

تأثير تدريبات التدخل التصنيفي والمنوع في التعلم
والاحتفاظ لبعض مهارات التنس للمبتدئين

الباحثان

م.م. تحسين حسني تحسين

أ.د. ظافر هاشم اسماعيل

م ٢٠١٠

هـ ١٤٣١

الملخص

«تأثير تدريبات التدخل التصنيفي والمنوع في التعلم والاحتفاظ لبعض مهارات التنس للمبتدئين»

م.م. تحسين حسني تحسين

أ.د. ظافر هاشم إسماعيل

يهدف البحث الى التعرف على تأثير تدريبات التدخل التصنيفي والمنوع في تعلم بعض مهارات التنس للمبتدئين واختيار أفضلها في التأثير والتقسي عن سبب التأثير في خطة البرنامج الحركي وفي انتقال اثر التعلم.

(٤٨) طالبا من المبتدئين في المرحلة الثالثة لكلية التربية الرياضية جامعة السليمانية للفصل الدراسي الأول ٢٠٠٩-٢٠١٠ قسموا إلى أربعة مجاميع متساوية ، تمارس المجموعة الاولى تمارين التعلم بالأسلوب الثابت والثانية بالأسلوب المتغير والثالثة بالتمرين المتجمع والرابعة بالأسلوب العشوائي في تعلم مهارتي الضربتين الأرضيتين الامامية والخلفية بالتنس. اظهرت النتائج عن وجود فروق معنوية في التأثير بين الاختبارات القبلية والبعدية وأن أفضل المجاميع في التعلم هي مجموعة التمرين العشوائي وتليها مجموعة التمرين المتغير ويوصي الباحثان بالتاكيد على استخدام التمرين العشوائي لتسهيل عملية نقل اثر التعلم بين المهارات، واستخدام التمرين المتغير لتوسيع خطة البرامج الحركية.

Abstract

Effect Of Using Random and Blocked, constant and various practice schedule on learning some skills in tennis for bigganers .

The goals of the study was to know about the effect of practice schedule (Raudom vs. Blocked ,constant vs. various)on learning som skills tennis.

The study investigate about the effect on motor program pland and transfer of learning.

Thsubjects were (48)students inrolled at sulaymamia College,They divided intor four groups, The first group was practice on Random, second one or Blocked, third one on constant and finelly: on various practice.

The results revealed that asignifient effect due to pratices on four skind of drills, The best one was the Ramdom practice, behind it the various pyactice on learning some skills in tennis.

(الباب الاول)

١- التعريف بالبحث

١-١ المقدمة واهمية البحث

ان الباحثون والمتخصصون بالعملية التعليمية يتقصون ويبحثون عن البدائل التعليمية المستخدمة في طرق واساليب التعليم والتعلم ، وايجاد افضل ممارسة لاساليب جدولة التمرين تلائم تلك المهارة او الفعالية لغرض الوصول الى افضلها في اتقان وتطوير مهارات الالعاب وافضلها في التعليم المؤثر وقريبة الشبه من حالة اللعب الحقيقية وضمن الامكانيات المتوفرة في البيئة التعليمية وبما يلائم مستوى المتعلمين وقدراتهم.

وهنا لا بد من الاهتمام بتسهيل عملية نقل التعلم من جهة وتطوير تعميم البرامج الحركية من جهة أخرى. فهناك اساليب من التمرين المتجمع والعشوائي تقوم بتهيئة المتعلم الى تطوير خطة البرنامج الحركي والاخرى الى استثمار الوقت والجهد من خلال عملية انتقال اثر التعلم والتمثلة في ((هدف التمرين المتجمع والعشوائي وتسهيل عملية الاتقان)) واساليب اخرى تقوم بتسهيل عملية تطوير تعميم خطة البرنامج الحركي والتمثل في هدف التمرين المتنوع والثابت (Schmidt and wrisberge 2004)⁽¹⁾

وبهذا يظهر نوعان من الأهداف تشكلان مسار مختلف في تعلم المهارات الحركية فالمقارنة بينهما اصبحت واجبة للتعرف على اهدافهما في انتقال اثر التعلم وفي تطوير البرنامج الحركي ومدى ملائمتها للعبة التنس التي تضم في مهاراتها الاساسية للضربتين الأرضيتين الأمامية والخلفية والتي تشكل حجر الزاوية في لعبة التنس . ولأهميتها في البحث وفي محاولة جديدة للمقارنة بين المسارات المختلفة لأداء الحركات المهارية للألعاب وتحرك المتعلم بعمليات مختلفة بدنياً وعقلياً . ولاختيار الافضل في توصيلهما للهدف التعليمي المؤثر .

