



## تأثير ميدان تعليمي للسيطرة الحركية في تعلم مسكة الميزان لمصارعي بعمر ١٢-١٤ سنة

أ.م.د علي فؤاد فائق      الجامعة المستنصرية/ كلية التربية الأساسية/ قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

[alifoaad085@gmail.com](mailto:alifoaad085@gmail.com)

معلومات البحث :

تاريخ استلام البحث:

تاريخ قبول البحث :

الكلمات المفتاحية : ميدان تعليمي ، السيطرة الحركية ، مسكة الميزان للمصارعين

ملخص البحث :

بين (١٢-١٤) سنة. وأظهرت النتائج وجود تأثير إيجابي بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي المجموعة التجريبية لصالح الاختبارات البعدية في تعلم مسكة الميزان لمصارعي الحرة الناشئين. وأوصي بإمكانية استخدام هذا المجال بطرق مختلفة وبأشكال متعددة بهدف تنويع التعلم أداء مسكات المصارعة لمصارعين.

يهدف البحث إلى التعرف على إعداد ميدان تعليمي للسيطرة الحركية يهدف إلى تعلم مسكة الميزان للمصارعين الحرة. و معرفة تأثير ميدان تعليمي للسيطرة الحركية في تعلم مسكة الميزان للمصارعين الحرة. وقد استخدم المنهج التجريبي وتم اختيار عينة البحث من المصارعين الناشئين من نادي الأعظمية والتي تكونت من (١٠) مصارعين تراوحت أعمارهم

### المقدمة وأهمية البحث:-

تحتاج العملية التعليمية إلى تحليل وإجراءات تشخيصية دورية لأساليبها ومناهجها ووسائلها التربوية من أجل تقويمها ومعالجة سلبياتها وتحسين إيجابياتها وإيجاد البدائل التعليمية. ومن هذا المنطلق يتجه الباحثون والمتخصصون في العملية التعليمية إلى إيجاد أساليب متقدمة تتوافق مع أهداف الكيان التعليمي من حيث أسسه وقواعده الفلسفية تختلف قدرات التعلم لدى المتعلمين بسبب الفروق الفردية بين المتعلمين ، والاختلاف في مهارات النشاط واللعب ، والاختلاف في قدرات ومستويات هذه قدرات، والاختلاف في العمر والقدرات المتاحة لديهم الأخرى ، لذلك لا بد من اختيار الأساليب التعليمية والأدوات التعليمية التي تتوافق مع مستوى المتعلم ، ولا يكفي الاعتماد على التعزيز فقط ، بل يجب ان يكون هناك اتجاه لخلق مجالات تعليمية متنوعة . بين طرق التعلم ومجالات التعلم يقع مجال تعليم التكم الحركي في المصارعة. بالنسبة للصغار ، مع تمارين التحكم الحركي ، نسعى جاهدين لاختيار الأساليب التعليمية المبنية على الأساليب العلمية الصحيحة ، بما في ذلك في مجال التعليم ، مما يجعلها مناسبة لعمرهم ،

### The effect of a motor control instructional field on learning the balance grip for wrestlers aged 12-14 years

#### Abstract

The research aims to identify the preparation of an educational field for motor control aimed at learning the balance grip for freestyle wrestlers. And to know the effect of an educational field for motor control in learning the balance grip for freestyle wrestlers. The experimental method was used and the research sample was selected from the junior wrestlers from Al- Diwaniyah Club, which consisted of (10) wrestlers whose ages ranged between (12-14) years. The results showed a positive effect between the results of the pre- and post-test of the experimental group in favor of the post-tests in learning the balance grip for junior freestyle wrestlers. I recommend the possibility of using this field in different ways and in multiple forms with the aim of diversifying learning to perform wrestling grips for wrestlers.

**Keywords: Educational field, motor control, balance grip for wrestlers**

### أهداف البحث :-

١- إعداد ميدان تعليمي للسيطرة الحركية يهدف إلى تعلم مسكة الميزان للمصارعين الحرة .

٢- معرفة تأثير ميدان تعليمي للسيطرة الحركية في تعلم مسكة الميزان للمصارعين الحرة.

### فرضيات البحث:-

-المنهج التعليمي وفق ميدان تعليمي للسيطرة الحركية تأثير ايجابي في تعلم مسكة الميزان لمصارعي الحرة بأعمار (١٢-١٤) سنة .

