

Research Paper

تأثير إنموذج (Atkin & Karplus) وفقاً لنظرية التعلم البنائي في التحصيل المعرفي وأداء مسكتي الغطس بربط الرجل والغطس على الرجلين برياضة المصارعة الحرة للطلاب مناف ماجد حسن

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الأنبار. munaf.m.hasan@uoanbar.edu.iq
This open-access article is available under the Creative Commons Attribution 4.0 (CC BY 4.0) International License, which allows for unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided that the original work is properly cited
DOI: <https://doi.org/10.37655/uaspesj.2026.168637.1349>
Submission Date Online 2026-01-14
Accept Date 2026-03-17

المستخلص

تهدف الدراسة الى التعرف على تأثير إنموذج (Atkin & Karplus) وفق نظرية التعلم البنائي ومقارنته بإنموذج التعلم وفق اسلوب الامر في التحصيل المعرفي واداء مسكتي الغطس بربط الرجل والغطس على الرجلين برياضة المصارعة الحرة للطلاب, وبناء مقياس التحصيل المعرفي لمسكتي الغطس بربط الرجل والغطس على الرجلين برياضة المصارعة الحرة للطلاب, استخدمت الدراسة المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية ذات الاختبارين القبلي والبعدي واجريت على عينة من طلبة الصف الثالث بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة الانبار وتوصلت الدراسة الى أن التسلسل المنهجي لإجراءات الأنموذج المقترح (الاستكشاف, تقديم المفاهيم, التطبيق والتوسع) قد أسهم في بناء المفاهيم الحركية حول الاداء الصحيح للمسكة مما وفر بنك للاستدعاء المعرفي خلال الاداء الحركي فقلل من ارتكاب الاخطاء الشائعة وأسهم في اظهار المسكات بمظهرها الفني والتنافسي وهذا ما اثبتت فاعلية إنموذج (Atkin & Karplus) في تدريس وتعلم مسكتي الغطس بربط الرجل والغطس على الرجلين برياضة المصارعة الحرة للطلاب مقارناً بأنموذج التعلم بالأمر مما يؤكد على ملائمة نماذج التعلم البنائي للمهارات الحركية المعقدة..
الكلمات المفتاحية: نموذج (Atkin & Karplus), نظرية التعلم البنائي, التحصيل المعرفي, تقييم الاداء الحركي' مسكة الغطس بربط الرجل , مسكة الغطس على الرجلين, رياضة المصارعة الحرة.

The Impact of the Atkin & Karplus Model Based on Constructivist Learning Theory on Cognitive Achievement and Performance of the Leg-Tie and Leg-Tie Dips in Freestyle Wrestling among Students

Manaf Majid Hassan

College of Physical Education and Sports Sciences / University of Anbar

Abstract

This study aims to identify the impact of the Atkin & Karplus model, based on constructivist learning theory, and compare it with the command-based learning model on students' cognitive achievement and performance in the two freestyle wrestling holds: leg-tie and leg-swing. The study also aims to develop a cognitive achievement scale for these two holdings. The experimental design, employing a pre-test/post-test system with a control and experimental group, was conducted on a sample of third-year students at the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Anbar. The study concluded that the systematic sequence of procedures in the proposed model (exploration, concept introduction, application, and extension) contributed to building motor concepts related to the correct execution of the hold. This provided a knowledge recall bank during motor performance, reducing common errors and enhancing the artistic and competitive presentation of the holds. This demonstrates the effectiveness of the Atkin & Karplus model in teaching and learning the leg-tie and leg-swing holds in freestyle wrestling compared to the command-based learning model, thus confirming the suitability of these models.

Keywords: Atkin & Karplus model, constructivist learning theory, cognitive achievement, motor performance assessment, leg-tie dive grip, double-legged dive grip, freestyle wrestling

1- التعريف بالبحث 1-1 المقدمة وأهمية البحث

يستمر العمل بمنهجية البحث العلمي كمحاولات جادة لتطوير طرائق التدريس في مجال التربية الرياضية؛ وتعد تلك المحاولات ركيزة أساسية للارتقاء بمستوى الطلبة، إذ تتحدد كفاءة العملية التعليمية بمدى فاعلية الطرائق المستخدمة في التدريس ومدى فاعليتها في إحداث التغيرات الحقيقية والمستدامة في سلوكيات الطلبة. وفي ظل التوجهات التربوية الحديثة؛ انتقل التركيز من الطرائق المتمركزة حول المدرس والتي تجعل من الطلبة متلقين ومقلدين للخبرات المعرفية والحركية إلى طرائق تدريس تضعهم في محور العملية التعليمية لتحفز قدراتهم العقلية والبدنية وتشجعهم على بناء معرفتهم بأنفسهم، كنهج حديث وهاذف للتعليم في التربية الرياضية⁽¹⁾⁽²⁾. ورغم تلك التوجهات فلا يزال الصراع الفكري والفلسفي مستمراً ما بين المدارس الفلسفية في تسويق النماذج التعليمية كطرائق للتدريس للمجال التربوي وتستند كل منها في ذلك إلى نظرية التعلم الأم؛ كمرجع علمي وفلسفي مثل نظرية التعلم السلوكي ونظرية التعلم البنائي. وهنا يبرز التساؤل المهم حول جدوى ذلك التفاضل بين آراء وفلسفات تلك المدارس وما مدى كفاءة تلك النماذج في إحداث التأثير الأفضل؛ فعلى الرغم من فاعلية أسلوب التدريس بالأمر كإنموذج تعليمي منبثق من المدرسة السلوكية يركز على استنساخ الحركة والاستجابة المباشرة للأداء وضبط الحركة عند التكرار الموجه، تطرح المدرسة البنائية فكرة تعميق الفهم أولاً لبناء المفاهيم عن كيفية حدوث الحركة قبل بدء الطلاب بالأداء الحركي لها، ويأتي هنا دور البحث العلمي والتطبيق الفعلي لاختبار تلك النماذج وفق الأفكار والفلسفة المرجعية لها وقياس مدى مساهمتها في إحداث التغيرات الحقيقية في سلوكيات الطلاب وكيف سينعكس ذلك على كفاءة العملية التعليمية.

تعد رياضة المصارعة الحرة من ضمن المقررات المنهجية في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بالعراق وتبرز هذه الرياضة كنشاط معقد لما تتطلبه مهاراتها الهجومية والدفاعية من تحصيل معرفي دقيق عن ميكانيكية الحركة والتوقيت إلى جانب القدرة على الأداء البدني وخصوصاً عند تعلم مهاراتها الهجومية مثل مسكتي الغطس بربط الرجل والغطس على الرجلين، فكلتا المسكتين ليستا مجرد حركات بدنية وإنما حركات يتطلب ادائها من الممارسين والمبتدئين الجدد إدراكاً حسيّاً وحركياً وتوقيتاً زمنياً ومكانياً دقيقاً.⁽³⁾⁽⁴⁾ وهذا يعني اختيار إنموذج تعليمي يجمع ما بين الاستكشاف العقلي الذي يهدف إلى بناء المعرفة والمفهوم الحركي وبين التطبيق الحركي كنتيجة للمفاهيم المكتسبة. وهنا يظهر إنموذج (Atkin & Karplus) كأنموذج منبثق عن المدرسة البنائية لتمثيل التطبيق الفعلي لفلسفة أفكارها في اكتساب التعلم⁽⁵⁾، إذ يتيح هذا الأنموذج دورة ثلاثية للتعلم تبدأ بالاستكشاف كقاعدة أساسية لبناء التحصيل المعرفي لأداء مسكات المصارعة ثم تقديم المفهوم عن ميكانيكية الأداء وتنتهي بتطبيق المسكة. فعلى الرغم من وجود دراسات تناولت أثر إنموذج (Atkin & Karplus) في الرياضات الجماعية مثل كرة اليد وكرة القدم وكذلك الفردية مثل الجمباز.⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽⁹⁾ إلا أن هنالك ندرة في الدراسات التي تناولت النموذج المقترح في رياضة المصارعة في حدود علم الباحث.

¹ Lynch S, Sargent J: Student-centered learning in physical education: A review of the literature. *European Physical Education Review*, 27(2), 2020, 365–382.

<https://doi.org/10.1177/1356336X20984188>

² Strittmater G, Fletcher T, Richards K A :The Meaningful Physical Education Approach: A Scoping Review. *Kinesiology Review*, 14(3), 2025 ,340-356. Retrieved Apr 15, 2026, from <https://doi.org/10.1123/kr.2024-0061>

³ Yamashita D, Arakawa H, Wada T, Yumoto K, Fujiyama K, Nagami T and Shimizu S Whole-Body Mechanics of Double-Leg Attack in Elite and Non-elite Male Freestyle Wrestlers. *Front. Sports Act. Living*, 2020, 2:58 , <https://doi.org/10.3389/fspor.2020.00058>

⁴ Ito S, Crawshaw L , Kanosue K :Differences between male and female elite free-style wrestlers in the effects of “set up” on leg attack, *ARCH BUDO*, 15, 2019, pp131-137.

⁵ Trowbridge L W, Bybee R W, Powell J C :Teaching secondary school science: Strategies for developing scientific literacy ,7th ed, Merrill,2000,PP243-244.

⁶ ربيع حازم سلمان؛ احلام دارا عزيز: تأثير أنموذج (EX24) في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم وتنمية التفكير التفاعلي، مجلة واسط للعلوم الرياضية 20(3)، 2024، ص 551-520 . <https://doi.org/10.31185/wjoss.589>

⁷ حسين عبد الهادي مهدي: تأثير أنموذج كاربلس في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد لطلاب الصف الثاني متوسط، مجلة جامعة ذي قار لعلوم التربية البدنية، 1(4)، 2024، ص 202-216.

⁸ عائشة عبد الرحمن؛ حيدر عبد الحافظ شهاب: تأثير أنموذج كاربلس في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد للطلاب، مجلة الثقافة الرياضية، 16(2)، 2025، ص 1-13.

ومما تقدم تظهر أهمية هذه الدراسة في تقدم اطار نظري وتطبيقي للقارئ عن كيفية توظيف الأنموذج المقترح عند تدريس رياضة المصارعة الحرة للطلاب فضلا عن تقديمها اداة لقياس التحصيل المعرفي لمسكتي الغطس بربط الرجل والغطس على الرجلين لافتقار مصادر المعرفة لهذا المقياس الى جانب تقديمها نتائج الاستقصاء حول الفروق الجوهرية لأثر التعلم التراكمي ما بين إنموجي التعلم بأسلوب الامر والأنموذج المقترح في التحصيل المعرفي وتقييم الاداء الحركي للمسكات المذكورة, واخيراً يمكن ان تكون هذه الدراسة مساهمة علمية لرفد مصادر المعرفة للأدبيات التي تتناول توظيف نماذج التعلم وفق المدرسة البنائية وتقديم الروى النقدية والمُقارنة بالمدرسة السلوكية في مجال طرائق تدريس رياضة المنازلات وهو مجال لا يزال في حاجة ماسة لمزيد من الدراسة والبحث.

2-1 مشكلة البحث

تمثل مسكتي الغطس بربط الرجل والغطس على الرجلين برياضة المصارعة الحرة تحدياً ادراكياً وحركياً لطلبة كليات التربية الرياضية, فهما يتطلبان فهماً دقيقاً واستيعاباً منظماً وادراكاً عميقاً لنقاط ضعف المنافس والزوايا المثالية للاقتراب والتوقيت المناسبة للبدء بالهجوم كتحصيل معرفي للأداء الحركي, وان الاستمرار بتعليم تلك المهارات وفق استنساخ الحركة والاستجابة المباشرة لأداء المدرس يولد فجوة كبيرة ما بين متطلبات التعلم وبين الطرق التقليدية فتظهر الصعوبات عند محاولة الطلبة الربط بين متطلبات الاداء وبين الية التنفيذ ويخفق الكثير من الطلبة في تفسير "لماذا وكيف ومتى" اتحرك في الموقف التنافسي. لذلك فان الاستمرار بالتدريس بالنهج نفسه يجعل من التحصيل المعرفي هامشياً خلال عملية التعلم ويقال من قدرة الطلبة على الاكتشاف الذاتي لأخطائهم الحركية, ومن هنا برزت الحاجة الى توظيف الأنموذج المقترح الذي يضع التحصيل المعرفي قاعدة الانطلاق للتحصيل الحركي؛ ويمكن صياغة مشكلة الدراسة في التساؤل التالي: هل يمكن لأنموذج (Atkin & Karplus) تقليل الفجوة المعرفية والحركية مقارنة بأنموذج التعلم وفق اسلوب الامر عند تعلم مسكتي الغطس بربط الرجل والغطس على الرجلين برياضة المصارعة الحرة للطلاب؟

3-1 اهداف البحث

- 1- التعرف على تأثير إنموذج (Atkin & Karplus) وفق نظرية التعلم البنائي في التحصيل المعرفي واداء مسكتي الغطس بربط الرجل والغطس على الرجلين برياضة المصارعة الحرة للطلاب.
- 2- التعرف على افضلية التأثير ما بين إنموذج (Atkin & Karplus) وفق نظرية التعلم البنائي وإنموذج التعلم بأسلوب الامر وفق نظرية التعلم السلوكي في التحصيل المعرفي واداء مسكتي الغطس بربط الرجل والغطس على الرجلين برياضة المصارعة الحرة للطلاب.
- 3- بناء مقياس التحصيل المعرفي لمسكتي الغطس بربط الرجل والغطس على الرجلين برياضة المصارعة الحرة للطلاب.