٢-١ مشكلة البحث:-

تشكل اساليب جدول التمرين حالة ضرورية جدا في تعلم المهارات الحركية والبحث والتقصي عن أفضلها ملائمة لتلك اللعبة او الفعالية يحتاج الى تفحصها تطبيقياً للوقوف على فوائدها.

يلاحظ الباحثان من خلال خبرتهما في تعليم وتدريب لعبة التنس ان المدرسين او المدربين يقتصرون على اسلوب محدد من جدولة التمرين وعدم التنوع في الأساليب لاختيار أفضلها ، ولا بد من الرجوع الى أهداف كل جدولة من التمارين للاستفادة من التمرين البدني والإدراك الحسي والعقلي بأفضل حالة.

فالتمرين المتنوع والثابت له اهدافه الخاصة به وتوصيل المتعلم الى حالة تعميم البرنامج الحركي لدى المتعلم وتقليل استخدامات التغذية الراجعة عند اداء المهارات الحركية وفي حالات اللعب خاصة ،في حين ان التمرين المتجمع والعشوائي لهما اهدافهما لتوصيل المتعلم الى تسهيل عملية انتقال التعلم من مهارة الى اخرى ،فتوضيح مسارات حركة المتعلم اثناء التمرين واللعب يساعد المدرس أو المدرب على الاستفادة من هذه الاساليب وفق فترة تعليمية لبعض مهارات التنس (الضربتين الارضيتين الامامية والخلفية) للوقوف على التنوع وعلى الاستفادة من الوقت والجهد في استثمار عملية انتقال التعلم من موقع الى اخر او من مهارة الى اخرى وعلى ضوء استخدام اختبارات القدرة المهارية للضربتين واجراء الاختبارات القبليّة والبعدية والاحتفاظ.

٣-١ أهداف البحث:-

- ١- التعرف على تأثير تدريبات التدخل التصنيفي والمنوع في التعلم والاحتفاظ لبعض مهارات التنس .
- ٢- التوصل الى أفضل تدريبات التدخل التصنيفي والمنوع في التعلم والاحتفاظ لبعض مهارات التنس.

٤-١ فروض البحث:-

- ١- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في التأثير بين الاختبارات القبليّة والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية وللمجاميع كافة.
- ٢- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في التأثير بين تدريبات التدخل التصنيفي والمنوع وللاختبارات البعدية.

٥-١ مجالات البحث:-

- ١- المجال البشري : عينة من طلاب المرحلة الثالثة المنتظمين في كلية التربية الرياضية جامعة السليمانية.
- ٢- المجال الزمني : الفصل الدراسي الاول ٢٠٠٩-٢٠١٠ .
- ٣- المجال المكاني : ملاعب كلية التربية الرياضية /جامعة السليمانية.

تحديد المصطلحات:-

- ١- التدخل التصنيفي : ويشمل التمرين المتجمع والعشوائي لتسهيل انتقال التعلم بين المهارات او بين حركات المهارات ذاتها^(١) ويهدف الى تسهيل عملية نقل اثر التعلم^(٢)
- ٢- التمرينات المنوعة: وتشمل التمرين الثابت والمتغير لتطوير خطة البرنامج الحركي وتغيير في اشكال التمرين وحركاته^(٣).

الاكتساب والتعلم :-

ان الاداء يقيم من خلال تكملة مرحلة الاكتساب بين الاختبارات القبليّة والبعديّة ويقيم مقدار التعلم بتأخير او تأجيل من خلال اختبار الاحتفاظ او نقل أثر التعلم ويقيم بين مرحلة الاختبارات القبليّة والاحتفاظ به^(٤).

1-Hall k., G.Magil R.H. Variability and practice and contextual inter
ference in motor skill learning – Journal of motor Behavior,U.S.A.1995

2-schmidt and wrisberge, 2004 , op.cit,p.318

3-Ibid,p.318

4-schmidt and wrisberge, motor learning and per for mance,
IL.Human kenitics, 2008,p.24

(الباب الثاني)

٢- الدراسات النظرية والمشابهة

١-٢ الدراسات النظرية:-

التعلم وجدولة التمرين:-

لغرض الوصول الى التعلم والتدريب والتدريس المؤثر لابد من تنظيم جدولة التمارين خلال موسم الاعداد لتسهيل عملية التعلم والاحتفاظ بالمهارة لتطويرها الى الالية.

