

الباحثة

أ.م.د. سها عباس عبود

جامعة ديالى – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملخص البحث

استهدفت هذه الدراسة التعرف على تأثير منهج تعليمي على وفق تكرارات مختلفة من التصور العقلي في تعلم مهارتي المناولة المرتدة والتهديفة السلمية بكرة السلة وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي وذلك للائمته وطبيعة حل مشكلة البحث وقد اختيرت عينة البحث بالطريقة العمدية وبعدها (٢٠) طالبة من طالبات المرحلة الاولى من كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى، وتم استبعاد (٥) طالبات ممنه لأجراء التجربة الاستطلاعية، وقد قامت الباحثة بإعداد برنامج تعليمي تضمن عدد الوحدات التعليمية بتعليم مهارتي المناولة المرتدة والتهديفة السلمية، وقد اسفرت النتائج على ان المنهج التعليمي له تأثير ايجابي في تطوير مستوى تعلم مهارتي المناولة المرتدة والتهديفة السلمية بكرة السلة، وتم الحصول على تحسين في مستوى تعلم المهارتين بكرة السلة في الاختبارات البعدية عنه في القبلية، وتم التوصل الى ضرورة معرفة طرق الاسترخاء المختلفة وذلك لما لها من دور فعال ومؤثر في المنهج التعليمي.

Abstract

The impact of the curriculum in accordance with the various iterations of mental perception in learning my skills handling the counterattack peaceful Altahedevh basketball

Researcher

M. Dr. Suha Abbas Abboud

This study aimed to identify the effect of an educational curriculum on according to various occurrences of mental perception in learning my skills handling the counterattack peaceful Altahedevh basketball researcher used the experimental approach and that of the leaders for the nature of the solution to the problem of research was selected sample purposively and number (20) female students from the first stage from the Faculty of Physical Education / University of Diyala, were excluded (5) students whom to hold exploratory experiment, the researcher has prepared an educational program included a number of educational modules to teach my skills handling the counterattack peaceful Altahedevh, the results yielded that the curriculum has a positive effect on the development of the level of learning my skills handling the counterattack peaceful Altahedevh basketball, were obtained

in the improvement of the level of learning basketball skills are in the post tests him in the tribal, was reached need to know the different relaxation techniques and because of its effective and influential role in the curriculum.

١- مقدمة البحث:-

أن البرامج التعليمية والتدريبية اتخذت في الوقت الحاضر شكلاً وهيكلًا تنظيمياً يتفق مع التطور الجديد في الوسائل والصيغ المتعلقة في العملية التعليمية والتدريبية التي أصبح استخدامها ضرورة من ضرورات التأهيل النفسي والتدريبي والوظيفي الذي يخدم الاداء المهاري او مستوى تعلم المهارات. من هنا ومن أجل توجيه أنظار المدربين نحو استغلال التدريب بمستويات تدريبية تتوافق والمتغيرات الوظيفية والبدنية والنفسية لخدمة المهارة، وهنا يجب فهم العملية التدريبية وتقنين الاحمال التدريبية بما يتناسب مع منهج التعليمي مع توضيح العلاقة بين الطاقة وتعلم الاداء المهاري التي تحتاجها اللاعبه والتي تساعد في السيطرة على افكارها وانفعالاتها من خلال فهم العلاقة بين التصور العقلي والتعلم وما تحدثه من المتغيرات الوظيفية وبين قابلية اللاعبه على تعلم الاداء المهاري.

اذ مازال الطموح يراود افكار الباحثين والدارسين لتحسين مستوى التعلم والأداء الرياضي واكتشاف ما هو جديد فقد تناولت الكثير من الدول المتقدمة الدراسات والبحوث الميدانية والمختبرية في علم النفس لتحقيق افضل النتائج في التعلم والتدريب والمنافسات ومن خلال اطلاع الباحثة على ما يحصل في بلدنا العزيز، اذ توضع البرامج التعليمية والتدريبية دون الأخذ بنظر الاعتبار الطاقة النفسية وتأثيرها البيولوجي في الاجهزة الوظيفية الداخلية الحيوية والتي لها دور فعال ومباشر في التعلم والتدريب ، ومن خلال التعامل بين منهج والتصور العقلي.

