

تأثير تمارين خاصة وفق أسلوب التعليم المتميز في تنمية الرشاقة وتعلم أداء مهارة الرمي والاستلام بأداة الطوق في الجمناستك الايقاعي

The effect of special exercises according to the differentiated teaching method in developing agility and learning to perform the skill of throwing and receiving with the hoop tool among female students of the second stage in rhythmic gymnastics

م. ميس عبدعلي جاسم رومي

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة ميسان

maysmaysmuntadher@gmail.com

الملخص

شهد النصف الثاني من القرن المنصرم ثورة علمية كبيرة تمكنت من إحداث تغييرات واسعة في شتى المجالات، ومن ضمنها مجال التربية الرياضية الذي يلعب دوراً أساسياً في عملية التغيير نحو الأفضل، والذي طرق جميع أبواب العلم الحديث من مختلف النواحي ومن هذا المنطلق نرى بان للطالبات قدرات مختلفة واهتمامات ودوافع، تتطلب تقديم تعليم متميز وهذا يعتمد على ضرورة معرفة كل طالبة وعلى قدرة المدرسة على معرفة اساليب ملائمة لتدريس كل طالبة فليس هناك طريقه واحده للتدريس.

لذلك تأتي مشكلة البحث في تجريب اسلوب تعليمي يعمل على تنمية الرشاقة بصورة أسرع وأفضل من بقية الاساليب لذا ارتأت الباحثة القيام بدراسة تجريبية عبر تناولها تمارين بأسلوب التعليم المتميز الذي يعد اسلوباً حديث الاستخدام وبدوره يتم تعليم أداء مهارة الطوق لطالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ميسان واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائمته طبيعة ومشكلة البحث. واستخدمت الباحثة الأجهزة والأدوات المناسبة وقامت بأجراء التجربة الاستطلاعية والاختبارات القبلية وتطبيق التمارين والاختبارات البعدية واستخدمت الحقيبة الإحصائية spss لاستخراج النتائج ومن خلاله استنتجت من خلال بحثها الى فاعلية اسلوب التعليم المتميز في تدريس الطالبات عن بقية اساليب التدريس لتأثيره الايجابي في تعلم أداء مهارة الطوق في الجمناستك الايقاعي.

ABSTRACT

The second half of the past century witnessed a major scientific revolution that was able to bring about vast changes in various fields, including the field of physical education, which plays a fundamental role in the process of change for the better, and which knocked on all the doors of modern science in various aspects. From this standpoint, we see that female students have different abilities. Interests and motivations require providing differentiated education, and this depends on the need to know each student and the school's ability to know appropriate methods for teaching each student, as there is no single method of teaching.

Therefore, the problem of the research comes in experimenting with an educational method that works to develop agility faster and better than other methods. Therefore, the researcher decided to conduct an experimental study by dealing with exercises in the differentiated education method, which is a newly used method. In turn, the performance of the hoop skill is taught to female students of the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Maysan. The researcher used the experimental method to suit the nature and problem of the research.

الفصل الاول

1-1 المقدمة واهمية البحث:

شهد النصف الثاني من القرن المنصرم ثورة علمية كبيرة تمكنت من إحداث تغييرات واسعة في شتى المجالات، فهي عملية التغيير نحو الافضل، ومن ضمنها مجال التربية الرياضية الذي يلعب دوراً والذي طرق جميع أبواب العلم الحديث من مختلف النواحي، فلم يقتصر على ناحية واحدة، بل تشعب ليشمل العديد من العلوم، فاحتوى على مواضيع عديدة كعلم الحركة، وعلم التدريب، وعلم النفس، وعلم التشريح وعلوم أخرى، وان هذا التطور الحاصل قد أوجب على القائمين على العملية التعليمية ضرورة تطوير اساليب تقديم المعلومات وتصميم الطرائق المناسبة واستخدام التطبيقات الحديثة التي تناسب عملية التعليم ومنها أساليب التعلم الملائمة لقدرات وقابليات المتعلمات التي من شأنها تقليل الفروق الفردية بين الطلبة

لوصول بهم الى درجة عالية من التحكم والكفاية التي تنمي في الطالبة المرونة في التفكير والقدرة على التعامل مع متطلبات اللعب الكثيرة والمواقف المختلفة .

