

تأثير تمرينات فوق التعلم لتطوير مستوى أداء بعض المهارات الاساسية بكرة القدم

م.م. محمد سلمان شبيب

الجامعة المستنصرية / كلية العلوم

Ms1171987ms@ gmail.com

الكلمات المفتاحية : تمرينات فوق التعلم ، مستوى الأداء ، المهارات الاساسية بكرة القدم.

مستخلص البحث باللغة العربية

يهدف البحث الى التعرف تأثير تمرينات فوق التعلم لتطوير مستوى أداء بعض المهارات الاساسية بكرة القدم. وقد تمثلت عينة البحث بلاعبي منتخب كرة القدم / كلية العلوم / الجامعة المستنصرية وقد تم اختيار اللاعبين عشوائياً بواقع مجموعتين ضابطة وتجريبية كل مجموعة (٨) لاعبين . وقد تم اجراء التجربة الرئيسية في الفترة من ٢/١٢ / ٢٠٢٤ ولغاية ٣ / ٢٨ / ٢٠٢٤ . وتم معالجة ابيانات احصائياً بأستعمال (SPSS) وقد توصل الباحث الى عدة استنتاجات منها إن تمرينات فوق التعلم كانت الاكثر تأثيراً في تنمية مستوى أداء بعض المهارات الاساسية بكرة القدم. وأوصى الباحث بضرورة استخدام تمرينات فوق التعلم في نظام التعليم الجامعي والاكاديمي.

**The effect of training on learning and the level of performance of some basic
football skills**

Asst. Muhammed Salman Shabib

University of Baghdad\ College of Physical Education and Sports Science

Ms1171987ms@ gmail.com

The research aims to identify the effect of meta-learning exercises to develop the level of performance of some basic skills in football. The research sample was represented by players from the football team / College of Science / Al-Mustansiriya University. The players were randomly selected into two groups, control and experimental, each group having (8) players. The main experiment was conducted in the period from 2/12/2024 until 3/28/2024. The data was processed statistically using (SPSS), and the researcher reached several conclusions, including that meta-learning exercises were the most effective in developing the level of performance of some basic skills in football. . The researcher recommended the need to use meta-learning exercises in the university and academic education system.

١- التعريف بالبحث :

١-١ المقدمة وأهمية البحث :

ان تحقيق المهام الجديدة والعصرية للتربية البدنية وعلوم الرياضية يتطلب الخروج عن نظام التدريس المتبع والمعلومات القديمة المكررة من مصدر الى اخر فالمدارس المستقبلية للتربية البدنية وعلوم الرياضية تنادي بتحديث وتطوير المناهج ومحتواها واساليب تدريسها، وذلك لأحداث التعلم الافضل ومن ثم نشر الثقافة الرياضية من خلال المراجع والمصادر الحديثة . وهذا لا يتوافر الا بوجود تدريسي قادر على أن يضع منهاجاً تعليمياً يثير اهتمام الطلبة ويحفزهم على استعمال قدراتهم الإبداعية خلال الوحدة التعليمية ونظرا للانتشار الواسع الذي شهدته لعبة كرة القدم و لما تتمتع به من مهارات وخطط واحداث ونظرا لتوفر العديد من الطرائق والأساليب التي تسهم في الاقتصاد بالجهد والوقت لتعلم المهارات الاساسية ومن أهمها تمرينات فوق التعلم والتي تعد أحد أساليب التدريس الحديثة من هنا تبرز أهمية البحث في إمكانية تأثير تمرينات فوق التعلم في تطوير مستوى الاداء بعض المهارات الاساسية بكرة القدم.

١-٢ مشكلة البحث :

خلال ملاحظة الباحث كونه احد الحكام الدوليين بكرة القدم وكونه ضمن الكادر التدريسي تمكن من الوقوف على الضعف الواضح لاعبي منتخب كرة القدم في كلية العلوم عند تعلم المهارات الاساسية بكرة القدم وذلك بسبب الاساليب التقليدية المتعبة والمتمثلة اغلب الاحيان بالأسلوب الامري وكذلك التباين في مستوياتهم ، وبالتالي يتطلب من المدرس التفكير الدائم في إيجاد وتطبيق أساليب من شأنها ان ترفع من مستوى التعلم ، لذا عمد الباحث دراسة هذه المشكلة ووضع الحلول المناسبة لها من خلال إعداد تمارين فوق التعلم تسهم في رفع مستوى الاداء المهاري لديهم .

