تأثير تمرينات تعليمة خاصة وفقاً لإستراتيجية التعليم (بديودي) في تعلم بعض المهارات الحركية في الجمناسك الفني للنساء

م.د سعاده حسنين عبد المنعم/كلية الكوت الجامعة Saadah.Hassani@alkutcollege.edu.iq

م.د ذو الفقار اديب حسين / كلية الكوت الجامعة

Dhoalfakar.a.hussien@alkutcollege.edu.iq

مخلص البحث

وتعد لعبة الجمناستك الفني من الألعاب الفردية التي تحتاج من المتعلمة أن تمتلك مستوى معين من القدرات البدنية والمهارية والفكرية لذلك يجب بذل الكثير من الجهد والممارسة من اجل إتقان مهارات تلك اللعبة, لذا أن استخدام أسلوب تعلم جديد هو بديودي يمكن أن يوفر ظروف تعليمية مناسبة للمتعلمة والذي يمكن استخدامه في تعليم بعض المهارات المختارة للجمناستك الفني وإتقانها.

وقد هدف البحث الى أعداد تمرينات وفقاً لآستراتيجية (بديودي) ، كما هدف الى التعرف على تأثير آستراتيجية (بديودي) في تنمية بعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني على بساط الحركات الأرضية. حيث استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملاءمتة مع طبيعة المشكلة إذ تمثل مجتمع البحث بطالبات المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بغداد ، البالغ عددهن (43) طالبة مقسمات على عدة شعب حسب الأحرف الأبجدية من (A–C) وقد تم أختيار الشعبة عشوائياً بطريقة القرعة وقد تم اختيار شعبة (A)لتمثل العينة التجريبية والضابطة للبحث بطريقة القرعة أيضاً ، وبلغ عدد الطالبات فيها في الشعبة (20) طالبة في شعبة وتم تقسيمهن الى مجموعتين تجريبية و ضابطة بواقع (8) طالبات لكل مجموعة واستبعاد (4) للإصابة او عدم الالتزام في الحضور، وتم اختيار (5) طالبات من شعبة (B) ليمثلن العينة الاستطلاعية للبحث ، وبلغت نسبة العينة بمجموعها من مجتمع الأصل (37.209%).

P-ISSN:2707-7845
E-ISSN:2707-7853

The effect of special instruction exercises according to the education strategy (Bioudi) in learning some motor skills in artistic gymnastics for women

Abstract

The artistic gymnastics game is one of the individual games that requires the learner to possess a certain level of physical, skill and intellectual abilities. Therefore, a lot of effort and practice must be made in order to master the skills of that game. Therefore, using a new learning method can provide suitable educational conditions for the learner, which It can be used to teach and master some of the selected skills of artistic gymnastics. where The researchers used the experimental method for its relevance to the nature of the problem, as the research community represented the students of the second stage of the College of Physical Education and Sports Sciences / University of Baghdad, totaling (43) students divided into several divisions according to the alphabet from (AC). The division was chosen randomly by lottery method. Division (A) was chosen to represent the experimental and control sample for the research by lottery as well, and the number of female students in it in the division reached (20) students in one division, and they were divided into two groups, experimental and control, with (8) students per group and the exclusion of (4) for injury or non-compliance in Attendance, and (5) female students from Division (B) were selected to represent the survey sample for the research, and the percentage of the sample as a whole from the original population was (37.209%)

P-ISSN:2707-7845
E-ISSN:2707-7853

التعريف بالبحث :

1-1 مقدمة البحث واهميته :

