

تأثير طريقة البرنامج التفريقي في تعلم بعض الحركات الأرضية في
الجمناستك الفني للنساء

م. فاطمة حسن محمد
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
جامعة البصرة

ملخص البحث العربي:

جاءت أهمية البحث للتأكيد على أهمية أساليب طرائق التدريس ودورها في تعلم الطالبات بمادة الجمناستك في المهارات الحركية بالجمناستك الفني للنساء كونها تساعد الطالبة على الارتقاء بالجانب المهاري وفق كل نوع من أنواع هذه الأساليب وكذلك تبين لنا الأكثر فعالية وأهمية في نقل المعلومة الصحيحة إثناء الأداء.

وكان أهم أهداف البحث:

- التعرف على تأثير طريقة البرنامج التفريقي في تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للنساء.

وكانت أهم الاستنتاجات:

- 1- طريقة البرنامج التفريقي في تعلم بعض الحركات الأرضية حققت أهدافها في التعلم ونجاح طريقة التدريس المتبعة لبعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني للنساء.
- 2- ترك حرية الطالب في اختيار الحركات الهادفة والتفريق بين الحركات الصعبة والناجحة تعطي مؤشر على تعلم بعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني للنساء.

وتم التوصية :

- 1- اعتماد طريقة البرنامج التفريقي في تعلم بعض الحركات الأرضية لأنها حققت أهدافها في التعلم ونجاح طريقة التدريس المتبعة لبعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني للنساء.
- 2- التأكيد في ترك الحرية للطالب في اختيار الحركات الهادفة والتفريق بين الحركات الصعبة والناجحة لأنها تعطي مؤشر على تعلم بعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني للنساء.

**The effect of the differential program method on learning some ground movements
in your artistic gymnastics
for women((**

Researcher: Eng. Fatima Hassan Mohamed

The importance of the research came to emphasize the importance of the methods of teaching methods and their role in the students' learning of the gymnastic subject in the motor skills of the technical gymnastics for women as it helps the student to upgrade the skill side according to each type of these methods as well as showing us the most effective and important in transferring the correct information during performance.

The most important objectives of the research were:

Learn about the effect of the differential program method on learning some ground movements in your artistic gymnastics for women.

The most important conclusions were:

1-The differential method of learning some ground movements that achieved its goals in learning and the success of the teaching method used for some motor skills in the technical gymnastics for women.

2-Leaving the student's freedom to choose meaningful movements and differentiate between difficult and successful movements gives an indication of learning some motor skills in your artistic gymnastics for women.

And it was recommended:

1-Adopting the differential program method in learning some ground movements because it has achieved its goals in learning and the success of the teaching method used for some motor skills in the technical gymnastics for women.

2- Emphasizing leaving the student free to choose purposeful movements and differentiating between difficult and successful movements because they give an indication of learning some motor skills in your artistic gymnastics for women.

1- التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

تعد التربية البدنية وعلوم الرياضة جزء لا يتجزأ من التربية العامة التي تعمل على النهوض بالجانب التعليمي التخصصي بالجانب الرياضي وبالإضافة إلى دورها في النهوض بالجوانب التربوية للطلاب إذ إعداد المادة العلمية وإخراجها بطريقة التدريس المناسبة ليس هدفها تعليمي فقط وإنما تربوي أيضا لإخراج الجيل الصحيح المتعلم المثقف الذي ينهض بالمجتمع نحو الأفضل.

ولهذا علم طرائق التدريس العنصر الفعال والمهم للبلد والنهوض به ، وفي الجانب الرياضي تعد طرائق التدريب وأساليبها أساس بناء الجانب الرياضي وتحقيق المفهوم الرياضي الصحيح ولمختلف الألعاب الفردية والفرقية

