



مجلة علمية نصف سنوية محكمة متخصصة في العلوم الإنسانية
تصدرها جامعة صبراتة بشكل إلكتروني

تأثير برنامج مقترح للطلاقة الحركية على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة
السلة لمرحلة التعليم الأساسي

The Effect of a Proposed Program for Motor Fluency on Learning some
Basketball Basic Skills in Basic Education Stage

د.ميسرة الكيلاني العجيلي عاشور

كلية التربية البدنية والتأهيل الحركي الجميل
جامعة صبراتة

رقم الأيداع القانوني بدار الكتب الوطنية:
2017-139

التقييم الدولي:

ISSN (print) 2522 - 6460

ISSN (Online) 2707 - 6555

الموقع الإلكتروني للمجلة:

<https://jhs.sabu.edu.ly>

تأثير برنامج مقترح للطلاقة الحركية على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة السلة لمرحلة التعليم الأساسي

The Effect of a Proposed Program for Motor Fluency on Learning some Basketball Basic Skills in Basic Education Stage

د. ميسرة الكيلاني العجيلي عاشور

كلية التربية البدنية والتأهيل الحركي - الجميل
جامعة صبراتة

ملخص:

يهدف هذا البحث إلى تصميم برنامج للطلاقة الحركية للتلاميذ الصف السابع من مرحلة التعليم الأساسي، للتعرف على مدى تأثير البرنامج على تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة السلة لديهم (التمريرة الصدرية من الثبات، المحاورة، التصويبة، الرمية الحرة من الثبات) على مستوى الأداء المهاري في بعض مهارات كرة السلة الهجومية. استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لموضوع وطبيعة البحث، باستخدام التصميم التجريبي الذي يعتمد على القياس القبلي والبعدي لمجموعتي البحث (مجموعة ضابطة؛ ومجموعة تجريبية). شملت عينة البحث الأساسية جميع تلاميذ الصف السابع من مرحلة التعليم الأساسي، بعد استبعاد التلاميذ الأكبر سناً، والمصابين بإصابات تمنعهم من الاشتراك في إجراء البحث، والمقيدين بالفرق الرياضية، وكثيري التغيب، حيث بلغ عدد عينة البحث الأساسية (47) تلميذاً، وقد قام الباحث باختيار عينة عشوائية قوامها (16) تلميذاً يمثلون نسبة 20% من مجتمع البحث وتم تقسيم عينة البحث إلى مجموعتين، إحداهما تجريبية قوامها (22) تلميذاً والأخرى ضابطة قوامها (25)، وتم إيجاد التجانس لعينة البحث الكلية وكذلك التكافؤ بين مجموعتي البحث في متغيرات (العمر الزمني، الوزن)، ويعتبر التكافؤ هو القياس القبلي، وكانت أهم النتائج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في المطلق بين القياس القبلي والبعدي لكل منهما في تعلم المهارات الأساسية لكرة السلة لصالح المجموعة التجريبية.

الكلمات المفتاحية: كرة السلة - الطلاقة الحركية - المهارات الأساسية - تلاميذ التعليم الأساسي

The Effect of a Proposed Program for Motor Fluency on Learning some Basketball Basic Skills in Basic Education Stage

Abstract:

This research aims to design a program for motor fluency for the seventh grade students of the basic education stage. It focuses on identifying the impact of the program on learning some basic basketball skills including chest pass from stability, dribbling, shooting and free throw from stability on the level of skill performance in some offensive basketball skills. The researcher used the experimental method for its relevance to the subject and nature of the research. This involves depending on the pre and post measurement of the two research groups (a control group and an experimental group). The sample included all seventh grade students of the basic education stage except the older students, those with injuries, those who enrolled in sports teams, and those who were frequently absent. The sample reached (47) students, from whom the researcher chose a random sample of (16) which represents 20% of the research community. The experimental group consisted of (22) students whereas the control group consisted of (25) students. Homogeneity was found for the total research sample as well as parity between the two research groups in the variables (age). The most important results were that

there were statistically significant differences between the two groups in terms of the tribal and remote measurements for each of them in learning basic basketball skills in favor for the experimental group.

Keywords: basketball - motor fluency - basic skills - basic education students

المقدمة ومشكلة البحث:

يعد التعلم الهادف هو الركن الأساسي في التطور الحضاري للإنسان، وما هو إلا تغيير ثابت نسبياً في سلوك الفرد، كما أنه العملية التي تبنى على التراكم المعلوماتي الصحيح والذي يصبح الموجه للسلوك، فالتعلم إذن هو عملية تراكمية للخبرات والتي تكون الأساس لمستقبل التعلم وأن استخدام طرق التعلم الحديثة في العملية التعليمية هي عملية فعالة في الوصول إلى تعلم أفضل مع اقتصاد في الوقت والجهد والمال وخاصة عند استخدام طريقة التعلم المناسب للمهارة المراد تعلمه. (مجدي 2009: ص 13)

