

## الفصل الثالث

### ٣. إجراءات البحث

١/٣ منهج البحث

٢/٣ مجتمع البحث

٣/٣ عينة البحث

٤/٣ وسائل جمع البيانات

٥/٣ الدراسات الاستطلاعية

٦/٣ المعاملات العلمية للاختبارات البدنية والمهارية

٧/٣ البرنامج التعليمي المقترح

٨/٣ خطوات البحث

٩/٣ المعالجات الإحصائية

### ١/٣ منهج البحث

استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة ومستخدما قياسين قبلي وبعدي لكل مجموعته وذلك لملائمته لطبيعة البحث.

### ٢/٣ مجتمع البحث

اشتمل مجتمع البحث علي مبتدئي مدرسة كرة السلة تحت ١٢ سنة بنادي دمياط الرياضي وقد تم اختيارهم بالطريقة العمدية العشوائية وبلغ الحجم الكلي لمجتمع البحث (٧٠) لاعبا .

### ٣/٣ عينة البحث

اقتصرت عينة البحث على عدد ( ٤٠ ) مبتدئ وتم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين قوام كل منهما ( ٢٠ ) مبتدئ كمجموعة تجريبية و ( ٢٠ ) مبتدئ كمجموعة ضابطة كما تم اختيار عدد ٢٠ مبتدئ كعينة استطلاعية وقد راعى فيها الباحث أن تكون من نفس مجتمع البحث و من نفس المرحلة السنية .

### جدول (٥)

#### تصنيف عينة البحث الأساسية و الاستطلاعية

| عينة البحث الاستطلاعية                            | عينة البحث الأساسية                               |                                                   |
|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
|                                                   | المجموعة الضابطة                                  | المجموعة التجريبية                                |
| (٢٠) مبتدئ من مدرسة كرة السلة بنادي دمياط الرياضي | (٢٠) مبتدئ من مدرسة كرة السلة بنادي دمياط الرياضي | (٢٠) مبتدئ من مدرسة كرة السلة بنادي دمياط الرياضي |

### ١/٣/٣ أسباب اختيار العينة

- ١- اهتمام إدارة النادي بفكرة البحث و جديته .
- ٢- عمل الباحث كمدرّب بمدرسة كرة السلة للناشئين بالنادي.
- ٣- توفر الإمكانيات داخل النادي مما يساعد على إتمام البحث .
- ٤- لم يسبق للعينة استخدام وسائل تعليمية لتعليم مهارة التصويب.

### ٢/٣/٣ تجانس العينة

قام الباحث بحساب معامل الالتواء لأفراد عينة الدراسة (التجريبية - الضابطة ) في المتغيرات التي قد تكون لها تأثير علي سير الدراسة وهي (الطول - الوزن - السن - العمر التدريبي ) ويتضح ذلك من جدول ( ٦ ) .

### جدول ( ٦ )

تجانس عينة البحث في متغيرات النمو والقياسات الجسمية والعمر التدريبي

ن=٤٠

| المتغيرات      | وحدة القياس | المتوسط | الوسيط  | الانحراف | الالتواء | التفطح |
|----------------|-------------|---------|---------|----------|----------|--------|
| الطول          | سم          | ١٦٦,٦٦٧ | ١٦٧,٠٠٠ | ٤,٧٧٥    | ٠,٢٠٩-   | ٠,٢٣٥- |
| الوزن          | كجم         | ٥٤,٤٠٠  | ٥٤,٥٠٠  | ٧,١٣١    | ٠,٠٤٢-   | ٠,٤٠٦- |
| السن           | سنة         | ١١,٤٣٣  | ١١,٧٠٠  | ٠,٥٥١    | ١,٩٩٥-   | ٠,٤٦٧  |
| العمر التدريبي | سنة         | ٠,٥٣    | ٠,٥٧    | ٠,٧١٥    | ٠,١٦٧-   | ٠,٩٩١- |

يتضح من الجدول رقم ( ٦ ) تجانس عينة البحث في متغيرات ( الطول - الوزن - السن - العمر التدريبي ) حيث أن قيم معاملات الالتواء قد تراوحت بين ( -٠,٠٤٢ ، -١,٩٩٥ ) أي أنها انحصرت مابين ( ٣+ ، ٣- ) مما يدل على أن قياسات العينة في متغيرات النمو والقياسات الجسمية قد وقعت تحت المنحنى الاعتدالي وهذا يدل على تجانس أفراد العينة في هذه المتغيرات .

