

# تأثير تداخل تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني في تعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة

## بحث تجريبي

أ.د. نجاح مهدي شلش

م. محمد شهاب احمد

الجامعة المستنصرية/ كلية التربية الأساسية

### الفصل الاول

#### 1 - 1 مقدمة البحث وأهميته

مما لا شك فيه إن الوصول إلى تحقيق أفضل النتائج يكون من خلال إتباع الأساليب العلمية الدقيقة والموضوعية وبشكل سليم ومخطط له ومنها استخدام أساليب تعليمية تراعي الفروق الفردية بين المتعلمين مما يساعد على إبراز بعض من قدراتهم وسماتهم الشخصية والحركية، و إن للمربي أثراً مهماً في فهم شخصية المتعلمين لتهيئة الظروف التعليمية المناسبة وإيصال المعلومات إلى المتعلمين ، لذا فان اختيار أفضل الأساليب التعليمية التي توصل إلى تحقيق الأهداف مع مراعاة الفروق الفردية يعد أحد الأسس الهامة والواجب مراعاتها في العملية التعليمية .

أبدى العديد من الباحثين والمختصين في مجال التعلم الحركي جهوداً حثيثة سعت لأيجاد البدائل التعليمية بغية تعليم المهارات الحركية او كسر هضبة التعلم وتوطيد العلاقة بين التعلم والتعليم خصوصاً ان هدف الدرس هو تعليم وتحسين مستوى الأداء واللعب من خلال إعداد وتصميم تمارين لتعلم المهارات الهجومية واخرى.خطوية للدفاع والهجوم مشابهة إلى حالات اللعب . وتعد لعبة الكرة السلة من الألعاب الجماعية ، فضلا عن كونها تأثرت كسائر الألعاب الأخرى بالتطورات الحاصلة في أساليب التعلم ، لذا فان استخدام برنامج يتداخل خلاله تعميم البرامج الحركية مع التدريب الذهني يمكن أن يكون له تأثيراً كبيراً في تعلم مهاراتها الهجومية .

ومن خلال ما تقدم فان أهمية البحث تكمن في التعرف على تأثير تداخل تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني في تعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة .

وهذا ما دعا الباحثان إلى القيام ببحثهم التجريبي هذا إسهاماً منهم في مساعدة  
المدرس لإيجاد برامج تعليمية ناجحة لتعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة .

## 1 - 2 مشكلة البحث

تهدف العملية التعليمية الى تعلم المهارات الحركية وذلك من خلال ضبط الأداء  
المهاري اولاً والخططي ثانياً لغرض الوصول إلى تعلم مؤثر وفعال ، لذا تستند معظم  
أساليب التعليم إلى اختيار البرنامج المناسب لتحقيق الأهداف التي يحاول كل مدرس أن يصل  
إليها .

ان المناهج التعليمية المتبعة ، تتطلب تغيراً لمواكبة متطلبات العملية التعليمية في  
وقتنا الحاضر ، لذا يسعى القائمون بالعملية التعليمية إلى تحسين البرامج التعليمية المتبعة  
وزيادة التفاعل بين المدرس والطالب ، وتماشياً مع الاتجاهات التربوية الحديثة وانطلاقاً من  
التوصيات التي تدعو إلى التجديد في الأساليب المستخدمة تأتي الدراسة الحالية لتجريب  
بدائل تعليمية جديدة قائمة على اساس الزيادة في التركيز على مبدأ تعميم البرامج الحركية  
في المناهج التعليمية ، فضلاً عن عدم مصاحبة التمارين الحركية للتمارين الذهنية في تعليم  
المهارات الهجومية بكرة السلة خلال تطبيق المنهاج التقليدي .

وهنا يرى الباحثان بأن عدم الربط ما بين التمرين الحركي والتمرين الذهني يعد  
ضعفاً في عملية تعليم تلك المهارات خصوصاً في مراحل التعلم الاولى وهذا ما أكده (محمود  
الربيعي) قائلاً: " ان العملية التعليمية تعتمد على الترابط بين التدريب الذهني والحركي معاً  
ولابد من التركيز على التدريب الذهني للمتعلم وخاصة أثناء تعليم وتطوير المهارات الجديدة  
1»

## 1 - 3 الأهداف

1. تصميم منهج لتعميم البرامج الحركية .
2. تأثير المنهاج المتبع في تعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة .
3. تأثير تعميم البرامج الحركية في تعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة .
4. تأثير تداخل تعميم البرامج الحركية مع التدريب الذهني في تعلم بعض المهارات  
الهجومية بكرة السلة .
5. الكشف عن أفضل مجموعه في تعلم بعض المهارات الهجومية

<sup>1</sup> الربيعي ، محمود داود. التعلم و التعليم في التربية البدنية و الرياضية، ط1، النجف دار الضياء للطباعة و التعميم، 2011، ص95

## 1 - 4 الفرضيات

1. هناك فروق ذات دلالة احصائية في تأثير المناهج التعليمية الثلاث ( المتبع ، تعميم البرامج الحركية ، تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني ) في تعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة بين الاختبارات القبلية والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .
2. هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجاميع الثلاثة في الاختبارات البعدي في تعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة .

## 1 - 5 مجالات البحث

1. المجال البشري: - طلاب الصف الاول - الدراسة الصباحية / كلية التربية الاساسية / الجامعة المستنصرية / للعام الدراسي (2011 - 2012) .
2. المجال الزمني : - الفصل الدراسي الثاني للمدة من ( 2012/2/15 ) ولغاية (27/5/2012) .
3. المجال المكاني :- القاعة الرياضية المغلقة/ كلية التربية الاساسية / الجامعة المستنصرية .

## الفصل الثاني

### 2 - 1 التداخل أثناء التعلم :

ان مبدأ التداخل في تعليم المهارات الحركية يساعد بشكل واضح على الاحتفاظ بهذه المهارت و سرعة اكتساب المهارات الحركية من قبل المتعلم فلقد ذكر (ظافر هاشم) "بان عملية التداخل تساعد على تسريع عملية التعلم باستثمار الوقت و الجهد و تعمل على زيادة استقلالية اللاعب و خلق حالة مشابهة لواقع اللعب الحقيقي و استثمار الساحة بشكل افضل الامر الذي يؤدي الى زيادة التحكم في الاداء لمواجهة المتغيرات الطارئة في اللعب ضمن مدة محددة للتعلم " <sup>1</sup>

<sup>1</sup> . ظافر هاشم اسماعيل الكاظمي . محاضرات موثقة أقيمت على طلبة الدكتوراه كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد ، للعام 2007 - 2008 ، ص 47 .

و اضاف (Magill: 1998) " ان ظاهرة التداخل في بيئة التعلم هدفها تنظيم التمرين و تنويعه و تأثيره بشكل افضل في التعلم"<sup>1</sup>  
و تضيف (Marilyn : 2001) "ان المدرسين او المدربين الجديدين يستخدمون التنويع في اساليب تدريسهم او تدريبهم و ان تبديل و سائل توصيل المعلومات المهارية و المعرفية يؤدي الى سد متطلبات المتعلمين و رغبتهم"<sup>2</sup>.

