

أثر استخدام اسلوبي (التبادلي والتدريبي) في تعليم الأداء الفني لحركتي الوقوف
على اليدين والعجلة البشرية في الحركات
الارضية للجمناستك

م. انتصار أحمد عثمان

كلية التربية الرياضية

جامعة البصرة

الملخص العربي

تعد حركتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية من المفردات المهمة في منهج جمناستك الطالبات حيث أن كلا الحركتين فيها صعوبة وتحتاج عند تدريسها الى أساليب تساهم في تطورها للافضل، ومن هنا جاءت أهمية البحث في أعداد منهاج تعليمي لتدريس حركتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية بأسلوبي التبادلي والتدريبي.

وشخصت المشكلة في أفضلية اساليب التدريس المستخدمة وأرأت الباحثة أعداد منهاج تعليمي لهاتين المهارتين وتدرسه باستخدام أسلوبي التبادلي والتدريبي للوقوف على تلك المشكلة ومحاولة ايجاد الحلول لها كي نستطيع الارتقاء بمستوى مخرجات الكلية . وقد كانت اهداف البحث :

1-إعداد منهاج تعليمي لتعليم الأداء الفني لحركتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية وتدرسه بأسلوبي التبادلي والتدريبي لدى طالبات المرحلة الثانية بكلية التربية الرياضية -جامعة البصرة.

2- التعرف على أثر المنهج التعليمي في تعليم حركتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية لدى طالبات المرحلة الثانية بكلية التربية الرياضية -جامعة البصرة.

3- الكشف عن الاسلوب الافضل في تعليم الاداء الفني لحركتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية .
وقد فرضت الباحثة على:

1- وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعة الاسلوب التبادلي في أداء حركتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية ولصالح الاختبار أبعدي .

2- وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعة الاسلوب التدريبي في أداء حركتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية ولصالح الاختبارات أبعدي .

3- وجود فروق معنوية بين مجموعتي الاسلوب التبادلي والتدريبي في الاختبارات البعدية لحركتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية ولصالح الاسلوب التبادلي. وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي كما استخدمت الباحثة

الطريقة العمدية في اختبار عينة البحث وذلك تبعا لظروف متطلبات البحث حيث تم اختيار طالبات المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية بجامعة البصرة للعام الدراسي 2012/2011م حيث تدخل هاتين الحركتين في موضوع البحث ضمن منهاج مادة الجمناستيك للمرحلة الثانية /طالبات .

هذا وقد بلغ عدد المجتمع الأصلي للبحث (50) طالبة وهو نفس عدد عينة البحث حيث جاءت نسبة العينة من المجتمع الأصلي (100) % . وقد اعتمدت الباحثة الطريقة العشوائية في عملية اختيار المجموعتين التي طبق عليهم المنهج المقترح. وبعد معالجة البيانات احصائيا تم التوصل الى الاستنتاجات التالية: أن المنهج التعليمي المقترح ساهم وبصورة ايجابية على تطوير ملحوظ في مستوى الأداء الفني للمجموعتين ولكل من حركتي (الوقوف على اليدين) و (العجلة البشرية) . ومن اهم التوصيات : اهتمام المدرسين باستخدام الاسلوبين التبادلي والتدريبي في تطور المهارات الاساسية للالعاب الرياضية.

الملخص الانكليزي

ABSTRSCT

The effect of (the exchange and training) methods in learning the technical performance of the handstand and human– wheel movements in Gymnastics

Intisar Ahmed Othman

The movements of handstand and the human wheel one of the tasks in the gymnastic curriculum of girl students. Both movements are difficult and need methods to contribute to the development when you taught them, hence the importance of research in suggesting curriculum for the teaching of handstand and wheel human in two manners of exchange and training.

The problem was diagnosed in preference of teaching methods that are used to teach these movements. The researcher has prepared a teaching curriculum of these skills and taught them using manners of interactive and training to identify the problems and try to find solutions to them so that we can raise the level of girl students of the college. The aims of the study are:

1-Preparing a curriculum to teach the technical performance of the handstand and human Wheel movements, that is taught through two manners exchange and training to the students of the second stage of Physical Education College – University of Basra.

