

تأثير التعلم والتمرن المتسلسل في اكتساب واحذار جهد تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة السلة لطالبات الثانى متوسط

م. رفيدة عيسى موسى sit2rafiia@gmail.com

معهد اعداد المعلمات / مديرية تربية ديالى

تاريخ استلام البحث: ٢٠١٥/١/٧ تاريخ قبول النشر: ٢٠١٥/٢/٢٤

الكلمة المفتاحية : التمرين المتسلسل **Keyword: Serious Practice**

ملخص البحث :

هدف البحث الى استعمال احد اساليب جدولة التمرين لتعلم بعض المهارات الاساسية بكرة السلة كما هدف الى استعمال اسلوب اعادة التعلم بالاسلوب نفسه على الطالبات بعد مرور مدة زمنية تطول او تقصر للتعرف على كمية الجهد المدخر نتيجة لاعادة التعلم وافترضت الباحثة ان للاسلوب المتسلسل اثراً في اكتساب بعض المهارات بكرة السلة وان لاعادة التعلم اثراً في ادخار جهد تعلمها . وقد حققت الباحثة هدفا الدراسة وتوصلت الى عدد من الاستنتاجات والتوصيات .

The Effect of Learning and Repeation of Serious Practice in Acquiing and Saning the Effort of Learning Some Basic Skills in Basketball for the 2ed Intermediate School Students

Rafea Iesa Musa

Abstract :

The present study aims at investigating the effect of using amethod of scheduling the practice of learning some basic skills in Basketball . It also aims at using the method of re-learning with a sample of female students after a short or long period of time to investigate the amount of saved effort as a result of re-learning the same practice .

The researcher hypothesized that series or constant method has an effect in acquiring some basic skills in Basketball . Re-learning method has also an effect in saving the effort in learning them . The study has achieved the two aims mentioned above and ended with some conclusions and recommendations .

١- المقدمة واهمية البحث :

يمكن الاستفادة من تعلم سبق ان تعلمه الفرد بان تطلب منه ان يعيد تعلم ما تعلمه سابقاً بعد مدة من الزمن قد تطول او تقصر ، وفي هذه الحالة قد نجد ان المتعلم في المرة الثانية يستغرق وقتاً اقل مما استغرقه في المره الاولى او اخذ عدد من المحاولات اقل مما اخذه في المرة الاولى لتنفيذ الواجب الحركي وبهذا يكون قد وفر جهداً يساوي الفرق في الزمن الاول والزمن الثاني للاداء او الفرق في عدد المحاولات بين المرتين وساهم بتحسين وسرعة اكتساب المهارة المطلوبة .

وتأتي اهمية البحث في استعمال احد اساليب التعلم الحركي للمهارات الحركية الاسلوب المتسلسل و(اعادة التعلم) اعتماداً على المخزون من المهارات الحركية التي تعلمها في اوقات سابقة والتي تعد متطلبات مسبقة للتعلم الحركي وتحقيق الاداء الجيد الذي يؤمن مستوى من الاداء والارتقاء به لتحقيق الهدف من التعلم لاسيما في المراحل العمرية الاولى في المدارس المتوسطة للبنات الصف الثاني المتوسط وان الاثار التراكمية للتعلم هي التي تشكل الاساس في الحصول على قاعدة من اللاعبات يمكن ان تطور لعبة كرة السلة في المدارس العراقية .

مشكلة البحث :

ان تدني مستوى الاداء المهاري للمهارات الاساسية وضعف امكانية الربط بين هذه المهارات في اللعب هي السمة المميزة لهذه المرحلة الدراسية فقد لاحظت الباحثة انخفاض مستوى اداء الطالبات لهذه اللعبة ، وقد ارتأت استعمال اسلوب متسلسل واعادة التعلم لمهارات كرة السلة بأن يتم تطبيق المنهج الدراسي المقرر في الدراسة لتعلم المهارات المتمثلة بالطبقة والمناولة والتهديف بكرة السلة بالاسلوب المتسلسل ثم اعادة تعلم هذه المهارات بعد مرور ١٥ يوماً اذ يعاد تعلم المهارات نفسها على وفق المنهج السابق نفسه (الاسلوب المتسلسل) .