تجذب الرياضة لما تحمله من خصائص الممارسين والمحبين فهي المتنفس للكثيرين من الافراد ، كذلك فهي تعد من اكثر الأمور التي تجمع المتنافسين فيما بينهم وهذا التنافس يتم بطريقة رياضية وضمن المدى الرياضي الذي يتأطر بإطار الروح الرياضة التي تهذب النفس وترتقي باللاعبين إلى قمة الخلق الرفيع ومن هذه الرياضات التي تجذب الجزء الأكبر من أولئك الرياضيين هي رياضة الجمناستك ، فهي اللعبة الجميلة ذات المتطلبات الرائعة من قوام جميل واداء سلس للمهارات بالرغم من صعوبة اداءها الا انها تستحق العناء والجهد ، وهذه اللعبة لما تتمتع به من حركة سريعة وقوية وجب ان يتعلم الطلبة المهارات بالطريقة الصحيحة وبالوقت المناسب خلال الدروس ولكن ان كثرة المهارات يصعب على الطالبات تعلمها ومحاولة أتقان مهارتها المتعددة من مهارات ارضية فنية او اجهزة يستعرض بها اللاعب مهارته ، وإن هذه المهارات ليست بالمهارات السهلة فهي تحتاج إلى الكثير من التدريب والتكرار حتى يتعلم الطالبات كيفية أدائها وكيفية الوصول إلى درجة الاتقان لتلك المهارات المختلفة وهذه المهارات تخزن في الدماغ على شكل برامج حركية تسيطر على حركة الجزء المسؤول عن ادائها ولكن تتعرض المعلومات إلى جزء من الفقدان او النسيان وهذه المعلومات اذا ما لم يتم أستذكارها بعدة اوقات وبالطريقة المناسبة تضمحل شيئاً فشيئاً حتى تضمحل وتصبح طي النسيان فكان لابد من توافر استراتيجيات تساعد الطالب على حفظ الاداء الصحيح دون الوقوع بالخطأ على ما يكتسبه من معلومات في اثناء شرح وتوضيح المهارة الجديدة .

وإن رياضة الجمناستك تعد من الدروس المهمة في الكلية ومن خلال هذه الدروس تعطى المهارات وتعلم ويتم تنمية مستوى الطالبات فيها ولكن إن وقت الدرس يحتم على المدرس التقييد بالوقت المتوفر له ويعطي التكرارات المناسبة لما يسمح به وقت الدرس ولكن هنا سيكون لدينا وقت غير كافي للتمرين اذا كان هناك عدد كبير في الصف وكذلك ان كان هناك شحة في الادوات المتوفرة في الدرس وكل هذا سيعود سلباً على النتيجة التي يحصل عليها في نهاية الدرس وهي تكرارات غير كافية للوصول للمستوى المطلوب . ومن هنا تظهر اهمية البحث وهي أن آستراتيجية (بديودي) تركز على أستغلال الوعي الذي يتعلم من خلاله

P-ISSN:2707-7845
E-ISSN:2707-7853

الطالب ومناقشة المهارات التي يتعلمها كي يكون على دراية تامة في كيفية ادائها وتعلمها وتستفيد من حدة ذكائه او مقداره لكل فرد وهذا يجعل من عملية التعليم تراعي الفروق الفردية بشدة وبتركيز اكبر.

1-2 مشكلة البحث:

تعد المعلومة التي يكتسبها الطالب هي الأساس الذي يبني عليها تقدمه في المهارات العملية وتطبيقها على أحسن وجه فالدماغ يخزن المعلومات عن طريق المدخلات الحسية بصرية كانت ام سمعية وهذه المعلومة تخزن في الدماغ وتبوب على شكل معلومات ولكن هذه المعلومات تتعرض لكثير من التلف والفقدان بطريقة النسيان والاضمحلال ، وأن عملية تقريب المعلومة وتوضيحها في الدرس عملية مهمة فأيصال المعلومة للطالب بالشكل الذي لا يمنح فرصة لنسيانها بسرعة ولذلك وجب أتباع طرق حديثة تحافظ على المعلومات لدى الطلاب ، ولهذا آرتأى الباحثان إلى آستخدام أستراتيجية (بديودي) لتلافي مشكلة فقدان المعلومة التي هي طبيعية الدماغ البشري ولكن هناك معلومات لا تنسى ولهذا وجدت هذه الاستراتيجية لتستغل هذه النقطة وتحافظ على المعلومات قدر الاماكن لدى الطلاب وأستخدامها في الأداء المثالي في الدرس والعمل بها لتحقيق المستوى الذي يطمحون إليه ويحققون به الاهداف التي يتمنونها وهذا يتم من خلال رفع نسبة وبالتالي زيادة مستوى الطالبات في درس الجمناستك وتعلم المهارات بصورة اسرع .

1-3 أهداف البحث :

1- أعداد تمرينات وفقاً لاستراتيجية (بديودي) .

2- التعرف على تأثير استراتيجية (بديودي) في تنمية بعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني على بساط الحركات الأرضية .

1-4 فرض البحث :-

1- وجود فروق ذات دلالة إحصائية للإختبارت القبلية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية .

P-ISSN:2707-7845
E-ISSN:2707-7853

1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري : طالبات المرحلة الثانية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بغداد.

1-5-2 المجال الزماني : من 1 / 9/ 2020 ولغاية 7/ 7/ 2021.

1-5-3 المجال المكاني : قاعة الجمناستك / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بغداد.

