

تأثير برنامج تعليمي قائم على التعلم النقال في تعلم بعض مهارات الجمناستك الفني للطلّبات

رويدة عادل عبد النبي

أ. م. د. محمد قاسم العزاوي

كلية التربية الأساسية/ قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة- الجامعة المستنصرية

ملخص البحث باللغة العربية

هدفت الدراسة إلى اعداد برنامج تعليمي قائم على التعلم النقال وتأثيره في تعلم بعض مهارات الجمناستك الفني للطلّبات، والتعرف على تأثير برنامج تعليمي قائم على التعلم في تعلم بعض مهارات الجمناستك الفني للطلّبات. واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين (الضبط المحكم) ذات الاختبار القبلي والبعدي لملاءمته لطبيعة البحث. تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية والمتمثلة بطلّبات المرحلة الثالثة في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة - كلية التربية الأساسية الجامعة المستنصرية والبالغ عددهم (38) طالبة وتتراوح اعمارهن بين (21-22) سنة، ثم تم تقسيمهن بطريقة القرعة العشوائية الى مجموعتين تجريبية وضابطة عدد كل منهما (15) طالبة. استنتجت الدراسة ان البرنامج التعليمي باستخدام اسلوب التعلم النقال له تاثير ايجابي على تعلم بعض مهارات الجمناستك الفني للحركات الارضية كما وساهم برنامج التعلم النقال بدرجة عالية في ايجاد مشاركة فعالة وابدائية بين الطلّبات والبرنامج المعد. اوصت الباحثة باستخدام التعلم النقال لما له من فاعلية في اتقان مهارات الجمناستك وضرورة اهتمام كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بالتعلم النقال لما له من دور فعال في تعلم المهارات الحركية.

Abstract

The effect of an educational program based on mobile learning in learning some artistic gymnastics skills for female students

By

Rowaida Adel Abdel Nabi

Dr. Muhammad Qassem Al-Azzawi

College of Basic Education / Department of Physical Education and Sports Sciences –
University of Mustansiriya

The study aimed to prepare an educational program based on mobile learning and its effect in learning some artistic gymnastics skills for female students, and to identify the effect of an educational program based on mobile learning in learning some artistic gymnastics skills for female students. The researcher used the experimental approach by designing two equal groups (tight control) with a pre and post test due to its suitability to the nature of the research. The

research sample was selected by the intentional method, represented by third-stage female students in the Department of Physical Education and Sports Sciences - College of Basic Education, Al-Mustansiriyah University, whose number is (38) students, whose ages range between (21-22) years, then they were divided by random lottery into two groups, experimental and control, the number of each (15) of them are female students. The study concluded that the educational program using the mobile learning method has a positive effect on learning some technical gymnastic skills for floor movements. The mobile learning program also contributed to a high degree in creating effective and positive participation between students and the prepared program. The researcher recommended the use of mobile learning because of its effectiveness in mastering gymnastic skills, and the need for the faculties of physical education and sports sciences to pay attention to mobile learning because of its effective role in learning motor skills.

1-1 مقدمة البحث وأهميته :

يعد التعليم الإلكتروني نمطا جديدا من انماط التعلم فرضته التطورات العلمية والتكنولوجية التي يشهدها العالم ، فهو نظام تعليمي يستخدم البرامج الالكترونية يساعد المتعلم على التعلم في المكان الذي يريده وفي الوقت الذي يفضله دون الالتزام بالحضور الى قاعات الدراسة في اوقات محددة ، وفي التعلم من خلال محتوى علمي مختلف لما يقدم في الكتب المنهجية ، ويقدم من خلال وسائط الكترونية حديثة . ومن الوسائل المستحدثة في التعلم استخدام الهاتف النقال وذلك نظرا لانه اصبح وسيلة متاحة لجميع الطلاب و لانه يحتوي على العديد من التطبيقات السهلة مثل مشاهدة الفيديوهات و الصور و العبارات والذي يتيح للطالبة ويمكن ان تستعين بها في أي وقت ويكون موجود على ذاكرة الهاتف النقال. وتسعى مؤسسات التعليم العالي جاهدة الى صياغة نواتج التعلم المنشودة ، بغية اعداد متغيرات المستقبل وما تتضمنه من معارف ومهارات متطورة .

