

تأثير استراتيجية الأنشطة المتدرجة في مستوى الانجاز لفعالية الوثب الطويل لدى الطلاب

م. شوخان رمضان توفيق

أ. م. د. زه رده شت محمد روؤف

جامعة السليمانية/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

مخلص البحث باللغة العربية

يهدف البحث الى التعرف على تأثير الاستراتيجية الأنشطة المتدرجة في مستوى الانجاز لفعالية الوثب الطويل لدى الطلاب. استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمة متطلبات البحث. قام الباحثان بتحديد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الاولى بكلية التربية الاساسية- قسم التربية الرياضية / جامعة السليمانية ، والبالغ عددهم (61) طالباً و طالبة، بواقع (10) طالبة و(51) طالبا، اذ تم اختيار (38) طالبا بشكل عشوائي بواقع (19) طالبا لكل شعبة دراسية عشوائيا، عن طريقة القرعة، وتم توزيعهن على مجموعتين (تجريبية و ضابطة) حيث تمثلت الشعبة (A) بالمجموعة التجريبية و الشعبة (B) بالمجموعة الضابطة. استنتجت الدراسة ان إستراتيجية الأنشطة المتدرجة والاسلوب المتبع فاعليتهما في تطوير مستوى الانجاز لفعالية الوثب الطويل لدى الطلاب، واثبتت إستراتيجية الأنشطة المتدرجة فاعليتها في تطوير مستوى الاداء لدى عينة البحث بين الاختبارات البعدية لصالح المجموعة التجريبية. واوصت الدراسة بالاستفادة من مميزات إستراتيجية الأنشطة المتدرجة في تطوير الانجاز لفعالية الوثب الطويل .

Abstract

The effect of the gradual activities strategy on the level of achievement of the long jump event for students

By

Dr. Zaha Radh Shet Muhammad

Shawkhan Ramadan Tawfiq

University of Sulaymaniyah/ College of Physical Education and Sports Sciences

The research aims to identify the effect of the gradual activity strategy on the level of achievement of the long jump event for students. The researchers used the experimental approach to suit the research requirements. The researchers defined the research population as students of the first stage at the College of Basic Education - Department of Physical Education / University of Sulaymaniyah, who numbered (61) male and female students, (10) female students and (51) male students, as (38) students were randomly selected as a sample. (19) students were randomly assigned to each study group, by lottery, and were distributed into two groups (experimental and control), where section (A) was the experimental group and section (B) was the control group. The study concluded that the strategy of graded activities and the method

followed are effective in developing the level of achievement of the long jump event among students, and the strategy of graded activities proved its effectiveness in developing the level of performance of the research sample between the post-tests for the benefit of the experimental group. The study recommended taking advantage of the advantages of the strategy of gradual activities in developing the achievement of the long jump event.

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته :

ان المعرفة تتطور وتتقدم كلما تقدمت الحياة وتطورت وتعقدت وعالمنا اليوم يشهد ازدياداً هائلاً في مجال المعارف وتوليد الافكار لمواجهة مواقف الحياة في الحاضر والمستقبل وان الانسان امام هذا المعارف اصبح لديه حاجة تتنامى للوصول الى افضل السبل وابسرها للإحاطة بتلك المعارف والتمكن منها وتنظيمها والتفاعل معها عند التكيف لمواجهة متطلبات الحياة التي تتزايد وتتقدم مع الحياة وتعقدها (عطية، 2008، ص23) وان المنهاج كمفهوم تطور من خلال الدراسات والبحوث وخصوصاً في مجالات الدراسات التربوية والنفسية حيث ارتبط المنهاج بطبيعة المتعلم السيكولوجية والبيئة ولغرض تنفيذ المنهج بصورة صحيحة لابد للمدرس ان يطلع على طرائق التدريس والاساليب والاستراتيجيات وتكنولوجيا التدريس الحديثة مما يساعده في اكساب الطلاب مهارات (عقلية، اكااديمية، يدوية، اجتماعية) وكذلك المعرفة والقيم والاتجاهات من اجل ان يجعلهم طلاب مفكرين وتزيد من قيمتهم واهميتهم وثقتهم بأنفسهم داخل المجتمع (الهاشمي والعزاوي، 2009، 27-29) ويتكون المنهاج من مجموعة من الانظمة والعناصر المرتبطة المتشابكة المتفاعلة فيما بينها وهي (الاهداف، المحتوى، الطرائق، الوسائل، الانشطة، اساليب التقويم ... الخ) (العرنوسي وجبر، 2015، ص52) ، إذ ظهرت طرائق وأساليب واستراتيجيات جديدة ومختلفة تراعي كل ما يتعلق بعناصر العملية التعليمية ، فهناك استراتيجيات تراعي الفروق الفردية ، وهناك استراتيجيات تزيد من التشويق والإثارة ، وهناك استراتيجيات تراعي المتغيرات الرئيسة التي ينظم خلالها الدرس ، وغيرها ؛ لذلك أصبح الهم الشاغل لكل الباحثين والتدريسين والمعنيين بالعملية التعليمية هو البحث عن كل ما هو جديد من الاستراتيجيات ومحاولة تجربتها في بيئاتهم التعليمية للوصول إلى أفضل الاستراتيجيات من حيث الاقتصاد بالوقت والجهد ومن حيث الكفاءة . لغرض التنوع في العملية التعليمية تعد استراتيجية الانشطة المتدرجة احد فروعها الذي عقد في اوصول الطلاب إلى تحسين التنوع في التنوع مهاراتهم ، وبيان أثره في الارتقاء ببرامج التطوير المهني لمدرسين والمعلمين وترسيخ قناعاتهم في إدارة صفوفهم الدراسية ومعرفة مفهومه ومضامينه التعليمية وعدم الظن بكونه مجرد تنوع في التدريس على أساس قدرات الطلاب وميولهم وحاجاتهم أهداف مشتركة لذا فمن الرحلات التعليمية إلى المعلم هو تعلم جميع الطلاب إهتمامات مختلفة ، ودوافع ، وعلى هذا يعتمد على تعلم ومعرفة الطالب والمعرفة الاستراتيجية اسئمة الطلاب فليس هناك طريقه واحده للتدريس ، فعالية الوثب الطويل إحدى فعاليات العاب الساحة و الميدان التي لاقت اهتماما كبيرا في الآونة الأخيرة لما تتميز به من متعة للناظر بسلسلتها الحركية المتناسقة و الجميلة تتطلب هذه الفعالية قدرات خاصة لغرض أداء الفعالية بشكل متقن ، ومن هنا تتجلى أهمية البحث للتعرف على تأثير الاستراتيجية الانشطة المتدرجة و اليقظة العقلية وتعلم مراحل أداء فعالية الوثب الطويل للطلاب المتحقق لهذه الفعالية .

1-2 مشكلة البحث

من خلال ملاحظة الباحثة للأساليب المتبعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة وجدت ضعفاً في مستوى أداء طلاب المرحلة الاولى عند اداء فعالية الوثب الطويل وعدم وصول الى ذروة الاداء عند تطبيق مراحل الوثب الطويل ، حيث يعد درس الساحة والميدان من الدروس الواجب الاهتمام بها ، وكذلك ان عدم الاهتمام ببعض طرائق التدريس الحديثة التي لم يأخذ تلك الاهتمام لغرض تطبيقها على طلاب عند درس ، اعتمدت الباحثة الى استعمال طرائق التدريس الجديدة لعلها تساهم في

تخفيض عبئ هذه المشكلة ومنها استراتيجية الأنشطة المتدرجة في تدريس فعالية الوثب الطويل لدى طلاب المرحلة الاولى ،
لانه طلاب بحاجة الى تطبيق استراتيجيات حديثة من اجل رفع التحصيل الدراسي ، وتعزو الباحثة هذا الضعف الى قلة
استخدام الاستراتيجيات التي قد تتناغم مع الإمكانيات العقلية والبدنية للمتعلمين في هذه المرحلة مما يدعو الأمر إلى أهمية
استخدام تلك الاستراتيجيات بما يخدم العملية التعليمية ولاسيما مع فعالية الوثب الطويل من مراحل (الركضة التقريبية ، الارتقاء
، الطيران ، و الهبوط) لذلك ارتأت الباحثة تجريب استراتيجية جديدة ألا وهي استراتيجية الأنشطة المتدرجة التي تعمل على
جعل المتعلم ان يكون لديه معلومات واسعة عن مراحل الوثب طويل ولا تجعله من المتعلم متلقي فقط وتدخله في بيئة يكون
من خلالها مشاركاً فعلياً في عملية التعلم وعملية اتخاذ القرار

3-1 هدف البحث:

- التعرف على تأثير الاستراتيجية الأنشطة المتدرجة في الانجاز بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية في تعلم مراحل الوثب الطويل لدى عينة البحث.
- التعرف على تأثير الاستراتيجية الأنشطة المتدرجة في الانجاز بين نتائج الاختبارات البعدية في تعلم مراحل الوثب الطويل لدى عينة البحث.

