مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية العدد (61) لسنة 2019

تأثير نموذج(VARK) في تعليم بعض المهارات على عارضة التوازن في الجمناستك الفني للنساء

أ.م.زينب صباح ابراهيم
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
جامعة البصرة

ملخص البحث العربي:

تتجلى أهمية البحث الارتقاء بمستوى الأداء بالمهارات الأساسية في جهاز عارض التوازن نتيجة الاستعانة بنموذج التعلم الصحيح وهو(**VARK**) والتي تحتوي على انماط مختلفة للتغذية منها النظر والسمع وهي عوامل مساعدة في تعلم لاعبات الجمناستك.

وكانت اهم أهداف البحث :- التعرف على تأثير نموذج(VARK) في تعليم بعض المهارات على عارضة التوازن في الجمناستك الفني للنساء.

وعليه تم الاستنتاج :نموذج(VARK) له اهمية في تعليم بعض المهارات على عارضة التوازن في الجمناستك الفني للنساء.

وتم التوصيات : اعتماد نموذج(VARK)لما له اهمية في تعليم بعض المهارات على عارضة التوازن في الجمناستك الفني للنساء.

The effect of the VARK model on teaching some skills on the balance beamIn artistic gymnastics for women

Researcher: A.M. Zainab Sabah Ibrahim

Research Summary:

The importance of research on improving the level of performance in basic skills on the balance beam device is evident as a result of using the correct learning model (VARK), which contains different modes of feeding, including sight and hearing, which are factors that help in learning for female gymnasts.

The most important objectives of the research were: - Identifying the effect of the VARK model in teaching some skills on the balance beam in artistic gymnastics for women.

Accordingly, it was concluded: The VARK model is important in teaching some skills on the balance beam in artistic gymnastics for women.

Recommendations were made: Adopting the VARK model because of its importance in teaching some skills on the balance beam in artistic gymnastics for women.

1-التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث واهميته

النهوض بالبلد يتطلب الاهتمام بالعلم والمعرفة التي من خلالها يتم بناء جيل متعلم قادر على التفكير والأبداع والانتاج لمختلف المجالات التي يحتاجها الانسان منها الاجتماعية والاقتصادية والرياضية وغيرها من الامور ذات المساس بحياة الانسان.

وفي المجال الرياضي اصبحت ركن اساسي في عملية رفع سمعة البلد وتقدمه نتيجة البطولات المتحققة والنتائج المتحقق في مختلف الالعاب الرياضية والتي جاءت نتيجة الاهتمام بالعلوم التي تساعد في تعليم الرياضي المبادئ الاساسية لأي لعبة لرياضي ومنها يتم البناء الصحيح والانطلاق الى المراحل الاخرى من تدريب ومنافسات.

اي ان التعلم الحركي اصبح العلم الاساسي في النهوض الرياضي وبناء الحركات الصحيحة بالاستعانة بالأساليب والمبادئ والنماذج التعليمي المهمة التي تحاكي واقع اللعبة وتعلم المهارات الاساسية فيها ، ولهذا نجد نموذج **(VARK)** النموذج الاساسي في تعليم المهارات الاساسية لأي لعبة رياضية كونه يهتم بأنماط تعليمية متعددة منها السمعية والنظر التي تساعد المتعلم على فهم وتعلم الحركات الضرورية وادائها.

كما لعبة الجمناستك وخصوصا الحركات التي تودي على الاجهزة منها عارضة الجمناستك تتطلب نموذج تعليمي يساعد اللاعبات على التعلم الصحيح والاداء لحركات صعبة على هذا الجهاز بعد النظر للنموذج في التطبيق السليم ومشاهدة الافلام والعروض المطلوبة ومنها التغذية الراجعة السمعية للمعلم في تنفيذ تلك الحركات وهذا يعطي النجاح في التعلم الصحيح.

