : 205 )

## 2-2 الدراسات المشابهة :

- 2-2-1 دراسة بشائر رحيم شلال (2004) (بشائر )  
 تأثير التداخل بين التمرين المكثف والموزع بالأسلوبين الأمريكي والتدريبي لتعلم بعض المهارات بكرة السلة  
 هدف البحث : هدفت الدراسة الى معرفة تأثير استخدام التمرين المكثف والموزع بالأسلوبين الأمريكي والتدريبي لتعلم بعض المهارات بكرة السلة .  
 منهج البحث : استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث .  
 عينة البحث : شملت عينة البحث ( 40 ) طالبة من طالبات المرحلة الثانية من ثانوية الازدهار للبنات وتم اختيار شعبي (أ-ب) قسمت الشعبة الواحدة الى مجموعتين بواقع ( 10 ) طالبات لكل مجموعة . الشعبة (أ) تمارس مجموعة الأعداد الفردية التمرين المكثف بالأسلوب الأمريكي والأعداد الزوجية تمارس التمرين المكثف بالأسلوب التدريبي والشعبة (ب) تمارس مجموعة الأعداد الفردية التمرين الموزع بالأسلوب الأمريكي . والأعداد الزوجية تمارس التمرين الموزع بالأسلوب التدريبي .  
 الاستنتاجات :  
 1- المجموعة التجريبية الثانية ذات الأسلوب المتداخل المكثف كانت الأفضل في تعلم مهارتي ( المناولة الصدرية-الرمية الحرة )  
 2- المجموعة التجريبية الرابعة ذات الأسلوب المتداخل الموزع كانت الأفضل في تعلم مهارة ( الطبطبة العالية ) .

## 3- الباب الثالث : منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

- 3-1 : منهج البحث : أستخدم الباحث المنهج التجريبي ذا المجموعات المتكافئة لملائمته طبيعة مشكلة البحث المراد حلها  
 3-2 : مجتمع وعينة البحث : أشتمل مجتمع البحث على ( 78 ) متعلم بعمر ( 14 ) سنة يمثلون طلاب الصف الثاني متوسط في متوسطة المجد للبنين للشعب (أ ، ب ، ج ) وقد تم اختيار العينة بالطريقة العمدية والبالغ عددهم ( 42 ) متعلما يشكلون نسبة ( 54,5% ) من مجتمع الأصل وبعد أن استبعد الباحث (10) متعلمين للأسباب التالية : 1- (5) متعلمين لعدم التزامهم بأوقات التمرين – 2- (3) متعلمين



لأعراض التجانس والتكافؤ - 3- (2) متعلمين بداعي المرض والإصابة وبذلك يكون عدد أفراد العينة (32) متعلما ، توزعوا إلى مجموعتين ( مجموعة التمرين المكثف ومجموعة التمرين الموزع ) وبواقع (16) متعلما لكل مجموعة ، قسمت كل مجموعة إلى قسمين (الأسلوب الثابت والأسلوب المتغير ) وبواقع (8) متعلمين لكل قسم من الأقسام الأربعة ، وقد اعتمد الباحث الطريقة العشوائية بأسلوب القرعة في جميع مراحل التقسيم . والجدول (1) يبين عدد الأفراد لكل مجموعة

## جدول (1)

يبين عدد الأفراد لكل مجموعة

نوع التدريب		المكثف		الموزع	
نوع الأسلوب		الثابت	المتغير	الثابت	المتغير
المجاميع		الأولى (أ)	الثانية (ب)	الثالثة (ج)	الرابعة (د)
		(8) لاعبين	(8) لاعبين	(8) لاعبين	(8) لاعبين

3-2-1 تجانس العينة : لغرض معرفة تجانس أفراد عينة البحث ولمنع المؤثرات التي تؤثر على نتائج الاختبارات من الفروق الموجودة لدى أفراد العينة المتمثلة بـ ( الطول والوزن وكذلك في القوة المميزة بالسرعة كصفة بدنية وفي مهارة التهديف نحو الهدف المقسم إلى درجات وقد استخدم الباحث قانون معامل الالتواء لأجراء التجانس بين أفراد المجموعة الواحدة حيث كانت جميع قيم معامل الالتواء لجميع أفراد المجموعات بين  $3 \pm$  مما يدل على تجانس أفراد كل مجموعة في المتغيرات أعلاه .

## الجدول (2)

يبين تجانس أفراد مجموعة (المكثف الثابت) في ( الطول والوزن والقوة المميزة بالسرعة والتهديف نحو الهدف المقسم إلى درجات )

ت	المتغيرات	المعالجات الإحصائية	الوسط الحسابي (س)	الانحراف المعياري (ع)	الوسيط (و)	معامل الالتواء (ل)	وحدة القياس	حجم العينة
1	الطول		165.6	10,528	166	0,113-	كغم	8
2	الوزن		47,75	7,382	46	0,711	سم	8
3	القوة المميزة بالسرعة للرجلين ثني ومد (الدبني)		17,375	1,846	17	0,609	عدد	8
4	دقة التهديف		8,125	2,90	9,5	1,422-	عدد	8