لذا تكمن اهمية البحث في تطبيق المنهاج التعليمي لطالبات المرحلة الاولى على وفق تكرارات مختلفة من التصور العقلي ومعرفة ذلك على مستوى تعلم مهارة المناولة والتهديف بكرة السلة.

ومن خلال متابعة الباحث للمناهج التعليمية لطلاب المرحلة الاولى لاحظ وجود المشكلة والتي تكمن في بناء التعلم لبعض مهارات كرة السلة على وفق تكرارات مختلفة من التصور العقلي، وذلك للخروج بأفضل النتائج المرجوة باستكمال مسيرة اللاعبه في التدريب والأداء الأمثل من كافة جوانبه مدعومة بالتخطيط السليم ووفقاً التصور العقلي في لعبة كرة السلة وتعد هذه مهمة كونها من الالعاب. وتهدف الباحثة الى وضع منهج تعليمي مقترح لتعلم مهارات كرة السلة على وفق تكرارات مختلفة من التصور العقلي وكذلك التعرف على تأثير المنهج التعليمي المقترح في تعلم مهارتي المناولة المرتدة والتهديف السلمية لدى عينة البحث. وشمل المجال البشري طالبات المرحلة الاولى كلية التربية الرياضية للعام الدراسي ٢٠١٤-٢٠١٥ م واستمر الفترة الزمنية من ٢٠١٥/٣/١ لغاية ٢٠١٥/٣/٦ وعلى قاعة الداخلية لكلية التربية لكرة السلة.

٢- إجراءات البحث الميدانية:-

يعد المنهج الملائم من أهم الخطوات التي يترتب عليها منهاج البحث إذ يعتمد المنهج على طبيعة المشكلة والهدف المراد تحقيقه (٣٥٩-٥). لذا استعملت الباحثة المنهج التجريبي لملائمته طبيعة حل مشكلة البحث.

وقد اختارت الباحثة عينة البحث بالطريقة العمدية إذ تكونت من (٢٠) طالبة من طالبات المرحلة الاولى كلية التربية الرياضية جامعة ديالى ، بعد استبعاد (٥) طالبات منهن لأجراء التجربة الاستطلاعية والجدول (١) يبين التجانس بين افراد العينة من خلال بعض الاختبارات كالعمر والطول والوزن. و أن أفراد عينة البحث ذوي توزيع طبيعي إذ كان معامل الالتواء محصورة بين (١+). (٤٥٦-٦).

جدول (١)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط وقيمة معامل الالتواء بين افراد عينة البحث لغرض التجانس .

معامل الالتواء	الوسيط	+ ع	- س	الوسائل الإحصائية المتغيرات
٠,٢٨	٢١	١,٣	٢٠,٤٨	العمر (سنة)
٠,٤-	١٦١,٥	٢,١	١٦٠,٩	الطول (سم)
٠,٠٥	٥٩,٥	٥,٦	٥٩,٨	الوزن (كغم)

٣- الاختبارات الخاصة بالبحث:-

تم تقييم مستوى تعلم مهارتي المناولة المرتدة والتهديف السلمي عن طريق ثلاث خبراء بوضع درجة من عشرة وبأخذ الوسط الحسابي لدرجاتهم.

ولغرض الوقوف على دقة العمل الخاص بالبحث أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية "دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة"، قبل قيامة ببحثه بهدف اختيار أساليب البحث وأدواته " (٤، ٧٩) وذلك بتاريخ ٢٠١٥/٣/١ بإجراء تجربة استطلاعية على (٥) طالبة من خارج عينة البحث وذلك من أجل الوقوف على اهم المعوقات التي تحدث قبل اجراء التجربة الرئيسية وكان الغرض من اجراء التجربة الوقوف على ما يأتي:-

- معرفة مدى صلاحية الاجهزة والأدوات المستخدمة في الاختبارات.