4-1 فرضيات البحث

- 1- وجود فروق معنوية ما بين القياسات القبلية والبعدي لمجموعي البحث الضابطة والتجريبية في التحصيل المعرفي والحركي لمسكتي الغطس بربط الرجل والغطس على الرجلين برياضة المصارعة الحرة للطلاب.
- 2- وجود فروق معنوية في القياسات البعدي ما بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في التحصيل المعرفي والحركي لمسكتي الغطس بربط الرجل والغطس على الرجلين برياضة المصارعة الحرة للطلاب.

5-1 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري: عينة من طلاب الصف الثالث بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة الانبار.
- 2-5-1 المجال المكاني: القاعة المخصصة لرياضة المصارعة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة الانبار.

3-5-1 المجال الزمني: الفترة 2024/10/06 ولغاية 2024/12/08 ؛ الفصل الدراسي الاول.

6-1 تعريف المصطلحات:

- إنموذج (Atkin & Karplus): إنموذج تعليمي مصمم على شكل دورة للتعلم تتكون من ثلاثة مراحل (الاستكشاف, تقديم المفاهيم, التطبيق والتوسع) اقترحه العالمان التربويان J. Myron Atkin & Robert Karplus كأنموذج ثلاثي للتعلم وفق نظرية التعلم البنائي لجعل التعليم اكثر فاعلية من

⁹ محمود علي عثمان عوض؛ تامر طلعت ابو زيد محمد: تأثير استخدام دورة التعلم وفق نموذج (Karplus) & Atkin علي مستوي أداء المهارات الهجومية في كرة اليد لطلاب المرحلة التخصصية بكلية التربية الرياضية, مجلة أسويط لعلوم وفنون التربية الرياضية, 66(2), 2023, 515-ص542. <https://doi.org/10.21608/jpr.2023.321923>

خلال الاكتشاف الموجه بدلاً من التعلم عن طريق التقليد، وهذا النموذج هو الأصل الذي اشتق منه لاحقاً نموذج التعلم الخماسي والسباعي لتعلم المفاهيم والمعارف العلمية⁽¹⁰⁾.

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية
 1-2 منهج البحث وتصميمه التجريبي
 استخدمت الدراسة المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية ذات الاختبارين القبلي والبعدي. ينظر جدول (1).

جدول (1) يبين التصميم التجريبي للدراسة

الاختبار البعدي (تحصيل معرفي واداء حركي)	التجربة الرئيسية	الاختبار القبلي (اداء حركي)	مجموعة البحث
	نموذج التعلم بأسلوب الامر		مجموعة الضابطة 32=n
	نموذج Atkin & (Karplus)		مجموعة تجريبية 30=n

2-2 مجتمع البحث

1-2-2 مجتمع البحث وعينته

مثل مجتمع الدراسة الطلبة الذكور من الصف الثالث في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الأنبار البالغ عددهم 102 طالب في الدراسة الصباحية والمسائية للعام الدراسي 2024-2025 موزعين الى ثلاث شعب دراسية؛ اثنتان منهما من الدراسة الصباحية، استخدمت الدراسة أسلوب الاختيار العشوائي (القرعة) والذي نتج عن استخدامه تمثيل شعبة (ب صباحي بعدد 32 طالباً) للمجموعة الضابطة بعد استبعاد طالب واحد لتغيبه عن التجربة الرئيسية، في حين مثلت المجموعة التجريبية شعبة (ج صباحي بعدد 30 طالباً) بعد ان استبعاد خمسة طلاب لتغيبهم عن القياس البعدي، في حين مثلت عينة بناء مقياس التحصيل المعرفي شعبة (ج مسائي بعدد 30 طالباً) بعد استبعاد اربعة طلاب بسبب تكرارات التغيب. ينظر جدول (2).

جدول (2) يبين مجتمع البحث وعينته

النسبة المئوية	العدد	العينات	الشعب الدراسية
29.411%	30	البناء	شعبة ب مسائي
60.785%	32	الرئيسية	شعبة ب صباحي (المجموعة الضابطة)
	30		شعبة ج صباحي (المجموعة التجريبية)
9.804%	10	/	المستبعدون
100%	102	/	المجموع

2-2-2 تجانس العينة

تم التأكد من تجانس عينة الدراسة الرئيسية في المتغيرات الانثروبومترية التي قد تكون لها تأثيراً في الأداء البدني والحركي للمسكات المستهدفة في الدراسة، ينظر جدول (3).

جدول (3) يبين توصيف عينة الدراسة الرئيسية

المتغير	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء *
الكتلة	كغم	76.721	76.538	0.995	0.551
الطول	سنتيمتر	171.321	171.287	0.899	0.113
العمر	سنة	22.358	22.597	0.921	0.778

* التوزيع طبيعياً عند (1+)

¹⁰ Jian M, Jin D, Wu X. Research hotspots and development trends of international learning cycle model: Bibliometric analysis based on CiteSpace. Heliyon. 2023 Nov 9;9(11):e22076. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e22076>

3-2 الاجهزة والادوات ووسائل جمع المعلومات

1-3-2 الاجهزة المستخدمة في الدراسة: كامرة تصوير Nikon 4K - D7500 عدد 2 , HP , Laptop 14-em0025ne , اجهزة موبايل مختلفة المنشأ.

2-3-2 الادوات المستخدمة في الدراسة: بساط قانوني للمصارعة, ساعة ايقاف , بطاقات العمل والواجبات, Mini Tripod for Camera عدد 2, اداة Nano Banana لتوليد الصور التوضيحية.

4-2 إجراءات البحث

1-4-2 تحديد المتغيرات

بالاطلاع على المنهج المقرر وفترة الدراسة قام الباحث بتحديد مسكتي الغطس بربط الرجل والغطس على الرجلين برياضة المصارعة الحرة للطلاب, وبما ان حركات رياضة المصارعة هي ليست مجرد حركات بدنية وانما تتطلب فهما للتوقيت والمسافة وميكانيكية الاداء وقانون اللعب لذلك فقد حددت الدراسة قياس التحصيل المعرفي الى جانب قياس الاداء الحركي لتكون الدراسة اشمل في التحقق من تأثير إنموذج (Atkin & Karplus) المقترح .

2-4-2 تحديد ادوات القياس والاسس العلمية لها

1-2-4-2 بناء اختبار التحصيل المعرفي: لتعذر حصول الباحث على مقياس للتحصيل المعرفي لمسكتي الغطس بربط الرجل والغطس على الرجلين برياضة المصارعة الحرة للطلاب, عمل الباحث على بناء وتفتين مقياس التحصيل المعرفي للمسكات المستهدفة وفق الاسس والخطوات العلمية وكالتالي:

اولا: تحديد الغرض والظاهرة المقاسة: قياس التحصيل المعرفي لمسكتي الغطس بربط الرجل والغطس على الرجلين برياضة المصارعة الحرة لطلاب الصف الثالث بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة الانبار.

ثانيا تحديد مجالات المقياس واهميتها النسبية: بالاطلاع على المنهج المقرر تم تحديد المحتوى العلمي لمقياس التحصيل المعرفي لمسكتي الغطس بربط الرجل والغطس على الرجلين وعدداً من مجالات القياس المقترحة وتضمينها في استبانة استفتاء الكترونية (google forms) وجهت الى 7 من الخبراء والمختصين بطرائق التدريس والتعلم الحركي والتدريب الرياضي لرياضة المصارعة من اجل تحديد صلاحية المجالات واهميته النسبية وقد افضى الاستفتاء تحديد عدد الاسئلة بـ (20 سؤالاً) كعدد مناسب ووافي لحجم المعرفة الكلي (100%) وبما يضمن تفادي حدوث الملل او الاطالة غير المبررة لزمان الاختبار, كذلك افضى الى تحديد صلاحية أربعة مجالات مع اهميتها النسبية وهي: "التمويه والمسافة والتوقيت" بصلاحية مقدارها 85% وبأهمية نسبية مقدارها 15% , "تغيير الوضع والاختراق" بصلاحية مقدارها 85% وبأهمية نسبية مقدارها 15% , "حركات اجزاء الجسم" بصلاحية مقدارها 85% وبأهمية نسبية مقدارها 35% , "حركة الانهاء وقانون اللعب" بصلاحية مقدارها 85% وبأهمية نسبية مقدارها 35% .

ثالثا: تحديد الابعاد المعرفية واهميتها النسبية: بعد استفتاء الخبراء حول تحديد الاهمية النسبية للأبعاد المعرفية الستة بحسب تصنيف Benjamin Bloom⁽¹¹⁾ , افضى الاستفتاء الى تحديد صلاحية ثلاثة ابعاد مع اهميتها النسبية وكالتالي: بُعد التذكر ويخص معرفة الطلبة لمصطلحات المسكات بصلاحية مقدارها 100% وبأهمية نسبية مقدارها 30% , بُعد الفهم ويخص ادراك الطلبة لميكانيكية الاداء بصلاحية مقدارها 100% وبأهمية نسبية مقدارها 35% , بُعد التطبيق ويخص ادراك الطلبة لحل المشكلات الحركية وبصلاحية مقدارها 100% وبأهمية نسبية مقدارها 35% .

رابعا: اعداد جدول المواصفات/ ينظر جدول (4)

جدول (4) يبين جدول مواصفات مقياس التحصيل المعرفي

عدد الاسئلة	المستوى المعرفي ومز الاسئلة			الوزن النسبي	مجالات القياس
	التطبيق 35%	الفهم 35%	التذكر 30%		
ثلاث	15	10	1	15%	الاول: التمويه والمسافة والتوقيت
ثلاث	12	3	4	15%	الثاني: تغيير الوضع والاختراق
سبع	18	2+5+9	6+7+11	35%	الثالث: حركات اجزاء الجسم
سبع	8+13+16+19	14-17	20	35%	الرابع: حركة الانهاء وقانون اللعب
عشرون	سبع	سبع	ست	100%	المجموع

¹¹ Anderson L W, Krathwohl D R:A taxonomy for learning, teaching, and assessing: A revision of Bloom's taxonomy of educational objectives. Longman, 2001,PP 63-92.

خامسا: اعداد صياغة فقرات المقياس بالصورة الاولية والتأكد من صدق المحتوى: استرشاداً بالمراجع العلمية والدراسات الخاصة ببناء مقاييس التحصيل المعرفي وبما افضى اليه استفتاء الخبراء, فقد اعد الباحث 20 عبارة بحسب المجالات والابعاد التي تضمنها مقياس التحصيل المعرفي مع تحديد اربعة بدائل للإجابة لضمان موضوعية اختيار الاجابة ولتكون بعيدة عن خطأ الصدفة, مع مراعاة صياغة العبارات وبدائلها وفق جوانب علمية للصياغة منها: ان تكون سهلة الفهم وغير طويلة وقابلة لقياس متغير واحد فقط وان لا تكون بصيغة الضمير المتكلم⁽¹²⁾. بعد ذلك عُرض المقياس بصورته الاولية بالصيغة الالكترونية (google forms) على 7 من الخبراء والمختصين بطرائق التدريس والتعلم الحركي والتدريب الرياضي برياضة المصارعة لبيان صلاحية الفقرات وبدائل الاجابات, وبعد جمع البيانات وتحليلها ومعالجتها احصائيا باستخدام (Chi-Square Test) ظهرت القيم ما بين (Sig= 0.000 - 0.009) وهي اقل من نسبة الخطأ (0.05) عند درجة حرية 6 مما يؤكد على قوة الاتفاق ويدل على صلاحية العبارات المرتبطة فعليا بالهدف الذي وضعت من اجله وتمتعها بأعلى درجات الثقة, لذلك فقد احتفظ الباحث بالفقرات جميعها لكونها لا تحتاج الى حذف باستثناء تعديل بسيط ومحدود شمل على تبسيط بعض المصطلحات المتعلقة بالمسكات المستهدفة المستخدمة في المقياس.

