



The effect of complex skill exercises using the practice scheduling method (intensive-random) according to the mind mapping system on the development of motor performance in the rolling skill in futsal

Ali.abdalalem^{1*}

firas qahtan rajab²

ali walid sabri³

1- kuliyat alqalam aljamiea^{1,3}

2- College of Physical Education & Sports Sciences/University of Tikrit

Article info.

Article history:

-Received: 5/7/2019

-Accepted: 25/10/2019

-Available online: 31/12/2019

Keywords:

- Complex skill exercises
- Intensive and randomized style
- mind maps
- futsal

Abstract

The importance of the research lies in identifying modern methods that contribute to continuing beyond the initial stages of motor learning, reaching advanced skill levels through the development of motor performance. Moreover, no previous researchers have utilized practice scheduling methods based on mind mapping systems in this field.

Accordingly, the researchers adopted composite skill exercises using a practice scheduling approach (intensive-random) based on mind mapping systems, with the aim of developing motor performance in the dribbling skill in futsal. Intensive practice scheduling is defined as the learner performing the exercise within a specified time frame, with an increased number of attempts (repetitions) and minimal or no rest intervals. In contrast, random practice scheduling is defined as practicing more than one skill within a single instructional unit (Al-Hadithi, 2013: 114-116).

As for combining these two approaches (intensive-random), it is defined by the researchers as performing composite skill exercises aimed at developing dribbling skills in their various forms within a single training unit, while increasing the number of repetitions and reducing rest intervals between them.

* Corresponding Author: Ali.abdalalem.alqalam.edu.iq, Directorate of Education Salah Eddin

* Corresponding Author: firas.ph@alqalam.edu.iq, Directorate of Education Salah Eddin

* Corresponding Author: ali.waled@alqalam.edu.iq, Directorate of Education Salah Eddin

أثر تمارين مهارية مركبة بأسلوب جدولة الممارسة (المكثف - العشوائي) وفق نظام الخرائط الذهنية في تطور الأداء الحركي

لمهارة الدرجة بكرة القدم للصالات

م.د. علي عبد العليم محمد صابر م.م. فراس قحطان رجب م.م. علي وليد صبري

كلية القلم الجامعة^{1,3} جامعة تكريت -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

تاريخ البحث

- تم الاستلام :

- قبول البحث :

- متوفر على الانترنت: 2019/12/31

الكلمات المفتاحية

- تمارين مهارية مركبة

- الاسلوب المكثف والعشوائي

- الخرائط الذهنية

- كرة القدم صالات

الخلاصة أهمية البحث تكمن في إيجاد أساليب جديدة للاستمرار بالمراحل مابعد عمليات التعلم الحركي الأولية وصولاً للمستوى المهاري العالي من خلال تطوير الأداء الحركي، فضلاً عن أن أي من الباحثون لم يستثمر أساليب جدولة الممارسة وفق نظام الخرائط الذهنية.

لذا ارتأى الباحثون استخدام تمارين مهارية مركبة بأسلوب جدولة الممارسة (المكثف-العشوائي) وفق نظام الخرائط الذهنية في تطور الأداء الحركي لمهارة الدرجة بكرة القدم للصالات. إذ يعرف جدولة الممارسة (المكثف) بان " المتعلم يؤدي التمرين لتعليم المهارة بوقت محدد مع زيادة في عدد محاولات التمرين (التكرارات) وقلّة في أوقات الراحة أو بانعدامها "، وجدولة الممارسة(العشوائي) يعرف بأنه "التمرين على أكثر من مهارة في الوحدة التعليمية الواحدة" (الحديثي: 2013 :114- 116)، أما فيما يخص الخلط بين هذين الاسلوبين (المكثف-العشوائي) فيعرفه الباحثون بأنه أداء التمارين المهارية المركبة لتطوير مهارة الدرجة بأشكالها المختلفة معاً خلال الوحدة التطويرية الواحدة مع زيادة عدد التكرارات وتقليل أوقات الراحة ما بين هذه التكرارات.

المقدمة ومشكلة البحث:

تعد عملية التعلم الحركي من أولى العمليات في مجال تعلم المهارات الحركية لذا انه من الضروري عدم اهمالها والاستمرار بها الى مراحل ما بعد ذلك من أجل الوصول بما تعلمه الفرد الى مستويات متقدمة مما يؤدي ذلك الى التطور في الأداء الحركي.

ومن أجل القيام بذلك لا بد من الاعداد الجيد والدقيق لتلك العملية واعداد واستخدام تمارين وفق أساليب متنوعة كاساليب جدولة الممارسة في مجال تعلم المهارات الحركية منها (المكثف-العشوائي) لتزويد من كفاءة عمل تلك التمارين. ولا بد ان تقدم للفرد المتعلم في ابسط الصور التي تمكنه من فهم تلك التمارين وكيفية أدائها مع تجنب حدوث الأخطاء اذ ان ترتيب الية أداء تلك التمارين من خلال نظام واضح وبسيط كالخريطة الذهنية سوف يمكن الفرد من معرفة مايجب عليه فعله وبالشكل المطلوب وتعرف الخريطة الذهنية بأنها " وسيلة تعبيرية عن الأفكار والمخططات بدلاً من الاقتصار على الكلمات فقط حيث تستخدم الفروع والصور والألوان في التعبير عن الفكرة، وتعتمد على الذاكرة البصرية في رسم توضيحي سهل المراجعة والتذكر بقواعد وتعليمات ميسرة وهذه الطريقة هي الطريقة الفعلية التي يستخدمها العقل البشري في التفكير" (عبدالحسين: 2015 : 99).

ومن خلال ما تقدم فان أهمية البحث تكمن في إيجاد أساليب جديدة للاستمرار بالمراحل مابعد عمليات التعلم الحركي الأولية وصولاً للمستوى المهاري العالي من خلال تطوير الأداء الحركي، فضلاً عن أن أي من الباحثون لم يستثمر أساليب جدولة الممارسة وفق نظام الخرائط الذهنية.

لذا ارتأى الباحثون استخدام تمارين مهارية مركبة بأسلوب جدولة الممارسة (المكثف-العشوائي) وفق نظام الخرائط الذهنية في تطور الأداء الحركي لمهارة الدرجة بكرة القدم للصالات. إذ يعرف جدولة الممارسة (المكثف) بان " المتعلم يؤدي التمرين لتعليم المهارة بوقت محدد مع زيادة في عدد محاولات التمرين (التكرارات) وقلة في أوقات الراحة أو بانعدامها"، وجدولة الممارسة(العشوائي) يعرف بأنه "التمرين على أكثر من مهارة في الوحدة التعليمية الواحدة" (الحديثي: 2013 :114- 116)، أما فيما يخص الخلط بين هذين الأسلوبين (المكثف-العشوائي) فيعرفه الباحثون بأنه أداء التمارين المهارية المركبة لتطوير مهارة الدرجة بأشكالها المختلفة معاً خلال الوحدة التطويرية الواحدة مع زيادة عدد التكرارات وتقليل أوقات الراحة ما بين هذه التكرارات.

مشكلة البحث:

بما ان عملية التعلم الحركي من العمليات التعليمية الأساسية في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة لذا لا بد من المحافظة على ما تعلمه الفرد من مهارات حركية وإيجاد الأساليب الفعالة لتطويرها وعدم الاكتفاء بتعلم بصورتها الأولية فقط ومما تقدم تبرز مشكلة البحث في الإجابة عن التساؤل الآتي:

هل ان استخدام التمارين المهارية المركبة بأسلوب جدولة الممارسة (المكثف-العشوائي) وفق نظام الخرائط الذهنية سيؤدي الى تطور الأداء الحركي لمهارة الدرجة بكرة القدم للصالات طالبات.

