

تأثير التدريس بالمجمعات التعليمية باستخدام التمارين التوافقية لتحسين التوافق الحركي وبعض المهارات الهجومية بكرة السلة.

م.د. سعد عامر اسماعيل

saad.amer.ismail@gmail.com

الكلمات المفتاحية: كرة السلة , المجمعات التعليمية , التمارين التوافقية

الملخص

- التعرف الى تأثير استخدام التدريس بالمجمعات التعليمية وفق التمارين التوافقية لتحسين التوافق الحركي.
- التعرف الى تأثير استخدام التدريس بالمجمعات التعليمية وفق التمارين التوافقية لتحسين بعض المهارات الهجومية بكرة السلة , وفروض البحث والمجالات واستخدم الباحثان المنهج التجريبي وكذلك عينة البحث وهم طلاب المرحلة الثانية بقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة بكلية التربية الاساسية والبالغ عددهم (30) قسموا الى مجموعتين متساويتين تجريبيية والضابطة وشمل على عدد من الوحدات التعليمية والبالغ عددها (7) وحدات طبق على عينة البحث حيث تم استخدام التدريس بالمجمعات التعليمية باستخدام التمارين التوافقية على المجموعة التجريبية.

توصل البحث الى اهم النتائج منها

- اظهرت النتائج تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت التدريس بالمجمعات التعليمية والتمارين التوافقية في تحسن التوافق الحركي وتعلم بعض المهارات بكرة السلة (المنافسة الطويلة من فوق الكتف والطبقة والتهديف من خط الرمية الحرة) على المجموعة الضابطة.
- اظهرت النتائج تحسن المجموعة الضابطة التي استخدمت التدريس المتبع من قبل المدرس في تعلم بعض المهارات والتوافق الحركي بكرة السلة.

The effect of teaching in educational complexes using harmonic exercises to improve coordination and some offensive skills in basketball.

Dr. Saad Amer Ismail

Keywords: basketball, educational complexes, harmonic exercises

Abstract

It included the research from the introduction and the importance of the research and the goal of the research to-Knowing the effect of using teaching in educational complexes according to harmonic exercises to improve coordination.

-Identify the effect of using teaching in educational complexes according to consensual exercises to improve some offensive skills with basketball.

And the research hypotheses and fields. The researchers used the experimental method as well as the research sample. They are the (30) students of the second stage of the Physical Education and Sports Sciences Department of the College of Basic Education. Teaching was used in educational complexes using combination exercises on the experimental group. The research reached the most important results from them

-The results showed the superiority of the experimental group that used teaching in educational complexes and harmonic exercises in improving movement coordination and learning some skills with basketball (long handling from over the shoulder, chucking and scoring from the free throw line) over the control group.

-The results showed an improvement in the control group that used the teaching followed by the teacher in learning some skills and movement compatibility with basketball.

1- التعريف بالبحث.**1-1 المقدمة وأهمية البحث.**

في ظل التقدم العلمي والمعرفي الكبير في مجالات الحياة إذ باتت المعلومة تنتشر ساعة ولادتها، وإذ اتسع المجال لكل ذي فكرة نيرة ورأي سديد لنشرها عبر شبكات الانترنت لتكون موضوع بحث في حلقة دراسية دولية. في هذا المشهد يتوجب على مجاميع المعلمين الاستفادة من هذا الواقع للنهوض بالعملية التربوية بمختلف مستويات مؤسساتها التعليمية وقد أصبح لزاماً على مدرس التربية البدنية في مختلف مراحل الدراسة من رياض الاطفال الى الجامعية رعاية وتنمية اتجاه الأداء الصحيح للمهارات الرياضية بالقدر نفسه الذي يوليه لرعاية مستوى الانجاز وتطوره.

وبصفة عامة كان دور المعلم والمدرس في الماضي يقتصر على توصيل المعلومات ونقل المعرفة إلى الطلبة، الا انه اليوم مع المستجدات الحديثة ومع تحديات العصر الحديث أصبح دوره يتغير ويتجدد بوساطة مناهج إعداد حديثة تتماشى مع تحديات هذا العصر ومن العوامل المؤثرة بتطور درس التربية الرياضية هي طرائق التدريس وأساليب التعلم، والتي شهدت توسعاً واضحاً في السنوات الأخيرة، لما لها من أهمية في تعليم الطلبة ذو استثارة دوافعهم وحاجاتهم المعرفية والبدنية والمهارية.

