

اثر استخدام الطريقة الجزئية التبسيطية في تعلم مستوى الأداء الفني لبعض

المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية في الجمناستك

حسين محي حسين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل

Hussien.22ssp5@student.edu.iq

زياد طارق حامد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل

Zead4444@uomosul.edu.iq

تاريخ قبول النشر (٢٠٢٤/٨/١)

تاريخ تسليم البحث (٢٠٢٤/٧/٢٤)

الملخص

يهدف البحث الى الكشف عن:

- أثر استخدام الطريقة التبسيطية في تعلم مستوى الاداء لبعض المهارات الحركية على جهاز بساط الحركات الارضية في لعبة الجمناستك .
 - اثر استخدام الاسلوب المتبع من قبل المدرس(الطريقة التقليدية) في تعلم مستوى الاداء لبعض المهارات الحركية على جهاز بساط الحركات الارضية في لعبة الجمناستك .
 - الفروق بين مجموعتي البحث في الاختبار البعدي في تعلم مستوى الاداء لبعض المهارات الحركية على جهاز بساط الحركات الارضية في لعبة الجمناستك .
 - التعرف على قيم نسبة التطور ومقدار التعلم في مستوى الاداء لبعض المهارات الحركية على جهاز بساط الحركات الارضية في لعبة الجمناستك بين المجموعة التجريبية والضابطة.
- أستخدم الباحثان تصميم المجموعات المتكافئة ذات الملاحظة القبليّة والبعديّة محكمة الضبط، وتكونت عينة البحث من (٦١) طالباً موزعين على شعبتين دراسيتين وتم استبعاد الطلاب الذين لديهم خبرة سابقة وعينة التجربة الاستطلاعية والبالغ عددهم(٢١)، لتكون عينة البحث مكونة من(٤٠) طالباً موزعين على مجموعتين، المجموعة التجريبية والبالغ عددهم(٢٠) طالباً التي استخدمت الطريقة الجزئية التبسيطية، والمجموعة الضابطة البالغ عددهم(٢٠) طالباً التي استخدمت الاسلوب التقليدي المعد من قبل المدرس، وتحقق الباحثان من التكافؤ بين مجموعتي البحث في بعض الصفات البدنية والحركية وبعض القدرات العقلية ، واعد الباحثان برنامج تعليمي على وفق الطريقة الجزئية التبسيطية للمهارات الحركية الاربعة المختارة من قبل المتخصصين وهي(الميزان الامامي، العجلة البشرية، الوقوف على الرأس، الوقوف على اليدين) وبزمن وحدة تعليمية مقداره(٩٠) دقيقة ولمدة (١٠) وحدات تعليمية ، وبواقع وحدتان تعليميتان أسبوعياً ، واستنتج الباحثان:
- كان للطريقة الجزئية التبسيطية تأثير ايجابي في تعلم مستوى الاداء لبعض المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية في الجمناستك.
 - تفوقت المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في تعلم مستوى الاداء لبعض المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية في الجمناستك.

- أظهرت المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة افضلية بقيم نسبة التطور ومقدار التعلم في تعلم مستوى الاداء لبعض المهارات الحركية على جهاز بساط الحركات الارضية في الجمناستك.*
الكلمات المفتاحية: تعلم، الطريقة الجزئية التبسيطية، مستوى الاداء، جمناستك.



Al-Rafidain Journal for Sports Sciences

<https://rsprs.uomosul.edu.iq>



The impact of employing the partial simplification method on learning the proficiency level of some fundamental skills on the floor exercise mat in gymnastics

The two researchers:

Hussein Muhi Hussein

Hussien.22ssp5@student.edu.iq

College of Physical Education & Sports Sciences/
University of Mosul

Ziyad T.Hamed

Zead4444@uomosul.edu.iq

College of Physical Education & Sports
Sciences/University of Mosul

Article information

Article history:

Received:24/07/2024

Accepted:01/08/2024

Published online: 15/12/2024

Keywords:

Learning, simplified partial method, performance level, gymnastics

Correspondence:

Hussein Muhi Hussein

Hussien.22ssp5@student.edu.iq

Abstract

This research aims to discover:

.The effect of using the simplified method on learning performance levels for certain movement skills on the floor exercise apparatus in gymnastics.

.The effect of the traditional method (used by the teacher) on learning performance levels for certain movement skills on the floor exercise apparatus in gymnastics.

.The differences between the research groups in the post-test regarding learning performance levels for certain movement skills on the floor exercise apparatus in gymnastics.

.The identification of the values of the development ratio and the amount of learning in performance levels for certain movement skills on the floor exercise apparatus in gymnastics between the experimental and control groups.

The researcher used a controlled pre-test and post-test design with equivalent groups. The research sample consisted of 61 students divided into two classes. Students with previous experience and those in the pilot study sample (21 students) were excluded, resulting in a final research sample of 40 students divided into two groups: the experimental group (20 students) using the simplified partial method, and the control group (20 students) using the traditional method set by the teacher. The researchers ensured the equivalence between the two groups in certain physical and movement attributes and some mental abilities.

A teaching program was developed by the researcher based on the simplified partial method for four selected movement skills (front scale, cartwheel, headstand, and handstand) chosen by specialists. Each instructional unit lasted 90 minutes over the course of 10 units, with two units per week.

The researcher concluded:

.The simplified partial method had a positive effect on learning performance

levels for certain basic skills on the floor exercise apparatus in gymnastics.
. The experimental group outperformed the control group in learning performance levels for certain basic skills on the floor exercise apparatus in gymnastics.
.The experimental group showed a greater development ratio and learning amount in performance levels for certain movement skills on the floor exercise apparatus in gymnastics compared to the control group.

DOI: ??? , ©Authors, 2024, College of Physical Education and Sport Sciences, University of Mosul.
This is an open-access article under the CC BY 4.0 license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

١. التعريف بالبحث

١-١ المقدمة واهمية البحث :

شهدت العملية التعليمية في السنوات الاخيرة إخراج التعليم من صيغة التقليدية الى صيغ اكثر فاعلية حيث انه لا يوجد اسلوب تعليمي واحد يحقق افضل النتائج، فبرزت طرائق وأساليب التعلم الحديثة التي أسهمت في تطور العلاقة بين المعلم والمتعلم وان الوعي بطرائق تعلم المهارات الحركية ومدى ارتباطها بالاهداف المنشودة وان اختيار احدي تلك الطرائق يرتبط بقدرات المتعلم البدنية و الحركية وطريقة التعلم وشكل اداء التمرين لكي يكتب للعملية التعليمية النجاح، وان الانتقال من طريقة واحدة للتعلم الى طرائق اخرى يمكن ان يحسن قدرة المتعلم بمستوى الاداء للمهارات الحركية المتنوعة كون ان المطلب الرئيس هو الاهتمام بالمتعلم وان يكون له دور تعليمي فعال ، ومن بين تلك الطرائق طريقة التجزئة التبسيطية و التي تضع حلول يمكن تطبيقها من قبل المعلم لبعض المهارات الصعبة من خلال تبسيط تعقيد شكل اداء المهارة الحركية بما يلائم وقدرات المتعلم البدنية و الحركية لكي يصل الى افضل مستوى ممكن في الاداء المهاري. مما يسهل على المتعلم استكشاف الاشارات الادراكية للمسار الحركي المرتبطة باداء الواجب الحركي المحدد للمهارات الحركية وتزويد المتعلم بمعلومات كافية عن خط سيرالنقل الحركي لخط سير الحركة، وتعتمد هذه الطريقة على التدرج بسرعة الاداء الحركي من شأنه ان يؤدي الى زيادة التوافق الحركي ما بين الادراك والاستجابة المرتبطة بأداء الواجب الحركي والمتعلم وخاصة للمتعلمين الذين ليس لديهم خبرة سابقة في المهارة المراد تعلمها واتقانها، فضلا عن ذلك يمكن ان تؤثر هذه الطريقة في تطوير الاداء الحركي للمتعلم من خلال الممارسة الكلية مع تبسيط اجزاء معينة منها ، وان هذه الطريقة تعتمد على اساليب متنوعة منها الابطاء من ايقاع الحركة ونقص السرعة " وان اساس هذه الطريقة يعتمد في تعلم المهارة الحركية على الممارسة الكلية للمهارة ومن اساليبها ابطاء من ايقاع الحركة التي تتطلب توافق عمل اليدين والساقين في نفس الوقت " (حسام الدين وأخران، ٢٠٠٦، ١٥٢).

