

فاعلية استخدام التغذية الراجعة النهائية في التعلم والاحتفاظ بفن اداء بعض مسكات المصارعة الحرة

م. فائق يونس السعادي

م. د. فواز جاسم الندوي

جامعة الموصل / كلية التربية الأساسية / قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

(قدم للنشر في ٢٠١٩/٦/٢ ، قبل للنشر في ٢٠١٩/٦/٣٠)

ملخص البحث:

يهدف البحث الحالي الى التعرف على أثر استخدام التغذية الراجعة النهائية في التعلم والاحتفاظ بفن اداء بعض مسكات المصارعة الحرة وكذلك الكشف عن أثر الفرق بين الاختبار أبعدي واختبار الاحتفاظ بفن الأداء ، استخدم الباحثان المنهج التجريبي للاثمّة طبيعة البحث، وتكونت عينة البحث من (١٢) لاعباً في نادي العمال الرياضي موزعين على مجموعتين تضم (٦) لاعبين لكل مجموعة، وتم التكافؤ بينهم في متغيرات (الطول ، الكتلة ، العمر) فضلاً عن عدد من عناصر اللياقة البدنية. اذ زودت المجموعة التجريبية الاولى بنسبة ١٠٠% من التغذية الراجعة النهائية أي بعد كل أداء يتم إعطاء التغذية الراجعة النهائية وزودت المجموعة الثانية بنسبة ٥٠% من التغذية الراجعة النهائية أي بعد كل تكرارين يتم إعطاء التغذية الراجعة النهائية .

The Effectiveness of the use of Final Feedback in Learning and Retaining the Art of some free Wrestling

Abstract:

The present research aims at identifying the effect of using the final feedback in learning and retaining the art of performing some free wrestling exercises as well as detecting the effect of the difference between the test and performance test. The researchers used the experimental approach to suit the nature of the research. The sample consisted of (12) The Sports Workers' Club is divided into two groups of (6) players for each group, and they are equal in variables (length, mass, age) as well as a number of fitness elements.

The present research aims at identifying the effect of using the final feedback in learning and retaining the art of performing some free wrestling exercises as well as detecting the effect of the difference between the test and performance test. The researchers used the experimental approach to suit the nature of the research. The sample consisted of (12) The Sports Workers' Club is divided into two groups of (6) players for each group, and they are equal in variables (length, mass, age) as well as a number of fitness elements.

The first experimental group was provided with 100% of the final feedback. After each performance, the final feedback was provided. The second group was given 50% of the final feedback, after each repeat, the final feedback was given.

- التعريف بالبحث :

إن عملية التعلم في لعبة المصارعة تحتاج إلى تغذية راجعة نهائية على طول فترة التعلم نتيجة الجهود الكبير لهذه اللعبة وتعتيد أداؤها وخاصةً لبعض المسكات المعقدة التي تتطلب فترات تعلم طويلة وممارسة فعالة لكي يستطيع المتعلم إتقانها بالشكل الذي يؤهله من تنفيذ المسكة الصحيحة وبوضعية مختلفة وبما يتناسب مع الموقف الحركي .

١-١ مقدمة البحث وأهميته :

إن التعلم هو التغير الثابت نسبياً في سلوك الفرد لذلك وهو عملية مرتبطة بالسلوك الذي لا يتغير بصورة فعالة بشكل سهل لارتباطه بعناصر ومتغيرات مختلفة .

قد لوحظ في الآونة الأخيرة أن هناك من الأساليب الحديثة في التدريس ما يسعى الى تطبيق أفضل الأساليب التعليمية والتي عن طريقها يستطيع المدرس الوصول بالمبتدئ الى أفضل مستوى ممكن في الاداء المهاري .

٢-١ مشكلة البحث :

إن من الأولويات الرئيسة للمتخصصين في لعبة المصارعة هو اختيار الأسلوب التعليمي المناسب لتعليم المسكات وذلك للوصول إلى نتائج عالية في الأداء تمكن المتعلم من اداء المسار الحركي الصحيح والقريب من المسار الحركي المثالي للمسكة، ومن خلال خبرة الباحثان الميدانية لاحظ أن المدرسين يتكفون في استخدام التغذية الراجعة وعم معرفة البعض منهم بأنواعها وكيفية استخدامها وكذلك يعطون تكرارات متباينة النسب العددية من التغذية الراجعة النهائية للمتعلمين المبتدئين ولعدم معرفتهم أي من التكرارات التي

إن التغذية الراجعة " تلك المعلومات التي تعطى للمتعلم خلال استجابته لأداء مهارة أو فعالية أو حركة يريد تعلمها لغرض إنجاز جيد أو تحسين وضع أو تصحيح مسار حركي " (السامرائي، ١٩٩١، ١١٧)، وتعد مسكات المصارعة الحرة هي بمثابة المهارات الأساسية لهذه اللعبة وأكثرها استخداماً في النزالات لذلك يراعى في العملية التعليمية تعليم بعض المسكات المهمة للمبتدئين من جميع جوانبها ومساراتها لما لها من أثر في تعليم المسكات الأخرى، إذ يلحظ على اللاعبين المبتدئين حصول الكثير من الأخطاء عند أدائهم فن أداء المسكة لذلك يحتاج اللاعب إلى توجيه من المدرب سواء أكانت أثناء أداء المسكة أو بعد الانتهاء منها لذا يجب استخدام التغذية الراجعة لغرض تصحيح الأخطاء وتعزيز الاستجابات الحركية للمتعلمين .

- ١- وجود فروق ذات دلالة معنوية للتعلم بنسب التغذية الراجعة النهائية على مستوى الأداء لبعض المهارات الأساسية بلعبة المصارعة.
- ٢- وجود فروق ذات دلالة معنوية في مستوى الأداء الحركي بالمصارعة بين مجموعتي البحث.
- ١-٥ مجالات البحث :
- ١-٥-١ المجال البشري: لاعبي نادي العمال الرياضي - محافظة نينوى .
- ١-٥-٢ المجال الزماني: الفترة من ٢٩/١٠/٢٠١٨ ولغاية ٢٧/١٢/٢٠١٨
- ١-٥-٣ المجال المكاني: قاعة المصارعة في نادي العمال الرياضي - محافظة نينوى .
- ١-٦ تحديد المصطلحات :
- ١-٦-١ التغذية الراجعة :
- ١-٦-٢ ويعرفها (محجوب ، ٢٠٠١) بأنها " تعني جميع المعلومات التي يحصل عليها المتعلم من مصادر مختلفة سواء أكانت داخلية أو خارجية أو كليهما معاً قبل أو في أثناء أو بعد الأداء الحركي ،
- تؤدي إلى تعلم المسكة المطلوب تعلمها الأمر الذي يؤدي إلى أهدار الجهد والوقت المبذولين من قبل المدرب واللاعب، لذا ارتئ الباحثان للخوض في هذه المشكلة لغرض الوقوف على افضل نسبة من نسب التغذية الراجعة النهائية والتي من شأنها تحسين العملية التعليمية والتي تخدم اللاعب والمدرب بالوصول إلى مستوى افضل باستخدام التغذية الراجعة النهائية وبرمجتها بشكل يتناسب مع تكوين البرنامج الحركي للمسكات لكي تكون مناسبة في نوعها ووقت تقديمها للمساعدة في تسهيل العقبات أمام اللاعبين .