ومن هذا المنطلق نرى بان للطالبات قدرات مختلفة واهتمامات ودوافع ، تتطلب تقديم تعليم متميز وهذا يعتمد على ضرورة معرفة كل طالبة وعلى قدرة المدرسة على معرفة أساليب ملائمة لتدريس كل طالبة فليس هناك طريقه واحده للتدريس ، أذ إن كل طالبة تأتي الى المدرسة او الجامعة محمله بخبرات مختلفة وثقافات متنوعة من بيئات مختلفة ، وهذه الاختلافات قد تكون نتيجة الاختلافات في البيئة التي تعيشها الطالبة أو في الثقافة أو في الخبرات أو في الاستجابة لمتطلبات الدراسة لان أسلوب التعلم المتميز هو ذو اساليب تعليمية تهدف إلى خلق بيئة تعليمية مناسبة لجميع الطالبات، تلبى قدراتهن واحتياجاتهن واهتماماتهن بطرق مختلفة. ويمكن أن يأخذ التعليم المتميز أشكالاً وأساليب تعليمية مختلفة مثل التدريس وفق نظرية الذكاءات المتعددة والتدريس وفق أنماط المتعلمات والتعلم التعاوني. ويعد الجمناستك الايقاعي أحد الالعاب التي تتميز بأدائها الصعب الذي يعتمد على جهد الطالبة الفردي بصورة خاصة لما تتطلبه هذه اللعبة من مستوى عالٍ في مختلف القدرات والارادة العالية كون إن حركاتها ومهاراتها تعتمد على الدقة والانسيابية والتوافق في الاداء لجميع أقسام الحركة. وتعد المنافسة عنصراً مهماً للارتقاء بمستوى الاداء الفني في لعبة الجمناستك الايقاعي وإن هذا المستوى قد يؤدي إلى نجاح العملية التعليمية وتأتي أهمية التعليم المتميز هنا بوصفه وسيلة فعالة في تعليم الطالبة في ضوء ما يبثه هذا الاسلوب وما يمنحه من ثقة وتحفيز والرغبة لديهن في إنجاز الواجب والتفوق في الاداء ومن خلال هذا تكمن أهمية البحث باستعمال تمرينات وفق اسلوب يكون أكثر تطوراً وتأثيراً في التعلم وهو التعليم المتميز والذي يرافق نوع النشاط الخاص في تنمية رشاقة الطالبات وبدورها يتم تعليم مهارات الطوق في الجمناستك الايقاعي لطالبات المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ميسان.

2-1 مشكلة البحث:

نضرا لوجود اختلافات في القدرات الحركية لدى الطالبات ارتأت الباحثة الى استخدام التعليم المتميز او مايسمى التدريس المتميز حيث انها تمثل عملية تعلم وتعليم الطالبات بينهم اختلافات كثيرة في فصل دراسي واحد. وتطوير قدرة الطالبة على اداء التشكيلة الحركية في الجمناستك الايقاعي.

3-1 اهداف البحث:

- معرفة تأثير تمرينات بأسلوب التعليم المتميز في تنمية الرشاقة لدى طالبات المرحلة الاولى.
- معرفة تأثير بأسلوب التعليم المتميز في تعلم مهارة الرمي والاستلام لدى الطالبات.

4-1 فروض البحث:

- وجود فروق ذات دلالة احصائية في الاختبارات القبليّة ولصالح الاختبارات البعدية.
- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية.

