

تأثير تصميم برنامج تعليمي مقترح لتحسين درجة الجمل الحركية على جهاز الحلق

م. يسرا صفاء حسن

الجامعة التقنية الوسطى / الكلية التقنية الادارية

الكلمات المفتاحية : تصميم البرنامج التعليمي ، الجمل الحركية ، جهاز الحلق .
مستخلص البحث:

هدفت البحث الحالي الى التعرف على تصميم برنامج تعليمي مقترح لتحسين درجة الجمل الحركية على جهاز الحلق فضلاً عن بيان أهمية تأثير البرنامج التعليمي المقترح . وتطرقت مشكلة البحث إلى أن هنالك إغفالا واضحا للأساليب التي تركز على دور المتعلم والمشاركة الفعالة في العملية التعليمية ومن خلال خبرة الباحثة لاحظ عدم الاهتمام باستخدام الأساليب التعليمية المستخدمة لتحسين درجة الجمل الحركية على جهاز الحلق . وشملت عينة البحث طلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة والذين كان عددهم (40) طالب وقد تم تقسيمهم الى مجموعتين تجريبية وضابطة كل مجموعة (20) طالب ، وتم استخدام المنهج التجريبي، وقامت بتطبيق تجربة البحث على المجموعة التجريبية ومن خلال النتائج فقد توصلت الباحثة إلى أن البرنامج التعليمي المقترح له تأثير ايجابي ذو دلالة إحصائية لتحسين درجة الجمل الحركية على جهاز الحلق وأوصت الباحثة بضرورة التأكيد على تعميم نتائج البحث الحالي للاستفادة منه في إعداد البرامج التعليمية ولفعاليات أخرى .

The effect of a suggested instructional design to improve the degree of motor sentences on the throat

The current research aimed to identify the design of a proposed educational program to improve the degree of motor sentences on the throat as well as the importance of the impact of the proposed educational program.

The problem of research is that there is a clear disregard for the methods based on the role of the learner and active participation in the educational process and through the experience of the researcher noted the lack of interest in the use of educational methods used to improve the degree of motor sentences on the throat The study sample included the students of the Department of Physical Education and Sports Sciences, who were (40) students and were divided into two experimental groups and control each group (20) students, and the experimental method was used, and the researcher applied the experimental experience on the experimental group and through the results, The proposed educational program has a positive effect of statistical significance to improve the degree of motor sentences on the

throat and recommended the researcher to emphasize the dissemination of the results of the current research to benefit from the preparation of educational programs and other functions.

1- المقدمة:

تختلف فعاليات الجمباز عن باقي أنواع الرياضة في متطلباتها الجسمية والعقلية لما تحتاجه في إعداد مميز خلال تعلم المهارات ، كذلك تتطلب توافق ذهني وحركي فضلا عن المراحل التي تمر بها هذه الحركات من حيث تسلسلها وصعوبة الحركة المتنامية فيها في مختلف مراحل تعلمها والتي توصف بكونها مهارات مغلقة ، فهي تحتاج إلى برامج تعليمية وتدريبية ذو دقة متناهية . ومن هنا تكمن أهمية البحث الحالي في إعداد تصميم تعليمي مقترح لتحسين درجة الجمل الحركية على جهاز الحلق

مشكلة البحث :

تعد عملية التعليم بشكل عام من أهم العمليات التربوية التي تحتاج إلى التخطيط العلمي السليم والمتكامل لكي تصل إلى أهدافها ، وهي توصيل المعلومات إلى المتعلم بأفضل أسلوب ممكن ويعتمد التعلم على مدى فاعلية الأساليب المتبعة في تعليم المهارات الحركية والأنشطة الرياضية المختلفة للوصول إلى المستوى المقبول في الأداء ضمن الوقت المحدد له . فقد لاحظت الباحثة أن هناك إغفالا واضحا للأساليب التي تركز على دور المتعلم والمشاركة الفعالة في العملية التعليمية ومن خلال خبرة الباحثة لاحظ عدم الاهتمام باستخدام الأساليب التعليمية المستخدمة لتحسين درجة الجمل الحركية على جهاز الحلق .