هدفا البحث :

- ١- تعرف اثر التمرين المتسلسل في اكتساب بعض مهارات كرة السلة قيد البحث .
- ٢- تعرف تأثير اعادة التعلم في ادخار جهد تعلم المهارات الاساسية بكرة السلة .

فروض البحث :

- ١- وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لاكتساب بعض المهارات الاساسية بكرة السلة .
- ٢- وجود فروق معنوية بين الاختبار البعدي الاول والبعدي الثاني ولمصلحة البعدي الثاني من خلال الفرق بين عدد المحاولات او الزمن .

مجالات البحث :

- ١- المجال الزمني : للمدة من ٢٠١٣/١١/١ - ٢٠١٤/٤/١٨ .

- ٢- المجال البشري : طالبات ثانوية المؤمنة للبنات .
٣- المجال المكاني : ساحة الثانوية .

تعريف المصطلحات :

- ١- التمرين المتسلسل : تعلم اكثر من مهارة مختلفة خلال فترة معينة يقوم المعلم بتهيئة فترة تعليمية للمهارة الاولى وبتكرارات محدودة وعند تعلم هذه المهارة سوف ينتقل المعلم الى تعليم المهارة الاخرى . (نبيل محمود ، ٢٠٠٥ ، ص٤٥)
٢- اعادة التعلم : ويقصد به تعلم الفرد شيئاً وبعد مدة من الزمن تطول او تقصر يطلب منه ان يعيد ماسبق تعلمه. (مدوح عبد المنعم ، ١٩٩٢ ، ص٤٠)
٣- الجهد المدخر : ويقصد به الفارق بين عدد المحاولات او الزمن للتعلم الاول والتعلم الثاني. (مدوح عبد المنعم ، ١٩٩٢ ، ص٤٠)

٢- الدراسات النظرية :

* التعلم والجهد :

يختلف الافراد في حاجتهم للجهد . عندما يتعلمون مهارة حركية فيبدوا قسماً منهم قادرين على القيام بالمهارة وبجهد بدني وعقلي قليل وهذا يعود الى انهم يملكون القدرة على معالجة المعلومات او اداء الواجبات الحركية بشكل اكثر من غيرهم نتيجة لزيادة تعلمهم للمهارات الحركية والاستمرار بالتدريب ، ويمكن ملاحظة انخفاض الجهد من خلال قلة استهلاك الاوكسجين او انخفاض معدل ضربات القلب او انخفاض الزمن او عدد المحاولات لاداء المهارة ، كما يلاحظ ارتباط استمرار التعلم او اعادة التعلم بانخفاض الجهد .
ويعد قياس الجهد المدخر احد وسائل قياس التعلم وفيه يطلب من الفرد ان يتعلم شيئاً معيناً بعد مدة من الزمن قد تطول او تقصر ثم يطلب منه ان يعيد ما تعلمه فاذا استغرق المتعلم وقتاً اقل مما استغرقه في المرة الاولى او اخذ عدداً من المحاولات اقل مما اخذه في المرة الاولى فهذا يعني انه وفر جهداً يساوي الفرق في الزمن او عدد المحاولات بين المرتين . (مدوح عبد المنعم ، ١٩٩٢ ، ص٤٠)

ويرى (Schmidt 1989) بأن نضع في الاعتبار ان ضعف الاداء وعدم القدرة على الحفظ قد يعود الى التعب او الارهاق او عدم الرغبة . (Schmidt ,1989 :56)
كما يضيف وجيه محجوب (٢٠٠٠) بأن تثبيت التعلم السابق يعكس حالة تعلم مهمة جديدة وتأثيرها على الاحتفاظ بمهمة سبق تعلمها . (وجيه محجوب ، ٢٠٠٠ ، ص٢٨٢)
منحنيات التعلم :