## الجدول (3)

يبين تجانس أفراد مجموعة (المكثف المتغير) ( في الطول والوزن والقوة المميزة بالسرعة والتهديف نحو الهدف المقسم الى درجات )

ت	المعالجات الإحصائية المتغيرات	الوسط الحسابي (س)	الانحراف المعياري (ع <sup>2</sup> )	الوسيط (و)	معامل الالتواء (ل)	وحدة القياس	حجم العينة
1	الطول	169,8	4,882	170,5	0,43-	كغم	8
2	الوزن	55,625	9,664	61	1,668-	سم	
3	القوة المميزة بالسرعة للرجلين ثني ومد (الدبني)	16,75	2,314	18,5	2,268-	عدد	
4	دقة التهديف	9,625	1,922	8,5	1,755	عدد	

## الجدول (4)

يبين تجانس أفراد مجموعة (الموزع الثابت) في ( الطول والوزن والقوة المميزة بالسرعة والتهديف نحو الهدف المقسم الى درجات )

ت	المعالجات الإحصائية المتغيرات	الوسط الحسابي (س)	الانحراف المعياري (ع <sup>2</sup> )	الوسيط (و)	معامل الالتواء (ل)	وحدة القياس	حجم العينة
1	الطول	168,2	11,183	175,5	1,958-	كغم	8
2	الوزن	55,125	12,608	61	1,397-	سم	
3	القوة المميزة بالسرعة للرجلين ثني ومد (الدبني)	16,25	1,669	165,5	0,449-	عدد	
4	دقة التهديف	8,375	2,386	8,5	0,157-	عدد	

## الجدول (5)

يبين تجانس أفراد مجموعة (الموزع المتغير) في الطول والوزن والقوة المميزة بالسرعة والتهديف نحو الهدف المقسم الى درجات

ت	المعالجات الإحصائية المتغيرات	الوسط الحسابي (س)	الانحراف المعياري (ع <sup>2</sup> )	الوسيط (و)	معامل الالتواء (ل)	وحدة القياس	حجم العينة
1	الطول	165,2	8,548	161	1,474	كغم	8
2	الوزن	49	5,732	51	1,046-	سم	
3	القوة المميزة بالسرعة للرجلين ثني ومد (الدبني)	17,25	1,669	18	1,48-	عدد	
4	دقة التهديف	9	1,309	10	2,291-	عدد	





3-2-2 : تكافؤ العينة : من أجل تحقيق خط شروع واحد وضمان عدم وجود فروق بين مجاميع البحث قام الباحث بأجراء التكافؤ باستخدام تحليل التباين (ف) في المتغيرات المؤثرة في البحث المذكورة سابقا والجدول (6) يبين تكافؤ العينة في المتغيرات أعلاه

#### جدول (6)

يبين تكافؤ أفراد العينة في متغيرات الطول والوزن والقوة المميزة بالسرعة والتهديف نحو الهدف المقسم إلى درجات

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	ف	
					المحسوبة	الجدولية
الطول	بين المجموعات	116,24	3	38,746	2,95	0,194
	داخل المجموعات	5577,76	28	199,205		
الوزن	بين المجموعات	399,25	3	133,083	2,95	1,566
	داخل المجموعات	2378,25	28	84,937		
ثني ومد الرجلين	بين المجموعات	6,344	3	2,114	2,95	0,589
	داخل المجموعات	100,375	28	3,584		
دقة التهديف	بين المجموعات	10,843	3	3,614	2,95	0,740
	داخل المجموعات	136,625	28	4,879		

\*قيمة (ف) المحسوبة عند درجة حرية (3-28) ومستوى دلالة (0,05) هي (2,95) .

### 3-3 الاختبارات المستخدمة في البحث :

الاختبار الأول : اختبار القوة المميزة بالسرعة للرجلين (12: 344)  
الغرض من الاختبار : قياس القوة المميزة بالسرعة للعضلات التي تعمل على ثني ومد الركبتين .  
الأدوات المستخدمة : زميل أو مراقب لحساب عدد مرات الثني والمد - ساعة توقيت .  
أجراء الاختبار : ( من وضع الوقوف ) ثني ومد الركبتين كاملا في زمن قدره (20) ثانية ، مع ملاحظة عدم استناد أي عضو من أعضاء الجسم بالأرض أو أي شيء آخر ، وتكون اليدين موضوعة خلف الرأس التسجيل : عدد مرات الثني والمد في (20) ثانية يعد مؤشرا للقوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين .  
الاختبار الثاني : اختبار دقة التهديف : ( 16 : 66 )  
أسم الاختبار : الدرجة بين الشواخص الخمسة بكرة ثم التهديف بكرة أخرى من مسافة (18) ياردة نحو الهدف المقسم إلى درجات .