وهو الامر الذي اغفلته عنه بحوث عديدة وهو رعاية مدرس التربية البدنية لاتجاهي صحة الاداء الفني ومستوى الانجاز عند الطلبة الذي يحتاج الى ما يسمى بالتدريس بالمجمعات التعليمية وهذا النوع من التدريس لا يتحقق الا بحسن اختيار وتطبيق طرائق التدريس وأساليب التعلم التي تعنى بتحسين الاداء وتطور مستوى الانجاز، إذ يعمل التدريس بالمجمعات التعليمية على "رفع مستوى ادارة الفرد لنفسه ومحيطه ، ووعيه لظموحاته ومشكلات مجتمعة ، وهذا يتطلب منه ان يكون ذا قدرة على التحليل والفهم ليس من خلال المراحل التعليمية فقط ولكن بصورة مستمرة ينتظر ان يمر بها الفرد المتعلم.

وان الالعب الرياضية كافة تطلب درجة خاصة من التوافق الحركي تتغير نسبها وحالاتها حسب نوع الرياضة الممارسة والمهارة المطلوبة وكاد لا تخلو أي نوع من الرياضات من ذلك التوافق ومن ضمنها كرة السلة التي تعد من الالعب الأكثر انتشارا في العالم والممارسة من قبل الجنسين وتضم مجموعة من المهارات الدفاعية والهجومية والمركبة والتي تتطلب مجموعة من القدرات البدنية والحركية وبهذا فمن الطبيعي يتم التوافق بين اجهزة الجسم من اجل ادراك واخراج المهارة بالشكل الصحيح وعالي الدقة وكون القدرة التوافق احد الاعمدة الاساسية في بناء الاداء الحركي والمهاري الصحيح ولأيمكن التغافل عنة في كل الحالات . ومن هنا تكمن أهمية البحث في محاولة تحقيق التدريس والتعلم الفعال بتطبيق التدريس بالمجمعات التعليمية وادراج التمارين التوافقية في عملية التعلم وتحسين التوافق الحركي وتعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة.

1-2 مشكلة البحث

ان كرة السلة احدى الالعب الرياضية التي تتطلب مجموعة من القدرات الحركية والبدنية من اجل اخراج الجانب المهاري بشكل رائع و متميز , فهي تتطلب اتقان المهارات الهجومية والدفاعية وهي تتطلب التمكن الحركي الذي يستمد من القدرات الحركية ومن ضمنها التوافق الحركي احدى اهم الدعائم الاساسية للحركات ,ان من خلال تجوال الباحثان للمدارس عديدة في بغداد اثناء تطبيق الطلاب لاحظ ان الكثير من المدرسين لا يؤكدون على استخدام الطرق الحديثة بالتدريس والتي تعطي الحرية للفرد وتعمل على اعتماده على نفسه في بعض المهام وكذلك لاحظوا الضعف في استخدام التمارين التوافقية التي تعطي للمتعم التمكن من تعلم واداء المهارات واستنادا الى ذلك عمل الباحثان بالتوصيات التي اوصى بها بعض الباحثون بهذا العمل بأجراء هذه الدراسات التي اخذها الباحثان بنصب اعينهم فقاموا بدراسة هذه المشكلة.

1-3 اهداف البحث

- التعرف الى تأثير استخدام التدريس بالمجمعات التعليمية وفق التمارين التوافقية لتحسين التوافق الحركي.
- التعرف الى تأثير استخدام التدريس بالمجمعات التعليمية وفق التمارين التوافقية لتحسين بعض المهارات الهجومية بكرة السلة.

4-1 فروض البحث

- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات القبلية ونتائج الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في تحسن التوافق الحركي وتعلم بعض المهارات بكرة السلة..
- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في التوافق الحركي وتعلم بعض المهارات بكرة السلة ولصالح المجموعة التجريبية.

5-1 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري. طلاب مرحلة الثانية قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة - كلية التربية الاساسية - الجامعة المستنصرية

1-5-2 المجال الزمني. من 2020/11/15 الى 2021/1/21

1-5-3 المجال المكاني. القاعة الداخلية بقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة - كلية التربية الاساسية.