## 2 - 2 تعميم البرنامج الحركي والتصرف الحركي :

ان فن التخطيط لبرامج حركيه للمهارات واستخدامها في التصرف الحركي في أثناء اللعب سوف تنتج مستقبلاً تعلماً أفضل . وذلك عندما يحاول اللاعب أن يتعلم مناولة الكرة او تصويبها على الهدف يحتاج إلى عدة محاولات من التمرين المنوع ربما في المسافة والعدد ( 20 تكراراً من مسافة 10 م ) او ( 30 تكراراً من مسافة 8 م ) ... الخ . وهكذا يكتسب المتعلم خبرة عاليه في التصرف المنوع ويستفيد منه مستقبلاً في اللعب ونقل التعلم من حاله لأخرى . والفائدة من تخطيط البرنامج الحركي المتنوع الذي يتمرن عليه المتعلم من عدة حركات متنوعة سوف يولد عنده عدة مديات للمقاييس سواء القوه أو السرعة أو المسافة أو الارتفاع أو الانخفاض وغيرها وباستخدام أطراف متعددة واخيراً سوف يزيد من القدرة على الأداء ضمن مديات مختلفة و متنوعة.(1)

ويذكر شمت (2000) ان في مثل هذه المواقع فإن الأفراد ليس فقط يستفيدون من مديات مختلفة للأداء في كل محاولة وانما سوف تتكون عندهم علاقات مختلفة من الأداء ضمن البرامج الحركية . وهذه سوف تولد أنواعاً من الحالات المفيدة للتعلم(2).

واخيراً يشير شمت (2000) حول استمرار التمرين وتنظيمه ان كل استجابة تحتاج الى عرض مثير فبهذا عند أداء التمرين من خلال مثير متنوع . يؤدي الى استجابة متنوعة ويتوصل المتعلم الى فن تخطيط المثير الثابت والمتنوع ثم الاستجابة الثابتة والمتنوعة . وعند عرض مثير ثابت يؤدي الى استجابة مشابهة ، أما عند عرض مثير متنوع سوف يؤدي الى استجابة متنوعة وبذلك يطلق شمت على هذه الحالة التخطيط المتنوع للمثير والاستجابة

3.Magill, A.Richard . Motor Learning concept & Application Rd . Ed ., W.M.C., Brown . Publishers , U.S.A., .., 1998 , P. 2

2 . - Marilyn , Leak hhp://www.hyper change: com / wite papers/Element of style.2001. P.272.

(1) Schmidt , A . Richard and Graig wisberge ، Motor Learning and per fomance , Human Kentics , 2000 , P . 249 .

(2)Schmidt , (2000) op . cit . p249.

تأثير تداخل تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني في تعلم بعض المهارات المعجمية بكرة السلة  
بدرج تجريبي ..... أ.د. نجاح مهدي شلش ، م. محمد شهاب احمد

وهي حاله الأداء التي تعرض شكلاً لمثير معين يتطلب استجابات مختلفة في أوقات مختلفة  
أو في مواقف مختلفة<sup>(3)</sup>

## 2 - 3 تعريف التدريب الذهني

سوف نستعرض اهم التعاريف التي اوردها بعض المهتمين و المختصين في مجال التعلم  
الحركي و التدريب الرياضي و علم النفس الرياضي و نذكر منها :-  
مأورده (محمود الربيعي) عندما ذكر ان التدريب الذهني :- هو التدريب الذي لا تظهر به  
حركة و لكن تصور الحركة و مفتاح التدريب الذهني هو تمارين الاسترخاء<sup>1</sup>.  
و لقد ذكر قاسم لزام نقلاً عن (محمد عثمان) على ان التدريب الذهني هو:- عملية تكرار  
التصور الذاتي الارادي نحط سير حركة رياضية معينة<sup>2</sup>.  
اما (يعرب خيون) فقد عرف التدريب الذهني على انه اداء الحركة عن طريق تصور تتابع  
تنفيذها ذهنياً<sup>3</sup>.

وفيما يلي بعض التعاريف التي أوردها علماء الغرب<sup>4</sup> :- مورجان (morgan):- احد  
طرق التدريب الخاصة و المؤثرة على تغيير السلوك و تعزيز التعلم  
سنجر (Singer):- تكرار المهارة المتضمنة للمحتوى الخاص بتعلمها دون رؤيتها حركياً  
هارا (Harre):- جزئ مكمّل من التدريب الرياضي  
فيدلي (Vedeli):- استرجاع الصور عن الاداء السابق و هو نتيجة استرجاع او اعادة  
مفاتيح اللعب  
اونشتال (unesthal):- تدريب متتابع طويل المدة للاتجاهات و المهارات العقلية يتضمن  
بعدين اساسين هما الوصول الى مستويات الرياضية العالية وتطوير الصحة العامة

نلاحظ ان هذه التعاريف اخذت اتجاهات متعددة و منها المراحل التي مر بها  
التدريب الذهني فالبعض ركز على انه احدى وسائل التدريب او الجزء مكمّل له و الاخر  
تناول المهارة الحركية و محتواها و الاخر ركز على العملية التعليمية و تغيير السلوك و

(3) schmidt,(2000) p 250 .

(1)- الربيعي ، محمود داود التعلم و التعليم في التربية البدنية و الرياضية ، ط1، النجف دار الضياء للطباعة و التعميم ،  
2011 ، ص95

2- قاسم لزام جبر موضوعات في التعلم الحركي ، ط2، بغداد: دار اليراق للطباعة و النشر، 2012، ص135

3 - يعرب خيون . التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، ط2 ، بغداد : مطبعة الكلمة الطبية ، 2010 ، ص147

(4) Hervee Duff entrainement mental up sportif edit surphare paris 2002 .p. 152 .

تأثير تداخل تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني في تعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة  
بدرج تجريبي ..... أ.د نجاة مهدي شلش ، م. محمد شهاب احمد

تعزيز التعلم و هناك من ركز على استرجاع المهارة و الخبرة السابقة دون رؤية الحركة  
اثناء الاسترجاع العقلي و التعريف الاخير يجمع بين العداد للمنافسات و الانتظام في  
التدريب على المهارات العقلية و ينظر الى بعدها وهو التدريب العقلي بالصحة العامة و  
تطوير الانسان بشكل عام.

## 2 - 4 المهارات الهجومية بكرة السلة :

هناك من عمد الى تصنيف المهارات الهجومية بكرة السلة الى صنفين (الهجومية و  
الدفاعية) و قسم كل صنف الى نوعين بالكرة و بدون الكرة و لكن تجتمع كلها في المهارات  
الهجومية و المهارات الدفاعية.