١-٣ أهداف البحث: التعرف على

- ١- تأثير تمرينات فوق التعلم لتطوير مستوى أداء بعض المهارات الاساسية بكرة القدم.
- ٢- دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة لتطوير مستوى أداء بعض المهارات الاساسية بكرة القدم.

١-٤ فروض البحث:

- ١- وجود فروق دالة إحصائياً بين الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية لصالح الاختبارات البعدية .
- ٢- وجود فروق دالة إحصائياً في الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية .

١-٥ مجالات البحث

١- المجال البشري : لاعبي منتخب كرة القدم / كلية العلوم / الجامعة المستنصرية .

٢- المجال الزمني : الفترة من ٢٠٢٤/ ٢/١٢ إلى ٢٠٢٤ / ٣ / ٢٨ .

٣- المجال المكاني : الملعب الخارجي في كلية العلوم / الجامعة المستنصرية .

١-٦-٦ تحديد المصطلحات :

فوق التعلم over learning : هو تدريب المتعلمين مستوى المهارة الجيدة للحفاظ على المستوى مع توقع التطور في المحاولات والتدريب الناتج عن قابلية الاستجابة الصحيحة ، وهو يدعى فوق التعلم ، ويعني الاستمرار او المواصلة بالتمرين بعد الانتهاء من مقدار التعلم الأول الذي يؤدي بالتأكيد الى معيار جيد (Schmidt 2008, p 34)

٢-٢-٢ منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

٢-٢-١ منهج البحث : تم استخدام المنهج التجريبي بطريقة المجموعتين المتكافئتين لملائمتها لطبيعة مشكلة البحث .

٢-٢-٢ مجتمع وعينة البحث : تمثل مجتمع البحث بلاعبي منتخب كرة القدم في كلية العلوم الجامعة المستنصرية و كان عددهم (٢٠) لاعب وقد تم تقسيمهم الى مجموعتين تجريبية وضابطة كل مجموعة (٨) لاعبين ، اما اللاعبين المتبقين و عدد (٤) تم اختيارهم بطريقة عشوائية من مجتمع البحث فهم يشكلون افراد التجربة الاستطلاعية وفي ضوء ذلك قام الباحث بأجراء التكافؤ وتجانس لمجموعتي البحث قبل تطبيق البرنامج المعد من قبل الباحث .

جدول (١)

يبين التجانس في متغيرات البحث

ت	المتغيرات	وحدة القياس	س	ع	معامل الاختلاف
١	الطول	سم	١٦٩,٤٨	٣,٨٢	١٩,٧٤
٢	الوزن	كغم	٧٣,٤٨	٤,١٦	١٨,٤٣
٣	العمر الزمني	سنة	٢١,٣٧	٠,٥٧	٠,٨٣
٤	العمر التدريبي	شهر	٢٧,١٥	١,٦١	٣,٤٦

يتضح من الجدول اعلاه ان جميع قيم معامل الاختلاف اقل من (٣٠) مما يدل على التجانس لأفراد عينة البحث .



جدول (٢)

يبين تكافؤ عينة البحث

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		معامل الاختلاف	T قيمة
			ع	س	ع	س		
١	المناوله	درجة	0.75	3.14	0.18	3.89	2.92	1.64
٢	دحرجه	زمن	1.78	35.16	2.67	32.41	5.68	2.11
٣	تهديف	درجة	0.84	2.01	1.56	3.48	31.05	2.53

٣-٢ وسائل جمع البيانات:

استخدم الباحث الأجهزة والأدوات المناسبة لاستكمال متطلبات البحث .

٤-٢ اختبارات البحث: استخدم الباحث مجموعة من الاختبارات الملائمة لموضوع البحث

١- اختبار دقة التهديف .(كاظم, ٢٠٠٤, ص١٩).

٢ اختبار دقة المناولة (كامل, ١٩٩٨, ص٢٣).