### مجالات البحث :

المجال البشري:- من مصارعي نادي الاعظمية لفئة الناشئين والبالغ عددهم (١٥) مصارعين بأعمار (١٢-١٤) سنة

المجال الزمني:- المدة من ٢-١- ٢٠٢١ لغاية ٣٠-١-٢٠٢١.

المجال المكاني:- قاعة المصارعة في نادي الاعظمية الرياضي.

خاصة عند تعليم الاصغار، حيث انهم أساس هذه اللعبة . ولذلك فان هذه الدراسة مهمة لأنه من خلال الاستفادة من مجال تعليم المصارعة يمكن تحسين مستوى مهارة المصارعين الين يخدمون المسابقات.

### مشكلة البحث: -

ومن خلال تجربة الباحث كمدرس ومصارع سابق ومدرب لهذه اللعبة، وملاحظته لطرق التعلم المختلفة، اكتشف ان بعض الأساليب ، عند استخدامها بمفردها ، لم يكن لها التأثير المطلوب في تسريع التعلم. ان تنظيم التمارين وتوزيعها باستخدام الأساليب العلمية ، من خلال الاستثمار والتداخل في الأساليب التعليمية ، هي أساليب علمية تهدف الى تحسين مستوى التعليم بشكل فعال وتحقيق اهداف التعليمية ومواءمة هذه الأساليب مع تطلعات المصارعين وميولهم . يكتسب المتعلمون خبرة تعليمية إضافية . ان تنظيم الممارسة ونشرها بالطرق العلمية ، من خلال الاستثمار والتداخل في الأساليب التعليمية ، هي أساليب علمية تهدف الى تحسين مع رغبات المتعلمين وميولهم . يمارس . يكتسب المتعلمون خبرة تعليمية إضافية .

## منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

### منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته طبيعة المشكلة من خلال استخدام التصميم التجريبي ذو الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الواحدة).

### مجتمع وعينة البحث:

توصل الباحث الى ان مصارعي نادي الاعظمية كانوا مجموعة من الأولاد (١٤-١٢ سنة) . بلغ عدد المصارعين المسجلين في الاتحاد العراقي للمصارعة لعام ٢٠٢١/٢٠٢٠ (٨٠) مصارعا ، وكانت عينة الدراسة (١١) مصارعا من نادي الاعظمية الرياضي ، وتم استبعاد احد المصارعين المجتمع مصارعي أندية بغداد لفئة الفتيان (١٢-١٤) سنة. وبالغ عددهم ٨٠ مصارعا والمسجلين ضمن الاتحاد العراقي لمصارعة ٢٠٢١/٢٠٢٠ وكانت عينة البحث (١١) مصارعا من نادي الاعظمية الرياضي وقد تم استبعاد مصارع وتم استطلاع له للدراسة وكانت نسبتها (١٢,٥%) من المجتمع .

تقييم الأداء الفني للمسكة قيد البحث . إن عملية تقييم الاداء الرياضي من خلال حساب النتائج لها

دور فعال في التربية البدنية وهي من الأساليب المهمة التي تعتمد على الملاحظة العلمية عند تقييم المهارات ، لان دقة تقييم هذه المهارة تعتمد على عمق هذه المهارة ، ويعتمد تقييم التقنية على المقيم العلمي ومعرفته بأسلوب الأداء الفني.."

لذا استفاد الباحث بعملية تقييم مستوى الأداء الفني من قبل محكمين دوليين معتمدين من الاتحاد العراقي المركزي للمصارعة، وكذلك من المتطلبات المحددة للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية. اختيار فني لعينة بحثية اجراه أحد المصارعين، للاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية، إذ عمد الباحث إلى إجراء الاختبارات الفنية على عينة البحث وهي تنفيذ مسكة الميزان (تحت الدراسة) مع زميل مقارب لوزنه وبدون مقاومة :

وقام الباحث بتسجيل مسكة (تحت الدراسة) باستخدام استمارة خاصة لتقييم الأداء الفني وعرضها عبر الفيديو (قرص مضغوط) لخبراء المنافسة والحكام الدوليين ، وتكرير الأداء عدة مرات بعد جمع الاستمارة ونسخها . وبناء على البيانات ، اتفق الخبراء على نسبة مقبولة (١٠٠%) ، وتم تصنيف على النحو التالي:

### إعداد التمرينات الخاصة:

١ . الجزء الاولي (٣) درجات .