ولعبة الجمناستك من الألعاب الرياضية الصعبة التي تحتاج إلى طرائق وأساليب تعليمية مناسبة صحيحة بالإضافة إلى بناء تمرينات صحيحة تعمل على الارتقاء بفعاليات هذه اللعبة وخاصة المهارات الأساسية بالجمناستك الفني، وهنا يأتي دور استخدام الأسلوب الصحيح في طرائق التدريس والمؤثر إذ توجد أساليب متعددة في طرائق التدريس منها ما يعتمد على المعلم مباشرة هو الموجه والمسؤول في إيصال المعلومة الصحيحة ومنها الغير مباشر يعتمد على قدرة الطالب في التعلم وفي كل الأحوال إن هذه الأساليب لها مميزاتها وأهدافها في التعلم وتحقيق النجاح الصحيح للتعلم، إما أسلوب التفريقي هو من الأساليب الذي ثبت دوره الكبير في جعل قدرة التلميذ على تفريق الأمور السهلة والصعبة واختيار الأنسب بالتعلم.

ومن هنا جاءت أهمية البحث للتأكيد على أهمية أساليب طرائق التدريس ودورها في تعلم الطالبات بمادة الجمناستك في المهارات الحركية بالجمناستك الفني للنساء كونها تساعد الطالبة على الارتقاء بالجانب

المهاري وفق كل نوع من أنواع هذه الأساليب وكذلك تبين لنا الأكثر فعالية وأهمية في نقل المعلومة الصحيحة إنشاء الأداء.

1-2 مشكلة البحث :

اختيار الأسلوب الأمثل والناجح من قبل المعلم في طرائق التدريس وأساليبه تساعد على نجاح التعلم بالصورة الصحيحة والدقيقة وخصوصا في لعبة الجمناستك الفني الذي فيه حركات صعبة وتحتاج إلى تعلم صحيح وبصورة علمية لان أي بناء حركي خطأ سوف يعرقل التعلم .

ومن خلال خبرة الباحث المتواضعة بطرائق التدريس ولعبة الجمناستك وجدت هناك تعلم المهارات الحركية بالجمناستك الفني للنساء لا ترتقي لمستوى الطموح وبسبب عدم التفرقة بين الأساليب التعليمية المناسبة بطرائق التدريس أو عدم تجريب الأسلوب الصحي المناسب ومنه أسلوب البرنامج التفريقي وهذا يتطلب منا التجريب والتقصي عن الحقائق العلمية لهذا الأنواع من أساليب طرائق التدريس ودورها بالحركات بالجمناستك الفني للطلابات .

1-3 أهداف البحث:

- 1- التعرف على تأثير طريقة البرنامج التفريقي في تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للنساء.
- 2- التعرف على الفروق بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة وللمجموعتين التجريبيتين في تعلم بعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني للنساء.
- 3- التعرف على الفروق بين المجموعتين التجريبيتين في نتائج الاختبارات البعدية في تعلم بعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني للنساء.

1-4 فروض البحث :

- 1- وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة وللمجموعتين التجريبيتين في تعلم بعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني للنساء.
- 2- وجود فروق معنوية بين المجموعتين التجريبيتين في تعلم بعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني للنساء.

1-5 مجالات البحث :

- 1-5-1 المجال البشري : طالبات المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة -جامعة البصرة.
- 1-5-2 المجال المكاني : القاعة المغلقة للجمناستك طالبات بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة البصرة

1-5-3 المجال الزماني : المدة من 2019/11/6 ولغاية 2020/1/23

2- الدراسات النظرية:

1-2 البرامج في التعلم المبرمج (8 : 2):

البرنامج القافر - البرنامج الخطي - البرنامج التفريقي :

- 1- البرنامج القافر : في هذا البرنامج يقفز التلميذ من الإطارات التي بها خبرة سابقة له فيها.
- 2- البرنامج الخطي : ويراعى في هذا البرنامج التدرج من إطار إلى آخر من البسيط إلى الصعب كما يقوم التلميذ فيه باختيار الاستجابة المطلوبة من بين احتمالات متعددة .
- 3- البرنامج التفريقي : يحتوي على عدد كبير من الإطارات وفيه يختار التلميذ الاستجابة .
- 3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :
- 3-1 منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو الأسلوب المجموعات المتكافئة (تجريبية وضابطة) لملائمة في حل مشكلة البحث وتحقيق أهدافه .
- 3-2 مجتمع البحث وعينته:

تم تحديد مجتمع البحث طلبة المرحلة الثانية (طالبات والبالغ عددهم (50) طالبة وبالطريقة العمدية. وتم اختيار عينة البحث من مجتمع البحث والبالغ عددهم (20) طالبة من شعبة واحدة وهم يشكلون نسبة (40%) من المجتمع الأصلي والتي قسمت بدورها إلى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) بالطريقة العشوائية بحيث بلغت كل مجموعة (10) طالبات وتم تجانس عينة البحث داخل كل مجموعة وتكافؤها كما في جدول (1).

