

تأثير برنامج ترويحي في التحصيل المعرفي وتعلم مهارتي الصد والانسحاب الدفاعي بسلاح الشيش للطالبات

The Effect of a Recreational Program on Cognitive Achievement and the Learning of Parry and Defensive Retreat Skills in Foil Fencing for Female Students

م. م . زهراء فخري عبيد
المديرية العامة لتربية بابل

Zahraa Fakhri Obeed

Zhraalmmwry846@gmail.com

ملخص البحث

أصبحت الدول المتقدمة تولي اهتمامًا متزايدًا ببناء مجتمعات متطورة في مختلف مجالات الحياة، ويُعد المجال الرياضي أحد أهم مظاهر هذا التقدم. إذ لم يتحقق التطور العلمي في الألعاب الرياضية صدفة، بل كان ثمرةً لاستخدام أحدث الأساليب والوسائل العلمية في عمليات التدريب الرياضي. إن الوصول إلى المستويات الرياضية العليا يتطلب إعدادًا متكاملًا يشمل الجوانب البدنية والفنية والخططية فضلاً عن الجوانب النفسية والمعرفية.

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير البرنامج الترويحي في التحصيل المعرفي وتعلم مهارتي الصد والانسحاب الدفاعي بسلاح الشيش لدى الطالبات، فضلاً عن التعرف على الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في التحصيل المعرفي وتعلم المهارات قيد البحث.

وقد أجري البحث على عينة من طالبات المرحلة الأولى في جامعة المستقبل، وبلغ عددهن (40) طالبة، وُزعت إلى مجموعتين: تجريبية وضابطة، بواقع (16) طالبة لكل مجموعة.

تم تطبيق الاختبارات القبلية للتحصيل المعرفي والمهارات قيد الدراسة، ثم خضعت المجموعة التجريبية لتطبيق البرنامج الترويحي بوصفه المتغير المستقل، في حين استخدمت المجموعة الضابطة الأسلوب التدريبي التقليدي.

وبعد انتهاء فترة التطبيق، أُجريت الاختبارات البعدية، وتمت معالجة البيانات إحصائياً باستخدام الوسائل المناسبة.

وقد توصلت نتائج البحث إلى أن البرنامج الترويحي أسهم بشكل إيجابي وفَعّال في تطوير التحصيل المعرفي وتعلم مهارتي الصد والانسحاب الدفاعي لدى الطالبات بسلاح المبارزة.

وأوصت الباحثة بضرورة اعتماد البرامج الترويحية كوسيلة تعليمية مساندة في دروس التربية الرياضية، لما لها من أثر في تنمية القدرات المعرفية والمهارية لطالبات رياضة المبارزة.

الكلمات المفتاحية : برنامج ترويحي ، التحصيل المعرفي ، الصد والانسحاب الدفاعي

Abstract

This study aims to investigate the effect of a recreational program on cognitive achievement and the learning of two defensive skills—parry and defensive retreat—in foil fencing among female students. The study also seeks to identify the differences between the experimental and control groups in both cognitive achievement and the learning of the targeted skills.

The research sample consisted of (40) first-year female students from Al-Mustaqbal University, divided equally into two groups: experimental and control (16 students each). Pre-tests were administered to assess cognitive achievement and the selected fencing skills. The experimental group was subjected to the recreational program as the independent variable, while the control group followed the traditional instructional method.

After the completion of the training period, post-tests were conducted, and data were analyzed statistically using appropriate methods. The results revealed that the recreational program had a positive and significant effect on developing cognitive achievement and enhancing the learning of parry and defensive retreat skills among the participants.

The study recommends incorporating recreational programs as supportive instructional strategies in physical education lessons, due to their effectiveness in improving both cognitive and motor skills in fencing.