سادسا: التحليل الاحصائي لفقرات المقياس:

تم تطبيق المقياس على عينة البناء (30 طالبا من شعبة ب للدراسة المسائية) في يوم الاحد الموافق 2024/10/06 الساعة (1.30 مساءً) في قاعة المحاضرات رقم (9) داخل عمادة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الأنبار بعد توضيح الية الاجابة عن اختبار التحصيل المعرفي لأفراد العينة المذكورة, ويأتي هذا الاجراء من اجل حساب المعاملات التالي:

أ- حساب معاملات السهولة والصعوبة: بعد جمع استمارات الاختبار وتصحيحها بإعطاء الاجابة الصحيحة (1) والاجابة الخاطئة (0) ومن ثم معالجتها احصائيا, وجد ان معامل السهولة لعبارات المقياس كانت ما بين (0.39 – 0.62) وان معامل الصعوبة ما بين (0.32 – 0.56) مما يدل على ان جميع العبارات ضمن النطاق المقبول, ينظر جدول (5).

ب- حساب معاملات التمييز والتباين في الاختبار (الصدق التمييزي): تم ترتيب نتائج الطلبة تنازليا من الاعلى الى الأدنى ثم تحديد اعلى وادنى (27%) من النتائج لاختبار قدرة العبارات في التفريق بين المتميزين والضعاف واطهرت النتائج ان جميع عبارات المقياس ذات قوة تمييز تراوحت ما بين (0.37 - 0.59) وهي ضمن النطاق المقبول, ينظر جدول (5).

جدول (5) يبين معاملات السهولة والصعوبة والتمييز لعبارات مقياس التحصيل المعرفي لمسكتي الغطس بربط الرجل والغطس على الرجلين برياضة المصارعة الحرة للطلاب

العبارة	المعاملات			العبارة	دلالة الفقرة	المعاملات		
	السهولة	الصعوبة	التمييز			السهولة	الصعوبة	التمييز
1.	0.61	0.54	0.37	2.	مقبولة	0.40	0.37	0.40
3.	0.39	0.37	0.40	4.	مقبولة	0.59	0.54	0.41
5.	0.39	0.56	0.59	6.	مقبولة	0.39	0.34	0.41
7.	0.49	0.56	0.57	8.	مقبولة	0.49	0.56	0.37
9.	0.59	0.54	0.37	10.	مقبولة	0.40	0.38	0.40
11.	0.40	0.38	0.41	12.	مقبولة	0.58	0.38	0.37
13.	0.49	0.34	0.41	14.	مقبولة	0.39	0.38	0.41
15.	0.42	0.32	0.37	16.	مقبولة	0.40	0.37	0.57
17.	0.39	0.54	0.57	18.	مقبولة	0.62	0.56	0.37
19.	0.59	0.36	0.40	20.	مقبولة	0.39	0.54	0.57

ج- ثبات الاختبار: استخدمت الدراسة طريقة التجزئة النصفية حيث تم تجزئة نتائج العبارات الى نتائج عبارات ذات التسلسل الزوجي واخرى ذات التسلسل الفري ومن ثم حساب معامل نصف الثبات باستخدام (Pearson correlation coefficient) اذ بلغت قيمته (0.824) وبمستوى دلالة مقدارها (Sig= 0.001) وهي اقل من نسبة الخطأ (0.05) وبعد ذلك صحح الاختبار بمعامل التنبؤ (Spearman rank correlation coefficient) لحساب الثبات الكلي والذي ظهرت قيمته بمقدار (0.917) وهو مؤشر قوي يدل على ثبات الاختبار.

¹² روبرت ثورندايك والزابيث هايجن: القياس والتقويم في علم النفس والتربية، (ترجمة) عبد الله الكيلاني؛ عبد الرحمن عدس، 4ط، الأردن، مركز الكتب الأردني للطباعة، 1989، ص216.

د- حساب زمن الاختبار: تم حساب الزمن المثالي للإجابة من خلال حساب متوسط زمن اجابة اول واخر طالب مقسومة على 2 وكما مبين في التالي: $(31+2/29=30$ دقيقة).
ومن خلال ما بينته المعاملات العلمية سابقة الذكر ووقوع جميع النتائج في حدود النطاق المقبول⁽¹³⁾(14). اصبح المقياس بجميع عباراته مقبولا علميا وقابلاً للتطبيق بصورته النهائية, ينظر ملحق(2).

2-2-4-2 تحديد اختبار تقييم الاداء الحركي:

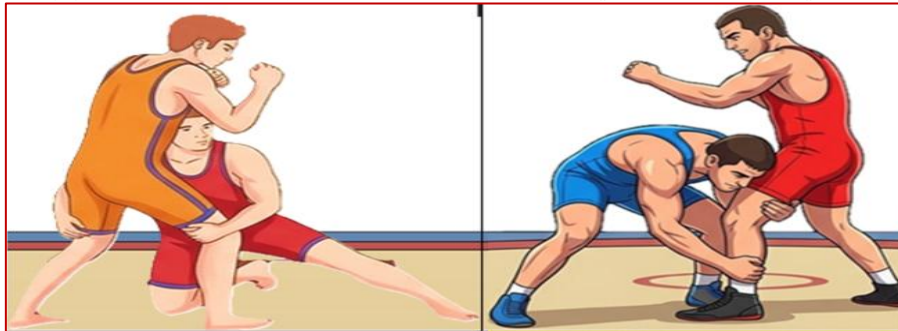
اعتمد الباحث على تقييم الاداء الحركي للطلبة من خلال قياس المسارات الحركية لأجزاء الجسم خلال اداء المسكات المستهدفة في الدراسة لكونها الطريقة المثلى في قياس الجانب الحركي لعينة المبتدئين, اذ تم القياس من قبل ثلاثة خبراء في التعلم الحركي والتدريب برياضة المصارعة بعد ان تم تصوير الاداء بالفيديو وارسالها الكترونياً, واسترشادا بالأداء الفني في المنهج المقرر لعينة الدراسة واسترشاداً بالدراسات العلمية التي تناولت المسكات المستهدفة في الدراسة حدد الباحث استبانة تقييم الاداء, ملحق (1) وكذلك اختبارات تقييم الاداء الفني للمسكات المستهدفة اذ ان استمارة التقييم تقسيم المهارة الى ثلاث اقسام (تحضيري 3 درجات, رئيسي 4 درجات, ختامي 3 درجات)⁽¹⁵⁾(16)⁽¹⁷⁾, وكانت صفة الاختبار على النحو الاتي:

اولاً: الاداء الفني لمسكة الغطس بربط الرجل

- الهدف: قياس قدرة الطالب على تنفيذ المراحل الثلاثة: الاقتراب ثم الغطس ثم السيطرة على المنافس.
- الادوات: بساط مصارعة, زميل/منافس سلبي بوزن مقارب, ساعة توقيت, كامرة تصوير.
- طريقة الاداء: يقف الطالب مواجه للمنافس, عند الصافرة يؤدي حركة الغطس السريع لمسك رجل المنافس(الامامية), ينظر صورة (1)
- الشروط والتسجيل: يؤدي كل طالب ثلاث محاولات من اجل ضمان الاستقرار الحركي, ويتم تقييم الاداء في حدود 10 درجات(تحضيري 3 درجات, رئيسي 4 درجات, ختامي 3 درجات) وفق استبانة تقييم الخبراء, ملحق (1)

ثانياً: الاداء الفني لمسكة الغطس على الرجلين

- الهدف: قياس قدرة الطالب على تنفيذ المراحل الثلاثة: الاقتراب (الدفع بالرجلين) ثم الغطس ثم السيطرة على المنافس.
- الادوات: بساط مصارعة, زميل/منافس سلبي بوزن مقارب, ساعة توقيت, كامرة تصوير.
- طريقة الاداء: يقف الطالب مواجه للمنافس, عند الصافرة يؤدي حركة الغطس السريع بالاختراق المباشر لمسك كلتا رجلي المنافس (خلف الركبتين ودفع الصدر والكتف) للمنافس, ينظر صورة (1)
- الشروط والتسجيل: ينبغي الانتهاء بأسقاط المنافس على الارض والسيطرة عليه, يؤدي كل طالب ثلاث محاولات من اجل ضمان الاستقرار الحركي, ويتم تقييم الاداء في حدود 10 درجات (تحضيري 3 درجات, رئيسي 4 درجات, ختامي 3 درجات) وفق استبانة تقييم الخبراء, ملحق (1)



صورة (1) تبين اداء مسكتي الغطس بربط الرجل والغطس على الرجلين برياضة المصارعة الحرة للطلاب

¹³ رجاء محمود أبو علام: مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية, ط 5, دار النشر للجامعات, 2006, ص307.
¹⁴ Anastasi A, Urbina S: Psychological testing, 7th ed, Prentice Hall, 1997, pp 174-179.
¹⁵ علي فؤاد فائق؛ حسن صبري محمد: تأثير منهج تعليمي وفق استراتيجيات شكل البيت الدائري في تعلم بعض مسكات المصارعة للطلاب, مجلة واسط للعلوم الرياضية, 8(2), 107-114. <https://doi.org/10.31185/wjoss.16>
¹⁶ عصام محسن ناصر: تأثير تمارين في تطوير بعض القدرات الحركية و مستوى اداء حركات السقوط على الرجلين لناشئي المصارعة الحرة, مجلة واسط للعلوم الرياضية, 20(3), ص430-446. <https://doi.org/10.31185/wjoss.536>
¹⁷ محمد ناصر مفتن: تأثير استراتيجيات لعب الادوار في تعلم مسكتي الغطس على رجل واحدة وكلتا الرجلين لدى لاعبي المصارعة الحرة المبتدئين للأعمار (13-15 سنة) ذكور, مجلة علوم الرياضة, 16(60), ص24-29.

5-2 اعداد دليل تطبيق نموذج Atkin & Karplus وفق نظرية التعلم البنائي لتعليم مسكة الغطس على الرجلين برياضة المصارعة الحرة للطلاب

من خلال الاطلاع على المراجع العلمية التي تبين تطبيقات نموذج (Atkin & Karplus) (18)(19)(20) صمم الباحث مراحل دورة التعلم الثلاثية ومحتواها وبما يتلاءم مع المسكات المستهدفة في الدراسة والتطبيق الاجرائي لمكونات درس التربية الرياضية في هيئة دليل تطبيقي عرض بصورته الاولى بصيغة الكترونية (google forms) على 3 خبراء في مجال طرائق تدريس رياضة المصارعة من اجل الاطلاع على محتواه وكيفية توظيفه وقد حصل على موافقة جميع الخبراء مع تصحيح الباحث لجميع الملاحظات الطفيفة التي كانت موجهة نحو تعديل بعض المصطلحات الخاصة بالأداء الفني للمسكات ليظهر بصورته النهائية جاهز للتطبيق. ينظر ملحق(3)

6-2 التجربة الاستطلاعية

اجريت التجربة الاستطلاعية يوم الاحد الموافق (2024/10/13) حيث شارك فيها 10 طلاب من عينة البناء واختيروا بالطريقة العشوائية (اول 10 طلاب وفق التسلسل الفردي لقائمة كشف الاسماء لشعبة ب للدراسة المسائية) , اذ تم التحقق من الاهداف التالية :

- تجريب اختبارات مسكة الغطس بنوعها وتحديد اية مشكلة قد تطرأ على الاداء.
- تحديد المشكلات الاجرائية والفنية خلال تطبيق حصة مصغرة وفق النموذج المقترح, وتسجيل الملاحظات الخاصة ب: الزمن المناسب لكل مرحلة من مراحل دورة التعلم الثلاثية (الاستكشاف, تقديم المفاهيم, التطبيق والتوسع), مواءمة الاجهزة والادوات الخاصة بالتعليم, مواءمة بيئة التعليم ومحتواها.
- التعرف مبكراً على ردود فعل المتعلمين حول اجراءات نموذج (Atkin & Karplu) وفق النظرية البنائية وقياس مدى تفهمهم لإجراءات النموذج وتسجيل آرائهم والاستفادة منها في تعديل (اضافة او حذف) اي اجراء فني يخص تطبيق الأنموذج التعليمي المقترح.
- تدريب فريق العمل المساعد في كيفية ضبط كامرة التصوير وزواياه وبعد البؤرة والاضاءة وكذلك التدريب على اجراء التصوير الفيديوي.