ومن هنا **تتجلى أهمية البحث** الارتقاء بمستوى الأداء بالمهارات الأساسية في جهاز عارض التوازن نتيجة الاستعانة بنموذج التعلم الصحيح وهو**(VARK)** والتي تحتوي على انماط مختلفة للتغذية منها النظر والسمع وهي عوامل مساعدة في تعلم لاعبات الجمناستك.

1-2 مشكلة البحث :

فعاليات عارضة التوازن في الجمناستك الفني للنساء يتطلب تعليم وفق نموذج يتم من خلاله التركيز على الاداء والحركات الضرورية كونها اصعب مراحل التعلم على اجهزة تتطلب التوازن والدقة في التنفيذ وفيها صعوبة في التطبيق ، وهنا يتطلب الاستعانة بأنماط تعليمية تساعد اللاعبة في السمع والنظر للأداء الصحيح

وهذا يعتبر انماط تعليمية مهمة نستطيع اجماعها في نموذج (**VARK**)وهو نموذج تعليمي خاص لتعلم المهارات الصعبة.

ومن خلال خبرة الباحثة في التعلم الحركي ولعبة الجمناستك وجدت ان التعلم على جهاز عارضة التوازن التي تعتبر من اصعب الاجهزة تتطلب نموذج تعليمي يساعد في الاسراع في التعلم والدقة في الاداء وتقليل الاخطاء التعليمي السابقة التي تعمل على معالجة التذبذب والضعف بالتعلم ، ولا يتم ذلك الا من خالا الاستعانة بالنموذج التعليمي الذي يواكب التعليم المتطور والحديث مثل نموذج تعلم (**VARK**).

1-3 أهداف البحث :

1- التعرف على تأثير نموذج(VARK) في تعليم بعض المهارات على عارضة التوازن في الجمناستك الفني للنساء.

2-التعرف على نتائج الفروقات بين القياسات القبلية والبعدية وللمجموعتين الضابطة والتجريبية في تعليم بعض المهارات على عارضة التوازن في الجمناستك الفني للنساء.

3- التعرف على نتائج الفروقات في القياسات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في تعليم بعض المهارات على عارضة التوازن في الجمناستك الفني للنساء.

1-4 فرضيات البحث :

1-وجود فروقات معنوية بين القياسات القبلية والبعدية وللمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح القياسات البعديةفي تعليم بعض المهارات على عارضة التوازن في الجمناستك الفني للنساء.

2- وجود فروقات معنوية في القياسات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية في تعليم بعض المهارات على عارضة التوازن في الجمناستك الفني للنساء.

1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري: لاعبات منتخب جامعة البصرة بالجمناستك.

1-5-2 المجال المكاني: قاعة الجمناستك للطالبات في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة -جامعة البصرة

1-5-3 المجال ألزماني: المدة من2019/4/7 ولغاية 2019/6/11.

1-6 تعريف مصطلحات :

- **نموذج (VARK):**

كلمة (VARK) هي الأحرف الأولى من انماط التعلم، وهي (1-بصري Visual ، 2-سمعي Aural ، 3-قراءة / كتابة Read/Write ، 4-حركي Kinesthetic) (9: 2).

ويعرف نموذج (VARK)هو عبارة عن " عملية يسعى الفرد من خلالها الى تخطي العوائق التي تواجهه وتحول بينه وبين الوصول الى الهدف الذي يسعى الى بلوغه (6: 38).

2-منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

2-1 منهج البحث :

تم استخدام المنهج التجريبي بأسلوب المجموعات المتكافئة (الضابطة والتجريبية) لتحقيق أهداف البحث ومعالجة مشكلته ، إذ يرى (حيدر عبد الرزاق : 2015) "التجريب يبحث عن السبب وعن كيفية حدوثه، ويتناول الباحث متغيرات الظاهرة بالدراسة ،ويحدث في بعضها تغييرا مقصودا ويضبط ويتحكم في بعض المتغيرات الأخرى ذات العلاقة، ليتوصل تأثير ذلك على متغير تابع أو أكثر، بمعنى أخر التوصل إلى العلاقات السببية بين كل من المتغير المستقل والمتغير التابع" (1:82) .