أهداف البحث:

1. تصميم برنامج تعليمي مقترح لتحسين درجة الجمل الحركية على جهاز الحلق .
2. معرفة تأثير البرنامج التعليمي المقترح لتحسين درجة الجمل الحركية على جهاز الحلق.

فروض البحث :

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة لمجموعتي البحث ولصالح الاختبارات البعديّة.
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات البعديّة للمجموعتين التجريبية والضابطة و لصالح المجموعة التجريبية.

الجمال الحركية : وهي مجموعة من الحركات المهارية على جهاز الحلق وتشمل المهارات التالية (المرجحة ، التعلق المقلوب ، تعلق الكب ، الكب للارتكاز بزاوية ، خفض الجسم من الارتكاز بزاوية ، الشقلبة الخلفية المتكورة للهبوط) .

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

2-1 منهج البحث : تم استخدام المنهج التجريبي بطريقة المجموعتين المتكافئتين لملائمتها لطبيعة مشكلة البحث .

2-2 عينة البحث : تم اختيار عينة البحث من طلاب المرحلة الثالثة في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة والتي كان عددهم (40) طالب وقد تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وضابطة كل مجموعة (20) طالب ، وفي ضوء ذلك قامت الباحثة بأجراء التكافؤ وتجانس لمجموعتي البحث قبل تطبيق البرنامج المعد من قبل الباحثة .

جدول (1) يبين تجانس أفراد عينة البحث

ت	القياسات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		معامل الالتواء	المجموعة التجريبية		معامل الالتواء	اختبار الفروق
			ع	س		ع	س		
1	الطول	سم	1.28	159	0.297	1.24	166	0.247	0.05
2	الوزن	كغم	0.021	57	0.549	0.033	58	0.542	0.07
3	العمر	شهر	1.88	254	1.49	1.07	253	1.22	0.27

2-2 وسائل جمع البيانات:

2-3-1 الأجهزة والأدوات :

- جهاز حلق .
- جهاز العرض الضوئي عدد 2.
- كاميرا التصوير . (المرجحة ، التعلق المقلوب ، تعلق الكب ، الكب للارتكاز بزاوية ، خفض الجسم من الارتكاز بزاوية ، الشقلبة الخلفية المتكورة للهبوط
- فريق العمل المساعد : شمل على كل من :مدرس مادة جمناسك الأجهزة والذي قام بتنفيذ المنهج المقرر على المجموعة التجريبية والضابطة .

2-4 إجراءات البحث الميدانية

2-4-1 الاختبارات (الجملة الحركية) قيد البحث :

اسم الاختبار : الجملة الحركية (المرجحة ، التعلق المقلوب ، تعلق الكب ، الكب للارتكاز بزاوية ، خفض الجسم من الارتكاز بزاوية ، الشقلبة الخلفية المتكورة للهبوط) الغرض من الاختبار : قياس قابلية اللاعب على أداء الجملة الحركية قيد البحث الأدوات المستخدمة : جهاز حلق / مغنيسيوم

مواصفات الأداء : يتخذ اللاعب وضع الاستعداد ثم يقوم بأداء الجملة الحركية وحسب التسلسل الصحيح للمهارات المعتمدة ضمن السلسلة الحركية . التسجيل : لقد تم تقويم مهارتي (الجملة الحركية) من قبل لجنة من المحكمين ، وتم الاتفاق على ان تكون الدرجة النهائية هي (10) درجات مقسمة على خمسة اجزاء لكل مهارة درجتان.

2-5 التجربة الاستطلاعية :

تم إجرائها في 2020/2/15م على (5) طلاب من خارج عينة البحث .

2-6 الاختبار القبلي:

تم إجراء الاختبار القبلي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في الساعة الثانية عشر من يوم الأربعاء المصادف 2020 / 2 / 16 في قاعة المغلقة للجمناستك في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/ كلية التربية الاساسية .

