

فاعلية عرض ثلاث نماذج والتصور العقلي في تعلم اداء بعض الحركات الارضية

أ.م. د. رحيم رويح حبيب (جامعة القادسية- كلية التربية الرياضية)

م.م. بسمه توفيق صالح (جامعة القادسية- كلية التربية الرياضية)

ملخص البحث

اشتمل البحث على خمسة ابواب

اشتمل الباب الاول على المقدمة واهمية البحث إذ تضمنت المقدمة لعبة الجمناستيك والمهارات الاساسية فيها اضافة الى دور النماذج التعليمية والتصور العقلي في تعلم الحركات الارضية. اما مشكلة البحث فتضمنت تحديد الاسلوب الافضل في تعلم المهارة .

اما اهداف البحث فهي التعرف على أفضل نموذج في تعليم اداء بعض الحركات الأرضية .

اما فروض البحث فقد افترضت الباحثة ان هناك فروقاً متباينة بين عرض النماذج والتصور العقلي في تعليم اداء بعض الحركات الأرضية. اما مجالات البحث فقد شمل

المجال البشري طالبات الصف الأول في متوسطة الحرية للبنات في محافظة القادسية .

- المجال الزمني : للفترة من ٢٤ / ١٠ / ٢٠١٠ ولغاية ١٥ / ١٢ / ٢٠١٠

- المجال المكاني : ساحة الألعاب في المدرسة

واشتمل الباب الثاني على الدراسات النظرية والمحاوير الاتية :

تعريف النموذج لاداء المهارات كذلك تعريف التصور العقلي وأهميته في التعلم اضافة الى جهاز الحركات الارضية والمهارات قيد البحث.

اما الباب الثالث فقد اشتمل على المنهج المستخدم وهو المنهج التجريبي وعينة البحث حيث تكونت من (٧٢) طالبة مبتدئة قسمت على ٦ مجموعات وتم اجراء التجانس والاختبارات قيد البحث.

اما الباب الرابع فقد اشتمل على عرض ومناقشة النتائج التي توصلت لها الباحثة من خلال المعالجات الاحصائية.

اما الباب الخامس فقد اشتمل على الاستنتاجات الاتية :-

- التنوع في استخدام عرض النماذج والتصور العقلي أدى الى فهم وتعلم المهارة .

- وتوصي الباحثة استخدام النماذج المختلفة والتصور لما له أثر ايجابي في عملية التعلم

١- التعريف بالبحث

١-١ المقدمة واهمية البحث:-

كان لظهور العلوم الحديثة في المجال الرياضي اثر كبير في دفع عجلة التقدم والتطور في هذا المجال مما دفع كثيراً من العلماء والمختصين والباحثين إلى الاهتمام الواسع لدراسة مواضيع مهمة ومختلفة على كافة الاصعدة الرياضية. ويعد تعلم المهارات الأساسية لكل فعالية من أهم شروط نجاح التقدم في الأداء بشرط أن يكون مبنياً على أسس علمية صحيحة مما يساعد في سرعة التعلم .

لذا يجب الأخذ بنظر الاعتبار عند اختيار أي أسلوب مستوى اللاعب وعمره الزمني والتدريبي ونوع المهارة المراد تعلمها من اجل ضمان استخدام الأسلوب الناجح لتعلم المهارة وان اسلوب عرض اكثر من نموذج هو احد الوسائل الفعالة في نجاح عملية التعلم كونه اسلوب جديد يضيف عنصر التشويق والتنوع في عرض الحركة او المهارة بالإضافة الى التصور العقلي وهذه الصفة من أهم صفات الأسلوب الناجح الذي يطور العملية التعليمية البنائية الفعالة عند تعلم المهارات وهنا تظهر اهمية البحث من خلال عرض النماذج واختيار الافضل والانسب الذي من خلاله نستدل على النموذج الافضل مما يسهم في تعلم مهارات اخرى يحتاجها المدرس بغية الانتقال بالمتعلمين الى المستوى الاحسن ..

١-٢ مشكلة البحث:-

تكمن المشكلة في تنوع اساليب العرض للمهارات وبالتالي يصعب تحديد أي اسلوب هو الانسب لكي يساعد في التعلم والذي يسهم في اختصار الوقت والجهد المبذولين من قبل المدرس الرياضي بحيث يكون ذو تأثير فعال ومؤثر في تعليم بعض المهارات في الجمناستك بشكل يخدم المدرس والمتعلم المبتدئ في الوصول إلى مستوى افضل.

١-٣ اهداف البحث:-

١- التعرف على أفضل نموذج في تعليم اداء بعض الحركات الارضية

١-٤ فروض البحث:-

١- هناك فروق متباينة بين (العرض بنموذج - العرض بنموذجين-العرض بثلاثة نماذج) والتصور العقلي في تعليم اداء بعض الحركات الأرضية.

١-٥ مجالات البحث:-

١-٥-١ المجال البشري : طالبات الصف الأول متوسط بعمر (١٢-١٣) سنة في متوسطة الحرية للبنات في محافظة القادسية .

١-٥-٢ المجال الزمني : للفترة من ٢٤ / ١٠ / ٢٠١٠ ولغاية ١٥ / ١٢ / ٢٠١٠

١-٥-٣ المجال المكاني : ساحة الألعاب في المدرسة

فاعلية عرض ثلاث نماذج والتصور العقلي في تعلم اداء بعض الحركات الارضية

٦-١ تحديد المصطلحات :

١- النموذج: -تقديم صورة حركية للحركة ككل او لجزء منها للمتعلم ويتم بواسطة المعلم او شخص اخر يجيد الحركة .(١)

٢- التصور العقلي : إنه " محاولة استرجاع الأحداث أو الخبرات الحسية السابقة أو بناء صورة جديدة لحدث جديد وتكرارها أكثر من مرة ".(٢)

٢- الدراسات النظرية والمشابهة

١-٢ الدراسات النظرية :-

١-٢-١ النموذج :-

القيام بعرض المهارة او الحركة من قبل المدرس او شخص اخر يجيد ها ككل او لجزء منها للمتعلم وقد يكون الطالب نفسه نموذجاً للأداء الحركي .

ويعرف محمد (١٩٨١) النموذج بأنه "قيام المدرس بنفسه او تلميذ يجيد الحركة المطلوبة بالعرض "(٣) وتؤكد عنيات (١٩٨٢) انه(يمكن مساعدة عملية النموذج بالإرشادات والشرح والتصحيح حتى يتكون لدى الطالب تصور حركي ومعلومات تتعلق بالمادة التعليمية وهذا ما يساعد في استمرارية التعلم .(٤)

٢-١-٢ الشروط الواجب توافرها في النموذج لأداء الحركة (٥)

عند اختيار النموذج لأداء حركة او المهارة معينه لابد من مراعاة توفر شروط معينة عند اختياره نموذجاً منها :

١. يجب ان يكون اداء النموذج متقناً لان الكثيرين من الطلاب يتعلمون بطريقة المشاهدة والتقليد . فاذا كان المدرس (النموذج) غير قادر على اداء الحركة فيمكن الاستعانة بأحد الطلاب المتقدمين للقيام بعرض الحركة واذا لم يكن مثل هذا الطالب فيجب اتباع طريقة الشرح والتجزئة .
٢. يجب ان يؤدي النموذج الحركة بحيث يراه جميع الطلاب كما يجب ان يكون الطلاب في وضع يسمح لهم برؤية تفاصيل الحركة بكل وضوح وسهولة من بدايتها حتى نهايتها .
٣. عند قيام المدرس (النموذج) بعرض الحركة يجب ان يوعز لنفسه بنفس الايعازات الخاصة بالحركة.
٤. يستحسن ان يقلل المدرس من اداء النماذج حتى يعطي فرصة للطلاب للتصور والتفكير
٥. امكانية اعادة العرض من اتجاهات مختلفة

(١) محمد زياد حمدان :الوسائل التعليمية مبادئها وتطبيقاتها مؤسسة الرسالة ،١٩٨١،ص٢٢٦

