

تأثير برنامج تعليمي باستخدام التصور العقلي في تعلم واحتفاظ بعض مهارات خماسي كرة القدم لدى طالبات المعهد الرياضي.

م.م وارهيل عاصم محمد^٢

أ.د محمد خضر أسمر^١

(الاستلام ١٤ تشرين الأول ٢٠١٠ القبول ٢ كانون الأول ٢٠١٠)

الملخص

يهدف البحث إلى الكشف عما يأتي :

- ١- تأثير برنامج تعليمي باستخدام التصور العقلي والأسلوب التقليدي في تعلم بعض مهارات خماسي كرة القدم.
- ٢- الفروق في الاختبار البعدي بين مجموعتي البحث في تعلم بعض مهارات خماسي كرة القدم.
- ٣- الفروق في الاوساط الحسابية في اختبار الاحتفاظ بين مجموعتي البحث في الاحتفاظ ببعض مهارات خماسي كرة القدم.

واستخدم الباحثان المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث، وتكونت عينة البحث من (٣٠) طالبة من المعهد الرياضي في محافظة دهوك لعام ٢٠٠٨-٢٠٠٩، قسموا الى مجموعتين متساويتين في العدد وبيانات (١٥) طالبة لكل من المجموعة التجريبية و الضابطة، وتم تحقيق التجانس والتكافؤ في متغيرات (العمر، الطول، الكتلة، مقياس التصور العقلي الرياضي، وبعض الصفات البدنية والحركية وبعض المهارات الاساسية بخماسي كرة القدم)، واعتمد الباحثان (المقابلة الشخصية، الاستبيان، الاختبار والقياس) كوسائل لجمع المعلومات، وتم اعداد برنامج تعليمي باستخدام التصور العقلي ينفذ من قبل المجموعة التجريبية و يتكون من (١٦) وحدة تعليمية ولفترة (٨) أسابيع و بواقع وحدتين تعليميتين في الاسبوع و بوقت (٥٠) دقيقة لكل وحدة تعليمية و ذلك ابتداءً من ٢٠٠٩/٣/٩ ولغاية ٢٠٠٩/٥/٩، واعتمد الباحثان (الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، واختبار (ت)، لوسطين حسابيين مرتبطين وغير مرتبطين) كوسائل لمعالجة البيانات احصائياً. وتوصل الباحثان الى الاستنتاجات الآتية:

- ١- فاعلية البرنامج التعليمي باستخدام التصور العقلي في تعلم بعض مهارات خماسي كرة القدم لدى طالبات المعهد
- ٢- ان الأسلوب التقليدي المتبع في المعهد الرياضي له فاعلية نسبية أقل من البرنامج التعليمي المقترح في تعلم بعض مهارات خماسي كرة القدم لدى طالبات المعهد الرياضي.
- ٣- تفوقت المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في اختبار الاحتفاظ ببعض مهارات خماسي كرة القدم لدى طالبات المعهد الرياضي.

١ فرع الألعاب الفرعية/كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل/العراق. Dralasmer@yahoo.com

٢ كلية التربية الرياضية/جامعة دهوك/العراق.

Effect of Learning Program by Using Mental Imaginary in Learning and Retention Some Skills for Female- Futsal in sport Institute

Prof.Dr.Mohammed.K.Asmer

Asist.Leacher.Warhel.A.Mohammed

Abstract

The aims of the study are to explore the following:

- 1- The effect of learning program by using mental imaginary and traditional style in learning some basic skills for female Futsal.
- 2- The differences in post tests between two groups in learning some basic skills for female Futsal.
- 3- The differences in arithmetic means between two groups in retention some basic skills for female Futsal.

Experimental Method was used to suit the nature of the study. The sample of the study consisted, of (30) female students, from sport Educational Institute in Duhok Center for the studying year 2008-2009, Which divided into two equal groups of (15) girls in each group (experimental and control). Homogeneity and equivalence between two groups was done in (age, height, Mass, Mental sport Imaginary scale, some Motor and Physical elements as well as some Basic skills of Female Futsal

The researchers depended on the interviews , questionnaire , Tests and measurement as being tools to collected data. A learning program by using mental Imaginary was constructed for the empirical group, Consisted of (16) units for each group for (8) Weeks, each two learning units to be taught in one Week for each group, with (50) minutes for each learning units. The researchers adopted the following statistical methods such as (Arithmetic mean, standard deviation, and (t) test for paired and unpaired samples).

The researchers concluded the following:

- 1- The effectiveness of the learning program by using mental imaginary in teaching some basic skills of Female Futsal.
- 2- The traditional style in the sport institute has percentage efficiency less than the suggested learning program in learning some basic skills for Female Futsal .
- 3- The experimental group excelled the control group in Retention some basic skills for Female Futsal .

١-التعريف بالبحث: Definition of Research:

١-١ المقدمة وأهمية البحث: Introduction and Importance of Research:

تتطلب عملية التعلم الحركي استخدام أساليب تعليمية تضمن الوصول الى الهدف من العملية التعليمية بأقل جهد وأقصر وقت، وهي توصيل المعلومات والمعارف الى المتعلم بأفضل أسلوب أو طريقة ممكنة، إذ يعتمد التعلم الحركي على مدى فاعلية الأساليب المستخدمة في تعليم المهارات الحركية للوصول الى الأداء الأمثل، مما دفع العاملين في مجال التعلم والتعليم الى البحث عن أفضل الأساليب في تحقيق هدف تعلم المهارات الحركية في الألعاب الرياضية المختلفة .

وتعد المهارات الأساسية قاعدة رئيسة للنجاح في أي لعبة رياضية، وخاصة في الألعاب الجماعية، ومنها كرة القدم، وبدونها لا يمكن لأي لاعب، أو فريق أن يؤدي الواجبات المطلوبة منه. لذلك يزداد التركيز عليها من قبل

المدرين عند تدريب المبتدئين من الذكور والإناث و يجب على اللاعب أن تمتلك جميع المهارات في كرة القدم الجماهيرية أو خماسي كرة القدم، لكي تستطيع أن تؤدي مهامها على أكمل وجه^(١).

ويستخدم التصور العقلي لغرض تحسين الأداء ، ويتضمن ذلك التخلص من الأخطاء بتصوير الأسلوب الصحيح للأداء الفني، وإي التصور الصحيح للمهارة الحركية ينتج عنه استجابات عصبية عضلية مماثلة للاستجابات الفعلية، إذ تؤدي عملية التصور إلى إرسال إشارات عصبية من الجهاز العصبي إلى العضلات لتنفيذ المهارة المطلوبة^(٢).

" وان استخدام الوسائل التعليمية المختلفة في العملية التعليمية يجعل عملية التعلم الحركي أكثر فعالية وإيجابية، حيث يصبح المتعلم مسؤولاً ومشاركاً إيجابياً إلى حد كبير، بعد أن كان مجرد مستقبل و مقلد وكما يشير المتخصصون إلى أنه بجانب تنشيط عملية توصيل المعلومات، فإن الاستعانة بتلك الوسائل يؤدي إلى دفع عملية التعلم وتخفيض الفترة الزمنية اللازمة له (سرعة التعلم) حيث يتأثر الأداء الحركي (التكنيك) بشكل واضح وتصبح مواصفات الحركة أكثر دقة واثقاً، ولا يتوقف دور الوسائل التعليمية عند هذا الحد، بل يتعداه إلى أساس العملية التعليمية، وهو التصور الحركي، فتعمل على بنائه وتطويره عند الفرد المتعلم"^(٣).

وتكمن أهمية البحث في الخوض في محاولة علمية بصفقتها وسيلة مساعدة فعالة لتعليم بعض المهارات الأساسية لدى طالبات خماسي كرة القدم من خلال استخدامنا برنامجاً تعليمياً مصحوباً بعملية التصور العقلي، لتعلم واحتفاظ بعض المهارات الأساسية من أجل الارتقاء بمستوى الأداء المهاري نحو الأفضل في مجال لعبة خماسي كرة القدم.

٢-١ مشكلة البحث: Problem of Research

تعد لعبة خماسي كرة القدم من الألعاب الحديثة العهد في العراق والوطن العربي، وخاصة في الوسط النسوي الرياضي، ومن خلال متابعة الباحثان لأغلب الوحدات التعليمية في الدروس العملية في مادة خماسي كرة القدم في المعهد الرياضي، اتضح أن هناك ضعفاً في مستوى الأداء المهاري لدى طالبات خماسي كرة القدم، فضلاً عن عدم اهتمام مدرسي المادة باستخدام الوسائل التعليمية كوسيلة أو أسلوب مصاحب للتعلم المهاري أثناء الوحدات التعليمية في المعهد الرياضي في محافظة دهوك، وكذلك قلة الدراسات والبحوث التي أجريت في مجال لعبة خماسي كرة القدم في العراق خاصة والوطن العربي عامة ، لذا ارتأى الباحثان إجراء هذه الدراسة في محاولة علمية للإجابة عن التساؤل الآتي:

ما هو تأثير برنامج تعليمي باستخدام التصور العقلي في تعلم واحتفاظ بعض المهارات الأساسية لدى طالبات خماسي كرة القدم ؟.

