

تأثير التداخل بين التمرين المكثف والموزع بالأسلوبين الامري
والتدريبي لتعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة

بحث تجريبي

على طالبات الصف الثاني متوسط

بعمر (14-15) سنة

رسالة مقدمة الى

مجلس كلية التربية الرياضية جامعة ديالى

وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في التربية الرياضية

من قبل الطالبة

بشائر رحيم شلال الربيعي

2004م

1424هـ



1- التعريف بالبحث :

1-1 المقدمة وأهمية البحث :

لا تزال العملية التعليمية - التعليمية وطرائقها تشغل ذهن الكثير من الباحثين والمهتمين بطرائق التدريس والتعلم الحركي، ولذلك ظهرت آراء عدة في هذا المجال تهدف إلى إيجاد أفضل الصيغ للتعلم بشكل عام والتعلم الحركي بشكل خاص.

" ولقد اجتمع الكثير من العلماء على أن الطلاب لا يستجيبون لعملية التعلم بطريقة واحدة وأنه لا بد من استخدام طرائق تعليمية جديدة ومختلفة لبناء وتطوير قدرات ومعارف الطلاب " (1)، وهذا يعني أن على المدرس أن يمتلك القدرة على التجدد والإحاطة بطرائق تدريسيه عدة لمعالجة المواقف المختلفة التي تواجهه أثناء العملية التعليمية .

وبما أن أفضل الطرائق لتعليم المهارات الحركية هي الممارسة الفعلية وان استراتيجية التعلم تقتضي شكلا معيناً من أشكال هذه الممارسة لما تحمله من تأثير مباشر على اتخاذ القرارات التي تتصل بنوع الممارسة و مقدارها ونوعيتها وتسلسلها وعملية توزيع الوقت على ممارسة التمرينات لتعلم المهارات الحركية تشكل إحدى العوامل المهمة ، وذلك لان بعض المهارات الحركية في التعلم لها نقطة محددة من الوقت ولا شك أن هناك اتفاقاً بين الباحثين على أن الممارسة لها أسلوبين يتمثل الأسلوب الأول بالتمرين المكثف **Massed** ولأسلوب الثاني بالتمرين الموزع **Distributed** وان المبدأ الذي يحدد التمرين المكثف والموزع هو فترات الراحة بين التكرارات (2)، ولا بد أن نوضح أهمية فترة الراحة فهي الفترة الزمنية التي يتم من خلالها استعادة الشفاء الخاص بالطالب جزئياً أو كلياً الناتج عن العمل الذي يؤدي إلى التعب ، ويمكن أن تكون فترة الراحة بين تمرين و آخر أو بين مجموعات تمارين فيما بينها أي بين الوحدات التعليمية .

تعد لعبة كرة السلة من الألعاب الفرقية المعقدة التي تعتمد في تحقيقها على عنصر الممارسة والتي تحتاج إلى أوقات طويلة من التمرين الشاق والمتواصل لغرض تعلم وإتقان المهارات الحركية المطلوبة ، الأمر الذي جعل المدرسين والمدربين يولون اهتماماً واسعاً لهذه اللعبة وللطرائق التعليمية لإتقان مهاراتها . لقد نالت هذه اللعبة اهتماماً كبيراً من أجل الارتقاء بمستوى الأداء الفني وان هذا المستوى هو نتيجة حتمية لعملية التعلم .

1. علي الديري ، احمد بطانية : أساليب تدريس التربية الرياضية ، دار الأمل للنشر والتوزيع ، اربد عمان ، 1987، ص5 .

2. يعرب خيون : التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، جامعة بغداد ، مكتبة الصخرة للطباعة ، 2002، ص84 .



ومن أجل الارتقاء بمستوى الطالبات في أداء مهارات كرة السلة استخدمت الباحثة في تنفيذ عملها استراتيجية تعلم جديدة تعتمد على التداخل في البيئة التعليمية بين أساليب التمرين والتي اخترنا منها التمرين المكثف والموزع مع أسلوب التعلم الامري وهو المستخدم بشكل تقليدي في مدارسنا والأسلوب التدريبي كأسلوب تعلم جديد ، والغاية من ذلك التداخل هو التعرف على التعلم الأمثل لعينة البحث في بعض المهارات بكرة السلة والمختارة على وفق المنهاج الدراسي في الصف الثاني متوسط ، وهنا تكمن أهمية البحث كونها محاولة جادة في استنباط وسائل تعليمية جديدة تخدم وتساهم في تطوير العملية التعليمية والتدريسيه بشكل عام وكرة السلة للطالبات بشكل خاص .