### ٣/٣/٣ تكافؤ العينة

لتكافؤ عينة البحث تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد البحث والجدول أرقام (٧) و (٨) توضح ذلك.

### جدول ( ٧ )

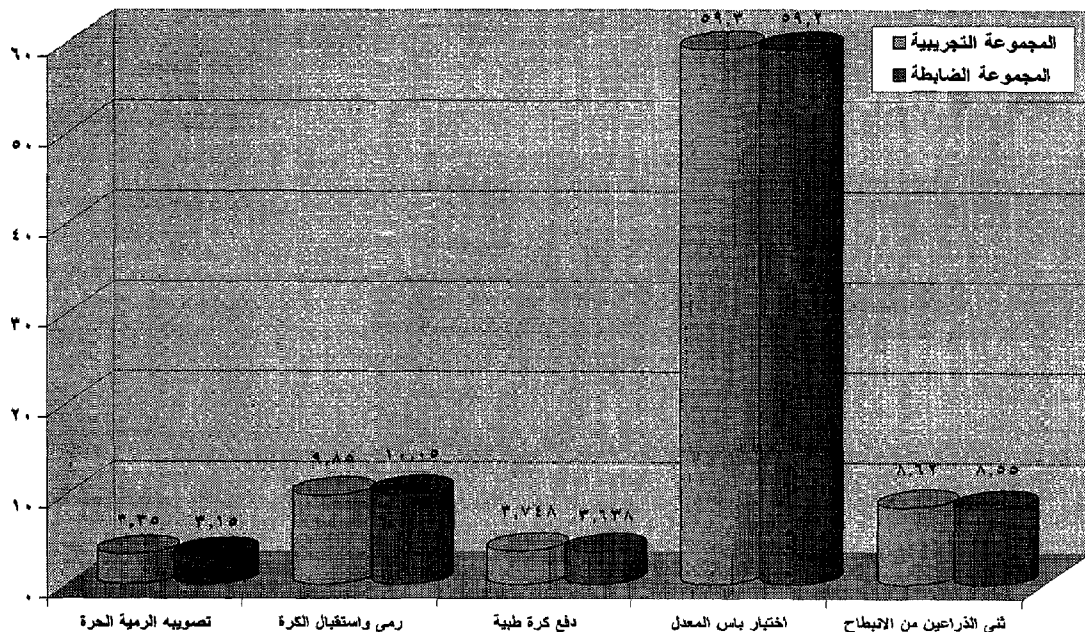
تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات البدنية قيد البحث

ن = ٤٠

| المتغيرات البدنية        | وحدة القياس | المجموعة التجريبية |       | المجموعة الضابطة |       | معامل الالتواء | قيمة "ت" |
|--------------------------|-------------|--------------------|-------|------------------|-------|----------------|----------|
|                          |             | س                  | ع±    | س                | ع±    |                |          |
| تصويبه الرمية الحرة      | الدقة       | ٣,٣٥٠              | ١,٨٤٣ | ٣,١٥٠            | ١,٣٨٧ | ٠,٤٦٥          | ٠,٥٤٨    |
| رمى واستقبال الكرة       | التوافق     | ٩,٨٥٠              | ١,٩٣٢ | ١٠,٠٥٠           | ١,٩٣٢ | ٠,٣٨٨          | ٠,٤٦٣    |
| دفع كرة طبية             | القدرة      | ٣,٧٤٨              | ٠,٨٥٧ | ٣,٦٣٨            | ٠,٩٥٥ | ٠,٠٥٨          | ٠,٥٤٢    |
| اختبار باس المعدل        | الاتزان     | ٥٩,٣٠٠             | ٥,٢٥٥ | ٥٩,٢٠٠           | ٥,٦٦٢ | ٠,١٠٨          | ٠,٠٨٢    |
| ثنى الذراعين من الانبطاح | القوة       | ٨,٦٢               | ٣,٠٥٨ | ٨,٥٥             | ٣,٠١٤ | ٠,٠١٣          | ٠,١٠٣    |

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ودرجة حرية ٣٨ = ١,٧٠١

يتضح من الجدول رقم (٧) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من درجات مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في المتغيرات البدنية قيد البحث ، حيث أن قيمة "ت" الجدولية قد فاقت قيمها المحسوبة عند درجة حرية ٣٨ ومستوى معنوية ٠,٠٥ وهذا يعنى تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات قيد البحث في القياس القبلي .