(٢) قاسم لزام جبر : موضوعات في التعلم الحركي ،بغداد،مطابع الجمعة ،٢٠٠٥،ص٢٢٦

(٣) محمد زياد حمدان:الوسائل التعليمية مبادئها وتطبيقاتها،مؤسسة الرسالة ،١٩٨١،ص١٦

(٤) عنيات محمد خطاب :مناهج وطرق تدريس التربية البدنية ،ط١،القاهاة،١٩٨٢،ص١٧٠

(٥) عباس احمد السامرائي :-طرق تدريس التربية الرياضية ،ج١،ط٢،دار الكتب للطباعة والنشر ،جامعة الموصل ،١٩٨٧،ص١٩٨

فاعلية عرض ثلاث نماذج والتصور العقلي في تعلم اداء بعض الحركات الارضية

٦. ان يقترن بالشرح المختصر لزيادة الايضاح والحماس
 ٧. يؤدي بالسرعة المطلوبة لمحاكاته قبل السرعة المطلوبة لإدراكه
 ٨. يستثير دافعية الناشئ وحماسه لمحاكاته عقليا قبل محاكاته حركيا (١)
- ٢-١-٣ التصور العقلي :-

ان أغلب التعريفات التي تناولت التصور تنطوي على مصطلح الاسترجاع أو الإعادة والتذكر إذ يعرفه وجيه (١٩٨٩) بأنه " الصورة التي يأخذها المتعلم عن طريق النظر والشرح للحركة وتتطبع بالدماغ وتؤدي الممارسة والخبرة دوراً في ثبات هذه الصورة ، وتكون هذه الصورة الموجودة في الدماغ أساساً أولياً لتأدية المتعلم أو المبتدئ الحركة " (٢)

ويعرف أسامة (٢٠٠٠) التصور العقلي بأنه "وسيلة عقلية يمكن من خلالها تكوين تصورات خبرات سابقة أو تصورات جديدة لم تحدث من قبل لغرض الإعداد العقلي للاداء " (٣).

٢-١-٤ خصائص المرحلة العمرية (١٢-١٣) سنة إناث:

يشير وجيه (١٩٨٧) إلى أن المرحلة العمرية (١٢-١٣) سنة هي مرحلة الفتوة الأولى كما أنها السنة الأولى من المرحلة المتوسطة وبداية مرحلة المراهقة (٤) .

ويذكر كورت ماينل (١٩٨٧) أنه خلال هذه المرحلة العمرية (١٢-١٣) سنة يتصف التصرف الحركي بالحركة الكثيرة الموجهة والهادفة وتصل القابلية الحركية إلى مستوى عال وأهمها قابلية التعلم الحركي ، وكذلك تحسن قابلية التوجيه الحركي مع الاقتصاد بالطاقة والتحسن الواضح في البناء والانسحاب والوزن الحركي مما يجعلنا ننظر إلى هذه المرحلة العمرية على أنها القمة الأولى في التطور الحركي وكأحسن مرحلة للتعلم الحركي في عمر الطفولة (٥)

٢-١-٥ مفهوم الحركات الارضية :- (٦)

تعد الحركات الارضية اساساً مهماً لجمناستك الاجهزة لأنها العمود الفقري الذي تستند إليه بقية مهارات الاجهزة ، وان اتقانها يساعد المتعلمين على اتقان مجاميع حركية وتكسيهم قدرة على اداء الحركات الصعبة على اجهزة الجمناستك الاخرى ، لأنها تعدّ حلقة الوصل بين مختلف الحركات إضافة الى انها

(١) عباس احمد السامرائي : المصدر السابق نفسه ، ١٩٨٧ ، ص ١٩٨

(٢) وجيه محجوب : علم الحركة - التعلم الحركي ، جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٨٩ ، ص ٣٨

(٣) أسامة كامل راتب : تدريب المهارات النفسية - تطبيقات في المجال الرياضي ، ط ١ ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٠ ، ص ١١٧

(٤) وجيه محجوب : علم الحركة - التطور الحركي منذ الولادة حتى سن الشيخوخة ، ج ٢ ، جامعة بغداد ، ١٩٨٧ ، ص ١٨٥

(٥) كورت ماينل : التعلم الحركي (ترجمة عبد علي نصيف) دار الكتب للطباعة والنشر ، الموصل ، ١٩٨٧ ، ص ٢٦٧-٢٦٨ .

(٦) عبد الستار جاسم وعائدة علي حسين ؛ الجميز المعاصر للنبات : (دار الحكمة للطباعة والنشر ، ١٩٩١) ، ص ١٤٥ .

(٢) سوسن عبد المنعم وآخرون: الجميز وطرق تدريسية: الهيئة المصرية للشباب، القاهرة، ١٩٨٣، ص ٢

فاعلية عرض ثلاث نماذج والتصور العقلي في تعلم اداء بعض الحركات الارضية

تتمى كثيراً من السمات مثل الشجاعة والارادة والصبر والجرأة والثقة بالنفس وتقلل من عوامل الخوف والتردد في اثناء ممارسة الحركات الصعبة .

وتشير (سوسن ١٩٨٣) الى " ان اتقان الحركات الارضية البسيطة تكسب مهارة وتوافقاً كبيراً يساعد في اداء الحركات الصعبة وكذلك الحركات على باقي الاجهزة إذ انها جميعاً مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بعضها ببعض " (٢)

ويتفق هذا مع ما ذكرته (Linda 1995) " ان مهارات الوثب و الدرجات و المرحجات و مرونة المفاصل من التمرينات الاساسية للاعب الجمباز و التي يجب ان يتوافر لديه مستوى اداء يميز هذه الحركات " . (٣) ومن وجهة نظر الباحثة ترى بأنها مجموعة الحركات التي تؤدي على ملعب مساحته (١٤×١٤) م ، والتي تعد اعداداً لمهارات اجهزة الجمباز الاخرى .

٢-١-٦ بعض المهارات الاساسية على جهاز الحركات الارضية

المهارات الاساسية ((هي الحركات التي يتحتم على اللاعب اداؤها في جميع المواقف التي تتطلبها اللعبة بغرض الوصول الى أفضل النتائج . والمهارات الاساسية تحتاج الى مستوى عال من اللياقة البدنية . وتقسم اجهزة البنات الى الآتي :

١. جهاز الحركات الارضية .
٢. المتوازي مختلف الارتفاعات .
٣. عارضة التوازن .
٤. حصان القفز .

٢-١-٦-١ الدرجة الامامية

* النواحي الفنية لمهارة الدرجة الامامية (١)

- الجلوس على الاربعة .
- ميل الجسم الى الامام وثني الرأس والرقبة الى الاسفل .
- ثني الذراعين مع استمرار ثني الرأس الى الصدر .
- دفع الارض بالقدمين .
- ملامسة الاكتاف الارض أولاً .
- ثني الركبتين الى الصدر مع مسكهما باليدين .
- الوصول الى وضع الجلوس على الاربعة .

(١) محمد ابراهيم شحاته :- دليل الجمباز الفني .آنسات ،المكتبة المصرية للطباعة والنشر ،ط١ ،الإسكندرية ،٢٠٠٧،ص٣٣ .

٢-١-٦-٢ الدرجة الخلفية:- (١)

*النواحي الفنية لمهارة الدرجة الخلفية

- من وضع الجلوس على الاربعة ميلان الجسم الى الخلف.
- حني الرأس على الصدر وثني الركبتين على الصدر.
- ملامسة اليدين أولا للارض ثم الرقبة مع سحب الركبتين الى الوجهة.
- وضع اليدين بجانب الرأس.
- أصابع اليدين متجهة نحو الاكتاف والابهام بجانب الاذنين.
- دفع الارض باليدين لغرض مرور الرأس.

٢-١-٦-٣ مهارة الوقوف على الرأس:- (٢)

*النواحي الفنية لمهارة الوقوف على الرأس .