4-1 فروض البحث :

- فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في الانجاز لمرحل الوثب الطويل لدى عينة البحث.
- فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في الانجاز لمرحل الوثب الطويل لدى عينة البحث .

5-1 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري : الطلاب المرحلة الاولى بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة السلیمانیة
- 2-5-1 المجال الزمني : (2023/3/1) الى (2023/5/10) مدة تطبيق المنهج
- 3-5-1 المجال المكاني : ملعب الساحة والميدان بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة /السلیمانیة

6-1 تحديد المصطلحات :

- 1- استراتيجية الأنشطة المتدرجة : هي من ضمن استراتيجيات التدريس والتعليم، فهي تستخدم ليتم ملاحظة عدد من الفروق الفردية عند الطلاب في الفصل على المستوى المهاري والمعرفي للطلاب حيث تعد استراتيجية الأنشطة المتدرجة واحدة من الأنشطة التي تتماشى مع جميع مستويات الطلاب مما كان المستوي بين الطلاب . (عطية ، 2008 : 101):

2- اليقظة العقلية : تعني القدرة على خلق خيارات جديدة و استقبال المعلومات الجديدة و الانفتاح على وجهات النظر المختلفة و السيطرة على السياق و التاكيد على عملية النتيجة ، أي أن اليقظة العقلية هي القدرة على النظر للأشياء بطرق جديدة و مدروسة بمشاعر هو منتج من ميل الفرد لعرض عالمه بطريقة لا جدال فيه مما يؤدي الى ردود تلقائية قد تعمل على جعله قادر على اتخاذ خيارات ، (لانجر : 1989 ، ص، 72)،

2- منهجية البحث و اجراءاته الميدانية:

2- 1 منهج البحث :

المنهج هو "الاطار الذي يساعد الباحث على ترتيب وتنظيم موضوع بحثه أو دراسته، أي أنها مجموعة من القواعد التي يتم وضعها بغرض الوصول إلى الحقيقة في العلم" (كشرود ، 2007، 216) ، استخدم الباحثان المنهج التجريبي

لملاءمته مع طبيعة البحث وأهدافه، ويتصميم المجموعتين المتكافئتين الضابطة و التجريبية ذات الاختبارين القبلي و البعدي .

2 - 2 مجتمع البحث وعينته :

بلغ عدد طلاب (61) طالباً و طالبة ، بواقع (10) طالبة و(51) طالبا وتم استبعاد ,طالبات من عينة البحث لأن الباحثة تجري بحثها على طلاب ، حيث تم اختيار (38) طلاب بشكل عشوائي بواقع (19) طالبا لكل شعبة دراسية عشوائيا، عن طريقة القرعة، وتم توزيعهن على مجموعتين (تجريبية و ضابطة) حيث تمثلت الشعبة (A) بالمجموعة التجريبية و الشعبة (B) بالمجموعة الضابطة، وبذلك بلغت نسبة العينة الى المجتمع الأصلي 51.42% ولغرض تحقيق التكافؤ، تم استبعاد الطلاب الممارسات وغير الملزمات بالدوام واللواتي شاركن في التجربة الاستطلاعية، ثم تم إجراء التكافؤ لمجموعتي البحث في الانجاز للوثب الطويل بعد إعطاء الوحدة التعريفية لكل مجموعة.

2-3 التصميم التجريبي

"ان عملية اختيار التصميم التجريبي للبحث امراً ضرورياً في كل بحث تجريبي وهو يهيئ للباحث السبل الكفيلة للوصول الى النتائج المطلوبة" (زبيعي وانغام ، 1981 ، 102) . أذ يستخدم الباحثة التصميم التجريبي الذي يطلق عليه (تصميم المجموعة العشوائية للاختيار ذات الاختبارالقبلي و البعدي) لاختيار فروض نتائج البحث ، وكما مبين في الجدول (1) كالآتي:

الجدول (1)

الاختبار البعدي	المتغير المستقل	الاختبارات القبليّة	المجاميع
اختبار الانجاز	استراتيجية الأنشطة المتدرجة	اختبار الانجاز	المجموعة التجريبية
	الاسلوب المتبع		المجموعة الضابطة

2-4 الأدوات والأجهزة ووسائل جمع المعلومات

أولاً / الادوات المستخدمة في البحث.