الا انه ظهر اتجاه جديد في تقسيم المهارات الهجومية الى ثلاثة انواع تتدرج في طياتها  
مجموعة مبادئ اساسية على النحو الاتي<sup>1</sup>:-

### 1 - مبادئ هجومية :-

(الاحساس بالكرة - التمير - الاستقبال - المحاورة - التصويب - المتابعة - الاستحواذ)

### 2 - مبادئ دفاعية :-

ابدون كرة - دفاع ضد قاطع بالكرة - دفاع ضد المصوب - دفاع ضد الممرر - دفاع ضد  
لاعب الارتكاز - التغيير في الهجوم الى الدفاع - توازن الدفاع )

### 3 - مبادئ هجومية دفاعية :-

(تحكم في الجسم - الارتكاز و التوازن - تغيير الاتجاه - تغيير السرعة - القطع - الخداع  
- التوقف - القفز - الجري)

## الفصل الثالث

### منهج البحث وأجراءاته الميدانية

### 3 - 1 منهج البحث

يعد استخدام المنهج التجريبي من أكثر المناهج ملائمة وكفاية فضلا عن كونه  
يوصل إلى معرفة موثوق بها . فالمنهج التجريبي هو " محاولة لضبط كل العوامل الأساسية

<sup>2</sup>. امجد محمد العتوم و اخرون . عالم كرة السلة ، ط1 ، عمان : مكتبة المجتمع العربي للنشر و التوزيع ، 2012 ، ص24 .

تأثير تداخل تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني في تعلم بعض المهارات المجموعية لكرة السلة  
 بحث تجريبي ..... أ.د. نجاح مهدي شلش ، م. محمد شهاب احمد

المؤثرة في المتغير أو المتغيرات التابعة في التجربة عدا عاملاً واحداً يتحكم فيه الباحث  
 ويغيره على نحو معين بقصد تحديد وقياس تأثيره على المتغير أو المتغيرات التابعة " (1) .

### 3 - 2 إجراءات البحث الميدانية

#### 3 - 2 - 1 مجتمع البحث وعينته :

تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية وتمثل طلاب الصف الأول في قسم  
 التربية الرياضية / كلية التربية الأساسية / الجامعة المستنصرية للعام الدراسي (2011 -  
 2012) وللدراسة الصباحية فقط ، وبعد ان اختار الباحثان عينة بحثهم وتقسيمها بالطريقة  
 العشوائية وبأستخدام اسلوب القرعة وتصنيفها الى ثلاث مجاميع ( التجريبية الأولى ،  
 التجريبية الثانية ، الضابطة ) لتمثل مجتمع البحث وبواقع (5) أفراد لكل مجموعة .  
 وقد أختار الباحثان طلاب الصف الأول كونهم مبتدئين في لعبة كرة السلة علماً انها  
 مادة منهجية مقررة تدرس كمهارات اساسية في الصف الأول فضلاً عن توافر الادوات التي  
 يحتاجها الباحثان في تطبيق تجربتهم .

#### 3 - 2 - 2 تجانس العينة :

لغرض التحقق من تجانس عينة البحث عمد الباحثان ببعض الاجراءات لضبط  
 المتغيرات على الرغم من ان العينة المختارة هي من مرحلة عمرية متقاربة وكذلك لمنع  
 المؤثرات التي قد تؤثر على نتائج التجربة من الفروق الفردية لافراد العينة .  
 لذا استعملت الوسائل الاحصائية عن طريق الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل  
 الالتواء للقياسات المورفولوجية لمعرفة واقع الاختلاف من عدمه والجدول ( 1 ) يوضح ذلك  
 جدول ( 1 )

يوضح الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء لغرض تجانس عينة البحث في متغيرات  
 العمر ، الوزن ، الطول

المعامل الاحصائية المتغيرات	وحدة القياس	- س	+ ع	الوسيط	معامل الالتواء
العمر	سنة	22.16	3.49	21.5	0.567
كتلة الجسم	كغم	67.96	8.84	68	-0.0135
الطول	سم	170.5	5.87	175	0.255

(2) نوري إبراهيم الشوك ورافع صالح الكبيسي ؛ دليل البحوث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية : بغداد ، 2004 ) ص 59 .

تأثير تداخل تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني في تعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة  
بدرج تجريبية ..... أ.د نجاة مهدي شلش ، م. محمد شهاب احمد

يوضح الجدول (1) ان عينة البحث متجانسة في متغيرات العمر وكتلة الجسم والطول حيث اظهرت قيم معامل الالتواء (0.567) لمتغير العمر و (-0.0135) لمتغير كتلة الجسم و (0.255) لمتغير الطول وجميعها محصورة بين (+3/-3) ضمن المنحنى الطبيعي مما يدل على حسن توزيع عينة البحث ومدى تجانسها .

3 - 2 - 3 وسائل جمع المعلومات :- لقد أستفاد الباحثان من الوسائل الآتية لغرض

جمع المعلومات والبيانات وهي:

1- المصادر العربية والأجنبية .

2- الاستبيانات الاستطلاعية ..

3- استمارات تسجيل وتفرغ البيانات والمعلومات .

4- الاختبارات المهارية .

5- المعالجات الإحصائية .

الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث :-

الأجهزة المستخدمة في البحث :-

1 - كامرة نوع ( sony ) .

2 - حاسبة مع أقراص ( cd ) .

الأدوات المستعملة في البحث :-

1 - ملعب كرة سلة قانوني مع مستلزماته .

2 - كرات سلة .

3 - شريط لاصق بعرض ( 5 سم ) .

4- شواخص .

5- شريط قياس بطول (7م) لقياس المسافات.

6 - ساعة توقيت نوع (sony) لقياس الزمن .

7 - فلكس .

3 - 2 - 4 تحديد المهارات الهجومية بكرة السلة .

بعد الاطلاع على العديد من المصادر العلمية في مجال لعبة كرة السلة والتي

تناولت المهارات الهجومية عمد الباحثين بالاستفادة من المصادر في أعداد استمارة

استبانة تضمنت المهارات الهجومية بكرة السلة وتحديداً المهارات المفتوحة فقط والتي تم

تأثير تداخل تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني في تعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة  
بدرجته تجريبية ..... أ.د. نجاح مهدي شلش ، م. محمد شهاب احمد

عرضها على الخبراء من ذوي الاختصاص في مجال لعبة كرة السلة لاختيار الملائم منها  
لعينة البحث وأهدافه .

وقد تم استطلاع رأي ( 9 ) خبراء اذ يختار الخبير درجة أهمية المهارات بتقدير  
ثلاثي (ذو أهمية عالية أو ذو أهمية متوسطة أو ذو أهمية بسيطة ) وذلك لكل مهارة من  
المهارات بتفرعاتها الجزئية على حدة ، على أن تحسب درجات آراء الخبراء كالأتي : ذو  
أهمية عالية ثلاث درجات ، ذو أهمية متوسطة درجتين ، ذو أهمية بسيطة درجة واحدة .  
وقد اعتمد الباحثان لمدى الاتفاق بين آراء الخبراء أهمية نسبية 80% فأكثر وذلك  
لتحديد المهارات الهجومية بكرة السلة المناسبة للبحث الحالي والمبينة في الجدول ( 2 ) الذي  
يبين الأهمية النسبية للمهارات الأساسية بكرة السلة وفقاً لاستطلاع رأي الخبراء .

