فاعلية عرض ثلاث نماذج والتصور العقلي في تعلم اداء بعض الحركات الأرضية

أ.م .د رحيم رويح حبيب (جامعة القادسية– كلية التربية الرياضية)
م.م بسمه توفيق صالح (جامعة القادسية– كلية التربية الرياضية)

ملخص البحث

اشتمل البحث على خمسة ابواب

اشتمل الباب الاول على المقدمة واهمية البحث إذ تضمنت المقدمة لعبة الجمناستك والمهارات الاساسية فيها اضافة الى دور النماذج التعليمية والتصور العقلي في تعلم الحركات الارضية .اما مشكلة البحث فتضمنت تحديد الاسلوب الافضل في تعلم المهارة .

اما اهداف البحث فهي التعرف على أفضل نموذج في تعليم اداء بعض الحركات الأرضية .

اما فروض البحث فقد افترضت الباحثة ان هناك فروقاً متباينة بين عرض النماذج والتصور العقلي في تعليم اداء بعض الحركات الأرضية. اما مجالات البحث فقد شمل

المجال البشري طالبات الصف الأول في متوسطة الحرية للبنات في محافظة القادسية .

- المجال الزماني : للفترة من24 /2010/10 ولغاية 15 / 12/ 2010
- المجال المكاني : ساحة الألعاب في المدرسة

واشتمل الباب الثاني على الدراسات النظرية والمحاور الاتية :

تعريف النموذج لاداء المهارات كذلك تعريف التصور العقلي وأهميته في التعلم اضافة الى جهاز الحركات الارضية والمهارات قيد البحث.

اما الباب الثالث فقد اشتمل على المنهج المستخدم وهو المنهج التجريبي وعينة البحث حيث تكونت من (72) طالبة مبتدئة قسمت على 6 مجموعات وتم اجراء التجانس والاختبارات قيد البحث.

اما الباب الرابع فقد اشتمل على عرض ومناقشة النتائج التي توصلت لها الباحثة من خلال المعالجات الاحصائية.

اما الباب الخامس فقد اشتمل على الاستنتاجات الاتية :-

- التنوع في استخدام عرض النماذج والتصور العقلي أدّى الى فهم وتعلم المهارة .
- وتوصي الباحثة استخدام النماذج المختلفة والتصور لما له أثر ايجابي في عملية التعلم

1- التعريف بالبحث

1-1المقدمة واهمية البحث:-

كان لظهور العلوم الحديثة في المجال الرياضي اثر كبير في دفع عجلة التقدم والتطور في هذا المجال مما دفع كثيراً من العلماء والمختصين والباحثين إلى الاهتمام الواسع لدراسة مواضيع مهمة ومختلفة على كافة الاصعدة الرياضية. ويعد تعلم المهارات الأساسية لكل فعالية من أهم شروط نجاح التقدم في الأداء بشرط أن يكون مبنيا على أسس علمية صحيحة مما يساعد في سرعة التعلم .

لذا يجب الأخذ بنظر الاعتبار عند اختيار أي أسلوب مستوى اللاعب وعمره الزمني والتدريبي ونوع المهارة المراد تعلمها من اجل ضمان استخدام الأسلوب الناجح لتعلم المهارة وان اسلوب عرض اكثر من نموذج هو احد الوسائل الفعالة في نجاح عملية التعلم كونه اسلوب جديد يضيف عنصر التشويق والتنويع في عرض الحركة او المهارة بالإضافة الى التصور العقلي وهذه الصفة من أهم صفات الأسلوب الناجح الذي يطور العملية التعليمية البنائية الفعالة عند تعلم المهارات وهنا تظهر اهمية البحث من خلال عرض النماذج واختيار الافضل والانسب الذي من خلاله نستدل على النموذج الافضل مما يسهم في تعلم مهارات اخرى يحتاجها المدرس بغية الانتقال بالمتعلمين الى المستوى الاحسن ..

1-2 مشكلة البحث:-

تكمن المشكلة في تنوع اساليب العرض للمهارات وبالتالي يصعب تحديد أي اسلوب هو الانسب لكي يساعد في التعلم والذي يسهم في اختصار الوقت والجهد المبذولين من قبل المدرس الرياضي بحيث يكون ذو تأثير فعال ومؤثر في تعليم بعض المهارات في الجمناستك بشكل يخدم المدرس والمتعلم المبتدئ في الوصول إلى مستوى افضل.

1-3 اهداف البحث:-

1- التعرف على أفضل نموذج في تعليم اداء بعض الحركات الارضية

1-4 فروض البحث:-

1- هناك فروق متباينة بين (العرض بنموذج – العرض بنموذجين–العرض بثلاثة نماذج) والتصور العقلي في تعليم اداء بعض الحركات الأرضية.

1-5 مجالات البحث:-

1-5-1 المجال البشري : طالبات الصف الأول متوسط بعمر (12-13) سنة في متوسطة الحرية للبنات في محافظة القادسية .

1-5-2 المجال الزماني : للفترة من24 /2010/10 ولغاية 15 / 12/ 2010

1-5-3 المجال المكاني : ساحة الألعاب في المدرسة

1-6 تحديد المصطلحات :

1- النموذج: -تقديم صورة حركية للحركة ككل او لجزء منها للمتعلم ويتم بواسطة المعلم او شخص اخر يجيد الحركة .(1)

2- التصور العقلي : إنه " محاولة استرجاع الأحداث أو الخبرات الحسية السابقة أو بناء صورة جديدة لحدث جديد وتكرارها أكثر من مرة ".(2)

2- الدراسات النظرية والمشابهة

2-1 الدراسات النظرية :-

2-1-1 النموذج :-

القيام بعرض المهارة او الحركة من قبل المدرس او شخص اخر يجيد ها ككل او لجزء منها للمتعلم وقد يكون الطالب نفسه نموذجاً للأداء الحركي .

ويعرف محمد (1981) النموذج بأنه "قيام المدرس بنفسه او تلميذ يجيد الحركة المطلوبة بالعرض "(3) وتؤكد عنايات (1982) انه(يمكن مساعدة عملية النموذج بالإرشادات والشرح والتصحيح حتى يتكون لدى الطالب تصور حركي ومعلومات تتعلق بالمادة التعليمية وهذا ما يساعد في استمرارية التعلم .(4)

2-1-2 الشروط الواجب توافرها في النموذج لأداء الحركة (5)

عند اختيار النموذج لأداء حركة او المهارة معينه لابد من مراعاة توفر شروط معينة عند اختياره نموذجاً منها :

1. يجب ان يكون اداء النموذج متقنا لان الكثيرين من الطلاب يتعلمون بطريقة المشاهدة والتقليد . فاذا كان المدرس (النموذج) غير قادر على اداء الحركة فيمكن الاستعانة بأحد الطلاب المتقدمين للقيام بعرض الحركة واذا لم يكن مثل هذا الطالب فيجب اتباع طريقة الشرح والتجزئة .
2. يجب ان يؤدي النموذج الحركة بحيث يراه جميع الطلاب كما يجب ان يكون الطلاب في وضع يسمح لهم برؤية تفاصيل الحركة بكل وضوح وسهولة من بدايتها حتى نهايتها .
3. عند قيام المدرس (النموذج) بعرض الحركة يجب ان يوعز لنفسه بنفس الايعازات الخاصة بالحركة.
4. يستحسن ان يقلل المدرس من اداء النماذج حتى يعطي فرصة للطلاب للتصور والتفكير
5. امكانية اعادة العرض من اتجاهات مختلفة
6. ان يقترن بالشرح المختصر لزيادة الايضاح والحماس

