

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة البصرة

كلية التربية الرياضية

تأثير أسلوب المواجهة والمحطات في تعليم بعض
الصفات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية
الهجومية بكرة السلة

بحث تجريبي

على طلبة الصف الأول متوسط بعمر 12-13 سنة

أعداد

الأستاذ الدكتور

حيدر عبد الرزاق كاظم

الأستاذ الدكتور

احمد عبد العزيز عبيد

المدرس الدكتور

لقمان عمران شنين

2011 م

ملخص البحث

تأثير أسلوب (المواجهة والمحطات) في تعليم بعض الصفات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة

ا.د. احمد عبد العزيز عبيد ا.م.د. حيدر عبد الرزاق كاظم م.د. لقمان عمران شنين

جاءت أهمية البحث في جدولة درس التربية الرياضية وفق أسلوب المواجهة والمحطات وإعطاء التمارين بطريقه علميه مقننه تتضمن التشويق والإثارة في العملية التعليمية حيث يعتبر أداء المحطات من الطرق الهادفة في الأداء لدرس التربية الرياضية وفي تنمية وتثبيت المهارات الحركية وتنمية الصفات البدنية .

وكان هدفا البحث:

- 1- التعرف على اثر أسلوب المواجهة والمحطات في تعليم بعض الصفات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة.
- 2- التعرف على الفروق بين المجموعتين التجريبتين في الاختبارات البعدية لبعض الصفات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة .

وقد فرض الباحثون:

- 1- وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية في تعليم بعض الصفات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة للمجموعتين التجريبتين ولصالح الاختبارات البعدية .
- 2- وجود فروق معنوية بين المجموعتين التجريبتين في الاختبارات البعدية ولصالح مجموعة المحطات في تعليم بعض الصفات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة .

واهم ما تم استنتاجه:

- 1- أسلوب المحطات وخصائصه له التأثير الايجابي في تطوير الجوانب البدنية الخاصة والمهارية للعبة كرة السلة قيد البحث لصف الأول المتوسط.

وقد اوصى الباحثون:

- 1- اعتماد التمرينات المقترحة وأسلوب أداء المحطات والمواجهة في درس التربية الرياضية لتعليم بعض الصفات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة لطلبة الصف الأول متوسط.

- 2- استخدام أسلوب المحطات أفضل لتطوير الجوانب البدنية عكس أسلوب المواجهه الذي بدوره هو الأفضل لتطوير الجوانب المهارية في لعبة كرة السلة لصف الأول المتوسط.

ABSTRACT

THE EFFECT OF TRAINING IN EXCHANGING PAIRING AND RE-GROUPING TECHNIQUES ON DEVELOPING SPECIFIC PHYSICAL QUALIFICATION AND SKILL OF BASKETBALL PLAYERS

Prof. Ahmed Abdul-Aziz

Asst. Prof. Hayder Abdul-Razaq

Loqman Omran Shnayin

The significance of this study stems from scheduling physical education classes according to pairing and re-grouping techniques when applied to training with interest and motivation. It is common that these techniques aim at improving and re-enforcing kinetic skills and physical qualification.

The two aims of this study read as follows:

1. Identifying the effect of applying pairing and re-grouping techniques improving and re-enforcing kinetic skills and physical qualification of basketball players.
2. Identifying the significant differences between the pre-tests and posttests given to both experimental groups with reference to kinetic skills and physical qualification of basketball attacks.

The researchers have held the following hypotheses:

1. There might possibly be statistically significant differences between the results of the posttests and pre-tests and the difference in favour of the former.
2. There might possibly be statistically significant differences between the results of the posttests and pre-tests in favour of the former as far as re-grouping techniques are concerned.

It has been concluded here that the technique of re-grouping affects positively with reference to kinetic skills and physical qualification of basketball players of the third-year intermediate pupils of Iraq.

The research work ends with the following recommendations:

1. Pairing and re-grouping had better be followed in physical education classes Pairing and re-grouping to improve kinetic skills and physical qualification of basketball players of the first-year intermediate pupils of Iraq.
2. To improve physical qualification, one had better follow the re-grouping technique whereas the repairing technique will be the best to develop physical skills of those who play basketball among the Iraqi first-year intermediate pupils .

1-1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث :

اهتمت الدول المتقدمة بالتربية البدنية لمجتمعاتها اهتماما كبيرا لما لها من أهداف بناءه تساعد على أعداد الفرد أعدادا شاملا لجميع جوانب الشخصية سواء كانت عقلية أو جسمية أو نفسية أو اجتماعية. وقد عرفها حسين معوض نقلا عن محمد سعيد (1996)⁽¹⁾ (بأنها مظهر من مظاهر التربية تعمل على تحقيق أغراض البدنية والعقلية والاجتماعية والنفسية بواسطة النشاط الحركي المختار بهدف التنمية الشاملة المتزنة وتعديل السلوك تحت قياده صالحة).

وتهدف أعملية التعليم بالمراحل الدراسية المختلفة إلى تحقيق النمو الشامل للطالب من جميع الزوايا المعرفية والنفس الحركي والوجداني .