حيث يعد التعليم الأساسي أول مرحلة نظامية لتعليم التلاميذ وهو يمثل مكانة هامة في السلم التعليمي إذ أنه يمثل المستوي للقاعدة العريضة الشعب، لذا فإن الاهتمام بتلاميذ هذه المرحلة امر هام وضروري لبناء الفرد سليماً، وان هذه المرحلة هي انطباق فترة لتعليم المهارات الحركية المختلفة وفيها يكون التلاميذ ممثلين بالنشاط والحيوية والمثابرة والعطاء والطاقة، ومن ثم يجب إتاحة الفرص أمامهم لممارسة الرياضة بما يتناسب مع استعداداتهم وقدرتهم ويجب أن يتضمن برنامج التربية البدنية عناصر اللياقة البدنية وجميع النواحي الحركية والصحية والاجتماعية التي تكفل التنمية الشاملة لتلاميذ هذه المرحلة. (أمين 1998: ص 37)

ويعتبر درس التربية البدنية الركن الركين في تكوين النشء حيث يعمل على تنمية جوانب الشخصية وتعلم المهارات الحركية الرياضية والعادات الصحية والاجتماعية هذا بجانب اكتساب المعارف والمعلومات وهو الوحدة الأساسية في منهاج التربية البدنية المدرسية الذي يعمل على تحقيق أهداف المنهج. (رافدة 2010: ص 21) ويسهم درس التربية البدنية في اكتساب التلاميذ حب العمل الجماعي والتعاون والارتقاء بمستوي العمل الجماعي باستخدام محتوى الدرس واكتساب العديد من السمات النفسية والاجتماعية التي تساعد في تكوين شخصياتهم كالنظام والطاعة والشجاعة والاعتماد على النفس والاستقلال عند ممارسة ألوان النشاط وعند تنفيذ الخطط وتعلم المهارات. (Bucher 1998: ص 134).

وتهتم الطلاقة الحركية بنمو التلميذ وتطويره لكي يستطيع التكيف الأمثل مع نفسه بيئته ومجتمعه، وتمثل مفاهيم اللياقة البدنية الحركية مكان بارزا في أهداف التربية الحركية ويعد هذا من أهم ما يحتاجه تلميذ مرحلة التعليم الأساسي ويمكن ان يكتسبه باشتراكه في الأنشطة الرياضية المختلفة ويرتبط النجاح في أداء النشاط الحركي بالرضاء والمتعة وهما من الحوافز الدافعة للاهتمام بالنشاط الحركي، وقد أوضح بيوتشرز، waihe1992، أن التربية الحركية طريقة يفترض فيها إثارة دوافع التلاميذ وطاقتهم نحو الإبداع والابتكار كما تتيح للتلميذ أن يتحرك بسهولة ويسر وثقة، فالتربية الحركية هي نظام مبني بشكل أساسي على الإمكانيات النفس حركية الطبيعية المتاحة للتلميذ. (Bucher 1998: ص 125).

ويؤكد ذلك كل من روبينو Rupnow1986(29) وكذلك ما توصلت إليه كل من سامية فرغلي وزينب حسن 2009 سامية محمد غانم، جلييلة مصطفى السويركي (11) ، رافدة الحريري2010 (8) ذكية إبراهيم وآخرون (2002) (7) على أن مرحلة التعليم الأساسي تعتبر أفضل المراحل للتعليم الحركي كما أنها أفضل مرحلة للتخصص الرياضي في معظم أنواع الأنشطة الرياضية حيث إن متعلمي مرحلة التعليم الأساسي يتميزون بالنشاط الدائم وسرعة الحركة، فهم يمتلكون طاقة غير محدودة، كما أنهم يميلوا إلى المخاطرة بممارسة مهارات صعبة ومركبة كما أنهم يهتموا برأي المعلم والزملاء وكذلك الإثابة والتشجيع.

كما يزداد التطور الحركي في هذه المرحلة بصورة ملحوظة إذ تجد أن المتعلمين يتمكنون بدرجة كبيرة من التوجيه الهادف لحركاتهم ومن القدرة على التحكم فيها إذ تصبح حركاتهم على قدر كبير من الرشاقة في غضون ممارستهم الألعاب والأنشطة الرياضية المختلفة. (محمد محمود1998: ص261)

وتعتبر كرة السلة واحدة من أهم الأنشطة الرياضية الجماعية والمقررة على المرحلة الابتدائية بدء من الصف السابع والتي تطورت تطوراً ملحوظاً في الفترة الأخيرة فأصبح لكل موقف في المباراة أهمية لإنجاز مهارة معينة نظراً لتعدد أنواع المهارات لذلك فإن تعليم هذه المهارات بشكل متقن ومدروس من أجل النهوض بالأداء المثالي لتلك المهارات يخدم تطور اللعبة ويساعد على الارتقاء بمستواها. (محمد إسماعيل 1995: ص18).

كما تتميز مهارات كرة السلة بتنوعها وتعدد استخداماتها في المباراة لذا يجب على المعلم زيادة فاعلية التعلم حتى يمكن للمتعلم التعرف على اغلب المثيرات التي من الممكن أن تواجهه، وكيف يمكنه إخراج هذه المهارات إلى حيز التطبيق.