- تعريف مهام فريق العمل^(١) المساعد وتوضيح التعليمات المتعلقة بأجراء الاختبارات.

- التأكد من صلاحية اماكن الاختبارات والأجهزة وملائمتها للاختبار.

ثم بعد ذلك قامت الباحثة بإجراء الاختبارات القبليّة في الساعة العاشرة صباحاً من (٥-٣-٢٠١٤) إذ تم اجراء اختبارات مستوى التعلم بعد اعطاء وحدتين تعريفية بالمهارتين وبوجود فريق العمل المساعد. تم تنفيذ التمارين المستخدمة في القسم الرئيسي بعد عرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين وقد تم إجراء المنهج التعليمي بإشراف الباحثة لمنع أي تدخل من أفراد المجموعة الضابطة بحضور وحدات المجموعة التجريبية من أجل عدم التعرف على ما تستخدمه هذه المجموعة من تدريبات متنوعة لتمرين الموضوع في منهج والتصور العقلي في أثناء التعلم، وقد أعطيت الوحدات التعليمية للمهارات على وفق التصور العقلي بعد الإحماء مباشرة، وفي القسم الرئيس من الوحدة التدريبية ثم قام الباحثة بعرض التصوير كاملاً على الخبراء الذين قاموا بتقييم الأداء الفني للاختبارات القبليّة وذلك لغرض تقييم الأداء الفني باستمارة خاصة للتقييم والتي أشير إليها سابقاً. بعد أخذ رأي الخبراء والمختصين في مجال التعلم الحركي وطرائق التدريس والتدريب الرياضي وكرة السلة وعن طريق إجراء المقابلات الشخصية حول تحديد عدد مستويات تعلم الأداء لكل مهارة من المهارات الأساسية بكرة القدم قيد الدراسة وقد تم الاتفاق على أن يكون هناك ثلاث مستويات لتعلم الأداء ولكل مهارة، كما تم تحديد عدد الوحدات التعليمية في كل مستوى عن طريق استمارة استبيان تم عرضها على نفس المجموعة من الخبراء والمختصين، وبعد أن اطّلع الباحث على بعض المصادر واستمع إلى آراء الخبراء والمختصين في مجال لعبة كرة السلة وطرائق التدريس قام بوضع منهج تعليمي حيث استغرق المنهج التعليمي (١٨) وحدة تعليمية وبواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع لكل مجموعة زمن الوحدة التعليمية ٤٥ دقيقة إذ أن الوحدة التعليمية هي "سلسلة من الخبرات تكون في مجموعها وحدة متكاملة لها غرض محدد يمكن الوصول إليه عن طريق هذه الخبرات".*

* تألف فريق العمل المساعد من السادة المدرجة أسمائهم ادناه:-

- ١- م.م محمد عبد الشهيد / ماجستير تربية رياضية – جامعة ديالى / كلية التربية الرياضية .
- ٢- م.م رافد علي داود / ماجستير تربية رياضية – جامعة ديالى / كلية التربية الرياضية .
- ٣- م.م رشا طالب ذياب / ماجستير تربية رياضية – جامعة ديالى / كلية التربية الرياضية .

وقد قسمت الوحدة التعليمية على ثلاث أقسام (القسم التحضيري، القسم الرئيسي، القسم الختامي) وكالاتي:-

أ- القسم التحضيري : ١٥ دقيقة:-

٨ - دقائق مشاهدة فيلم عن إحدى المهارات قيد الدراسة وشرح التمارين التي سوف تؤخذ والشروط المطلوبة للأداء الصحيح .

