

اثر استخدام احصنة قفز مختلفة الارتفاع المقترحة في تعليم مهارة القفز ضما
على جهاز حصان القفز

بحث تجريبي على عينة من طلبة المرحلة الابتدائية

من قبل

م.د. محمد جواد كاظم

م.م. عادة مؤيد شهاب العبادي

كلية التربية الرياضية جامعة بغداد

2002م//1423هـ

المستخلص

"اثر استخدام احصنة قفز مختلفة الارتفاع المقترحة في تعليم مهارة القفز ضما على جهاز
حصان القفز"

يهدف البحث الى معرفة اثر استخدام الاهداف ذات الارتفاعات المختلفة في تعلم مهارة القفز
ضما على جهاز حصان القفز.

تكونت العينة من (40) طالب من طلاب الصف السادس الابتدائي في مدرسة الاجنادين
الابتدائية – الكرخ , وقد قسمت الى مجموعتين متساويتين في العدد.

المجموعة الاولى شعبة – أ – بصفة مجموعة تجريبية والبالغ عددهم (20) طالب اذ طبق
معهم المنهاج او الاسلوب المقترح في تعليم مهارة القفز ضما على جهاز حصان القفز مختلف
الارتفاع المقترح.

المجموعة الثانية شعبة – ج – بصفة مجموعة ضابطة وتكونت من عشرين طالب ايضا والذي
طبق معهم الاسلوب التقليدي المتبع في المدرسة وهو القفز على حصان القفز ذي ارتفاع واحد.

بعد ذلك تم تطبيق المنهاج المعد من قبل المدرسة على المجموعتين (التجريبية والضابطة) بنفس
عدد الوحدات التعليمية وعدد التكرارات ولكن كل حسب الاسلوب المتبع معهم في تعليم المهارة
قيد البحث.

توصل الباحثان ان هناك تطور في المجموعة التجريبية بصورة اكبر من المجموعة الضابطة
في تعليم مهارة القفز ضما على جهاز حصان القفز.

الباب الاول

1 – التعريف بالبحث

1 – 1 المقدمة واهمية البحث

ان المرحلة الابتدائية وخاصة مرحلة الطفولة الثانية (الصف الرابع والخامس والسادس الابتدائي) تعد في التربية الرياضية المرحلة الاساس في البناء الحركي وهي اغنى مرحلة لاستيعاب الواجبات الحركية والتي تتطور فيها المهارات الرياضية وبناء المستويات.

اذ نرى ان قابلية التعلم الحركي سريعة جدا ويكون مسارها وانسيابها واضح ويتوازن بين الدافع والمانع لذا يجب على مدرس التربية الرياضية في هذه المرحلة ان يستخدم احدث الوسائل التعليمية عند تعلم المهارات الحركية وذلك للوصول بالطالب الى اعلى مستوى في الصفات الحركية ولكي يجعل عملية التوافق والترابط الحركي عالية وبالتالي ندفع بالعملية التعليمية نحو الامام.

تعتمد كل لعبة من الالعاب الرياضية وما تصل اليه من اتقان اعتمادا كبيرا على مهاراتها الاساس, ويتوقف نجاح تلك الالعاب ونجاح خطتها الجماعية على تادية مهاراتها تادية سليمة متقنة.

ولعبة الجمناستك من الالعاب الاساس التي تعطى الى طلاب المرحلة الابتدائية مثل جميع دول العالم , وهي غنية بمهاراتها الاساس التي يعد اتقانها ضرورة لممارسة هذه اللعبة ومن ضمنها مهارة القفز ضما على جهاز حسان القفز.

لذا تكمن اهمية البحث في ايجاد احصنة قفز مختلفة الارتفاع حتى يستطيع كل طالب مهما كان طوله ان يقوم بعملية القفز بصورة سهلة وصحيحة.