وبما إن التدريس علم وفن ولأجل إن يتماشى هذا العلم مع تكنولوجيا التعليم الحديثة وجب على المربين المختصين والعاملين في حقل التربية الرياضية إن يدرسوا توقعات المستقبل ويستعدوا لأجل تطوير واقع الحركة الرياضية وإمكاناتها ومن اجل مواكبة هذا التطور علينا أن نهيا أنفسنا لاستقبال التكنولوجيا الحديثة في التدريس والتعليم وتكون أكثر تقدما في العملية التعليمية .

وبما إن التربية الرياضية هي جزء أساسي من التربية ألعامة وميدان لتكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والاجتماعية والنفسية والصحية من خلال الممارسة لمختلف الأنشطة الرياضية التي وضعت من اجل تحقيق هذه الإغراض فانه يجب علينا إن نضع البرامج التي تتضمن الأنشطة التي تحقق للمشاركين بها نتائج مفيدة لنموهم وتطورهم من اجل اكتسابهم الصفات البدنية والمهارية وبالتالي بناء أجهزتهم الحركية بكفاءة عالية .

ومن هنا جاءت أهمية البحث في جدولة درس التربية الرياضية وفق أسلوب المواجهة والمحطات وإعطاء التمارين بطريقه عمليه علمية مقننة تتضمن التشويق والإثارة في العملية التعليمية حيث يعتبر أداء المحطات من الطرق الهادفة في الأداء لدرس التربية الرياضية وفي تنمية وتثبيت المهارات الحركية وتنمية الصفات البدنية .

2-1 مشكلة البحث:

(1) محمد سعيد عزمي. أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الأساس :منشأة المعارف ، الإسكندرية، 1996، ص18

تعد العملية التنظيمية لدرس التربية هامة جدا لنجاح الدرس، فالدرس المنظم لايساعد فقط على تأكيد النجاح ولكنه يفضي ايجابية على جو الدرس ككل وعلى العلاقة بين المدرس والطالب . وكذلك على العلاقة بين الطلاب أنفسهم على العكس من ذلك فان لم تبذل عناية خاصة في تنظيم الدرس ضمن المتوقع تقل قدرة الطلاب على التركيز إثناء الدرس، ويؤدي بالتالي إلى عدم استيعاب الأداء وإنفاق المزيد من الوقت والجهد عند الأداء.

وان كل عملية تعليمية تتطلب إجراءات تنظيمية وكذلك جميع الطرق تتطلب في نفس الوقت أسس تنظيمية، لذا ينبغي مراعاة إن جميع إجراءات عملية التدريس لايمكن تحقيقها إلا في إطار تنظيمي محدد. والتي تتضمن أساسا الأنشطة الحركية المتقدمة والمتنوعة للطلاب والتغير الدائم بالأماكن ، والانتشار الكافي بالصف وكيفية ضم الطلاب في مجموعات بالإضافة إلى المشكلات المرتبطة بالحمل والراحة ومن كل ما تقدم تبنى الباحثون مشكلة البحث في استخدام أسلوب المحطات والمواجه في درس التربية الرياضية لما لها من أهمية في عملية التنظيم ومعرفة تأثيرها في تعلم بعض مهارات كرة السلة .

1-3 هدفا البحث :

3- التعرف على اثر أسلوبى المواجهة والمحطات في تعليم بعض الصفات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة.

4- التعرف على الفروق بين المجموعتين التجريبيتين في الاختبارات البعدية لبعض الصفات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة .

1-4 فرضا البحث :

3- وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية في تعليم بعض الصفات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة للمجموعتين التجريبيتين ولصالح الاختبارات البعدية.

4- وجود فروق معنوية بين المجموعتين التجريبيتين في الاختبارات البعدية ولصالح مجموعة المحطات في تعليم بعض الصفات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة .

1-5مجالات البحث :

1-5-1 **المجال البشري** : طلبة الصف الأول متوسط باعمار 12-13 سنة.

1-5-2 **المجال المكاني** : ساحة الألعاب لمتوسطة العشار للبنين .

1-5-3 **المجال الزماني** : المدة من 3/10/2010 لغاية 14/12/2010

2- الدراسات النظرية :

2-1 الأداء بالواجهة (1):

2-1-1 مفهومه ومزاياه

الأداء بالواجهة أسلوب مناسب لأداء جميع الطلبة لنفس نوع الأداء في وقت واحد ، وبذلك يستطيع المدرس أن يوجه كل إجراءاته الطبقية والتنظيمية للصف كله كوحدة واحدة وفي هذه الحالة يقع طلاب الصف كلهم تحت نظر المدرس .

ومن أهم مزايا الأداء بالواجهة ما يلي :

- زيادة شد وفاعلية الأداء نظرا لأن جميع الطلاب يؤدون نفس الوقت .
- يستطيع المدرس أن يتعرف بصورة جيدة على الأداء الحركي الخاطئ للطلاب وكذلك طريقة سلوكهم .
- يمكن توجيه الحمل والراحة للطلاب بصورة مباشرة .
- التأثير التربوي والطريق المباشر للمدرس على كل الطلاب .
- سهولة التنظيم .
- إمكانية إكساب المعارف والمعلومات بصورة جيدة .