أما بالنسبة لتمرين التصور العقلي ركزت الباحثة على تصور جميع الحالات المهارية التي تعطي للاعب في أثناء التدريب المعتاد عليه على الحالات المهمة التي تعترض اللاعب مع الآخرين أيضاً من أجل زيادة تركيز والتصوير، ولخلق جو من التوافق النفسي للاعب خلال التدريب، ومن ثم عملية انتقال هذا التوافق إلى أجواء المباراة لنضمن التدريب على التصور العقلي بنوعيه الخارجي والداخلي أيضاً.

٢ - دقيقة يطلب من الطلبة إغلاق العينين والقيام بعملية التصور العقلي الصحيح لأداء المهارة

- ٥ دقائق للإحماء .

ب- القسم الرئيسي : ٢٧ دقيقة:-

ممارسة التمارين المهارية بالإضافة إلى التصور العقلي .

ج- القسم الختامي : ٣ دقائق:-

وشمل هرولة خفيفة ثم الانصراف

وبعد الانتهاء من تطبيق البرنامج التعليمي على مجموعة البحث التجريبية قامت الباحثة بإجراء الاختبارات البعدية يوم ٢٠١٤/٥/٦ معتمدة الاجراءات نفسها في الاختبارات القبلية في نفس ظروف ومكان وزمان الاختبار الاول وبنفس فريق العمل المساعد.

٣- الوسائل الإحصائية

لغرض معالجة البيانات التي تم الحصول عليها من الاختبارات القبلية والبعدية قامت الباحثة باستخدام الوسائل الإحصائية الاتية:-

١-الوسط الحسابي.٢- الانحراف المعياري.٣- معامل الالتواء .٤-اختبار(ت) للعينات المترابطة.

٤- عرض النتائج ومناقشتها:-

تم تحليل هذه النتائج في ضوء لقوانين الإحصائية المستخدمة بالبحث والمناسبة لهذه البيانات في ضوء المراجع العلمية المثبتة لهذا الاستخدام لكي يتم لنا اختبار فروض وأهداف البحث على ضوء الإجراءات الميدانية التطبيقية التي قامت بها الباحثة والتي توصل إلى هذه النتائج ومن ثم مناقشتها في ضوء الإطار المراجعة لها

الجدول (٢)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وفرق الاوساط الحسابية والانحراف المعياري لها وقيمة t المحسوبة والجدولية بين الاختبارات القبليّة والبعدية لعينة البحث التجريبية

الاختبارات	الوسط الحسابي القبلي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي البعدي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي لفروق	الانحراف المعياري له	قيمة t المحسوبة	دلالة الفروق
المناولّة المرتدة	٣,٤	٠,٦	٧,٨	٠,٧	٤,٤	١,١٧	١١,٨	معنوي
التهديفة السلمية	٤,١	٠,٨	٧,٦	٠,٩	٣,٥	٠,٧	١٥,٦	معنوي

- مناقشة النتائج :-

تعزو الباحثة سبب هذا التطور في مستوى تعلم مهارتي المناولة والتهديف الى استخدام منهج التعليمي الذي له الأثر الواضح على مستوى تعلم الطالبات وانها قد حققت هدفها في البرنامج التعليمي الذي وضع بشكل علمي ومنظم وباستخدام التصور العقلي على استقرار حالة اللاعبة التعليمية من حيث تقدير مستوى التعلم والتعامل معها بأسلوب يجعلها تستغل ذلك الموقف للأداء الجيد وليس التشتت الذي يؤدي الى الفشل.