٣-١ أهداف البحث: Research Goals

يهدف البحث إلى الكشف عما يأتي:

• البحث مستل من رسالة ماجستير لعام ٢٠٠٩

^(١) كاوه عمر محمد النقار؛ علاقة بعض القياسات الجسمية والقدرات البدنية بأهم المهارات الأساسية للاعبات خماسي كرة القدم: (رسالة ماجستير، جامعة كويه/ كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٦) ص ١١.

^(٢) يعرب خيون؛ التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق: (بغداد، دار الكتب والوثائق العراقية، ٢٠٠٢)، ص ١٣٠.

^(٣) محمد عبد الغني عثمان؛ التعلم الحركي والتدريب الرياضي، ط١: (الكويت، دار القلم للنشر والتوزيع، ١٩٨٧) ص ١٥٢.

١. تأثير برنامج تعليمي باستخدام التصور العقلي والأسلوب التقليدي في تعلم بعض مهارات خماسي كرة القدم لدى طالبات المعهد الرياضي.
٢. الفروق في الاختبار البعدي بين مجموعتي البحث في تعلم بعض مهارات خماسي كرة القدم لدى طالبات المعهد الرياضي.
٣. الفروق في الاوساط الحسابية في اختبار الاحتفاظ بين مجموعتي البحث في الاحتفاظ ببعض مهارات خماسي كرة القدم لدى طالبات المعهد الرياضي.

٤-١ فروض البحث: Hypothesis Research

١. توجد فروق ذات دلالة معنوية في الاختبارين القبلي والبعدي بين مجموعتي البحث في تعلم بعض مهارات خماسي كرة القدم لدى طالبات المعهد الرياضي.
٢. توجد فروق ذات دلالة معنوية في الاختبار البعدي بين مجموعتي البحث في تعلم بعض مهارات خماسي كرة القدم لدى طالبات المعهد الرياضي.
٣. توجد فروق في الاوساط الحسابية في اختبار الاحتفاظ بين مجموعتي البحث في الاحتفاظ ببعض مهارات خماسي كرة القدم لدى طالبات المعهد الرياضي.

٥-١ مجالات البحث: Research Areas

١. المجال البشري: طالبات السنة الدراسية الاولى للفصل الدراسي الثاني في المعهد الرياضي.
٢. المجال الزمني: ابتداءً من ٢٠٠٩/٣/٩ ولغاية ٢٠٠٩/٥/٩.
٣. المجال المكاني: ملعب خماسي كرة القدم في المعهد الرياضي / محافظة دهوك.

٦-١ تحديد المصطلحات: Identification of Terminology

٦-١-١ التصور العقلي: Mental Imaginary

" هي محاولة استرجاع الأحداث، أو الخبرات السابقة، أو بناء صورة جديدة لحدث جديد".^(١) ويعرفه الباحثان إجرائياً.

وهي عملية عقلية تساعد طالبات خماسي كرة القدم على استدعاء الصورة عن المهارة الحركية، من خلال مشاهدتها، أو شرح وإعطاء نموذج لها من قبل المدرس.

٦-١-٢ الاحتفاظ Retention

" وهي تلك العملية التي يتمكن الفرد من خلالها أن يستعيد ويسترجع ويستذكر كليا، أو جزئياً المعلومات والمهارات قد مارسها في فترات زمنية سابقة".^(٢)

٦-١-٣ خماسي كرة القدم Futsal

لعبة تتكون من خمسة لاعبين أو لاعبات لكل فريق، وعلى مدار الشوطين كل شوط (٢٠) دقيقة، على أن تلعب على ملاعب داخلية أو خارجية بمديات أطوال، وأعراض محددة الطول (٣٨-٤٢م) والعرض (١٨-٢٥م) دون استخدام الجدران الجانبية وبتخطيط محدد للملعب، وتؤدي من خلالها جميع المهارات المستخدمة في اللعبة.^(٣)

(١) يعرب خيون؛ مصدر سبق ذكره، ٢٠٠٢، ص ١٢٩.

(٢) عامر رشيد سبع؛ التعلم المهاري باستخدام طرائق التدريب المتجمع والموزع تحت نظم تدريب وظروف مختلفة: (اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد/ كلية التربية الرياضية، ١٩٩٨)، ص ٥١.

(٣) كاوة عمر محمد النقار؛ مصدر سبق ذكره، ٢٠٠٦، ص ٤.

٢- الإطار النظري والدراسات السابقة:

١-٢ الإطار النظري: Theoretical - Studies

١-١-٢ مفهوم التصور العقلي: Concept of Mental Imaginary

أشارت (هاريس وآخرون) إلى أن التصور العقلي يتضمن استدعاء، أو استحضار، أو استرجاع الذاكرة للأشياء، أو المظاهر، أو الأحداث المختزنة من واقع الخبرة الماضية، ومن ناحية أخرى لا يقتصر فقط على مجرد استدعاء أو استرجاع هذه الخبرات، وإنما يعمل على إنشاء وإحداث أفكار وخبرات جديدة، أي أن الفرد لا يسترجع في العقل الخبرات القديمة فقط، وإنما يمكن أن يتناولها بالتعديل والتغيير، وإنتاج صور وأفكار جديدة، فكأن التصور لا يكون استرجاعياً فقط، بل قد يكون توقعاً، أي تصور أشياء، أو مظاهر، أو أحداث مستقبلية، أو قد يكون مبتكراً، أو مبدعاً بمعنى يبتكر أفكاراً وصوراً جديدة لها معنى، ويمكن أن تتحقق، وتصبح واقعية.^(١)

ويذكر (محمد العربي شمعون وعبد النبي الجمال) أنه "لا يقتصر التصور العقلي على مجرد إعادة الصور عن الأحداث الماضية، بل يتعدى ذلك إلى أحداث جديدة لم تطرأ من قبل، فعند إعادة استراتيجية اللعب ضد منافس، فاللاعب قد يضع تصوراً لنقاط معينة في عقله ويحاول أن يقوم بالاستجابة لها. على الرغم من أنه قد لا يكون لعب من قبل مع هذا المنافس، فالعقل أيضاً لديه القدرة على تكوين المواقف الجديدة".^(٢)

ويعرفه (أسامة كامل راتب) بأنها "وسيلة عقلية يمكن من خلالها تكوين تصورات الخبرات السابقة، أو تصورات جديدة لم تحدث من قبل، بغرض الإعداد العقلي للأداء، ويطلق على هذا النوع من التصورات العقلية (الخريطة العقلية)، بحيث كلما كانت هذه الخريطة واضحة في عقل اللاعب، أمكن للمخ إرسال إشارات واضحة لأجزاء الجسم تحدد ما هو مطلوب منه".^(٣)

ويعرف (وجيه محجوب) التصور بأنه "الصورة التي يتخذها المتعلم عن طريق النظر، والشرح، والتوضيح للحركة، وتنطبع بالدماغ، وتكون أساساً لتأدية المتعلم للحركة" ^(٤).

٢-١-٢ أنواع التصور العقلي :

١- التصور العقلي الخارجي: External Mental Imaginary

وهو الذي يرى فيه اللاعب نفسه كما لو كان يشاهد فيلماً سينمائياً، واللاعب الذي يستخدم هذا النوع من التصور يسترجع جميع الجوانب المرتبطة بالأداء لإيجاد العلاقات لتوظيفها في طريقة الأداء المناسبة وتعرف الأخطاء.^(٥)

ويذكر (أسامة كامل راتب) أن فكرة التصور العقلي الخارجي تعتمد على أن الرياضي يستحضر الصورة العقلية لأداء شخص آخر مثل لاعب متميز، أو بطل رياضي، أو يقوم بمشاهدة شريط سينمائي، أو تلفزيوني، وفي هذا النوع يستحضر الصورة العقلية كما هي، وتجدر الإشارة إلى أن حاسة البصر تسهم بالدور الأساس في هذا النوع من التصور.^(٦)

(١) محمد حسن علاوي؛ علم النفس التدريب والمنافسة الرياضية، (القاهرة، دار الفكر العربي ٢٠٠٢) ص ٢٤٨.

(٢) محمد العربي شمعون وعبد النبي الجمال؛ التدريب العقلي في التنس، ط١: (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٦) ص ٥٠.

(٣) أسامة كامل راتب؛ تدريب المهارات النفسية- تطبيقات في المجال الرياضي ط١: (القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٠) ص ١١٧.

(٤) جيه محجوب؛ نظريات التعلم والتطور الحركي، ط١: (عمان، دار وائل للنشر والطباعة ٢٠٠١)، ص ٤٧ - ٥٠.

(٥) محمد العربي شمعون؛ التدريب العقلي في المجال الرياضي، ط٢: (القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠١)، ص ٢١٦.

(٦) أسامة كامل راتب؛ علم نفس الرياضة (المفاهيم، التطبيقات)، ط٤، القاهرة دار الفكر العربي، ٢٠٠٧، ص ٣١٧ - ٣١٨.

