

تأثير تصميم تعليمي مقترح وفق المقتربات الخططية على قدرة الربط الحركي وجملة الحركات الارضية

The effect of a proposed educational design according to tactical approaches on the ability of motor association and the set of ground movements

أ.م. د محمد قاسم العزاوي

mohamed.kasm@uomustansiriyah.edu.iq

الملخص

هدفت البحث الحالي إلى التعرف على تأثير البرنامج التعليمي وفق المقتربات الخططية على قدرة الربط الحركي وجملة الحركات الارضية في الجمناز فضلاً عن بيان أهمية تأثير المنهج التعليمي المقترح .

وتطرق مشكلة البحث إلى تدني مستوى قدرة الربط الحركي لسلسلة الحركات الأرضية في الجمناز لدى منتخب الناشئين إلى جانب طول الفترة الزمنية التي يستغرقها اللاعبون في تعلم السلسلات الحركية وعزوفهم من الاستمرار في التدريب لعدم إعطائهم المهارات الحركية المناسبة والتدريبات الخاصة بشكل مشوق الأمر الذي دعا الباحث إلى إجراء هذه الدراسة للتعرف على تأثير برنامج تعليمي مقترح وفق المقتربات الخططية على قدرة الربط الحركي وجملة الحركات الارضية في الجمناز للاعبين المنتخب الوطني العراقي للناشئين بالجمناستك ، حيث اشتملت العينة على (14) لاعب وهم لاعبو المنتخب الوطني العراقي للناشئين ، تم استخدام المنهج التجريبي بطريقة المجموعتين المتكافئتين لملائمتها لطبيعة مشكلة البحث ، وقام الباحث بتطبيق تجربة البحث على المجموعة التجريبية ومن خلال النتائج فقد توصل الباحث إلى البرنامج المقترح وفق المقتربات الخططية على قدرة الربط الحركي وجملة الحركات الارضية في لدى عينة البحث التجريبية وأوصى الباحث بضرورة الاهتمام بموضوع المقتربات الخططية على المستويين النظري والتطبيقي في برامج التعليمية والتدريبية خلال الخطط التدريبية .

الكلمات المفتاحية: المقتربات الخططية، الربط الحركي، الجمل الحركية، الحركات الارضية

ABSTRACT

The current research aimed to identify the impact of the educational program according to tactical approaches on the ability of motor connection and the set of floor movements in gymnastics, as well as to explain the importance of the impact of the proposed educational curriculum. The problem of the research addressed the low level of motor linking ability for the series of ground movements in gymnastics among the junior national team, in addition to the long period of time that the players take to learn the motor sequences and their reluctance to continue training because they are not given the appropriate motor skills and special exercises in an interesting way, which prompted the researcher to conduct this

study. The study was to identify the effect of a proposed educational program according to tactical approaches on the ability of motor coordination and the totality of floor movements in gymnastics for the players of the Iraqi national junior gymnastics team. The sample included (14) Players, namely players of the Iraqi national junior team. The experimental approach was used in a two-matched group manner to suit the nature of the research problem. The researcher applied the research experience to the experimental group, and through the results, the researcher arrived at the proposed program according to the tactical approaches to the ability of motor connection and the totality of ground movements in a sample. Experimental research: The researcher recommended the need to pay attention to the issue of tactical approaches at the theoretical and applied levels in educational and training programs during training plans.

Keywords: Tactical approaches, motor linking, motor sentences, ground movements

مقدمة البحث وأهميته :

تعد الحركات الأرضية أساساً لجميع حركات جمباز الأجهزة ، حيث يشترط في لاعب الجمباز أن تشترط فيه الرشاقة والمرونة والانسائية والأداء والجمال الحركي في إنشاء تأدية الحركات ، ويعرفها مازن أشمري (2-2015) بأنها القدرة على التطلع السريع على أداء المهارة في أي ظرف جديد والتحكم بالحركات بشكل أوتوماتيكي ، كما تمتاز بخصوصية الشكل الحركي المميز لذلك الفرد. وبذلك تكمن أهمية البحث في وضع برنامج تعليمي مقترح وفق المقتربات الخططية على قدرة الربط الحركي وجملة الحركات الأرضية في الجمباز.

مشكلة البحث :

قد لاحظ الباحث تدني القدرة على الربط الحركي وجملة الحركات الأرضية لدى منتخب الناشئين الى جانب طول الفترة الزمنية التي يستغرقها اللاعبين في تعلم السلسلات الحركية وعزوفهم من الاستمرار في التدريب لعدم إعطائهم المهارات الحركية المناسبة والتدريبات الخاصة بشكل مشوق الأمر الذي دعا الباحث إلى إجراء هذه الدراسة للتعرف على تأثير برنامج تعليمي مقترح وفق المقتربات الخططية على قدرة الربط الحركي وجملة الحركات الأرضية في الجمباز.

