



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة الموصل

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

أثر بعض اساليب جدولة الممارسة (التمرين) في تعلم البناء
الحركي والأنجاز لعدد من مهارات كرة القدم وفعاليات ألعاب
القوى لطلاب الصف الأول المتوسط

سيف الدين عبد الرحيم بشير الحياي

أطروحة دكتوراه

التربية البدنية وعلوم الرياضة / التعلم الحركي

بإشراف

الاستاذ الدكتور

جاسم محمد نايف الرومي

ملخص البحث

((أثر بعض أساليب جدولة الممارسة (التمرين) في تعلم البناء الحركي والانجاز لعدد من مهارات كرة القدم وفعاليات ألعاب القوى لطلاب الصف الاول المتوسط))

الباحث

سيف الدين عبد الرحيم بشير الحياي

المشرف

أ.د. جاسم محمد نايف

الرومي

١٤٤٢ هـ - ٢٠٢٠ م

يهدف البحث إلى ما يأتي:

- ١- الكشف عن أثر بعض اساليب جدولة الممارسة التي استخدمت في البرامج التعليمية للمجموعات التجريبية الثلاث والمجموعة الضابطة التي استخدمت الاسلوب المتبع من قبل المدرس في تعلم البناء الحركي والانجاز لعدد من مهارات كرة القدم وفعاليات ألعاب القوى لطلاب الصف الأول المتوسط.
- ٢- المقارنة في الاختبار ألبعدي بين المجموعات التجريبية الثلاث التي استخدمت بعض اساليب جدولة الممارسة والمجموعة الضابطة التي استخدمت الاسلوب المتبع من قبل المدرس في تعلم البناء الحركي لعدد من مهارات كرة القدم وفعاليات ألعاب القوى لطلاب الصف الأول المتوسط.
- ٣- المقارنة في الاختبار ألبعدي بين المجموعات التجريبية الثلاث التي استخدمت بعض اساليب جدولة الممارسة، والمجموعة الضابطة التي استخدمت الاسلوب المتبع من قبل المدرس في الانجاز لعدد من مهارات كرة القدم وفعاليات ألعاب القوى لطلاب الصف الاول المتوسط.

٤- المقارنة في الاختبار البعدي في تعلم البناء الحركي (الثنائي، والثلاثي، والمركب) بين عدد من مهارات كرة القدم وفعاليات ألعاب القوى ، ولكل أسلوب من أساليب جدولة الممارسة والاسلوب المتبع من قبل المدرس.

٥- المقارنة في الاختبار البعدي بين أنواع تعلم البناء الحركي (الثنائي، والثلاثي، والمركب) لعدد من مهارات كرة القدم وفعاليات ألعاب القوى، ولكل أسلوب من أساليب جدولة الممارسة والاسلوب المتبع من قبل المدرس.

واستخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث ،وتكونت عينة البحث من (٦٠) طالباً بنسبة مئوية بلغت (٢٥.٨٦٢٪)، من مجتمع البحث البالغ عدده (٢٣٢) طالباً وهم طلاب الصف الأول المتوسط في متوسطة الشموخ للبنين في محافظة نينوى ، وتم توزيعهم الى اربع مجموعات متساوية بواقع (١٥) طالب لكل مجموعة وتم التكافؤ فيما بين مجموعات البحث الاربع في كل من المتغيرات (العمر، والطول، والكتلة، وبعض القدرات العقلية وهي (الانتباه والذكاء) وبعض عناصر اللياقة البدنية والحركية المؤثرة في تعلم البناء الحركي ، وأختبارات البناء الحركي والانجاز لعدد من مهارات كرة القدم وفعاليات ألعاب القوى) وأستخدم تصميم المجموعات التجريبية المتكافئة العشوائية الاختيار ذات الاختبارين القبلي والبعدي المحكم الضبط وتصميم المجموعات المتكافئة ذات الملاحظة البعدية، واعتمد الباحث الاستبيان والمقابلة الشخصية والاختبارات والقياسات واستمارة تقييم الاداء والملاحظة العلمية كوسائل لجمع المعلومات.