أهداف البحث:

اعداد تمارين مهارية مركبة بأسلوب جدولة الممارسة (المكثف-العشوائي) وفق نظام الخرائط الذهنية في تطور الأداء الحركي لمهارة الدرجة بكرة القدم للصالات – طالبات.

التعرف على أثر التمارين المهارية المركبة بأسلوب جدولة الممارسة (المكثف-العشوائي) وفق نظام الخرائط الذهنية في تطور الأداء الحركي لمهارة الدرجة بكرة القدم للصالات – طالبات.

التعرف على الفروق في الاختبارات البعدية لأثر التمارين المهارية المركبة بأسلوب جدولة الممارسة (المكثف-العشوائي) وفق نظام الخرائط الذهنية في تطور الأداء الحركي لمهارة الدرجة بكرة القدم للصالات – طالبات.

فرضيات البحث:

للتمارين المهارية المركبة بأسلوب جدولة الممارسة (المكثف-العشوائي) وفق نظام الخرائط الذهنية أثر في تطور الأداء الحركي لمهارة الدرجة بكرة القدم للصالات – طالبات.

هناك فروق ذات دلالة معنوية في الاختبارات البعدية لأثر التمارين المهارية المركبة بأسلوب جدولة الممارسة (المكثف-العشوائي) وفق نظام الخرائط الذهنية أثر في تطور الأداء الحركي لمهارة الدرجة بكرة القدم للصالات – طالبات.

مجالات البحث:

المجال البشري : طالبات السنة الدراسية الرابعة في كلية التربية البدنية و علوم الرياضة – جامعة كركوك ، للعام الدراسي (2018 – 2019) .

المجال الزمني: : للمدة من 1 / 11 / 2018 و لغاية 1 / 5 / 2019 .

المجال المكاني: : قاعة النشاط الرياضي و الكشفي – مديرية تربية كركوك.

إجراءات البحث:

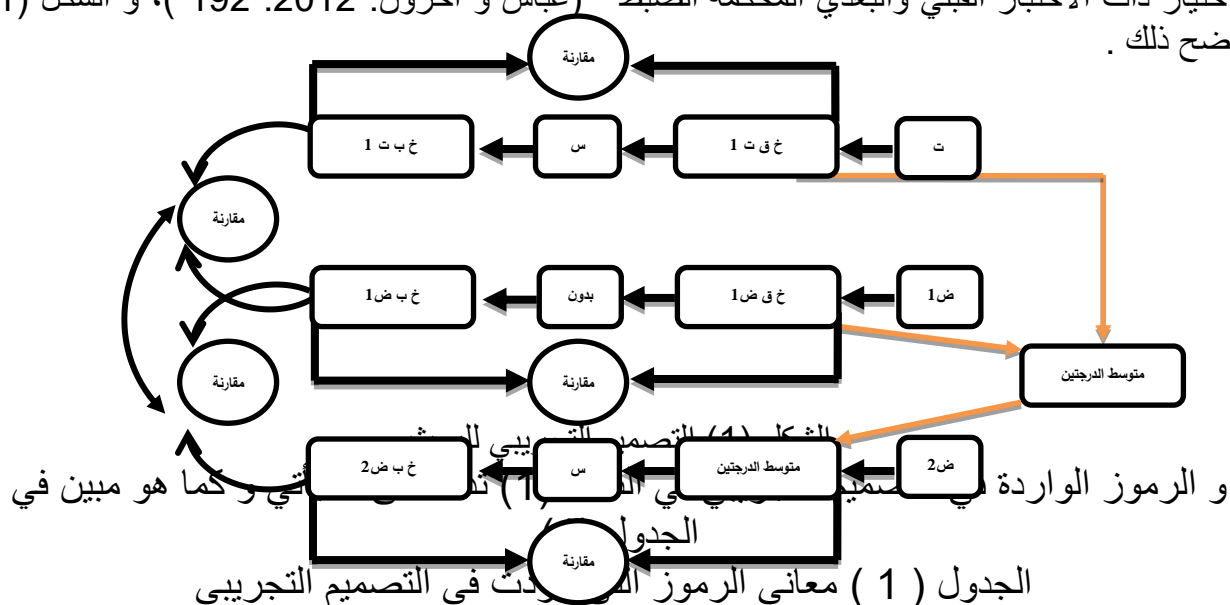
منهج البحث :

استخدم الباحثون المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث ومشكلاته إذ يعرف المنهج التجريبي بأنه "تغيير معتمد ومضبوط للشروط المحددة لحادثة ما وملاحظة التغيرات الناتجة في الحادثة ذاتها وتفسيرها " (إبراهيم:

2002 : 138)

التصميم التجريبي:

استخدم الباحثون التصميم التجريبي الذي يطلق عليه اسم " تصميم المجموعات المتكافئة العشوائية الاختيار ذات الاختبار القبلي والبعدي المحكمة الضبط " (عباس و آخرون: 2012: 192)، و الشكل (1) يوضح ذلك .



الرموز	الدلالة
ت	تمثل المجموعة التجريبية
ض1	تمثل المجموعة الضابطة الأولى
ض2	تمثل المجموعة الضابطة الثانية
خ ق ت 1	تمثل الاختبار القبلي للأداء الحركي لمهارة الدرجة بكرة القدم للصالات-طالبات للمجموعة التجريبية
خ ق ض1	تمثل الاختبار القبلي للأداء الحركي لمهارة الدرجة بكرة القدم للصالات-طالبات للمجموعة الضابطة 1
خ ق ض2	متوسط نتيجة الاختبار القبلي للأداء الحركي لمهارة الدرجة بكرة القدم للصالات-طالبات بين التجريبية و المجموعة الضابطة 1
س	تمثل المتغير المستقل (تمارين مهارية مركبة بأسلوب جدولة الممارسة (المكثف-العشوائي) وفق نظام الخرائط الذهنية في تطور الأداء الحركي لمهارة الدرجة بكرة القدم للصالات - طالبات)
خ ب ت 1	تمثل الاختبار البعدي للأداء الحركي لمهارة الدرجة بكرة القدم للصالات-طالبات للمجموعة التجريبية
خ ب ض1	تمثل الاختبار البعدي للأداء الحركي لمهارة الدرجة بكرة القدم للصالات-طالبات للمجموعة الضابطة 1
متوسط الدرجتين	تمثل الاختبار البعدي للأداء الحركي لمهارة الدرجة بكرة القدم للصالات-طالبات للمجموعة الضابطة 2

المجتمع وعينة البحث: حدد مجتمع البحث بطالبات كلية التربية البدنية و علوم الرياضة - جامعة كركوك للعام الدراسي (2018 - 2019) والبالغ عددهن (186) طالبة للدراسة الصباحية، أما عينة البحث فقد تم اختيارها بالطريقة العشوائية القرعة وتمثلت بطالبات المرحلة الرابعة و البالغ عددهن (57) طالبة وتم استبعاد (3) طالبات بسبب الرسوب واستبعاد (6) طالبات كعينة للتجارب الاستطلاعية إذ أصبحت عينة البحث (48) طالبة تم تقسيمهن على ثلاث مجموعات مجموعة تجريبية واحدة ومجموعتين ضابطين وواقع (16) طالبة لكل مجموعة من المجموعات الثلاث وبذلك مثلت نسبة (25.80) من المجتمع الكلي والجدول (2) بين ذلك.