يمكن قياس فاعلية استعمال وسيلة او طريقة تعليمية معينة كقياس زمن الاداء او قياس مسافة الاداء او احتساب عدد الاخطاء اثناء الاداء او عدد المحاولات الناجحة خلال مدة زمنية وتستعمل الاختبارات المهارية لقياس التغيرات التي تطرأ على الاداء الحركي المهاري بحيث تتلاءم هذه الاختبارات مع المهارات الحركية المطلوب قياسها . وهناك ثلاثة انواع من منحنيات

التعلم تستعمل لتسجيل مقدار التغير الذي طرأ على الاداء الحركي نتيجة للعملية التعليمية وفق مايراه (محمد عثمان ، ١٩٨٧) وهي : (محمد عبد الغني عثمان ، ١٩٨٧ ، ص ١٧٣)

- ١- منحى النجاح او التحصيل : وفيه يمكن تسجيل كمية الاداء او عدد المحاولات الناجحة او الصحيحة خلال زمن معين ، او خلال عدد معين من المحاولات .
- ٢- المنحنى الزمني : ويقصد به الزمن المستغرق في كل اداء .
- ٣- منحى الخطأ : وفيه تسجل عدد الاخطاء التي تحدث خلال الاداء .

وتختلف منحنيات التعلم في اشكالها بسبب خضوع عملية التطور والتغيير في الاداء لعدة عوامل ، ويمكن تقسيم منحنيات التعلم من حيث الهيكل والشكل الى :

أ- منحنيات الزيادة السلبية : وهو التغيير الايجابي الذي يظهر التحسن الكبير في الاداء منذ بداية العملية التعليمية ثم تبدأ عملية التغيير والتقدم تسير ببطء شديد . أي ان منحى الزيادة السلبية يعكس لنا تقدماً ملحوظاً في البداية مع عدم القدرة في الفترات الالية والتي تتساوى مع الفترة الاولى في الزمن ولكنها لا تحقق نفس القدرة من النجاح ، ويلاحظ قدرة المبتدئين على تعلم المهارات الحركية الجديدة في الفترة الاولى من عملية التعلم ، وفي مدة زمنية قليلة وقد يعزى هذا النجاح السريع الى :

- ١- الحماس الزائد في تعلم المهارات الجديدة .
- ٢- سرعة تعلم الافراد الذين يمتلكون خبرة حركية كبيرة.
- ٣- اكتساب القدرة على اداء المهارة الحركية الجديدة ككل ثم اتقان التفاصيل لاحقاً.

ب_ منحنيات الزيادة الايجابية: وهو عكس النوع السابق حيث يكون في البداية بطيئاً ثم يتحسن اكبر فيما بعد للأسباب الالية :

١. الخبرات السابقة والتي تخدم العملية التعليمية لدى الفرد والمتعلم تكون بطيئة.
٢. صعوبة المهارات المتعلمة والتي يجب اتقانها في بداية العملية التعليمية.
٣. نقص الحماس والدافعية.

٣- اجراءات البحث

منهج البحث :

استعملت الباحثة المنهج التجريبي لملاءمته مشكلة البحث.

عينة البحث:

بعد تحديد مجتمع البحث المتمثل بطالبات الصف الثاني متوسط قامت الباحثة بأختيار عينه البحث بالطريقة العمدية من طالبات الصف الثاني متوسط من ثانوية المؤمنة للبنات وذلك لتوافر متطلبات البحث فيها، وقد بلغ حجم العينه ٢٩ طالبة من شعبة(ب) خضعت للمتغير المستقل المتمثل بالتدريب المتسلسل واعادة التعلم، وبأعمار ١٢_ ١٣ سنة.

تجانس العينة :

قامت الباحثة بأجراء تجانس عينة البحث للحد من تأثير المتغيرات على نتائج التعلم من حيث الطول والوزن والعمر، وذلك باستبعاد الطالبات الراسبات والمتدربات على المهارات قيد البحث.

ادوات البحث :

استعانت الباحثة بالوسائل البحثية الآتية :

- المصادر والمراجع
- الملاحظة والتجريب
- الاختبارات المهارية
- الوسائل الاحصائية

واستعملت بعض الاجهزة والادوات مثل (ميزان شريط قياس، ساعة توقيت، كرات سلة _ هدف كرة السلة).