- 2- الهدف من الاختبار : قياس الدقة في تصويب الكرة نحو المرمى
- 3- الأدوات المستخدمة : (2) كرات قدم ، شواخص عدد (5) ، هدف مقسم إلى درجات .
- 4- إجراءات الاختبار : تثبت الشواخص على خط مستقيم ويكون البعد بين شاخص وآخر (2) متر بحيث يكون الشاخص الأخير على بعد (2) متر من خط أ- (18) ياردة .
- 5- مواصفات الأداء : يقوم الطالب بدرجة الكرة بين الشواخص ثم التهديف بالكرة الأخرى من خط أ- (18) ياردة (خط منطقة الجزاء) نحو الهدف المقسم إلى درجات .
- 6- التسجيل : تعطى لكل طالب (5) محاولات متتالية تحتسب له الدرجة النهائية كما يلي :
  - خمس درجات في حالة إصابة الهدف عند المربع رقم (5) .
  - أربع درجات في حالة إصابة الهدف عند المربع رقم (4) .
  - ثلاث درجات في حالة إصابة الهدف عند المربع رقم (3) .
  - درجتان في حالة إصابة الهدف عند المربع رقم (2) .
  - درجة واحدة في حالة إصابة الهدف عند المربع رقم (1) .

**3-4 : التجربة الاستطلاعية :**

قام الباحث بأجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2014/2/23 في ملعب كرة القدم لمتوسطة المجد للبنين على (5) طلاب مختارين عشوائيا والذين تم استبعادهم عن التجربة الرئيسية وذلك للوقوف على أهم الملاحظات والمعوقات التي قد تواجه الباحث في تجربته وأسلوبه المتبع من خلال تطبيق نفس الاختبارات الرئيسية عليها

**3-5 : الأسس العلمية للاختبار :**

قبل البدء بعملية تنفيذ إجراءات البحث وحتى يتحقق الباحث من الأسس العلمية للاختبار قام بأجراء الاختبار على العينة المذكورة أنفا (عينة التجربة الاستطلاعية) حيث تم بعد ذلك استخراج ثبات وصدق وموضوعية الاختبار

**3-5-1 : ثبات الاختبار :**

قام الباحث بتطبيق الاختبار بتاريخ 2014/2/23 على عينة مكونة من (5) طلاب وهم عينة التجربة الاستطلاعية وأعيد الاختبار على العينة نفسها بعد (3) أيام وتحت الظروف نفسها ، وتم إيجاد معامل الثبات بين درجات الاختبارين باستخدام معامل الارتباط البسيط لبيرسون .

**3-5-2 : صدق الاختبار :**

استخدم الباحث الصدق الذاتي الذي هو صدق الدرجات التجريبية للاختبار بالنسبة للدرجات الحقيقية التي خلصت من أخطاء القياس

**3-5-3 : موضوعية الاختبار :**

أن الاختبارات المستخدمة في هذا البحث واضحة ومفهومة وبعيدة عن التقويم الذاتي ، إذ أن التسجيل كان باستخدام وحدات الزمن وعدد مرات النجاح وبذلك فإن هذه الاختبارات تعد ذات موضوعية جيدة " وتعتمد المقاييس الموضوعية لتقويم الأداء المهاري في الألعاب على أربع وسائل رئيسية هي :- عدد مرات النجاح والدقة في الأداء والزمن المخصص للأداء والمسافة التي يستغرقها الأداء " (14، 97) .

**3-6 : الاختبارات القبليّة :**

أجريت الاختبارات القبليّة بتاريخ 2014 / 2 / 26 على المجموعتين ( مجموعة التمرين الموزع ومجموعة التمرين المكثف ) بعد شرح الاختبارات لهم وكيفية تطبيقها مع أعطائهم فرصة لغرض الإحماء قبل تنفيذ الاختبارات وسجلت النتائج طبقا للشروط والمواصفات المحددة لكل اختبار .

**3-7 : المنهج التعليمي :**

تم تطبيق المنهج التعليمي لمهارة دقة التهديف لكرة القدم وقد أشتمل المنهج على (8) وحدات تعليمية للتمرين المكثف بالأسلوبين الثابت والمتغير ، بواقع وحدة واحدة في الأسبوع وعلى (16) وحدة تعليمية للتمرين الموزع بالأسلوبين الثابت والمتغير، بواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع زمن الوحدة التعليمية في التمرين المكثف بالأسلوبين الثابت والمتغير (90) دقيقة أما زمن الوحدة التعليمية في التمرين الموزع بالأسلوبين الثابت والمتغير (45) دقيقة فترة المنهج التعليمي بلغت (8) أسابيع ابتداء من 28 / 2 / 2014 ولغاية 26 / 4 / 2014 .



\* ( استخدام الأسلوبين الثابت والمتغير ) إذ قام الباحث باستخدام الأسلوب الثابت من خلال جعل محيط الأداء ثابت نسبيا حيث يخضع فيه المتعلم إلى متغير الأداء حيث يتم التمرن فيه على بعد أو مسافة واحدة عند تكرار التمرين وجعل ظروف التمرين تكون ثابتة قدر الإمكان . أما الأسلوب المتغير ففيه يخضع المتعلم إلى عدد كبير من المتغيرات في وقت واحد حيث سعى الباحث إلى التغيير المستمر في كل محاولة من محاولات التمرين وجعل الأداء متغير إذ يتم التغيير في الأبعاد والمسافات والزوايا والاتجاهات واستخدام الأدوات والوسائل المساعدة من شواخص وكراسي وحواجز وغيرها واستخدام الزميل في بعض الأحيان والسعي إلى تقريب المتعلم من أجواء المباراة كل هذه الأمور جعلت محيط الأداء في تغيير مستمر .

