أثر إعادة التعلم في ادخار الجهد في تعلم بعض المهارات الهجومية في كرة السلة

د. نبيل محمود شاكر

كلية التربية الاساسية– جامعة ديالى

ملخص بحث

تضمن البحث على المقدمة واهمية البحث والتي تجلت في استخدام أحد أساليب التعلم الحركي للمهارات الحركية وبطريقة إعادة التعلم اعتماداً على المخزون من المهارات الحركية التي تعلمها في فترة سابقة والتي تعتبر من متطلبات التعلم الحركي في المدارس المتوسطة للبنات ، وهدف البحث الى قياس تأثير إعادة التعلم في توفير الجهد وكذلك معرفة النسبة المئوية للجهد المدخر ، وافترض الباحث بان لاعادة التعلم أثراً في ادخار جهد تعلم المهارات الهجومية بكرة السلة وبنسب مختلفة بين عدد المحاولات وزمن التعلم الاول والثاني وبفروق معنوية وقد حقق البحث أهداف وفروض الدراسة.

Summary

The research included on the introduction and the importance of the research which is shown in using of moveable learning for moveable skills, by "Re – Learning" method depending on saving moveable skills. Which the student had learnt it in previous period and it has been considered as moveable learning requirments in intermediate schools for girls.

The aim of the research is for measuring the effect of Re – Learning in saving the Effort and to know the percentage of saving Effort.

The researcher supposed that in Re – Learning is an effect in saving the effort of learning attacking skills in Basketball Game.

In different rates between the numbers of trials and the leaning times. "In first and second time" in meaningful differences.

The research has proved its aims goals and hypotheses.

المقدمة وأهمية البحث :

يتطلب قياس التغير الحاصل في السلوك الحركي للإنسان الحصول على كمية من الملاحظات حول أدائه خلال سلسلة من محاولات التعلم الحركي لمهارة معينة او لعدد من المهارات ، ويمكن الاستفادة من تعلم سبق ان تعلمه الفرد بان تطلب منه ان يعيد تعلم ما تعلمه سابقا بعد فترة من الزمن قد تطول او تقصر، وفي هذه الحالة قد نجد ان المتعلم في المرة الثانية يستغرق وقتاً اقل مما استغرقه في المرة الأولى او اخذ عدد من المحاولات اقل مما أخذه في المرة الأولى لتنفيذ الواجب الحركي وبهذا يكون قد وفر جهدا يساوي الفرق في الزمن الأول والزمن الثاني للأداء او الفرق في عدد المحاولات بين المرتين .

وتأتي أهمية البحث في استخدام أحد أساليب التعلم الحركي للمهارات الحركية (إعادة التعلم) اعتمادا على المخزون من المهارات الحركية التي تعلمها في فترة سابقة والتي تعتبر متطلبات مسبقة للتعلم الحركي وتحقيق الأداء الجيد الذي يؤمن مستوى من الأداء والارتقاء به لتحقيق الهدف من التعلم لاسيما في المراحل العمرية الأولية في المدارس المتوسطة للبنات الصف الاول المتوسط وان الآثار التراكمية للتعلم هي التي تشكل الأساس في الحصول على قاعدة من اللاعبات يمكن ان تطور لعبة كرة السلة في المدارس العراقية .

مشكلة البحث :

ان تدني مستوى الأداء المهاري للمهارات الهجومية وضعف إمكانية الربط بين هذه المهارات في اللعب هي السمة المميزة لهذه المرحلة الدراسية فقد لاحظ الباحث انخفاض مستوى أداء الطالبات لهذه اللعبة ، وقد ارتأى استعمال أسلوب إعادة التعلم لمهارات كرة السلة بان يتم تطبيق المنهج الدراسي المقرر في الدراسة لتعلم المهارات الهجومية المتمثلة

بالطبطبة والمناولة والتهديف بكرة السلة ثم إعادة تعلم هذه المهارات بعد مرور ثلاثون يومـا إذ يعاد تعلم نفس المهارات وفق نفس المنهج السابق .