٣-١ هدفا البحث :

يهدف البحث إلى الكشف عن :

- ١- فاعلية التغذية الراجعة النهائية في تعلم والاحتفاظ بفن الأداء ببعض مسكات المصارعة الحرة .
- ٢- الفروق في نتائج مستوى الأداء بين مجموعتي البحث لبعض مسكات المصارعة الحرة وحسب النسب المستخدمة التغذية الراجعة النهائية .

٤-١ فرضا البحث :

ويرفها (محجوب ، ٢٠٠١) بأنها " تعني جميع المعلومات التي يحصل عليها المتعلم من مصادر مختلفة سواء أكانت داخلية أو خارجية أو كليهما معاً قبل أو في أثناء أو بعد الأداء الحركي ،

م.د.د. فواز جاسم الندوي وم. فائق يونس السباعي : فاعلية استخدام التغذية . . .

احد المرتكزات المهمة له، حيث تعمل كوظيفة معلوماتية من خلال عمليات التصحيح في البرنامج الحركي الناتجة عن المعلومات التصحيحية الواردة من مختلف مصادرها نتيجة الممارسة والتكرار، لذلك أصبح وجود التغذية الراجعة والاهتمام بها أمر ضروري لأجل تفعيل عملية التعلم وتكامل أسسها .

وتعد التغذية الراجعة إنها "جميع المعلومات التي يمكن ان يحصل عليها المتعلم ومن مصادر مختلفة سواء كانت داخلية او خارجية او كليهما معاً او أثناء او بعد الأداء الحركي والهدف منها تعديل الاستجابات الحركية وصولاً الى الاستجابات المثلى" (محجوب، ٢٠٠٠، ٨٥) وهي عبارة عن معلومات حسية تأتي من مصادر مختلفة داخلية او خارجية او كليهما والتي لكل منها أعضائها الخاصة لاستلام وإيصال المعلومات الى مركز السيطرة في الدماغ لغرض إجراء المقارنة في المرجع التصحيحي لغرض تعديل الاستجابة الحركية الآتية في حالة الحركات البطيئة او المستقبلية في حالة الحركات السريعة، لذا أن التغذية الراجعة تؤثر تأثيراً أساسياً في التعلم ولا سيما عندما تقترن المعلومات بوجود النموذج فالتغذية الراجعة المصاحبة للنموذج تكون ذات قوة وتأثير في عمليتي التدريب والتعلم وهذه حقيقة حيث يمكن فهم سلوكيات وحركات كبيرة ومعقدة بسهولة من خلال الربط بين مشاهدة الحركة

والهدف منها تعديل الاستجابات الحركية وصولاً إلى الاستجابات المثلى ، وهي أحد الشروط الأساسية لعمليات التعلم" (محجوب، ٢٠٠١، ٨٥) .

١-٦-٢ التعلم :

ويعرفه (الازيرجاوي ، ١٩٩١) هو تكوين فرضي إبي عملية تغيير شبه دائم في سلوك الفرد ينشأ نتيجة الممارسة ويستدل عليه من تبديل أو تغيير أو تحويل في أداء الكائن الحي (الازيرجاوي ، ١٩٩١، ١٩٨) .

٢- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة

١-٢ الدراسات النظرية :

١-١-٢ التغذية الراجعة :

أن مفهوم التغذية الراجعة يلتقي مع فكرة معروفة النتائج للأداء لتحقيق مبدأ الكفاءة التعليمية فهي "أعلام المتعلم نتيجة تعلمه سواء كانت النتيجة صحيحة أم خطأ أو إيجابية أم سلبية من أجل تعديل الأداء إذا كان بحاجة إلى تعديل أو تثبيته إذا كان يسير بالاتجاه الصحيح" (الحيلة، ١٩٩١، ٢٥٥)، ان التغذية الراجعة هي من الموضوعات المهمة التي لها علاقة وثيقة بالتعلم الحركي، بل تعتبر

تكون مآحة للمتعلم وتجعله يقرن أدائه الفعلي مع الأداء المطلوب أدائه ، ولذلك فأن مفهوم التغذية الراجعة يرتبط أساساً بتقويم سلوك المتعلم .

٢-١-٢ تصنيف التغذية الراجعة :

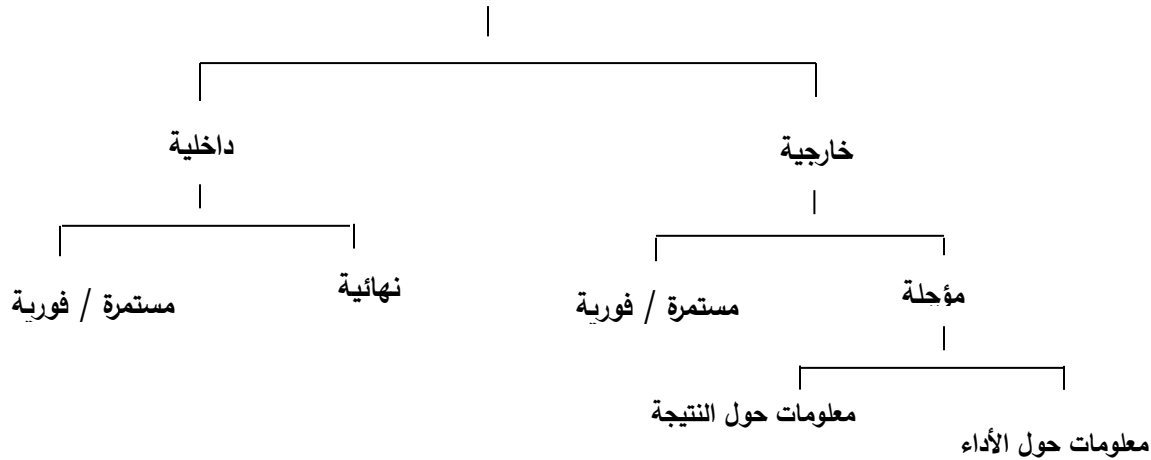
ان مفهوم التغذية الراجعة تم تصنيفه بأشكال متعددة، وان أكثر التقسيمات شيوعاً هو تقسيم (del rey, 1971) وكما هو موضح في الشكل الآتي :

وسماع التغذية الراجعة حول واحد أو أكثر من الجوانب الحركية أو الانجاز" (السامرائي والسامرائي، ١٩٩١، ١١٩-١٢٧) .