---

(1) محمد زياد حمدان :الوسائل التعليمية مبادئها وتطبيقاتها مؤسسة الرسالة ،1981،ص226

(2) قاسم لزام جبر: موضوعات في التعلم الحركي ،بغداد،مطابع الجمعة ،2005،ص226

(3) محمد زياد حمدان:الوسائل التعليمية مبادئها وتطبيقاتها،مؤسسة الرسالة ،1981،ص16

(4) عنيات محمد حطاب :مناهج وطرق تدريس التربية البدنية ،ط1،القاهرة،1982،ص170

(5) عباس احمد السامرائي :-طرق تدريس التربية الرياضية ،ج1،ط2 ،دار الكتب للطباعة والنشر ،جامعة الموصل ،1987 ،ص198

7. يؤدى بالسرعة المطلوبة لمحاكاته قبل السرعة المطلوبة لإدراكه
8. يستثير دافعية الناشئ وحماسه لمحاكاته عقليا قبل محاكاته حركيا (1)

2-1-3 التصور العقلي :-

ان أغلب التعريفات التي تناولت التصور تنطوي على مصطلح الاسترجاع أو الإعادة والتذكر إذ يعرفه وجيه (1989) بأنه " الصورة التي يأخذها المتعلم عن طريق النظر والشرح للحركة وتنطبع بالدماغ وتؤدي الممارسة والخبرة دوراً في ثبات هذه الصورة ، وتكون هذه الصورة الموجودة في الدماغ أساساً أولياً لتأدية المتعلم أو المبتدئ الحركة "(2)

ويعرف أسامة (2000) التصور العقلي بأنه "وسيلة عقلية يمكن من خلالها تكوين تصورات خبرات سابقة أو تصورات جديدة لم تحدث من قبل لغرض الإعداد العقلي للأداء "(3").

2 -1-4 خصائص المرحلة العمرية (12-13) سنة إناث:

يشير وجيه (1987) إلى أن المرحلة العمرية (12-13) سنة هي مرحلة الفتوة الأولى كما أنها السنة الأولى من المرحلة المتوسطة وبداية مرحلة المراهقة(4) .

ويذكر كورت ماينل (1987) أنه خلال هذه المرحلة العمرية (12-13) سنة يتصف التصرف الحركي بالحركة الكثيرة الموجهة والهادفة وتصل القابلية الحركية إلى مستوى عال وأهمها قابلية التعلم الحركي ، وكذلك تحسن قابلية التوجيه الحركي مع الاقتصاد بالطاقة والتحسن الواضح في البناء والانسياب والوزن الحركي مما يجعلنا ننظر إلى هذه المرحلة العمرية على أنها القمة الأولى في التطور الحركي وكأحسن مرحلة للتعلم الحركي في عمر الطفولة(5)

2-1-5 مفهوم الحركات الارضية :- (6)

تعد الحركات الارضية اساساً مهماً لجمناستك الاجهزة لأنها العمود الفقري الذي تستند إليه بقية مهارات الاجهزة ، وان اتقانها يساعد المتعلمين على اتقان مجاميع حركية وتكسبهم قدرة على اداء الحركات الصعبة على اجهزة الجمناستك الاخرى ، لأنها تعدّ حلقة الوصل بين مختلف الحركات إضافة الى انها

---

[1] عباس احمد السامرائي : المصدر السابق نفسه ،1987 ،ص198

[2] وجيه محجوب : علم الحركة – التعلم الحركي ،جامعة الموصل ،دار الكتب للطباعة والنشر 1989،ص38

[3] أسامة كامل راتب : تدريب المهارات النفسية – تطبيقات في المجال الرياضي ، ط1، القاهرة ، دار الفكر العربي،2000 ،ص117

[4] وجيه محجوب : علم الحركة – التطور الحركي منذ الولادة حتى سن الشيخوخة ، ج2 ، جامعة بغداد ، 1987 ، ص185

[5] كورت ماينل : التعلم الحركي(ترجمة عبد علي نصيف)دار الكتب للطباعة والنشر ،الموصل ، 1987 ، ص267-268 .

[6] عبد الستار جاسم وعايدة علي حسين ؛ الجمباز المعاصر للبنات : (دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1991) ، ص 145 .

2)سوسن عبد المنعم واخرون:الجمباز وطرق تدريسة: الهيئة المصرية للشباب،القاهرة ،1983،ص2

3-Linda W ., Andy K. Fundamental Gymnastic , lemer publications co. , 1995 , P.23 .

تنمي كثيراً من السمات مثل الشجاعة والارادة والصبر والجرأة والثقة بالنفس وتقلل من عوامل الخوف والتردد في اثناء ممارسة الحركات الصعبة .

وتشير (سوسن 1983) الى " ان اتقان الحركات الارضية البسيطة تكسب مهارة وتوافقاً كبيراً يساعد في اداء الحركات الصعبة وكذلك الحركات على باقي الاجهزة إذ انها جميعاً مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بعضها ببعض " (2)

ويتفق هذا مع ما ذكرته (Linda 1995) " ان مهارات الوثب و الدحرجات و المرجحات ومرونة المفاصل من التمرينات الاساسية للاعب الجمباز و التي يجب ان يتوافر لديه مستوى اداء يميز هذه الحركات " . (3)ومن وجهة نظر الباحثة ترى بأنها مجموعة الحركات التي تؤدى على ملعب مساحته (14×14) م ، والتي تعد اعداداً لمهارات اجهزة الجمباز الاخرى .

2-1-6 بعض المهارات الاساسية على جهاز الحركات الارضية

المهارات الاساسية ((هي الحركات التي يتحتم على اللاعب اداؤها في جميع المواقف التي تتطلبها اللعبة بغرض الوصول الى أفضل النتائج .والمهارات الاساسية تحتاج الى مستوى عال من اللياقة البدنية. وتقسم اجهزة البنات الى الآتي :

1. جهاز الحركات الارضية .
2. المتوازي مختلف الارتفاعات .
3. عارضة التوازن .
4. حصان القفز .

2-1-6-1 الدحرجة الامامية

*** النواحي الفنية لمهارة الدحرجة الامامية (1)**

- الجلوس على الاربعة.
- ميل الجسم الى الامام وثني الرأس والرقبة الى الاسفل.
- ثني الذراعين مع أستمرار ثني الرأس الـــى الصدر .
- دفع الارض بالقدمين .
- ملامســـــــــة الاكتاف الارض أولا.
- ثني الركبتين الى الصدر مع مسكهما باليدين.
- الوصول الى وضع الجلوس علـــى الاربعة.

---

[1] محمد ابراهيم شحاته :- دليل الجمباز الفني .آنسات ،المكتبة المصرية للطباعة والنشر ،ط1، الإسكندرية ،2007،ص33 .

2 -1-6-2 الدحرجة الخلفية:- (1)

***النواحي الفنية لمهارة الدحرجة الخلفية**

- من وضع الجلوس على الاربعة ميلان الجسم الى الخلف.
- حني الرأس على الصدر وثني الركبتين على الصدر.
- ملامسة اليدين أولا للارض ثم الرقبة مع سحب الركبتين الى الوجة.
- وضع اليدين بجانب الرأس.
- أصابع اليدين متجهة نحو الاكتاف والابهام بجانب الاذنين.
- دفع الارض باليدين لغرض مرور الرأس.