فضلا عن ذلك فأن التقليل من سرعة الاداء الحركي وإبطاء عرض بعض المهارات الحركية على بساط الحركات الارضية بلعبة الجمناستك من قبل المدرس خلال الجزء التطبيقي من الوحدة التعليمية يعزز من درجة تركيز الانتباه وربط المكونات الحركية الداخلية من قبل المتعلمين وخاصة المبتدئين. " حيث ان التمرين بسرعة بطيئة يختلف بدرجة كبيرة عن التمرن بالسرع الطبيعية وعليه فان التمرن بصورة بطيئة يعتبر ذا قيمة بالنسبة للمتعلم " (محجوب والبدري، ٢٠٠٢، ٢٢١) .

اثر استخدام الطريقة الجزئية التبسيطية في تعلم مستوى الأداء الفني لبعض المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية...

وتعد لعبة الجمناستك من الالعب الفردية وتحتوي على ستة اجهزة من بينهما بساط الحركات الارضية ولكثرة وتنوع المهارات الحركية وتعدد المواقف الصعبة التي تواجه المتعلم وعدم إمكانية تجاوزها وخاصة إن تعلم المهارات على بساط الحركات الارضية إذ ان بعض المهارات تتميز بالصعوبة الاداء عند تعلمها بطريقة التقليدية المتبعة من قبل المدرس (الطريقة الجزئية) ومن اجل تجاوز الصعوبات وخاصة عند المبتدئين لغرض تحقيق الهدف النهائي الحركي فقد برزت اهمية البحث الحالي لاستخدام الطريقة الجزئية التبسيطية كأسلوب ممارسة لما تحتويه من مميزات ايجابية تدعم تعلم بعض المهارات على بساط الحركات الارضية ،حيث ان ممارسة المهارات الحركية تحت ظروف البسيطة الثابتة تسمح للمتعلم على اتقان الحركة من خلال الزيادة التدريجية لتوقيت الاداء مع ضرورة التدرج في الاسراع بتوقيت الحركة للمهارة الحركية المراد تعلمها باستخدام القوة التي تتناسب او تكاد تقترب من الاداء الحقيقي التي تودئ فيها الحركات بما يتناسب مقدرة المتعلم على ضبط توقيت الحركة اثناء الاداء .

٢-١ مشكلة البحث:

إن عملية التعلم الحركي يمكن وصفها بأنها تبحث عن حل لمشكلة حركية من اجل معالجة القصور بالأداء الحركي نتيجة تفاعل المتعلم مع الواجب الحركي والبيئة المحيطة ومن اجل الوقوف على الصعوبات التي تواجه المتعلم باستخدام طريقة التجزئة المتسلسلة عند تعلم بعض المهارات الحركية بلعبة الجمناستك على جهاز بساط الحركات الارضية عند تعلم المهارات الصعبة على المتعلمين والتي من عيوبها غموض الهدف العام للمهارات فضلا عن ان تقسيم المهارات الحركية الى اجزاء منفصلة يفقد الحركة الشكل العام لها وخاصة تنظيم تعلم المهارة إذ ان نجاح اي جزء من المهارة الحركية يعتمد على مدى نجاح الجزء السابق لها ولمعالجة صعوبة تنظيم تعلم المهارة بين اجزاء الحركة من قبل المتعلمين أرتئى الباحثان الى استخدام الطريقة التبسيطية الجزئية كأحد اساليب تبسيط المهارة الحركية بحيث يصبح ادائها اقل صعوبة على المتعلم من خلال الابطاء من ايقاع الحركة لبعض المهارات الحركية ولمعالجة القصور باستخدام طريقة التجزئة المتسلسلة المستخدمة من قبل الباحثان كونها لاتحقق النتائج المرجوه كونه مدرب لفعالية لعبة المجمعناستك ومن جانب اخر وبعد اطلاع الباحثان على الادبيات والمراجع والدراسات السابقة لم يتمكنى من العثور الا على دراسة واحدة باللغة العربية ونظرا لندرة الدراسات التي تحت على الطريقة التبسيطية الجزئية هذا مادفع وشجع الباحث على خوض هذه الدراسة.

٣-١ اهداف البحث:

يهدف البحث الكشف عن:

١-٣-١ أثر استخدام الطريقة التبسيطية في تعلم مستوى الاداء لبعض المهارات الحركية على جهاز بساط الحركات الارضية في لعبة الجمناستك .

اثر استخدام الطريقة الجزئية التبسيطية في تعلم مستوى الأداء الفني لبعض المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية...

١-٣-٢ اثر استخدام الاسلوب المتبع من قبل المدرس (الطريقة التقليدية) في تعلم مستوى الاداء لبعض المهارات الحركية على جهاز بساط الحركات الارضية في لعبة الجمناستك .

١-٣-٣ الفروق بين مجموعتي البحث في الاختبار البعدي في تعلم مستوى الاداء لبعض المهارات الحركية على جهاز بساط الحركات الارضية في لعبة الجمناستك .

١-٣-٤ التعرف على قيم نسبة التطور ومقدار التعلم في مستوى الاداء لبعض المهارات الحركية على جهاز بساط الحركات الارضية في لعبة الجمناستك بين المجموعة التجريبية والضابطة.

١-٤-٤ فرضيات البحث:

١-٤-٤-١ توجد فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبار القبلي - البعدي لدى المجموعة التجريبية.

١-٤-٤-٢ توجد فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبار القبلي - البعدي لدى المجموعة الضابطة.

١-٤-٤-٣ لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج مجموعتي البحث التجريبية والضابطة بالاختبار البعدي في تعلم مستوى الاداء لبعض المهارات الحركية على جهاز بساط الحركات الارضية في لعبة الجمناستك .

١-٤-٤-٤ لا يوجد افضلية بين نتائج مجموعتي البحث التجريبية والضابطة بقيم نسبة التطور ومقدار التعلم في تعلم مستوى الاداء لبعض المهارات الحركية على جهاز بساط الحركات الارضية في لعبة الجمناستك.

١-٥-٥ مجالات البحث:

١-٥-٥-١ المجال البشري: طلاب المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية / جامعة دهوك.

١-٥-٥-٢ المجال المكاني : قاعة الجمناستك الرئيسية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية / جامعة دهوك.

١-٥-٥-٣ المجال الزمني: ٢٧/١١/٢٠٢٣ الى ٢/٦/٢٠٢٤

١-٦-٦ تحديد المصطلحات:

١-٦-٦-١ الطريقة التبسيطية : تعرف على انها "إحدى أنواع الممارسة الكلية التي يتم فيها الاقلال من

مستوى تعقيد المهارة اوفي درجة صعوبة الاداء بشكل مناسب. حسام الدين واخران، ٢٠٠٦ ، ١٥٠ ،

١-٦-٦-٢ مستوى الاداء : "هو الدرجة او الرتبة التي يصل اليها اللاعب من السلوك الحركي الناتج عن

عملية التعلم لاكتساب واتقان حركات النشاط الممارس على ان يؤدي بشكل يتسم بالانسيابية والدقة

وبدرجة عالية من الدافعية عند المتعلم لتحقيق اعلى النتائج مع الاقتصاد بلجهد". (البقال ، ٢٠٢٢ ،

٦٦)

١-٣ منهج البحث :

أستخدم الباحثان المنهج التجريبي باسلوب الضبط المحكم ذو الاختبارين القبلي والبعدي لملائمته

وطبيعة البحث.

٢-٣ عينة البحث:

اثر استخدام الطريقة الجزئية التبسيطية في تعلم مستوى الأداء الفني لبعض المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية...

تمثلت عينة البحث من طلبة السنة الدراسية الاولى لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة دهوك للعام الدراسي (٢٠٢٣-٢٠٢٤) والبالغ عددهم (٦١) طالب يمثلون الشعب (ب، ج) تم اختيارهم بطريقة عمدية بعد استبعاد عدد من الطلاب الراسبين والمصابين وتاركي الدراسة والغائبين عن اجراء بعض الاختبارات القبلية والوحدات التعليمية وممن لديهم خبرة في الجمناستك فضلا عن استبعاد عدد من الطلاب الذين تم اجراء التجربة الاستطلاعية عليهم وعينة الثبات، وبذلك اصبح عدد الطلاب المستبعدين كليا (٢١) طالب حيث بلغ عدد العينة الكلية لكلا المجموعتين (٤٠) طالبا مقسمين الى مجموعتين المجموعة التجريبية بواقع (٢٠) والضابطة بواقع (٢٠) طالب، وقد بلغت نسبة العينة الرئيسية (٦٥.٥٧ %).

٣-٣ التصميم التجريبي :

استخدم الباحثان التصميم التجريبي الاتي:

- التصميم التجريبي الذي يطلق عليه تصميم المجموعات المتكافئة ذات الملاحظة القبلية والبعدية المحكمة الضبط الذي يطلق عليه (Pre-Test, Control Group Design) (العساف، ١٩٩٥، ٣١٦-٣١٧). كما مبين ادناه.

