

تأثير تمارينات مهارية في اكتساب مهارتي التمير من الأعلى والأسفل بالكرة الطائرة والاحتفاظ بها

م.م قيس عبد الجليل محمد kais_aldeiri@yahoo.com

المديرية العامة لتربية ديالى

الكلمة المفتاحية: تمارينات مهارية keywords: skillful exercises

تاريخ استلام البحث : ٢٠١٦/٨/١٧

ملخص البحث:

تطرق الباحث في الباب الاول الى التربية الرياضية ودورها في تفعيل حياة الفرد اليومية من خلال النشاطات والتمارين التي تمارس في دروس التربية الرياضية . كذلك تم التطرق الى درس التربية الرياضية الذي يمد المتعلم بالخبرات حتى يتمكن من تحقيق الاهداف التربوية والتعليمية وكذلك الى لعبة الكرة الطائرة اما الباب الثاني فقد احتوى على التمارينات والاحتفاظ والمهارات الاساسية بالكرة الطائرة وفي الباب الثالث استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعتين التجريبية والضابطة ذات الاختبارين القبلي والبعدي وتم اختيار العينة عشوائيا بطريقة القرعة من تلاميذ السادس الابتدائي واحتوى الباب الرابع على عرض وتحليل ومناقشة النتائج التي توصل اليها في الاختبارات القبلي والبعدي واختبارات الاحتفاظ اما الباب الخامس فقد اشتمل على اهم الاستنتاجات: التمارينات المهارية المستعملة اثرت ايجابيا في اكتساب المهارات قيد البحث وهذا ما بينته نتائج الاختبارات . أما اهم التوصيات : ضرورة الاهتمام بتنوع وتكرار التمارينات لاكتساب التوافق العضلي العصبي والذي ادى الى تطور ملموس في مهارتي البحث.

The Effect of Skillful Exercises on Acquiring the Skill of Passing the Volleyball from Above and Below with Retaining the Ball

Assist. Inst. Kais Abdul-Jalel Mohammed
General Directorate of Education/Diyala

Abstract :

The researcher has discussed in the first chapter the educational sports and its role in activating the life of an individual by activities and exercises that are practiced in the lessons of educational sports. Also, he discussed the lesson of educational sports which assists the learner with experiences in order to achieve the educational and learning goals and also

discussed in this chapter the game of volleyball. In chapter two, it contained the exercises and retaining with keeping the main skills in volleyball. In chapter three, the researcher used the experimental method which is designed into two groups controlling and experimental of which the two pre-test and post-test and the sample has been chosen randomly containing sixth grade primary students. The fourth chapter, contained the discussion and analysis of results that have been found in conducting pre-test and post-test and the tests of retaining. As for the fifth chapter, it comprised the most important conclusions: skillful exercises that are used had a positive effect in acquiring the skills used under study; this was shown by the results of the tests. As for the most important recommendations, was to take into concern of variety and repetition of exercises in order to gain the muscular and neural agreement, which led to the development in the skills of research.

الباب الاول

١. التعريف بالبحث

١٠١ مقدمة البحث وأهميته.

تعد التربية الرياضية جزء من التربية العامة التي تسعى الى تحقيق الاهداف العامة في تنمية الفرد بدنيا وذهنيا واجتماعيا ووجدانيا من خلال اشتراك الطلبة في الاداء الحركي الهادف في الدرس ، فضلا عن الاختيار الجيد للمنهاج وطرائق التدريس التي تسهل عملية اكتساب الطلبة القدرات البدنية والمهارية وتنمية الجوانب المختلفة، اذ يتم تحقيق ذلك من خلال درس التربية الرياضية الذي يعد المحور الاساس في عملية التعليم الموجه للطلاب

فهو يساعد على تحسين الاداء الحركي للطلاب واكتسابهم المهارات الاساسية ويمد المتعلم بالخبرات لممارسة النشاطات الرياضية من خلال التمرينات والمسابقات والالعاب التي يمارسها الطالب مع زملائه او منفردا.

والكرة الطائرة واحدة من الالعاب الفرقية التي يعتمد فيها الاداء الجماعي على اتقان المهارات الاساسية وان التعلم في اعمار مبكرة يمكنهم من اتقان هذه المهارات مستقبلا . اذ ان خصوصية هذه اللعبة تكمن بأنها اللعبة الوحيدة التي لا تستطيع مسك الكرة والاحتفاظ بها وعدم سقوط الكرة على الارض اثناء اللعب وان مهاراتها تعتمد على اللمسة الواحدة وتعد هذه العوامل معوقات في عملية في عملية تعليمها للمبتدئين. تعد التمرينات الاكثر تأثيراً في مرحلة التمرين المبكرة وتفيد المتعلم في استعمالها من التكرارات الاولى لتعلم مهارة ما لأجل أن يصنع اللبنة الاساس للمهارة المراد

تنفيذها وصولا الى وضع البرنامج الحركي الذي يحاول المتعلم تنفيذه بصورة ناجحة ولو لمرة واحدة ، فالمهارة التي تتصف بتنظيم عالي يتحقق التعليم فيها بشكل اسرع وأسهل وبالتالي تحقق قدرات اكبر في الاحتفاظ بها.
ومن هنا تكمن أهمية البحث في اعداد مجموعة من التمرينات المهارية تسهم في اكتساب المهارات قيد البحث والاحتفاظ بها والتعرف على تأثيرها وذلك للارتقاء بمستوى الاداء المهاري وتحقيق الهدف من التعلم.

٢-١ مشكلة البحث

من خلال ما هو ملاحظ لدى الجميع ان المهارات الاساسية للعبة الكرة الطائرة في المرحلة الابتدائية لا تتطور بالشكل الذي يتناسب مع التطور السريع الحاصل في اللعبة مما أدى الى اضعاف القاعدة الاساسية للعبة ، ولكون الباحث معلما للتربية الرياضية واهتمامه بلعبة الكرة الطائرة لاحظ وجود ضعف في هاتين المهارتين وان سبب ضعف مستوى الاداء في هذه اللعبة يعود الى انها لا تأخذ الحيز الكافي من الاهتمام اثناء تطبيق الوحدات التعليمية في المدارس الابتدائية مما يؤثر سلبا على تعلمها، لذا ارتأى الباحث دراسة هذه المشكلة من خلال اعداد مجموعة من التمرينات المهارية في اكتساب مهارتي البحث بالكرة الطائرة والاحتفاظ بها وهذا ما دعا الباحث القيام ببحثه.