جدول (1)

يوضح تجانس وتكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية

ت	متغيرات البحث	المجموعة الضابطة			المجموعة التجريبية			قيمة ت المحتسبة
		س	ع	معامل الاختلاف	س	ع	معامل الاختلاف	
1	الوزن / كغم	56.11	1.89	3.368	56.36	2.11	3.743	0.385
2	الطول / سم	159.44	2.77	1.737	159.17	2.117	1.33	0.337
3	مهارة العجلة البشرية على بساط الحركات الأرضية / درجة	4.117	0.447	10.857	4.671	0.571	12.224	3.337
4	مهارة الميزان الأمامي على جهاز عارضة التوازن / درجة	4.178	0.37	8.8559	3.172	0.422	13.303	7.859

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (18) ومستوى (0.05) = 1.724

3-3 وسائل جمع المعلومات:

3-3-1 وسائل جمع البيانات:

-المصادر العربية والأجنبية.

-الملاحظة العلمية

3-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة:

- ساعة توقيت.

-بساط جمناستك.

-عارضة توازن

- ميزان طبي.

- شريط قياس طول 2متر .

3-4 إجراءات البحث الميدانية

3-4-1 تحديد متغيرات البحث :

تم الاعتماد على مناهج مادة الجمناستك التي تدرس في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة البصرة والتي تدرس فيها مادة الجمناستك الفني للطلّابات وتم اختيار الحركات الأرضية الآتية:

1- مهارة العجلة البشرية على بساط الحركات الأرضية.

2- مهارة الميزان الأمامي على جهاز عارضة التوازن.

3-4-2 تقويم الأداء الفني :

قام الباحث بالاعتماد على تقييم (3) ثلاث خبراء بالجمناستك الفني للنساء بالتقييم من (10) درجة بعد إن قام بتصوير الحركات المطلوبة وإرسال استمارة التقييم للخبراء وتم اخذ الوسط الحسابي لنتيجة الخبراء.

3-4-3 التجربة الاستطلاعية : أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2019/11/6 على عينة من

نفس الطالّابات وذلك لتقنين حمل التمارين المستخدمة وتطبيقها ومعرفة مدى صعوبتها لدى أفراد العينة والتكرارات المطلوبة والزمن المستغرق لتطبيق البرنامج.

3-5 التجربة الميدانية:

3-5-1 الاختبارات القبليّة: أجريت الاختبارات القبليّة بتاريخ 2019/11/26

3-5-2 التمرينات المستخدمة : قام الباحث بإعداد تمرينات بالجمناستك الفني للطلّابات وبرمجها داخل

وحدات تعليمية ضمن دروس مادة الجمناستك للطلّابات ووفق شروط طريقة البرنامج التفريقي الخاص بطرائق التدريس. وتم تطبيق البرنامج خلال درس كامل وبأقسامه الثلاثة (انظر ملحق (1)) ولمدة ثمان أسابيع ضمن وبواقع وحدة تعليمية واحدة وحسب منهاج مادة الجمناستك . وبدا تطبيق البرنامج بتاريخ 2019/11/27

وانتهى تطبيقه بتاريخ 2020/1/22

3-5-3 الاختبارات البعديّة: أجريت الاختبارات البعديّة بتاريخ 2012/1/23

3-6 الوسائل الإحصائية: استخدام نظام (spss) بالمعالجات الإحصائية ولإيجاد ما يلي:

1-الوسط الحسابي

2- الانحراف المعياري

3- معامل الاختلاف

4- اختبار (ت) للعينات المترابطة

5- اختبار (ت) للعينات المستقلة

6- النسبة المئوية.

