



أثر توافر التغذية الراجعة في تعلم واحتفاظ مراحل رفعه الخطف للمبتدئين

The effect of feedback frequency on learning and retaining the stages
of the snatch lift for beginners

م.م حسن علي حسین علی⁽¹⁾، أ.د حاتم شوكت ابراهيم⁽²⁾، أ.م. د حيدر سعود حسن⁽³⁾

Hassan Ali Hussein, Prof. Dr. Hatem Shawkat Ibrahim, Assoc. Prof.
Haider Saud Hassan

مدیریة تربیة دیالى⁽¹⁾، كلیة التربیة البدنية وعلوم الرياضة/جامعة دیالى⁽²⁾

sport.hassan.phd22@uodiyala.eud.iq,
hatem.shawkat@uodiyala.edu.iq, haider.suod@uodiyala.edu.iq

الملخص

هدفت الدراسة إلى معرفة أثر توافر التغذية الراجعة في تعلم واحتفاظ مراحل رفعه الخطف للمبتدئين، استخدم الباحث المنهج التجاري ذي المجموعتين المتكافتين (توافر عالي – توافر منخفض)، إذ حدد الباحث مجتمع البحث من الرباعين المبتدئين في محافظة دیالى للموسم الرياضي 2024 والبالغ عددهم (22) ربع ، وقد تمثلت عينة البحث برباعي نادي الخالص لرفع الاثقال والبالغ عددهم (10) رباعين قسموا الى مجموعتين تم اختيارهم بالشكل العشوائي بطريقة القرعة ، تكونت المجموعة التجريبية من (5) رباعين، وكذلك المجموعة الضابطة تكونت من (5) رباعين. ، تم اجراء تجربتين استنطلاعية الاولى في يوم السبت 11-1-2025 والتجربة الاستنطلاعية الثانية في 12/1/2025 وتم اجراء الاختبار القبلي في يوم الاثنين الموافق 13-1-2025، تم البدء بإجراء التجربة الرئيسية في يوم السبت الموافق 18-1-2025 لغاية 18-2-2025 ولمدة(4) اسابيع بواقع (4) وحدات تعليمية في الاسبوع، اذ بلغ مجموع الوحدات التعليمية (16) وحدة تعليمية تم تطبيق التغذية الراجعة المتواترة باستخدام التنوع في تقديمها وتم اجراء الاختبار البعدي في يوم الاثنين الموافق 20/2/2025 في تمام الساعة الرابعة عصراً، وبعد ذلك تم توزيع البيانات ومعالجتها احصائياً، ومن ثم عرضها وتحليلها ومناقشتها، وكانت اهم الاستنتاجات: ضرورة تنظيم توقيت تقديم التغذية الراجعة بناءً على مستوى المتعلم ومرحلة التعلم. توصي الدراسة بتدرج تقديم التغذية الراجعة بما يتناسب مع مراحل التعلم.

الكلمات المفتاحية: التغذية الراجعة، رفعه الخطف. الاحتفاظ

ABSTRACT

The study aimed to know the effect of the frequency of feedback on learning and retaining the snatch lift for beginners. The researcher used the experimental method with two equivalent groups (high frequency - low frequency). The researcher identified the research community of beginner

lifters in Diyala Governorate for the 2024 sports season, numbering (22) lifters. The research sample consisted of (10) weightlifters from Al-Khalis Club, who were divided into two groups that were randomly selected by lottery. The experimental group consisted of (5) weightlifters, and the control group consisted of (5) weightlifters. Two pilot experiments were conducted on Saturday 11-1-2025, and the pre-test was conducted on Monday 13-1-2025.

The main experiment began on Saturday, January 18, 2025, and continued until February 18, 2025, for a period of (4) weeks, with (4) educational units per week. The total educational units amounted to (16). An educational unit in which frequent feedback was applied using a variety of delivery methods was conducted. The post-test was conducted on Monday, February 20, 2025, at 4:00 PM. The data was then distributed and statistically processed, then presented, analyzed, and discussed. The most important conclusions were: the need to organize the timing of feedback based on the learner's level and learning stage. The study recommends gradual delivery of feedback in line with the learning stages.