وحيث ان أنشطة درس التربية البدنية قد يتسم بالجمود مما يجعل التلميذ قد يشعر بالملل، وبالتالي محاولة التهرب من ممارسة الدرس، لذا كان إدخال برنامج مقترح للطلاقة الحركية على شكل العاب توافقية لها طابع التحدي الفردي على أنشطة الدرس، قد تبعث السرور والسعادة والتشويق والشجاعة والثقة بالنفس وإعطاء التلاميذ الدافعية لممارستها، وقد أكد أمين الخولي وأسامة راتب 1998 على فائدة التعلم باستخدام الطلاقة الحركية حيث أنها تساعد على التوافق الجيد للحركة الدقيقة باليدين والأصابع عند اللعب بالكرة، القدرة على إدارة أجسامهم في المواقف الحركية بكفاءة من التوافق، مرونة اتران بطريقة فعالة ومؤثرة وهي مجالاً طيباً لاكتساب المهارات الاجتماعية المرغوبة كالتسامح، الطاعة، النظام، وهي التمهيدي الطبيعي المنطقي لتعلم المهارات الخاصة بالنشاط الرياضي.(أمين وأسامة1998: ص213:211).

ومن هذا المنطق جاء الاهتمام بهذا البحث ومحاولة وضع برنامج مقترح للطلاقة الحركية ومعرفة تأثيره على تعلم بعض مهارات كرة السلة لتلاميذ الصف السابع .

- مصطلحات البحث:

الطلاقة الحركية: تطلق على التوافق الجيد للحركات الدقيقة باليدين مثل حركات اليدين والأصابع عند اللعب بالكرة ومفهوم الطلاقة الحركية بمعناها الشامل يؤكد على الكفاءة في إدراك حركات الجسم كلها . (أمين أنور 2009: ص 211).

- أهداف البحث:

يهدف هذا البحث إلى تصميم برنامج للطلاقة الحركية لتلاميذ (الصف السابع).

تصميم برنامج للطاقة الحركية للمرحلة التعليم لصف السابع لتعرف على: تأثير البرنامج على تعلم بعض المهارات الأساسي لكرة السلة (التمريرة الصدرية من الثبات، المحاورة، التصويبة الصدرية من الثبات)

- فروض البحث:

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة ضابطة ولصالح القياس البعيد في تعلم بعض مهارات الأساسي لكرة السلة (التمريرة الصدرية من الثبات، المحاورة، التصويبة الصدرية من الثبات) قيد البحث .
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة لقياس القبلي والبعدي لكل منهما في تعلم المهارات كرة السلة لصاح المجموعة التجريبية .

- إجراءات البحث

استخدم الباحث المنهج التجريبي وذلك باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين، مجموعة تجريبية والأخرى ضابطة باتباع القياس القبلي والبعدي للمجموعتين.

- مجتمع وعينة البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لموضوع وطبيعة البحث باستخدام التصميم التجريبي مجموعتين احدهما ضابطة استخدمت الطريقة الشرح والنموذج (الطريقة التقليدية) والأخرى تجريبية، على تلاميذ المدرسة الحديثة للتعليم الحر، العام الدراسي 2019 / 2020 والبالغ قوامها (47) تلميذا وقد قام الباحث باختيار عينة عشوائية قوامه (16) تلميذا يمثلون نسبة 20% من المجتمع البحث وتم تقسيم عينة البحث إلى مجموعتين إحداها تجريبية قوامها (22) تلميذا والأخرى ضابطة قوامها (25) وتم إيجاد

التجانس لعينة البحث الكلية وكذا التكافؤ بين مجموعتي البحث في متغيرات (العمر الزمني، الوزن) ويعتبر التكافؤ هو القياس القبلي وتم في يومي 13، 14 /10/ 2019 والجدول (1) (2) يوضحان ذلك.

جدول (1)

تحليل التباين (ANOVA) بين عينة مجموعتين البحث في المتغيرات الأولية الأساسية قبل التجربة

المتغيرات	مصدر التباين	درجات الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى المعنوية	الدلالة
السن سنة	بين المجموعات	2	0.042	0.021	0.17	0.85	غير دال
	داخل المجموعات	33	4.146	0.126			
	المجموع	35	4.188				
الطول سم	بين المجموعات	2	0.004	0.002	0.35	0.71	غير دال
	داخل المجموعات	33	0.176	0.005			
	المجموع	35	0.180				
الوزن كجم	بين المجموعات	2	8.167	4.083	0.14	0.87	غير دال
	داخل المجموعات	33	954.583	28.927			
	المجموع	35	962.750				

* ف الجدولية عند مستوى 0,05 = 3.29

يتضح من جدول (1) والخاص بتحليل التباين (ANOVA) بين (مجموعات البحث) (التجريبية والضابطة) في المتغيرات الأولية الأساسية قبل التجربة، عدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) في متغيرات السن والطول والوزن، حيث بلغت قيمة ف ما بين (0,71 إلى 0,87) وهذه القيم اقل من قيمة ف الجدولية عند مستوى (0,05). مما يؤكد أن المجموعتين التجريبية والضابطة متكافئة في متغيرات السن والطول والوزن، قبل التجربة.