Keywords: Recreational program, Cognitive achievement, Parry, Defensive retreat, Foil fencing, Female students

1-التعريف بالبحث :

1-1مقدمة البحث وأهميته :

يشهد العصر الحاضر تطورات سريعة ومتلاحقة في مختلف مجالات الحياة، ومن بينها المجال الرياضي الذي أصبح أحد أبرز مظاهر التقدم العلمي والتكنولوجي. فالتطور العلمي يمثل السمة المميزة للقرن الحادي والعشرين، وهو الركيزة الأساسية التي تقف خلف الإنجازات الكبيرة التي تحققت في ميادين الرياضة، مما يستدعي إعداد إنسان قادر على التكيف مع المتغيرات ومواكبة التطورات المعرفية والتقنية المتسارعة.

لقد فرضت الثورة المعلوماتية والتكنولوجية المعاصرة تحديات جديدة على العملية التعليمية، وأصبحت الحاجة ملحة إلى تجديد أساليب التعليم والتدريب بما يتوافق مع التطور العلمي ويضمن تحقيق مخرجات نوعية قادرة على الإبداع والابتكار.

إن الدول المتقدمة تولي اهتماماً بالغاً بتطوير مجتمعاتها في جميع الميادين، ولا سيما في المجال الرياضي، إذ لم يتحقق التقدم في الألعاب الرياضية مصادفة، بل جاء نتيجة اعتماد الوسائل العلمية الحديثة في عمليات التدريب الرياضي. فالارتقاء بالمستويات العليا يتطلب إعداداً شاملاً ومتكاملاً يشمل الجوانب البدنية والفنية والخططية إلى جانب الجوانب النفسية والمعرفية التي تُعد حجر الأساس في تطوير الأداء الرياضي.

ويُعد البرنامج التروحي من الأساليب الحديثة التي تسهم في تعزيز دافعية التعلم لدى المتعلمين، إذ يساعدهم على تجديد طاقاتهم واستعادة نشاطهم من خلال ممارسة أنشطة تجمع بين التسلية والفائدة، مما ينعكس إيجاباً على أدائهم البدني والمعرفي. فالترويح لا يقتصر على الترفيه، بل يعد وسيلة لتنمية القدرات العقلية والنفسية والجسمية، ويسهم في تحسين مستوى الأداء الحركي وزيادة فاعلية عمليات التعلم.

كما أن ممارسة التمارين التروحية تساعد المتعلمين على اكتساب خبرات ومهارات متعددة، وتعمل على تطوير القدرات الإدراكية مثل الانتباه والتركيز والتذكر، وهو ما ينعكس بدوره على جودة الأداء المهاري. فكلما ازدادت معرفة المتعلم بمكونات المهارة وأسس تنفيذها، تمكن من تحديد نقاط القوة والضعف وتحسين مستوى أدائه. وقد أشار الياسري (2010، ص168) إلى أن التحصيل المعرفي يمثل وسيلة منظمة تهدف إلى قياس كمية المعلومات التي يحتفظ بها الطالبة أو اللاعب عن المهارة قيد التعلم.

أما رياضة المبارزة فهي من الرياضات الفردية الراقية التي تجمع بين الدقة والسرعة والتركيز العالي، وتستند إلى أداء مهاري متقن يعتمد على التفاعل السريع بين الهجوم والدفاع. ويُعد سلاح الشيش أحد أنواعها الأساسية الذي يتطلب من اللاعب مستوى عالٍ من الانتباه والتوقع والقدرة على اتخاذ القرار في أجزاء من الثانية،

خصوصًا في أداء المهارات الدفاعية مثل الصد والانسحاب الدفاعي التي تُعدّ من العناصر الحاسمة في التفوق الفني والخططي.

ومن هذا المنطلق، تكمن أهمية البحث في محاولة توظيف البرنامج التروحي كوسيلة تعليمية تسهم في تطوير التحصيل المعرفي وتعلم المهارات الدفاعية في سلاح الشيش، لما يوفره من بيئة تعليمية مشوقة تسهم في رفع مستوى التفاعل والدافعية لدى الطالبات. كما يسعى البحث إلى بيان أثر الأنشطة التروحية في تعزيز الجوانب المعرفية والمهارية، بما يساعد المتعلمات على تحقيق أفضل أداء دفاعي يمكنهن من المنافسة والوصول إلى مستويات متقدمة في رياضة المبارزة.