Keywords: Feedback, Snatch Lift, Retention

1- المقدمة

تعد رفعية الخطاف من أكثر المهارات تعقيداً في رياضة رفع الأثقال، إذ تتطلب توافقاً عالياً، إضافة إلى الدقة في الأداء. وقد أثبتت الدراسات أن التغذية الراجعة تُسهم في تحسين الأداء الحركي من خلال تصحيح الأخطاء وتنبيه النمط الحركي (النجار، 2015)، لكن يبقى التساؤل قائماً حول التوازن الأمثل لتقديم هذه التغذية، حيث يرى البعض أن التغذية المتكررة تُسرع التعلم، بينما يرى آخرون أنها قد تُسبب الاعتماد المفرط، ما يؤثر سلباً على الاحتفاظ (حمزة، 2016). وعليه، جاءت هذه الدراسة لمعالجة هذا الإشكال.

2- مشكلة البحث:

إن تحديد التوازن المناسب للتغذية الراجعة يُعد من التحديات التي تواجه المدربين، خاصة في المهارات المعقدة كالخطاف. ومن هنا، تتحول مشكلة البحث في السؤال التالي:
ما تأثير توازن التغذية الراجعة (العالي مقابل المنخفض) في تعلم واحتفاظ رفعية الخطاف.

3- أهداف البحث:

1. التعرف على تأثير التغذية الراجعة ذات التوازن العالي في تعلم رفعية الخطاف.

2. التعرف على تأثير التغذية الراجعة ذات التوازن المنخفض.

3. مقارنة نتائج المجموعتين في اختبارات التعلم والاحتفاظ.

4- فرضيات البحث:-

- 1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.
- 2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية.

5- مجالات البحث:-

- المجال البشري: الرباعين المبتدئين في نادي الخالص الرياضي.
- المجال الزماني: 2025-1-11 لغاية 2025-2-20.
- المجال المكاني: قاعة نادي الخالص الرياضي لرفع الاثقال.

6- منهج البحث إجراءاته :

أستخدم الباحث المنهج التجريبي وذلك لملائمته طبيعة مشكلة البحث.

7- مجتمع البحث وعينته:-

حدد الباحث مجتمع البحث من الرباعين المبتدئين في محافظة ديالى للموسم الرياضي 2024 والبالغ عددهم (22) ربع ، وقد تمثلت عينة البحث برباعي نادي الخالص لرفع الاثقال والبالغ عددهم (10) رباعين تم اختيارهم بالطريقة العميدية، قسموا الى مجموعتين تم اختيارهم بالشكل العشوائي بطريقة القرعة ، تكونت المجموعة التجريبية من (5) رباعين، وكذلك المجموعة الضابطة تكونت من (5) رباعين ، كما مبين في الجدول (1).

الجدول (1)

(يبين توزيع عينة البحث والنسبة المئوية)

نسبة المئوية	عينة البحث	تفاصيل مجتمع البحث	ت
%100	22	مجتمع البحث	1
%45,45	10	عينة البحث	2
	التجريبية	الضابطة	

-الوسائل و ادوات والاجهزه المستخدمة في البحث :

-الوسائل المستخدمة :

- ❖ الملاحظة.
- ❖ شبكة المعلومات الدولية(الانترنت).
- ❖ المصادر والمراجع العربية والأجنبية.
- ❖ المقابلات الشخصية.

- الاجهزه والادوات المستخدمة :

- ❖ كامرة تصوير علمية (بسرعة 240 لقطة- الثانية) عدد (3)
- ❖ جهاز حاسوب نوع (hp) صيني الصنع عدد (1)

❖ جهاز رفع اثقال قانوني

❖ طبلة تمرین عدد (1).

❖ حمالات للكامرة استناد عدد (3).

-الاختبار قيد البحث

❖ اسم الاختبار : اداء رفعه الخطاف.