2-1-6-3 مهارة الوقوف على الرأس:- (2)

***النواحي الفنية لمهارة الوقوف على الرأس .**

1. من وضع الوقوف اخذ وضع الاقعاء
2. ووضع اليدين على البساط باتساع عرض الكتفين ووضع قمة الراس على البساط بمسافة قليلة للأمام من اليدين والرقبة مفرودة ،و الركبتين مثنية سحب الرجلين للخلف.
3. البدء برفع الرجلين من الارض بحيث يكون الورك فوق الرأس ورفع الساقين عاليا مع ضمهما وفرد الركبتين ومشطي القدمين ومفصلي الحوض والجذع

3-منهج البحث واجراءاتة الميدانية:-

3-1 مجتمع البحث وعينته :-

تكون مجتمع البحث من طالبات الصف الأول متوسط في متوسطة الحرية للبنات- محافظة القادسية بأعمار (12-13) سنة ، والبالغ عددهن (150) طالبة للعام الدراسي 2010- 2011م اما عينة البحث: اشتملت عينة البحث على (72) طالبة مبتدئة ، وهن من الطالبات اللواتي لم يمارسن اللعبة مطلقا .وهذه العينة تشكل نسبة (48%) من مجتمع الاصل والبالغ عددهم (150) طالبة. اختيرت العينة بالطريقة العشوائية البسيطة لتمثل شعبة (أ-ب-هـ)

جدول (3-1)

يبين التصميم التجريبي لمجاميع البحث

---

[1] محمد ابراهيم شحاته :- المصدر السابق نفسه ،2008 ،ص37

[2] معيوف ذنون و (آخرون) ؛ مصدر سبق ذكره ، 1985 ، ص 91

المجموعات	1	2	3	4
المجموعة الاولى	اختبار قبلي مهاري	عرض نموذج تعليمي واحد بدون تطبيق منهاج التصور العقلي	اختبار بعدي مهاري	الفروق بين المجموعات التجريبية في الاختبار البعدي
المجموعة الثانية	اختبار قبلي مهاري	عرض نموذج تعليمي وتطبيق منهاج التصور العقلي	اختبار بعدي مهاري	
المجموعة الثالثة	اختبار قبلي مهاري	عرض نموذجين تعليميين بدون تطبيق منهاج التصور العقلي	اختبار بعدي مهاري	
المجموعة الرابعة	اختبار قبلي مهاري	عرض نموذجين تعليميين و تطبيق منهاج التصور العقلي	اختبار بعدي مهاري	
المجموعة الخامسة	اختبار قبلي مهاري	عرض ثلاثة نماذج تعليمية بدون تطبيق منهاج التصور العقلي	اختبار بعدي مهاري	
المجموعة السادسة	اختبار قبلي مهاري	عرض ثلاثة نماذج تعليمية و تطبيق منهاج التصور العقلي	اختبار بعدي مهاري	

3-2 تجانس وتكافؤ العينة :

من أجل ضبط بعض المتغيرات التي تؤثر في دقة نتائج البحث يجب التأكد من تجانس وتكافؤ كل مجموعة من عينة البحث في متغيرات [العمر – الوزن–الطول–التصور العقلي–الاداء المهاري] . لذا استخدمت الباحثة اختبار كولمجروف – سميرنوف وقيمة (ف) النسبية لإجراء التجانس داخل كل مجموعة

جدول (3-2)

يبين التوزيع الطبيعي للبيانات القبلية لمجاميع البحث من حيث (العمر،الوزن،الطول،التصور العقلي،الاداء المهاري)

المجاميع	المتغيرات		الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التباين	كولمجروف - سمير نوف	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
مج 1 عرض نموذج	العمر		12.08	0.79	0.63	0.21	0.15	اعتدالي ومتطابق
	الوزن		44.42	8.52	72.63	0.24	0.06	اعتدالي ومتطابق
	الطول		149.50	9.24	85.36	0.21	0.16	اعتدالي ومتطابق
	اختبار التصور العقلي		83.25	11.07	122.57	0.11	0.20	اعتدالي ومتطابق
	الاداء المهاري	الدحرجة الامامية	2.51	0.43	0.19	0.16	0.20	اعتدالي ومتطابق
		الحرجة الخلفية	2.55	0.30	0.09	0.19	0.20	اعتدالي ومتطابق
		الوقوف على الراس	2.63	0.22	0.05	0.17	0.20	اعتدالي ومتطابق
مج 2 عرض نموذج+ تصور عقلي	العمر		12.08	0.79	0.63	0.21	0.15	اعتدالي ومتطابق
	الوزن		44.17	8.12	65.97	0.20	0.20	اعتدالي ومتطابق
	الطول		149.42	8.78	77.17	0.20	0.20	اعتدالي ومتطابق
	اختبار التصور العقلي		83.42	9.31	86.63	0.21	0.16	اعتدالي ومتطابق
	الاداء المهاري	الدحرجة الامامية	2.66	0.41	0.17	0.22	0.13	اعتدالي ومتطابق
		الحرجة الخلفية	2.79	0.62	0.38	0.22	0.12	اعتدالي ومتطابق
		الوقوف على الراس	2.65	0.47	0.22	0.21	0.15	اعتدالي ومتطابق

المجاميع	المتغيرات		الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التباين	كولمجروف- سمير نوف	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
مج 3 عرض نموذجين	العمر		12.00	0.85	0.73	0.21	0.14	اعتدالي ومتطابق
	الوزن		44.67	6.46	41.70	0.23	0.08	اعتدالي ومتطابق
	الطول		149.33	6.60	43.52	0.17	0.20	اعتدالي ومتطابق
	اختبار التصور العقلي		82.08	10.59	112.08	0.11	0.20	اعتدالي ومتطابق
	الاداء المهاري	الدحرجة الامامية	2.58	0.41	0.17	0.20	0.20	اعتدالي ومتطابق
		الحرجة الخلفية	2.58	0.46	0.21	0.15	0.20	اعتدالي ومتطابق
		الوقوف على الراس	2.64	0.51	0.26	0.19	0.20	اعتدالي ومتطابق
مج 4 عرض نموذجين + تصور عقلي	العمر		12.08	0.79	0.63	0.21	0.15	اعتدالي ومتطابق
	الوزن		44.42	7.29	53.17	0.16	0.20	اعتدالي ومتطابق
	الطول		149.50	6.59	43.36	0.14	0.20	اعتدالي ومتطابق
	اختبار التصور العقلي		83.58	13.54	183.36	0.17	0.20	اعتدالي ومتطابق
	الاداء المهاري	الدحرجة الامامية	2.56	0.51	0.26	0.23	0.09	اعتدالي ومتطابق
		الحرجة الخلفية	2.67	0.57	0.32	0.21	0.14	اعتدالي ومتطابق
		الوقوف على الراس	2.66	0.31	0.10	0.20	0.20	اعتدالي ومتطابق

المجاميع	المتغيرات		الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التباين	كولمجروف- سمير نوف	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
مج 5 عرض ثلاث نماذج	العمر		12.00	0.85	0.73	0.21	0.14	اعتدالي ومتطابق
	الوزن		44.50	7.49	56.09	0.18	0.20	اعتدالي ومتطابق
	الطول		149.25	7.24	52.39	0.11	0.20	اعتدالي ومتطابق
	اختبار التصور العقلي		83.42	11.66	135.90	0.16	0.20	اعتدالي ومتطابق
	الاداء المهاري	الدحرجة الامامية	2.65	0.68	0.46	0.20	0.20	اعتدالي ومتطابق
		الحرجة الخلفية	2.59	0.46	0.21	0.24	0.07	اعتدالي ومتطابق
		الوقوف على الراس	2.63	0.31	0.10	0.21	0.16	اعتدالي ومتطابق
مج 6 عرض ثلاث نماذج + تصور عقلي	العمر		12.00	0.85	0.73	0.21	0.14	اعتدالي ومتطابق
	الوزن		44.58	5.99	35.90	0.15	0.20	اعتدالي ومتطابق
	الطول		149.42	9.09	82.63	0.15	0.20	اعتدالي ومتطابق
	اختبار التصور العقلي		83.58	11.47	131.54	0.12	0.20	اعتدالي ومتطابق
	الاداء المهاري	الدحرجة الامامية	2.62	0.57	0.33	0.19	0.20	اعتدالي ومتطابق
		الحرجة الخلفية	2.84	0.54	0.29	0.22	0.12	اعتدالي ومتطابق
		الوقوف على الراس	2.65	0.63	0.40	0.20	0.20	اعتدالي ومتطابق

