

تأثير طريقتين تدريسيّتين بالأسلوب العكسي في تعلم الطلاب

فعاليّتي رمي الرمح وقذف الثقل

أ.م.د. صدام محمد فريد راجح (جامعة بابل - كلية التربية الرياضية)

م.د. مخلد محمد جاسم (جامعة بابل - كلية التربية الرياضية)

ملخص البحث

من أجل تسهيل عملية التعلم وتسريعها لا بد من استخدام طرائق واساليب تعليمية واضحة ومبسطة داخل الوحدات التعليمية، تساعد المتعلم على اتقان اداء الفعالية بشكل افضل، لذا ارتأى الباحثان استخدام الطريقة (المختلطة والجزئية) بالأسلوب العكسي للتعرف على مدى أثرهما في التعلم، ومن هنا تكمن اهمية البحث في تطبيق الطريقتين بالأسلوب العكسي لتعليم الطلاب فعاليّتي رمي الرمح وقذف الثقل باقل وقت وجهد ممكنين ، ومن خلال خبرة الباحثان الميدانية لاحظا ان اغلب طلبة كلية التربية الرياضية (المرحلة الاولى) يواجهون صعوبة عند تعلمهم فعاليّتي رمي الرمح وقذف الثقل قياسا بغيرها من فعاليّات العاب الساحة والميدان وتكمن صعوبتها في عملية الربط بين مراحل ادائها، ومن هنا تبرز المشكلة .

اهداف البحث

- التعرف على تأثير الطريقتين (المختلطة والجزئية) بالأسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعاليّتي رمي الرمح وقذف الثقل .
- التعرف على الفروق في التأثير لكلا الطريقتين (المختلطة والجزئية) بالأسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعاليّتي رمي الرمح وقذف الثقل .

فروض البحث

- هناك تأثير للطريقتين (المختلطة والجزئية) بالأسلوب العكسي في تعلم الطلاب لفعاليّتي رمي الرمح وقذف الثقل .
 - هناك أفضليه في التأثير للطريقة المختلطة بالأسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعاليّتي رمي الرمح وقذف الثقل .
- استخدم الباحثان المنهج التجريبي بأسلوب تدوير المجموعات لملائمته طبيعة البحث وتحدد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الاولى بكلية التربية الرياضية في جامعة بابل والبالغ عددهم (٩٠) طالباً من الذكور، للعام الدراسي ٢٠١٢ - ٢٠١٣ م، وقد تم اختيار عينة البحث وبواقع (٣٠) طالب، قسموا الى

تأثير طريقتين تدريبيتين بالأسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعالية رمي الرمح

وقذف الثقل

مجموعتين تجريبتين، المجموعة التجريبية الاولى تضم (١٥) طالباً، والمجموعة التجريبية الثانية تضم (١٥) طالباً، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة .

الاستنتاجات

- ان الطريقة (المختلطة والجزئية) بالأسلوب العكسي ، قد حققت اهدافها في تعلم الطلاب فعالية رمي الرمح وقذف الثقل .
- ان للاستخدام الطريقة المختلطة بالأسلوب العكسي الافضلية في تعلم الطلاب فعالية رمي الرمح وقذف الثقل .

التوصيات

- استخدام الطريقة المختلطة بالأسلوب العكسي عند تعليم فعالية رمي الرمح وقذف الثقل ولا سيما مع الطلاب .
- ضرورة اجراء دراسات متشابهة وتطبيقها لفعاليات فردية اخرى .

١- التعريف بالبحث

١-١ المقدمة واهمية البحث

تبقى جهود العلماء والخبراء التربويين المختصين في مجال التعلم والتعليم مستمرة في تطوير طرائق جديدة، الغرض منها السعي للتوصل الى التدريس المؤثر، وقد حظيت طرائق التدريس كبقية العلوم التربوية الاخرى في مجال التربية الرياضية باهتمام متزايد الى حد كبير من خلال البحوث والدراسات، مما جعلها تتخذ شكلاً تنظيمياً وموصلاً سريعاً لكل ما يستحدث من تطور في الطرائق المستخدمة والمساهمة في ايجاد اساليب تدريسية تهدف في بعض معانيها الى احداث تغييرات مرغوبة في سلوك المتعلم، واكسابه المعلومات والمهارات، ومن اجل تحقيق هذه الاهداف يتوجب على المعلم ان يقوم بنقل هذه المعلومات بطريقة مشوقة تثير اهتمام المتعلم ورغبته، اذ تشكل طريقة التدريس الدعامة القوية للمعلم في توظيف كفاياته التعليمية.

وهنا قد يتساءل بعضهم عن الطرائق الاقتصادية للتعلم وما هي؟ وهل هناك طريقة مثلى للتعلم؟ وهنا ما يجب الاشارة اليه ان من الخطأ الاعتقاد ان هناك طريقة مثلى تخدم اغراض درس التربية الرياضية وان ما عداها يؤدي الى نجاح جزئي او الى الفشل في التدريس، بل نجد ان لكل طريقة من المحاسن ما يفضلها عن الطرائق الاخرى.

ولأجل تسهيل عملية التعلم وتسريعها لابد من استخدام طرائق واساليب تعليمية واضحة ومبسطة داخل الوحدات التعليمية، تساعد المتعلم على اتقان اداء الفعالية بشكل افضل، لذا ارتأى الباحثان استخدام الطريقة (المختلطة والجزئية) بالاسلوب العكسي للتعرف على مدى أثرهما في التعلم، ومن هنا تكمن

تأثير طريقتين تدريسيّتين بالأسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعاليّتي رمي الرمح

وقذف الثقل

اهمية البحث في تطبيق الطريقتين بالأسلوب العكسي لتعليم الطلاب فعاليّتي رمي الرمح وقذف الثقل باقل وقت وجهد ممكنين.

٢-١ مشكلة البحث

من خلال خبرة الباحثان الميدانية لاحظا ان اغلب طلبة كلية التربية الرياضية (المرحلة الاولى) يواجهون صعوبة عند تعلمهم فعاليّتي رمي الرمح وقذف الثقل قياسا بغيرها من فعاليّات العاب الساحة والميدان وتكمن صعوبتها في عملية الربط بين مراحل ادائها، ومن هنا تبرز المشكلة في اغلب الدراسات السابقة كانت تأخذ اثر الطريقة في تعلم الطلاب بها تبين الفعاليّتين دون التطرق الى اسلوب يناسب تدريسهما ، اذ تعد فعالية (رمي الرمح وقذف الثقل) من الفعاليّات المركبة التي لا يمكن تعلمها ابتداءً من المرحلة الاولى حتى المرحلة الاخير ، بل يتم ذلك بأسلوب عكسي اي نبدأ بتعليمها من المرحلة النهائية (مرحلة الرمي) ثم ربطها عكسياً وصولاً الى المرحلة الاولى (حمل الاداة) .