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

2-1 منهجية البحث :

إنَّ أحد أهم المتطلبات الضرورية في البحث العلمي هو آختيار منهج البحث بالشكل الذي يلائم طبيعة المشكلة والذي عن طريقه يتوصل الباحث إلى تحقيق أهداف البحث المراد تحقيقها ، لذا استخدمت الباحثان المنهج التجريبي لملاءمتة مع طبيعة المشكلة ، ويعرف المنهج التجريبي (Experimental Reseach) بأنه "المنهج الذي يقوم على أساس التعامل المباشر والواقعي مع الظواهر المختلفة , ويقوم على ركيزتين أساسيتين هما الملاحظة والتجربة بأنواعها " (عبدالمعطي محمد عساف:2009: 80)

2-2 مجتمع البحث وعينته: -

يُعد آختيار مجتمع البحث وعينته من الأمور المهمة في أي بحث علمي إذ إنَّ الإختيار الصحيح لعينة البحث هو من الركائز والعوامل المهمة في إنجاح عمل الباحث حين يقوم بتطبيق خطوات أو مفردات بحثه عملياً . إذ تمثل مجتمع البحث بطالبات المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بغداد ، البالغ عددهن (43) طالبة مقسمات على عدة شعب حسب الأحرف الأبجدية من (A-C) وقد تم أختيار الشعبة عشوائياً بطريقة القرعة وقد تم اختيار شعبة (A) لتمثل العينة التجريبية والضابطة للبحث بطريقة القرعة أيضاً ، وبلغ عدد الطالبات فيها في الشعبة (20) طالبة في شعبة وتم تقسيمهن الى مجموعتين تجريبية و ضابطة بواقع (8) طالبات لكل مجموعة واستبعاد (4) للاصابة او عدم اللتزام في الحضور، وتم آختيار (5) طالبات من شعبة (B) ليمثلن العينة الأستطلاعية للبحث ، وبلغت نسبة العينة بمجموعها من

P-ISSN:2707-7845
E-ISSN:2707-7853

مجتمع الأصل (37.209%) . بناءً على خصائص عينة البحث آستخدم الباحثان التصميم التجريبي ذو أسلوب المجموعات المتكافئة) (ذوقان عبيدات وأخرون: 1992: 116) . ولغرض التأكد من تجانس وتكافؤ أفراد العينة وصحة التوزيع الطبيعي بين أفرادها آستخدم الباحثان الوسط الحسابي والإنحراف المعياري ومعامل الإلتواء لنتائج المسح الميداني في قياسات (العمر البايولوجي والوزن والطول والإختبارات المستخدمة)، كما مبين في الجدولين رقم (1) و(2).

الجدول (1) تجانس عينة البحث

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الآلتواء ±3
العمر	سنة	20.511	1.463	20,5	**0.431**
الوزن	كغم	59.88	2.032	59	**0.772**
الطول	سم	**160.42**	**3.2**	**160**	**0.291**

الجدول (2) يمثل تكافئ عينة البحث في المتغيرات المبحوثة

الاختبارات	وحدة القياس	تجريبية		ضابطة		قيمة T المحسوبة	sig	الدلالة
		س	ع	س	ع			
الميزان الامامي	درجة	3.725	0.382	3.721	0.385	0.020	0.985	عشوائي
مهارة الدحرجة الامامية	درجة	3.638	0.443	3.631	0.448	0.034	0.974	عشوائي

درجة الحرية تحت مستوى دلالة (5%) (ن-2) = 16.

P-ISSN:2707-7845
E-ISSN:2707-7853

ويوضح الجدول (2) تكافؤ عينة البحث للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المهارات المبحوثة لغرض إجراء التجربة الرئيسة على المجموعتين .

2-3 الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث :-

2-3-1 الوسائل المستخدمة في البحث :-

1- المصادر العربية والأجنبية.

2-3-2 الأجهزة المستخدمة في البحث :-

1- لاب توب نوع (Lenovo ideapad 310) صينية الصنع .

2- كاميرا نوع (كانون) صينية المنشأ عدد (2) .

3- أقراص (DvD)

4- شريط قياس .

5- صافرة نوع (Fox) عدد (2) .

6- ساعة توقيت الكترونية صينية الصنع عدد (2).

7- بساط للحركات الأرضية

2-4 الإجراءات الميدانية :-

2-4-1 الاختبارات المستخدمة في البحث :

1- اختبار مهارة الميزان الأمامي (محمد ابراهيم ,صباح السيد: 2007: 45)

أسم الاختبار : **مهارة الميزان الأمامي**

P-ISSN:2707-7845
E-ISSN:2707-7853

الغرض من الاختبار : قياس اداء مهارة الميزان الأمامي

الادوات : ساعة توقيت ، بساط .