ومن مآخذ الأداء بالواجهة ما يلي :

- صعوبة تحديد جرعات الحمل لكل طالب .
- صعوبة مساعدة كل طالب .
- صعوبة التربية الاستقلالية لكل طالب .

2-1-2 مجال الاستخدام

بالرغم من أن الأداء بالواجهة يستخدم أساسا عند وقوف الفصل كمجموعة واحدة ، إلا أنه يمكن استخدام هذا الأسلوب عند وقوف الفصل في صفوف أو قاطرات أو مجموعات أو أزواج - المهم أساسا هو قيام الطلاب بنفس الأداء معا. ويلاحظ عدم وجود فترات انتظار أثناء مسار الأداء عند استخدام هذا الأسلوب ، كما أن المدرس يمكنه أن يصدر الأمر بإيقاف الأداء بعد وقت معين طبقا للواجب التعليمي أو التربوي الذي ينبغي تحقيقه .

وقد أظهرت التجارب والخبرات أن أسلوب الأداء بالواجهة يصلح للاستخدام في:

- العديد من الواجبات التعليمية لمعظم الأنشطة الرياضية التي يتضمنها منهج التربية البدنية
- جميع أجزاء درس التربية البدنية .

¹ - محمد سعيد عزمي. أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الأساس : منشأة المعارف ، الإسكندرية 1996، ص 67.

- يناسب الأداء في الجزء التمهيدي من الدرس وعند تكرار الأداء ومحاولة تثبيت الأداء أي أنه يصلح لجميع الأهداف التعليمية .

2-1-3 تشكيل حمل الأداء :

يعد الأداء بالمواجهة من أساليب الأداء التي تتميز بدرجة عالية من الفاعلية نظرا لأن جميع الطلاب يؤدون نفس التمرينات ونوع الأداء ,حيث يمكن التحكم بدرجة كبيرة في الحمل والراحة , الأمر الذي يسهم في تنمية صفات بدنية معينة . ويمكن البرهنة على فاعلية أسلوب الأداء بالمواجهة من وجهة نظر عامل " زمن الأداء " في ضوء نتائج العديد من البحوث والدراسات العلمية التي أشارت إلى الزيادة الواضحة في زمن الأداء لكل طالب في الأجزاء المختلفة لدرس التربية البدنية (الجزء التمهيدي والجزء الرئيسي والجزء الختامي) .

وفي طريقه الأداء بالمواجهة يمكن تغيير تأثير الحمل باستخدام الاجراءت التالية :

- تغيير درجة صعوبة تمرينات أو مجموعة التمرينات (مثلا التبادل ما بين التمرينات السهلة والتمرينات الصعبة , تغيير الأداء من تمرينات متشابهة إلى تمرينات غير متشابهة أو من تمرينات ذات تكوين معين إلى تمرينات ذات تكوين مغاير أو مختلف) .
- تغيير النّقل (مثلا الأداء بنقل إضافي أو الأداء بدون نقل , أو الأداء بنقل خفيف أو ثقيل أي الأداء بأداة ثقيلة الوزن أو ذات وزن أخف) .
- تبادل الأداء بتمرينات فردية أو مجموعة تمرينات أو سلسلة من التمرينات .
- زيادة عدد مرات الأداء في نفس الوحدة أو الفترة الزمنية .
- تغيير العلاقة بين دوام فترة الحمل وفترة الراحة (مثلا الأداء لفترة دقيقتين والراحة لفترة نصف دقيقة ثم تغييرها إلى الأداء لفترة ثلاث دقائق والراحة لفترة نصف دقيقة) .
- التشكيل الايجابي لفترة الراحة (أي راحة ايجابية أو نشطة بدلا من راحة سلبية) .

2-1-4 بعض وجهات النظر التربوية

يقدم الأداء بالمواجهة إمكانيات تربوية مناسبة من خلال التأثير المباشر للمدرس على جميع تلاميذ الفصل , وبخاصة بالنسبة للسلوك النظامي والانتظام في إطار جماعة الفصل والأداء بعناية والأداء المركز والاستخدام الأمثل لزمن الدرس .

ومن خلال الاختبارات المتعددة والمنظمة للمحتويات التعليمية يمكن تحقيق المتطلبات والأهداف باستخدام تشكيلات لها طابع التشويق. كما يمكن الإفادة من فترات إيقاف الأداء بإعطاء إرشادات ونصائح للطلاب وحفزهم على اكتساب المعارف والمعلومات وإثارة دوافعهم لاكتساب أنماط السلوك الهادفة . وفي إطار العمل كله كمجموعة يمكن تحديد متطلبات معينة واختيار مستوى أداء هذه المتطلبات كما يمكن استخدام أسلوب المدح والذم والثواب والعقاب في مواجهة الفصل ككل .