2- منهجية البحث وجرائه الميدانية

1-2 منهج البحث. استخدم الباحثان المنهج التجريبي.

2-2 عينة البحث: تتمثل عينة البحث بطلاب المرحلة الثانية بقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة كلية التربية الاساسية الجامعة المستنصرية للعام الدراسي 2020-2021 واختيرت بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (70) طالب حيث تم استبعاد الطلاب الغير ملتزمين والطالبات ومن دخلوا بالتجربة الاستطلاعية والبالغ عددهم (40) وبذلك اصبحت العينة (30) طالب حيث شكلت نسبة (42,85%) وهم موزعين على ثلاث شعب، اصبحت شعبة (أ) وشعبة (ب) وإذا تم اختيار شعبة (أ) لتكون المجموعة التجريبية وشعبة (ب) لتكون المجموعة الضابطة.

2-3 تجانس العينة: قام الباحثان بأجراء التجانس في بعض معدلات النمو (الطول، العمر، الوزن) وكما مبين في الجدول (1).

جدول (1) يبين تجانس العينة

الوسائل الإحصائية معدلات النمو	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
العمر	19,20	0,33	19,00	2,44
الوزن	74,90	6,00	75,00	0,20
الطول	169,20	5,40	169	0,30

وتبين من الجدول ان معامل الالتواء في معدلات النمو هو محصور بين الحدود الحقيقية (3+) وبذلك فان العينة متجانسة.

4-3 ادوات البحث ووسائل جمع المعلومات

- كرات سلة قانونية.
- ملعب كرة السلة قانوني.
- شريط قياس.
- ميزان طبي.
- ساعة توقيت الكترونية.
- حاسبة يدوية نوع SONY.
- قفاز عدد 4.
- شواخص
- شريط لاصق.
- حبال
- طباشير ملون

5-2 الاختبارات المستخدمة بالبحث

1- اسم الاختبار: رمي واستقبال الكرات. (ريسان خريط: 1999. 182)

- الغرض من الاختبار: قياس التوافق بين العين والذراع
2-(اختبار الطبطة العالية لمسافة 20 م بالذراع المسيطرة) (فرس سامي: 2000. 101)
- الغرض من الاختبار: قياس سرعة الطبطة العالية.
3- اختيار المناولة بيد واحدة من فوق الكتف (الطويلة) (فانز بشير ومؤيد عبد الله: 1987, 209)
الغرض من الاختبار: قياس دقة التمرير بيد واحدة من فوق الكتف على الهدف.
الحد الأقصى للدرجات هو 30 درجة.
4 - اختبار الرمية الحرة: (محمد حسن ومحمد نصر: 1987, 388)
الغرض من الاختبار: قياس دقة تهداف الرمية الحرة من خلف خط الرمية الحرة.
2-6 التجربة الاستطلاعية.

عمد الباحثان الى اجراء التجربة الاستطلاعية. على عينة من الطلاب الذين تم استبعادهم من التجربة الرئيسية وعددهم (10) في يوم الاحد 15 / 11 / 2020 واعيدت التجربة بعد مرور سبعة ايام في 22/11/2020. وقد استفاد الباحثان من التجربة.

- معرفة كفاءة الادوات والفريق العمل المساعد ومعرفة الزمن اللازم لشرح الاختبارات وتطبيقها.
وان الاختبارات المستخدمة في البحث حاصلة على الاسس العلمية وقد تم تطبيقها على البيئة العراقية وحاصلة على الاسس العلمية ولكن عمد الباحثان للأجراء الاسس العلمية وكما مبين بجدول (2).

جدول (2) يبين الصدق والثبات والموضوعية

المتغيرات	الصدق	الثبات	الموضوعية
التوافق	0,90	0,81	0,94
الطبطة	0,92	0,85	0,95
المناولة من فوق الكتف	0,94	0,88	0,96
التهدف من خط الرمية الحرة	0,94	0,89	0,96

3-7 الاختبارات القبليّة.

عمد الباحثان الى اجراء الاختبارات القبليّة بتاريخ 25-26/11/2020. على القاعة الرياضية المغلقة بقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة بكلية التربية الاساسية وعلى يد الاساتذة المختصين.