عليه ارتأى الباحثان استخدام الطريقة (المختلطة والجزئية) بالأسلوب العكسي لتعليم الطلاب فعاليّتي رمي الرمح وقذف الثقل، لتكون طرائق تدريسية مجدية ومؤثرة تساعد المدرس في تحقيق الاهداف المرجوة من العملية التعليمية .

٣-١ اهداف البحث

- التعرف على تأثير الطريقتين (المختلطة والجزئية) بالاسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعاليّتي رمي الرمح وقذف الثقل .

- التعرف على الفروق في التأثير لكلا الطريقتين (المختلطة والجزئية) بالاسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعاليّتي رمي الرمح وقذف الثقل .

٤-١ فروض البحث

- هناك تأثير للطريقتين (المختلطة والجزئية) بالاسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعاليّتي رمي الرمح وقذف الثقل .

- هناك افضليه في التأثير للطريقة المختلطة بالاسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعاليّتي رمي الرمح وقذف الثقل .

٥-١ مجالات البحث

٥-١ المجال البشري: تمثّل بطلاب المرحلة الاولى في كلية التربية الرياضية - جامعة بابل ، وللعام الدراسي ١٠١٢ - ٢٠١٣ م .

٥-٢ المجال الزمني : للمدة من ٢٠١٢/١٢/١ ، ولغاية ٢٠١٣/٤/١٧ م .

٥-٣ المجال المكاني : الساحات الخارجية في كلية التربية الرياضية - جامعة بابل .

٢- الدراسات النظرية

١-٢ الطريقة والاسلوب

تختلف المهارات والحركات الرياضية في ما بينها تبعاً لنوعها، وطريقة ادائها، مما يتطلب اختيار الطريقة المناسبة لأنها تعد وسيلة فعالة في تنظيم الخبرات التعليمية ليحصل المتعلم على افضل النتائج للأهداف المراد تحقيقها، اذ يذكر (سامر عبد الهادي ٢٠١٠) " ان الطريقة الجيدة هي التي تأخذ بنظر الاعتبار امكانيات المتعلمين الفردية وميولهم وتلائم مع سلوكياتهم وتتفاعل ايجابيا معهم، وتهتم بالمستوى التربوي وتمهد احسن السبل لوضوح الهدف امامهم لاستثمار دوافعهم للعمل بحيث تكون ذات طابع مميز لتحريك الدوافع الداخلية لديهم وان تجعلهم قادرين على تقويم نتائجهم " ١ .

اما بالنسبة لاساليب التدريس، فقد تباينت الآراء في استعمال أي من الأساليب التدريسية في تعلم المبتدئين ، فكل مدرس يميل نحو استعمال أسلوبه المفضل ، الا انه لا يوجد أسلوب محدد يتلائم وطبيعة الظروف التي يتميز بها الطالب أو لمهارة أو البيئة التعليمية أو المدرس، وتعتمد الأساليب التدريسية في التربية الرياضية على أربعة متغيرات رئيسة هي(٢) :

١- قابلية المتعلم .

٢- طول وقت التعلم (عدد الوحدات وزمنها) .

٣- نوع الفعالية أو المهارة المختارة وملائمتها للأسلوب .

٤- الإمكانيات المتوفرة في البيئة المدرسية .

وقد عرفت (عفاف عبد الكريم) أساليب التدريس بأنها ((مجموعة علاقات تنشأ بين المدرس والطالب هذه العلاقات تساعد المتعلم على النمو واكتساب المهارات في الأنشطة الرياضية))(٣).

٢ - ١ - ١ الطريقة الجزئية:- (١)

تعتمد هذه الطريقة على تقسيم الحركة إلى أجزاء رئيسة، ثم يبدأ في تعليم كل جزء على حده، وبعد السيطرة على كل أجزاء الحركة وتأكد المعلم بذلك، هنا نتساءل أي جزء من أجزاء الحركة يجب إن نبدأ به ؟ وللإجابة عن هذا التساؤل سنستعرض طريقتين لذلك:

(١) سامر عبد الهادي؛ تأثير تداخل التمرينات المكثفة والموزعة بالطريقة المختلطة في تعلم اللكمة المستقيمة، رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة بابل، كلية التربية الرياضية، ٢٠١٠م، ص٤٧.

(٢) محمود داود الربيعي؛ طرائق وأساليب التدريس المعاصرة، ط١: (أريد، دار الأمل للطباعة والنشر، ٢٠٠٥م)، ص٩٩.

(٣) عفاف عبد الكريم؛ التدريس للتعلم في التربية الرياضية والبدنية: (الإسكندرية، منشأة المعارف، ١٩٩٠م)، ص٧٩.

(١) بسطويسي احمد، عباس احمد السامرائي: طرق التدريس في مجال التربية الرياضية، جامعة الموصل، مطبعة جامعة الموصل، ١٩٨٤، ص٤٠.

تأثير طريقتين تدريسيّتين بالأسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعاليّتي رمي الرمح

وقدّمه الثقل

- الطريقة الأولى: تتمثل هذه الطريقة بالبداية في تعليم الجزء الرئيسي والمهام من الحركة ثم الأجزاء الأقل أهمية وهكذا.
 - الطريقة الثانية: وتعتمد هذه الطريقة بالبداية في تعليم الأجزاء حسب تسلسلها الحركي.
 - إن التعليم الحركي بالطريقة الجزئية لا يصلح لتعلم كل الحركات الرياضية من الوجهة الاقتصادية ، وبذلك نضطر إلى استخدام هذه الطريقة في الظروف الآتية :-
 - عندما تكون الحركة أو الفعالية طويلة وصعبة الأداء .
 - عندما تكون أجزاء الحركة أو الفعالية معقدة وتحتاج إلى مهارة عالية .
 - عندما يكون الوقت كافياً لتجزئة الحركة والسيطرة على تلك الأجزاء .
 - عندما يكون المتعلمون صغار السن وقليلي الخبرة .
 - عندما لا توجد وسائل إيضاحية .
- إن من الخطأ الاعتقاد إن هناك طريقة مثلى وهي احسن أنواع الطرائق لخدمة إغراض التربية الرياضية وان ما عداها يؤدي إلى نجاح جزئي أو إلى الفشل في التدريس ، بل نجد إن لكل طريقة من المحاسن ما يفضلها عن الطريقة الأخرى وكذلك لها من السلبيات ما يجعلنا نأخذ ذلك في الاعتبار ، ولكن هناك أساسيات وعوامل رئيسية والتي يبني عليها اختيار الطريقة المناسبة وهي :- (١)
- درجة الفعالية أو المهارة الرياضية من الصعوبة .
 - عدد الوحدات اللازمة لتعلم الفعالية أو المهارة .
 - عمر المتعلم العقلي والتدريبي .
 - مستوى قابلية المتعلم .