وتشمل هذه الجدولة عدة انواع وخصائص من التمرينات ،ولكل منها هدفه الخاص في توصيل المتعلم الى حالة معينة فمنها يدخل في حركة اللاعب اثناء التمرين وتسلسل حركاته ومنها من يدخل في شدة التمرين وكثافته ومنها تدخل الجوانب العقلية مع التمرينات البدنية ومنها لتطوير البرنامج الحركي لتأدية المهارات اثناء اللعب ومنها يساعد على اتقان المهارات بصورة صحيحة وبمعنى هذا ان لكل تمرين خصائصه ومميزاته.

ويشير لؤي (٢٠٠٠) بأن التمرين المتغير هو تكتيك تعليمي الهدف منه التنوع او التغيير بالنظام ويتم التمرن فيه على عدد كبير من المتغيرات الممكنة لصف الحركة اي التمرن على عدد من العناصر تؤثر في مهارة واحدة او على عدة ابعاد او مسافات وزوايا واتجاهات^(١)

اما التمرين الثابت فقد عرفه قاسم لزام (١٩٩٧) ^(٢) بأنه اسلوب واحد تكرر فيه المهارة على مسافة او بعد او اتجاه واحد يتم فيه التمرن على المهارة^(٢) وهذا يخضع الى مصطلح التمرينات هدفه لتطوير خطة البرنامج الحركي^(٣) ... وان هدف التمرين المتجمع والعشوائي هو لتسهيل عملية نقل التعلم بين المهارات او بين اشكال حركات المهارات^(٤).

ويشير شمت (١٩٩٩) ان هذين الأسلوبين (المتجمع والعشوائي) من جدوله التمارين هي ان التمرين المتجمع سلسلة متعاقبة بحيث ان التمرين فيها على جميع المحاولات لمهمة واحدة يؤدي دون مقاطعة في حين ان التمرين العشوائي يحدث من الناحية الأخرى حين لا يتم تكرار نفس المهمة بمحاولات متعاقبة^(٤)

١-لؤي حسين شكر،تأثير استخدام جدوله التمرين العشوائي والمتجمع في تعلم بعض المهارات الاساسية بالريشة الطائرة ،رسالة ماجستير/كلية التربية الرياضية ،جامعة بغداد ،٢٠٠٠،

٢-قاسم لزام صبر،اثر بعض طرائق التعلم في الاكتساب وتطور مستوى الاداء في المهارات المغلقة والمفتوحة ،اطروحة دكتوراه،جامعة بغداد ،١٩٩٧.

3 -schmidt and wrisberg,(2004),op.cit,p.318

4-schmidt and lee ,. Motor control and learning.3th.Ed.IL.Human kenitics,1999,p.271

٢-٢ الدراسات المشابهة:-

اهتمت بحوث كثيرة تعنى بجدولة التمرينات وتنظيمها في المقارنة بين المتسلسل والعشوائي او المكثف والموزع، والتدريب الذهني والبدني والتمرين المتغير والثابت وفي العاب كثيرة منها فردية ومنها جماعية .

ففي دراسة جلال خضر (٢٠٠٨) أهتم بتأثير تداخل التمرينات المكثفة والموزعة بالطريقة الكلية والجزئية في التعلم لبعض مسكات المصارعة الرومانية.

وفي دراسة لؤي حسين (٢٠٠٧) عن تأثير تداخل جدولة التمرين بأعمام البرنامج الحركي لبعض المهارات الاساسية بالريشة الطائرة في تعلم بعض المهارات الاساسية بالتنس.

و دراسة علي مكي (٢٠٠٢) عن توزيعات متنوعة لاساليب تنظيم التمرين واثرها في تعلم بعض مهارات التنس الاساسية.

ونلاحظ من الدراسات السابقة ان الاهتمام ينصب بالمقارنة بين جدوليتين من التمرين اما المتجمع والعشوائي او الكلي والجزئي او الذهني والبدني وغيرها.

