

تأثير استخدام اسلوبى التمرين
المتسلسل والعشوائى فى تعلم مهارتى
التهدىف والمناولة بكرة القدم

م . م . مصطفى صبحى احمد
الجامعة التكنولوجىا
1431 هـ
2009 م

ملخص البحث

الباب الاوول

تضمن هذا الباب المقدمة التى تناولت اهمىة التعلیم المبكر لمهارات لعبة كرة القدم وتتجلى اهمىة البحث فى اختيار اساليب تعليمىة تسهل من مهمة الطالب تجاه تحقيق هدفه كأسلوبى التمرين المتسلسل والعشوائى وارتباطها بماهىة المهارة فى كونها مغلقة ام مفتوحة. ويهدف البحث الى (معرفة اى الاسلوبىن افضل فى تعلم مهارتى التهدىف والمناولة بكرة القدم لى عىنة البحث). وكان فرض البحث هو (ان اسلوب التمرين العشوائى افضل من اسلوب التمرين المتسلسل فى تعلم مهارت اسلوب البحث).

الباب الثانى

اشتمل هذا الباب على على الدراسة النظرىة التى تضمن محورىن اساسىىن هى (اساليب التعلّم، ومهارتى التهدىف والمناولة بكرة القدم).

الباب الثالث

اشتمل هذا الباب على منهج البحث المستخدم (المنهج التجربىى)، وعىنه البحث التى بلغ عدد افرادها (20) طالبا من طلاب متوسطة فلسطين للبنىن تم تقسىمهم على مجموعتىن .

واستخدام اختيار معامل الالتواء واختبار **t-test** لتجانس مجموعتي البحث وتكافئهما بالاضافة الى اجراءات البحث الميدانية والوسائل الاحصائية.

الباب الرابع

اشتمل هذا الباب على عرض نتائج مهارتي التهديف والمناولة بكرة القدم تحليلها ومناقشتها عن طريق ترتيب البيانات بجداول احصائية.

الباب الخامس

اشتمل هذا الباب على الاستنتاجات والتوصيات التي توصل اليها الباحث وفق النتائج التي حصل عليها ومن اهم هذه الاستنتاجات:

1. افضليه استخدام اسلوب التمرين العشوائي في تعلم مهارة التهديف .
2. افضلية استخدام اسلوب التمرين المتسلسل في تعلم مهارة المناولة .

EFFECT OF USING STYLES RANDOM AND BLOCKED PRACTICE IN LEARN GOALING AND PASSING IN SKILLS IN FOOT BALL

Chapter one

This chapter includes the introduction which talks about importance of early learning the importance of research in choose styles of learning simplified mission student. These styles in random and blocked practice

Aims:

1. Knowledge which the best style in learn goaling skill
2. Knowledge which the best style in learn passing skill.

Chapter two

This chapter contained the theory studies that contained learning style, goaling and passing skills.

Chapter three

This chapter contained on searching monologue which used(tribulation search) and sample search which contained on (20) students of intermediate youth school which divided in to two group every group contained(10) students used for testing

of bending use and testing to the sure of same between the two groups procedures to experimental and correct results by using colleting ways .

Chapter four

This chapter contained on giving the results of testing of goaling and passing skills and analyzing then discussing then by grouping the results after the first and the last check .

Chapter five

This chapter contained resulting and given are which the researcher reached with the results the best of these results are.

1. The best using the style random practice in learn goaling skill.
2. The best using the style blocked practice in learn passed skill.

الباب الاول

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

أن التقدم في التعلم الحركي مقرون باستخدام الأساليب التي يكون هدفها التعلم المؤثر والسريع في الفعاليات الرياضية، ويعد التدريب الجيد والتطور الحركي الكامل المرحلة ما قبل المراقبة هو العنصر الرئيس الذي يبعد التأثيرات السلبية عن التطور الحركي لهذه المرحلة⁽¹⁾. 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.