وتعزو الباحثة ايضا ذلك الى منهج التعليمي والتصور العقلي المستخدمة للمجموعة التجريبية عكست صورة واضحة على مستوى تعلم لدى وقد تطورت المهارات من خلال التدريب المستمر والتكرار في التمارين المستخدمة من قبل الباحثة وكذلك تم التجاوز من حالة التوتر والقلق أو التردد ببعض المواقف التي تصاحب الأداء بعد ما مر فيها الطالبات من حالة تصور وتذكر مستمرأ الذاكرة الحركية في المخ لإصدار القرار عند تنفيذ مهارة الدقة في الحركات الهجومية المركبة وكلما كان التركيز عالياً لدى اللاعبين كانت الدقة في تنفيذ المهارات الهجومية المركبة جيدة، وذلك عندما لم يكن هناك تركيز جيد لما يحدث امامك فان الاداء او رد الفعل لا يتحقق بالشكل الامثل (٧-٨٢)، إذ تعد عملية التركيز من الامور المهمة التي تأخذ بنظر الاعتبار وتساعد على السيطرة على الحركات الارادية لتحقيق هدف المهارة ودقتها عند تنفيذ في الحركات الهجومية المركبة لان العمليات العقلية تعمل بدورها على تكوين الصورة اللازمة للأداء الامثل واختيار لحظة التنفيذ (٨-٦١). التي تحتاج الى قوة ادراك للحركات والتصور العقلي الكامن في اتخاذ تنفيذها مما يؤثر في دقة ادائها بشكل افضل لان الرياضي الذي يمتلك التركيز العميق يكون قادراً على التوافق البدني والانفعالي والعقلي (٣-٣٩)، وهذا ما تحقق في هذه المجموعة التجريبية نتيجة لتأثير المنهج عليه وعكست تأثيرها بصورة ايجابية وفي افضل النتائج.

وتعزو الباحثة ذلك الى ان هناك فروقا عامة في تعلم مهارة المناولة المرتدة والتهديفة السلمية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولجميع مجاميع التعلم حتى وان لم يظهر فروق بين المجاميع في الاختبار البعدي كون ان مستويات التعلم تقدمت بشكل متساوي مما قلل من ظهور الفروق بين المجاميع في الاختبارات البعدية. ويذكر قاسم حسن حسين "ان التعلم الصحيح والموجه يؤدي بالتالي الى ظهور عقبات ذات دلالة في مستوى الاكتساب (٢-٦٧).

وقد استطاعت العينة توظيف كامل قدراتهم البدنية والعقلية بأعلى نسبة ممكنة من قدراتهم من دون فقدان الطاقة فالباحثة استطاعت وبمساعدة عينة البحث في تحشد الدعم والفسولوجي في التعلم مما حقق التوازن التعليمي الموجه والاسترخاء التدريجي والتفكير في تحقيق الاداء الجيد وليس التفكير في كيفية تحقيق الاداء الامثل.

٥- الاستنتاجات والتوصيات:-

١-٥ الاستنتاجات:-

- التحكم بالتصور العقلي له تأثير ايجابي في تطوير مستوى تعلم مهارتي المناولة المرتدة والتهديفة السلمية بكرة السلة.

- حصول تحسين في مستوى تعلم مهارتي المناولة المرتدة والتهديفة السلمية بكرة السلة في الاختبارات البعدية عنه في القبلية.

٢-٥ التوصيات:-

- ضرورة معرفة طرق الاسترخاء المختلفة وذلك لما لها من دور فعالة ومؤثرة في التصور العقلي .
- تعيين خبراء في علم النفس للإشراف على النواحي النفسية للمنتخبات.

المصادر والمراجع

- ١- أحمد زيدان حمدان . البحث العلمي كنظام : عمان ، دار الفكر العربي ، ١٩٨٩
- ٢- قاسم حسن حسين ؛ أسس التدريب الرياضي ، (عمان ، دار الفكر ، ١٩٩٨) ، .
- ٣- محمد حسن علاوي؛ علم النفس الرياضي. ج١. ط٢: (القاهرة، دار المعارف، ١٩٧٥).
- ٤- علي جواد الطاهر؛ منهج البحث الأدبي: (بغداد، ١٩٧٠)
- ٥- سامي محمد ملحم ، مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ط١: (عمان ، دار السيرة للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٠) ..

6- Dorothy, V. Harris and Bettel, Harris; The athletic Guide to sport Psychology mental Skill for physical, people lisure press, New York, 1984.

8-Boobie, Blocker, Acomplete, Hand Book for junir High School coaches published by volleyball Pyplications Hunting beacand printing, 1981.

العلوم التربوية البدنية