2-2 مجتمع البحث وعينته :

تم تحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهنلاعبات فريق جامعة البصرة والبالغ عددهن (22) لاعبة مبتدئه .

وتم اختيار (20) لاعبة ضمن فعالية عارضة التوازن ولديهم الخبرة في التطبيق وتم تقسيمهن إلى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) بالطريقة العشوائية وأصبح عددهنلكل مجموعة (10) لاعبات، وتم تجانس العينيتين داخل كل مجموعة باستخدام معامل الاختلاف وتكافؤ المجموعتين باستخدام اختبار (ت) للعينات الغير مترابطة وكما في جدول (1).

جدول (1)

يبين تجانس وتكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية بمتغيرات البحث

متغيرات البحث	القياس	المجموعة الضابطة			المجموعة التجريبية			قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
		س	ع	معامل الاختلاف	س	ع	معامل الاختلاف		
الطول	سم	160.12	1.854	1.157	160.32	1.784	1.112	0.233	غير معنوي
الوزن	كغم	60.143	0.965	1.604	60.445	0.967	1.599	0.663	غير معنوي
اختبار المشي على العارضة	ثانية	4.784	0.425	8.883	4.674	0.432	9.242	0.544	غير معنوي
من حركة الهبوط والاحتفاظ بثبات التوازن الجسم	درجة	1.045	0.035	3.349	1.023	0.041	4.007	1.294	غير معنوي
اختبار الميزان الأمامي	درجة	3.856	0.368	9.543	3.786	0.421	11.119	0.376	غير معنوي

*قيمة (ت) الجدولية عند احتمال خطا (0.05) ودرجة حرية (18)=1.724

2-3 وسائل جمع المعلومات:

2-3-1 وسائل جمع البيانات:

1-المصادر والمراجع.

2-الملاحظة العلمية.

2-3-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة:

1-قاعة جمناستك نظامية.

2-جهاز عارضة التوازن.

4-ساعة توقيت.

5-شريط قياس.

6-ميزان طبي.

6-صفارة.

7-مصطبة.

8- جدار ثابت

2-4 إجراءات البحث الميدانية:

2-4-1 تحديد المهارات :

قام الباحث بالاعتماد على المصادر والمراجع بتحديد المهارات المستخدمة في عارضة التوازن وهي الفعاليات المستخدمة في بطولة الجامعات.

2-4-2 الاختبارات المستخدمة على عارضة التوازن (3: 185-189):

2-4-2-1المشي على العارضة.

-**الهدف من الاختبار**:التوازن

-**الأدوات:** عارضة توازن بعرض (10)سم وطول (4)م وسمك (3-5)سم ،ترض مستوية ،ساعة توقيت.

- **إجراء الاختبار** :عند سماع الإشارة بالبدء يقوم المختبر بالمشي على العارضة إلى النهاية ثم الدوران والرجوع مرة أخرى إلى نقطة البداية بأقصى سرعة وبدون لمس إي جزء من الجسم الأرض خارج العارضة.

-**التسجيل** :يحسب الزمن المستغرق في المشي على العارضة إلى اقل (10/1 ثانية)عند ملامسة إي جزء من الجسم الأرض خارج العارضة تضاف ثانية للوقت المستغرق.

2-4-2-2حركة الهبوط والاحتفاظ بثبات التوازن الجسم.

-**الغرض من الاختبار**:قياس التحكم الحركي ، الإيقاع ، التوازن ،تصور الجسم

-**الأداء**:يطلب من المختبر أداء حركة الهبوط من صندوق خشبي بارتفاع واحد متر مع الاحتفاظ بثبات الجسم على الأرض وتكون درجة التقييم من (1-4)وتعطى له ثلاث محاولات.