1-2 مشكلة البحث :

إن الوصول إلى المستويات العليا في مختلف الأنشطة الرياضية يتطلب الاعتماد على أسس علمية دقيقة ومتكاملة تسهم في تطوير قدرات الطالبات وتحسين أدائهن بما يتناسب مع متطلبات كل فعالية رياضية. إذ إن الاعتماد على الأساليب التقليدية في التعليم والتدريب يؤدي إلى تفاوت واضح في مستوى الأداء نتيجة لاختلاف القدرات الفردية بين المتعلمات، مما ينعكس سلبًا على مستوى إتقان المهارات الفنية.

ومن خلال ملاحظة الباحثة الميدانية لطلّابات المرحلة الأولى، لاحظت ضعفًا في مستوى الأداء المهاري لبعض المهارات الدفاعية الأساسية في سلاح الشيش، مثل مهارتي الصد والانسحاب الدفاعي، بالإضافة إلى انخفاض مستوى الدافعية والرغبة في التعلم، فضلاً عن محدودية التحصيل المعرفي المتعلق بمفاهيم الأداء الدفاعي وأساسه الفنية.

ويرجع ذلك إلى قلة توظيف البرامج التروحية في الدروس التعليمية والتدريبية لرياضة المبارزة، على الرغم من أهميتها في خلق بيئة تعليمية مشوقة تنثر دافعية الطالبات وتزيد من تفاعلهن مع المواقف التعليمية. ومن هنا، برزت مشكلة البحث في ضرورة إدخال برنامج تروحي يسهم في تنمية التحصيل المعرفي وتعلم المهارات الدفاعية في سلاح الشيش، من أجل رفع مستوى الأداء وتحقيق التكامل بين الجوانب المعرفية والمهارية للطلّابات.

1-3 أهداف البحث :

1. إعداد وتطبيق برنامج تروحي يهدف إلى تنمية التحصيل المعرفي وتعلم مهارتي الصد والانسحاب الدفاعي بسلاح المبارزة لدى الطالبات.
2. التعرف على تأثير البرنامج التروحي في تطوير التحصيل المعرفي وتعلم مهارتي الصد والانسحاب الدفاعي بسلاح المبارزة لدى الطالبات.

3. التعرف على الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى التحصيل المعرفي وتعلم مهارتي الصد والانسحاب الدفاعي بسلاح الشيش لدى الطالبات.

1-4 فرضا البحث :

1- هناك تأثير للبرنامج التروحي في التحصيل المعرفي وتعلم مهارتي الصد والانسحاب الدفاعي بسلاح الشيش لدى الطالبات.

2- هناك فروق معنوية بين المجموعتين في نتائج الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية .

1-5 مجالات البحث :

المجال البشري : طالبات المرحلة الأولى لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة المستقبل والبالغ عددهم 40 طالبة للعام الدراسي (2024 - 2025)

المجال الزمني : المدة من 3 / 12 / 2024 - 12 / 2 / 2025.

المجال المكاني : قاعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة المستقبل .

1-6 التعريف بالمصطلحات :

الترويح : هو نشاط وحالة انفعالية تطرأ على الفرد نتيجة لممارسة الأنشطة من خلال واقع شخصي وان الترويح قد يتكون من بعض الممارسات العابرة والوقتية او الارتباط الجاد ببعض انواع الممارسات طوال الحياة والترويح الرياضي هو احد انواع الترويح الذي تتضمن برامجه العديد من الأنشطة البدنية والرياضية كما يكون له تأثير على الجوانب البدنية والفسلوجية للفرد الممارس لوجه الأنشطة التي تشتمل الالعاب الرياضية . ويعرف الحمامي وعيادة الترويح بأنه احد انواع النشاط التي تمارس في وقت الفراغ والتي يختاره الفرد لممارستها بدافعية ذاتية والتي يكون من نتائجها اكتساب الفرد لقيم بدنية وخلقية ومعرفية واجتماعية . (الحمامي وعاید: 1998: 87)