5-1 مجالات البحث:

- 1-5-1 المجال البشري: طالبات المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة ميسان.
- 2-5-1 المجال الزمني: 3/ 10/ 2023 لغاية 2/ 20/ 2024.
- 3-5-1 المجال المكاني: القاعة الرياضية المغلقة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

الفصل الثاني:

2- منهج البحث واجراءاته الميدانية:

1-2 منهج البحث:

المنهج "هو الطريقة التي يتوصل بها الإنسان بكيفية علمية منطقية منسقة مع الواقع، الى إدراك حقيقة من الحقائق التي كان يجهلها وهو السبيل الى اكتساب المعرفة اليقينية" (وجيه محجوب:2001,163) وعلى هذا الأساس استخدمت الباحثة المنهج التجريبي ذات تصميم المجموعتين (التجريبية والضابطة) لملائمته في حل طبيعة ومشكلة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينته:

ان اختيار العينة تجري الباحثة مجمل ومحور عملها عليه ومن خلال هذا تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من طالبات المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ميسان والبالغ عددهم (24) طالبة , وعليه تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية بأسلوب القرعة وبلغ عددهم (10) طالبة للمجموعة التجريبية و(10) طالبة للمجموعة الضابطة و(4) طالبة للتجربة الاستطلاعية يعد من الأمور المهمة والأساسية في سير العمل للبحث، لذي يجب أن تكون عينة البحث ممثلة للمجتمع الأصلي تمثيلا صادقا وحقيقيا اذ" هي الجزء الذي يمثل مجتمع الأصل أو الأنموذج الذي

3-2 الوسائل والأدوات المستعملة في البحث :

أن أدوات البحث هي" الوسائل التي تستطيع بها الباحثة جمع البيانات وحل مشكلتها لتحقيق أهداف البحث مهما كانت تلك الأدوات من بيانات وعينات وأجهزة .

1-3-2 وسائل جمع المعلومات:

- المصادر العربية والأجنبية
- الملاحظة العلمية
- المقابلات الشخصية
- الاختبارات والقياس
- الاستبيان

2-3-2 الأجهزة والأدوات المستعملة:

- كامرة فيديو نوع canon.
- ميزان الكتروني لقياس الوزن والطول.
- حاسبة يدوية نوع CASIO.
- جهاى حاسوب نوع dell.
- بلاط الحركات الأرضية.
- اطواق.
- مانع للقفز.
- ساعة توقيت.
- شريط لاصق.
- صافرة.

4-2 تحديد متغيرات البحث:

1-4-2 تحديد الصفة الحركية واختبارها:

قامت الباحثة بأعداد استمارة استبيان لتحديد أهم الصفات الحركية التي يكون لتمارين أسلوب التدريس المتباين عليها أكبر تأثير من غيرها، إذ تم قبول المتغير الذي يحصل على نسبة (65%) من خلال عرض الاستمارة على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال التعلم الحركي والاختبار والقياس والجمناستك الايقاعي، اذ بلغ عدد الخبراء (5) خبيراً وقد تم تحديد أهم المتغيرات وكما يلي:

1-1-4-2 تحديد الصفة الحركية:

تم تحديد أهم الصفة الحركية من خلال الاستمارة وبعد تفريغ الاستمارات واستخراج النسبة المئوية تم ترشيح القدرات الحركية على النحو المبين في الجدول (1)

الجدول (1)

يبين الصفة الحركية التي اجمع الخبراء عليها

الاهمية النسبية	المتوسط الحسابي	الدرجة الكلية للقدرة الحركية %75	الصفة الحركية
%93,33	18,75	70	الرشاقة

2-4-2 تحديد اختبار الرشاقة:**الجدول (2)**

الاختبار المعتمد في البحث

النسبة المئوية	الاختبارات	الصفة الحركية
% 93,33	اختبار الجري المتعرج بين الموانع	الرشاقة

1-2-4-2 مواصفات اختبار الرشاقة:

اسم الاختبار: الجري المتعرج بين الموانع (قيس ناجي، بسطويسي احمد: 1984,323)

الهدف من الاختبار : قياس الرشاقة

الادوات المستخدمة: أربعة موانع، ساعة توقيت، شريط مقياس، شريط لاصق، صافرة.