وتمثل الأساليب والطرائق التعليمية مضموناً عملياً وتطبيقاً في اكتساب المهارات الحركية وأنعكاس ذلك على مهارة الطالب الفنية وأجادته لخطط اللعب الفردية والجماعية وكيفية تنفيذ واجباته في الملعب وخصوصاً في ما يتعلق بالتعلم الخاص للمهارة.

(1) كورت ماينل، التعلم الحركي، (ترجمة) عبد علي نصيف، ط 2، جامعة الموصل، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، 1987، ص 279.

وعلى هذا الأساس جاءت أهمية البحث في اختيار ووضع أساليب تعليمية يم كن أن تُسهل مهمة الطالب تجاه تحقيق هدفه في أسلوب التمرين المتسلسل والعشوائي كوحدة من الأساليب التعليمية التي تعتمد على ماهية المهارة في كونها مغلقة أم مفتوحة.

1-2 مشكلة البحث

بالرغم مما توصلت اليه الدراسات والبحوث من نتائج متميزة في اساليب وطرائق التعلم الحركي ولكن العملية التعليمية وفي مجال تعلم المهارات الحركية ظلت تعاني الكثير من المشاكل والمعوقات، ومنها افتقار بعض القائمين على العملية التعليمية بأساليب وجدولة تنظيم اداء التمارين داخل الوحدة التعليمية.

لذلك فإن استخدام أساليب التمرين المتنوعة من الامور المهمة التي يجب على المدرس الاهتمام بها بغرض تحقيق هدف العملية التعليمية في تعلم مهارات مختلفة ومتنوعة لذا لجأ الباحث بعد الدراسة والتعمق في مستوى اساسيات التعلم الى طرح مشكلة البحث والتي تتلخص في استخدام الأسلوب المناسب في تعلم كل مهارة من المهارات الأسلى سية بكرة القدم، مما يعطي مدلولاً لكيفية تنظيم أساليب أداء التمارين وفقاً للأسس الصحيحة لعملية التعلم الشمولية.

1-3 هدف البحث

1. معرفة أي الأسلوبين أفضل في تعلم مهارتي التهديف والمناولة بكرة القدم لدى عينة البحث.

1-4 فرضا البحث

1. أن كلا أسلوب التمرين المتسلسل و العشوائي يؤثر إيجابياً في تعلم مهارات موضوع البحث.

2. أن أسلوب التمرين العشوائي أفضل من أسلوب التمرين المتسلسل في تعلم مهارات موضوع البحث.

1-5 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري: (20) طالباً من طلاب متوسطة فلسطين للبنين بأعمار (14) سنة.

1-5-2 المجال الزماني: من 2009/3/11 الى 2009/5/4

1-5-3 المجال المكاني: ساحة كرة القدم المجاورة لمتوسطة فلسطين للبنين -بغداد

الباب الثاني

2- الدراسات النظرية

1-2 أساليب التعلم⁽¹⁾

- 1- التمرين الثابت والمتغير : التمرين الثابت هو التكرارات المتعاقبة لأداء وتنفيذ ثابت حيث يخضع لمتغير واحد فقط خلال فترة الوحدة التعليمية اما التمرين المتغير فهو التكرارات المتعاقبة حيث يتطلب من المتعلم التهيؤ لأستقبال الظروف المتغيرة والتحرك على أساس هذا التغيير .
- 2- التمرين الموزع والمكثف: التمرين الموزع هو التمرين الذي يكون فيه زمن الراحة مساوياً أو أكثر من زمن الاداء داخل المحاولات بحسب تعقيد التمرين وصعوبته . أما التمرين المكثف هو التمرين الذي يكون فيه زمن الأداء أكثر من زمن الراحة بين المحاولات.
- 3- التمرين المتسلسل والعشوائي: يقصد بالتمرين المتسلسل السلسلة المتعاقبة في التمرين التي تكون ممارسة تمريناتها بعدة محاولات متتابعة لمهارة واحدة أخرى لحين أكمال أكتساب تعلمها . أما التمرين العشوائي : فهو السلسلة المتعاقبة التي تكون ممارسة تمريناتها بصورة عشوائية ولأنواع متعددة من المهارات تؤدي الواحدة منها تلو الأخرى.