يبين الجدول قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وتحليل التباين باستخدام اختبار كولمجروف- سمير نوف وجميع القيم كانت اكبر من (0.05) مما يدل على انها اعتدالية ومتطابقة اي موزعة توزيعا طبيعيا مما يدل على تجانس افراد العينة

جدول (3-3)

يبين قيمة (F)النسبية للتجانس في متغيرات البحث من حيث (العمر ، الوزن ، الطول ، التصور، الاداء المهاري)

المتغيرات		درجة الحرية(1)	درجة الحرية(2)	قيمة F النسبية	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
العمر		5.00	66.00	1.85	0.12	غير معنوي
الوزن		5.00	66.00	0.98	0.44	غير معنوي
الطول		5.00	66.00	1.25	0.30	غير معنوي
اختبار التصور العقلي		5.00	66.00	0.56	0.73	غير معنوي
الاداء المهاري	الدحرجة الامامية	5.00	66.00	1.04	0.40	غير معنوي
	الحرجة الخلفية	5.00	66.00	1.21	0.32	غير معنوي
	الوقوف على الراس	5.00	66.00	1.63	0.30	غير معنوي

يبين الجدول قيم (F) النسبية عند درجة حرية (5،66) وجميع القيم هي اكبر من (0.05) مما يدل على تجانس العينة و لغرض التأكد من تكافؤ مجاميع البحث في متغيرات [العمر –الطول – الوزن –اختبار التصور –الاداء المهاري] قامت الباحثة بإجراء التكافؤ باستخدام تحليل التباين

جدول (3-4)

يبين تكافؤ مجاميع البحث في متغيرات[العمر–الطول – الوزن –،اختبارات التصور العقلي–الاداء المهاري]

المتغيرات		مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
العمر		بين المجموعات	9.13	5.00	1.83	0.67	0.65	غير معنوي
		داخل المجموعات	178.75	66.00	2.71			
		المجموع	187.88	71.00				
الوزن		بين المجموعات	1.79	5.00	0.36	0.01	1.00	غير معنوي
		داخل المجموعات	3580.08	66,00	54.24			
		المجموع	3581.88	71.00				
الطول		بين المجموعات	0.57	5.00	0.11	0.00	1.00	غير معنوي
		داخل المجموعات	4228.75	66.00	64.07			
		المجموع	4229.32	71.00				
اختبار التصور العقلي		بين المجموعات	19.61	5.00	3.92	0.03	1.00	غير معنوي
		داخل المجموعات	8492.83	66.00	128.68			
		المجموع	8512.44	71.00				
الاداء المهاري	الدحرجة الامامية	بين المجموعات	0.20	5.00	0.04	0.15	0.98	غير معنوي
		داخل المجموعات	17.16	66.00	0.26			
		المجموع	17.36	71.00				
	الحرجة الخلفية	بين المجموعات	0.88	5.00	0.18	0.70	0.62	غير معنوي
		داخل المجموعات	16.56	66.00	0.25			
		المجموع	17.44	71.00				
	الوقوف على الراس	بين المجموعات	0.01	5.00	0.00	0.01	1.00	غير معنوي
		داخل المجموعات	12.32	66.00	0.19			
		المجموع	12.33	71.00				

يبين الجدول قيم (F) وجميعها اكبر من (0.05) مما يدل على عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين مجاميع البحث في متغيرات (العمر–الطول – الوزن –التصور العقلي–الاداء المهاري)، مما يدل على تكافؤ مجموعات البحث في هذه المتغيرات.

3–3 وسائل جمع المعلومات

3-3-1ادوات البحث:

1. المصادر العربية والأجنبية .
2. استمارة تقويم مستوى الأداء الفني
3. اختبار التصور العقلي

3-3-2 الأجهزة المستخدمة

1. ميزان طبي ارضي عدد (1).
2. ابسطة جمناستك عدد (8) .
3. كاميرة تصوير فيديو نوع (Sony) مع اقراص C.D عدد (20)

3-4 اختبار مقياس التصور العقلي

ان هذا الاختبار أعيدت صياغة فقراته من قبل ضياء جابر محمد (2002).(1) وجعلها اكثر وضوحا لتلائم الاعمار الصغيرة حيث قامت الباحثة بشرح الدراسة لجميع الطالبات شرحا تفصيليا وشرح طريقة الاستجابة على (مقياس التصور العقلي في المجال الرياضي) والمستخدم لهذه الدراسة . واوضحت للجميع تفاصيل وابعاد هذه الاداة وتم توزيع المقياس على الطالبات وقامت الباحثة وفريق العمل المساعد لها بالتوقيت لمدة (1)د ثم طلبت منهن الإجابة على اسئلة المقياس لكل موقف من مواقف المقياس الأربعة كما في ملحق (1)

3-5 تصميم استمارات لتقويم الأداء الفني :-

من أجل تقويم الأداء الفني قامت الباحثة بعرض الاستمارات على مجموعة من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال الجمناستك والاختبار والقياس* ، وبعد إجراء التعديلات والتغييرات فيها أصبحت الاستمارات شاملة وصالحة لتقويم الأداء الفني ، تم التقويم من قبل (5) مقومين وحسب القانون الدولي في حساب الدرجة وهي أسلم طريقة وتكون من خلال حذف اعلى درجة وأقل درجة ويؤخذ مجموع درجات الوسط وتقسم على .(2) لتكون الدرجة النهائية لكل مهارة

$$\text{درجة اللاعبة} = \frac{\text{مجموع درجات الوسط}}{2}$$

ملاحظة / تم الاتفاق بين الخبراء والمختصين على بعض الاسس والمبادئ لإعطاء الدرجة من (10) لكل مهارة .

3-6 التجربة الاستطلاعية :-

---

[1]) ضياء جابر محمد : مصدر سبق ذكره ، ص107 -111

[2]) قواعد التقويم الدولي للنساء . اعداد الاتحاد العربي السوري . (ترجمة) رباب الحارس ، 2006 ، ص 16 .

فقد أجرت الباحثة التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2010/10/23 على عينة من غير عينة البحث ومن مجتمع الأصل وهم (12) طالبة من شعبة (د) ، ويشكلن نسبة (8%) من مجتمع الاصل وأشرفت الباحثة على ذلك.

وكان الهدف من هذه التجربة ما يأتي :-

1. التأكد من سلامة الأدوات والأجهزة المستخدمة .
2. استخراج المعاملات العلمية للاختبار (الصدق ، الثبات ، الموضوعية)
3. تدريب كادر فريق العمل المساعد

3-7 اجراءات البحث الميدانية:-

3-7-1 التجربة الرئيسية

قسمت عينة البحث على (6)مجاميع تخضع الى تنفيذ منهج التصور العقلي والمنهج التعليمي وبتاريخ 2010/10/24 لغاية 2011/12/15 كما يأتي:-

المجموعة الأولى:-شعبة (أ)

يتم عرض نموذج تعليمي واحد للمهارة ومن ثم تطبق المهارة مباشرة من قبل الطالبات وعددهن (12) طالبة يحملن الارقام الفردية.