١. من وضع الوقوف اخذ وضع الاقعاء
٢. ووضع اليدين على البساط باتساع عرض الكتفين ووضع قمة الراس على البساط بمسافة قليلة للأمام من اليدين والرقبة مفردة ،و الركبتين مثنية سحب الرجلين للخلف.
٣. البدء برفع الرجلين من الارض بحيث يكون الورك فوق الرأس ورفع الساقين عاليا مع ضمهما وفرد الركبتين ومشطي القدمين ومفصلي الحوض والجذع

٣-منهج البحث واجراءاته الميدانية:-

٣-١ مجتمع البحث وعينته :-

تكون مجتمع البحث من طالبات الصف الأول متوسط في متوسطة الحرية للبنات- محافظة القادسية بأعمار (١٢-١٣) سنة ، والبالغ عددهن (١٥٠) طالبة للعام الدراسي ٢٠١٠-٢٠١١م اما عينة البحث:

اشتملت عينة البحث على (٧٢) طالبة مبتدئة ، وهن من الطالبات اللواتي لم يمارسن اللعبة مطلقا .وهذه العينة تشكل نسبة (٤٨%) من مجتمع الاصل والبالغ عددهم (١٥٠) طالبة. اختيرت العينة بالطريقة العشوائية البسيطة لتمثل شعبة (أ-ب-هـ)

(١) محمد ابراهيم شحاته :- المصدر السابق نفسه ، ٢٠٠٨ ، ص٣٧

(٢) معيوف ذنون و (آخرون) ؛ مصدر سبق ذكره ، ١٩٨٥ ، ص ٩١

فاعلية عرض ثلاث نماذج والتصور العقلي في تعلم اداء بعض الحركات الارضية

جدول (٣-١)

يبين التصميم التجريبي لمجاميع البحث

المجموعات	١	٢	٣	٤
المجموعة الاولى	اختبار قبلي مهاري	عرض نموذج تعليمي واحد بدون تطبيق منهاج التصور العقلي	اختبار بعدي مهاري	
المجموعة الثانية	اختبار قبلي مهاري	عرض نموذج تعليمي وتطبيق منهاج التصور العقلي	اختبار بعدي مهاري	
المجموعة الثالثة	اختبار قبلي مهاري	عرض نموذجين تعليميين بدون تطبيق منهاج التصور العقلي	اختبار بعدي مهاري	
المجموعة الرابعة	اختبار قبلي مهاري	عرض نموذجين تعليميين و تطبيق منهاج التصور العقلي	اختبار بعدي مهاري	
المجموعة الخامسة	اختبار قبلي مهاري	عرض ثلاثة نماذج تعليمية بدون تطبيق منهاج التصور العقلي	اختبار بعدي مهاري	
المجموعة السادسة	اختبار قبلي مهاري	عرض ثلاثة نماذج تعليمية و تطبيق منهاج التصور العقلي	اختبار بعدي مهاري	

الفروق بين المجموعات التجريبية في الاختبار البعدي

٣-٢ تجانس وتكافؤ العينة :

من أجل ضبط بعض المتغيرات التي تؤثر في دقة نتائج البحث يجب التأكد من تجانس وتكافؤ كل مجموعة من عينة البحث في متغيرات [العمر - الوزن - الطول - التصور العقلي - الاداء المهاري] . لذا استخدمت الباحثة اختبار كولمجروف - سميرنوف وقيمة (ف) النسبية لإجراء التجانس داخل كل مجموعة

فاعلية عرض ثلاث نماذج والتصور العقلي في تعلم اداء بعض الحركات الارضية

جدول (٢-٣)

يبين التوزيع الطبيعي للبيانات القبلية لمجاميع البحث من حيث (العمر، الوزن، الطول، التصور العقلي، الاداء المهاري)

المجاميع	المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التباين	كولمغروف - سميير نوف	مستوى الدلالة الاحصائية	الدالة	
مج ١ عرض نموذج	العمر	12.08	0.79	0.63	0.21	0.15	اعتدالي ومتطابق	
	الوزن	44.42	8.52	72.63	0.24	0.06	اعتدالي ومتطابق	
	الطول	149.50	9.24	85.36	0.21	0.16	اعتدالي ومتطابق	
	اختبار التصور العقلي		83.25	11.07	122.57	0.11	0.20	اعتدالي ومتطابق
	الاداء المهاري	الدرجة الامامية	2.51	0.43	0.19	0.16	0.20	اعتدالي ومتطابق
		الدرجة الخلفية	2.55	0.30	0.09	0.19	0.20	اعتدالي ومتطابق
		الوقوف على الراس	2.63	0.22	0.05	0.17	0.20	اعتدالي ومتطابق
مج ٢ عرض نموذج + تصور عقلي	العمر	12.08	0.79	0.63	0.21	0.15	اعتدالي ومتطابق	
	الوزن	44.17	8.12	65.97	0.20	0.20	اعتدالي ومتطابق	
	الطول	149.42	8.78	77.17	0.20	0.20	اعتدالي ومتطابق	
	اختبار التصور العقلي		83.42	9.31	86.63	0.21	0.16	اعتدالي ومتطابق
	الاداء المهاري	الدرجة الامامية	2.66	0.41	0.17	0.22	0.13	اعتدالي ومتطابق
		الدرجة الخلفية	2.79	0.62	0.38	0.22	0.12	اعتدالي ومتطابق
		الوقوف على الراس	2.65	0.47	0.22	0.21	0.15	اعتدالي ومتطابق

المجاميع	المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التباين	كولمغروف - سميير نوف	مستوى الدلالة الاحصائية	الدالة	
مج ٣ عرض نموذجين	العمر	12.00	0.85	0.73	0.21	0.14	اعتدالي ومتطابق	
	الوزن	44.67	6.46	41.70	0.23	0.08	اعتدالي ومتطابق	
	الطول	149.33	6.60	43.52	0.17	0.20	اعتدالي ومتطابق	
	اختبار التصور العقلي		82.08	10.59	112.08	0.11	0.20	اعتدالي ومتطابق
	الاداء المهاري	الدرجة الامامية	2.58	0.41	0.17	0.20	0.20	اعتدالي ومتطابق
		الدرجة الخلفية	2.58	0.46	0.21	0.15	0.20	اعتدالي ومتطابق
		الوقوف على الراس	2.64	0.51	0.26	0.19	0.20	اعتدالي ومتطابق
مج ٤ عرض نموذجين + تصور عقلي	العمر	12.08	0.79	0.63	0.21	0.15	اعتدالي ومتطابق	
	الوزن	44.42	7.29	53.17	0.16	0.20	اعتدالي ومتطابق	
	الطول	149.50	6.59	43.36	0.14	0.20	اعتدالي ومتطابق	
	اختبار التصور العقلي		83.58	13.54	183.36	0.17	0.20	اعتدالي ومتطابق
	الاداء المهاري	الدرجة الامامية	2.56	0.51	0.26	0.23	0.09	اعتدالي ومتطابق
		الدرجة الخلفية	2.67	0.57	0.32	0.21	0.14	اعتدالي ومتطابق
		الوقوف على الراس	2.66	0.31	0.10	0.20	0.20	اعتدالي ومتطابق

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

فاعلية عرض ثلاث نماذج والتصور العقلي في تعلم اداء بعض الحركات الارضية

المجاميع	المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التباين	كولمجروف-سمير نوف	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
مج ٥ عرض ثلاث	العمر	12.00	0.85	0.73	0.21	0.14	اعتدالي ومتطابق
	الوزن	44.50	7.49	56.09	0.18	0.20	اعتدالي ومتطابق
	الطول	149.25	7.24	52.39	0.11	0.20	اعتدالي ومتطابق
نماذج الاداء المهاري	اختبار التصور العقلي	83.42	11.66	135.90	0.16	0.20	اعتدالي ومتطابق
	الدرجة الامامية	2.65	0.68	0.46	0.20	0.20	اعتدالي ومتطابق
	الدرجة الخلفية	2.59	0.46	0.21	0.24	0.07	اعتدالي ومتطابق
	الوقوف على الراس	2.63	0.31	0.10	0.21	0.16	اعتدالي ومتطابق
	العمر	12.00	0.85	0.73	0.21	0.14	اعتدالي ومتطابق
مج ٦ عرض ثلاث نماذج + تصور عقلي	الوزن	44.58	5.99	35.90	0.15	0.20	اعتدالي ومتطابق
	الطول	149.42	9.09	82.63	0.15	0.20	اعتدالي ومتطابق
	اختبار التصور العقلي	83.58	11.47	131.54	0.12	0.20	اعتدالي ومتطابق
	الدرجة الامامية	2.62	0.57	0.33	0.19	0.20	اعتدالي ومتطابق
	الدرجة الخلفية	2.84	0.54	0.29	0.22	0.12	اعتدالي ومتطابق
	الوقوف على الراس	2.65	0.63	0.40	0.20	0.20	اعتدالي ومتطابق

