



The effect of the Puglia strategy to learning to perform the defensive grips against the far arm pull and the half-roll in Greco-Roman wrestling for students

Asst. Lec. Muntadhar Ali Abdul Hussein ^{*1} , Prof. Dr. Mohammed Jassim Al-Hilli ² 

^{1,2} *University of Babylon. College of Physical Education and Sports Sciences, Iraq.*

*Corresponding author: phy958.mutather.ali@student.uobabylon.edu.iq

Received: 27-01-2025

Publication: 28-04-2025

Abstract

The aim of the research was to identify the effect of the Polya strategy in learning to perform the two defensive holds against the far arm pull and the half-roll in Greco-Roman wrestling for students, and to identify the differences between the experimental and control groups in learning to perform the two defensive holds against the far arm pull and the half-roll in Greco-Roman wrestling for students. The researchers adopted the experimental method by designing two equivalent groups (experimental and control) with pre- and post-tests. The research community was determined by the third-year students in the College of Physical Education and Sports Sciences - Al-Qasim Green University for the academic year (2023-2024), numbering (62) students. The main experimental sample included (40) students divided into two groups (control, experimental) with (20) students for each group. The defensive grips against the far arm pull and the half roll in Roman wrestling were measured for students, and the educational units were applied with the Puglia strategy to the experimental group, at a rate of (4) units for a period of (4) weeks, at a rate of one educational unit per week, and the study came out with a set of conclusions, including that the Puglia strategy contributed significantly to learning to perform the defensive grips against the far arm pull and the half roll in Roman wrestling for students. The Puglia strategy created an atmosphere of excitement and suspense, which increased the students' learning to perform the defensive holds against the far arm pull and the half-roll in Greco-Roman wrestling. The study came out with a set of recommendations, including the use of the educational curriculum with the Puglia strategy in learning sitting holds in Greco-Roman wrestling. Focusing on providing a teaching environment that ensures the effectiveness of both teachers and students by enriching teaching strategies and learning tools to give students positivity and motivation to learn.

Keywords: Puglia strategy, learn to perform, defensive grips, Greco-Roman wrestling.

تأثير استراتيجية بوليا في تعلم أداء مسكتي الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة ونصف رول بالمصارعة
الرومانية للطلاب

م.م. منتظر علي عبد الحسين ، أ.د. محمد جاسم الحلي

phy958.mutather.ali@student.uobabylon.edu.iq

Phy.moh.j.m@uobabylon.edu.iq

العراق. جامعة بابل. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

تاريخ استلام البحث ٢٠٢٥/١/٢٧ تاريخ نشر البحث ٢٠٢٥/٤/٢٨

الملخص

هدف البحث الى التعرف على تأثير استراتيجية بوليا في تعلم أداء مسكتي الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة ونصف رول بالمصارعة الرومانية للطلاب ، والتعرف على الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في تعلم أداء مسكتي الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة ونصف رول بالمصارعة الرومانية للطلاب ، وانتهج الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين (التجريبية والضابطة) ذات الاختبارات القبليّة والبعديّة ، وتحدد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة القاسم الخضراء للعام الدراسي (٢٠٢٣-٢٠٢٤) والبالغ عددهم (٦٢) طالب ، واشتملت عينة التجربة الرئيسية على (٤٠) طالب قسمت الى مجموعتين (ضابطة ، تجريبية) بواقع (٢٠) طالب لكل مجموعة ، تم قياس مسكتي الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة ونصف رول بالمصارعة الرومانية للطلاب ، وطبقت الوحدات التعليمية باستراتيجية بوليا للمجموعة التجريبية ، وبواقع (٤) وحدات لمدة (٤) اسابيع وبواقع وحدة تعليمية واحدة في الاسبوع ، وخرجت الدراسة بمجموعة من الاستنتاجات منها ان استراتيجية بوليا ساهمت بشكل كبير في تعلم أداء مسكتي الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة ونصف رول بالمصارعة الرومانية للطلاب ، وان استراتيجية بوليا خلقت جو من الاثارة والتشويق مما زاد في تعلم أداء مسكتي الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة ونصف رول بالمصارعة الرومانية للطلاب ، وخرجت الدراسة بمجموعة من التوصيات منها استخدام المنهج التعليمي باستراتيجية بوليا في تعلم مسكات الجلوس بالمصارعة الرومانية ، والاهتمام بتوفير بيئة تدريسية تضمن فاعلية المدرس والطلاب معاً عبر إثراء استراتيجيات التدريس وأدوات التعلم بما يكسب الطلاب ايجابية ودافعية للتعلم .

الكلمات المفتاحية: استراتيجية بوليا، تعلم أداء ، مسكتي الدفاع، المصارعة الرومانية.

١- المقدمة:

يشهد عصرنا الحالي تطوراً تكنولوجياً هائلاً وثورةً معلوماتيةً شكلت تحدياً للنظام التربوي بضرورة إصلاحه ، واستيعاب الكم الهائل من المعرفة وتوظيفها والإفادة منها عن طريق إعداد الملاكات العلمية والتربوية التي تأخذ دورها الفعال في التنمية ، لتنمي الفرد في جميع النواحي المعرفية والوجدانية والاجتماعية والمهارية ، ليكون نافعاً لنفسه ومجتمعه ، وتؤدي العملية التعليمية دوراً كبيراً في تقدم الشعوب لكونها الركيزة الأساس في بناء المجتمع الحديث ، فهي تؤثر تأثيراً ايجابياً في تنشئة الأجيال الجديدة على أسس متطورة وحديثة ، ولكي تواكب العملية التعليمية هذا التقدم فإننا بحاجة إلى تسخير كل المواهب ، والقابليات ، والطاقات المخزونة لدى المتعلمين واستثمارها خدمة للمسيرة التعليمية ، فضلاً عن حاجتنا إلى تقويم الأساليب والاستراتيجيات المستخدمة لتعزيز ايجابياتها ومعالجة سلبياتها والانطلاق نحو استخدام استراتيجيات مثلى.

لقد انتفتت العديد من الدراسات التربوية على وجود الفروق الفردية بين الطلبة حتى من كان منهم في سن واحد او من عاش في بيئة ثقافية او اجتماعية واحدة وامام هذا الواقع لا يمكن ان نوجه التعليم لجميع الطلبة بالكيفية نفسها اذ لا بد ان يكون التعليم متنوعاً يتعامل مع الطلاب افراداً ومجموعات متقاربة بدلاً من التعامل معهم كمجموعة واحدة لذا ركزت النظرية الحديثة على دور الطالب وجعلته محور العملية التعليمية وهذا حفز القائمين على العملية التعليمية ضرورة تطوير أساليب وطرائق تقديم المعلومات وتصميم الطرائق المناسبة مع عمليتي التدريس والتعليم ومنها استراتيجيات التدريس وجعلها ملائمة لقدرات وقابليات المتعلم والتي من شأنها التقليل من تأثير الفروقات الفردية ما بين الطلاب للوصول بهم الى درجة عالية من الكفاءة التي تعطي للطالب مرونة التفكير والقدرة على التعامل مع المواقف المختلفة وهذا ما يعطينا مؤشراً على ان هناك استراتيجيات تدريس تحقق بعض جوانب التعلم بشكل افضل من غيرها وفقاً لظروف وامكانيات معينة.

