



The effect of skill exercises using educational means in learning the effectiveness of javelin throwing for students

Mr. Hussam Najm Jameel

University of Diyala – College of Physical Education and Sports Sciences

Abstract

The research aims to identify the skill exercises using educational means to learn the skill of throwing the javelin for students in the second stage – College of Physical Education and Sports Sciences, University of Diyala. The researcher used the experimental method for two experimental groups and the other control, where the exercises prepared by the researcher were used for the experimental group and the control group was learned in the usual manner, where the researcher used the statistical bag to process the data obtained (spss). The researcher concluded that the prepared skill exercises have a positive effect on the learning process of the javelin throwing skill for students due to the use of visual educational means, which helped in the learning process for the effectiveness. The study recommended the use of educational means for the learning process in other sports skills because they have a positive effect on the learning process.

Keywords: Skill exercises with educational means, javelin throwing effectiveness.



تأثير تمارين مهارة باستخدام وسائل تعليمية في تعلم فعالية رمي الرمح للطلاب

م.م حسام نجم جميل

جامعة ديالى – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

Hossam.najm@uodiyala.edu.iq

ملخص البحث :

يهدف البحث الى اعداد تمارين مهارة باستخدام وسائل تعليمية من شأنها تساعد في عملية التعلم ، وكذلك التعرف على تأثير التمارين المهارية باستخدام وسائل تعليمية لتعلم مهارة رمي الرمح لطلاب المرحلة الأولى – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى ، اذ استخدم الباحث المنهج التجريبي لمجموعتين تجريبية والآخرى ضابطة والبالغ عددهم (٣٠) طالب تم اختيارهم بصورة عشوائية يمثلون عينة البحث ومقسمين الى مجموعتين المجموعة التجريبية (١٥) طالب والمجموعة الضابطة (١٥) طالب من المجتمع الاصلي وبنسبة مئوية (١٠٠%) ، حيث تم استخدام التمارين المعدة من قبل الباحث للمجموعة التجريبية والضابطة والتي يتم تعلمها بالأسلوب المتبع ، حيث استخدم الباحث الحقيقية الاحصائية لمعالجة البيانات التي تم الحصول عليها (spss) ، استنتج الباحث الى ان التمارين المهارية المعدة لها تأثير ايجابي على عملية التعلم للمهارة رمي الرمح للطلاب وذلك للاستخدامها وسائل تعليمية مرئية مما ساعدت في عملية التعلم للفعالية واوصت الدراسة الى استخدام الوسائل التعليمية لعملية التعلم في مهارات رياضية اخرى لا انها تؤثر تأثير ايجابي لعملية التعلم .

الكلمات المفتاحية : تمارين مهارة, وسائل تعليمية , فعالية رمي الرمح.



1-التعريف بالبحث :

1-1 مقدمة البحث وأهميته :

بدون أي شك تعتبر الاسس العلمية للحركة بالتعلم الحركي من المواضيع والمواد المهمة ذات العلاقة المباشرة في حقل التربية الرياضية ، وان المربي في مجال التربية الرياضية يجب التسلح بالمواضيع المهمة في هذا المجال ودراستها بدقة وموضوعية.

والحركة هي النشاط والشكل الأساسي للحياة و في مضمونها استجابة بدنية للتعلم الذي نقصده ، فالحركة هي استجابة بدنية ملحوظة لمثير ما سواء كان داخليا ام خارجيا واهم ما يميزها هو ذلك التنوع الواسع في أشكالها وأساليب أدائها كما انها من طرق التعليم قديما وحديثا فهي تساعد على اكتساب النواحي المعرفية وتشكيل المفاهيم وحل المشكلات فمن خلالها تمكن الإنسان من تحقيق اكتشافات عديدة في بيئته الطبيعية والاجتماعية مما ساعده في نفس الوقت على اقتصاد جهده وحركاته وتكيف أنماط حياته تبعاً لذلك ، ولذلك فان الخبرة الحركية خبرة غرضية لا نها تساعد الانسان على مواجهة العالم من حوله ، فهي تحدث عندما يرسل الدماغ اشارت كهربائية باستثارة الاعصاب الحركية وتذهب الاشارات عبر جذع الدماغ الى الحبل الشوكي ومن هناك تتفرع الى المجاميع العضلية المرتبطة بها.