2-2 مفهوم أسلوب المحطات في التعليم :

الأداء في المحطات يعد طريقة هادفة من طرق الأداء في درس التربية البدنية ويؤدي غالبا بغرض تثبيت المهارات الحركية وتنمية الصفات البدنية ويقوم الطلاب في هذه الطريقة بالأداء بصورة مستمرة (كل طالب بعد الآخر مباشرة) في محطات متعددة والتي تشكل في مجموعها دائرة محطات. ومصطلح (محطة) يقصد بها مكان الأداء وينبغي ملاحظة أن الأداء في محطات لا يعد فقط من خصائص طريقة الأداء في محطات، بل يمكن استخدامه أيضا عند الأداء في مجموعات أو عند الأداء الدائري ومصطلح (دائرة محطات) يقصد به عدة محطات تشكل في مجموعها وحدة واحدة ويقوم كل طالب بالأداء في كل محطة من هذه المحطات الواحدة بعد الأخرى (مع مراعاة إلا يشترط أن تكون المحطات على هيئة دائرة) ويمكن تنفيذ ذلك بالطريقتين التاليتين⁽¹⁾

- 1- أن تكون هناك دوائر محطات متعددة بعدد المجموعات أو الأقسام الموجودة وتقوم كل مجموعة أو قسم بالأداء في (دائرة محطات) واحدة.
- 2- كل المحطات الموجودة تصبح دائرة محطات كبيرة ويقوم الفصل بالأداء على جميع هذه المحطات التي تشكل في مجموعها وحدة واحدة، ولإمكانية التغلب على فترات الانتظار تقوم كل مجموعة بالبداية من أماكن مختلفة في محطات الدائرة.

2-2-1 تشكيل الحمل بأسلوب المحطات:

عند استخدام طريقة المحطات يكون الأداء بصورة متقطعة - أي يحدث تبادل بين الحمل والراحة سواء داخل دائرة المحطة (مع أعطاء فترات راحة غير كاملة) أو بين دائرة محطة إلى أخرى (مع أعطاء فترة راحة كافية)، وبالنسبة لزمان الأداء في كل دائرة محطة قد يصل من (4-6) دقائق وفترة الراحة بين دوائر المحطة تتراوح ما بين (30) ثانية إلى (2) دقيقة ، وفي أثناء فترات الراحة تتاح الفرصة للمدرس لتصحيح الأخطاء وإعطاء التوجيهات الفنية للأداء وبعض التوجيهات التربوية⁽²⁾.

وبالنسبة لحجم الحمل يراعي انه :

- كلما زادت فترة أداء الطالب في محطة كلما زادت فترة الراحة بين كل محطة وأخرى .

(1) عنايات محمد احمد فرج . منهاج وطرق تدريس التربية البدنية : دار الفكر العربي ، القاهرة، 1998، ص114.

(2) عنايات محمد احمد فرج. نفس المصدر . ص117.

- مراعاة عدد المحطات بالنسبة لعدد الطلاب فكلما زاد عدد المحطات عن عدد الطلاب كلما ارتفع مستوى الحمل.
- مراعاة مستوى الطلاب والعلاقة بين حمل الأداء السابق وحمل الأداء الذي يليه ودرجة صعوبة الأداء التالي والظروف الجوية.
- مراعاة تحديد عدد مرات الأداء عند تكرار الأداء داخل محطة حتى يمكن ضمان تثبيت الأداء المهاري وضمان فاعلية الحمل وفي هذه الحالة يحسن أداء تمارينات قليلة وتكرار عدد اكبر من المرات.

2-2-2 ويمكن الأداء باستخدام طريقة المحطات على النحو التالي:

- 1- بعد أن يتعود الطلاب الأداء في مجموعات أو أقسام يمكن للمدرس التمهيد لاستخدام الأداء في محطات بالإضافة إلى أداء آخر أو أكثر من أداء رأي إضافة محطة أو محطتين لكل مجموعة.
- 2- يمكن أثناء الأداء في المجموعات باستخدام واجبات إضافية أن تكون التمارينات متساوية بالقيمة والأداء وبذلك لا يوجد تمارينات أساسية وأخرى إضافية (كما هو الحال في طريقة الواجبات الإضافية) بل تصبح جميع التمارينات على نفس المستوى وبذلك تشبه طريقة الأداء.
- 3- عندما يتعود الطالب الأداء المهاري بصورة مستقلة فعندئذ يصبح من السهولة البدء بالأداء بطريقة المحطات مع ضرورة مراعاة أن الغرض الرئيسي للأداء هو تحسين وتطوير الأداء ومحاولة الوصول لأعلى إتقان حركي.

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

3-1 منهج البحث:

استخدم الباحثون المنهج التجريبي لملائمة في حل مشكلة البحث وتحقيق أهدافه .

3-2 عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وهم طلبة الصف الأول متوسط في مدرسة العشار للبنين البالغ عددهم (40) طالبا يمثلان شعبي (ج-د) تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبيتين بالطريقة العشوائية (بالقرعة) بحيث أصبحت شعبة (ج) المجموعة التجريبية الأولى التي تؤدي أسلوب المواجهة وشعبة (د) المجموعة التجريبية الثانية التي تؤدي أسلوب المحطات وبذلك أصبح عدد كل مجموعة (20) طالبا ، وبذلك بلغت نسبة العينة من الطلبة ضمن المدرسة للصف الأول متوسط (37.73%) من أصل (106) طالبا.