تهدف التمرينات الخاصة المعدة وفق الخصائص

٢ . الجزء الرئيسي (٤) درجات .

الحركية والمهارية إلى تحقيق ما يأتي:

٣ . الجزء النهائي (٣) درجات .

-تصبح المهارة عادة حركية.

قام الباحث بإجراء تجربة استطلاعية

-انخفاض الأداء بسبب انخفاض قوة العضلات .

في ٢٠٢٠/١٢/٢٥ ٢٠٢٠/١٢/٢٥ على العينة

الاستطلاعية وذلك للتأكد من:

-الأداء مستقر نسبيا ولن يتقلب اثناء محاولات

١-مدى ملائمة التمارين لعينة البحث.

الأداء .

-تحقيق أعلى مستوى من الدقة .

٢-تلافي المعوقات والمشاكل التي قد تواجه الباحث

أثناء تنفيذ الاختبار.

-أداء سلس ومتواصل.

### التجربة الرئيسية: -

-بذل قصارى جهدك اثناء الأداء (الحركات الحركية

وقد حدد الباحث إجراءات الدراسة من خلال اختبار

التي لا تفيد المهارة).

قبلي بتاريخ ٣١ كانون الأول في قاعة نادي

-قلة ردود الفعل من المدربين.

الاعظمية وانتهى في نفس اليوم، تلاه تمارين تعليمية

-مدى تحقيق آلية الأداء من خلال الجمع بين

تبدأ من ٢ كانون الثاني ٢٠٢١ ولغاية ٣٠ كانون

مواصفات الهدف السابقة.

الثاني ٢٠٢١، لأنها يتكون من ٥ وحدات تدريبية في

-درجة مناسبة من التكيف مع البيئة المحيطة بالاداء .

الأسبوع لمدة ٤ اسابيع، تحت أشرف مدرب الفريق،

وكذلك خلال مرحلة اعداد خاصة.

ومن خلال تمرينات الميدان التعليمي يهدف الباحث

الى استخدام التدريبات المبنية على الأدلة العلمية، مع

أسلوب حركي مماثل للأداء المثالي للمهارة المدروسة

تم إجراء الاختبارات البعدية لعينة البحث، في ظل نفس ظروف الاختبارات القبلية، وتم إجراء الاختبارات البعدية بتاريخ ٣١/٣/٢٠٢١.

الوسائل الاحصائية: - وتم استخدام نظام الحقيبة الاحصائية لاستخراج (الوسيط - - T-test للعينات غير المتناظرة - النسبة المئوية).

في مباريات المصارعة، وحتى من خلال التدريب على اجزائها المختلفة (الاعداد، الأساسي، التدريب) . ولذلك يرى الباحث ان أساليب العمل المستخدمة في المجال التعليمي تثري المصارعين بمتطلبات تحسين الجوانب الفنية والحركات المشتركة عند أداء المهارات المدروسة ..

الاختبارات البعدية :-

عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

### جدول (١)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة تعلم مسكة الميزان المجموعة التجريبية

تقييم اداء	وحدة القياس	قبلي		بعدي		ف	ع ف	قيمة (t) محسوبة	مستوى الخط	معنوية الفروق
		س	ع	س	ع					
المسكة ١	درجة	١,٧٥	٠,٦٢	٦,٦٦	١,٢٣	٤,٩١	١,٣٧	١٢,٣	٠,٠٠	معنوي

مستوى دلالة عند مستوى خطأ (٠,٠٥)

مناقشة النتائج :-

خدمة أدائهم المهاري. ويؤكد (عبدالحاميد محمود) وهذا مهم عندما يذكر "أن تمارينات الشعور تعمل على تحسين قدرة اللاعب على استيعاب المهارة وتنمية قدرته على استخدام هذا التطبيق الذي يحتاج درجة وقدرة عالية من الجهاز العصبي في عملية الإثارة

ويرجع الباحث أسباب هذه الفروق في مستوى الأداء المهاري إلى وجود تمارين استشعار المنافس الموجودة في محطات الميدان التعليمي والتي عملت على توظيف الجهاز العصبي لمصارعين الناشئين في

والممارسة المستمرة وغير المنقطعة، فضلا عن التركيز على التمارين ذات الطبيعة المتغير والمتنوعة. وهذا يتفق مع ما أشار إليه (Jean) "ويلعب الأداء المستمر دوراً كبير ومهم في تحقيق مستوى عالٍ من الأداء الفني لمصارع من حيث الدقة والتكامل والانسيابية وجمالية الأداء ووضع آلية الأداء الفني العالي"<sup>٣</sup>.