مواصفات الاداء : من وضع الوقوف تقف اللاعبة على القدم للرجل الأمامية أما الرجل الخلفية تكون مرفوعة للخلف بشكل مواز مع الأرض .

التسجيل : تعطى(3) محاولات لاحتساب الدرجات وتكون درجات من(1-10).

2-اختبار مهارة الدحرجة الامامية

أسم الاختبار : مهارة الدحرجة الامامية.

الغرض من الاختبار : قياس مهارة الدحرجة الامامية:

الادوات : ساعة توقيت ، بساط .

مواصفات الاداء : تعد الدحرجات بأنواعها المختلفة وأشكالها المتغيرة من أسهل مهارات الجمناستك على الأر ض والدحرجات من المهارات الترويحية التي تناسب المراحل العمرية المختلفة فتجعل عملية التعلم أو التدريب أكثر مرحاً في الوقت الذي تخدم فيه تعلم الحركة (1) والدحرجة من المهارات السهلة والبسيطة عند أدائها على بساط الحركات الأرضية

التسجيل : تعطى (3) محاولات وتحسب الدرجة من(1-10) درجات لأفضل محاولة .

2-4-2 التجارب الإستطلاعية :

أن التجربة الاستطلاعية هي دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثه بهدف اختيار اساليب البحث وادواته اضافة إلى ذلك فأن الباحث يستطيع التعرف على المعوقات التي قد تواجهه خلال اجراءات بحثه التطبيقية , لأن التجربة الاستطلاعية هي تدريبا عمليا للباحث للوقوف على

P-ISSN:2707-7845
E-ISSN:2707-7853

السلبيات والايجابيات التي تقابله اثناء اجراء الاختبارات لتفاديها إذ قام الباحثان بإجراء عدة تجارب استطلاعية وهي:

- **التجربة الاستطلاعية الخاصة بالاختبارات المهارية المستخدمة في البحث:**

قام الباحثان بإجراء التجربة الإستطلاعية على عينة متكونة من (5) الطالبات اللواتي لم يدخلن من ضمن عينة البحث الرئيسة من شعبة (B)، وتم إجراء هذه التجربة بتأريخ 1-2020/12/2 المصادف يوم الثلاثاء والأربعاء إذ تم والأختبارات المهارية وذلك للأغراض الأتية:

- التأكد من سلامة الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث.
- للتأكد من إمكانية إجراء الاختبارات ومدى فهم العينة لها .
- التعرف على الزمن اللازم لإجراء الاختبارات.
- التعرف على المعوقات التي تطرأ في أثناء الأختبارات الرئيسة.
- التعرف على أمكانية الكادر المساعد في إجراء الاختبارات .

- **التجربة الإستطلاعية الثانية للتمارين المستخدمة في البحث:**

قام الباحث بإجراء التجربة الإستطلاعية الثانية بتأريخ 2020/12/6 المصادف يوم الخميس، وكانت الغاية من إجراء هذه التجربة هي كالآتي:-

- التعرف على إمكانية إجراء التمارين وفق تقسيماتها المهارية.
- التعرف على مدى ملاءمة التمارين مع عينة البحث .
- التعرف على الزمن المستغرق لكل تمرين في الوحدة التعليمية الواحدة.
- التعرف على قدرة وكفاية الكادر المساعد.

P-ISSN:2707-7845
E-ISSN:2707-7853

2-4-3 الإختبارات القبلية :

قام الباحثان بإجراء الاختبارات القبلية للمجموعتين التجريبية والضابطة البالغ عددها (16) طالبة لكل مجموعة (8) طالبة المتمثلة بشعبة (A) الصف الثاني، وتم أجراء الاختبارات القبلية بتأريخ (13/ 2018/12) المصادف الاحد ، وقد تم أجراء هذه الاختبارات على قاعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، وتم شرح الأختبارات المستخدمة على عينة البحث بصورة وافيه قبل الشروع بالأختبارات من لدن العينة.

2-4-4 التجربة الرئيسة (المنهج التعليمي) :

وهي التجربة الاساسية التي سيقوم الباحث بتطبيقها لحل او التوصل إلى الطرق التي تساعد في حل مشكلة البحث الموسومة .