3-8 التجربة الرئيسية ادخال التدريس بالمجمعات التعليمية والتمرينات التوافقية.

عمد الباحثان الى ادخال التدريس بالمجمعات التعليمية بالمنهج المتبع لمديرية تربية بغداد -قسم الشؤون الفنية/المناهج والكتب للمرحلة الاعدادية وعمدوا كذلك بإعداد وحدات تعليمية متضمنة تمارين توافقية وادخالها ضمن المنهاج والتي بلغت عددها (7) وحدات تعليمية وبدأت بتطبيقها من (2/12/2020) الى (19/1/2021) كانت اخر وحدة تعليمية مقسمة الى (2) وحدة تعليمية للمناولة الطويلة من فوق الكتف (2) وحدة تعليمية للطبطة و(3) وحدات تعليمية للتهدف من خط الرمية الحرة وعمد الى ادخال التمارين التوافقية في الوحدات التعليمية المخصصة للمهارات المختارة والتي استغرقت لمدة 4 اسابيع بواقع وحدة تعليمية اسبوعيا وبزمن الوحدة التعليمية (90د) واستغرقت الزمن الكلي للوحدات (630 د) .

3-9 الاختبارات البعدية.

تم اجراء الاختبارات البعدية في يوم 20-21/1/2021.

3-10 الوسائل الاحصائية.

تم معالجة البيانات الاحصائية باستخدام الحقيبة الاحصائية (SPSS).

3- عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

3-1- عرض وتحليل النتائج.

3-1-1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعتين التجريبية والضابطة للتوافق والمهارات بكرة السلة.

جدول (3)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة والجدولية في الاختبارات القبلية والبعديّة للتوافق والمهارات بكرة السلة للمجموعتين.

الدالة	قيمة T الجدولية	قيمة T المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المجموعة	القدرات والمهارات
			ع	+س	ع	+س		
معنوي	1,76	24,35	0,59	8,04	0,46	3,46	التجريبية	التوافق
معنوي		13,40	0,64	6,25	0,56	3,44	الضابطة	
معنوي		19,0	0,85	19,20	1,30	11,15	التجريبية	المنافسة الطويلة من فوق الكتف
معنوي		8,01	0,96	15,60	1,40	10,90	الضابطة	
معنوي		6,21	1,23	10,90	1,90	13,70	التجريبية	الطبقة
معنوي		2,60	1,91	11,91	1,88	13,73	الضابطة	
معنوي		7,60	1,05	7,14	0,97	3,70	التجريبية	التهديف من خط الرمية الحرّة
معنوي		5,12	0,85	4,80	1,0	3,30	الضابطة	

* بلغت قيمة (T) الجدولية (1,76) وتحت مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (14).

يتضح من خلال جدول (3) بان قيمة (T) المحسوبة للمجموعة التجريبية لمهارة التوافق بلغت (24,35) وهي أكبر من قيمة (T) الجدولية وهذا يدل على وجود فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدي. وللمجموعة الضابطة بلغت قيمة (T) المحسوبة (13,40) وهي أكبر من قيمة (T) الجدولية وهذا يدل على وجود فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدي.

ولمهارة المناولة الطويلة من فوق الكتف للمجموعة التجريبية بلغت قيمة (T) المحسوبة (19,0) وهي أكبر من قيمة (T) الجدولية وهذا يدل على وجود فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدي. وللمجموعة الضابطة بلغت قيمة (T) المحسوبة (8,01) وهي أكبر من الجدولية وهذا يدل على وجود فروق معنوية لصالح الاختبار البعدي.

وبلغ للمجموعة التجريبية لمهارة (الطبقة) قيمة (T) المحسوبة (6,21) وهي أكبر من الجدولية البالغة وهذا يدل على وجود فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدي. وللمجموعة الضابطة بلغت قيمة (T) المحسوبة (2,60)

وهي أكبر من الجدولية البالغة وهذا يدل على وجود فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدي.

فيما بلغت للمجموعة التجريبية لمهارة (التهديف من خط الرمية الحرة) قيمة (T) المحسوبة (7,60) وهي أكبر من الجدولية وهذا يدل على وجود فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدي. وللمجموعة الضابطة في مهارة (التهديف من خط الرمية الحرة) بلغت قيمة (T) المحسوبة (5,12) وهي أكبر من الجدولية البالغة وهذا يدل على وجود فروق معنوية لصالح الاختبار البعدي.