وتعد استراتيجية بوليا من الاستراتيجيات التدريسية الحديثة والمهمة والتي تهدف الى ان يحقق الطلاب أكبر فائدة ممكنة في تحصيلهم حيث لا يسمح لهم بأن يكونوا فقط متلقين وانما يكونوا افراداً منتجين فيما بينهم من خلال حثهم على المشاركة الفاعلة في التعلم ليتفاعلوا مع زملائهم ويوضحوا لهم ما تعلموه ويستمعوا لوجهات نظرهم ويشجع ويدعم بعضهم بعضاً.

ولعبة المصارعة واحدة من الألعاب الفردية التي تتميز بكثرة مسكاتها ومهاراتها الحركية الأساسية والمتنوعة الدفاعية والهجومية، وتعتمد على ما يمتلكه المصارع من قدرات بدنية ومهارية وخطوية ونفسية لتحقيق أفضل النتائج إذ يعد التدريب العلمي الصحيح العامل الأساسي في الوصول إلى أداء المهارات الرياضية الأساسية بدقة عالية ، وإن تحقيق النتائج الرياضية في المنافسات المهمة يحتم على المصارع أن يكون بمستوى عالي من الأداء الفني والخططي ليصبح قادراً على تسجيل النقاط الفنية سواء كانت عن

طريق الهجوم أو عن طريق الدفاع ، إذ يتم التنافس بين المصارعين على أساس المهارات الفنية ومدى التفوق في الجانب المهاري والبدني لتحقيق أفضل النتائج ، اذ بات من الضروري استخدام استراتيجيات تدريسية تلائم هذه الفعالية التي تعتمد في تعليمها على مشاركة الطالب بصورة إيجابية في عمليتي التعلم والتعليم، فالغاية هنا ليس تزويد عقل المتعلم بالمعلومات فقط وإنما في مساعدته على زيادة دافعيته من خلال تنوع النشاطات والمعلومات التي يحصل عليها الطالب اثناء الدرس ومن مصادر مختلفة وهذا يعني الاستفادة الكاملة من وقت الدرس وزيادة استثمار الجهد المبذول بمستوى ملائم لقدراتهم لتحقيق مستوى أداء مهاري اعلى مع محاولة التقليل من الأخطاء التي ترافق عملية التعلم. ومن هنا تبرز أهمية البحث والفردية والاستفادة من أفكار الزملاء وتسهيل عمل المدرس واختصار الجهد للطلاب وهي فكرة تعد بحد ذاتها إضافة علمية الى البحوث والدراسات المختصة في تعلم المسكات بالمصارعة الرومانية من خلال ملاحظة الباحثان لدروس تعلم لعبة المصارعة ومن خلال خبرته الميدانية المتواضعة والمتابعة المستمرة للوحدات التعليمية للطلاب والاطلاع على آراء مدرّس المادة وتحديدته للعراقيل والمعوقات التي تواجه عملية التعلم في درس المصارعة ، وجد أن طلاب التربية الرياضية يواجهون صعوبة في تعلم مسكات وضع الجلوس بالمصارعة الرومانية ، وان احد اسباب تلك الصعوبات هي صعوبة تدريس هذه المسكات بسبب غرابتها على الطلاب ولان المادة في حاجه الى بعض التغيير في نمطية تدريسها وتعليمها ، إضافة الى كثرة عدد الطلاب الامر الذي يؤدي الى شعور الطلاب بالملل وضعف الدافع للتعلم وهذا ما يؤدي الى بذل جهد كبير من قبل المدرس وضياح وقت كثير من الدرس في محاولة التعليم وتصحيح الأخطاء التي يقع فيها الطلاب ، لذا وجب الاهتمام بها حتى يتمكن الطلاب من اتقان هذه المسكات من خلال استخدام استراتيجية بوليا والتي من شأنها تزيد من دافعية المتعلم نحو الأداء ، وعلى هذا الأساس ارتأى الباحثان القيام بدراسة تجريبية تتناول فيها استراتيجية بوليا ومعرفة مدى تأثيرها على تعلم الطلاب مسكتي الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة ونصف رول بالمصارعة الرومانية .

ويهدف البحث الى:

- ١- اعداد وحدات تعليمية باستخدام استراتيجية لتعلم أداء مسكتي الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة ونصف رول بالمصارعة الرومانية للطلاب.
- ٢- التعرف على تأثير استراتيجية بوليا في تعلم أداء مسكتي ق الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة ونصف رول بالمصارعة الرومانية للطلاب.
- ٣- التعرف على الفروق بين المجموعتين التجريبيية والضابطة في تعلم أداء مسكتي الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة ونصف رول بالمصارعة الرومانية للطلاب.

٢- إجراءات البحث:

٢-١ منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين التجريبية والضابطة ذات الاختبارات القبليّة والمجالية لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

٢-٢ مجتمع البحث وعينته:

تم تحديد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة القاسم الخضراء للعام الدراسي (2023-2024) والبالغ عددهم (٦٢) طالب، وتم اختيار العينة الرئيسية بالطريقة العشوائية (القرعة) بواقع (٤٠) طالب مقسمين بالتساوي الى مجموعتين تجريبية وضابطة لكل مجموعة (٢٠) طالب.

٢-٣ الوسائل والادوات والاجهزة المستخدمة في البحث:

- الملاحظة.
- الاستبانة.
- المصادر والمراجع.
- حاسبة الكترونية (لا بتوب) عدد (1).
- كامرة تصوير فيديو (سوني) عدد (١).
- ساعة توقيت عدد (١).
- شاشة (LG) حجم (٥١).
- صافرة عدد (١).
- حاسبة يدوية علمية.
- بساط مصارعة عدد (١).
- اقراص ليزرية عدد (٣).

٢-٤ إجراءات البحث الميدانية:

٢-٤-١ تحديد مسكات الجلوس في المصارعة الرومانية:

لغرض تحديد صلاحية بعض مسكات الجلوس في المصارعة الرومانية للطلاب، تم تحديد مسكتي الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة ونصف رول بالمصارعة الرومانية بالاعتماد على مفردات المنهج الدراسي في الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي (٢٠٢٣-٢٠٢٤) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة القاسم الخضراء.