لو أخذنا لاعباً يرمي الرمح وتمعنا في حركاته لوجدنا أنه ينفذ ذلك عن طريق اشتراك مجاميع عضلية كثيرة بشكل مختلف من ناحية حجم الانقباض وشدته وزمنه ، هناك مجاميع عضلية تعمل بانقباض بسيط وقسم آخر بانقباض متوسط في حين ان هناك مجاميع عضلية تعمل بأعلى طاقتها . وتتميز مسابقة رمي الرمح من بين مسابقات الرمي الأخرى ، بانها ترمى بعد اقتراب بالجري المستقيم إلى الأمام مسافة حداها الأقصى 5 ر 36 م، دون أي استدارة أو التقاف، يمكن أن تحقق سرعة الاقتراب، مع حركة الرمي الصحيحة سرعة ابتدائية عالية للرمح أثناء انطلاقه تبلغ 30 - 35 م / ثا، لدى الرماة ذوي المستويات العالية.

وتكمن أهمية البحث في تأثير تمارين مهارية بوسائل مساعدة لمرحلة الرمي للطلاب من اجل إكساب تعلم بالشكل العلمي السليم والمبني على أسس علمية مما يعني المساهمة في بناء قاعدة من رماة الرمح للطلاب اللذين من الممكن إن يعول عليهم مستقبلا في الارتقاء بالمستوى المحلي ومحاولة الوصول إلى المستويات الأفضل مما يعود بالفائدة على فعالية رمي الرمح لهذه الفئة.



2-1 مشكلة البحث :

تعد طرائق التدريس التي تشرك الطالب بفاعلية وتنشيط به مهام التعلم من الطرائق المهمة والناجحة في إيصال المادة التعليمية للطلاب وعلى هذا الأساس عمد الباحث الى اختيار تمارين مهارية معده التي تتيح للطلاب ان يكون فعالاً وقادراً على اتخاذ القرار والتقدم بالتعلم حسب امكانياته ، ومن خلال خبرة الباحث المتواضعة في تدريس مادة الساحة والميدان لاحظ ضعف الأداء المهارى لطلاب المرحلة الثانية في فعالية رمي الرمح لما تتميز به هذه الفعالية من صعوبة في التعلم ، ولحل هذه المشكلة استخدم الباحث التعليم بواسطة وسائل مساعدة تعليمية من خلال تصميم قرص تعليمي (cd) وفديوات تعليمية يعرض المادة التعليمية والتمارين التي يتبعها الطالب لتعلم الاداء المهارى ليطلع عليها ويتقدم في دراستها ويطبق التمارين حسب سرعة تعلمه وامكانياته للوصول للتعلم وذلك تحت اشراف مدرس المادة. حيث يعتقد الباحث ان استخدام التعلم بواسطة الوسائل التعليمية المساعدة قد يزيد من قابلية الطلاب في تحقيق تعلم أفضل من خلال المشاهدة والمتابعة واداء التمارين .

3-1 اهداف البحث :

- 1- اعداد تمارينات مهارية باستخدام وسائل تعليمية
- 2- التعرف على تأثير التمارينات المهارية باستخدام الوسائل التعليمية في تعلم فعالية رمي الرمح للطلاب.

4-1 فروض البحث:

- 1- وجود فروق معنوية بين كل من الاختبار المهارى القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الاختبار المهارى البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية.
- 2- وجود فروق معنوية بين كل من الاختبار المهارى البعدي للمجموعة التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية

5-1 مجالات البحث :

- 1- المجال البشري : طلاب كلية التربية الرياضية المرحلة الأولى - جامعة ديالى .
- 2- المجال المكاني : ملاعب كلية التربية الرياضية
- 3- المجال الزمني : للفترة من 12 / 1 / 2025 ولغاية 13 / 2 / 2025م.



6-1 تحديد المصطلحات:

1- **التمرينات المهارية** : كل الإجراءات والتمرينات المهارية التي يقوم المدرب بالتخطيط لها وتنفيذها في الملعب بهدف وصول اللاعب إلى دقة أداء المهارات بآلية وإتقان متكامل تحت أي ظرف من ظروف المباراة (مختار حنفي : 2001).