٢-١-٢ الطريقة الكلية الجزئية (المختلطة):-

تعد هذه الطريقة حلاً وسطاً بين الطريقة الكلية والجزئية ، فبعض المهارات الحركية لا يمكن تعليمها بمستوى عال إذا اتبعنا إحدى هاتين الطريقتين الأمر الذي يدعونا إلى إيجاد طريقة أخرى أكثر اقتصاداً للوقت والجهد لهذا استخدمت طرائق متعددة الربط بين الطريقتين الكلية والجزئية بصورة تبادلية وناجحة في مواقف وحالات متعددة سميت بالطريقة الكلية الجزئية ، حيث تعتمد على تعليم الحركة ككل أولاً ، ثم التركيز بعد ذلك على الأجزاء المهمة من الحركة ، أو تعليم أهم أجزاء الحركة ثم تعليم الحركة ككل ، وبذلك يتم الاستفادة من محاسن الطريقتين وتجاوز السلبيات والعيوب التي قد تظهر فيهما . (٢)

(١) محمود داود سلمان وآخرون : نظريات وطرائق التربية الرياضية ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، بغداد ، ٢٠٠٠ ، ص ٩٢ .

(٢) محمود داود الربيعي: المصدر السابق ، ٢٠٠٦ ، ص ١٢٢ .

تأثير طريقتين تدريسيّتين بالأسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعاليّتي رمي الرمح

وقذف الثقل

وقد دلت معظم الأبحاث على إن التدريب بهذه الطريقة يحقق احسن النتائج بالنسبة لمعظم المهارات الحركية وذلك لما تحمله من مزايا مفضلة على الطرائق الأخرى بالنسبة للأنشطة الرياضية المتنوعة ، وينبغي على المدرس أو المدرب إن يتبع في تعليم المهارات الحركية بهذه الطريقة ما يلي : (١)

١. تعلم المهارة الحركية ككل بصورة مبسطة في أول الأمر .
٢. تعلم الأجزاء الصعبة منفصلة مع ارتباط ذلك بالأداء الكلي للمهارة الحركية .
٣. مراعاة تقسيم المهارة الحركية إلى وحدات متكاملة ومترابطة عند التدريب عليها كأجزاء .

مزايا الطريقة :-

١. تحديد الأهداف للطلبة ولو جزئياً .
 ٢. تعطي فرصة للطلبة للتعلم حسب قدراتهم الحركية .
 ٣. فرص الإصابات فيها اقل بكثير من الطريقتين الكلية والجزئية .
 ٤. تقلل من الارتباطات العصبية لدى المتعلمين .
 ٥. تقلل من الوقت إثناء عملية التعلم .
 ٦. تساعد الطلبة على الاستجابة للأنشطة وتمنعهم من السلبية اتجاهها .
- وبالرغم من المزايا الجيدة لهذه الطريقة إلا أنها تحتاج إلى إمكانيات وأدوات كثيرة وتستلزم دقة متناهية في تقسيم اللعبة أو الحركة إلى وحدات طبيعية وصحيحة .

٢ - ٢ نبذة مختصرة عن فعالية قذف الثقل

تعد فعالية قذف الثقل واحدة من فعاليات الرمي، إذ تخضع وتتأثر بأسس ميكانيكية كثيرة، منها (سرعة الانطلاق، وزاوية الانطلاق، وارتفاع نقطة انطلاق الأداة، أضافه إلى تأثير الجذب الأرضي). ويمكن تقسيم هذه الفعالية إلى عدة مراحل، وهي :

مرحلة الاستعداد(٢)

لا تؤثر هذه المرحلة بصورة مباشرة في مسافة قذف الثقل ولكنها تساعد اللاعب في الوصول للبدء الأمثل ويتطلب من اللاعب أن يكون مسترخياً حتى لا يفقد السيطرة عند الحافة الخلفية للدائرة ويجب أن يكون الظهر مواجهاً لقطاع الرمي.

(١) مفتي إبراهيم حماد : التدريب الرياضي الحديث - تخطيط وتطبيق وقيادة - دار الفكر العربي - مصر ، ١٩٩٨، ص١٩٥ .
(٢) محمد عثمان : موسوعة ألعاب القوى، ط١، الكويت، دار القلم للنشر والتوزيع، ١٩٩٠، ص ٤٧٩ .

مرحلة الزحقة (٢)

تبدأ هذه المرحلة عبر رجل الارتكاز للأعلى وللخلف وفي نفس الوقت تدفع الرجل الحرة بقوة بعيدا للخلف وأسفل بحيث يكون مقدم مشطها للأسفل ومنتجها في اتجاه خط الرمي. يستقيم الجذع وتزحف القدم اليمنى مسطحة على الأرض في خط مستقيم على محور الدائرة حتى تصل القدم اليمنى عند منتصف دائرة الرمي حيث تدار وتوضع بزاوية ١٢٠ في اتجاه الرمي ويكون ثقل الجسم محملا عليها بالكامل لترفع الرجل الحرة بطريقة فعالة من مفصل الفخذ لتستقر على الحافة الداخلية على الأرض وملاصقة للوحة الإيقاف.

مرحلة الدفع (٣)

عندما يكون الطالب مهيبًا للقيام بحركة الدفع، يقوم بمد مفاصل رجل الارتكاز ويلف الحوض جهة ذراع الرمي لتنتقل القوة من أجزاء الجسم إلى ذراع القذف ومن ثم إلى النقل لينطلق بقوة إلى الأمام عاليا. وفي هذه المرحلة يكتسب الثقل أكبر سرعة وتتحدد أيضا سرعة وزاوية وارتفاع نقطة انطلاق الثقل.

مرحلة التبديل (١)

عن طريق متابعة الحركة لا يتخطى الطالب دائرة الرمي فعند الدفع تكون الرجلين بأقوى وأسرع ما يمكن. وعلى ذلك يكون الدفع في شكل وثبه وتبعًا لذلك هناك مرحلة طيران، وفي هذه المرحلة يحدث تبديل القدمين وفيها تتقدم الرجل اليمنى للأمام مكان اليسرى وتتحرك الرجل اليسرى خلفا.

٢ - ٣ نبذة مختصرة عن فعالية رمي الرمح

أولاً : القبضة (مسك الرمح) (١)

تتوقف طريقة مسك الرمح على حسب المواصفات الخاصة باليد من قوة الاصابع وطولها وسمكها وعلى اللاعب اختيار الطريقة المناسبة له لتحقيق افضل قبضة من خلال انواع مختلفة منها :

١. القبضة الامريكية

٢. القبضة الهنكارية

٣. القبضة الفنلندية

٤. القبضة الالمانية

٥. القبضة المقصية (بين الاصابع)

(٢) زكي درويش وعادل عبد الحافظ : موسوعة ألعاب القوى، إسكندرية، ١٩٩٤، ص ٨٥.