٢-٤-١-١ تحديد صلاحية اختبارات المسكات قيد البحث:

لغرض تحديد صلاحية اختبارات مسكتي الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة ونصف رول بالمصارعة الرومانية للطلاب، وبعد الاطلاع على بعض المصادر والمراجع والدراسات الخاصة بالمصارعة الرومانية، تم تحديد الاختبارات وعرضها ضمن استبانة على السادة الخبراء والمختصين البالغ عددهم (٩) خبراء، وتم الاتفاق التام على صلاحية الاختبارات ونسبة (١٠٠%) .

٢-٤-١-٢ وصف اختبارات المسكات قيد البحث:

الاختبار الاول:

- اسم الاختبار: اختبار مسكة الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة:
- الغرض من الاختبار: قياس مستوى التعلم لمسكة الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة.
- الادوات المستخدمة: بساط مصارعة، ساعة ايقاف، صافرة، استمارة تقييم الاداء.
- طريقة الأداء: يأخذ الطالبان وضع الصراع الارضي في المصارعة الرومانية ويقوم الطالب المنفذ للاختبار بأداء المسكة بالشكل الكامل وبدون توقف بأي جزء من أجزائها وعند الانتهاء يثبت في الوضع النهائي للمسكة نهاية القسم الختامي (لمدة ثلاث ثواني).

شروط الاختبار:

- ١- اداء المسكة بالسرعة الممكنة.
 - ٢- يجب اداء المسكة بدون التوقف في اي جزء من اجزائها.
 - ٣- تعطى محاولتين للطالب المختبر.
- طريقة التسجيل:
- ١- تقييم المستوى الفني من قبل المقومين من ذوي الاختصاص.
 - ٢- يمنح الطالب الدرجة من (١-١٠) درجات وحسب الأداء الصحيح والمتقن وبواقع (٣) درجة للقسم التحضيري، (٤) درجة للقسم الرئيسي، (٣) درجة للقسم الختامي، وتعطى محاولتين لكل طالب وتمنح الدرجة الأفضل من المحاولتين.

الاختبار الثاني:

- اسم الاختبار: اختبار مسكة نصف رول بالرومانية:
- الغرض من الاختبار: قياس مستوى التعلم لمسكة نصف رول بالرومانية.
- الادوات المستخدمة: بساط مصارعة، ساعة ايقاف، صافرة، استمارة تقييم الاداء.
- طريقة الأداء: يأخذ الطالبان وضع الصراع الارضي في المصارعة الرومانية ويقوم الطالب المنفذ للاختبار بأداء المسكة بالشكل الكامل وبدون توقف بأي جزء من أجزائها وعند الانتهاء يثبت في الوضع النهائي للمسكة نهاية القسم الختامي (لمدة ثلاث ثواني).

- شروط الاختبار:

- ١- اداء المسكة بالسرعة الممكنة.
- ٢- يجب اداء المسكة بدون التوقف في اي جزء من اجزائها.
- ٣- تعطى محاولتين للطالب المختبر.

- طريقة التسجيل:

- ١- تقييم المستوى الفني من قبل المقومين من ذوي الاختصاص.
- ٢- منح الطالب الدرجة من (١-١٠) درجات وحسب الأداء الصحيح والمنتقن، وبواقع (٣) درجة للقسم التحضيري، (٤) درجة للقسم الرئيسي، (٣) درجة للقسم الختامي وتعطى محاولتين لكل طالب وتمنح الدرجة الأفضل من المحاولتين.

٢-٤-١-٣ تقييم الأداء الفني للمسكات قيد البحث:

تم استخدام كاميرة فيديو لتصوير اداء مسكتي الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة ونصف رول بالمصارعة الرومانية لعينة البحث التجريبية والضابطة في الاختبارات القبلية والبعديّة، وتم وضعها على أقراص ليزرية على السادة المقومين الثلاث واعتمد الباحثان درجات التقييم المعتمدة في الاختبارات، واعتمد درجة الوسط الحسابي للمقومين الثلاث.

٢-٤-١-٤ التجربة الاستطلاعية:

قام الباحثان بإجراء التجربة الاستطلاعية في الساعة العاشرة والنصف من يوم الأربعاء الموافق (٢٠٢٤/٢/١٤) في قاعة المصارعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة القاسم الخضراء على عينة من مجتمع البحث والبالغ عددهم (٨) طلاب وبعد مرور (٥) أيام في يوم الاثنين الموافق (٢٠٢٤/٢/١٩) تم إعادة التجربة على الافراد أنفسهم، وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية:

- ١- التأكد من كفاءة الأجهزة والأدوات.
- ٢- معرفة كفاءة فريق العمل المساعد.
- ٣- معرفة الصعوبات التي قد تواجه الباحثان عند تنفيذ الاختبارات ومعالجتها.
- ٤- معرفة الوقت المستغرق الذي يحتاجه تنفيذ الاختبارات.
- ٥- استخراج الأسس العلمية للاختبارات (الثبات والموضوعية).

٢-٤-١-٥ المعاملات العلمية للاختبارات:

أولاً: الصدق:

من أجل التعرف على صدق الاختبارات قام الباحثان بعرض استبانة خاصة على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين وبذلك تحقق صدق الاختبار.

ثانياً: الثبات:

لإيجاد معامل الثبات استخدم الباحثان الاختبار وإعادة تطبيق الاختبارات وبفارق زمني (٥) أيام بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني وبعدها تم استخراج معامل الارتباط البسيط بين التطبيقين وقد ظهرت النتائج بأن الاختبارات تتمتع بدرجة عالية من الثبات وكما هو مبين في الجدول (١).

ثالثاً: الموضوعية:

يتصف الاختبار بالموضوعية كلما كان بعيداً عن التحيز وادخال الأهواء الشخصية والابتعاد عن أي تحيز فيما يخص الحكم الذي يصدر من قبل المحكمين أو الباحثين على اختبار ما إذ أن الاختبار يحصل على النتيجة نفسها عند عرضه على أكثر من محكم، وللتعرف على موضوعية اختبارات المسكات قيد البحث، استعمل الباحثان معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين نتائج ثلاثة محكمين وظهرت النتائج أن الاختبارات تتمتع بموضوعية عالية وكما مبين في الجدول (١).

الجدول (١) يبين معامل الثبات والموضوعية للاختبارات قيد البحث

ت	المسكات	الثبات	sig	الموضوعية	sig
١	الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة	٠,٩١	٠,٠٠٠	٠,٩٣	٠,٠٠٠
٢	نصف رول بالرومانية	٠,٩٢	٠,٠٠٠	٠,٩٤	٠,٠٠٠

٢-٤-٢ التجربة الرئيسية:

٢-٤-٢-١ الاختبارات القبليّة:

قبل البدء بإجراء الاختبار القبلي قام الباحثان بأجراء وحدة تعليمية تعريفية في يوم الثلاثاء الموافق (٢٠٢٤/٢/٢٠) تضمنت تعليم الطلاب مسكتي الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة ونصف رول بالمصارعة الرومانية من الجلوس، بعدها تم إجراء الاختبارات القبليّة لتلك المسكتين لعينة البحث (الضابطة والتجريبية) في يوم (الأحد) الموافق (٢٠٢٤/٢/٢٥)، في قاعة المصارعة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة القاسم الخضراء، وقد تم تثبيت الظروف المتعلقة بالاختبار من حيث الزمان والمكان والأدوات المستعملة وطريقة التنفيذ، من أجل العمل على توفيرها في الاختبار البعدي.