تحديد اختبارات الدراسة

اعتمدت الباحثة بطارية الاتحاد الامريكي للصحة والتربية والترويح للبنات ، وهي بطارية مقننة تتمتع بثبات وصدق وموضوعية اذ تم تحديد ثلاثة اختبارات وهي

١. اختبار التمرير السريع

قياس قدرة المختبر على سرعة تمرير الكرة واستلامها اذ تقوم الطالبة برمي الكرة على الحائط عن بعد (٢٧٠سم) بأسرع مايمكن حتى تؤدي (عشر) مناولات صحيحة ويسجل الوقت بالثانية لغاية تحقيق المناولة العاشرة الناجحة.

٢. اختبار الطبطبة

لقياس سرعة الطبطبة حول مجموعة من العوائق اذ تقوم الطالبة عند سماع الاشارة بالجري خلف خط البداية بين الشواخص مع الطبطبة ذهابا وايابا الى ان تتجاوز خط البداية ويحسب الزمن الذي قطعت به المسافة.

٣. اختبار التهديف من اسفل السلة في (٣٠) ثانية

يهدف الى قياس مهارة التهديف . اذ تقف الطالبة اسفل هدف السلة وعند الاشارة تبدأ بالتهديف بيد واحدة او يدين لأدخال الكرة الى السلة، ويكرر العمل حتى نهاية (٣٠) ثانيه ويحسب لكل هدف نقطة واحدة.

التجربة الاستطلاعية

اجرت الباحثة التجربة الاستطلاعية بتاريخ ٢٣/١٠/٢٠١٣ على عينة من (ثمان) طالبات من شعبة (أ) خارج عينة البحث وتوصلت الباحثة الى ملاءمة اختبارات الدراسة لعينة البحث وكفاية الادوات والاجهزة.

خطوات اجراء التجربة

١. الاختبار القبلي: اجري الاختبار القبلي على عينة البحث في ٢/١١/٢٠١٣ في ساحة المدرسة لغرض تحديد مستوى الاداء قبل البدء بالتعلم اولا ولغرض المقارنة مع نتائج اختبارات قياس التعلم.
 ٢. الاختبار البعدي الاول: بعد تطبيق المنهج الدراسي المقرر ولمدة (ثمانية) اسابيع تضمن تعلم المهارات الاساسية بكرة السلة (الطبطبة، المناولة، التهديف) قامت الباحثة باجراء الاختبار البعدي الاول بتاريخ ١٥/١/٢٠١٤.
 ٣. الاختبار البعدي الثاني: بعد مرور (١٥) يوما على تعلم المهارات الاساسية في الفصل الدراسي الاول تم اعادة تعلم نفس المهارات ولمدة (ثمانية) اسابيع على العينة نفسها وبعد ذلك اجري الاختبار البعدي الثاني بتاريخ ١٥/٤/٢٠١٤.
- واعتمدت الباحثة في قياس الجهد المدخر على احد اساليب قياس التعلم وذلك بأستخراج فرق الزمن او النقاط بين الاختبارين كمؤشر لتوفير الجهد نتيجة اعادة التعلم. كما استعملت اختبار(ت) للعينات المترابطة لمعرفة معنوية الفروق بين اختبارات الدراسة ويوضح التصميم التجريبي خط

التصميم التجريبي للبحث

الاختبارات	المهمة التعليمية	الاختبارات	المهمة التعليمية	الاختبارات	قياس التعلم
الاختبار القبلي قياس مستوى الاداء	تعلم المهارات (الطبطبة، المناولة، التهديف)	الاختبار البعدي الاول	اعادة تعلم المهارات (الطبطبة، المناولة، التهديف)	الاختبار البعدي الثاني	استخراج الجهد المدخر الفرق بين الاختبارين
١١/٢ / ٢٠١٣	٢٠١٣/١١/٢ (ف)	٢٠١٤/١/١٥	٢٠١٤ / ١/٣٠ / ٢٠١٤	٢٠١٤ / ٤/١٥	الاختبار البعدي الاول والبعدي الثاني

الوسائل الاحصائية

١. الوسط الحسابي (LoisCohan&michaei,1979,p175)
٢. الانحراف المعياري (WayNew.Dawil,1978,p20)

مج (س - س) ٢

$$\text{ــ} = (ع)$$

ن

٣- الوسيط

ن

$$و = \frac{\text{ــ}}{٢} + ١$$

٤- معادلة قياس الجهد المدخر (ممدوح عبد المنعم، ١٩٩٢، ص ٤١)

عدد المحاولات (الزمن) للتعلم الأول – عدد المحاولات (الزمن) التعلم الثاني .