يتبين من خلال الجدول (3) بان المجموعة التجريبية الاولى والثانية تقدمت في اختبارات التوافق و المناولة الطويلة من فوق الكتف والطبقة والتهديف من خط الرمية الحرة) ولصالح الاختبار البعدي ويعزو الباحث ذلك الى ان استخدام التدريس بالمجموعات التعليمية و إدخاله ضمن المنهاج التعليمي والذي يعتمد على التعلم الذاتي الذي يجعل المتعلمين اكثر ايجابية ويجعل منه اكثر اعتماد علة نفسه في عملية التعلم ويعمل

على اعطاء حرية للمتعلم في الاختيار الي يوصله الى تحقيق الاهداف المرسومة ويعمل المعلم على الارشاد والتوجيه وتقديم التغذية الراجعة (ان المجموعات التعليمية هي تعتمد على ان كل فرد يتميز في خلفيته وسرعته في التعلم فضلا عن اساليب تدريسية وطريقة تنشيط دورة في العملية بحيث يصبح المتعلم محور العملية التعليمية في الوقت الذي يكون للمعلم دور المرشد والمساعد للمتعلم). (محمود عايش:2004, 332)

وكذلك عملت على اعطاء الفرصة جيدة للمتعلمين من استخدام الامثل للوقت المخصص وعدم الهدر وان للتمرينات التوافقية التي لها الاثر الواضح في تقدم المجموعة التجريبية في جميع المتغيرات حيث اعدت بشكل ملائم مع عينة البحث من حيث التقدير الوضع قدرة التوجه بالنسبة للزمان والمكان والتحكم بحركة الجسم في المكان والزمان وادراك وضع الجسم وتغيراته بالنسبة للملعب والحركة والقدرة على الربط الحركي والتنسيق وهذه تعطي نوعية التمارين التوافقية التي اعدت من قبل الباحث والتي ركز فيها على تحسين التوافق الحركي بين اجزاء الجسم والمهارات في كرة السلة التي طورت حركة الحركة للذراعين (ان التدريب على تمارين سرية الاستجابة والربط الحركي بين حركات ضمن ايقاع سيؤدي الى تطور السرعة الحركية للجسم وتظهر من خلال انتقال الجسم ككل او في حركات الاطراف العليا). (Tamas 1988,p176)

3-1-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة للتوافق وبعض المهارات بكرة السلة.

جدول (4).

يبين اوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين البعديين للمجموعتين التجريبية والمجموعة الضابطة للقدرات الحركية والمهارية بكرة السلة.

المهارات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية	الدلالة
	س	ع	س	ع			
التوافق	8,04	0,59	6,25	0,48	10,29	1,70	معنوي
المناولة الطويلة من فوق الكتف	19,20	0,85	15,60	0,96	9,95		معنوي
الطبطة	10,90	1,21	11,91	1,91	1,89		معنوي
التهديف من خط الرمية الحرة	7,14	1,05	4,80	0,85	8,90		معنوي

* بلغت قيمة (T) الجدولية (1,70) وتحت مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (28).

يتبين من جدول (4) ان هناك فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين التجريبية والمجموعة الضابطة في نتائج الاختبار البعدي للتوافق الحركي والمهارات بكرة السلة اذ تشير النتائج الى قيمة (t) المحسوبة والبالغة (10,29) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية في اختبار التوافق مما يؤكد الى وجود فروق معنوية بين المجموعتين في الاختبار ولصالح المجموعة التجريبية. وكذلك يتبين في اختبار المناولة الطويلة من فوق الكتف فنجد ان قيمة (t) المحسوبة بلغت (9,95) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية وهذا يؤكد على وجود فروق معنوية بين المجموعتين في هذا الاختبار ولصالح المجموعة التجريبية. وكذلك يتبين في مهارة (الطبطة) فنجد ان قيمة (t) المحسوبة بلغت (1,89) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة وهذا يؤكد على وجود فروق معنوية بين المجموعتين في هذا الاختبار ولصالح المجموعة التجريبية. وكذلك في اختبار التهديف من خط الرمية الحرة فنجد ان قيمة (t) المحسوبة بلغت (8,90) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة وهذا يؤكد على وجود فروق معنوية بين المجموعتين في هذا الاختبار ولصالح المجموعة التجريبية.