في حين انصب اهتمام الباحثان هنا على مقارنة جدوليتين من التدخل التصنيفي للمهارات المتجمع والعشوائي ومقارنتهما بجدوليتين من التدريبات المنوعة (الثابت والمتغير) للوقوف على افضلها في تعلم مهارتي الضربتين الأرضيتين الأمامية والخلفية بالتنس .

١-جلال خضر، تأثير تداخل التمرينات المكثفة والموزعة بالطريقة الكلية والجزئية في تعلم بعض مسكات المصارعة ، اطروحة دكتوراه ، جامعة السليمانية ، كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٨ .

٢-لؤي حسين شكر،تأثير استخدام جدوله التمرين العشوائي والمتجمع في تعلم بعض المهارات الاساسية بالريشة الطائرة ،رسالة ماجستير/كلية التربية الرياضية ،جامعة بغداد ،٢٠٠٠ ،

٣-علي مكي الناموس ، توزيعات متنوعة لأساليب تنظيم التمرين واثرها في تعلم بعض مهارات التنس الاساسية ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٢ .

(الباب الثالث)

٣- منهجية البحث واجراءاته الميدانية

٣-١ منهج البحث:-

استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة مشكلة البحث من خلال التصميم التجريبي للمجاميع العشوائية المتكافئة.

٣-٢ عينة البحث:-

(٤٨) طالبا من المنتظمين في كلية التربية الرياضية /جامعة السليمانية للعام الدراسي ٢٠٠٩-٢٠١٠ اختيروا عشوائياً من بين مجتمع البحث البالغ عدده (١٢٠) طالبا وقسموا الى أربعة مجاميع متساوية ولكل مجموعة (١٢) طالبا . وكانت المجموعة الاولى استخدمت التمرين الثابت والمجموعة الثانية التمرين المتغير ضمن (مجموعتي التدريبات المنوعة) والمجموعة الثالثة التمرين المتجمع والمجموعة الرابعة التمرين العشوائي وتم اجراء اختبار (f) لتكافؤ العينة في المهارتين موضوعه البحث ضمن (مجموعتي التدخل التصنيفي). وتم استبعاد الممارسين للعبة التنس والراسبين والمؤجلين.

٣-٣ الادوات والاجهزة والوسائل المساعدة:-

١- ملاعب التنس النظامية

٢- كرات عدد (٢٠)

٣- مضارب عدد (٢٠)

٤- اشرطة قياس

٥- اشرطة ملونة لتخطيط ملاعب الاختبارات

٦- استمارات التسجيل

٧- الخبراء والمختصون *

٨- المصادر العربية والأجنبية

*الخبراء المختصون :-

١- أ.م.د. محمد حسن هليل / كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد / اختصاص تنس .

٢- أ.م.د. عماد عبد الكريم / كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد / اختصاص تنس .

٣- م.علي مكي / كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد / اختصاص تنس .

٣-٤ اختيار المهارات واختباراتها:-

اختار الباحث لمعالجة مشكلته مهارتي الضربتين الارضيتين الامامية والخلفية بالتنس لاجراء بحثه. وحدد اختبار ه على ضوء قياس السيطرة وعمق الضربات الامامية والخلفية واعتمد على اختبار يلائم المبتدئين وبسيط في مضمونه الذي وضعه الاتحاد الدولي للتنس (٢٠٠٤) وهو:-

في بداية الاختبار يجب التأكد ان جميع المشاركين قد اكملوا الإحماء.

هدف الاختبار:-

- ١- ان تصميم الاختبار لقياس اللاعبين في السيطرة وعمق الضربات
- ٢- اللاعب يحصل على النقاط في الملعب الفردي للتنس.
- ٣- اللاعب يضرب (١٠) كرات متتوية ، إحداها ضربة أمامية والأخرى خلفية لحين تكملة (١٠) كرات.
- ٤- تحتسب نقاط التقييم على ضوء مكان سقوط الكرة في الارتداد الاول لعمق الضربة والارتداد الثاني لقوة الضربة.
- ٥- أعلى مجموعة نقاط يكون (٤٠) نقطة للأمامية والخلفية.