❖ الغرض من الاختبار : قياس اداء رفعه الخطاف.

❖ الادوات المستخدمة:

• شفت حديد بوزن 10 كيلو.

• طبلة رفع اثقال خشبية (طبلة تمرین).

• كأمرات عدد(3).

• أستاند كamera عدد(3).

❖ طريقة الاداء:-

يقدم الرابع على عمود الثقل ويوضع قدميه تحت العمود لتقريب مركز ثقل الجسم وتكون القدمان بعرض الكتف تقريباً ومقدمتها متوجه الى الخارج قليلاً. ومن ثم يبدأ بوضع التهيئة الجلوس ومسك عمود الثقل بالمسكة الضيقة والظهر مشدود بشكل مستقيم والذراعان ممدودتان ثم يبدأ بانتزاع الثقل من الطبلة السحبة الاولى.

التي تكون الى مستوى تحت الركبتين وبعدها مرحلة حركة الركبتين التي تتوسط مرحلتي السحبة الاولى والثانية، اما السحبة الثانية تبدا لحظة اجتياز الثقل مستوى الركبتين عندما تكون في اقصى امتداد اولي لهم، وصولاً بمرحلة السقوط تحت الثقل واستقراره في وضع القرفصاء. ويبداً بعدها نهوض الرابع والثبات.

❖ طريقة التسجيل:-

يؤدي كل ربع ثلاثة محاولات لرفعه الخطاف، اذ يتم جمع الدرجات لثلاثة حكام من كل محاولة وتقسم على ثلاثة لاستخراج الدرجة النهائية من (10) .

- التجربة الاستطلاعية:

تم اجراء التجربة الاستطلاعية الثانية في يوم السبت الموافق 11-1-2025 في نادي الخالص الرياضي وكان الغرض منها تهيئة الادوات ومكان وضع الكاميرات للحصول على أفضل تصوير ممكن قبل الاختبار القبلي وكذلك التأكد من جاهزية فريق العمل المساعد وتعريفهم بواجباتهم اثناء اداء الاختبارات القبلية والبعدية.

- الاختبار القبلي:

بعد التأكيد من ملائمة المقياس لعينة البحث والاجهزه المستخدمة تم اجراء الاختبارات القبلية في يوم الاثنين الموافق 13-1-2025 على عينة البحث التجريبية والضابطة، اجري الاختبار القبلي لأداء رفعه الخطف وحسب الشروط القانونية للعبة في قاعة نادي الخالص ، حيث يؤدي كل رياضي كل ربع ثلاث محاولات في رفعه الخطف، ويتم تقييم الأداء من (10) حسب مراحل الأداء الفني لرفعه الخطف، وسعى الباحث وفريق العمل المساعد على تثبيت الظروف المتعلقة بالاختبارات من حيث الزمان والمكان والادوات المستخدمة وطريقة التنفيذ من اجل السيطرة قدر الامكان على خلق ظروف متشابهة عند اجراء الاختبارات البعديه.

- التجربة الرئيسية:

تم البدء بإجراء التجربة الرئيسية في يوم السبت 18-1-2025 لغاية 18-2-2025 ولمدة(4) اسابيع بواقع (4) وحدات تعليمية في الاسبوع، اذ بلغ مجموع الوحدات التعليمية (16) وحدة تعليمية حيث تلقت المجموعة الأولى تغذية راجعة بعد كل محاولة (تواتر عالي). وتلقت المجموعة تغذية راجعة بعد كل خمس محاولات (تواتر منخفض).