جدول (3)

تحليل التباين (ANOVA) بين عينة البحث (لمجموعات البحث) في القدرات الحركية قبل التجربة

المتغيرات	مصدر التباين	درجات الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى المعنوية	الدلالة
القوة العضلية للذراعين	بين المجموعات	2	0.0003	0.0001	0.02	0.98	غير دال
	داخل المجموعات	33	0.233	0.007			
	المجموع	35	0.234				
القوة العضلية للرجلين	بين	2	0.027	0.013	0.37	0.69	غير دال

						المجموعات	
			0.036	1.191	33	داخل المجموعات	
				1.218	35	المجموع	
غير دال	0.97	0.03	0.004	0.008	2	بين المجموعات	الرشاقة
			0.119	3.926	33	داخل المجموعات	
				3.934	35	المجموع	
غير دال	0.68	0.40	8.333	16.667	2	بين المجموعات	الدقة
			21.040	694.333	33	داخل المجموعات	
				711.000	35	المجموع	
غير دال	0.58	0.55	1.083	2.167	2	بين المجموعات	السرعة
			1.957	64.583	33	داخل المجموعات	
				66.750	35	المجموع	
غير دال	0.41	0.91	1.333	2.667	2	بين المجموعات	التوافق العضلي العصبي
			1.465	48.333	33	داخل المجموعات	
				51.000	35	المجموع	
غير دال	0.79	0.24	0.250	0.500	2	بين المجموعات	التمريرة الصدرية من الثبات
			1.045	34.500	33	داخل المجموعات	
				35.000	35	المجموع	
غير دال	0.60	0.52	0.303	0.607	2	بين المجموعات	المحاورة بين الحواجز (الزمن ث)
			0.586	19.328	33	داخل المجموعات	
غير دال				19.934	35	المجموع	
	0.57	0.94	0.303	0.605	2	بين المجموعات	التصويبة الصدرية من الثبات من خط الرمية الحرة
			0.456	17.352	33	داخل المجموعات	
				66.930	35	المجموع	

* ف الجدولية عند مستوى 0,05 = 3.29

يتضح من جدول (2) الخاص بتحليل التباين (ANOVA) بين (مجموعتي البحث) في القدرات والاختبارات القدرة الحركية قبل التجربة. عدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين، حيث تراوحت قيمة ف ما بين (0,02 الى 0,91) وهذه القيم اقل من قيمة ف الجدولية عند مستوى (0,05) . مما يؤكد أن المجموعتين التجريبية والضابطة متكافئة في القدرات الحركية قبل التجربة.

- أدوات البحث

تم تحديد الصفات البدنية والمهارية والاختبارات التي تقيسهم عن طريق المراجع العلمية وهي كالتالي:

- الأدوات والأجهزة :

- جهاز الرستامير لقياس الطول لأقرب سم، الوزن بالكيلو جرام.
- جهاز الديناموميتر ذو السلسلة المعدنية لقياس قوة عضلات الذراعين والراجلين (20: 29 : 31:

- الاختبارات:

- اختبار الوثب العمودي من الثبات لقياس القدرة العضلية (21 : 387 : 388)
- اختبار الجري الزجراجي بين الحواجز لقياس الرشاقة (22: 73)
- اختبار التصويب على الدوائر مرسومة على الحائط لقياس الدقة (21 : 385)
- اختبار العدو لمسافة 30متر لقياس السرعة من البدء المنطلق (16 : 93)
- اختبار الدوائر المرقمة لقياس التوافق العضلي العصبي (21 : 329)

- برنامج الطلاقة الحركية المقترح (المتغير التجريبي).

تم بناء برنامج الطلاقة الحركية المقترح بعد الاطلاع علىالمراجع العلمية والأجنبية ومسح للبحوث السابقة والمرتبطة (1) (2) (13) (5) (10) (14)

ثم تم عرض البرنامج المقترح على مجموعة الخبراء جدول رقم (3) لاستطلاع آرائهم في الأسس الخاصة بالبرنامج (صدق البرنامج فيما وضع من أجله،مدي مناسبته لهذه العينة، مدة البرنامج الكلية،عدة مرات الممارسة أسبوعيا، زمن الوحدة) وفي ضوء نتائج الاستطلاع صمم البرنامج بحيث تكون مدته (6) ستة أسابيع واحتوي البرنامج على (17) حصة تعليمية بحيث تدرس مهارة حركية كل أسبوع حصتين أسبوعيا، وزمن الحصة (45 د).

- هدف البرنامج:

- تأثير البرنامج المقترح على تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة السلة.
- الأسس التي تم مراعاتها في البرنامج:.
- التأكد من فهم النقاط المهمة لأداء التلاميذ.
- مراعاة تجانس القوة والطول والوزن في التمرينات الزوجية.
- مراعاة مبدأ الفروق الفردية ومن ثم تفاوت مستويات الأداء.
- تحديد مسارات التلميذ بخطوط أو علامات في التمرينات الوصول لمسافات معنية.
- تناسب التمرينات والأدوات حسب الإمكانيات المتوفرة.
- مراعاة التغيير والتنوع في البرنامج لتشويق التلاميذ تجاه الممارسة ومنعاً لتسرب الملل اليهم
- توزيع فترات الراحة والنشاط داخل البرنامج.
- إتاحة فرص الاشتراك والممارسة لكل التلاميذ في وقت واحد.
- **محتوي البرنامج التعليمي المقترح:.**
- أشتمل البرنامج على أنشطة الطلاقة الحركية .
- حركات براعة الاتزان.
- حركات التشقلب والاتزان المقلوب.
- البراعة مع الزميل.
- حركات البراعة الفردية.
- حركات بمساعدة الزميل.
- الخبير ان يكون أكثر من عشرة سنوات في التخصص.
- وقد اعتمد أسلوب برنامج تدريس برنامج الطلاقة الحركية المقترح على التالي:.
- الاهتمام بأعضاء التلاميذ فرص الاستكشاف والتجريب.
- الاهتمام بالتعلم الفردي بمعنى أن ينمو التلاميذ بطريقة فردية وفقاً لمعدلاتهم الخاصة وفي ضوء الفروق الفردية وتباين الميول والاستعدادات.