7-2 الاختبار القبلي وتكافؤ مجموعات البحث

اجري القياس القبلي يوم الثلاثاء الموافق 2024/10/15 لمجموعة البحث الضابطة ويوم الاحد الموافق 2024/10/20 لمجموعة البحث التجريبية, اذ تضمن الاختبار تصوير اداء المسكات المستهدفة حيث تم تجميع افراد العينات كلا حسب مجموعته وتوزيعهم الى ازواج (مؤدي / منافس سلبي مع تبادل الدور) بمراعاة الكتلة والطول ومن ثم التطرق امامهم الى تعليمات مختصرة لأداء الاختبار لضمان ظهور مستوى يمكن تقييمه من قبل المحكمين, ومن ثم تصوير الاداء باستخدام كامرتين اثنتين نوع Nikon 4K - D7500 لتغطية زوايا وجوانب الاداء وتخزينه مباشرة داخل جهاز HP Laptop 14-em0025ne استعدادا لمونتاج ودمج زوايا الاداء في فيديو واحد من قبل خبير مونتاج, وبعد المعالجة الاحصائية لنتائج تقييم الخبراء افضت النتائج الى وجود تكافؤ ما بين افراد مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية, ينظر جدول (6)

جدول (6) يبين تكافؤ مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في نتائج القياس القبلي

المسكة	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيم ت	نسب الخطأ	الدلالة*
		ع	س	ع	س			
الغطس بربط الرجل	درجة	0.980	1.937	0.918	2.001	0.262	0.591	غير دالة
الغطس على الرجلين		0.935	2.117	0.937	2.307	0.791	0.601	غير دالة

* القيم دالة احصائيا عند $0.05 \geq$ وعند درجة حرية $32+30-2=60$, (ت=2)

¹⁸ Østergaard L D: Inquiry-based Learning Approach in Physical Education, Stimulating and Engaging Students in Physical and Cognitive Learning. Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 87(2), 2016,7–14. <https://doi.org/10.1080/07303084.2015.1119076>

¹⁹ نور كاظم حبيب: أثر استراتيجيات دورة التعلم الخماسية المعدلة في التفكير التأملي والتحصيل المعرفي وتعلم اداء مهارتي الاستقبال والاعداد بالكرة الطائرة للطلاب, رسالة ماجستير, كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة, جامعة كربلاء, 2022.

²⁰ رحاب عادل عراقي ابو جبل وآخرون: تأثير استخدام دورة التعلم الخماسية علي بعض نواتج التعلم بدرس التربية الرياضية, مجلة نظريات وتطبيقات التربية البدنية وعلوم الرياضة, 49 (1), 2026, 156-178.

8-2 التجربة الرئيسية

اجريت التجربة الرئيسية في الفترة من 2024/10/22 ولغاية 2024/12/01 , بواقع حصة تعليمية واحدة في الاسبوع, **ينظر ملحق (4)**. وبمجموع 6 حصص تعليمية وفق جدول الدروس الفصلي المعتمد , اذ خصص لكل مسكة 3 حصص تعليمية, كانت هيكلية الحصص بزم من اجمالي (90دقيقة) وتضمن على: القسم التحضيري (15-20دقيقة) خصص لتمارين الإحماء, القسم الرئيسي (55-65 دقيقة) وخصص لتطبيق الأنموذجين (الامر / ضابطة) (Atkin & Karplu / تجريبية) , القسم الختامي (10-15 دقيقة): وخصص للألعاب الترويجية وتمارين الاستشفاء.

وتم توظيف إنموذج (Atkin & Karplu) وفق دورة التعلم الثلاثية وتطبيقه داخل مكونات درس التربية الرياضية وخلال كل حصة تعليمية كالتالي:
القسم التحضيري: وتضمن على:

أ- **الإحماء الاعتيادي (التقليدي):** تضمن على تمارينات السير والهولة والجري (احماء عام) وبعدها على تمارينات القوة والإطالة للذراعين والجذع والحوض والرجلين (الإحماء الخاص).

ب- **الإحماء الاستكشافي:** وتضمن على ألعاب صغيرة غرضها معرفي وحركي استكشافي للتعرف على الوقفة المنخفضة , ومن الأمثلة عليها "لعبة صيد الساقين" من خلال توزيع الطلبة الى أزواج متكافئة (الطول والكتلة) ويطلب منهم محاولة مس فخذ او ركبة او ساق المنافس ومنعه بالمقابل من مسها, اذ ان الهدف الرئيسي من هكذا ألعاب ليس الترويج وانما الدخول بشكل متدرج الى مرحلة "الاستكشاف" كمرحلة اولى من دورة التعلم.

القسم الرئيسي: وتضمن على

أ- **الجزء التعليمي:** وخصص للمرحلة الاولى والثانية لإنموذج (Atkin & Karplus) ينظر ملحق(3).

اولا: مرحلة الاستكشاف: وهي مرحلة تتيح للطلبة التحري بأنفسهم والاستقصاء للوصول الى مفهوم المسكة المستهدفة في الدرس, وتتم هذه المرحلة وفق خمسة اجراءات: (اعداد وتهيئة بيئة التعلم, تقديم مهمة الاستكشاف, الممارسة والتجريب الحر, طرح الاسئلة والمناقشة الاستكشافية, تسجيل نتائج الاستكشاف).

حيث وزع الطلاب الى أزواج متكافئة (الطول والكتلة) وسُمح لهم بممارسة المسكة المستهدفة وفق مهام استكشافية مفتوحة (التجريب الحر للمسكة) ومن دون التدخل بالشرح او التوضيح اذ اقتصر دور المدرس على طرح التساؤلات مثلا: "كيف يمكن الوصول الى رجل المنافس ومسكها؟", وهذا الاجراء يهدف الى تكوين خبرات حسية وحركية اولية بهدف استكشاف متطلبات المسكات المستهدفة واكتشاف المسافات المناسبة والتوقيتات المثلى وكيفية تغيير مستوى الجسم . كما سُمح لهم باستخدام اجهزة الموبايل الشخصية لتصوير ادائهم من قبل زميل ليشاهد كل منهم ادائه فوراً فيسهم ذلك في طرحهم تساؤلات ذهنية مثل: "لماذا فقدت توازني وسقط للأمام؟", "لماذا لم تكن حركتي سريعة عند الاختراق؟" وعمل مقارنات ذهنية بين ما شعر به حسيا وبين ما اداه حركيا .

ثانيا: مرحلة تقديم المفاهيم وتفسيرها: وهي مرحلة تتيح للطلبة بناء مفهوم المسكة المستهدفة في الدرس, وتتم هذه المرحلة وفق ثلاث اجراءات: (مراجعة تسجيل نتائج الاستكشاف, تقديم المفهوم الصحيح, شرح وعرض النموذج المثالي).

فبعد حصول الطلاب على خبرات حسية وحركية اولية يقدم المدرس المفاهيم الفنية الرسمية للمسكة المستهدفة (الشرح والعرض النموذجي) لمساعدتهم على ربط تلك المفاهيم بالأسس الميكانيكية والفنية للمسكات وتكوين مفهوم معرفي صحيح بمساعدة عروض الفيديوها (الاعتيادي /البيئي) وتشجيعهم على مقارنة هذه النماذج بالأداء الشخصي المصور في المرحلة السابقة واكتشاف الأخطاء ذاتيا.

ب- **الجزء التطبيقي:** وخصص للمرحلة الثالثة لإنموذج (Atkin & Karplus)

ثالثا: مرحلة التطبيق والتوسع: وهي مرحلة تتيح للطلبة تطبيق المفاهيم الجديدة التي تعلموها سابقا حول متطلبات اداء المسكة المستهدفة في الدرس وتحويلها الى مهارات جديدة لتثبيت وترسيخ مفهوم الاداء الفني الصحيح للأداء , وتتم هذه المرحلة وفق خمسة اجراءات: (التطبيق والتوسع في سياق متنوع, وضع "المسكة المستهدفة في الدرس" في سيناريوهات تنافسية متنوعة, حل المشكلة باستخدام المفاهيم المكتسبة, التقويم والتصحيح, التفكير في التعلم الجديد).

حيث يتم في هذه المرحلة السماح للطلاب وفق أزواج متكافئة (الطول والكتلة) بممارسة المسكات وفق مواقف تعليمية تنافسية "نزالات مصغرة وتدريبات تطبيقية" تطبق بشكل متدرج (الاداء من دون مقاومة ثم مقاومة بسيطة ثم ايجابية) من أجل تعميم مفاهيم المسكات والخبرات المكتسبة في سياق حركي دفاعي

وهجومي شبه حقيقي لضمان مزج الخبرة المعرفية بالأداء الحركي الحقيقي وتصوير تلك النزالات واستغلال الوقت المستقطع للراحات من أجل مقارنتها بالأنموذج الصحيح.
القسم الختامي: تضمن على تمارينات للإطالة والاستشفاء الفسيولوجي.

2-9 الاختبار البعدي

اجري القياس البعدي يوم الثلاثاء الموافق 2024/12/03 لمجموعة البحث الضابطة ويوم الاحد الموافق 2024/12/08 لمجموعة البحث التجريبية، اذ تضمن على التالي :
 أ- اجراء قياس التحصيل المعرفي لمسكتي الغطس بربط الرجل والغطس على الرجلين داخل القاعة الدراسة (رقم 7 للمجموعة الضابطة الساعة 1.30 مساءً) و(قاعة رقم 9 للمجموعة التجريبية الساعة 11 صباحاً) داخل مبنى عمادة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة الانبار، إذ تم تجميع العينات وبيان تعليمات الاجابة وزمنها ومن ثم البدء بإجراء اختبار التحصيل المعرفي .
 يُجدر الإشارة الى ان قياس التحصيل المعرفي اقتصر على القياس البعدي فقط، حيث يرى كل من (Campbell D T , 1966) و (Shadish W R,2002) و (Drew C J,2014) و (Creswell J W, 2018) (21)(22)(23)(24) ، ان اجراء اختبار قبلي للتحصيل المعرفي على العينات الجديدة ومن غير الممارسين يهدد عامل الصدق الداخلي للدراسة ويشنت انتباههم خلال اجراءات الدراسة الرئيسة لذلك يفضل أجراؤه بعد التجربة الرئيسة. وقد تبنى الباحث هذه الآراء العلمية.
 ب- تصوير أداء المسكات المستهدفة؛ حيث تم ذلك بنفس الاجراءات المتبعة في القياس القبلي.

2-10 الوسائل الاحصائية

استخدمت في الدراسة الحقيقية الاحصائية الاصدار (IBM SPSS Statistics29).

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

3-1 عرض النتائج وتحليلها

جدول (7) يبين نتائج القياس القبلي والبعدي لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية

المجموعة	مسكة	وحدة القياس	قياس قبلي		قياس بعدي		س ف	ع ف	قيم ت	نسب الخطأ	الدالة*
			س	ع	س	ع					
ضابطة	الغطس بربط الرجل	درجة	1.937	0.980	6.318	0.938	4.381	3.339	7.420	0.017	دالة
	الغطس على الرجلين		2.117	0.935	6.527	0.999	4.410	3.391	7.355	0.002	دالة
تجريبية	الغطس بربط الرجل		2.001	0.918	6.987	0.971	4.986	2.971	9.191	0.007	دالة
	الغطس على الرجلين		2.307	0.937	7.307	0.899	5.000	3.919	6.987	0.000	دالة

* القيم دالة احصائياً عند $0.05 >$ وعند درجة حرية $31=1-32$ / $31=1-30$, $(2.04=ت)$, $29=1-30$, $(2.05=ت)$

يتضح من جدول (7) ان نسب خطأ جميع متغيرات الدراسة كانت محصور بين (0.000- 0.017) وهي اقل من مستوى الخطأ (0.05) ما يدل على وجود فروق معنوية ما بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي.

جدول (8) يبين مقارنة نتائج القياس البعدي ما بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية

المجموعة	مسكة	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيم ت	نسب الخطأ	الدالة*
			س	ع	س	ع			
ضابطة	الغطس بربط الرجل	درجة	6.318	0.938	6.987	0.971	2.730	0.000	دالة
	الغطس على الرجلين		6.527	0.999	7.307	0.899	3.196	0.001	دالة
	التحصيل المعرفي لمسكتي الغطس		15.375	0.972	17.187	0.823	7.810	0.000	دالة

* القيم دالة احصائياً عند $0.05 \geq$ وعند درجة حرية $32=2-30+32$, $60=2-30$, $(2=ت)$

يتضح ايضاً من جدول (8) ان نسب خطأ جميع المتغيرات كانت محصورة بين (0.000- 0.001) وهي اقل من مستوى الخطأ (0.05) ما يدل على وجود فروق معنوية بين نتائج القياس البعدي لمجموعتي البحث ولصالح المجموعة التجريبية ذات الوسط الحسابي الاكبر.

²¹ Campbell D T, Stanley J C:Experimental and quasi-experimental designs for research, Rand McNally, 1966, pp1-88 .