(٣) صريح عبد الكريم و طالب فيصل : ألعاب الساحة والميدان، ط ١ ، بغداد، ٢٠٠٢، ص ٤٨ .

(١) صريح عبد الكريم و طالب فيصل : المصدر السابق، ط ١ ، بغداد، ٢٠٠٢، ص ٤٩ .

(١) عبد الرحمن عبد الحميد زاهر: فسيولوجيا مسابقة الرمي ، مصر مركز الكتاب للنشر ، ط ١ ، ٢٠٠١ ، ص ٨٣ .

تأثير طريقتين تدريسيّتين بالأسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعاليّتي رمي الرمح

وقدّمه الثقل

ثانيا : حمل الرمح ووضع الاستعداد(١) :

يوجد ثلاث طرائق مختلفة لحمل الرمح يختار المتسابق الطريقة التي تتناسب مع إمكانياته البدنية والجسمانية وهذه الطرائق هي :

١. حمل الرمح اسفل الايط .
٢. حمل الرمح فوق الكتف والسن لاسفل .
٣. حمل الرمح فوق الكتف والسن لاعلى .

ثالثا : الاقتراب (٢):

هي المسافة التي يقطعها اللاعب من بداية الجري حتى لحظة التخلص من الاداة وغالبا ما تتراوح مسافة الاقتراب من ٣٠م الى ٣٦.٥م وغالبا ما يقطعها المتسابق من (١٣ - ١٧) خطوة وتحليل هذه الخطوات المتحورة التي يتمكن اللاعب من خلالها الى تحويل السرعة الافقية الى قوة وراء الذراع الافقية ويؤدى المتسابق الخطوات الفنية للاقتراب بالخطوة الاولى بالرجل اليمنى مع ميل قليل في الجذع للامام حتى يصل الى استقامة الجذع التدريجية كلما زادت سرعة اللاعب ولتحقيق افضل النتائج في كل محاولة لا بد من وصول اللاعب الى السرعة المناسبة خلال مرحلة الاقتراب لذلك يجب ان توضع علامات على طول الطريق يطلق عليها العلامات الضابطة .

ومن اجل ذلك يقسم معظم المدربين والمتسابقين طريق الاقتراب الى نصفين:

النصف الاول :

وهو بداية الاقتراب التي يصل من خلالها المتسابق الى السرعة المطلوبة التي تعده في الدخول لتنفيذ الخطوات التعليمية الجانبية للرمي وغالبا ما تكون هذه المسافة (١٨-٢٠)م أي حتى وصوله للخطوة رقم ١٣ .

النصف الثاني :

وهي تلك الخطوات الجانبية او المقصية التي يقوم من خلالها يقوم المتسابق بفرد الذراع للخلف ثم الوصول الى وضع التقوس ثم التخلص من الرمي قبل الوصول الى وضع التقوس ثم التخلص من الرمي قبل الوصول الى قوس الرمي وغالبا ما تكون هذه المسافة من (9 - 10) م يؤديها المتسابق من (3 - 5) خطوات ومعظم المتسابقين يؤدون خطوات الرمي في ٥ خطوات تبدا بالرجل اليسرى .

(١) عبد الرحمن عبد الحميد زاهر : مصدر سبق ذكره ، ص ٨٤ .

(٢) ريسان خريبط مجيد ونجاح مهدي شلش : مصدر سبق ذكره ، ٢٠٠٢ ، ص ٢١٤-٢١٨ .

تأثير طريقتين تدريسيّتين بالأسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعاليّتي رمي الرمح

وقدّمه الثقل

رابعاً : خطوات الرمي :

هي تلك الخطوات التي يستخدمها المتسابق لعمل ربط اساسي بين السرعة المكتسبة من الاقتراب والقوة الدافعة لاطلاق الرمح وهو ما يطلق عليها " الجري المتقطع " وتبدأ من الخطوة رقم ١ من العلامات الضابطة وتنتهي بالعلامة رقم ٥ قرب قوس الرمي وهي مسافة تتراوح من (٩ - ١٠)م يقطعها المتسابق في ٥ خطوات .

خامساً : الرمي او التخلص (١) :

عندما يصل المتسابق للدخول بالخطوة الاخيرة ووصوله الى قوس التوتر المناسب تبدأ الذراع الحاملة للرمح في التحرك اماما بحيث تقود الحركة للامام مرفق الذراع الحاملة للرمح حتى لا ينطلق الرمح من اليد بزواوية اكبر من (٣٢ - 35) من مستوى سطح الارض يتوقف سقوط الرمح على مقدمته على طريقة مسك الرمح لكل لاعب والحركة اللولبية التي يتبعها اللاعب في حركة الذراع للتخلص من الرمح .

٣ - منهجية البحث واجراءاته الميدانية

٣-١ منهج البحث

استخدم الباحثان المنهج التجريبي بأسلوب تدوير المجموعات لملائمته طبيعة البحث، اذ يشيع استخدام هذا المنهج " في المواقف التي لا يتيسر فيها الا عدد محدود من المفحوصين، او حيثما تحدث مقارنة بين طرائق تدريس او تدريب مختلفة "٢.

٣-٢ مجتمع وعينة البحث

تحدد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الاولى بكلية التربية الرياضية في جامعة بابل والبالغ عددهم (٩٠) طالباً من الذكور، للعام الدراسي ٢٠١٢ - ٢٠١٣ م، وقد تم اختيار عينة البحث وبواقع (٣٠) طالب، قسموا الى مجموعتين تجريبيتين، المجموعة التجريبية الاولى تضم (١٥) طالباً، والمجموعة التجريبية الثانية تضم (١٥) طالباً، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة (القرعة).

٣-٣ الادوات والاجهزة المستخدمة في البحث

- الاختبار والقياس

- الملاحظة

- كاميرة تصوير فيديو نوع (sony) عدد (١).

- شريط قياس كتان طول (١٠٠ م).

(١) عبد الرحمن عبد الحميد زاهر : ميكانيكية تدريب وتدريب مسابقات العاب القوى ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ٢٠٠٩ ، ص٢٣٣-٢٣٦ .

٢ . فان دالين؛ منهج البحث في التربية وعلم النفس، ترجمة (محمد نبيل واخرون)، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، ١٩٧٧م، ص٤٠٣.

تأثير طريقتين تدريسيّتين بالأسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعاليّتي رمي الرمح

وقذف الثقل

- رمح قانوني عدد (١٥) صيني الصنع، وزنه (٨٠٠ غم) للرجال.
- ثقل قانوني عدد (١٥) صيني الصنع، وزنه (٦ كغم).
- استمارة تقييم الاداء لفعاليّتي رمي الرمح وقذف الثقل. (الملحق ١ و٢).