الجدول (2)
مجموعات البحث وحجم العينة

مجتمع البحث	المجاميع	عينة البحث الرئيسية	عينة التجارب الاستطلاعية	المستبعدات بسبب الرسوب
54	التجريبية	16	6	3
	الضابطة 1	16		
	الضابطة 2	16		
المجموع		48	6	3

وسائل جمع المعلومات.:

القياسات والاختبارات.:

- قياس الكتلة و الطول و العمر الزمني .

التجانس و التكافؤ.:

قبل البدء بتنفيذ البرامج التعليمية لجأ الباحثون إلى التحقق من تجانس و تكافؤ مجموعات البحث إذ " ينبغي على الباحثون تكوين مجموعات متكافئة على الأقل فيما يتعلق بالمتغيرات ذات العلاقة بالبحث " (فان دالين: 1977: 398).

تجانس عينة البحث.:

تم إجراء التجانس لعينة البحث بمتغيرات (العمر الزمني و الطول و الكتلة) و الجدول (3) يبين ذلك.

الجدول (3)

الوسط الحسابي و الانحراف المعياري و المنوال و قيمة معامل الالتواء لمتغيرات (العمر الزمني، الطول، الكتلة)

ت	المتغيرات	وحدة القياس	س	± ع	المنوال	معامل الالتواء
1	العمر الزمني	السنة	22.312	0.926	22.00	0.496
2	الطول	السنتمتر	162.208	3.747	160.00	0.284 -
3	الكتلة	الكيلوغرام	59.083	3.972	60.00	0.024 -

من الجدول (3) يتبين أن قيم معامل الالتواء لمتغيرات (العمر الزمني و الطول و الكتلة) كانت محصورة ما بين (+1) و هذا يدل على أن العينة متجانسة في هذه المتغيرات.

التكافؤ بين مجموعات البحث.:

اجري التكافؤ بين مجموعات البحث الثلاث في الأداء الحركي لمهارة الدرجة بأشكالها المختلفة كما هو مبين في الجدولين (5،4) إذ تم عرض الأوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية في الجدول (4) و أجري تحليل التباين بين مجموعات البحث الثلاث للتأكد من التكافؤ فيما بينها و الجدول (5) يبين ذلك الجدول (4) الأوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية للمهارات الأساسية المعتمدة في التكافؤ

أشكال اداء مهارة الدرجة	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة 1		المجموعة الضابطة 2	
		س	± ع	س	± ع	س	± ع

0.511	4.944	0.539	4.944	0.582	4.888	درجة	الدرجة بداخل القدم
0.428	4.750	0.458	4.805	0.492	4.750	درجة	الدرجة بخارج القدم
0.615	4.555	0.600	4.583	0.600	4.583	درجة	الدرجة بمقدمة القدم
0.594	4.000	0.685	4.000	0.685	4.000	درجة	الدرجة بوجه القدم
0.763	3.861	0.758	3.888	0.785	3.833	درجة	الدرجة باسفل القدم

الجدول (5) دلالة الفروق في المهارات الاساسية المعتمدة في التكافؤ بين مجموعات البحث الثلاث

مستوى الاحتمالية*	(ف) المحسوبة	متوسط المربعات (التباين)	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	أشكال أداء مهارة الدرجة
0.940	0.062	0.021	2	0.042	بين المجموعات	الدرجة بداخل القدم
		0.336	45	15.125	داخل المجموعات	
			47	15.167	المجموع الكلي	
0.872	0.137	0.021	2	0.042	بين المجموعات	الدرجة بخارج القدم
		0.152	45	6.828	داخل المجموعات	
			47	6.870	المجموع الكلي	
0.986	0.014	0.005	2	0.010	بين المجموعات	الدرجة بمقدمة القدم
		0.381	45	17.156	داخل المجموعات	
			47	17.67	المجموع الكلي	
0.967	0.034	0.016	2	0.031	بين المجموعات	الدرجة بوجه القدم
		0.459	45	20.672	داخل المجموعات	
			47	20.703	المجموع الكلي	
0.968	0.033	0.016	2	0.031	بين المجموعات	الدرجة باسفل القدم
		0.476	45	21.422	داخل المجموعات	
			47	21.453	المجموع الكلي	

* معنوي إذا كانت قيمة مستوى الاحتمالية (Sig) $0,05 \geq$

من خلال الجدول (5) يتبين أن قيم (ف) المحسوبة للأداء الحركي لمهارة الدرجة بأشكالها المختلفة بلغت (0.062)، (0.137)، (0.014)، (0.034)، (0.033) و بقيم احتمالية بلغت (0.940)، (0.872)، (0.986)، (0.967)، (0.968) و بما أن جميع قيم مستوى الاحتمالية أكبر من (0.05) و هذا يدل على عدم وجود فروق بين مجموعات البحث الثلاث و هذا يدل على تكافؤ هذه المجموعات في الأداء الحركي لمهارتي الدرجة بأشكالها المختلفة.

إعداد التمارين المهارية المركبة الخاصة بتطوير الأداء الحركي لمهارة الدرجة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات. بعد تحليل محتوى الدراسات والمراجع العلمية المتخصصة تم تصميم (30) تمريناً مهارياً مركباً زرعت في الوحدات التطويرية الملحق (1) .

تصميم الخريطة الذهنية الخاصة بمهارة الدرجة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات – طالبات: قام الباحثون بإعداد الخريطة الذهنية الخاصة بالتمارين المهارية المركبة لمهارة الدرجة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات بأسلوب يسهل للطالبة فهم مامطلوب منها من حيث الية التمارين وعدد التكرارات وأوقات الراحة الملحق (1).

البرنامج التطويري: قام الباحثون بوضع برنامج تطويري لمهارة الدرجة بأشكالها المختلفة ، باستخدام التمارين المهارية المركبة بأسلوب جدولة الممارسة (المكثف-العشوائي) وفق نظام الخرائط الذهنية. و لمجموعتي التجريبية والمجموعة الضابطة الثانية كلاً على حدة ، وعلى ضوء ذلك تم إعداد الوحدات التطويرية.

الخطة الزمنية للبرنامج التطويري: البرنامج التطويري للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة الثانية (التمارين المهارية المركبة بأسلوب جدولة الممارسة (المكثف-العشوائي) وفق نظام الخرائط الذهنية) ، في تطور الأداء الحركي لمهارة الدرجة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات - طالبات ، تضمن (32) وحدة تطويرية للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة الثانية أي (16) وحدة تطويرية لكل منهما ، موزعة على (8) أسابيع وبواقع وحدتين تطويريتين لكل مجموعة منهما في الأسبوع الواحد ، وكان زمن كل وحدة تطويرية (90) دقيقة.

التجربتين الاستطلاعتين:

التجربة الاستطلاعية الأولى (التمارين المهارية المركبة): أجريت هذه التجربة يوم (الاثنين) الموافق 2018/11/5 لمعرفة مدى ملائمة التمارين المهارية المركبة لعينة البحث التي تم تصميمها، والتعرف على كيفية اجرائها و الكشف عن الصعوبات التي قد تحدث فضلاً عن تحديد زمنها و مدى ملائمتها للعينة .

التجربة الاستطلاعية الثانية (التمارين المهارية المركبة بأسلوب جدولة الممارسة (المكثف-العشوائي) وفق نظام الخرائط الذهنية): أجريت هذه التجربة يوم (الخميس) الموافق (2018/11/8) على عينة من الطالبات البالغ عددهن (6) طالبات ، والتي تم اختيارهن بالطريقة العشوائية ومن ثم تم استبعادهن من التجربة الرئيسية.

وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية ما يأتي :

- التحقق من مدى ملائمة المكان لتنفيذ الوحدات التطويرية.
- التحقق من مدى ملائمة الوحدات التطويرية و أسلوب تنفيذها لمستوى أفراد عينة البحث .
- إمكانية الباحثون و فريق العمل المساعد في ضبط التوقيتات للتكرارات وأوقات الراحة ، و تجنب حدوث أي خلل .

- التحقق من مدى كفاءة فريق العمل المساعد وتفهمهم لإجراءات الوحدات التطويرية.

- التعرف على الأخطاء والمعوقات التي قد تحدث ومحاولة وضع الحلول قبل البدء بتنفيذ البرنامج التطويري.

وكانت النتيجة من التجارب الاستطلاعية أنها كونت صورة واضحة لدى الباحثون و فريق العمل المساعد عن طبيعة و إجراءات البحث باختباراتها القبلية وتجربتها الرئيسية واختباراتها البعدية والتغلب على المعوقات والصعوبات التي قد تواجههم .

تقييم أداء الشكل الظاهري لمهارة الدرجة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات:
استمارة تقييم أداء الشكل الظاهري لمهارة الدرجة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات:

لغرض تقييم أداء الطالبات في مهارة الدرجة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات-طالبات قام الباحثون بإعداد استمارة استبيان، لاستطلاع آراء السادة المختصين في مجال (كرة القدم و التعلم الحركي) حول إعطاء درجة التقييم للمهارة بأشكالها المختلفة لتسهيل عملية التقييم و بعد جمع و تفرغ الاستبيانات تبين أن أغلبية المختصين اتفقوا على أن يكون تقييم المهارة من (10) درجات و بنسبة اتفاق تزيد عن (75%) و مقسمة على ثلاثة أقسام و ذلك حسب أقسام المهارة.

طريقة احتساب الدرجات حسب البناء الظاهري للحركة لمهارة بكرة القدم للصالات.:
لقد أشار (و جيه محجوب) إلى أن تقويم المهارات الرياضية بحساب النقاط من الطرائق المهمة التي تعتمد على المشاهدة والاستعانة بالتصوير العلمي ، ويمكن تحليل المهارات الرياضية التي تؤدي من الرياضيين بإحدى الطرائق الآتية :

الطريقة الأولى.: أداء الحركة وتقويمها بواسطة الخبراء أو خبير بالمشاهدة مع تسجيل الملاحظة العلمية .
الطريقة الثانية.: أداء الحركة وتقويمها بعد تسجيلها صورياً بـ (فلم) ثم عرضها بواسطة أجهزة العرض المعروفة وتحليلها من قبل الخبراء أو الخبير (محجوب : 1987 : 273) .

لقد اعتمد الباحثون الطريقة الثانية أعلاه لتقييم الشكل الظاهري لمهارة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات حيث استخدم الباحثون التصوير الفيديوي في الاختبارين القبلي والبعدي ، ومن ثم تم تحويل التصوير إلى أقراص (dvd) وتم توزيعها مع استمارات التقييم المعتمدة لهذا الغرض على ثلاثة مقيمين، في اختصاص (التعلم الحركي / كرة القدم) ، إذ يقوم كل مقيم بإعطاء درجة لكل طالبة عن كل شكل من أشكال مهارة الدرجة ويأخذ متوسط درجاتهم لإظهار درجة تقييم المهارة النهائية من (10) درجات .
الاختبار القبلي و التجربة الرئيسية و الاختبار البعدي لمجموعات الثلاثة.:

الاختبار القبلي.: بعد إعطاء مجموعات البحث الثلاث محاضرتين تعريفيتين تم إجراء الاختبارات القبلي لمجموعات البحث ، في يوم (الخميس) والموافق (2018/11/15) ، و بمساعدة فريق العمل المساعد إذ تم تصوير الأداء الحركي لمهارة الدرجة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات لتقييم الشكل الظاهري للأداء الحركي هذه المهارة .

تجربة البحث الرئيسية.: قام الباحثون و بالتعاون مع فريق العمل المساعد بالبدء في تنفيذ البرامج التعليمية بتاريخ (2018/11/19) و الموافق يوم الاثنين حسب جدول المحاضرات الاسبوعي ، ولغاية (2019/1/10) الموافق يوم الخميس ، و كما هو مبين في الجدول (6) ، إذ تم تطبيق الوحدات التطويرية على عينة البحث ، إذ تم إعطاء المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة الثانية المادة التمارين مهارية المركبة بأسلوب جدولة الممارسة (المكثف-العشوائي) وفق نظام الخرائط الذهنية و كالآتي :

الجدول (6) جدول المحاضرات الاسبوعي لمجاميع البحث الثلاث

المجموعة	اليوم	المحاضرة	البرنامج التعليمي وفق التفضيل	الزمن
التجريبية	الاثنين	الثانية	تمارين مهارية مركبة بأسلوب جدولة الممارسة (المكثف العشوائي) وفق نظام الخرائط الذهنية	90 د
	الخميس	الثالثة		90 د
الضابطة 1	الاثنين	الثالثة	المنهج المقرر	90 د
	الخميس	الأولى		90 د
الضابطة 2	الاثنين	الأولى	تمارين مهارية مركبة بأسلوب جدولة الممارسة (المكثف العشوائي) وفق نظام الخرائط الذهنية	90 د
	الخميس	الثانية		90 د

المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة الثانية: تقوم هذه المجموعتين بتنفيذ البرنامج التطويري باستخدام التمارين المهارية المركبة بأسلوب جدولة الممارسة (المكثف-العشوائي) وفق نظام الخرائط الذهنية، إذ يتم بعد الانتهاء من الجزء الإعدادي في الوحدة التطويرية و في الجزء التعليمي من الجزء الرئيس يتم شرح مهارة الدرجة و طبيعة التمارين المهارية المركبة الخاصة وتوضيح آلية العمل وفق نظام الخرائط الذهنية و بعد الانتهاء من الجزء التعليمي ، الطالبات تقمن بالتطبيق العملي لهذه التمارين و بتكرارات محددة مسبقا بأسلوب جدولة الممارسة (المكثف-العشوائي)، علما أن الباحثون و بمساعدة فريق العمل المساعد قاموا بتنفيذ التجربة.

المجموعة الضابطة الأولى: تقوم هذه المجموعة بتنفيذ البرنامج التعليمي المعد من قبل مدرس المادة وفق المنهاج الدراسي المقرر.

الاختبار البعدي: تم إجراء الاختبارات البعدية للمجموعات الثلاثة التجريبية والمجموعتين الضابطتين الأولى والثانية بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج التطويرية ، إذ تم تصوير أداء عينة البحث لمهارة الدرجة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات ، و بنفس الظروف التي تم فيها إجراء الاختبارات القبالية من حيث المكان و الأجهزة و الأدوات و أسلوب التنفيذ ، و ذلك في يوم (الاثنين) الموافق (2019 /1/14) .