2- Identify the impact of the educational curriculum in the education handstand and human wheel movements of the second stage students at the Physical Education College – University of Basra.

3-Disclose the best method to teach the technical performance of the handstand and human wheel movements.

The researcher has proposed the following:

- 1- There is a significant difference between pre and post tests for exchange manner performance of handstand and human wheel movements and in favor of the post test.
- 2- There is a significant difference between pre and post tests for training manner in the performance of handstand and human wheel and in favor of a post tests.
- 3- The existence of significant differences between the two sets of exchange and training manners in a post tests of handstand and the wheel movements and in favor of exchange manner.

The researcher has used the experimental method. She also has selected the test sample intentional, depending on the circumstances of the requirements of research. She has chosen the students of the second stage in the of Physical Education College of University of Basra for the academic year 2011/2012 , where of the two movements in the research topic found in the curriculum of the material gymnastics for the second stage /girl students.

The number of original research (50) which is the same number of student research samples where the proportion of the sample came from the original community (100%). The researcher has adopted a random way in the process of selecting the groups that they applied to the proposed approach. After processing the data statistically .she has reached to the following conclusions: that the proposed curriculum contributed positively to develop the level of technical performance of the two groups and of each of the two movements (handstand) and (human wheel). One of the most important recommendations: teachers' interest in using exchange and training methods in the development of basic skills for sports games.

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

الحركات الارضية من الألعاب التي تدرس ضمن مناهج كليات التربية سواء التي تؤدي بمصاحبة الأدوات او الحركات التي تؤدي على الأجهزة وكل فعالية من هذه الفعاليات لها متطلبات بدنية ومهارية ونفسية ومعرفية تختلف عن الأخرى ،وتعد حركتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية من المفردات المهمة في منهج جمناستك الطالبات حيث أن كلا الحركتين فيها صعوبة وتحتاج عند تدريسها الى أساليب تساهم في تطورها للفضل،ان الكثير من طرائق التدريس تتعامل مع الطلبة على اساس انهم مثلثوا معلومات ، لذلك تؤكد حركة التربية والتعليم الحديثة على ان التعليم

((هو عملية موجهة ذاتياً لتنمية الافكار وتقارب وجهات النظر وتوفير قاعدة تربوية سليمة تستمر مدى الحياة))⁽¹⁾. لذلك فالتنوع في انماط التدريس من طرائق واساليب تعليمية مختلفة تعد مهمة لان الطلبة يتعلمون بأساليب مختلفة فالاسلوب التبادلي يكون دور المعلم هو القيام بشرح وعرض الحركة وبعد ذلك يقسم التلاميذ بشكل ازواج ويعملون بصورة مستقلة فتصنيفهم يكون بشكل طالب (مؤدي) وآخر (ملاحظ) ودور المؤدي هو انجاز لعمل واتخاذ القرارات الممنوحة اما دور الطالب الملاحظ فهو اعطاء التغذية الراجعة الى للمؤدي مستندا في ذلك الى معلومات وافية سبق للمعلم ان اعدّها بشكل بيانات او توزيعها على التلاميذ ،اما في الاسلوب التدريبي فتحدث بعض التغييرات فالمعلم يقوم بجميع القرارات في مرحلة ما قبل الدرس وفي مرحلة الدرس يترك للطلاب الكثير من الخيارات مثل وقت بدء التمرين والمكان الذي يتخذ فيه الاداء والوضع الذي يكون فيه ووقت البدء والانتهاء وهنا يسمح هذا الاسلوب الطالب استقلالية في اتخاذ الكثير من القرارات في الجزء الرئيسي من الدرس.ومن هنا جاءت أهمية البحث في أعداد منهاج تعليمي لتدريس حركتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية بأسلوبين وهما التبادلي والتدريبي .