ان لعبة رياضة الجمناستك من الالعاب التي تحتل المرتبة الاولى ، من حيث دقة الاداء والتوافق الجيد وهي من المواد الاساسية والضرورية لطلبة كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة اذ يقاس مستوى الخريج في هذه الكليات بمستوى قدراته المهارية والمعرفية في الالعاب الرياضية . ومن هنا تبرز اهمية البحث في تصميم برنامج تعليمي للتعرف على تأثير للنمذجة الذاتية لبعض المهارات الاساسية والتحصيل المعرفي في الجمناستك الفني للطلبات .

وهدف البحث الحالي إلى اعداد برنامج تعليمي بالنمذجة الذاتية قائم على التعلم النقال وتأثيره في التعلم المعرفي وبعض مهارات الجمناستك الفني للطلبات.

2- التعرف على تأثير برنامج تعليمي بالنمذجة الذاتية قائم على التعلم النقال وتأثيره في التعلم المعرفي وبعض مهارات الجمناستك الفني للطلبات.

3-1 منهج البحث : تم استخدام المنهج التجريبي بطريقة المجموعتين المتكافئتين لملائمتها لطبيعة مشكلة البحث .

3-2 عينة البحث : تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية والمتمثلة بطالبات المرحلة الثالثة في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الاساسية الجامعة المستنصرية للدراسة الصباحية والبالغ عددهم (38) طالبة وتتراوح اعمارهن بين (21-22) سنة، ثم تم تقسيمهن بطريقة القرعة العشوائية الى مجموعتين تجريبية وضابطة عدد كل منهما (15) طالبة ، اما افراد العينة الاستطلاعية (8) طالبات و شكّلت عينة البحث نسبة (100%) من مجتمع البحث.

3-3 وسائل جمع البيانات:

3-3-1 الأجهزة والأدوات :

- بساط الحركات الارضية .
- جهاز العرض الضوئي .
- كاميرا التصوير .
- فريق العمل المساعد : شمل على كل من :مدرس مادة جمناستك الأجهزة (بنين وبنات) والتي قامت بتنفيذ المنهج المقرر على المجموعة التجريبية والضابطة .

3-4 إجراءات البحث الميدانية

بعد ان قامت الباحثة باعتماد مهارات الحركات الارضية بالجمناستك التي تدرس ضمن المنهج الدراسي لطالبات المرحلة الثالثة في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الاساسية الجامعة المستنصرية للعام الدراسي (2022-2023) وهي :

1. مهارة الدرجة الامامية المتكورة .
2. مهارة الدرجة الخلفية المتكورة .
3. مهارة الوقوف على اليدين .
4. مهارة العجلة البشرية .

بعدها قامت بتصميم استمارة تقييم اداء تتضمن اعطاء درجة لكل جزء من اجزاء المهارة (التحضيرى -الرئيسى - الختامى) وعرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين □ لأداء كل طالبة عند اداء مهارات الحركات الارضية بالجمناستك الفني قيد البحث .

3-5 التجربة الاستطلاعية :

تم إجرائها في 6/10/2022م على (5) طلاب من خارج عينة البحث للتعرف على:

- معرفة مدى استيعاب أفراد العينة لمفردات الاختبار 0
- معرفة مدى صلاحية الأدوات المستخدمة 0
- مراعاة الوقت اللازم لتنفيذ الاختبارات 0
- تجاوز الأخطاء والعوائق التي ترافق التجربة 0
- معرفة كفاءة فريق العمل المساعد في إجراء الاختبارات وتسجيل النتائج .
- معرفة صلاحية مكان إجراء الاختبارات وتنفيذ المنهج .

3-6-الاختبار القبلي:

تم إجراء الاختبار القبلي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في الساعة الثانية عشر من يوم الأربعاء المصادف 10/10 / 2022 في قاعة المغلفة للجمناستك في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة .

اولا: الهدف من البرنامج التعليمي المقترح :

تعلم مهارات الجمناستك الفني لطالبات المرحلة الثالثة في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة كلية التربية الاساسية قيد البحث لأفراد المجموعة التجريبية .