المجموعة الثانية :

فبعد عرض النموذج تأخذ فترة (10-15) د تصور عقلي ثم تطبق المهارة من قبل (12) طالبة يحملن الارقام الزوجية وفي نهاية الوحدة التعليمية يتم التصوير .

المجموعة الثالثة :-شعبة (ب)

يتم عرض نموذجين تعليميين نفس الوقت وبعدها وتطبق المهارة مباشرة من قبل الطالبات وعددهن (12) طالبة يحملن الارقام الفردية.

المجموعة الرابعة :-

تأخذ فترة (10-15) د تصور عقلي ثم تطبق المهارة من قبل (12) طالبة يحملن الارقام الزوجية وفي نهاية الوحدة التعليمية يتم التصوير .

المجموعة الخامسة:-شعبة(هـ)

يتم عرض ثلاثة نماذج تعليمية في نفس الوقت وبعدها وتطبق المهاره مباشرة من قبل الطالبات وعددهن (12) طالبة يحملن الارقام الفردية.

المجموعة السادسة :-

تأخذ فترة (10-15) د تصور عقلي ثم تطبق المهاره من قبل (12) طالبة يحملن الارقام الزوجية وفي نهاية الوحدة التعليمية يتم التصوير .

واستغرق تطبيق المنهج التعليمي (8)اسابيع وبواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع ،زمن الوحدة التعليمية (45) دقيقة . وتم ارسال الاستمارات الى الخبراء لغرض تقويم الاداء الفني للمهارات .*

اسماء الخبراء

ا.م.د اسامة عبد المنعم –بايو جمناستك /جامعة بابل –كلية التربية الرياضية

م.د ليث محمد– تعلم جمناستك /جامعة البصرة–كلية التربية الرياضية

ا.م.د رغداء حمزة –طرائق –جمناستك/ جامعة بابل –كلية التربية الرياضية

3-6 الوسائل الإحصائية:-

استخدمت الباحثة الحقيبة الاحصائية (spss)

4-عرض وتحليل ومناقشة النتائج

4-1 عرض نتائج الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الاولى والثانية للمهارات، وتحليلها ومناقشتها .

الجدول (4-1)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة للمهارات بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الاولى والثانية

المجاميع	المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحتسبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية	حجم الاثر	مستوى الاثر
		س-	ع	س-	ع					
مج 1 عرض نموذج	الدحرجة الامامية	2.51	0.43	4.16	0.59	13.81	0.00	معنوي	0.97	كبيرا
	الحرجة الخلفية	2.55	0.30	4.43	0.59	9.23	0.00	معنوي	0.94	كبيرا
	الوقوف على الراس	2.63	0.22	3.52	0.61	4.63	0.00	معنوي	0.81	كبيرا
مج 2 عرض نموذج+ تصور عقلي	الدحرجة الامامية	2.66	0.41	5.28	0.49	15.18	0.00	معنوي	0.98	كبيرا
	الحرجة الخلفية	2.79	0.62	4.78	0.86	6.03	0.00	معنوي	0.88	كبيرا
	الوقوف على الراس	2.65	0.47	4.83	0.53	13.46	0.00	معنوي	0.97	كبيرا

يبين الجدول (4-1) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للمهارات في الاختبارات القبلية والاختبارات البعدية ولصالح الاختبارات البعدية

لاحظت الباحثة ان المجموعة الاولى التي تتعلم باسلوب (عرض نموذج بدون التصور العقلي) والمجموعة الثانية التي تتعلم باسلوب (عرض نموذج مع التصور العقلي) قد حققت فروقاً معنوية في جميع المهارات الدحرجة الامامية والدحرجة الخلفية والوقوف على الراس. لكن بنسب متفاوتة.

وتعزو الباحثة هذه الفروق الى تأثير استخدام اكثر من وسيلة تعليمية في وقت واحد و تأثير منهج التصور العقلي بالإضافة الى تأثير المنهج التعليمي مما ادى الى تقدم واضح لدى افراد العينة بسبب الانتظام والاستمرار في الوحدات التعليمية التي لها دور في التخلص من الصعوبات التي تواجه افراد العينة في اثناء اداء المهارات ، كذلك اعطاء التصور الحركي الصحيح للمهارة بأفضل مستوى وجعل الفرد قادراً على تصحيح اخطائه ،

وتتفق الباحثة مع ما أكدته (ابتهاج احمد) " فاستخدام الوسائل التعليمية المختلفة في عملية التعلم تجعل التعليم ايجابيا وتجعل الفرد المتعلم قادراً على تصحيح اوضاعه وحركاته فتكون العملية التعليمية اكثر وأسرع تأثيراً " (1) .

2-4 عرض نتائج الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الثالثة والرابعة للمهارات، وتحليلها ومناقشتها .

الجدول (4-2)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة للمهارات بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الثالثة والرابعة

[1] ابتهاج احمد عبد العال ؛ تأثير استخدام الوسائل التعليمية في تعليم مهارات التمرير والضربة الساحقة في الكرة الطائرة لتلميذات المرحلة الاعدادية . مجلة علوم وفنون الرياضة : (القاهرة ، جامعة حلوان ، 1990) ، ص 9 .

المجاميع	المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحتسبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية	حجم الاثر	مستوى الاثر
		س-	ع	س-	ع					
مج3 عرض نموذجين	الدحرجة الامامية	2.58	0.41	5.19	0.54	14.47	0.00	معنوي	0.97	كبيرا
	الحرجة الخلفية	2.58	0.46	4.49	0.93	5.66	0.00	معنوي	0.86	كبيرا
	الوقوف على الراس	2.64	0.51	4.50	0.64	6.69	0.00	معنوي	0.90	كبيرا
مج 4 عرض نموذجين + تصور عقلي	الدحرجة الامامية	2.56	0.51	5.63	0.70	12.34	0.00	معنوي	0.97	كبيرا
	الحرجة الخلفية	2.67	0.57	5.15	0.73	8.57	0.00	معنوي	0.93	كبيرا
	الوقوف على الراس	2.66	0.31	5.34	0.52	14.77	0.00	معنوي	0.98	كبيرا

يبين الجدول (4-2) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للمهارات في الاختبارات القبلية والاختبارات البعدية ولصالح الاختبارات البعدية

لاحظت الباحثة ان المجموعة الثالثة التي تتعلم بأسلوب (عرض نموذجين بدون التصور العقلي) والمجموعة الرابعة التي تتعلم بأسلوب (عرض نموذجين مع التصور العقلي) قد حققت فروقاً معنوية في جميع المهارات الدحرجة الامامية والدحرجة الخلفية والوقوف على الراس لكن بنسب متفاوتة وتعزو الباحثة هذه الفروق بين المجموعتين الى مدى فاعلية المنهج المطبق أي استخدام اكثر من نموذج تعليمي بالإضافة الى التصور العقلي للمهارات وهذا ما خلق رغبة وتحفيزاً وتشجيع الطالبات على ممارسة المهارات بصورة صحيحة ، ان هذا التعلم الحاصل في المهارات جاء نتيجة الدقة في التطبيق والانتباه من قبل الطالبات مما ساعدهم في سهولة فهم واستيعاب المهارة . وتتفق الباحثة مع ما أكده (عبد الحميد شرف) " ان عرض بعض الوسائل التعليمية او النماذج التي تحمل نماذج للحركة المراد تعلمها ، تحرك الرغبة الايجابية لدى التلميذ وتولد لديه الحب في تعلم الحركات " (1)

4-3 عرض نتائج الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الخامسة والسادسة للمهارات، وتحليلها ومناقشتها .