"بغياب التغذية الراجعة لا يتم التعلم الا عن طريق المحاولة والخطأ وبذلك تراجع كبير في استراتيجيات التعلم الهادفة الى تحقيق أهداف التعلم بأقصر زمن واقل جهد وبأعلى مستوى من الجودة والإتقان من حيث كم ونوع المعلومات والمهارات" (الشمخي، ٢٠٠٢، ٧٧) .

وكذلك يؤكد الكثير من الباحثين بأن معلومات التغذية الراجعة تؤدي دوراً أساسياً في تعلم المهارات الحركية وان المعلومات

التغذية الراجعة



شكل (١) يوضح أنواع التغذية الراجعة

(خيون، ٢٠٠٢، ٩٢)

٢-١-٣ التغذية الراجعة النهائية Terminal feedback :

أن التغذية الراجعة الخارجية النهائية تعطي للمتعلم بعد الانتهاء من الأداء وعادة تأخذ شكل المعلومات حول النتيجة (KR) ومعلومات حول الأداء (Kp) ويمكن إعطاء المعلومات حول النتيجة بعد الأداء مباشرة ويمكن تأخير إعطاء هذه المعلومات كما يمكن الانتباه إلى أن إعطاء التغذية الراجعة النهائية لحظة توقف اللاعب في نهاية الأداء مباشرة قد لا يكون مجدياً في كثير من الحالات لأن الأجهزة الحسية منشغلة في انتهاء الأداء لذلك فهي تحتاج إلى مدة لنقل التركيز إلى المدرب وسماع ما يقول أما بالنسبة إلى تأخير المعلومات لمدة طويلة فإن ذلك يكون غير مجدي لأن اللاعب يكون قد تجاهل الكثير من الاحساسات المرتبطة بالأداء وأن أحسن توقيت لأعطاء التغذية الراجعة النهائية هو بعد الانتهاء اللاعب من الأداء وضمان تركيزه على المدرب أو المدرس لغرض فهم التغذية الراجعة واستثمارها بشكل جيد" (خيون، ٢٠٠٢، ٩١) "وكذلك يقع هذا النوع من التغذية الراجعة بعد الإنجاز ويكون موثقاً به دائماً ويمكن أعطائه بصورة واضحة أي بعد أكمال عملية الإنجاز حيث يقوم المعلم بأعطاء هذا النوع لتعزيز صحة الإنجاز أو لتصحيح دقة العمل وتنبيه اللاعب إلى

الأخطاء التي أرتكبها أثناء العمل" (عبد المجيد ومروان، ٢٠٠١، ١٢١).

٢-١-٤ التعلم :

ان التعلم عملية أساسية تحدث في حياة الفرد باستمرار والتي تخص المتعلم وقد يحدث بدون قصد، وهي ظاهرة لا يمكن ملاحظتها بصورة مباشرة ولكن يمكن الاستدلال عليها من خلال أداء الفرد، كما يلاحظ بأن التعلم هو التغير الناتج في سلوك الفرد كنتائج للتعليم، ويرى علماء النفس أن التعلم يتحسن كما وكيفاً إذا ما اشتد دافع الفرد، بل أن هناك اتفاقاً على أن لا تعلم بدون دافعية، اما التعلم فهو التغير الناتج في سلوك الفرد كنتائج للتعليم، إذ يشير (غبان، ٢٠٠١) "يعرف العلماء التعلم بأنه التغير الناتج في سلوك الفرد كنتائج للخبرة، أما المتغيرات القصيرة الأمد الحادثة في السلوك، أو التغيرات المرحلية الناتجة عن النضج والنمو والعوامل الطارئة فإنها لاتعد تعلماً، أما التعليم على الجانب الآخر، فإنه ليس هو النهاية بذاته، انه فقط وسيلة تقضي إلى نهاية معينة في التعلم وتعريف التعلم، يمكننا أن نعرف التعليم كعملية ينتج عنها التعلم وتشمل المواقف التعليمية كلا من عمليتي التعليم والتعلم، ويمكن أن نعرف التعليم على انه تنظيم للتعلم" . (غبان، ٢٠٠١، ١٦)

٢-١-٥ المسكات الفنية في المصارعة :

١- المسكات التي تؤدي من وضع الوقوف .

- المسكات الفنية الهجومية التي تؤدي من وضع الوقوف .

- المسكات الدفاعية التي تؤدي من وضع الوقوف .

- مسكات الهجوم المضاد التي تؤدي من وضع الوقوف .

- تركيب المسكات من وضع الوقوف .

٢-٢ المسكات الفنية التي تؤدي في الصراع الأرضي :

- المسكات الهجومية في الصراع الأرضي .

- المسكات الدفاعية في الصراع الأرضي .

- مسكات الهجوم المضاد في الصراع الأرضي .

- تركيب المسكات في الصراع الأرضي " (نصيف واخران،

١٩٩٠، ٦٥) .

٢-١-٦ الاحتفاظ :

ان الاحتفاظ يدل على ما يمكن أن تذكره عن طريق

الاسترجاع الصحيح للخبرات السابقة ويحدد بقياس الفرق بين كمية

التعلم الأصلي وبين النسيان، وان "عملية النسيان تساوي كمية

التعلم الأصلي ناقصاً كمية الاحتفاظ" (ألبنا، ٢٠٠١، ٢٩)، وان

التعلم عملية معقدة تسهم فيه الكثير من العمليات العقلية لدى

الإنسان، ومنها تذكر الخبرات السابقة ويتم أما عن طريق

الاستدعاء من الذاكرة البعيدة الامد، وان عملية التذكر تعني العمل

الإرادي الذي يقوم به الإنسان لاستعادة الصور والحقائق الماضية

ويتكون من ثلاث مراحل ، مرحلة الاكتساب (Acquisition)

ومرحلة الاحتفاظ (Retention) ومرحلة الاسترجاع

(Recall) وان ما نكتسبه في عملية الإدراك هو ما تذكره نفسه،

لذا تهتم دراسات التذكر بعملية الاكتساب كخطوة أولى أساسية

فيها، إذ لا يمكن تذكر شيء لم سبق للشخص اكتسابه، فقد بينت

الدراسات إن ما تذكره يتوقف عن طريق اكتساب الشخص

للمعرفة، فالطريقة التي يكتسب بها شخص معرفة ما سيتذكره

منها . (مطرود، ١٩٩٧، ٢٤) ويؤكد (خيون، ٢٠٠٢) إن للذاكرة

ارتباطاً وثيقاً بالتعلم ، فبدون الذاكرة لا يحدث تعلم . والذاكرة تعني

الاحتفاظ بالمعلومات واسترجاع تلك المعلومات عند الحاجة"

(خيون، ٢٠٠٢، ٤٩) .