ثانيا : محتوى البرنامج التعليمي المقترح :

قبل البدء في اعداد وحدات البرنامج التعليمي المقترح باستخدام التعلم النقال وتأثيره في التعلم المعرفي وبعض مهارات الجمناستك الفني قامت الباحثة بإنشاء موقع تعليمي على تطبيق التلكرام ، كما تم الاطلاع على بعض المواقع التعليمية

على الانترنت ذات العلاقة بمتغيرات البحث الحالي للإفادة منها في تصميم الموقع التعليمي ، وقامت الباحثة بتحديد المحتوى التعليمي الذي تم تقديمه في الموقع التعليمي بعد ان قامت الباحثة بأعداد وحدات البرنامج المدعم بالصور و الفيديوهات الخاصة بالوحدات ورفعها واعطي كل درس ترقيم محدد كل درس على حدة وبذلك يتم تحميل الوحدة التعليمية فورا على الموبايل عن طريق الانترنت وعلى ذلك تقوم الطالبات بالاطلاع على كل وحدة سواء من الجانب النظري او العملي حيث تم تدعيم الدروس بفيديو مباشرة على الانترنت للمهارات التي يتم تأديتها .

اسس وضع البرنامج التعليمي :

- ان يحقق الهدف الذي وضع لأجله .
 - ان يكون مناسباً لطالبات المرحلة الثالثة في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة كلية التربية الاساسية .
 - مراعاة الفروق الفردية بين الطالبات.
 - مرونة البرنامج وقبوله للتعديل .
- الاهداف العامة للوحدات التعليمية
- اكساب الطالبات المعلومات المعرفية من المفاهيم والمصطلحات والحقائق المرتبطة بالجمناستك الفني (هدف معرفي).
 - اكساب الطالبات المراحل الفنية والتعليمية لمهارات الجمناستك الفني(هدف مهاري).
 - اكساب الطالبات اتجاهات ايجابية نحو استخدام الهاتف النقال في تعلم مهارات الجمناستك الفني(هدف وجداني)
- الوحدات التعليمية :

مدة تطبيق البرنامج (12) اسبوع ابتداء من 2022\10\16 ولغاية 2023\1\16 وبواقع وحدة واحدة اسبوعيا الزمن المخصص لكل وحدة تعليمية (90) دقيقة وهو الوقت الفعلي للمحاضرة . واشتمل البرنامج التعليمي على جزئين الاول خاص بالجانب النظري واستخدام الهاتف النقال والاخر خاص بتعليم مهارات الجمناستك الفني قيد البحث تم توزيع زمن الوحدة التعليمية كما يلي :

- مشاهدة البرنامج التعليمي (15) دقيقة .
- التهيئة البدنية (15) دقيقة .
- الجزء التعليمي والتطبيقي (55) دقيقة .
- الجزء الختامي (5) دقائق .

2-7 الاختبار البعدي :

بعد أن انتهت الباحثة من التجربة الرئيسية أجرت الاختبارات البعيدة لمجموعتي البحث، وذلك في تمام الساعة العاشرة صباحا ، من يوم الاحد (2023/ 1/12م)، مراعية في ذلك أن يتم الاختبار بنفس الظروف التي أُجري فيها الاختبار القبلي.

2-8 الوسائل الإحصائية :

استخدمت الباحثة الحقيبة الإحصائية SPSS لاستخراج نتائج البحث ومناقشتها.

3- عرض النتائج ومناقشتها

3-1 عرض النتائج

جدول (2)

يبين دلالة الفروق للاختبارات القبلية والبعيدة للمجموعة الضابطة في متغيرات البحث

المتغيرات	وحدة القياس	القبلي		البعدي		قيمة T المحسوبة	فرق الأوساط	الانحراف المعياري للفروق	دلالة الفروق
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي				
الدرجة الامامية	درجة	1.43	4.12	1.88	6.11	4.77	1.99	0.846	معنوي
الدرجة الخلفية	درجة	1.75	3.37	1.97	5.87	3.44	2.55	0.877	معنوي
الوقوف على اليدين	درجة	1.82	3.33	2.91	5.65	3.56	2.32	0.842	معنوي
العجلة البشرية	درجة	2.96	4.01	1.49	6.11	6.22	2.01	0.763	معنوي

قيمة (T) الجدولية (1.76) عند درجة حرية (14) وتحت مستوى دلالة (0.05)

الجدول (3)