2-2 كيف يستخدم التمرين المتسلسل والعشوائي خلا ل فترة التعليم؟⁽²⁾

أن التمرين المتسلسل يكون مجدياً في التكرارات الأولى للمتعم حتى يضع اللبنات الأولى للحركة المراد تنفيذها وحالما يصل المتعلم إلى أداء التوافق الخام للحركة يُستحسن تحويل التمرين الى التمرين العشوائي.

3-2 التصويب على المرمى (التهديف) Shooting:

ويقصد به المحاولة الفعلية والجادة لألعب المهاجم لأدخال الكرة إلى هدف الخصم مستغلاً قابليته النفسية والبدنية والفنية والذهنية ضمن أطار القانون الدولي لكرة القدم.⁽³⁾

4-2 المناولة

- (1) شمت، أقتبسته وفاء صباح محمد الخفاجي، تأثير أستخدام التمرين العشوائي المتغير والتمرين المتجمع المتغير في تطوير مستوى التعلم لبعض أنواع السباحة، رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2000، ص 26.
- (2) يعرب خيون؛ التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق: (بغداد، مكتب الصخرة للطباعة، 2002)، ص 84.
- (3) زهير الخشاب (وأخرون)، كرة القدم: (الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1988) ص 202.

يُشار في كثير من الأحيان إلى أن لعبة كرة القدم لعبة مناوولات والمناولة الص حيحة هي التي تتوافر فيها الشروط الثلاثة (الدقة، التوقيت، القوة) فدقة المناولة وتوقيتها وقوتها بين طلاب الفريق الواحد هي عصب اللعب الجماعي في نقل الكرة تجاه هدف الخصم بأسرع وقت.⁽¹⁾

الباب الثالث

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

1-3 منهج البحث:

أستخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة مشكلة البحث.

2-3 عينة البحث:

وتكونت من (20) طالباً من طلاب الصف الثاني المتوسط بأعمار (14) سنة في متوسطة فلسطين للبنين كونهم من المبتدئين وقد تم أستبعاد والطلاب الذين تزيد أو تقل أعمارهم عن (14) سنة والطلاب المنتمين الى أندية رياضية وذلك لمنع حدوث عملية نقل أثر التعلم وتم اعتماد التجانس على أساس كل من متغيرات الطول والوزن وكما موضح في الجدول رقم (1).
وقد أختبرت بطريقة القرعة شعبة (ج) كمجموعة تجريبية أولى بلغ عدد أفرادها (10) طلاب يتم تعليمهم المهارات الأساسية بكرة القدم بأسلوب التمرين المتسلسل وشعبة (د) كمجموعة تجريبية ثانية بلغ عدد أفرادها (10) طلاب أيضاً يتم تعليمهم المهارات الأساسية بكرة القدم بأسلوب التمرين العشوائي.

جدول (1)

يبين معامل الألتواء والوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري لأختبارات الطول والوزن

لمجموعتي البحث

مجموعة أسلوب التمرين العشوائي				مجموعة أسلوب التمرين المتسلسل				القياسات والاختبارات
ل	ع	الوسيط	س	ل	ع	الوسيط	س	
0,276	5,1	160,5	161	0,3-	4	161	160,6	الطول
0,209-	4,28	57,5	57,2	-	3,32	57	56,5	الوزن

(1) مفتي إبراهيم; الأعداد المهاري والخططي لأعب كرة القدم.; (القاهرة, دار الفكر العربي, 1985) ص 12.