٢-٤-٢-٢ إجراءات تجانس العينة وتكافؤ مجموعتي البحث:

لاستكمال متطلبات التصميم التجريبي قام الباحثان بالتحقق من تجانس أفراد عينة البحث في اختبارات مسكتي الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة ونصف رول بالمصارعة الرومانية للطلاب باستخدام اختبار (Leven) التي ظهرت فيه قيمة مستوى الدلالة (sig) أكبر من (٠,٠٥) ولجميع الاختبارات وهذا يدل على التجانس بين أفراد عينة البحث.

ولكي يعزو الباحثان الفروق الى العامل التجريبي أجري التكافؤ بين مجموعتي البحث لمسكتي قفل الرقبة وسحب الذراع البعيدة بالمصارعة الرومانية، اذ تم استخدام الوسيلة الاحصائية المناسبة والمتمثلة باختبار (t-test) للعينات المستقلة التي ظهرت فيه قيمة مستوى الدلالة (sig) أكبر من (٠,٠٥) ولجميع الاختبارات وهذا يدل على تكافؤ مجموعتي البحث وكما مبين بالجدول (٢).

الجدول (٢) يبين تجانس العينة وتكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات المبحوثة

الدلالة	التكافؤ		التجانس		المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المسكات
	مستوى الدلالة	قيمة t المحسوبة	مستوى الدلالة	قيمة f ليفين	ع	س-	ع	س-	
غير معنوي	٠,٤٧٣	٠,٧٥	٠,٧٠٩	٠,١٤	1.01	2.01	0.96	2.26	الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة
غير معنوي	٠,٤٢٩	٠,٨٠	٠,٢٥٩	١,٣٢	0.63	2.13	0.72	2.33	نصف رول بالرومانية

٢-٤-٢-٣ اعداد الوحدات التعليمية وفق استراتيجية بوليا:

تم اعداد الوحدات التعليمية باستراتيجية بوليا لتعلم مسكتي الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة ونصف رول بالمصارعة الرومانية الخاصة بالمجموعة التجريبية ، وبواقع (٤) وحدات تعليمية ولمدة (٤) اسابيع وبواقع وحدة تعليمية في الأسبوع ، بدأت من يوم الاربعاء الموافق (٢٠٢٤/٢/٢٨) ولغاية يوم الاربعاء الموافق (٢٠٢٤/٣/٢٠) ، وقد حدد وقت الوحدة التعليمية بزمن قدره (٩٠) دقيقة ، وكان تقسيم هذا الزمن كالآتي (زمن القسم الاعدادي (٢٠ د) ويتضمن (المقدمة ٥ - الاحماء العام والخاص ١٥ د) ، (زمن القسم الرئيسي (٦٠ د) ويتضمن (الجانب التعليمي (٢٠ د) والجانب التطبيقي (٤٠ د)، وكان زمن القسم الختامي (١٠ د)، وتم اختيار القسم الرئيسي من الوحدة التعليمية (الجزء التعليمي ، الجزء التطبيقي) ليتم من خلاله تطبيق مراحل الاستراتيجية :

القسم الإعدادي: (٢٠ دقيقة)

- المقدمة: (٥ دقائق)

- الاحماء العام والخاص: (١٥ دقيقة)

القسم الرئيسي: (٦٠ دقيقة)

١- الجانب التعليمي: (٢٠ دقيقة): وقد شمل هذا الجانب على المرحلتين من مراحل الاستراتيجية الا وهي:

- المرحلة الاولى: (فهم المشكلة).

- المرحلة الثانية: (البحث عن الحل).

٢- الجانب التطبيقي: (٤٠ دقيقة): وقد شمل هذا الجانب على الخطوات الاخرى من الاستراتيجية وهي:

- المرحلة الثالثة: (تنفيذ الحل).

- المرحلة الرابعة: (المراجعة والتوسع).

القسم الختامي: (١٠ دقيقة) تمارين تهدئة وألعاب صغيرة.

وتم اعداد الوحدات التعليمية حسب مراحل الاستراتيجية وكالاتي:

١- القسم التعليمي : ويشمل مرحلتي (فهم المشكلة والبحث عن الحل): اذ يقوم المدرس بالمرحلة الاولى (فهم المشكلة) بتشكيل الطلاب مربع ناقص ضلع و يبدأ بشرح الاداء الفني للمسكات شرح وافي ومن ثم يتم اعطاءهم مجموعة من الأسئلة ، ويقوم الطلاب بالبحث عن الجواب الصحيح حسب فهمهم عن المسكة ، وفي المرحلة الثانية (البحث عن الحل) يقوم المدرس بالاستماع الى اجوبتهم والاخذ بها ومناقشتها لكي يتم التوصل الى حل نموذجي للسؤال المطروح ، والتوصل الى حل نظري من قبل الطلاب اعتماداً على المعلومات التي يزودهم بها المدرس ، وتم الاستعانة بهذه المرحلتين بعرض وسائل تعليمية (وسائل العرض) لأفراد المجموعة التجريبية لكي يسهل للطلاب عملية التعلم واخذ فكرة عامة عن هذه الفعالية .

٢- القسم التطبيقي : ويشمل المرحلة الثالثة (تنفيذ الحل) اذ بعد فهم المشكلة والبحث عن حلها يتم تقسيم الطلاب الى مجاميع تعاونية ، وتتم عملية التعاون بين افراد المجموعة الواحدة لتنفيذ ما هو مطلوب منهم من تمارينات لان الطالب اخذ فكرة عن هذه الفعالية نظرياً واصبح الطالب لديه وعي عن هذه الفعالية ، اذ يقوم الطالب بتأدية مجموعة من التمارينات يحددها المدرس بتكرارات مناسبة ووقت محدد وثابت بالوحدة التعليمية، وتطبق الحلول عملياً ومناقشة هذه الحلول معهم ، وفي المرحلة الرابعة (المراجعة والتوسع) هنا بهذه المرحلة يتم اعطاء مجموعة اخرى من التمارينات المهارية لكي يتم تثبيت الاداء الصحيح للفعالية ، اذ يتم تأدية الفعالية بأوضاع وتمارين اكثر صعوبة ، وهنا المدرس يركز على الاداء الصحيح للتمرينات و يطلب من الطلاب الاستفادة من الصور التوضيحية ، والتأكيد على الحل الصحيح وتكرار التمارينات المعدة من قبل المدرس .

