

# أثر استخدام جدولة الممارسة في انتقال أثر التعلم العمودي لبعض مهارات الجمناستيك

أطروحة تقدم بها

شيروان صالح خضر الجاف

الى

مجلس كلية التربية الرياضية – جامعة الموصل وهي جزء

من متطلبات نيل شهادة دكتوراه فلسفة في التربية الرياضية

اختصاص

تعلم حركي

بإشراف

الاستاذ الدكتور

عامر محمد سعودي

٢٠٠٦م

١٤٢٧هـ

## ملخص الاطروحة

### " أثر استخدام جدولة الممارسة في انتقال أثر التعلم العمودي لبعض مهارات الجمناستك "

الباحث  
شيروان صالح خضر

بإشراف  
أ. د عامر محمد سعودي

١٤٢٧ هـ - ٢٠٠٦ م

#### هدف البحث إلى الكشف عن :-

- ١- أثاراستخدام جدولة الممارسة في انتقال اثر التعلم العمودي للمجموعات البحث من المهمة الاولى السهلة الى المهمة الثانية الصعبة لبعض مهارات الجمناستك .
- ٢- الفروق بين المجموعات البحث الخمس لاثر استخدام جدولة الممارسة في انتقال أثر التعلم العمودي لبعض مهارات الجمناستك .

#### وأفترض الباحث ما يأتي :

- ١- هناك أثر لاستخدام جدولة الممارسة في انتقال أثر التعلم العمودي من المهمة الاولى السهلة الى المهمة الثانية الصعبة لبعض مهارات الجمناستك.
  - ٢- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعات البحث لاثراستخدام جدولة الممارسة في انتقال اثر التعلم العمودي لبعض مهارات الجمناستك.
- واستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث ، وأجري البحث علىعينة يمثلون طلاب السنة الدراسية الثانية في كلية التربية الرياضية بجامعة صلاح الدين-اربيل للعام الدراسي ٢٠٠٤ - ٢٠٠٥ قوامها (٤٠) طالبا موزعين على خمس مجاميع متساوية ، أربع مجموعات تجريبية ومجموعة ضابطة ، ثم وزعت جدولة الممارسة الاربعة بطريقة القرعة على مجموعات البحث كالآتي.

- استخدمت المجموعة التجريبية الاولى جدولة الممارسة الموزعة.
- استخدمت المجموعة التجريبية الثانية جدولة الممارسة المكثفة .
- استخدمت المجموعة التجريبية الثالثة جدولة الممارسة المتغيرة ( الموزع - المكثف ) .

- استخدمت المجموعة التجريبية الرابعة جدولاً الممارسة المتغيرة (المكثف- الموزع) .

- استخدمت المجموعة الخامسة (الضابطة) الأسلوب التقليدي المتبع في الكلية .

وتم التحقق من تكافؤ المجاميع الخمس في متغيرات ( الطول والعمر و الكتلة ) فضلاً عن بعض عناصر اللياقة البدنية والحركية الأكثر أهمية ، وتم استخدام تصميم المجموعات المتكافئة ذات الملاحظة البعدية، وتمكن الباحث من ضبط المتغيرات المتعلقة بالسلامة الداخلية والخارجية للتصميم التجريبي.

خضعت المجموعات التجريبية للبرنامج التعليمي المعد من قبل الباحث بعد أخذ آراء المختصين فيه أما المجموعة الضابطة فاستخدمت الممارسة التقليدية المتبعة في الكلية ، وتم تنفيذ البرنامج بتاريخ ٨ / ٣ / ٢٠٠٥ وحتى ٢٠ / ٤ / ٢٠٠٥، واستمرت التجربة ( ٦ ) أسابيع ، وبمعدل وحدتين تعليميتين في الأسبوع لكل مجموعة وتم تصوير المهارات الحركية للمهمة الأولى (السهلة) والمهمة الثانية (الصعبة) بعد كل وحدتين تعليميتين لغرض تقويم الأداء الفني للمهارات الحركية قيد البحث .