يبين الجدول قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وتحليل التباين باستخدام اختبار كولمجروف-سمير نوف وجميع القيم كانت اكبر من (٠.٠٥) مما يدل على انها اعتدالية ومتطابقة اي موزعة توزيعا طبيعيا مما يدل على تجانس افراد العينة

فأغلية عرض ثلاث نماذج والتصور العقلي في تعلم أداء بعض الحركات الأرضية

جدول (٣-٣)

يبين قيمة (F) النسبية للتجانس في متغيرات البحث من حيث (العمر ، الوزن ، الطول ، التصور ،
الإداء المهاري)

المتغيرات	درجة الحرية (١)	درجة الحرية (٢)	قيمة F النسبية	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
العمر	5.00	66.00	1.85	0.12	غير معنوي
الوزن	5.00	66.00	0.98	0.44	غير معنوي
الطول	5.00	66.00	1.25	0.30	غير معنوي
اختبار التصور العقلي	5.00	66.00	0.56	0.73	غير معنوي
الإداء المهاري	الدرجة الامامية	5.00	66.00	1.04	غير معنوي
	الدرجة الخلفية	5.00	66.00	1.21	غير معنوي
	الوقوف على الراس	5.00	66.00	1.63	0.30

يبين الجدول قيم (F) النسبية عند درجة حرية (٦٦،٥) وجميع القيم هي أكبر من (٠.٠٥) مما يدل على تجانس العينة و لغرض التأكد من تكافؤ مجاميع البحث في متغيرات [العمر-الطول - الوزن -اختبار التصور -الإداء المهاري] قامت الباحثة بإجراء التكافؤ باستخدام تحليل التباين

فإنجليزية عرض نماذج والتصور العقلي في تعلم اداء بعض الحركات الارضية

جدول (٣-٤)

يبين تكافؤ مجاميع البحث في متغيرات [العمر-الطول - الوزن -،اختبارات التصور العقلي-الاداء

المهاري]

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية	
العمر	بين المجموعات	9.13	5.00	1.83	0.67	0.65	غير معنوي	
	داخل المجموعات	178.75	66.00	2.71				
	المجموع	187.88	71.00					
الوزن	بين المجموعات	1.79	5.00	0.36	0.01	1.00	غير معنوي	
	داخل المجموعات	3580.08	66.00	54.24				
	المجموع	3581.88	71.00					
الطول	بين المجموعات	0.57	5.00	0.11	0.00	1.00	غير معنوي	
	داخل المجموعات	4228.75	66.00	64.07				
	المجموع	4229.32	71.00					
اختبار التصور العقلي	بين المجموعات	19.61	5.00	3.92	0.03	1.00	غير معنوي	
	داخل المجموعات	8492.83	66.00	128.68				
	المجموع	8512.44	71.00					
الاداء المهاري	الدرجة الامامية	بين المجموعات	0.20	5.00	0.04	0.15	0.98	غير معنوي
		داخل المجموعات	17.16	66.00	0.26			
		المجموع	17.36	71.00				
	الدرجة الخلفية	بين المجموعات	0.88	5.00	0.18	0.70	0.62	غير معنوي
		داخل المجموعات	16.56	66.00	0.25			
		المجموع	17.44	71.00				
الوقوف على الراس	بين المجموعات	0.01	5.00	0.00	0.01	1.00	غير معنوي	
	داخل المجموعات	12.32	66.00	0.19				
	المجموع	12.33	71.00					

يبين الجدول قيم (F) وجميعها اكبر من (٠.٠٥) مما يدل على عدم وجود فروق دالة إحصائية بين مجاميع البحث في متغيرات (العمر-الطول - الوزن -التصور العقلي-الاداء المهاري)، مما يدل على تكافؤ مجموعات البحث في هذه المتغيرات.

٣-٣ وسائل جمع المعلومات

٣-٣-١ أدوات البحث:

١. المصادر العربية والأجنبية .
٢. استمارة تقويم مستوى الأداء الفني
٣. اختبار التصور العقلي

٣-٣-٢ الأجهزة المستخدمة

١. ميزان طبي ارضي عدد (١).
٢. ابسطة جمناستك عدد (٨) .
٣. كاميرة تصوير فيديو نوع (Sony) مع اقراص C.D عدد (٢٠)

٣-٤ اختبار مقياس التصور العقلي

ان هذا الاختبار أعيدت صياغة فقراته من قبل ضياء جابر محمد (٢٠٠٢). (١) وجعلها اكثر وضوحا لتلائم الاعمار الصغيرة حيث قامت الباحثة بشرح الدراسة لجميع الطالبات شرحا تفصيليا وشرح طريقة الاستجابة على (مقياس التصور العقلي في المجال الرياضي) والمستخدم لهذه الدراسة . ووضحت للجميع تفاصيل وابعاد هذه الاداة وتم توزيع المقياس على الطالبات وقامت الباحثة وفريق العمل المساعد لها بالتوقيت لمدة (١)د ثم طلبت منهن الإجابة على اسئلة المقياس لكل موقف من مواقف المقياس الأربعة كما في ملحق (١)

٣-٥ تصميم استمارات لتقويم الأداء الفني :-

من أجل تقويم الأداء الفني قامت الباحثة بعرض الاستمارات على مجموعة من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال الجمناستك والاختبار والقياس* ، وبعد إجراء التعديلات والتغييرات فيها أصبحت الاستمارات شاملة وصالحة لتقويم الأداء الفني ، تم التقويم من قبل (٥) مقومين وحسب القانون الدولي في حساب الدرجة وهي أسلم طريقة وتكون من خلال حذف اعلى درجة وأقل درجة ويؤخذ مجموع درجات الوسط وتقسم على (٢) لتكون الدرجة النهائية لكل مهارة

مجموع درجات الوسط

درجة اللاعب =

٢

(١) ضياء جابر محمد : مصدر سبق ذكره ، ص ١٠٧- ١١١

(٢) قواعد التقويم الدولي للنساء . اعداد الاتحاد العربي السوري . (ترجمة) رباب الحارس ، ٢٠٠٦ ، ص ١٦ .

فأغلية عرض نماغ و التصور العقلي في تعلم اءاء بعض الحركات الارضية

ملاحظة / تم الاتفاق بين الخبراء والمختصين على بعض الاسس والمبادئ لإعطاء الدرجة من (١٠) لكل مهارة .

٦-٣ التجربة الاستطلاعية :-

فقد أجرت الباحثة التجربة الاستطلاعية بتاريخ ٢٣/١٠/٢٠١٠ على عينة من غير عينة البحث ومن مجتمع الأصل وهم (١٢) طالبة من شعبة (د) ، ويشكلن نسبة (٨%) من مجتمع الأصل وأشرفت الباحثة على ذلك.

وكان الهدف من هذه التجربة ما يأتي :-

١. التأكد من سلامة الأدوات والأجهزة المستخدمة .

٢. استخراج المعاملات العلمية للاختبار (الصدق ، الثبات ، الموضوعية)

٣. تدريب كادر فريق العمل المساعد

٧-٣ اجراءات البحث الميدانية:-

١-٧-٣ التجربة الرئيسية

قسمت عينة البحث على (٦) مجاميع تخضع الى تنفيذ منهج التصور العقلي والمنهج التعليمي وبتاريخ ٢٤/١٠/٢٠١٠ لغاية ١٥/١٢/٢٠١١ كما يأتي :-

المجموعة الأولى:-شعبة (أ)

يتم عرض نموذج تعليمي واحد للمهارة ومن ثم تطبيق المهارة مباشرة من قبل الطالبات وعددهن (١٢) طالبة يحملن الارقام الفردية.

المجموعة الثانية :

فبعد عرض النموذج تأخذ فترة (١٠-١٥) د تصور عقلي ثم تطبيق المهارة من قبل (١٢) طالبة يحملن الارقام الزوجية وفي نهاية الوحدة التعليمية يتم التصوير .

المجموعة الثالثة :-شعبة (ب)

يتم عرض نموذجين تعليميين نفس الوقت وبعدها وتطبق المهارة مباشرة من قبل الطالبات وعددهن (١٢) طالبة يحملن الارقام الفردية.