\* قام الباحث بتقسيم الوحدة التعليمية إلى ثلاثة أقسام هي ( التحضيري – الرئيسي – الختامي ) قسم زمن الوحدة التعليمية في التمرين المكثف إلى ما يأتي :

1- القسم التحضيري (20) دقيقة .

2- القسم الرئيسي (60) دقيقة .

3- القسم الختامي (10) دقائق .

أما بالنسبة إلى التمرين الموزع فقد قام الباحث بتقسيم الوحدة التعليمية إلى ثلاثة أقسام كما في التمرين المكثف وهي ( التحضيري – الرئيسي – الختامي ) ألا أن زمن كل قسم قد اختلف عن ما هو عليه في التمرين المكثف إذ قام الباحث باحتساب نصف الوقت المخصص لكل قسم من أقسام التمرين المكثف مستندا بذلك على الدراسات التي سبقته كما هو الحال في دراسة (جنان سلمان : 1995 ) إذ كان الزمن لكل قسم من الأقسام الثلاث كما يأتي :

1 - القسم التحضيري (10) دقائق .

2 - القسم الرئيسي (30) دقيقة .

3- القسم الختامي (5) دقائق .

وقد بلغ الزمن الكلي بالنسبة للوحدات التعليمية في التمرين المكثف بالأسلوبين الثابت والمتغير ، والزمن الكلي للوحدات التعليمية في التمرين الموزع بالأسلوبين الثابت والمتغير هو (720) دقيقة ، أي أن الزمن المخصص للوحدات التعليمية هو واحد بالنسبة للتمرين المكثف والتمرين الموزع .

3-8 : الاختبارات البعدية :

قام الباحث بأجراء الاختبارات البعدية للمجموعات الأربعة بتاريخ 29 / 4 / 2014 ولقد تمت بنفس الأسلوب وتحت نفس ظروف الاختبار القبلي .

3-9 الوسائل الإحصائية :

1- الوسط الحسابي - 2- الانحراف المعياري - 3- النسبة المئوية - 4- الارتباط البسيط ( بيرسون ) - 5- معامل الالتواء - 6- تحليل التباين (ف) - 7- قانون ( L, S, D ) - 8- قانون (T) للعينات المترابطة .

#### 4-الباب الرابع ( عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها )

4- 1 : عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لمهارة دقة التهديف بكرة القدم :



## جدول (7)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحتسبة والجدولية للاختبارات القبلي والبعدي لمهارة دقة التهديف بكرة القدم لمجاميع البحث الأربعة

دلالة الفروق	قيمة ت		مج ف <sup>2</sup>	ف -	الاختبارات البعدي		الاختبارات القبلي		المتغيرات
	جدولية	محسوبة			ع +	س -	ع +	س -	
معنوي	1,895	8,496	198	4,75	2,031	12,875	2,90	8,125	مكثف_ ثابت
معنوي		7,514	272	5,5	1,356	15,125	1,922	9,625	مكثف_ متغير
معنوي		9	704	9	2,133	17,375	2,386	8,375	موزع_ ثابت
معنوي		11,113	932	10,5	2,203	19,5	1,309	9	موزع_ متغير

\* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (7) هي (1,895)

من خلال الجدول (7) يتضح ما يأتي:

- \* المجموعة التجريبية الأولى ( مكثف - ثابت ) كانت قيمة الوسط الحسابي في الاختبار القبلي هي (8,125) وبانحراف معياري ( 2,90 ) وفي الاختبار البعدي كان الوسط الحسابي = ( 12,875 ) وبانحراف معياري ( 2,031 ) وكانت قيمة (ت) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدي = ( 8,496 ) .
- \* أما المجموعة التجريبية الثانية ( مكثف - متغير ) فكانت قيمة الوسط الحسابي للاختبار القبلي هي ( 9,625 ) وبانحراف معياري ( 1,798 ) وفي الاختبار البعدي كان ( 15,125 ) وبانحراف معياري ( 1,268 ) وكانت قيمة (ت) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدي = ( 7,514 ) .
- \* أما المجموعة التجريبية الثالثة ( موزع - ثابت ) فكانت قيمة الوسط الحسابي في الاختبار القبلي = ( 8,375 ) وبانحراف معياري هو ( 2,232 ) وفي الاختبار البعدي كان الوسط الحسابي = ( 17,375 ) وبانحراف معياري هو ( 1,996 ) أما قيمة (ت) المحتسبة بين الاختبارين القبلي والبعدي فكانت = ( 9 ) .
- \* أما المجموعة التجريبية الرابعة ( موزع - متغير ) فكانت قيمة الوسط الحسابي للاختبار القبلي هي ( 9 ) وبانحراف معياري ( 1,224 ) وفي الاختبار البعدي كان الوسط الحسابي = ( 19,5 ) وبانحراف معياري ( 2,061 ) أما قيمة (ت) المحتسبة بين الاختبارين القبلي والبعدي فكانت ( 11,113 ) . من خلال ما جاء في جدول (3) اتضح أن قيمة (ت) المحتسبة للمجاميع التجريبية الأربعة كانت أكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة ( 1,895 ) تحت مستوى دلالة ( 0,05 ) ودرجة حرية ( 7 ) مما يدل على وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

2-4 : عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدي لمهارة اختبار دقة التهديف .