٣-١ هدف البحث

١. اعداد تمرينات مهارية في اكتساب مهارتي التمرير من الاعلى والاسفل بالكرة الطائرة والاحتفاظ بها .
٢. التعرف على تأثير التمرينات المهارية في اكتساب مهارتي التمرير من الاعلى والاسفل بالكرة الطائرة والاحتفاظ بها .

٤-١ فروض البحث

١. هناك فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي وللمجموعتين التجريبية والضابطة في اكتساب مهارتي البحث .
٢. هناك فروق معنوية في الاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية في اكتساب المهارات قيد البحث .
٣. هناك فروق معنوية في اختبارات الاحتفاظ بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية .

٥-١ مجالات البحث

- ٥-١-١ المجال البشري : عينة من تلاميذ الصف السادس الابتدائي في مدرسة المثابرة الابتدائية / بعقوبة المركز للعام الدراسي(٢٠١٤-٢٠١٥)
- ٥-١-٢ المجال الزمني : (٢٠١٥/٢/٢٤) ولغاية (٢٠١٥/٤/١٦) .
- ٥-١-٣ المجال المكاني : ساحة مدرسة المثابرة الابتدائية .

١-٦ تعريف المصطلحات

التمرينات المهارية: "مجموعة من الاوضاع والحركات التي تهدف لتشكيل وبناء الجسم وتنمية قدراته المختلفة لوصول الرياضي لأعلى مستوى ممكن من الاداء الرياضي والوظيفي وفي مجالات الحياة المختلفة معتمدة على الاسس التربوية والعلمية" (عطيات محمد خطاب، ٣٤: ١٩٩٨).

الباب الثاني

٢- الدراسات النظرية والدراسات السابقة

٢-١ الدراسات النظرية

٢-١-١ التمرينات المهارية

يعد التمرين ذا اهمية كبيرة في اعداد المتعلمين بدنيا ومهاريا وذهنيا في مختلف الالعاب الرياضية وبما يتناسب مع الفئة ، فقد عرف بانه " (اداء معلوم الزمن والتكرار ولا تحدث عملية التعلم الأمن خلال التمرين وهو الذي يؤدي الى تطوير المهارة وبدونه لا يوجد تعلم " (قاسم لزام صبر ، ٢٠١٢ : ١١١) ولأجل ان يكون التمرين فعالا ويأخذ مداه في تطوير الاداء المهاري يجب مراعاة مبادئ اساسيين لممارسة التمرين التعليمي وهما .

- مقدار التمرين: ان تعلم المهارات الحركية وتطويرها يأتي من خلال الزيادة في عدد المرات التي يتكرر فيها التمرين .

- نوعية التمرين : وتعني "هدف التمرين والكيفية التي سيؤدي بها والدافعية والتصور الشامل لبيئة التمرين وحالاته " (وجيه محجوب ، ٢٠٠٠ : ١٦٨) أي ان التمرينات هي الاسلوب الذي يهدف بوصول المتعلم او اللاعب الى القدر الكافي في المهارة الحركية مما يساعده على تطوير مستواه في اللعبة او الفعالية التي يمارسها " (ناهدة عبد زيد ، ٢٠١٣ : ١٥٧) .

٢-١-٢ الاحتفاظ

يتطلب تعلم المهارة الحركية حفظا وخرنا للمعلومات تساعد الرياضي في فهم المهارات التي تتوافر له في مواقف اخرى ، اذ كلما كان تعلم المهارة بدرجة عالية من الدقة كلما امكن الاحتفاظ بالمهارة لأطول فترة ممكنة وخلاف ذلك سيؤدي الى فقدان تذكر المهارة وعدم تطورها اذ يعرف الاحتفاظ هو " قدرة الفرد على تذكر المعلومات والمهارات التي تعلمها والاستفادة منها وادراكها ونقلها الى تعلم المهارة الجديدة (نبيل محمود شاكر ، ٢٠٠٧ : ١٦) ويعرف ايضا بانه "العملية التي يتم من خلالها استدعاء معلومات الماضي لاستعمالها في الحاضر" (عدنان يوسف العتوم ، ٢٠٠٥ : ٢٩) اذ لا يمكن الاحتفاظ بالمعلومات من دون تعلم ولا يمكن تعلم شيء اذا لم تكن هناك قدرة على الاحتفاظ ، فالاحتفاظ هو " القدرة على اداء الواجب الحركي بدرجة مقبولة من الدقة والكفاية وبعد مدة زمنية خالية من التدريب" (محي الدين توق وآخرون ، ٢٠٠٢ : ٢٤٥) . ويعرف الباحث الاحتفاظ اجرائيا (بانه قدرة الطالب على استرجاع ما اكتسبه من اداء مهارات الكرة الطائرة في الوحدة التعليمية بعد الانقطاع عن الممارسة).

٢-١-٤ المهارات الاساسية في الكرة الطائرة

هي مجموعة من المهارات الهادفة سواء أكانت فردية أم جماعية وان الهدف الرئيس هو ممارسة الكرة الطائرة بأبسط صورها من خلال نقل الكرة والتمرير من لاعب زميل الى آخر او من جهة الفريق الى الجهة الاخرى للفريق الاخر ، وهي اللبنة الاساسية وبناء الاساس للمهارات الاولى التي تبدأ فيها تعليم الاطفال والمبتدئين ممارسة اللعبة وبداية تعلم المهارات الفنية والتخصص بالكرة الطائرة" (رياض خليل خماس وآخرون ، ٢٠١٢ : ٤٥) ويتفق الباحث مع (سعد حماد الجميلي ، ٢٠٠٦ : ٥٣) في تقسيم المهارات الاساسية الى ما يأتي:

١. الارسال ٢. الاستقبال ٣. الاعداد (التمرير) ٤. الهجوم الساحق (الضرب الساحق) ٥. حائط الصد (البلوك) ٦. الدفاع عن الملعب (التغطية) .