اهداف البحث :

يهدف البحث الحالي إلى

- إعداد برنامج تعليمي مقترح وفق المقتربات الخططية على قدرة الربط الحركي وجملة الحركات الأرضية في الجمباز.
- التعرف على تأثير البرنامج التعليمي المقترح وفق المقتربات الخططية على قدرة الربط الحركي وجملة الحركات الأرضية في الجمباز.

فروض البحث :

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للقدرة على الربط الحركي وجملة الحركات الارضية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الجمناستك الفني ولصالح الاختبارات البعديّة.
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية لتأثير قدرة الربط الحركي وجملة الحركات الارضية للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي.

مجالات البحث :

1. المجال البشري:- لاعبي منتخب الجمباز للناشئين وعددهم (14) لاعبين .
2. المجال المكاني :- نادي الشباب في محافظة بغداد.
- 3- المجال الزماني :- 2024/2/2 م - 2024/5/30م.

مصطلحات البحث :

- **المقتربات الخطئية:** هي مجموعة من التدريبات المستوحاة من مواقف اللعب التنافسية على هيئة جمل خطئية تحتوي على جميع المهارات واستخدامها في التدريب لتنمية وتطوير المتغيرات البدنية والمهارية والخطئية الخاصة بطبيعة اللعب .(صالح جويد هليل، حكمت عبدالستار علوان 2016م)

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

- 1- **منهج البحث :** تم استخدام المنهج التجريبي بطريقة المجموعتين المتكافئتين لملائمتها لطبيعة مشكلة البحث .
- 2- **مجتمع البحث وعينته :** تحدد مجتمع البحث بلاعبي المنتخب الوطني العراقي للناشئين بالجمناستك ، حيث اشتملت العينة على (14) لاعب وهم لاعبو المنتخب الوطني العراقي للناشئين . ثم تم أيجاد التجانس لإفراد عينة البحث من حيث الطول والوزن والعمر.

الجدول (1)يبين تجانس مجموعة البحث

ت	المتغيرات	وحدة القياس	س	± ع	المنوال	معامل الالتواء*
1	الطول	سنتمتر	148.66	5.316	163	0.818
2	الوزن	كيلو غرام	44.75	2.875	62	0.651
3	العمر البايولوجي	سنة	12.33	2.338	21	0.24
4	العمر التدريبي	سنة	4.833	1.471	4	0.418

3- وسائل جمع البيانات:

- 1-3-2 وسائل جمع المعلومات :
- المصادر العربية والأجنبية .

- شبكة المعلومات الدولية (الأنترنت) .
- التجريب .
- 2-3-2 أجهزة والأدوات :
- بساط الحركات الأرضية .
- جهاز العرض الضوئي .
- كاميرا التصوير .

4- إجراءات البحث الميدانية

اسم الاختبار : اختبار الجملة الحركية الأولى (القلبات و الشقلبات الأمامية، القلبات و الشقلبات الخلفية dive back ، القلبات الجانبية off Round ، القفز خلفا مع نصف لفة للقلبات الأمامية ، و القفز للأمام مع نصف لفة للقلبات الخلفية)

الغرض من الاختبار : قياس قابلية اللاعب على أداء الجملة الحركية الأولى

الأدوات المستخدمة : بساط الحركات الأرضية

مواصفات الأداء : يتخذ اللاعب وضع الاستعداد ثم يقوم بأداء الجملة الحركية الأولى

التسجيل : لقد تم تقويم الجملة الحركية الأولى من قبل لجنة من المحكمين ، وتم الاتفاق على أن تكون الدرجة النهائية هي (10) درجات .

اسم الاختبار : اختبار الجملة الحركية الثانية (شقلبة جانبية off Round ، شقلبة خلفية سريعة dive back ، القفزة المتفارجه ump pick straddle)

الغرض من الاختبار : قياس قابلية اللاعب على أداء الجملة الحركية الثانية

الأدوات المستخدمة : بساط الحركات الأرضية

مواصفات الأداء : يتخذ اللاعب وضع الاستعداد ثم يقوم بأداء الجملة الحركية الثانية

التسجيل : لقد تم تقويم الجملة الحركية الثانية من قبل لجنة من المحكمين ، وتم الاتفاق على أن تكون الدرجة النهائية هي (10) درجات .