## جدول (2)

يبين الأهمية النسبية للمهارات الأساسية بكرة السلة وفقاً لاستطلاع رأي الخبراء

ت	المهارات	الدرجة	الأهمية النسبية	القبول
1	المناوله الصدرية	22	81.48	مقبول
2	الطبطة	25	92.59	مقبول
3	التصويب من القفز	24	88.88	مقبول
4	التصويب السلمي	26	96.29	مقبول

الحد الأقصى للدرجة = 27 = 100% أهمية نسبية .

### 3 - 2 - 5 تحديد الاختبارات المهارية .

بعد ان تم تحديد المهارات الهجومية بكرة السلة الملائمة لموضوع وعينة البحث وبعد  
الاطلاع على العديد من المصادر العلمية تم اختيار عدد من الاختبارات المهارية الخاصة  
بقياس المتغيرات المهارية قيد البحث ثم عرضها في استمارة لاستطلاع رأي الخبراء لتحديد  
مدى صلاحيتها بغية قياس المتغيرات المهارية ، وقد عرضت على (11) خبيراً من ذوي  
الخبرة والاختصاص في مجال كرة السلة وكذلك في اختصاص الاختبارات والقياس لأخذ  
آرائهم حول مدى صلاحيتها لقياس ما يتطلب قياسه والجدول ( 3 ) يبين الأهمية النسبية  
للاختبارات المرشحة لقياس المهارات الحركية الهجومية وفقاً لاستطلاع آراء الخبراء على أن  
تحسب درجات آراء الخبراء كالأتي :-

مناسب جداً ثلاث درجات ، مناسب درجتين ، مناسب الى حد ما درجة واحدة .

تأثير تداخل تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني في تعلم بعض المهارات المعجمية بكرة السلة  
 بحث تجريبي ..... أ.د. نجاح مهدي شلش ، م. محمد شهاب احمد

وقد اعتمد الباحثان أهمية نسبية 80% فأكثر من آراء الخبراء في قبول الاختبار من عدمه

### جدول ( 3 )

يبين الأهمية النسبية للاختبارات المهارية وفقاً لاستطلاع رأي الخبراء

ت	الاختبارات	وحدة القياس	الغرض من الاختبار	الدرجة	الأهمية النسبية	القبول
1	أختبار المناولة الصدرية	نقاط / الزمن	قياس دقة وسرعة المناولة الصدرية	31	93.93 %	مقبول
2	أختبار الطبطة	الزمن	قياس دقة وسرعة الطبطة	29	87.87 %	مقبول
3	أختبار التصويب من القفز	النقاط	قياس دقة التصويب من القفز	28	84.84 %	مقبول
4	أختبار التصويب السلمي	النقاط	قياس دقة التصويب السلمي	30	90.90 %	مقبول

الحد الأقصى للدرجة = 33 = 100% أهمية نسبية

### 3 - 2 - 6 تنفيذ الاختبارات المهارية القبلية :-

عمد الباحثان بإجراء الاختبارات المهارية القبلية للمهارات قيد البحث وللمجاميع الثلاث ( الضابطة ، التجريبية الاولى ، التجريبية الثانية ) وذلك في تمام الساعة التاسعة صباحاً من يوم الخميس الموافق 23 / 2 / 2012 في القاعة الرياضية / لكلية التربية الاساسية / الجامعة المستنصرية ، و بعد تهيئة الاستمارات الخاصة بأسماء الطلاب ولكل اختبار حسب طبيعة تسجيل بياناته لتسهيل العمل وتسجيل النتائج التي يحصل عليها كل طالب .

وقد عمل الباحثان على تثبيت جميع الظروف المتعلقة بالاختبارات كالمكان والزمان وطريقة التنفيذ وافراد فريق العمل المساعد كلاً وموقعه من أجل العمل قدر الإمكان على خلق الظروف نفسها لإجراء الاختبارات البعيدة .

وقد استفاد الباحثان من فريق العمل المساعد<sup>1</sup> وبإشراف مباشر من قبلهم . مع ملاحظة ما يأتي:-

<sup>1</sup> م . سلام حنتوش رشيد ( ماجستير طرائق تدريس )

تأثير تداخل تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني في تعلم بعض المهارات المجموية بكرة السلة  
 بحث تجريبي ..... أ.د. نجاح مهدي شلش ، م. محمد شهاب احمد

1- إعطاء العينة الوقت الكافي للإحماء مع تهيئة كافة مستلزمات الاختبارات المهارية وفريق العمل المساعد .

2- الشرح الوافي لأفراد العينة حول كيفية تنفيذ مفردات الاختبارات المهارية .

3- عرض الاختبار أمام الطلاب من قبل احد أفراد فريق العمل المساعد (النموذج).

4- تصوير الاختبار بكامرة فيديو ، وذلك للعودة إلى التسجيل في حالة حدوث أي طارئ .

### 3 - 2 - 7 المنهج التعليمي :-

بغية تحقيق أهداف البحث التي تم وضعها مسبقاً قام الباحثين بإعداد منهج تعليمي قائم على مبدأ تعميم البرامج الحركية والخاص بالمجموعة التجريبية الاولى ومنهج آخر تداخل فيه تعميم البرامج الحركية مع التدريب الذهني والخاص بالمجموعة التجريبية الثانية و تضمن المنهاج (16) وحدة تعليمية لكل مجموعة من مجاميع البحث وبواقع وحدة تعليمية واحدة أسبوعياً مدة الوحدة التعليمية (90) دقيقة وحسب الأقسام الموضحة في الجدول ( 4 ) أدناه

### جدول (4)

#### يبين التقسيم الزمني لأقسام الوحدة التعليمية والنسب المئوية لذلك

أقسام الوحدة التعليمية	الزمن خلال الوحدة التعليمية بالدقائق	الوقت الكلي بالدقائق	النسبة المئوية
1- القسم الاعدادي	18 د	288 د	3.333 %
أ- المقدمة	3 د	48 د	5.555 %
الأحماء العام	5 د	80 د	11.111 %
ب- الأحماء الخاص	10 د	160 د	
2- القسم الرئيسي	65 د	1040 د	
3- الجانب النظري (التعليمي)	20 د	320 د	22.222 %
4- الجانب التطبيقي (العملي)	45 د	720 د	50 %
5- القسم الختامي	7 د	112 د	7.777 %
المجموع	90 د	1440 د	100 %

### 3 - 2 - 8 تنفيذ المنهج التعليمي :-

عمد المدرس المختص الى تنفيذ المنهج التعليمي وبإشراف الباحثين إذ طبق المنهج التعليمي القائم على مبدأ تعميم البرامج الحركية على المجموعة التجريبية الاولى ومنهج

2 . م . ميادة خالد جاسم ( ماجستير طرائق تدريس - كرة سلة ) .

3 . م . م عمر نوري عباس ( تدريس - كرة سلة ) .

تأثير تداخل تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني في تعلم بعض المهارات المجموية بكرة السلة  
بدرج تجريبية ..... أ.د نجاة مهدي شلش ، م. محمد شهاب احمد

تعميم البرامج الحركية المتداخل معه التدريب الذهني على المجموعة التجريبية الثانية أما  
المجموعة الضابطة فلقد قامت بتنفيذ المنهج المتبع لتكون كالآتي :-  
1- المجموعة التجريبية الأولى ( تعميم البرامج الحركية ).  
2- المجموعة التجريبية الثانية ( تعميم البرامج الحركية + التدريب الذهني ).  
3- المجموعة الضابطة ( المنهج المتبع ) .  
والجدول ( 5 ) يبين العدد النهائي لمجاميع البحث الثلاثة والأسلوب التعليمي والمعرفي لكل  
مجموعة والنسبة المئوية .