2-4-2-3 الميزان الأمامي.

-**الغرض من الاختبار** : السيطرة على التوازن الثابت إثناء الأداء.

-**الأداء** : رجل الارتكاز مفرودة ويشير مشط قدم الارتكاز للأمام والرجل الحرة مرفوعة خلفا عاليا إلى أقصى مدى ويشير مشطها للخارج ووضع الجسم أفقيا وعاموديا على رجل الارتكاز والظهر مقوس والذراعين إماما عاليا أو إماما جانبا والنظر إماما عاليا مع انثناء خفيف للخلف في الرقبة.

-**التقويم** : يكون التقويم من (1-10)درجة وحسب القانون الدولي للعبة الجمناستك.

2-4-3 التجربة الاستطلاعية:

اجري الباحث تجربة استطلاعية في 2019/4/7وعلى قاعة الجمناستك في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة على نفس إفراد عينة لغرض تقنين التمرينات المستخدمة ومعرفة مكونات الحمل ومدى قدرة اللاعبات على أداء التمرينات والصعوبات التي تواجه الباحث إثناء تطبيق التجربة وتعريف الكادر المساعد على طريقة التطبيق والتتبع بالمستوى.

2-5 التجربة الرئيسة:

2-5-1 الاختبارات القبلية:أجريت الاختبارات القبلية بتاريخ 2019/4/14

2-5-2 نموذج (VARK):

تم اعداد تمرينات تعليمية على عارضة التوازن وحسب شروط نموذج (VARK) والانماط الخاصة به في التعليم من سمعي ونظر وحركي تم تطبيق تلك التمرينات مع تصحيح الاخطاء بالتغذية الراجعة ، وتم تطبيق تلك التمرينات في القسم الرئيس من الوحدة التعليمية خلال درس كامل وبأقسامه الثلاثة (انظر ملحق (1)) ولمدة ثمان أسابيع وبواقع وحدتين تعليمية، وبدا تطبيق البرنامج بتاريخ 2019/4/15 وانتهت تطبيقها بتاريخ 2019/6/10 .

2-5-3 الاختبارات البعدية:أجريت الاختبارات البعدية بتاريخ 2019/6/11

2-6 الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحث نظام (ssps) في المعالجة الإحصائية لنتائج البيانات واستخرج مايلي:

- الوسط الحسابي
-الانحراف المعياري
-معمل الاختلاف
- اختبار (ت) للعينات المترابطة
-اختبار (ت) للعينات الغير مترابطة
-النسبة المئوية

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

جدول (2)

يبين نتائج اختبارات (ت) بين الأوساط الحسابية للاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة

الاختبارات المستخدمة	القياس	القبلي		البعدي		الخطأ القياسي	قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
		س	ع	س	ع			
اختبار المشي على العارضة	ثانية	4.784	0.425	4.001	0.532	0.245	3.195	معنوي
من حركة الهبوط والاحتفاظ بثبات التوازن الجسم	درجة	1.045	0.035	2.324	0.456	0.521	2.454	معنوي
اختبار الميزان الأمامي	درجة	3.856	0.368	5.124	0.563	0.551	2.301	معنوي

*قيمة (ت) الجدولية عند احتمال خطا (0.05) ودرجة حرية (9)=1.833

جدول (3)

يبين نتائج اختبارات (ت) بين الأوساط الحسابية للاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية

الاختبارات المستخدمة	القياس	القبلي		البعدي		الخطأ القياسي	قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
		س	ع	س	ع			
اختبار المشي على العارضة	ثانية	4.674	0.432	3.002	0.625	0.624	2.679	معنوي
من حركة الهبوط والاحتفاظ بثبات التوازن الجسم	درجة	1.023	0.041	3.452	0.474	0.778	3.122	معنوي
اختبار الميزان الأمامي	درجة	3.786	0.421	7.242	0.635	0.896	3.857	معنوي