1-2 مشكلة البحث

ان كلية التربية الرياضية احد المؤسسات التربوية الرياضية العامة والتي لها دورا مميزا في تعليم كل الألعاب الرياضية للطالب والعمل على أعداد مدرسين يمتلكون المعرفة العلمية والنظرية بكل الألعاب والفعاليات الرياضية ولعبة الجمناستك احد تلك الألعاب التي حرصت الكلية على تهيئة كل المستلزمات والإمكانيات المطلوبة من اجل توفير أفضل أنسب السبل لانجاح العملية التعليمية، ومن خلال خبرة الباحثة في تدريس طالبات المرحلة الثانية / كلية التربية الرياضية - جامعة البصرة لاحظت تدني التحصيل النهائي لدرجات الطالبات حيث يلاقين بعض الصعوبة عند تعلم حركتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية والتي تعد من المهارات المهمة في مفردات مادة الجمناستك وشخصت المشكلة في أفضلية اساليب التدريس المستخدمة وأرأت أعداد منهاج تعليمي لهاتين المهارتين وتدرسه باستخدام أسلوب التبادلي والتدريبي للوقوف على تلك المشكلة ومحاولة ايجاد الحلول لها كي نستطيع الارتقاء بمستوى مخرجات الكلية .

1-3 أهداف البحث

¹ . دليل اعادة احياء المدارس وتوطيد التعليم في العراق . وزارة التربية ، بغداد ، 2004 ، ص8

- 1- إعداد مناهج تعليمي لتعليم الأداء الفني لحركتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية وتدريبه بأسلوب التبادلي والتدريبي لدى طالبات المرحلة الثانية بكلية التربية الرياضية -جامعة البصرة.
- 2- التعرف على أثر البرنامج التعليمي في تعليم حركتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية لدى طالبات المرحلة الثانية بكلية التربية الرياضية -جامعة البصرة.
- 3- الكشف عن الاسلوب الافضل في تعليم الاداء الفني لحركتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية .

1-4 فروض البحث

- 1- وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعة الاسلوب التبادلي في أداء حركتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية ولصالح الاختبار أبعدي .
- 2- وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعة الاسلوب التدريبي في أداء حركتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية ولصالح الاختبارات أبعدي .
- 3- وجود فروق معنوية بين مجموعتي الاسلوب التبادلي والتدريبي في الاختبارات البعدية لحركتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية ولصالح الاسلوب التبادلي .

1-5 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري : طالبات المرحلة الثانية بكلية التربية الرياضية بجامعة البصرة للعام الدراسي 2011-2012 م.

1-5-2 المجال أزماني: الفترة الزمنية الواقعة بين (2011/ 10/24) ولغاية (2012 / 3 /29)

1-5-3 المجال المكاني : قاعة الجمناستك /طالبات بكلية التربية الرياضية بجامعة البصرة.

2- الدراسات النظرية

1-2 الحركات الأرضية في الجمناستك

تعد الحركات الأرضية العنصر الأساس في رياضة الجمناستك كما أن تعلم المبتدأ لرياضة الجمناستك يجب أن يبدأ بالحركات الأرضية حيث أنها الأعداد للحركات على اجهزة الجمناستك المختلفة والحركات الأرضية يمكن تقسيمها إلى مجموعات من حيث تشابه الحركات في المجموعة الواحدة كما تختلف كل مجموعة عن الأخرى من حيث الشكل غير أن بعض هذه المجموعة تتشابه في التركيب .وقد تطورت الحركات الأرضية في الفترة الأخيرة وزخرت بالصعوبات مما أدى إلى تعقد المهارات وبذلك أصبحت تحتاج إلى مجهود اكبر .

ويتوقف نجاح هذه الحركات بصورة كبيرة على مدى قدرة اللاعب واستجابتها للأوضاع المختلفة للجسم في أثناء عملية التدريب على المهارة . وان الاتقان الأداء الفني للمهارات تؤدي إلى اقصر الطرق لتحقيق اللأوضاع الملائمة لهذه المهارات بأقل زمن ممكن.⁽¹⁾

2-1-1 حركة الوقوف على اليدين

النواحي الفنية :تعتبر حركة الوقوف على اليدين اصعب من حركة الوقوف على الراس ، وذلك لصغر قاعدة الارتكاز وارتفاع مركز ثقل الجسم عن الارض نسبيا وعند اداء الحركة يكون الجسم كله خطا مستقيما من المشطين الى الذراعين وتكون الذراعان ممدوتين وباتساع الصدر والاصابع تشير الى الامام والكتفان ممدودان من مفصلهما وعلى استقامة الذراعين والرأس مرفوع الى الامام قليلاً .