الوسائل الإحصائية:
استخدم الباحثون:

- الوسط الحسابي
 - الانحراف المعياري
 - النسبة المئوية
 - اختبار (t) بين وسطين حسابيين مرتبطين
 - تحليل التباين الاحادي
 - اختبار (L.S.D)
- لإيجاد الفروق بين مجموعات البحث
- التوصل إلى التكافؤ
- لاحتساب الفروق في الاختبارات القبالية و البعدية
- لإيجاد الفروق بين المجموعات الثلاث في الاختبارات البعدية
- و قد تم معالجة البيانات باستخدام الحزمة الإحصائية (SPSS).
- عرض و تحليل و مناقشة نتائج الفروق في الأداء الحركي لمهارة الدرجة بأشكالها المختلفة بين الاختبارات القبالية و البعدية لمجموعات البحث الثلاث:**
- عرض و تحليل نتائج الفروق في الأداء الحركي لمهارة الدرجة بأشكالها المختلفة بين الاختبارات القبالية و البعدية لمجموعات البحث الثلاث:**
- الجدول (7)

مستوى الاحتمالية* (Sig)	قيمة (ت) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	أجزاء مهارة الدرجة
		ع [±]	س [±]	ع [±]	س [±]		
0.000	45.379 -	0.577	8.15	0.619	4.88	درجة	الدرجة بالجزء الداخلي من القدم
0.000	55.340 -	0.544	8.81	0.437	4.84	درجة	الدرجة بالجزء الخارجي من القدم
0.000	129.00 -	0.619	8.63	0.612	4.59	درجة	الدرجة بمقدمة القدم
0.000	36.596 -	0.655	7.19	0.680	4.06	درجة	الدرجة بوجه القدم

0.000		27.678	0.516	7.00	0.704	3.69	درجة	الدرجة بأسفل القدم
مستوى الاحتمالية* (Sig)	قيمة المحسوبة (ت)	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	أجزاء مهارة الدرجة	
		±ع	س	±ع	س			
0.000	8.062 -	0.447	5.75	0.574	4.94	درجة	الدرجة بالجزء الداخلي من القدم	
0.000	13.330 -	0.403	5.81	0.375	4.91	درجة	الدرجة بالجزء الخارجي من القدم	
0.000	7.730 -	5.12	5.44	0.612	4.59	درجة	الدرجة بمقدمة القدم	
0.000	8.062 -	0.750	4.81	0.730	4.00	درجة	الدرجة بوجه القدم	
0.000	5.000 -	0.885	4.38	0.683	3.75	درجة	الدرجة بأسفل القدم	

القيم الإحصائية (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، قيمة (ت) المحسوبة ، مستوى الاحتمالية) لمهارة الدرجة بأشكالها المختلفة في الاختبارين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية

* معنوي إذا كانت قيم مستوى الاحتمالية $(Sig) \geq 0,05$

من خلال الجدول (7) يتبين أن نتائج الأداء الحركي للمجموعة التجريبية ذات دلالة على ما يأتي :

- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات الاختبارين القبلي و البعدي في جميع أشكال مهارة الدرجة لدى المجموعة التجريبية إذ بلغت قيم (ت) المحسوبة على التوالي (- 45.379 ، - 55.340 ، - 129.00 ، - 36.596 ، - 27.678) عند مستويات معنوية على التوالي (0,000 ، 0,000 ، 0,000 ، 0,000) و هذه القيم أصغر من 0,05 .

الجدول (8)

مستوى الاحتمالية*	قيمة (ت)	الاختبار البعدي	الاختبار القبلي	وحدة القياس	المهارات الأساسية
-------------------	----------	-----------------	-----------------	-------------	-------------------

القيم الإحصائية (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، قيمة (ت) المحسوبة ، مستوى الاحتمالية) لمهارة الدرجة بأشكالها المختلفة في الاختبارين القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة الأولى

* معنوي إذا كانت قيم مستوى الاحتمالية $(Sig) \geq 0,05$

من خلال الجدول (8) يتبين أن نتائج الأداء الحركي للمجموعة الضابطة الأولى دلت على ما يأتي :

- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات الاختبارين القبلي و البعدي في جميع أشكال مهارة الدرجة لدى المجموعة الضابطة الأولى إذ بلغت قيم (ت) المحسوبة على التوالي (- 8.062 ، - 13.330 ، - 7.730 ، - 8.062 ، - 5.000) عند مستويات معنوية على التوالي (0,000 ، 0,000 ، 0,000 ، 0,000) و هذه القيم أصغر من 0,05 .

الجدول (9)

القيم الإحصائية (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، قيمة (ت) المحسوبة ، مستوى الاحتمالية) لمهارة الدرجة بأشكالها المختلفة في الاختبارين القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة الثانية

		ع±	س	ع±	س		
0.000	95.150 -	0.516	9.00	0.544	4.94	درجة	الدرجة الجزء الداخلي من القدم
0.000	35.215 -	0.479	8.69	0.352	4.84	درجة	الدرجة الجزء الخارجي من القدم
0.000	33.541 -	0.602	8.31	0.629	4.56	درجة	الدرجة بمقدمة القدم
0.000	50.259 -	6.83	7.25	0.618	4.03	درجة	الدرجة بوجه القدم
0.000	97.000 -	0.683	6.75	0.682	3.72	درجة	الدرجة بأسفل القدم

* معنوي إذا كانت قيم مستوى الاحتمالية $(Sig) \geq 0,05$

من خلال الجدول (9) يتبين أن نتائج الأداء الحركي للمجموعة الضابطة الثانية دلت على ما يأتي :
وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات الاختبارين القبلي و البعدي في جميع أشكال مهارة الدرجة التي تناولها البحث لدى المجموعة الضابطة الثانية
إذ بلغت قيم (ت) المحسوبة على التوالي (95.150 - ، 35.215 - ، 33.541 - ، 50.259 - ، 97.000) عند مستويات معنوية على التوالي (0,000 ، 0,000 ، 0,000 ، 0,000 ، 0,000)
و هذه القيم أصغر من 0,05 .

مناقشة نتائج الفروق بين الاختبارات القبلي والبعدي لمجموعات البحث الثلاث.:

في ضوء نتائج الجداول (7،8،9) التي تم الحصول عليها و التي تم ذكرها آنفاً ، ظهر أن هناك تقدماً وصل إلى مستوى المعنوية في الاختبارات البعدية للأداء الحركي لمهارة الدرجة بأشكالها المختلفة لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة الثانية بشكل كبير والمجموعة الضابطة الأولى بشكل طفيف.
و يعزو الباحثون التقدم الحاصل في مستوى أداء المجموعة الضابطة الأولى والتي بالرغم من أنها لم تأخذ البرنامج التطويري إلا ان الأسلوب الذي اتبعه مدرس المادة أثر ايجابياً لكن بشكل طفيف جداً أما فيما يخص التطور الحاصل في مستوى أداء المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة الثانية فيعزو ذلك إلى التأثيرات الإيجابية الفعالة للتمارين المهارية المركبة بأسلوب جدولة الممارسة (المكثف-العشوائي) وفق نظام الخرائط الذهنية و التي اعتمدت على التخطيط العلمي و التي اثبتت فاعليتها في النتائج التي سوف نقوم بمناقشتها. إذ إن اختيار التمارين المهارية المركبة بدقة و التي تستهدف تطوير مستوى الأداء لمهارة (الدرجة) إذ إن هذه التمارين تجمع بين بعض أو كل اشكال مهارة الدرجة داخل تمرين مركب واحد من أجل رفع مستوى الأداء والوصول الى مرحلة التطور بعد مراعاة الخصائص المهارية في إخراج هذه المهارة من حيث التوقيت الصحيح للأداء و اتجاه الحركة و ملائمتها مع متطلبات الأداء أي ضبط الإيقاع و التوقيت الحركي عند وضع هذه التمارين إذ أن " الإيقاع الحركي يعني التنظيم الزمني و توزيع التركيز على مقاطع الأداء للحركة " (شلس، صبحي: 2000 :102).