اللاعب

رسم توضيحي لاختبار قياس السيطرة وعمق الضربات الامامية والخلفية^(١)

١-الاتحاد الدولي للتنس، ترجمة: ظافر هاشم اسماعيل، ٢٠٠٤ ، ص٧-٩

3-٥ التجربة الاستطلاعية :-

قام الباحثان باجراء التجربة الاستطلاعية على عينة من نفس مجتمع البحث ومشابهة لها وعددهم (٨) من الطلاب، وتم استخدام الاختبار ومدى صلاحيته وملائمته للعينة من المبتدئين وتهيئة الادوات واللوازم واستمارات التسجيل وتثبيت التكرارات اللازمة وانسيابية العمل في الوحدات التعليمية وتوجيه فريق العمل المساعد* وتحديد زمن الوحدة التعليمية والوقوف على المعوقات التي ربما ترافق عملية اجراء البحث.

٣-٦ اجراءات البحث الميدانية:-

تم تقسيم العينة الى اربعة مجاميع متساوية، ولكل مجموعة (١٢) طالباً، المجموعة الاولى تستخدم التمرين الثابت لتعليم مهارتي الضربتين الامامية والخلفية، والمجموعة الثانية تستخدم التمرين المتغير وهاتين المجموعتين ضمن التدريبات المنوعة. في حين استخدمت المجموعة الثالثة التمرين المتجمع والمجموعة الرابعة التمرين العشوائي وهما ضمن مجموعتي التدريبات التدخّل التصنيفي لتسهيل عملية نقل اثر التعلم بين المهارات. وتضمنت الوحدات التعليمية (١٢) وحدة تعليمية، (٦) وحدات للضربة الامامية و(٦) وحدات للضربة الخلفية وبزمن قدره (٩٠) دقيقة لكل وحدة تعليمية وبمعدل وحدتين في الاسبوع.

وتم اجراء الاختبارات القبليّة والبعدية والاحتفاظ بعد مرور (١٠) ايام بعد الانتهاء من الاختبار البعدي.

المعالجات الاحصائية:-

استخدم الباحث نظام (spss) لاستخراج:

١. اختبار (t) للمجاميع المتناضرة (قبلي-بعدي)
٢. اختبار (f) لتحليل التباين بين وداخل المجموعات.
٣. اقل فرق معنوي L.S.D .
٤. الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية.
٥. استخدم الباحث الاحتفاظ المطلق ولايحتاج معادلة لتوضيحه .

*فريق العمل المساعد:-

- ١- أ.م.د. محمد حسن هليل / اختصاص تنس / كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد
- ٢- م.د. علي مكي الناموس / اختصاص تنس / كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد
- ٣- م.م. علي جلال العبادي / اختصاص تنس / كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد

(الباب الرابع)

٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:-

٤-١ عرض نتائج اختبار (t) وتحليلها لمهاتري الضربتين الامامية والخلفية في اكتساب الاداء

جدول (١)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) لمهاتري الضربتين الارضيتين الامامية والخلفية ولمجاميع البحث الاربعة في اكتساب الاداء

المتغيرات	الاختبار القبلي س- ع	الاختبار البعدي س- ع	قيمة t المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
١م التمرين الثابت	١٦.٨٠ - ٢.٤٩	٢١.٢٠ - ٢.٣١	٣.٥٦	٠.٠٠٤	معنوي
٢م التمرين المتغير	١٧.٢٠ - ٣.٣١	٢٤.٧٦ - ٢.٠٧	٤.١٢	٠.٠٠٠	معنوي
٣م التمرين المتجمع	١٦.٥٧ - ١.٩٨	٢٢.١١ - ٢.٠٤	٣.٦١	٠.٠٢٠	معنوي
٤م التمرين العشوائي	١٥.٩٩ - ٢.١٣	٢٥.١١ - ٤.٥٢	٥.٣٩	٠.٠٠١	معنوي

من خلال الجدول (١) اظهرت نتائج الاختبارات القبلي للمجاميع الاربعة على التوالي في الاوساط الحسابية كالاتي (١٦,٨٠,٢٠,١٧,٢٠,١٦,٥٧,١٥,٩٩) والانحرافات المعيارية على التوالي (٢,٤٩,٣,٣١,١,٩٨,٢,٠٤) في حين اظهرت النتائج للاختبارات البعدية وللمجاميع الاربعة على التوالي في الاوساط الحسابية (٢١,٢٠,٢٤,٧٦,٢١,٢٠) والانحرافات المعيارية على التوالي (٢,٣١,٢,٠٧,٢,٠٤,٤,٥٢).