٣- اختبار دحرجة الكرة بين (٦) شواخص والتسديد على الهدف (محمود, ٢٠٠٧, ص١٩)

٥-٢ التجربة الاستطلاعية : قام الباحث بإجراء دراسته الاستطلاعية يوم الأربعاء المصادف

١٤/٢/٢٠٢٤م على (٤) لاعبين تم اختيارهم بطريقة عشوائية من مجتمع البحث، للتعرف على المعوقات التي قد تواجه مجريات البحث .

٦-٢ إجراءات البحث الميدانية :

٦-٢-١ الاختبارات القبليّة : بعد استكمال كافة متطلبات التجربة الرئيسية قام الباحث بأجراء فحص

أولي لمقدار التعلم لمستوى أداء بعض المهارات الأساسية بكرة القدم في يوم الأحد الموافق

١٨/٢/٢٠٢٤ لمعرفة مقدار التعلم للمجموعتين قبل البدء في المنهج المعد وبمساعدة فريق العمل المساعد . وقد تبين ان مستوى أداء بعض المهارات الأساسية بكرة القدم كان متقارب في مقدار التعلم ولكلا المجموعتين التجريبية والضابطة .

٦-٢-٢ المنهج التعليمي : تم تطبيق المنهج التعليمي للمجموعتين الضابطة والتجريبية للمدة من

٢٠٢٤/٢/٢٢ ولغاية ٢٠٢٤/٣/٢٢ بواقع (٣) وحدة تعليميتين في الأسبوع إذ بلغت عدد الوحدات

(١٢) .



• المجموعة التجريبية: طبقت المجموعة التجريبية المنهج التعليمي وباستعمال تمرينات فوق التعلم في القسم الرئيسي من المنهج اذ قام الباحث بإعداد هذه التمرينات والخاصة بتطوير مستوى أداء بعض المهارات الاساسية بكرة القدم.

• المجموعة الضابطة: طبقت المجموعة الضابطة المنهج التعليمي المتبع من قبل المدرس والخاص بتعليم مستوى أداء بعض المهارات الاساسية بكرة القدم.

٢-٦-٣ الاختبارات البعديه: بعد الانتهاء من تطبيق المنهج التعليمي قام الباحث بإجراء الاختبارات البعديه في يوم الاحد ٢٤/٣/٢٠٢٤ وبنفس شروط الاختبارات القبليه وبمساعدة فريق العمل المساعد.

٢-٧ الوسائل الإحصائية: استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية spss

٣- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها.

جدول (٣)

يبين نتائج الاختبارات القبليه والبعديه للمجموعة الضابطة

الاختبارات	وحدة القياس	الأختبار القبلي		الأختبار البعدي		قيمة (t) المحسوبة	الدلالة
		س	ع	س	ع		
١ المناولة	درجة	3.14	0.75	٥,٧١	٠,٤٧	١,٩٥	معنوي
٢ دحرجة	زمن	35.16	1.78	٣٣,٠٥	٢,٤٦	٣,٤٠	معنوي
٣ تهديف	درجة	2.01	0.84	٥,٠٩	٠,٨٤	٢,٣٨	معنوي

• قيمة (ت) الجدولية عند درجة الحرية (٧ = ١-٨) و مستوى دلالة (٠,٠٥) تساوي (٢,٣٦)

(

جدول (٤)

يبين نتائج الاختبارات القبليه والبعديه للمجموعة التجريبية

الاختبار	وحدة القياس	الأختبار القبلي		الأختبار البعدي		قيمة (t) المحسوبة	الدلالة
		س	ع	س	ع		
١ المناولة	درجة	3.89	0.18	٦,٠٦	٣,٠١	1.95	معنوي
٢ دحرجة	زمن	32.41	2.67	٣١,٠١	٢,١١	3.40	معنوي
٣ تهديف	درجة	3.48	1.56	٧,١٨	٠,٢٤	2.38	معنوي



- قيمة (ت) الجدولية عند درجة الحرية (٨-١ = ٧) و مستوى دلالة (٠,٠٥) تساوي (٢,٣٦)

(

جدول (٥)