بعد الاطلاع على المصادر العلمية والدراسات السابقة في مجال التعلم الحركي بصورة عامة وفي جدولة الممارسة (التمرين) بصورة خاصة ،فضلاً عن خبرة الباحث في مجال لعبة كرة القدم وألعاب القوى، وبعد الاطلاع على (المنهاج التعليمي الخاص بالمدرسة دليل مدرس التربية الرياضية للمرحلة المتوسطة) قام

الباحث بإعداد البرنامج الخاص بالمجموعة الضابطة ،وعلى ضوء هذا البرنامج قام الباحث بإعداد البرامج التعليمية الخاصة بالمجموعات التجريبية الثلاث التي تضمنت اساليب جدولة الممارسة وكالاتي (أسلوب جدولة الممارسة الموزعة) أستخدمته المجموعة التجريبية الأولى و(أسلوب جدول الممارسة المكثفة) أستخدمته المجموعة التجريبية الثانية و(أسلوب جدولة الممارسة العشوائية) الذي أستخدمته المجموعة التجريبية الثالثة ، وتكونت البرامج التعليمية ولكل مجموعة من (١٨) وحدة تعليمية ،وبواقع وحدتين تعليميتين في كل أسبوع، ومدة كل وحدة تعليمية (٤٥) دقيقة ، بعد ذلك قام الباحث بعرض الاختبارات المصممة (المقترحة) لمهارات كرة القدم، وهي (الدرجة بالكرة ،والتمريرة القصيرة ،والدرجة والتمريرة) على السادة المتخصصين في (القياس والتقويم ، وكرة القدم ، والتعلم الحركي) وقبل البدء بتطبيق البرامج التعليمية أجرى الباحث التجارب الاستطلاعية الخاصة باختبارات مهارات كرة القدم المصممة (المقترحة)، وكذلك التجارب الخاصة بعملية تصوير البناء الحركي والانجاز، والتجارب الاستطلاعية للبرامج التعليمية وبمشاركة فريق العمل المساعد، للتعرف على المعوقات التي قد تواجه الباحث قبل البدء بتنفيذ التجربة الرئيسة.

وبعد أن صمم الباحث استمارة تقويم البناء الحركي لعدد من مهارات (كرة القدم) وفعاليات (ألعاب قوى) وباتفاق المتخصصين على درجات أقسام البناء الحركي الظاهري (التحضيرى، والرئيس، والختامى) من (١٠٠) درجة تم إجراء الاختبارات القبلية لتعلم البناء الحركي، والانجاز لعدد من مهارات كرة القدم وهي (الدرجة بوجه القدم الداخلي والخارجي ،والتمريرة القصيرة بباطن القدم، والدرجة بالوجه الداخلي والخارجي من القدم والتمريرة القصيرة بباطن القدم) في يومي الاثنين والثلاثاء الموافقين ٢١ و ٢٢ / ١٠ / ٢٠١٩ كما أجريت الاختبارات القبلية لتعلم البناء الحركي، والانجاز لعدد من فعاليات ألعاب القوى وهي (الركض السريع (٢٠م) ،والوثب الطويل ،وركض (٣٠م)حواجز) في يومي الاربعاء والخميس الموافقين ٢٣ و ٢٤ / ١٠

٢٠١٩/، وصاحب أداء كل محاولة من قبل الطلاب تصوير الأداء بآلة تصوير فيديو، فضلاً عن تسجيل مسافة أوزمن أو درجة الانجاز لكل محاولة ولكل طالب، بعد ذلك تم تقويم البناء الحركي عن طريق الملاحظة العلمية التقنية باستخدام عرض التصوير الفيديوي باقراص مدمجة (CD) على المقومين.