1 – 2 مشكلة البحث:

ان الهدف الاساس لعمليات التعلم والتدريب هو الوصول الى افضل واعلى المستويات وذلك باستخدام احدث الوسائل والطرائق وابسطها وذلك لدفع الطالب نحو الاداء الافضل باعتبار ان الهدف الاساس للعملية التعليمية هو التعلم الصحيح الذي يساعد منذ البداية في الوصول الى مستوى افضل .

ان ارتفاع حسان القفز العالي على الطلاب يجعل من عملية القفز عملية صعبة ومجهددة للطلاب ذوي القامة القصيرة مما يولد نفورا نحو عملية القفز وبالتالي نفور نحو لعبة الجمناستك بشكل عام.

لذا ارتأى الباحثان وضع احصنة قفز مختلفة الارتفاع في درس الجمناستك حتى يستطيع كل طالب القيام بعملية القفز والوصول الى خبرات النجاح المتكررة والانتقال الى احصنة اعلى مع تقدم العمر والوقت.

1 – 3 اهداف البحث:

- تصنيع احصنة قفز ذات ارتفاعات مختلفة.

- التعرف على اثر استخدام احصنة القفز ذات الارتفاعات المختلفة في تعليم مهارة القفز
ضما على جهاز حصان القفز.

1 - 4 فرض البحث:

هناك فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في تعلم مهارة القفز ضما على حصان القفز القانوني ولصالح المجموعة التجريبية.

1 - 5 مجالات البحث

1 - 5 - 1 المجال البشري: عينة من طلاب الصف السادس الابتدائي

1 - 5 - 2 المجال المكاني: مدرسة اجنادين الابتدائية/ الكرخ

1 - 5 - 3 المجال الزمني: للفترة من 2002/11/2 ولغاية 2002/12/2

الباب الثاني

2 - الدراسات النظرية

2 - 1 مفهوم التعلم الحركي

حظي مفهوم التعلم الحركي باهتمام العلماء والمفكرين في مجال التعلم الحركي وما ينبثق منه من بحوث ودراسات وتطبيق باعتباره جانبا اساسيا مهما في التدريس والتدريب.

وقد تعددت وجهات نظر الباحثين وتباينت في تحديد مفهوم التعلم الحركي نورد منها ماياتي:

- التعلم الحركي هو مجموعة من العمليات المرتبطة بالتدريب والتي تقود الى تغيرات ثابتة نسبيا في قابلية الاداء
- وهو عملية تحسين التوافق الحركي ويهدف الى اكتساب المهارات الحركية والقدرات البدنية والسلوك المناسب للمواقف
- ويعني ايضا عملية التغيير في السلوك الحركي للفرد والتي تنتج اساسا من خلال التدريب او الممارسة ولا تكون نتيجة للنضج او التعب او تعاطي المنشطات وغير ذلك من العوامل التي تؤثر وقتيا على السلوك الحركي

2 - 2 اهمية التعلم الحركي في المرحلة الابتدائية

ان التطور الرئيس لقابلية التعلم الحركي هو الزيادة الحاصلة في قابلية التركيز وبصورة خاصة الانتقال من التفكير العام الى التحليل الدقيق للملاحظات , ولا يقل اهمية ذلك التقدم في التطور البدني والزيادة في الخبرة الحركية

لذا نلاحظ ان التعلم الحركي للمهارات في تلك المرحلة مهم جدا وذلك نتيجة لنمو الصفات البدنية من قوة وسرعة وتحمل وقدرة على الابداع مما يجعل عملية التوافق الحركي والترابط عالية عند الطالب.

فعملية التطور الحركي تتطور بشكل سريع ويعود ذلك الى تطور المستوى الذهني والفكري وتطور قابلية الاحساس بالمراقبة والملاحظة مع الاهتمام الشديد في اداء المهارة ونميزه بالاستعداد والحماس والشجاعة وعلى التطور البيولوجي وعلى تطور الصفات البدنية والحركية مما يسهل الاسراع في التعلم الحركي و التوافق.