أهداف البحث :

1- إن لإعادة التعلم أثرا في توفير جهد تعلم المهارات الهجومية بكرة السلة.

2- معرفة النسبة المئوية للجهد المدخر.

3- معرفة الفروق بين الاختبار البعدي الأول والبعدي الثاني بعد إعادة التعلم .

فروض البحث :

1- إن لإعادة التعلم أثراً في توفير جهد تعلم المهارات الهجومية بكرة السلة.

2- وجود نسبة من الجهد المدخر بين عدد المحاولات أو الزمن في التعلم الأول والثاني .

3- وجود فروق معنوية بين الاختبار البعدي الأول والبعدي الثاني ولصالح البعدي الثاني.

مجالات البحث :

المجال الزماني : الفترة من 2003/11/1-2004/4/11 .

المجال البشري : طالبات متوسطة الجهراء للبنات .

المجال المكاني : ساحة متوسطة الجهراء .

تعريف المصطلحات :

1- إعادة التعلم : ويقصد به تعلم الفرد شيئا وبعد فترة من الزمن تطول أو تقصر يطلب منه ان يعيد ما سبق تعلمه [1].

2- الجهد المدخر : ويقصد به الفارق بين عدد المحاولات أو الزمن للـتعلم الأول والـتعلم الثاني[2].

1- ممدوح عبد المنعم واحمد محمد الكندري : سيكولوجيا التعلم وأنماط التعلم وتطبيقاتها النفسية والتربوية ، ط1 مكتبة الفلاح ، الكويت 1992 ، ص40.

2 - ممدوح عبد المنعم واحمد محمد الكندري : المصدر السابق ، 1992 ، ص 40 .

الدراسات النظرية

التعلم والجهد:

يختلف الأفراد في حاجتهم للجهد . عندما يتعلمون مهارة حركية فيبدوا قـسماً مـنهم قادرين على القيام بالمهارة وبجهد بدني وعقلي قليل وهذا يعود إلى انهم يملكون القدرة علـى معالجة المعلومات أو أداء الواجبات الحركية بشكل اكثر من غيرهم نتيجـة لزيـادة تعلمهـم للمهارات الحركية والاستمرار بالتدريب ، ويمكن ملاحظة انخفاض الجهد مـن خـلال قلـة استهلاك الأوكسجين أو انخفاض معدل ضربات القلب أو انخفاض الزمن أو عدد المحاولات لأداء المهارة ، كما يلاحظ ارتباط استمرار التعلم أو إعادة التعلم بانخفاض الجهد .

ويعتبر قياس الجهد المدخر أحد وسائل قياس التعلم وفيه يطلب من الفرد ان يتعلم شيئاً معيناً بعد فترة من الزمن قد تطول او تقصر ثم يطلب منه ان يعيد ما تعلمه فـإذا اسـتغرق المتعلم وقتاً اقل مما استغرقه في المرة الأولى أو اخذ عدد من المحاولات اقل مما أخذه فـي المرة الأولى فهذا يعني انه وفر جهداً يساوي الفرق في الـزمن أو عـدد المحـاولات بـين المرتين[3] .

ويرى (شمتث schmidt 1989) بأن نضع في الاعتبـار ان ضـعف الأداء وعـدم القدرة على الحفظ قد يعود إلى التعب أو الإرهاق أو عدم الرغبة[4]

كما يضيف وجيه محجوب (2000) بان تثبيت التعلم السابق يعكس حالة تعلم مهمـة جديدة وتأثيرها على الاحتفاظ بمهمة سبق تعلمها.[3]

منحنيات التعلم الحركي:

يمكن قياس فاعلية استخدام وسيلة او طريقة تعليمية معينة كقياس زمن الأداء او قياس مسافة الأداء أو احتساب عدد الأخطاء أثناء الأداء أو عدد المحاولات الناجحة خـلال فتـرة زمنية .وتستخدم الاختبارات المهارية لقياس التغيرات التي تطرأ على الأداء الحركي المهاري بحيث تتلاءم هذه الاختبارات مع المهارات الحركية المطلوب قياسها . وهناك ثلاثة أنواع من

(1) ممدوح عبد المنعم واحمد محمد مبارك .مصدر سبق ذكره ، ص40 .