- مراعاة الأسس الرياضية والفسولوجية للبرنامج وهو جزء الإحماء، جزء الإعداد البدني، الجزء الرئيسي، جزء التهدئة.

- الاهتمام بإعطاء التلاميذ بعض المشاكل الحركية بحيث تشكل تحدي ملائم لقدراتهم وبالتالي التركيز على حل المشكلة عن طريق الاستكشاف والابتكار. (6: 31: 44).

- التقسيم الزمني للبرنامج:

- جزء الإحماء 7 ق

- جزء الإعداد البدني 5 ق

- الجزء الرئيسي 30ق

- جزي التهدئة والختام 3 ق

- الإمكانيات اللازمة لتنفيذ البرنامج:

- ملعب كرة سلة، كرات سلة، شريط قياس، ساعة إيقاف، ميزان طبي معايير، جهاز الرستاميتير، أعلام، أقماع، حواجز.

- الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية على عينة مماثلة لعينة البحث ومن خارج العينة الأصلية وقومها (14) تلميذا وذلك للتأكد من صلاحية ومناسبة الأدوات وأجهزة القياس والتعرف على المشاكل التي قد تواجه التنفيذ البحث مع تحديد إمكانية تنفيذ البرنامج دون وجود عائق، وقد كشفت التجربة الاستطلاعية عن عدم وجود أي صعوبات لتنفيذ البحث، ولتقدير معامل الثبات للاختبارات المستخدمة قام الباحث بتطبيقها مرة ثانية يومي / 12:11/10/2019 على نفس العينة وتحت نفس الشروط وذلك بعد مرور أسبوع واحد من التطبيق الأول وقد تم حساب معامل الارتباط بين نتائج التطبيقين الأول والثاني حيث يعبر هذا الارتباط عن معامل الثبات والجدول رقم (3) يوضح معاملات الثبات للاختبارات المستخدمة قيد البحث.

جدول (3)

معاملات الثبات للاختبارات المستخدمة قيد البحث بعد تطبيقها استطلاعيا

ن : 14		
معامل ارتباط	المتغيرات	
0.66	اختبار القوة العضلية للذراعين	1

0.78	اختبار القوة العضلية للرجلين	2
0.73	اختبار الجري الزجاجة بين الحواجز	3
0.78	اختبار التصويب عندوائر مرسومة على الحائط	4
0.75	اختبار العدو 30م من البدء المنطلق	5
0.81	اختبار الدوائر المرقمة	6
0.74	اختبار سرعة ودقة التمرير الصدرية من الثبات	7
0.80	اختبار المحاورة بين الحواجز	8
0.71	اختبار التصويبة الصدرية من الثبات من خط الرمية الحرة	9

يتضح من جدول (3) أن معاملات الثبات للاختبارات التي تقيس متغيرات البحث قد تراوحت ما بين (0.66:0.81) مما يدل على أن الاختبارات المختارة ذات معاملات ثبات عالية .

- التجربة الأساسية .:

بدأت التجربة البحث الأساسية 4 / 12 / 2019 إلى 9 / 1 / 2020 وقام الباحث بتدريس كل من البرنامج المقترح للمجموعة التجريبية والبرنامج المتبع بالمدرسة للمجموعة الضابطة وذلك بمساعدة المدرسين التربية البدنية وقد تم القياس البعدي لمجموعتي البحث يوم 10:11/1/2020 .

- المعالجات الإحصائية:

استخدم الباحث المعالجات الإحصائية التالية:

- مقاييس النزعة المركزية (المتوسط الحسابي، الوسيط، الانحراف المعياري، معامل الالتواء) .
- معامل ارتباط بيرسون.
- النسبة المئوية للتحسن والفروق.
- اختبار اقل فرق معنوي LCD.

- عرض ومناقشة النتائج .:

عرض النتائج: سوف يعرض الباحث نتائجه على النحو الآتي:

جدول رقم (4)

اختبار معنوية الفروق لمتوسطات الفروق بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات قيد البحث

المتغيرات	وحدة القياس	م.ف	ع.ف	قيمة ت
اختبار سرعة ودقة التمرير الصدرية من الثبات	ث	6.31	0.28	4.80
اختبار المحاورة بين الحواجز	ث	5.22	0.23	3.47
اختبار التصويبة الصدرية من الثبات من خط الرمية الحرة	درجة	7.65	0.27	6.11

ت الجدولية عند مستوي معنوي 0.5. 3.028

يتضح من عرض نتائج جدول رقم (4) وجود فروق دالة بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في جميع المتغيرات قيد البحث.

جدول رقم (5)

اختبار معنوية الفروق لمتوسطات الفروق بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات قيد البحث

المتغيرات	وحدة القياس	م.ف	ع.ف	قيمة ت
1 التمرير الصدرية من الثبات	ث	4.31	0.60	0.19
2 المحاورة بين الحواجز	ث	3.18	0.81	0.65
3 التصويبة الصدرية من الثبات من خط الرمية الحرة	درجة	3.44	0.83	0.61

ت الجدولية عند مستوي معنوي 0.5. 3.028

يتضح من عرض نتائج جدول رقم (5) وجود فروق دالة بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة الضابطة في جميع المتغيرات قيد البحث.