بعد الانتهاء من اجراءات الاختبارات القبلية ، قام الباحث بأعداد واختيار نماذج (صورية- وفيديو يه بالإضافة الى نموذج يحول اداء رفعه الخطف وحسب كل مرحلة من مراحل الاداء الفني لرفعه الخطف، اذ تم اعتماد الإجراءات الآتية في استخدام التغذية الراجعة من قبل المدرب من حيث المصدر تم استخدام التغذية الراجعة الخارجية ومن حيث وقت استخدامها تم استخدامها ائنة متاخرة اي اثناء وبعد الاداء وبعد الانتهاء من الوحدة التدريبية ومن حيث الحصول عليها تم استخدام التغذية الراجعة المرئية وكذلك السمعية ونموذج يحاكي ما من حيث وظائفها فقد استخدمت كوظيفة اعلامية وملووماتية لغرض اعلام الرابع حول الاداء الذي تم وما يجب ان يتم حول الخطأ ، حيث يتم اعطائها بشكل فردي لكل رياضي اربع قبل وبعد الوحدة التعليمية اذ تم عرض هذه النماذج من قبل المدرب لتصحيح الخطأ الذي تم تشخيصه لكل رياضي و العمل على تصحيح الاداء من خلال الوحدات التعليمية للوصول الى افضل اداء ممكن من خلال التنوع في مصادر التغذية الراجعة (المتوترة) وتقديمها لل رباعين لتعريفهم بأخطائهم واعطاء معلومات وافية عن الاداء الصحيح .

- الاختبار البعدي

بعد الانتهاء من التجربة الرئيسية تم اجراء الاختبار البعدي في يوم الاثنين الموافق 20-2-2025 في تمام الساعة الرابعة عصرا، تم اجراء الاختبارات البعدية لأفراد عينة البحث ، وقد راعى الباحث توافر التنظيم وشروط تنفيذ الاختبارات وتحت الظروف نفسها في الاختبارات البعدية لغرض الحصول على

نتائج ذات مصداقية عالية، قام الباحث بمساعدة فريق العمل المساعد بتطبيق الاختبارات بشروطها وتدوين النتائج والمعلومات جميما.

- الوسائل الاحصائية:

استخدم الباحث الحقيقة الاحصائية (spss) وذلك لاستخراج النتائج.

8-عرض النتائج ومناقشتها

- عرض نتائج المجموعة التجريبية في الاختبارات القبلية والبعدية ومناقشتها:

الجدول(2)

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وحجم العينة والخطأ المعياري للمجموعة التجريبية للاختبارين القبلي والبعدي لرفة الخطف

نسبة الخطأ المعياري	نسبة الانحراف المعياري	N	الوسط الحسابي	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	وضع البدء
0.153	0.594	5	2.404	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	السحابة الأولى
0.091	0.352	5	8.223	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	
0.133	0.516	5	2.133	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	
0.128	0.495	5	8.767	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	
0.182	0.704	5	3.067	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	
0.172	0.667	5	8.633	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	
0.165	0.640	5	2.467	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	السحابة الثانية
0.176	0.681	5	8.500	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	
0.192	0.743	5	3	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	
0.091	0.352	5	8.867	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	
0.235	0.910	5	2.400	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	مرحلة الطيران والهبوط
0.205	0.794	5	8.667	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	

الجدول رقم (3)

يبين الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مراحل الجزء الأول لرفة الخطف

نسبة الخطأ المعياري	T	الخطأ المعياري	ع ف	س - ف	المراحل
0.000	6.089	0.153	0.594	-0.933	وضع البدء
0.000	8.249	0.198	0.767	-1.633	السحابة الأولى
0.000	9.740	0.161	0.623	-1.567	حركة الركبتين
0.000	19.717	0.103	0.399	-2.033	السحابة الثانية
0.000	7.135	0.187	0.724	-1.333	مرحلة الطيران والهبوط
0.000	6.733	0.188	0.729	-1.267	حالة النهوض والثبات

معنوي عند نسبة خطأ ≥ 0.05

- مناقشة نتائج المجموعة التجريبية لرفعه الخطأ:

من خلال عرض وتحليل نتائج المجموعة التجريبية في الاختبارات القبلية والبعديّة في رفعه الطف ظهرت فروق معنوية ولصالح الاختبارات البعديّة هذا ما اظهرته النتائج الاحصائية، يعزّز الباحثون هذه الفروق إلى فاعلية استخدام التغذية الراجعة المتوازنة (المتنوعة) التي استخدمها الباحث بأشكالها المختلفة (سمعية، بصرية)، وفي أوقات مختلفة في بداية الأداء وأثناء الأداء وبعد الأداء، فهي معلومات يحصل عليها المتعلم من المعلم أو المدرب أو من قبل اللاعب نفسه وهي تؤدي إلى تصحيح وتحسين وتطوير الأداء، حيث يرى (اللامي وآخرون، 2024) "ان التغذية الراجعة هي المقارنة بين ما تم اداوه من قبل المتعلم او اللاعب وبين ما يجب ان يؤديه اللاعب والذي هو الهدف الاساسي المطلوب اداءه (ما تم فعلا وما يجب ان يتم) بعد ذلك يتزود هذا المتعلم (اللاعب) ويتعذى بمعلومات خاصة عن ادائه حتى يستطيع اللاعب تشذيب هذا الاداء من الاخطاء التي رافقت هذا الاداء اي رجوع معلومات صحيحة للمتعلم بعد استجاباته الحركية كي تعزز هذا الاداء للوصول الى الاداء الامثل، ويرى (محمود، 2017) "ان التغذية الراجعة تعني جمع المعلومات التي يمكن ان يحصل عليها المتعلم ومن مصادر مختلفة سواء كانت داخلية او خارجية او كليهما معا قبل او أثناء او بعد الاداء الحركي والهدف منها تعديل الاستجابات الحركية وصولا الى الاستجابات المثلثى"، حيث يرى الباحثون ان التنوع في اعطاء التغذية الراجعة ادت الى اثاره اللاعب ومدى استجابته وتفاعلاته في كل مرحلة من مراحل الاداء وتؤثر تأثيرا اساسيا في التعلم ولاسيما عندما تقرن المعلومات بوجود الانموذج فاللغذية الراجعة المصاحبة للأنموذج تكون ذات قوة وتأثير في عمليتي التدريب والتعلم وهذه حقيقة حيث يمكن لهم سلوكيات وحركات كبيرة ومعقدة بسهولة من خلال الربط بين مشاهدة الحركة وسماع التغذية الراجعة حول واحد او اكثر من الجوانب الحركية او الانجاز وهذا يتفق مع (حسين: 2011) " لا يمكن ان يحكم على التكنيك بالصحة والجودة مالم يشاهد اللاعب اداءه الصحيح وان يستعين بعرض الافلام لأبطال رياضيين والعمل على تحليل ادائهم واستخلاص الافضل منها" وان التغذية السمعية من قبل المدرب في كل مرحلة من مراحل الاداء والثناء على اللاعب والتشجيع المستمر مع تصحيح الاخطاء اعطت ثمارها في ظهور هذه الفروق المعنوية حيث يرى (اللامي وآخرون، 2024) " ان المعلومات التي تقدم من قبل المدرب حيث يقوم المدرب بتصحيح اخطاء اللاعب التي يرتكبها او المرافقة للأداء للوصول باللاعب الى الاداء الجيد والمطلوب".

- عرض نتائج المجموعة الضابطة في الاختبارات القبلية والبعدية ومناقشتها
الجدول (4)
يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وحجم العينة والخطأ المعياري للمجموعة الضابطة للاختبارين القبلي لرفة الخطاف

الخطأ المعياري	الانحراف المعياري	N	الوسط الحسابي		
0.118	0.458	5	1.067	الاختبار القبلي	وضع البدء
0.131	0.507	5	7.400	الاختبار البعدي	
0.133	0.516	5	2.223	الاختبار القبلي	السحبة الأولى
0.126	0.488	5	7.667	الاختبار البعدي	
0.153	0.594	5	2.933	الاختبار القبلي	حركة الركبتين
0.133	0.516	5	7.533	الاختبار البعدي	
0.133	0.516	5	1.467	الاختبار القبلي	السحبة الثانية
0.133	0.516	5	6.133	الاختبار البعدي	
0.182	0.704	5	2.267	الاختبار القبلي	مرحلة الطيران
0.169	0.655	5	8.000	الاختبار البعدي	
0.153	0.594	5	2.067	الاختبار القبلي	مرحلة النهوض
0.182	0.704	5	7.733	الاختبار البعدي	