2 – 3 مهارة القفز ضما على جهاز حصان القفز

أ – النواحي الفنية: بعد الركضة التقريبية حوالي (20) متر يتم النهوض الزوجي من فوق لوحة النهوض ويطيّر الطالب الطيران الاول بجسم ممدود وتمرجح الرجلان الى الخلف الاعلى مضمومتين وممدودتين وتتحرك الذراعان الى الامام الاعلى وتصنع مع الجسم خطا مستقيما مائلا وتبدأ حركة ثني الركبتين على الصدر عند لحظة ملامسة اليدين فوق الجهاز ثم تدفع اليدان الجهاز للحصول على التحليق الثاني وفي هذا التحليق يجب ان يمد الجذع للحصول على الهبوط الجيد.

ب – الخطوات التدريجية (التعليمية)

- 1- من متطلبات هذه الحركة ان يتمرن الطلاب على الثني السريع للركبتين كالقفز مع ثني الركبتين او الاستناد الامامي مع ثني ومد الركبتين.
- 2- القفز المتكور داخلا فوق الحصان الصغير عرضا
- 3- القفز المتكور داخلا فوق الصندوق الخشبي او حصان القفز عرضا
- 4- القفز المتكور داخلا فوق الحصان الصغير مطولا
- 5- القفز المتكور داخلا فوق حصانين صغيرين
- 6- القفز المتكور داخلا فوق الصندوق الخشبي مطولا
- 7- القفز المتكور داخلا فوق حصان القفز طولا

المساعدة: يقف مساعدان على جانبي وامام الجهاز ويمسك كل منهما باليد القريبة من العضد واليد البعيدة من الرسغ.

الباب الثالث

3 – منهج البحث واجراءاته الميدانية

3 – 1 منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته طبيعة مشكلة البحث

3 – 2 عينة البحث

تكونت عينة البحث من 40 طالبا من طلاب الصف السادس الابتدائي/ مدرسة الاجنادين الابتدائية/ الكرخ وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية والمتمثلة بشعبتي (أ – ج) اذ تم تقسيمهم الى مجموعتين تجريبية وضابطة.

- شعبة – أ – بصفة مجموعة تجريبية والبالغ عددهم (20) طالب وطبق معهم الاسلوب المقترح في تعليم مهارة القفز ضما على جهاز حسان القفز.
- شعبة – ج – بصفة مجموعة ضابطة والبالغ عددهم (20) طالب وطبق معهم الاسلوب التقليدي المتبع في تعليم مهارة القفز ضما على جهاز حسان القفز.

ومن اجل التاكيد من تكافؤ وتجانس افراد المجموعتين استخدم الباحثان اختبار (ت) في كل من القياسات الانثروبومترية (الطول , العمر , الوزن) واختبار القفز ضما على جهاز حسان القفز الوطئ (بعد عرض المهارة وشرحها من قبل مدرس المادة) وكما هو موضح بالجدول

3 – 3 ادوات البحث:

استخدم الباحثان الاجهزة والادوات الاتية:

- ساعة توقيت
- ميزان لقياس الوزن
- احصنة قفز مختلفة الارتفاع
- ابسطة اسفنجية
- شريط لقياس الطول

3 – 4 التجربة الاستطلاعية

قام الباحثان باجراء تجربة استطلاعية على عشرة طلاب من الصفوف السادسة تم اختيارهم عشوائيا خارج عينة البحث على ملاعب مدرسة اجنادين الابتدائية وبمساعدة مدرسي الرياضة في المدرسة وذلك بتاريخ 2002/10/26 قبل اجراء التجربة الرئيسية وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية هو:

- 1- معرفة مدى ملائمة الاختبارات لمستوى مجتمع الاصل
- 2- ايجاد افضل السبل لاداء الاختبارات بالسرعة والدقة المطلوبة
- 3- معرفة مدى صلاحية الاجهزة والادوات وكفاءتها
- 4- تحديد عدد التكرارات وزمن اداء كل طالب خلال الوحدة التعليمية

3 – 5 الاختبار القبلي

تم اجراء الاختبار القبلي لعينة بتاريخ 2002/10/28 على جهاز حسان القفز الواطئ والذي يسمح باجراء الاختبار عليه اذ تم عرض المهارة من قبل المدرسة ثم اعطى فترة للتدريب عليها بمساعدة المدرسة ثم اجري الاختبار القبلي لغرض معرفة تكافؤ العينة وكانت النتيجة عشوائية للمجموعتين التجريبية والضابطة كما ظهر في الجدول (1). وتم تقييم الاداء من قبل مدرسات المادة في المدرسة وذلك بتسجيل الدرجة من عشرة اذ تعطى محاولتين وتسجل المحاولة الافضل.