العامل الثاني الذي كان له التأثير الإيجابي للبرنامج التطويري هو استخدام جدولة الممارسة(المكثف-العشوائي) في عملية تنظيم تطبيق التمارين التي أعدت إذ " تعد عملية تنظيم التمرين من الأمور المهمة في العملية التعليمية و ذلك لأنها تسهم في تحقيق التنوع في التمارين المستخدمة و أساليب تنفيذها فضلاً عن تسهيل عملية تعلم المهارة مع مراعاة صعوبة المهارة المطلوب تعلمها أو سهولتها من خلال التدرج و اتباعها التنظيم في اسلوب التمرين عند أداء المهارة " (الدليمي: 2002: 32).

و أن التكرارات المنظمة و المقررة في كل وحدة تطويرية مع توفر الدقة في حساب أزمنا العمل والراحة تبعاً لنوع الجدولة (المكثف-العشوائي) كان له الأثر الكبير في نجاح العملية التطويرية إذ ذكر (نوفل فاضل) بأن " التكرار و الممارسة يعد وسيلة تعليمية ذات أثر فعال و إيجابي في طول عملية التعلم و تطوير المهارات الحركية " (رشيد: 2005 : 159 – 160).

أما استخدام الخرائط الذهنية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة الثانية فقد جاء عاملاً ثالثاً لحدوث التأثيرات الإيجابية التي أحدثتها التمارين المهارية المركبة فضلاً عن خصوصية هذه التمارين واستخدام

جدولة الممارسة (المكثف-العشوائي) أسلوباً تنظيمياً لهذه التمارين إذ أن كل مهارة حركية يتم تطويرها من خلال التكرارات والممارسة.

وان تنبؤ هذه التمارين وترتيب تكراراتها والشكل الذي تؤديه الطالبة لمهارة الدرجة يتم معرفتها من خلال هذه الخريطة الذهنية والتي هي خاصة بآلية أداء مهارة الدرجة بأشكالها المختلفة وهذه الخريطة الذهنية تمكن الطالبة من معرفة كافة ما مطلوب منها لأداء التمارين المهارية المركبة بأسلوب جدولة الممارسة (المكثف-العشوائي) وفق نظام الخرائط الذهنية.

و تظهر أهمية الخرائط الذهنية لأفراد عينة البحث من خلال معرفتهم بصورة واضحة لما هو مطلوب منهم في الواجب الحركي خلال الوحدات التطويرية وذلك بإعتمادهم على الخريطة الذهنية المصممة والخاصة بمهارة الدرجة بأشكالها المختلفة ويرى الباحثون بأنه متى ما أدركت المتعلمة واجبها الحركي من خلال جدول و خريطة مصممة ومنظمة فإن ذلك يسهم بشكل كبير في عملية تخزينها و برمجتها و بالتالي عملية استدعائها و استخدامها في عمليات التعلم والتطور بالأداء الحركي.

و أن الفروق التي ظهرت بين الاختبارين القبلي و البعدي في الأداء الحركي لمهارة الدرجة بأشكالها المختلفة لمجموعات البحث الثلاث كان نتيجة لعدة أسباب هي :

- فاعلية التمارين المهارية المركبة التي قام الباحثون بوضعها مراعيًا بها خصوصية المهارة (الدرجة) .
- استخدام جدولة الممارسة (المكثف-العشوائي) قد أحدث فارقاً من حيث تنظيم عملية التكرار للتمرين الواحد و مدد الراحة النسبية سواء بين تكرار أو بين تمرين و آخر .
- إن تقديم البرنامج التطويري لأفراد مجموعتي البحث التجريبية والمجموعة الضابطة الثانية وفق نظام الخرائط الذهنية كان له الأثر الواضح في عملية إتقان وتطور هذه المهارة الدرجة.

عرض و تحليل نتائج الفروق في الاختبارات البعدية للأداء الحركي لمهارة الدرجة بأشكالها المختلفة بين مجموعات البحث الثلاث.:

الجدول (10)

القيم الإحصائية (تحليل التباين ، مستوى الاحتمالية) لمهارة بأشكالها المختلفة بين مجموعات البحث الثلاثة في الاختبار البعدي

المهارات الأساسية	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات (التباين)	(ف) المحسوبة	مستوى* الاحتمالية
الدرجة بداخل القدم	بين المجموعات	104.667	2	52.333	196.250	0.000
	داخل المجموعات	12.000	45	0.267		
	المجموع الكلي	116.667	47			
الدرجة بخارج القدم	بين المجموعات	92.167	2	46.083	201.091	0.000
	داخل المجموعات	10.313	45	0.229		
	المجموع الكلي	102.479	47			
الدرجة بمقدمة القدم	بين المجموعات	98.792	2	49.396	146.963	0.000
	داخل المجموعات	15.125	45	0.336		
	المجموع الكلي	113.917	47			
الدرجة بوجه القدم	بين المجموعات	61.792	2	30.896	63.557	0.000
	داخل المجموعات	21.875	45	0.486		
	المجموع الكلي	83.667	47			
الدرجة باسفل القدم	بين المجموعات	67.167	2	33.583	66.429	0.000
	داخل المجموعات	22.750	45	0.506		
	المجموع الكلي	89.917	47			

* معنوي إذا كانت قيم مستوى الاحتمالية $(Sig) \geq 0,05$ من خلال الجدول (10) يتبين ما يأتي :

وجود فروق ذات دلالة معنوية في الأداء بين مجموعات البحث الثلاث في الاختبار البعدي لأشكال مهارة الدرجة الآتية (بالجزء الداخلي للقدم و بالجزء الخارجي للقدم و بمقدمة القدم و بوجه القدم و بأسفل القدم) إذ بلغت قيم (ف) المحسوبة (196.250 ، 201.091 ، 146.963 ، 63.557 ، 66.429) على التوالي فيما بلغت قيم مستوى المعنوية (0,000 ، 0,000 ، 0,000 ، 0,000 ، 0,000) على التوالي .

و نظراً لوجود فروق في مستوى المعنوية بين مجموعات البحث الثلاث في أشكال مهارة الدرجة ، و نظراً لكون هدف البحث كان منصباً على معرفة أي المجموعات الثلاث لها التفوق على باقي المجموعات للأداء الحركي (الأكثر تطوراً) لذا لجأ الباحثون إلى استخدام وسيلة إحصائية لتطبيق ذلك ، ويعد اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) اختباراً مناسباً لتحقيق هذا الغرض وفيما يأتي عرض نتائج أقل فرق معنوي كما هو مبين في الجداول (11،12،13،14،15)

الجدول (11)

القيم الإحصائية المستخرجة من اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) لمهارة الدرجة بداخل القدم لمجموعات البحث الثلاث

مستوى الاحتمالية*	الفرق بين الأوساط الحسابية	مجاميع البحث
0.000	3.000	التجريبية - الضابطة الأولى
0.178	0.250	التجريبية - الضابطة الثانية
0.000	3.250	الضابطة الأولى - الضابطة الثانية

* معنوي إذا كانت قيم مستوى الاحتمالية $(Sig) \geq 0,05$

من خلال الجدول (11) والخاص بالأداء الحركي لمهارة الدرجة بداخل القدم يبين لنا ما يأتي:
 - وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث التجريبية و المجموعة الضابطة الأولى و لصالح المجموعة التجريبية .
 - وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعتي البحث التجريبية و المجموعة الضابطة الثانية.
 - وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث الضابطة الأولى و المجموعة الضابطة الثانية و لصالح المجموعة الضابطة الثانية .