الجدول (4-3)

[1] عبد الحميد شرف ؛ تكنلوجيا التعليم في التربية الرياضية ، ط1، مطابع امون ،القاهرة ،2000، ص 55 .

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة للمهارات بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الخامسة والسادسة

المجاميع	المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحتسبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية	حجم الاثر	مستوى الاثر
		س-	ع	س-	ع					
مج 5 عرض ثلاث نماذج	الدحرجة الامامية	2.65	0.68	5.00	0.79	7.31	0.00	معنوي	0.91	كبيرا
	الحرجة الخلفية	2.59	0.46	4.92	0.56	18.62	0.00	معنوي	0.98	كبيرا
	الوقوف على الراس	2.63	0.31	4.57	1.01	6.26	0.00	معنوي	0.88	كبيرا
مج 6 عرض ثلاث نماذج + تصور عقلي	الدحرجة الامامية	2.62	0.57	6.23	0.88	11.80	0.00	معنوي	0.96	كبيرا
	الحرجة الخلفية	2.84	0.54	5.27	0.39	11.67	0.00	معنوي	0.96	كبيرا
	الوقوف على الراس	2.65	0.63	5.29	0.45	10.13	0.00	معنوي	0.95	كبيرا

يبين الجدول (4-3) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للمهارات في الاختبارات القبلية والاختبارات البعدية ولصالح الاختبارات البعدية

لاحظت الباحثة ان المجموعة الخامسة التي تتعلم باسلوب (عرض ثلاثة نماذج بدون التصور العقلي) والمجموعة السادسة التي تتعلم باسلوب (عرض ثلاثة نماذج مع التصور العقلي) قد حققت فروقاً معنوية في جميع المهارات الدحرجة الامامية والدحرجة الخلفية والوقوف على الراس وتعزو الباحثة هذه الفروق الى تطبيق البرنامج التعليمي باستخدام الوسيلة المركبة وهي استخدام ثلاثة نماذج بالإضافة الى التصور العقلي بصورة دقيقة ومنظمة وملائمته لعينة البحث ، ودورها في ابراز التفاصيل الدقيقة الخاصة بالمهارات مما تزيد قدرة الطالبات في فهم متطلبات الحركة بالإضافة الى التكرار المستمر .

وتتفق الباحثة مع ما أشار اليه(وجيه محجوب) في المعلومات الواسعة " ان توافر المعلومات عن المهارة سوف يطور القابلية على التعلم للمهارات الحركية اكثر من الذين لم تتوافر لديهم معلومات واسعة قبل التدريب " (1).

ولغرض التعرف على معنوية الفروق بين المجموعات التي اظهرت فروقاً معنوية بين الاختبارات البعدية ولصالح أي مجموعة باستخدام تحليل التباين وقانون تيوكي

4-4 عرض نتائج اختبار تحليل التباين (F-test) بين المجموعات وداخلها لمهارة الدحرجة الامامية

جدول(4-4)

[1] وجيه محجوب ؛ التعلم وجدولة التدريب الرياضي : (عمان ، دار وائل للنشر ، 2001) ، ص 143 .

يبين اختبار تحليل التباين (F-test) بين المجموعات وداخلها للمجاميع الست في اختبار مهارة الدحرجة الامامية

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية	حجم الاثر	مستوى الاثر
الدحرجة الامامية	بين المجموعات	28.39	5.00	5.68	12.35	0.00	معنوي	0.44	متوسط
	داخل المجموعات	30.35	66.00	0.46					
	المجموع	58.74	71.00						

4-5 عرض نتائج اختبار(تيوكي) للمقارنات البعدية للمجاميع الست في مهارة الدحرجة الامامية

جدول (4-5)

يبين نتائج اختبار(تيوكي) للمقارنات البعدية للمجاميع الست في مهارة الدحرجة الامامية

المتغيرات	المجاميع	الاوساط الحسابية	فرق الاوساط	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
الدحرجة الامامية	مج1-مج2	5.28-4.16	1.11667-*	0.00	معنوي
	مج1-مج3	5.19-4.16	1.03333-*	0.01	معنوي
	مج1-مج4	5.63-4.16	1.46667-*	0.00	معنوي
	مج1-مج5	5.00-4.16	0.84167-*	0.04	معنوي
	مج1-مج6	6.23-4.16	2.07500-*	0.00	معنوي
	مج2-مج3	5.19-5.28	0.08	1.00	غير معنوي
	مج2-مج4	5.63-5.28	0.35000-	0.80	غير معنوي
	مج2-مج5	5.00-5.28	0.28	0.92	غير معنوي
	مج2-مج6	6.23-5.28	0.95833-*	0.01	معنوي
	مج3-مج4	5.63-5.19	0.43333-	0.62	غير معنوي
	مج3-مج5	5.00-5.19	0.19	0.98	غير معنوي
	مج3-مج6	6.23-5.19	1.04167-*	0.01	معنوي
	مج4-مج5	5.00-5.63	0.63	0.23	غير معنوي
	مج4-مج6	6.23-5.63	0.60833-	0.25	غير معنوي
	مج5-مج6	6.23-5.00	1.23333-*	0.00	معنوي

يبين الجدول (4-5) نتائج اختبار (تيوكي) للمقارنات البعدية للمجاميع الست لمهارة الدحرجة الامامية.

4-6 عرض نتائج اختبار تحليل التباين (F-test) بين المجموعات وداخلها لمهارة الدحرجة الخلفية

جدول(4-6)

يبين نتائج اختبار تحليل التباين (F-test) بين المجموعات وداخلها للمجاميع الست في اختبار مهارة الدحرجة الخلفية

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية	حجم الاثر	مستوى الاثر

الدحرجة الخلفية	بين المجموعات	6.89	5.00	1.38	2.81	0.02	معنوي	0.11	صغير

4-7 عرض نتائج اختبار (تيوكي) للمقارنات البعدية للمجاميع الست المهارة الدحرجة الخلفية

جدول (4-7)

عرض نتائج اختبار (تيوكي) للمقارنات البعدية للمجاميع الست المهارة الدحرجة الخلفية

المتغيرات	المجاميع	الاوساط الحسابية	فرق الاوساط	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
الدحرجة الخلفية	مج1-مج2	4.78-4.43	0.35000-	0.82	غير معنوي
	مج1-مج3	4.49-4.43	0.05833-	1.00	غير معنوي
	مج1-مج4	5.15-4.43	0.71667-	0.14	غير معنوي
	مج1-مج5	4.92-4.43	0.48333-	0.54	غير معنوي
	مج1-مج6	5.27-4.43	0.83333-	0.05	غير معنوي
	مج2-مج3	4.49-4.78	0.29	0.91	غير معنوي
	مج2-مج4	5.15-4.78	0.36667-	0.79	غير معنوي
	مج2-مج5	4.92-4.78	0.13333-	1.00	غير معنوي
	مج2-مج6	5.27-4.78	0.48333-	0.54	غير معنوي
	مج3-مج4	5.15-4.49	0.65833-	0.21	غير معنوي
	مج3-مج5	4.92-4.49	0.42500-	0.67	غير معنوي
	مج3-مج6	5.27-4.49	0.77500-	0.09	غير معنوي
	مج4-مج5	4.92-5.15	0.23	0.96	غير معنوي
	مج4-مج6	5.27-5.15	0.11667-	1.00	غير معنوي
	مج5-مج6	5.27-4.92	0.35000-	0.82	غير معنوي

4-8 عرض نتائج اختبار تحليل التباين (F-test) بين المجموعات وداخلها للمجاميع الست في اختبار مهارة الوقوف على الرأس