²² Shadish W R, Cook T D, Campbell D T:Experimental and quasi-experimental designs for causal inference, Houghton Mifflin, 2002pp1-504.

²³ Drew C J, Hardman M L, Hosp J L :Designing and conducting research in education (4th ed.),SAGE Publications,2014,pp4-87.

²⁴ Creswell J W, Creswell J D : Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches (5th ed.). SAGE Publications, 2018,pp22-270.

2-3 مناقشة النتائج

أظهرت نتائج جدول (8) تفوق واضح للمجموعة التجريبية التي استخدمت نموذج (Atkin & Karplus) وفقاً لنظرية التعلم البنائي، ويعزو الباحث سبب التفوق إلى فاعلية النموذج المقترح حيث ساهم التسلسل المنطقي لمراحل التعلم وفق النموذج (الاستكشاف، تقديم المفاهيم، التطبيق والتوسع) في تجاوز الطلبة لمرحلة الحفظ والتلقين إلى مرحلة الفهم العميق وتكوين الخرائط المعرفية عن الأداء الحركي للمسكات المستهدفة. حيث وضعت مرحلة "الاستكشاف" الطلبة في مواجهة حركية مباشرة مع المسكة المستهدفة نتج عنها حدوث اضطراب في المعرفة الحركية دفعهم ذلك إلى البحث عن الحلول الحركية المناسبة للوصول إلى رجل المنافس ومحاولة السيطرة عليها. ينقل (يوسف قطامي، 2022) عن (Jean Piaget) أن التعلم الحقيقي والراسخ هو الذي ينبع من نشاط المتعلم نفسه ومحاولته التفاعل مع البيئة والموقف التعليمي. (25) فضلاً عن أن مرحلة "الاستكشاف" سمحت للطلبة باستكشاف الأخطاء المعرفية عند محاولتهم الأداء الحر وظهر ذلك عند بدء المدرس بشرح المفاهيم خلال مرحلة "تقديم المفاهيم" فعزز لديهم الترميز المعرفي بدقة عالية حول الأداء، وهنا يشير (عايش محمود، 2007) إلى أن نماذج التعلم وفق النظرية البنائية تضع المتعلمين في مواقف تتطلب تنظيمهم لعمليات البناء المعرفي من خلال المرور بمرحلة "الاستكشاف" ثم "تقديم المفاهيم" وبذلك تساهم في تحسين الذكاء المعرفي الحركي وتعزيز مفهوم الطلبة بشكل أكبر عند الربط ما بين السبب المتمثل بالزوايا وسرعة الأداء؛ وبين النتيجة المتمثلة بأسقاط المنافس فيرتفع مستوى التحصيل المعرفي للمسكات ويضمن حدوث التعلم ذي المعنى. (26) إلى جانب ذلك فإن مرحلة "تقديم المفاهيم" أسهمت أيضاً في تنظيم الخبرات الحسية لمرحلة الاستكشاف فجعلت معلومات الأداء الفني راسخة في ذهن الطلبة بعيداً عن مجرد الحفظ والتخزين، وفي هذا الصدد يؤكد (Mayer R E, 2024) أن التعلم الأعمق والأكثر فائدة يحدث عندما يقوم المتعلمون بدمج الأنشطة العقلية بالخبرات الحركية وينتج عنها اختيار المعلومات ذات الصلة بالموضوع وتنظيمها ومن ثم دمجها مع الخبرات السابقة المخزنة في الذاكرة طويلة الأمد. (27) لذلك فقد حصل الطلبة على الجاهزية العقلية والحركية لتطبيق المسكات من خلال امتلاكهم للخبرات الحسية السابقة في مرحلة "تقديم المفاهيم" مما جعلهم مهينين ذهنياً لربط المفاهيم المعرفية بالحركات الفعلية. وهنا تؤكد (et al, 2023, Ambrose S A) أن التعلم لا يحدث صدفة بل المعرفة السابقة تعمل كإطار يحدد على أساسه كيفية استيعاب الخبرات والمعلومات الجديدة وأن تفعيل هذه المعرفة سيسهل على المتعلمين عملية بناء روابط قوية جداً في الذاكرة طويلة الأمد. (28)

ومن الجانب التطبيقي والحركي فقد ظهرت فاعلية النموذج المقترح من خلال تحسين المسار الحركي للطلبة عند الأداء (سرعة الغطس والهجوم، قوة المسك وكسر اتزان المنافس) وهذا يرجع إلى مرحلة "التطبيق والتوسع" والتي اكتسبت الطلبة تكرارات متنوعة ومتغيرة عند مواقف النزال التعليمي فمنحهم فرصة بناء برامج حركية متنوعة ومرنة وقادرة على التكيف مع استجابات المنافس مقارنة بالأداء النمطي والتقليدي لأفراد المجموعة الضابطة، وهنا يؤكد (Schmidt R A, Wrisberg C, AM, 2008) على أن التعلم القائم على المشكلات الحركية يحسن من التوافقات العصبية العضلية ويساعد المتعلمين على الأداء بثبات وتحت الضغط. (29) علاوة على ما تقدم فإن متطلبات التزامن الدقيق للغطس (انخفاض جذع المصارع وانطلاق الذراعين سريعاً نحو رجل المنافس) قد تكفلت بها مرحلة "الاستكشاف" إذ منحت الطلبة فرصة الإحساس الحركي بالمسافة والزمن المناسب للغطس وكذلك متطلبات ضبط الأداء الفني والتي تكفلت بها مرحلة "تقديم المفاهيم" نتج عن ذلك مجتمعا إلى ظهور انسيابية واضحة في المسار الحركي لأداء المسكات وتقليل الحركات العشوائية له. إذ يؤكد (لي) أن

²⁵ يوسف محمود قطامي: نظريات التعلم والتعليم، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت، 2005، ص189.

²⁶ عايش محمود زيتون: النظرية البنائية واستراتيجيات تدريس العلوم، دار الشروق للنشر والتوزيع، 2007، ص462-464.

²⁷ Mayer R E: The Past, Present, and Future of the Cognitive Theory of Multimedia Learning. Educ Psychol Rev 36, 8, 2024. <https://doi.org/10.1007/s10648-023-09842-1>

²⁸ Ambrose S A, Bridges M W, DiPietro M, Lovett M C, Norman M K, Mayer R E: How learning works, Eight research-based principles for smart teaching, 2nd ed, Wiley, 2023, P35.

²⁹ Schmidt R A, Wrisberg C A: Motor Learning and Performance: A Situation-based Learning Approach, 4th ed, Human Kinetics, 2008, P189.

³⁰ Schmidt R A, Lee T D, Winstein C J, Wulf G, Zelaznik H N: Motor Control and Learning, A Behavioral Emphasis, 6th ed, Human Kinetics, 2019, P245.

مواقف التعلم والتدريب التي تشترك فيها العمليات الذهنية والممارسات البدنية والحركية تسرع من اكتساب جودة الاداء وتسهم في رفع الكفاءة الحركية وتقليل الحركات العشوائية والزائدة عن الحاجة.⁽³¹⁾ تتفق نتائج الدراسة مع دراسة كل من (محمود علي؛ تامر طلعت, 2023) و(ربيع حازم؛ احلام دارا, 2024) و(حسين عبد الهادي, 2024) و(عائشة عبد الرحمن؛ حيدر عبد الحافظ, 2025),⁽³²⁾⁽³³⁾⁽³⁴⁾⁽³⁵⁾ التي اجمعت على حتمية الانتقال من النماذج التعليمية التقليدية الى نماذج التعلم البنائية وفي مقدمتها إنموذج (Atkin & Karplus) لما له من فاعلية جوهرية في احداث نقلات نوعية في مستويات المتعلمين من حيث الاداء المهاري والتحصيل المعرفي وقدرة النموذج الفائقة على تنظيم البناء المعرفي وتنشيط العمليات العقلية خلال مراحل الأنموذج المنطقية في التعلم (الاستكشاف, تقديم المفاهيم, التطبيق والتوسع) وأدى هذا المسار البنائي الى تفوق واضح للمجاميع التجريبية مقارنة بالمجاميع التي تستخدم إنموذج التعلم التقليدي واستدامة التعلم والاحتفاظ به لفترات طويلة مما يعزز قيمة الأنموذج المقترح كخيار استراتيجي ناجح لتعليم مهارات الالعب الرياضية ولا سيما رياضة المصارعة الحرة للطلاب.

4- الاستنتاجات والتوصيات

1-4 الاستنتاجات

1. اثبتت الدراسة ان إنموذج (Atkin & Karplus) فاعل ايجابي لتدريس وتعلم مسكتي الغطس بربط الرجل والغطس على الرجلين برياضة المصارعة الحرة للطلاب مقارناً بأنموذج التعلم بالأمر مما يؤكد على ملائمة نماذج التعلم البنائي للمهارات الحركية المعقدة.
2. ان التسلسل المنهجي لإجراءات الأنموذج المقترح (الاستكشاف, تقديم المفاهيم, التطبيق والتوسع) قد أسهم في بناء التحصيل المعرفي لدى عينة الدراسة حول المسارات الحركية الصحيحة للمسكة مما وفر بنكاً للاستدعاء المعرفي خلال الاداء الحركي فقلل من ارتكاب الاخطاء الشائعة وأسهم في اظهار المسكات بمظهرها الفني والتنافسي .
3. حصول الطلبة على فرص الاستكشاف والتحليل الذاتي للحركات وبمساعدة الاجهزة التكنولوجية (الموبايل والفيديو التعليمي) زاد من مستوى الاحساس الحركي بالأداء وأكسبهم القدرة على إحداث خلل بتوازن المنافس وكسر اتزانه ليظهر الاداء الفعلي للمسكات بدقة وانسيابية عالية عند القياس البعدي.
4. أسهمت مرحلة التطبيق والتوسع في إكساب الطلبة القدرة على اداء المنازلات وتطبيق المسكات في مواقف تدريبية وتعليمية متغيرة مما يؤكد على نجاح الأنموذج في احداث المرونة الحركية عند الاداء المتغير بعيداً عن الاداء الالي الذي يظهر خلال استخدام الأنموذج التقليدي في التعلم.

2-4 التوصيات

1. اعتماد إنموذج (Atkin & Karplus) كإطار تعليمي عند البدء بتدريس مهارات رياضة المصارعة الحرة للطلاب وخصوصاً عند تعلم مسكتي الغطس بربط الرجل والغطس على الرجلين.
2. صياغة الحصص التعليمية وفق الأنموذج المقترح عند تعليم انواع من رياضة النزالات وخصوصاً رياضة المصارعة وتضمن المراحل الثلاثة (الاستكشاف, تقديم المفاهيم, التطبيق والتوسع) مع اعطاء مساحة زمنية اكبر لمرحلة الاستكشاف.
3. رفد النماذج البنائية بالوسائل التكنولوجية التعليمية الحديثة وادخال تطبيقات الذكاء الاصطناعي وخصوصاً في مرحلة الاستكشاف لما لها اثر كبير في تدريب الاحساس الحركي بالمهارات وتعزيز جانب التحصيل المعرفي لها.
4. استخدام دورة التعلم الخماسية وكذلك السباعية للتحقق من اثرها الايجابي خلال تدريس مهارات رياضة المصارعة الحرة للطلاب على غرار النتائج الايجابية التي اظهرتها دورة التعلم الثلاثية.
5. اجراء دراسات اخرى باستخدام النماذج الثلاثية والخماسية والسباعية لدورة التعلم على مسكات اخرى (الحرة والرومانية والعباسية ومثيلاتها) وبيان فاعليتها.
6. تناول المجال الوجداني الذي غفلت عنه الدراسة الحالية في دراسات مستقبلية لاستكمال اثر دورات التعلم في مجالات التعلم الثلاث (المعرفي والوجداني والحركي).

³¹ Schmidt R A, Lee T D, Winstein C J, Wulf G, Zelaznik H N: OP cit,P345

³² ربيع حازم سلمان؛ احلام دارا عزيز: مصدر سبق ذكره, ص 520-551.

³³ حسين عبد الهادي مهدي: مصدر سبق ذكره, ص 202-216.

³⁴ عائشة عبد الرحمن؛ حيدر عبد الحافظ شهاب: : مصدر سبق ذكره , ص 1-13.

³⁵ محمود علي عثمان عوض؛ تامر طلعت ابو زيد محمد: : مصدر سبق ذكره, ص 515-542.