3 – 6 التجربة الرئيسية

بدا تنفيذ منهاج البحث من تاريخ 2002/11/2 واستمر لمدة شهر واحد وبمعدل وحتان في الاسبوع فكان اجمالي الوحدات (9) وحدات اذ قام الباحثان بوضع احصنة قفز ذات ارتفاعات مختلفة بحيث يقوم طلاب المجموعة التجريبية بتعلم مهارة القفز ضما وكل حسب ارتفاع الحصان الذي يلائمه وبتكرار قدره (30) تكرار لكل طالب وهذا ما انطبق على المجموعة الضابطة ولكنها تعلمت المهارة على الحصان ذي الارتفاع القانوني وبنفس تكرارات المجموعة التجريبية.

وقد حصلت المجموعتان على نفس المساعدة من قبل مدرسة مادة التربية الرياضية في المدرسة وبنفس طريقة المساعدة وبنفس اسلوب التغذية الراجعة.

3 – 7 الاختبار البعدي

بعد اجراء التجربة الرئيسية لمجاميع البحث تم اجراء الاختبار البعدي بتاريخ 2002/12/3 لقياس مدى تعلم الطلاب للمهارة موضوع البحث وراعى الباحثان الظروف نفسها عند اجراء الاختبارات القبلية من حيث الزمان والمكان وطريقة احتساب الدرجات.

3 – 8 الوسائل الاحصائية

استخدم الباحثان البرنامج الاحصائي (SPSS) لمعالجة البيانات احصائيا اذ استخدم الباحثان:

- 1- الوسط الحسابي
- 2- الانحراف المعياري
- 3- اختبار (ت) للعينات المستقلة
- 4- اختبار (ت) للعينات غير المستقلة

الباب الرابع

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تم في هذا الباب عرض النتائج التي حصل عليها الباحثان والتي رتببت على شكل جداول لتسهيل عملية تحليلها ومناقشتها وفق الاسس العلمية الصحيحة.

فعند ملاحظة الجدول (2) الذي يبين الفرق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات النهائية في مهارة القفز ضما على جهاز حسان القفز.

اذ تبين ان الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية لمهارة القفز ضما على جهاز حسان القفز كان (8.1) وبانحراف قدره (1.119) بينما كانت قيمة الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (5.95) وبانحراف قدره (0.686) وعند حساب قيمة (ت) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار النهائي ظهرت بقيمة (7,324) وعند مقارنة قيمة (ت) المحسوبة مع قيمة (ت) الجدولية البالغة (2.042) عند درجة حرية (38) وتحت مستوى دلالة (0,05) ظهرت قيمتها اكبر من القيمة الجدولية وهذا معناه ان الفرق معنوي ولصالح المجموعة التجريبية, ويعزو الباحثان ذلك الى ان المجموعة التجريبية اتاحت لها خبرات النجاح لانها استطاعت ان تكون برامج حركية قادرة على تنفيذ الواجب الحركي بسبب قلة ارتفاع الحسان مما اعطاها فرصة اكبر للنجاح وبالتالي الانتقال بخبرات النجاح هذه الى الهدف الاعلى واستثمار التكنيك الناجح للحصول على نجاح في الارتفاع الثاني وبالتالي التقدم بالتدرج نحو الارتفاع العالي والاداء المثالي, اما المجموعة الضابطة فكان الارتفاع واحد لديها وبالتالي فانها لم توجه التكنيك باتجاه استغلال خبرات النجاح في رسم التكنيك المطلوب فكانت مقتصرة على ارتفاع واحد كثرت فيه محاولات الخطا والنجاح اذ ان التعلم بدون تصحيح الاخطاء هو تثبيت لها وهذا ما جعل المجموعة التجريبية متفوقة وبنسبة كبيرة على المجموعة الضابطة في الاختبار النهائي.