*قيمة (ت) الجدولية عند احتمال خطا (0.05) ودرجة حرية (9)= 1.833

جدول (4)

يبين نتائج اختبارات (ت) بين الأوساط الحسابية البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية

الاختبارات المستخدمة	القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
		س	ع	س	ع		
اختبار المشي على العارضة	ثانية	4.001	0.532	3.002	0.625	3.659	معنوي
من حركة الهبوط والاحتفاظ بثبات التوازن الجسم	درجة	2.324	0.456	3.452	0.474	5.15	معنوي
اختبار الميزان الأمامي	درجة	5.124	0.563	7.242	0.635	7.51	معنوي

*قيمة (ت) الجدولية عند احتمال خطا (0.05) ودرجة حرية (18)= 1.724

من خلال ملاحظة الجداول (2) و(3) تبين لنا هناك فروقات معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية وللمجموعتين الضابطة والتجريبية باختبارات عارضة التوازن إذ كانت قيم (ت) المحتسبة اكبر من الجدولية وهذا يدل على نجاح المجموعتين في التعليم والتحسين سواء المجموعة الضابطة او المجموعة التجريبية

باستخدام نموذج التعليم (VARK) اذ يرى (سعد محسن ، 1996) " أن البرنامج التعليمي يؤدي حتما إلى تطور الانجاز، أذا بني على أساس علمي في تنظيم عملية التعليم وبرمجته واستعمال الأساليب المناسبة والمتدرجة بالصعوبة وملاحظة الفروق الفردية كذلك استعمال الوسائل التعليمية المؤثرة وبأشراف مدربين متخصصين تحت ظروف تعليمية جيدة من حيث المكان والزمان والأدوات المستعملة " (2 : 98) .

بينما يرى (Magill) "الظواهر الطبيعية لعملية التعلم هو انه لابد أن يكون هناك تطور في التعلم ما دام المدرس يتبع الخطوات والأسس السليمة لعملية التعلم والتمرن على الأداء الصحيح والتركيز عليه لحين ترسيخ الأداء وثباته"(8: 237).

ويؤكده (قاسم لزام 2005) "إن التعلم ضمن منهاج تعليمي يطبق بصوره موضوعيه يؤدي إلى زيادة التعلم وبالتالي تطور في المهارة في الجانبين المعرفي والمهاري" (4: 56).

ومن خلال ملاحظة جدول (4) تبين لنا ان نموذج (VARK) المستخدم من قبل عينة المجموعة التجريبية كان افضل من المجموعة الضابطة وهذا يرجع الى ما احتواه من انماط تعليمية صحيحة منها المرئية والسمعية والحركية اذ يرى كل من (مصطفى قسيم واخران 2010) " ان المتعلم يفضلون نمط الصور اي المرئي لانهم يتصفون بترجمة ما يرونه بشكل مناسب ، ولديهم قدرة على ادارك علاقات الخبرات الصورية بعضها ببعض ، ومن خلال الترابطات الصورية ولديهم مهارات عالية في استقبل وتجهيز ومعالجة الخبرات المرئية ، الامر الذي يجعل ادراكهم للخبرات التعليمية تتم بشكل افضل من خلال الوسائط المرئية " (5: 76).

ومن الناحية السمعية التي تعطي النصائح والإرشادات التعليمة في التطبيق مع تصحيح الاخطاء وهذا النوع ايضا مرغوب في التعلم وفق نموذج (VARK) ساعد في التعلم للحركات الصعبة في عارضة التوازن " يلاحظ ان المتعلمات يفضلن في تعلمهم النشاط السمعية التي تحتاج الى التركيز والهدوء ومحاكاة الواقع ، ويرغبون اثناء اعلمهم من خلال الخبرات السمعية واستخدام النشاطات المختلفة " (7 : 88)

4-الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات

1- نموذج(VARK) له اهمية في تعليم بعض المهارات على عارضة التوازن في الجمناستك الفني للنساء.