المراجع

- حسين عبد الهادي مهدي: تأثير أنموذج كاربلس في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد لطلاب الصف الثاني متوسط. مجلة جامعة ذي قار لعلوم التربية البدنية، 1(4)، 2024.
- ربيع حازم سلمان؛ احلام دارا عزيز: تأثير أنموذج (EX24) في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم وتنمية التفكير التفاعلي. مجلة واسط للعلوم الرياضية 20(3)، 2024. <https://doi.org/10.31185/wjoss.589.2024>
- رجاء محمود أبو علام: مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية، ط 5، دار النشر للجامعات، 2006.
- رحاب عادل عراقي ابو جبل واخرون: تأثير استخدام دورة التعلم الخماسية علي بعض نواتج التعلم بدرس التربية الرياضية، مجلة نظريات وتطبيقات التربية البدنية وعلوم الرياضة، 49 (1)، 2026. <https://doi.org/10.21608/mnase.2025.432641.1783>
- روبرت ثورندايك والزايث هايجن: القياس والتقويم في علم النفس والتربية، (ترجمة) عبد الله الكيلاني؛ عبد الرحمن عدس، ط 4، الأردن، مركز الكتب الأردني للطباعة، 1989.
- عايش محمود زيتون: النظرية البنائية واستراتيجيات تدريس العلوم، دار الشروق للنشر والتوزيع، 2007.
- عائشة عبد الرحمن؛ حيدر عبد الحافظ شهاب: تأثير أنموذج كاربلس في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد للطلاب، مجلة الثقافة الرياضية، 16(2)، 2025.
- عصام محسن ناصر: تأثير تمرينات في تطوير بعض القدرات الحركية و مستوى اداء حركات السقوط على الرجلين لناشئي المصارعة الحرة، مجلة واسط للعلوم الرياضية، 20(3). <https://doi.org/10.31185/wjoss.536>
- علي فؤاد فائق؛ حسن صبري محمد: تأثير منهج تعليمي وفق استراتيجية شكل البيت الدائري في تعلم بعض مسكات المصارعة للطلاب، مجلة واسط للعلوم الرياضية، 8(2). <https://doi.org/10.31185/wjoss.16>
- محمد ناصر مفتن: تأثير استراتيجية لعب الادوار في تعلم مسكتي الغطس على رجل واحدة وكلتا الرجلين لدى لاعبي المصارعة الحرة المبتدئين للأعمار (13-15 سنة) ذكور، مجلة علوم الرياضة، 16(60).
- محمود علي عثمان عوض؛ تامر طلعت ابو زيد محمد: تأثير استخدام دورة التعلم وفق نموذج (Karplus & Atkin) علي مستوي أداء المهارات الهجومية في كرة اليد لطلاب المرحلة التخصصية بكلية التربية الرياضية، مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، 66(2)، 2023. <https://doi.org/10.21608/jpr.2023.321923>
- نور كاظم حبيب: أثر استراتيجية دورة التعلم الخماسية المعدلة في التفكير التأملية والتحصيل المعرفي وتعلم اداء مهارتي الاستقبال والاعداد بالكرة الطائرة للطلاب، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة كربلاء، 2022.
- يوسف محمود قطامي: نظريات التعلم والتعليم، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت، 2005.
- Ambrose S A, Bridges M W, DiPietro M, Lovett M C, Norman M K, Mayer R E: How learning works, Eight research-based principles for smart teaching, 2nd ed, Wiley, 2023.
- Anastasi A, Urbina S: Psychological testing, 7th ed, Prentice Hall, 1997.
- Anderson L W, Krathwohl D R: A taxonomy for learning, teaching, and assessing: A revision of Bloom's taxonomy of educational objectives. Longman, 2001.
- Campbell D T, Stanley J C: Experimental and quasi-experimental designs for research, Rand McNally, 1966.
- Creswell J W, Creswell J D : Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches (5th ed.). SAGE Publications, 2018 .
- Drew C J, Hardman M L, Hosp J L : Designing and conducting research in education (4th ed.), SAGE Publications, 2014. pp4-87.
- Ito S, Crawshaw L , Kanosue K : Differences between male and female elite free-style wrestlers in the effects of “set up” on leg attack, ARCH BUDO, 15, 2019.
- Jian M, Jin D, Wu X. Research hotspots and development trends of international learning cycle model: Bibliometric analysis based on CiteSpace. Heliyon. 2023 Nov 9;9(11):e22076. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e22076>
- Lynch S, Sargent J: Student-centered learning in physical education: A review of the literature. European Physical Education Review, 27(2), 2020. <https://doi.org/10.1177/1356336X20984188>
- Mayer R E : The Past, Present, and Future of the Cognitive Theory of Multimedia Learning. Educ Psychol Rev 36, 8, 2024. <https://doi.org/10.1007/s10648-023-09842-1>

- Østergaard L D: Inquiry-based Learning Approach in Physical Education, Stimulating and Engaging Students in Physical and Cognitive Learning. Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 87(2), 2016. <https://doi.org/10.1080/07303084.2015.1119076>
- Schmidt R A, Lee T D, Winstein C J, Wulf G, Zelaznik H N: Motor Control and Learning, A Behavioral Emphasis ,6th ed, Human Kinetics,2019.
- Schmidt R A, Wrisberg C A :Motor Learning and Performance: A Situation-based Learning Approach,4th ed, Human Kinetics,2008.
- Shadish W R, Cook T D, Campbell D T:Experimental and quasi-experimental designs for causal inference, Houghton Mifflin, 2002 ..
- Strittmater G, Fletcher T, Richards K A :The Meaningful Physical Education Approach: A Scoping Review. Kinesiology Review, 14(3), 2025.Retrieved Apr 15, 2026, from <https://doi.org/10.1123/kr.2024-0061>
- Trowbridge L W, Bybee R W, Powell J C :Teaching secondary school science: Strategies for developing scientific literacy ,7th ed, Merrill,2000.
- Yamashita D, Arakawa H, Wada T, Yumoto K, Fujiyama K, Nagami T and Shimizu S Whole-Body Mechanics of Double-Leg Attack in Elite and Non-elite Male Freestyle Wrestlers. Front. Sports Act. Living, 2020, . <https://doi.org/10.3389/fspor.2020.00058>

الملاحق

ملحق (1) استبانة تقييم الاداء لمسكتي الغطس بربط الرجل والغطس على الرجلين برياضة المصارعة الحرة للطلاب

تسلسل المختبر	نوع المسكة	مسكة الغطس على الرجلين			مسكة الغطس بربط الرجلين		
		محاولة/1	محاولة/2	محاولة/3	محاولة/1	محاولة/2	محاولة/3
.1	التحضيرى 3د						
	الرئيسى 4د						
	الختامى 3د						
	مجموع						
.2	التحضيرى 3د						
	الرئيسى 4د						
	الختامى 3د						
	مجموع						

ملحق (2) يبين مقياس التحصيل المعرفي لمسكتي الغطس بربط الرجل والغطس على الرجلين برياضة المصارعة الحرة للطلاب بصورته النهائية

جامعة الأنبار
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
اسم الطالب : ..
الصف : ..
الشعبة ونوع الدراسة (صباحي/ مسائي): ..

عزيزي الطالب , بين يدك 20 عبارة لاختبار مدى المامك بالجانب الفني لمسكتي "الغطس بربط الرجل " و "الغطس على الرجلين " برياضة المصارعة الحرة, تفضلك بقراءة التعليمات الخاصة بالاختبار والاجابة بتروي, مع مراعاتك للتالي:-

أ- ان الهدف من الاختبار هو لقياس مستوى المعرفة, وان النتائج ستستخدم لأغراض البحث العلمي فقط من دون ذكر هويتك.

ب- يحوي المقياس على عشرون عبارة ولكل منها اربعة بدائل (أ.ب.ج.د) ما عليك سوى اخيار بديل واحد فقط بوضع علامة (O), مع العلم ان العبارة الصحيحة ستمنح (1) والخاطئة (0), وانه لا توجد اية عقوبة او خصم بالدرجات لأي اجابة تضنها خاطئة.

ج-, تفضلك بعدم ترك اي عبارة من دون الاجابة عنها وبتروي خلال زمن الاجابة المحدد وهو 30 دقيقة فقط.

العبارة:

1. ان الهدف الميكانيكي للتهيؤ وخلخلة اتران المنافس هو:
أ. الحصول على نقطة مباشرة اثناء تثبيت المنافس.
ب. اجبار المنافس على رفع مركز ثقله للأعلى وخلق ثغرة للاختراق.
ج. من اجل زيادة المسافة مع المنافس. د. لأجل تثبيت القدمين على البساط بشكل دائم ومقاومة المنافس.
2. خلال ادائه لحركة الغطس على الرجلين ومن اجل حصوله على فاعلية لرفع منافسه ودفعه للأمام يضع المصارع رأسه في:
أ. منتصف صدر المنافس.
ب. اسفل ركبة المنافس.
ج. اعلى منطقة خصر المنافس فتعمل كرافعة.
د. تحت ابط المنافس.
3. عند تنفيذ تغيير الوضع، فإن الاجراء الميكانيكي الصحيح هو :
أ. انحناء جسم المصارع من مستوى خصر منافسه وابقاء الرجلين مستقيمة.
ب. يثني المصارع ركبتيه لتحافظ على استقامة ظهره وابقاء نظره للأمام الى المنافس.
ج. ان يقفز المصارع للأعلى ثم ينزل سريعا. د. ان يغلق المصارع عينيه ليزيد من تركيزه الحسي.
4. ان المقصود بخطوة الاختراق على المنافس هو:
أ. تراجع المصارع للخلف من اجل جذب منافسه.
ب. ان يعمل المصارع خطوة جانبية لأجل الانسحاب من الاشتباك مع منافسه
ج. يندفع المصارع بالقدم الامامية لتستقر ركبته بين قدمي منافسه او بجانبهما معا.
د. يرفع المصارع قدميه معا عن البساط قبل ان يلتحم مع منافسه
5. تعد حركة سحب الرجل للأعلى ضرورة عند الغطس بربط الرجل وذلك لأنها:
أ. الوسيلة الوحيدة للتطبيق القانوني للغطس والسحب. ب. تقلل من وزن المنافس اثناء تحركه.
ج. تجبر المنافس الارتكاز على نقطة واحدة وتعمل على فقدان توازنه بسرعة.
د. لفتح مجال رؤية واضحة للحكام لمكان المسكة.
6. ان الخطوة المهمة التي تلي الاختراق مباشرة خلال الغطس على الرجلين هو:
أ. التهيؤ لإخلاق توازن المنافس بسرعة.
ب. الالتصاق بصدر المنافس.
ج. للسيطرة على المنافس بشكل نهائي فوق البساط. د. اشارة للتحية قبل بدء النزال.
7. ان الاجراء الصحيح لليدين عند القبض على المنافس خلال الغطس بربط الرجل هو:
أ. ان يشبك المصارع يديه حول اعلى خصر منافسه.
ب. ان يمسك منافسه بيد واحدة فقط ويترك الاخرى حرة لتساعده على الاتزان.
ج. ان يلف المصارع ذراعيه ويغلق قبضته خلف ركبة منافسه.
د. ان يمسك المصارع بكفي منافسه ويمنعه من حركة الدفاع.
8. سيدافع المنافس الدفاع بالمد عند ارتكاب المصارع لاحد الاخطاء الفنية التالية:
أ. عندما يهجم على منافسه من مسافة بعيدة ويكون ظهر المصارع منحنى للأسفل.
ب. عندما يبقي المصارع راسه مرفوعا خلال الهجوم لحظة الدخول على المنافس.
ج. عند التحام المصارع بقوة مع صدر وفخذ منافسه.
د. عندما يستخدم المصارع حركة للتمويه قبل ادائه لحركة الغطس.
9. ليضمن المصارع قوة جيدة لدفع منافسه خلال اداء الغطس على الرجلين لابد ان يكون ظهره اثناء الاختراق:
أ. بوضع منحنى للأمام بشكل كامل لتقلل المصارع من طوله.
ب. بوضع مستقيم وعمودي ليساعد المصارع بنقل قوة الدفع من الرجلين الى جسم المنافس وبقوة.
ج. بوضع منحنى لاحد الجانبين ليحافظ المصارع على رأسه من الاصطدام.
د. بوضع مرتخي ليسهل المصارع حركته اثناء الدخول تحت جسم منافسه.
10. عندما يستخدم المصارع التمويه ضد منافسه قبل حركة الغطس، فإنه يهدف:
أ. الى اضاعة وقت النزال.
ب. الى استفزاز منافسه ليجبره على مخالفة قوانين اللعب.
ج. الى تشتيت انتباه المنافس واجباره على تغيير توزيعات ثقل جسمه.
د. الى استعراض المصارع لمهاراته امام جمهوره.