٣-٤ إجراءات البحث الميدانية

٣-٤-١ الاختبار القبلي

بعد تنفيذ وحدتين تعليميتين (تعريفيتين) لكل فعالية، تضمنت شرح وعرض الاداء الفني لفعاليّتي رمي الرمح وقذف الثقل استغرقت اسبوعين، قام الباحثان باجراء الاختبار القبلي بتاريخ ٢٠١٢ / ١٢ / ٤ م، اذ تم استخدام كاميرة التصوير الفيديوية نوع (sony) ذات سرعة (٢٤ صورة / ثانية)، لغرض تصوير الاداء الفني لفعالية رمي الرمح وقذف الثقل .

٣-٤-٢ تجانس وتكافؤ العينة

اجرى الباحثان التجانس بين مجموعتي البحث (التجريبية الاولى، التجريبية الثانية) في فعاليّتي رمي الرمح وقذف الثقل، باستخدام الاختبار الفائي (f) للتجانس، اذ ظهرت قيمة (f) المحسوبة اقل من القيمة الجدولية البالغة (٢,٤٨) عند درجتي حرية (١٤ - ١٤) وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥)، مما يدل على تجانس افراد المجموعتين في كلا الفعاليّتين. اما عن التكافؤ بين المجموعتين، فقد قام الباحثان باستخدام اختبار (t) للعينات المستقلة، اذ عند مقارنة قيمة (t) المحسوبة مع القيمة الجدولية والبالغة (٢,٠٦) عند درجة حرية (٢٨) وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥)، نلاحظ انها اصغر من الجدولية، وهذا يدل على تكافؤ افراد المجموعتين بفعاليّتي رمي الرمح وقذف الثقل. والجدول (١) يبين ذلك.

الجدول (١)

يبين تجانس وتكافؤ مجموعتي البحث

المجموعة الفعالية	التجريبية الاولى			التجريبية الثانية			قيمة f المحسوبة	قيمة t المحسوبة	الدلالة الاحصائية
	س-	ع	٢ع	س-	ع	٢ع			
رمي الرمح	٢,٧٨	٠,٤٤	٠,١٩٣	٢,٨٠	٠,٦٣	٠,٣٩٦	٢,٠٥	٠,١٠	غير معنوي
قذف الثقل	٣,٥٥	٠,٦٨	٠,٤٦٢	٣,٧٥	٠,٧٦	٠,٥٧٧	١,٢٤	٠,٨٣	غير معنوي

* قيمة (f) الجدولية (٢,٨٤)

* قيمة (t) الجدولية (٢,٠٦)

تأثير طريقتين تدريسيتين بالأسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعاليته رمي الرمح

وقدنه الثقل

٣-٤-٣ المنهج التعليمي

بدء تطبيق المنهج التعليمي والذي صمم على وفق (الطريقة المختلطة بالأسلوب العكسي والطريقة الجزئية بالأسلوب العكسي) على مجموعتي البحث التجريبية (الاولى والثانية) بتاريخ ١٦ / ١٢ / ٢٠١٢م ولغاية ٧ / ٣ / ٢٠١٣م . وكانت تفاصيل المنهج كالاتي:

- مدة المنهج التعليمي (٨) اسابيع، وبواقع (٤) اسابيع لكل فعالية.
- عدد الوحدات التعليمية خلال الاسبوع الواحد (٢) وحدة تعليمية.
- مدة الوحدة التعليمية (٩٠) دقيقة. ملحق (٣) .

والمخطط الاتي يوضح عمل التصميم التجريبي:

المرحلة الاولى

* المجموعة التجريبية الاولى ← الاختبار القبلي ← تعليم فعالية رمي الرمح بالطريقة الجزئية وبالأسلوب العكسي ← الاختبار البعدي ← الفرق ١

* المجموعة التجريبية الثانية ← الاختبار القبلي ← تعليم فعالية رمي الرمح بالطريقة المختلطة وبالأسلوب العكسي ← الاختبار البعدي ← الفرق ٢

المرحلة الثانية

* المجموعة التجريبية الاولى ← الاختبار القبلي ← تعليم فعالية قذف الثقل بالطريقة المختلطة وبالأسلوب العكسي ← الاختبار البعدي ← الفرق ٣

* المجموعة التجريبية الثانية ← الاختبار القبلي ← تعليم فعالية قذف الثقل بالطريقة الجزئية وبالاسلوب العكسي ← الاختبار البعدي ← الفرق ٤

المرحلة الثالثة

* الفرق ١ + الفرق ٤ = تأثير الطريقة الجزئية بالأسلوب العكسي
اختبار احصائي
ليبيان افضلية الفروق

* الفرق ٢ + الفرق ٣ = تأثير الطريقة المختلطة بالأسلوب العكسي

٣-٤-٤ الاختبار البعدي

تم اجراء الاختبارات البعيدة بتاريخ ١٠ / ٣ / ٢٠١٣م ولغاية ١٣ / ٣ / ٢٠١٣م، اذ قام الباحثان بتصوير افراد المجموعتين في كلتا الفعالتين، وتم عرض التصوير على مقومين * اثنين، بعدها تم حساب المعدل ما بين الدرجتين بالنسبة لكل فعالية.

تأثير طريقتين تدريسيّتين بالأسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعاليّتي رمي الرمح

وقته الثقل

٣-٥ الوسائل الاحصائية ١

$$\frac{\text{الوسط الحسابي}}{\text{مجموع س}} = \frac{\text{الانحراف المعياري}}{\sqrt{\frac{\text{مجموع (س-س)²}}{ن}}}$$

اختبار (t) للعينات المستقلة

$$t = \frac{|\bar{س}_٢ - \bar{س}_١|}{\sqrt{\frac{ع١(١-١ن) + ع٢(٢ن) \times \left(\frac{١}{١ن} + \frac{١}{٢ن}\right)}}}$$

اختبار (t) للعينات المترابطة

$$t = \frac{\text{مج ف}}{\sqrt{\frac{\text{ن مج ف}^١ - (\text{مج ف})^٢}{١-ن}}}$$

* المقومين هم :
 - محمد نعمة حسن / دكتوراه تربية رياضية / جامعة بابل / كلية التربية الرياضية.
 - حيدر فليح حسن / دكتوراه تربية رياضية / جامعة بابل / كلية التربية الرياضية.
 ١ محمد جاسم الياسري ، مروان عبد المجيد ؛ الاساليب الاحصائية في مجالات التربية الرياضية، عمان، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، ٢٠٠١، ص ٢٧٢-٢٨٦.

مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية المجلد (١٤) العدد (١) ج ١ كانون الثاني ٢٠١٤

تأثير طريقتين تدريسيّتين بالأسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعاليّتي رمي الرمح

وقدّمه الثقل

٤- النتائج ، عرضها، تحليلها، مناقشتها

٤-١ عرض وتحليل نتائج تأثير الطريقتين المختلطة والجزئية بالاسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعالية رمي الرمح.