بعدها تم تجانس العينة داخل كل مجموعة وتكافؤ المجموعتين في متغيرات البحث قبل الخوض في التجربة الرئيسية وكما في الجدول (1):

جدول (1)

يوضح تجانس وتكافؤ المجموعتين التجريبيتين

الدالة	قيمة ت المحتسبة	مجموعة أسلوب المحطات			مجموعة أسلوب المواجهة			الاختبار أو القياس	ت
		معامل الاختلاف	ع	س	معامل الاختلاف	ع	س		
غير معنوي	0.58	2.16	0.87	40.1	1.54	0.62	40.2	الوزن/كغم	جسمي
غير معنوي	0.23	1.33	1.6	120.2	1.49	1.8	120.11	الطول/سم	
غير معنوي	0.45	19.44	1.4	7.2	4.36	0.31	7.1	القوة المميزة بالسرعة للذراعين(عدد)	بنّي
غير معنوي	0.58	9.45	0.7	7.4	10.95	0.8	7.3	السرعة الحركية للذراعين(عدد)	
غير معنوي	0.64	6.34	0.59	9.3	8.26	0.76	9.2	المنافسة الصدرية (عدد)	مهاري
غير معنوي	0.543	25.62	0.82	3.2	26.12	0.81	3.1	التهديف السلمي(عدد)	

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (38) ومستوى (0.05) = 2.042

3-3 الأجهزة والأدوات المستخدمة :

- 1- كرات سلة عدد (10).
- 2- ملعب كرة سلة قانوني في متوسطة العشار للبنين.
- 3- طباشير.
- 4- ساعة إيقاف.
- 5- ميزان.
- 6- شريط قياس.
- 6- صافرة.
- 7- الوسائل الاحصائية .
- 8- المصادر والمراجع
- 9- فريق عمل مساعد.

3-4 الاختبارات المستخدمة :

- 1- القوة المميزة بالسرعة للذراعين (1).

(1) قيس ناجي عبد الجبار ، وبسطويسي احمد. الاختبارات والقياس ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي: مطبعة جامعة بغداد، 1984، ص 286.

2- السرعة الحركية للذراعين⁽²⁾.

3- المناولة الصدرية من الحركة⁽³⁾.

4- التهديد السلمي⁽⁴⁾.

3-5 التجارب الاستطلاعية:

3-5-1 التجربة الاستطلاعية الأولى:

أجرى الباحثون التجربة الاستطلاعية الأولى بتاريخ (2010/10/3) على العينة الأصلية وذلك لتقنين حمل التمارين المستخدمة ومعرفة شدة وحجم وراحة كل تمرين ومدى إمكانية العينة في أدائها بأسلوب المحطات.

3-5-2 التجربة الاستطلاعية الثانية:

كما أجرى الباحثون التجربة الاستطلاعية الثانية بتاريخ (2010/10/6) على عينة متكونة من (10) عشرة طلبة من المدرسة والذين تم استبعادهم من التجربة الرئيسية. وبعد مرور أسبوع واحد أي بتاريخ (2010/10/13) تم إعادة التجربة مرة أخرى وذلك للتأكد من الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة وكما موضح في جدول (2) إضافة لمعرفة المعوقات التي قد تواجه الباحثان أثناء تطبيق التجربة الرئيسية.

جدول (2) يوضح معامل صدق وثبات الاختبارات المستخدمة

ت	الاختبارات	معامل الثبات	معامل الصدق الذاتي
1	القوة المميزة بالسرعة للذراعين	0.92	0.95
2	السرعة الحركية للذراعين	0.91	0.95
3	المناولة الصدرية	0.91	0.95
4	التهديد السلمي	0.95	0.97

3-6 التجربة الميدانية:

3-6-1 الاختبارات القبليّة:

أجريت الاختبارات القبليّة بتاريخ 2010/10/17

(2) محمد صبحي حسانين. التقويم والقياس في التربية البدنية: جامعة حلوان، دار الفكر العربي، القاهرة، ج1، ط2، 1977، ص364-365.

(3) فائز بشير حمودات، ومؤيد عبد الله جاسم. كرة السلة: مطبعة التعليم العالي، موصل، 1987، ص225.

(4) فائز بشير حمودات، ومؤيد عبد الله جاسم. نفس المصدر، ص134.

3-6-2 تطبيق التمرينات المقترحة:

بدا تطبيق التمرينات بتاريخ (2010/10/18) وانتهى تطبيقها بتاريخ (2010/12/13)

3-6-3 الاختبارات البعدية:

أجريت الاختبارات البعدية بتاريخ 2010/12/14

3-7 التمارين المقترحة:

قام الباحثون بأعداد تمارين مقترحة وذلك بالاعتماد على المصادر والمراجع المتوفرة. وبعد تثبيت وتقنين التمارين المقترحة تم تطبيقها خلال الجزء الرئيسي وفي القسم التطبيقي من درس التربية الرياضية (انظر ملحق (1)) ولمدة ثمان أسابيع وهي الفترة المحددة ضمن منهج التربية الرياضية في المدارس المتوسطة وكما أشار إليه غسان محمد صادق وفاطمة ياسين الهاشمي⁽¹⁾ وكان تطبيق التمارين بأسلوبين المواجهة والمحطات الموضحة في الباب الثاني. مع مراعاة شروط وحجم حمل كل أسلوب وأهدافه البدنية والمهارية .