المجموعة	اختبار قبلي	المتغير المستقل	اختبار بعدي
المجموعة التجريبية	مهارات حركية	الطريقة الجزئية التبسيطية	مهارات حركية
المجموعة الضابطة	مهارات حركية	الطريقة التقليدية (الجزئية)	مهارات حركية

شكل (١) التصميم التجريبي المستخدم في البحث

٣-٤ وسائل جمع البيانات:-

١- الاستبيان، ٢- الاختبار والقياس، ٣- الملاحظة العلمية التقنية، ٤- استمارة تقويم الاداء الفني.

٣-٥ تكافؤ مجموعتي البحث:-

"ينبغي على الباحث تكوين مجموعات متكافئة في الاقل بما يتعلق بالمتغيرات التي لها علاقة بالبحث" (فان دالين، ١٩٨٥، ٣٩٨). لذا تم التحقق من تكافؤ مجموعتي البحث التجريبية والضابطة للعينات المستقلة ومتساوية العدد. لضبط المتغيرات بأستخدام اختبار وشملت عملية التكافؤ المتغيرات الاتية:

٣-٥-١ التكافؤ في متغيرات النمو (الطول-الكتلة-العمر):-

تمت عملية التكافؤ بين مجموعتي البحث في المتغيرات الاتية:

١- التكافؤ في العمر الزمني مقاساً بالأشهر.

٢- التكافؤ في الطول مقاساً بالسنتيمتر.

٣- التكافؤ في الكتلة مقاساً بالكيلوغرام.

والجدول رقم (١) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومستوى الاحتمالية وقيم (T) المحسوبة

اثر استخدام الطريقة الجزئية التبسيطية في تعلم مستوى الأداء الفني لبعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية...

الجدول (١) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومستوى الاحتمالية (sig) وقيم (T) المحسوبة

في متغيرات العمر والطول والكتلة لعينة البحث

ت	المتغيرات	وحدة قياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة T المحسوبة	مستوى الاحتمالية Sig
			±ع	-س	±ع	-س		
١	العمر	الشهر	٢٢٣.٦٥	٢٢٤.٨٠	٢.٦٨	٢٢٤.٨٠	١.٣٧	٠.١٧
٢	الطول	سم	١٧٣.٠٠	١٧٢.٧٠	٢.٦٩	١٧٢.٧٠	٠.٧١	٠.٧٠
٣	الكتلة	كغم	٧٣.٣٠	٧٢.٥٠	٢.٧٦	٧٢.٥٠	٠.٩١	٠.٣٥

يتبين من الجدول رقم (١) وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعتي البحث في كل من العمر والطول والكتلة ، وهذا يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث في تلك المتغيرات إذ كانت قيم مستوى الاحتمالية اكبر من نسبة الخطأ (٠.٠٥) لجميع المتغيرات.

٣-٥-٢ التكافؤ في بعض القدرات العقلية بين مجموعتي البحث:

تم إجراء عملية التكافؤ بين افراد عينة البحث في اختبار الانتباه والتصور العقلي المختارة من قبل المتخصصين، (خاطر والبيك، ١٩٧٨، ٢٩٤) (راتب، ٢٠٠٠، ٢٢٠). كما مبين في الجدول ادنى:

الجدول (٢) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومستوى الاحتمالية (sig) وقيم (T) المحسوبة

لمجموعتي البحث في بعض القدرات العقلية

ت	القدرات العقلية	وحدة قياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة T المحسوبة	مستوى الاحتمالية sig
			±ع	-س	±ع	-س		
١	الانتباه	درجة	١١٤.٠٥	١١٥.١٥	٣.٦٠	١١٥.١٥	٠.٧٩	٠.٤٢
٢	التصور	درجة	٥٧.٨٥	٥٦.٤٥	٤.٨٢	٥٦.٤٥	١.٠٤	٠.٣٠

يتبين من الجدول (٢) وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعتي البحث في الانتباه والتصور ، وهذا يشير الى تكافؤ افراد العينة في هاذين المتغيرين إذ كانت قيم مستوى الاحتمالية اكبر من نسبة الخطأ (٠.٠٥).

٣-٥-٣ التكافؤ في بعض عناصر اللياقة البدنية والحركية المؤثرة في المهارات الحركية:-

تم إجراء عملية التكافؤ بين افراد عينة البحث في اختبارات بعض عناصر اللياقة البدنية والحركية من قبل المتخصصين ملحق (١) الاختبارات التي رشحت كانت كالاتي :

١- اختبار الاستناد الامامي (شناو) ١٠ ثوان / لقياس القوة المميز بالسرعة لعضلات الذراعين. (

حسنين، ١٩٨٧، ١٨٧)

اثر استخدام الطريقة الجزئية التبسيطية في تعلم مستوى الأداء الفني لبعض المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية...

- ٢- اختبار قوة عضلات الظهر باستخدام جهاز الديناموميتر/لقياس القوة القصوى لعضلات الظهر (حسانين، ١٩٩٥، ٢٧٥-٢٧٦)
- ٣- رمي الكرة الطبية وزنها (٥ كغم) لاقصى مسافة بالذراعين مع ربط الجذع / لقياس القوة الانفجارية للاطراف العليا للذراعين. (عثمان، ١٩٩٠، ١٣٦)
- ٤- اختبار ثني الجذع من الجلوس الطويل / لقياس المرونة. (علاوي و رضوان، ١٩٨٢، ٣٥١-٣٥٢)
- ٥- اختبار الوقوف على قدم واحدة (وقوف اللق) / لقياس الاتزان الثابت. (علاوي و رضوان، ١٩٨٢، ٣٧٢)

الجدول (٣)

يبين الاوساط الحسابية وانحرافات المعيارية ومستوى الاحتمالية (sig) وقيم (T) المحسوبة لمجموعتي البحث في اختبارات عناصر اللياقة البدنية والحركية المختارة

ت	المتغيرات	وحدة قياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة T المحسوبة
			±ع	-س	±ع	-س	
١	القوة المميز بالسرعة لعضلات الذراعين	تكرار/ثانية	١٢.٧٥	١.١٦	١٢.٣٠	١.٢١	١.١٩
٢	القوة القصوى لعضلات الظهر	كغم	٢٢٣.٥٥	١.٢٣	٢٢٢.٨٥	١.٤٢	٠.١٠
٣	القوة الانفجارية للاطراف العليا (الذراعين)	متر	٤.٣٢	٠.١١	٤.٣٧	٠.١٤	1.07
٤	المرونة	سم	١٣.١٥	١.٤٦	١٢.٤٥	١.٢٣	1.63
٥	الاتزان الثابت	ثانية	٤١.٦٥	١.٦٣	٤٢.٥٠	١.٥٠	1.56

يتبين من الجدول (٣) وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعتي البحث في اختبارات عناصر اللياقة البدنية والحركية المختارة، إذ كانت قيم مستوى الاحتمالية اكبر من نسبة الخطاء (٠.٠٥). وهذا يشير الى تكافؤ مجموعتي البحث لتلك العناصر.

٣-٦ البرنامج التعليمي:

بعد اطلاع الباحثان على عدد من المراجع العلمية والابحاث ذات العلاقة (برهم، ١٩٩٥) (جاسر، ٢٠٠) (البياتي، ٢٠١٥) (محمدامين، وحديث ٢٠٢٣)، قام الباحثان في إعداد البرنامج التعليمي على المهارات الحركية المختارة من محتوى مفردات المنهاج الدراسي للفصل الدراسي الثاني لطلاب السنة الدراسية الاولى لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة دهوك للعام الدراسي ٢٠٢٣/٢٠٢٤ ولاربعة مهارات حركية هي:

اثر استخدام الطريقة الجزئية التبسيطية في تعلم مستوى الأداء الفني لبعض المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية...

٢- مهارة العجلة البشرية. ١- مهارة الميزان الامامي.

٣- مهارة الوقوف على الرأس. ٤- مهارة الوقوف على اليدين.

وتكون البرنامج التعليمي من (١٠) وحدات تعليمية على وفق مبادئ الطريقة الجزئية التبسيطية وبواقع وحدتين تعليميتين في الاسبوع وبزمن وحدة تعليمية مقداره (٩٠) دقيقة لكل وحدة تعليمية بعد ان تم توزيع المهارات الحركية على الوحدات التعليمية العشرة ملحق(٤).

٣-٧ التجربة الاستطلاعية الخاصة بالبرنامج التعليمي :-

من اجل تذليل الصعوبات والاجراءات غير الاقتصادية في الجهدين المادي والبشري قام الباحثان بأجراء التجربة الاستطلاعية الخاصة بالبرنامج التعليمي على عينة استطلاعية من غير عينة البحث والبالغ عددهم (١٠) طلاب وذلك يوم الاحد الموافق (٢٠٢٤/٢/٧) وكان الغرض من هذه التجربة ما يأتي:

١- التأكد من تنفيذ مفردات البرنامج التعليمي للمجموعة التجريبية بالوقت المحدد.