لتحقيق أهداف البحث العلمي قام الباحث بإعداد منهج تعليمي على وفق آستراتيجية (بديودي) وتضمن (8) وحدات تعليمية، بواقع وحدة تعليمية واحدة في الأسبوع مدة الوحدة الواحدة (75 دقيقة)، وقسمت الوحدات التعليمية على المهارات المختارة ، إذ تم تطبيق جميع الوحدات تعليمية على وفق آستراتيجية (بديودي) وبلغت عدد التمارين المستخدمة (5) تمارين لكل مهارة منها وبلغت بمجملها (10) تمارين متنوعة، وبعد اطلاع الباحثان على المصادر العلمية والأخذ بآراء السادة الخبراء والمختصين، قام الباحثان بأستخدام تمارين الوحدات التعليمية ، مع ملاحظة النقاط الآتية في عملية وضع التمارين :

1- أن تكون التمارين المستخدمة ملائمة لمستوى العينة .

2- أنْ يكون هناك تدرج في مستوى صعوبة التمارين المستخدمة في الوحدة التعليمية الواحدة وضمن المنهاج بالكامل .

3- أنْ تحقق التمارين المستخدمة الغرض منها :

P-ISSN:2707-7845
E-ISSN:2707-7853

وتم تنفيذ المنهج التعليمي على المجموعة التجريبية في الفصل الدراسي الثاني للعام (2020-2021) للمدة من (2021/4/1) ولغاية (2021/7/6) في قاعة الجمناستك في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وبلغ زمن الوحدة التعليمية (75 دقيقة) وتم تنفيذ التمارين في القسم الرئيس من الوحدة التعليمية.

2-4-5 آستراتيجية (بديودي) :-

طبق الباحثان آستراتيجية (بديودي) على المجموعة التجريبية في الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي (2020- 2021) للمدة من (2021/4/1) ولغاية (2021/7/6) ، قاعة الجمناستك كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الجامعة المستنصرية ، وقد تم تطبيق الآستراتيجية في القسم الرئيس من الوحدة التعليمية وكان تقسيم الوحدة التعليمية على الشكل الآتي:

1- **القسم التحضيري** : الزمن الكلي للقسم التحضيري (10) دقيقة ويتضمن :

أ- **المقدمة** : إذ يتم أيقاف التلاميذ بنسق موحد وأخذ الحضور وتكون مدة هذا الجزء (5) دقائق.

ب- **الإحماء** : ويتم في هذا الجزء إعطاء الإحماء من الهرولة وتمارين خاصة لأجزاء الجسم العاملة في الاداء والتركيز على العضلات التي يقع عليها الثقل الأكبر في أثناء عملية أداء المهارات قيد الوحدة التعليمية وتكون مدة هذا الجزء (15) د .

2- **القسم الرئيسي** : ويكون مدته (70) دقيقة .

أ- **الجزء التعليمي** : يتم في هذا الجزء والذي مدته (20) دقيقة التركيز على آستراتيجية (بديودي) من خلال آستغلال الوقت كله في شرح المهارات والتمارين، إذ يقوم المدرس بشرح كل مهارة على حدا وإعطاء الأمثلة العملية لها كي تكون للمتعلم صورة صحيحة لها ويكون ذلك الشرح مستنداً على مفهوم على آستراتيجية (بديودي) والتركيز على كل مهارة بتفاصيلها الدقيقة ولكن بصورة منتظمة ومختصرة للوقت من دون إهدار للوقت في هذه المدة المخصصة للشرح التعليمي.

P-ISSN:2707-7845
E-ISSN:2707-7853

ب- **الجزء التطبيقي** : ويتم في هذا الجزء ممارسة التمارين الخاصة بالمهارات قيد البحث من الطالبات إذ يتم إجراء التصحيحات لأخطاء الأداء المهاري من لدن المدرس كذلك آستغلال الوقت وعدم ترك الطالبة من دون عمل من خلال التمارين وتكون مدة هذا الجزء (50) دقيقة

3- **القسم الختامي:** ويتم في هذا القسم إعطاء تمارين التهدئة والأسترخاء ، ثم إعطاء بعض النصائح والتوجيهات للطالبات وإنهاء الوحدة التعليمية ، وتكون مدة هذا القسم (5) دقائق .

2-4-6 الإختبارات البعدية :-

بعد أن أتّم الباحث تطبيق التجربة على عينة البحث من خلال تطبيق التمرينات وفقاً لآستراتيجية (بديودي) التي أعدها الباحثان ، على مدار (8) أسابيع أبتداءً من يوم (1/ 4 / 2021) ولغاية يوم (6/7/ 2021) ، تم أجراء الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية في يوم (7/7/ 2021) المصادف يوم الاثنين للأختبارات المهارية وقد حرص الباحثان على اتباع الإجراءات نفسها والظروف المشابهة في الأختبارات القبلية والبعدية وتوفير الادوات المناسبة والكادر المساعد نفسه.