الجدول (12)

القيم الإحصائية المستخرجة من اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) لمهارة الدرجة بخارج القدم لمجموعات البحث الثلاث

مستوى الاحتمالية*	الفرق بين الأوساط الحسابية	مجاميع البحث
0.000	3.000	التجريبية - الضابطة الأولى
0.464	0.125	التجريبية - الضابطة الثانية
0.000	2.875	الضابطة الأولى - الضابطة الثانية

* معنوي إذا كانت قيم مستوى الاحتمالية $(Sig) \geq 0,05$

من خلال الجدول (12) والخاص بالأداء الحركي لمهارة الدرجة بخارج القدم يتبين لنا ما يأتي :
 - وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث التجريبية و المجموعة الضابطة الأولى و لصالح المجموعة التجريبية .
 - وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعتي البحث التجريبية و المجموعة الضابطة الثانية.
 - وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث الضابطة الأولى و المجموعة الضابطة الثانية و لصالح المجموعة الضابطة الثانية .

الجدول (13)

القيم الإحصائية المستخرجة من اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) لمهارة الدرجة بمقدمة القدم لمجموعات البحث الثلاث

مستوى الاحتمالية*	الفرق بين الأوساط الحسابية	مجاميع البحث
0.000	3.187	التجريبية - الضابطة الأولى
0.134	0.312	التجريبية - الضابطة الثانية
0.000	2.875	الضابطة الأولى - الضابطة الثانية

* معنوي إذا كانت قيم مستوى الاحتمالية $(Sig) \geq 0,05$ من خلال الجدول (13) و الخاص بالأداء الحركي لمهارة الدرجة بمقدمة القدم يتبين لنا ما يأتي :

- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث التجريبية و المجموعة الضابطة الأولى و لصالح المجموعة التجريبية .
- وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعتي البحث التجريبية و المجموعة الضابطة الثانية.
- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث الضابطة الأولى و المجموعة الضابطة الثانية و لصالح المجموعة الضابطة الثانية .

الجدول (14) القيم الإحصائية المستخرجة من اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) لمهارة الدرجة بوجه القدم لمجموعات البحث الثلاث

مستوى الاحتمالية*	الفرق بين الأوساط الحسابية	مجاميع البحث
0.000	2.375	التجريبية - الضابطة الأولى
0.801	0.062	التجريبية - الضابطة الثانية
0.000	2.437	الضابطة الأولى - الضابطة الثانية

* معنوي إذا كانت قيم مستوى الاحتمالية $(Sig) \geq 0,05$ من خلال الجدول (14) الخاص بالأداء الحركي لمهارة الدرجة بوجه القدم يتبين لنا ما يأتي :

- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث التجريبية و المجموعة الضابطة الأولى و لصالح المجموعة التجريبية .
- وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعتي البحث التجريبية و المجموعة الضابطة الثانية.
- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث الضابطة الأولى و المجموعة الضابطة الثانية و لصالح المجموعة الضابطة الثانية .

الجدول (15) القيم الإحصائية المستخرجة من اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) لمهارة الدرجة بأسفل القدم لمجموعات البحث الثلاث

مستوى الاحتمالية*	الفرق بين الأوساط الحسابية	مجاميع البحث
0.000	2.625	التجريبية - الضابطة الأولى
0.325	0.250	التجريبية - الضابطة الثانية
0.000	2.375	الضابطة الأولى - الضابطة الثانية

* معنوي إذا كانت قيم مستوى الاحتمالية $(Sig) \geq 0,05$ من خلال الجدول (15) و الخاص بالأداء الحركي لمهارة الدرجة بأسفل القدم يتبين لنا ما يأتي :

- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث التجريبية و المجموعة الضابطة الأولى و لصالح المجموعة التجريبية .
- وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعتي البحث التجريبية و المجموعة الضابطة الثانية.

- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث الضابطة الاولى و المجموعة الضابطة الثانية و لصالح المجموعة الضابطة الثانية .

مناقشة نتائج الفروق في الاختبارات البعدية للأداء الحركي لمهاتري المناولة و التهديف بأشكالها المختلفة بين مجموعات البحث الثلاث.:

بعد عرض و تحليل الجدول (10) و بعد أن تبين أن هناك فروقاً ذات دلالة معنوية في الأداء الحركي لمهارة الدرجة بأشكالها المختلفة في الاختبارات البعدية لمجموعات البحث الثلاث فقد أوجب على الباحثون استخراج أقل فرق معنوي (L .S. D) لمعرفة دلالة الفروق بين الأوساط الحسابية لمجموعات البحث الثلاث و لكل شكل من أشكال مهارة الدرجة بكرة القدم للصالات و بعد مقارنة الفروق في الأوساط الحسابية لجميع هذه المتغيرات ظهر لنا تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت التمارين المهارية المركبة بأسلوب جدولة الممارسة (المكثف-العشوائي) وفق نظام الخرائط الذهنية على المجموعة الضابطة الأولى والتي لم تستخدم البرنامج التطويري وكذلك تفوق المجموعة الضابطة الثانية والتي كذلك استخدمت البرنامج التطويري على المجموعة الضابطة الأولى ولا سيما فقد أدى البرنامج التطويري الى تطور مجموعتي البحث التجريبية والضابطة الثانية معاً.

و يعزو الباحثون هذا التفوق الى ان البرنامج التطويري قد ساعد بشكل كبير في تطور الأداء الحركي لجميع أشكال مهارة الدرجة لدى الطالبات اعتماداً على أن الواجب الحركي الذي كلفت به الطالبات قد تم تعلمه عن طريق خريطة ذهنية مصممة وموضحة فيها التمارين المهارية المركبة إضافة الى التكرارات و اوقات الراحة الخاصة بمهارة الدرجة بأشكالها المختلفة

الاستنتاجات والتوصيات.:

الاستنتاجات.:

من خلال عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها تم التوصل الى:

- ان مجموعتي البحث التجريبية والمجموعة الضابطة الثانية أحدثت تطوراً واضحاً في الأداء الحركي لمهارة الدرجة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات عند المقارنة بين الاختبارين القبلي و البعدي.
- ان المجموعة الضابطة الأولى أحدثت تحسناً طفيفاً في الأداء الحركي لمهارة الدرجة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات عند المقارنة بين الاختبارين القبلي و البعدي.

التوصيات.:

- التأكيد على تدريس مادة كرة القدم للصالات في كليات التربية البدنية و علوم الرياضة في العراق معززةً باستخدام أنظمة الخرائط الذهنية لتسهيل عملية فهم الواجب الحركي مما يؤدي الى الحصول على نتائج عالية وبشكل ملحوظ في الأداء الحركي.
- التأكيد على استخدام التمارين المهارية المركبة لتطوير مهارة الدرجة بأشكالها المختلفة وكذلك بقية المهارات الحركية ولمختلف الألعاب الرياضية اذا كان الهدف من المنهاج تطوير مستوى الأداء الحركي لطالبات في كليات التربية البدنية و علوم الرياضة بكرة القدم للصالات.
- إجراء دراسات مشابهة على مهارات أخرى و في فعاليات أخرى.