5- القياسات القبلية :-

أجرى الباحث الاختبارات القبلية في يوم الخميس الموافق 2024/2/12 قبل البدء بالتصميم التعليمي المقترح وبمساعدة فريق العمل المساعد . حيث تم إجراء قياسات البحث عند الساعة العاشرة صباحا في نادي الشباب الرياضي في محافظة بغداد .

6- التصميم التعليمي المقترح :

قام الباحث على أساس التصميم التعليمي المقترح للجمناستك والمتبع في تدريبات لاعبي المنتخب الوطني العراقي لنائشين في، وكي يكون التصميم التعليمي المقترح بشكل ناجح تم إضافة التمرينات وتطبيقاتها ضمن البرنامج التدريبي وأستغرق تطبيق البرنامج التدريبي المضافة عليه التمرينات مدة (8) أسابيع وبمعدل (6) وحدات تدريبية أسبوعيا ، (بواقع 48 وحدة تدريبية طبقت فيها التمرينات المضافة للتصميم التعليمي) ، وراعى الباحث أسس الإعداد وتسلسل مكونات الوحدة التعليمية حيث يجب الوصول باللاعبين الى مرحلة الاتقان اذ تعمل وحدة التمرينات على ايصال اللاعبين الى درجة الاداء الصحيح في المهارات وذلك لكثرتها وتكرارها وتنوعها لذلك تأخذ قسطا كبيرا من وقت الوحدات التعليمية ويؤدي ذلك الى تطوير مستوى الاداء و الأداء الفني

7- الاختبارات البعدية:

بعد نهاية تنفيذ التمرينات ضمن التصميم التعليمي المقترح ومن اجل الوقوف على حقيقة مستوى التطور في القدرة على الربط الحركي وجملة الحركات الارضية في الجماز. قام الباحث بإجراء اختبارات في نهاية التصميم التعليمي المقترح بعد إكمال الأسبوع الثامن من التدريب وذلك في يوم الأربعاء الساعة الخامسة عصرا والموافق 22 / 5 / 2024 في نادي الشباب الرياضي في محافظة بغداد .

8- الوسائل الإحصائية :-

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية SPSS .

4- عرض النتائج ومناقشتها:

جدول (2)

يبين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		متوسط الفروق	T المحسوبة	مستوى الدلالة
			ع	س	ع	س			
1	الجملة الحركية الأولى	درجة	0.71	4.02	0.88	7.45	2.34	4.22	دال
2	الجملة الحركية الثانية	درجة	0.89	4.98	1.23	7.47	2.7	3.15	دال

بلغت قيمة T-Test الجدولية 2.09 تحت مستوى دلالة 0.05 وبدرجة حرية 6

- عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة

جدول (3)

يبين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		متوسط الفروق	T المحسوبة	مستوى الدلالة
			ع	س	ع	س			
1	الجملة الحركية الأولى	درجة	0.96	4.21	0.72	5.87	0.55	3.05	دال
2	الجملة الحركية الثانية	درجة	0.48	4.55	0.99	6.86	2.02	3.09	دال

بلغت قيمة T-Test الجدولية 2.09 تحت مستوى دلالة 0.05 وبدرجة حرية 6

- عرض نتائج الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة)

جدول (4)

يبين نتائج الاختبار البعدي لمجموعتي البحث

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		متوسط الفروق	T المحسوبة	مستوى الدلالة
			ع	س	ع	س			
1	الجمال الحركية الاولى	درجة	7.45	0.88	5.87	0.72	1.56	2.63	دال
2	الجمال الحركية الثانية	درجة	7.47	1.23	6.86	0.99	1.6	3.44	دال

*بلغت T الجدولية = 2.09 تحت مستوى دلالة 0.05 وبدرجة حرية 12

مناقشة نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتي البحث:-

من خلال عرض وتحليل النتائج للمجموعتين البحث ظهر إن هناك فروقا معنوية ولصالح المجموعة التجريبية في جميع المهارات ويرجع الباحث السبب إلى التصميم التعليمي المعد من قبل الباحث . إن تأثير التصميم التعليمي المقترح كان له أثر تأثيرا ايجابيا بما يحتويه من مجموعة متنوعة من التمرينات التي تعمل على تطوير المسار الحركي للمهارة لغرض تحسين القدرة على الربط الحركي تلك المسارات والتي يمكن أن يؤديها اللاعب بأكثر من طريقة يتم اختيارها بدقة متناهية كما تتطلب من اللاعب إصدار القرارات دون أي تأخير أو تردد لغرض تمكينهم من استثمار أقصى حد ممكن من قدراتهم وطاقاتهم الإبداعية . لان التكرار على تعلم المهارات من خلال الأنشطة المقترحة واعادتها باستمرار يساعد على الأداء السليم (Ziane & Tsaki,2019.187)