يبين دلالة الفروق للاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في متغيرات

المتغيرات	وحدة القياس	القبلي		البعدي		قيمة T المحسوبة	فرق الأوساط	الانحراف المعياري للفروق	دلالة الفروق
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي				
الدرجة الامامية	درجة	0.79	5.02	1.96	8.77	3.13	3.75	0.78	معنوي
الدرجة الخلفية	درجة	0.86	4.55	1.88	7.93	3.66	3.38	0.63	معنوي
الوقوف على اليدين	درجة	0.94	5.87	1.33	7.75	4.02	1.88	1.10	معنوي
العجلة البشرية	درجة	0.85	6.21	1.79	8.24	3.11	2.03	0.88	معنوي

قيمة (T) الجدولية (1.76) عند درجة حرية (14) وتحت مستوى دلالة (0.05)

جدول (4)

يبين دلالة الفروق بين الاختبارات البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات قيد البحث

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة T المحسوبة	دلالة الفروق
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي		
الدرجة الامامية	درجة	1.88	6.11	1.96	8.77	4.03	معنوي
الدرجة الخلفية	درجة	1.97	5.87	1.88	7.93	4.91	معنوي
الوقوف على اليدين	درجة	2.91	5.65	1.33	7.75	3.97	معنوي
العجلة البشرية	درجة	1.49	6.11	1.79	8.24	3.88	معنوي

قيمة (T) الجدولية (2.09) عند درجة حرية (28) وتحت مستوى دلالة (0.05)

3-2 مناقشة النتائج :-

يتضح من جدول (4) وجود فروق بين متوسطات الاختبارين البعديين للمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في جميع متغيرات قيد البحث ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية . وترجع الباحثة سبب تفوق افراد المجموعة التجريبية على افراد المجموعة الضابطة الى استخدام التعلم النقال الذي كان له الاثر الاكبر في تفعيل دور الطالبات وجعلهن محور العملية التعليمية واستخدام التنافس ، وايضا كان للتعلم النقال الاثر الايجابي من حيث خلق جو تعليمي يكسب الطالبات تصورا واضحا عن الاداء ويستقبل خلالها التغذية الراجعة من مصادر متعددة ومتنوعة واكتساب القيم والاتجاهات ، الامر الذي يؤدي الى اكتساب الاداء الحركي الجيد وكذلك زيادة التحصيل المعرفي . وهو ما يؤكد علية وليد الحلفاوي (2020) بان التعلم النقال له دور فعال في ايصال المحتوى التعليمي للمتعلمين بالصوت والصورة دون اعتبار للحواجز الزمنية وتحسين تحصيل المتعلمين معرفيا وزيادة استجاباتهم () .

كما وترجع الباحثة سبب تفوق افراد المجموعة التجريبية على افراد المجموعة الضابطة للبرنامج التعليمي المعد باستخدام التعلم النقال m-learning اذ كان ذو تأثير فعال في تعلم واكتساب بعض مهارات الجمناستك الفني قيد البحث ، كذلك نلاحظ فروق ذات دلالة احصائية للمجموعتين في الاختبار البعدي ولصالح المجموعة التجريبية في اختبار التحصيل المعرفي مما يؤكد اهمية البرنامج المعد في اكساب الطالبات المهارات المعرفية عن الجمناستك الفني وكذلك المستوى الفني لبعض المهارات والذي يتضمن عرض المهارات المراد تعلمها من خلال الهاتف الشخصي بشكل جذاب والذي ادى الى رؤية المهارات والمعارف المراد تعلمها ومعرفة تفاصيل الاداء بشكل واضح واسهل في اعادة عرضها عدة مرات ، حيث ان الوسيلة المستخدمة هي ملك للطالبة وهذا اهم ميزة يعكس وسائل تعليمية اخرى يمكن الاستعانة بها في البرامج التعليمية فمن خلال ذلك تستطيع الطالبة اعادة المحتوى التعليمي وتكراره عدة مرات وفي اي وقت تشاء خلال اليوم او في اثناء الوحدة التعليمية وبالتالي يساعد في عملية تعلم واتقان المهارات والمعارف ، كما انه تم عرض المعارف والمعلومات بشكل منظم وطريقة شيقة مصحوب بالصور المعدة والفيديوهات التي تجعل المعلومات ترتبط بأذهان الطالبات ، كل ذلك ادى الى تفاعل الطالبات مع البرنامج التعليمي وفقا لقدراتهن وسرعة الاستيعاب والتعلم الامر الذي ادى الى تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة التي استخدمت الطريقة التقليدية والتي تعتمد على الشرح والانموذج وتتفق الباحثة مع كل من جمال الدهشان (2019) () . وعبد الحميد بسيوني (2017) () في ان الخدمات التي يقدمها التعلم النقال يمكن توظيفها والاستفادة منها في التعليم وهي اصبحت خدمات موثوق بها يمكن الاستفادة منها في اي وقت واي مكان واته بدوره يساعد التطور المهاري فلا بد من الاستفادة من التقنيات الحديثة وتقنين استخدام التعلم النقال في التعليم لما له من دور فعال .