المصادر والمراجع.:

إبراهيم، مروان عبدالمجيد ؛ طرق ومناهج البحث العلمي في التربية البدنية والرياضة :ط1، (عمان ، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، 2002).

الحديثي، خليل إبراهيم سليمان ؛ التعلم الحركي: (دمشق، دار العراب للدراسات والنشر، 2013).
الدليمي، ناهدة عبد زيد ؛ تأثيرات التداخل في أساليب التمرين على تعلم و تطور مستوى أداء مهاتري الإرسال الساحق و الضرب الساحق بالكرة الطائرة : (أطروحة دكتوراه ، غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002).

رشيد، نوفل فاضل ؛ تأثير استخدام بعض أساليب جدولة التمرين في المستوى البدني و المهاري والتحصيل المعرفي في مادة كرة القدم : (أطروحة دكتوراه ، غير منشورة ، جامعة موصل ، كلية التربية الرياضية، 2005).

شلش، نجاح مهدي ، صبحي، اكرم محمد ؛ التعلم الحركي ، ط2 : (دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، 2000).

عباس، محمد خليل و آخرون ؛ مدخل إلى مناهج البحث في التربية و علم النفس ، ط4 : (عمان ، دار الميسرة للنشر و الطباعة ، 2012).

عبدالحسين، وسام صلاح ؛ التعلم المتناغم مع الدماغ : ط1، (بيروت، دار الكتب العلمية ، 2015).

فان دالين، ديويولديب ؛ مناهج البحث في التربية و علم النفس ، ترجمة ، محمد نبيل نوفل ، وآخران : (القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، 1977).

محبوب، وجيه ؛ التحليل الحركي : (بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1987).

ملحق (1) نموذج الوحدة التطويرية

الهدف من الوحدة التطويرية

المرحلة الدراسية : الرابعة

الوحدة التطويرية رقم (1)

تطوير مهارة الدرجة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات .

عدد الطالبات : 16

تأريخ تنفيذ الوحدة التعليمية : / / 2018 .

زمن الوحدة التعليمية : (90) دقيقة

الهدف من الوحدة التعليمية	المرحلة الدراسية	عدد الطالبات	تأريخ تنفيذ الوحدة التعليمية	زمن الوحدة التعليمية	محتوى الوحدة التعليمية	التنظيم	الملاحظات
تطوير مهارة الدرجة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات .	الرابعة	16	/ / 2018 .	90 دقيقة	وقوف الطالبات على شكل نسق لأداء تحية بداية الدرس + أخذ الغياب المشي + الهرولة	<ul style="list-style-type: none"> - التأكيد على الحذر - التأكيد على ارتداء - تطبيق الاحماء م - تنفيذ التمارين ال 	
تطوير مهارة الدرجة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات .	الرابعة	16	/ / 2018 .	90 دقيقة	تشكيل دائرة و اعطاء تمارين للذراعين و الجذع و من ثم الرجلين	<ul style="list-style-type: none"> - التأكيد على توص في الجزء التعليمي في الجزء التطبيقي 	
تطوير مهارة الدرجة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات .	الرابعة	16	/ / 2018 .	90 دقيقة	شرح اداء مهارة الدرجة كالآتي: 1- وضع قدم الالارتكاز للخلف قليلاً وإلى جانب الكرة مثنية من مفصل الركبة وينتقل عليها مركز ثقل الجسم. 2- تحريك الرجل اللاعبة للكرة من الخلف للأمام على أن يدور مقدمة القدم للخارج قليلاً حيث يتم دفع الكرة بالجزء الداخلي للقدم وضرب الكرة من الخلف و الوسط . 3- ميل الجذع للأمام قليلاً كوضع الجري العادي على أن تعمل الذراعان على حفظ التوازن و توجي النظر الكرة لحظة ملامستها على أن ترتفعا لتكشفوا الملعب كله بعد ذلك . 4- اداء جميع ما سبق ذكره بحركة متسلسلة متكاملة . * تقديم طريقة أداء التمارين المهارية المركبة وفق نظام الخرائط الذهنية موضحاً فيها التكرارات ملحق A تعتمدهما الطالبة.	<ul style="list-style-type: none"> - التأكيد على توص في الجزء التعليمي في الجزء التطبيقي 	
تطوير مهارة الدرجة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات .	الرابعة	16	/ / 2018 .	90 دقيقة	التمرين (1) تنطلق الطالبة من خط البداية لأداء التمرين رقم (1) تقوم بدرجعة الكرة حول الشواخص الخمسة والتي مرتبة على شكل حرف (W) والمسافة بين كل شاخص والآخر (5م) وذلك بالجزء الداخلي للقدم ومن ثم الخارجي وبعدها بمقدمة القدم وبعد ذلك بوجه القدم واخيراً بأسفل القدم. التمرين (2) بعد الانتهاء من التمرين رقم (1) مباشرة تنطلق الطالبة الى التمرين رقم (2) تقوم بدرجعة الكرة بين و حول الشواخص الثلاث والتي مرتبة على التوالي والمسافة بين كل شاخص والآخر (10م) ذهاباً واياباً وذلك بالجزء الداخلي للقدم ومن ثم الخارجي وبعدها بمقدمة القدم وبعد ذلك بوجه القدم واخيراً بأسفل القدم.	<ul style="list-style-type: none"> - اداء التمارين و الممارسة الموزع - التأكيد على ادا المختلفة 	
تطوير مهارة الدرجة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات .	الرابعة	16	/ / 2018 .	90 دقيقة	التمرين (3) بعد الانتهاء من التمرين رقم (2) مباشرة تنطلق الطالبة الى التمرين رقم (3) تقوم بدرجعة الكرة حول الشواخص الأربعة والتي مرتبة بشك مربع والمسافة بين كل شاخص والآخر (5م) وذلك بالجزء الداخلي للقدم ومن ثم الخارجي وبعدها بمقدمة القدم وبعد ذلك بوجه القدم واخيراً بأسفل القدم.	<ul style="list-style-type: none"> - اداء التمارين و الممارسة الموزع - التأكيد على ادا المختلفة 	
تطوير مهارة الدرجة بأشكالها المختلفة بكرة القدم للصالات .	الرابعة	16	/ / 2018 .	90 دقيقة	التمرين (4) بعد الانتهاء من التمرين رقم (3) مباشرة تنطلق الطالبة الى التمرين رقم (4) تقوم بدرجعة الكرة بأي جزء من اجزاء القدم حسب الرغبة (حزب بين الشواخص (10) ذهاباً والمسافة بين كل شاخص والآخر (1م) ثم العودة الى خط البداية.	<ul style="list-style-type: none"> - اداء التمارين و الممارسة الموزع - التأكيد على ادا المختلفة 	

التأكيد على ه الطالبات	△△△△△△△△ △	لعبة ترويحية	10 دقائق
------------------------	---------------	--------------	----------

* الملحق (A) الزمن التقريبي وعدد التكرارات للجزء التطبيقي من القسم الرئيس للوحدة التطويرية

الملحق (A)

نموذج للزمن الكلي التقريبي وعدد التكرارات للجزء التطبيقي من القسم الرئيس للوحدة التطويرية بالأسلوب المكثف- العشوائي

الزمن الكلي

(2970 ثا) تقريباً (49.5 د)

تمرين	عدد التكرارات	من الكلي للتكرارات (ثانية)	الراحة بين التكرارات (ثانية)	من الراحة الكلية (ثانية)
1	20	2400 ثا	30 ثا	570 ثا
2				
3				
4				
مجموع	20	2400 ثا	30 ثا	570 ثا