2 منهج البحث واجراءاته الميدانية :

2-1 منهج البحث :

ان اختيار المنهج الملائم لطبيعة المشكلة من اهم الخطوات التي يترتب عليها نجاح البحث لذلك استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين الضابطة والتجريبية

2-2 مجتمع وعينة البحث :

تم اختيار مجتمع البحث بطالبات المرحلة الأولى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة المستقبل والبالغ عددهن 40 طالبة , وتم اختيار عينة البحث وعددهن 40 طالب تم اختيار 8 منهن بالطريقة العشوائية لاجراء

التجربة الاستطلاعية وقد تم استبعادهن من عينة البحث وبالتالي اصبحت العينة (32) طالبة ويمثلون نسبة (80%) من المجتمع الكلي قسموا الى مجموعتين كل مجموعة (16) طالبة.

2-3 ادوات واجهزة البحث :

2-3-1 الوسائل وادوات والاجهزة المستخدمة في البحث :

- المصادر العربية .
- استمارة استطلاع رأي المختصين لتحديد اهم الاختبارات المهارية لرياضة المبارزة .
- الاختبار والقياس .
- بساط طول 10م للعبة .
- شريط قياس قماش طول (15) .
- شريط قياس معدني 3م.
- سلاح شيش عدد (10) .
- شواخص عدد (12) .
- صافرة عدد (1) .
- شريط لاصق وقلم وطباشير .
- حاسوب شخصي محمول عدد 1 نوع (hp) .
- حاسبة يدوية نوع (saslo) .
- كامرة فيديو نوع كانون .
- ساعة توقيت الكترونية .

2-4 اجراءات البحث الميدانية :

2-4-1 عرض استمارة التحصيل المعرفي :

اعتمدت الباحثة استمارة التحصيل المعرفي الذي قام بأعدادها يشار محمد حبيب ثم قامت الباحثة بعرض هذه الاستمارة على مجموعة من الخبراء في مجال التربية الرياضية ومجال المبارزة للاستفادة من اكبر عدد ممكن من الافكار التي تخدم البحث لأجل معرفة صلاحية الاستمارة وملائمتها ولتحديد صلاحية الفقرات المقترحة من عدم صلاحيتها وللتأكد من قابلية كل فقرة من حيث المفردات وكيفية صياغتها ومدى وضوحها وقد طلب من الخبراء وضع علامة (√) تحت حقل يصلح ان كانت الفقرة تصلح وعلامة (×) تحت حقل لا يصلح ان كانت الفقرة لا تصلح .

2-4-1-1 طريقة الاجابة على الاستمارة :

قامت الباحثة بتوضيح تعليمات الاجابة على الاسئلة الخاصة بالتحصيل المعرفي بشكل دقيق لما له من اهمية كبيرة للبحث العلمي والعملية التربوية حيث تم ترشيح التعليمات الخاصة بالاستبانة وطريقة الاجابة عليها والتأكيد من فهم افراد العينة طريقة الاجابة .

2-4-2 الاختبارات المهارية:

(عمر، أحمد عبد الله: 2017P: 145-165)

أولاً: اختبار مهارة الصد

اسم الاختبار:

اختبار دقة أداء مهارة الصد في سلاح الشيش .

هدف الاختبار:

قياس دقة وسرعة تنفيذ مهارة الصد لدى اللاعبات في سلاح الشيش.

الأدوات المستخدمة:

- سلاح الشيش.
- قناع وقفاز.
- لوحة هدف معدنية أو مجسم خصم .
- ساعة توقيت رقمية.
- استمارة تسجيل النتائج.