كما تم مراعاة أن تكون نفس التمرينات التي تطبق بأسلوب المحطات تطبق بأسلوب المواجهة ماعدا اختلاف واحد فقط وهو شروط وطريقة الأداء لكل أسلوب أما فترة التطبيق ومدة كانت موحدة للتجريبتين.

3-8 الوسائل الإحصائية:

تم استخدام نظام (spss) واستخراج ما يلي:

- 1- الوسط الحسابي
- 2- الانحراف المعياري
- 3- معامل الاختلاف
- 4- معامل الارتباط البسيط
- 5- اختبار (ت) للعينات المترابطة
- 6- اختبار (ت) للعينات المستقلة.

4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

4-1 عرض وتحليل ومناقشة الاختبارات القبلية-البعدية للمجموعتين التجريبتين :

(1) غسان محمد صادق ، وفاطمة ياس الهاشمي .الاتجاهات الحديثة في طرق تدريس التربية الرياضية :مطبعة جامعة بغداد ، 1984، ص161.

جدول (3)

يوضح قيم (ت) القبليّة والبعدية للمجموعتين التجريبيّة في الاختبارات المستخدمة

ت	الاختبارات المستخدمة	مجموعة أسلوب المواجهه					مجموعة أسلوب المحطات				
		س قبلي	ع قبلي	س بعدي	ع بعدي	قيمة ت المحتسبة	س قبلي	ع قبلي	س بعدي	ع بعدي	قيمة ت المحتسبة
1	القوة المميزة بالسرعة للذراعين	7.1	0.5	9.1	0.31	5.48	7.2	0.1	9.8	0.41	6.45 *
2	السرعة الحركية للذراعين	7.3	0.2	8.1	0.14	5.71	7.4	0.03	8.6	0.11	10.9 *
3	المنافسة الصدرية	9.2	0.12	11.2	0.26	7.69	9.3	0.41	10.4	0.51	2.15 *
4	التهديف السلمي	3.1	0.34	3.9	0.4	2	3.2	0.15	3.7	0.13	3.84 *

*قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (19) وتحت مستوى (0.05) = 2.093

من خلال ملاحظة جدول (3) تبين وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبليّة والبعدية وللمجموعتين التجريبيّتين في الاختبارات المستخدمة ولصالح الاختبارات البعدية وهذا يدل على أن المجموعتين قد تطورت في الصفات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة ، أي أن الطريقتين كان لهما الدور في النجاح وتحقيق النتائج الجيدة في متغيرات البحث .

وبالنسبة للمجموعة التجريبية الأولى فقد جاء تطورها إلى استخدام التمرينات المناسبة وانتظام العينة في التطبيق واستمرارهم في درس التربية الرياضية أي التدريب المتواصل وهذا بالتأكيد يساعد على التطور والتحسين وهذا ما أشار إليه كل من محمد يوسف الشيخ وياسين صادق (1969) ⁽¹⁾ ومحمد حسن علاوي (1986) ⁽²⁾ ونادر عبد السلام العوامري (1983) ⁽³⁾ حيث يذكرون (أن التدريب يعمل على تحسين الصفات البدنية ومستوى الأداء المهاري على حد سواء).

وبالتأكيد قد حصل هذا أيضا للمجموعة التجريبية الثانية إضافة إلى استمرارها بالتدريب هو الاختيار الموفق للتمرينات المناسبة وتقنياتها بالأسلوب العلمي الناجح واستخدام الأسلوب التدريبي الناجح فقد ساعدها على تطور الصفات البدنية والمهارية المختارة.

إضافة إلى أن هناك مسألة مهمة قد ساعدت المجموعتين في التطور والتقدم في متغيرات البحث وهي احتواء برنامج درس التربية الرياضية على تمارين ساعدت على تطوير الصفات البدنية الخاصة والمرتبطة بالمهارات الأساسية حيث توجد علاقة وثيقة بين تنمية الاثنين معا وهذا ما أكده محمد حسن

(1) محمد يوسف الشيخ ، ياسين صادق. فسيولوجيا الرياضة والتدريب : دار الفكر العربي ، الإسكندرية، 1969، ص 188.

(2) محمد حسن علاوي . علم التدريب الرياضي: دار المعارف ، مصر ، ط 1، 1986، ص 170.

(3) نادر عبد السلام العوامري. تأثير الكون المثير على رد الفعل : مجلة دراسات وبحوث جامعة حلوان، العدد 2 ، 1983، ص 301 .