وتبدأ الحركة من النهوض الفردي بمرجحة الرجل الحرة اماما ثم توضع الرجل المؤرجحة (الناهضة) مرة اخرى الى الامام على الارض للدفع بها مع ثني مفصل الركبة والفخذ .
وتمرجح في الوقت نفسه الرجل القائدة الى الخلف الاعلى بعد بعد وضع الذراعين على الارض ويقطع الجسم للوقوف على اليدين نصف دائرة بزاوية 180 درجة حتى يصل الى نقطة السكون ليصبح الجسم عموديا على الارض .

وليكون وضع الجسم في وضع الاتزان والثبات في الوضع يجب استعمال عضلات البطن والظهر والتحكم في القوة الناتجة من الذراعين ومفصل الكتفين كقاعدة ارتكاز ، كما ان رسغي اليدين تؤدي دوراً مهماً في تثبيت الجسم.⁽²⁾

2-1-2 حركة العجلة البشرية

النواحي الفنية :ان العجلة البشرية من الحركات التي لا يخلوا منها اي تمرين من الحركات الارضية . ويمكن اداء الحركة من الوقوف الجانبي ومن المشي والركض ، وان ابسط وضع ابتدائي للحركة هو من الوقوف الجانبي فتحاً مع رفع الذراعين جانبا عالياً، ومن هذا الوضع تبدأ الحركة من رفع رجل اليسار وضعها جانبا مرة اخرى لينتقل مركز ثقل الجسم عليها ،ويثني الجذع يساراً بمرجحة خفيفة مع وضع اليد اليسرى على الارض والتي يجب ان تكون ممدودة وبمسافة 50-60 سم وفي اثناء ذلك تترك الرجل اليمنى الارض بمرجحة كبيرة ويرفع الراس الى الخلف قليلاً وبدفعة قوية من رجل اليسار يمرجح الجسم بانسياب برجلين مفتوحتين مارا بالوقوف على اليدين لكي يكون مركز ثقل الجسم في الوسط تماما ، ومن اندفاع الجسم بقوة المرجحة الى الجانب الاخر تدفع الارض باليد اليسرى لينتقل مركز ثقل الجسم على اليد اليمنى ،مع وضع رجل اليمنى على الارض ويرفع الجسم الى الاعلى للوصول الى الوضع الابتدائي بعد فع الارض باليد اليمنى .

¹ - محمد عبد المنعم الشافعي . فن الحركات الأرضية، مطابع الأهرام التجارية ، القاهرة ، ط1971 ، ص 43- 45 .

² - جواد عسكر . رياضة الجمباز ، مطبعة الكويت ، 1979 . ص 127 .

ويجب ان تتم الحركة بحيث لا يخرج الجسم عن الخط المستقيم الذي يتجه اليه الجسم مع بقاء الرجلين مفتوحتين اثناء مرور الجسم بالوقوف على اليدين وامتداد الرجلين والذراعين والجذع . (1)

2-1-3 الاسلوب التبادلي

في هذا الاسلوب يكون دور المعلم هو القيام بشرح وعرض الحركة وبعد ذلك يقسم التلاميذ بشكل ازواج ويعملون بصورة مستقلة فاحد التلاميذ يقوم باداء الحركة اما التلميذ الاخر فيقوم بملاحظته واعطائه التغذية الراجعة .

كذلك ان الاسلوب التبادلي هو الذي يمكن للمعلم ان يتعامل مع هذه الحالة في صف منظم بصورة خاصة . فالصف يجب ان يتنظم بشكل ازواج ، فتصنيفهم يكون بشكل تلميذ (عامل) وآخر (ملاحظ) ودور العمل هو انجاز العمل واتخاذ القرارات الممنوحة اما دور التلميذ الملاحظ فهو اعطاء التغذية الراجعة الى التلميذ العامل مستندا في ذلك الى معلومات وافية سبق للمعلم ان اعدّها بشكل بيانات او توزيعها على التلاميذ.

مراحل تحليل الاسلوب التبادلي

مرحلة ما قبل الدرس (الاستعداد) The preimpact set

يقوم المعلم في هذا الاسلوب باعداد وتصميم ورقة المعايير التي يقوم باستخدامها المراقب حيث يتم في هذه المرحلة شرح المهارة وعرضها امام التلاميذ .