٢-١-٤-١ المهارات قيد البحث

١. مهارة التمرير من الاعلى " هي تمرير الكرة من فوق الرأس بالأصابع الى اللاعب الزميل أو الى الفريق الاخر وتعد الاساس للوصول الى التخصص في مهارة الاعداد او استقبال الارسال والدفاع عن الملعب" (حسين سبهان وطارق حسن ، ٢٠١٠ : ١٥) اذ انها مهارة يجب ان يجيدها جميع اللاعبين ويكون الهدف منها توجيه الكرة وتمريرها للاعب الزميل في اثناء اللعب او خلال الاحماء في التدريب في نفس الملعب .

٢. مهارة التمرير من الاسفل : " تعد من المهارات المتكررة في اللعب ويكون الهدف منها اما توجيه الكرة الى اللاعب الزميل في اثناء اللعب او خلال الاحماء في التدريب او توجيه الكرة الى ملعب الفريق المنافس وتعد الاساس للوصول الى المهارات الفنية (استقبال الارسال من الاسفل - الدفاع عن الملعب من الاسفل فضلا عن الاعداد من الاسفل) ، لذلك يجب على اللاعبين المبتدئين الناشئين اتقانها وادائها بالشكل الجيد الصحيح" (حسين سبهان وطارق حسن ، ٢٠١٠ : ١٦) . يؤدي هذا النوع من التمرير عندما تكون الكرة في مستوى اقل من الكتف وهو عملية دفاعية يعكس التمرير من اعلى والذي يعتبر الخطوة الاولى للهجوم" (علي مصطفى طه، ١٩٩٩ : ٨٩) .

٢-٢-٢ الدراسات السابقة

٢-٢-١ دراسة (نضال فاضل عباس ، ٢٠١٥)

- عنوان الدراسة : تأثير تمرينات خاصة في تنمية سرعة الاستجابة الحركية وتعلم مهارة التمرير بالكرة الطائرة لطالبات الصف الثاني متوسط .

- هدفا الدراسة:

١. اعداد تمرينات خاصة في تنمية سرعة الاستجابة الحركية وتعلم مهارة التمرير بالكرة الطائرة لطالبات الصف الثاني متوسط .

٢. التعرف على تأثير التمرينات الخاصة في تنمية سرعة الاستجابة الحركية وتعلم مهارة التمرير بالكرة الطائرة لطالبات الصف الثاني متوسط .

- عينة الدراسة :

استعملت الباحثة المنهج التجريبي تصميم الضبط المحكم للمجموعتين التجريبية والضابطة ذات الاختبارين القبلي والبعدي اما عينة البحث من طالبات الصف الثاني متوسط قسمت الى مجموعتين بواقع (٢٠ طالبة) لكل مجموعة .

- استنتاجات الدراسة :

ان التمرينات المستعملة اثرت ايجابيا في تعلم مهارة التمرير وبشكل افضل من التمرينات المتبعة .

٢-٣ مناقشة الدراسات السابقة

جدول (١)

مقارنة بين الدراسة السابقة والدراسة الحالية

الدراسة	العينة	المنهج	عدد الوحدات	المتغير المستقل والتابع	اهم الاستنتاجات
نضال فاضل عباس ٢٠١٥	طالبات الثاني متوسط (٤٠) ط لبة	التجريبي مجموعتي ن	١٦	المتغير المستقل (تمرينات خاصة) المتغير التابع تنمية سرعة الاستجابة الحركية وتعلم مهارة التمرير	ان التمرينات المستعملة اثرت ايجابيا في تعلم مهارة التمرير وبشكل افضل من التمرينات المتبعة
قيس عبد الجليل محمد ٢٠١٥	تلاميذ السادس الابتدائي (٤٠)	التجريبي مجموعتي ن	١٦	المتغير المستقل (تمرينات مهارية) المتغير التابع اكتساب مهارتي التمرير من الاعلى والتمرير من الاسفل بالكرة الطائرة والاحتفاظ بها	ظهور تفوق واضح للمجموعة التجريبية في الاختبارات المهارية واختبارات الاحتفاظ مقارنة بالمجموعة الضابطة

الباب الثالث

٣ منهجية البحث واجراءاته الميدانية

٣-١ - منهج البحث:

اعتمد الباحث المنهج التجريبي والذي يعرف بانه " التغيير المتعدد المضبوط للشروط المحددة لواقعة معينة ومن ثم ملاحظة التغييرات الناتجة في هذه الواقعة ذاتها وكذلك تفسيرها ذو تصميم المجموعتين التجريبية والضابطة ذات الاختبارين القبلي والبعدي" (عامر ابراهيم قنديلجي ، ٢٠١٢ : ١٤٨) .

٣-٢ عينة البحث :

العينة " هي الجزء الذي يمثل مجتمع الاصل او النموذج الذي يجري الباحث عليه محور عمله" (وجيه محجوب ، ٢٠٠٢ : ١٦٤) ، لذا تم اختيار مدرسة المثابرة الابتدائية بالطريقة العمدية للأسباب الاتية:

لكون الباحث معلما للتربية الرياضية في المدرسة نفسها - وقربها من سكن الباحث - توفر ساحة كرة طائرة نظامية . اما عينة البحث تم اختيارها من تلاميذ السادس الابتدائي والبالغ عددهم (٦٣) تلميذ بواقع شعبتين اذ اختار الباحث عشوائيا وبأسلوب القرعة شعبة (أ) مجموعة تجريبية (٢٠) تلميذ وشعبة (ب) مجموعة ضابطة (٢٠) تلميذ يشكلون نسبة (٦٣،٤٩ %) من مجتمع البحث الحالي بعد استبعاد التلاميذ الراسبين والغياب فضلا عن التلاميذ الذين يمارسون اللعبة .

٣-٣ الوسائل والادوات والاجهزة المستعملة في البحث

٣-٣-١ وسائل جمع المعلومات.