٢- التصور العقلي الداخلي: Internal Mental Imaginary

وهو التصور الذي يحدث بداخل الفرد، أي أن الفرد يتصور نفسه، وهو يؤدي حركة معينة من داخله وليس من حيث أنه مشاهد خارجي، وفي هذه الحالة يكون النشاط العصبي بصرياً وحركياً، وفي بعض الأحيان يمكن تقسيم عملية التصور طبقاً لنوع الحواس التي تستدعي التصور، لذا يمكن القول بأن هناك تصوراً بصرياً أو سمعياً أو حركياً، إذ قد تحدث هذه الأنواع بمفردها كما قد يحدث غالباً اندماج بين أكثر من نوع، ويحمل التصور العقلي الطابع المركب.^(١)

ويذكر (أسامة كامل راتب) أن فكرة التصور العقلي الداخلي تعتمد على أن اللاعب يستحضر الصورة العقلية لأداء مهارات أو أحداث معينة سبق اكتسابها أو مشاهدتها أو تعلمها، فهي عادة تتبع من داخل الفرد وليس كنتيجة مشاهدته لأشياء خارجية.^(٢)

وهذان النوعان من التصور العقلي تم تطبيقهما من قبل عينة البحث، "وقد يرجع الاختلاف في نوع التصور العقلي إلى درجة تعلم المهارة، فإذا كانت المهارة في المرحلة الأولى من التعلم، فإن التصور الخارجي يعمل بطريقة أفضل، ومع التقدم في مستوى الأداء في المرحلة الثانية يشاهد اللاعب نفسه يؤدي المهارة وهنا يبدأ التصور العقلي الداخلي".^(٣)

٢-٢ الدراسات السابقة:

٢-٢-١ دراسة هليل (٢٠٠٩)^(٤)

"تأثير تكرارات مختلفة من التصور العقلي في تعليم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم وفقاً لمستويات تعلم لأداء" - يهدف البحث إلى ما يأتي:

١- التعرف على تأثير تكرارات التصور العقلي (١:١)، (١:٢)، (١:٣) في تعليم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم وفقاً لمستويات تعلم الأداء.

٢- التعرف على التكرار الأنسب من بين تكرارات (١:١)، (١:٢)، (١:٣) في تعليم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم وفقاً لمستويات تعلم الأداء.

٣- التعرف على نسب التطور بين مستويات تعلم الأداء لبعض المهارات الأساسية بكرة القدم ولكل تكرار من تكرارات التصور العقلي.

واستخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة مشكلة البحث، وتكونت عينة البحث من طلاب الصف الأول المتوسط في ثانوية الغدير للبنين في محافظة ذي قار للعام الدراسي (٢٠٠٨ - ٢٠٠٩) والبالغ عددهم (٤٨) طالباً، قسموا إلى ثلاث مجموعات تجريبية وفقاً لمستويات تعلم الأداء وواقع (١٦) طالباً في كل مجموعة، واستخدم الباحث المقابلات الشخصية والاختبار والقياس والاستبيان، كوسائل لجمع المعلومات، وتم إجراء التجانس والتكافؤ بين مجموعات البحث الثلاثة في متغيرات (العمر والطول والوزن، والمهارات الأساسية بكرة القدم، والتصور العقلي)، واستخدم الباحث الوسائل الإحصائية الآتية: (الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، ومعامل الارتباط البسيط، واختبار تحليل التباين، واختبار أقل فرق معنوي L.S.D، ونسبة التطور) لمعالجة البيانات إحصائياً، واستنتج الباحث يأتي:

(١) محمد حسن علاوي؛ مصدر سبق ذكره، ٢٠٠٢، ص ٢٥٠.

(٢) أسامة كامل راتب؛ مصدر سبق ذكره، ٢٠٠٧، ص ٣١٨.

(٣) محمد العربي شمعون؛ مصدر سبق ذكره، ٢٠٠١، ص ٢١٧.

(٤) صالح جويد هليل، تأثير تكرارات مختلفة من التصور العقلي في تعليم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم وفقاً لمستويات تعلم الأداء: (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القادسية/ كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٩).

- ١- لتكرارات التصور العقلي (١:١)، (١: ٢)، (١: ٣) تأثير إيجابي في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم.
- ٢- تفوقت المجموعة التجريبية الأولى التي استخدمت التصور العقلي (١:١) في تعليم المهارات الأساسية الآتية (المناوله والإخماد) في كرة القدم.
- ٣- تفوقت المجموعة التجريبية الثانية التي استخدمت التصور العقلي (١: ٢) في تعلم مهارة الدحرجة بكرة القدم.
- ٤- ظهور أفضل نسبة تطور خلال مستوى تعلم الأداء الأول لجميع المهارات الأساسية قيد الدراسة ولمجاميع البحث الثلاثة

٣- إجراءات البحث الميدانية:

٣-١ منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة مشكلة البحث.

٣-٢ مجتمع البحث وعينته:

تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من طالبات السنة الدراسية الأولى في المعهد الرياضي في محافظة دهوك للسنة الدراسية ٢٠٠٨ - ٢٠٠٩ والبالغ عددهن (٤١) طالبة موزعة على شعبتين (A, B)، أما عينة البحث فقد تكونت من (٣٠) طالبة قسموا بالطريقة العشوائية (القرعة) إلى مجموعتين متساويتين في العدد وبواقع (١٥) طالبة في كل مجموعة (المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة)، وبذلك أصبحت عينة البحث تمثل نسبة (١٧، ٧٣%) من المجتمع الأصلي، بعد أن تم استبعاد عدد من الطالبات لعدم تجانسهن مع بقية أفراد العينة وهن:

- ١- الطالبات الممارسات للعبة (الأندية الرياضية) وعددهن (٩) طالبات.
- ٢- الطالبات الراسيات والمؤجلات وعددهن (٢) طالبتان .

٣-٣ التصميم التجريبي : استخدم الباحثان التصميم التجريبي الذي يطلق عليه اسم "تصميم المجموعة المتكافئة العشوائية الاختيار ذات الاختبار القبلي والبعدي المحكمة الضبط".^(١)

٣-٤ وسائل جمع المعلومات:

٣-٤-١ المقابلة الشخصية مع ذوي الخبرة و الاختصاص

٣-٤-٢ الاستبيان و يشمل:

- استبيان مقياس التصور العقلي الرياضي
- استبيان تحديد اهم الصفات البدنية والحركية واختباراتها
- استبيان تحديد أهم الاختبارات المهارية (الدحرجة، المناولة، الاخاماد، التهديف)
- استبيان مدى صلاحية البرنامج التعليمي باستخدام التصور العقلي، الملحق (٢)

٣-٤-٣ الاختبارات و المقاييس

- قياس كل من الطول و الكتلة مع حساب العمر الزمني
- مقياس التصور العقلي الرياضي
- اختبارات بعض الصفات البدنية والحركية المؤثرة في الاداء المهاري
- اختبارات بعض المهارات الأساسية بخماسي كرة القدم
- اختبار الاحتفاظ المطلق^(٢)

٣-٥ تجانس و تكافؤ مجموعتي البحث :

٣-٥-١ التجانس في متغيرات النمو (العمر و الطول و الكتلة)

(١) عبد الجليل إبراهيم الزوبعي و محمد أحمد الغنام؛ مناهج البحث في التربية ط١: (بغداد ، مطبعة التعليم العالي، ١٩٨١) ص ١١٢ .

(٢) يعرب خيون ؛ مصدر سبق ذكره، (٢٠٠٠) ص ٤٢ .

تأثير برنامج تعليمي باستخدام التصور العقلي في تعلم واحتفاظ.....

- ٣-٥-٢ التكافؤ في مقياس التصور العقلي الرياضي^(١)
 ٣-٥-٣ التكافؤ في بعض الصفات البدنية و الحركية المؤثرة في الاداء المهاري
 ٣-٥-٤ التكافؤ في بعض المهارات الاساسية بخماسي كرة القدم^(٢)
 والجدول المرقمة (١)، (٢)، (٣) تبين ذلك.

الجدول رقم (١) التجانس والتكافؤ بين مجموعتي البحث في متغيرات النمو (العمر والطول والكتلة) ومقياس التصور العقلي الرياضي

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة T المحتسبة	الدلالة
			س	ع ±	س	ع ±		
١	العمر	سنة	١٨,٤	١,٢٤	١٨,٣	١,٢٥	٠,٣٠٦	غير معنوي
٢	الطول	سم	١,٥٥	٠,٠٤٧	١,٥٣	٠,٠٧٦	١,٠١٠	غير معنوي
٣	الكتلة	كغم	٥٤,٢٤	٦,٥٢	٥١,٣٠	٦,٦١	١,٥٢٨	غير معنوي
٤	مقياس التصور العقلي الرياضي							
١	التصور البصري	درجة	١٣,٣٣	٠,٥٣٢	١٣,٦٢	٠,٣٩٩	١,١٦٥	غير معنوي
ب	التصور السمعي	درجة	١٣,٣٥	٠,٧٠٨	١٣,٣٧	٠,٥٤٩	٠,٠٧٢	غير معنوي
ج	التصور الحركي	درجة	١٣,٤٥	٠,٥٩٩	١٣,٤٨	٠,٦٧١	٠,١٤٣	غير معنوي
د	الحالة الانفعالية المصاحبة	درجة	١٤,٠٨	٠,٥٤٠	١٣,٧١٧	٠,٧٠٦	١,٥٩٧	غير معنوي

* قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ $\geq (٠,٥)$ وامام درجة حرية $(٢-٣٠) = ٢٠,٥$