مرحلة الدرس (الاداء) The impact set

ان الدور الرئيسي للمعلم في هذه المرحلة هو تحديد الادوار وطبيعة العلاقة الجديدة واخبار التلاميذ معرفة كيفية اعطاء التغذية الراجعة الى التلميذ.

مرحلة ما بعد الدرس (التقييم) The last impact set

لكي يقوم المراقب : بانجاز الدور المناط به في مرحلة ما بعد الدرس (التقييم) يقوم بتسليم ورقة المعايير من المعلم والتي بموجبها تصحيح الاخطاء ومراقبة انجاز التلميذ المؤدي او ملاحظته ومقارنة او موازنة العمل او الانجاز مع ورقة المعايير ويحكم على كون الانجاز صحيحاً ام لا لذلك فعلى المعلم ان لا يعطي تغذية راجعة في فترة التطبيق لان ذلك يكون من قبل التلميذ المراقب. (2)

2-1-4 الاسلوب التدريبي

في هذا الاسلوب وجب علينا ان نقوم ببعض التغييرات وذلك بتحويل بعضا من صلاحيات المعلم في بعض مواقف الدرس ومنحها الى التلاميذ في اثناء سير الدرس لكي نمهد للتلميذ ان يكتسب الخبرة في الاعتماد على النفس والابداع ودور المعلم هو الانتقال بين التلاميذ واِعطائهم التغذية الراجعة (Feed back) اما

1 - عبد المنعم سليمان برهم. موسوعة الجميز العصرية ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، عمان ، 1995. ص 90 .

2 - عباس احمد السامرائي ، عبد الكرم محمود السامرائي . كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية الرياضية ، جامعة البصرة ، مطبعة دار الحكمة ، 1991 ، ص 91.

القرارات فهي للتلميذ والتي يمارسها خلال فترة الدرس. كذلك يستخدم هذا الأسلوب في توفير ممارسة الجوانب الاستقلالية للتلميذ من خلال تحويل بعض صلاحيات المعلم في بعض مواقف الدرس لاسيما القسم الرئيسي ومنحها للتلميذ. وعند تحليل هذا الأسلوب نجد انه ينقسم الى ثلاثة اقسام وهي :-

مرحلة ما قبل الدرس (الاستعداد) The preimpact set

يكون المعلم له الدور في اتخاذ جميع القرارات مع معرفة اختيار المهارات التي تفضي الى استخدام هذا الأسلوب او تساعد على استخدامه. وفي هذه المرحلة ايضا يتم شرح المهارة مع تقديم انموذج من المعلم او من التلميذ يختاره المعلم او المدرس ثم يقوم المعلم او المدرس بالاستفسار من التلاميذ عن أي شيء يتعلق بغرض الدرس.

مرحلة الدرس (الاداء) The impact set

هنا يتم لنتقال الدور الى التلميذ او الطالب في اتخاذ القرارات الخاصة بالدرس مع تطبيق المهارة التي اختارها المعلم او المدرس.

ان دور المعلم او المدرس خلال الدقائق الاولى للتطبيق هو مراقبة التلاميذ وهم يؤدون المهارات ، فالمعلم يراقب التلاميذ ويحدد مدى إتقانهم للمهارات وعليه يكون جاهزا لمساعدة أي تلميذ يحتاج المساعدة . ومن مميزات الأسلوب التدريبي مراعاة الفروق الفردية ويمكن استخدامه مع مجموعة كبيرة من التلاميذ وتساعد على اظهار المهارات الفردية والابداع¹.

3- منهج البحث واجراءاته الميدانية

3-1 منهج البحث

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي وذلك لكونه المنهج المناسب لطبيعة متطلبات هذا البحث ولكونه الوسيلة الموضوعية التي تساعد في الوصول إلى تحقيق الأهداف الموضوعية في البحث والتحقق من فروضه حيث يعرف المنهج التجريبي⁽²⁾ "تغير متعمد مضبوط للشروط المحددة للواقع أو للظاهر التي تكون موضوعا للدراسة وملاحظة ما ينتج عن هذا التغير من آثار الواقع والظاهر".⁽²⁾

3-2 مجتمع وعينة البحث

استخدمت الباحثة الطريقة العمدية في اختبار عينة البحث وذلك تبعا لظروف متطلبات البحث حيث تم اختيار طالبات المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية بجامعة البصرة للعام الدراسي 2011/2012م حيث تدخل هاتين الحركتين في موضوع البحث ضمن منهاج مادة الجمناستك للمرحلة الثانية /طالبات ..