1. ميزان طبي (طول و وزن) عدد(1) .
2. شريط القياس الطول .
3. لوحة الارتقاء .
4. جص لتخطيط ميدان الوثب .

ثانياً / وسائل جمع المعلومات

1. الاختبارات و القياسات.
2. المصادر و المراجع العربية و الأجنبية.
3. الملاحظة العلمية .
4. المقابلات الشخصية.

2-5 تجانس مجموعتي البحث:

ينبغي على الباحث تكوين مجموعات متكافئة على الأقل فيما يتعلق بالمتغيرات التي لها علاقة بالبحث. لذا تمت عملية تجانس وتكافؤ بين مجموعتي عينة البحث لضبط المتغيرات الآتية

أولاً: العمر الزمني (بالسنة).

ثانياً: الطول (بالسنتيمتر).

ثالثاً: الوزن (بالكتلة).

الجدول (2)

يبين الفرق بين المجموعتين التجريبية و الضابطة في مؤشرات البدنية (العمر والطول والوزن)

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الاختلاف
الطول	سم	162.88	2.988	163.00	1.8 %
الوزن	كغم	62.833	3.854	62.500	6.2 %
العمر	سنة	20.444	0.615	20.00	3.8 %

يبين من الجدول (2) أن عينة البحث متجانسة في كل من (الطول، الوزن، العمر) إذ كانت قيم معامل الاختلاف على التوالي (1.8 % ، 6.2 % ، 3.8 %) وهي جميعها قيم محصورة أقل من 30% إذ أنه دل ذلك على أن الدرجات موزعة توزيعاً اعتدالياً .

رابعاً: تكافؤ مجموعتي البحث:

على الرغم من أن أفراد العينة ينتمون إلى مرحلة دراسية واحدة ويتمتعون بقابلية معينة من القدرات البدنية و الحركية، ولكن من خلال ملاحظة الباحثة لهم شعر بأن هناك فروقات بينهم في تلك القابليات لذا قامت بأجراء تكافؤ بين مجموعتي البحث (الانجاز) يوم (الاثنين) الموافقة (15 / 2 / 2023) على ملعب الساحة و الميدان بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة /السليمانية والجدول (3) يوضح ذلك.

الجدول (3)

يبين الفروق بين المجموعتين التجريبية و الضابطة في الانجاز للوثب الطويل

المعالم الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الاحتمالية SIG	الدالة
		س-	ع+	س-	ع+			
الانجاز	كغم	3.6995	.44541	3.8226	.53611	-.770	.4460	غير معنوية

2-6 الوحدات التعريفية:

قامت الباحثة بتطبيق وحدتين تعريفيتين على عينة البحث (مجموعتي البحث) بتاريخ (2023/2/20) والتي تناولت تطبيق فعالية الوثب الطويل وذلك قبل إجراء الاختبار القبلي.

3-7 الاختبار القبلي :

تم إجراء الاختبارات القبلية في يوم (الأربعاء) الموافق (2023/2/27) (للانجاز) ، لأفراد مجموعتي البحث (التجريبية و الضابطة) ومن ثم تسجيل نتائجهم في الاستمارة خاصة لهذا الغرض.

3-8 التجربة الاستطلاعية :

قبل تطبيق وحدات المنهج المعد تم إجراء التجربة الاستطلاعية للاستلوه المستخدم وذلك بتاريخ (2023/2/22) إذ تساعد هذه التجربة على تنقية الأجواء التي تتلائم مع العمل بإستراتيجية الأنشطة المتدرجة وذلك على عينة من طلاب السنة الدراسية الثانية بقسم التربية الرياضية الأساسية-جامعة السليمانية واللواتي تم استبعادهن من التجربة الرئيسية وذلك للتعرف على أهم الملحوظات والمعوقات التي قد تجابه أسلوب (الأنشطة المتدرجة - الأسلوب المتبع)

3-9 المنهج التعليمي:

تم تقسيم العينة على مجموعتين، وكل مجموعة ستقوم بأداء كل من فعالية (الوثب الطويل) بأسلوبين (إستراتيجية الأنشطة المتدرجة و المتبع). وتتضمن المناهج التعليمية (12) وحدة تعليمية للمجموعتين التجريبية والضابطة بواقع (6) وحدات تعليمية واستغرق التجربة الفعلية (6) أسابيع وزعت خلالها الوحدات التعليمية بواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع.

