



جامعة الموصل

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

أثر تسلسل بدء
جدولة التمرين الثابت والمتغير في التعلم والاحتفاظ
ببعض المهارات الأساسية بكرة اليد

عدنان احمد عيسى ابراهيم

رسالة ماجستير

التربية البدنية وعلوم الرياضة

بإشراف

الأستاذ الدكتور

نوفل فاضل رشيد

ملخص الرسالة

أثر تسلسل بدء جدولة التمرين الثابت والمتغير في التعلم والاحتفاظ ببعض المهارات الأساسية بكرة اليد

الباحث

عدنان احمد عيسى

١٤٤٤ هـ

المشرف

أ. د نوفل فاضل رشيد

٢٠٢٢ م

هدف البحث إلى الكشف عن :

١. اثر تسلسل بدء جدولة التمرين (الثابت المتغير) و (المتغير والثابت) في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد..
 ٢. الفروق بين المجموعتين التجريبيتين في تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد في الاختبار البعدي.
 ٣. الفروق بين المجموعتين التجريبيتين في الاحتفاظ ببعض المهارات الأساسية في كرة اليد.
- وافترض الباحث ما يأتي:

١. توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي، و البعدي لدى مجموعتي البحث التجريبيتين
٢. لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث التجريبيتين في تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد في الاختبار البعدي .
٣. لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث التجريبيتين في الاحتفاظ ببعض المهارات الأساسية بكرة اليد.

تكون مجتمع البحث من طلاب الصف الاول المتوسط في متوسطة النضال للبنين للعام الدراسي (٢٠٢١-٢٠٢٢)، والبالغ عددهم (١٧٥) طالباً يمثلون خمس شعب، والذين تم اختيارهم بصورة عمدية ،اما عينة البحث فتكونت من طلاب الشعبتين (أ ، ب) والذين تم اختيارهم بصورة عمدية بسبب توافق دروسهم من حيث وقت المحاضرة، والبالغ عددهم (٧٥) طالباً، وقد تم استبعاد عدد من الطلاب البالغ عددهم (٣١) طالباً، وهم الطلاب الراسبين والغائبين عن اداء الاختبارات القبلية طلاب عينة الثبات والتجارب الاستطلاعية، وبذلك بلغ عدد العينة النهائية (٤٤) طالباً بنسبة مئوية (٢٥.١٤٢%) من مجتمع البحث تم تقسيم العينة الى مجموعتين بواقع (٢٢) طالباً لكل مجموعة، وقد تم توزيع اساليب جدولة التمرين إلى مجموعتين بأسلوب القرعة.

وتم التحقق من تكافؤ المجموعتين بمتغيرات العمر، والطول، والكتلة، وبعض عناصر اللياقة البدنية والحركية، وبعض القدرات العقلية والمهارات الأساسية المختارة بكرة اليد الاختبار القبلي.

واستخدم الباحث تصميم المجموعات المتكافئة العشوائية الاختيار ذات الملاحظة القبلية والبعدية . أما وسائل جمع البيانات فكانت المقابلات الشخصية، والاستبيان، والاختبارات، والملاحظة العلمية غير المباشرة، وتم تنفيذ البرنامجين التعليميين ابتداءً من ٢٠٢٢/٣/١٥ ولغاية يوم ٢٠٢٢/٤/٢١. وبمعدل وحدتين تعليميتين في الأسبوع لكل مجموعة. عولجت البيانات احصائياً باستخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون)، واختبار (T) للعينات المرتبطة المتساوية العدد، واختبار (T) للعينات غير المرتبطة المتساوية العدد، والنسبة المئوية، ومعامل الصدق الذاتي، ومقدار التطور، والنسبة المئوية للتطور، ونسبة الاحتفاظ، ومقدار الفقدان.

واستنتج الباحث ما يأتي:

١. كان لاستخدام البرنامج التعليمي المعد من قبل الباحث (جدولة التمرين الثابت المتغير)، و(جدولة التمرين المتغير الثابت) تأثيراً إيجابياً في تعلم بعض المهارات الاساسية المختارة بكرة اليد.