¹ مصطفى السايح . اتجاهات حديثة في تدريس التربية الرياضية ، ط1 ، مطبعة الاشعاع ، القاهرة ، 2000 ، ص17.

² ذوقان عبيدات وعبد الرحمن عدس وكايد عبد الحق . البحث العلمي مفهومه -أدواته-أساليبه ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، عمان ، 1989 ، ص 244

هذا وقد بلغ عدد المجتمع الأصلي للبحث (50) طالبة وهو نفس عدد عينة البحث حيث جاءت نسبة العينة من المجتمع الأصلي (100) % .. وقد اعتمدت الباحثة الطريقة العشوائية في عملية الاختيار وقد وقع الاختيار على شعبة (ح) لتكون المجموعة التي تستخدم الاسلوب التدريبي وشعبة (ي) هي المجموعة التي تستخدم الاسلوب التبادلي والجدول (1) يوضح ذلك .

جدول (1)

يبين كيفية توزيع عينة البحث

المجموعة	الشعبة	العدد الكلي
الاسلوب التبادلي	ي	25
الاسلوب التدريبي	ح	25
المجموع	-	50

3-3 الأجهزة والأدوات والوسائل المستخدمة في البحث

3-3-1 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث

لغرض أتمام الإجراءات الميدانية استعانت الباحثة بالأدوات الآتية :-

جدول (2)

يبين الأدوات المستخدمة في البحث

ت	الأداة	العدد
1	حصان القفز قانوني	1
2	مساطب خشب	7
3	دامبلز زنة 2kg	12
4	متوازي قانوني	1
5	بساط جمناستك	20

3-3-2 الوسائل المستخدمة في جمع البيانات البحث

- المصادر والمراجع العربية

- استمارة تفرغ بيانات الاختبارين

3-4 الإجراءات الميدانية

3-4-1 الاختبارات المستخدمة في البحث

3-4-1-1 اختبار حركة (الوقوف على اليدين) في لعبة الجمناستك :حيث تؤدي افراد العينة الحركة ويتم تقييم الحركة من قبل لجنة تحكيم المكونة من (3) محكمين ويتم الحصول على الدرجة النهائية وذلك بجمع درجات المحكمين الثلاثة وتقسيمهم على (3) من اجل الوصول إلى الدرجة واحدة وهي معدل الدرجات الثلاثة

3-4-1-2 اختبار حركة (العجلة البشرية)

في لعبة الجمناستك تؤدي جمع المميزات الحركية ويتم تقييم أداء كل طالبة من قبل لجنة التحكيم .حيث تمنح كل محكمة درجة لأداء الطالبة وبعد ذلك يتم جمع الدرجات الثلاثة وتقسيمها على (3) لغرض الحصول على معدل الدرجات الثلاثة .

3-5 التجربة الاستطلاعية

بتاريخ 2011/10/16 المصادف ليوم الأحد وفي تمام الساعة (9:50) وعلى قاعة الجمناستك للطالبات أجرت الباحثة تجربتها الاستطلاعية على عينة مكونة من (5) طالبات حيث كانت الغاية من التجربة الاستطلاعية الآتي :-

1- التأكد من صلاحية وسلامة جميع الأدوات المستخدمة في البحث حرصا على سلامة الطالبات وعدم حصول أي إصابات .

2- تحديد أهم المعوقات والمشاكل التي قد تواجه عينة البحث عند تنفيذ الاختبارات.

3- تنظيم دخول ووقوف الطالبات أثناء تنفيذ الاختبارات وبصورة تساعد المختبرة ولجنة التحكيم* على التركيز في الأداء وفي عملية التقييم.