عند ملاحظة الجدول (3) وجد ان الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي (1.65) وبانحراف معياري قدره (0.745) بينما بلغت قيمة الوسط الحسابي لنفس المجموعة في الاختبار البعدي (8.1) وبانحراف معياري قدره (1.119) وعند حساب قيمة (ت) بين الاختبارين ظهرت قيمة (ت) المحسوبة اكبر من (ت) الجدولية ومعنى هذا ان الفرق معنوي بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي ويعزو الباحثان ذلك الى ان الاحصنة ذات الارتفاعات المختلفة اتاحت لكل فرد من افراد العينة التدريب على الارتفاع المناسب لطوله وبالتالي استطاع كل فرد ان يحقق المسار الحركي المطلوب له خلال عملية القفز وهذا الذي زاد من ثقة كل فرد من افراد العينة التجريبية وبالتالي ادى الى احراز الاداء الناجح والحصول على خبرات النجاح المتكررة لذا كان التصحيح (التغذية الراجعة) ذا معنى وباتجاه تصحيح الاخطاء لا تثبيتها.

اما بالنسبة للمجموعة الضابطة فقد بلغت قيمة الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي (1.55) وبانحراف معياري قدره (0.604) بينما بلغت قيمة الوسط الحسابي لنفس المجموعة في الاختبار البعدي (5.95) وبانحراف معياري قدره (0.686) وعند حساب قيمة (ت) بين الاختبارين ظهرت بقيمة (20.926) وعند مقارنتها مع قيمة (ت) الجدولية والبالغة (2.09) ظهرت قيمة (ت) المحسوبة اكبر من (ت) الجدولية ومعنى هذا ان الفرق معنوي بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي ويعزو الباحثان ذلك الى ان التدريب على ارتفاع واحد ساهم على تحقيق بعض خبرات النجاح للاشخاص ذوي الطول الاعلى من الاقصر قامه وهذا ادى الى ظهور معنوية في الفروق ولكنها ليست بكفاءة معنوية الفروق بالنسبة للمجموعة التجريبية ذات الاداء الافضل.

5 – الباب الخامس

الاستنتاجات والتوصيات

5 – 1 الاستنتاجات

- 1- تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في تعلم مهارة القفز ضما على حصان القفز القانوني
- 2- ان الارتفاعات المختلفة اعطت مجال اكبر لائقان مهارة القفز
- 3- ان الارتفاعات الواطئة وتدوق خبرات النجاح تجعل الطلاب يتهافتون على القفز على الحصان القانوني

5 – 2 التوصيات

- 1- اعتماد الاحصنة ذات الارتفاعات المختلفة في مدارسنا
- 2- التدريب على مهارة القفز على الارتفاعات المختلفة في مراحل مبكرة
- 3- محاولة تطبيق هذا البحث على المراحل المتوسطة والاعدادية
- 4- اجراء بحوث ودراسات مشابهة

المصادر والمراجع

- 1- عبد علي نصيف, التعلم الحركي, ط1, 1980
- 2- محمد حسن علاوي, علم النفس الرياضي, ط1, دار المعارف, القاهرة, 1992
- 3- مفتي ابراهيم حماد, التدريب الرياضي الحديث – تخطيط وتدريب وقيادة, دار الفكر العربي, القاهرة , 1998
- 4- وجيه محبوب, التعلم وجدولة التدريب, وزارة التربية, بغداد, 2000
- 5- وجيه محبوب, علم الحركة التطور الحركي منذ الولادة وحتى سن الشيخوخة, ج2, ب ت

6- Adolph F. Rupp Rupp, championship basketball, prentice Hall, Inc. N. U. 1984