وبلغت قيمة (t) وللمجاميع الاربعة على التوالي (٣,٥٦,٤,١٢,٣,٦١,٥,٣٩) ولمستوى دلالة (٠,٠٠٤,٠,٠٠٠,٠,٠٢٠,٠,٠٠١) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلي والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية.

ملاحظة^(١): ان القياس بين الاختبارين القبلي والبعدي يعني مقدار اكتساب الاداء . والقياس بين الاختبارين القبلي والاحتفاظ يعني مقدار اكتساب التعلم.

1- Schmidt and wrisberge, Motor Learning and performance. IL. Human kenitics,2008,p.204

٢-٤ عرض نتائج اختبار (t) لمهارتي الضربتين الأمامية والخلفية في مقدار التعلم

جدول (٢)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) للضربتين الأمامية والخلفية ولمجاميع البحث الأربعة في مقدار التعلم.

المتغيرات	الاختبار القبلي س-ع	الاختبار الاحتفاظ المطلق س-ع	قيمة t المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
١م التمرين الثابت	٢.٤٩ - ١٦.٨٠	٢.١٧ - ٢١.٠١	٣.٤٨	٠.٠٠٤	معنوي
٢م التمرين المتغير	٣.٣١ - ١٧.٢٠	٢.٠٧ - ٢٣.٨٩	٤.٠٥	٠.٠٠١	معنوي
٣م التمرين المتجمع	١.٩٨ - ١٦.٥٧	٢.٢٨ - ٢١.٩٧	٣.١٢	٠.٠٣٠	معنوي
٤م التمرين العشوائي	٢.١٣ - ١٥.٩٩	٢.٣١ - ٢٤.٩٣	٥.٢١	٠.٠٠٦	معنوي

تتضح من خلال النتائج المعروضة في جدول (٢) لقياس مقدار التعلم الحاصل من الاختبارات القبلية الى اختبارات الاحتفاظ المطلق بأن الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمجاميع الأربعة كانت على التوالي (٢,٤٩,١٦,٨٠)، (٣,٣١,١٧,٢٠)، (١,٩٨,١٦,٥٧)، واخيرا (٢,١٣,١٥,٩٩) في حين كانت الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاختبار الاحتفاظ المطلق وعلى التوالي (٢,١٧,٢١,٠١)، (٢,٠٧,٢٣,٨٩)، (٢,٢٨,٢١,٩٧)، (٢,٣١,٢٤,٩٣).

وبلغت قيمة (t) وللمجاميع الأربعة على التوالي (٥,٢١,٣,١٢,٤,٠٥,٣,٤٨) وتحت مستوى دلالة (٠,٠٠٦,٠,٠٣٠,٠,٠٠١,٠,٠٠٤) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعديّة ولصالح اختبارات الاحتفاظ المطلق

٣-٤ عرض وتحليل نتائج اختبار (F) و (L.S.D) للمهارتين الامامية والخلفية وللمجاميع الأربعة

جدول (٣)

الدالة الاحصائية	مستوى الدلالة	قيمة F المحسوبة	متوسط المربعات MS	درجة الحرية df	مجموع المربعات SS	مصدر التباين
معنوي	٠.٠٠٥	٤.٢١٤	١٠٤.٤٣٢	٣	٢٠٨.٨٦٧	بين المجموعات
			١٩.٥١٨	٤٤	١٦١.٠٣٣	داخل المجموعات

يتضح من خلال الجدول (٣) ان هناك فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعات البحث الاربعة في اداء مهارتي الضربتين الارضيتين الامامية والخلفية ، اذا كانت قيمة (F) المحتسبة (٤.٢١٤) وبمستوى دلالة (٠.٠٠٥) مما يؤكد عن وجود فرق معنوي في تعلم مهارتي الضربتين الأرضيتين الامامية والخلفية بين وداخل المجاميع الاربعة.

ومن خلال استخدام اختبار (L.S.D) لمعرفة اقل فرق معنوي بين المجاميع الاربعة لاداء الضربتين الامامية والخلفية ، ظهر انه لا يوجد فرق معنوي في الاوساط الحسابية للمجموعتين الاولى والثالثة (الثابت، المتجمع) في حين ظهرت فروق معنوية بينهما مع المجموعتين الثانية والرابعة ، ولم تظهر فروقا معنوية بين مجموعة التدخل التصنيفي (العشوائي) ومجموعة التمرين المنوع وعند مقارنة المجاميع الاربعة في اختبار الاحتفاظ لم تظهر فروقا معنوية تذكر بينهما ولكن تفوقت مجموعتي التمرين العشوائي والمتغير على الثابت والمتجمع.