٢-١-٧ قياس الاحتفاظ :

هناك ثلاث طرائق لقياس الاحتفاظ .

١ . قياس الاحتفاظ المطلق .

٢ . نسبة الاحتفاظ : وتبنى الباحثان طريقة قياس نسبة

الاحتفاظ في هذه الدراسة .

٣ . التوفير .

٢-٢ الدراسات المشابهة :

٣- إجراءات البحث :

١-٢-٢ دراسة (إبراهيم ، ٢٠٠٦)

١-٣ منهج البحث :

" تأثير استخدام التغذية الراجعة في الأداء الفني لدفع الثقل "

استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملاءمته وطبيعة

البحث .

هدفت الدراسة إلى أعداد منهج تعليمي لفعالية دفع

الثقل لطلاب المرحلة الأولى في كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى

وكذلك التعرف على تأثير المنهج التعليمي الخاص بفعالية دفع الثقل

ومعرفة تأثير استخدام التغذية الراجعة للأداء في مستوى الأداء

بدفع الثقل، استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته مع طبيعة

مشكلة البحث .

٢-٣ مجتمع البحث وعينه :

اختار الباحثان عينة البحث بالطريقة العمدية من المصارعين

المبتدئين في نادي العمال الرياضي في محافظة نينوى البالغ عددهم

١٢ مصارعاً من أصل ١٧ مصارعاً بأعمار (١٥-١٦) سنة وتم

تقسيم عينة البحث بالطريقة العشوائية المنتظمة إلى مجموعتين

وبواقع (٦) مصارعين لكل مجموعة وكان ترتيب المجموعتين كالآتي :

وقد تكونت عينة البحث من (٥٢) طالباً بواقع (٢٤)

طالباً لشعبة (ب) و (٢٨) طالباً لشعبة (هـ) بعد إستبعاد بعض

الطلاب من عينة البحث، واستخدم الباحث الوسائل الاحصائية

الآتية (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الاختلاف،

اختبار التائي) واستنتج الباحث بان لاستخدام التغذية الراجعة

للأداء بنوعيتها تأثير مقارب في رفع مستوى الأداء الفني لدفع الثقل

حيث حققت المجموعة الثانية التي استخدمت تغذية راجعة بعد

الأداء تقدماً بنسبة تطور أفضل من المجموعة الأولى التي استخدمت

التغذية الراجعة إثناء الأداء .

١- المجموعة الأولى : زودت بنسبة ١٠٠% من التغذية الراجعة

النهائية أي بعد كل أداء يتم إعطاء التغذية الراجعة النهائية .

٢- المجموعة الثانية : زودت بنسبة ٥٠% من التغذية الراجعة

النهائية أي بعد كل تكرارين يتم إعطاء التغذية الراجعة

النهائية ، وتم تجانس العينة وتكافؤها بالمتغيرات الطول والعمر

والكتلة وكما هو واضح في جدول (١) وكان معامل

الاختلاف لم يتجاوز الـ (٣٠ %) مما يدل على تجانس العينة.

جدول (١) يبين عدد أفراد المجموعتين الأولى والثانية

مجموعي البحث	نسبة التغذية الراجعة	العدد الكلي	المستبعدين	عدد أفراد العينة
المجموعة الاولى	١٠٠%	١٤	٢	١٢
المجموعة الثانية	٥٠%	١٥	٣	١٢
المجموع	_____	٢٩	٥	٢٤

٣-٣ تكافؤ مجموعتي التجريبية :

تم اختيار عناصر اللياقة البدنية وتحديد الاختبارات

المؤثرة في تعلم وإتقان المسكات استنادا لرأي الخبراء في مجال لعبة المصارعة والمعدة من قبل (سعيد ، ١٩٩٧) وكما هو مبين أدناه :

١- اختبار الوثب العمودي المعدل لسارجنت (علاوي و رضوان، ١٩٩٤، ٨٥) .

٢- اختبار التوافق وتم قياسه باختبار الجري على شكل (8) (حسانين، ١٩٨٧، ٤٠٢) .

٣- اختبار المرونة وتم قياسها باختبار الجسر (علاوي، ورضوان، ١٩٩٤، ٣٥١-٣٥٢) .

تم إجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث لضبط المتغيرات

الآتية:

- العمر الزمني مقاساً بالسنة .

- الطول مقاساً بالسنتيمتر .

- الكتلة مقاساً بالكيلو غرام .

- عناصر اللياقة البدنية والحركية المؤثرة في تعلم وإتقان

مسكات المصارعة الحرة وكما يأتي:

م.د.د. فواز جاسم النداوي و م. فائق يونس السبعاني : فاعلية استخدام التغذية . . .

واتضح أن الفروق غير دالة معنوياً بين مجموعتي البحث في جميع المتغيرات السابقة الذكر مما يدل على تكافؤها .

جدول (٢) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) الحتسبة والجدولية للمتغيرات (الطول والعمر والكتلة) التي تم ضبطها لعينة

البحث

المتغيرات	التجريبية الأولى		التجريبية الثانية		الجموعة
	م	ع	م	ع	
العمر / شهر	١٥,٦	١٤,٠١	١٥,٤	١٨,٢٨	٢,٠١٦
الطول / سم	١٥١,٢٠	٢,٧٤	١٥٠,٣٣	٤,٦٥	٠,٥١٦
الكتلة / كغم	٥٢,٤٠	٦,٧٧	٥٢,٢٠	١١,٦٢	٠,٠٦٤

٤-٣ التصميم التجريبي :

وقد استخدم الباحث التصميم التجريبي الذي يطلق عليه تصميم المجموعات العشوائية الاختيار ذات الاختبار البعدي (الزومبي والغنام،

١٩٨١، ١١٢) وشكل (٢) يوضح ذلك.

المجموعة	نسبة التغذية الراجعة النهائية	الاختبار البعدي	أختبار الاحتفاظ
١ت	%١٠٠		
٢ت	%٥٠		

شكل (٢) يوضح التصميم التجريبي

٥-٣ التجربة الاستطلاعية :

تعد التجربة الاستطلاعية هي واحدة من اهم
الأجراءات المطلوبة للعمل في يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٨/١٠/٢١
وعلى قاعة نادي العمال الرياضي وتهدف التجربة الاستطلاعية إلى
ما يأتي :

- معرفة الوقت المستغرق في إعطاء التغذية الراجعة النهائية .
- التعرف على صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة
- تلافي الأخطاء التي ممكن حصولها في التجربة الرئيسة .
- التأكد من صلاحية المكان الذي تجري فيه التجربة الرئيسة .
- معرفة فريق العمل المساعد بطبيعة العمل .

وتم تنفيذ التجربة الاستطلاعية قبل بداية العمل الرئيسي
بعشرة ايام في الظروف نفسها وفي المكان نفسه التي تم فيها تطبيق
إجراءات البحث .