المجموعة الرابعة :-

تأخذ فترة (١٠-١٥) د تصور عقلي ثم تطبيق المهارة من قبل (١٢) طالبة يحملن الارقام الزوجية وفي نهاية الوحدة التعليمية يتم التصوير .

فاعلية عرض ثلاث نماذج والتصور العقلي في تعلم اداء بعض الحركات الارضية

المجموعة الخامسة:-شعبة(هـ)

يتم عرض ثلاثة نماذج تعليمية في نفس الوقت وبعدها وتطبق المهاره مباشرة من قبل الطالبات وعددهن (١٢) طالبة يحملن الارقام الفردية.

المجموعة السادسة :-

تأخذ فترة (١٠-١٥) د تصور عقلي ثم تطبق المهاره من قبل (١٢) طالبة يحملن الارقام الزوجية وفي نهاية الوحدة التعليمية يتم التصوير .

واستغرق تطبيق المنهج التعليمي (٨) اسابيع وبواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع ، زمن الوحدة التعليمية (٤٥) دقيقة . وتم ارسال الاستمارات الى الخبراء لغرض تقويم الاداء الفني للمهارات .*

اسماء الخبراء

١.م.د اسامة عبد المنعم -بايو جمناستك /جامعة بابل -كلية التربية الرياضية

م.د ليث محمد- تعلم جمناستك /جامعة البصرة-كلية التربية الرياضية

١.م.د رغداء حمزة -طرائق -جمناستك/ جامعة بابل -كلية التربية الرياضية

٣-٦ الوسائل الإحصائية:-

استخدمت الباحثة الحقيبة الإحصائية (spss)

٤- عرض وتحليل ومناقشة النتائج

٤-١ عرض نتائج الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الاولى والثانية للمهارات، وتحليلها ومناقشتها .

الجدول (٤-١)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة للمهارات بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة

الاولى والثانية

المجاميع	المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحتسبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية	حجم الاثر	مستوى الاثر
		ع	س-	ع	س-					
مج ١ عرض نموذج	الدرجة الامامية	2.51	0.43	4.16	0.59	13.81	0.00	معنوي	0.97	كبيراً
	الدرجة الخلفية	2.55	0.30	4.43	0.59	9.23	0.00	معنوي	0.94	كبيراً
	الوقوف على الراس	2.63	0.22	3.52	0.61	4.63	0.00	معنوي	0.81	كبيراً
مج ٢ عرض نموذج+ تصور عقلي	الدرجة الامامية	2.66	0.41	5.28	0.49	15.18	0.00	معنوي	0.98	كبيراً
	الدرجة الخلفية	2.79	0.62	4.78	0.86	6.03	0.00	معنوي	0.88	كبيراً
	الوقوف على الراس	2.65	0.47	4.83	0.53	13.46	0.00	معنوي	0.97	كبيراً

يبين الجدول (٤-١) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للمهارات في الاختبارات القبلية والاختبارات البعدية ولصالح الاختبارات البعدية

لاحضت الباحثة ان المجموعة الأولى التي تتعلم بأسلوب (عرض نموذج بدون التصور العقلي) والمجموعة الثانية التي تتعلم بأسلوب (عرض نموذج مع التصور العقلي) قد حققت فروقاً معنوية في جميع المهارات الدرجة الامامية والدرجة الخلفية والوقوف على الراس. لكن بنسب متفاوتة. وتعزو الباحثة هذه الفروق الى تأثير استخدام اكثر من وسيلة تعليمية في وقت واحد و تأثير منهج التصور العقلي بالإضافة الى تأثير المنهج التعليمي مما ادى الى تقدم واضح لدى افراد العينة بسبب الانتظام والاستمرار في الوحدات التعليمية التي لها دور في التخلص من الصعوبات التي تواجه افراد العينة في اثناء اءاء المهارات ، كذلك اعطاء التصور الحركي الصحيح للمهارة بأفضل مستوى وجعل الفرد قادراً على تصحيح اخطائه ،

وتتفق الباحثة مع ما أكدته (ابتهاج احمد) " فاستخدام الوسائل التعليمية المختلفة في عملية التعلم تجعل التعليم ايجابيا وتجعل الفرد المتعلم قادراً على تصحيح اوضاعه وحركاته فتكون العملية التعليمية اكثر وأسرع تأثيراً " (١) .

(١) ابتهاج احمد عبد العال ؛ تأثير استخدام الوسائل التعليمية في تعليم مهارات التمرير والضربة الساحقة في الكرة الطائرة لتلميذات المرحلة الاعدادية . مجلة علوم وفنون الرياضة : (القاهرة ، جامعة حلوان ، ١٩٩٠) ، ص ٩ .

فاعلية عرض نماذج والتصور العقلي في تعلم اداء بعض الحركات الارضية

٤-٢ عرض نتائج الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الثالثة والرابعة للمهارات، وتحليلها ومناقشتها .

الجدول (٤-٢)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة للمهارات بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الثالثة والرابعة

المجاميع	المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحتسبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية	حجم الاثر	مستوى الاثر
		ع	س-	ع	س-					
مج ٣ عرض	الدرجة الامامية	2.58	0.41	5.19	0.54	14.47	0.00	معنوي	0.97	كبيراً
	الدرجة الخلفية	2.58	0.46	4.49	0.93	5.66	0.00	معنوي	0.86	كبيراً
مج ٤ عرض	الوقوف على الراس	2.64	0.51	4.50	0.64	6.69	0.00	معنوي	0.90	كبيراً
	الدرجة الامامية	2.56	0.51	5.63	0.70	12.34	0.00	معنوي	0.97	كبيراً
نموذجين + تصور عقلي	الدرجة الخلفية	2.67	0.57	5.15	0.73	8.57	0.00	معنوي	0.93	كبيراً
	الوقوف على الراس	2.66	0.31	5.34	0.52	14.77	0.00	معنوي	0.98	كبيراً

يبين الجدول (٤-٢) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للمهارات في الاختبارات القبلي والاختبارات البعدي ولصالح الاختبارات البعدي

لاحظت الباحثة ان المجموعة الثالثة التي تتعلم بأسلوب (عرض نموذجين بدون التصور العقلي) والمجموعة الرابعة التي تتعلم بأسلوب (عرض نموذجين مع التصور العقلي) قد حققت فروقاً معنوية في جميع المهارات الدرجة الامامية والدرجة الخلفية والوقوف على الراس لكن بنسب متفاوتة وتعزو الباحثة هذه الفروق بين المجموعتين الى مدى فاعلية المنهج المطبق أي استخدام اكثر من نموذج تعليمي بالإضافة الى التصور العقلي للمهارات وهذا ما خلق رغبة وتحفيزاً وتشجيع الطالبات على ممارسة المهارات بصورة صحيحة ، ان هذا التعلم الحاصل في المهارات جاء نتيجة الدقة في التطبيق والانتباه من قبل الطالبات مما ساعدهم في سهولة فهم واستيعاب المهارة . وتتفق الباحثة مع ما أكده (عبد الحميد شرف) " ان عرض بعض الوسائل التعليمية او النماذج التي تحمل نماذج للحركة المراد تعلمها ، تحرك الرغبة الايجابية لدى التلميذ وتولد لديه الحب في تعلم الحركات " (١)

(١) عبد الحميد شرف ، تكنولوجيا التعليم في التربية الرياضية ، ط ١ ، مطابع امون ، القاهرة ، ٢٠٠٠ ، ص ٥٥ .

فأغلية عرض ثلاث نماذج والتصور العقلي في تعلم اداء بعض الحركات الارضية

٣-٤ عرض نتائج الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الخامسة والسادسة للمهارات، وتحليلها ومناقشتها .