جدول (4)
يبين الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مراحل رفعة الخطاف

نسبة الخطأ	T	الخطأ المعياري	ع ف	س - ف	المراحل
0.019	2.646	0.126	0.49	-0.33	وضع البدء
0.000	7.483	0.107	0.41	-0.80	
0.007	3.154	0.190	0.74	-0.60	حركة الركبتين
0.000	5.292	0.126	0.49	-0.67	
0.000	4.785	0.153	0.59	-0.73	مرحلة الطيران والهبوط
0.000	5.292	0.126	0.49	-0.67	مرحلة النهوض والثبات

معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$

- مناقشة نتائج المجموعة الضابطة في رفعة الخطاف:-

من خلال عرض وتحليل نتائج المجموعة الضابطة في الاختبارات القبلية والبعدية ظهرت فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في متغيرات البحث ولصالح الاختبارات البعدية، ويعزو الباحث هذه الفروق الحاصل للمجموعة الضابطة التي اعتمدت منهاج المدرب الذي عادةً ما يعتمد على تكرارات الاداء الفني لرفعة النتر وتصحيح الاخطاء من قبله، مما ادى الى ظهور فروق معنوية لصالح المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي.

-عرض وتحليل نتائج المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار القبلي ومناقشتها:

الجدول(10)

(يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبار البعدى وقيمة (t) المحسوبة في اختبارات البحث

للمجموعتين التجريبية والضابطة في رفعه الخطf)

نسبة الخطأ	t	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	N	المجاميع	المراحل
0.007	2.928	0.352	8.867	5	المجموعة التجريبية	وضع البدء
		0.507	7.400	5	المجموعة الضابطة	
0.000	6.128	0.495	8.767	5	المجموعة التجريبية	السحبة الأولى
		0.488	7.667	5	المجموعة الضابطة	
0.000	5.049	0.667	8.633	5	المجموعة التجريبية	حركة الركبتين
		0.516	7.533	5	المجموعة الضابطة	
0.000	6.191	0.681	8.500	5	المجموعة التجريبية	السحبة الثانية
		0.516	7.133	5	المجموعة الضابطة	
0.000	4.516	0.352	8.867	5	المجموعة التجريبية	مرحلة الطيران
		0.655	6.532	5	المجموعة الضابطة	
0.002	3.406	0.794	8.667	5	المجموعة التجريبية	مرحلة النهوض
		0.704	7.733	5	المجموعة الضابطة	

- مناقشة نتائج المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية في رفعه الطف.

من خلال ما تم عرضه وتحليله للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية و التي اظهرت أن هناك تأثيراً معنوياً في تطور نتائج رفعه النتر للمجموعة التجريبية والضابطة، ولكن في الاختبارات البعدية نجد الافضليه في النتائج لصالح المجموعة التجريبية على حساب المجموعة الضابطة، ويعود التطور إلى الامكانيات المعدة في استثمار التغذية الراجعة بأشكالها وطرائقها المختلفة والتي اسهمت في حصول حالة تقم واضحة في تطور مستوى الأداء الفني وهذا ما اكده (عزيز: 1998: 17) "في ان استخدام التغذية الراجعة المتنوعة بمختلف اشكالها في عملية التدريب للمهارات بوصفها وسيلة تعليمية لها تأثيرها المهم في ايسال المعلومات وإكساب اللاعب الإحساس بالحركة في أتباع سريان تسلسل الأداء المهاري"، وان احد اسباب هذه الفروق التي ظهرت لصالح المجموعة التجريبية على حساب المجموعة الضابطة هو طريقة تنوع وعرض الفيديو من خلال التحكم في سرعة العرض (بطيء - سريع) حسب قدرة اللاعب على الفهم والاستيعاب وهذا ما اكده (رzaq: 1993: 97) "ان فهم واستيعاب للمهارات من خلال رؤية هذه المهارات بالتصوير البطيء والعادي فضلاً عن زيادة في عامل التشويق والرغبة في الأداء من خلال التنويع في الوسائل التعليمية"، كما ان مشاهدة الأنماذج للحركة من خلال شاشة العرض بجهاز (الفيديو) قد ساهمت في اكتساب المهارة من خلال مشاهدة الأنماذج للحركة ، وهذا ما يتفق مع ما أكدته (وديع ، 1987) بأن الوسيلة