ثم تم البدء بتنفيذ البرامج التعليمية على المجموعات التجريبية الثلاث والمجموعة الضابطة يوم الاثنين الموافق ٢٨/١٠/٢٠١٩ ، وتم الانتهاء من تنفيذ البرامج التعليمية في يوم الأحد الموافق ٢٩ / ١٢ / ٢٠١٩.

بعد ذلك تم إجراء الاختبارات البعدية لتعلم البناء الحركي والانجاز لعدد من مهارات (كرة القدم) في يومي الاثنين والثلاثاء الموافق ٣٠ و ٣١ / ١٢ / ٢٠١٩ ، والاختبارات البعدية لتعلم البناء الحركي والانجاز لعدد من فعاليات (ألعاب القوى) في يومي الاحد والثلاثاء الموافق ٥ و ٧ / ١ / ٢٠٢٠، بعد ذلك تم تقويم البناء الحركي عن طريق الملاحظة العلمية وكما في الاختبارات القبليّة.

واستخدم الباحث الوسائل الإحصائية الآتية : (الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، ومعامل الارتباط البسيط ، ومعامل الارتباط المتعدد، واختبار (ت) لوسطين حسابيين مرتبطتين ولعينتين متساويتين بالعدد، واختبار (ت) لوسطين حسابيين غير مرتبطتين ولعينتين متساويتين بالعدد، و تحليل التباين باتجاه واحد ، و قيمة أقل فرق معنوي (LSD)، وبأستخدام الحقيبة الاحصائية (SPSS) لمعالجة البيانات.

وتوصل الباحث إلى استنتاجات عدة أهمها:

١- اثرت البرامج التعليمية الخاصة بأساليب جدولة الممارسة (الموزعة ، والمكثفة ، والعشوائية) والبرنامج الخاص بالمجموعة الضابطة (الاسلوب المتبع من قبل المدرس) ايجابياً في تعلم البناء الحركي والانجاز لعدد مهارات كرة القدم وفعاليات ألعاب القوى لدى طلاب الصف الأول المتوسط .

٢- تفوقت المجموعات التجريبية الثلاث التي استخدمت أساليب جدولة الممارسة (الموزعة ،والمكثفة ،والعشوائية)على المجموعة الضابطة التي استخدمت (الاسلوب المتبع من قبل المدرس) في تعلم البناء الحركي والانجاز لعدد من مهارات كرة القدم وفعاليات ألعاب القوى لطلاب الصف الأول المتوسط.

٣- تفوقت المجموعة التجريبية الأولى التي استخدمت (اسلوب جدولة الممارسة الموزعة)، والمجموعة التجريبية الثالثة التي استخدمت (أسلوب جدولة الممارسة العشوائية) في عدد من المهارات بكرة القدم، والفعاليات بألعاب القوى على المجموعة التجريبية الثانية التي أستخدمت (اسلوب جدولة الممارسة المكثفة) في تعلم البناء الحركي والانجاز لطلاب الصف الاول المتوسط.

٤- عند المقارنة في تعلم البناء الحركي (الثنائي، والثلاثي ،والمركب) بين عدد من مهارات كرة القدم وفعاليات ألعاب القوى ولكل أسلوب من اساليب جدولة الممارسة والاسلوب المتبع من قبل المدرس تبين الآتي :

- تفوق تعلم البناء الحركي الثلاثي لمهارات كرة القدم على تعلم البناء الحركي الثلاثي لفعاليات ألعاب القوى في أسلوب جدولة الممارسة الموزعة.

- تفوق تعلم البناء الحركي المركب لمهارات كرة القدم على تعلم البناء الحركي المركب لفعاليات ألعاب القوى في أسلوب جدولة الممارسة العشوائية.