(2) Schmidt , R.Motor Learning and control : A Behvioral Emphasis, champagn, IL: Human Kin , 1989.

(3) وجيه محجوب . موسوعة علم الحركة التعلم وجدولة التدريب ، مكتب عادل للطباعة الفنية ،العراق،2000 ص282 .

منحنيات التعلم تستخدم لتسجيل مقدار التغير الذي طرأ على الأداء الحركي نتيجة للعملية التعليمية وفق ما يراه (محمد عثمان 1987) وهي:[4]

1. منحنى النجاح او التحصيل : وفيه يمكن تسجيل كمية الأداء أو عدد المحاولات الناجحة او الصحيحة خلال زمن معين ، أو خلال عدد معين من المحاولات .
2. المنحنى الزمني : ويقصد به الزمن المستغرق في كل أداء .
3. منحنى الخطأ : وفيه تسجل عدد الأخطاء التي تحدث خلال الأداء .

وتختلف منحنيات التعلم في أشكالها بسبب خضوع عملية التطور والتغيير في الأداء لعدة عوامل ، ويمكن تقسيم منحنيات التعلم من حيث الهيكل والشكل الى :-

أ. منحنيات الزيادة السلبية : وهو التغير الإيجابي الذي يظهر التحسن الكبير في الأداء منذ بداية العملية التعليمية ثم تبدأ عملية التغيير والتقدم تسير ببطء شديد . أي إن منحنى الزيادة السلبية يعكس لنا تقدماً ملحوظاً في البداية مع عدم قدرة في الفترات التالية والتي تتساوى مع الفترة الأولى في الزمن ولكنها لا تحقق نفس القدرة من النجاح ، ويلاحظ قدرة المبتدأين على تعلم المهارات الحركية الجديدة في الفترة الأولى من عملية التعلم ، وفي فترة زمنية قليلة وقد يعزى هذا النجاح السريع الى :

1. المماس الزائد في تعلم المهارات الجديدة .
2. سرعة تعلم الأفراد الذين يمتلكون خبرة حركية كبيرة .
3. لاكتساب القدرة على أداء المهارة الحركية الجديدة ككل ثم إتقان التفاصيل لاحقاً.

ب. منحنيات الزيادة الإيجابية : وهو عكس النوع السابق حيث يكون في البداية بطيئاً. ثم يتحسن اكبر فيما بعد وذلك للأسباب التالية :-

1. الخبرات السابقة والتي تخدم العملية التعليمية لدى الفرد والمتعلم تكون ضئيلة .
2. صعوبة المهارات المتعلمة والتي يجب إتقانها في بداية العملية التعليمية .
3. نقص الحماس والدافعية .

(4) محمد عبد الغني عثمان. التعلم الحركي والتدريب الرياضي ، ط1، دار الفكر للنشر والتوزيع،الكويت ،1987، ص173.

إجراءات البحث

منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لمشكلة البحث .

عينة البحث :

بعد تحديد مجتمع البحث المتمثل بطالبات الصف الأول متوسط قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من طالبات الصف الأول متوسط من ثانوية الجهراء للبنات وذلك لتوافر متطلبات البحث فيها ، وقد بلغ حجم العينة 29 طالبة من شعبة (أ) خضعت للمتغير المستقل المتمثل بإعادة التعلم ، وتراوحت أعمارهن بين (12-13) سنة .

تجانس العينة :

قام الباحث بإجراء تجانس عينة البحث للحد من تأثير المتغيرات على نتائج التعلم من حيث الطول والوزن والعمر ، وقد استخدم قانون معامل الالتواء لتحقيق ذلك وكما موضح بالجدول (1) .

الجدول (1)

تجانس عينة البحث في متغيرات الطول والوزن والعمر

المعالجات الإحصائية المتغيرات الانثروبومترية	س	ع +	الوسيط (و)	معامل الالتواء
الطول سم	142.81	4.33	142	0.56
الوزن كغم	42.03	3.70	42	0.24
العمر بالشهر	150.12	4.51	150	0.08

يظهر الجدول إن قيمة معامل الالتواء توزعت بين (+ 3) كما تأكد الباحث من عدم وجود راسبات في السنوات السابقة وتأكد من عدم تدريبهم على المهارات .