٦-٣ إجراءات البحث :

من خلال إطلاع الباحثان على المنهج التعليمي المعد من
قبل المدرب في نادي العمال الرياضي والذي تم التعرف على عدد
التكرارات المناسبة لأعمار العينة وذلك من خلال استطلاع آراء
الخبراء والمختصين في المجال الرياضي والتي بلغت (٢٠) تكراراً
فقد قام الباحثان بإدخال مجموعة تكرارات التغذية الراجعة
النهائية على البرنامج التعليمي والتي كان زمن الوحدة التعليمية (٦٠)
دقيقة مقسم على ثلاثة اقسام هي :-

- القسم التحضيري قدره (١٢) دقيقة .
- القسم الرئيسي قدره (٤٣) دقيقة .
- القسم الختامي قدره (٥) دقائق .

م.د.د. فوز جاسم النداوي و م. فائق يونس السبعائي : فاعلية استخدام التغذية . . .

- اذ استخدمت المجموعة التجريبية الاولى التغذية الراجعة النهائية بنسبة تكرار ١٠٠% خلال الوحدة التعليمية .
- اذ استخدمت المجموعة التجريبية الثانية التغذية الراجعة النهائية بنسبة تكرار ٥٠% خلال الوحدة التعليمية .

٣-٨ الاختبارات البعدية :

تم تصوير مجموعتي البحث والتي تعلمت وفق التكرارات المعطاة من التغذية الراجعة النهائية والذي تم اعطاء النسب المئوية للتغذية الراجعة النهائية بناءً على اساس التكرارات والتي تم تحديدها من قبل الخبراء والمختصين في المجال الرياضي، إذ كانت تعطى نسبة الـ (١٠٠%) من التغذية الراجعة النهائية بعد كل تكرار. أما نسبة الـ (٥٠%) فبعد كل تكرارين، وتم تصوير المجموعتين في الساعة (٣,٣٠) عصراً في نادي العمال الرياضي في يوم الخميس الموافق ٢٠١٨/١٢/٢٧ وبعد ذلك تم عرض التصوير كاملاً على مجموعة من الخبراء لغرض تقييم الأداء المهاري باستمارة خاصة .

٣-٩ تقييم فن أداء المسكات :

استعان الباحثان بمقومين من ذوي الخبرة والاختصاص المذكورين سلفاً ومن أجل تقييم فن الأداء لعينة البحث باعتماد استمارة تقييم الاداء المهاري لبعض المهارات الاساسية بالمصارعة

وتم عمل المجموعتين بواقع وحدتين في الأسبوع لكل مجموعة وفي أيام (السبت , الثلاثاء) و (الاثنين , الخميس) لمدة ثمانية اسابيع وكان بداية العمل للمجاميع حسب الترتيب الآتي :

المجموعة الأولى : بدأت بتاريخ ٢٧/١٠/٢٠١٨ الموافق الاثنين الساعة (٣,٣٠) عصراً .

المجموعة الثانية : بدأت بتاريخ ٢٩/١٠/٢٠١٨ الموافق الثلاثاء الساعة (٣,٣٠) عصراً .

٣-٧ المادة التعليمية :

تضمن البرنامج التعليمي (٩) وحدات تعليمية لكل نوع من أنواع التغذية الراجعة النهائية وبواقع وحدتين تعليميتين أسبوعياً وبمعدل (٦٠) دقيقة وقام المدرب (*) بتنفيذ وحدات البرنامج المعد لتنفيذ المسكات قيد الدراسة على عينة البحث للمسكات الآتية:

- مسكة التقاط كاحل القدم .
- مسكة الرمي بلف الذراع .
- مسكة الدوران بربط الخصر، مستخدماً التغذية الراجعة النهائية لكل مجموعة من خلال التنفيذ .

(*) خالد عبد الله : مدرب درجة ثانية في نادي العمال الرياضي للعام)

أستخدم الباحثان الوسائل الإحصائية الآتية :-

(الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، الارتباط المتعدد

، اختبار (ت) ، النسبة المئوية)

(الحكيم، ٢٠٠٤ ، ٢٦٩-٣١٠)

المعدة من قبل (سعيد، ١٩٩٧، ٤٧) اذ تصف بالصدق والثبات، وتم

تقسيم كل مسكة الى ثلاثة اقسام هي (التحضيرية ، الرئيسي ،

الختامي) كما تم تحديد الدرجة الكلية بـ (١٠) درجات وتم أيضاً

توزيع الدرجة على الاقسام الثلاث حسب اتفاق المختصين على

وفق اهمية كل قسم من اقسام المسكة .

٤- عرض النتائج ومناقشتها

وأجريت اختبار الاحتفاظ على مجموعتي البحث بعد

الانتهاء من تنفيذ البرنامج التعليمي والاختبارات البعدية لاختبار

الاحتفاظ يوم الخميس الموافق ٢٠١٩/١/١٠ في قاعة المصارعة

بنادي العمال الرياضي .

٤-١ عرض ومناقشة نتائج الاختبار أبعدي بين المجموعة الضابطة

والتجريبية في تعلم فن أداء بعض مسكات المصارعة الحرة:

٣-١٠ الوسائل الإحصائية :

جدول (٣) يبين دلالة الفروق في الاختبار أبعدي بين مجموعتي البحث في تعلم فن أداء بعض مسكات المصارعة الحرة

قيمة ت المحسوبة	المجموعة التجريبية الأولى		المجموعة التجريبية الثانية		المسكات
	ع+	س-	ع+	س-	
٢,٣١٤	٠,٧١٢	٧,٢٦٢	٠,٩١٣	٦,٤٧٤	التقاط كاحل القدم
٢,٥٢٦	٠,٦٢٥	٧,٣١٣	٠,٨١٧	٦,٥١٢	الرمي بلف الذراع
٢,١٤٨	٠,٥٤٠	٦,٦٧٠	٠,٤٧٥	٦,٣٥٩	الدوران بربط الخصر

* قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (٣٠) ونسبة خطأ (٠.٠٥) = (٢.٠٤)

حيث يبين الجدول (٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي البحث ولصالح المجموعة التجريبية في مسكات (التقاط كاحل القدم، الرمي بلف الذراع ، الدوران بربط الخصر) إذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة للمسكات أعلاه (٢,٣١٤ ، ٢,٥٦ ، ٢,١٤٨) على التوالي وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية والبالغة (٢,٠٤) .