الجدول (٢)

يبين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة والجدولية في الاختبارين القبلي والبعدي لاداء الطلاب فعالية رمي الرمح

المؤشرات الحصائية المجموعات	القبلي		البعدي		قيمة t	الدلالة الاحصائية
	ع	س-	ع	س-		
التجريبية الاولى	٢,٧٨	٠,٤٤	٦,١٩	٠,٧٤	١٤,٥٤	معنوي
التجريبية الثانية	٢,٨٠	٠,٦٣	٧,٧٣	٠,٦٦	١٨,٣١	معنوي

* قيمة (t) الجدولية تبلغ (٢,١٨) عند درجة حرية (١٤) وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥)

عند تسليط الضوء على ما جاء به الجدول (٢)، نجد تفاوت بسيط في قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية عند الاختبار القبلي ولكلا المجموعتين (التجريبية الاولى والتجريبية الثانية)، فمثلاً نجد ان الاوساط الحسابية المتحققة بلغت على التوالي (٢,٧٨ و ٢,٨٠)، وكذلك الانحراف المعياري اذ بلغت قيمته (٠,٤٤ و ٠,٦٣) على التوالي.

وبالعودة الى الجدول (٢) يتبين لنا ان قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية قد جاءت متباينة في الاختبار البعدي عند المجموعتين، اذ حققت المجموعة التجريبية الاولى وسطاً حسابياً مقداره (٦,١٩) وانحراف معياري (٠,٧٤)، في حين حققت المجموعة التجريبية الثانية وسطاً حسابياً مقداره (٧,٧٣) وانحراف معياري (٠,٦٦). وهذا يدل على ان هناك فروقات بين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ولصالح الاختبارات البعدية، اي ان كلا الطريقتين قد اثرت في تعلم الطلاب لفعالية رمي الرمح.

ولبيان معنوية هذه الفروقات، استخدم الباحثان اختبار (t) للعينات المتناظرة، اذ جاءت قيمته وعلى التوالي (١٤,٥٤ و ١٨,٣١) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٢,١٨) عند درجة حرية (١٤) وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥)، وهذا يدل على ان التأثير جاء معنوياً باستخدام الطريقتين المختلطة والجزئية بالاسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعالية رمي الرمح.

تأثير طريقتين تدريسيّتين بالأسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعاليّتي رمي الرمح

وقذف الثقل

٤-٢ عرض وتحليل نتائج تأثير الطريقتين المختلطة والجزئية بالاسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعالية قذف الثقل.

الجدول (٣)

يبين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة والجدولية في الاختبارين القبلي والبعدي لاداء الطلاب فعالية قذف الثقل

المؤشرات الحصائية المجموعات	القبلي		البعدي		قيمة t المحسوبة	الدلالة الاحصائية
	-س	ع	-س	ع		
التجريبية الاولى	٣,٥٥	٠,٦٨	٦,٧٤	٠,٧١	١٥,٧٥	معنوي
التجريبية الثانية	٣,٧٥	٠,٧٦	٧,١٥	٠,٥٣	١٤,١٦	معنوي

* قيمة (t) الجدولية تبلغ (٢,١٨) عند درجة حرية (١٤) وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥)

عند تسليط الضوء على ما جاء به الجدول (٣)، نجد تفاوت بسيط في قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية عند الاختبار القبلي ولكلا المجموعتين (التجريبية الاولى والتجريبية الثانية)، فمثلاً نجد ان الاوساط الحسابية المتحققة بلغت على التوالي (٣,٥٥ و ٣,٧٥)، وكذلك الانحراف المعياري اذ بلغت قيمته (٠,٦٨ و ٠,٧٦) على التوالي.

وبالعودة الى الجدول (٣) يتبين لنا ان قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية قد جاءت متباينة في الاختبار البعدي عند المجموعتين، اذ حققت المجموعة التجريبية الاولى وسطاً حسابياً مقداره (٦,٧٤) وانحراف معياري (٠,٧١)، في حين حققت المجموعة التجريبية الثانية وسطاً حسابياً مقداره (٧,١٥) وانحراف معياري (٠,٥٣). وهذا يدل على ان هناك فروقات بين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ولصالح الاختبارات البعديّة، اي ان كلا الطريقتين قد اثرت في تعلم الطلاب فعالية قذف الثقل.

ولبيان معنوية هذه الفروقات، استخدم الباحثان اختبار (t) للعينات المتناظرة، اذ جاءت قيمته وعلى التوالي (١٥,٧٥ و ١٤,١٦) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٢,١٨) عند درجة حرية (١٤) وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥)، وهذا يدل على ان التأثير جاء معنوياً باستخدام الطريقتين المختلطة والجزئية بالاسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعالية قذف الثقل.

٤-٣ مناقشة نتائج تأثير الطريقتين (المختلطة والجزئية) بالاسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعاليّتي رمي الرمح وقذف الثقل.

نلاحظ مما تقدم ان في كلتا المجموعتين التجريبيتين هناك فروقاً معنوية ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي. ويعزو الباحثان السبب في الحصول على هذه

النتيجة الى استخدام الطريقتين التدريسيّتين (المختلطة والجزئية) وبالاسلوب العكسي، اذ يعد التعليم بالطريقة الجزئية مفيداً للمبتدئين الذين ليس لديهم خبرة سابقة عن الفعالية المطلوب تعلمها، لان الطريقة الجزئية بالاسلوب العكسي هي بحد ذاتها عملية لنقل التعليم وتجميعه وتوحيده ليشكل الاداء الصحيح للفعالية كلها، وقد اكد ذلك الكثير من المختصين بطرائق التدريس، بانه يجب اعطاء فرصة للطالب باداء الفعالية كلها قبل العمل باجزائها وخاصةً اذا كانت معقدةً في تركيبها وصعبةً في ادائها، وعزز ذلك (sctmidt and wrisberg 2008) " بان اعطاء الفرصة للتمرين الجزئي مفيد عندما يكون هدف الفعالية معقدًا او صعوبة ادائها كلياً " ١ .

اما عن استخدام الطريقة المختلطة بالاسلوب العكسي، فتعد هذه الطريقة حلاً وسطاً بين الطريقة الكلية والجزئية، اذ تعتمد على تعليم الحركة ككل اولاً، ثم التركيز بعد ذلك على الاجزاء المهمة من الحركة، وبالتالي تعطي فرصة للمتعلم في التركيز على ترابط مراحل الاداء الفني للفعالية بالشكل الصحيح، وهذا ما اكدت عليه خيرية ابراهيم بان " استخدام الاساليب والطرائق التعليمية ذات التأثير المباشر التي يتم اختيارها بشكل اساسي على وفق نوع الضعف والخلل الحاصل في الاداء تعمل على تحسين الاداء " ٢ .