إجراءات الاختبار:

1. تقف اللاعب في وضع الاستعداد (Engarde position) على بعد (2 متر) من الهدف المعدني.
2. عند إشارة البدء، تُنفَّذ حركة الهجوم من قِبَل الخصم (أو من الجهاز الآلي المحاكى).
3. تقوم اللاعب بأداء حركة الصد المناسبة (Parry 4) أو (Parry 6) بحسب الاتجاه المحدد مسبقاً.
4. تُكرَّر المحاولة خمس مرات متتالية، بحيث تُقاس كل محاولة من حيث:
 - زمن الاستجابة (بالتواني) من لحظة بداية الهجوم حتى لحظة الصد.

○ (دقة التنفيذ) تُعطى درجة من 0-5 حسب سلامة الأداء.

التسجيل:

- تُحسب الدرجة النهائية من خلال مجموع النقاط الخمس التي تحصل عليها اللاعب، مع مراعاة الزمن الأقصر والأداء الأدق.
- الدرجة النهائية = (مجموع الدرجات ÷ 5) × عامل الدقة.

الدالة:

كلما زادت الدقة وقل زمن الاستجابة، دلّ ذلك على ارتفاع كفاءة اللاعب في مهارة الصد.

ثانياً: اختبار مهارة الانسحاب الدفاعي (محمد فاضل: 2019: 201)

اسم الاختبار:

اختبار سرعة ودقة أداء مهارة الانسحاب الدفاعي في سلاح الشيش.

هدف الاختبار:

قياس سرعة الاستجابة ودقة التراجع إلى الخلف (الانسحاب الدفاعي) أثناء مواجهة الهجوم في المباراة.

الأدوات المستخدمة:

- أرضية مضمار المباراة (Piste) بطول قانوني.
- سلاح شيش. (épée).
- جهاز توقيت إلكتروني. (Timer gate).
- شريط تحديد المسافة (1.5 م).
- استمارة تسجيل النتائج.

إجراءات الاختبار:

1. تقف اللاعب في وضع الاستعداد أمام الخصم على المسافة القانونية (4 أمتار).
2. عند سماع الإشارة الصوتية، يبدأ الخصم بالهجوم للأمام.

3. على اللاعب تنفيذ حركة الانسحاب الدفاعي (Retreat) بسرعة إلى الخلف لمسافة (1.5 م) دون فقدان توازن أو انحراف عن المسار.

4. تُقاس زمن الحركة من لحظة الإشارة إلى لحظة التوقف النهائي في وضع الاستعداد الجديد.

5. تُكرّر التجربة ثلاث مرات، وتُسجّل أفضل محاولة من حيث الزمن والدقة.

التسجيل:

- يُمنح الأداء الكامل (5 درجات) إذا تم الانسحاب بزمن أقل من (0.80 ثانية) مع الحفاظ على توازن كامل.

- تُخصم درجة واحدة عن كل خطأ في التوازن أو عدم الدقة في المسافة.

- النتيجة النهائية = أفضل زمن + تقييم الدقة.

الدالة:

كلما قل الزمن وزادت الدقة، دلّ ذلك على تطور مستوى اللاعب في الأداء الدفاعي والاستجابة للمواقف الهجومية.

2-4-2 التجربة الاستطلاعية :

قامت الباحثة بأجراء التجربة الاستطلاعية لاستمارة التحصيل المعرفي والاختبارات المهارية في يومي 3-4/ 12/ 2024 على عينة من غير عينة البحث والبالغ عدده 8 طالبات واجريت الاختبارات في الساعة العاشرة والنصف صباحا .

2-4-3 اجراءات البحث الميدانية :

2-4-3-1 الاختبارات القبلية :

قامت الباحثة بإجراء الاختبارات القبلية لعينة البحث من المجموعتين الضابطة والتجريبية بهدف تحديد مستوياتهن في التحصيل المعرفي والمهارات قيد الدراسة، وذلك خلال يومين متتاليين من أيام التجربة. ففي اليوم الأول (الثلاثاء) تم تطبيق اختبار التحصيل المعرفي على المجموعتين الضابطة والتجريبية باستخدام استمارة التحصيل المعتمدة في البحث، أما في اليوم الثاني (الأربعاء) فقد تم تنفيذ الاختبارات المهارية الخاصة بمهارتي الصد والانسحاب الدفاعي بسلاح الشيش في تمام الساعة الحادية عشرة صباحاً، وبظروف متماثلة لكلا المجموعتين لضمان توحيد إجراءات القياس ودقة النتائج.