٢- التعرف على الصعوبات والمعوقات التي قد تواجه الطلاب عند تطبيق البرنامج التعليمي. (أحمد وحامد،

٢٠١١، ١٦٧)

٣-٨ وحدة تعليمية تعريفية:

أعطيت مجموعتي البحث التجريبية والضابطة وحدة تعليمية تعريفية من قبل المدرس ملحق(١) للمهارات الحركية الاربعة والمعتمدة ضمن مفردات المنهاج الدراسي والمختارة من قبل المتخصصين وبزمن مقداره (٩٠) دقيقة لكل وحدة تعليمية تعريفية لعدم وجود خبرة سابقة لمجموعتي البحث قبل اجراء الاختبار القبلي.

٣-٩ الاختبار القبلي:

اجري الاختبار القبلي بقاعة الجمناستيك الرئيسية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة دهوك لكل من المجموعة التجريبية والضابطة كل على حده وصورت المهارات الحركية الاربعة لعينة البحث بألة تصوير فيديو بتاريخ ٢٠٢٤ / ٢ / ٢١ لتقييم مستوى الاداء للمهارات الحركية.

٣-١٠ التجربة الرئيسية:

طبق البرنامجين التعليميين للمجموعة التجريبية والضابطة للفترة من ٢٠٢٤/٢/٢٥ لغاية ٢٠٢٤/٣/٣١ بواقع وحدتين تعليميتين اسبوعياً لكل مجموعة وبزمن مقداره (٩٠) دقيقة لكل وحدة تعليمية وقام مدرس المادة بتطبيق مفردات البرنامج التعليمي بالطريقة الجزئية التبسيطية للمجموعة التجريبية وبتطبيق الاسلوب التقليدي للمجموعة الضابطة.

٣-١١ الاختبار البعدي:

بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج التعليمي لكلا المجموعتين اجري الاختبار البعدي بقاعة الجمناستيك الرئيسية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة دهوك لكل من المجموعة التجريبية التي استخدمت الطريقة الجزئية التبسيطية والضابطة التي استخدمت الطريقة التقليدية كل على حده وصورت المهارات

اثر استخدام الطريقة الجزئية التبسيطية في تعلم مستوى الأداء الفني لبعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية...

الحركية الأربعة لعينة البحث بألة تصوير فيديو بتاريخ ٣/٤/٢٠٢٤ لتقييم مستوى الاداء للمهارات الحركية.

٣-١٢ تقويم الاداء الفني:

قام الباحثان باعداد استمارة تقويم مستوى الاداء وعرضها على مجموعة من ذوي الخبرة والاختصاص في لعبة الجمناستك ملحق (١) بعد تقسيم كل مهارة حركية الى ثلاث اقسام (تحضيري، رئيس، ختامي) وحددت الدرجة الكلية ب(١٠) درجات وحصلت على نسبة اتفاق (٨٥%) واعتمدت الاستمارة بشكلها النهائي ملحق (٣) بعد ان تم وضع الدرجة النهائية لكل قسم من اقسام المهارة وتم تقويم الاداء الفني لمجموعتي البحث للاختبار القبلي والبعدي للمهارات الحركية الأربعة لكلا المجموعتين التجريبية والضابطة باعتماد التصوير الفيديوي من قبل ثلاث مقيمين من ذوي الاختصاص ملحق (١)، وتم التحقق من موضوعية التقويم بين المقيمين باختيار احدى المهارات الحركية بصورة عشوائية واحتساب معامل الارتباط المتعدد فكانت نتيجة الارتباط (٠.٨١) وهو معامل ارتباط معنوي ويدل ان عملية التقويم كانت موضوعية. (علي و شريف، ٢٠١١، ١٤٨)

٣-١٣ الوسائل الاحصائية:-

١-الوسط الحسابي. ٢-الانحراف المعياري. ٣-اختبار (T) للعينات المرتبطة المتساوية العدد.

٤- اختبار (T) للعينات غيرالمرتبطة المتساوية العدد. ٥- النسبة المئوية.

(التكريري والعبدي، ١٩٩٩، ٢٦٣)

٧-مقدار التطور=(البعدي-القبلي)

٩-النسبة المئوية للتطور. ١٠-مقدار التعلم

٤-١ عرض النتائج ومناقشتها:

٤-١-١ عرض ومناقشة نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في تعلم مستوى الاداء لبعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية للمجموعة التجريبية:

الجدول (٣)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدي ومستوى الاحتمالية (sig) وقيمة (T) المحتسبة لمستوى الاداء للمهارات الحركية على بساط الحركات الأرضية للمجموعة التجريبية

ت	المهارات الحركية	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة T المحتسبة	مستوى الاحتمالية
		س-	±ع	ش-	±ع		
١	الميزان الامامي	3.25	0.41	7.65	0.60	26.100	0.00
٢	عجلة البشرية	3.12	0.42	7.45	0.62	23.261	0.00

اثر استخدام الطريقة الجزئية التبسيطية في تعلم مستوى الأداء الفني لبعض المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية...

0.00	22.820	0.64	7.55	0.44	3.10	الوقوف على الرأس	٣
0.00	32.091	0.56	7.35	0.58	2.63	الوقوف على اليدين	٤

يتبين من الجدول (٣) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات درجات الاختبارين القبلي والبعدي لمستوى الاداء للمهارات الحركية لدى المجموعة التجريبية التي استخدمت الطريقة الجزئية التبسيطية من خلال نتائج قيمة (T) المحسوبة على التوالي (26.100 - ٢٣.٢٦١ - ٢٢.٨٢٠ - ٣٢.٠٩١) وهي قيمة معنوية عند نسبة خطأ $\geq (٠.٠٥)$ ، عند مستوى الاحتمالية (٠.٠٠٠) لجميع المهارات الحركية وهي اصغر من (٠.٠٠٥) ولمصلحة الاختبار البعدي.

ويعزو الباحث ذلك الى فاعلية الطريقة الجزئية التبسيطية من خلال مشاهدة نموذج المهارات الحركية في بداية التعلم من قبل المتعلم للانموذج بسرعة اقل من السرعة الاعتيادية ادى الى زيادة تعميق واستيعاب المتعلم لمفردات المهارات الحركية وهي (الميزان الامامي والعجلة البشرية والوقوف على الراس والوقوف على اليدين) وتكوين صورة واضحة عن طبيعة تفاصيل المسار الحركي لبداية ونهاية عملية تعلم لكل مهارة حركية فضلا عن ذلك ان ابطاء سرعة الاداء الحركي عند الممارسة الفعلية من قبل المتعلم في بداية التعلم واداءها كوحدة واحدة دون تجزئتها الى اجزاء صغيرة ساعدة على ادراك العلاقة بين عناصر المهارة الحركية وخلق اسس التذكر الحركي من خلال استدعاء واسترجاع المهارة الحركية كوحدة واحدة فضلا عن ذلك فان التدرج بسرعة الاداء الحركي للوصول الى السرعة المثالية للاداء لكل مهارة حركية تم تعلمها على وفق الطريقة الجزئية التبسيطية اسهم في سرعة تعلمها واتقانها "ان التمرين بسرعة بطيئة كنوع متنوع وخصوصا مع المتعلمين حديثا ولديهم مهارات ببطء وباخطاء قليلة تسمح لهم باداء فاعل". (محبوب واخرون، ٢٠٠١، ٢٢١) ، كما ان ربط اجزاء المهارات الحركية من خلال التدرج بسرعة الاداء الحركي وادائها بسرعة اقل من السرعة الاعتيادية ادى الى فهم عميق لادراك مكونات المهارة الفنية كما ان زيادة مقدار الوقت لزمن الاداء الفعلي ادى الى زيادة الممارسة الكلية نتيجة ادخال متغير ابطاء سرعة الداء الحركي في بداية التعلم وانعكس ذلك على وضوح الهدف لكل مهارة من المهارات الحركية من خلال اكتشاف الجوانب الاساسية عند اداء كل حركة بصورة كلية مع تبسيط اجزاء معينة من المهارة لجميع الحركات التي تضمنها البرنامج التعليمي للوصول الى الاداء الصحيح وانعكس ذلك ايجابا في اداء الواجب الحركي المراد تعلمه بشكل افضل كون ان الممارسة بالطريقة الجزئية التبسيطية تساعد على اتقان ربط الحركات الفرعية والتي تمثل في مجموعها المهارة المراد تعلمها " يمكن استرجاع الخط الحركي بمجرد اي استشارة بسيطة تعمل على ايقاض وبدء النمط الكامل للمهارة عن طريق سلسلة الانقباضات العضلية التي تواصل عملها تحت سيطرة نمط تغذية المرتدة الحركية التي تم اكتسابها من خلال التعلم". (فوزي، ٢٠٠٣، ١٩٩٦).