2- **كافة العمليات التي تبدأ بتعلم اللاعبين أسس تعلم المهارات الحركية وتهدف إلى وصولهم فيها لأعلى درجة أو رتبة بحيث تؤدي بأعلى مواصفات الآلية والدقة والانسيابية والدافعية تسمح به قدراتهم خلال المنافسات الرياضية بهدف تحقيق أفضل النتائج مع الاقتصاد في الجهد (المؤمن ، حسام سعيد كريم) (2008).**

2- **الوسائل التعليمية** : تعرف بأنها الاداة التي يستخدمها التدريسي في عملية التعلم وتوضيح المعاني والافكار او التدريب على المهارات او تعويد الطلبة على العادات الصالحة او تنمية الاتجاهات وغرس القيم (الحلية : 2007)

2-منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

1-2 منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمة طبيعة المشكلة وطبيعة البحث واهدافه حيث يعرف المنهج بانه محاولة لضبط جميع العوامل الاساسية المؤثرة في المتغيرات التابعة في تجربة ما عدى عامل واحد هو المتغير المستقل يتحكم الباحث به على نحو معين بغرض قياس وتحديد تأثير المتغيرات التابعة (الشواك : 2004:59).

2-2 مجتمع البحث وعينته :

يتكون مجتمع البحث من طلاب المرحلة الأولى - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ديالى والبالغ عددهم (30) طالب , وتم اختيار عينة البحث بصورة عشوائية مكونة من (30) طالب يمثلون عينة البحث ومقسمين الى مجموعتين المجموعة التجريبية (15) طالب والمجموعة الضابطة (15) طالب , من المجتمع الاصلي وبنسبة مئوية (100 %) .

2-3 التصميم التجريبي للبحث :

اختار الباحث التصميم التجريبي ذو الضبط المحكم وهو تصميم المجموعة الضابطة العشوائية للاختبار القبلي والبعدي (الزوبيعي , 1999:122) وكما مبين بالجدول .



جدول (1)

يبين التصميم التجريبي واجراءات عينة البحث

الاختبارات الفرق بين البعدي	الاختبارين الفرق بين القبليين	الاختبار البعدي	المتغير المستقل	الاختبار القبلي	الاجراءات
بعدي - بعدي	بعدي - قبلي	اختبار الاداء المهارى	تمرينات المهارية بالوسائل التعليمية	اختبار الاداء المهارى	المجموعة التجريبية
			الاسلوب المتبع		المجموعة الضابطة

2-4 الاجهزة والادوات المستخدمة بالبحث :

- 1- المراجع والمصادر العربية
- 2- الاختبار والقياس
- 3- ملعب كرة قدم كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى
- 4- (15) رمح قانوني خاص بالفعالية رمي الرمح
- 5- مسحوق الجبس لتحديد مسار الرمي او القطاع
- 6- كمبيوتر شخصي و داتو شو لعرض الاداء المهارى
- 7- اقراص ليزرية تعليمية خاصة بتمرينات مهارية بالفعالية من اعداد الباحث .

2-5 تكافؤ المجموعات للعينة :

لغرض الحصول على تكافؤ المجموعات للعينة بالنسبة للمجموعة الضابطة والتجريبية اعتمد الباحث الاختبارات القبلية في الاداء المهارى وبعد المعالجة للبيانات للاختبارين القبليين وللمجموعتين بالاختبار التائي (t-taste) اتضح من الجدول ان قيمة (ت) في الاختبار المهارى القبلي كانت (0.728) عند مقارنتها بقيمة (ت) الجدولية بمستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (29) والبالغة (2.04) نلاحظ ان قيمة (ت) المحسوبة هي اقل من لجدولية مما يدل على عشوائية الفروق وعدم وجود اي دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي للمجموعتين , وهذا ما يدل على ان المجموعتين متكافئتين وكما مبين في الجدول ادناه .



جدول (2) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة ودلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية للاختبار القبلي

المجموعات	العدد	الوسط الحسابي	انحراف معياري	ت المحسوبة	ت الجدولية	الدلالة
التجريبية	15	4.266	0.703	0.728	2.04	دال
الضابطة	15	4.066	0.798			

عند مستوى دلالة (0.05)

2-6 الاختبار المهاري :

لغرض قياس مستوى الاداء المهارى في تعلم فعالية رمي الرمح اعتمد الباحث على تقييم الاداء المهارى لرمي الرمح حيث قام بأعداد استمارة تقييم الاداء لرمي الرمح والتي اعتمد على تقسيم درجة التقييم حسب المراحل الفنية للأداء المهارى ، وتقييم الاداء للمجموعتين على اساس تلك الاستمارة وتحت اشراف الخبراء وتم اعتماد الدرجة الوسطية للدرجات .

2-7 الاختبار القبلي :

تم اجراء الاختبار المهارى القبلي للمجمعتين الضابطة والتجريبية ليوم الاربعاء الموافق 22 / 1 / 2025 في ملعب كرة القدم - كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى .

2-8 المادة التعليمية (عرض تمارينات مهارية بوسائل التعليمية) .

تم اعداد تمارينات مهارية تعليمية على اقراص ليزيرية وتم عرضها بلداته شو خاص بفعالية رمي الرمح للطلاب المرحلة الثانية اعتمادا على المادة الدراسية التعليمية الخاصة بالفعالية وقانون اجراء المنافسات في مسابقة رمي الرمح من كتاب المنهجي (الفضلي ، 2001،120) وايضا الاستعانة بالمصادر الخاصة بالساحة الميدان (الشماع ، 2011،162) حيث تضمن المحتوى التعليمي تعداد وشرح المراحل الفنية لفعالية الرمح وايضا التمارين التعليمية ، تحضيرية و واساسية ومساعدة والنواحي وايضا تم عرض المادة التعليمية على الخبراء والمختصين بألعاب الساحة والميدان لا بداء ملاحظاتهم التي اسهمت في اثراء المادة التعليمية ، واحتوت المادة التعليمية في القرص المراحل المهارية ومجال اجراء رمي الرمح والمحاولات الفاشلة فضلا عن مجموعة تمارين مهارية تحضيرية واساسية وتعليمية مصورة وكيفية طريقة اجرائها حيث تعلمت المجموعة التجريبية وفق التمارينات المهارية التعليمية والمصورة ودرسه المجموعة الضابطة بالأسلوب المتبع شرح المادة التعليمية وعرضها وتطبيقها للأداء المهارى .



9-2 الاختبارات البعدية :

بعد الانتهاء من تطبيق المحاضرات للمجموعتين الضابطة والتجريبية تم اجراء الاختبار المهاري البعدي لكلا المجموعتين في يوم الاثنين الموافق 3 / 2 / 2025 .

10-2 الوسائل الاحصائية :

استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية (spss).

3- عرض وتحليل النتائج :

3-1 عرض ومناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة .

جدول رقم (3) يبين الاختبار المهاري القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة , ولصالح

المجموعة التجريبية

المجموعة	الاختبارات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	ت الجدولية	دلالة الفرق
المجموعة التجريبية	قبلي	4.266	0.703	15.19	2.14	دال
	بعدي	6.466	0.516			
المجموعة الضابطة	قبلي	4.066	0.798	3.097	2.14	دال
	بعدي	5.333	0.887			

عند مستوى دلالة (0.05)

من الجدول اعلاه تبين ان قيمة (ت) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية كانت (15.199) مقارنة بقيمة (ت) الجدولية والبالغة (2.14) وعند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14) نلاحظ ان قيمة (ت) المحسوبة اكبر من الجدولية مما يدل على وجود فرق معنوي ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية للطلاب .

وايضا قيمة (ت) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الاختبار الاداء المهاري كانت (3.097) ومقارنة بقيمة (ت) المحسوبة مع قيمة (ت) الجدولية بلغت (2.14) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية 14 نلاحظ ان (ت) المحسوبة اكبر من الجدولية وايضا تدل على وجود فرق معنوي ولصالح الاختبار البعدي .

حيث ان خضوع اي عينة الى منهج تعليمي او تدريبي يحسن من مستوى الاداء على المستويين المعرفي والمهاري وذلك لمرورها بالخبرات التي يحتويها ذلك المنهج (الحلية 23:1999) .



2-3 عرض نتائج الفرق بين الاختبارات المهارية البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة

جدول رقم (4) يبين الفروق في الاختبارات المهارية للمجموعتين التجريبية وضابطة

الاختبار	المجاميع	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	ت الجدولية	الدلالة
الاداء المهارى	تجريبية	6.466	0.516	3.579	2.04	دال
	ضابطة	5.333	0.887			

عند مستوى دلالة (0.05)

نلاحظ من الجدول اعلاه ان هناك فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبار الفبلي والبعدى في الاداء المهارى للمجموعتين التجريبية والضابطة ولاكن بالنسبة للمجموعة الضابطة نلاحظ ان هناك تغير طفيف او اقل من مستوى المجموعة التجريبية في عملية التعلم للطلاب , ولصالح المجموعة التجريبية حيث ان التعلم بواسطة الوسائل التعليمية المساعدة اعطت نتائج اكبر من عملية التعلم بالاسلوب المتبع التي يتبها الاستاذ او المدرب , كون الوسائل التعليمية تساهم في سرعة التعلم والاقتصاد في الجهد والوقت والحماس والتشويق (زغلول , 2021,61) كما ان استخدام الوسائل التعليمية تعبر فعالية في عملية التعليم مما يدفع الطالب الى الاطلاع والمتابعة .