2-3-4-2 تكافؤ مجموعتي البحث :

من الضروري في الدراسات التجريبية أن يُرجع الباحث أسباب الفروق في النتائج إلى العامل التجريبي وحده، لذلك ينبغي التأكد من تكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات قيد الدراسة قبل البدء بتطبيق التجربة.

وبناءً على ذلك، قامت الباحثة بإجراء الاختبارات القبلية لمهارتي الصد والانسحاب الدفاعي بسلاح المبارزة، إضافة إلى اختبار التحصيل المعرفي، للتأكد من تساوي المجموعتين في مستواهن الابتدائي.

وقد أظهرت النتائج أن القيم المحسوبة لاختبار (ت) كانت أصغر من القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) لجميع المتغيرات، مما يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين في الاختبارات القبلية، وهو ما يؤكد تحقيق مبدأ التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة كما هو موضح في الجدول (2)

الجدول (2)

يبين تكافؤ مجموعتي البحث

الدلالة	قيمت t	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	المعالم الاحصائية
		ع	س-	ع	س-		
غير معنوية	0.97	5.13	77.3	5.41	81.7	الدرجة	التحصيل المعرفي
غير معنوية	1.23	1.37	12.11	1.12	12.39	الثانية	اختبار دقة أداء مهارة الصد في سلاح الشيش
غير معنوية	0.23	1.46	13.26	1.16	12.88	الثانية	اختبار مهارة الانسحاب الدفاعي

قيمت (t) الجدولية هي (1.701) امام درجة حرية 30 ومستوى دلالة 0.05

2-3-4-3 التجربة الرئيسية :

بعد الانتهاء من تنفيذ الاختبارات القبلية، شرعت الباحثة بتطبيق التجربة الرئيسية التي تمثلت في إدخال البرنامج التروحي المعد من قبلها ضمن المنهج التعليمي الخاص بمهارتي الصد والانسحاب الدفاعي بسلاح الشيش.

تضمن البرنامج (12) وحدة تعليمية (نُفذت بواقع ثلاث وحدات أسبوعياً، استغرقت كل وحدة 60 دقيقة، وطُبقت على المجموعة التجريبية ابتداءً من يوم الأحد الموافق 2024/12/10. وقد راعت الباحثة أثناء التنفيذ تنوع التمرينات وتدرجها من السهل إلى الصعب بما يتناسب مع قدرات الطالبات ومستواهن الفني، مع الاعتماد على التغذية الراجعة كوسيلة لتعزيز التعلم، إضافةً إلى الاستفادة من الطالبات

التميزات في الأداء، فضلاً عن دور الفريق المساعد في تنظيم سير الوحدات التعليمية وضمان تنفيذها وفق الخطة الموضوعة.

2-4-3-4 الاختبارات البعدية :

بعد الانتهاء من تنفيذ التجربة الرئيسية، أجرت الباحثة الاختبارات البعدية لكلٍ من المجموعتين الضابطة والتجريبية بتاريخ 11/1/2025، وذلك بهدف تحديد مدى تأثير البرنامج التروحي في التحصيل المعرفي وتعلم مهارتي الصد والانسحاب الدفاعي بسلاح الشيش. وقد تم تنفيذ الاختبارات وفق الإجراءات نفسها المتبعة في الاختبارات القبليّة، مع الالتزام بالشروط والظروف المكانية والزمانية ذاتها، واستخدام الأدوات والأجهزة نفسها لضمان دقة النتائج وموضوعيتها.

كما شارك فريق العمل المساعد في تنفيذ الاختبارات البعدية كما في الاختبارات القبليّة، مع الالتزام بتسلسل أداء الاختبارات المعتمد مسبقاً لضمان توحيد إجراءات القياس بين المجموعتين.