علاوي (1975) (1) (أن الفرد لن يستطيع إتقان المهارات الحركية الأساسية لنوع النشاط الرياضي الذي يتخصص فيه في حالة افتقاره للصفات الضرورية لهذا النوع المعين من النشاط الرياضي). أما هاره (1990) (2) فيرى (أن تطور القوة والتحمل والسرعة يعطي أمكانية رفع مستوى التكنيك بنفس الدرجة ولذلك يجب أن يربط دائماً بين التدريب البدني والتكنيك). إضافة إلى ذلك فإن تطور المجموعتين التجريبيتين جاء نتيجة الاستخدام الصحيح للأدوات والأجهزة المستخدمة في درس التربية الرياضية وذات العلاقة بمتغيرات البحث الموضوعية ، مستندان الباحثان على ملاحظة عنايات محمد (1998) (3) حول ذلك (أن استخدام الطلاب للأجهزة والأدوات في كل أسلوب من أساليب الأداء له أهمية كبرى). كما أن استخدام التشويق والإثارة أثناء أداء الوحدات التعليمية والتي أضافت متعة للطلبة أثناء الأداء قد ساعد في تطور المجموعتين في الجوانب البدنية والمهارية وهذا ما تأكده جميع المصادر (أن استخدام تمارين لها صفة الإثارة والتشويق تزيد من سرعة التعلم والتطور).

4-2 عرض ومناقشة الاختبارات البعدية-البعدية بين المجموعتين التجريبيتين:

جدول (4)

يوضح قيم (ت) البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات المستخدمة

الدالة	قيمة ت المحتسبة	مجموعة أسلوب المحطات		مجموعة أسلوب المواجهة		الاختبارات المستخدمة	ت
		ع	س	ع	س		
معنوي	*1.84	1.95	9.8	1.31	9.1	القوة المميزة بالسرعة للذراعين	1
معنوي	*2.31	1.01	8.6	0.9	8.1	السرعة الحركية للذراعين	2
معنوي	*4.02	0.95	10.4	0.81	11.2	المناوله الصدرية	3
معنوي	*2.5	0.4	3.7	0.3	3.9	التهديف السلمي	4

*قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (38) وتحت مستوى (0.05) = 1.684

من خلال ملاحظة جدول (4) تبين هناك فروق معنوية في الاختبارات البدنية بين المجموعتين التجريبيتين ولصالح مجموعة أسلوب المحطات في تطوير الصفات البدنية . أما أسلوب المواجهة كان أفضل في تطوير المهارات الأساسية بكرة السلة .

وهذا يعني أن أسلوب أداء المحطات كان أفضل من الطريقة التقليدية المتبعة في التعليم والتدريب وخصوصاً لتعليم الصفات البدنية الخاصة والمهارات ، وذلك لما تحتويه هذه الطريقة من خصائص ومميزات حديثة ومتطورة ساعدت في تقدم درس التربية الرياضية وخصوصاً متغيرات البحث ، حيث

1- محمد حسن علاوي .علم التدريب الرياضي: دار المعارف ،مصر ، ط4، 1975، ص88-89.

2- هاره . أصول التدريب :ترجمة عبد علي ، مطابع التعليم العالي، الموصل ، ط2، 1990، ص126 .

3- عنايات محمد احمد فرج . مصدر سبق ذكره ، 1998، ص103.

تتطلب هذه الطريقة التقنين الصحيح والعلمي لحمل التدريب والتمرينات الموضوعية وكيفية تطبيقها بالأسلوب الصحيح والمخطط له وهذا ساعد الباحثون أثناء تطبيقهم للتمرينات المقترحة تحقيق نتائج أفضل من المجموعة الثانية .

ويضيف الباحثون إلى أن تنظيم الوحدة التعليمية باستخدام أسلوب المحطات كان له الأثر الإيجابي في زيادة التعلم وتطور الصفات البدني الخاصة. عكس أسلوب المواجهة التي أعطى نتائج أفضل في تطوير الجوانب المهارية وهذا يفسر لنا أهمية التنظيم لأنه من العوامل الأساسية لنجاح أي وحدة تعليمية أو تدريبية وفق شروطها بالإضافة إلى تقليل الجهد والوقت الضائع. وهذا ما أشار إليه عنايات محمد احمد (1998)⁽¹⁾ التنظيم الجيد للدرس ساهم في اكتساب الطلاب القدرة على معايشة الدرس وفهمه وتعديل سلوكهم بحيث يكتسبوا معايير سلوكية مرغوب فيها .

5- الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات:

- 2- أسلوب المحطات وخصائصه له التأثير الإيجابي في تطوير الجوانب البدنية الخاصة للعبة كرة السلة قيد البحث لصف الأول المتوسط.
- 3- أسلوب المواجهة وخصائصه له التأثير الإيجابي في تطوير الجوانب المهارية للعبة كرة السلة لصف الأول المتوسط.
- 4- أن لعملية التنظيم في درس التربية الرياضية الأثر الإيجابي للتطوير والتعليم البدني والمهاري.

(1) عنايات محمد احمد فرج . مصدر سبق ذكره، 1998، ص92.

5- اختيار التمرينات وتقنيها واستخدام أدوات درس التربية الرياضية في تعليم أي لعبة وتطبيقها بأسلوب أداء المحطات له تأثير مباشر في نجاح التعليم البدني والمهاري.

5-2 التوصيات:

3- ضرورة اعتماد التمرينات المقترحة وأسلوب أداء المحطات والمواجهة في درس التربية الرياضية لتعليم بعض الصفات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة لطلبة الصف الأول متوسط.