3-3 مواصفات مفردات الاختبار:
3-3-1: الأختبار الاول: ⁽¹⁾

1. اسم الاختبار: الدرجة بين الشواخص الخمسة بكرة ثم التهديف بكرة أخرى من مسافة (18) ياردة نحو الهدف المقسم الى درجات.
2. الهدف من الاختبار: قياس الدقة في تصويب الكرة نحو المرمى.
3. الأدوات المستخدمة: (2) كرات قدم, شواخص عدد (5), هدف مقسم الى درجات.
4. إجراءات الاختبار : تثبت الشواخص على خط مستقيم ويكون البعد بين شاخص وآخر 2M بحيث يكون الشاخص الاخير على بعد 2M من خط الـ(18) ياردة.
5. مواصفات الاداء : يقوم الطالب بدرجة الكرة بين الشواخص ثم التهديف بالكرة الاخرى من خط الـ(18) ياردة (خط منطقة الجزاء) نحو الهدف المقسم الى درجات.
6. التسجيل: تعطى لكل طالب (5) محاولات متتالية تحتسب له الدرجة النهائية كمايلي:
 - خمس درجات في حالة اصابة الهدف عند المربع رقم (5).
 - اربع درجات في حالة اصابة الهدف عند المربع رقم (4).
 - ثلاث درجات في حالة اصابة الهدف عند المربع رقم (3).
 - درجتان في حالة اصابة الهدف عند المربع رقم (2).
 - درجة واحدة في حالة اصابة الهدف عند المربع رقم (1).

3-3-2: الأختبار الثاني: ⁽²⁾

1. اسم الاختبار: اختبار التسلم والمناولة.
2. الهدف من الاختبار: قياس دقة التسلم والمناولة.

(1) مصطفى صبحي أحمد، تأثير استخدام اسلوبي التمرين الموزع والمكثف في بعض المتغيرات المهارية والبدنية والوظيفية بكرة القدم. رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية جامعة بغداد، 2004، ص52.

(2) المصدر السابق نفسه، ص52.

3. الادوات والامكانيات : (5 لاعبين , 5 شواخص , 5 اهداف صغيرة بعرض 1 متر وارتفاع 0.5 متر , ساعة توقيت).
4. اجراءات الاختبار: يقف (5 لاعبين بخط عرضي مستقيم والمسافة بين لاعب وآخر (2) متر ويكون امام اللاعبين الاهداف الخمسة الصغيرة التي تبعد عنهم مسافة (25) متراً , يقف اللاعب المختبر بالوسط بين اللاعب رقم (1) والهدف رقم (1) وعند سماع اشارة البدء يقوم اللاعب المختبر بتسلم الكرة من اللاعب رقم (1), ثم الدوران السريع ضمن المسافة المحددة بـ (2) متر الواقعة في وسط المسافة بين الاهداف الخمسة والخط العرضي للاعبين الخمسة . ثم مناولة الكرة باتجاه الهدف رقم (1) وهكذا حيث يكرر المحاولة م ع زملائه الخمسة الآخرين . تكون المناولة من قبل الطلاب الخمسة أرضية فقط. وعلى الطالب المختبر ارسال الكرة الى الاهداف الخمسة بصورة ملائمة للارض.
5. طريقة التسجيل : في حالة عدم اصابة الهدف لا تحتسب اي درجة بينما تحتسب درجة واحدة لكل اصابة.

3-4 المنهاج التعليمي:

خضعت العينة الى منهاج تعليمي خاص بأسلوب التمرين المتسلسل والعشوائي اعتمدت وحداته على مهارتي التهديف والمناولة بكرة القدم اذ تم استخدام اسلوب التمرين المتسلسل مع شعبة (ج) وأسلوب التمرين العشوائي مع شعبة (د) هذا وقد تم تثبيت الجوانب المتعلقة بتنفيذ المنهاج جميعها ماعدا الاسلوب المستخدم.

تضمن المنهاج (12) وحدة تعليمية بواقع (2) وحدة تعليمية في الاسبوع وقد اعتمد الباحث التكرارات في تنفيذ المنهاج بدلا من اعتماد زمن الوحدة التعليمية هذا وقد ادى كل طالب (120) تكرارا في مهارة المناولة و(108) تكرار في مهارة التهديف وكما مبين تفاصيله ادناه.