الخاتمة :

في ضوء أهداف الدراسة ، وفي إطار المنهج العلمي المستخدم ومن خلال البيانات والمعلومات التي تم الحصول عليها من عينة الدراسة وعرض ومناقشة النتائج ، توصلت الباحثة إلى :

البرنامج التعليمي باستخدام اسلوب التعلم النقال له تاثير ايجابي على تعلم بعض مهارات الجمناستك الفني للحركات الارضية كما ساهم برنامج التعلم النقال بدرجة عالية في ايجاد مشاركة فعالة و ايجابية بين الطالبات والبرنامج المعد . تفاعل الطالبات مع البرنامج التعليمي بواسطة الهاتف النقال وقدرته على تغذية راجعة وصور متكاملة للموقف التعليمي نتج عنه تحسن ملحوظ .. وأوصت باستخدام التعلم النقال لما له من فاعلية في اتقان مهارات الجمناستك وضرورة اجراء المزيد من الدراسات والبحوث التجريبية على مراحل سنوية وفئات مختلفة وذلك لتطوير عمليات التعلم وخاصة التعلم النقال ..

المصادر :

1. Caine DJ, Harringe ML. Epidemiology of injury in gymnastics. In: Caine DJ, Russell K, Lim L, eds. *Gymnastics handbook of sports medicine and science: Wiley-Blackwell*, 2013:111-24.
2. Mahood NV, Kenefick RW, Kertzer R, Quinn TJ. Physiological determinants of crosscountry ski racing performance. *Med Sci Sports Exerc.* 2001;33(8):1379-1384.
3. Harringe ML, Caine DJ. Gymnastics injury prevention. In: Caine DJ, Russell K, Lim L, eds. *Gymnastics handbook of sports medicine and science: Wiley-Blackwell*, 2013:170-8.
4. Naundorf, F., Brehmer, S., Knoll, K., Bronst, A. & Wagner, R. (2008). Development of the velocity for vault runs in artistic gymnastics for the last decade. In: Kwon, Y., Shim, J., Shim, Korea.
5. Kashuba V., Khmel'nitska I., Krupenya S. Biomechanical analysis of skilled female gymnasts' technique in "round-off, flic-flac" type on the vault table // *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*, 12(4). – 2012. – P. 431-435
6. Douda H, Laparidis K, Tokmakidis SP. Long-term training induces specific adaptations on physique of rhythmic sports and female artistic gymnasts. *Eur J Sport Sci.* 2002;2(3):1-14.
7. Nina V, Nota K, Natalia G, Daniela DC, Fink H. Groups. In: FIG, Ed. *Rhythmic Gymnastics Technical Manual Level 3*. Lusanne: FIG Academy 2011; pp. 3-55.
8. Russel K. Fundamentos. Basic gym fundamentos da ginástica e da literaciámotora. Canada: Ruschkin 2008; pp. 1-6.
9. Durall CJ, Udermann BE, Johansen DR, et al. The effects of preseason trunk muscle training on low-back pain occurrence in women collegiate gymnasts. *J Strength Cond Res* 2009;23:86-92
10. Engebretsen L, Steffen K, Bahr R, et al. The International Olympic Committee Consensus statement on age determination in high-level young athletes. *Br J Sports Med* 2010;44:476-84.
11. Kristy Browland. Missouri. Boys Gymnastics rules bricedarbinbulisherRonssas. U.S.A 1988 .