٥- نسبة الجهد المدخر

$$\text{نسبة الجهد المدخر} = \frac{\text{عدد المحاولات (الزمن) للتعلم الاول - عدد المحاولات (الزمن) للتعلم اثنائي}}{\text{عدد المحاولات (الزمن) اللازم للتعلم اولاً}} \times ١٠٠$$

٦- اختبار T لوسطين حسابيين مرتبطين للعينات المتساوية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة نفسها (وديع ياسين ، حسن محمد عبد ، ص ٢١٤)

اختبار (T) =

$$ت = \frac{\text{س - ف}}{\frac{\text{مج ح}^٢}{\text{ن (ن-١)}}$$

٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

عرض نتائج الاختبار القبلي والبعدي الاول للمهارات الاساسية قيد البحث وتحليلها ومناقشتها .

لمعرفة معنوية الفروق بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي الاول استعملت الباحثة اختبار (ت) للعينات المترابطة وعلى النحو الموضح في الجدول (١)

جدول (١)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة ودلالاتها الاحصائية للاختبار القبلي والبعدي الاول للمهارات الاساسية (الطبطبة - المناولة - التهديف) بكرة السلة

الاختبارات ووحدة القياس	الاختبار القبلي		ف	الاختبار البعدي		م س ج ح ٢ ف	قيمة ت المحسوبة	الدلالة الاحصائية
	- ع	س		- ع	س			
الطبطبة / ثا	٤,٢٥	٢٥,١٤	١,٩٢	٣,٩٥	٢٣,٢٢	١٤٢,١٤	٤,٥٩	معنوي
المناولة / ثا	٥,٥٧	٢٦,٤٣	٢,٢٧	٤,٢٢	٢٤,٢١	١١٢,٣٢	٦,٠٤	معنوي
التهديف / نقاط	٢,٤٢	٤,٣٠	٢,١٦ -	٢,١٧	٦,٤٧	٨٥,٥٥	٦,٦٢	معنوي

قيمة (ت) الجدولية البالغة (٢,٠٥) تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) وعند درجة حرية (٢٨)

يوضح الجدول ان قيم (ت) المحسوبة اكبر من قيمة (ت) الجدولية ولجميع بنود الاختبار فقد تراوحت قيمة (ت) المحسوبة (٤,٠٩ - ٦,٦٢) مما يؤشر حدوث عملية التعلم بعد تطبيق المنهاج الدراسي المقرر والمتضمن تعلم المهارات الاساسية الهجومية بكرة السلة بأسلوب التمرين المتسلسل وتعزى هذه الفروق المعنوية الى فاعلية المنهاج الدراسي في اكنساب وتعلم مهارات كرة السلة نتيجة الممارسة والتدريب ، اذا يشير موسستن (Mosston 1981) الى ان القاعدة الاساسية في تعلم المهارات الحركية هي العناية بزيادة عدد المحاولات للتمرينات وتنوعها. (Mosston,1981, p.4)

ويضيف (شمت 1982 Schmidt) " الى انه لغرض الحصول على التعلم لابد من ان تكون هناك محاولات في ممارسة التمرين وان اهم متغير في التعلم هو الممارسة والتمرين نفسه" (Schmidt, 1982, p.48) وبهذا تحقق الهدف الاول من البحث .

عرض نتائج الاختبار البعدي الاول والاختبار البعدي الثاني للمهارات الاساسية لعينة البحث وتحليلها ومناقشتها .