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

جدول (2)

يوضح قيم (ت) القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في التقييم المستخدم

ت	التقييم المستخدم	القبلي		البعدي		الخطأ القياسي	قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
		ع	س	ع	س			
1	مهارة العجلة البشرية على بساط الحركات الأرضية	4.117	0.447	5.891	0.234	0.443	4.004	معنوي
2	مهارة الميزان الأمامي على جهاز عارضة التوازن	4.178	0.37	5.996	0.45	0.47	3.868	معنوي

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (9) وتحت مستوى $(0.05) = 1.833$

جدول (3)

يوضح قيم (ت) القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية في التقييم المستخدم

ت	التقييم المستخدم	القبلي		البعدي		الخطأ القياسي	قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
		ع	س	ع	س			
1	مهارة العجلة البشرية على بساط الحركات الأرضية	4.671	0.571	7.112	0.532	0.776	3.145	معنوي
2	مهارة الميزان الأمامي على جهاز عارضة التوازن	3.172	0.422	7.332	0.145	0.962	4.324	معنوي

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (9) وتحت مستوى $(0.05) = 1.833$

جدول (4)

يوضح قيم (ت) البعدية بين المجموعتين التجريبتين في التقييم المستخدم

ت	التقييم المستخدم	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
		ع	س	ع	س		
1	مهارة العجلة البشرية على بساط الحركات الأرضية	0.234	5.891	0.532	7.112	8.503	معنوي
2	مهارة الميزان الأمامي على جهاز عارضة التوازن	0.45	5.996	0.145	7.332	12.37	معنوي

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (18) وتحت مستوى $(0.05) = 1.724$

من خلال ملاحظة الجدولين (2) و (3) تبين وجود فروق معنوية بين التقييم القبلي والبعدى وللمجموعتين الضابطة والتجريبية في التقييم المستخدم ولصالح التقييم البعدى وهذا يدل على أن المجموعتين قد تحسنت في الأداء للحركات بالجماسك الفني قيد الدراسة ، أي أن الأسلوبين قد حققت نجاح سواء بالطريقة التدريس التقليدية أو طريقة البرنامج التفريقي وخصوصا عندما تكون التمرينات الهادفة مختارة بطريقة علمية ومناسبة للطريقة المستخدمة وكما يذكرها بسطويسي احمد ،وعباس السامرائي (1984) "التمرينات عبارة عن حركات منظمة وهادفة تحصل من خلالها على تنمية الصفات الحركية والمهارية في مجال الحياة والرياضة" (2 : 235).

كما تشير عنايات محمد احمد (1998) "التنظيم الجيد للدرس ساهم في اكتساب الطلاب القدرة على معايشة الدرس وفهمه وتعديل سلوكهم بحيث يكتسبوا معايير سلوكية مرغوب فيها في الأداء المطلوب " (3 : 92).

إما الأسلوب الناجح هو البرنامج التفريقي اذا تمكنت هذه الطريقة في التدريس جعل الطالب قادر على التفريق بين الحالات الناجحة والاستجابات الصعبة عند الأداء وهذا سر نجاح المعلم في التجريب على الطرق المناسب بالتعلم وهذا ما تشير إليه عفاف عبد الكريم (1990) "يجب إن يقدم المدرب ممارسات متنوعة للمهارات المفتوحة فالتنوع أو التشعب في النماذج ضروري حتى يمكن مقابلة الحاجات المتغيرة للمهارات" (4 : 25).

ويساعد هذا التعلم على الاندفاع نحو الممارسة وتحقيق الهدف من التعلم وهذا ما أكدته (احمد عواد) بقوله " يمتاز البعد الاندفاعي في الأسلوب المعرفي التأملية الاندفاعي إلى ميل الأفراد فيه إلى السرعة في الاستجابة للوصول إلى الحلول بأقصر الطرق الممكنة " (1 : 19).