ومن اجل ضبط جميع المتغيرات التي قد تؤثر في نتائج البحث فقد تم اعطاء نفس المفردة التعليمية للمجموعتين التجريبية والضابطة من خلال نفس المدرس بفارق استعمال استراتيجية بوليا مع المجموعة التجريبية فقط.

شملت الوحدات التعليمية المعدة وفق استراتيجية بوليا على إدخال الوسائل التعليمية (المرئية) المساعدة التي يسعى الباحثان من خلالها الى مساعدة طلاب المجموعة التجريبية في تعلم وتحسين وتطوير مستواهم في الاداء الفني للفعالية وتم اعتماد هذه الوسائل في مرحلتي (فهم المشكلة والبحث عن الحل) التي في حوزة الطالب من مراحل الاستراتيجية في الجانب التعليمي من القسم الرئيسي وقد شملت على تصميم بوستر تعليمي خاص لكل وحدة تعليمية وفقاً لهدف الوحدة التعليمية وتبعاً لحجم محتويات البوستر من مادة تعليمية.

وقبل البدء بتنفيذ الوحدات التعليمية المعدة قام الباحثان بإعطاء وحدة تعليمية (تعريفية) بما يخص تعلم المسكة وفق استراتيجية بوليا لطلاب المجموعة التجريبية في قاعة المصارعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة القاسم الخضراء ، وذلك من أجل تعريفهم على آلية العمل الجديدة المتمثلة باستراتيجية بوليا ولكي يكون واضح لديهم كيفية تطبيق مراحل الاستراتيجية وتوزيعها على اقسام الوحدة التعليمية وتوزيع التوقيات المناسبة الخاصة بكل مرحلة والتعريف بالإجراءات والخطوات والأهداف الخاصة بكل مرحلة ، وكذلك تعريفهم بالوسائل التعليمية المستخدمة (وسائل العرض) ، وايضاً اطلعهم على الأدوات والتمرينات المستخدمة في تلك الوحدات لتكون خطوات العمل وفق هذه الاستراتيجية واضحة لديهم مستقبلاً.

٢-٤-٢ الاختبارات البعدية:

أجري الاختبار البعدي الخاص مسكتي الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة ونصف رول بالمصارعة الرومانية من الجلوس في يوم الاربعاء الموافق (٢٠٢٤/٣/٢٧) في القاعة الخاصة للمصارعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة القاسم الخضراء وكان التقييم غير مباشر، واستعمل الباحثان على أقراص (CD) وزعت على المحكمين.

٢-٥ الوسائل الإحصائية: استخدم الباحثان الوسائل الإحصائية المناسبة من خلال معالجة البيانات في البرنامج الإحصائي (SPSS) الإصدار (٢٢).

- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط (بيرسون).
- اختبار (T-Test) للعينات المستقلة والمرتبطة.
- اختبار ليفين للتجانس.

٣- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

٣-١ عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في مسكات المصارعة:

الجدول (٣) يبين نتائج الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة وقيمة (sig) في الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة لمسكات المصارعة

المسكات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (t) المحسوبة	قيمة (sig)	دلالة الفروق
		س	ع	س	ع			
الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة	درجة	٢,٢٦	٠,٩٦	٥,٨٠	١,٠١	٩,٠٨	٠,٠٠٠	معنوي
نصف رول بالرومانية	درجة	٢,٣٣	٠,٧٢	٥,١٣	٠,٩٣	١٠,٦٩	٠,٠٠٠	معنوي

الجدول (٣) يبين نتائج المجموعة الضابطة في الاختبارات القبليّة والبعدية لمسكات الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة ونصف رول بالمصارعة الرومانية، إذ ظهر قيمة (sig) ولجميع الاختبارات اقل من مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يعني وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبليّة والبعدية ولصالح الاختبارات البعدي .

إذ نجد ان قيمة الوسط الحسابي لمسكة الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة في الاختبار القبلي قد بلغت (٢,٢٦) وبانحراف معياري قدرة (٠,٩٦) اما قيمة الوسط الحسابي للاختبار البعدي قد بلغت (٥,٨٠) وبانحراف معياري قدرة (١,٠١) كما نجد قيمة (T) المحسوبة للعينات غير المستقلة قد بلغت (٩,٠٨) أما قيمة (sig) قد بلغت (٠,٠٠٠) وهي أصغر من مستوى الدلالة (٠,٠٥) مما يشير على أن الفروق معنوية ولصالح الاختبار البعدي.

اما قيمة الوسط الحسابي لمسكة نصف رول بالرومانية في الاختبار القبلي قد بلغت (٢,٣٣) وبانحراف معياري قدرة (٠,٧٢) اما قيمة الوسط الحسابي للاختبار البعدي قد بلغت (٥,١٣) وبانحراف معياري قدرة (٠,٩٣) كما نجد قيمة (T) المحسوبة للعينات غير المستقلة قد بلغت (١٠,٦٩) أما قيمة (sig) قد بلغت (٠,٠٠٠) وهي أصغر من مستوى الدلالة (٠,٠٥) مما يشير على أن الفروق معنوية ولصالح الاختبار البعدي.

٢-٣ عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في مسكات المصارعة:

الجدول (٤) يبين نتائج الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة وقيمة (sig) في الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية لمسكات المصارعة

المسكات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (t) المحسوبة	قيمة (sig)	دلالة الفروق
		س	ع	س	ع			
الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة	درجة	٢,٠١	١,٠١	٦,٨٦	١,٥٠	١٠,٢٠	٢,٠١	معنوي
نصف رول بالرومانية	درجة	٢,١٣	٠,٦٣	٦,٠٦	١,١٦	١١,٣٦	٢,١٣	معنوي

يتبين من الجدول (٤) نتائج المجموعة التجريبية في الاختبارات القبليّة والبعدية لمسكات الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة ونصف رول بالمصارعة الرومانية، إذ ظهر قيمة (sig) ولجميع الاختبارات اقل من مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يعني وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبليّة والبعدية ولصالح الاختبارات البعديّة.

إذ نجد ان قيمة الوسط الحسابي لمسكة الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة في الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة قد بلغت (٥,٨٠) وبانحراف معياري قدرة (١,٠١) اما قيمة الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي قد بلغت (٦,٨٦) وبانحراف معياري قدرة (١,٥٠) كما نجد قيمة (T) المحسوبة للعينات المستقلة قد بلغت (٢,٢٧) أما قيمة (sig) قد بلغت (٠,٠٠٣) وهي أصغر من مستوى الدلالة (٠,٠٥) مما يشير على أن الفروق معنوية بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية.

اما قيمة الوسط الحسابي لمسكة نصف رول بالرومانية في الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة قد بلغت (٥,١٣) وبانحراف معياري قدرة (٠,٩٣) اما قيمة الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي قد بلغت (٦,٠٦) وبانحراف معياري قدرة (١,١٦) كما نجد قيمة (T) المحسوبة للعينات المستقلة قد بلغت (٢,٥٢) أما قيمة (sig) قد بلغت (٠,٠٠٢) وهي أصغر من مستوى الدلالة (٠,٠٥) مما يشير على أن الفروق معنوية بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية.