11. خلال الغطس بربط الرجل فان القبضة الاكثر احكاما هي:
أ. على اصابع رجل المنافس.
ب. مسك ملابس المنافس (مايو المصارعة).
ج. تشبيك المصارع بيديه من خلف فخذ المنافس.
د. يضع المصارع يديه على كتفي المنافس بإحكام.
12. عند محاولة السيطرة على رجل / رجلي المنافس؛ فان الفائدة الكبيرة من تقليل مسافة التلامس بين صدر المصارع وفخذ المنافس هي:
أ. لمنع المنافس من الدفاع او من ايجاد اية مساحة لسحب وافلات رجله.
ب. لزيادة درجة حرارة فخذ المنافس وجعله ينهار بسرعة.
ج. ليعطي المصارع لمنافسه وقتا للراحة.
د. لتسهيل عملية هروب المنافس من الجانب.
13. عند محاولته المصارع الغطس وادراكه سريعا ان المنافس سحب رجله خلفا فان التصرف الصحيح للمصارع سيكون:
أ. يتوقف عن التحرك فورا.
ب. يتابع حركته بالتحول سريعا الى رجله الاخرى.
ج. يستمر المصارع الإمساك بمكان رجل منافسه المفقودة.
د. ان يطالب المصارع من الحكم احتساب خطأ ضد منافسه.
14. يعتمد الانتهاء الجيد لحركة الغطس على الرجلين عندما :
أ. يدفع المصارع منافسه في اتجاه الخلف فقط.
ب. يستخدم قوتين معا للدفع: بصدرة وبرأسه ويسحب كلا رجلي المنافس.
ج. يترك رجلي منافسه ويركز على رأسه.
د. يسقط سريعا للأسفل من اجل سحب منافسه.
15. يكون التوقيت مثاليا للبدء بالاختراق:
أ. عندما يكون المنافس في وضع دفاعي شديد.
ب. عندما يبعد المنافس بمسافة كبيرة عنك.
ج. عندما ينجح تمويه المصارع وينقل منافسه ثقل جسمه بعيدا عن رجل المصارع المهاجمة.
د. عندما تنتهي الفترة الثانية للنزال.
16. ان الحركة النهائية لقدمي المصارع خلال الغطس على الرجلين والتي ستساعده في اسقاط منافسه هي:
أ. ان يستمر بوضع الركوع على البساط من دون ان تتحرك.
ب. ان ينهض بسرعة ويتقدم بخطوات قصيرة وسريعة لدفع منافسه.
ج. ان يقفز بقدميه للأعلى ويرفع منافسه.
د. ان يسحب قدميه خلفا ويجلس على مقعده.
17. عند محاولة المصارع الغطس بربط الرجل ؛ فان الجزء الفاعل من جسم المصارع يعمل كعتلة ضاغطة على جسم منافسه هو:
أ. بكلتا يديه.
ب. برأسه وكتفه.
ج. بقدمه الخلفية.
د. بمرفقيه معا.
18. عند محاولة المصارع الغطس فان نظره للأمام وللأعلى يساعده على:
أ. مشاهدة مجموع نقاطه على شاشة العرض.
ب. استقامة جذعه وضمان القوة لدفع منافسه.
ج. توجيه تحذيرا بصريا لمنافسه.
د. التزامه بالقانون وتجنب ارتكاب مخالفة.
19. عند رفع المنافس لرأسه ويديه عاليا خلال اداء المصارع للغطس بربط الرجل, فهذا يعني ان لدى المصارع ثغرة هجومية والتصرف الصحيح عندئذ سيكون:
أ. تراجع المصارع لإنهاء الهجوم على الفور.
ب. يستكمل حركة الغطس على نفس الرجل فيسهل عليه عزل المنافس بسرعة.
ج. يغير الحركة ويغطس على رجلي المنافس معا لان جذعه اصبح منكشفا.
د. يمسك ذراع منافسه ويقف بجانبه.
20. لضمان كسب النقاط بعد اسقاط المصارع لمنافسه فسيطلب :
أ. محاولة المصارع النهوض سريعا والابتعاد عن منافسه.
ب. تثبيت المنافس لتحقيق السيطرة.
ج. النظر للحكم والطلب منه احتساب نقطة بشكل مباشر.
د. يجلس بجانب المنافس.

مفاتيح تصحيح المقياس:

المفتاح	العبرة	المفتاح	العبرة	المفتاح	العبرة
ب	.3	ج	.2	ب	.1
ج	.6	ج	.5	ج	.4
ب	.9	أ	.8	ج	.7
أ	.12	ج	.11	ج	.10
ج	.15	ب	.14	ب	.13
ب	.18	ب	.17	ب	.16
		ب	.20	ج	.19

ملحق (3) يبين النموذج مصغر لدليل تطبيق نموذج Atkin & Karplus

دليل تطبيق نموذج Atkin & Karplus وفق نظرية التعلم البنائية لتعليم مسكة الغطس على الرجلين برياضة المصارعة الحرة للطلاب:

المقدمة: ان الفكرة الاساسية التي يطرحها نموذج Atkin & Karplus ان التعلم الفعال والنشط لا يحدث بشكل خطي وانما يحدث على شكل خطوات تتابعية ومنظمة لاكتساب الطلاب للخبرات المعرفية والحركية, ويستند هذا النموذج الى النظرية البنائية للتعلم التي تساعد الطلاب على بناء المعرفة بأنفسهم من خلال الاستقصاء والتجريب للنشاط لفهم الافكار والمفاهيم بشكل منطقي ومقنع وفق خطوات متكاملة تبده بتحفيز الطلاب لتوليد الفضول للمعرفة ومن ثم ممارستها واكتشافها وصولا لبناء المفاهيم المنطقية وتطبيقها, لذلك وضع (Robert Karplus and Myron Atkin) ثلاث مراحل اساسية وهي "مرحلة الاستكشاف, مرحلة تقديم المفهوم وتفسيره, مرحلة التطبيق والتوسع", ويمكن توظيفها لتعليم مسكة الغطس على الرجلين وكالاتي:

اولا: مرحلة الاستكشاف: وهي مرحلة تتيح للمتعلمين التحري بأنفسهم والاستقصاء للوصول الى المفهوم عن طريق التطبيق العملي الاستكشافي لجمع الملاحظات والمعلومات الاولية حول موضوع التعلم, وفي هذه المرحلة يتجنب المدرس ذكر اسم المهارة او المسكة "مسكة الغطس على الرجلين" وكذلك تجنب شرح طريقة الاداء وانما فسح المجال للتجريب والتطبيق العملي الحر والاستكشافي.

✚ اجراءات تطبيق مرحلة الاستكشاف:-

1- اعداد وتهيئة بيئة التعلم: تهيئة بساط المصارعة ومن ثم توزيع الطلاب الى مجموعات تعليمية صغيرة ثنائية (أ, ب) وتوزع تلك المجموعات الى مجموعتين الاولى **تعمل** والثانية **تلاحظ** وتتعاقد بالعمل, ثم يطلب من المجموعة الاولى اتخاذ وضع الاستعداد من الوقوف من اجل تقديم المهمة الاستكشافية.

2- تقديم مهمة الاستكشاف: جذب انتباه الطلاب الى المهمة الاستكشافية اذ سيبدأ كل منهم بحسب دوره بمحاولة ملامسة او مسك الساقين باي طريقة كانت بعد سماع مصطلح "اهجم على الساقين" او "اغطس للأسفل لمسك الساقين".

3- الممارسة والتجريب الحر: تخصيص زمن للتجريب الحر, ثم اليعاز الى (أ) "اهجم على الساقين" او "اغطس للأسفل لمسك الساقين" والبدء بمحاولة ملامسة ساقى (ب) بأسرع طريقة وتجريب اي محولة كانت لمسك الساقين, وبعد الانتهاء يتم تبادل الدور ما بين (ب) و (أ) من اجل البدء بنفس المحاولات. وهنا تتولد لدى الطلاب محاولات عديدة اذ لا يهم ان تكون تلك المحاولات صحيحة او خاطئة لكن المهم هنا جمع المعلومات حول جميع تلك المحاولات سواء الصحيحة والخاطئة التي سينفذها الطلاب لمحاولة مسك الساقين.

4- طرح الاسئلة والمناقشة الاستكشافية: بعد انتهاء الطلاب من الممارسة والتجريب الحر, يطرح المدرس اسئلة متنوعة ومن دون الاجابة عليها وغايتها استكشاف الطلاب بأنفسهم المفاهيم التي حصلوا عليها حول محاولاتهم للمسك او مسك ساقى منافسيهم: "ما هو الجزء من جسك الذي احسست انه ساعدك على الوصول لساق منافسك بشكل اسرع", "ماذا احسست عند استخدام وزن جسمك خلال انخفاضك للأسفل", "ما هي الصعوبة التي واجهتها عند محاولة تثبيت ساق منافسك", "كيف يمكن تحسين اداء محاولاتك الفاشلة عندما حاولت مسك او لمس ساقى منافسك", "ما هو التوقيت المناسب الذي ايقنته عند محاولته شبه الناجحة عند الغطس لمسك ساقى منافسك", "ما هي القوة المناسبة واللازمة لمقامة منافسك عند محاولة مسك ساقيه"....

5- تسجيل نتائج الاستكشاف: يطلب المدرس من الطلاب استخدام البطاقات الورقية لتسجيل ابرز المفاهيم الخاصة بمحاولاتهم الناجحة التي انتهت بمسك ساقى المنافس وفقدانه لتوازنه. وهنا يتم بناء الخبرات المعرفية والحركية الملموسة التي تمهد لربطها في المرحلة اللاحقة (تقديم المفهوم وتفسيره).

ثانيا: مرحلة تقديم المفاهيم وتفسيرها: وهي مرحلة بناء المفهوم لدى الطلاب من خلال مناقشة ما جمعه من ملاحظات ومعلومات اولية عند التطبيق العملي الاستكشافي, لذلك يمكن للمدرس هنا تسمية المسكة "مسكة الغطس على الرجلين"

وربطها بالخبرات العملية التي اكتسبها في المرحلة السابقة، ففي هذه المرحلة ينتقل التعلم من العملي الحسي بالاستكشاف الى الرمزي اللغوي بتكوين وبناء المفهوم.

✚ إجراءات تطبيق مرحلة تقديم المفهوم وتفسيره:-

1- **مراجعة تسجيل نتائج الاستكشاف** : يبدأ المدرس بفتح باب المناقشة والحوار لما توصلوا اليه في المرحلة السابقة من خبرات معرفية ومفاهيمية من خلال طرح التساؤل "ما هي افضل طريقة توصلتم اليها الى ساقى منافسيكم" من اجل ابراز نقاط التشابه ما بين المحاولات الناجحة تمهيداً لإعلان اسم المسكة وكذلك طريقة الاداء الصحيحة.

2- **تقديم المفهوم الصحيح**: يعلن المدرس عن اسم المسكة من اجل ربط جمع الخبرات المعرفية والحركية التي حصل عليها الطلاب تحت مفهوم واحد "مسكة الغطس على الرجلين".

3- **شرح وعرض النموذج المثالي**: يبدأ المدرس بشرح الخطوات الخاصة بأداء مسكة الغطس على الرجلين :-

أ- **الاعداد والدخول**: تهدف لتقليل المسافة والدخول تحت نقطة ارتكاز المنافس بسرعة وامن, اذ يبدأ المصارع بحركة تمويه للمنافس بمحاولة سحب رقبته او ذراعه لجعله يغير من وضع جسمه او نقل وزنه للأمام لفتح زاوية وثغرة للدخول . ثم اداء المصارع لحركة الغطس بخفض جسمه بسرعة للأسفل بثني مفصلي الركبتين والورك والمحافظة على استقامة الجذع خلال ذلك . ثم الدخول على المنافس من خلال اندفاع الساقين بخطوة عميقة وسريعة وقوية للأمام بين ساقى المنافس.

ب- **التنفيذ والمسك**: تهدف الى مسك الساقين وتوليد قوة اندفاع لكسر توازن المنافس, اذ يدفع المصارع رأسه للأمام ولجانب ورك المنافس او جانب ضلوعه لتوفير مركز دفع اساسية للمنافس . ثم تحييط الذراعين بركبتي المنافس من الخلف وتشبيك اليدين معاً وبقوة لتشكيل قفل اليدين .

ج- **المتابعة والانهاء**: تهدف الى انهاء مسكة الغطس على الرجلين والتثبيت, اذ يرفع المصارع ساقى المنافس بقوة للأعلى ولداخل المنافس باتجاه صدره واسقاطه على الظهر . ثم متابعة حركة السقوط بدفع المصارع برأسه وجسمه ليدير قليلاً من اجل تثبيت المنافس وفرض وضع الهيمنة وتجنب الهجوم المضاد.