نلاحظ من الجدول (4) بان المجموعة التجريبية التي تم ادخال التدريس بالمجموعات التعليمية بالمنهاج كانت اكثر تأثير في تحسن وتطور التوافق الحركي والمهارات بكرة السلة وهذا يؤكد على فاعلية التدريس بالمجموعات التعليمية وفق التمارين التوافقية التي تناسقت ضمنا مع تعلم المهارات وهي قد أدت بدور فعال

لتقدم المجموعة التجريبية وحيث ان المجمع التعليمي عبارة عن وحدة تعليمية تشمل موضوعا محددا وتحتوي على عناصر للتعليم قد تكون محتفلة ومتعددة هدفها الاساسي زيادة تفاعل الطالب ومشاركته الفعالة في الانشطة المتنوعة التي توفر المجمع التعليمي للوصول للهدف التعليمي المحدد للوحدة التعليمية وبإتقان عالي (ان التدريس بالمجمعات التعليمية تعطي شعورا للطالب بقيمة الانجاز الذي يحققه طبقا لهدف معين مناط به ومحدد وفي فترة زمنية محددة وقصيرة) (مجدي عزيز: 1999, 694).

وان تنظيم الوحدات التعليمية الخاصة بالتدريس بالمجمعات التعليمية للمتغيرات قيد الدراسة حيث تم تصميم النشاطات على وفق حاجات الموضوع والهدف المحدد ومراعاة التتابع في عرض محتوى المهارات ومراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين وكذلك وضعت مجموعة من التمارين التي تتيح للمتعلمين فرصة في الممارسة واداء الواجب القيام به في المواقف التعليمية (ان التدريس بالمجمعات التعليمية تتميز بانها توفر المرونة في اختيار الانشطة وتعلمة حسب سرعته الخاصة وقدرته الذاتية في التعلم وتوفر الظروف التي تعطي للمتعلم دور ايجابي في كل موقف تعليمي بجرية).

(Robert,m;,1999,p90).

وان المجمعات التعليمية لها اهمية ودور وضع الاهداف وتحديدها المرسومة وعلى دافعية الطلاب في تحقيق التحسن في الاداء وتعمل على زيادة فرص التعلم وكذلك التفاعل بين المتعلمين انفسهم وكذلك التفاعل بين المتعلمين والمعلم وان كذلك تتيح لدى المعلم استخدام الوسائل التعليمية التي تعمل على تسهيل اجراءات الدرس وتوضيح مسارات الدرس (ان ما يميز الوسائل التعليمية هو السماح للطالب ان يعمل بمفرده حتى يتمكن من التعبير عن قدراته بحرية كاملة دون ان يعيق اداء زملائه كما تفتح امام المدرس افاق واسعة للتنوع والتغيير بسهولة لتحقيق اغراض واهداف الدرس).

(عفاف عبد المنعم: 1998, ص101)

وان للتمارين التوافقية لها اثر في تحسن التوافق الحركي وتقدم المهارات بكرة السلة حيث ان التمارين اختيرت بصورة منظمة ومتدرجة بالصعوبة ومتناسقة بين الاطراف الجسم وان لها التأثير الوظيفي في تنمية التوافق الذي يحصل بين الجهاز العصبي والعضلي والتي يشترك فيها قدرات بدنية (ان تنمية التوافق تعد أحد الاهداف الرئيسية للتربية البدنية).

(bourqouin,o: ,2003,p76).