الجدول (٣-٤)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة للمهارات بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الخامسة والسادسة

المجاميع	المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحتسبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية	حجم الاثر	مستوى الاثر
		ع	س-	ع	س-					
مج ٥ عرض ثلاث نماذج	الدرجة الامامية	2.65	0.68	5.00	0.79	7.31	0.00	معنوي	0.91	كبيراً
	الدرجة الخلفية	2.59	0.46	4.92	0.56	18.62	0.00	معنوي	0.98	كبيراً
	الوقوف على الراس	2.63	0.31	4.57	1.01	6.26	0.00	معنوي	0.88	كبيراً
مج ٦ عرض ثلاث نماذج + تصور عقلي	الدرجة الامامية	2.62	0.57	6.23	0.88	11.80	0.00	معنوي	0.96	كبيراً
	الدرجة الخلفية	2.84	0.54	5.27	0.39	11.67	0.00	معنوي	0.96	كبيراً
	الوقوف على الراس	2.65	0.63	5.29	0.45	10.13	0.00	معنوي	0.95	كبيراً

يبين الجدول (٣-٤) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للمهارات في الاختبارات القبلية والاختبارات البعدية ولصالح الاختبارات البعدية لاحظت الباحثة ان المجموعة الخامسة التي تتعلم بأسلوب (عرض ثلاثة نماذج بدون التصور العقلي) والمجموعة السادسة التي تتعلم بأسلوب (عرض ثلاثة نماذج مع التصور العقلي) قد حققت فروقاً معنوية في جميع المهارات الدرجة الامامية والدرجة الخلفية والوقوف على الراس وتعزو الباحثة هذه الفروق الى تطبيق البرنامج التعليمي باستخدام الوسيلة المركبة وهي استخدام ثلاثة نماذج بالإضافة الى التصور العقلي بصورة دقيقة ومنظمة وملائمة لعينة البحث ، ودورها في ابراز التفاصيل الدقيقة الخاصة بالمهارات مما تزيد قدرة الطالبات في فهم متطلبات الحركة بالإضافة الى التكرار المستمر . وتتفق الباحثة مع ما أشار اليه (وجيه محجوب) في المعلومات الواسعة " ان توافر المعلومات عن المهارة سوف يطور القابلية على التعلم للمهارات الحركية اكثر من الذين لم تتوافر لديهم معلومات واسعة قبل التدريب " (١).

(١) وجيه محجوب ؛ التعلم وجدولة التدريب الرياضي : (عمان ، دار وائل للنشر ، ٢٠٠١) ، ص ١٤٣ .

فألملعة عرض نملأج والتصور العقللي فبل تعلم اءاء بعض المرآاء الأرضلة

ولعرض التعرف على معنولة الفرق بلن المآموعاء اللل اظهرت فرولاً معنولة بلن اللآآآارات البعللة ولصآلآ أبل مآموعة بأسآءءم آللل اللآآآلن وقانون آلوكل

٤-٤ عرض نآآآج آآآآار آللل اللآآآلن (F-test) بلن المآموعاء وءآآلها لمهارة الءرآة الاماملة

آءول (٤-٤)

بلنن آآآآار آللل اللآآآلن (F-test) بلن المآموعاء وءآآلها للمآملع السآ فبل آآآآار مهارة الءرآة الاماملة

المتآلرات	مصدر اللآآآلن	مآموع المرلعات	ءرآاء الحرلة	مآوسآ المرلعات	قلمة F المحسولة	مسلؤل الءلالة	الءلالة الاحصائللة	آآم الاآر	مسلؤل الاآر
الءرآة الاماملة	بلن المآموعاء	28.39	5.00	5.68	12.35	0.00	معنول	0.44	مآوسآ
	ءآآل	30.35	66.00	0.46					
	المآموع	58.74	71.00						

٥-٤ عرض نآآآج آآآآار (آلوكل) للمقآآرآاء البعللة للمآملع السآ فبل مهارة الءرآة الاماملة

آءول (٥-٤)

بلنن نآآآج آآآآار (آلوكل) للمقآآرآاء البعللة للمآملع السآ فبل مهارة الءرآة الاماملة

المتآلرات	المآملع	الآوسآ الحسابللة	فرق الآوسآ	مسلؤل الءلالة	الءلالة الاحصائللة
الءرآة الاماملة	مآ-١ مآ-٢	4.16-5.28	1.11667*	0.00	معنول
	مآ-١ مآ-٣	4.16-5.19	1.03333*	0.01	معنول
	مآ-١ مآ-٤	4.16-5.63	1.46667*	0.00	معنول
	مآ-١ مآ-٥	4.16-5.00	0.84167*	0.04	معنول
	مآ-١ مآ-٦	4.16-6.23	2.07500*	0.00	معنول
	مآ-٢ مآ-٣	5.28-5.19	0.08	1.00	آلر معنول
	مآ-٢ مآ-٤	5.28-5.63	0.35000-	0.80	آلر معنول
	مآ-٢ مآ-٥	5.28-5.00	0.28	0.92	آلر معنول
	مآ-٢ مآ-٦	5.28-6.23	0.95833*	0.01	معنول
	مآ-٣ مآ-٤	5.19-5.63	0.43333-	0.62	آلر معنول
	مآ-٣ مآ-٥	5.19-5.00	0.19	0.98	آلر معنول
	مآ-٣ مآ-٦	5.19-6.23	1.04167*	0.01	معنول
	مآ-٤ مآ-٥	5.63-5.00	0.63	0.23	آلر معنول
	مآ-٤ مآ-٦	5.63-6.23	0.60833-	0.25	آلر معنول
	مآ-٥ مآ-٦	5.00-6.23	1.23333*	0.00	معنول

بلنن الآءول (٥-٤) نآآآج آآآآار (آلوكل) للمقآآرآاء البعللة للمآملع السآ لمهارة الءرآة الاماملة.

فأغلية عرض ثلاث نماذج والتصور العقلي في تعلم اداء بعض الحركات الارضية

٦-٤ عرض نتائج اختبار تحليل التباين (F-test) بين المجموعات وداخلها لمهارة الدرجة الخلفية

جدول (٦-٤)

يبين نتائج اختبار تحليل التباين (F-test) بين المجموعات وداخلها للمجاميع الست في اختبار مهارة الدرجة الخلفية

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية	حجم الاثر	مستوى الاثر
الدرجة الخلفية	بين المجموعات	6.89	5.00	1.38	2.81	0.02	معنوي	0.11	صغير

٧-٤ عرض نتائج اختبار (تيوكي) للمقارنات البعدية للمجاميع الست المهارة الدرجة الخلفية

جدول (٧-٤)

عرض نتائج اختبار (تيوكي) للمقارنات البعدية للمجاميع الست المهارة الدرجة الخلفية

المتغيرات	المجاميع	الايوساط الحسابية	فرق الاوساط	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
الدرجة الخلفية	مج ١-مج ٢	4.78-4.43	0.35000-	0.82	غير معنوي
	مج ١-مج ٣	4.49-4.43	0.05833-	1.00	غير معنوي
	مج ١-مج ٤	5.15-4.43	0.71667-	0.14	غير معنوي
	مج ١-مج ٥	4.92-4.43	0.48333-	0.54	غير معنوي
	مج ١-مج ٦	5.27-4.43	0.83333-	0.05	غير معنوي
	مج ٢-مج ٣	4.49-4.78	0.29	0.91	غير معنوي
	مج ٢-مج ٤	5.15-4.78	0.36667-	0.79	غير معنوي
	مج ٢-مج ٥	4.92-4.78	0.13333-	1.00	غير معنوي
	مج ٢-مج ٦	5.27-4.78	0.48333-	0.54	غير معنوي
	مج ٣-مج ٤	5.15-4.49	0.65833-	0.21	غير معنوي
	مج ٣-مج ٥	4.92-4.49	0.42500-	0.67	غير معنوي
	مج ٣-مج ٦	5.27-4.49	0.77500-	0.09	غير معنوي
	مج ٤-مج ٥	4.92-5.15	0.23	0.96	غير معنوي
	مج ٤-مج ٦	5.27-5.15	0.11667-	1.00	غير معنوي
مج ٥-مج ٦	5.27-4.92	0.35000-	0.82	غير معنوي	

فأغلية عرض ثلاث نماذج والتصور العقلي في تعلم اداء بعض الحركات الارضية

٨-٤ عرض نتائج اختبار تحليل التباين (F-test) بين المجموعات وداخلها للمجاميع الست في اختبار مهارة الوقوف على الرأس

جدول (٨-٤)