جدول رقم (6)

الفروق بين القياسين القبلي و البعدي ونسب التحسن للمجموعتين التجريبية والضابطة

نسبة التحسن %	قيمة ت	المجموعة الضابطة				المجموعة التجريبية				الدلالات الإحصائية الاختبارات
		القياس البعدي		القياس القبلي		القياس البعدي		القياس القبلي		
		ع±	س	ع±	س	ع±	س	± ع	س	
74.28	16.61*	2.04	36.83	5.82	27.92	2.75	65.50	3.53	37.58	اختبار التمرير الصدرية من الثبات (ث)
24.71	11.14*	0.80	23.23	1.81	5.82	0.80	17.72	1.31	23.54	اختبار المحاورة بين الحواجز (ث)
195.24	*9.54	0.79	11.58	1.24	3.42	0.72	5.17	0.87	1.75	اختبار التصويبة الصدرية من الثبات من خط الرمية الحرة (درجة)

معنوي عند مستوى 0,01 = 2,20

يتضح من جدول (6) الخاص بالفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي في (الاختبارات المهارية) للمجموعة التجريبية وجود فروق بين القياسين عند مستوى 0,01 في جميع الاختبارات المهارية لصالح القياس البعدي حيث بلغت قيمة ت ما بين (54,9 إلى 61,16) وهذه القيم اكبر من قيمة ت

الجدولية عند مستوى 0,01 كما تراوحت نسبة التحسن لصالح القياس البعدي ما بين (71,24% إلى 24,195%)، بين القياس القبلي والقياس البعدي في (الاختبارات المهارية) للمجموعة الضابطة وجود فروق بين القياسين عند مستوى 0,01 في جميع الاختبارات لصالح القياس البعدي حيث تراوحت قيمة ت ما بين (5,29 إلى 13,52) وهذه القيم اكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى 0,01 كما تراوحت نسبة التحسن لصالح القياس البعدي ما بين (13,53% إلى 100%)

- مناقشة النتائج :-

يتضح من عرض نتائج جدول (4) والخاص بالفروق بين القياسات القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية والتي تم تطبيق برنامج الطلاقة الحركية عليها، أن الفروق كانت لصالح القياسات البعدي عن القبلي في تعليم بعض المهارات كرة السلة قيد البحث ويتضح من عرض نتائج جدول رقم (5) والخاص بالفروق بين القياسات القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة والتي تم تدريس لها البرنامج المتبع بالمدرسة، أن الفروق كانت لصالح القياس البعدي في اعلم بعض المهارات كرة السلة، كما يتضح من عرض نتائج جدول رقم (6) تفوق النسب المئوية تقدم القياسات البعدي عن القبلي في تعلم بعض المهارات الأساسية كرة السلة لصالح تلاميذ المجموعة التجريبية عن تلاميذ المجموعة الضابطة .

ويعزو الباحث إلى أن التحسن واضح بين نتائج التلاميذ في القياس البعدي عن القياس القبلي وهذا يرجع بلا شك إلى نتائج تأثير برنامج الطلاقة الحركية المقترحة قيد البحث الذي يعمل على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة السلة، أن العملية التعليمية في الجانب الأدائي أو المهاري، تساعد على فهم واستيعاب أجزاء المهارة الحركية بصورة أفضل، كما أنها تساعد على سرعه الفهم والاستيعاب، وبذلك يتمكن المتعلم من فهم أجزاء الحركة وصياغة وتوظيف الوقت في الأنشطة المتعلقة بالدرس.(الأمير محمد 2006: ص 32، 33)

ويشير Sminger R N (1998) إلى أن مراعاة الفروق الفردية عند تعلم المهارات الحركية، حيث يقدم لكل متعلم معلومات تتعلق بأخطاء أدائه الفردي، ونتيجة هذا الأداء الذي قد يختلف من متعلم لآخر وفق مستوي مرحلة التعلم، وحالة المتعلمين الفردية، حيث يقوم كل متعلم بتعديل أخطاء أدائه المتصور ونتيجته من خلال ما يقدم له من معلومات التي تحقق أفضل استخدام ممكن بالنسبة لكل من مستوي مرحلة التعلم وحالة المتعلمين الفردية. (Sminger 1998: ص 64)

ويؤكد سعد زغلول وآخرون (2001) على أن الوسائط التعليمية تساعد في عملية التعلم الحركي فمن خلالها يتم تقديم التغذية الراجعة التي تؤثر تأثيراً إيجابياً في بناء وتطوير التصور الحركي وتحسين مواصفات الأداء وسرعة التعلم كما تساعد على أداء المهارة المعروضة بصورة موحدة لجميع المتعلمين