1-2 مشكلة البحث

من خلال خبرة الباحثة كمدربة العاب في كلية التربية الرياضية ، واطلاعها المباشر على المشاهدات المتكررة في سير عملية التدريس وبالتالي التعلم خلال دروس التربية الرياضية للمدارس المتوسطة والإعدادية للبنات على وجه الخصوص، حيث اعتماد معظم مدرسين التربية الرياضية الطريقة الامرية والتي تعتمد على قدرة وامكانية المدرس والتي تقيد دور الطالب وتقلل من درجة استقلاليته ومشاركته الإيجابية في التخطيط والتنفيذ والتقويم في درس التربية الرياضية عبر مراحل الدرس الثلاث قبل الدرس وأثناءه وبعده وهذا الاسلوب يضعف الفاعلية في الارتقاء بمستوى الطالب ووصوله بالمستوى المطلوب لذا لا بد من استخدام طرائق جديدة للنهوض بدرس التربية الرياضية خصوصا" وان الاستمرار في استخدام هذه الأساليب في وقت حصل فيه تقدم كبير جدا" في طرائق وأساليب تدريس وتعلم التربية البدنية في ميدان طرائق تدريس التربية الرياضية.

وبالإضافة للطرائق والأساليب الحديثة في ميدان طرائق التدريس فان هناك أساليب أخرى تعنى تنظيم وجدولة أوقات التمرين والراحة ومنها أسلوب المكثف والموزع . كل ذلك التقدم والتطور والتشعب حفز الباحثة لإجراء عملية التداخل بين أساليب التعلم منها الامري والتدريبي مع تطبيق التمرين المكثف والموزع للوقوف على تأثير هذه التداخلات في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة السلة في المدارس المتوسطة للبنات .

1-3 أهداف البحث :



1. التعرف على مدى تأثير استخدام التمرين المكثف والموزع بالأسلوبين الامري والتدريبي لتعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة .
2. التعرف على الأسلوب الأفضل لتعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة .

1-4 فروض البحث :

1. هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة والبعدية للمجاميع كلها في تعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة .
2. هناك فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين المجاميع التجريبية في الاختبارات البعدية.

1-5 مجالات البحث :

- 1-5-1 المجال البشري : طالبات الصف الثاني متوسط .
- 1-5-2 المجال الزمني : 2004/2/28 ولغاية 2004/4/28 .
- 1-5-3 المجال المكاني : ساحة ثانوية الازدهار / محافظة ديالى - بعقوبة.

1-6 تحديد مصطلحات :



1 . التداخل :

"يعني استخدام اكثر من استراتيجية في التعليم ، والتعلم ، لإيجاد بدائل تدريسية متطورة ، والوصول إلى أهداف متنوعة وتسريع التعلم لاستثمار الوقت والجهد" (1) .

2 . التمرين المكثف :

" هو ممارسة المهارة التي لا تتضمن فترات راحة أو التي يوجد فيها بين بداية النشاط ونهايته قليل من الراحة " (2) .

3 . التمرين الموزع :

" هو ممارسة المهارة لفترة قصيرة يعقبها جزء من الراحة أو تعقب الأنشطة خلال وقت محدد من الممارسة " (3)

4 . الأسلوب الامري :

" هو الأسلوب الأول من مجموعة الأساليب الذي يتميز بقيام المعلم باتخاذ جميع القرارات في مرحلة ما قبل الدرس ومرحلة الدرس وما بعد الدرس ويكون دور المتعلم في القيام بعملية الأداء والالتزام بتعليمات المعلم" (4) .

5 . الأسلوب التدريبي :

" هو الأسلوب الذي يقوم المدرس فيه باتخاذ جميع قرارات مرحلتي ما قبل الدرس وما بعده وتنتقل مجموعة من قرارات مرحلة التدريس إلى التلميذ ليتخذها بنفسه " (5) .

1. ظافر هاشم : الأسلوب التدريسي المتداخل وتأثيره بالتعلم والتطور من خلال الخبرات التنظيمية لبيئة تعلم التنس ، أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002 ، ص48 .
- 2.. Nancy Lay : practical Application of selected Motor Learning Research Journal of physical education recreation . sep . 1979 . p.79 ..
3. وجيه محجوب : التعلم وجدولة التدريب ، بغداد المكتبة الوطنية ، 2000 ، ص215 .
- 4 . جمال صالح (وآخرون) : تدريس التربية الرياضية ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، 1991 ، ص27 .
5. عباس احمد السامرائي ، عبد الكريم السامرائي : كفايات تدريسية في طرائق التربية الرياضية ، مطبعة دار الحكمة ، جامعة البصرة ، 1991 ، ص84 .

nd₂

Abstract

The Effect Of Interference Between Concentrated And Distributed Exercise By The Two Ordering And Training Behaviors To Learning Some Of Skills In Basketball

Researcher

Bashair Rahiem Shallal

Supervised by

Prof.Dr.