٥- عند المقارنة بين انواع تعلم البناء الحركي (الثنائي ،والتثلاثي، والمركب) لعدد من مهارات كرة القدم وفعاليات ألعاب القوى ولكل أسلوب من أساليب جدولة الممارسة والاسلوب المتبع من قبل المدرس يتبين الآتي:

- تفوق البناء الحركي الثنائي على البناء الحركي الثلاثي، وتفوق البناء الحركي المركب على البناء الحركي الثلاثي لعدد من فعاليات (ألعاب القوى) في أسلوب جدولة الممارسة الموزعة.

- تفوق البناء الحركي الثنائي على البناء الحركي الثلاثي، وتفوق البناء الحركي المركب على كل من البناء الحركي الثنائي والثلاثي لعدد من مهارات (كرة القدم) في أسلوب جدولة الممارسة العشوائية.

**Ministry of Higher Education
and Scientific Research
University of Mosul
College of Physical Education
and Sport Sciences**



**The Effect of Some Practice (Exercise) Scheduling Styles in
Learning Motor Building and Achievement for a Number of
Football Skills and Athletics Games for First
Intermediate Grade Students**

Sayf Al-Deen Abdul Rahim Bashir Al-Hiyali

Ph D. Dissertation
Physical Education and Sport Sciences / Motor Learning

Supervised by
Supervisor.Prof.Dr.
Jassim Muhammad Nayef Al-Roumi

A

**The Effect of Some Practice (Exercise) Scheduling Styles in
Learning Motor Building and Achievement for a Number of Football
Skills and Athletics Games for First Intermediate Grade Students**

Researcher .Assist lecturer.

Sayf Al-Deen Abdul Rahim Bashir Al-Hiyali

Supervisor.Prof.

Jassim Muhammad Nayef Al-Roumi

1442 AH - 2020 AD

The study aims at the following:

- 1- Expounding the effect of a number of practice scheduling styles that were used in the educational programs of the three experimental groups and the style used in the school by the control group on learning motor building and achievement of students of the first intermediate grade in number of football skills and athletics games.
- 2- Comparing the results of the post-test of a number of practice scheduling styles that were used in the educational programs by the three experimental groups and the style used in the school by the control group on learning motor building of students of the first intermediate grade in number of football skills and athletics games.
- 3 Comparing the results of the post-test of a number of practice scheduling styles that were used in the educational programs by the three experimental groups and the usual style used in the school by the control group on achievement of students of the first intermediate grade in number of football skills and athletics games.
- 4- Comparing the post-test results of the (dual, triple and compound) learning motor building types of each practice scheduling style and the usual style used in the school between number of football skills and athletics games.

B

5- Comparing the post-test results of the (dual, triple and compound) learning motor building types of each practice scheduling style and the usual style used in the school in number of football skills and athletics games

The study used the experimental style appropriate to the nature of the study, and the study sample consisted of (60) students representing (25.862%), out of the population of the study consisting of (232) students of the first intermediate grade in the Al-Shumookh Intermediate School for Boys in Nineveh Governorate. The study sample was distributed among four Equal groups of (15) students for each group, and parity between the four study groups was done for each of the variables (age, height, mass, some mental abilities, i.e. (attention and intelligence) and some physical and motor factors that affect learning motor building and achievement of a number of team and individual game).

The study adopted the equivalent experimental groups design with the pre-test and post-test and the equivalent experimental groups design with post-test observation. The researcher adopted a questionnaire form, personal interviews, and scientific tests, measurements observation as means of collecting information.

After reviewing the reviewing the literature in the subject of motor learning in general and practice scheduling in particular, and after reviewing the school educational curriculum (physical education teacher guide for intermediate grades), and relying on the researchers experience in the field of football and athletics, the researcher prepared the educational program for the control group and used it as a base for preparing three educational programs for the three experimental groups that included a number of scheduling practice styles as follows:

- The Distributed Practice Scheduling Style to be used by the first experimental group.

C

- The Massed Practice Scheduling Style to be used by the second experimental group,
- The Random Practice Scheduling Style to be used by the third group.