### جدول ( 5 )

يبين مجاميع البحث والأسلوب التعليمي والمعرفي والنسبة المئوية .

المجاميع	الأسلوب التعليمي
المجموعة التجريبية (1)	تعميم البرامج الحركية
المجموعة التجريبية (2)	تعميم البرامج الحركية + تدريب ذهني
المجموعة الضابطة	المتبع (التقليدي)
المجموع	

وقد اخذ الباحثان في الحسبان ما يأتي :-

- 1- قيام المدرس نفسه بتنفيذ المنهج التعليمي للمجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة.
  - 2- أن يكون القسم الإعدادي والقسم الختامي نفسه للمجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة .
  - 3- تعليم المجموعة التجريبية الاولى مهارات ( الطبطبة ، المناولة الصدرية ، التهديد من القفز ، التهديد السلمي ) على وفق مبدأ تعميم البرامج الحركية .
  - 4- تعليم المجموعة التجريبية الثانية مهارات ( الطبطبة ، المناولة الصدرية ، التهديد من القفز ، التهديد السلمي ) من خلال تداخل التدريب الذهني مع تعميم البرامج الحركية
  - 5- تعليم المجموعة الضابطة مهارات ( الطبطبة ، المناولة الصدرية ، التهديد من القفز ، التهديد السلمي ) بأستخدام المنهج المتبع .
  - 6- تعويض أي وحدة تعليمية تصادف عطلة رسمية أو أي ظرف طارئ من أي نوع .
- 3 - 2 - 9 الاختبارات المهارية البعدية :-

تأثير تداخل تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني في تعلم بعض المهارات المجموية بكرة السلة  
 بحث تجريبي ..... أ.د. نجاح مهدي شلش ، م. محمد شهاب احمد

عمد الباحثين الى إجراء الاختبارات البعدية في تمام الساعة التاسعة صباحاً من يوم الخميس الموافق 20 / 5 / 2012 في القاعة الرياضية لكلية التربية الاساسية/ الجامعة المستنصرية وذلك بعد الانتهاء من تنفيذ المنهج التعليمي ، وقد قام الباحثان بتوفير الظروف نفسها التي تمت بها الاختبارات القبلية . من حيث الوقت من اليوم والمكان والأجهزة والأدوات وفريق العمل المساعد من اجل معرفة تأثير المنهج التعليمي في مستوى تعلم المهارات قيد البحث لدى مجاميع البحث الثلاثة مقرونة مع بعضها .

### 3 - 3 الوسائل الاحصائية :

أعتمد الباحثان في معالجة نتائج بحثهم على نظام (spss)

#### الفصل الرابع

4 - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها .

4 - 1 عرض وتحليل نتائج الأختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة .

#### جدول ( 6 )

يبين الاوساط الحسابية للأختبارات القبلية والبعدية والوسط الحسابي للفروق والانحراف المعياري للفروق وقيمة (t) المحسوبة لأفراد المجموعة الضابطة .

المتغيرات	س قبلي	س بعدي	س ف	ع ف	قيمة (t) المحسوبة	قيمة (t) الجدولية	الدلالة
الطبخية	23.57	13.10	10.47	1.57	13.28	2.35	دال
المناولية الصدريية	6.75	20	13.25	1.71	15.51		دال
التصويب من الفقز	5	18.5	13.5	1	27		دال
التصويب السلمي	1.20	6	4.80	1.30	8.32		دال

عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية = 3

4 - 2 عرض وتحليل نتائج الأختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية الاولى .

#### جدول ( 7 )

يبين الاوساط الحسابية للأختبارات القبلية والبعدية والوسط الحسابي للفروق والانحراف المعياري للفروق وقيمة (t) المحسوبة لأفراد المجموعة التجريبية الأولى .

تأثير تداخل تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني في تعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة  
 بحث تجريبي ..... أ.د. نجاح مهدي شلش ، م. محمد شهاب أحمد

المتغيرات	سّ قبلي	سّ بعدي	سّ ف	ع ف	قيمة (t) المحسوبة	قيمة (t) الجدولية	الدلالة
الطبطبة	23.25	11.02	12.23	1.69	16.16	2.13	دال
المناولة الصدرية	6.80	22.60	15.80	1.92	18.36		دال
التصويب من القفز	4.2	20.8	16.6	1.52	24.48		دال
التصويب السلمي	1.25	7	5.75	0.95	12.01		دال

عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية = 4

3 - 4 عرض وتحليل نتائج الأختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية الثانية .

#### جدول ( 8 )

يبين الاوساط الحسابية للأختبارات القبليّة والبعديّة والوسط الحسابي للفروق والانحراف  
 المعياري للفروق وقيمة (t) المحسوبة لأفراد المجموعة التجريبية الثانية

المتغيرات	سّ قبلي	سّ بعدي	سّ ف	ع ف	قيمة (t) المحسوبة	قيمة (t) الجدولية	الدلالة
الطبطبة	22.61	8.84	13.77	1.57	21.57	2.01	دال
المناولة الصدرية	6.66	26	19.33	1.21	39.10		دال
التصويب من القفز	4	23.5	19.5	1.87	25.53		دال
التصويب السلمي	1.50	9.50	8	1.09	17.88		دال

عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية = 5

4 - 4 مناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعات الثلاث في

#### تعلم بعض المهارات الهجومية

من خلال النتائج السابقة التي تم عرضها في الجداول ( 6، 7، 8 ) وتحليلها  
 للاختبارات القبليّة والبعديّة ولمجاميع البحث الثلاث ، ففيما يخص المجموعة الضابطة ظهر

تأثير تداخل تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني في تعلم بعض المهارات المجموعية بكرة السلة  
بدرج تجريبي ..... أ.د. نجاح مهدي شلش ، م. محمد شهاب احمد

بان هناك فروقاً ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبليّة والاختبارات البعديّة ولصالح الاختبارات البعديّة للمهارات قيد البحث ، ويعزو الباحثين اسباب هذه الفروق الى تأثير المنهج التعليمي المتبع في زيادة مقدار التعلم للمهارات قيد البحث ، وهذا يصل بنا الى القول بأن تطبيق المنهاج التعليمي قد عاد علينا بفائدة ظهرت بشكل واضح من خلال مدى التقدم الحاصل في مقدار التعلم لدى أفراد المجموعة الضابطة إذ يرى الباحثين بأن اذا ما أتبع المدرس الخطوات والأسس الصحيحة للتعلم الحركي وبشكل علمي ومرتسلس فإنه من الطبيعي ان يحدث تقدم لدى المتعلم في اكتسابه للمهارات وهو ما أكده ( ظافر هاشم ، 2002 ) بقوله ان " من الظواهر الطبيعية لعملية التعلم هو لا بد ان يكون هناك تطويراً في التعلم ما دام المدرس يتبع خطوات الاسس السليمة للتعلم والتعليم ولكي تكون بداية التعلم سليمة فلا بد من توضيح الشرح والعرض والتمرين على الأداء الصحيح والتركيز عليه لحين ترسيخ وثبات الأداء " (1)؛