2-7 البرنامج التعليمي المقترح:

تضمن البرنامج التعليمي المقترح على (12) وحدة تعليمية وبواقع (90) دقيقة في الأسبوع للمجموعة التجريبية وتكونت خطوات إعداد الوحدات التعليمية المعدة من قبل الباحثة للمجموعة التجريبية ما يأتي:

- التعرف على مستوى المتعلم واستعداداته العقلية
- تحديد نوع المهارة والأداء المطلوب من المتعلم.
- تحديد الخطوات اللازمة للأداء من اجل تحقيق الهدف النهائي.
- المعرفة الفورية لنتيجة الأداء المهاري للجملة الحركية من قبل المتعلم.
- السير في التعلم حسب قدرة المتعلم الشخصية.
- الاعتماد على التقويم الذاتي للمتعلم.
- تقويم أداء الطالب مباشر أول بأول. وقد طبق البرنامج التعليمي المقترح المعد من قبل الباحثة والمنهج المتبع من قبل مدرس المادة في الكلية.

2-6 الاختبار البعدي :

تم إجراء الاختبار البعدي على عينة البحث يوم 18 / 5 / 2020 في تمام الساعة العاشرة ، إذ حرصت الباحثة على تهيئة الظروف للاختبار من ناحية الزمان والمكان وفريق العمل المساعد نفسه في الاختبارين القبلي والبعدي والأدوات والأجهزة من أجل تثبيت المتغيرات قدر الإمكان ولقد قامت الباحثة بتصوير الاختبار القبلي والبعدي وعرضها على السادة المقومين ومن ثم المقارنة بينهم .

2-7 تقويم الأداء :

تم الاعتماد على مجموعة من مقومين المختصين في لعبة الجمناستك الفني لتقييم الأداء المهاري للجمل الحركية لكل طالب من عينة البحث عند أدائهم الجمل الحركية على جهاز الحلق في الجمناستك الفني ، لغرض استخراج درجة التقييم النهائية .

2-8 الوسائل الإحصائية :

استخدمت الباحثة الحقيبة الإحصائية SPSS لاستخراج نتائج البحث ومناقشتها.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

جدول (2)

يبين نتائج الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

مستوى الدلالة	T المحسوبة	متوسط الفروق	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	الجملة الحركية
			ع	س	ع	س		
دال	-3.22	-12.6	0.943	9.515	0.622	6.134	درجة	المرجحة ، التعلق المقلوب ، تعلق الكب، الكب للارتكاز بزاوية ، خفض الجسم من الارتكاز بزاوية ، الشقلبة الخلفية المتكورة للهبوط

بلغت قيمة T-Test الجدولية 2.09 تحت مستوى دلالة 0.05 وبدرجة حرية 19

الجدول (3)

يبين نتائج الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

مستوى الدلالة	T المحسوبة	متوسط الفروق	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	الجملة الحركية
			ع	س	ع	س		
دال	-2.57	-12.9	0.840	7.245	0.364	5.638	درجة	المرجحة ، التعلق المقلوب ، تعلق الكب، الكب للارتكاز بزاوية ، خفض الجسم من الارتكاز بزاوية ، الشقلبة الخلفية المتكورة للهبوط

بلغت قيمة T-Test الجدولية 2.09 تحت مستوى دلالة 0.05 وبدرجة حرية 19

جدول (4)

يبين نتائج الاختبار البعدي لمجموعي البحث

مستوى الدلالة	T المحسوبة	متوسط الفروق	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	الجملة الحركية
			ع	س	ع	س		
دال	3.56	1.582	0.840	7.245	0.943	9.515	درجة	المرحلة ، التعلق المقلوب ، تعلق الكب، الكب للارتكاز بزواوية ، خفض الجسم من الارتكاز بزواوية ، الشقلبة الخلفية المتكورة للهبوط