- المصادر والمراجع العلمية العربية - الاختبارات والقياس - فريق العمل المساعد (*) انظر ملحق(١).

- ملعب كرة طائرة قانوني - كرات طائرة (١٠) المنشأ الصين - ساعة توقيت الكترونية - حاسبة الكترونية يدوية (casio) - صافرة نوع (فوكس) المنشأ كندا .

٣-٣-٤ الاختبارات المستعملة في البحث.

اعتمد الباحث بعض الاختبارات المقننة لعينات مشابهة فضلا عن تحققها بالأسس العلمية للاختبار وهي كالآتي:

١. اسم الاختبار: اختبار تكرار التمرير على الحائط (علي سلوم جواد ، ٢٠٠٤ ، ١٨٨-١٩٠).

- الغرض من الاختبار: قياس قدرة المختبر على سرعة التمرير ومقدار تمكنه من مهارة التمرير من اعلى بالأصابع .

- الادوات المستعملة: حائط املس، كرة طائرة ، ساعة توقيت .

- مواصفات الاختبار:

يقف المختبر خلف الخط الذي يبعد عن الحائط بمقدار (١٨٠ سم) (خط التمرير) على ان يمسك الكرة باليدين امام الوجه ثم يقوم بالتمرير اتجاه الحائط واعلى الخط المرسوم عليها على ان ترتد الكرة لتصل اليه مرة اخرى خلف خط التمرير لمتابعة التمرير من اعلى بأصابع اليدين ، يستمر المختبر في اداء العمل لمدة نصف دقيقة (٣٠ ثانية)

- الشروط :

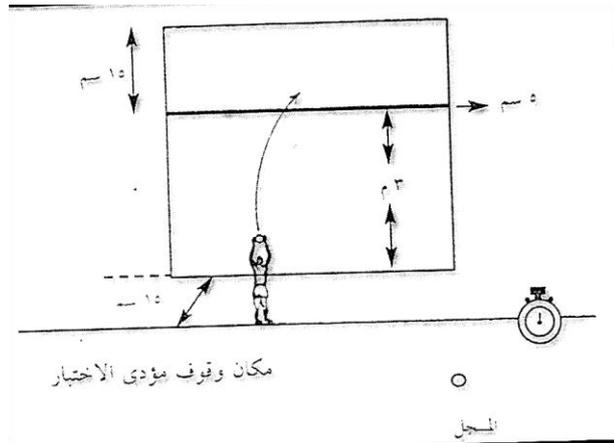
١. يتم التمرير في جميع فترات الاداء من خلف خط التمرير .
٢. يجب ان يكون التمرير اعلى الخط المرسوم على الحائط .
٣. يبدأ حساب الزمن بداية من التمريرة الاولى ولمدة (٣٠ ثا)
٤. يجب عند بداية الاختبار مسك الكرة باليدين امام الوجه ثم اداء التمرير بالأصابع .

٥. ان خرجت الكرة عن الحائط ، أو لامست الحائط أسفل الخط المرسوم على الحائط ، وارتدت بطريقة جعلت المختبر يتابع التمرير من امام خط التمرير في جميع هذه الحالات على المختبر إمساك الكرة ومعاودة بداية اسلوب الاختبار المتفق عليه نفسه .

٦. يجب استعمال مهارة التمرير من اعلى دون غيرها من انواع التمريرات .
٧. على المختبر التوقف عن الاداء فور اعلان الحكم انتهاء فترة (٣٠ثا) المقررة.

- التسجيل:

يحسب عدد مرات ملامسة الكرة للحائط خلال (٣٠ثا) المقررة للاختبار ، ولا تحسب اي محاولة تخالف الشروط السابق ذكرها . وتعد الدرجة النهائية للمختبر هي عدد المحاولات الصحيحة خلال (٣٠ثا) مضروبة $\times (3)$. ويجب ملاحظة عدم حساب الكرات الممررة في بداية الاختبار او التمريرة التالية لكل توقف نتيجة لخطأ قام به المختبر .



٢. اسم الاختبار : اختبار التمرير من الاسفل بالذراعين
الغرض من الاختبار : قياس قدرة المختبر على سرعة التمرير ، ومقدار تمكنه من مهارة التمرير من الاسفل باليدين .

- الادوات المستعملة : حائط أملس ، كرة طائرة ، ساعة توقيت
مواصفات الاداء: يقف المختبر خلف الخط الذي يبعد عن الحائط بمقدار (١٨٠) سم (خط التمرير) ومواجهها للحائط ، على ان يمسك الكرة باليدين ليقدفها الى الحائط ثم يستقبلها بالتمرير باليدين من الاسفل الى الحائط لترتد اليه مرة اخرى خلف خط التمرير ليتابع عملية التمرير مرة اخرى . وهكذا يستمر الاداء لمدة (٣٠) ثا يستعمل الشكل نفسه في الاختبار السابق فيما عدا الخط المرسوم على الحائط .

- الشروط :

١. يتم التمرير في جميع فترات الاداء خلف خط التمرير .
٢. يبدأ حساب الزمن بداية من التمريرة الاولى ولمدة (٣٠) ثا .

٣. إذا سقطت الكرة بعد ارتدادها من الحائط قبل خط التميرير ، على المختبر امسك الكرة وبيدأ بالتميرير من خلف خط التميرير لا تحسب التميريرة .
٤. اذا خطأ اللاعب اثناء الاداء فوق خط التميرير لا تحسب التميريرة .
٥. يجب استعمال مهارة التميرير من اسفل باليدين دون غيرها من انواع التميريرات الاخرى .
٦. على المختبر التوقف عن الاداء فور اعلان الحكم انتهاء فترة (٣٠) ثا .

- التسجيل:

يحسب عدد مرات ملامسة الكرة للحائط في مدة (٣٠) ثا المحاولات الصحيحة فقط وفقا للشروط السابق ذكرها ، ثم تضرب $3 \times$ (لكل محاولة صحيحة ثلاث نقاط) . والدرجة النهائية للاختبار هي عدد المحاولات الصحيحة خلال (٣٠) ثا .