إجراء الاختبار :

من الوقوف عند خط البداية بعرض (1م) والذي يبعد عن أول مانع (3أمتار) وعند سماع اشارة

البداية ينطلق المختبر بين الموانع الاربعة والتي مسافتها (1م) بين مانع وآخر.

التسجيل: يتم حساب الزمن لدورتين متواصلتين دليلا لمؤشر الرشاقة.

5-2 التجربة الاستطلاعية:

التجربة الاستطلاعية" عبارة عن دراسة مسحية أولية تقوم بها الباحثة على عينة صغيرة قبل

قيامها ببحثها بهدف اختيار أساليب البحث وأداته " (عقيل حسين: 1995,55) اذ قامت

الباحثة بمساعدة الفريق المساعد بالتجربة الاستطلاعية الموافق يوم الاثنين بتاريخ

2023/11/20 الغرض منها التعرف على:

❖ تكوين فكرة عن كيفية استقبال الطالبات للاختبارات المستخدمة.

❖ تجاوز الأخطاء والمعوقات التي قد تظهر عند تنفيذ التجربة الرئيسييه.

- ❖ تلافي نواحي القصور والضعف مع إمكانية تحديد مكان التجربة ودقتها والمدة اللائمة لتنفيذ الاختبارات.
- ❖ تعريف فريق العمل المساعد على الية عمل الاختبارات وتوزيع المهام بينهم
- ❖ التأكد من ملائمة أداء الاختبارات وتنفيذها.
- ❖ التأكد من مدى صلاحية الاجهزة المستخدمة عند تنفيذ الاختبار والقياسات الجسمية.

6-2 الاختبارات القبليّة:

قامت الباحثة بأجراء الاختبارات القبليّة في المتغيرات التابعة قيد البحث، وقد أجريت الاختبارات القبليّة للمجموعة التجريبيّة والضابطة في يوم الثلاثاء الموافق 2023/12/12.

7-2 التجربة الرئيسيّة:

تم تنفيذ هذه التجربة الخاصة بتمرينات أسلوب التدريس المتميز في قاعة الجمناستك في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ميسان والانتهاؤها منها في يوم الثلاثاء بتاريخ 2023/12/19. ثم قامت الباحثة بأعداد تمريناتها وفق اسلوب التعليم المتميز لتنمية صفة الرشاقة ومهارة الرمي والاستلام في الطوق الطوق بالجمناستك الايقاعي بعد أن اطلعت على مجموعة من المصادر العلمية والاستفادة من خبرات الاساتذة فضلاً عن خبرتها المتواضعة اذ تضمن منهج التمرينات (8) اسبوع، وبواقع (2) وحدة تعليمية في كل اسبوع وبزمن قدره (90) دقيقة للوحدة التعليمية الواحدة حسب جدول المحاضرات الاسبوعي وبذلك يصبح زمن الودنتين التعليميتين في الاسبوع (180) دقيقة.

8-2 الاختبارات البعديّة:

بعد الانتهاء من تنفيذ التجربة الرئيسيّة تم إجراء الاختبارات البعديّة لعينتي البحث(الضابطة والتجريبيّة) مع مراعاة الظروف الزمانية والمكانية والوسائل التي استخدمت في الاختبارات القبليّة ونفس فريق العمل المساعد ، إذ أجريت الاختبارات للمجموعتين التجريبيّة والضابطة في يوم الخميس الموافق 2024/3/5.

9-2 الوسائل الاحصائية:

استخدمت الباحثة الحقيبة الإحصائية ضمن منظومة البرامج الجاهزة spss لاستخراج البيانات الإحصائية.