2-5 الوسائل الإحصائية:-

لمعالجة البيانات التي حصل عليها الباحث فقد آستخدمت الوسائل الإحصائية الأتية:

- الوسط الحسابي.
- الأنحراف المعياري.
- معامل الإلتواء.
- قانون النسب المئوية.
- أختبار (T) للعينات المستقلة .
- أختبار (T) للعينات غير المستقلة

P-ISSN:2707-7845
E-ISSN:2707-7853

وقد عُولجت البيانات بجهاز الكومبيوتر على وفق البرنامج الإحصائي (SPSS VER 20).

3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها :

3-1 عرض نتائج الإختبارات المهارية القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية وتحليلها:

الجدول (3) الأوساط الحسابية والأنحرافات المعيارية وقيمة (T) للأختبارت المهارية القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية

المتغيرات	وحدة القياس	القبلي		البعدي		فَ	ف هـ	قيمة T المحسوبة	Sig	الدلالة
		سَ	± ع	سَ	± ع					
مهارة الميزان الامامي	درجة	3.725	0.382	7.915	0.172	4.190	0.494	23.962	0.000	معنوي
مهارة الدحرجة الامامية	درجة	3.638	0.443	7.592	0.461	3.953	0.642	17.407	00.00	معنوي

درجة حرية تحت مستوى دلالة (5%) (ن -1) = (15) .

3-1-2 مناقشة نتائج الإختبارات المهارية للإختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية:-

أظهرت نتائج الاختبار أن هناك فروقاً ذات دلالة احصائية في الأختبار البعدي لعينة البحث في مهارات الميزان الامامي والدحرجة الامامية ويعزو الباحثان ذلك الى أن هذه المهارات تحتاج آستخدام نوع من المرونة والتوزان والتوافق والاداء الحركي السلس مع شد لعضلات الجسد لأن الأعتماد على الجانب البدني يكون متنوع ومطلوب التوازن في جميع المهارات الخاصة بلعبة الجمناستك فالتوازن الثابت والذي يعني ((قدرة الجسم في المحافظة على اتزانه في وضع ثابت مثل الوقوف المتزن على قدم واحدة و البقاء في وضع

ثابت دون السقوط أو الاهتزاز كماهو الحال في وضع الميزان) ,(علي سلوم جواد :2004: 136) وهذه المهارات تتطلب كما ذكرنا مجمل من القدرات الحركية وبالاضافة الى التوازن الذي يمكن الطالبة من الاداء الصحيح دون الوقوع في الخطأ وكذلك فأن التوازن((يسهم في رفع مستوى أداء العديد من الحركات والأوضاع أذ يؤدي دوراً كبيراً في الربط بين أجزاء التشكيلة الحركية فتكسبها جمالاً ورونقاً)) (محمد عبد المنعم الشافي : 1971 :58)ذ ان تركيز الباحثان كان على اداء الحركات بطريقة صحيحة وتصحيح الخطأ إن وجد وتحليل المهارة للطالبات وتفصليها كي يكون هناك تصور كامل ووافي للمهارتين المبحوثة وادائها بشكل جيد .

3-2-1 عرض نتائج الإختبارات المهارية للإختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة وتحليلها:

الجدول (4) الوسط الحسابي والإنحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة للإختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في الأختبارات المهارية

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		فَ	ف هـ	قيمة T المحسوبة	Sig	الدلالة
		سَ	± ع	سَ	± ع					
مهارة الميزان الامامي	درجة	5.66	0.492	6.08	0.514	1.152	0.415	7.839	000.0	معنوي
مهارة الدحرجة الامامية	درجة	57.50	4.582	59.66	2.964	1.541	0.647	6.735	0.000	معنوي

درجة حرية تحت مستوى دلالة (5%) (ن -1) = (15) .