٣-٣ عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في مسكات المصارعة:

الجدول (٥) يبين نتائج الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة وقيمة (sig) في الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة لمسكات المصارعة

المسكات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (t) المحسوبة	قيمة (sig)	دلالة الفروق
		س	ع	س	ع			
الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة	درجة	٥,٨٠	١,٠١	٦,٨٦	١,٥٠	٢,٢٧	٠,٠٠٣	معنوي
نصف رول بالرومانية	درجة	٥,١٣	٠,٩٣	٦,٠٦	١,١٦	٢,٥٢	٠,٠٠٢	معنوي

الجدول (٥) يبين نتائج المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية لمسكات الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة ونصف رول بالمصارعة الرومانية، إذ ظهر قيمة (sig) ولجميع الاختبارات اقل من مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يعني وجود فروق معنوية بين المجموعتين في الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية.

إذ نجد أن قيمة الوسط الحسابي لمسكة قفل الرقبة في الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة قد بلغت (٦,٠٧) وبانحراف معياري قدرة (١,٠٣) اما قيمة الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي قد بلغت (٧,٦٧) وبانحراف معياري قدرة (١,٠٤) كما نجد قيمة (T) المحسوبة للعينات المستقلة قد بلغت (٤,٩١) أما قيمة (sig) قد بلغت (٠,٠٠٠) وهي أصغر من مستوى الدلالة (٠,٠٥) مما يشير على أن الفروق معنوية بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية.

أن قيمة الوسط الحسابي لمسكة سحب الذراع البعيدة في الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة قد بلغت (٦,٥٣) وبانحراف معياري قدرة (١,٠٦) اما قيمة الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي قد بلغت (٧,٨٦) وبانحراف معياري قدرة (١,١٢) كما نجد قيمة (T) المحسوبة للعينات المستقلة قد بلغت (٣,٣٤) أما قيمة (sig) قد بلغت (٠,٠٠٢) وهي أصغر من مستوى الدلالة (٠,٠٥) مما يشير على أن الفروق معنوية بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية.

٣-٤ مناقشة النتائج:

من خلال عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية في مسكات المصارعة المرشحة لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة وتبين أن هناك فروقاً بين الاختبارات القبليّة والبعدية في المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح الاختبارات البعدية.

ويرى الباحثان ان من أسباب تطور المجموعة الضابطة في مسكات المصارعة المرشحة الى اسلوب التدريس التي اتبعه المدرس في عرض المادة التعليمية وطريقته في إيصال الأفكار والمفاهيم وخبرته العلمية والعملية التي استخدمها في وضع المنهج التعليمي ، واعتماده على الشرح اللفظي للمسكات ثم أداء النموذج الذي يضيف إلى الطلاب تصور مبدئي لكيفية تطبيق المسكات ثم الممارسة والتكرار للمهارات إلى جانب الانتظام والاستمرار في التعليم مع التغذية الراجعة من جانب المدرس ، وكل هذا أدى دورا كبيرا في تنمية قدرات الطلاب وقابلياتهم وحثهم على بذل المزيد من الجهود لتعلم مسكات المصارعة ، وهذا يتفق مع ما أشار إليه (عايش محمود، ٢٠٠٧) "أن الأسلوب الذي يتبعه مدرس المادة له دور ايجابي ونجاح لتعليم الطلاب وتطوير مستواهم المهاري حتى وان كان الأسلوب معتمدا على المدرس أكثر من الطالب ودور الطالب هو التكرار إذ يعطي الأفكار والمواضيع كاملة للطالب وليس عليهم التفسير والتحليل وإنما التطبيق إذ أن التعلم يحدث عندما يواجه المتعلم مشكلة أو موقف"

(عايش محمود، ٢٠٠٧، ٤٤)

فضلاً عن ما بذله الطلاب من تعاون مثمر معه والتزامهم وعدم التغيب وحماسهم ودافعيتهم على تعلم كل ما هو جديد، وروح التعاون فيما بينهم، ومن خلال ذلك جعل الدرس مشوقاً وظهور حالات الاثارة والانسجام بين الطلاب.

اما بالنسبة للمجموعة التجريبية فيعزو الباحثان الفروق المعنوية الظاهرة الى فاعلية استخدام استراتيجية (بوليا) بوصفها استراتيجية تتماشى مع طبيعة العملية التعليمية الحديثة التي تقضي بوجود هدف يسعى الطالب إلى تحقيقه ألا وهو حل المشكلات ، ويرى الباحثان ان التدريس وفق هذه الاستراتيجية ساعد في شد انتباه الطلاب للدرس والتفاعل من خلال الأسئلة التي تطرح في المرحلة الأولى من الاستراتيجية والتي تستهدف العمليات العقلية من استنتاج وتحليل وإيجاد الحلول المناسبة وبالتالي تكوين دافعية لدى الطالب في مواجهة المشكلات ذاتياً ، ويرى (فراس غزال وعباس حمزة، ٢٠١٧) "ان استراتيجية بوليا تجعل المتعلم لديه القدرة على التفكير والتحليل والابداع وتسهم في جعل المتعلم ذا دافعية جيدة لمواجهة المواقف والمشكلات التعليمية بنفسه"

(فراس غزال وعباس حمزة، ٢٠١٧، ٤٦٧)

وهناك افضلية للمجموعة التجريبية في الاختبارات البعدية ويعود ذلك الى استراتيجية بوليا التي تقوم على دور كل من المدرس والطالب، وللطالب الدور الكبير فيها من خلال توفير البيئة الابداعية، إذ يشترك الطلاب بقدر كبير من الحرية في التفاعل مع بعضهم البعض بطرح الاسئلة وإيجاد الحلول المتعددة للمشكلات.

إذ يرى (عواد جاسم وياقر جواد، ٢٠١٠) "ان استراتيجية بوليا تقوم على مبدأ فعال، إذ يكون الطالب اقل اعتماداً على المدرس وهذا يجعل لديه الرغبة والحماس في التعلم والتفاعل وتوظيف حواس تفكيره المختلفة للتوصل الى المعلومات مما يمكنه من الفهم وبقاء المعلومات مدة أطول في الذاكرة".

(عواد جاسم وياقر جواد، ٢٠١٠، ١٣٦)

ان استراتيجية بوليا تسمح للطلاب بالقيام بالتمارين لغرض تعلمهم الاداء الصحيح والتكرار بحرية والوقت الكافي للوصول إلى المستوى المطلوب منهم حسب امكانياتهم وقدراتهم الذاتية، وهذه الصفة تنمي شعور الطالب بالاعتماد على نفسه ورضاه عن ادائه الحركي ومساهمته في حل المشكلة ومراعاة الفروق الفردية بين الطلاب، هذه الأمور والمبادئ ساهمت كثيرا وبأثر واضح في الوصول لهذا التقدم في الأداء قياسا بالاختبار القبلي مما يزيد من تمكنهم من المسكة بصورة جيدة.