الجدول رقم (٢) التكافؤ بين مجموعتي البحث في اختبارات بعض الصفات البدنية والحركية المختارة

ت	الصفات البدنية والحركية	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (T) المحتسبة	الدلالة
			س ^{3/4}	ع ±	س ^{3/4}	ع ±		
١	السرعة الانتقالية	ثانية	٣,٤٦	٠,٢٥٩	٣,٤٧	٠,٢٨٧	٠,١٣٣	غير معنوي
٢	الرشاقة	ثانية	٨,٠٥	٠,٨٠٢	٧,٧٣	٠,٦٧٣	١,١٩١	غير معنوي
٣	القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين	متر	٤,٣٤	٠,٢٣٢	٤,٣٠	٠,٣٦٦	٠,٣٠٣	غير معنوي
٤	القوة الانفجارية للأطراف السفلى	متر	١,٥٣	٠,٢٦٠	١,٣٣	٠,٣٥٠	١,٧٤	غير معنوي
٥	المرونة	سم	١٠,٥٠	٤,٩٢	١٠,٠٠	٥,٨١	٠,٢٤٥	غير معنوي

• معنوي عند نسبة خطأ $\geq (٠,٥)$ وامام درجة حرية (٢٨) قيمة (ت) الجدولية = ٢٠,٥

(١) أسامة كامل راتب ؛ مصدر سبق ذكره ٢٠٠٠ ص ٤.

(٢) عمار شهاب أحمد ؛ تصميم وبناء بعض الاختبارات المهارية الهجومية للاعبين خماسي كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة / جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٨، ص ٢١ .

الجدول رقم (٣) المعالم الإحصائية للتكافؤ بين مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في اختبارات بعض المهارات الأساسية بخماسي كرة القدم

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة T المحتسبة	الدلالة
			س ^{3/4}	ع ±	س ^{3/4}	ع ±		
٤	تمرير كرة أرضية على الدوائر المتداخلة*	درجة	٢٤,٥٣٣	٢,٣٥٦	٢٥,٦٦٦	٢,٤٩٧	١,٣٥١	غير معنوي
٣	إحماد كرة أرضية وتمريرها تمرير كرة أرضية على الجانبين مشطبة مقشمة	درجة	١٤,٨٦٦	١,٨٤٦	١٣,٩٣٦	٢,٥٢٠	١,٣٣٣	غير معنوي

٤	الدرجة بالكرة حول (٥) شواخص	ثانية	١٨,٨٧٠	٣,٠٧٠	١٩,٤١٦	٣,٤٠٢	٠,٤٨٢	غير معنوي
٥	التهدف من الحركة	درجة	١٨,٨٠٠	١,٦٥٦	١٨,٧٣٣	٢,١٥٣	٠,١٢٢	غير معنوي
٦	التهدف من الكرات الثابتة على ستة تقسيمات	درجة	٥,٧٣٣	١,٠٣٢	٦,٤٠٠	١,٥٠٢	١,٥٤٠	غير معنوي

* معنوي عند نسبة خطأ $\geq (٠,٠٥)$ وأمام درجة حرية (٢٨) قيمة (ت) الجدولية = ٢,٠٥

يتبين من الجداول المرقمة (٣,٢,١) وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعتي البحث في جميع المتغيرات قيد الدراسة، لكون قيمة "T" المحسوبة أصغر من قيمة "T" الجدولية عند نسبة $\geq (٠,٠٥)$ ودرجة حرية (٢٨) وبالبالغة (٢,٠٥)، وهذا يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث في تلك المتغيرات.

٣-٦ البرنامج التعليمي باستخدام التصور العقلي:

من خلال إطلاع الباحثان على المصادر العلمية والدراسات المذكورة أنفاً في مجال بحثهما وهي (وجيه محجوب ، ٢٠٠٠) (١) (محمد العربي شمعون، ٢٠٠١) (٢)، (عبد الرحيم سلامي، ٢٠٠٢) (٣)، (أحمد حامد أحمد السويدي، ٢٠٠٤) (٤) (خيرية إبراهيم السكري ومحمد صابر بريقع، ٢٠٠٤) (٥)، (كاوه عمر النقار، ٢٠٠٦) (٦) ولخبرة الباحثان في مجال كرة القدم، تم وضع برنامج تعليمي لبعض المهارات الأساسية باستخدام التصور العقلي لطالبات خماسي كرة القدم ينفذ من قبل المجموعة التجريبية، وقد تم عرض البرنامج على مجموعة من المختصين في مجال (التعلم الحركي وطرائق التدريس وكرة القدم) الملحق (١) لبيان رأيهم في مدى صلاحية البرنامج، وتعديل ما يرونه مناسباً من حيث (المدة الزمنية للبرنامج والوحدات التعليمية على وفق الأقسام الخاصة بها، فضلاً عن التمارين والتكرارات وفترات الراحة والتصوير العقلي الرياضي وغيرها)، وتم الاتفاق على صلاحية البرنامج التعليمي من قبل كافة المختصين بعد أن تم الأخذ بكافة الملاحظات العلمية التي أبدوها، علماً أن الوحدة التعليمية للمجموعة التجريبية تتضمن النشاط الإداري والتنظيمي ثم النشاط التعليمي (مشاهدة فيلم وصور توضيحية متسلسلة وشرح المهارة بالإسلوب اللفظي وتقديم نموذج لها من قبل مدرس المادة ثم القيام بعملية التصور العقلي الصحيح لأداء المهارة في قاعة المعهد الرياضي)، ثم الإحماء العام والخاص، يليها النشاط التطبيقي (أداء التمارين المهارية مع التصور العقلي) وأخيراً النشاط الختامي.

٣-٦-١ الخطة الزمنية للبرنامج التعليمي الخاص بالمجموعة التجريبية: تكون البرنامج التعليمي من (١٦) وحدة تعليمية لكل مجموعة على مدى (٨ أسابيع)، وبواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع الواحد وزمن كل وحدة تعليمية هو (٥٠) دقيقة موزعة على الأقسام الآتية:

* جميع الاختبارات المهارية تتمتع بمعاملات صدق وثبات وموضوعية وحسب المصادر العلمية في مجال لعبة خماسي كرة القدم).

(١) وجيه محجوب؛ التعلم وجدولة التدريب، (بغداد، دار الكتب والوثائق، ٢٠٠٠

(٢) محمد العربي شمعون؛ مصدر سبق ذكره، ٢٠٠١.

(٣) عبد الرحيم سلامي؛ اثر برنامج مقترح لاسلوبين من التدريب الذهني في بعض المهارات الاساسية ومستوى الرضا الحركي بكرة القدم: (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الموصل/ كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٢).

(٤) أحمد حامد أحمد السويدي؛ أثر استخدام أسلوب التدريب الذهني المباشر وغير المباشر في تطوير بعض النواحي المعرفية والمهارية بالكرة الطائرة: (أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة الموصل/ كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٤).

(٥) خيرية ابراهيم السكري ومحمد صابر بريقع؛ التدريب المتكامل في كرة القدم النسوية، (الاسكندرية، منشأة المعارف، ٢٠٠٤)..

(٦) كاوه عمر محمد النقار؛ مصدر سبق ذكره، ٢٠٠٦.

- القسم الإعدادي (١٨) دقيقة ويشمل:

§ (٢) دقيقة تهيئة الأدوات وتسجيل الحضور.

§ (١٠) دقائق (النشاط التعليمي) مشاهدة فيلم وصور ثابتة عن إحدى المهارات الأساسية قيد الدراسة و شرح

التمارين التي سوف تؤخذ، والشروط المطلوبة للأداء الصحيح ،ثم يطلب من الطالبات إغلاق العينين والقيام بعملية التصور العقلي الصحيح لأداء المهارة المطلوبة.

§ (٦) دقائق الإحماء العام والخاص.

- القسم الرئيس (٢٧) دقيقة ويشمل:

§ (النشاط التطبيقي) ممارسة التمارين مهارية فضلا عن التصور العقلي للمهارات.

- القسم الختامي (٥) دقائق ويشمل:

§ هرولة خفيفة ثم الانصراف.

٣ - ٦ - ٢ البرنامج التعليمي بالأسلوب التقليدي :تنفذ المجموعة الضابطة البرنامج المقرر لطلاب السنة الأولى في المعهد الرياضي ، إذ تضمنت الوحدة التعليمية، النشاط الإداري والتنظيمي، الإحماء العام والخاص ثم النشاط التعليمي (شرح وعرض المهارة بالأسلوب اللفظي من قبل مدرس المادة في ساحة الملعب الخماسي ثم النشاط التطبيقي وأداء التمارين مهارية فقط) ثم النشاط الختامي وقد اعتمد الباحثان مبدأ التساوي في عدد تكرارات كل تمرين لكل من المجموعة (التجريبية والضابطة) .