### شكل ( ٢٣ )

تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات البدنية قيد البحث

جدول (٨)

تكافؤ مجموعتي البحث في المتغير المهاري قيد البحث

ن = ٤٠

| المتغير المهاري | المجموعة التجريبية |       | المجموعة الضابطة |       | معامل الالتواء | قيمة "ت" |
|-----------------|--------------------|-------|------------------|-------|----------------|----------|
|                 | س                  | ع±    | س                | ع±    |                |          |
| الرمية الحرة    | ٣,٥٠٠              | ١,٤١٧ | ٣,٣٠٠            | ١,٤٧٣ | ٠,١٢٤-         | ٠,٦١٩    |

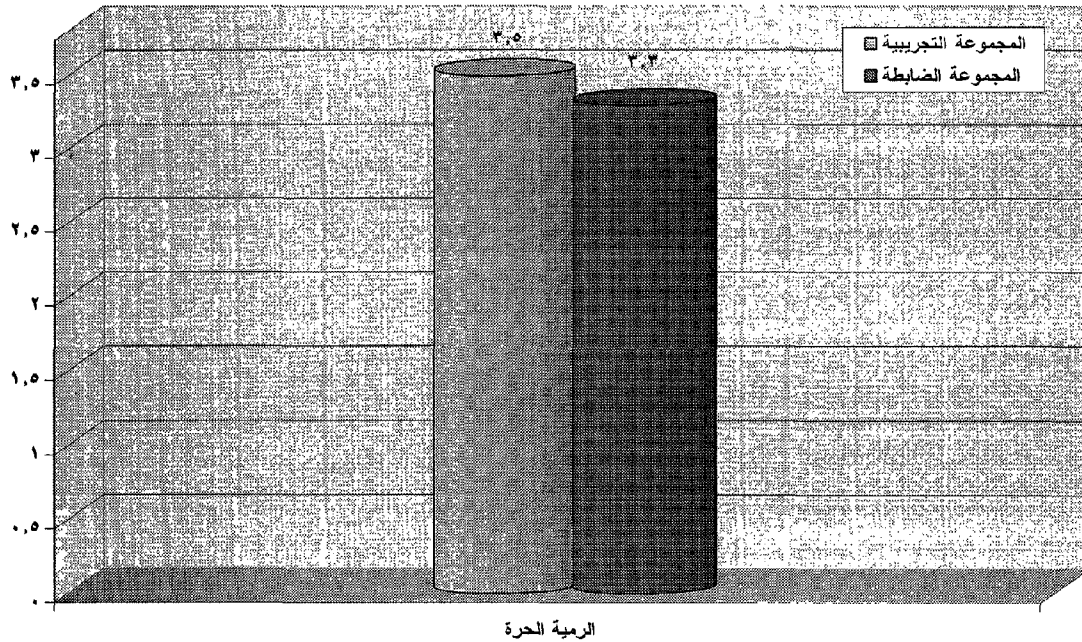
قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ودرجة حرية ٣٨ = ١,٧٠١

يتضح من الجدول رقم (٨) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من درجات

مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في المتغيرات المهارية قيد البحث ، حيث أن قيمة "ت"

الجدولية قد فاقت قيمها المحسوبة عند درجة حرية ٣٨ ومستوى معنوية ٠,٠٥ وهذا يعنى تكافؤ

مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في المتغيرات المهارية قيد البحث في القياس القبلي



شكل (٢٤)

تكافؤ مجموعتي البحث في المتغير المهاري قيد البحث



### ٢/٤/٣ الاستمارات

قام الباحث من خلال الإطلاع على المراجع العلمية و الدراسات المرتبطة بتصميم استمارتين و تم عرضهم على عدد ( ١٠ ) خبراء في كرة السلة مرفق ( ١ ) لاستطلاع رأيهم فيما يتعلق بتحديد الآتي :-

- أهم عناصر اللياقة البدنية الخاصة بمهارة التصويب من الثبات ( المهارة قيد البحث ) مرفق ( ٢ ) ، حيث يتضح ذلك من جدول ( ١٠ ) .
- أهم اختبارات عناصر اللياقة البدنية الخاصة بالمهارة قيد البحث مرفق ( ٣ ) كما يتضح ذلك من جدول ( ١١ ) .

وقد راعي الباحث عند اختياره للسادة الخبراء أن يتوافر فيهم شرطين علي الأقل من الشروط التالية :-

- أن يكون حاصلاً على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية الرياضية .
- أن يكون لديه خبرة لا تقل عن عشر سنوات في مجال التدريب .
- أن يكون عضواً بهيئة التدريس بإحدى الجامعات المصرية .