لغرض معرفة معنوية الفروق بين متوسطات الاختبار البعدي الاول والاختبار البعدي الثاني بعد اعادة تعلم المهارات الاساسية بكرة السلة قامت الباحثة باستعمال اختبار (ت) للعينات المترابطة والمتساوية ، وكما موضح في الجدول رقم (٢)

جدول (٢)
**الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة ودلالاتها الاحصائية للاختبار
 البعدي الاول والبعدي الثاني للمهارات الاساسية (الطبطة – المناولة – التهديف)**

الاختبارات	الاختبار البعدي الاول		الاختبار البعدي الثاني		ف	م ج ح ف	قيمة ت المحسوبة	الدلالة الاحصائية
	س	ع	س	ع				
الطبطة / ثا	٢٣,٢٢	٣,٩٥	٢٠,٥٢	٤,٢٣	٢,٧	١٣٦,٢١	٦,٦	معنوي
المناولة / ثا	٢٤,٢١	٤,٢٣	٢١,٣٣	٢,٣٧	٢,٨٨	١٠١,٣	٨,١٥	معنوي
التهديف / نقاط	٦,٤٧	٢,٣٥	٩,١٧	١,٩٣	٢,٧٠	٧٦,٢٤	٨,٨٤	معنوي

قيمة (ت) الجدولية والبالغة (٢,٠٥) تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) وعند درجة حرية (٢٨)

يتضح من الجدول (٢) ان هناك فروقاً معنوية لمصلحة الاختبار البعدي الثاني اذ تراوحت قيمة (T) المحسوبة بين (٦,٦ – ٨,٨٤) وهي تمثل فروقاً معنوية بدرجة كبيرة عند مقارنتها مع قيمة (ت) الجدولية البالغة (٢,٠٥) ويعزي ذلك الى تأثير عملية اعادة التعلم التي تساعد في قيام الطالبات بأداء المهارة بجهد بدني وعقلي اقل وبشكل اكثر اقتصادية . ويشير وجيه محجوب ٢٠٠٢ الى ان الاستمرار في محاولات التعلم تؤدي الى حدوث تعلم مضاف يتمثل في انخفاض الجهد .

ان نتائج الجدول (٢) الموضح بأن اعادة التعلم قد اثر ايجابياً في استمرار تعلم عينة البحث من خلال التعلم المضاف الذي حصلت عليه في مرحلة اعادة التعلم ، ولكي تعرف الباحثة على مقدار الجهد المدخر والذي لا يقيسه نظام قياس المهارة فقد استعملت معادلة قياس الجهد وكما موضح بالجدول (٣) .

جدول (٣)
قياس الجهد المدخر في اداء المهارات الاساسية بكرة السلة (الطبطة – المناولة – التهديف)

الاختبارات المهارية	الاختبار البعدي الاول	الاختبار البعدي الثاني	الجهد المدخر الفرق بين القياسين	النسبة المئوية الجهد المدخر
الطبطة / ثا	٢٣,٢٢	٢٠,٥٢	٢,٧	١١,٦٢ %
المناولة / ثا	٢٤,٢١	٢١,٣٣	٢,٨٨	١١,٨٩ %
التهديف / نقطة	٦,٤٧	٩,١٧	٢,٧٠	٤١,٧٣ %

يتضح من الجدول (٣) ان اعادة التعلم قد حقق جهداً مدخراً في تعلم مهارة الطبطبة بلغ (٢,٧) ثانية كما حقق جهداً مدخراً في تعلم مهارة المناولة بمقدار (٢,٨٨) ثا اما مهارة التهديف فقد سجلت (٢,٧٠) نقطة كجهد مدخر نتيجة اعادة التعلم .
ولغرض استخراج نسبة الجهد فقد استعملت الباحثة معادلة النسبة المئوية لقياس الجهد المدخر وكما موضح في الجدول (٣) .