٣-٥ التجربة الاستطلاعية:

تم اجراء التجربة الاستطلاعية على مجموعة من تلاميذ الصف السادس الابتدائي بلغ عددهم (٨) تلميذ من الذين لم يدخلوا التجربة الرئيسية وذلك في تمام الساعة (٩) صباحاً يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٥/٢/١٧ بهدف التعرف على:

١. مدى ملائمة التمرينات المستعملة لمستوى العينة .
٢. مدى الفهم والاستيعاب للاختبارات المهارية من قبل افراد العينة .
٣. كفاءة فريق العمل المساعد .

٣-٦-٦ الاجراءات الميدانية:

٣-٦-٦-١ الاختبارات القبليّة

تم اجراء الاختبارات القبليّة لعينة البحث المتمثلة بـ(٤٠) تلميذ يوم الخميس الموافق ٢٠١٥/٢/١٩ في ساحة مدرسة المثابرة الابتدائية وبعد تثبيت الظروف المتعلقة بالاختبار من حيث الزمان والمكان وفريق العمل المساعد .

٣-٦-٦-٢ التجربة الرئيسية:

تم تنفيذ التجربة الرئيسية في يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٥/٢/٢٤ ولغاية الخميس الموافق ٢٠١٥/٤/١٦ في ساحة مدرسة المثابرة الابتدائية ، تم استخدام مجموعة من التمرينات التعليمية الخاصة بمهارتي البحث طبقت بواقع (٣) تمرينات للوحدة التعليمية الواحدة خلال (١٦) وحدة تعليمية ولمدة (٨) اسابيع وبواقع (٢) وحدة تعليمية في الاسبوع ليومي الثلاثاء والخميس (وكان زمن الوحدة التعليمية (٤٠) دقيقة ، وكما موضح في ملحق (١)،(٢) .

٣-٦-٦-٣ الاختبارات البعدية :

عمد الباحث بإجراء الاختبارات البعدية بعد الانتهاء من الوحدات التعليمية البالغة (١٦) وحدة تعليمية في يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٥/٤/٢١ مراعيًا في ذلك جميع الظروف والشروط والاختبارات القبليّة .

٣-٦-٦-٤ اختبارات الاحتفاظ:

تم اجراء اختبارات الاحتفاظ للمهارات قيد البحث بعد مرور (٧) ايام من اجراء الاختبارات البعدية في يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٥/٤/٢٨ للتعرف على مدى احتفاظ التلاميذ للمهارات قيد البحث بعد تركهم اياها لمدة اسبوع .

٣-٧: الوسائل الاحصائية:

استخدام الباحث الحقيبة الاحصائية (SPSS) في معالجة البيانات احصائيا .

الباب الرابع

٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

٤-١ عرض نتائج الفروق بين الاختبارات القبالية والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية للمهارات (قيد البحث).

جدول (٢)

يبين قيم فروق الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) الجدولية المحسوبة والجدولية ودلالاتهما الاحصائية بين الاختبارات القبالية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة

المتغيرات	المجموعة	وحدة القياس	العينة	ف-	ع ف	قيمة (ت) المحتسبة	قيمة (ت) الجدولية	دلالة الفروق
التمرير من الاعلى	الضابطة	تكرار	٢٠	٢,٨٠	٢,٦٦	٤,٦٩	٢,٠٩	معنوي
	التجريبية			١٤,٧٠	٤,٧٥	١٣,٨١		معنوي
التمرير من الاسفل	الضابطة	تكرار	٢٠	٥,٨٥	٢,٦٠	١٠,٠٥	٢,٠٩	معنوي
	التجريبية			١٤,٥٥	٦,٩٧	٩,٣٢		معنوي

تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) درجة حرية (١٩)

يبين الجدول (٢) قيمة الوسط الحسابي للفروق (٢,٨٠) والانحراف المعياري للفروق (٢,٦٦) وقيمة (ت) المحتسبة (٤,٦٩) لمهارة التمرير من الاعلى وقيمة الوسط الحسابي للفروق (٥,٨٥) والانحراف المعياري للفروق (٢,٦٠) وقيمة (ت) المحتسبة (١٠,٠٥) لمهارة التمرير من الاسفل للمجموعة الضابطة ، اما الوسط الحسابي للفروق (١٤,٧٠) والانحراف المعياري للفروق (٤,٧٥) وقيمة (ت) المحتسبة (١٣,٨١) لمهارة التمرير من الاعلى وقيمة الوسط الحسابي للفروق (١٤,٥٥) والانحراف المعياري (٦,٩٧) وقيمة (ت) المحتسبة (٩,٣٢) لمهارة التمرير من الاسفل للمجموعة التجريبية وبعد مقارنة القيم المحتسبة بلقيمة الجدولية البالغة (٢,٠٩) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩) يتضح ان قيمة (ت) المحتسبة اكبر من قيمتها الجدولية وهذا يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبالية والبعدية في المهارات قيد البحث ولصالح الاختبارات البعدية .

٤-٢ عرض نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية للمهارات قيد البحث للكرة الطائرة .

جدول (٣)

تبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (ت) المحسوبة والجدولية ودلالاتهما الاحصائية بين مجموعتي البحث في الاختبارات البعدية:

الدلالة الاحصائية	قيمة (ت) الجدولية	قيمة (ت) المحسوبة	التجريبية			الضابطة			وحدة القياس	المعالجات الاحصائية
			ع+_	س-	العينة	ع+_	س-	العينة		
معنوي	٢٠٠٢	٥٦١٧	٧١٠٦	٢٠٢٢٦	٢٠	٥٦١٨	٨٧٠	٢٠	تكرار	التميرير من الاعلى
معنوي	٢٠٠٢	١٠٠٤٤	٢١٠٧٨	٤٩٠٦٤	٥٠٠٥	٨٦١٥	٠٦١٤٠	٤١٤٠	تكرار	التميرير من الاسفل

تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٨)

يبين الجدول (٣) قيمة (ت) المحسوبة (٨,٤٩) لمهارة التميرير من الاعلى للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولمهارة التميرير من الاسفل بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٤,٠١) للمجموعتين الضابطة والتجريبية وبعد مقارنة قيم (ت) المحسوبة اعلاه بالجدولية (٢,٠٢) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٨) يتضح ان قيمة (ت) المحسوبة اكبر من الجدولية وهذا يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارات البعدية في المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية.