## جدول (8)



يبين تحليل التباين وقيمة (ف) المحتسبة والجدولية ودلالة الفروق في مهارة دقة التهديف للاختبارات البعيدة لمجاميع البحث الأربعة .

دلالة الفروق	قيمة (ف)		متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	المعالجات الإحصائية المهارة
	الجدولية	المحسوبة					
معنوي	2,95	16,986	65,281	3	195,844	بين المجموعات	دقة التهديف
			3,843	28	107,625	داخل المجموعات	

الجدول (8) يبين :

أن قيمة (ف) المحتسبة في مهارة دقة التهديف هي ( 16,986 ) وهي أكبر من قيمة (ف) الجدولية البالغة (2,95) عند مستوى دلالة ( 0,05 ) ودرجة حرية بين المجموعات ( 3 ) ، وداخل المجموعات ( 28 ) . وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجاميع البحث في هذه المهارة . ولتحديد أفضل المجموعات تم استخدام قانون اقل الفروق المعنوية ( L,S,D ) للمقارنات البعيدة والجدول (9) يبين ذلك .

#### الجدول (9)

يبين قيمة (L,S,D) للمقارنات البعيدة بين مجاميع البحث الأربع لمهارة دقة التهديف بكرة القدم

المجاميع	الأوساط الحسابية	فرق الأوساط	قيمة (LSD)
			0,05
مكثف ثابت _ مكثف متغير	15,125 _ 12,875	- 2,25	2,007
مكثف ثابت _ موزع ثابت	17,375 _ 12,875	- 4,5	
مكثف ثابت _ موزع متغير	19,5 _ 12,875	- 6,625	
مكثف متغير _ موزع ثابت	17,375 _ 15,125	- 2,25	
مكثف متغير _ موزع متغير	19,5 _ 15,125	- 4,375	
موزع ثابت _ موزع متغير	19,5 _ 17,375	- 2,125	

الجدول (9) يبين :

- أن قيمة فرق الأوساط الحسابية بين مجاميع البحث الأربع كانت كما يأتي :
- أن قيمة فرق الأوساط الحسابية بين مجموعة ( المكثف الثابت ) ومجموعة ( المكثف المتغير ) = (2,45) .
  - وقيمة فرق الأوساط الحسابية بين مجموعة ( المكثف الثابت ) ومجموعة ( الموزع الثابت ) = (4,5) .
  - وقيمة فرق الأوساط الحسابية بين مجموعة ( المكثف الثابت ) ومجموعة ( الموزع المتغير ) = (6,625) .
  - وقيمة فرق الأوساط الحسابية بين مجموعة ( المكثف المتغير ) ومجموعة ( الموزع الثابت ) = (2,25) .
  - وقيمة فرق الأوساط الحسابية بين مجموعة ( المكثف المتغير ) ومجموعة ( الموزع المتغير ) = (4,375) .
  - وقيمة فرق الأوساط الحسابية بين مجموعة ( الموزع الثابت ) ومجموعة ( الموزع المتغير ) = (2,125) .

نرى من خلال نتائج الجدول (9) أن هناك فروقا معنوية ذات دلالة إحصائية في تعلم مهارة دقة التهديف بكرة القدم بين مجاميع البحث وكما يأتي :



- \* - هناك فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين مجموعة التمرين (المكثف الثابت) ومجموعة التمرين (المكثف المتغير) في مهارة دقة التهديف لصالح مجموعة التمرين (المكثف المتغير) .
- \* - هناك فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين مجموعة التمرين (المكثف الثابت) ومجموعة التمرين (الموزع الثابت) في مهارة دقة التهديف لصالح مجموعة التمرين (الموزع الثابت) .
- \* - هناك فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين مجموعة التمرين (المكثف الثابت) ومجموعة التمرين (الموزع المتغير) في مهارة دقة التهديف لصالح مجموعة التمرين (الموزع المتغير) .
- \* - هناك فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين مجموعة التمرين (المكثف المتغير) ومجموعة التمرين (الموزع الثابت) في مهارة دقة التهديف ولصالح مجموعة التمرين (الموزع الثابت) .
- \* - هناك فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين مجموعة التمرين (الموزع الثابت) ومجموعة التمرين (الموزع المتغير) في مهارة دقة التهديف ولصالح مجموعة التمرين (الموزع المتغير) .