2- انماط نموذج (VARK) السمعية والبصرية والحركية مهمة واساسية في وضح صورة الاداء المهاريعلى عارضة التوازن في الجمناستك الفني للنساء.

4-2التوصيات :

1- اعتماد نموذج(VARK)لما له اهمية في تعليم بعض المهارات على عارضة التوازن في الجمناستك الفني للنساء.

2- التأكيد على انماط نموذج (VARK) السمعية والبصرية والحركية كونها مهمة واساسية في وضح صورة الاداء المهاريعلى عارضة التوازن في الجمناستك الفني للنساء.

المصادر:

1-حيدر عبد الرزاق كاظم العبادي . أساسيات كتابة البحث العلمي في التربية البدنية وعلوم الرياضة :شركة الغدير للطباعة والنشر المحدودة ، العراق ، البصرة ، ط1 ، 2015.

2- سعد محسن إسماعيل. تأثير أساليب تدريس لتنميه القوه الانفجارية للرجلين والذراعين في دقة التصويب البعيد بالقفز عاليا في كرة اليد: أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعه بغداد، 1996.

3-علي سلمان عبد الطرفي.الاختبارات التطبيقية في التربية الرياضية (بدنية -حركية-مهارية) : مطبعة النبراس ،بغداد،2013.

4- قاسم لزام صبر . موضوعات في التعلم الحركي: بغداد، مطابع الجمعة، 2005.

5-مصطفى قسيم هيلات (واخران) . اثر انماط التعلم المفضلة على فعالية الذات لدى طالبات قسم العلوم التربوية في كلية الاميرة عالية الجامعية : مجلة العلوم التربوية والنفسية : جامعة البحرين ،2010.

6-يوسف القطامي ، ونايفةالقطامي.تصميم التدريس : ط2، دار الفكر ، عمان ، 2002.

Mayahi, S. J. K. (2013). Platform -al& ,.Sahib, H. M-7-Aldewan, L. H., Abdul Alhiebermedia) to learn the effectiveness of the) impact media super overlap Journal of Studies andResearches of Sport .long jump for the Deaf Mute Retrieved from .41-27 ,36 ,Education https://www.iasj.net/iasj/article/94541

8-Magill, A. Motor learning and control . baton , mc. (2004) .

9-https://www.id4arab.com/2011/01/vark.html

ملحق (1)

نموذج من الوحدات التعليمية

الأسبوع :الاول الزمن الكلي:30-32 دقيقة

الوحدة التعليمية : 1-2**هدف الوحدة** :تعليم مهارات عارضة التوازن

القسم	زمن التمرينات	رقم التمرين	الحجم	الملاحظات والإشكال
التطبيقي	1.45 د	1- شرح وعمل نموذج وبعدها تطبيق الوقوف مع حركة الرجل اليسرى للجانب وللأعلى	3×4	-التأكيد على عرض الصورة والحركات
	2.33 د	2-عرض نموذج فديوي قبل اداء الوقوف مع حركة الرجل اليمنى للجانب وللأعلى مع التصفيق.	3×4	-التأكيد على الشرح والمشاركة السمعية
	2.30د	3-مشاركة بالشرع والسمع لأداء التناوب بالوثب على رجل واحدة -لحظة الوثب يتم الثني من الركبة مع دفع الرجل إلى الاتجاه المعاكس - اليدين للجانب والارتكاز على رجل واحدة.	3×4	-التاكيد على الاداء الحركي لكل مهارة
	3.12 د	4- الجري مع حركة اليد اليمنى للخلف واليسرى تكون للأمام -مد اليدين من المرفقين للخلف -الحركة للأمام وللخلف-اليد اليسرى تكون مثنية من المرفق للخلف واليمنى تكون مستقيمة للأمام -ثني اليدين من المرفقين للخلف وللأمام.	4×3	