The educational programs for each group consisted of (18) educational units, consisting of two educational units per week, and the duration of each educational unit was (45) minutes, after which the researcher presented the (proposed) designed tests in football which are (rolling the ball, short pass, and rolling and passing) to specialists in (measurement and assessment, football, and motor learning). Before starting the implementation of the educational programs the researcher conducted pilot experiments related to the (proposed) designed team tests, as well as experiments related to the process of video capturing the motor building and achievement processes, and exploratory experiments of the educational programs with the participation of the assisting work team, to identify the obstacles that may face the researcher before starting to implement the main experiment.

The researcher designed an assessment form for evaluating the motor construction for a number of team games (football) and individual games (athletics) and by agreement of specialists on the scores of the apparent learning motor building stages (preparatory, main and final) divided over (100) scores and pre-tests were conducted for learning motor building and achievement in a number of team games. The tests included ; rolling with the sole and face of the foot of the foot, the short pass with the sole of the foot, the rolling with sole and face of the foot and the short pass on the sole of the foot). The pre-tests were implemented on Monday and Tuesday corresponding to 21 and 22/10/2019. Pre-tests were also conducted for learning motor building and achievement in a number of individual games, namely fast running (20 m) and long jump and running

D

(30 m) hurdles on Wednesday and Thursday corresponding to 23 and 24/10/2019. The students performed each attempt and attempts were captured with a video camera as well as recording the achieved distance or score for each attempt and for each student. Learning motor building was evaluated by means of scientific and technical observation using the video CD presentation to evaluators. After the pre-test, the educational programs on the three experimental groups and the control group commenced on Monday, 28/10 2019, and completed on Sunday, 29/12/2019.

The post -tests for learning the motor building and achievement of a number of team games (football) were implemented on Monday and Tuesday corresponding to 30 and 31/12/2019 and the post- tests to the learning motor building and achievement of a number of individual games (athletics) were implemented on Sunday and Tuesday corresponding to 5 and 7/1/2020. Learning motor building was assessed using scientific observation as in the pre-tests.

The researcher used the following statistical styles: (the arithmetic mean, standard deviation, simple correlation coefficient, multiple correlation coefficient, T- test for two uncorrelated arithmetic means, T-test for two correlated arithmetic means, one-way analysis of variance ANOVA and the lowest significant difference (LSD) value, and by using the statistical package (SPSS) to process the data.

Based on the results, the researcher reached number conclusions, the most important of which are:

- 1) The educational programs of (distributed, massed and random) practice scheduling styles and the control group program (the school style) positively impacted the learning of motor building and achievement of number of football skills and athletics games among first-grade intermediate students.

E

2) The three experimental groups that used the (distributed, massed and random) practice scheduling styles outperformed the control group that used (the style used in the school) in learning motor building and achievement of first-grade students in number of football skills and athletics games.

3) The first experimental group that used the distributed scheduling practice style and the third experimental group that used the random scheduling practice style, outperformed the second experimental group that used the of the massed scheduling practice style in learning motor building and achievement of students of the first intermediate grade in a number of skills in football and athletics activities.

4) When a comparing the (dual, triple and compound) types of learning motor building between number of football skills and athletics games for each practice scheduling style and the style used in the school, the following is revealed:

- Triple learning motor building for team games exceeded over triple learning motor building for individual games in the distributed practice scheduling style.
- Compound learning motor building of individual games excelled over compound learning motor building of individual games in the random practice scheduling style.

5) When a comparing the (dual, triple and compound) types of learning motor building for number of football skills and athletics games and for each practice scheduling style and the style used in the school, the following was evident:

- The dual motor building learning exceeded over the triple learning motor building , and the compound motor building learning exceeded over the triple learning motor building of a number of

F

individual games (athletics) in the of the distributed scheduling practice style.

- The dual learning motor building exceeded over the triple learning motor building, and the compound learning motor building exceled over both the dual and the triple learning motor building of a number of team games (football) in the style of the random practice scheduling.