2-10 التجربة الأساسية :

بعد الانتهاء من الاختبارات القبلية تم تطبيق مفردات إستراتيجية الأنشطة المتدرجة للمجموعة التجريبية والأسلوب المتبع للمجموعة الضابطة من تاريخ (2023/3/1) لغاية (2023/5/10). بالاعتماد على الاختبار القبلي تم تقسيم عينة المجموعة التجريبية الى ثلاث مجاميع ومستويات حسب الفروق الفردية بين الطلاب وبعد ذلك بوضع تمرينات خاصة متدرجة بمراحل الوثبة تبدأ من ثلاث مستويات (ضعيف - متوسط - ثقيل) كل الاتي (المجموعة الاولى ت1-ت2-ت3) (المجموعة الثانية ت3-ت4-ت5) المجموعة الثالثة الت1-ت2-ت3-ت4-ت5). اما المجموعة الضابطة فقد يخضع للأسلوب المتبع في تعليم المراحل الوثب الطويل من قبل مدرس المادة. وأهداف الدرس من غير الاستعانة بالطلاب ، حيث لا يوجد تفاعل مباشر بين الطلاب، ويكون المدرس هو المسؤول المباشر عن إعطاء التغذية الراجعة للطلاب. وقد تم تطبيق التجربة. على ان يكون الإحماء العام والخاص وتمارين التهذنة هي نفسها التي تطبق على مجاميع البحث. اما المجموعة الضابطة فقد يخضع للأسلوب المتبع في تعليم المراحل الوثب الطويل من قبل مدرس المادة.

2-11 الاختبارات البعدية:

يتم إجراء الاختبارات البعدية بعد الانتهاء من تنفيذ المناهج التعليمية وذلك بقياس (الانجاز) بتاريخ (2023/5/15) تحت الظروف المكانية والزمانية نفسها والادوات نفسها.

3-13 الوسائل الاحصائية :

سوف يستخدم الباحث الوسائل الاحصائية الاتية باستخدام الحقيبة الاحصائية SPSS:

الوسط الحسابي .

الانحراف المعياري.

النسبة المئوية

اختبار (ت) المستقلة

3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها.

3-1-1 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية في (مستوى الاداء المهاري والانجاز واليقظة العقلية) للمجموعة الضابطة

الجدول (4)

يبين المعالم الاحصائية الخاصة بالاختبارات القبلية والبعدية للمتغيرات البحث للمجموعة الضابطة

المعالم الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحتسبة	مستوى الدلالة	الدلالة
		ع±	س-	ع±	س-			
اختبار الانجاز	كغم	3,541	0,521	3,656	0,510	1,275-	0.219	غير معنوية

* معنوية عند مستوى دلالة يساوي او اقل من (0.05) وحجم العينة (19) وبدرجة حرية (18)

3-1-2 عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة في (مستوى الاداء المهاري والانجاز واليقظة العقلية) للمجموعة التجريبية

الجدول (5)

يبين المعالم الاحصائية الخاصة بالاختبارين القبلي والبعدي للمتغيرات البحث للمجموعة التجريبية

المعالم الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحتسبة	مستوى الدلالة	الدلالة
		ع±	س-	ع±	س-			
اختبار الانجاز	كغم	4.243	0.539	4.585	0.516	3.653-	0.002	معنوية

* معنوية عند مستوى دلالة يساوي او اقل من (0.05) وحجم العينة (19) وبدرجة حرية (18)

3-1-3 عرض نتائج الاختبارات البعديّة في (مستوى الاداء المهاري والانجاز واليقظة العقلية) للمجموعة التجريبية و الضابطة

الجدول (6)

يبين المعالم الاحصائية الخاصة بالاختبار البعدي لمتغيرات البحث للمجموعتين الضابطة و التجريبية

المعالم الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة		الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الاحتمالية SIG	الدلالة
		ع±	س-	ع±	س-			
اختبار الانجاز	كغم	3,656	0,510	4,585	0,516	5,577	0.000	معنوية

* معنوية عند مستوى دلالة يساوي او اقل من (0.05) وحجم العينة (38) وبدرجة حرية (36)

3-2 مناقشة النتائج (للانجاز)