عرض نتائج اختبار تحليل التباين (F-test) بين المجموعات وداخلها لمهارة الوقوف على الرأس

المتغيرات	قيمة F النسبية	مستوى الدلالة	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية	حجم الاثر	مستوى الاثر
الوقوف على الرأس	2.05	0.08	بين المجموعات	26.78	5.00	5.36	12.56	0.00	معنوي	0.44	متوسط
			داخـل المجموعات	28.14	66.00	0.43					
			المجموع	54.92	71.00						

٩-٤ نتائج اختبار (تيوكي) للمقارنات البعدية للمجاميع الست لمهارة الوقوف على الرأس

جدول (٩-٤)

يبين نتائج اختبار (تيوكي) للمقارنات البعدية للمجاميع الست لمهارة الوقوف على الرأس

المتغيرات	المجاميع	الايوساط الحسابية	فرق الاوساط	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
الوقوف على الرأس	مج ١-مج ٢	4.83-3.52	1.30833*	0.00	معنوي
	مج ١-مج ٣	4.50-3.52	0.98333*	0.01	معنوي
	مج ١-مج ٤	5.34-3.52	1.82500*	0.00	معنوي
	مج ١-مج ٥	4.57-3.52	1.05000*	0.00	معنوي
	مج ١-مج ٦	5.29-3.52	1.77500*	0.00	معنوي
	مج ٢-مج ٣	4.50-4.83	0.33	0.83	غير معنوي
	مج ٢-مج ٤	5.34-4.83	0.51667-	0.39	غير معنوي
	مج ٢-مج ٥	4.57-4.83	0.26	0.93	غير معنوي
	مج ٢-مج ٦	5.29-4.83	0.46667-	0.50	غير معنوي
	مج ٣-مج ٤	5.34-4.50	0.84167*	0.03	معنوي
	مج ٣-مج ٥	4.57-4.50	0.06667-	1.00	غير معنوي
	مج ٣-مج ٦	5.29-4.50	0.79167*	0.05	معنوي
	مج ٤-مج ٥	4.57-5.34	0.78	0.05	غير معنوي
	مج ٤-مج ٦	5.29-5.34	0.05	1.00	غير معنوي
	مج ٥-مج ٦	5.29-4.57	0.72500-	0.09	غير معنوي

فأعملية عرض نماذج والتصور العقلي في تعلم اداء بعض الحركات الارضية

٥- الاستنتاجات والتوصيات

٥-١ الاستنتاجات

- استخدام النماذج والتصور العقلي ساعد في تعليم بعض المهارات على جهاز الحركات الارضية.
- التنوع في استخدام عرض النماذج والتصور العقلي أدى الى فهم وتعلم المهارة بصورة افضل من قبل الطالبات .
- ظهرت افضلية للنماذج والتصور للمجاميع ضمن التجربة كما في التسلسل الاتي :
- المجموعة السادسة - المجموعة الرابعة - المجموعة الثانية - المجموعة الثالثة - المجموعة الخامسة

٥-٢ التوصيات

- استخدام النماذج المختلفة والتصور العقلي في تعلم المهارات الحركية والتنوع لما لها من أثر ايجابي في عملية التعلم .

المصادر

- * ابتهاج احمد عبد العال ؛ تأثير استخدام الوسائل التعليمية في تعليم مهارات التمير والضربة الساحقة في الكرة الطائرة لتلميذات المرحلة الاعدادية . مجلة علوم وفنون الرياضة : (القاهرة ، جامعة حلوان ، ١٩٩٠) .
- * أسامة كامل راتب : تدريب المهارات النفسية - تطبيقات في المجال الرياضي ، ط١، القاهرة ، دار الفكر العربي، ٢٠٠٠.
- * أحمد عزت راجح : أصول علم النفس ، ط٨ ، الإسكندرية ، المكتب المصري الحديث ، ١٩٧٠ .
- * رباب الحارس:- قواعد التقويم الدولي للنساء . اعداد الاتحاد العربي السوري ، ٢٠٠٦ .
- * سوسن عبد المنعم واخرون: الجمباز وطرق تدريسه: الهيئة المصرية للشباب، القاهرة، ١٩٨٣
- * ضياء جابر محمد : : تأثير اساليب مختلفة في التدريب الذهني وتعليم عدد من مهارات كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، ٢٠٠٢
- * عباس احمد السامرائي :- طرق تدريس التربية الرياضية ، ج١، ط٢، دار الكتب للطباعة والنشر ،جامعة الموصل ، ١٩٨٧،
- * عبد الستار جاسم وعابدة علي حسين ؛ الجمباز المعاصر للبنات : (دار الحكمة للطباعة والنشر ، ١٩٩١)
- * عبد الحميد شرف ؛ تكنولوجيا التعليم في التربية الرياضية ، ط١، مطابع امون ، القاهرة، ٢٠٠٠ .
- * عنيات محمد حطاب :مناهج وطرق تدريس التربية البدنية ، ط١، القاهرة، ١٩٨٢
- * قاسم لزام جبر: موضوعات في التعلم الحركي ،بغداد، مطابع الجمعة ، ٢٠٠٥
- * كورت ماينل : التعلم الحركي(ترجمة عبد علي نصيف)دار الكتب للطباعة والنشر ،الموصل ، ١٩٨٧
- * معيوف دنون و (آخرون)
- * محمد العربي شمعون وعبد لنبي الجمال : التدريب العقلي في التنس ، ط١ ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٦ .
- * محمد زياد حمدان: الوسائل التعليمية مبادئها وتطبيقاتها، مؤسسة الرسالة ، ١٩٨١
- * محمد ابراهيم شحاته :- دليل الجمباز الفني .أنسات ،المكتبة المصرية للطباعة والنشر ، ط١، الإسكندرية ، ٢٠٠٧،
- * نورما (ترجمة) سليمان علي حسين ومعيوف دنون ؛ المبادئ الفنية والتعليمية للجمباز والتمارين البدنية : (جامعة الموصل ، مطبعة الجامعة ، ١٩٨٥
- * وجيه محجوب : علم الحركة - التعلم الحركي ،جامعة الموصل ،دار الكتب للطباعة والنشر ١٩٨٩
- * وجيه محجوب : علم الحركة - التطور الحركي منذ الولادة حتى سن الشيخوخة ، ج٢ ، جامعة بغداد ، ١٩٨٧
- * وجيه محجوب ؛ التعلم وجدولة التدريب الرياضي : (عمان ، دار وائل للنشر ، ٢٠٠١) .
- Linda W ., Andy K. Fundamental Gymnastic , lemer publications co. , 1995

فاعلية عرض نماذج والتصور العقلي في تعلم اداء بعض الحركات الارضية

ملحق (١) اختبار مقياس التصور العقلي

١. الممارسة الفردية
٢. مشاهدة الزميل
٣. اللعب مع الاخرين
٤. الاداء في المنافسة

ويتم الاستجابة لكل موقف عن طريق الابعاد الخمسة الاتية

١. التصور البصري
٢. التصور السمعي
٣. الاحساس الحركي
٤. الحالة الانفعالية المصاحبة
٥. التحكم في الصورة

الموقف الاول : الممارسة الفردية

١. اختر مهارة واحدة معينة او موقف معين في النشاط الرياضي مثل الرمية الحرة في كرة السلة، جملة حركية على جهاز العقلة
٢. تصور نفسك تؤدي هذه المهارة في المكان الذي تتدرب فيه عادة (صالة التدريب -حمام السباحة- ملعب) مع عدم تواجد اي شيء اخر
٣. غلق العينين لمدة دقيقة تقريبا مع محاولة ان ترى نفسك في هذا المكان تستمع الى الاصوات ، تشعر بجسمك اثناء اداء الحركة
٤. حاول ان تكون واعيا بحالتك العقلية والانفعالية
٥. حاول ان ترى نفسك من داخل جسمك

قدر درجة وضوح التصور العقلي عن طريق وضع دائرة حول الرقم الذي يتفق مع ما تراه

ت	الفقرات	عدم وجود صورة	صورة غير واضحة	صورة متوسطة الوضوح	صوره واضحة	صورة واضحة تماما
١	كيف رأيت نفسك تؤدي المهارة المطلوبة	١	٢	٣	٤	٥
٢	كيف رأيت نفسك تستمع للأصوات المصاحبة للأداء					
٣	كيف تشعر بجسمك اثناء اداء المهارة المطلوبة					
٤	ماهي درجة الوعي بالحالة الانفعالية المصاحبة عند اداء المهارة.					