٤-٣ عرض نتائج الاختبارات البعدية والاحتفاظ للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها ومناقشتها :

جدول (٤)

يبين الاوساط الحسابية البعدية والاحتفاظ ومقدار الفقدان والتطور والنسبة المئوية للفقدان والاحتفاظ للمجموعتين التجريبية والضابطة .

النسبة المئوية للاحتفاظ	النسبة المئوية للفقدان	مقدار التطور	مقدار الفقدان	اختبار الاحتفاظ	الاختبار البعدي	المجموع	وحدة القياس	التميرير
٧٢,١١١%	٢٧,٨٩%	١٤,٧	٤,١	١٨,١	٢٢,٢٠	التجريبية	تكرار	التميرير من الاعلى
٢٨,٥٨%	٧١,٤٢%	٢,٨	٢	٦,٧	٨,٧٠	الضابطة		
٦١,٨٦%	٣٨,١٤%	١٤,٥٥	٥,٥٥	٤٤,٢	٤٩,٧٥	التجريبية	تكرار	التميرير من الاسفل
١٦,٢٤%	٨٣,٧٦%	٥,٨٥	٤,٩	٣٦,٥	٤١,٤٠	الضابطة		

يبين الجدول (٤) نتائج اختبارات الاحتفاظ للمجموعتين الضابطة والتجريبية . ان النسبة المئوية للفقدان (٢٧,٨٩%) والنسبة المئوية للاحتفاظ (٧٢,١١١%) لمهارة

التمرير من الاعلى و (٣٨،١٤%) و (٦١،٨٦%) لمهارة التمرير من الاسفل للمجموعة التجريبية ، أما المجموعة الضابطة فكانت النسبة المئوية للفقدان (٧١،٤٢%) والنسبة المئوية للاحتفاظ (٢٨،٥٨%) لمهارة التمرير من الاعلى و (٨٣،٧٦%) و (١٦،٢٤%) لمهارة التمرير من الاسفل .

٤ - مناقشة النتائج

يبين الجدولين (٢ ، ٣) وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية في الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولمصلحة المجموعة التجريبية ويعزو الباحث الفروق الى تأثير التمرينات المهارية التي طبقت في الوحدات التعليمية على المجموعة التجريبية بشكل صحيح متدرج من السهل الى الصعب لها دور فعال في سرعة اكتساب المهارات المبحوثة بانه " كلما زادت رشاقة الفرد استطاع بسرعة تحسين مستواه على ان لا ننس المبدأ التربوي الاساسي التدرج من السهل الى المركب "عصام عبد الخالق ، ٢٠٠٥ : ١٤٨) ، كما ان تكرار التمرينات وتنوعها ساعد على تعلم المهارات بشكل متوازن " ان استعمال طرق تكرار ممارسة المهارة المراد تعلمها للاعبين المبتدئين باسلوب متوازن يساعد على تعلمها بالشكل المطلوب " (غازي صالح محمود ، ٢٠١١ : ٦٥) ، ويرى الباحث ، ان عملية شرح وعرض واداء مهارتي البحث في النشاط التعليمي اثر بشكل كبير في تعلمها وادائها " ان المرحلة الاولى في التعليم يحاول فيها المتعلمون استيعاب الفكرة العامة للحركة وفي المستوى التالي يحاولون تحديد وتأدية ما يجب القيام به لدمج الجهود المعرفية والحركية في حركة متناسقة وهادفة وفي المستوى الاعلى يحاولون تحويل تلك الحركة الهادفة في فعل يكون قابلا للإعادة ومرنا اليا" (عبد الباسط مبارك ، ٢٠١٢ : ٢٨٥) اما نتائج المجموعة الضابطة في الجدولين (٢ ، ٣) فكانت بشكل بسيط لا يرضي الطموح . لذلك يعزو الباحث السبب الى ضعف الممارسة والتكرار في اداء المهارة " اذ ان الشرح والتوضيح والتكرار سيمارس دوراً كبيراً في فهم تكنيك المهارة ان تعلم المهارات الحركية وتطويرها يأتي من خلال الزيادة في عدد المرات التي يتكرر فيها التمرين " (وجيه محجوب ، ٢٠٠٠ : ١٦٨) ويتفق الباحث مع ما اشار اليه (هاشم ياسر ، ٢٠١١ : ٣٥) " ان زيادة عدد تكرارات التمارين في الوحدة التعليمية يهدف الى الوصول بالأداء الحركي والمهاري الى الحالة الاتوماتيكية " كذلك يعزو السبب للتمرينات التي طبقتها المجموعة الضابطة خلال دروس التربية الرياضية كانت تمرينات تقليدية مما اثرت على المتعلمين في التعلم وهذا ما بينته نتائج الاختبارات " ان اختيار التمرين له اهمية كبيرة لأنه يرتبط بتأثيره في التعلم فلا بد من عدم اضاءة الوقت الكثير ، لأن التمرين هو اداء او انجاز عمل معين أو واجب معين بصورة متكررة لغرض تعلم مهارة مكتسبة بصورة تامة " (قاسم لزام صبر ، ٢٠١٢ : ١١١).