جدول(4-8)

عرض نتائج اختبار تحليل التباين (F-test) بين المجموعات وداخلها لمهارة الوقوف على الراس

المتغيرات	قيمة F النسبية	مستوى الدلالة	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية	حجم الاثر	مستوى الاثر
الوقوف على	2.05	0.08	بين المجموعات	26.78	5.00	5.36	12.56	0.00	معنوي	0.44	متوسط
			داخل	28.14	66.00	0.43					

الراس			المجموعات								
			المجموع	54.92	71.00						

4-9 نتائج اختبار (تيوكي) للمقارنات البعدية للمجاميع الست لمهارة الوقوف على الرأس

جدول (4-9)

يبين نتائج اختبار (تيوكي) للمقارنات البعدية للمجاميع الست لمهارة الوقوف على الراس

المتغيرات	المجاميع	الاوساط الحسابية	فرق الاوساط	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
الوقوف على الراس	مج1-مج2	4.83-3.52	1.30833-*	0.00	معنوي
	مج1-مج3	4.50-3.52	0.98333-*	0.01	معنوي
	مج1-مج4	5.34-3.52	1.82500-*	0.00	معنوي
	مج1-مج5	4.57-3.52	1.05000-*	0.00	معنوي
	مج1-مج6	5.29-3.52	1.77500-*	0.00	معنوي
	مج2-مج3	4.50-4.83	0.33	0.83	غير معنوي
	مج2-مج4	5.34-4.83	0.51667-	0.39	غير معنوي
	مج2-مج5	4.57-4.83	0.26	0.93	غير معنوي
	مج2-مج6	5.29-4.83	0.46667-	0.50	غير معنوي
	مج3-مج4	5.34-4.50	0.84167-*	0.03	معنوي
	مج3-مج5	4.57-4.50	0.06667-	1.00	غير معنوي
	مج3-مج6	5.29-4.50	0.79167-*	0.05	معنوي
	مج4-مج5	4.57-5.34	0.78	0.05	غير معنوي
	مج4-مج6	5.29-5.34	0.05	1.00	غير معنوي
	مج5-مج6	5.29-4.57	0.72500-	0.09	غير معنوي

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات

- استخدام النماذج والتصور العقلي ساعد في تعليم بعض المهارات على جهاز الحركات الارضية.
- التنوع في استخدام عرض النماذج والتصور العقلي أدّى الى فهم وتعلم المهارة بصورة افضل من قبل الطالبات .
- ظهرت افضلية للنماذج والتصور للمجاميع ضمن التجربة كما في التسلسل الاتي :
- المجموعة االسادسة -المجموعة الرابعة.-المجموعة الثانية -المجموعة الثالثة -المجموعة الخامسة

2-5 التوصيات

- استخدام النماذج المختلفة والتصور العقلي في تعلم المهارات الحركية والتنويع لما لها من أثر ايجابي في عملية التعلم .

المصادر

*ابتهاج احمد عبد العال ؛ تأثير استخدام الوسائل التعليمية في تعليم مهارات التمرير والضربة الساحقة في الكرة الطائرة لتلميذات المرحلة الاعدادية . مجلة علوم وفنون الرياضة : (القاهرة ، جامعة حلوان ، 1990) .

*أسامة كامل راتب : تدريب المهارات النفسية – تطبيقات في المجال الرياضي ، ط1، القاهرة ، دار الفكر العربي،2000.

*أحمد عزت راجح : أصول علم النفس ، ط8 ، الإسكندرية ، المكتب المصري الحديث ، 1970 .

* رباب الحارس:– قواعد التقويم الدولي للنساء . اعداد الاتحاد العربي السوري ،2006 .

* سوسن عبد المنعم واخرون: الجمباز وطرق تدريسه: الهيئة المصرية للشباب، القاهرة ،1983
*ضياء جابر محمد : : تأثير اساليب مختلفة في التدريب الذهني وتعليم عدد من مهارات كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، 2002
*عباس احمد السامرائي :-طرق تدريس التربية الرياضية ،ج1،ط2 ،دار الكتب للطباعة والنشر ،جامعة الموصل ،1987
*عبد الستار جاسم وعايدة علي حسين ؛ الجمباز المعاصر للبنات : (دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1991)
* عبد الحميد شرف ؛ تكنلوجيا التعليم في التربية الرياضية ، ط1، مطابع امون ،القاهرة ،2000 .
*عنيات محمد حطاب :مناهج وطرق تدريس التربية البدنية ،ط1،القاهرة،1982
* قاسم لزام جبر: موضوعات في التعلم الحركي ،بغداد، مطابع الجمعة ،2005
*كورت ماينل : التعلم الحركي(ترجمة عبد علي نصيف)دار الكتب للطباعة والنشر ،الموصل ، 1987
*معيوف ذنون و (آخرون)
*محمد العربي شمعون وعبدا لنبي الجمال : التدريب العقلي في التنس ، ط1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1996 .
*محمد زياد حمدان: الوسائل التعليمية مبادئها وتطبيقاتها، مؤسسة الرسالة ،1981
*محمد ابراهيم شحاته :- دليل الجمباز الفني .آنسات ،المكتبة المصرية للطباعة والنشر ،ط1، الإسكندرية ،2007
*نورما (ترجمة) سليمان علي حسين ومعيوف ذنون ؛ المبادئ الفنية والتعليمية للجمباز والتمارين البدنية : (جامعة الموصل ، مطبعة الجامعة ، 1985
*وجيه محجوب : علم الحركة – التعلم الحركي ،جامعة الموصل ،دار الكتب للطباعة والنشر 1989
*وجيه محجوب : علم الحركة – التطور الحركي منذ الولادة حتى سن الشيخوخة ، ج2 ، جامعة بغداد ، 1987
* وجيه محجوب ؛ التعلم وجدولة التدريب الرياضي : (عمان ، دار وائل للنشر ، 2001) .

-Linda W ., Andy K. Fundamental Gymnastic , lemer publications co. , 1995

ملحق (1) اختبار مقياس التصور العقلي

1. الممارسة الفردية
2. مشاهدة الزميل
3. اللعب مع الاخرين
4. الاداء في المنافسة

ويتم الاستجابة لكل موقف عن طريق الابعاد الخمسة الاتية

1. التصور البصري

2. التصور السمعي
3. الاحساس الحركي
4. الحالة الانفعالية المصاحبة
5. التحكم في الصورة

الموقف الاول : الممارسة الفردية

1. اختر مهارة واحدة معينة او موقف معين في النشاط الرياضي مثل الرمية الحرة في كرة السلة، جملة حركيه على جهاز العقلة
2. تصور نفسك تؤدي هذه المهارة في المكان الذي تتدرب فيه عادة (صالة التدريب –حمام السباحة– ملعب)مع عدم تواجد اي شيء اخر
3. غلق العينين لمدة دقيقة تقريبا مع محاولة ان ترى نفسك في هذا المكان تستمع الى الاصوات ، تشعر بجسمك اثناء اداء الحركة
4. حاول ان تكون واعيا بحالتك العقلية والانفعالية
5. حاول ان ترى نفسك من داخل جسمك

قدر درجة وضوح التصور العقلي عن طريق وضع دائرة حول الرقم الذي يتفق مع ما تراه

ت	الفقرات	عدم وجود صورة	صورة غير واضحة	صورة متوسطة الوضوح	صوره واضحة	صورة واضحة تماما
1	كيف رأيت نفسك تؤدي المهارة المطلوبة	1	2	3	4	5
2	كيف رأيت نفسك تستمع للأصوات المصاحبة للأداء					
3	كيف تشعر بجسمك اثناء اداء المهارة المطلوبة					
4	ماهي درجة الوعي بالحالة الانفعالية المصاحبة عند اداء المهارة.					