٣ - ٦ - ٣ الخطة الزمنية للبرنامج التعليمي الخاص بالمجموعة الضابطة : تكون البرنامج التعليمي من (١٦) وحدة تعليمية لكل مجموعة على مدى (٨ أسابيع)، وبواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع الواحد وزمن كل وحدة تعليمية هو (٥٠) دقيقة موزعة على الأقسام الآتية:

- القسم الإعدادي (٨) دقائق ويشمل :

+ (٢) دقيقة تهيئة الأدوات وتسجيل الحضور

+ (٦) دقائق الإحماء العام والخاص

- القسم الرئيس (٣٧) دقيقة ويشمل :

+ النشاط التعليمي (١٠) دقائق عرض وشرح المهارة وتقديم نموذج لها من قبل المدرس في ساحة الملعب الخماسي

+ النشاط التطبيقي (٢٧) دقيقة ممارسة التمارين مهارية فقط .

- القسم الختامي (٥) دقائق تمارين تهيئة والانصراف

٣-٧ الاختبارات القبليّة والتجربة الرئيسة والاختبارات البعديّة:

٣-٧-١ الاختبارات القبليّة: تم إجراء الاختبارات القبليّة لمجموعتي البحث في بعض المهارات الأساسية المختارة بخماسي كرة القدم في يوم ٢٠٠٩/٣/٥ وبالتعاون مع مدرس المادة وفريق العمل المساعد الملحق (١) قاموا بشرح وعرض كل اختبار من اختبارات المهارات الأساسية المختارة قبل البدء بالاختبارات القبليّة من أجل تكوين صورة واضحة لكل اختبار أمام عينة البحث.

٣-٧-٢ التجربة الرئيسية: تم البدء بتنفيذ البرنامج التعليمي على مجموعتي البحث ابتداءً من ٢٠٠٩/٣/٩ ولغاية ٢٠٠٩/٥/٩ وبواقع يومين في الأسبوع الواحد لكل مجموعة (يوم السبت والاثنين للمجموعة التجريبية) و (يوم الأحد والثلاثاء للمجموعة الضابطة) ونفذت مجموعتا البحث البرنامج التعليمي على النحو الآتي:

٣-٧-٢-١ المجموعة التجريبية: تقوم بتنفيذ البرنامج التعليمي المقترح وباستخدام عملية التصور العقلي الرياضي، وقد قام مدرس المادة بتنفيذ وحدات البرنامج التعليمي حيث يتم شرح المهارة بالأسلوب اللفظي وتقديم نموذج لها وعرضها بنماذج تتضمن صور توضيحية وأفلام فيديو خاصة بالمهارات الأساسية ثم القيام بعملية التصور العقلي في قاعة المعهد الرياضي، وبعدها التطبيق العملي من قبل الطالبات في ملعب خماسي كرة القدم بالطريقة التعليمية الجزئية (الأسلوب المتدرج).

٣-٧-٢-٢ المجموعة الضابطة: تقوم بتنفيذ البرنامج المقرر لطالبات السنة الدراسية الأولى في المعهد الرياضي في بعض المهارات الأساسية بخماسي كرة القدم، وقد قام مدرس المادة بتنفيذ الوحدات التعليمية ضمن المنهج المقرر، إذ يتم شرح المهارة بالأسلوب اللفظي، ومن ثم عرضها بنموذج من قبل المدرس في ملعب خماسي كرة القدم، ويتم التطبيق العملي من قبل الطالبات بالطريقة التعليمية الجزئية (الأسلوب المتدرج).

٣-٧-٣ الاختبارات البعدية: تم إجراء الاختبارات البعدية (المهارات الأساسية بخماسي كرة القدم) في يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٠٩/٥/١٢، بالأسلوب نفسه الذي تم فيه إجراء الاختبارات القبليّة.

٣-٧-٤ اختبار الاحتفاظ المطلق: تم إجراء اختبار الاحتفاظ المطلق لعينة البحث بعد مرور أسبوع واحد من إجراء الاختبار البعدي وذلك في يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٠٩/٥/١٩ (المهارات الأساسية بخماسي كرة القدم)، "وأن الهدف من إجراء اختبار الاحتفاظ هو معرفة مدى قدرة العينة على التذكر واسترجاع المعلومات، إذ إن الاحتفاظ يعكس التعلم، وإن أضمن قياس للتعلم الحركي هو بعد إعطاء المتعلم مدة أيام، ثم يعود ويتم قياس الأداء، فكلما كان القياس للأداء بعد فترة الاحتفاظ قريباً من القياس لآخر أداء بعد فترة التعليم كان الاحتفاظ كبيراً وكان التعلم فعالاً".^(١) ٣-٨ الوسائل الإحصائية: استخدم الباحثان البرنامج الإحصائي (SPSS) لمعالجة البيانات احصائياً باستخدام الوسائل الإحصائية الآتية: ١- الوسط الحسابي ٢- الانحراف المعياري ٣- اختبار (t) لمتوسطين حسابيين مرتبطين و لعينتين متساويتين ٤- اختبار (t) لمتوسطين حسابيين غير مرتبطين و لعينتين متساويتين.^(٢)

٤- عرض النتائج ومناقشتها Presentation of Results and Discussion

٤-١ عرض نتائج المقارنة بين الاختبارات القبليّة والبعدية لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في تعلم بعض مهارات خماسي كرة القدم لدى طالبات المعهد الرياضي.

٤-١-١ عرض نتائج المقارنة بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في تعلم بعض مهارات خماسي كرة القدم لدى طالبات المعهد الرياضي.

الجدول رقم (٤) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T. test) المحتسبة والجدولية ودلالاتها الإحصائية للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الاختبارات المهارة.

(١) يعرب خيون؛ مصدر سبق ذكره، ٢٠٠٢، ص ٤٢.

(٢) صلاح الدين حسين الهيتي؛ الأساليب الإحصائية في العلوم الإدارية (تطبيقات باستخدام SPSS) ط١: عمان، دار وائل للطباعة والنشر، (٢٠٠٤).

الدالة	قيمة *T المحتسبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	العالم الاحصائية الاختبارات المهارية	ت
		±ع	س ^{3/4}	±ع	س ^{3/4}			
معنوي	٤,٤٤٧	١,٤٤٧	١٦,٦٦٦	١,٨٤٦	١٤,٨٦٦	درجة	تمرير كرة أرضية على مسطبة مقسمة	١
معنوي	٤,٤٠٩	١,٨٠٤	١٨,٤٠٠	٢,٦٩٥	١٥,٤٦٦	درجة	التمرير على الدوائر المتداخلة	٢
معنوي	١٣,٦٢٥	٤,٣١٧	٤٢,٠٦٦	٢,٣٥٦	٢٤,٥٣٣	درجة	إخماد كرة أرضية وتمريرها إلى الجانبين	٣
معنوي	٦,٦٣٨	١,٦٣٧	١٣,٤٠٢	٣,٠٧٠	١٨,٨٧٠	ثانية	الدرجة بالكرة حول خمسة شواخص	٤
معنوي	٦,٣٨٩	٣,٤٣٢	٢٤,٢٦٦	١,٦٥٦	١٨,٨٠٠	درجة	التهديف من الحركة	٥
معنوي	٥,٩٨٢	١,١٦٢	٧,٩٣٣	١,٠٣٢	٥,٧٣٣	درجة	التهديف من الثبات	٦

* معنوي عند نسبة خطأ $\geq (٠,٠٥)$ وأمام درجة حرية (١٥-١) قيمة (ت) الجدولية = ٢,١٤ .

يتبين من الجدول رقم (٤) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولمصالححة الاختبار البعدي في تعلم بعض المهارات الأساسية لدى طالبات خماسي كرة القدم .
٤-١-٢ عرض نتائج المقارنة بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في تعلم بعض مهارات خماسي كرة القدم لدى طالبات المعهد الرياضي.

الجدول رقم (٥) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t.test) المحتسبة والجدولية ودلالتهما الإحصائية للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الاختبارات المهارية.

الدالة	قيمة *t المحتسبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	العالم الإحصائية الاختبارات المهارية	ت
		±ع	س ^{3/4}	±ع	س ^{3/4}			
معنوي	٢,٤١٨	١,٦٢٤	١٥,٧٣٣	٢,٥٢٠	١٣,٩٣٣	درجة	تمرير كرة أرضية على مسطبة مقسمة	١
معنوي	٢,٥٢١	٢,١٩٣	١٥,٦٦٦	٢,٢٣٦	١٥,٠٠٠	درجة	تمرير كرة أرضية على الدوائر المتداخلة	٢
معنوي	٥,٤٢٦	٣,٨١٣	٣٢,٦٠٠	٢,٤٩٧	٢٥,٦٦٦	درجة	إخماد كرة أرضية وتمريرها إلى الجانبين	٣
معنوي	٤,٠٢٤	١,٩٠٧	١٦,٠٣٠	٣,٤٠٢	١٩,٤١٦	ثانية	الدرجة بالكرة حول خمسة شواخص	٤
معنوي	٢,٤٨٣	٢,٩٦٦	٢٠,٥٣٣	٢,١٥٣	١٨,٧٣٣	درجة	التهديف من الحركة	٥
معنوي	٢,٥٨٥	١,٦٩٠	٥,٠٠٠	١,٥٠٢	٦,٤٠٠	درجة	التهديف من الثبات	٦

* معنوي عند نسبة خطأ $\geq (٠,٠٥)$ وأمام درجة حرية (١٥-١) قيمة (ت) الجدولية = ٢,١٤ .