وعولجت البيانات احصائياً باستخدام الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الاختلاف ومعامل الارتباط (البسيط، المتعدد ) ومعادلة الانحدار البسيط وتحليل التباين واختبار أقل فرق معنوي فضلاً عن معادلات انتقال أثر التعلم (المطلق، النسبي، حجم الأثر) واستعان الباحث بالبرامج الاحصائية ( spss ) و منيتاب ( MTB ) .

#### واستنتج الباحث ما يأتي :-

(١) إن الممارسة الموزعة كانت أكثر فاعلية من باقي مجموعات البحث في انتقال أثر التعلم العمودي في مهارة الوقوف على الاكتاف على جهاز المتوازي.

(٢) إن الممارسة المتغيرة (الموزعة- المكثفة) كانت أكثر فاعلية من باقي مجموعات البحث في انتقال أثر التعلم العمودي في مهارتي ( القفز ضمناً على جهاز حسان القفز و الكب على جهاز العقلة ) .

(٣) إن المجموعة الضابطة التي استخدمت الأسلوب التقليدي كانت أكثر فاعلية من الممارسة المكثفة في انتقال أثر التعلم العمودي في مهارتي ( القفز ضمناً على جهاز حسان القفز و الكب على جهاز العقلة ) .

٤) تطابقت النتائج الخاصة بمعادلة الانحدار البسيط والانتقال وتحليل التباين و أعطيت الافضلية للانتقال العمودي بالممارسة المتغيرة ( الموزعة - المكثفة ) في مهارتي (القفز ضما على جهاز حصان القفز والكب على جهاز العقلة ) .

٥) في التقييم الاجمالي لجدولة الممارسات التي ساهمت في انتقال أثر التعلم للمهارات الحركية قيد البحث ،حققت الممارسة المتغيرة (الموزعة-المكثفة) المرتبة الاولى يليه الممارسة الموزعة بالمرتبة الثانية ،ثم الممارسة المتغيرة (المكثفة-الموزعة) بالمرتبة الثالثة ، والممارسة التقليدية بالمرتبة الرابعة والمرتبة الاخيرة كانت للممارسة المكثفة .

**وقد أوصى وأقترح الباحث بما يأتي :**

١) التأكيد على استخدام الممارسة الموزعة للحصول على انتقال أثر التعلم العمودي في مهارة الوقوف على الاكتاف على جهاز المتوازي .

٢) التأكيد على استخدام الممارسة المتغيرة ( الموزعة - المكثفة ) للحصول على انتقال أثر التعلم في تعلم مهارتي ( القفز ضما على جهاز حصان القفز و الكب على جهاز العقلة ) .

٣) تطبيق جدولة الممارسة المتغيرة ( الموزعة - المكثفة ) للعينات المبتدئة للحصول على أكبر قدر من انتقال أثر التعلم العمودي من المهمات السهلة الى المهمات الصعبة لبقية المهارات الحركية على اجهزة الجمناستك .

٤) استخدام الوسيلة الاحصائية ( معادلة الانحدار البسيط ) للكشف عن انتقال أثر التعلم العمودي من مهارة الى مهارة اخرى في الجمناستك و بقية الالعاب الرياضية الاخرى .

٥) الاهتمام بالاسلوب التقليدي والتأكيد على تنظيم أوقات العمل والراحة فيه .

٦) إجراء دراسات أخرى على بقية اجهزة الجمناستك للمهارات الحركية للطالبات والطلاب .