اتضح من الجداول (4-5-6) فروقا معنوية للمجموعة التجريبية و فروقا غير معنوية للمجموعة الضابطة في الاختبارات القبليّة و البعديّة وفروقا معنوية للاختبارات البعديّة لصالح المجموعة التجريبية ويعزو الباحثة السبب الى أن الدرس وفق استراتيجية الانشطة المتدرجة قد يسهل عملية استيعاب طلاب المجموعة التجريبية لفعالية الوثب الطويل اكثر من خلال الانشطة

والتمارين المتنوعة التي قدمها المدرس لهم وكذلك الفروق الفردية بين طلاب المجموعة التجريبية من حيث القدرات و المهارات والتي ادى الى مشاركتهم وفق مستواهم وكذلك التدريس وفق هذه الاستراتيجية كان بمثابة خبرة تعليمية واكتساب طلاب هذه المجموعة واضيفت لبنائهم المعرفي فجعلهم اكثر اعتمادا على انفسهم ، وان التدريس على وفق هذه الاستراتيجية كان بمثابة خبرة تعليمية اكتسبها طلاب المجموعة التجريبية واضيفت لبنائهم المعرفي ويتفق مع المقومات الحديثة في التدريس وان استراتيجية الأنشطة المتدرجة طابعاً مشوقاً للتدريس مما أدى الى اثارة اهتمام الطلاب بالمادة مما ساعد على زيادة معدلات تحصيلهم الدراسي حيث إن هذه الاستراتيجية تخضع لسلسلة من الإجراءات ، وذلك من خلال وضع التمارين تحديد الأهداف ، وصياغتها التي يراد تطبيقها بدقة (العبيدي ، 2017 ، 89) ، فيما يؤكد (عمر محمود) ، " ينبغي توجيه العملية التعليمية نحو المتعلم واحتياجاته ، وقدراته في اطار بيئته ، وظروفه وسماته الشخصية ، بدلاً من أن تكون موجهة نحو موضوع المادة التعليمية نفسها ، لأن العملية التعليمية ليست نشاطاً أو طرفاً عابراً موقوتاً ، وإنما هي عملية مستديمة تصاحب الإنسان مدى الحياة ، سواء كانت في اطار التعلم النظامي أم غير النظامي ، ولكي يكون كذلك ، لا بد من خلق آليات التعلم الذاتي واتجاهاته لدى المتعلم " كذلك يذكر (محمد صبري وآخرون) ، " إن الفرد لا يستطيع تعلم مهارة من المهارات إلا بممارستها ، لذا فإن المتعلم لا تزداد كفاءته ولا ينمو إتقانه إلا بالممارسة ، فالجهد الذاتي هو وحده المسؤول على التنمية المعرفية والأدائية للطلاب ، إذ بمقدار الجهد المبذول في التعلم يكون مقدار إجادته معرفة وتطبيقاً " وفي هذا الصدد ومن خلال نتائج البحث ، يرى الباحث إن إستراتيجية الأنشطة المتدرجة في اطار التعليم الجامعي ، يكون بتهيئة المواقف التعليمية على النحو الذي يستثير دوافع الطالب نحو التعلم ، في الاعتماد على نفسه في تعلمه ووضع التمارين وفق المستوى التعليمي ، لأن المتعلم ليس مجرد متلق سلبي لمحتوى التعلم ، فنجاح العملية التعليمية مرهون بمدى تفاعل الفرد مع المادة التعليمية وخبراته ، مما يوفر له أكبر قدراً من المشاركة في مادة تعلمه ، فضلاً عن قدرته على تقييم أجابته بنفسه نحو تحقيق الهدف. إذ تقوم هذه الاستراتيجية بتنظيم محتويات المادة بأسلوب منطقي ، مما يجعل عملية التعليم أكثر فاعلية ، اما بالنسبة للمجموعة الضابطة مقارنة بالمجموعة التجريبية حيث ليس بمعناه لم ادى الى التطور بالعكس تطورت ايضا ، حيث ان الطريقة التقليدية لم اثبتت فاعليته في تطوير الانجاز لدى عينة البحث ايضا لان كل اسلوب لها سلبيات وإيجابيات وكذلك نوع المهارة الذي يتم تعليمه لها تأثير ايضا . إذ يشير (نبيل محمود) الى " ان الاساليب تؤثر على سرعة التعليم وعلى درجة الاشباع في التعلم " . انطلاقاً الى ما تقدم فان الاسلوب المستخدم له ايجابيات ومميزات عديدة ومن خلال تلك المميزات والايجابيات التي يرجع فيها الباحث السبب في هذا التطور، بأن افراد عينة المجموعتين (التجريبية و الضابطة) من خلال ممارستهم لاستراتيجية الأنشطة المتدرجة والاسلوب المتبع تآثر استراتيجيتهما بافراد المجموعتين " و يبين من الجدول (7) وجود فروق معنوية بين الاختبارات البعدية للمجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية ، ويؤكد (البياتي) " تهيئة كافة الظروف والأجواء التعليمية المناسبة مع إدخال تقنية حديثة وتوظيفها في عملية تعلم المهارات الرياضية يكون له الأثر الكبير والإيجابي في تطور عملية التعلم فضلاً عما يوفره المنهاج التعليمي من مناخ تعليمي جيد يتيح للطلاب فهم المعارف و استيعابها والمعلومات العامة بفعاليات الساحة والميدان بصورة عامة وفعالية الوثب الطويل بصورة خاصة، ويرى الباحث ان هناك تفسيراً اخر لهذه النتيجة وهو ان طبيعة الاسلوب المستخدم واجراءاته تعد سبباً في زيادة متغيرات البحث ، إذ يفرض على كل طالب ان يعمل حسب قدراته الذاتية مقارنة مع زملاء مجموعته في تطبيق وتعليم مراحل الوثب الطويل المقررة داخل المنهج المعد من أجل التنافس مع زملائه وبالتالي يؤدي الى تحسين الانجاز.