م	العبارات	عدم التحكم	صعوبة التحكم	تحكم متوسط	تحكم فوق المتوسط	تحكم كامل
5	**الى اي مدى يمكن التحكم في الصورة**					

الموقف الثاني :الممارسة مع الاخرين

1. التصور العقلي لنفس المهارة السابقة او الموقف ولكن في وجود كل من المدرب وحضور اعضاء الفريق
2. التصور العقلي لأداء خطأ امكن ملاحظته من الجميع

3. غلق العينين لمدة دقيقة تقريبا
4. التصور العقلي للأداء الخاطئ بأقصى درجة من الوضوح قدر الامكان
5. حاول ان ترى الصورة من داخل جسمك.

قدر درجة وضوح التصور العقلي عن طريق وضع دائرة حول الرقم الذي يتفق مع ما تراه

ت	الفقرات	عدم وجود صورة	صوره غير واضحة	صوره متوسطة الوضوح	صورة واضحة	صوره واضحة تماما
1	كيف رأيت نفسك في هذا الموقف					
2	كيف رأيت نفسك تستمع للأصوات في هذا الموقف					
3	كيفية الاحساس الحركي بالأداء في هذا الموقف					
4	كيف تشعر بالحالات الانفعالية في هذا الموقف					

م	العبارات	عدم التحكم	صعوبة التحكم	تحكم متوسط	تحكم فوق المتوسط	تحكم كامل
5	الى اي مدى يمكن التحكم في الصورة					

الموقف الثالث: مشاهدة الزميل

1. التفكير في زميل او احد اللاعبين يؤدي مهارة او موقف معين في منافسة
2. غلق العينين لمدة دقيقة تقريبا
3. التصور العقلي للموقف بوضوح وواقعية قدر الامكان اثناء الاداء الناجح في جزء هام من المنافسة
4. قدر درجة وضوح التصور العقلي عن طريق وضع دائرة حول الرقم الذي يتفق مع ما تراه

ت	الفقرات	عدم وجود صوره	صورة غير واضحة	صورة متوسطة الوضوح	صورة واضحة	صورة واضحة تماما
1	كيف رأيت زميلك في هذا الموقف					
2	كيف رأيت نفسك تستمع للأصوات في هذا الموقف					
3	كيفية شعرت بجسمك او حركاتك في هذا الموقف					
4	كيف تشعر بالحالات الانفعالية في هذا الموقف					

م	العبارات	عدم التحكم	صعوبة التحكم	تحكم متوسط	تحكم فوق المتوسط	تحكم كامل
5	الى اي مدى يمكن التحكم في الصورة					

الموقف الرابع :الاداء في المنافسة

1. التصور العقلي لأداء المهارة او الموقف السابق في احد المنافسات
2. التصور العقلي للأداء الناجح والفائق مع تصور التشجيع الايجابي لأعضاء الفريق والجمهور
3. غلق العينين لمدة دقيقة واحدة تقريبا .
4. التصور العقلي في اقصى درجه من الوضوح قدر الامكان .
5. قدر درجة وضوح التصور العقلي عن طريق وضع دائرة حول الرقم الذي يتفق مع ما تراه

ت	الفقرات	عدم وجود صورة	صوره غير واضحة	صورة متوسطة الوضوح	صورة واضحة	صورة واضحة تماما
1	كيف رأيت نفسك في موقف المنافسة					
2	كيف استمعت للأصوات في موقف المنافسة					
3	كيفية شعرت بالأداء الناجح في المنافسة					
4	كيف شعرت بالحالات الانفعالية في هذا الموقف					

مفتاح التصحيح للمقياس

م	العبارات	عدم التحكم	صعوبة التحكم	تحكم متوسط	تحكم فوق المتوسط	تحكم كامل
5	الى اي مدى يمكن التحكم في الصورة					

يتم تقدير الدرجات في هذا المقياس وفق ما يأتي :-

1. جمع الدرجات في العبارة الاولى في المواقف الأربعة لتمثل التصور البصري
2. جمع الدرجات في العبارة الثانية في المواقف الأربعة لتمثل التصور السمعي
3. جمع الدرجات في العبارة الثالثة في المواقف الأربعة لتمثل الاحساس الحركي
4. جمع الدرجات في العبارة الرابعة في المواقف الأربعة لتمثل الحالة الانفعالية المصاحبة
5. جمع الدرجات في العبارة الخامسة في المواقف الأربعة لتمثل القدرة على التحكم في التصور العقلي

6. الاستجابات (نعم)على العبارة رقم (6) في المواقف الأربعة تحدد التصور العقلي من منظور داخلي والاستجابات (لا) تحدد التصور العقلي من منظور خارجي .

تقدير المستوى

1- ممتاز 18-20

2- جيد 15-17 3- متوسط 12-14 4- ضعيف 8-11

ضعيف جدا

ملحق(2)

جامعة القادسية
كلية التربية الرياضية
الدراسات العليا/الدكتوراه

استمارة استبيان أراء الخبراء والمختصين حول تحديد المهارات

الأستاذ الفاضل ..... المحترم

تحية طيبة

تروم الباحثة إجراء بحثها الموسوم (فاعلية عرض ثلاث نماذج والتصور العقلي في تعلم بعض مهارات الحركات الأرضية وعارضة التوازن) على عينة من طالبات الصف الاول المتوسط بأعمار (12-13) سنة في محافظة القادسية ولما كان لحضرتكم الخبرة والدراية في هذا الميدان فأني سأكون شاكرة فضلكم بإبداء المساعدة حول تحديد المهارات

المناسبة لهذه بوضع علامة (/) على المهارة المناسبة على جهاز الحركات الأرضية وعارضة التوازن التي تلائم موضوع البحث .

الاسم:

الدرجة العلمية :

الاختصاص:

طالبة الدكتوراه
بسمة توفيق صالح

الرجاء التفضل بوضع إشارة (/) أمام المهارة المناسبة.

ت	المهارات	اختيار المهارة المناسبة
-1	الحركات الأرضية	الدحرجة الامامية الدحرجة الخلفية الكارتويل(العجلة البشرية) الوقوف على الرأس الوقوف على اليدين القفزة العربية
-2	عارضة التوازن	الدحرجة الأمامية لوضع الوقوف على قدم واحدة قلبة هوائية امامية قلبة هوائية خلفية نصف دورة على قدم واحدة الوثب مع نصف لفة القفز عالياً مع ثني الركبتين على الصدر القفز فتحا مع لمس الامشاط من الارتقاء الى القرفصاء على قدم واحدة وعمل الطعن من النهوض الزوجي جلوس القرفصاء وعمل ميزان

ABSTRACT:

A search in divided into five sections. the first section tackles the importance of the research which includes an introduction on the basic skills in gumpashis as well as the education patters and mental process relation to the ground movement . the problem of the research in associated with determining the best style to learn the skills which is also the research objective . the research hypothesized that there are significant

differences between the patterns and the mental process as relating to ground movement . the scopes of the research are :
- the temporal scope : from 24/10/2010 to 15/12/2010 .
- the special scope : the school playground .

The second section is concerned with the theoretical part . the third section focuses on the methodology , which in the experimental , and the research sample that included (72) students (beginners) divided into (6) groups . the fourth section deals with discussion the results are tackled in the fifth section . these include :
- the need for variation in patterns and mental process , that ends with understanding the skill.
- the researchers recommend using various patterns and mental process that positively affect the learning process .