يعزو الباحثان سبب ذلك إلى ان اعطاء نسبة ٥٠% التغذية الراجعة النهائية والتي تعد أكثر فاعلية من نسبة اعطاء ١٠٠% من التغذية الراجعة النهائية في التعليم والذي فرض عدة أمور وعوامل أدت بالنهاية إلى تفوقه على نسبة ١٠٠% وهي إن حاجة اللاعب من التغذية الراجعة والتي تتلاءم مع طبيعة المادة التعليمية كون خصائص لعبة المصارعة هي التحدي والجهود الكبير، كما يعزو الباحثان سبب تفوق المجموعة التجريبية الثانية التي استخدمت نسبت ٥٠% من التغذية الراجعة النهائية والذي أعطت للاعب دوراً في الحصول على تغذية راجعة مناسبة للتعليم واعطاء اللاعب فرصة أفضل ليتعلم ويوضع قدراته وأدائه على المحك وهذا يزيد من مستوى فن أداء المتعلم وبالتالي يسهم في زيادة ثقته بنفسه وتلقي المعلومات يعدد عدد من محاولات الأداء بشكل

متباعد عن اللاعب يؤدي إلى مردودات عكسية على سرعة التعلم السريع ويكون المتعلم في حالة نسيان الأداء الصحيح للمسكة وعدم تصحيحها وهذا ما أكدته (طه ، ١٩٩٩) يجب أن تكون عدد المرات الصحيحة على الأقل مساوية إلى عدد المرات الخاطئة حتى ينتقل المتعلم بعد ذلك إلى مرحلة الأداء " (طه، ١٩٩٩، ٢٤) ويؤكد (خيون ، ٢٠٠٢) أن "المعلومات حول النتيجة مهمة لتحسين الأداء ويجب أن يعطي المتعلم وقتاً كافياً للتدريب بعد المحاولة الثانية " (خيون، ٢٠٠٢، ٩٨) .

٤-٢ عرض ومناقشة نتائج الاختبار أبعدي ونتائج اختبار الاحتفاظ لكل من نسبة ١٠٠% ونسبة ٥٠% من التغذية الراجعة النهائية في تعلم فن أداء بعض مسكات المصارعة الحرة:

الجدول (٤) يبين (ت) المحسوبة لنتائج الاختبار أبعدي والاحتفاظ في كل من نسبة ١٠٠% ونسبة ٥٠% من التغذية الراجعة النهائية في تعلم فن الأداء لبعض مسكات المصارعة الحرة وكما يلي:-

جدول (٤) يبين دلالة الفروق بين الاختبار أبعدي واختبار الاحتفاظ في تعلم فن أداء بعض مسكات المصارعة الحرة والتي استخدمت نسبة

١٠٠% من التغذية الراجعة النهائية

ت	المسكات	الاختبار أبعدي		اختبار الاحتفاظ		ت
		س	ع+	س	ع+	
١ .	التقاط كاحل القدم	٥,٤١٦	٠,٩٢٠	٥,١١	٠,٥٦٣	٦,٦٢
٢ .	الرمي بلف الذراع	٥,٥٧٦	٠,٨١٤	٥,٣٨٨	٠,٤٩٢	٤,٤٣
٣ .	الدوران بربط الخصر	٥,٩٦٢	٠,٤٨٣	٥,٤٧٦	٠,٧٣٥	٣,٥٥

* قيمه (ت) الجدولية عند درجه حرية (١٥) ونسبة خطأ (٠.٠٥) = (٢.١٨)

جدول (٥) يبين دلالة الفروق بين الاختبار أبعدي واختبار الاحتفاظ في تعلم فن أداء بعض مسكات المصارعة الحرة والتي استخدمت نسبة

٥٠% من التغذية الراجعة النهائية

ت	المسكات	الاختبار أبعدي		اختبار الاحتفاظ		ت
		س	ع+	س	ع+	
١ .	التقاط كاحل القدم	٧,٤٧	٠,٧٠٦	٦,٣١	٠,٤٧٦	٤,٩٥
٢ .	الرمي بلف الذراع	٧,٥٦٥	٠,٦١١	٥,٩٨٦	٠,٥١١	٦,٥٦
٣ .	الدوران بربط الخصر	٦,٨٧٣	٠,٥٠٠	٥,٩٠٠	٠,٦٣٥	٤,٥٤

* قيمة (ت) الجدولية عند درجه حرية (١٥) ونسبة خطأ (٠.٠٥) = (٢.١٨)

ويعزو الباحثان سبب ذلك إلى عدم ممارسة عينة البحث للمسكات قيد البحث بعد إجراء الاختبار ألبعدي والذي أدى بدوره إلى فقدان جزء من ما تم اكتسابه وتعلمه في أثناء فترة التجربة إذ "أن ما يكسبه اللاعب من خبرة حركية ومعرفية يضعف بدرجة كبيرة وتقل نسبة الاحتفاظ بها بعد انتهاء التعلم مباشرة" (عثمان، ١٩٩٠، ٢٠٨) ويؤكد (الندواوي، ٢٠١٨) بأن "الاختبار بعد فترة الاحتفاظ سيكون أقل من آخر اختبار في المدة التعليمية أو التدريبية، ولذلك يمكن حساب عدد التكرارات بعد مدة لحين الوصول إلى الكفاية نفسها في آخر اختبار قبل الاحتفاظ، وهناك عوامل كثيرة تساعد على استبقاء" (الندواوي، ٢٠١٨، ٥٠) .

يبين الجدول (٤) و(٥) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار ألبعدي واختبار الاحتفاظ في تعلم فن الأداء بعض مسكات المصارعة الحرة للمجموعة التجريبية الأولى ، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة للمجموعة التجريبية الاولى والتي استخدمت نسبة ١٠٠% التغذية الراجعة النهائية هي (٦,٦٢ - ٤,٤٣ - ٣,٥٥) على التوالي وكذلك حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة للمجموعة التجريبية الثانية والتي استخدمت نسبة ٥٠% التغذية الراجعة النهائية هي (٦,٥٦ - ٤,٩٥ - ٤,٥٤) على التوالي وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية والبالغة (٢٠٤) .