أدوات البحث :

استعان الباحث بالوسائل البحثية الآتية :

- المصادر والمراجع .
- الملاحظة والتجريب .
- الاختبارات المهارية .
- الوسائل الإحصائية .

كما استخدم بعض الأجهزة والأدوات مثل (ميزان شريط قياس ، ساعة توقيت ، كرات سلة- هدف كرة سلة).

تحديد اختبارات الدراسة :-

اعتمد الباحث بطارية الاتحاد الأمريكي للصحة والتربية البدنية والترويح للبنـات[5] ، وهي بطارية مقننة تتمتع بثبات وصدق وموضوعية إذ تم تحديد ثلاث اختبارات وهي :

1. اختبار التمرير السريع :

قياس قدرة المختبر على سرعة تمرير الكرة واستلامها اذ تقوم الطالبة برمي الكـرة على الحائط عن بعد (270 سم) بأسرع ما يمكن حتى تؤدي (10) مناولات صحيحة ويسجل الوقت بالثانية لغاية تحقيق المناولة العاشرة الناجحة .

2 - اختبار الطبطبة :

لقياس سرعة الطبطبة حول مجموعة من العوائق . اذ تقوم الطالبة عند سماع الإشارة بالجري من خلف خط البداية بين الشواخص مع الطبطبة ذهاباً وإياباً إلى أن تتجـاوز خـط البداية ويحسب الزمن الذي قطعت به المسافة .

(1) ريسان خريبط مجيد . موسوعة القياسات والاختبارات في التربية الرياضية ، ج1 ، مطابع التعليم العالي ، 1989، ص272 – 279 .

3 - اختبار التهديف من اسفل السلة في (30) ثا :

يهدف إلى قياس مهارة التهديف . إذ تقف الطالبة اسفل هدف السلة وعند الإشارة تبدأ بالتهديف بيد واحدة أو يدين لإدخال الكرة إلى السلة ، ويكرر العمل حتى نهاية (30) ثانيـة ويحسب لكل هدف نقطة واحدة .

التجربة الاستطلاعية

أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2003/10/23 على عينة من (8) طالبات من شعبة (ب) خارج عينة البحث وتوصل الباحث الى ملاءمة اختبارات الدراسة لعينة البحث وكفاية الأدوات والأجهزة .

خطوات إجراء التجربة

1- الاختبار القبلي : اجري الاختبار القبلي على عينة البحث في 2003/11/1 فـي سـاحة المدرسة لغرض تحديد مستوى الأداء قبل البدء بالتعلم أولاً ولغرض المقارنة مع نتـائج اختبارات قياس التعلم.

2- الاختبار البعدي الأول : بعد تطبيق المنهج الدراسي المقرر ولمدة (8) أسابيع تضمن تعلم المهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة (الطبطبة ، المناولة ، التهديف) ، قام الباحـث بأجراء الاختبار البعدي الاول بتاريخ 2004/1/10 .

3- الاختبار البعدي الثاني : بعد مرور (30) يوماً على تعلم المهارات الأساسية في الفـصل الدراسي الأول تم إعادة تعلم نفس المهارات ولمدة (8) أسابيع على نفس العينة ، وبعـد ذلك اجري الاختبار البعدي الثاني بتاريخ 2004/4/2 .

واعتمد الباحث في قياس الجهد المدخر على أحد أساليب قياس التعلم وذلك باستخراج فرق الزمن او النقاط بين الاختبارين كمؤشر لتوفير الجهد نتيجة إعادة التعلم . كما اسـتخدم اختبار (ت) للعينات المترابطة لمعرفة معنوية الفروق بين اختبارات الدراسة ويوضح الجدول (2) التصميم التجريبي للتجربة لقياس الجهد المدخر .