جدول (2)

يوضح طريقة تنفيذ المنهاج

الاسبوع	رقم الوحدة	مجموعة التمرين المتسلسل والمهارة	عدد التمارين	التكرار للتمرين	المجموع	مجموعة التمرين العشوائي والمهارة	عدد التمارين	التكرار للتمرين	المجموع
---------	------------	----------------------------------	--------------	-----------------	---------	----------------------------------	--------------	-----------------	---------

	الواحد		التي يتمرن عليها		الواحد		التي يتمرن عليها	التعليمية	
8+10	4+5	2+2	المناولة والتهديف	20	5	4	المناولة	-1	الاول
10+8	5+4	2+2	التهديف والمناولة	20	5	4	المناولة	-2	
12+10	4+5	3+2	المناولة والتهديف	20	5	4	المناولة	-3	الثاني
10+8	5+4	2+2	التهديف والمناولة	20	5	4	المناولة	-4	
8+10	4+5	2+2	المناولة والتهديف	20	5	4	المناولة	-5	الثالث
10+8	5+4	2+2	التهديف والمناولة	20	5	4	المناولة	-6	
12+10	4+5	3+2	المناولة والتهديف	16	4	4	التهديف	-7	الرابع
10+8	5+4	2+2	التهديف والمناولة	20	4	5	التهديف	-8	
8+10	4+5	2+2	المناولة والتهديف	16	4	4	التهديف	-9	الخامس
10+8	5+4	2+2	التهديف والمناولة	20	4	5	التهديف	-10	
12+10	4+5	3+2	المناولة والتهديف	16	4	4	التهديف	-11	السادس
10+8	5+4	2+2	التهديف والمناولة	20	4	5	التهديف	-12	

3-5 اجراءات البحث الميدانية

3-5-1 الاختبارات القبليّة

تم اجراء الاختبارات القبليّة لعينة البحث يوم ا لاربعاء 2009/3/11 وعلى ساحة كرة القدم المجاورة لمتوسطة فلسطين للبنين في بغداد وقد قام الباحث بتثبيت الظروف الخاصة بالاختبارات وطريقة اجرائها وفريق العمل(*) من اجل تحقيق الظروف نفسها عند اجراء الاختبارات البعديّة.

3-5-2 التجربة الرئيسيّة

تم البدء بالتجربة الرئسيّة لعينة البحث يوم الاحد 2009/3/15 مدة شهر ونصف وبواقع (2) وحدة تعليمية في الاسبوع ولكل من المجموعتين التجريبيتين اذ اعد الباحث المنهاج التعليمي المذكور انفاً الذي اعتمدت وحداته على مجموعة من التمرينات اعتمدها الباحث من المصادر الخاصة بلعبة كرة القدم.

3-5-3 الاختبارات البعديّة :

تم اجراء الاختبارات البعديّة على عينة البحث نفسها في يوم الاثنين 2009/5/4 متبعاً شروط واجراءات الاختبارات القبليّة.

الباب الرابع

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

*- فريق العمل : (سرمد عبد الوهاب- بكالوريوس تربية رياضية / كريم صالح- بكالوريوس تربية رياضية / علي أحمد- بكالوريوس تربية رياضية).

1-4 عرض نتائج اختبار الدرجة بين الشواخص الخمسة بكرة ثم
التهديف بكرة اخرى نحو الهدف المقسم الى درجات وتحليلها
ومناقشتها.