كما ان التصميم التعليمي المكثف والواسع على تكرار سلسلة الحركات الأرضية قد ولد قدرات جديدة في للجمال الحركية التي تناولتها البرنامج . كذلك ساعد البرنامج اللاعبين على تطوير طريقة التفكير والأداء لديهم وتنظيم سلسلة أفكارهم وعرضها بشكل منظم ، مما ساعد على تفجير القدرة على الإنتاج الإبداعي لديهم . ويؤكد "جولياس كاسا" (Kasa Juluis 2005م) انه يجب الاهتمام بالربط الحركي حتي يستطيع الفرد الرياضي الوصول لمستوي متميز في الأداء وينعكس ذلك على رفع جودة مستوى الأداء الفني. حيث تضمنت تدريبات الجمال الحركي تدريبات مشابهة للأداء وتدرجات عمل الربط الحركي خلال أداء الناشئين ، الأمر الذي أدى إلى تحسن مستوى أداء الجمال الحركية .

الاستنتاجات والتوصيات :

الاستنتاجات : من خلال النتائج توصل الباحث إلى عدة استنتاجات وهي :

- ان البرنامج المقترح هو الأفضل في تحسين المسارات الحركية في الجمباز .
- تطبيق البرنامج المقترح كان له الاثر الكبير في تنمية القدرة على الربط الحركي لدى عينة البحث التجريبية .

التوصيات :

- التأكيد على استخدام البرامج التي تنمي القدرة على الربط الحركي في كافة الفعاليات الرياضية .
- الاهتمام بموضوع المقترحات الخططية على المستويين النظري والتطبيقي في برامج التعليمية والتدريبية خلال الخطط التدريبية .
- ضرورة اجراء بحوث برامج المقترحات الخططية في تعلم فعاليات رياضية اخرى .

- ضرورة اجراء بحوث المقتربات الخطئية لمراحل عمرية اخرى .

المصادر

- احمد جاسر وناصر نصري.القانون الدولي للجناستك،قانون النقاط.ج5،الحركات الارضية ،دمشق:1977 .
- اميرة محمد علي الدحلب (2007): تأثير برنامج للألعاب التمهيدية للجمباز على تنمية بعض القدرات الحركية الأساسية للأطفال من 4-6 سنوات، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية .
- أمين أنور الخولي وأسامة كامل راتب (2007) : نظريات وبرامج التربية الحركية للأطفال ، دار الفكر العربي ، القاهرة، ص 454، ص 429، ص371.
- زهرة شهاب احمد ، م. عبد الواحد لازم ، تصميم جهاز مساعد مقترح وتأثيره في تعلم مهارة الهبوط (الوقوف على اليدين مع نصف لفة) الجهاز المتوازي غير الموحد ، مجلة علوم التربية الرياضية ، جامعة بابل ، العدد الثاني ، المجلد الخامس ، 2006 .
- زيد الهويدي : الابداع -ماهيته- اكتشافه -تنميته، دار الكتاب الجامعي ، العين ، الامارات العربية المتحدة 2005.
- صالح القوقزة واحمد بني عطا (2008): اثر برنامج التدريب العقلي على تحسين مستوى الأداء المهاري في رياضة الجمباز لتلاميذ المرحلة الأساسية ، مجلة العلوم التربوية ، المجلد 35، الجامعة الأردنية ، ص513.
- عادل فاضل علي، تأثير بعض استخدامات أنظمة قواعد المعرفة في برامج التعلم بالأنموذج الرمزي لتعلم المهارات الهجومية بالمبارزة: أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2000 .
- محمود عبد المنسي: الروضة وابداع الطفل ، دار المعرفة الجامعية ، الاسكندرية ، 2010.
- ياسر عاطف غرابية (2000) ديناميكية تطور بعض أنماط الحركة الأساسية الخاصة بالجمباز للأطفال من 4-6 سنوات ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا.
- Mahindru, A., Patil, P., & Agrawal, V. - Role of physical activity on mental health and well-being: a review. Cureus, 15(1). 2023.
- Mark De Ste Crox, Thomas Kroff - Paediatric Biomechanics and Motor Control : Theory and Application (Routledge Research in Sport and Exercise Science) 1st Edition, ISBN-13:978-0415580182 (2013).
- Panihar, U., & Rani, D. - The effect of calisthenics training on physical fitness parameters and sports specific skills of soccer players: A randomized controlled trial. Advances in Rehabilitation/Postępy Rehabilitacji, 36(2022).
- Poti, K., & Upadhye, J. A. - Effect of calisthenics workouts for weight loss and flexibility. International Journal of Physiology, Nutrition and Physical Education, 5, 13-15. (2019).