وذلك تقبل الفرضيات البديلة التي اتبعتها الباحثة في المتغير المبحوث لظهور الفروق الدالة إحصائياً بين الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية ولصالح البعديّة.

#### الاستنتاجات:

❖ لتمرنات الميدان التعليمي المقترح تأثير إيجابي في الجانب الفني الخاصة وهذه الأخيرة كان لها الأثر في تطوير أداء الفني للقدرات الفني قيد الدراسة لدى المجموعة التجريبية.

ليتمكن من تطبيق أداء المهارة بحساس عالية<sup>١</sup>، وهذا لا يفاجئ خبراء التعلم الحركي، إذ يجدون أن "المدرّبين يؤكدون على تكرار المهارات الأساسية في كل لعبة بحيث يكون تنفيذها تلقائياً، مع ترك الجهاز العصبي حراً للتركيز على متغيرات أخرى، حيث يمنح اللاعب التقنية والطريقة) التفكير أثناء اللعب"<sup>٢</sup>.

ويعزو الباحث أسباب هذه الفروق إلى مستوى أداء مسكة، وهذا التحسن في مستوى أداء تلك المسكة نشأ نتيجة التدريب المستمر في وحدات التعلم في جميع أنحاء الميدان التعليمي الذي صممه الباحث. إنها تبرز باعتبارها المسكة الأكثر استخداماً طوال النزال، وتتطلب الدقة والتحكم في الأداء وتتطلب التركيز. علاوة على ذلك، يرى الباحث أن ميدان تعليمي عمل بالتدريب المستمر على أداء مسكة الميزان والتأكد من الأداء الصحيح وتصحيح الأخطاء، مما يجعل أداؤها تلقائياً وصحيحاً دون التفكير في أجزاء المسكة، من خلال إيصال أداء المصارع إلى مستوى عالٍ من الدقة والانسيابية الاداء عندما تكون العملية التعليمية ملازماً لمصارع التكرار

<sup>١</sup> عبد الحميد محمود . الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، عمان، دار الفكر العربي، ١٩٩٤، ص ٨٨.

<sup>٢</sup> يعرب خيون عبد الحسين. تأثير ميدان لعب مقترح في تطوير بعض القدرات البدنية والحركية للأعمار من ١٠

<sup>٣</sup> Jean-Louis Crosier ( And others) , Factors correlated with Volleyball Spike Velocity , Am.J.sporte Med.2005,33,1513-1519

- عبدالحميد محمود . الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، عمان، دار الفكر العربي، ١٩٩٤.

- يعرب خيون عبد الحسين. تأثير ميدان لعب مقترح في تطوير بعض القدرات البدنية والحركية للأعمار من ١٠ سنوات بحث منشور مجلة كلية التربية الرياضية جامعة بغداد، عدد ١٢، ٢٠٠٩.

- Jean-Louis Crosier (And others) , Factors correlated with Volleyball Spike Velocity , Am.J. sporte .

❖ اظهر الميدان التعليمي المقترح تقبل عينة البحث لتمرينات المستخدمة فيه.

#### التوصيات:

❖ التأكيد على اجراء اختبارات مستمرة وعلى فترات منتظمة لاختبارات القدرات الحركية في تطبيق المنهج ولفترة تدريبية.

❖ يمكن استخدام الميدان بطرائق مختلفة وبأشكال متعددة لغرض تنوع التعلم.

❖ اجراء تحسينات وتغييرات على هذا الميدان لزيادة فاعلية في تطوير المهارات.

❖ يمكن استخدام الميدان التعليمي في مساحات ومناطق صغيرة ومحددة ولاسيما إذا كانت الساحات الكبيرة مشغولة.

❖ اجراء بحوث مستقبلية على فئات عمرية أخرى مع الأخذ بنظر الاعتبار اقتراح أو إضافة أدوات لتطوير المهارات الأخرى.

#### المصادر :