من خلال النتائج في الجدول (٤) والآخر يبين نسبة الفقدان للمجموعة التجريبية اقل من نسبة فقدان المجموعة الضابطة اي ان نتائج الاحتفاظ للمجموعة التجريبية اكبر من نتائج الاحتفاظ للمجموعة الضابطة والتي اوضحت تأثيرا ايجابياً في نسبة

الاحتفاظ بالمهارات لان هناك علاقة ارتباط كبيرة بين نسبة التعلم ونسبة الاحتفاظ فالبحوث والدراسات المتعلقة بعملية التعلم تشير على أنه كلما زاد التعلم وثبت ووصل الى المراحل المتقدمة يكون له تأثير ايجابي في نسبة الاحتفاظ وهذا ما اثبتته نتائج المجموعة التجريبية التي احتفظت بالمهارات قيد البحث بشكل افضل من المجموعة الضابطة ، اذ يتفق هذا مع ما جاء به (محمد عبد الحسين عطية ، ٢٠٠٥ :٣٣) بانه كلما كان مقياس الاداء بعد مدة الاحتفاظ قريبا من القياس البعدي كلما كان الاحتفاظ كبيرا وكان التعلم فعالا ، وكذلك يعزو الباحث نتائج الاحتفاظ بالمجموعة التجريبية الى تأثير التمرينات المهارية التي اعدها إذ ساعدت على اظهار تقدم واضح في مستوى الاكتساب والاحتفاظ وهذا يدل على ان التمرينات كانت ملائمة لمستوى العينة واستيعابها فضلا انه قد بينت على اسس علمية صحيحة وتم تنفيذها بشكل سليم ومنظم عند تنفيذ المناهج بشكل فعال فان الاداء العام للطالب يتحسن كثيرا "(محمد محمود الحيلة ، ١٩٩٩ :٦٥) الى ان نسبة الاكتساب للتعلم تعتمد على الكيفية التي تم التعاطي معها من قبل المتعلم للوصول الى هذه الدرجة من الاكتساب العالي للتعلم وان القدرة على التذكر واسترجاع المعلومات تعني الاحتفاظ وان الاحتفاظ يعكس التعلم "(يعرب خيون ، ٢٠٠٢ :٤٢) وبذلك يكون الباحث قد حقق اهداف وفروض بحثه من خلال الفروق المعنوية التي افرزتها نتائج الاختبارات

الباب الخامس

٥- الاستنتاجات والتوصيات

١-٥ الاستنتاجات

١. التمرينات التعليمية المستعملة اثرت ايجابيا في اكتساب المهارات قيد البحث وهذا ما بينته نتائج الاختبارات.
٢. ان التنوع والتكرار في التمرينات له الاثر المهم والمباشر في اكتساب المهارات.
٣. اتباع الاسلوب العلمي الصحيح في اداء التمرينات والتدرج بها من السهل الى الصعب وعلى وفق اسس علمية لها تأثير فعال في اكتساب الاداء المهاري .

٢-٥ التوصيات

١. اعتماد التمرينات المستعملة في الدراسة الحالية لتأثيرها الفعال في عملية التعلم والاكتساب .
٢. اعتماد نتائج الدراسة في البرنامج التعليمي لتلاميذ المرحلة الابتدائية .
٣. اجراء دراسات مشابهة على فئات عمرية مختلفة لكلا الجنسين في كرة الطائرة .
٤. ضرورة الاهتمام بتكرار وتنوع التمرينات لاكتساب التوافق العضلي العصبي والذي ادى الى تطور ملموس في مهارتي البحث .

المصادر :

- حسين سبهان صخي وطارق حسن رزوقي ؛ المهارات والخطط الهجومية والدفاعية في الكرة الطائرة_ط١: (بغداد ، دار الكتب والوثائق ، ٢٠١٠)

- رياض خليل خماس وآخرون؛ الكرة الطائرة ، تاريخ ، مهارات ، خطط ، ادارة المباريات والتدريب ، ط١ : (بغداد ، مطبعة الكلمة الطيبة ، ٢٠١٢)،
- سعد حماد الجميلي ؛ الكرة الطائرة والاعداد المهاري والخططي : (عمان ، دار زهران للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٦).
- طارق حسن وحسين سبهان ؛ الكرة الطائرة -تعليم - تدريب - بناء - قيادة الفريق - التغذية - انواع الكرة الطائرة وقواعد اللعبة_، ط١ (بغداد مطبعة الكلمة الطيبة ، ٢٠١١).
- عبد الباسط مبارك ؛ السلوك الحركي من التعلم الى الاداء_ : عمان ، دار جهينة للنشر والتوزيع ، ٢٠١٢ .
- عامر ابراهيم قنديلجي ؛ منهجية البحث العلمي ، ط١ : (عمان ، دار البازوري العلمية للنشر ، ٢٠١٢).
- عصام عبد الخالق ؛ التدريب الرياضي - نظريات - تطبيقات ، ط٢ ، القاهرة ، منشأة المعارف ، ٢٠٠٥ .
- عدنان يوسف العتوم ؛ علم النفس التربوي - النظرية والتطبيق ، ط١ (عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، ٢٠٠٥).
- علي سلوم جواد ؛ الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي ، (٢٠٠٤).
- علي مصطفى طه ؛ الكرة الطائرة - تاريخ - تعليم - تدريب - تحليل - قانون ، ط١ : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٩).
- عطيات محمد خطاب ؛ التمرينات للبنات:(القاهرة ، دار الفكر العربي،١٩٩٨).
- غازي صالح محمود ؛ كرة القدم - المفاهيم - التدريب_ ، ط١ : (عمان مكتبة المجمع العربي ، ٢٠١١).
- قاسم لزام صبر ؛ موضوعات في التعلم الحركي ، ط٢ : (بغداد ، دار البراق للطباعة والنشر ، ٢٠١٢).
- محمد عبد الحسين عطية ؛ تأثير تداخل التدريب الذهني والبدني والمهاري بالاسلوبين المتسلسل والعشوائي في التعلم والاحتفاظ لبعض المهارات الاساسية بكرة القدم للمبتدئين : (اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٥)
- محي الدين توك وآخرون ؛ اسس علم النفس التربوي ، ط٢ : (عمان دار الفكر للطباعة والنشر ٢٠٠٢).
- محمد محود الحيلة ؛ تصميم التعليم نظرية ممارسة : (عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، ١٩٩٩).
- نضال فاضل عباس ؛ تأثير تمرينات خاصة في تنمية سرعة الاستجابة الحركية وتعلم مهارة التميرير بالكرة الطائرة لطلاب الثاني المتوسط_ : (رسالة ماجستير ، جامعة ديالى ، كلية التربية الاساسية ، ٢٠١٥).