يبين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة

ت	الاختبارات	وحدة القياس	التجريبية		الضابطة		قيمة (t) المحسوبة	الدلالة
			س	ع	س	ع		
١	المناولة	درجة	6.06	3.01	5.71	0.47	٦,٣٨	معنوي
٢	دحرجة	زمن	31.01	2.11	33.05	2.46	٣,١٥	معنوي
٣	تهديف	درجة	7.18	0.24	5.09	0.84	٥,٠٧	معنوي

- قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (٨+٨-٢ = ١٤) ومستوى دلالة ٠,٠٥ تساوي (٢,١٤)

(

جدول (٦)

يبين مقدار التعلم للمجموعتين التجريبية والضابطة للاختبار القبلي والبعدى لاختبار مستوى أداء بعض المهارات الاساسية بكرة القدم

مقدار التعلم	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المجموعات	الاختبارات
	ع	س	ع	س			
٣,٥٥	٠,٤٧	٥,٧١	٠,٧٥	٣,١٤	درجة	الضابطة	المناولة
١٦,٩٨	3.01	6.06	0.18	3.89		التجريبية	
٥,٠٤	2.46	33.05	1.78	35.16	زمن	الضابطة	دحرجة
١٠,٥٦	2.11	31.01	2.67	32.41		التجريبية	
٩,٥١	0.84	5.09	0.84	2.01	درجة	الضابطة	تهديف
١٣,٩٤	0.24	7.18	1.56	3.48		التجريبية	

- من خلال الجدول السابق تبين أن مقدار التعلم لدى المجموعة التجريبية كان اكبر من مقدار التعلم لدى أفراد المجموعة الضابطة ، ويعزو الباحث التحسن الحاصل للمجموعة التجريبية في مستوى أداء بعض المهارات الاساسية بكرة القدم، الى عملية استخدام تمارين فوق التعلم بصورة متدرجة من البسيط إلى المركب كما تم في البداية استخدام تمارين سهلة ومع مرور الوقت تم إدخال التمارين التي تتميز بدرجة صعوبة أكبر مما أظهر حدوث تغير إيجابي مستمر في مستوى الأداءات المهارية لدى عينة البحث . كذلك الجرعات المناسبة والتدرج في عدد التكرارات كل ذلك ساهم في تطور مستوى الاداء لدى افراد عينة البحث .

٤- الاستنتاجات والتوصيات :

٤-١ الاستنتاجات :

من خلال النتائج توصل إليها الباحث إلى عدة استنتاجات وهي :

- وجود فروق معنوية بين مجموعتي البحث ولصالح المجموعة التجريبية .
- إن تمرينات فوق التعلم كانت الأكثر تأثيراً في تنمية مستوى أداء بعض المهارات الأساسية بكرة القدم.
- تمرينات فوق التعلم قدمت دور إيجابي من حيث الاقتصاد بالجهد والوقت في تطوير مستوى الأداء من خلال النتائج التي توصل إليها الباحث .

٢-٤ التوصيات : يوصي الباحث من خلال النتائج التي تحصل عليها بما يلي

- استخدام تمرينات فوق التعلم في نظام التعليم الجامعي والاكاديمي.
- إجراء دراسات وبحوث تتناول تمرينات فوق التعلم في تعلم فعاليات رياضية أخرى .
- العمل على اشراك تمرينات فوق التعلم ضمن البرامج التدريبية لتنمية مواهب عمرية ودراسية أخرى .

المصادر

- كامل ,شامل : محاضرات مادة الاختبارات على طلبة الماجستير , كلية التربية الرياضية جامعة بغداد , ١٩٩٨ .
- محمود ,موفق اسعد : الاختبارات والتكنيك في كرة القدم , عمان _ دار دجلة , ٢٠٠٧
- محمود,غازي صالح : كرة القدم المفاهيم , التدريب , مكتب زاكي , بغداد , ٢٠٠٨ .

Ralwinson , IG : Introdction creative thinking gand brain storming

.London.Britus Institute of Managent foundation.2018.pp185

R. Creativity Isakey to the future and to Education :“The imbortance of creative Visionin" , G. California, Minnesota, 2020