الاستنتاجات والتوصيات

الاستنتاجات

استنتجت الباحثة الاتي :-

- ١- ان للتمرين المتسلسل تأثيراً ايجابياً في اكتساب المهارات الاساسية بكرة السلة موضوع البحث .
- ٢- ان لاعادة التعلم تأثيراً ايجابياً في ادخار جهد تعلم المهارات الاساسية بكرة السلة .
- ٣- حقق اسلوب اعادة التعلم نسباً متفاوتة في ادخار جهد تعلم المهارات في الزمن وعدد المحاولات .

التوصيات

اوصت الباحثة بالاتي

- ١- استعمال التمرين المتسلسل في تعلم المهارات الاساسية بكرة السلة وذلك لما يتضمنه من تركيز على تعلم المهارة ووصول الطالبة الى مستوى اداء جيد قبل الانتقال الى مهارة اخرى .
- ٢- اعتماد اسلوب اعادة التعلم في تعليم المهارات الاساسية بكرة السلة والالعاب الاخرى لما له من تأثير في ادخار جهد التعلم

يتضح من الجدول (٣) ان اعادة التعلم قد حقق نسباً متفاوتة في الجهد المدخر وفقاً لنوع المهارة وصعوبتها اذ يتضح ان نسبة الجهد المدخر في مهارة الطبطبة قد بلغ (١١,٦٣%) عن الاختبار البعدي الاول اما مهارة المناولة فقد بلغت النسبة المئوية للجهد المدخر (١١,٩١%) وهي نسب كبيرة نظراً لصعوبة المهارتين واحتياجهما الى توافر عناصر السرعة والقوة والرشاقة في الاداء فضلا عن الالتزام بالاداء الصحيح للاختبار.

اما مهارة التهديف فقد حققت نسبة كبيرة بلغت (٤٢,٠٨) وهي تمثل نسبة عالية من الجهد المدخر الذي سيؤثر في اكتساب وتعلم المهمة وبتحسن الاداء بشكل ثابت نتيجة لتأثره بالمتغير المستقل وان الاستمرار بالممارسة قد حقق تأثيراً في اداء عينة البحث,وبذلك يكون البحث قد حقق اهدافه وتحقق من فروضه.

المقترحات :

- ٣- استعمال اساليب تعليمية اخرى في تعليم الحركات الاساسية بكرة السلة

٤- تطبيق الاساليب التعليمية قيد البحث على عينات من الذكور وبأعمار مختلفة.

المصادر

- ريسان خرسيت مجيد, موسوعة القياسات والاختبارات في التربية الرياضية, ج ١, مطابع التعليم العالي, ١٩٨٩.
- محمد عبد الغني عثمان, التعلم الحركي والتدريب الرياضي, ط ١, دار العلم للنشر والتوزيع, الكويت, ١٩٨٧.
- ممدوح عبد المنعم, احمد محمد مبارك الكندري, سيكولوجيا التعلم وانماط التعلم وتطبيقاته النفسية والتربوية, ط ١, مكتبة الفلاح, الكويت, ١٩٩٢.
- نبيل محمود شاكر : علم الحركة التطور والتعلم الحركي حقائق ومفاهيم , ط ١ , ٢٠٠٥ .
- وجيه محبوب, (موسوعة علم الحركة) التعلم وجدولة التدريب, مكتب العادل للطباعة الفنية, العراق, ٢٠٠٠.
- وجيه محبوب, التعلم والتعليم والبرامج الحركية, ط ١, دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع, عمان, ٢٠٠٢.
- وديع ياسين التكريتي وحسن محمد عبد العبيدي, التطبيقات الحصائية في بحوث التربية الرياضية, دار الكتب للطباعة والنشر, الموصل, ١٩٩٦.
- المصادر الاجنبية
- Moston, muska. *Teaching physical education*. (Merrill publishing coohio, 1981).
- Louis cohen & Michael hollidy. *Statistics for education and physical education harper & row publishers. london. 1979.*
- Wayne w. Daniel: *Bio statistics : afeandation for analysis in the health siences* , jonh willey & sons, new yourk. 1978.
- Schmidt. Fa. *Motor control & learning . Behavior emphasis lino human kineties publish. 1982.*
- Schmidt. R *motor learning and control abehvioral emphasis. Champagn. IL .human kin. 1989.*