فاعلية عرض ثلاث نماذج والتصور العقلي في تعلم اداء بعض الحركات الارضية

م	العبارات	عدم التحكم	صعوبة التحكم	تحكم متوسط	تحكم فوق المتوسط	تحكم كامل
٥	الى اي مدى يمكن التحكم في الصورة					

الموقف الثاني: الممارسة مع الاخرين

١. التصور العقلي لنفس المهارة السابقة او الموقف ولكن في وجود كل من المدرب وحضور اعضاء الفريق
 ٢. التصور العقلي لأداء خطأ امكن ملاحظته من الجميع
 ٣. غلق العينين لمدة دقيقة تقريبا
 ٤. التصور العقلي للأداء الخاطئ بأقصى درجة من الوضوح قدر الامكان
 ٥. حاول ان ترى الصورة من داخل جسمك.
- قدر درجة وضوح التصور العقلي عن طريق وضع دائرة حول الرقم الذي يتفق مع ما تراه

ت	الفقرات	عدم وجود صورة	صوره غير واضحة	صوره متوسطة الوضوح	صورة واضحة	صوره واضحة تماما
١	كيف رأيت نفسك في هذا الموقف					
٢	كيف رأيت نفسك تستمع للأصوات في هذا الموقف					
٣	كيفية الاحساس الحركي بالأداء في هذا الموقف					
٤	كيف تشعر بالحالات الانفعالية في هذا الموقف					

م	العبارات	عدم التحكم	صعوبة التحكم	تحكم متوسط	تحكم فوق المتوسط	تحكم كامل
٥	الى اي مدى يمكن التحكم في الصورة					

الموقف الثالث: مشاهدة الزميل

١. التفكير في زميل او احد اللاعبين يؤدي مهارة او موقف معين في منافسة
٢. غلق العينين لمدة دقيقة تقريبا
٣. التصور العقلي للموقف بوضوح وواقعية قدر الامكان اثناء الاداء الناجح في جزء هام من المنافسة
٤. قدر درجة وضوح التصور العقلي عن طريق وضع دائرة حول الرقم الذي يتفق مع ما تراه

فاعلية عرض ثلاث نماذج والتصور العقلي في تعلم اداء بعض الحركات الارضية

ت	الفقرات	عدم وجود صورته	صورة غير واضحة	صورة متوسطة الوضوح	صورة واضحة	صورة واضحة تماما
١	كيف رأيت زميلك في هذا الموقف					
٢	كيف رأيت نفسك تستمع للأصوات في هذا الموقف					
٣	كيفية شعرت بجسمك او حركاتك في هذا الموقف					
٤	كيف تشعر بالحالات الانفعالية في هذا الموقف					

م	العبارات	عدم التحكم	صعوبة التحكم	تحكم متوسط	تحكم فوق المتوسط	تحكم كامل
٥	الى اي مدى يمكن التحكم في الصورة					

الموقف الرابع: الاداء في المنافسة

١. التصور العقلي لأداء المهارة او الموقف السابق في احد المنافسات
٢. التصور العقلي للأداء الناجح والفائق مع تصور التشجيع الايجابي لأعضاء الفريق والجمهور
٣. غلق العينين لمدة دقيقة واحدة تقريبا .
٤. التصور العقلي في اقصى درجه من الوضوح قدر الامكان .
٥. قدر درجة وضوح التصور العقلي عن طريق وضع دائرة حول الرقم الذي يتفق مع ما تراه

ت	الفقرات	عدم وجود صورة	صورته غير واضحة	صورة متوسطة الوضوح	صورة واضحة	صورة واضحة تماما
١	كيف رأيت نفسك في موقف المنافسة					
٢	كيف استمعت للأصوات في موقف المنافسة					
٣	كيفية شعرت بالأداء الناجح في المنافسة					
٤	كيف شعرت بالحالات الانفعالية في هذا الموقف					

مفتاح التصحيح للمقياس

م	العبارات	عدم التحكم	صعوبة التحكم	تحكم متوسط	تحكم فوق المتوسط	تحكم كامل
٥	الى اي مدى يمكن التحكم في الصورة					

فأغلية عرض ثلاث نماذج والتصور العقلي في تعلم اداء بعض الحركات الارضية

يتم تقدير الدرجات في هذا المقياس وفق ما يأتي :-

١. جمع الدرجات في العبارة الاولى في المواقف الأربعة لتمثل التصور البصري
٢. جمع الدرجات في العبارة الثانية في المواقف الأربعة لتمثل التصور السمعي
٣. جمع الدرجات في العبارة الثالثة في المواقف الأربعة لتمثل الاحساس الحركي
٤. جمع الدرجات في العبارة الرابعة في المواقف الأربعة لتمثل الحالة الانفعالية المصاحبة
٥. جمع الدرجات في العبارة الخامسة في المواقف الأربعة لتمثل القدرة على التحكم في التصور العقلي
٦. الاستجابات (نعم) على العبارة رقم (٦) في المواقف الأربعة تحدد التصور العقلي من منظور داخلي والاستجابات (لا) تحدد التصور العقلي من منظور خارجي .

تقدير المستوى

٢٠-١٨	١- ممتاز
١٧-١٥	٢- جيد
١٤-١٢	٣- متوسط
١١-٨	٤- ضعيف
	ضعيف جدا

فاعلية عرض ثلاث نماذج والتصور العقلي في تعلم اداء بعض الحركات الارضية

ملحق (٢)

جامعة القادسية
كلية التربية الرياضية
الدراسات العليا/الدكتوراه

استمارة استبيان آراء الخبراء والمختصين حول تحديد المهارات

الأستاذ الفاضل المحترم
تحية طيبة

تروم الباحثة إجراء بحثها الموسوم (فاعلية عرض ثلاث نماذج والتصور العقلي في تعلم بعض مهارات الحركات الأرضية وعارضة التوازن) على عينة من طالبات الصف الأول المتوسط بأعمار (١٢-١٣) سنة في محافظة القادسية ولما كان لحضرتكم الخبرة والدراية في هذا الميدان فأني سأكون شاكراً فضلكم بإبداء المساعدة حول تحديد المهارات المناسبة لهذه بوضع علامة (/) على المهارة المناسبة على جهاز الحركات الأرضية وعارضة التوازن التي تلائم موضوع البحث .

الاسم:

الدرجة العلمية :

الاختصاص:

طالبة الدكتوراه
بسمة توفيق صالح

الرجاء التفضل بوضع إشارة (/) أمام المهارة المناسبة.

ت	المهارات	اختيار المهارة المناسبة
١-	الحركات الأرضية	الدرجة الامامية الدرجة الخلفية الكارتويل(العجلة البشرية) الوقوف على الرأس الوقوف على اليدين القفزة العربية
٢-	عارضة التوازن	الدرجة الامامية لوضع الوقوف على قدم واحدة قلبة هوائية امامية قلبة هوائية خلفية نصف دورة على قدم واحدة الوثب مع نصف لفة القفز عالياً مع ثني الركبتين على الصدر القفز فتحا مع لمس الامشاط من الارتقاء الى القرفصاء على قدم واحدة وعمل الطعن من النهوض الزوجي جلوس القرفصاء وعمل ميزان

ABSTRACT:

A search in divided into five sections. the first section tackles the importance of the research which includes an introduction on the basic skills in gumpashis as well as the education patters and mental process relation to the ground movement . the problem of the research in associated with determining the best style to learn the skills which is also the research objective . the research hypothesized that there are significant differences between the patterns and the mental process as relating to ground movement . the scopes of the research are :

- the temporal scope : from 24/10/2010 to 15/12/2010 .
- the special scope : the school playground .

The second section is concerned with the theoretical part . the third section focuses on the methodology , which in the experimental , and the research sample that included (72) students (beginners) divided into (6) groups . the fourth section deals with discussion the results are tackled in the fifth section . these include :

- the need for variation in patterns and mental process , that ends with understanding the skill.
- the researchers recommend using various patterns and mental process that positively affect the learning process .