يتبين من الجدول رقم (٥) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ولمصالححة الاختبار البعدي في تعلم بعض المهارات الأساسية لدى طالبات خماسي كرة القدم .
٤-١-٣ مناقشة نتائج المقارنة بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في تعلم بعض مهارات خماسي كرة القدم لدى طالبات المعهد الرياضي

يتبين من الجدولين المرقمين (٤) و (٥) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في تعلم بعض المهارات الأساسية لطالبات خماسي كرة القدم ولمصالححة الاختبار البعدي، ويعزو الباحثان سبب ذلك إلى فاعلية البرنامج التعليمي المقترح بما يحتويه هذا البرنامج من شرح وعرض وصور وأفلام تعليمية وإرشادات، وكذلك تطبيقاً لعملية التصور العقلي من خلال النشاط التعليمي في البرنامج وأخذ فكرة واضحة عن المهارة الحركية، وبعدها البدء بعملية الممارسة في الملعب، وهذا ما أدى إلى نتائج أفضل في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية، إذ يشير كل من (محمد محمود الحيلة وحمد ذبيان العزاوي) إلى أنه "عند تنفيذ

المناهج بشكل فعال فإن الأداء العام للطالب يتحسن كثيراً، ومن ثم يمكن للطلاب أن يكتسبوا فائدة إضافية هي تطوير تعلم جديد عن كيفية تعلم المهارات".^(١)

كما يشير (عبد علي نصيف) إلى أن "المتعلم لا بد أن تكون لديه فكرة واضحة عن المهارة التي يريد تعلمها وخاصة النقاط المهمة للسير الحركي، بعدها يحاول المتعلمون تصور الحركة، فالنقاط الثلاثة (العرض والشرح والتصور) تكون لدى المتعلم النظرة الصحيحة والواقعية للحركة".^(٢)

وهذا يؤكد على أن التحسن في النتائج ترجع إلى عملية التعلم، إذ تم شرح وعرض كل نوع من أنواع المهارات من قبل المدرس، كما أن الطالبات كنّ يشاهدن الأفلام التعليمية، وكذلك الصور وعرض وشرح المهارة، وبعدها عملية التصور العقلي للمهارة، مما كون لديهنّ صورة واضحة عن المهارة المحددة المراد تعلمها، مما أدى إلى أن تكتسب الطالبات تصور المهارة من خلال رؤية النماذج التعليمية ومن ثم الأداء.

إن تحسن نتائج المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي يدل على فاعلية البرنامج التعليمي في تعلم بعض المهارات الأساسية لطالبات خماسي كرة القدم، إذ أن البرنامج التعليمي أدى إلى حدوث تطور لدى الطالبات في أدائهن إذ يشير (محمد عبد الحسين المالكي) "إلى أن الاستهلال بالتعلم من خلال تصور نموذج الأداء الصحيح باستخدام التدريب الذهني يساعد على تثبيت الأداء الصحيح لدى المتعلم واستيعابه، ويزيد من السيطرة والتحكم بمحيط الأداء وإعطاء فرصة لتركيز الانتباه حول الأماكن الصعبة في الأداء قبل تنفيذها وتكرارها بالوسائل البدنية".^(٣) ويضيف الباحثان بأن القدرة على التصور العقلي في المجال الرياضي من المتغيرات المهمة التي تعكس تأثير التدريب العقلي على الأداء، حيث يستخدم التصور العقلي لغرض تجسيد الأداء عن طريق مراجعة المهارة عقلياً (Mental-Rehersal) ويتضمن ذلك التخلص من الأخطاء بتصوير الأسلوب الصحيح للأداء الفني، ولهذا نجد أغلب اللواتي لديهن فكرة واضحة عن الجوانب الرئيسية لتنفيذ المهارة يستطعن بوساطة التصور العقلي مقارنة استجاباتهنّ بالأداء الأمثل، ومن ثم تصحيح الاستجابات غير الصحيحة.

أما فيما يتعلق بالمجموعة الضابطة، فيعزو الباحثان سبب التحسن في نتائج الاختبار البعدي إلى تعلمهنّ من خلال البرنامج التعليمي المتبع في المعهد الرياضي، بحيث لها أهداف معينة تسعى إلى تحقيقها من خلال التعلم والممارسة، ولأن أساس العملية التعليمية فيما يتعلق بالجانب المهاري هو اكتساب المتعلمة للأداء الحركي الذي يمكن الطالبة من أداء المهارة بشكل صحيح. فالمجموعة الضابطة كانت تأخذ المهارة عن طريق شرحها وعرضها لفظياً وحركياً من قبل مدرس المادة لكن بدون عملية التصور العقلي والممارسة بعد ذلك في الملعب وهذا ما أدى إلى تحسنهن في الاختبار البعدي، إذ يشير (كورت ماينل) إلى "أن مراحل التعلم تبدأ باستيعاب الواجب المراد تعلمه من قبل المتعلم ويتم هذا عن طريق شرح وعرض الحركات، وفي هذه المرحلة يحصل المتعلم على التصور الأولي عن خط سير الحركة والذي لا يزال بشكله الخام".^(٤) . وعليه أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث في تعلم بعض المهارات الأساسية لدى طالبات خماسي كرة القدم ولمصلحة الاختبار البعدي ومن هنا يتحقق صحة الفرض الأول للبحث.

(1) محمد محمود الحيلة وحمد ذبيان العزاوي؛ (التصميم التجريبي) نظرية وممارسة: (عمان، دار المسيرة للنشر، ١٩٩٩)، ص ٦٢.

(2) عبد علي نصيف؛ التدريب في المصارعة، ط ٢: (جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٨٧)، ص ١٦٢.

(3) محمد عبد الحسين عطية المالكي؛ اثر التدريب الذهني في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم: (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد/كلية التربية الرياضية، ١٩٩٨) ص ٦٦

(4) كورت ماينل؛ التعلم الحركي، ترجمة (عبد علي نصيف)، ط ٢: (جامعة الموصل، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٨٧)، ص ١٥٢.

٤-٢ عرض نتائج المقارنة في الاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث في تعلم بعض مهارات خماسي كرة القدم لدى طالبات المعهد الرياضي.

الجدول رقم (٦) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T. test) المحتسبة والجدولية ودلالاتهما الإحصائية الاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث في الاختبارات المهارية

ت	الاختبارات المهارية	وحدة القياس	المجموعة	المعالم الاحصائية		قيمة *T المحتسبة	الدلالة
				س 3/4	±		
١	تمرير كرة أرضية على مسطبة مقسمة	درجة	التجريبية	١٦,٦٦٦	١,٤٤٧	٣,٥٠٠	معنوي
				١٥,٧٣٣	١,٦٢٤		
٢	تمرير كرة أرضية على الدوائر المتداخلة	درجة	التجريبية	١٨,٤٠٠	١,٨٠٤	٤,٥١٦	معنوي
				١٥,٦٦٦	٢,١٩٣		
٣	إخماد كرة أرضية وتمريرها إلى الجانبين	درجة	التجريبية	٤٢,٠٦٦	٤,٣١٧	٦,٨٩٦	معنوي
				٣٢,٦٠٠	٣,٨١٣		
٤	الدرجة بالكرة حول خمسة شواخص	ثانية	التجريبية	١٣,٤٠٢	١,٦٣٧	٥,٠٣٠	معنوي
				١٦,٠٣٠	١,٩٠٧		
٥	التهديف من الحركة	درجة	التجريبية	٢٤,٢٦٦	٣,٤٣٢	٣,٢٠٥	معنوي
				٢٠,٥٣٣	٢,٩٦٦		
٦	التهديف من الثبات	درجة	التجريبية	٧,٩٣٣	١,١٦٢	٥,١٢٠	معنوي
				٥,٠٠٠	١,٦٩٠		

* معنوي عند نسبة خطأ $\geq (٠,٠٥)$ وإمام درجة حرية (٣٠-٢) قيمة (ت) الجدولية = ٢,٠٥.

يتبين من الجدول رقم (٦) وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث ولمصلحة المجموعة التجريبية في تعلم بعض المهارات الأساسية لدى طالبات خماسي كرة القدم.

٤-٢-١ مناقشة نتائج المقارنة في الاختبار البعدي بين مجموعتي البحث في تعلم بعض مهارات خماسي كرة القدم لدى طالبات المعهد الرياضي:

يتبين من الجدول رقم (٦) أن هناك فروقاً ذات دلالة معنوية في الاختبار البعدي بين مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) ولمصلحة المجموعة التجريبية في تعلم بعض المهارات الأساسية لدى طالبات خماسي كرة القدم، وهذا ما يحقق صحة الفرض الثاني للبحث.

ويعزو الباحثان التقدم الحاصل في أداء المهارات الحركية عند طالبات خماسي كرة القدم فيما يتعلق بالمجموعة التجريبية الى فاعلية استخدام البرنامج التعليمي باستخدام التصور العقلي، لما لهذا البرنامج من تأثير واضح في اكتساب المهارات الحركية لدى الطالبات، وذلك من خلال استفادتهن من النشاط التعليمي سواء كان بالشرح أم بالعرض الكامل للمهارات الحركية وحسب تسلسلها في عملية التعلم أثناء الوحدات التعليمية، وقد ساهم النشاط التعليمي في البرنامج بإعطاء فكرة واضحة وكاملة عن المهارة الحركية المراد تعلمها، وكذلك ساعدهن على فهم طبيعة المهارة ومحتواها ومضمونها بشكل دقيق و المطلوب منهن عند أدائها.