جدول (3)

المجموعة	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		حجم العينة	قيمة ت المحتسبة	قيمة ت الجدولية	مستوى دلالة الفروق
	س	ع	س	ع				
المتسلسل	5.4	1.4	7.5	2.4	10	2.4	2.26	معنوي
العشوائي	5	1.6	9.9	1.59				معنوي عالي

يبين الجدول (3) نتائج عينة البحث في الاختبار القبلي والبعدي لاختبار التهديف نحو
الهدف المقسم الى درجات وقد اظهرت النتائج وجود فرق معنوي عال لمصلحة مجموعة اسلوب
التمرين العشوائي اذ بلغ وسطها الحسابي (5) درجة في الاختبار القبلي في حين بلغ وسطها
الحسابي في الاختبار البعدي (9,9) درجة وباستخراج قيمة (T) المحتسبة والبالغة (6,6) ظهر
انها اكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (2.26) عند درجة حرية (9) ومستوى دلالة (0.05)
مما يدل على وجود فرق معنوي بين المجموعتين. ويعزو الباحث السبب في ذلك الى ان
مهارة التهديف بكرة القدم تعتبر من المهارات المفتوحة التي تنفذ تحت ظروف محيطية متغيرة وان
هذا التنفيذ يتطلب استجابات سريعة ومناسبة لذلك كان التمرين العشوائي هو التمرين الانسب في
تطوير هذه المهارة والتي تتطلب ممارسة الاسترجاع (استرجاع اوجه الشبه والاختلاف بين واجبات
وتمارين التهديف المختلفة) التي تساعد على الاحتفاظ وعلى التذكر بعيد المدى مما اوجب على
المتعلم التغيير المستمر بين تمرين واخر في كل محاولة يتطلب التفكير والتخطيط الحركي
والاسترجاع المستمر فيها. وهذا لا يحدث في التمرين المتسلسل الذي يصبح فيه الاداء تلقائيا
نتيجة لاستخدامهم نفس البرنامج وغالبا بدون تعديل لسلسلة من المحاولات لا توفر لهم فرصة
استخدام مهارة الاسترجاع لكل اداء حركي كذلك فان التمرين المتسلسل لا يوفر للمتعلم القدرة على

التميز بين المهام المتعلمة نتيجة عدم تداخل هذه المهام مثلما هي في مجموعة التمرين العشوائي⁽¹⁾.

اما مجموعة اسلوب التمرين المتسلسل فقد بلغ وسطها الحسابي (5.4) درجة في الاختبار القبلي، و (7.5) درجة في الاختبار البعدي، وباستخراج قيمة (ت) المحتسبة والبالغة (2.4) ظهر انها اكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (2.26) عند درجة حرية (9) ومستوى دلالة (0.05) وهذا يعني ان اسلوب التمرين المتسلسل المستخدم مع المجموعة الاولى ادى الى تنمية هذه المهارة ايضا ولكن ليس بالمستوى نفسه الذي حصل لمجموعة اسلوب التمرين العشوائي.

2-4 عرض نتائج اختبار التسلم والمناولة وتحليلها ومناقشتها:

جدول (4)

المجموعة	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		حجم العينة	قيمة ت المحتسبة	قيمة ت الجدولية	مستوى دلالة الفروق
	ع	ع	ع	ع				
المتسلسل	1.2	0.6	3.2	0.78	10	6.2	2.26	معنوي عالي
العشوائي	1.3	0.9	2.2	0.78				معنوي

يبين الجدول (4) نتائج عينة البحث في الاختبارين القبلي والبعدي لاختبار التسلم

والمناولة وقد اظهرت النتائج وجود فرق معنوي لمصلحة مجموعة اسلوب التمرين المتسلسل اذ بلغ وسطها الحسابي (1.2) درجة في الاختبار القبلي وبلغ وسطها الحسابي في الاختبار البعدي (3.2) درجة وباستخراج قيمة (ت) المحتسبة والبالغة (6.2) ظهر انها اكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (2.26) عند درجة حرية (9) ومستوى دلالة (0.05) وهذا يدل على وجود فرق معنوي بين الاسلوبين ويعزو الباحث السبب في ذلك الى ما أكده مايك سميث ان مبادئ المناولة كلها التي هي " الدقة والتوقيت الصحيح وسيطرة ال لاعب على الكرة في اثناء المناولة والمكان

(1) Schmidt A. & wrisberg . Motor learning & Performance : (U.S.A , Human Kinetics, Second edition , 2000).p 236