الفصل الثالث:

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

3-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج اختبار الرشاقة في الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية

3-1-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في اختبار الرشاقة

جدول (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة للاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في اختبار الرشاقة

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبارات القبليّة		الاختبارات البعدية		مج ف	مج (ف) 2	قيمة (t) المحسوبة	الدلالة
		س -	ع +	س -	ع +				
الرشاقة	ثا	14,77	0,73	13,01	0,74	1,75	0,16	7,13	معنوي

قيمة (t) الجدولية البالغة (2,093) وبدرجة حرية (8) تحت مستوى دلالة (0,05)

3-1-2 مناقشة نتائج اختبار الرشاقة للمجموعة التجريبية:

تشير نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية في الجدول (4) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في اختبار الرشاقة التي تم تحديدها في البحث قيد الدراسة وكان هذا الفرق لصالح الاختبار البعدية، وتعزو الباحثة سبب التطور الحاصل لعينة البحث إلى تأثير المنهج المعد من قبل الباحثة ومدى تأثير مفردات المنهج التعليمي المعد وملاءمتها لقدرات الطالبات مما أدى إلى تطوير هذه الصفة لان محتوى المنهج التعليمي يتضمن تمارين مختلفة اهتمت بتطوير صفة الرشاقة فان الفروق المعنوية تاكد تأثير وإسهام المنهج التعليمي في تطوير هذه الصفة وذلك من خلال قلة زمن الأداء الناتج من فاعلية التمرينات التي اعتمدها الباحثة مع استخدام الموسيقى التي كانت من ضمن مفردات المنهج التعليمي حيث كانت الموسيقى ضمن التمرينات وتعزو الباحثة التطور الحاصل في اختبار الرشاقة إلى استخدام التمارين للعروض الأرضية التي كان لها تأثير إيجابي وإن أهمية التمارين تكمن في تشغيل اكبر عدد ممكن من العضلات مع تحسين المهارات القديمة وتنمية عناصر اللياقة البدنية للإعداد

المهاري والوصول إلى التوافق الآلي وكذلك فإن استخدام المنهاج التعليمي المقترح للعروض الأرضية في درس التربية الرياضية والنشاط اللاصفي يعطى دور إضافي وفعال في تنمية وتطوير صفة الرشاقة. فالرشاقة" صفة المتعلم بهذه المرحلة وهذا ما نراه في تمارين التوازن والعباب الخفة ، وهي صفة جامعة لكل الصفات "

2-3 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة في الرشاقة:

1-2-3 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة في الرشاقة:

جدول(4)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة للاختبارين القبلية والبعديّة

للمجموعة الضابطة في اختبار الرشاقة

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبارات القبلية		الاختبارات البعديّة		مج ف	مج ف(2)	قيمة t المحسوبة	الدلالة
		س -	ع +	س -	ع +				
الرشاقة	ثانية	14,4	1,26	12,6	6,44	1,75	0,32	5,65	معنوي

قيمة (t) الجدولية البالغة (2,093) وبدرجة حرية (8) تحت مستوى دلالة (0,05)

2-2-3 مناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة في الرشاقة:

من خلال عرس نتائج المجموعة الضابطة في الاختبارات القبلية والبعديّة في الجدول (5) ظهر هناك تأثير معنوي في تطور كل من صفة الرشاقة والتوازن ويعد ذلك بسبب تطور عملية التعلم والخفة والدوافع للتعلم التي يمتلكها الطالبات فضلا عن ذلك تأثير وفاعلية التمارين المختلفة التي يتكون منها المنهاج التقليدي وكون لعبة الجمناستك استخدمت من خلال الدرس لذلك حققت تطورا وفاعلية بسبب مصاحبتها للموسيقى مع أداة الطوق التي أدت إلى رفع المستوى وبث روح المرح والسعادة لدى الطالبات لكونها لعبة ملائمة للنشاط والحيوية التي تمتلكها الطالبات في تلك الأعمار، فلذلك تعزو الباحثة سبب تطور هذه الصفات لدى المجموعة الضابطة لتلك الأسباب السابقة الذكر.