وبالتالي تمكن من حسن تقييم مدى استيعابهم بدلا من ان تعرض بأكثر من نموذج بشري يتفاوت فيه طريقة الأداء..، ومن خلال حركات البراعة الفردية ومع الزميل وحركات بمساعدة الزميل، وألعاب توافقية لها طابع التحدي، وألعاب صغيرة بأدوات أو بدون أدوات وحركات التوافق بين العين واليد والقدم والجسم وكلها حركات تتميز بالدق، وبرنامج الطلاقة الحركية يهتم أساسا بالحركات الأساسية ولاشك أن التحسن في الحركات الأساسية ينتقل تأثيره إلى تعلم وتحسن المهارات الأساسية الحركية في كرة السلة (سعد زغول 2008:ص 22،23) (زينب على 2016:ص37)

والبرنامج المقترح أعطى اهتماما لتمرينات البراعة الحركية والمهارية وإدراك التوافق بين أكثر من جزء بالجسم الواعي المكاني، الوعي بالاتجاه نحو التوجيه الزمني المكاني، سرعة تغير اتجاه الجسم وانعكاس ذلك على التمريرة الصدرية من الثبات، حيث أن هذه المهارة تحتاج إلى توافق واتزان سواء كان ذلك في شكل براعة الاتزان والتحكم في رفع الجسم وخفضه وتوافق في الجري الجزاجي بين الحواجز في المحاورة، وتوافق بين العين واليد والقدم والكرة في التصويبة الصدرية من الثبات وحمل وزن الجسم واستخدام أجزاء الجسم المختلفة بطلاقة الحركية، وأيضا ينمي التوقيت والإيقاع وهما من احتياجات الأداء المهاري في كرة السلة،

وتتفق تلك النتائج مع نتائج دراسة كل من دراسة (: نادية حسن هاشم (1991) (25) وائل عبد الرحيم عبد الهادي (2008) (26)، نبيلة عادل رشوان (2014) (24) التي أكدت نتائجهم على أن هناك زيادة في نسب التحسن للمهارات الحركية (قيد البحث) ، والى أهمية البرنامج التدريبية البدنية في التأثير الايجابي على مكونات الأداء الحركي.

وهذا يحقق الفرض الأول: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة ضابطة ولصالح القياس البعيد في تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة السلة . قيد البحث

كما يتضح من عرض نتائج جدول رقم (6) الخاص بالفروق بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في تعلم مهارات الأساسية لكرة السلة أن التفوق كان لصالح المجموعة التجريبية ويعزو الباحث إلى أن التحسن واضح بين نتائج التلاميذ في القياس البعيد عن القياس القبلي وهذا يرجع بلا شك إلى النتائج تأثير برنامج الطلاقة الحركية المقترح قيد البحث وتفوقه على البرنامج المتبع بالمدرسة في تعلم بعض مهارات الأساسية لكرة السلة (التمريرة الصدرية من الثبات، المحاورة، التصويبة الصدرية من الثبات) حيث اعتمد البرنامج على أسلوب حل المشكلة الحركية، والاستكشاف الحركي، البراعة الفردية، وتنمية اتجاهات الثقة بالنفس وتحقيق الذات وتحقيق خبرة النجاح لكل تلميذ حيث يكون الأداء وفقا للفروق الفردية والقدرات الخاصة وينعكس ذلك على الشعور بالرضا والمتعة من الممارسة النشاط المهاري في كرة السلة وقد يرجع ذلك إلى أهمية اللعب في تلك المرحلة حيث أن من مميزات هذه المرحلة القدرة على

التعلم لأول وهلة مع سرعة الاستيعاب وتعلم وتنمية المهارات الحركية وهذا ما يتطلبه برنامج الطلاقة الحركية. (وسام صلاح 2013: ص68).

وهذا يحقق الفرض الثاني/ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في المطلقة بين القياس القبلي والبعدي لكل منهما في تعلم المهارات كرة السلة لصالح المجموعة التجريبية.

- الاستخلاصات:

في ضوء مشكلة البحث وأهميته وفي ضوء أهدافه وفروضه وفي حدود عينة البحث ومجتمع البحث المستخدم وفي إطار المعالجات الإحصائية وفي نطاق مناقشة ما توصل إليه الباحث من نتائج أمكن التوصل إلى الاستنتاجات التالية:

1. برنامج الطلاقة الحركية المقترح أسهم بطريقة إيجابية لتنمية المهارات الحركية في كرة السلة (قيد البحث).
2. برنامج الطلاقة الحركية ساهم بطريقة إيجابية أفضل من البرنامج التقليدي المستخدم لتنمية المهارات الحركية في كرة السلة قيد البحث.
3. أظهرت النتائج أن برنامج الطاقة الحركية قد حققا أعلى نسب تحسن في الاختبارات المهارية حسب الترتيب التالي اختبار التمرير الصدري من الثبات (ث) اختبار المحاورة بين الحواجز (ث) اختبار التصويبة الصدري من الثبات من خط الرمية الحرة (درجة).

-التوصيات:

في ضوء ما سبق واستنادا إلى الفروض البحث ونتائجه يوصي الباحث بما يلي:

1. 1. تطبيق برنامج الطلاقة الحركية الخاص بالمهارات الحركية لكرة السلة (قيد البحث) على تلك المرحلة السنوية لما لها من تأثير ايجابي على ترميتها.
2. 2. تفعيل دور الطاقة الحركية في المجالات الرياضية المختلفة وخاصة في دروس التربية الرياضية.
3. إجراء المزيد من الدراسات العلمية المقننة لبرنامج الطاقة الحركية ومعرفة تأثيرها في جميع المجالات الرياضية.