جدول ( ١٠ )

النسبة المئوية لعناصر اللياقة البدنية الخاصة بالمهارة وفقاً لآراء الخبراء

ن = ١٠

| م | عناصر اللياقة البدنية | عدد الآراء الموافقة | النسبة % |
|---|-----------------------|---------------------|----------|
| ١ | الدقة                 | ٨                   | ٨٠%      |
| ٢ | الرشاقة               | ٣                   | ٣٠%      |
| ٣ | التوافق               | ٧                   | ٧٠%      |
| ٤ | السرعة                | ٣                   | ٣٠%      |
| ٥ | العضلية للرجلين       | ١                   | ١٠%      |
|   | العضلية للذراعين      | ٨                   | ٨٠%      |
| ٦ | المرونة               | ١                   | ١٠%      |
| ٧ | الاتزان               | ٧                   | ٧٠%      |
| ٨ | التحمل                | ٢                   | ٢٠%      |
| ٩ | القوة                 | ٧                   | ٧٠%      |

يتضح من جدول (١٠) أن آراء الخبراء قد انحصرت في عناصر اللياقة البدنية الخاصة بالمهارة قيد البحث ما بين ( ١٠ % - ١٠٠ % ) و قد حدد الباحث نسبة ٧٠ % فأكثر لأهم العناصر وذلك وفقاً لقانون معنوية النسبة و بالتالي تم تحديد عناصر اللياقة البدنية الآتية ( الدقة - التوافق - قدرة الذراعين - الاتزان - القوة ).

### جدول ( ١١ )

النسبة المئوية لاختبارات عناصر اللياقة البدنية الخاصة بالمهارة قيد البحث وفقاً لآراء الخبراء

ن = ١٠

| م | العنصر                  | اسم الاختبار                         | عدد الآراء | النسبة % |
|---|-------------------------|--------------------------------------|------------|----------|
| ١ | الدقة                   | التصويب على المربعات المتداخلة       | ١          | %١٠      |
|   |                         | تصويبه الرمية الحرة                  | ٨          | %٨٠      |
|   |                         | التصويب على الدوائر المتداخلة        | ١          | %١٠      |
| ٢ | التوافق                 | رمي واستقبال الكرة                   | ٧          | %٧٠      |
|   |                         | الدوائر المرقمة                      | ٢          | %٢٠      |
|   |                         | نط الحبل                             | ١          | %١٠      |
| ٣ | القدرة العضلية للذراعين | دفع كرة سلة لأقصى مسافة              | ٨          | %٨٠      |
|   |                         | رمي كرة طبية زنة ١,٥ كيلو جرام       | ١          | %١٠      |
|   |                         | الشد العمودي بالذراعين               | ١          | %١٠      |
| ٤ | الاتزان                 | الوقوف على مشط القدم                 | ٢          | %٢٠      |
|   |                         | اختبار باس المعدل للتوازن الديناميكي | ٧          | %٧٠      |
|   |                         | اختبار الوثب والتوازن فوق العلامات   | ١          | %١٠      |
| ٥ | القوة                   | الشد لأعلى على العقلة                | ١          | %٢٠      |
|   |                         | الجلوس من الرقود                     | ١          | %١٠      |
|   |                         | ثني الذراعين من الانبطاح المائل      | ٨          | %٧٠      |

يتضح من جدول ( ١١ ) أن النسبة المئوية لاختبارات عناصر اللياقة البدنية الخاصة بالمهارات قيد البحث كالآتي :-

- قياس الدقة ( اختبار تصويبه الرمية الحرة ) بنسبة ٨٠ %
- قياس التوافق ( اختبار رمي واستقبال الكرة ) بنسبة ٧٠ %
- قياس القدرة العضلية للذراعين ( اختبار دفع كرة سلة لأقصى مسافة ) بنسبة ٨٠ %
- قياس الاتزان ( اختبار باس المعدل للتوازن الديناميكي ) بنسبة ٧٠ %
- قياس القوة ( اختبار ثني الذراعين من الانبطاح المائل ) بنسبة ٧٠ %

### ٣/٤/٣ الأدوات و الأجهزة المستخدمة

استخدم الباحث الأدوات والأجهزة التالية لجمع البيانات :-

- صفاره.
- أقماع
- ملعب كرة سله.
- شريط قياس .
- ساعة إيقاف .
- استمارات تسجيل.
- كرات سلة قانونية .
- ميزان طبي لقياس الوزن بالكيلوجرام .
- جهاز الريستاميتير لقياس الطول بالسنتيمتر .
- أداة رفيق للتصويب ( Shooting buddy ) ( مرفق ٨ )
- أداة قفاز التصويب ( Shooting glove ) ( مرفق ٨ )
- أداة مساعد التصويب بيد واحدة ( pure shoot ) ( مرفق ٨ )

### ٤/٤/٣ القياسات والاختبارات المستخدمة

١/٤/٤/٣ القياسات الخاصة بتجانس و تكافؤ عينة البحث:-

قياس ( الطول - الوزن - اختبار السن - العمر التدريبي ) .