- كما ويتبين لنا من خلال النتائج السابقة التي تم عرضها في الجداول (17،18،19) وتحليلها للاختبارات القبليّة والبعديّة وللمجموعة التجريبية الاولى في الاختبارات المهاريّة ظهر بأن هناك فروقاً ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبليّة والاختبارات البعديّة ولصالح الاختبارات البعديّة للمهارات قيد البحث ، ويعزو الباحثين ذلك الى المنهج التعليمي المعد من قبل الباحثين والذي أرتكز على مبدأ تعميم البرامج الحركية في أعداده إذ أن التنوع في اداء المهارات قيد البحث والذي من خلاله مارس أفراد المجموعة التجريبية الأولى تكرارات لأغلب المهارات قيد البحث بشكل متنوع وبأبعاد وقوى وسرع وزوايا مختلفة ، وهذا يجعل المتعلم يتعلم إلى جانب المهارات كيفية تحويل الانتباه والتركيز والسيطرة وهيئة برامج حركية سريعة لغرض مواجهة تغير المواقف في أثناء اللعب او الأداء وهنا تكمن الفائدة من مبدأ تعميم البرامج الحركية في عملية خلق برنامج حركي مرن بغية مواجهة ظروف الأداء المتغيرة وهي الصفة السائدة والتي تمتاز بها اداء المهارات الحركية فكما هو معلوم أنه عندما يقوم اللاعب او المتعلم بأداء عشرة تصويبات من القفز او أداء عشرة محاولات للمناولة الصدرية وأستلامها فإنه من البديهي ان لا توجد محاولة سواء للتصويب من القفز او للمناولة الصدرية تشبه سابقتها عند الأداء لذا يتوجب علينا

1 . ظافر هاشم اسماعيل . الاسلوب التدريسي المتداخل وتأثيره في التعلم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة تعليم التنس : ( اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002 ) ، ص 102 .

تأثير تداخل تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني في تعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة  
بدرج تجريبي ..... أ.د نجاة مهدي شلش ، م. محمد شهاب احمد

كمختصين في مجال تعليم المهارات الهجومية أن نقوم ببناء برامج حركية تتصف بالمرونة لدى المتعلمين كي يتمكنوا من تعميم هذه البرامج في مواقف مشابهة او جديدة وهذا يتم من خلال تعليم المبتدئين الاداء كما أسلفنا من مواقع مختلفة وهذا ما أكدده ( ظافر هاشم ) بالقول : " إن الافادة الأكبر تمت بتعليم المبتدئين استثمار مواقع اللعب المختلفة وزيادة استقلالية المتعلم في التصرف بحرية واكتشاف أخطائه بنفسه من خلال التمرين ، وممارسة التنوع في التمرينات وبهذا تظهر هذه التمرينات مشابهة لحالة اللعب وقريبة من التمرين العشوائي و المتغير بأبعاد ومسافات وقوى وسرع وزوايا مختلفة " (1)

- كما و نستنتج من خلال النتائج السابقة التي تم عرضها في الجداول (20،21،22) وتحليلها للاختبارات القبليّة والبعدية وللمجموعة التجريبية الثانية في الاختبارات المهارية ظهر بأن هناك فروقاً ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبليّة والاختبارات البعدية ولصالح الاختبارات البعدية للمهارات ، ويعزو الباحثين ذلك الى المنهج التعليمي المعد من قبله والذي أرتكز على التداخل ما بين تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني في أعداده فبالإضافة الى ماتم ذكره في مناقشة نتائج المجموعة التجريبية الأولى عن تعميم البرامج الحركية والدور الهام الذي لعبته في احداث تقدم بمستوى تعلم المهارات قيد البحث والتي تم تطبيقها بتنظيم التمرين العشوائي ، أشتمل هذا المنهاج على استخدام التدريب الذهني مع البرمجة الحركية في تعلم المهارات قيد الدراسة أعطى نتائج ايجابية عالية ، اذ يرى الباحثين بأن الدمج بين التدريب البدني والذهني هو الحالة السليمة سواء كان ذلك في التعليم او في التدريب فمن خلال عملية الدمج هذه تمكنا من الوصول الى حالة التكامل في الاداء المهاري وهذا ما أكدده محمد العربي (2001) بالقول " بأن التكامل بين التدريب العقلي والتدريب المهاري ينتج عنه وصول اللاعب إلى استعداد عقلي بدني قبل المنافسة "(1) لذا فإن التطور في الأداء والذي لاحظناه من خلال النتائج المعلنة ماهو الا إسهامات ناتجة عن التطاير ما بين التدريبات الذهنية والتدريبات المهارية التي قامت على أساس مبداء تعميم البرامج الحركية. خصوصاً اذا ما عرفنا بأن الربط ما بين التدريب الذهني والحركي يعد أحد العناصر الأساسية الواجب اعتمادها عند تعليم المهارات الجديدة وهو ما عمد اليه الباحثين في اعداد منهج تعليم المجموعة التجريبية الثانية وجاء

(1) ظافر هاشم الكاظمي ؛ الأسلوب التدريسي المتداخل وتأثيره في التعلم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبنية تعلم التنس :

( أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2002 ) ، ص 112 .

<sup>1</sup> محمد العربي شمعون ، ماجدة محمد إسماعيل ، اللاعب والتدريب العقلي ، ط1 ، القاهرة ، مركز الكتاب لنشر ، 2001 ، ص 67

تأثير تداخل تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني في تعلم بعض المهارات المجموية بكرة السلة  
 بحث تجريبي ..... أ.د. نجاح مهدي شلش ، م. محمد شهاب احمد

متفقاً مع ما ذكره (ظافر هاشم) بالقول : ان العملية التعليمية تعتمد على الترابط بين التدريب الذهني والبدني في آن واحد، فلا بد من التركيز على التدريب الذهني للمتعلم وخاصة اثناء تعليم وتطوير المهارات الجديدة والمهارات المركبة والمعقدة (1).

#### 4 - 5 عرض نتائج الأختبارات البعدية لمجاميع البحث الثلاث ( الضابطة ،

التجريبية الأولى ، التجريبية الثانية ) وللمهارات قيد البحث .