#### 3-4 مناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية لمهارة دقة التهديف بكرة القدم .

من خلال النتائج التي عرضت في الجدول ( 7 ) الخاص بنتائج الاختبارات القبليّة والبعدية لمهارة دقة التهديف أن هناك فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية ويعزو الباحث هذا التقدم الى :

- 1- سلامة المنهج التعليمي واحتوائه على تمارين مختارة بصورة علمية وتكرارات صحيحة ومتناسقة منسجمة مع مستوى وقابلية أفراد العينة وقائمة على أساس الممارسة الصحيحة فالتدريب والممارسة على مهارة معينة ضمن واجب حركي يؤدي إلى زيادة الخبرة وأحداث تطور في القابلية العضلية والبدنية ، لذلك فإن الممارسة تعد أهم متغير في عملية التعلم للمهارات المعقدة وحتى البسيطة ( 12 : 56 )
- 2- اعتماد التغذية الراجعة فهي أحد أهم العوامل التي تحدد فاعلية تعلم المهارات الحركية وتطور الأداء الحركي وقد بينت معظم البحوث بأن التغذية الراجعة تزيد من تحسن الأداء في مراحل التعلم الأولى (20 : 68 )
- 3 - اعتماد الباحث على الأساليب الحديثة في مجال التعلم الحركي والقيام بعملية التداخل بين الأساليب التعليمية من خلال استخدام التمرين الموزع والمكثف ودمجهما مع الأسلوبين الثابت والمتغير بطريقة التعلم التعاوني إذ جرت عملية التداخل بين هذه الأساليب وفق أسس علمية وبشكل منظم ومتناسق ، إذ أن عملية التداخل تشارك في تهيئة أعداد المتعلم لواقع اللعب المستقبلي وتشارك في تسريع عملية التعلم من خلال استثمار الوقت والجهد ضمن المدة المحددة للتعلم ( 12 : 246 ) .

#### 4-4 مناقشة نتائج الاختبارات البعدية لمهارة دقة التهديف بكرة القدم .

من خلال تحليل التباين (ف) الخاص بالمقارنة بين مجاميع البحث في الاختبارات البعدية والمعروضة في الجدول (8) الخاص بتحليل التباين لمهارة دقة التهديف بكرة القدم ظهر أن هناك فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين مجاميع البحث حيث دلت نتائج قانون ( L,S,D ) الخاص بالجدول (9) الخاص بإيجاد أقل الفروق المعنوية بان مجموعة التمرين الموزع بالأسلوبين الثابت والمتغير تفوقت على مجموعة التمرين المكثف بالأسلوبين الثابت والمتغير ويعزو الباحث ذلك إلى عدة أسباب منها :

- \* - استخدام التمرين الموزع :

أن المبدأ الذي يحدد هذا النوع من التمرين هو فترة الراحة حيث في هذا النوع من التمرين يسمح بإعطاء فترات راحة كافية مما يؤدي إلى عدم تولد التعب لدى المتعلمين من جراء ممارسة التمرين وبالتالي أداء الحركات والمهارات بشكل جيد دون الشعور بالتعب حيث أن " فترة الراحة تؤثر في



عمليات الاستشفاء سواء كانت بين تمرين وآخر أو بين تكرارات التمرين الواحد كما أنها تختلف لدى المبتدئين عن المتقدمين " (4 : 210) وفي هذا النوع من التمرين فإن المتعلم يحصل على الراحة الكاملة التي تهدف إلى استعادة المتعلم لقفوته الكاملة بعد الأداء البدني حتى يكون على استعداد للأداء مرة أخرى بنفس القوة ودون أعاقه. (15 : 267). من خلال التمرين الموزع يتم إعطاء فترة راحة كافية للمتعلمين دون حدوث التعب وهذا ماسعى إليه الباحث من خلال توزيع زمن الوحدة التعليمية إلى وحدات إذ أشارت (6 : 2001) إلى أن التمرين الموزع يعمل على إعطاء فترات راحة كافية وذلك بتوزيع الوقت المخصص للوحدة التعليمية التي يتم فيها تعلم المهارة إلى عدة وحدات وبالتالي فإن المتعلم المؤدي للمهارة لا يشعر بالتعب الشديد الذي يؤثر سلباً على عملية التعلم. (6 : 217). وقد أشار أسامة كامل راتب (1 : 81) إلى أنه (عند تعلم المهارات يتوقع حدوث الكثير من الأخطاء وسرعة التعب لدى المتعلمين لذلك يجب زيادة تكرار أداء المهارة المراد تعلمها ولكن لفترة قصيرة). وهذا ما أشار إليه أيضاً (قاسم لزام) عن كل من (شمت وراسبرج : 2000) إلى أن (الموازنة بين الراحة والتمرين ليست فقط بين محاولات التمرين الواحد في اليوم الواحد فقط وإنما موازنة عدد أيام التمرين في الأسبوع وأيام الراحة خلالها). (12 : 210)

لقد

\* - استخدام الأسلوبين (الثابت والمتغير) :