٢/٤/٤/٣ الاختبارات البدنية الخاصة بمهارات قيد البحث مرفق ( ٩ ) :-

اختبار ( تصويبه الرمية الحرة - رمي واستقبال الكرة - دفع كرة سله لأقصى مسافة  
اختبار باس المعدل للتوازن الديناميكي - ثني الذراعين من الانبطاح المائل ) .

٣/٤/٤/٣ الاختبار المهاري الخاص بالمهارة قيد البحث مرفق ( ١٠ ) :-

اختبار ( الرمية الحرة ) .

### ٥/٣ الدراسة الاستطلاعية Pilot Study

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية في الفترة من يوم الاثنين الموافق ١١ فبراير ٢٠٠٨م حتى يوم الخميس الموافق ١٤ فبراير ٢٠٠٨م وذلك على مجموعة من نفس مجتمع البحث و خارج نطاق العينة الأساسية و عددهم ( ٢٠ ) مبتدئ و ذلك بهدف التعرف على :-

- مدى قدرة اللاعبين على أداء المهارة قيد الدراسة .
  - مدى مناسبة الأدوات و الأجهزة المستخدمة في القياس .
  - مدى ملائمة البرنامج مع طبيعة المرحلة السنية .
  - تحديد أماكن إجراء الاختبارات و القياسات البدنية و المهارية لعينة البحث .
  - مدي الصعوبات التي يمكن أن تواجه الباحث أثناء تطبيق البرنامج التعليمي و كذلك عند إجراء الاختبارات و القياسات و كيفية التغلب عليها .
  - تفهم المساعدين لإجراء الاختبارات .
  - حساب المعاملات العلمية ( الصدق - الثبات ) للاختبارات المستخدمة .
- وقد أوضحت نتائج الدراسة الاستطلاعية أن الأجهزة المستخدمة للقياسات و الأدوات المساعدة المستخدمة ( المتغير التجريبي ) ملائمة لطبيعة المرحلة السنية ، للعينة ( قيد البحث ) و كذلك تم حساب المعاملات العلمية ( الثبات - الصدق ) للاختبارات المستخدمة .

١/٢/٥/٣ المعاملات العلمية للاختبارات البدنية و المهارية

### *Scientific Coefficient of The physical and Skill Tests*

١/١/٢/٥/٣ الصدق

تم حساب الصدق باستخدام صدق التمايز، حيث تم إجراء الاختبارات المستخدمة في البحث علي العينة الاستطلاعية والمجموعة المميزة ( فريق نادي دمياط للناشئين تحت )

### جدول (١٢)

صدق الاختبارات البدنية قيد البحث

ن = ٤٠

| المتغيرات البدنية       | المجموعة الاستطلاعية<br>٢٠ = |        | المجموعة المميزة<br>٢٠ = |        | معامل<br>الالتواء | قيمة<br>"ت" |
|-------------------------|------------------------------|--------|--------------------------|--------|-------------------|-------------|
|                         | ع±                           | س      | ع±                       | س      |                   |             |
| الدقة                   | ١,٦٠٥                        | ٣,٢٥٠  | ٢,١٨٧                    | ٥,١٨٥  | ٠,٥٧٥             | ٤,٥١١       |
| التوافق                 | ١,٦١٩                        | ٩,١٠٠  | ٣,٠٦١                    | ١٣,٩٥٣ | ٠,٢٩٣-            | ٨,٨٦٤       |
| القدرة العضلية للذراعين | ٠,٩٨٩                        | ٣,٥٢٥  | ٢,٠٤٦                    | ٥,٥٠١  | ٠,٤٩٨             | ٥,٤٩٩       |
| الاتزان                 | ٥,٤٧٧                        | ٥٩,٥٥٠ | ٧٥,٣٣٠                   | ٦,٤١٦  | ٠,٢٠٥             | ١١,٨٣       |
| القوة                   | ٤,٥٣٣                        | ٨,٢٥٠  | ٤,٣٧٢                    | ١١,٥١٨ | ٠,٠٥٧-            | ٣,٢٨٢       |

\* دال عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ودرجة حرية ٣٨

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = ١,٧٣٤

يتضح من الجدول رقم (١٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من درجات المجموعة المميزة والمجموعة الاستطلاعية ، حيث أن قيم "ت" المحسوبة قد فاقت قيمتها الجدولية عند درجة حرية ٣٨ ومستوى معنوية ٠,٠٥ وهذا يعنى قدرة هذه الاختبارات على التمييز بين المستويات أي أنها تعد اختبارات صادقة لقياس الصفات التي وضعت من أجلها .