بعد ما انتهى الباحثان من تطبيق تجربتهما خلال المرحلتين (الاولى والثانية)، حصلوا على بين اثر التجريب، اذ مع المجموعة التجريبية الاولى وعند المرحلة الاولى التي طبقت (الطريقة الجزئية بالاسلوب العكسي) كان هناك لها الفرق في نتائج الاختبارين (قبل التجربة وبعدها) سميناه (الفرق الاول) ... وعند المجموعة التجريبية الثانية في ذات المرحلة الاولى ، التي طبقت (الطريقة المختلطة بالاسلوب العكسي) كان لها الفرق ما بين الاختبارين (قبل التجربة وبعدها) سميناه (الفرق الثاني) وكذلك عند المرحلة الثانية التي تبادلت فيها المجموعتين طرائق التدريس، وطبقت المجموعة الاولى الطريقة المختلطة بالاسلوب العكسي والمجموعة الثانية طبقت الطريقة الجزئية بالاسلوب العكسي ومنها حصل الباحثان على (الفرق الثالث ، والفرق الرابع)، فاصبحت لديهما اربع فروق، تبين اثنتين منهما تأثير الطريقة الجزئية بالاسلوب العكسي وهما (الفرق الاول والفرق الرابع)، والاثنين الاخرين تبين تأثير الطريقة المختلطة بالاسلوب العكسي وهما (الفرق الثاني والفرق الثالث) . وبغية التعرف على افضلية التأثير لأي من طرائق التدريس (المختلطة بالاسلوب العكسي ، والجزئية بالاسلوب العكسي) في متغيرات البحث (فعالية رمي الرمح ، وقذف الثقل) عند كلا المجموعتين، قام الباحثان بجمع نتائج فروق التأثير وهما (الفرق الاول والفرق الرابع) للتعبير عن الطريقة الجزئية بالاسلوب العكسي،

(1) Schmidt A.Wrisberg ; *Mtor Learning and Performance* : (IL, Human Kinetics, 2008), P. 251.

(٢) خيرية ابراهيم السكري؛ استخدام الكرات الطبية لبرامج التدريب لمسابقات الرمي، القاهرة، نشرة العاب القوى للهواة، مركز التنمية الاقليمي،

تأثير طريقتين تدريسيّتين بالأسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعاليّتي رمي الرمح وقذف الثقل

وقذف الثقل

واستخرج الباحثان لكل مجموعة منهما مؤشرات النزعة المركزية (الوسط الحسابي) والتشتت (الانحراف المعياري) لتوصيف المؤشرات المعنية بالبحث، ولكي يستدلان على الفروق بينهما (أي لمعرفة افضلية التأثير عندهما) استخدمتا اختباراً احصائياً معلماً الا وهو (t) للعينات المستقلة والذي من خلاله اتضح امر الفروق ما بين الطريقتين التدريسيّتين، وبهذا تكتمل عملية التجريب عند هذه المرحلة التي اطلق عليها (المرحلة الثالثة)، ولمعرفة تفاصيل النتائج نسلط الضوء على ما جاء به الجدول (٤).

٤-٤ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفروق في التأثير للطريقتين (المختلطة والجزئية) بالاسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعاليّتي رمي الرمح وقذف الثقل.

الجدول (٤)

يبين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمتي (t) المحسوبة والجدولة والدلالة الاحصائية للفروق في التأثير للطريقتين في تعلم الطلاب فعاليّتي رمي الرمح وقذف الثقل

الطريقة	المؤشرات الاحصائية	س-	ع	قيمة (t)	الدلالة الاحصائية
المختلطة بالأسلوب العكسي	٤,٥٦	٠,٨٦	٥,٩٥	معنوية	
الجزئية بالأسلوب العكسي	٣,٢٨	٠,٨٨			

يبين الجدول (٤) الفروقات الحاصلة في اقيام الوسط الحسابي والانحراف المعياري ما بين نتائج فروقات الطريقتين التدريسيّتين (الطريقة المختلطة بالأسلوب العكسي والطريقة الجزئية بالأسلوب العكسي) عبر مرحلتَي التجريب الاولى والثانية التي تبادلنا فيهما المجموعتين التجريبيتين المعنية بالبحث تطبيق كلا الطريقتين عبرهما، فمثلاً عند الطريقة المختلطة بالأسلوب العكسي نجد ان قيمة الوسط الحسابي قد بلغت (٤,٥٦) وانحراف معياري (٠,٨٦)، في حين تحقق وسطاً حسابياً مقداره (٣,٢٨) وانحراف معياري (٠,٨٨) مع الطريقة الجزئية بالأسلوب العكسي، وهو مؤشر للاختلاف ما بين ما حققته كلا الطريقتين من تأثير، ولكي يتحقق الباحثان من معنوية الفروق، استخدمتا اختبار (t) للعينات المستقلة وفيه جاءت النتائج تشير الى وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين الطريقتين اذ جاءت قيمة (t) المحسوبة وبالبالغة (٥,٩٥) اكبر من قيمة (t) الجدولية وبالبالغة (٢) عند درجة حرية (٥٨) ومستوى دلالة (٠,٠٥) وهذا يدل على افضلية الطريقة المختلطة بالأسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعاليّتي (رمي الرمح، وقذف الثقل). ويعزو الباحثان السبب في الحصول على هذه النتيجة هو ان الاسلوب العكسي يدر فائدة كبيرة في المراحل الاولى من التعلم اكثر من غيره، ويكون ذلك بتعليم المبتدئ المرحلة الاخيرة من الفعالية نزولاً الى المرحلة الاولى ثم بأدائها بشكل كامل. وتذكر (عفاف عبد الكريم)

تأثير طريقتين تدريسيّتين بالأسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعّالتي رمي الرمح

وقذف الثقل

" ان هذا الاسلوب مفيد للكثير من المهارات المعقدة " ١ . واطافة لذلك " ان ما يميز الطريقة المختلطة هو مراعاتها لتقسيم الفعالية الى وحدات متكاملة ومترابطة عند التدريب عليها كأجزاء " ٢ .

٥- الاستنتاجات والتوصيات

١-٥ الاستنتاجات

- ان الطريقة (المختلطة والجزئية) بالأسلوب العكسي ، قد حققت اهدافها في تعلم الطلاب فعّالتي رمي الرمح وقذف الثقل .
- ان للاستخدام الطريقة المختلطة بالأسلوب العكسي الافصلية في تعلم الطلاب فعّالتي رمي الرمح وقذف الثقل .

٢-٥ التوصيات

- استخدام الطريقة المختلطة بالأسلوب العكسي عند تعليم فعّالتي رمي الرمح وقذف الثقل ولا سيما مع الطلاب .
- ضرورة اجراء دراسات متشابهة وتطبيقها لفعاليات فردية اخرى .

(١) عفاف عبد الكريم؛ طرق التدريس في التربية الرياضية، منشأة المعارف، الاسكندرية، ١٩٨٩م، ص٢٦٧.