أظهرت نتائج الجدول (9) الخاص بإيجاد أقل الفروق المعنوية لمهارة دقة التهديف بكرة القدم تفوق الأسلوب المتغير على الأسلوب الثابت إذ جاءت مجموعة التمرين الموزع بالأسلوب المتغير أول المجموعات ويعزو الباحث سبب هذا التفوق إلى فاعلية الأسلوب المتغير الذي يخضع فيه المتعلم لمتغيرات عديدة في وقت واحد عند تعلم المهارة حيث أن محيط الأداء متغير على عكس الأسلوب الثابت الذي يخضع فيه المتعلم لمتغير واحد خلال أداء المهارة أي أن المحيط الخارجي ثابت نسبياً والذي يتم التمرن فيه على أسلوب واحد تكرر فيه المهارة على مساحة أو بعد واحد أو اتجاه مثلما يتم فيه التمرن. (12 : 232) وفي هذا الأسلوب فإن المتعلم يؤدي المهارة بنفس الظروف دون تغيرات جديدة يمكن أن تطرأ على ظروف الأداء وأن هذا الأسلوب يعد ملائماً للمهارات المغلقة التي يكون محيط أدائها ثابت والتي تتطلب برنامجاً حركياً ثابتاً وأداء جيد كذلك فإن هذا الأسلوب يعطي فرصة للمتعلم للتعديل في أدائه. (10 : 94) لذلك فإن هذا الأسلوب يعد غير فعال مع المهارات المفتوحة التي يكون محيط الأداء فيها في تغير مستمر وبالتالي فإن هذا النوع من المهارات يتطلب برنامجاً حركياً عام للاستجابات السريعة على وفق التغيرات التي تطرأ على الأداء ، إذ أن الممارسة للمهارات المفتوحة تتطلب التنوع المستمر في الخبرات التي يتعرض لها المتعلم أثناء الممارسة. (8 : 134) وبالتالي فإن الأسلوب المتغير هو الأنسب حيث أن في هذا النوع من أساليب التعلم يتطلب الأمر من المتعلم أن يمارس أدائه بشكل متغير سواء هذا التغيير للمكان أو التوقيت أو حركة المتعلم إذ تؤدي الحركة بما يشبه أدائها في حالة لعب. (10 : 94). وهذا ما أكده (عامر رشيد : 1998) بأن استخدام الأسلوب المتغير يعد ذا فعالية عالية في التعلم ويعد الأفضل والأحسن لما يحققه هذا الأسلوب من أيجاد برامج وقوانين حركية ينتفع منها الرياضي وتساؤه على أداء تلك المهارة تحت ظروف المباراة إذ يستوجب أن يتم الأداء من أماكن وزوايا واتجاهات مختلفة. (9 : 70). وهذا ما سعى إليه الباحث من خلال تنظيم تكرارات التمرين وتحقيق التغيير المستمر في كل محاولة من محاولات الأداء والتنوع باستخدام الأجهزة والأدوات المساعدة فضلاً عن المتعة وعدم الملل وهذا التنوع في التمارين والوسائل المساعدة جعلت من التمرين فيه تشويق وإثارة بالنسبة إلى المتعلمين إذ أن أي عمل بدون إثارة وتشويق لا يكتب له النجاح لذلك فإن نتائج العملية التعليمية ستكون سلبية إذا ما خلت من عناصر التشويق والإثارة وفي المقابل سيكون التعلم أكثر إيجابية عندما توفر وتقدم متعة للمتعلم تساعده في أحداث رغبة في التعامل مع الموضوع والواجب المطلوب تعلمه. (12 : 59).



## 5 - الباب الخامس الاستنتاجات والتوصيات

**5-1 الاستنتاجات :** في ضوء نتائج البحث ومناقشتها توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية :

- ١ - المنهج التعليمي المعد وفق الأساليب المستخدمة في البحث له تأثير ايجابي وفعال في تعليم مهارة دقة التهديف بكرة القدم .
- ٢ أن فترات الراحة لها دور كبير في تعلم مهارة دقة التهديف بكرة القدم كما في التمرين الموزع الذي أظهر تفوقا ملحوظا على التمرين المكثف .
- 3- تفوق مجموعة التمرين الموزع المتغير على باقي المجموعات إذ احتلت أعلى النسب في تعلم مهارة دقة التهديف بكرة القدم
- 4- تفوق مجموعة التمرين الموزع الثابت على مجموعتي التمرين المكثف الثابت والمكثف المتغير في تعلم مهارة دقة التهديف بكرة القدم .
- 5- تفوق مجموعة التمرين المكثف المتغير على مجموعة التمرين المكثف الثابت في تعلم مهارة دقة التهديف بكرة القدم .

**5-2 التوصيات :** وفق ما جاء من استنتاجات فإن الباحث يوصي بما يأتي :

- ١ - ضرورة تطبيق المنهج التعليمي المعد وفق الأساليب التعليمية المتبعة في البحث في تعليم مهارة دقة التهديف بكرة القدم .
- 2- التأكيد على إعطاء فترات راحة كافية بين التمارين وبين الوحدات التعليمية لغرض الحصول على فترة الراحة المناسبة والتي تسهم بشكل كبير في زيادة التعلم .
- 3- التنويع والتغيير في استخدام التمارين عند تعليم المهارات الحركية فأنها تساعد المتعلمين على الاندفاع نحو التعلم بحماس وبدون ملل .
- 4- ضرورة إجراء دراسات مشابهة باستخدام أساليب أخرى من خلال عملية التداخل بين أساليب التمرين على المهارات الأساسية الأخرى بكرة القدم لغرض الوقوف على أفضل الأساليب .
- 5- إجراء بحوث ودراسات مشابهة للدراسة الحالية على فعاليات أو ألعاب أخرى فردية أو جماعية وعلى فئات عمرية أخرى .