الجدول (2)

تصميم قياس الجهد المدخر

الاختبارات	المهمة التعليمية	الاختبارات	المهمة التعليمية	الاختبارات	قياس التعلم
الاختبار القبلي قياس مستوى الأداء 2003/11/1	تعلم المهارات (الطبطبة، المناولة، التهديف) 2003/11/2	الاختبار البعدي الأول 2004/1/10	إعادة تعلم المهارات (الطبطبة، المناولة ، التهديف) 2004/2/2	الاختبار البعدي الثاني 2004/4/2	استخراج الجهد المدخر

الوسائل الإحصائية :-

1- الوسط الحسابي Means .....[6]

2 - الانحراف المعياري.....[7]

3 – الوسيط

4- معامل الالتواء

5- معادلة قياس الجهد المدخر.....[8]

6- نسبة الجهد المدخر

7- اختبار T لوسطين حسابين مرتبطين للعينات المتساوية بين الاختبـار القبلـي والبعـدي للمجموعة نفسها..... [9]

(1) Louis Cohen & Michaei Holliy : Statistics For Education and Physical Education Harper & Row Publishers. London 1979. P. 175 – 179.

(2) WAYNE W. DANIEL: Bio – Statistics: A Foundation For Analysis in the Health Sciences. John Willey & Sons, New York. 1978. P. 20.

(8) ممدوح عبدالمنعم ، احمد محمد مبارك الكندري : سيكولوجية التعلم وانماط التعلم وتطبيقاتها النفسية والتربوية ، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ، الكويت ، 1992 ، ص 40 .

(4) وديع ياسين التكريتي وحسن محمد عبد ، مصدر سبق ذكره ، ص 214 .

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبار القبلي والاختبار البعدي الاول للمهارات الاساسـية لعينة البحث :-

لمعرفة معنوية الفروق بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي الاول استخدم الباحث اختبار (ت) للعينات المترابطة وعلى النحو الموضح في الجدول (3)

الجدول (3)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحتسبة ودلالتها الإحصائية للاختبار القبلي والبعدي الأول للمهارات الأساسية (الطبطبة – المناولة – التهديف)

الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ف	مجـ ح^2 ف	قيمة ت المحتسبة	الدلالة الإحصائية
	س	+ع	س	+ع				
الطبطبة ثا	25.12	4.23	23.21	3.93	1.91	142.12	4.57	معنوي
المناولة ثا	26.43	5.57	24.19	4.21	2.24	112.31	6.02	معنوي
التهديف / نقاط	4.30	2.42	6.44	2.33	- 2.14	85.53	6.60	معنوي

قيمة (ت) الجدولية البالغة (2.05) تحت مستوى دلالة (0.05) وعند درجة حرية (28) .

يوضح الجدول ان جميع قيم (ت) المحتسبة اكبر من قيمة (ت) الجدولية ولجميع بنود الاختبار فقد تراوحت قيمة (ت) المحتسبة بين (4.57 – 6.60) مما يؤشر حدوث عملية التعلم بعد تطبيق المنهاج الدراسي المقرر والمتضمن تعلم المهارات الاساسية الهجومية بكرة السلة فتعزى هذه الفروق المعنوية الى فاعلية المنهاج الدراسي في اكتساب وتعلم مهارات كرة السلة نتيجة الممارسة والتدريب ، اذ يشير موستن (Mosston 1981) الى ان القاعدة الاساسية في تعلم المهاراتالحركية هي العناية بزيادة عدد المحاولات للتمرينات وتنوعها[10].

1. Mosston, Maskam Teaching physical Education, (Merrill Publishing co. ohio, 1981) , P. 4.

ويضيف (شمت Schmidt 1982) "الى انه لغرض الحصول على التعلم لابد من ان تكون هناك محاولات في ممارسة التمرين وان اهم متغير في التعلم هو الممارسة والتمـرين نفسه"[11].

عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبار البعدي الأول والاختبار البعـدي الثـاني للمهـارات الأساسية لعينة البحث :-

لغرض معرفة معنوية الفروق بين متوسطات الاختبـار البعـدي الاول والاختبـار البعدي الثاني بعد إعادة تعلم المهارات الأساسية بكرة السلة قام الباحث باستخدام اختبار (ت) للعينات المترابطة والمتساوية وكما موضح في الجدول رقم (4) .