اثر استخدام الطريقة الجزئية التبسيطية في تعلم مستوى الأداء الفني لبعض المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية...

٤-١-٢ عرض نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في تعلم مستوى الاداء لبعض المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية للمجموعة الضابطة:

الجدول (٤)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدي ومستوى الاحتمالية (sig) وقيمة (T) المحسوبة لمستوى الاداء للمهارات الحركية للمجموعة الضابطة

ت	المهارات الحركية	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة T المحسوبة	مستوى الاحتمالية Sig
		س-	±ع	ش-	±ع		
١	الميزان الامامي	3.27	0.47	7.05	0.58	23.582	0.00
٢	عجلة البشرية	3.10	0.50	7.05	0.58	24.411	0.00
٣	الوقوف على الرأس	3.18	0.57	7.10	0.55	25.201	0.00
٤	الوقوف على اليدين	2.75	0.55	6.95	0.62	24.464	0.00

يتبين من الجدول (٤) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات درجات الاختبارين القبلي والبعدي لمستوى الاداء للمهارات الحركية لدى المجموعة الضابطة التي استخدمت الاسلوب التقليدي (الطريقة الجزئية) من خلال نتائج قيمة (T) المحسوبة على التوالي (٢٣.٥٨٢ - ٢٤.٤١١ - ٢٥.٢٠١ - ٢٤.٤٦٤) وهي قيمة معنوية عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$ ، عند مستوى احتمالية بلغت (٠.٠٠٠) لجميع المهارات الحركية وهي اصغر من (٠.٠٥) ولمصلحة الاختبار البعدي.

ويعزو الباحث ذلك الى فاعلية الطريقة الجزئية اذ ان تقسيم المهارة الى عدة اجزاء او خطوات تعليمية واتقان كل جزء على حده والسيطرة على تلك الاجزاء عززت من توجيه انتباه المتعلم للواجبات الحركية وادراك المواقف التعليمية لكل جزء من اجزاء المهارة اذ ان ادراك وفهم تطبيق الواجب الحركي لكل جزء سهل عملية تعلم المهارات الحركية الاربعة على الرغم من ان تاخر اتقان التوافق المنشود للمهارات الحركية نتيجة ربط الاجزاء المنفصلة ببعضها البعض صعب من تعلم وزنها وثقلها الحركي نتيجة ضعف انسيابية الحركة وتعكس ذلك على انخفاض استيعاب الواجب الحركي المراد تعلمه من قبل المتعلم نتيجة عدم وضوح الهدف وضعف تكامل الاداء الحركي. ان ممارسة الجزء الاول كوحدة مستقلة ثم ممارسة الجزء الثاني قبل ان يدمج مع الجزء الاول للممارسة الجزئين معا كوحدة واحدة ثم يتوالى دمج بقية مكونات المهارة بصورة تدريجية وباستمرار الممارسة المتسلسلة يصل المتعلم في النهاية لاداء المهارة بصورة كاملة". (حسام الدين واخران، ٢٠٠٦، ١٥٢)،

اثر استخدام الطريقة الجزئية التبسيطية في تعلم مستوى الأداء الفني لبعض المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية...

٤-١-٣ عرض ومناقشة نتائج الفروق في الاختبار البعدي في تعلم مستوى الاداء لبعض المهارات

الاساسية على بساط الحركات الارضية بين المجموعة التجريبية والضابطة:

الجدول (٥)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات البعدية ومستوى الاحتمالية (sig) وقيمة

(T) المحسوبة لمستوى الاداء للمهارات الحركية ولمجموعتي البحث

ت	المهارات الحركية	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة T المحسوبة	مستوى الاحتمالية Sig
		±ع	-س	±ع	-س		
١	الميزان الامامي	0.60	7.65	0.58	7.05	3.183	0.03
٢	عجلة البشرية	0.62	7.45	0.58	7.05	2.091	0.043
٣	الوقوف على الرأس	0.64	7.55	0.55	7.10	2.366	0.023
٤	الوقوف على اليدين	0.56	7.35	0.62	6.95	2.122	0.04

يتبين من الجدول (٥) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية التي مارست باستخدام الطريقة الجزئية التبسيطية والمجموعة الضابطة التي مارست الطريقة التقليدية (الجزئية) في تعلم مستوى الاداء للمهارات الحركية ولصالح المجموعة التجريبية من خلال نتائج قيمة (T) المحسوبة على التوالي (٣.١٨٣ - ٢.٠٩١ - ٢.٣٦٦ - ٢.١٢٢) وهي قيمة معنوية عند نسبة خطأ $\geq (٠.٠٥)$ ، عند مستوى احتمالية بلغت ما بين (٠.٠٢٣ - ٠.٠٤٣) لجميع المهارات الحركية وهي اصغر من (٠.٠٥) ولمصلحة الاختبار البعدي.

ويعزو الباحث هذه النتيجة الى فاعلية الطريقة الجزئية التبسيطية في تعلم مستوى الاداء الفني لمهارة الميزان الامامي ومهارة العجلة البشرية ومهارة الوقوف على الراس ومهارة الوقوف على اليدين، على الرغم من اختلاف درجات التعلم للمهارات الحركية ويمكن القول ان طبيعة المسار الحركي لكل مهارة حركية يختلف من حيث شكل الاداء بالرغم من وجود عامل مشترك بين المهارات الحركية الاربعة وهو عمل اليدين والساقين في نفس الوقت وهو احد العوامل الاساسية في السيطرة على ابطاء ايقاع سرعة الاداء الحركي كما عززت الممارسة الكلية بسرع اقل من السرعة الاعتيادية من خلال الشرح او العرض من قبل المدرس الى زيادة تعميق واستيعاب المتعلم لمفردات المهارة الحركية ورؤية كل حركة من مراحل الحركة بشكل تفصيلي لمجريات النقل الحركي بين اجزاء المهارة الحركية فضلا عن تاثير الاداء الحركي بالطريقة الجزئية التبسيطية باسلوب ابطاء سرعة الاداء عند بداية التعلم وخاصة المبتدئين ادى الى اكتساب عينة البحث الاحساس بمتطلبات الاداء الحركي لكل مهارة حركية وساهم ذلك في بناء برنامج حركي للمهارة المراد تعلمها زاد من سيطرة المتعلم على الاداء وتنشيت البرنامج الحركي لكل مهارة وسهل عملية حفظ

اثر استخدام الطريقة الجزئية التبسيطية في تعلم مستوى الأداء الفني لبعض المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية...

تعلمها في الذاكرة الحركية والرجوع اليه بعد كل تكرار على الرغم من التدرج المستمر بسرعة الاداء للوصول الى اتقان المهارة الحركية" استخدام التوقيت البطيء في بعض الاحيان الذي يساعد على الاحساس الحركي بالمهارة مع مراعاة ان لا يؤدي ذلك الى فقد الحركة لوحدتها وتوافقها" (علاوي، ١٩٧٨، ١٠٨). فضلا عن ذلك ان تعلم واكتساب المسار الاساسي للحركة بصورة كلية مع تبسيط اجزاء منها من خلال تقليل سرعة الاداء الحركي ادى الى تعمق ادراك التوافق الحركي للمهارة ويعني ذلك تكوين برنامج حركي يعمل على التحكم في اتجاه ومدى وسرعة الحركة بشكل ايجابي مما يحقق هدف الحركة لكل مهارة حركية تضمنها البرنامج التعليمي ويمكن القول ان تسهيل تعلم المهارات الحركية من خلال ابطاء سرعة الاداء الحركي وزيادة زمن الممارسة الفعلية لكل مهارة حركية مما ساعد على تحسن مستوى الاداء المهاري وتنمية الصفات البدنية للمجاميع العضلية العاملة وبخاصة تلك التي يتطلبها النجاح في هذه المهارة" كلما زاد نمو الصفات البدنية كلما ادى ذلك الى القدرة على الاداء المهارة الرياضية بصورة افضل" (حسام الدين واخران، ٢٠٠٦، ١١٩).

٤-١-٤ عرض ومناقشة نتائج الاوساط الحسابية القبلي والبعدي ومقدار التطور للمهارات الحركية لمستوى الاداء المهاري للمهارات الحركية على بساط الحركات الارضية للمجموعة التجريبية والضابطة:

الجدول (٦)

يبين الاوساط الحسابية ومقدار التطور لاختبارين القبلي والبعدي لمستوى الاداء المهاري للمهارات الحركية على بساط الحركات الارضية للمجموعة التجريبية والضابطة

ت	المهارات الحركية	التجريبية		الضابطة		مقدار التطور		النسبة المئوية لمقدار التعلم %
		قبلي (-س)	بعدي (-س)	قبلي (-س)	بعدي (-س)	تجريبية	ضابطة	
١	الميزان الامامي	3.25	7.65	3.27	7.05	4.4	3.78	83.81%
٢	عجلة البشرية	3.12	7.45	3.10	7.05	4.33	3.95	88.73%
٣	الوقوف على الرأس	3.10	7.55	3.18	7.10	4.45	3.92	90.82%

اثر استخدام الطريقة الجزئية التبسيطية في تعلم مستوى الأداء الفني لبعض المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية...