## المصادر

- 1- أسامة كامل راتب ؛ علم نفس الرياضة ، ط2 : ( دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1997 ) .
- 2- الفريد كونزة ؛ كرة القدم ، ترجمة : ماهر البياتي ، جامعة الموصل ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي .





- 3- بشائر رحيم شلال ، تأثير التداخل بين التمرين المكثف والموزع بالأسلوبين الأمريكي والتدريبي لتعلم بعض المهارات بكرة السلة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة ديالى ، 2004 .
- 4- بهاء الدين ابراهيم سلامة ؛ بيولوجية الرياضة والأداء الحركي ، ط 2 : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1992) .
- 5- جودت أحمد سعادة وآخرون ؛ التعلم التعاوني ( نظريات وتطبيقات ودراسات )، ط 1 : (عمان ، دار وائل للنشر والتوزيع ، 2008) .
- 6- رولا مقداد عبيد ؛ أثر التدريب المكثف والموزع بالأسلوبين الأمريكي والأدخال في تعلم بعض المهارات الأساسية والحركات الهجومية بلعبة المبارزة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة القادسية ، 2001 .
- 7- زهير الخشاب وآخرون ؛ كرة القدم : ( الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1988) .
- 8- طلحة حسين حسام الدين وآخرون ؛ التعلم والتحكم الحركي ( مبادئ – نظريات – تطبيقات ) ، ط 1 : ( القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2006) .
- 9- عامر رشيد سبع : التعلم المهاري باستخدام طريقة التدريب المتجمع والمتوزع تحت نظم تدريبية وظروف جهد مختلفة ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 1998 .
- 10- عبدالله حسين اللامي ؛ أساسيات التعلم الحركي ، ط 1 : ( القادسية ، مجموعة مؤيد الفنية ، 2006 )
- 11- عمر عبد الرحيم ؛ مبادئ التعليم والتعلم في مجموعات تعاونية ، ط 1 : ( عمان ، دار وائل للنشر والتوزيع ، 2006) .
- 12- قاسم لزام صبر وآخرون ؛ أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم : ( بغداد ، مطابع الجامعة ، 2005) .
- 13- قيس ناجي وبسطويسي أحمد ؛ الاختبارات ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي : ( بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1987) .
- 14- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين ؛ الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي ، ط 1 : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1987) .
- 15- محمد عبد الغني عثمان ؛ التعلم الحركي والتدريب الرياضي ، ط 1 : ( الكويت ، دار القلم للنشر والتوزيع ، 1987) .
- 16- مصطفى صبحي أحمد ، تأثير استخدام أسلوب التمرين الموزع والمكثف في بعض المتغيرات المهارية والبدنية والوظيفية بكرة القدم ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2004 .
- 17- مفتي إبراهيم ؛ الأعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم: ( القاهرة ، دار الفكر العربي، 1985 )
- 18- ممدوح عبد المنعم وأحمد محمد ؛ سيكولوجية التعلم وأنماط التعليم ، ط 1: ( الكويت ، مكتبة الفلاح ، 1992) .
- 19- ناهده عبد زيد الدليمي ؛ أساليب في التعلم الحركي ، ط 1 : ( بيروت ، دار الكتب العالمية ، 2013 )
- 20- يعرب خيون ؛ التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، ط 2 : ( بغداد ، دار الكتب والوثائق ، 2010) .
- Richard and Graig :A :Wrisbery motor learning and performance - A shmidt (21) :second edition human Kenitics: 2000:p254 .

### **Effect of massed and distributed practice in the constant and varied style on cooperative learning to learn accuracy goaling skill in football**



**Mustafa subhi ahmed**  
**Mustafa 1111166@yahoo.com**

### **Abstract**

The present project aims at studying the following :

1- Explore the effect of cooperative learning in style practice distribute constant , distribute varied , massed constant , and massed varied in teaching accuracy goalling skill in football

The study has been conducted on a sample of (32) students intermediate youth school which divided in to two groups ( distribute practice group and massed practice group ) each consist of (16) students each group is divided in to two parts ( part of constant style and part of varied style ). Each part contains eight primary for each of four parts more over equivalence has been achieved for both groups to be learn accuracy goalling skill in football . these were taken as pre – tests . A special teaching course for the studying material has been designed according to traditional styles for the period of carrying out the project from ( 23 / 2 to 30 / 4 / 2014) past – tests have been conducted after completing the learning skill of both groups . the data has been analyzed and processed using bag system (SPSS) and use the convenient acts to taking consequences , and the most important conclusions can be derived from the study

1- There is a primacy for distribute varied over all groups in learning accuracy goaling skill in football .

2- There is a primacy for distribute constant over both groups (massed constant and massed varied ) in learning accuracy goalling in football .