-المراجع العربية والأجنبية:

1. أسامة كامل راتب، النمو الحركي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990.

2. أسماء عبد الرحمن احمد حجازي، تأثير برنامج تربية الحركية مقترح على مستوى أداء بعض المهارات الهجومية في كرة السلة للصف الرابع الابتدائي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية، 2010.
3. الأمير عمر عبد العظيم محمد، تأثير برنامج تربية حركية على تعلم بعض المهارات بدرس التربية الرياضية لدي تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي، بمدينة المنيا، (رسالة ماجستير غير منشورة) كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا، 2006.
4. أمين أنور الخولي وآخرون، التربية الرياضية المدرسية دليل معلم الفصل وطالبة التربية العملية، دار الفكر العربي، القاهرة 1998 .
5. بشار عزيز ياسر، تقويم القدرات البدنية والمهارات الأساسية في الألعاب الجماعية لطالبات كلية التربية الرياضية، دار دجلة، الأردن، 2016 .
6. حسن السيد أبو عبده، تدريس التربية البدنية لأطفال المرحلة الأساسية، ط4، ملتي الفكر، الإسكندرية، 2004
7. ذكية إبراهيم، نوال شلتوت، أساسيات في التدريس التربية الرياضية، الجزء الأول، مكتبة دار الإشعاع للنشر والتوزيع، الإسكندرية، 2002.
8. رافدة عمر الحريري، طرق التدريس بين التقليد والتجديد، دار الفكر، الطبعة الأولى . 2010
9. زينب على عمر، طرق تدريس التربية الرياضية، دار الفكر العربي، غادة جلال عبد الحكيم القاهرة، 2008.
10. زينب على عمر، الأسس النظرية والتطبيقات العلمية في طرق تدريس التربية، الرياضية وتطبيقاتها، دار الفكر العربي، القاهرة، 2016.
11. سامية محمد غانم، تدريس التربية الرياضية الأصول القواعد والنظر نحو جلييلة مصطفى السويكي المستقبل، مركز المدينة للإعلام والنشر، دار الكتب والوثائق القومية، القاهرة، 2009 .
12. سعد زغلول، وآخرون، تكنولوجيا التعليم وأساليبها في التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، 2001.
13. —، سيكولوجية التعلم للمهارات الحركية الرياضية، دار الوفاء لنديا الطباعة والنشر. الإسكندرية، 2013.
14. طلحة حسين عصام الدين، التعليم والتحكم الحركي مبادئ - نظريات - تطبيقات، ط3، محمد فوزي عبد الشكور دار الفكر العربي، القاهرة، 2009.
15. محمد فوزي عبد الشكور، التعليم والتحكم الحركي مبادئ نظريات تطبيقات، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، 2009.
16. علي فهمي البيك وآخرون، سلسلة الاتجاهات الحديثة في التدريب الرياضي النظريات - تطبيقات، طرق قياس القدرات اللاهوائية والهوائية، الجزء الثاني، الناشر منشأة المعارف، الإسكندرية، 2015.
17. —، الهجوم في كرة السلة، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1995.
18. —، التربية الحركية للطفل، دار الفكر العربي، القاهرة 1998 .
19. مجدي محمود فهم محمد، الأسس العلمية والعملية لطرق التدريس، دار الوفاء لنديا الطباعة والنشر، الإسكندرية، 2009.
20. محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين راضون، اختبارات الأداء الحركي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1982.
21. محمد صبحي حسانين، القياس والتقييم في التربية البدنية والرياضة، الجزء الأول، ط6، دار الفكر العربي، القاهرة، 2004.

22. محمد محمود عبد الدائم، محمد صبحي حسانين، لأسس العلمية والعملية لطرق التدريس، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، 2009. اختبارات الأداء الحركي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1982.
23. محمد محمود الحيله، تكنولوجيا التعلم بين النظرية والتطبيق، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، 1999.
24. نبيله عادل رشوان، تأثير برنامج تربيته حركيه باستخدام الرسوم المتحركة على تحسين بعض المهارات الحركية الأساسية والمفاهيم المعرفية لأطفال ما قبل المدرسة، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، 2014 .
25. نادية حسن هاشم، تأثير برنامج مقترح للطلاقة الحركية على النمو الحركي ولأدراك الحسي، حركي لطفل ما قبل المدرسة بحث منشور، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة العدد 11، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان القاهرة 1991 .
26. وائل عبد الرحيم عبد الهادي، فاعلية برنامج تربية حركية باستخدام الحاسب الآلي على تعلم مهارات واحدة تعليمية في درس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الابتدائية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعة حلوان، 2008.
27. وسام صلاح عبد الحسين، التعليم الحركي وتطبيقاته في التربية البدنية والرضية، دار سامر يوسف متعب الكتب العلمية، بيروت لبنان، كلية التربية، جامعة الإسكندرية، 2013.

المراجع الأجنبية :

28. Bucher Charles A., Thactou Nolan A.؛ Physical Education for Children movement and experiences Macmillan CoNC.N. Y.1998.
29. Rup now ، A ؛ what children Said about competitive and problem solving experiences ، physical Education vol ، NO.4،1996
30. Sminger، R. N:Motor learning and human performance: An application to physical education skills ،3rded. New York, NY :Macmillan ، 1998