### جدول (١٣)

صدق الاختبار المهاري قيد البحث

ن = ٤٠

| المتغير المهاري | المجموعة الاستطلاعية<br>٢٠ = |       | المجموعة المميزة<br>٢٠ = |       | معامل<br>الالتواء | قيمة<br>"ت" |
|-----------------|------------------------------|-------|--------------------------|-------|-------------------|-------------|
|                 | ع±                           | س     | ع±                       | س     |                   |             |
| الرمية الحرة    | ١,٨٨٩                        | ٣,١٠٠ | ٢,٨٣٥                    | ٥,٢٥٥ | ٠,٣١٩             | ٤,٠٠١       |

\* دال عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ودرجة حرية ٣٨

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) =

يتضح من الجدول رقم (١٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من درجات المجموعة المميزة والمجموعة الاستطلاعية ، حيث أن قيم "ت" المحسوبة قد فاقت قيمتها الجدولية عند درجة حرية ٣٨ ومستوى معنوية ٠,٠٥ وهذا يعنى قدرة هذه الاختبارات على التمييز بين المستويات أي أنها تعد اختبارات صادقة لقياس الصفات التي وضعت من أجلها .

٢/١/٢/٥/٣ الثبات

### جدول (١٤)

ثبات الاختبارات البدنية قيد البحث

ن = ٢٠

| المتغيرات البدنية       | التطبيق الأول |       | التطبيق الثاني |       | قيمة "ر" | قوة ارتباط |
|-------------------------|---------------|-------|----------------|-------|----------|------------|
|                         | س             | ع±    | س              | ع±    |          |            |
| الدقة                   | ٣,٢٥٠         | ١,٦٠٥ | ٣,٣٥٠          | ١,٦٤٩ | ٠,٨١٣    | ٠,٦٦٠      |
| التوافق                 | ٩,١٠٠         | ١,٦١٩ | ٩,٤٤٩          | ١,٦٥٨ | ٠,٧٩٤    | ٠,٦٣٠      |
| القدرة العضلية للذراعين | ٣,٥٢٥         | ٠,٩٨٩ | ٣,٧٠٨          | ٠,٩٧١ | ٠,٨٢٦    | ٠,٦٨٣      |
| الآتزان                 | ٥٩,٥٥٠        | ٥,٤٧٧ | ٦١,١٣٦         | ٦,١١٧ | ٠,٨٩٧    | ٠,٨٠٥      |
| القوة                   | ٨,٢٥٠         | ٤,٥٣٣ | ٨,٤٢٦          | ٥,٧٠٢ | ٠,٧٠٤    | ٠,٤٩٥      |

\* دال عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ودرجة حرية ١٨

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٣٧٨

يتضح من الجدول رقم (١٤) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين كل من درجات عينة البحث في التطبيق الأول للاختبارات ودرجات التطبيق الثاني لنفس المجموعة الاستطلاعية بفاصل ثلاث أيام ، حيث أن قيم "ر" المحسوبة قد فاقت قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ وهذا يعنى ثبات درجات الاختبار عند إعادة تطبيقه تحت نفس الظروف .

### جدول (١٥)

ثبات الاختبار المهاري قيد البحث

ن = ٢٠

| المتغير المهاري | التطبيق الأول |       | التطبيق الثاني |       | قيمة "ر" | قوة ارتباط |
|-----------------|---------------|-------|----------------|-------|----------|------------|
|                 | س             | ع±    | س              | ع±    |          |            |
| الرمية الحرة    | ٣,١٠٠         | ١,٨٨٩ | ٣,٣٥٦          | ١,٩٦٠ | ٠,٧٤٩    | ٠,٥٦١      |

\* دال عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ودرجة حرية ١٨

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٣٧٨

يتضح من الجدول رقم (١٥) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين كل من درجات عينة البحث في التطبيق الأول للاختبارات ودرجات التطبيق الثاني لنفس المجموعة الاستطلاعية بفاصل ثلاث أيام ، حيث أن قيم "ر" المحسوبة قد فاقت قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ وهذا يعنى ثبات درجات الاختبار عند إعادة تطبيقه تحت نفس الظروف .