التعليمية تساهم في اكتساب المهارة الحركية بسرعة أذ أنه من خلال مشاهدة الأنماط الأداء و عند ممارسة هذا الأداء يتمكن اللاعبون من متابعة مكونات المهارة وتقليلها وتلمس نواحي الضعف والقوة فيها ، مما يساعد على استبعاد الحركات الخاطئة وتدعم الصحيح فيها".

9- الاستنتاجات والتوصيات

- الاستنتاجات:-

1. التغذية الراجعة المتكررة تُسهم في تسريع اكتساب المهارة.
2. التغذية الراجعة المتباude تُعزز من تثبيت المهارة واحتفاظها.
3. ضرورة تنظيم توقيت تقديم التغذية الراجعة بناءً على مستوى المتعلم ومرحلة التعلم.

- التوصيات:-

1. استخدام التغذية الراجعة بكثرة في المراحل الأولى من التعلم.
2. إجراء دراسات مشابهة على مهارات حركية أخرى.

المصادر

- ❖ ايلين وديع فرج ؛ خبرات في الالعب للصغر والكبار ، القاهرة : منشأة المعارف ، 1987 ، ص 194 .
- ❖ تاماس أيان ، لازار باروكا؛ رفع الاثقال لياقة لجميع الرياضات ، (ترجمة وديع ياسين التكريتي، دار الوفاء للطباعة والنشر، الاسكندرية،2011) ص 84.
- ❖ ساهرة رزاق : أثر النموذج بواسطة الأجهزة السمعية البصرية على الأداء الحركي في الجمباز الأيقاعي ، (رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد 1993) ص 79 .
- ❖ صداح ابراهيم سيد ولی؛ تأثير التغذية الراجعة باستخدام النماذج المرئية وقياس القوة في تطوير بعض المتغيرات البايو ميكانيكية ودقة الارسال الساحق للاعبين المتقدمين في الكرة الطائرة ، (رسالة ماجستير ، جامعة ديالى ، كلية التربية الأساسية ، 2013) ص109.
- ❖ عبد الله محمد محمود؛ التعلم الحركي الرياضي، ط1 (الأردن، عمان، دار الحامد للنشر والتوزيع،2019) ص355.
- ❖ عبدالله حسين اللامي وآخرون؛ التعلم والإداء الحركي، ط1 (العراق، بغداد، مطبعة الرفاه،2024م) ص.85.
- ❖ عويس، رزان : (أثر التغذية الراجعة في تطوير بعض المهارات الأساسية في كرة السلة) (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك،الأردن.2001).ص23.
- ❖ ماهر محمود عواد العامری؛ فيسيولوجيا التعلم الحركي، ط 1 (النبراس للطباعة والتصميم,2014) ص197.
- ❖ مصطفى صلاح الدين عزيز . تأثير استخدام أنواع مختلفة من التغذية الراجعة في تعلم السباحة الحرة (الزحف على البطن) ، (رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 1998) ص 17.
- ❖ ناهدة عبد زيد الدليمي؛ اساسيات في التعلم الحركي، ط1 (النجد، دار الضياء للطباعة والنشر,2008)، ص87.
- ❖ نجاح شلش واكرم صبحي ؛ التعلم الحركي ، جامعة البصرة : دار الكتب للطباعة والنشر ، 1994 ، ص 132.
- ❖ وجية محجوب ؛ التعلم الحركي ، بغداد : مطبعة جامعة بغداد 1985 ، ص 98 .
- ❖ وديع ياسين التكريتي، عادل تركي الدلوی؛ المدخل الى رياضة رفع الاثقال الاعداد وفن الاداء، ط1(القاهرة ، مركز الكتاب للنشر، 2018) ص 200.
- ❖ عبد الله حسين اللامي. التعلم اساسيات الحركي، ط1 (الديوانية مجموعة مؤيد الفنية,2006) ص.77.