٢. تفوقت المجموعة التجريبية الاولى التي استخدمت اسلوب (جدولة التمرين الثابت المتغير) على المجموعة التجريبية الثانية التي استخدمت اسلوب (جدولة التمرين المتغير الثابت) في تعلم المهارات الاساسية المختارة بكرة اليد.

٣. تفوقت المجموعة التجريبية الاولى على المجموعة التجريبية الثانية في اختبار الاحتفاظ بالمهارات الاساسية المختارة بكرة اليد.

وأوصى الباحث بما يأتي:

١- التأكيد على استخدام اسلوب (جدولة التمرين الثابت المتغير) في تعلم مهارات (الطبطة، والمناولة من فوق مستوى الكتف، والتصويب من فوق الرأس) في كرة اليد.

٢- ضرورة اجراء دمج أو تداخل في اساليب جدولة التمرين لما لها اهمية في تحقيق أكبر قدر من التعلم.

٣- اجراء بحوث ودراسات مشابهة على مهارات اخرى بكرة اليد.

٤- اجراء بحوث ودراسات مشابهة على العاب وفعاليات اخرى.

University of Mosul
College of Physical
Education and Sport Sciences



**The initiation sequence of integrating Constant and varied
Scheduling exercise in learning and retention some basic
handball skills**

Adnan Ahmed Issa Ibrahim

Thesis

Physical Education and Sport Sciences

Supervised by

Prof. Dr. Nawfel Fathel Rashid

1444 AH _____ 2022 AD

Abstract

The initiation sequence of integrating constant and varied scheduling exercise on learning and retention Some basic handball skills

Researcher
Adnan Ahmed Issa
1444 AH

Supervising
Prof. Dr. Nawfel Fathal Rashid
2022 AD

The aim of the search is to:

1. Detecting the initiation sequence (constant variable scheduling exercise in learning) and (variable a constant scheduling exercise) some basic skills in handball.
2. Detecting the differences between the two experimental groups in learning some basic skills in handball in the post test.
3. Detecting the differences between the two experimental groups in retention some basic skills in handball.

The researcher assumed the following:

1. There are significant differences between the pre and post tests for the two research groups
2. There are no significant differences between the two research groups in learning some basic skills in handball in the post test.
3. There are no significant differences between the two experimental research groups in retaining some basic handball skills.

The research community consisted of first-grade students in the middle class in the struggle medium for boys for the academic year

(2021–2022), which numbered (175) students representing five people who were chosen deliberately. Intentionally due to the compatibility of their lessons in terms of lecture time, which numbered (75) students. A number of (31) students were excluded, who are the students who failed and were absent from performing the tribal tests, students of the stability sample and exploratory experiments, and thus the number of the final sample was (44) students with a percentage (25.142%) of the research community, the sample was divided into two groups with (22) students for each group.

The equivalence of the groups was verified with the variables of age, height, mass, some elements of physical and motor fitness, some mental abilities and the art of skill performance for the selected skills of the motor gain in the pre-test. As for the means of data collection, they were personal interviews, questionnaire, tests and measurements, and indirect scientific observation. The two educational programs were implemented on 3/08/2022 until 04/17/2022. At the rate of two teaching units per week for each group. The data were statistically treated using the simple correlation coefficient (Pearson), the (T) test for the correlated samples of equal number, and the (T) test for the uncorrelated samples of equal number, the percentage, self-validity coefficient, the amount of development, the percentage of development, the percentage of retention, and the amount of loss.

The researcher concluded the following:

1. The use of the educational program prepared by the researcher (a constant variable scheduling exercise), (a variable constant scheduling exercise)

had a positive initiation sequence on learning some of the selected basic skills in handball.

2. The first experimental group Exceeded the second experimental group in learning the selected basic skills of handball.

3. The first experimental group Exceeded the second experimental group in the test of retention some basic handball skills.

The researcher recommended the following:

1– Emphasis on the use of the (constant – variable) exercise scheduling method in learning the skills of (Dribbling, handling from above the shoulder level, shooting from above the head) in handball.

2– The necessity of Integraing or overlapping the methods of scheduling the exercise because of its importance in achieving the greatest amount of learning.

3– Conducting similar research and studies on other handball skills.

4– Conducting similar research and studies on games and other activities