### ٦/٣ البرنامج التعليمي المقترح *The Educational Program Suggestion*

#### ١/٦/٣ الهدف من البرنامج التعليمي

تعليم مهارة التصويب من الثبات باستخدام بعض الأدوات المساعدة .

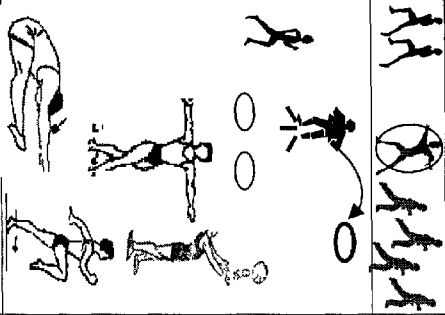
#### ٢/٦/٣ أسس تصميم البرنامج

- مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين .
- مواكبة البرنامج للعصر الحديث في استخدام الوسائل التكنولوجية الحديثة .
- أن يساعد البرنامج على رفع كفاءة اللاعبين المبتدئين .
- مرونة البرنامج وقبوله للتطبيق العملي .
- بناء البرنامج و مراعاة ملائمة للمرحلة السنوية لأفراد عينة البحث .
- مراعاة توفير الإمكانيات المناسبة لتنفيذ البرنامج .
- إتاحة وقت ملائم للتعلم .
- مراعاة التكرارات المناسبة لتعلم المهارات قيد البحث .
- مراعاة فترات الراحة البينية للوصول بأفراد العينة إلى الحالة الطبيعية .
- مراعاة تقديم تعليمات وإرشادات ومعلومات معرفية توضح النواحي الفنية

#### ٣/٦/٣ الاعتبارات التي يجب مراعاتها عند تنفيذ البرنامج

- ضرورة شرح الهدف من الوحدة التعليمية قبل بداية كل وحدة .
- يجب البدء بالتدريبات البسيطة السهلة حتى يشعر اللاعب بالثقة .
- شرح التدريبات المستخدمة وقواعدها بأسلوب قصير ومبسط قبل بداية الوحدة التعليمية.
- يجب أن يراعي عوامل الأمن والسلامة أثناء تطبيق البرنامج .
- مراعاة اختيار التدريبات المتشابهة بحيث تكسب المتعلم الشكل الأمثل للأداء .
- وضع بعض التدريبات التي تراعي فيها النواحي الخطئية للمهارة .
- مراعاة النواحي القانونية للمهارة (قيد البحث) داخل البرنامج .
- وضع بعض الاختبارات في صورة تدريبات لتنمية الدقة أثناء أداء المهارة (قيد البحث) وكذلك لقياس وتقويم مستوى التقدم للاعب أثناء الأداء.

٤/٦/٣ نموذج لوحدۃ تعليمية  
يوضح جدول (١٦) نموذج لوحدۃ تعليمية من البرنامج التعليمي المقترح  
٢٠٠٨ / ٢ / ٢٧ إلى ٢٠٠٨ / ٢ / ٢٣ في الفترة من  
رقم الوحدة : ( ٣ ، ٢ ، ١ )  
الأسبوع : الأول  
الهدف : تعليم مهارة التصويب من الثبات  
زمن الوحدة : ٩٠ ق

| أجزاء الوحدة                     | الزمن | الهدف                          | محتوى الوحدة                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | الأدوات                            | الإخراج                                                                            |
|----------------------------------|-------|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| الإحصاء                          | ١٠ ق  | تهيئة أجزاء الجسم المختلفة     | (وقوف) الجري حول الملعب .<br>نعية صغيرة (الجري عكس الإشارة).<br>(وقوف) تصويب الكرة داخل الدائرة المرسومة علي الحائط.<br>(وقوف) التصويب داخل المربعات المرسومة علي الأرض.<br>(وقوف) الوثب داخل الدوائر المرقمة بالتقدمين.<br>(وقوف) رمي كرة سلة إلي الحائط واستلامها باليدين بالتبادل.<br>(وقوف) تشبيك الأيدي مع الزميل) تبادل الدفع باليدين.<br>(وقوف) دفع كرة طبية لأعلي أقصى مسافة<br>(وقوف) نصفاً) الحجل علي الخط المرسوم علي الأرض.<br>(وقوف) نصفاً) الوثب علي النقاط المرسومة علي الأرض بمشط القدم.<br>(وقوف) تبادل ثني الركبتين كاملا مع رفع النراعين أماما.<br>(وقوف) ثني الجذع أماما. | كرات طبية                          |  |
| الجزء الرئيسي (التعليم والتطبيق) | ٥٥ ق  | تعليم مهارات التصويب من الثبات | شرح ماهية المهارة و أهميتها<br><ul style="list-style-type: none"> <li>أداء نموذج جيد للمهارة من المدرب</li> <li>شرح وأداء الخطوات التعليمية للمهارة</li> <li>التطبيق علي المهارة من خلال :- <ul style="list-style-type: none"> <li>- تدريب ١٤</li> <li>- تدريب ٥</li> <li>- تدريب ١٢</li> <li>- تدريب ٤</li> </ul> </li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                | كرات سلة + مساعد التصويب بيد واحدة | مرفق (١٠)                                                                          |
| الجزء الختامي                    | ٥ ق   | التهيئة والاسترخاء             | الجري الخفيف حول الملعب.<br>المشي مع عمل دوائر بالنراعين مع تبادل الشتيق والرفير.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                    |   |