الجدول (4)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحتسبة ودلالتها الإحصائية للاختبار البعدي الأول والبعدي الثاني للمهارات الأساسية (الطبطبة – المناولة – التهديف)

الاختبارات	الاختبار البعدي الأول		الاختبار البعدي الثاني		ف	مجـ ح^2 ف	قيمة ت المحتسبة	الدلالة الإحصائية
	س	+ع	س	+ع				
الطبطبة/ثا	23.21	3.93	20.51	4.21	2.7	136.21	6.6	معنوي
المناولة/ثا	24.19	4.21	21.31	2.35	2.88	101.3	8.15	معنوي
التهديف/نقطة	6.44	2.33	9.15	1.92	2.71	76.24	8.84	معنوي

قيمة (ت) الجدولية البالغة (2.05) تحت مستوى دلالة (0.05) وعند درجة حرية (28) .

يتضح من الجدول (4) إن هناك فروقا معنوية لصالح الاختبـار البعـدي الثـاني إذ تراوحت قيمة(ن) المحتسبة بين (6,6-8,84) وهي تمثل فروقا معنوية بدرجة كبيرة عنـد مقارنتها مع قيمة (ت) الجدولية البالغة (2,05) ويعزى ذلك ألي تأثير عملية إعادة التعلم التي تساعد في قيام الطالبات بأداء المهارة بجهد بدني وعقلي اقل وبشكل اكثر اقتصادية تقل فـي انخفاض الجهد وتقليل الفترة الزمنية لأداء الاختبارات التي تقيس تعلم المهـارات موضـوع

2. Schmidt. F.A. Motor Control & Learning – Behavior Emphasis lino's, Human kinetics publish,1982, P.48.

البحث يشير وجيه محبوب 2002 إلى إن الاستمرار في محاولات التعلم تؤدي إلى حـدوث تعلم مضاف بتمثل في انخفاض الجهد .

إن نتائج الجدول (4) الموضح بان إعادة التعلم قد اثر إيجابياً في استمرار تعلم عينـة البحث من خلال التعلم المضاف الذي حصلت عليه في مرحلة إعادة التعلم ، ولكي يتعـرف الباحث على مقدار الجهد المدخر والذي لا يقيسه نظام قياس المهارة فقد استخدم معادلة قياس الجهد المدخر وكما موضح بالجدول(5)

الجدول (5)

قياس الجهد المدخر في أداء المهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة

(الطبطبة ، المناولة ، التهديف)

الاختبارات المهارية	الاختبار البعدي الأول	الاختبار البعدي الثاني	الجهد المدخر الفرق بين القياسين
الطبطبة ثا	23.21	20.51	2.7 ثا
المناولة ثا	24.19	21.31	2.88 ثا
التهديف / نقطة	6.44	9.15	2.71 نقطة

يتضح من الجدول (5) أن إعادة التعلم قد حقق جهدا مدخرا في تعلم مهارة الطبطبة بلغ (2,7) ثانية كما حقق جهدا مدخرا في تعلم مهارة المناولة بمقدار (2,88) ثا أما مهـارة التهديف فقد سجلت (2,71) نقطة كجهد مدخر نتيجة إعادة التعلم .

ولغرض استخراج نسبة الجهد فقد استخدم الباحث معادلة النسبة المئوية لقياس الجهـد المدخر وكما موضح في الجدول (6) .

الجدول (6)

قياس نسبة الجهد المدخر في أداء المهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة

(الطبطبة , المناولة , التهديف)

الاختبارات المهارية	نسبة الجهد المدخر
الطبطبة / ثا	% 11.63
المناولة / ثا	% 11.91
التهديف / نقطة	% 42.08

يتضح من الجدول (6) إن إعادة التعلم قد حقق نسباً متفاوتة في الجهد المـدخر وفقـاً لنوع المهارة وصعوبتها إذ يتضح إن نسبة الجهد المدخر فـي مهـارة الطبطبـة قـد بلـغ (11,63%) عن الاختبار البعدي الأول أما مهارة المناولة فقد بلغت النسبة المئويـة للجهـد المدخر (11,91%) وهي نسب كبيرة نظرا لصعوبة المهارتين واحتياجهما إلى توافر عناصر السرعة والقوة والرشاقة في الأداء فضلا عن الالتزام بالأداء الصحيح للاختبار .