P-ISSN:2707-7845
E-ISSN:2707-7853

3-2-2 مناقشة نتائج الاختبارات المهارية للمجموعة الضابطة للإختبارات القبلية والبعدية :-

من خلال مراجعة نتائج الجدول (5) ظهر لنا أن هناك فروق ذلات دلالة إحصائية معنوية لنتائج الاختبارات القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة ويعزو الباحثان تلك النتائج إلى أن التمارين التي قام مدرسو المادة بإعطائها قد أظهرت فروقاً في الاداء لديهم ورفعت من مستواهم المهاري خلال مدة التجربة وأيضاً فإن عملية التكرار في الاداء خلال تلك المدة رفعت من مستواهم المهاري ، ولكن نلحظ أيضاً ان تلك الفروق لم تكن كبيرة جداً مقارنة بما ظهر لنا في نتائج المجموعة التجريبية وكما سنلحظه من خلال المقارنة فيما بين نتائج المجموعتين للاختبارات البعدية للمهارات المبحوثة إذ يعزو الباحث قلة التطور هذا إلى إن علمية التعليم المتبعة لا تستطيع مواكبة العدد الكبير للطلبة في الشعبة الواحدة كذلك صغر مساحة المكن المخصص للاداء وصعوبة المهارات نوعاً يصبح مدرس المادة مجبوراً على أن يعطي تكرارات قد لا تفي بالحاجة إلى ظهور التطور الكبير لدى الطلاب ويشير (الزيود) إلى ((إن المعلم في الصفوف المزدحمة يكون أقل قدرة في التأثير على سلوكيات طلابه والعكس صحيح بالنسبة للصفوف المدرسية غير المزدحمة)) (نادر: 1999: 178)

3-3-1 عرض ومناقشة نتائج الاختبارات المهارية للمجموعتين التجريبية والضابطة للإختبارات البعدية:

الجدول (5) الوسط الحسابي والإنحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة للإختبارات البعدي بعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات المهارية

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية البعدي		المجموعة الضابطة البعدي		قيمة T المحسوبة	Sig	الدلالة
		سَ	± ع	سَ	± ع			
مهارة الميزان الامامي	درجة	7.915	0.172	4.873	0.408	19.397	0.000	معنوي
مهارة الدحرجة الامامية	درجة	7.592	0.461	5.172	0.591	9.125	0.000	معنوي

درجة حرية تحت مستوى دلالة (5%) (ن -2) = (16) .

P-ISSN:2707-7845
E-ISSN:2707-7853

3-3-2 مناقشة نتائج الاختبارين البعدي بعدي لمتغيرات البحث المهارية للمجموعتين التجريبية والضابطة:

أما من الناحية المهارية ومن خلال الجدول (6) الخاص بالإختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في آختبارات البحث يتبين وجود فروقاً معنوية ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبار البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبار الميزان الامامي والدحرجة الامامية ولصالح المجموعة التجريبية ويعزو الباحثان ذلك إلى إعتماد التمرينات المعدة من قبل الباحثان وإلى الاستراتيجية التي آستخدمها في أثناء الدرس وكيفية توزيع التمارين فيها وعمل الطالبة على أدائها بصورة صحيحة وتصحيح الأخطاء التي تحدث بطريقة سريعة ودقيقة لمعالجة الخطأ الفعلي لدى كل طالب ، فضلاً عن التكرار المناسب للأداء من لدنّ الطلاب من خلال وحدة الدرس مما زاد من خبرة اللاعبين في تعلم المهارة وخزن البرنامج الحركي الخاص بالمهارات وبمختلف الحالات التي تحدث في اللعب فقد حرص الباحثان على جعل التمارين تطبق ويتخللها نوع من النقاش حول الطريقة الصحيحة لاداء ومن ثم جعل الاداء بعد تحسنه قليلاً يجري بين الطلاب والأداء بمجاميع متنافسة كي تكون هناك سرعة في الاداء فالتنافس يجبر الطالبات على عدم التمهل وتضييع الوقت في الدرس وتعلم الاداء بصورة اسرع ، وكذلك لا يمكن أيضاً الإكتفاء بالاداء السريع بمعزل عن الاداء الدقيق لذا كانت من اهداف الوحدات هو تحقيق الوصول إلى الأداء الجيد لدى الطالبات وفي كافة النواحي في المهارة في الاداء من السرعة والدقة والإتقان الجيد للمهارات في ومختلف الظروف المتغيرة ، إذ ان لآتقان المهارات من الاهمية العظمى في اداء مهارات اخرى ترتبط بهاتين المهارتين المختارة ، وقد عمل الباحثان على جعل التكرار كافي لكل طالبة فهذا من المهمات التي لا بد من الإهتمام بها على وجه الخصوص فالتكرارات تبلور عملية التعلم وتصل بالطالب إلى الإماكنات المطلوبة منه كذلك فعملية الشرح والوصف للمهارة وعرضها كانت ذات اهمية كبرى في الوحدات التعليمية فهي الركن الاساس الذي يبدأ المتعلم في الإعتماد عليها حتى يصل إلى درجة تعلم مثلى ويفهم كيفية أداء تلك المهارات ولذلك أهتم الباحثان في هذه النقطة إهتماماً خاصاً كي تكون وقود التقدم في عملية التعلم لدى الطالبات ((إذ لا يتوقف وصول اللاعب إلى التكامل الفني والدقة في الاتقان في الاداء للمهارات الاساسية على عدد مرات تكرار التمرين فقط ولكن أيضاً على فهم اللاعب لطريقة أداء المهارة من الناحية الفنية)) ، وتبلورت هذه المعطيات بالعناية الدقيقة