*بلغت T الجدولية = 2.09 تحت مستوى دلالة 0,05 وبدرجة حرية 38

مناقشة نتائج الاختبارات البعدية لمجموعي البحث:-

من خلال عرض وتحليل النتائج للمجموعتين البحث ظهر إن هناك فروقا معنوية ولصالح المجموعة التجريبية في المستوى المهاري للجمال الحركية على جهاز الحلق وترجع الباحثة السبب إلى البرنامج التعليمي المقترح قد اثار بشكل كبير وهذا ما يؤكد (حسن : 2009) و (احمد وخطاب : 2009) على ان الوصول إلى المستوى المطلوب لأداء الجمال الحركية يعتمد بالقدر الأكبر على الصفات البدنية والتمرينات المنظمة والتي تعتبر من أهم المقومات والعناصر الرئيسية في تعلم وإكساب المهارات الحركية ونجاح أدائها بشكل جيد . فقد أظهرت النتائج تحسين درجة الجمال الحركية على جهاز الحلق فقد كانت تلك النتائج متفقة مع نتائج دراسة (العيسى:2013) والتي أظهرت نتائجها أن البرنامج التعليمي المقترح أدى إلى تحسين الجملة الحركية المختارة على جهاز الحلق لدى أفراد المجموعة التجريبية . كما حرصت الباحثة على عدم حشد الكثير من المعلومات تفاديا لعدم وقوع المتعلم في الأخطاء وهذا يتفق مع دراسة (شحاتة:2010). كما وإن استخدام التكرارات المناسبة والمتوازنة من حيث مستوى الصعوبة للجملة الحركية كان لها الأثر في الوصول إلى حالة من الرضا عن الأداء الصحيح وإن كان في المستوى الواطئ ثم تتطور تدريجياً كلما زادت الصعوبة وزاد النجاح في الأداء، ومراعاة فروقهم الفردية .

4- الخاتمة :

- من خلال النتائج توصلت الباحثة إلى عدة استنتاجات وهي :
- إن البرنامج التعليمي المقترح له تأثير ايجابي ذو دلالة إحصائية لتحسين درجة الجمال الحركية على جهاز الحلق .
- وجود فروق معنوية بين مجموعتي البحث ولصالح المجموعة التجريبية .

- تعميم نتائج البحث الحالي للاستفادة منه في إعداد البرامج التعليمية .
- ضرورة إجراء بحوث تصميم البرنامج التعليمي في تعلم فعاليات رياضية أخرى .
- ضرورة إجراء بحوث تصميم البرنامج التعليمي لمراحل دراسية أخرى .

المصادر :

- إبراهيم مطاوع ،الوسائل التعليمية إعدادها وطرق استخدامها ،بيروت:دار أحياء العلوم،1985.
- احمد ، وسام شوقي وخطاب ، محمد علي حسن (2009)،تأثير تدريبات بايلاس على المستوى الفني للمهارات الأساسية لجهاز التمرينات الأرضية لناشئات الجمباز، مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ، مصر .
- احمد جاسر وناصر نصري.القانون الدولي للجمناستك،قانون النقاط.ج5،الحركات الأرضية ،دمشق:1977 .
- أميرة عبد الواحد:الرشاقة وعلاقتها بالأداء الحركي للمراحل العمرية المختلفة في رياضة الجمناستك الإيقاعي .جامعة بغداد ،كلية التربية الرياضية ،رسالة دكتوراه غير منشورة ،1988.
- حسن ، هبة عبد العظيم (2009)، تأثير تنمية القوة المميزة بالسرعة والقوة النسبية على تحسين أداء مرحلة الدفع باليدين على حصان القفز لطالبات كلية التربية الرياضية بجامعة أسبوط .مجلة أسبوط فنون التربية الرياضية ، مصر .
- العيسى ، علاء عامر (2013) تأثير استخدام المقاومات المسحوبة على تنمية القوة الخاصة لتحسين درجة الجمل الحركية على جهاز الحلق ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، مصر .
- زهرة شهاب احمد ، م. عبد الواحد لازم ، تصميم جهاز مساعد مقترح وتأثيره في تعلم مهارة الهبوط (الوقوف على اليدين مع نصف لفة) الجهاز المتوازي غير الموحد ، مجلة علوم التربية الرياضية ، جامعة بابل ، العدد الثاني ، المجلد الخامس ، 2006 .
- عادل فاضل علي، تأثير بعض استخدامات أنظمة قواعد المعرفة في برامج التعلم بالأنموذج الرمزي لتعلم المهارات الهجومية بالمبارزة: أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2000 .