2-5 الوسائل الاحصائية :

استخدمت الباحثة برنامج الحقيبة الاحصائية (spss) .

3 عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

3-1 عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة وتحليلها ومناقشتها :

الجدول (3)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة t المحسوبة للاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة

المعالم الاحصائية	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		س-ف	ع ف	قيمة t	الدلالة
		س-	ع	س-	ع				
التحصيل المعرفي	الدرجة	80.7	5.50	81.6	5.36	1.1	0.52	6.86	معنوية
اختبار دقة أداء مهارة الصد في سلاح الشيش	الثانية	12.48	1.01	11.61	1.07	1.34	1.42	3.01	معنوية
اختبار مهارة الانسحاب الدفاعي	الثانية	12.97	1.16	11	1.32	1.47	1.04	4.47	معنوية

قيمت (t) الجدولية (3) عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 15 .

من الجدول اعلاه يتبين ان قيمة (t) المحسوبة للمجموعة الضابطة كانت (6.86 و 3.2 و 4.47) وعلى التوالي وقد وجد ان هذه القيم اكبر من القيمة الجدولية التي كانت (2.09) وبمستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 15 وتعزو الباحثة الى ان التطور الحاصل كان بسبب التخطيط والتنظيم الجيد للوحدات التعليمية بما يخدم المهارات واستمرار الطالبات والتزامهم في تلقي الوحدات التعليمية وهذا ما يؤكد وجيه محجوب 1987 ان الحركة تتطور بالتدريب الرياضي المنتظم نتيجة لتطور المستوى الذهني والفكري وتطور الصفات البدنية والحركية اضافة الى زيادة ما مخزون في الدماغ من تجارب حركية . (وجيه محجوب: 1987, 161)

2-3 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعيدة للمجموعة التجريبية وتحليلها ومناقشتها :

الجدول (4)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة t المحسوبة للاختبارات القبلية والبعيدة للمجموعة التجريبية

المعالم الاحصائية	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		س-ف	ع ف	قيمة t	الدلالة
		ع	س-	ع	س-				
التحصيل المعرفي	الدرجة	78.3	5.11	89.1	4.33	10.7	2.3	14.3	معنوية
اختبار دقة أداء مهارة الصدد في سلاح الشيش	الثانية	12.9	1.37	10.40	1.07	1.98	1.12	5.67	معنوية
اختبار مهارة الانسحاب الدفاعي	الثانية	13.75	16.44	11.86	1.05	1.58	0.81	6.35	معنوية

قيمة (t) الجدولية (1.716) عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 15

من الجدول (4) يتبين ان قيم (t) المحسوبة للمجموعة التجريبية كانت (14.3) وعلى التوالي وقد وجد ان هذه القيم اكبر من القيمة الجدولية التي كانت (1.716) وبمستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 15 وتعزو الباحث ذلك الى التقدم الى تناسب التمرينات المستخدمة في الوحدات التعليمية مع قدرات الطالبات ومستوياتهم بالإضافة لتنوع والتشويق في التمرينات المستخدمة في المنهج التعليمي وهذا ما يشير (مجيد جميل , 1993) الى ان استخدام التمرينات المشوقة في التدريب يعد عاملا مهما للارتقاء بالمستوى الفني والبدني والنفسي . (مجيد: 1993, 155)

3-3 عرض الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية وتحليلها ومناقشتها :

الجدول (5)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة t المحسوبة للاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة

المعالم الاحصائية	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة t	الدلالة
		ع	س-	ع	س-		
التحصيل المعرفي	الدرجة	81.6	5.36	89.1	4.33	3.25	معنوية
اختبار دقة أداء مهارة الصد في سلاح الشيش	الثانية	11.61	1.07	10.60	1.07	5.08	معنوية
اختبار مهارة الانسحاب الدفاعي	الثانية	12	1.32	11.77	1.05	4.11	معنوية

قيمة (t) الجدولية هي (1.701) امام درجة حرية (30) ومستوى دلالة 0.05.