(٢) مفتي ابراهيم حماد؛ التدريب الرياضي الحديث - تخطيط وتطبيق وقيادة ، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٨، ص١٩٥.

المصادر

- بسطويسي احمد ، عباس احمد السامرائي : طرق التدريس في مجال التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، مطبعة جامعة الموصل ، ١٩٨٤ .
- خيرية ابراهيم السكري؛ استخدام الكرات الطبية لبرامج التدريب لمسابقات الرمي، القاهرة، نشرة العاب القوى للهوات، مركز التنمية الاقليمي، العدد الثامن عشر،
- زكي درويش وعادل عبد الحافظ : موسوعة ألعاب القوى، إسكندرية، ١٩٩٤ .
- سامر عبد الهادي؛ تأثير تداخل التمرينات المكثفة والموزعة بالطريقة المختلطة في تعلم اللكمة المستقيمة، رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة بابل، كلية التربية الرياضية، ٢٠١٠م
- صريح عبد الكريم و طالب فيصل : ألعاب الساحة والميدان، ط ١ ، بغداد، ٢٠٠٢ .
- عبد الرحمن عبد الحميد زاهر : ميكانيكية تدريب وتدريب مسابقات العاب القوى ، القاهرة ، مركز الكتاب، ٢٠٠٩.
- عبد الرحمن عبد الحميد زاهر: فسيولوجيا مسابقة الرمي ، مصر مركز الكتاب للنشر ، ط ١ ، ٢٠٠١.
- عصام عبد الخالق ؛ التدريب الرياضي (نظريات - تطبيقات) ، (الإسكندرية ، جامعة الإسكندرية ، ١٩٩٩م.
- عفاف عبد الكريم ؛ التدريس للتعلم في التربية الرياضية والبدنية : (الإسكندرية ، منشأة المعارف ، ١٩٩٠م
- عفاف عبد الكريم؛ طرق التدريس في التربية الرياضية، منشأة المعارف، الاسكندرية، ١٩٨٩م.
- فان دالين؛ مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ترجمة (محمد نبيل واخرون)، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، ١٩٧٧م.
- كورت ماينل ؛ التعلم الحركي ، (ترجمة) عبد علي نصيف ، ط ٢ : (الموصل ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٨٧م
- محمد جاسم الياسري ، مروان عبد المجيد ؛ الاساليب الاحصائية في مجالات التربية الرياضية، عمان، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، ٢٠٠١
- محمد عثمان : موسوعة ألعاب القوى، ط ١، الكويت، دار القلم للنشر والتوزيع، ١٩٩٠.
- محمود داود الربيعي ؛ طرائق وأساليب التدريس المعاصرة ، ط ١ : (أريد ، دار الأمل للطباعة والنشر ، ٢٠٠٦م.

تأثير طريقتين تدريسيّتين بالأسلوب العكسيّ في تعلم الطلاب فعاليّتي رمي الرمح

وقدّمه الثقل

- محمود داود سلمان وآخرون : نظريات وطرائق التربية الرياضية ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، بغداد ، ٢٠٠٠ .
- مفتي إبراهيم حماد : التدريب الرياضي الحديث - تخطيط وتطبيق وقيادة - دار الفكر العربي - مصر ، ١٩٩٨ .
- وجيه محجوب، علم الحركة، ج ٢ ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٨٩م
- يعرب خيون ؛ التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، بغداد ، مكتب الصخرة للطباعة ٢٠٠٢م.
- يعرب خيون ؛ التعلم بين المبدأ والتطبيق : بغداد ، مكتب العادل للنشر والتوزيع ، ٢٠٠١م.
- Schmidt A. Wrisberg ; Motor Learning and Performance : (IL, Human Kinetics, 2008
- Robb . D. Margret. The Dynamics of Motor Skill Acquisition, prentice. Hill Inc., Engle Wood Cliffs, New Jersey, 1972
- Schmidt A. Richard and Timothy D. Lee, Motor Control and Learning, Third Edition, (1999) .Human Keutics. 1999 ○
- Schmidt A. Richard, Motor learning and performance, Human Kinetics (.Books, Champing, III inois, 1991

تأثير طريقتين تدريسيّتين بالأسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعاليّتي رمي الرمح

وقدّمه الثقل

الملحق (١)

يبين استمارة تقييم الاداء الفني لفعالية رمي الرمح

الدرجة من ١٠	اسم الطالب	ت
		١
		٢
		٣
		٤
		٥
		٦
		٧
		٨
		٩
		١٠
		١١
		١٢
		١٣
		١٤
		١٥

تأثير طريقتين تدريسيّتين بالأسلوب العكسي في تعلم الطلاب فعاليّتي رمي الرمح

وقذف الثقل

الملحق (٢)

يبين استمارة تقييم الاداء الفني لفعالية قذف الثقل

الدرجة من ١٠	اسم الطالب	ت
		١
		٢
		٣
		٤
		٥
		٦
		٧
		٨
		٩
		١٠
		١١
		١٢
		١٣
		١٤
		١٥

Impact of Two-style Tdrisatin Methods in Reverse Student Learning Faliti the Javelin and shot weight

In order to facilitate the learning process and accelerate the use teaching methods are clear and simplified within the modules, helping the learner to master the performance hits, so the researchers see that there's aneed to use the method (mixed and partial)-style reverse to know the extent of their impact on learning, and here lies the importance of research in the application of methods-style reverse to teach students the Faliti javelin and shot weight with less time and effort through the experience of Field researchers it is noticed that most of the students of the Faculty of Physical Education (first year) have difficulty when learning Faliti javelin and shot weight compared to other events ; here lies the difficulty in the process of linking performance stages.

- Understand the impact of the two methods (mixed and partial) reverse-style in Falta students learning the javelin and extrusion of gravity.
- Identify the differences in the influence of both methods (mixed and partial)-style reverse student learning Faliti the javelin and extrusion of gravity.
- know the effect of the two methods (mixed and partial) reverse manner in student learning Falta javelin and extrusion of gravity.
- know the an advantage in the mixed impact of the way in the reverse manner student learning Faliti the javelin and extrusion of gravity.

Researchers used the experimental method to rotate groups to suit the nature of the research community was students male first stage from the Faculty of Physical Education at the University of Babylon (90) male students for the academic year 2012-2013 AD, have been selected by 30 students, divided into two experimental groups, the first experimental group include (15 students), and the second experimental group include (15) students were selected randomly.

- The way, (partial mixed) inverse-style has achieved its goals in the students' learning Falta javelin and extrusion of gravity.
- The mixed method manner reverse Alavsalih in student learning Falta Javelin and extrusion of gravity.

The research suggest the need to ;

- The use of reverse-style hybrid method when teaching Falta javelin and shot weight especially with the students.

conduct similar studies and applied to other individual events.