3-3 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعديّة للمجموعتين التجريبيّة والضابطة في الرشاقة:

لغرض المقارنة بين نتائج الاختبارات البعديّة للمجموعتين التجريبيّة والضابطة ولمعرفة أيهما الأفضل في الصفات الحركية، فقد تم استخدام اختبار (t) للعينات المستقلة ، وكما مبين نتائجه في الجدول (5):

جدول(5)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة للاختبار البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الرشاقة

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة T المحسوبة	الدلالة
		ع +	س -	ع +	س -		
الرشاقة	ثانية	7,45	13,65	0,84	13,03	2,5	معنوي

3-3-1 مناقشة نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة:

يظهر من خلال نتائج الجدول (6) الخاص باختبار الرشاقة البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في الاختبار البعدية ولصالح المجموعة التجريبية، ويدل ذلك بوضوح على أن استخدام المنهج التعليمي المقترح له تأثير إيجابي في تطوير الرشاقة. ويعود سبب ذلك التطور إلى عملية التعلم والخفة والدافع للتعلم التي يمتلكها الطالبات. كما وتعزو الباحثة سبب ذلك التطور إلى التأثير الكبير الذي أحدثته التمرينات بهذا وضع الطالبات في مواقف حركية مختلفة لكون هذه الصفة وهي الرشاقة تتطلب استمرارية في التركيز والانتباه، منطلقين من مبدأ أن صفة الرشاقة هي صفة جامعة للصفات الحركية، كما اثبت التمرينات للتمرينات فاعليته من خلال حسن اختيار التمارين الخاصة بالرشاقة واختلاف الأدوات المستخدمة لتطوير صفة الرشاقة. هذا مما يدل على صلاحية المنهج التعليمي الذي وضعته الباحثة " المنهج الجيد للتربية الرياضية يتضمن إطارا واسعا يوفر لكل الطالبات تقريبا فرصة التعلم والاشتراك في الألعاب المختلفة سواء كانت فردية أو جماعية مختارة. " حيث ترجع فاعلية التمرينات إلى زيادة عدد التكرارات والذي أكدت عليه الباحثة والذي يخدم تطور قدرة الرشاقة، حيث منحت الطالبات فرصة كبيرة لممارسة أكبر عدد ممكن من التكرارات خلال الوحدة التعليمية الواحدة.

3-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في مهارة الطوق:

3-4-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في مهارة الطوق:

لغرس معرفة معنوية الفروق بين الاختبارات القبليّة والبعدية لمهارة الرمي والاستلام في الجمناستيك الإيقاعي للمجموعة التجريبية ، وقامت الباحثة باستخدام اختبار (T. test) للعينات المتناظرة ، وكما مبين في الجدول (6):

جدول (6)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة للاختبارين القبليّة والبعدية للمجموعة

التجريبية لمهارة الرمي والاستلام في الجمناستيك الإيقاعي

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبارات القبليّة		الاختبارات البعدية		مج ف	مج ف2	قيمة t المحسوبة	الدلالة
		س -	ع +	س -	ع +				
رمي والاستلام	درجة	1,9	0,38	2,4	0,48	- 0,5	0,08	6,16	معنوي

قيمة (t) الجدولية البالغة (2,093) وبدرجة حرية (8) تحت مستوى دلالة (0,05)

3-4-2 مناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في مهارة الرمي والاستلام في الطوق:

من خلال ملاحظة الجدول (7) نجد إن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة والبعدية ولصالح الاختبار البعدية ، حيث كانت قيمة (t) المحسوبة اكبر من قيمة (t) الجدولية في مهارة الطوق وأداء السلسلة الحركية . والفروق الموضحة في الجدول أعلاه دليل واضح على مدى فاعلية التمرينات بأسلوب التعليم المتميز في تطوير هذه المهارة التي استخدمت خلال المنهج والتي أدت إلى تطوير هذه المهارات بشكل واضح لأنها أتاحت الفرصة لأداء حركات توافقية عديدة رافقها استخدام الأدوات المناسبة لهذه المهارات أو تلك بأشكال وأحجام وألوان براقعة لضمان تفاعل الطالبات بشكل مستمر حيث تبعث روح التشويق والمرح والتغير عن المألوف ، لذا “ فقد تتضمن التمرينات المستخدمة في الدرس الشامل لتحسين الصفات الحركية وتعليم المهارات المرتبطة بالفعاليات الرياضية “ كما إن استعمال (الأطواق أو أدوات أخرى لهذه المهارات يزيد من درجة حماس الطالبات وإقبالهن على الممارسة والأداء ، كما

إنها تكسب الدرس طابع السرور والمرح وبذلك تكون بمثابة عامل من عوامل التشويق والتنوع في الدرس.

3-5 عرض وتحليل الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة في مهارة الرمي والاستلام:

3-5-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة في مهارة الرمي

والاستلام:

لغرس معرفة معنوية الفروق بين الاختبارات القبلية والبعديّة لمهارة الرمي والاستلام الطوق في الجمناستيك الإيقاعي للمجموعة الضابطة، قامت الباحثة باستخدام اختبار (T. test) للعينات المتناظرة، وكما مبين في الجدول (7)

جدول (7)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة للاختبارين القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة في مهارة الرمي والاستلام

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبارات القبلية		الاختبارات البعديّة		مج ف	مج ف2	قيمة T المحسوبة	الدلالة
		ع +	س -	ع +	س -				
رمي واستلام الطوق	درجة	1,68	0,44	1,85	0,53	-0,18	0,09	1,93	غير معنوي

3-5-2 مناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة في مهارة الرمي والاستلام: من خلال ما عرض في الجدول (8) الخاص باختبارات المهارات الأساسية القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة تظهر فروق ذات دلالة إحصائية ولصالح الاختبار البعديّة في مهارة المرجحة والشاخص إذ كانت قيمة (t) المحسوبة أكبر من قيمة (t) الجدولية وتعزو الباحثة سبب هذه المعنوية إلى حب الطالبات في هذا العمر لكل لعبة أو نشاط رياضي أو مهارة جديدة لم يسبق أن عرضت عليهم وبما أن هذه المهارات تبعث التشويق والفضول لمعرفتها وحسن تقديم المعلمة لهذه المهارات وشرحها أدى إلى هذا الفرق المعنوي وبالتالي التحسن الذي ظهر على المجموعة الضابطة وهذا يعزى إلى أن البنات أكثر مهارة في قدرتهن على الحبل بالقدمين واستخدام الحبل المتحرك في الوثب والجري إلا أنهن مازلن يلاقين صعوبة في تنوع الخطوة أثناء العمل.

أما في مهارة الطوق فقد كانت قيمة (t) المحسوبة أصغر من قيمة (t) الجدولية أي لا توجد فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة. فتعزو الباحثة سبب ذلك إلى عدم وجود وسائل

مساعدة لكي تكمل مهمة تعليم المهارات وخاصة مهارة الطوق لأنها تحتاج إلى وسائل تساعد على تصور المهارة بشكل صحيح مثل وضع طوق أو أي حاجز كي تقفز التلميذة من فوقه. حيث أن وجود هذه الأدوات المساعدة تشعر الطالبة بوجوب عبور الحاجز للوصول إلى الهدف لتسهيل المهارة وبعد التكرارات سوف تتعود على أداء المهارة بشكلها الصحيح وتتم إزالة الحاجز وبدونه سوف تؤدي الطالبة المهارة بالصورة المطلوبة وتعطي نتائج جيدة لان التلميذة أخذت فكرة عن كيفية الأداء الصحيح.