Abdullah Al-Mashhadany

Dr.Teaher

Aiad Hameed

sport Education College – Diyala University

2004

The thesis contains five parts, representing:

1. Part one: Definition of research

Introduction of research and its importance

This part includes the introduction and the importance of research, where this part studying the importance of educational process to treatment the different events, and also the behavior of concentrated and distributed exercise. In addition to that the basketball is one of the teams games which depends upon the element of practice, but the importance of research is the

rd3_b

serious attempt to invention new educational means serving and sharing in the development of educational and instructional process generally and the women basketball especially.

Research problem

The problem of research is determined during the frequent seeing of researcher for the progress of instruction process, then the learning in mediate and secondary schools for girls especially. Where the dependence on the classical methods which restrict the student role and decrease from his independence degree and positive sharing in the planing, executing and correcting, although from the very big advance in the ways and methods of instruction and learning, in addition to that, there are other methods dealing with arrangement and listing exercise and rest times. All that will stimulated the researcher to make the interference process to learning some of basketball skills in the mediate schools.

Research aims

1. Introduce to the extent of effect of using the concentrated and the distributed exercise with the ordering and training behaviors to learning some of basic skills in basketball.
2. Introduce to the best behavior to learning some of basic skills in basketball.

Research impositions

1. There are differences of statistic meaning between the primary and final tests for the all groups in learning some of basic skills in basketball and for the final test.
2. There are differences of statistic meaning between the experimental groups.

th4_b

Research fields

- 5-1 The human field: students of the mediate second class.
- 5-2 The time field: 28/2/2004 to 28/4/2004.
- 5-3 The place field: Square of AL-Eizdehar secondary school-Diyala Province.

Part two: Theoretical and similar studies

This part contains the selected terms to enhance research title, where this part studying the concept of learning, movement learning, and the effected factors on the movement learning and its steps, and the concept of exercise and the behaviors of listing exercise, the researcher studied the methods of instruction and learning behaviors especially the ordering and Training behavior, and also the concept of skill generally and skills under research especially, instead of similar researches which were showed in brief for the purpose of supporting the thesis from the practical side, in addition to the discussion of similar researches.

Part three: Research method and field behaviors

This part includes the method and behaviors of research, we were used the experimental method for its appropriate to the nature of problem and the choice of sample is done by the random method with lot behavior for choosing the four experimental groups which was for the luck of classes (A, B) and they are (40) students after the excluding of students, and divided one class to two groups by the regular random method, also this part is studied the use of devices, tools, and assist means in the research,

th5_b

instead of the determine of used skills and the appropriate choices for their, also the statistic means represented by arithmetic means, standard deviation, percent ratio, mediator, flexure factor, choice of (T) for connected samples, simple connection factor (Person), personal veracity factor, contrast analysis, and low sense difference (L.S.D.).

Part four: Display the results of research, analysis, and discussion

This part contained the display of the results by tables and figures, analysis, and discussion by statistics methods. Where the researcher reached through it to the occurrence of learning in all choosed skills for the four experimental groups according to the application of method which presented by the differences between the primary and final tests and the differences between the final tests.

Part five: Conclusions and recommendations

By the getting on the results of research, the researcher can concluded the following results:

1. The two exercise behaviors (concentrated and distributed) had the big effect in the occurrence of learning and that is clear through its success in most tests.
2. The training behavior of learning is best than the ordering behavior in the learning of skills of research subject.
3. The interference process between exercise behaviors and learning behaviors, give positive results more than their uses on the classic behavior (ordering).

th6_b

4. The second experimental group of the interfered concentrated training behavior was the best in the learning of the two skills (chest communion-free throw).
5. The fourth experimental group of the interfered distributed training behavior was the best in the learning of the (high ball vibration skill).

Recommendations

According to those conclusions, the researcher recommended the following recommendations:-

1. Emphasis on the use of the training behavior with the ordering behavior in learning some of basic skills in basketball as a new behavior for learning.
2. Dependence the learning behaviors-modern learning for research subject and others as addition and assist behaviors in the learning process in Iraqi schools increasing and reaching to the university learning.
3. Emphasis on the make of similar studies for the other basic skills for basketball.
4. Attention from likes these studies in the field of instruction methods and movement learning.
5. Necessary of issuing the use of training behavior between instruction staffs in the different fields and the attention by making courses about the effect of training behavior in learning.
6. Suggestion to the general province for physical education to make symposiums for publishing the modern behaviors in instruction.
7. To have studies & researches the concerning educational simplified manners to education the different skills and sport activities in the intermediate & secondary schools.

th7_b