٤-٤ مناقشة النتائج

لغرض تحقيق الهدف الاول المعروضة نتائجه في الجدولين (٢،١) والذي يهدف الى التعرف على تأثير تدريبات التدخل التصنيفي والمنوع في اكتساب التعلم والاحتفاظ لبعض مهارات التنس فقد وجد ان هناك تأثيرا واضحا في عملية اكتساب التعلم والاحتفاظ بين الاختبارات القبلية والبعديّة، وبين القبلية والاحتفاظ لقياس مقدار التعلم .

وظهرت فروقات متباينة بينهما ، ويعزو الباحثان الى ان التدريبات على التمرينات الاربعة كانت كافية وشاملة وكفاية الوحدات التعليمية واستخدامات التغذية الراجعة ويعزز ذلك (٢٠٠٤) Mosston)) انه كلما زادت المحاولات التكرارية للمهارة كلما اصبحت اكثر اتوماتيكية ،وان القاعدة الاساسية في تطور المهارات الحركية ويظهر تقدما واضحا هو الاهتمام بعدد محاولات الاداء وتنويعها))^(١)

وبهذا تحقق الهدف الاول في التأثير على الاداء والتعلم. ولتحقيق الهدف الثاني الذي ينص على التوصل الى افضل التدريبات التدخل التصنيفي او التدريب المنوع في التعلم والاحتفاظ لبعض مهارات التنس والمعروضه نتائجه في الجدول (٣) ان هناك تأثير معنويًا ، ويعزو الباحثان الى ان هذه التدريبات بأشكالها الاربعة تهدف الى تطور المهارة ولكن لكل منها هدفها وخصوصيتها في التعلم ، مجموعتي التمرين الثابت والمتجمع يركزان على نمط ثابت تقريبا من الاداء ويرسخان عملية الاداء في الذاكرة وخطة برنامج حركي واحد ، وتؤدي تكرارات متركزة على اداء واحد وفي هذه التمرينات يعتمد بشكل اساسي على الضبط الداخلي للمتعلم على اداء المهارة.

في حين ظهر تفوق المجموعتين العشوائيّ والمتغير على المتجمع والثابت في الاداء والتعلم، ويعزو الباحث الى ان هاتين المجموعتين تعدان المتعلم الى مواجهة التغيرات الحاصلة في اللعب وتقربه من صورة الحالة المشابهة لحالة اللعب من خلال التصرف من اماكن ومواقع ومسافات مختلفة مما يساعده على تكوين برامج حركية متهيئة مسبقا والتخطيط لها قبل الاداء، وهذا يساعد المتعلم في تغيير السرعة والمسافة والدقة والانتقال من مكان لآخر وباتجاهات مختلفة ويساعد المتعلم على السيطرة والتحكم بمجريات اللعب .وعززت فكرة التمرين المتغير والعشوائيّ هي النظرية التخطيطية التي تقول))ان تنظيم التمرين بشكل متنوع او متغير هو الاكثر تأثيراً في التعلم والتطور من التمارين الثابتة والمتجمعة))^٢

1- Mosston , Muska, teaching physical Education ,Macmillan .

pub.(2004),p.171.

٢- قاسم لزام صبر ، تأثير توزيعات مختلفة لجدولة التمرينات في تعلم بعض مهارات التنس وكرة

القدم ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية / ١٩٩٨ ، ص ٤١

ويضيف لؤي (٢٠٠٠)^(١) ان صفة التداخل التي يتميز بها التمرين العشوائي تجعل المتعلم في وضع يضطر معه الى استذكار البرنامج الحركي لكل مهارة^(١) ويعزو الباحث أفضلية هذا الأسلوب إلى التداخل المباشر الحاصل بين المهارات حيث يزيد هذا التداخل القدرة على التمييز بين المهارات من حيث التشابه والاختلاف وبهذا يساعد على انتقال اثر التعلم بين المهارات وخاصة المتشابه فيما بينهما سواء في المثير أو الاستجابة او كليهما وان تفوق مجموعة التمرين العشوائي ربما سببه إن هذا التمرين يوفر للمتعلم فرصة الربط بين المهارات خلال مدة التمرين وتكوين جملة حركية عن طريق ثلاث برامج حركية مختلفة مما يعطي تفاعلا ايجابياً مع المثير . وهذا التنوع يزيد من الدافعية والتشويق وتبديد الملل ، ويساعده في تقدم التمرين وتطوره مع حالة التمرين المتنوع الذي يساعد على تطور البرامج الحركية وتوسيعها .