80%	87.90%	4.20	4.72	6.95	2.75	7.35	2.63	الوقوف على اليدين	٤
-----	--------	------	------	------	------	------	------	-------------------	---

يتبين من الجدول (٦) وجود تحسن بمقدار التطور والنسبة المئوية لمقدار التعلم بين المجموعة التجريبية التي مارست باستخدام الطريقة الجزئية التبسيطية والمجموعة الضابطة التي مارست الطريقة التقليدية(الجزئية) في تعلم مستوى الاداء للمهارات الحركية ولصالح المجموعة التجريبية ، إذ كانت مقدار تحسن للمهارات الحركية للمجموعة التجريبية على التوالي(٤.٤ ، ٤.٣٣ ، ٤.٤٥ ، ٤.٧٢) في حين حققت المجموعة الضابطة تطورا ومقداره على التوالي(٣.٧٨ ، ٣.٩٥ ، ٣.٩٢ ، ٤.٢٠)، ووجود تطورا بالنسبة المئوية لمقدار التعلم بين المجموعة التجريبية التي مارست باستخدام الطريقة الجزئية التبسيطية والمجموعة الضابطة التي مارست الطريقة التقليدية(الجزئية) في تعلم مستوى الاداء للمهارات الحركية ولصالح المجموعة التجريبية إذ كان النسبة المئوية لمقدار التعلم للمجموعة التجريبية على التوالي(83.81% ، 88.73% ، 90.82% ، 87.90%) في حين حققت المجموعة الضابطة على التوالي(79.28% ، 80.61% ، 73.68% ، ٨٠%) ويعزو الباحث هذا التحسن لمقدار التطور ومقدار التعلم للمجموعة التجريبية الى ان تلك المهارات الحركية التي تضمنها البرنامج التعليمي كانت لها بداية واضحة ونهاية واضحة وعدم فصل هذه المهارات الى اجزاء عند تعلمها والتدرج بسرعة الاداء الحركي عند تعلمها وبذلك ساهم ابطاء سرعة الاداء الحركي في وضوح الهدف العام لكل مهارة حركية من خلال الاداء الحركي المتكرر للمنهج الحركي ،فأنسيابية الحركة والربط المناسب بين اجزائها فضلا عن كونها مناسبة لامكانية المتعلم وفق قدراته البدنية والحركية ساهم في نجاح ادائها." ان التدريب على المهارة بشكلها الكامل واستخدام الايقاع البطيء في بعض الاحيان يساعد على الاحساس الحركي مع مراعاة ان لا يؤدي ذلك فقدان المهارة وحدتها وتوافقها ".(الدليمي ، ٢٠٠٨ ، ١٢٩).

٥- الاستنتاجات والتوصيات:

٥-١ الاستنتاجات:

٥-١-١ كان للطريقة الجزئية التبسيطية تأثير ايجابي في تعلم مستوى الأداء لبعض المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية في الجمناستيك.

٥-١-٢ تفوقت المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في تعلم مستوى الأداء لبعض المهارات الاساسية(الميزان الامامي، العجلة البشرية، الوقوف على الراس، الوقوف على اليدين) على بساط الحركات الارضية في الجمناستيك.

اثر استخدام الطريقة الجزئية التبسيطية في تعلم مستوى الأداء الفني لبعض المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية...

٣-١-٥ اظهرت المجموعة التجريبية افضلية على المجموعة الضابطة بقيم نسبة التطور ومقدار التعلم في تعلم مستوى الاداء لبعض المهارات الحركية على جهاز بساط الحركات الارضية في لعبة الجمناستيك

٢-٥ التوصيات:

١-٢-٥ يوصي الباحثان باستخدام الطريقة الجزئية التبسيطية في تعلم المهارات الاساسية(الميزان الامامي، العجلة البشرية، الوقوف على الراس، الوقوف على اليدين) على بساط الحركات الارضية في الجمناستيك

٢-٢-٥ يوصي الباحثان على استخدام الطريقة الجزئية التبسيطية على باقي الاجهزة في الجمناستيك كونها تزيد من زمن الاداء المهاري مما يحسن الاداء الفني للمهارة الحركية.

قائمة المصادر

- ١- احمد، موفق سعيد، و حامد، محمد عبدالجبار(٢٠١١): اثر منهاج تدريبي مقترح باستخدام تمارين قوة خاصة في عدد من المتغيرات البدنية والمهارية للاعبين كرة اليد الناشئين، مجلة الرافدين للعلوم الرياضية، مجلد ١٨، عدد ٥٩، موصل، العراق.
- ٢- برهم، عبد المنعم سليمان (١٩٩٥): " موسوعة الجباز العصرية " ط١، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- ٣- البقال ، ياسر منير طه علي(٢٠٢٢) :علم التدريب الرياضي لكليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة ، ط١، دار الكشكول للطباعة والنشر، موصل ، العراق.
- ٤- البياتي، فردوس مجيد امين(٢٠١٥):الجمناستيك الفني للسيدات في مجال التعلم، ط١، دار الكتب والوثائق الوطنية، جامعة ديالى، العراق.
- ٥- التكريتي، وديع ياسين والعبيدي، حسن محمد(١٩٩٩): التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل.
- ٦- جابر، وليد احمد (٢٠٠٣): طرق التدريس العامة، ط١، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، الاردن
- ٧- حسام الدين ، طلعة حسين واخران (٢٠٠٦) التعلم والتحكم الحركي _ مبادئ _ نظريات _ تطبيقات _ ، ط١ ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة.
- ٨- حسانيين، محمد صبحي(١٩٩٥): القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ط٣ ، دار الفكر العربي ، القاهرة

اثر استخدام الطريقة الجزئية التبسيطية في تعلم مستوى الأداء الفني لبعض المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية...

- ٩- حسانين، محمد صبحي(١٩٨٧): القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي ، القاهرة
- ١٠- خاطر، أحمد محمد، والبيك، علي فهمي(١٩٧٨):القياس في مجال الرياضي، دار المعارف، ط١، مصر.
- ١١- العساف، صالح بن حمد(١٩٩٥):المدخل الى البحث في العلوم السلوكية، ط١، مكتب العبيكان للنشر، الرياض، السعودية.
- ١٢- عثمان، محمد حسن(١٩٩٠): موسوعة العاب القوى - تكنيك - تكنيك - تدريب - تعليم - تحكيم ، مطبعة الفيصل ، دار القلم للنشر والتوزيع ، الكويت
- ١٣- علاوي، محمد حسن و رضوان، محمد نصرالدين(١٩٨٢): اختبارات الاداء الحركي ، ط١، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ١٤- علي، وليد وعداالله و شريف، عمار عيدان(٢٠١١): أثر اسلوبي تدريس الاقران والتبادلي الثلاثي في أكساب فن اداء بعض المهارات الاساسية بالنتس، مجلة الرافدين للعلوم الرياضية، مجلد١٨، العدد٥٩، موصل، العراق.
- ١٥- الدليمي، ناهدة عبد زيد(٢٠٠٨): اساسيات في التعلم الحركي، دار الضياء للطباعة والنشر والتصميم، ط١، النجف الاشرف، اعراق.
- ١٦- راتب، اسامة كامل(٢٠٠٠):تدريب المهارات النفسية، دار الفكر العربي، ط١، القاهرة.
- ١٧- فان دالين، ديوبولدرب(١٩٨٥):مناهج البحث في التربية وعلم النفس، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، الترجمة من قبل (محمد نبيل واخرون).
- ١٨- فوزي، احمد امين(٢٠٠٣):سيكولوجية التعلم الحركي في مجال الرياضي، دار المعارف للطباعة والنشر، الاسكندرية، مصر.
- ١٩- محجوب ، وجيه والبدري، احمد (٢٠٠٢) :اصول التعلم الحركي، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، الموصل.
- ٢٠- محجوب، وجيه واخرون(٢٠٠١): نظريات التعلم والتطور الحركي، ط١، دار وائل للطباعة والنشر، عمان، الاردن.
- ٢١- محمدامين، بروا حسين، و حديث، مويد عبدالرحمن(٢٠٢٣):اثر تداخل جدولة التمرين العشوائي والمكثف في تعلم واحتفاظ الاداء الفني لفعالية رمي القرص، مجلة الرافدين للعلوم الرياضية، مجلد٢٦، عدد٨١، موصل، العراق.

Ahmad, Muwafaq Saeed, & Hamed, Mohammed Abdul Jabbar (2011): ١.