# **The Effect of Using Scheduling Practice in Transfer of Vertical Learning on Some Skills of Gymnastic**

**Dissertation Submitted  
By  
Sherwan Salih Khidhr AL-Jaaf**

**To  
The council of college of Sport Education  
University of Mosul  
In Partial Fulfillment of the Requirement  
For the Degree of Ph.D. in the philosophy of  
Sport Education**

**Specialized in  
(Motor Learning)**

**Supervised By  
Prof. Dr. Amer M. Sauoodi**

**2006 A. D**

**1427 A. H**

## ABSTRACT

### **The Effect of Using Scheduling Practice in Transfer of Vertical Learning on Some Skills of Gymnastic**

**The researcher**

**Sherwan S. Khidhr**

**2006 A. D**

**The supervise**

**Prof. Dr. Amer M. Sauoodi**

**1427 A. H**

#### ***The research aimed at revealing.***

1. The effect of using scheduling practice tabulation in transfer of vertical learning on five groups from first to second task in learning some skills of gymnastics.
2. The Differences between five groups in the effect of using scheduling practice in transfer of vertical learning on some skills of gymnastics.

#### **Research's hypothesis is as follows:**

1. There is the effect of using scheduling practice in transfer of vertical learning from first to second task on some skills of gymnastics.
2. There were statistical indicative differences between five groups in the effect of using scheduling practice in transfer of vertical learning on some apparatus of gymnastics.

The researcher has applied the experimental method for its convenience to the nature of the research. The research has been performed on a sample of (40) students from the 2<sup>nd</sup> class of the college of physical education / university of Salahudeen / Erbil Province – 2004-2005.

The sample was divided on five equal groups; (4) experimental and (1) control.

Then the four-practice tabulation was distributed among these groups by means of lot , and as follows:

- The first experimental group has taken the distributed practice tabulation.
- The second experimental group has taken the massed practice tabulation.
- The third experimental group has taken the mixed practice tabulation. (The distributed & the massed).
- The fourth experimental group has taken the mixed practice tabulation. (The massed & the distributed).
- The fifth group (The control) has taken the traditional practice which is followed in the college.

The Verification of group's equivalence regarding variables of height, age, mass and most other significant elements of physical and motor elements have been achieved.

The Equivalent group's design with post observation has been applied while the researcher has controlled the internal & external safety of the experimental design of some procedures.

Experimental groups were subjected to a didactic program prepared by the researcher after getting specialists' opinions. As to control group, it has applied the college-determined curriculum, and the program has been implemented in the period between the 8<sup>th</sup> of March-2005 to the 20<sup>th</sup> of April-2005.

The trial lasted for (6) weeks in a rate of two didactic units per week for each group.

Motor skills of the first task (The easy) and the second one (The hard) have been filmed after each two didactic units in order to evaluate the technical performance of the Motor skills being studied.

Data have been dealt with statistically by using mean, normative deviation, simple correlation coefficient simple regression equation, of vertical analysis, less significant difference Test, as well as, equations of learning effect transfer. The researcher has made use of the statistical programs (SPSS & MTB).

**The researcher has concluded the following:**

1. Vertical transfer of the first experimental group which has applied distributed practice was better than the other groups of the research in learning the skill of standing on shoulders on the parallel bars.
2. Vertical transfer of the third experimental group which has applied the (distributed-massed) practice was better than the other groups of the research in learning the skills on the jump-horse and the overturn on high bar.
3. Results are the same in the simple regression equation , transfer, and analysis of Variance but for the benefits Vertical

transfer practice (distributed-mass) in learning the skills of the jump horse and the overturn on high bar .

4. Overall evaluation of practice scheduling which contributed to transfer of learning the motor skills at question. the distributed-massed, distributed, massed-distributed and additional practices had the first, second, third, and fourth order receptively.

**The researcher has recommended and suggested the followings:**

1. The emphasize of Using distributed practice to obtain a transition of learning effect in the skill of studying shoulders on the parallel bars.
2. Confirm the Using (distributed-massed) of practice to obtain a transition of learning effect in both skills on jumping – horse apparatus & overturn on kip skill on high bar.
3. To apply the Using of mixed practice tabulation (Distributed & massed) for beginners to obtain much more transition of learning effect from the easy task to the hard ones on gymnastic apparatus.
4. Using the statistical means (simple regression equation) to know the occurrence of learning effect transition from the first task to the second in gymnastic and other athletic games.
5. Performing further studies on the apparatus of gymnastic for students (males & females).
6. To interest the unscheduling practice and to emphasize on organizing their work and rest times.