### ٧/٣ خطوات البحث

#### ١/٧/٣ القياسات القبلية

قام الباحث بإجراء القياسات القبلية في يوم الأربعاء الموافق ٢٠ فبراير ٢٠٠٨م على أفراد العينة في متغيرات ( السن - الطول - الوزن - العمر التدريبي ) وكذلك المتغيرات البدنية و المتغيرات المهارية قيد البحث .

وقد تم قياس المستوى البدني بإجراء الاختبارات البدنية (تصويبه الرمية الحرة - رمي واستقبال الكرة - دفع كرة سله لأقصى مسافة - اختبار باس المعدل للتوازن الديناميكي - ثني الذراعين من الانبطاح المائل ) مرفق ( ٨ ) ، و كذلك تم قياس المستوى المهاري بإجراء الاختبار المهاري ( اختبار الرمية الحرة ) مرفق ( ٩ ) ، حيث قام كل مبتدئ بأداء الاختبارات المتفق عليها و التي تم شرحها للاعبين من حيث عدد مرات التكرار أو الزمن المحدد لتنفيذ الاختبار .

#### ٢/٧/٣ تطبيق التجربة الأساسية

قام الباحث بتنفيذ التجربة الأساسية للبحث في الفترة من يوم السبت الموافق ٢٣ فبراير ٢٠٠٨م حتى يوم الأربعاء الموافق ٢ ابريل ٢٠٠٨م و قد استغرق تطبيق التجربة ( ٦ ) أسابيع بواقع ( ١٨ ) وحدة تعليمية أي بمعدل ( ٣ ) وحدات في الأسبوع بزم من قدره ( ٩٠ ) دقيقة للوحدة الواحدة ، بحيث كانت المجموعة التجريبية أيام ( السبت - الاثنين - الأربعاء ) ، و المجموعة الضابطة أيام ( الأحد - الثلاثاء - الخميس )

#### وقد راعى الباحث ما يلي :-

- الالتزام بمحتوى البرنامج التعليمي بالنسبة للمجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة
- استخدام المجموعة التجريبية الأدوات المساعدة للتدريب بها (المتغير التجريبي للتجربة)
- استخدام المجموعة الضابطة نفس تدريبات المجموعة التجريبية ولكن بدون الأدوات المساعدة .

- الالتزام بزم من الوحدة المحدد ( ٩٠ ) دقيقة و هي موزعة كالآتي :-

- الإحماء ( ١٠ ) ق
- الإعداد البدني ( ٢٠ ) ق
- الإعداد المهاري ( ٥٥ ) ق
- الختام ( ٥ ) ق

### ٣/٧/٣ القياسات البعدية

قام الباحث بإجراء القياسات البعدية بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج و ذلك في يوم السبت الموافق ٥ ابريل ٢٠٠٨م بنفس الشروط التي تمت للقياسات القبلية .

### ٨/٣ المعالجات الإحصائية *Statistical Treatment*

استخدم الباحث المعالجات الإحصائية التالية :-

- المتوسط الحسابي
  - الوسيط
  - الانحراف المعياري
  - معامل الالتواء
  - معامل الارتباط
  - نسب التحسن
  - معامل التقاطح
  - اختبار (ت) للقياسات المرتبطة
  - اختبار (ت) للقياسات المستقلة
- *Mean*
  - *Median*
  - *Standard Deviation*
  - *Skewness*
  - *Correlation*
  - *Percentage of Progress*
  - *Kurtosis*
  - *Paired Samples T Test*
  - *Independent Samples T Test*