#### جدول ( 9 )

يوضح تحليل التباين لإيجاد الفروق بين مجاميع البحث الثلاث ( الضابطة والتجريبية الأولى والتجريبية الثانية ) للأختبارات البعدية

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F) المحسوبة	الدلالة الإحصائية
الطبطة	بين المجاميع	44.320	2	22.160	53.191	دال
	داخل المجاميع	4.999	12	0.417		
المناوله الصدرية	بين المجاميع	89.733	2	44.867	48.071	دال
	داخل المجاميع	11.200	12	0.933		
التصويب من القفز	بين المجاميع	61.63	2	30.82	14.62	دال
	داخل المجاميع	25.3	12	2.11		
التصويب السلمي	بين المجاميع	17.700	2	8.850	22.596	دال
	داخل المجاميع	4.700	12	0.392		

( F ) الجدولية = 3.89

#### جدول (10)

يبين نتائج *L.S.D* بين الأختبارات البعدية المهارية ولمجاميع البحث الثلاث ( الضابطة والتجريبية الأولى والتجريبية الثانية )

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعات التجريبية	الأوساط الحسابية للمجموعات	الفرق بين الأوساط	L.S.D	الدلالة
الطبطة	زمن	2 - 1	8.84 - 13.10	4.26	0.89	دال
		3 - 1	11.02 - 13.10	2.08		

(1)ظافر هاشم (واخرون)؛ اثر الاستفادة من بعض الوسائل التعليمية البدنية والذهنية في تطوير مهارة الإرسال بالتنس: (بحث منشور في المؤتمر العلمي العاشر، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1997)، ص3.

تأثير تداخل تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني في تعلم بعض المهارات المجموعية بكرة السلة  
 بحث تجريبي ..... أ.د. نجاح مهدي شلش ، م. محمد شهاب احمد

دال		2.18	11.02 - 8.84	3 - 2		
دال	1.33	6	26 - 20	2 - 1	نقاط	المناوله الصدرية
دال		2.60	22.60 - 20	3 - 1		
دال		3.40	22.60 - 26	3 - 2		
دال	1.22	5	23.5 - 18.5	2 - 1	نقاط	التصويب من القفز
دال		2.3	20.8 - 18.5	3 - 1		
دال		2.7	20.8 - 23.5	3 - 2		
دال	0.86	3.50	9.50 - 6	2 - 1	نقاط	التصويب السلمي
دال		1	7 - 6	3 - 1		
دال		2.50	7 - 9.50	3 - 2		

\* أرقام المجموعات: 1 = الضابطة / 2 = التجريبية الثانية / 3 = التجريبية الاولى .

من خلال القراءات التحليلية أعلاه لمهارة الطبطبة يتبين بأن الفروق قد أحدثها أفراد المجموعة التجريبية الثانية ( تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني ) وجاءت بعدها المجموعة التجريبية الاولى ( تعميم البرامج الحركية ) بالمرتبة الثانية في تعلم مهارة الطبطبة .

كما ويتبين من خلال هذا التحليل الذي تم عرضه أعلاه والخاص بمهارة المناولة الصدرية يتبين بأن الفروق قد أحدثها أفراد المجموعة التجريبية الثانية ( تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني ) وجاءت بعدها المجموعة التجريبية الاولى ( تعميم البرامج الحركية ) بالمرتبة الثانية بالمقارنة مع المجموعة الضابطة في تعلم مهارة المناولة الصدرية .

أما فيما يخص مهارة التصويب من القفز يتبين بأن الفروق قد أحدثها أفراد المجموعة التجريبية الثانية ( تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني ) وجاءت بعدها المجموعة الضابطة في تعلم مهارة التصويب من القفز .

ومن خلال القراءات التحليلية أعلاه لمهارة التصويب السلمي يتبين بأن الفروق قد أحدثها أفراد المجموعة التجريبية الثانية ( تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني ) بالمقارنة مع أفراد وجاءت بعدها المجموعة التجريبية الاولى بالمرتبة الثانية في تعلم مهارة التصويب السلمي .

#### 4 - 6 مناقشة نتائج الأختبارات البعدية للمجموعات الثلاث في تعلم بعض

##### المهارات الهجومية من خلال اختباري ( F ) و ( L.S.D )

لقد أظهرت نتائج تحليل البيانات الإحصائية التي تم الحصول عليها باستخدام تحليل التباين واختبار اقل فرق معنوي (L.S .D) ومن الجداول ( 9 ، 10 ) ، تبين لنا وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تعلم المهارات قيد البحث (الطبطة ، المناولة الصدرية، التصويب من القفز، التصويبة السلمية) ، وهذا مايتفق مع فرض البحث الرابع وكانت هذه الفروق لصالح أفراد المجموعة التجريبية الثانية التي أستخدمت ( تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني ) ولجميع الأختبارات ، ثم المجموعة التجريبية الاولى ( التي أستخدمت (تعميم البرامج الحركية) ولأغلب الأختبارات المهارية ، وجاءت بعدها المجموعة الضابطة .

اذ يعزو الباحثين هذه الفروق والتي ظهرت بين أفراد المجموعة التجريبية الثانية ( تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني ) والمجموعة التجريبية الاولى (تعميم البرامج الحركية) الى التأثير الفعال لأسلوب التدريب الذهني مع تعميم البرامج الحركية في تطوير مستوى الأداء المهاري ، اذ ان منهج التدريب الذهني مع تعميم البرامج الحركية الذي أستخدمته المجموعة التجريبية الثانية ساعد على تعزيز عملية التعلم للمهارات وزيادة المفاهيم الإدراكية للمجموعة التجريبية الثانية نحو المهارات المستخدمة في البحث مما أدى الى بناء تصور حركي متكامل مصاحب للعمل العقلي ، وهنا تكمن فائدة التداخل في البيئة التعليمية وكما ذكرنا في الدراسات النظرية بأن مبدأ التداخل في تعليم المهارات الحركية يساعد بشكل واضح على الاحتفاظ بهذه المهارات و سرعة اكتساب المهارات الحركية من قبل المتعلم فلقد ذكر (ظافر هاشم ) بان عملية التداخل تساعد على تسريع عملية التعلم باستثمار الوقت و الجهد و تعمل على زيادة استقلالية اللاعب و خلق حالة مشابهة لواقع اللعب الحقيقي و استثمار الساحة بشكل افضل الامر الذي يؤدي الى زيادة التحكم في الاداء لمواجهة المتغيرات الطارئة في اللعب ضمن مدة محددة للتعلم "1.

كما ويرى الباحثين بأن من أهم الأسباب التي أدت الى حدوث تلك الفروق بين المجموعتين التجريبيتين هو ان التدريب الذهني يسمح بتحديد المجموعات العضلية المستخدمة وتحليل الأجزاء التي تتكون منها المهارات الحركية اذ يتم التنسيق بين الجهازين العصبي والعضلي بما يؤدي الى الوصول لأفضل النتائج وهذا ما حصل بشكل خاص لأفراد

1. ظافر هاشم اسماعيل الكاظمي . مصدر سبق ذكره ، ص 47 .

تأثير تداخل تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني في تعلم بعض المهارات المجموعية بكرة السلة  
بدرج تجريبي ..... أ.د نجاح مهدي شلش ، م. محمد شهاب احمد

المجموعة التجريبية الثانية ولمهارات البحث كافة وأكده (علاوي) قائلاً " ان التدريب العقلي يسمح بتحديد المجموعات العضلية المستخدمة وتحليل الأجزاء التي تتكون منها المهارة الحركية اذ يتم التنسيق بين الجهازين العصبي والعضلي بما يؤدي الى الوصول لأفضل النتائج " (1)

- من جهة أخرى أظهرت لنا نتائج اختبار أقل الفروق معنوية ( L.S.D ) تقدم أفراد المجموعة التجريبية الثانية على أفراد المجموعة الضابطة في جميع الأختبارات المهارية ، وكذلك تقدم أفراد المجموعة التجريبية الأولى على أفراد المجموعة الضابطة في أغلب الأختبارات المهارية .