ثالثاً: مرحلة التطبيق والتوسع: وهي مرحلة تطبيق المفاهيم الجديدة التي تعلموها سابقاً وتحويلها الى مهارات جديدة لتثبيت وترسيخ مفهوم "مسكة الغطس على الرجلين" وتمديد الخبرة المعرفية والحركية. ففي هذه المرحلة يتحقق هدف النموذج Atkin & Karplus البنائي من خلال تحويل مفهوم مسكة الغطس على الرجلين معرفياً وحسياً الى تطبيق وتكييف الاداء بناء على ما فهمه العميق لمبادئ المسكة وتقنياتها الحركية.

✚ إجراءات تطبيق مرحلة التطبيق والتوسع:-

1- **التطبيق في سياق متنوع (التوسع)**: يعد المدرس مواقف من اللعب المتنوع يثبت فيها مهمة المنافس اثناء الاداء ويحاول المتعلم اداء الغطس الى ساقى المنافس بمواقف متدرجة بالصعوبة (مع دمية التدريب , خصم سلبي , خصم ايجابي): "من وضع الجثو المنخفض", "ضد منافس يبتعد بسرعة", "ضد منافس يحاول دفع الرأس"

2- **وضع "مسكة الغطس على الرجلين"** في سيناريوهات تنافسية متنوعة: يعد المدرس مواقف متنوعة للعب ومن ثم توجيه الطلاب الى استخدام "الغطس على الساقين" عند ملاحظتهم وجود ثغرة في دفع منافسيهم وتجنب التقليد بالأداء التقليدي للمسكة. وهنا يتم تنمية قدرة الطلاب على اتخاذ القرار بالغطس لمسك الساقين عند ظهور الثغرات والتحول للجانب التكتيكي لتعزيز وتثبيت الفهم العميق لمفهوم "سرعة الغطس لمسك الساقين".

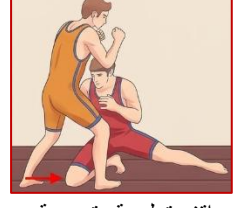
3- **حل المشكلة باستخدام المفهوم**: يفسح المدرس المجال للمناقشة والحوار من خلال طرح بعض المشكلات الحركية من اجل تعزيز الفهم الوظيفي لمسكة الغطس على الرجلين وتحويل المعرفة بها الى اداة لحل المشكلات التي يمكن ان تواجههم خلال اداء المسكة من خلال طرح التساؤلات الاتية: "ماذا ستفعل اذا حاولت ان تغطس لمسك ساقى منافسك ونشر ساقيه جانبا بشكل سريع؟", "كيف يمكنك ان تحول وتعديل وضع جسمك لتتحول الى وضع هجومي مختلف؟"

4- **التقويم والتصحيح** : خلال بدء الطلاب بتطبيق المسكة يتجول المدرس ويراقب ادائهم ويعمد الى التصحيح بشكل فردي

5- **التفكير في التعلم الجديد**: يتم تشجيع الطلاب على التفكير الى ما وراء المعرفة من اجل مساعدتهم في دمج ما تعلموه في بني معرفية اوسع للتعلم , اذ يختتم المدرس تعلم "مسكة الغطس على الرجلين" بتوجيهات مركزة للمتعلمين الى التفكير فيما تم تعلمه وكيف ساعد اكتسابهم للمفاهيم الجديدة في تعلم المسكة بالشكل الصحيح , ويمكن استخدام التساؤلات الاتية: "كيف غير تعلم مسكة الغطس على الرجلين من طريقة الهجوم على منافسيكم", "هل توجد اوجه تشابه ما بين هذه المسكة وتقنيات اداء لمهارات اخرى؟"

ملحق (4) يبين نموذج حصة تعليمية لتطبيق إنموذج (Atkin & Karplus) وفقاً لنظرية التعلم البنائي في القسم الرئيسي من الدرس
الصف والشعبة ونوع الدراسة : الثالث ج صباحي الهدف التعليمي: تعلم الاداء الفني لمسكة الغطس على الرجلين
الهدف التربوي: غرس الروح الرياضية واحترام المنافس كزميل في المواقف التعليمية
العدد : 30 طالب

التنظيم والرسم	النشاط	الهدف السلوكي	الاقسام	الزمن	القسم الرئيسي
 	<p>اولاً: مرحلة الاستكشاف: فسخ المجال للطلبة من اجل التجريب والتطبيق العملي الحر والاستكشافي , اذ تم ذلك وفق الاجراءات التالية:</p> <p>1- اعداد وتهينة بيئة التعلم : توزيع الطلاب الى مجموعات تعليمية صغيرة ثنائية (أ, ب) متكافئة (الطول والكتلة) وتوزع تلك المجموع الى مجموعتين لتعمل الاولى وتلاحظ الثانية ويتم العمل بالتعاقب, وطلب منهم اتخاذ وضع الاستعداد من الوقوف من اجل تقديم المهمة الاستكشافية.</p> <p>2- تقديم مهمة الاستكشاف: عمل المدرس على جذب انتباه الطلاب ووجههم بانهم اذا سمعوا النداء "اهجم على الساقين" او "اغطس للأسفل لمسك الساقين" يتم البدء بالممارسة الحركية وفق النداء وضمن فقرات متعاقبة.</p> <p>3- الممارسة والتجريب الحر: تضمن على (تمرينات حركية متنوعة لمسك الرجلين) اذ طلب من كل زوج اسقاط منافسه بمحاولة مسك رجله او احداها.</p> <p>فقد اعطي اليعاز الى (أ) "اهجم على الساقين" او "اغطس للأسفل لمسك الساقين" في محاولة لمس ساق (ب) بأسرع طريقة وتجريب اي محاولة كانت لمسك الساقين.</p> <p>4- طرح الاسئلة والمناقشة الاستكشافية: بعد الانتهاء تبادل (ب) الدور مع (أ) وبدء بنفس المحاولات؛ اوقف المدرس الممارسة والتجريب الحر, وطرح عددا من الاسئلة المتنوعة ومن دون الاجابة عليها وتضمنت: "ما هو الجزء من جسك الذي احسست انه ساعدك على الوصول لساق منافسك بشكل اسرع", "ماذا احسست عند استخدام وزن جسمك خلال انخفاضك للأسفل", "ما هي الصعوبة التي واجهتها عند محاولة تثبيت ساق منافسك", "كيف يمكن تحسين اداء محاولتك الفاشلة عندما حاولت مسك او لمس ساق منافسك", "ما هو التوقيت المناسب الذي يفتته عند محاولته شبه الناجحة عند الغطس لمسك ساق منافسك", "ما هي القوة المناسبة واللازمة لمقامة منافسك عند محاولة مسك ساقه"....</p> <p>5- تسجيل نتائج الاستكشاف: طلب المدرس من الطلاب استخدام البطاقات الورقية لتسجيل ابرز المفاهيم الخاصة بمحاولاتهم الناجحة التي انتهت بمسك ساق منافس وفقدانه لتوازنه تمهيدا لربطها بالمرحلة اللاحقة (تقديم المفهوم وتفسيره).</p> <p>ثانيا: مرحلة تقديم المفاهيم وتفسيرها : طلب المدرس من الطلبة مناقشة ما جمعه من ملاحظات ومعلومات اولية عند التطبيق العملي الاستكشافي, ووضح لهم ان هذه النتائج هي متطلبات خاصة لاداء "مسكة الغطس على الرجلين", اذ تم ذلك وفق الاجراءات التالية:</p> <p>1- مراجعة تسجيل نتائج الاستكشاف : فتح المدرس باب المناقشة والحوار لما توصلوا اليه في المرحلة السابقة وبدأ ذلك بطرح التساؤل "ما هي افضل طريقة توصلتم اليها الى ساق منافسكم" تمهيدا لإعلان اسم المسكة وكذلك طريقة الاداء الصحيحة.</p> <p>2- تقديم المفهوم الصحيح: اذ اعلن المدرس ان الخبرات المعرفية التي اكتسبتموها كمفاهيم تعود الى "مسكة الغطس على الرجلين".</p> <p>3- شرح وعرض النموذج المثالي: شرح المدرس خطوات أداء مسكة الغطس على الرجلين وفق الاتي :-</p> <p>أ- الاعداد والدخول: وتهدف لتقليل المسافة والدخول تحت نقطة ارتكاز المنافس بسرعة وامان, اذ يبده المصارع بحركة تمويه للمنافس بمحاولة سحب رقبته او ذراعه لجعله يغير من وضع جسمه او نقل وزنه للأمام لفتح زاوية وثغرة للدخول . ثم اداء المصارع لحركة الغطس بخفض جسمه بسرعة للأسفل بثني مفصلي الركبتين والورك والمحافظة على استقامة الجذع خلال ذلك . ثم الدخول على المنافس من خلال اندفاع الساقين بخطوة عميقة وسريعة وقوية للأمام بين ساق منافس.</p> <p>ب- التنفيذ والمسك: وهي تهدف الى مسك الساقين وتوليد قوة اندفاع لكسر توازن المنافس, اذ يدفع المصارع رأسه للأمام ولجانِب ورك</p>	<p>- ان يصف الطلبة خطوات الاداء الفني لمسكة الغطس على الرجلين.</p> <p>- ان يطبق الطلبة مسكة الغطس على الرجلين بأداء فني صحيح.</p> <p>- ان يثابر الطلبة باستمرار في ايجاد الحلول للمشكلات الحركية.</p>	الجزء التعليمي	25 دقيقة	

	<p>المنافس او جانب ضلوعه لتوفير مركز دفع اساسية للمنافس . ثم تحيط الذراعين بركبتي المنافس من الخلف وتشبيك اليدين معاً وبقوة لتشكيل قفل اليدين .</p> <p>ج- المتابعة والانهاء: وتهدف الى انهاء مسكة الغطس على الرجلين والتثبيت, اذ يرفع المصارع ساقي المنافس بقوة للأعلى ولداخل المنافس باتجاه صدره واسقاطه على الظهر . ثم متابعة حركة السقوط بدفع المصارع برأسه وجسمه ليدير قليلا من اجل تثبيت المنافس وفرض وضع الهيمنة وتجنب الهجوم المضاد.</p>			
 <p>مواقف تعليمية وتدريبية مع دمية التدريب</p>   <p>مواقف تعليمية وتدريبية مع خصم سلبي ثم ايجابي</p>	<p>ثالثا: مرحلة التطبيق والتوسع . , اذ تتم وفق الاجراءات التالية:</p> <p>1- التطبيق في سياق متنوع (التوسع): يطبق الطلبة (تمرينات حركية متنوعة ومتغيرة لمسك الرجلين) وحسب الاتي:</p> <ul style="list-style-type: none"> - مواقف تعليمية وتدريبية مع دمية التدريب - ثم وزع الطلبة الى ازواج بمراعاة الكتلة والطول وطلب من كل زوج اسقاط منافسه بمحاولة مسك رجليه وفق السياقات المتنوعة التالية: "الجثو المنخفض", "ضد منافس يبتعد بسرعة", "ضد منافس يحاول دفع الرأس" و طبق ذلك في : - مواقف تعليمية وتدريبية مع خصم سلبي - مواقف تعليمية وتدريبية مع خصم ايجابي <p>2- وضع "مسكة الغطس على الرجلين" في سيناريوهات تنافسية متنوعة: تم توجيه الطلاب الى استخدام "الغطس على الرجلين" في سياقات تنافسية متنوعة بحسب موقف النزال.</p> <p>3- حل المشكلة باستخدام المفهوم: فسح المدرس المجال للمناقشة والحوار فطرح التساؤلات الاتية كمشكلات حركية:- "ماذا ستفعل اذا حاولت ان تغطس لمسك ساقي منافسك ونشر ساقيه جانبا بشكل سريع؟", "كيف يمكنك ان تحول وتعديل وضع جسمك لتتحول الى وضع هجومي مختلف؟"</p> <p>4- التقويم والتصحيح : اثناء تطبيق الطلبة للمشكلات الحركية السابقة تجول المدرس وراقب ادائهم وعمد الى تصحيح اي خطأ وبشكل فردي</p> <p>5- التفكير في التعلم الجديد : استخدام المدرس التساؤلات الاتية: "كيف غير تعلم مسكة الغطس على الرجلين من طريقة الهجوم على منافسيكم", "هل توجد اوجه تشابه ما بين هذه المسكة وتقنيات اداء لمهارات اخرى؟".</p>	<p>- ان يستنتج الطلبة وجه العلاقة فيما بين انخفاض مركز الثقل ونجاح الاختراق الناجح.</p> <p>- ان يلتزم الطلبة بقواعد الامن والسلامة عند كل محاولة للتطبيق الحركي لمسكة الغطس على الرجلين.</p> <p>- ان يطبق الطلبة محاولتين مختلفة لمسكة الغطس على الرجلين وبنجاح.</p>	40	الجزء التطبيقي