أما مهارة التهديف فقد حققت نسبة كبيرة بلغت (42,08%) وهي تمثل نسبة عالية من الجهد المدخر الذي سيؤثر في اكتساب وتعلم المهمة ويتحسن الأداء بشكل ثابت نتيجة لتـأثره بالمتغير المستقل وان الاستمرار بالممارسة قد حقق تأثيرا في أداء عينة البحث ، وبذلك يكون البحث قد حقق فرضياته الأولى والثانية والثالثة .

الاستنتاجات والتوصيات

الاستنتاجات :

من خلال نتائج البحث استنتج الباحث الأتي :-

1- وجدوا فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي الأول ولصالح البعدي الأول .

2- وجدوا فروق معنوية بين الاختبار البعدي الأول والبعدي الثاني ولصالح الثاني .

3- حقق أسلوب إعادة التعلم جهدا مدخرا في تعلم المهارات الأساسية الهجومية (الطبطبة ، المناولة ، التهديف) .

4- حقق أسلوب إعادة التعلم نسبة مئوية متفاوتة في ادخار الجهد لتعلم المهارات الأساسـية الهجومية بكرة السلة وكما يأتي :

الطبطبة : 11,63% . المناولة : 11,91% . التهديف : 42,08% .

التوصيات :

وقد أوصى الباحث ببعض التوصيات وعلى النحو الأتي :

1- اعتماد أسلوب إعادة التعلم لتحسين الأداء في تعلم المهارات الرياضية .

2- استخدام أسلوب إعادة التعلم في تعلم مهارات أخرى للألعاب الرياضية المختلفة .

3- إن ادخار الجهد سيوفر الكثير من الوقت والجهد البدني والطاقة الاحتياطية مع انخفـاض التعب وتعلم المهارات بشكل اكثر اقتصادية .

المصادر العلمية

المصادر العربية :

- ريسان خريسط مجيد ، موسوعة القياسات والاختبارات في التربيـة الرياضـية ،ج1 ،مطابع التعليم العالي ،1989.
- محمد عبد الغني عثمان ،التعلم الحركي والتدريب الرياضي ، ط1 ، دار العلم للنـشر والتوزيع ، الكويت،1987 .
- ممدوح عبد المنعم ،احمد محمد مبارك الكندري ، سيكولوجيا التعلم والنمـاط الـتعلم وتطبيقاته النفسية والتربوية ، ط1 ، مكتبة الفلاح ، الكويت ، 1992.
- وجيه محجوب ، (موسوعة علم الحركة) التعلم وجدولة التـدريب ، مكتـب العـادل للطباعة الفنية، العراق،2000 .
- وجيه محجوب ، التعلم والتعليم والبرامج الحركية ، ط1 ، دار الفكر للطباعة والنـشر والتوزيع، عمان، 2002 .
- وديع ياسين التكريتي وحسن محمد عبد العبيدي ، التطبيقات الاحصائية فـي بحـوث التربية الرياضية ، دار الكتب للطباعة والنشر ،الموصل ، 1996 .

المصادر الأجنبية :

- Louis Cohen & Michael Hollidy . Statistics For Education andy Physical Education Harper & Row Publishers . London . 1979 .
- Mosston . Muska . Teaching Physical Education . (Merrill Publishing co. ohio . 1981) .
- Schmidt .F.A Motor control & Learning . Behavior Emphasis Linos . Human Kineties Publish . 1982 .
- Schmidt .R Motor Learning and control Abehvioral Emphasis . champaign . IL . Human Kin . 1989 .
- WAYNE W. DANIEL : Bio Statistics : AFEANDATION For Anlysis in the Health siences . John Willey & sons . New yourk . 1978 .