فضلاً عن استخدام عملية التصور العقلي في النشاط التعليمي وفي النشاط التطبيقي أيضاً، الذي يتضمن عرض الرسوم الخاصة بالمهارات الحركية والصور التوضيحية التعليمية المتسلسلة للمهارة وكيفية الأداء الحركي للمهارة، وكذلك الأفلام التعليمية الخاصة بكل مهارة من المهارات الحركية، كل ذلك أدى إلى إعطاء انطباع عام للطالبات عن طبيعة المهارة الحركية وكيفية أدائها، وبذلك ساعدن على تعلم المهارة وتحسن في مستوى أداءهن المهاري.

اذ يشير (محمد محمود الحيلة) إلى أن "الوسائل التعليمية تعمل على تحقيق الاتصال ونقل الأهداف التعليمية من المعلم إلى المتعلم، وهي تزيد من فاعلية وتحسين عملية التعلم، وتحفز المتعلمين إلى المزيد من المشاركة في المواقف التعليمية وتشويقهم في المشاركة للمزيد من التعلم والاستمرار فيه، كما أنها تسهل عملية التذكر عن طريق استدعاء المعلومات" (١).

كما يشير (محمود موسى العكيلي) أن التدريب الذهني بصورة عامة والتصور العقلي بصورة خاصة للمهارات الحركية يساعد الرياضي في تحقيق المزيد من الفهم لطبيعة أداء المهارات، ولاشك أن ذلك يعاون الرياضي من أن يصبح أكثر إماماً بمتطلبات النجاح وتعلم المهارات الحركية (٢). وكذلك يذكر (محمد حسن علاوي) "أنه يمكن استخدام التصور للمساعدة على سرعة تعلم المهارات الحركية المختلفة عن طريق استدعاء النموذج الصحيح للمهارة الحركية ومحاولة تقليده وكذلك عن طريق التصور الذهني لتكرار أداء المهارة الحركية التي يحاول اللاعب تعلمها وإتقانها" (٣). و يذكر (Schmidt) "أن لتأثير الممارسة الذهنية جوانب متعلقة بالمهارة وهو الجانب المعرفي، كما تساعد المتعلم على التدريب لأفعال واستراتيجيات مختلفة تساهم في تقدير النتائج المحتملة في الوقت الحقيقي" (٤). وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة (صالح جويد هليل، ٢٠٠٩) (٥)، والتي أشارت إلى فاعلية البرنامج التعليمي باستخدام تكرارات التصور العقلي في زيادة القدرة على التركيز والإتقان في عمليات التعلم الحركي.

٤-٣ عرض نتائج اختبار الاحتفاظ المطلق بين مجموعتي البحث في بعض المهارات الأساسية بخماسي كرة القدم:

الجدول رقم (٧) نتائج الاختبار البعدي واختبار الاحتفاظ بين مجموعتي البحث في مهارات خماسي كرة القدم لدى طالبات

المعهد الرياضي

ت	المعالم الإحصائية الاختبارات المهارية	وحدة القياس	المجموعة	الاختبار البعدي س	اختبار الاحتفاظ س
١	تمرير كرة أرضية على مسطبة مقسمة	درجة	التجريبية	١٦,٦٦٦	١٦,٤٧٠
			الضابطة	١٥,٧٣٣	١٢,٣٣٣
٢	تمرير كرة أرضية على الدوائر المتداخلة	درجة	التجريبية	١٨,٤٠٠	١٧,٠٧٠
			الضابطة	١٥,٦٦٦	١٣,٠٧٢

(١) محمد محمود الحيلة؛ طرائق التدريس واستراتيجياته: (العين، دار الكتاب الجامعي، ٢٠٠١)، ص ٣٠.

(٢) محمود موسى العكيلي؛ تأثير التدريب الذهني في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد: (بحث منشور في مجلة علوم التربية الرياضية، جامعة بابل، العدد الرابع، ٢٠٠٥)، ص ٣٨.

(٣) محمد حسن علاوي؛ علم النفس المدرب والتدريب الرياضي، ط ١: (القاهرة، دار المعارف، ١٩٩٧)، ص ٢٥٠.

(٤) Schmidt, A. R.; motor Learning and performance Human kinetics publisher, U.S.A, 1991, p. 86

(٥) صالح جويد هليل؛ مصدر سبق ذكره، ٢٠٠٩.

٤٠,٨٧٢	٤٢,٠٦٦	التجريبية	درجة	إخماد كرة أرضية وتميرها إلى الجانبيين	٣
٣١,٠٧٤	٣٢,٦٠٠	الضابطة			
١٣,٥٥١	١٣,٤٠٢	التجريبية	ثانية	الدرجة بالكرة حول خمسة شواخص	٤
١٦,٤٦٣	١٦,٠٣٠	الضابطة			
٢٣,٣٣٣	٢٤,٢٦٦	التجريبية	درجة	التهديف من الحركة	٥
١٨,٩٣٣	٢٠,٥٣٣	الضابطة			
٧,٠٧٠	٧,٩٣٣	التجريبية	درجة	التهديف من الكرات الثابتة	٦
٤,٠٠٠	٥,٠٠٠	الضابطة			

من خلال عرض نتائج الاحتفاظ ومقدار فقدان ذاكرة الأداء لكل مهارة على حدا ولمجموعتي البحث، نجد في الجدول رقم (٧) أن هناك تبايناً في الأوساط الحسابية في الاحتفاظ المطلق في جميع الاختبارات المهارية قيد الدراسة بين مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) و لمصلحة المجموعة التجريبية.

٤-٣-١ مناقشة نتائج اختبار الاحتفاظ بين مجموعتي البحث في تعلم مهارات خماسي كرة القدم لدى طالبات المعهد الرياضي:

يتبين من الجدول رقم (٧) إن هناك تبايناً في الأوساط الحسابية في اختبار الاحتفاظ بين مجموعتي البحث في جميع الاختبارات المهارات قيد الدراسة ولمصلحة المجموعة التجريبية مما يحقق صحة الفرض الثالث للبحث.

ويعزو الباحثان السبب في تميز المجموعة التجريبية بالاحتفاظ إلى استخدام طالبات هذه المجموعة للبرنامج التعليمي المقترح باستخدام التصور العقلي، إذ ساهم البرنامج على رفع مستوى أدائهن المهاري الذي بدا واضحاً في الاختبار البعدي وكذلك اختبار الاحتفاظ ومتفوقاً على المجموعة الضابطة.

إذ أن مدة الاحتفاظ لها تأثير في مقدار فقدان ذاكرة الأداء، فكما كانت نتائج الاحتفاظ قريبة من الاختبار البعدي ، كانت نتائج الاحتفاظ عالية، وكان التعلم فعالاً، وكما ابتعدت أكثر ازداد مقدار الفقدان.^(١)

ويضيف الباحثان إن سبب الاحتفاظ العالي للمجموعة التجريبية وقرب نتائج الاحتفاظ لنتائج الاختبار البعدي هو أن عملية التذكر لديهم كانت أفضل مما هو في المجموعة الضابطة وإن "عملية التذكر تعني العمل الإرادي الذي يقوم به الإنسان لاستعادة الصور والحقائق الماضية، وإن الاحتفاظ هو عملية من عمليات التذكر التي تعبر عن قدرة الفرد في الاستقرار على أداء عمل سبق أن تعلمه بعد مدة قصيرة أو طويلة من تعلمه ولم يمارس العمل وإن استدعاء الفرد لما سبق دليل على أن العقل احتفظ بأثر ما تعلمه".^(٢)

فضلا عن "أن اكتساب المهارات والاحتفاظ بها حالتان مرتبطتان بقياس التعلم ومنحنياته، فالأكتساب والاحتفاظ، لا يمكن الفصل بينهما، وتكمل الواحدة منها الأخرى، فاختبار الاحتفاظ هو مقياس مكمل لمقدار التعلم".^(٣) ويرى الباحثان أن الاحتفاظ الجيد يأتي من خلال وضوح الأهداف ومفردات البرنامج التعليمي بشكل علمي، والتنظيم الجيد للوحدات التعليمية من حيث الأداء والراحة والتصور أدت إلى التحسن في مستوى الأداء المهاري ومن ثم أدت إلى احتفاظ عالي بالمهارات، وفي هذا الصدد يشير (أحمد أمين فوزي) إلى "انه كلما كانت المهارة التي يتعلمها الفرد ذات معنى معين لديه زاد الاحتفاظ بها، وكلما زادت قوة الدافع نحو التعلم كان الاحتفاظ بالخبرة أقوى،

(١) يعرب خيون؛ مصدر سبق ذكره، ٢٠٠٢، ص ٤٢.

(٢) عبد الرحمن عيسوي؛ القياس والتجريب في علم النفس والتربية: (الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية، ١٩٧٤)، ص ١٣٨.

(٣) Schmidt, and Bjork, New conceptualizations of practice, American physiological, 1992, July, p. 209.