4-الاستنتاجات والتوصيات :

4-1 الاستنتاجات:

- 1- نلاحظ ان هناك نسبة تحسن في الاداء المهارى لرمي الرمح للمجموعتين التجريبية والضابطة .
- 2- كانت المجموعة التجريبية التي تعلمت من خلال المشاهدة والتوضيح تفوقت على المجموعة التي تعلمت او درست بالطريقة الاعتيادية .
- 3- نلاحظ تفاعل ايجابي من قبل الطلبة مع الاستاذ من خلال الوسائل التعليمية والمساعدة في عملية التعلم .

- 4- الوسائل التعليمية توفر الاقتصاد في الوقت والجهد في ايصال المعلومة للطلبة .

4-2 - التوصيات:

1. استخدام الوسائل التعليمية في العاب الساحة والميدان في فعاليات اخرى .
2. ضرورة استعمال الوسائل التعليمية في المواد النظرية والعملية .



المصادر :

- 1- الحيلة، محمد (2007). تكنولوجيا التعليم بين النظرية والتطبيق. دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة. عمان .الأردن.
- 2- المؤمن ، حسام سعيد كريم (2008) تأثير منهج تدريبي في تطوير بعض القدرات الحركية والمهارات الأساسية والتطبيقات الهجومية للاعبين خماسي كرة القدم للشباب ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ،جامعة بابل ، العراق .
- 3- يعرب خيون : التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، مكتبة الصخرة للطباعة ، بغداد ، 2002 .
- 4- وجية محجوب : التعلم وجدولة التدريب الرياضي ، ط1 ، دار وائل للنشر ، عمان، 2001 .
- 5- مفتي ابراهيم حمادة : التدريب الرياضي الحديث ، ط1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1998.
- 6- نجاح مهدي شلش ، مازن عبد الهادي أحمد : مبادئ التعلم الحركي ، ط2 : (النجف الاشرف ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، 2010م) .
- 7- وجيه محجوب . علم الحركة (التعلم الحركي) : (الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1989م) .
- 8- يعرب خيون . التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق : (بغداد ، مكتب الصخرة للطباعة ، 2002) .
- 9- مختار حنفي محمود (2001) الأسس العلمية في تدريب كرة القدم ،دار الفكر العربي ،القاهرة .
- 10- كارل هانيز وآخرون (ترجمة) قاسم حسن حسين وأثير صبري ، قواعد ألعاب الساحة والميدان ، جامعة الموصل ، 1987 ، ص562 .
- 11- سرايا، عادل (2008). تكنولوجيا التعليم ومصادر التعلم مفاهيم نظرية وتطبيقات عملية، الجزء الأول. مكتبة الرشد. الرياض.
- 12- عبد السلام، مندور (2006). أساسيات إنتاج واستخدام وسائل وتكنولوجيا التعليم. دار الصميقي للنشر والتوزيع. الرياض
- 13- الزوبعي، عبد الجليل إبراهيم والغنام، محمد أحمد (1999)، مناهج البحث العلمي في التربية، ج1، مطبعة التعليم العالي، بغداد، العراق..
- 14- الشوك، نوري ابراهيم والكبيسي، رافع صالح فتحي (2004)، دليل الابحاث لكتابة الابحاث في التربية الرياضية، بغداد، ص11.



- 15- الحلية محمد محمود : التصميم التعليمي نظرية وممارسة (دار المسيرة والتوزيع , عمان) ط1
1999.
- 16- الفضلي صريح عبد الكريم وخولة ابراهيم المفرجي : الاسس النظرية والعملية لا لعاب القوى
لكليات التربية الرياضية "كتاب منهجي " بيروت العالمية المتحدة 2012.
- 17- زغلول محمد سعد واخرون :تكنولوجيا واساليبها في التربية الرياضية , ط1 , القاهرة , مركز الكتاب
للنشر , 2001.

ملحق (1)

استمارة تقييم الاختبار المهاري لرمي الرمح

المرحلة الفنية ودرجته افراد العينة	خطوات الاستعداد للمرمي (4) درجات	الركضة التقريبية درجة (3)	الرمي والمتابعة درجة (2)	مسك وحمل الرمح والاستعداد درجة (1)	ت
					1.
					2.
					3.
					4.
					5.
					6.
					7.
					8.
					9.
					10.

الدرجة الكلية = 10