ويرى الباحثون ان التحسن والتطور للتوافق الحركي يأتي عن طريق تنفيذ التمارين التي ادخلت على المنهاج المتبع والتي تم تنفيذها من قبل المتعلمين وهي كانت ممه وضرورية من اجل تحسن التوافق والمهارات بكرة السلة (ان التمايز الحركي ورد الفعل هي اهم القدرات التوافقية وبالتالي يمكن اعتبار ان التمارين التوافقية تستهدف تلك القدرات ومكملة للدورات التعليمية او التدريبية وتحسن عملية التعلم). (احمد عريبي,2002,ص15)

وان التقدم الذي حصل على المجموعة التجريبية وعلى مهارات المناولة الطويلة من فوق الكتف ومهارة الطبطبة والتهديف من خط الرمية الحرة ذلك لان المهارات تتطلب التوافق بين الذراع والنظر والذراع وبقية اطراف واعضاء الجسم ويتطلب التوافق العصبي والعضلي حيث تم اختيار التمارين الملائمة لهذا التوافق والتمارين المناسبة لهم التي تعمل على خدمة متطلبات المهارات المختارة والتي صممت بدقة وتخطيط عالي لتحقيق الهدف (التخطيط هو الوسيلة المهمة التي تعمل على تحديد الهدف الموضوع في الخطة بدقة ويمنع الاعتماد على التشتت). (نجاح مهدي شلش ومازن عبد الهادي. 2010، 71)

ان التمارين التي تضمنت القدرة على رد السريع او عودة المناولة او التهديف والطبطبة بسرعة مهم التي عملت على تطوير القدرات البدنية والحركية للمتعلمين مما عكس ايجابيا على تحسن المهارات (ان القدرات التوافقية العناصر الاساسية للمهارة الرياضية وممارسة تلك القدرات مع تمارين محددة سيؤدي الى نتيجة أفضل في تحسين اسلوب تلك المهارات وان قدرات التوافق مثل التوجه والتمايز ورد الفعل والتوازن وغيره والمهارات التقنية وهي اجزاء رئيسية لممارسة لاعبي كرة السلة).

(zwierko,t,lesiakowski,p,2005,p127.)

وان من خلال ذلك نلاحظ ان تقدم المجموعة التجريبية التي استخدمت التدريس بالمجمعات التعليمية والتي استخدمت التمارين التوافقية في جميع المتغيرات ونلاحظ ان المجموعة الضابطة كدك قد تقدمت في تعلم المهارات والتوافق بكرة السلة.

4- الاستنتاجات

- اظهرت النتائج تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت التدريس بالمجمعات التعليمية والتمرينات التوافقية في تحسن التوافق الحركي وتعلم بعض المهارات بكرة السلة (المناولة الطويلة من فوق الكتف والطبقة والتهديف من خط الرمية الحرة) على المجموعة الضابطة.
- اظهرت النتائج تحسن المجموعة الضابطة التي استخدمت التدريس المتبع من قبل المدرس في تعلم بعض المهارات والتوافق الحركي بكرة السلة.

المصادر

- ابو العلا احمد عبد الفتاح: التدريب الرياضي الاسس الفسيولوجية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1997.
- احمد عريبي: تخطيط التدريب في كرة اليد، ط1، مكتب الفاروق، بغداد، 2002.
- ريسان خريط: موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية، ج1، جامعة البصرة، دار الكتب والوثائق، 1989.
- عفاف عبد المنعم: الامكانيات في التربية البدنية، الاسكندرية، منشأة المعارف، 1998.
- مجدي عزيز: استراتيجيات التعليم واساليب التعلم، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية.
- فائز بشير. ومؤيد عبد الله: كرة السلة، الموصل، 1987.
- فارس سامي: تحديد مستويات معيارية لبعض القدرات البدنية والمهارية الهجومية بكرة السلة في العراق بأعمار (17 و18) سنة. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2000.
- محمود عايش: اساليب تدريس العلوم، ط1، دار الشرق للتوزيع والنشر، عمان، 2004.
- يسرى مصطفى: استراتيجيات تعليم تساهم في تنمية التفكير الابداعي، 2003.
- نجاح مهدي شلش ومازن عبد الهادي: مبادئ التعلم الحركي، النجف الاشرف: دار الضياء للطباعة والنشر، 2010.

-bourquain,o:coordination in strength and conditioning for tenins,AQ Machar reid,and Miguel cresco.london,uk,international tennis federation,itff ltd,2003.

-Robert,m;the what why &how of cooperative learning,social studies,1999

**Statistical package for social sciences.

-Tamas Ajan;Lazar baroga weight lifting for all sports international weight lifting federation szechengi printing House Hungary,1988,.

-zwierko,t,lesiakowski,p,&florkiewick,b,selected aspects of motor coordination in young basketball players,human movement science,6,2005