وفي هذا المجال تذكر (لمياء الديوان، ٢٠٠٩) "انه عندما تتاح الفرصة للمتعلم أن يتعلم بحسب سرعته الخاصة فإنها تعتبر وسيلة للقضاء على الفروق الفردية بين المتعلمين" (لمياء الديوان ، ٢٠٠٩ ، ٢٢) ويرى الباحثان بأن تنفيذ استراتيجية بوليا عمل على جذب انتباه الطلاب من خلال الخروج عن طريقة التعلم العادية، كما وفر أجواء ايجابية ومريحة ومشوقة من الناحية النفسية للطلاب، مما أدى إلى توفير حرية التفكير لديهم والقدرة على التعبير عن الأفكار مما كان له الأثر في تنمية الدافعية وهذا ما انعكس بالإيجاب على الأداء الفني للمسكات، وهذا ما أكدته (رجاء حسن، ٢٠٠٩) بأن "التنوع والتجديد هما الأكثر ملاءمة في إيجاد التشويق والإثارة والمتعة ومن ثم اكتساب سريع للحركات والفعاليت الرياضية".

(رجاء حسن، ٢٠٠٩، ١٠٣)

ويرى الباحثان ان الطالب عندما يستخدم العمليات العقلية وما لديه من معارف اكتسبها في الخطوات الأولى من الاستراتيجية من خلال مشاهدة البوستر الذي يوضح فيه الأداء الصحيح للمسكة فتكون لدى الطالب صورة ذهنية واضحة عن كيفية معالجة ومواجهة المشكلة والموقف الذي يمر به الطالب وتقليد ما تم مشاهدته وبذلك تكون هناك استجابة انية للأداء الفني للمسكة ، ويرى (فتحي عبد الرحمن، ١٩٩٩) "تعمل استراتيجية بوليا على تفعيل قدرات الطالب العقلية والنفسية لمواجهة المشكلات والتصدي لها وإيجاد الحلول المناسبة عن طريق التفكير المنظم للمشكلة وابعادها ثم محاولة حلها وهو ما ينبغي للطلاب العصري اعتماده في التعلم"

(فتحي عبد الرحمن ، ١٩٩٩ ، ٩٥)

ويضيف (زكي عبد العزيز ومحمد سلمان، ٢٠١٢) "إضافة الى ان للمحاكاة والتقليد او التجريب دوره الفاعل والاساسي في تحقيق عملية الحل للمشكلة التي يواجهها ويمكنه اكتساب الحل عن طريق تقليد ما يفعله الاخرون عبر الملاحظة في إيجاد الحلول المناسبة للمشكلات التي تعترض عملهم".

(زكي عبد العزيز ومحمد سلمان، ٢٠١٢، ٨٦١)

وان احتواء استراتيجية بوليا على الوحدات التعليمية التي ساعدت على الاستخدام الامثل للتغذية الراجعة وتصحيح الاخطاء بصورة مستمرة وانية ضمن الوحدات التعليمية ساهم في تقليل الأخطاء والضعف في

أداء المسكات، إذ يرى (محمود وسعيد، ٢٠١١) "ان التغذية الراجعة محور ضروري لكل عملية تعلم وهي عامل شديد الأهمية في السيطرة على تعديل مسار الحركة والسلوك الحركي للمتعلم"

(محمود وسعيد، ٢٠١١، ٢٢)

ان استعمال افراد المجموعة التجريبية لمجموعة من الوسائل المساعدة لغرض الاستعانة بها في اثناء تطبيق التمرينات المهارية ، جعل من الوحدة التعليمية مشوقة وممتعة اذ تم التخلص من حالة الملل مما زاد من دافعيته العقلية ، لان الدافع شرط ضروري للحصول على التعلم ، اذ كلما كان الدافع لدى الطالب قويا كلما اقترب من الاداء الجيد الذي لا يحتاج الى جهد ووقت، وهذا ما اكده (بان عدنان، ٢٠٠٧) "ان تنظيم التمرينات المهارية وتنويعها وزيادة عدد محاولاتها مع استعمال ادوات تعليمية مساعدة يساهم في اضاءه جو جديد يثير لدى المتعلم نوعا من المتعة والاندفاع نحو اداء هذه التمرينات وتكرارها من دون ان تثير لديه مشاعر الملل او الضجر".

كما يرى الباحثان ان تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة بسبب البيئة الايجابية التي صنعها المدرس من خلال تطبيق مراحل الاستراتيجية الاربعة في الوحدات التعليمية المعدة ، إذ تضمنت هذه الوحدات التعليمية على استعمال وسائل تعليمية جديدة غير مألوفة لديهم من قبل، وكذلك التنوع في التمرينات التعليمية للمهارات والتدرج من السهل الى الصعب مما جعل هذه الوحدات التعليمية اكثر اثارة وحماس ومنتعة للطلاب الامر الذي ادى الى المشاركة الفعالة في الدرس ، وهذا ما أكده (قاسم واخرون، ٢٠٠٥) "ان التنوع والتجديد في استخدام التمرينات والطرق والاساليب عند تدريس المهارات الرياضية هو الاكثر ملائمة في ايجاد اجواء تنسم بالتشويق والاثارة والمتعة لدى الطالب فيسهم في تعلم واكتساب سريع للحركات والفعاليات الرياضية"

ان التدرج من السهل الى الصعب والتنوع في التمرينات لمسكات المصارعة في الوحدات التعليمية جعل هذه الوحدات أكثر متعة وتشويق الامر الذي أدى الى استجابة الطلاب لهذه التمرينات وتطبيقها بكل حرص ورغبة، إذ يرى (محمد وأسماء، ٢٠٢٠) "ان التدرج من السهل الى الصعب والتنوع في استخدام التمرينات يساهم في اغناء المتعلمين بالمعلومات حول أداء المهارات المستخدمة"

(محمد وأسماء، ٢٠٢٠، ١٠٤)

ان خطوات استراتيجية بوليا جعلت الطلاب يبذلون اقصى جهد ويستمتعون عند تعلم طريقة الأداء الفني للمسكات وتزيدهم اصراراً في انجاز المهام الموكلة إليهم، وساهمت الاستراتيجية بشكل كبير في اكساب الطلاب الأداء الجيد وخلق جو من الالفة والتعاون بين الطلاب وتنمية العلاقات الاجتماعية فيما بينهم، والابتعاد عن التدريس التقليدي مما ولد شغفاً لدى الطلاب وزاد من دافعيته لتلقي المعلومة من المدرس وفي حل المشكلات والأداء الفني للمسكات.