كما ترى (نضال بطرس ، 2004) إن " وضوح خطوات التعلم في دورة التعلم بمراحلها الثلاث فضلا عن طبيعة عرض المادة بما يوائم حاجات المتعلمين من خلال ربط الجانب النظري بالتطبيق العملي مما يترك أثرا

واضحاً وفعالاً في تنمية التفكير الاستدلالي لدى الطلاب ، اذ يساعدهم على زيادة إمكانياتهم المعرفية بحيث يكون من السهل عليهم القيام بالعمليات الذهنية وتطبيقها في الجانب العملي " (6 : 167).
ويضيف كل من (مروان عبد المجيد وضياء حسن بلال) اللذان يؤكدان على " وجود خطوتان أساسيتان لدرس التربية الرياضية في التعلم هي تحديد مادة الدرس وترتيب الخطوات حيث أن كل خطوة تكون مبنية على الاستجابة في الخطوة السابقة لها " (5 : 229)

5- الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات:

- 1- طريقة البرنامج التفريقي في تعلم بعض الحركات الأرضية حققت أهدافها في التعلم ونجاح طريقة التدريس المتبعة لبعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني للنساء.
- 2- ترك حرية الطالب في اختيار الحركات الهادفة والتفريق بين الحركات الصعبة والناجحة تعطي مؤشر على تعلم بعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني للنساء.

5-2 التوصيات:

- 1- اعتماد طريقة البرنامج التفريقي في تعلم بعض الحركات الأرضية لأنها حققت أهدافها في التعلم ونجاح طريقة التدريس المتبعة لبعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني للنساء.
- 2- التأكيد في ترك الحرية للطالب في اختيار الحركات الهادفة والتفريق بين الحركات الصعبة والناجحة لأنها تعطي مؤشر على تعلم بعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني للنساء.
- 3- إجراء دراسات مشابهة لهذه الدراسة على الحركات بالجمناستك الفني للطلقات الأخرى كونه حقق الأهداف المطلوبة من الدرس.

المصادر:

- 1- احمد عواد . قراءات في علم النفس التربوي وصعوبات التعلم : الإسكندرية للنشر والتوزيع ، 1998 ، ص 19 .
- 2- بسطويسي احمد ، عباس احمد السامرائي . طرق التدريس في التربية الرياضية : مطابع جامعة الموصل ، 1984.
- 3- عنايات محمد احمد فرج . منهاج وطرق تدريس التربية البدنية : دار الفكر العربي ، القاهرة، 1998.
- 4- عفاف عبد الكريم . التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية : الإسكندرية ، منشأة المعارف، 1990.
- 5- مروان عبد المجيد و ضياء حسن بلال . اتجاهات حديثة في طرق تدريس التربية الرياضية : ط 1 عمان، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، 2001 ، ص 229 .
- 6- ناهده عبد زيد الدليمي . أساليب في التعلم الحركي: دار الكتب العلمية ، لبنان ، 2009.

7-نضال متي بطرس . اثر استخدام نموذجي دورة التعلم والعرض المباشر في التحصيل وتنمية التفكير

الاستدلالي في الرياضات : أطروحة دكتوراه ، كلية التربية ، جامعة بغداد ، 2004 . 8.

8-<https://www.bdnia.com/?p=3356>

ملحق (1)

نموذج (من الوحدات التعليمية)

اهداف الوحدة التعليمية: تعليم مهارة العجلة البشرية والميزان

الأسبوع : الأول

الوحدة التعليمية: 1

الملاحظات	التكرارات	التفاصيل والتمرينات	الزمن	أقسام الوحدة
			15 دقيقة	القسم التمهيدي
			20 دقيقة	
	2×4	-أداء حركات مشي مع أداء حركات ميزان	د2	القسم الرئيسي: 2-التطبيقي
	2×3	-القفز المزدوج ثم أداء حركة وهمي للعجلة	د3	
	2×4	-أداء حركات الميزان ثم هرولة ثم أداء	د2	
	4×2	- أداء حركة العجلة البشرية مرة واحدة ثم ميزان ثم الحركة مرة أخرى	د3	
	2×4	-أداء حركة العجلة البشرية بحركة واحدة .	د5	
	3×3	-أداء حركة الميزان كاملة.	د5	
			10دقيقة	القسم الختامي