١- لؤي حسين شكر، تأثير استخدام جدولة التمرين العشوائي والمتجمع في تعلم بعض المهارات الاساسية بالريشة الطائرة ،رسالة ماجستير ،كلية التربية الرياضية،جامعة بغداد ٢٠٠٠، ص٦٨

٥- الاستنتاجات والتوصيات:-

٥-١ الاستنتاجات:-

اولاً : ظهر تأثير واضح لتدريبات التدخل التصنيفي (المجتمع العشوائي) والتدريبات المنوعة (الثابت والمتغير في اكتساب الأداء والتعلم والاحتفاظ وللمجاميع الأربعة ولكن بشكل متباين.

ثانياً: تفوق مجموعتي التدريبات العشوائية والمتغيرة على مجموعتي التدريبات الثابتة والمتجمعة.

ثالثاً: أفضلية التأثير ظهر في مجموعة التدريبات العشوائية على المجاميع الثلاثة الأخرى، مما زاد من انتقال اثر التعلم بين المهارات.

رابعاً: جاءت مجموعة التدريبات المتغيرة بعد التدريبات العشوائية وأفضل من الثابتة، وهذا مما يزيد تطور خطة البرامج الحركية عند المتعلم .

خامساً: ظهر تباين في الاحتفاظ وأفضلها مجموعة التدريبات العشوائية .

٥-٢ التوصيات

اولاً: استخدام تدريبات التدخل التصنيفي وخاصة التمرين العشوائي في تسهيل عملية انتقال اثر التعلم بين المهارات.

ثانياً: استخدام التدريبات المنوعة المتمثلة في التمرين المتغير لما له اثر في توسيع تطور خطة البرنامج الحركي.

ثالثاً: محاولة اجراء بحوث على العاب فردية وجماعية اخرى .

رابعاً: الاعتماد على اختبار الاحتفاظ في قياس مقدار التعلم.

(المصادر العربية والاجنبية)

- لؤي حسين شكر، تأثير استخدام جدول التمرين العشوائي والمتجمع في تعلم بعض المهارات الاساسية بالريشة الطائرة، رسالة ماجستير/كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٠٠٠،
- قاسم لزام صبر، اثر بعض طرائق التعلم في الاكتساب وتطور مستوى الاداء في المهارات المغلقة والمفتوحة، اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، ١٩٩٧.
- جلال خضر، تأثير تداخل التمرينات المكثفة والموزعة بالطريقة الكلية والجزئية في تعلم بعض مسكات المصارعة، اطروحة دكتوراه، جامعة السليمانية، كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٨.
- علي مكي الناموس، توزيعات متنوعة لأساليب تنظيم التمرين وأثرها في تعلم بعض مهارات التنس الاساسية، اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٢.
- الاتحاد الدولي للتنس، ترجمة: ظافر هاشم اسماعيل، ٢٠٠٤، ص ٧-٩.
- قاسم لزام صبر، تأثير توزيعات مختلفة لجدولة التمرينات في تعلم بعض مهارات التنس وكرة القدم، اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية / ١٩٩٨، ص ٤١.

- Schmidt and wrisberge, motor learning and perfor mance.IL.Human kintics,2004, p. 318
- Hall k., G.Magil R.H. Variability and practice and contextual inter ference in motor skill learning – Journal of motor Behavior,U.S.A.1995
- schmidt and wrisberge, 2004 , op.cit,p.318
- Ibid,p.318
- schmidt and wrisberge, motor learning and per for mance, IL.Human kenitics, 2008,p.24
- schmidt and wrisberg,(2004),op.cit,p.318
- schmidt and lee ., Motor control and learning.3th.Ed.IL.Human kenitics,1999,p.271
- Schmidt and wrisberge, Motor Learning and performance. IL. Human kenitics,2008,p.204
- Mosston , Muska, teaching physical Education ,Macmillan . pub.(2004),p.171.