جدول (٦) يبين النسبة المئوية للاختبار ألبعدي واختبار الاحتفاظ في تعلم فن أداء بعض مسكات المصارعة الحرة للمجموعة الاولى التي

استخدمت نسبة ١٠٠% من التغذية الراجعة النهائية

ت	المسكات	الاختبار ألبعدي	اختبار الاحتفاظ	النسبة المئوية
		سَ	سَ	
١ .	التقاط كاحل القدم	٦,٥٧	٥,٣٦	٨١,٣٤%
٢ .	الرمي بلف الذراع	٦,٥٨٤	٥,٣٦٤	٨١,٤٩٧%
٣ .	الدوران بربط الخصر	٦,٣٦٣	٥,٤٨٩	٨٠,٦١٨%

أما فيما يخص تكرارات التغذية الراجعة النهائية بنسبة (١٠٠ %) فقد كانت أقل تأثيراً من نسبة الـ (٥٠ %) على عملية اكتساب الشكل الخام للحركة ويعزو الباحثان سبب ذلك إلى تكرار التغذية الراجعة النهائية بعد كل محاولة تؤدي إلى سوء فهم الفرد لهدف المسكة ويصبح التصور خاطئ على كل أداء يؤدي من قبل اللاعب كذلك الملل الذي يصيب الفرد المتعلم حول تصور شكل الحركة فيكون الفرد في حالة تدمير وعدم وجود فرصة للتعرف على أداءه بنفسه وهذا ما أكدته (خيون ، ٢٠٠٢) أن "أعطاء المعلومات حول نتيجة الأداء بعد كل محاولة يولد اعتماد تام على المعلومات الخارجية من قبل المتعلم ولذلك يستحسن إعطاء فترة للمتعلم للتعرف بنفسه واستخدام التغذية الراجعة الداخلية وتطويرها" (خيون، ٢٠٠٢، ٩٨)، ويرى الباحثان ان الزيادة في دقة التغذية الراجعة المرتبطة بنتيجة الأداء قليلة التأثير في الأداء المهاري لعدم وجود الأثارة والتشويق في الأداء مثلما ويؤكد (شرف ، ٢٠٠٠) "أن التكرار الكثير الذي يتكرر في كل مرة لمرات الاستجابات للمثيرات هذا سوف يصيب الفرد بالملل وعدم التشويق" (شرف، ٢٠٠٠، ١١١).

جدول (٧) يبين النسبة المئوية للاختبار ألبعدي واختبار الاحتفاظ في تعلم فن أداء بعض مسكات المصارعة الحرة للمجموعة الثانية التي

استخدمت نسبة ٥٠% من التغذية الراجعة النهائية

ت	المسكات	الاختبار ألبعدي	اختبار الاحتفاظ	النسبة المئوية
		سَ	سَ	
١ .	التقاط كاحل القدم	٧,٢٥	٦,١٢	٨٤,٠٤٥%
٢ .	الرمي بلف الذراع	٧,٣٦٣	٥,٩٨٣	٨١,٢٧٤%
٣ .	الدوران بربط الخصر	٦,٦٧١	٥,٩٠١	٨٨,٤١٣%

وأصبح الأداء يؤدي من قبل اللاعب الفرصة على التكرار والتدريب في المحاولة الثانية فيكون للتكرار النسبي أثر واضح على عملية التعلم السريع للمهارات الحركية فأن خفضت النسبة المئوية في التكرار يؤدي إلى السرعة في تعلم المسكة، أن يبدأ التصحيح بعد كل تكرارين من الأداء للمهارة وهذا ما أكدته (محجوب، ٢٠٠١) ("لأثر التعليم يجب تخفيض كل من التكرار النسبي وكمية المعلومات عن ناتج الحركة " (محجوب، ٢٠٠١، ٨٦) .

٤-٣ عرض ومناقشة نتائج الاحتفاظ لكل من نسبة ١٠٠% ونسبة ٥٠% من التغذية الراجعة النهائية في تعلم فن أداء بعض مسكات:

وقد تبين لنا من جدول (٧) أن اختبار الاحتفاظ كانت لصالح المجموعة الثانية إذ بلغت (٨٨,٤١٣%) وهي أكثر تطوراً من النسب الأخرى، كما وجد الباحثان فروقاً معنوية بين المجموعتين ولصالح المجموعة الثانية ويعزو الباحثان ذلك إضافة إلى الأسباب التي ذكرت في المرحلتين السابقتين أنه لكل نسبة من نسب التغذية الراجعة النهائية المستخدمة في هذه الدراسة اختلاف في التأثير ومقدار التعلم السريع الذي حصلت عليه كل مجموعة من مجموعتي البحث ولكون النسبة الـ (٥٠ %) تعمل على خلو اللاعب من الأخطاء الحركية وأداء الحركة بنجاح وتحت الظروف المختلفة

جدول (٨) يبين (ت) المحسوبة في اختبار الاحتفاظ وفق نسبة ١٠٠% ونسبة ٥٠% من التغذية الراجعة النهائية في تعلم فن أداء بعض مسكات

ت	المسكات	التجريبية الأولى		التجريبية الثانية		قيمة ت المحسوبة
		س	ع	س	ع	
١ .	التقاط كاحل القدم	٥,٢٥٤	٥,٥٨٥	٦,١٢	٥,٤٥٨	٤,٥٣
٢ .	الرمي بلف الذراع	٥,٣٦٢	٥,٤٩٠	٥,٩٧٦	٥,٣١٢	٣,٩٢
٣ .	الدوران بربط الخصر	٥,٤٧٨	٥,٧٣٤	٥,٩٦٢	٥,٤٣٦	٢,٠٨

* قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (١٠) ونسبة خطأ (٠,٠٥) = (٢,٠٤)

(التقاط كاحل القدم ، الرمي بلف الذراع ، الدوران بربط الخصر) إذ بلغت قيمته (ت) المحسوبة للمسكات أعلاه (٤,٥٣ - ٣,٩٢ -

يبين الجدول (٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي البحث ولصالح المجموعة التجريبية الثانية في مسكات

(٢,٠٨) وعلى التوالي وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية والبالغة (٢,٠٤) .

ويعزو الباحثان الفرق في الاحتفاظ بين المجموعتين التجريبية الأولى والتجريبية الثانية إلى بسبب اعطاء تكرارات التغذية الراجعة النهائية بنسبة (٥٠ %) أدت إلى سرعة اكتساب شكل الحركة خلال العملية التعليمية والقدرة على التفكير بفن الأداء ولتقارب تكراراتها أدى إلى الاحتفاظ بالأداء المهاري لمدة طويلة بحيث اكتسب المتعلم المعلومات من المدرب وتعلم الشكل الخام للحركة وكان الانتقال بين أقسام الحركة متأخر ولكن أسرع من المجموعة التي استخدمت تغذية راجعة نهائية بنسبة (١٠٠ %) وتغذية راجعة نهائية وبهذا يكون التكرار النسبي الأقل للمهارة الحركية المراد تعلمها يؤدي إلى اكتساب الشكل الخام للحركة وبأسرع وقت ممكن وهذا ما أكدته (محجوب , ٢٠٠١) بأن "التغذية الراجعة المتكررة وبنسب أقل من النسب المطلقة لكمية التمرين تسمح بفاعلية ذاكرة طويلة الأمد" (محجوب، ٢٠٠١، ١٢٢)، كما يرى الباحثان إضافة إلى الأسباب التي وردت في المرحلة الأولى أن اللاعب لديه القدرة على اتقان المسكة لكونه اكتسب الشكل الخام بسرعة فائقة فتكون المسكة أكثر دقة واقتصادياً بالجهد والوقت ويكون التوافق بين أقسام الحركة موجود في هذه المرحلة ويتطور بشكل مستمر

والاخطاء تقل وتزول باستخدام تكرارات متناوبة أي بعد كل تكرارين سوف يؤدي ذلك إلى اكتساب تعلم المسكة بالسرعة المطلوبة وهذا ما أكدته (أكرم, ٢٠٠٠) أن " فرص اكتشاف الأخطاء خلال التوقفات بين أداء وآخر وتكرار وآخر تكون كبيرة حيث يتمكن المتعلم من أن يفكر ويعيد ذاكرته وتصورات عند أداء المهارة وكذلك تعطي الدرجة المكانية للمتعلم لكي يحلل أداءه ويصوره لكي يتمكن من تصحيحه في التكرارات التالية" (شلش ، صبحي، ٢٠٠٠، ١٣٤) .