من الجدول اعلاه يتبين ان قيمة (t) المحسوبة للمجموعتين الضابطة والتجريبية كانت (3.25 و 5.08 و 4.11) على التوالي وقد وجد ان هذه القيم اكبر من القيمة الجدولية التي كانت (2.02) وبمستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 30 وتعزو الباحثة ذلك التقدم الى تأثير المتغير التجريبي وهو التمرينات التروحية التي تدربت عليها المجموعة التجريبية في المنهج التعليمي والتي اثبتت فائدتها في العملية التعليمية بالإضافة الى التكرار لان التكرار يساعد على التقدم واتقان المهارة وهذا ما يؤكده (سيد محمد وممدوح عبد المنعم 1993) الى ان التكرار يقودنا الى التعلم وفق النظرية التي تقول الى ان الاستجابة لأكثر تكرار وحداثة . (سيد وممدوح: 1993, 99)

4 الاستنتاجات والتوصيات :

4-1 الاستنتاجات :

- ان التمارين التروحية ساعدت على تنمية التحصيل المعرفي في مهارتي مهارة الصد في سلاح الشيش ومهارة الانسحاب الدفاعي.

4-2 التوصيات :

- ضرورة استخدام التمارين التروحية خلال الوحدات التدريبية والتعليمية لتطوير قابليات ومستويات الطالبات المهارية والخططية .
- التأكيد على الجانب المعرفي في لعبة رياضة المبارزة من اجل تكامل اعداد الطالبات من الناحية البدنية والمهارية والاجتماعية والنفسية والمعرفية.

المصادر :

- إخلاص عبد الحفيظ، و مصطفى حسن .(2000) .طرائق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضة .القاهرة: مركز الكتاب للنشر .
- تهناني عبد السلام .(1992) .أسس الترويح والتربية الترويحية .القاهرة: دار المعارف للطباعة والنشر .
- سيد محمد خير الله، و ممدوح عبد العظيم .(1999) .مدخل إلى مناهج البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية (الطبعة الثانية) . الكويت: مطبعة الفلاح للنشر والتوزيع .
- علي سلوم جواد الحكيم .(2004) .الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي .جامعة القادسية.
- محمد جاسم الياسري .(2010) .الأسس النظرية لاختبارات التربية الرياضية (الطبعة الأولى) .النجف الأشرف: دار الضياء للطباعة.
- محمد جميل عبد القادر .(1993) .التربية الرياضية الحديثة .بيروت: دار الجليل للنشر .
- محمد محمد الحماحمي، و عيادة عبد العزيز .(1998) .الترويح بين النظرية والتطبيق (الطبعة الثانية) . القاهرة: دار الضياء للكتاب للنشر .
- مصطفى زيدان، و جمال رمضان موسى .(2008) .تعليم كرة السلة (الطبعة الرابعة) . القاهرة: دار الفكر العربي.
- مؤيد عبد الله، و فائز بشير حمودات .(1999) .كرة السلة .الموصل: دار الكتب للطباعة، جامعة الموصل.
- نوري إبراهيم، و رافع صالح .(2004) .دليل الأبحاث في التربية الرياضية .جامعة بغداد.
- وجيه محجوب .(1987) .التطور الحركي من الولادة حتى سن الشيخوخة (الجزء الثاني) .بغداد: وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد.
- وجيه محجوب .(1988) .طرائق البحث العلمي .الموصل: دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل.

- عمر، أحمد عبد الله. (2017). تأثير أسلوب التعلم التبادلي في تعلم بعض المهارات الدفاعية في رياضة المبارزة. *مجلة علوم الرياضة*، 29(2)، 145-163.
- الشمري، محمد فاضل. (2019). أثر استخدام التمرينات الخاصة في تطوير بعض المهارات الدفاعية وسرعة الاستجابة في سلاح المبارزة. *مجلة التربية البدنية وعلوم الرياضة*، 12(3)، 201-220.