ويرى (اثير عصام، ٢٠٠٧) "ان التفاعل الإيجابي بين الطلاب في المجموعة الواحدة يخلق لدى الطالب جواً من المشاركة النشطة في عملية التعلم مما يؤدي الى زيادة الدافعية لدى الطلاب والتي تسهل عملية التعلم". (اثير عصام، ٢٠٠٧، ٩٧)

٤- الاستنتاجات والتوصيات:

٤-١ الاستنتاجات:

- ١- ان استراتيجية بوليا ساهمت بشكل كبير في تعلم مسكتي الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة ونصف رول بالمصارعة الرومانية للطلاب.
- ٢- إن استراتيجية بوليا زادت من دافعية الطلاب نحو التعلم وجذبت انتباههم.
- ٣- ان استراتيجية بوليا خلقت جو من الاثارة والتشويق مما زاد من تعلم مسكتي الدفاع ضد سحب الذراع البعيدة ونصف رول بالمصارعة الرومانية للطلاب.

٤-٢ التوصيات:

- ١- الاهتمام بتوفير بيئة تدريسية تضمن فاعلية المدرس والطلاب معاً عبر إثراء استراتيجيات التدريس وأدوات التعلم بما يكسب الطلاب ايجابية ودافعية للتعلم.
- ٢- حث المدرسين على استخدام استراتيجيات وأساليب حديثة في تعلم الطلاب.
- ٣- اجراء دراسات مشابهة باستخدام استراتيجية بوليا لتعلم مسكات أخرى.

المصادر

- إسماعيل محمد الأمين (٢٠٠١): طرق تدريس الرياضيات نظريات وتطبيقات، القاهرة، دار الفكر العربي.
- بان عدنان (٢٠٠٧): الاسلوبان الامري والتدريبي لذوي الحرج الموقفي وتأثيرهما في تعلم بعض المهارات الاساسية بعارضة التوازن والاحتفاظ بها في الجمناستك الفني، اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد. كلية التربية الرياضية.
- زكي عبد العزيز بودي ومحمد سلمان الخزاولة (٢٠١٢): استراتيجيات التدريس، ط١، عمان، دار الخوارزمي
- عايش محمود زيتون (٢٠٠٧): النظرية البنائية واستراتيجيات تدريس العلوم، عمان، دار الشروق للنشر والتوزيع.
- عواد جاسم التميمي وباقر جواد (٢٠١٠): طرائق التدريس العامة المؤلف والمستحدث، بغداد، دار الحوراء.
- فتحي عبد الرحمن جروان (١٩٩٩): تعليم التفكير مفاهيم وتطبيقات، ط١، عمان، دار الكتاب الجامعي.
- فراس غزال شعلان وعباس حمزة محمد (٢٠١٧): أثر استراتيجية بوليا في الاستيعاب القرائي عند طلاب الخامس الادبي في مادة المطالعة، مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية جامعة بابل، العدد (٣٣).
- قاسم لزام واخرون (٢٠٠٥): اسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية.
- لمياء حسن الديوان (٢٠٠٩): أساليب فاعلة في تدريس التربية الرياضية والتعلم الحركي، البصرة، مطبعة النخيل.
- محمد جبار محمد وأسماء حكمت فاضل (٢٠٢٠): تأثير استراتيجية فكر - زوج - شارك في أداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لطلاب الصف الثاني المتوسط، مجلة التربية الرياضية، جامعة بغداد، المجلد (٣٢)، العدد (٣).
- محمود داود الربيعي وسعيد صالح حمدامين (٢٠١١): طرائق تدريس التربية الرياضية واساليبها، ط١، بيروت، دار الكتب العلمية.
- منتظر علي عبد الحسين وفراس سهيل إبراهيم وحسين حمزة جواد (٢٠٢٤): تأثير استراتيجية ويتلى في تعلم اداء مهارتي الارسل واستقباله بالكرة الطائرة لطلاب، مجلة المستنصرية لعلوم الرياضة، ١(٥)، ٥٥-٤٠.

نموذج وحدة تعليمية باستراتيجية بوليا

الأسبوع :	اليوم:	الوحدة التعليمية:
التاريخ :	عدد الطلاب : ٢٠	زمن الوحدة التعليمية:
٩٠ د		

الأهداف التعليمية: مسكة الدفاع ضد سحب الذراع

القسم	الوقت	الفعاليات والمهارات	التنظيم	الملاحظات
القسم الإعدادي الاحماء العام الاحماء الخاص	٢٠ د ١٠ د ١٠ د	تمارين تهيئة عامة لكافة عضلات ومفاصل الجسم إحماء خاص للأجزاء المشتركة بالمسكة.	××××××× ××××××× ♀	تأكيد اشتراك جميع اجزاء الجسم تأكيد اداء التمارين بصورة صحيحة
القسم الرئيسي الجزء التعليمي فهم المشكلة البحث عن الحل	٦٠ د ٢٠ د ١٠ د ١٠ د	جلوس الطلاب على شكل مربع حول البساط، شرح طريقة أداء مسكة الدفاع ضد سحب الذراع بالمصارعة الرومانية، وإعطاء أسئلة للطلاب عن (اين يجلس المهاجم؟)، (على أي منطقة يضغط المهاجم منافسه)، (كيف اداء مسك المنافس؟) ومن ثم يقوم المدرس بأخذ الإجابات من الطلاب وإعطاء إيضاح طريقة أداء المسكة باستخدام الصور التوضيحية. يقوم المدرس بأداء المسكة، ومن ثم يعطي تساؤل للطلاب للتفكير بالشكل النهائي للأداء	× × × × × ♀ × × × × ×	التأكيد على فهم الطلاب للمراحل الفنية لأداء مسكة الدفاع ضد سحب الذراع مع الانتباه لشرح المدرس والصور المعروضة للمسكة المراد تعلمها.
الجزء التطبيقي تنفيذ الحل المراجعة والتوسع	٤٠ د ٢٠ د ٢٠ د	- تقسيم الطلاب الى مجاميع زوجية. - تطبيق تمرين أداء مسكة الدفاع ضد سحب الذراع. - يكرر التمرين إذ يكون الطالب مرة مهاجم ومرة أخرى منافس. - يتأكد المدرس من فهم الطلاب للخطوات الخاصة بأداء مسكة سحب الذراع البعيدة. - يتم إعادة أداء تمرين مسكة الدفاع ضد سحب الذراع.		- تطبيق المسكة بصورة صحيحة. - التعاون بين الطلاب لتنفيذ المسكة. - استشارة المدرس في حال وجود استفسار. - متابعة المدرس لأداء الطلاب.
القسم الختامي	١٠ د	- تمارين تهدئة واسترخاء العضلات - اعطاء إرشادات وتعليمات عن اداء (مسكة الدفاع ضد سحب الذراع) ثم اداء التحية والانصراف		