- ناهدة عبد زيد ؛ اساسيات في التعلم الحركي ، ط ١ : (عمان ، دار الكتب العلمية للنشر والتوزيع ، ٢٠١٣) .
- نبيل محمود شاكر ؛ معالم الحركة الرياضية والنفسية والمعرفية ، ط ١ : (جامعة ديالى ، كلية التربية الاساسية ، ٢٠٠٧) .
- هاشم ياسر حسن ،؛ تمرينات خاصة لتطوير دقة الاداء الحركي والمهاري للاعبين كرة القدم ، ط ١ : (عمان ، مكتبة المجتمع العربي ، ٢٠١١) .
- وجيه محجوب ؛ البحث العلمي ومناهجه : (بغداد ، مطبعة الكتب للطباعة والنشر ، ٢٠٠٢) .
- وجيه محجوب ؛ التعلم وجدولة التدريب ، (بغداد مكتب العادل للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٠) .
- يعرب خيون ؛ التعليم الحركي بين المبدأ والتطبيق : (بغداد ، مكتب الصخرة للطباعة ، ٢٠٠٢) .

ملحق (١)

اسماء فريق العمل المساعد

ت	الاسم الثلاثي	التحصيل الدراسي	مكان العمل
١	عبدالكريم هاشم	بكالوريوس تربية رياضية	مديرية تربية ديالى
٢	طارق عدنان	دبلوم تربية رياضية	مديرية تربية ديالى

ملحق (٢)

نموذج من التمرينات المهارية

- ١- تمرينات مهارة التمرير من الأعلى
 - الوقوف على شكل دائرة والمعلم في الوسط يقوم المعلم بتمرير الكرة الى التلاميذ من الاعلى باليدين واما التلاميذ فانهم يرجعون الكرة من الاعلى الى المعلم وهكذا باستمرار .
 - ثلاثة تلاميذ يشكلون مثلث والمسافة بين تلميذ واخر (٣)م يتبادلون تمرير الكرة من الاعلى وباليدين وهكذا كل عشر كرات يتم تغير اتجاه الكرة يمينا ويسارا .
 - تلميذان متقابلان كل منهما يلعب ويتبادلان التمرير من الاعلى ومن فوق الشبكة بحيث تسقط على الارض وامام التلميذ ليتحرك عليها ويعيدها الى زميله .
٢. تمرينات مهارة التمرير من الاسفل .

- تلميذان متقابلان على خطي الملعب ولديهما كرة طائرة ، يقومان بالطبقة الى نصف المسافة بينهما ثم رمي الكرة الى زميله بالذراعين من الاسفل ثم الرجوع الى مكانه بالتبادل .
- ينتشر التلاميذ داخل الملعب وكل منهم لديه كرة طائرة وعند الاشارة بيدؤون للعب من الاسفل باستمرار لحين اشارة التوقف وهكذا .
- تلميذان متقابلان المسافة بينهما من (٣-٤) م واللعب بينهما باستمرار من الاسفل وهكذا .

ملحق (٣)

نموذج من الوحدات التعليمية لخطة درس التربية الرياضية للصف السادس الابتدائي (القسم الرئيسي فقط)

القسم الاعداي	القسم الرئيسي	القسم الختامي
(١٠) د	(٢٥) د	(٥٥)
المقدمة الاحماء التمرينات	النشاط النشاط	لعبة صغيرة تمارين
تهده		
التعليمي	التطبيقي	اداء التحية الرياضية
(٢) د	(١٠) د	(٣) د
(٥) د	(١٥) د	(٢) د
الوحدة التعليمية الاولى	عدد التلاميذ ٢٠ تلميذ	الاهداف التربوية
الاهداف التعليمية		
المدرسة: المثابرة الابتدائية	اليوم الثلاثاء	تعويدهم على الضبط تعليم
مهارة التمير		
الصف/ السادس الابتدائي	التاريخ ٢٠١٥/٢/٢٤	والنظام وتعويدهم على من
الاعلى		
الوقت / ٤٠ د		الثقة بالنفس تعويدهم
		على التعاون

نوع النشاط	الوقت	النشاط البدني والمهاري	التنظيم	الملاحظات
------------	-------	------------------------	---------	-----------

		تعليم مهارة التمرير من الاعلى	د (٢٥)	القسم الرئيسي
		شرح مهارة التمرير من الاعلى مع التكنيك الصحيح لها ثم عرضها من قبل المعلم ثم عرضها من قبل التلميذ النموذج	د (١٠)	النشاط التعليمي
التأكيد على الاداء السليم للمهارة مع تصحيح الاخطاء حال حدوثها		تطبيق التمرينات مهارية الخاصة بالمهارة قيد البحث (ملحق ٢) تمرين (١) ، (٢) ، (٣) ،	د (١٥)	النشاط التطبيقي

الاهداف التربوية عدد التلاميذ ٢٠ تلميذ الوحدة التعليمية التاسعة

الاهداف التعليمية

المدرسة: المثابرة الابتدائية اليوم الثلاثاء تعويدهم على الضبط تعليم مهارة التمرير

الصف/ السادس الابتدائي التاريخ ٢٤/٣/٢٠١٥ والنظام وتعويدهم على من الاسفل

الوقت / ٤٠ د

الثقة بالانفس تعويدهم

على التعاون

نوع النشاط	الوقت	النشاط البدني والمهاري	التنظيم	الملاحظات
القسم الرئيسي	د (٢٥)	تعليم مهارة التمرير من الاسفل		
النشاط التعليمي	د (١٠)	شرح مهارة التمرير من الاسفل مع التكنيك الصحيح لها ثم عرضها من قبل المعلم ثم عرضها من قبل التلميذ النموذج		
النشاط التطبيقي	د (١٥)	تطبيق التمرينات مهارية الخاصة بالمهارة قيد البحث (ملحق ٢) تمرين (١) ، (٢) ، (٣) ،		التأكيد على الاداء السليم للمهارة مع تصحيح الاخطاء حال حدوثها