4-1 الاستنتاجات

بعد معالجة البيانات الاحصائية توصل الباحثة الى الاستنتاجات الاتية:

- اثبتت إستراتيجية الأنشطة المتدرجة فاعليته في تطوير الانجاز لدى عينة البحث بين الاختبارات القبلية و البعدية.

- اثبتت إستراتيجية الأنشطة المتدرجة فاعليتها في تطوير الانجاز لدى عينة البحث بين الاختبارات البعدية. لصالح المجموعة التجريبية .

4-2 التوصيات

- الاستفادة من مميزات إستراتيجية الأنشطة المتدرجة في تطوير الانجاز لفعالية الوثب الطويل .
- التأكيد على عدم استخدام الاسلوب المتبع في تطوير الانجاز لفعالية الوثب الطويل.
- ضرورة بيان واقع وأهمية الطرائق والاساليب التدريسية والتعليمية الحديثة في تطوير الانجاز للفعاليات والالعاب الرياضية بصورة عامة وفعالية الوثب الطويل بصورة خاصة.

المصادر

- عادل محمد عبد الرحمن: مرحلة التعليم المتمايل ، الجزائر ، 2008 ،
- عمار طيب كشرود: البحث العلمي ومناهجه، ط1، عمان، دار المناهج للنشر والتوزيع، 2007، ص216.
- عبد الجليل ابراهيم الزوبعي و محمد احمد الغنام ؛ مناهج البحث في التربية : (مطبعة التعليم العالي ، ج1، بغداد ، 1981)
- العبيدي، بنول جيجان سلمان خلف (2017) اثر توظيف استراتيجيات الأنشطة المتدرجة وفق ابعاد التنمية المستدامة في تحصيل طالبات الرابع العلمي مادة الاحياء واتخاذهن القرار ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية للعلوم الصرفة ابن الهيثم ، جامعة بغداد
- عطية ، محسن علي (2009) الجودة الشاملة والجديدة في التدريس ، ط2، دار صفاء للنشر والتوزيع ، عمان ، الاردن
- عمر محمود غباين : التعلم الذاتي بالحقايب التعليمية ، ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان ، 2001
- محمد صبري وآخرون : علم النفس التجريبي ، المطابع الأهلية ، 1987 ، ب ص89. القاهرة
- نبيل محمود شاكر ؛ معالم الحركة الرياضية والنفسية والمعرفية : ط1 (العراق ، دبالى ، مطبعة المتنبي ، 2007)
- نادر فهمي الزبيد وآخرون ؛ التعلم والتعلم الصفي ، ط4 : (دار الفكر ، عمان ، 1999)
- وسام توفيق حمادي البياتي: تأثير منهج باستخدام الحاسوب في تعليم الأداء المهاري و المعرفي لبعض المهارات الأساسية بكرة القدم، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، 2005 .