P-ISSN:2707-7845
E-ISSN:2707-7853

في أختيار التمرينات المستخدمة لهذا الغرض بالإعتماد على الأسس العلمية الصحيحة في العملية التعلمية خلال مدة تنفيذ التجربة الرئيسة والتي من شأنها أن تساعد في تطوير مستوى الطالبات حيث أن ((العناية بأختيار التمرينات التي تحقق الهدف ، تسهم بوصول اللاعبين إلى مستوى الأداء المطلوب من خلال مدة زمنية المحددة للتدريب

4- الإستنتاجات والتوصيات:-

4-1 الإستنتاجات:-

على ضوء النتائج التي ظهرت في الباب الرابع توصل الباحث إلى الإستنتاجات الآتية :-

1- إن لاستراتيجية (بديودي) تأثيرها الإيجابي على تنمية بعض مهارات الحركية في الجمناستك الفني لدى المجموعة التجريبية في الاختبارات القبلية والبعدية.

2- إن لاستخدام استراتيجية (بديودي) قد وفرت المزيد من الوقت الذي يمكن الإفادة منه في تحقيق أهداف الدرس من دون الحرج من الوقت الذي يمكن آستغلاله في التصحيح والتكرار أكثر.

3- إن لاستخدام التمارين الخاصة باستراتيجية (بديودي) قد أضفت عامل التشويق والأثارة في الدرس إذ ركز الباحثان على جعل أهمية التمرين الواحد تظهر من خلال التنافس والمناقشة بين الطالبات.

4-2 التوصيات:-

لابد لكل بحث من مجموعة من التوصيات التي تخدم العاملين وهي توجيهات لبحوث مشابهة أو لإجراء دراسات آخرى وفي حدود نتائج البحث والإستنتاجات التي وضعها الباحثان فأنهما يوصيان بعدة توصيات ومنها:

1- إعتماد آستراتيجية (بديودي) التي آستخدمها الباحثان لما أظهرته من نتائج إيجابية في نتائج البحث .

P-ISSN:2707-7845
E-ISSN:2707-7853

2- التنويع في آستخدام التمارين وعدم الإعتماد على التمارين الروتينية التي تلقي بظلال الملل على الطلاب مما يؤدي إلى عدم الإندفاع للاداء وتطوير المهارات .

3- الإهتمام بإختيار الآستراتيجية والأسلوب المناسب لكل وحدة تعليمية حتى تحقق الهدف المرجو بصورة صحيحة وسريعة .

4- أجراء بحوث ودراسات مشابهة على فئات وعينات مختلفة وعلى العاب وفعاليات أخرى كذلك.

5- تعميم نتائج البحث على جميع طلاب الكليات في العراق .

المصادر

- ذوقان عبيدات وأخرون؛ البحث العلمي – مفهومه – أدواته – أساليبه، ط4 (عمان، دار الفكر للنشر والطباعة والتوزيع، 1992).
- عبدالمعطي محمد عساف واخرون ،التطورات المنهجية وعملية البحث العملي ، ط2 ، (عمان , دار وائل للنشر والتوزيع ,2009).
- علي سلوم جواد : **الاختبارات والاحصاء في المجال الرياضي** , القادسية ,جامعة القادسية , 2004.
- محمد ابراهيم ,صباح السيد: **دليل الجمباز الفني (انسات)** ,ط1 ,المكتبة ,المصرية , الاسكندرية ,2007.
- محمد عبد المنعم الشافي :**فن الحركات الارضية** ,ط1 , القاهرة , مطابع الاهرام التجارية 1971.
- نادر فهمي الزيود (وآخرون) : التعلم والتعلم الصفي ، ط 4 ، (عمان ، دار الفكر ، 1999).

P-ISSN:2707-7845
E-ISSN:2707-7853