The Effect of a Proposed Training Program Using Special Strength

-
- Exercises on Some Physical and Skill Variables for Junior Handball Players, Al-Rafidain Journal of Sport Sciences, Vol. 18, No. 59, Mosul, Iraq.
٢. Barham, Abdul Munim Suleiman (1995): "Modern Gymnastics Encyclopedia," 1st ed., Dar Al-Fikr for Printing, Publishing and Distribution, Amman, Jordan.
٣. Al-Baqal, Yasser Munir Taha Ali (2022): "Sports Training Science for Colleges and Departments of Physical Education and Sports Sciences," 1st ed., Al-Kashkoul Printing and Publishing House, Mosul, Iraq.
٤. Al-Bayati, Firdous Majid Amin (2015): "Women's Artistic Gymnastics in Learning," 1st ed., National Library and Archives, University of Diyala, Iraq.
٥. Al-Tikriti, Wadi Yassin & Al-Ubaidi, Hassan Mohammed (1999): "Statistical Applications and Computer Uses in Sports Education Research," Books Publishing House, University of Mosul.
٦. Jaber, Walid Ahmed (2003): "General Teaching Methods," 1st ed., Dar Al-Fikr for Publishing and Distribution, Amman, Jordan.
٧. Hossam El-Din, Talaat Hussein et al. (2006): "Motor Learning and Control - Principles, Theories, Applications," 1st ed., Center for Book Publishing, Cairo.
٨. Hassanein, Mohammed Sobhi (1995): "Measurement and Evaluation in Physical Education and Sports," 3rd ed., Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo.
٩. Hassanein, Mohammed Sobhi (1987): "Measurement and Evaluation in Physical Education and Sports," Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo.
١٠. Khater, Ahmed Mohammed, & Al-Beik, Ali Fahmi (1978): "Measurement in the Sports Field," 1st ed., Dar Al-Maarif, Egypt.
١١. Al-Assaf, Saleh bin Hamad (1995): "Introduction to Research in Behavioral Sciences," 1st ed., Obeikan Publishing, Riyadh, Saudi Arabia.

- Osman, Mohammed Hassan (1990): "Athletics Encyclopedia - Technique, Tactics, Training, Teaching, Judging," Al-Faisal Printing Press, Dar Al-Qalam for Publishing and Distribution, Kuwait.
- Alawi, Mohammed Hassan & Radwan, Mohammed Nasr Al-Din (1982): "Tests of Motor Performance," 1st ed., Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo.
- Ali, Walid Wadallah & Sharif, Ammar Aidan (2011): "The Effect of Peer and Triadic Reciprocal Teaching Styles in Learning the Art of Performing Some Basic Tennis Skills," Al-Rafidain Journal of Sport Sciences, Vol. 18, No. 59, Mosul, Iraq.
- Al-Dulaimi, Nahida Abdul Zaid (2008): "Basics of Motor Learning," 1st ed., Dar Al-Dhiya for Printing, Publishing and Design, Najaf Al-Ashraf, Iraq.
- Rateb, Osama Kamel (2000): Training Psychological Skills, 1st ed., Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo.
- Van Dalen, Deobald (1985): Research Methods in Education and Psychology, Anglo-Egyptian Library, Cairo, translated by (Mohammed Nabil et al.).
- Fawzi, Ahmed Amin (2003): Psychology of Motor Learning in the Sports Field, Dar Al-Maarif for Printing and Publishing, Alexandria, Egypt.
- Mahjoub, Wajih & Al-Badri, Ahmed (2002): Principles of Motor Learning, Books Publishing House, University of Mosul, Mosul.
- Mahjoub, Wajih et al. (2001): Theories of Learning and Motor Development, 1st ed., Dar Wael for Printing and Publishing, Amman, Jordan.
- Muhammad Amin, Berwa Hussein, & Hadith, Mowid Abdulrahman (2023): The Effect of Random and Massed Practice Scheduling Interference on Learning and Retaining the Technical Performance of Discus Throwing, Al-Rafidain Journal of Sport Sciences, Vol 26, No 81, Mosul, Iraq.

الملاحق

ملحق (١)

أسماء السادة الخبراء والمختصين المشاركين بأرائهم العلمية في كافة إجراءات البحث

ت	اللقب العلمي	الاسم	الاختصاص	مكان العمل	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧
١	أ.د.	احمد حامد السويدي	تعلم الحركي	كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل			*				
٢	أ.د.	عبدالجبار عبدالرزاق	التدريب الرياضي	كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل	*	*		*		*	*
٣	أ.د.	أفراح ذنون يونس	طرائق التدريس	كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل				*	*	*	
٤	أ.د.	أبي رامز عبدالغني	بايو ميكانيك	كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل				*	*		*
٥	أ.د.	نوفل فاضل رشيد	تعلم الحركي	كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل			*				
٦	أ.د.	صفاء ذنون الامام	طرائق التدريس	كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل				*	*	*	
٧	أ.د.	غيداء سالم عزيز	طرائق التدريس	كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل		*			*		
٨	أ.د.	جلال كمال محمد	القياس والتقييم	كلية التربية الرياضية/جامعة دهوك	*	*					
٩	أ.د.	ايثار عبدالكريم غزال	القياس والتقييم	كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل		*	*				
١٠	أ.د.	علي حسين محمد		كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل		*			*	*	
١١	أ.د.	محمد عبدالجبار حامد	التدريب الرياضي	معهد التربية الرياضية/عقري	*	*					
١٢	أ.د.	وليد وعدالله علي	طرائق التدريس	كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل					*		
١٣	أ.م.د.	خالد محمد داؤد	تعلم الحركي	كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل			*		*		
١٤	أ.م.د.	حيدرغازي اسماعيل	حكم دولي	كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل	*	*				*	*
١٥	أ.م.د.	زياد طارق زيدان	تدريب رياضي	كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل	*	*		*		*	
١٦	أ.م.د.	مقداد طارق حامد	تعلم الحركي	كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل			*		*		
١٧	أ.م.د.	فراس محمد علي	القياس والتقييم	كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل				*			
١٨	أ.م.د.	عمر سمير ذنون	القياس والتقييم	كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل				*			
١٩	أ.م.د.	إبراهيم موسى إبراهيم	طرائق التدريس	كلية التربية الرياضية/جامعة دهوك				*	*		

اثر استخدام الطريقة الجزئية التبسيطية في تعلم مستوى الأداء الفني لبعض المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية...

										٢٠	أ.م.د.	زيد محفوظ عبدالقادر	تدريب رياضي	كلية التربية الرياضية/جامعة دهوك	*					
			*	*	*					٢١	أ.م.د.	سميرة زيا هرمز	تدريب رياضي	كلية التربية الرياضية/جامعة دهوك	*					
										٢٢	م	وعد محمد جعفر	حكم دولي	تربية كركوك	*					
			*	*						٢٣	أ.م.د.	سعدى عمر يوسف	طرائق التدريس	كلية التربية الرياضية/جامعة دهوك	*					
				*						٢٤	أ.م.د.	محمد حسن مصطفى	تعلم الحركي	كلية التربية الرياضية/جامعة دهوك	*					
										٢٥	أ.م.د.	خالد حسن ريكانى	تدريب رياضي	كلية التربية الرياضية/جامعة دهوك	*					

* طبيعة الاستشارة:

١-المقابلة الشخصية. ٢-أستبيان القدرات البدنية والحركية واختباراته. ٣-استبيان القدرات العقلية

و اختبارات.

٤- استبيان تحديد وتوزيع الدرجات على المهارات الحركية. ٥- استبيان صلاحية الوحدات التعليمية.

٦- استبيان تحديد المهارات الحركية. ٧- تقييم الاداء الفني.

ملحق (٢)

استبيان تحديد اهم عناصر اللياقة البدنية والحركية والاختبارات المناسبة لها

ت	الصفة البدنية والحركية	الاختبار	الاهمية النسبية				
			٥	٤	٣	٢	١
١	القوة القصوى للذراعين	أ- اختبار السحب على العقلة . ب- اختبار الضغط من الاستلقاء على مسطبة مستوية (بنج بريس)لمرة واحدة لاقصى وزن مرفوع.					
٢	القوة القصوى لعضلات الظهر	أ-السحب بجهاز الديناموميتر بدون ثني الرجلين. ب- السحب بجهاز الديناموميتر بثني الرجلين.					
٣	القوة الانفجارية للذراعين	أ-رمي الكرة الطبية وزنها (٣كغم)لاقصى مسافة بالذراعين من دون مرحة الجذع او ثني الرجلين. ب-رمي الكرة الطبية وزنها(٥كغم)لاقصى مسافة بالذراعين مع ربط الجذع .					
٤	القوة الانفجارية للرجلين	أ- الوثب الطويل من الثبات. ب الوثب العمودي من الثبات (سارجنت).					
٥	القوة المميزة بالسرعة للرجلين	أ- الحجل (١٠) ثواني لاقصى مسافة ممكنة . ب -الركض بالقفز لمسافة عشر خطوات يقاس بالزمن أو المسافة.					
٦	القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين	أ- الإستناد الأمامي (١٠) ثانية.. ب-ثني الذراعين ومدهما على الحلق أو المتوازي (١٠) ثانية.					
٧	مطاولة القوة	أ-ثني الذراعين ومدهما من وضع الاستناد الامامي (الشناو)، حتى التعب او اقصى التكرار .					