وإن الخبرات التي يتم تعلمها عن طريق التدريب الموزع يتم الاحتفاظ بها لمدة أطول من الخبرات التي يتم تعلمها عن طريق التدريب المركز، وكلما زادت معرفة المتعلم بنتائجه زاد احتفاظه بما يتعلمه لمدة أطول".^(١)

أما سبب فقدان جزء من التعلم فيعزو الباحثان سبب ذلك إلى وجود فترة فاصلة بين الاختبار البعدي واختبار الاحتفاظ إذ "أن ما يكسبه اللاعب من خبرة حركية ومعرفية تضعف بدرجة كبيرة وتقل نسبة الاحتفاظ بها بعد انتهاء التعلم مباشرة، وإنها لا تفقد تماماً على الإطلاق بمرور الزمن، ولكن تقل نسبة هذا الفقدان تدريجياً ويظل محتفظاً بنسبة مهما طال الزمن".^(٢)

٥- الاستنتاجات والتوصيات: Conclusions and Recommendations

١-٥ الاستنتاجات: Conclusions

- ١- فاعلية البرنامج التعليمي باستخدام التصور العقلي في تعلم مهارات خماسي كرة القدم لدى طالبات المعهد الرياضي.
- ٢- البرنامج التعليمي المتبع في المعهد الرياضي كان أقل تأثيراً من البرنامج التعليمي باستخدام التصور العقلي في تعلم مهارات خماسي كرة القدم لدى طالبات المعهد الرياضي.
- ٣- تفوقت المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في اختبار الاحتفاظ في جميع مهارات خماسي كرة القدم لدى طالبات المعهد الرياضي.

٥-٢ التوصيات والمقترحات: Recommendations & Suggestions

- ١- الاستفادة من استخدام البرنامج التعليمي باستخدام التصور العقلي في تعلم بعض مهارات خماسي كرة القدم لدى طالبات المعهد الرياضي.
- ٢- اتباع اختبار الاحتفاظ في قياس مدى التعلم الحقيقي والتقييم السليم للأداء.
- ٣- اعتماد الوسائل التعليمية في البرامج التعليمية في تعليم المهارات الحركية وجعلها أساساً في الدروس النظرية والعملية في المعاهد الرياضية.
- ٤- إجراء دراسات وبحوث مشابهة بلعبة خماسي كرة القدم لكلا الجنسين (في جوانب بدنية ومهارية ونفسية ومعرفية).

المصادر العربية والاجنبية

- أحمد أمين فوزي؛ سيكولوجية التعلم الحركي في المجال الرياضي: (الاسكندرية، منشأ المعارف، ٢٠٠٣).
- احمد حامد احمد السويدي؛ اثر استخدام اسلوب التدريب الذهني المباشر وغير المباشر في تطوير بعض النواحي المعرفية والمهارية بالكرة الطائرة: (اطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة الموصل/كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٤).
- اسامة كامل راتب ، علم نفس الرياضة (المفاهيم ، التطبيقات) ط٤ القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٧
- اسامة كامل راتب؛ تدريب المهارات النفسية - تطبيقات في المجال الرياضي، ط١: (القاهرة دار الفكر العربي، ٢٠٠٠).

(١) أحمد أمين فوزي؛ سيكولوجية التعلم الحركي في المجال الرياضي: (الاسكندرية، منشأة المعارف، ٢٠٠٣)، ص ٨٠-٨٣.

(٢) نجاح مهدي شلش وأكرم محمد صبحي؛ التعلم الحركي: (جامعة البصرة، دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٩٤)، ص ٢٠٨.

- خيرية إبراهيم السكري ومحمد صابر بريقع؛ التدريب المتكامل في كرة القدم النسوية، (الاسكندرية، منشأة المعارف، ٢٠٠٤).
- صالح جويد هليل؛ تأثير تكرارات مختلفة من التصور العقلي في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم وفقا لمستويات تعلم الاداء: رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية/، جامعة القادسية، ٢٠٠٩).
- صلاح الدين حسين الهيتي؛ الاساليب الاحصائية في العلوم الادارية تطبيقات باستخدام (SPSS)، ط١: عمان، دار وائل للطباعة والنشر، ٢٠٠٤).
- عامر رشيد سبع ، التعلم المهاري باستخدام طرائق التدريب المتجمع والموزع تحت نظم تدريب وظروف مختلفة ، اطروحة دكتوراة غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، ١٩٩٨ .
- عبد الجليل ابراهيم الزويعي، ومحمد احمد الغنام، مناهج البحث في التربية، ط١ (بغداد، مطبعة التعليم العالي، ١٩٨١).
- عبد الرحمن عيسوي؛ القياس والتجريب في علم النفس والتربية: (الاسكندرية، دار المعرفة الجامعية، ١٩٧٤).
- عبد الرحيم سلامي؛ اثر برنامج مقترح لاسلوبين من التدريب الذهني في بعض المهارات الاساسية ومستوى الرضا الحركي بكرة القدم: (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الموصل/ كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٢).
- عبد علي نصيف ، التدريب في المصارعة ، ط٢ (جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٨٧)
- عمار شهاب أحمد الجبوري؛ تصميم وبناء بعض الاختبارات المهارية الهجومية للاعبين خماسي كرة القدم: (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الموصل/ كلية التربية الرياضية/٢٠٠٨).
- كاوه عمر محمد النكار؛ علاقة بعض القياسات الجسمية والقدرات البدنية بأهم المهارات الأساسية للاعبين خماسي كرة القدم: (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة كوية/ كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٦).
- كورت ماينل؛ التعلم الحركي، ترجمة (عبد علي نصيف) ط٢: (جامعة الموصل، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٨٧).
- محمد العربي شمعون ، التدريب العقلي في المجال الرياضي ، ط٢ (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠١).
- محمد العربي شمعون وعبد النبي الجمال؛ التدريب العقلي في التنس، ط: (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٦).
- محمد حسن علاوي؛ علم النفس التدريب والمنافسة الرياضية: (القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٢).
- محمد حسن علاوي؛ علم النفس المدرب والتدريب الرياضي، ط١: (القاهرة، دار المعارف، ١٩٩٧).
- محمد عبد الحسين عطية المالكي؛ اثر التدريب الذهني في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم: (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد/كلية التربية الرياضية، ١٩٩٨).
- محمد عبد الغني عثمان؛ التعلم الحركي والتدريب الرياضي، ط١: (الكويت دار القلم للنشر والتوزيع، ١٩٨٧).
- محمد محمود الحيلة وحمد ذبيان العزاوي؛ (التصميم التجريبي) نظرية وممارسة: (عمان دارالمسيرة للنشر، ١٩٩٩).
- محمد محمود الحيلة؛ طرائق التدريس واستراتيجياته: (العين، دار الكتاب الجامعي، ٢٠٠١).
- محمود موسى العكيلي؛ تأثير التدريب الذهني في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة اليد: بحث منشور في مجلة علوم التربية الرياضية، جامعة بابل، العدد الرابع، ٢٠٠٥).
- نجاح مهدي شلش واكرم محمد صبحي؛ التعلم الحركي (جامعة البصرة، دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٩٤).
- وجيه محبوب؛ التعلم وجدولة التدريب، بغداد، دار الكتب والوثائق، ٢٠٠٠ .

- وجيه محجوب؛ نظريات التعلم والتطور الحركي، ط ١: (عمان، دار وائل للطباعة والنشر، ٢٠٠١).
- يعرب خيون؛ التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق: (بغداد، دار الكتب والوثائق العراقية، ٢٠٠٢).
- Schmidt, and Bjork, New conceptualization of practice, American Psychological, Nol.3. No. 4 July, 1992.
- Schmidt, A.R.: motor learning and performance, Human Kentic publisher, U.S.A., 1991.

الملحق رقم (١) أسماء السادة المختصين المشاركين بأرائهم العلمية في إجراءات البحث كافة

الرقم	اللقب العلمي	الاسم	الاختصاص	مكان العمل/ كلية التربية الرياضية
١	أ. د	لؤي غانم الصميدعي	كرة القدم	جامعة الموصل
٢	أ. م. د	خالد عبد المجيد الخطيب	تعلم حركي	جامعة الموصل
٣	أ. م. د	ضرغام جاسم محمد	القياس والتقييم/كرة القدم	جامعة الموصل
٤	أ. م. د	مكي محمود حسين	القياس والتقييم/كرة القدم	جامعة الموصل
٥	أ. م. د	فداء أكرم الخياط	طرائق التدريس/كرة القدم	جامعة صلاح الدين
٦	أ. م. د	ازاد حسن قادر	التعلم الحركي	جامعة صلاح الدين
٧	م. د	احمد حامد أحمد السويدي	التعلم الحركي	جامعة الموصل
٨	م. د	نوفل فاضل رشيد	تعلم حركي/كرة القدم	جامعة الموصل

أعضاء فريق العمل المساعد

ت	الاسم	مكان العمل
١	إبراهيم موسى إبراهيم	ماجستير / كلية التربية الرياضية / جامعة دهوك
٢	حكيم حسين يوسف	بكالوريوس تربية رياضية/ مدرس في المعهد الرياضي/ محافظة دهوك
٣	جميل احمد حسين	طالب ماجستير/ كلية التربية الرياضية / جامعة دهوك