٥- الاستنتاجات والتوصيات :

١-٥ الاستنتاجات :

١. إن مجموعتي البحث كان لها تأثير معنوي في إكتساب تعلم فن اداء بعض مسكات المصارعة الحرة .
٢. يعد أسلوب التغذية الراجعة النهائية بنسبة ٥٠% أكثر فاعلية في الاحتفاظ بفن أداء بعض مسكات المصارعة الحرة.

٢-٥ التوصيات:

م.د.د. فوز جاسم النداوي وم. فائق يونس السبعاني : فاعلية استخدام التغذية . . .

١. استخدام أسلوب التغذية الراجعة النهائية كأحد الأساليب التعليمية الناجحة لتعلم بعض مسكات المصارعة الحرة .
٢. اهتمام مدرسي التربية البدنية وعلوم الرياضة بالتغذية الراجعة بأنواعها المختلفة .
٣. الأيزرجاوي ، فاضل محسن (١٩٩١): أسس علم النفس التربوي ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل .
٥. حسنين، محمد صبحي (١٩٨٧): القياس والتقويم في التربية البدنية، ط٢، دار الفكر العربي، القاهرة .
٦. الحكيم، علي سلوم جواد (٢٠٠٤): الاختبارات والقياس والتقويم والإحصاء في المجال الرياضي، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة القادسية .

- المصادر:

١. إبراهيم، احمد مالك (٢٠٠٦) : تأثير استخدام التغذية الراجعة في الأداء الفني لدفع الثقل، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية ، جامعة ديالى .
٢. خيون، يعرب(٢٠٠٢): التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، مكتب الصخرة، بغداد .
٣. السامرائي، عباس احمد والسامرائي، عبد الكريم محمود (١٩٩١): كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية الرياضية، دار الحكمة للطباعة، البصرة .
٤. ألبناء، ليث محمد داؤد (٢٠٠١): أثر استخدام جدولة الممارسة اليومية للوحدات التعليمية في اكتساب واحتفاظ فن أداء ودقة بعض الارسلات السهلة والصعبة بالكرة الطائرة، أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل .
٧. الحيلة، محمد محمود (١٩٩١): التعميم التعليمي نظرية وممارسة ، كلية العلوم التربوية، دار المسيرة للطباعة والنشر، عمان .
٨. خيون، يعرب (٢٠٠٢) : التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق، الصخرة للطباعة، بغداد .
٩. الزوبعي، عبد الجليل إبراهيم والغنام، محمد أحمد (١٩٨١): مناهج البحث في التربية، ط١، مطبعة جامعة بغداد، العراق .
١٠. السامرائي، عباس احمد والسامرائي عبد الكريم محمود(١٩٩١): كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية الرياضية، البصرة، مطبعة دار الحكمة .

١١. سعيد، زياد طارق حامد، (١٩٩٧): اتجاهات طلاب كلية التربية الرياضية نحو مادة المصارعة وعلاقتها بفن الأداء وبعض القدرات البدنية والحركية الخاصة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الموصل .
١٢. شرف، عبد الحميد (٢٠٠٠): تكنولوجيا التعليم في التربية الرياضية، ط ١، مطابع أمون، القاهرة، ص ١١١ .
١٣. شلش، نجاح مهدي وصبحي، وأكرم محمد (١٩٩٤): التعلم الحركي، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة البصرة، ص ١٧ .
١٤. الشمخي، احمد يوسف (٢٠٠٢): تأثير انواع التغذية الراجعة النهائية في تعلم مهارة التصويب من القفز عالياً بكرة اليد، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الثاني، المجلد الاول.
١٥. طه، علي مصطفى (١٩٩٩): نظرية الدوائر المغلقة في التعلم الحركي، ط ١، دار الفكر العربي، القاهرة، ص ٢٤ .
١٦. عبد المجيد، مروان وبلال، ضياء حسن (٢٠٠١): اتجاهات في طرق تدريس التربية الرياضية، ط ١، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، عمان، ص ١٢١ .
١٧. علاوي، محمد حسن ورضوان، ومحمد نصر الدين (١٩٩٤): اختبارات الأداء الحركي، ط ٣، القاهرة، دار الفكر العربي، مصر .
١٨. غباين، عمر محمود (٢٠٠١): التعلم الذاتي بالحقائب التعليمية، دار المسيرة، الأردن .
١٩. محجوب، وجيه (٢٠٠٠): التعلم وجدولة التدريب، بغداد .
٢٠. الندوي، فواز جاسم (٢٠١٨): أثر أسلوب الدمج المكثف في التعلم والاحتفاظ ببعض مسكات المصارعة الحرة وعلاقته بدافعية التعلم، اطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة الانبار .
٢١. نصيف، عبد علي وآخرا (١٩٩٠): المصارعة الرومانية بين النظرية والتطبيق، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل .

م.د. د. فواز جاسم النداوي وم. فائق يونس السبعاني : فاعلية استخدام التغذية . . .

٢٢. وجيه محبوب (٢٠٠١): التعلم وجدولة التدريب الرياضي، - المصادر الاجنبية :

1. Del, John, W. (1971): Research in Education, 2nd ed, Englewood Cliffs, Prentic-Hall, New iti on Joersey.

دار الأوائل للطباعة للنشر، عمان، الأردن .

ملحق (١)

استمارة تقويم فن الأداء لبعض مسكات المصارعة الحرة

الملاحظات	مسكة الدوران بربط الخصر			مسكة الرمي بلف الذراع			مسكة التقاط كاحل القدم			المهارات	
	ن	ر	ت	ن	ر	ت	ن	ر	ت	اسم اللاعب	
	٢	٤	٤	٣	٣	٤	٣	٣	٤		
											١.
											٢.
											٣.

م.د.د. فوز جاسم النداوي وم. فائق يونس السبعاني : فاعلية استخدام التغذية ...

											٤.
											٥.
											٦.

* (ت/ تحضيري، ر/ رئيسي، ن/ نهائي)

التوقيع :

اسم الخبير :

التاريخ :