اثر استخدام الطريقة الجزئية التبسيطية في تعلم مستوى الأداء الفني لبعض المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية...

	ب-السحب على العقلة حتى التعب او اقصى التكرار..		
٨	أ-ركض ١٨٠ م مرتد . ب- ركض ٢٠٠م من وضع الوقوف.	مطاولة السرعة القصيرة	
٩	أ- عدو (٣٠م) من البداية المتحركة . ب- ركض (٢٠م) من الوقوف .	السرعة الانتقالية	
١٠	أ- اختبار نيلسون (٢*٤٠م) ولاقرب ١٠/١ اث . ب- اختبار عصا نيلسون باليدين .	سرعة الاستجابة الحركية	
١١	أ- ثني الجذع من الجلوس الطويل . ب- اختبار الجسر (القوس) .	المرونة	
١٢	أ-الجري المكوكي(١٠*٤م). ب-اختبار بارو الزكزاكي (٣*٥٠م).	الرشاقة	
١٣	أ-اختبار الجري على شكل (٨). ب-اختبار الجري على شكل (٨) تحت عارضة الوثب.	التوافق	
١٤	أ-الوقوف بالقدمين طوليا على العارضة. ب-الوقوف على قدم واحدة (وقوف اللقلق).	التوازن الثابت	
١٥		أية صفة بدنية أو حركية أخرى او اختبار آخر ترونه مناسباً	

اثر استخدام الطريقة الجزئية التبسيطية في تعلم مستوى الأداء الفني لبعض المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية...

ملحق (٣)

استمارة تقييم الاداء للمهارات الحركية في البحث

المهارات			الميزان الامامي			العجلة البشرية			الوقوف على الراس			الوقوف على اليدين		
رقم اللاعب			ت	ر	خ	ت	ر	خ	ت	ر	خ	ت	ر	خ
١			٢	٦	٢	٣	٥	٢	٣	٥	٢	٣	٦	١
٢														
٣														

أسم المقيم:

ت: تحضيري

الشهادة واللقب العلمي:

ر: رئيسي

التوقيع:

التاريخ:

خ: ختامي

ملحق (٤)

نموذج للوحدة التعليمية (٦) لتعلم اداء بعض المهارات الاساسية على جهاز بساط الحركات الارضية في

الجمناستك

للمجموعة التجريبية

١- المرحلة الدراسية: الاولى ٢- عدد الطلاب: ٣- التاريخ: / / ٢٠٢٤ ٤- الوقت: ٥- زمن

الوحدة: ٩٠ د

٦- الادوات المستخدمة: ٧. بساط حركات الارضية. ٨. ابسطة اسفنجية

الاهداف التربوية

الاهداف التعليمية

١- تعويد الطلاب على النظام والالتزام

١- ان يتعلم الطلاب مهارة الوقوف على الراس.

بالوقت .

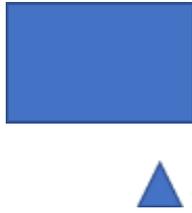
٢- العمل على زيادة الثقة بالنفس لدى

٢- ان يتعلم الطلاب مهارة الوقوف على النزاعين.

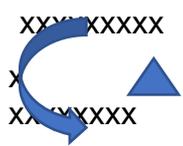
الطلاب.

اثر استخدام الطريقة الجزئية التبسيطية في تعلم مستوى الأداء الفني لبعض المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية...

الملاحظات	الايخارج والتنظيم	محتوى الوحدة واسلوب تنفيذها	الوقت	النشاط	اقسام الوحدة
التاكيد على الهدوء	XXXXXXXXXXXXXXXXXX	تهيئة الادوات الرياضية للدرس + تسجيل الغياب	٥د	المقدمة	القسم الاحادي ٢٠
التاكيد على الاداء من قبل الجميع	XXXXXXXXXXXXX X	تهيئة عامة لجميع اعضاء الجسم التي تخدم القسم الرئيسي.	٨د	الاحماء	
التاكيد على تنفيذ التمارين من قبل الجميع وبصورة صحيحة	XXXXXXXXXX XXXXX XXXXX XXXXX	تمارين الرقبة + تمارين الذراعين + تمارين الجذع - + تمارين الرجلين	٧د	التمارين البدنية	

<p>الانتباه على النموذج التوضيحي والشرح وعرض المدرس اثناء تنفيذ المهارات.</p> <p>اخراج اكثر من نموذج واحد.</p>	<p>XXXXXX X X ▲ XXXXXX</p>	<p>يقوم المدرس بشرح مهارة الوقوف على الراس مع ادائها باستخدام مراحل التدرج في تعلم الاداء المهاري على وفق الطريقة الجزئية التبسيطية وكذلك شرح مهارة الوقوف على اليدين مع ادائها باستخدام مبادئ تعلم الاداء المهاري على وفق الطريقة الجزئية التبسيطية من قبله ثم اختيار احد الطلاب لاداء كل مهارة على حدا امام زملائه مع اعطاء التغذية الراجعة و تصحيح الاخطاء من قبل المدرس.</p>	<p>٥٩</p>	<p>الجزء التعليمي ٥٩</p>	
<p>تصحيح الاخطاء من قبل المدرس مع التاكيد على اداء المهارة من قبل جميع الطلاب</p>		<p>١-الوقوف على الراس:وضع اليدين ومقدمة الرأس على البساط لتشكيل مثلث متساوي الساقين قمته راس الطالب وقاعدته الخط الواصل بين الكفين، والرجلين ممدوتين للخلف ليتم رفع احدى الرجلين (الرجل الممرجة)والدفع ببطئ برجل الارتكاز لتلحق بالرجل الممرجة لمحاولة الوصول الى وضع الوقوف على الرأس، والتاكيد على استقرار اداء الحركة ببطئ لكل طالب، حيث التدرج بسرعة الاداء الحركي لأداء المهارة بشكل مستمر للوصول الى مرحلة الثبات والبقاء بوضع الوقوف لمدة (٢ث) ويكون الجسم على استقامة واحدة ومشطي القدمين مؤشرتين ثم/ أ-اداء المهارة بمساعدة المدرس. ب-اداء المهارة بثلثات (٢ث)ومن ثم الرجوع الى الوضع الابتدائي للحركة.</p>	<p>٢٣</p>	<p>الجزء التطبيقي ٤٥</p>	
<p>تصحيح الاخطاء من قبل المدرس مع التاكيد على اداء المهارة من قبل جميع الطلاب</p>		<p>٢-الوقوف على الذراعين: من وضع الوقوف على الرجلين والذراعين جانبا ثم مرجحة الذراعين خلفا اماما ووضع احدى الرجلين اماما للارتكاز عليها واليدين على الارض ومرجحة الرجل الحرة خلفا عاليا، ثم الدفع البيطيء برجل الارتكاز لتلحق بالرجل الممرجة للوصول الى وضع الوقوف على اليدين، والتدرج بسرعة الاداء الحركي للحركة بشكل مستمر للوصول الى مرحلة الثبات مع مراعاة ان تؤدي الحركة تحت الظروف البسيطة بذراعين ممدودتين و راس بين الذراعين قليلاً للأمام و امتداد مفصلي الكتفين، و رجلين ممدودتين و مشطي القدمين مؤشرين مع شد عضلات البطن والظهر والوركين. ثم أ-اداء الحركة بالمساعدة ب-اداء الحركة والثلثات (٢ث)ومن ثم الرجوع الي الوضع الابتدائي</p>	<p>٢٣</p>		<p>القسم الرئيسي ٥٥</p>

اثر استخدام الطريقة الجزئية التبسيطية في تعلم مستوى الأداء الفني لبعض المهارات الاساسية على بساط الحركات الارضية...

لعبة مسلية وايضا تخدم المهارة	XXXXX— XXXX	لعبة جر الحبل	١٠ د	لعبة صغيرة	القسم الختامي ١٥
مشاركة الجميع		مشي + هروله خفيفة + تمارين سويدية	٤	تمرينات تهدئة	
النداء بصوت واح	XXXXXXXXXXXXXXXXX 	النداء بكلمة (رياضة - نشاط)	١ د	الاتصراف	

بساط

حبل

المدرس

اتجاه دوران الطلاب X

الطالب

ملاحظات الخبير