ويعزو الباحثان تقدم المجموعتين التجريبيتين على المجموعة الضابطة الى استخدام التجريبيتين أسلوب بناء البرنامج الحركي وتعميمه وما له من دور كبير في تطور المهارات الأساسية والذي علله لنا العالم (Magill) " بأن هناك مشكلة جدية في موضوع تحديد البرنامج الحركي بحركة خاصة او سلسلة من الحركات الثابتة فقط ، وللتغلب على هذه المشكلة أفترض فكرة التعميم ، بإجراء التكيف وتنوع المرونة في سلوك الإنسان إذ يشير ذلك الافتراض الى أن التعميم يسيطر على جملة من الحركات المختلفة وهو أفضل من السيطرة على حركة واحدة أو سلسلة واحدة " (2).

يضاف الى ذلك أسلوب التدريب الذهني الذي تم تطبيقه من قبل أفراد المجموعة التجريبية الثانية ومن خلال عملية التداخل ما بين ( تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني ) والدور الفاعل الذي لعبه هذا التداخل في البيئة التعليمية في تقدم مستوى التعلم المهاري إضافة الى توفير الجهد على المدرس وذلك من خلال تقليل حجم التغذية الراجعة المقدمة الى المتعلم ، اذ ساعد التدريب الذهني المتعلم على تحضير البرنامج الحركي وخرزته في الذاكرة استعداداً للاستجابة السريعة أنياً خلال الأداء اللاحق وهذه الحالة تقلل من الحاجة إلى إعطاء التغذية الراجعة المتكررة للمتعم لأنه قد استعد مسبقاً وتهيأ لحالات مسبقة قبل الأداء من خلال تطبعه على رسم البرنامج الحركي مسبقاً وتعرفه على مكانات الدقة واحتياجاتها ومتطلباتها في أثناء ممارسة التمرين وفي أثناء الاختبارات مما زاد من تمكنه وإتقانه للمهارات واستجاباتها الحركية.

1 . سعد جلال ومحمد حسن علاوي . علم النفس التربوي الرياضي ، القاهرة : دار المعارف ، 1982 ، ص 221 .

2 . Magill. (1998) . op . cit.p.40 .

## الفصل الخامس

### 5 - الأستنتاجات والتوصيات :

#### 5 - 1 الأستنتاجات :

بعد إجراء التجربة ومعالجة النتائج إحصائياً وتحليلها ومناقشتها توصل الباحثان إلى الاستنتاجات الآتية :-

1. ان المناهج التعليمية المقترحة من قبل الباحثين ( تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني ) و ( تعميم البرامج الحركية ) وكذلك المعتمد المتبع في قسم التربية الرياضية / كلية التربية الأساسية / الجامعة المستنصرية تعد فعالة في تعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة وبنسب مختلفة .

2. ان أفراد المجموعتين والذين استخدموا أسلوب تطبيق البرامج الحركية أظهروا نتائج أفضل من المجموعة الضابطة التي لم تمارس هذا الأسلوب .

3. ان مستوى التعلم بشكل عام كان لدى المجموعة التجريبية الأولى والتي مارست أسلوب ( تعميم البرامج الحركية ) أقل من المجموعة التجريبية الثانية والتي مارست أسلوب ( تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني ) وأكبر من المجموعة الضابطة .

4. ان التنوع في الممارسات المصاحبة للتدريب الذهني وبتنظيم التمرين العشوائي له تأثير فعال وإيجابي في التعلم المهاري وإيصال المتعلم الى حالة مشابهة للعب .

#### 5 - 2 التوصيات .

في ضوء استنتاجات البحث الحالي يوصي الباحثان بما يأتي :

1. اعتماد مبدأ التنوع والتداخل في البيئة التعليمية من خلال استخدام تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني في تعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة لطلبة الصف الأول في كليات التربية الرياضية لما له من اثر ايجابي في ذلك .

2. استخدام مبدأ تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني في تعلم مهارات اساسية في العاب اخرى فردية او فرقية ومقارنة نتائجها مع البحث الحالي .

3. إجراء دراسات تجريبية مشابهة مع فئات عمرية مختلفة في مراحل دراسية اخرى (ابتدائية، متوسطة ، اعدادية) ومقارنة نتائجها مع نتائج البحث الحالي .

تأثير تداخل تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني في تعلم بعض المهارات المجموية بكرة السلة  
بحث تجريبي ..... أ.د نجاة مهدي شلش ، م. محمد شاهين احمد

### المصادر :

1. الربيعي ، محمود داود. التعلم و التعليم في التربية البدنية و الرياضية ، ط1، النجف دار الضياء للطباعة و التعميم ، 2011 .
2. امجد محمد العتوم و اخرون . عالم كرة السلة ، ط1 ، عمان : مكتبة المجتمع العربي للنشر و التوزيع ، 2012 .
3. سعد جلال و محمد حسن علاوي . علم النفس التربوي الرياضي ، القاهرة : دار المعارف ، 1982 .
4. ظافر هاشم اسماعيل الكاظمي . محاضرات موثقة أقيمت على طلبة الدكتوراه كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد ، للعام 2007 – 2008
5. ظافر هاشم (واخرون)؛ اثر الاستفادة من بعض الوسائل التعليمية البدنية والذهنية في تطوير مهارة الإرسال بالتنس: (بحث منشور في المؤتمر العلمي العاشر، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1997 .
6. ظافر هاشم الكاظمي ؛ الأسلوب التدريسي المتداخل وتأثيره في التعلم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة تعلم التنس : ( أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2002 ) .
7. قاسم لزام جبر. موضوعات في التعلم الحركي ، ط2، بغداد: دار البراق للطباعة و النشر، 2012 .
8. محمد العربي شمعون ، ماجدة محمد إسماعيل ، اللاعب والتدريب العقلي ، ط1 ، القاهرة ، مركز الكتاب لنشر ، 2001
9. نوري إبراهيم الشوك ورافع صالح الكبيسي ؛ دليل الباحثين لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية : بغداد ، 2004 .
10. يعرب خيون . التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، ط2 ، بغداد : مطبعة الكلمة الطيبة ، 2010 .

تأثير تداخل تعميم البرامج الحركية والتدريب الذهني في تعلم بعض المهارات الهجومية لكرة السلة  
بدرج تجريبي ..... أ.د نجاح مهدي شلش ، م. محمد شهاب احمد

- 11 . Hervee Duff. entrainment mental up sportif edit .surphare paris 2002 .
12. Marilyn , Leak hhp://www.hyper change: com / wite papers/Element of style.2001 .
- 13 . Magill, A.Richard . Motor Learning concept & Application Rd . Ed ., W.M.C., Brown Publishers , U.S.A., ., 1998.
- 14 . Schmidt , A . Richard and Graig wisberge ، Motor Learning and per fomance , Human Kentics , 2000 ,