4- ضرورة استخدام أسلوب المحطات أفضل لتطوير الجوانب البدنية عكس أسلوب المواجه الذي بدوره هو الأفضل لتطوير الجوانب مهارية في لعبة كرة السلة لصف الأول المتوسط.

5- ضرورة تجريب الأساليب الأخرى الحديثة في درس التربية الرياضية من قبل الباحثين الآخرين لتعليم مختلف المراحل الدراسية ولمختلف الألعاب الرياضية ضمن منهج درس التربية الرياضية المعمول به.

المصادر:

- أخلاص محمد عبد الحفيظ، ومصطفى حسين باهي. طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية: مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ط2، 2002.
- عنايات محمد احمد فرج . منهاج وطرق تدريس التربية البدنية :دار الفكر العربي ، القاهرة، 1998.
- غسان محمد صادق ، وفاطمة ياس الهاشمي .الاتجاهات الحديثة في طرق تدريس التربية الرياضية :مطبعة جامعة بغداد ، 1984.
- فائز بشير حمودات ، ومؤيد عبد الله جاسم .كرة السلة : مطبعة التعليم العالي ،موصل، 1987.

- قيس ناجي عبد الجبار ،ويسطويسي احمد. الاختبارات والقياس ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي: مطبعة جامعة بغداد ،1984.
- محمد حسن علاوي .علم التدريب الرياضي:دار المعارف ،مصر ،ط4، 1975 .
- محمد حسن علاوي .علم التدريب الرياضي:دار المعارف ،مصر ،ط1، 1986 .
- محمد سعيد عزمي. أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الأساس :منشأة المعارف ، الإسكندرية ،1996.
- محمد يوسف الشيخ ، ياسين الصادق.فسولوجيا الرياضة والتدريب :دار الفكر العربي ،الإسكندرية،1969.
- محمد صبحي حسانين .التقويم والقياس في التربية البدنية: جامعة حلوان ،دار الفكر العربي،القاهرة،ج1 ،ط2، 1977 .
- موراي شبيجل .سلسلة ملخصات شوم، نظريات ووسائل الإحصاء: ترجمة شعبان عبد الحميد شعبان. دار مانجر وهيل للنشر ،القاهرة،1988.
- نادر عبد السلام العوامري. تأثير الكون المثير على رد الفعل : مجلة دراسات وبحوث جامعة حلوان،العدد 2 ،1983.
- هاره . أصول التدريب :ترجمة عبد علي ، مطابع التعليم العالي، الموصل ، ط2 ، 1990.

ملحق (1)

البرنامج التعليمي

- الأسبوع : الأول
- الوحدة التعليمية: 1-2
- أهداف الوحدة التعليمية:
- 1- تنمية القوة المميزة بالسرعة للذراعين
 - 2- تنمية السرعة الحركية للذراعين
 - 3 - تنمية بعض المهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة

أقسام الوحدة	الزمن	التمرينات بأسلوب المحطات	التمرينات بأسلوب المواجهة	الملاحظات
--------------	-------	--------------------------	---------------------------	-----------

				القسم الابتدائي: 1-تسجيل الحضور 2-الاحماء
				القسم الرئيسي: 1-الجزء النظري
	تطبق نفس التمرينات بأسلوب المحطات على أن يكون أداء جميع الطلبة في أن واحد وبشكله مربع ناقص ضلع . مع تصحيح الخطأ بشكل جماعي وفردى	1- المحطة الأولى: ثنى ومد الزراعين المائل على الأرض. 2-المحطة الثانية:مناولة صدرية مع الزميل من الثبات والانتقال إلى الأمام. 3-المحطة الثالثة:القفز المزدوج على ثلاث كرات سلة على أن تكون المسافة بينهما (1) متر. 4-المحطة الرابعة:الطبطة بين الشواخص ثم التهديد السلمي من خط الرمية الحرة.	15 د	2-الجزء التطبيقي
				القسم الختامي

- أهداف الوحدة التعليمية:
- 1- تنمية القوة المميزة بالسرعة للذراعين
 - 2- تنمية السرعة الحركية للذراعين
 - 3- تنمية بعض المهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة

الأسبوع : الثاني
الوحدة التعليمية: 3-4

الملاحظات	التمرينات بأسلوب المواجهة	التمرينات بأسلوب المحطات	الزمن	أقسام الوحدة
				القسم الابتدائي: 1-تسجيل الحضور 2-الاحماء

				القسم الرئيسي: 1-الجزء النظري
	تطبق نفس التمرينات بأسلوب المحطات على أن يكون أداء جميع الطلبة في أن واحد ويتشكله نصف دائرة . مع تصحيح الخطأ بشكل جماعي وفردى	1- المحطة الأولى: الركض المتعرج بين خمس كرات أو شواخص. 2-المحطة الثانية:مناولة صدرية مع الزميل والرجوع للخلف 3-المحطة الثالثة:وقوف فتحا ،حمل ثقل باليدين،ميل الجذع للجانبين. 4-المحطة الرابعة:التهديف السلمي من الجانب الأيمن والرجوع من الجانب الأيسر.	15 د	2-الجزء التطبيقي
				القسم الختامي