Sources

- Eileen Wadih Faraj; Experiences in Games for Children and Adults, Cairo: Mansha'at Al-Maaref, 1987 p. 194.
- Tamas Ayan, Lazar Baruka; Weightlifting: Fitness for All Sports, (translated by Wadih Yassin Al-Tikriti, Dar Al-Wafaa for Printing and Publishing, Alexandria, 2011) p. 84.
- Sahra Razzaq: The Effect of Modeling Using Audio-Visual Devices on Motor Performance in Rhythmic Gymnastics, (Master's Thesis, College of Physical Education, University of Baghdad, 1993) p. 79.
- Sadah Ibrahim Saied Wale; The Effect of Feedback Using Visual Models and Force Measurement on Developing Some Biomechanical Variables and the Accuracy of the Smash for Advanced Volleyball Players, (Master's Thesis, University of Diyala, College of Basic Education, 2013) p. 109.

- Abdullah Muhammad Mahmoud; Sports Motor Learning, 1st ed. (Jordan, Amman, Dar Al-Hammed for Publishing and Distribution, 2019) p. 355.
- Abdullah Hussein Al-Lami et al.; Learning and Motor Performance, 1st ed. (Iraq, Baghdad, Al-Rafah Press, 2024 AD), p. 85.
- Awis, Razan: (The Effect of Feedback on Developing Some Basic Basketball Skills) (Unpublished Master's Thesis, Faculty of Physical Education, Yarmouk University, Jordan, 2001).p23.
- Maher Mahmoud Awad Al-Amiri; Physiology of Motor Learning, 1st ed. (Al-Nabras Printing and Design, 2014) p. 197.
- Mustafa Salah Al-Din Aziz. The Effect of Using Different Types of Feedback on Learning Freestyle Swimming (Footcrawl), (Master's Thesis, College of Physical Education, University of Baghdad, 1998) p. 17.
- Nahida Abdul Zaid Al-Dulaimi; Fundamentals of Motor Learning, 1st ed. (Najaf, Dar Al-Diaa Printing and Publishing, 2008), p. 87.
- Najah Shalash and Akram Subhi; Motor Learning, University of Basra: Dar Al-Kutub Printing and Publishing, 1994, p. 132.
- Wajiha Mahjoub; Motor Learning, Baghdad: Baghdad University Press, 1985, p. 98.
- Wadih Yassin Al-Takriti, Adel Turki Al-Dalawi; Introduction to Weightlifting: Preparation and the Art of Performance, 1st ed. (Cairo, Kitab Publishing Center, 2018), p. 200.
- و Abdullah Hussein Al-Lami. Learning the Basics of Movement, 1st ed. (Al-Diwaniyah, Mu'ayyad Artistic Group, 2006) p. 77.

الملحق (1)
استماراة تقييم اداء مراحل الاداء الفنى لرفة الخطاف

الدرجة النهائية	المجموع الكلي	النهوض والثبات	الطيران والهبوط	السحبة الثانية	حركة الركبتين	السحبة الأولى	وضع البدء	اسم اللاعب	ت
									1
								محاولة اولى	أ
								محاولة ثانية	ب
								محاولة ثلاثة	ج
									2
									أ
								محاولة اولى	
								محاولة ثانية	ب
								محاولة ثلاثة	ج
									3
								محاولة اولى	أ
								محاولة ثانية	ب
								محاولة ثلاثة	ج
									4
								محاولة اولى	أ
								محاولة ثانية	ب
								محاولة ثلاثة	ج