3-6 عرض وتحليل الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة الطوق:

3-6-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة الطوق:

لغرض المقارنة بين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ولمعرفة أيهما الأفضل في المهارات الأساسية للجمناستك الإيقاعي ، فقد تم استخدام اختبار (t) للعينات المستقلة ، وكما مبين نتائجه في الجدول (8)

جدول (8)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة للاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة الطوق

المتغير	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (t) المحسوبة	الدلالة
		س -	ع +	س -	ع +		
الطوق (رمي والاستلام)	درجة	2,2	0,47	1,84	0,51	3,50	معنوي

3-6-2 مناقشة نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة الطوق:

يظهر من خلال نتائج الجدول (9) الخاص بالاختبارات المهارية والأداء للاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية ، حيث كانت قيمة (t) المحسوبة أكبر من قيمة T الجدولية ، وتعزو الباحثة سبب هذه الفروق والتطور باللعب للمجموعة التجريبية إلى مراعاة الباحثة اعتماد محتوى المنهاج في وضع بعض النقاط الهامة في الاعتبار منها عامل

التشويق والتنوع في الأنشطة والألعاب وكذلك أسلوب الأداء مما جعل الطالبات لا يشعرن بالملل أثناء الأداء ، بل كانت لديهم الرغبة الجامحة في الحركة واللعب.

4- الاستنتاجات والتوصيات:

1-4 الاستنتاجات:

1. أظهرت نتائج الاختبارات البعدية فروقاً ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة، مما يشير إلى فعالية المنهاج التدريبي المستخدم.
2. اعتماد الباحثة على عامل التشويق والتنوع في الأنشطة أسهم بشكل كبير في تحسين أداء الطالبات وزيادة تفاعلهن مع التدريب.
3. استخدام أساليب أداء مدروسة وملائمة ساعد في تعزيز الرغبة لدى الطالبات في الاستمرار بالحركة واللعب دون الشعور بالملل.
4. أظهر المنهاج التجريبي أنه يمكن تحسين النتائج بشكل كبير من خلال التركيز على تصميم الأنشطة التي تراعي الاحتياجات النفسية والمهارية للمشاركات.
5. النتائج التي تم التوصل إليها تشير إلى إمكانية تعميم هذه الطريقة في التعليم أو التدريب، لتحقيق تطورات إيجابية مشابهة في مهارات الطالبات وأدائهن.

2-4 التوصيات:

1. يوصى باستخدام أساليب تعليمية تتضمن التشويق والتنوع في الأنشطة، لما لها من تأثير إيجابي على تحفيز الطالبات وتحسين أدائهن.
2. ينصح بتطبيق التعليم المتميز في تصميم البرامج التدريبية لتلبية احتياجات الطالبات المختلفة وتحفيز جميع المستويات.
3. التركيز على الأنشطة التي تجمع بين الترفيه والتعلم، مما يساهم في تقليل الملل وزيادة الحماس والرغبة في الحركة.
4. يُوصى بإجراء بحوث مستقبلية لاختبار تأثير المنهاج المستخدم على عينات مختلفة أو مهارات رياضية أخرى، لتعزيز تعميم النتائج.

المصادر:

- عقيل حسين عقيل ؛ فلسفة مناهج البحث العلمي، ط 1 (طرابلس ب.م 1995)
- عنايات د احمد فرج ، التمرينات الايقاعية التنافسية والعروض الرياضية ، ط 1 ، مطبعة دار الفكر العربي مدينة نصرت ، 1995 .
- قيس ناجي ، بسطويسي أحمد ، الاختبارات ومبادئ الاحصاء في المجال الرياضي(: جامعة بغداد ، مطبعة الجامعة)1984.
- نوري ابراهيم الشوك ورافع صالح الكبيسي؛ دليل البحوث لكتابة الابحاث في التربية الرياضية : بغداد،2004.
- وجيه محجوب؛ أصول البحث العملي ومناهجه :عمان، دار المناهج للنشر، ط 1 : 2001.