3-6 الاختبارات القبليّة

بتاريخ 2011/10/23 وفي تمام الساعة (10:00) صباحا وفي قاعة الجمناستك بكلية التربية الرياضية للطالبات أجرت الباحثة الاختبارات القبليّة لكل من حركتي (الوقوف على اليدين) و(العجلة البشرية) ولكل من المجموعتين.

الجدول(3)

* لجنة التحكيم

- 1 - أ.م.د. زينب عبد الرحيم خضير . اختبار قياس كلية التربية الرياضية - جامعة البصرة .
- 2 - م.م سناء علي . جمناستك كلية التربية الرياضية - جامعة البصرة.
- 3- م.م محاسن حسين .جمناستك كلية التربية الرياضية - جامعة البصرة.
- 4- التأكد من فهم واستيعاب العينة للتمارين وكيفية أدائها بطريقة صحيحة دون حدوث أي إصابة التي قد تأتي من الأداء الخاطئ للتمارين .

يبين قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمتي (T) المحسوبة وقيمة (T) الجدولية للاختبار القبلي لكل من حركتي (الوقوف على اليدين) و حركة (العجلة البشرية) في لعبة الجمناستيك لافراد عينة البحث.

قيمة T المحتسبة	الاسلوب التدريبي		الاسلوب التبادلي		المعالجة الإحصائية الاختبار
	ع		ع		
0.9377	0.545	2.106	0.816	2.362	الوقوف على اليدين
0.992	0.586	2.150	0.322	2.279	العجلة البشرية

• قيمة (t) الجدولية تحت نسبة خطأ (0.05) ودرجة حرية (48) = (2.02)

يتضح من الجدول أن قيمة الوسط الحسابي في الاختبار القبلي لحركة الوقوف على اليدين ولمجموعة الاسلوب التدريبي (2.362) أما قيمة الانحراف المعياري فبلغت (0.816) أما بالنسبة للمجموعة التبادلي فقد بلغت قيمة الوسط الحسابي (2.106) وهذا وبلغت قيمة الانحراف المعياري (0.545) أما قيمة (t) المحسوبة فقد بلغت (0.9377) ..وفي الاختبار القبلي لحركة العجلة البشرية بلغت قيمة الوسط الحسابي للمجموعة الاسلوب التبادلي (2.279) بينما كانت قيمة الانحراف المعياري (0.322) .. وعند مجموعة الاسلوب التدريبي بلغت قيمة الوسط الحسابي لنفس الاختبار (2.150) وبلغت قيمة الانحراف المعياري (0.586) أما قيمة (t) المحسوبة لهذا الاختبار فبلغت (0.992) ..وقد بلغت قيمة (t) الجدولية (2.02) تحت نسبة خطأ (0.05) ودرجة حرية بلغت (48). وبما أن كل قيمتي (t) المحسوبة للاختبار القبلي بكل من حركتي (الوقوف على اليدين) وحركة (العجلة البشرية) كانت اقل من قيمة (t) الجدولية فان ذلك يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية للحركتين مما يؤكد على وجود التكافؤ بين المجموعتين وذلك لكون المجموعتين تقعان ضمن نفس المرحلة العمرية والدراسية فضلا عن تقارب المستوي البدني والمهاري ونظرا لوجود حالة التكافؤ بين المجموعتين فان ذلك يعطي للباحثة مؤشرا موضوعيا للشرع بتنفيذ البرنامج المقترح .

3-7 المنهج التعليمي

بتاريخ 2011/10/24 باشرت الباحثة بتنفيذ تطبيق المنهج المقترح وبواقع (2) وحدة في الأسبوع.اذ تم توزيع الاسلوبين على الشعبتين (ح) تدرس باسلوب التدريبي وشعبة (ي) تدرس باسلوب التبادلي وتحديداً في القسم الرئيسي من الدرس والذي يستمر كحد أقصى (60) دقيقة حيث تركت الباحثة مهمة تطبيق الاساليب إلى مدرسة المادة مع التواجد معها قدر الإمكان للمساعدة .

3-8 الاختبارات البعدية: بتاريخ 2012/3/29 وفي تمام الساعة (10:55) صباحا وفي قاعة الجمناستيك للطالبات وبعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج المقترح تم إجراء الاختبارات البعدية على المجموعتين وبحضور لجنة التحكيم التي حكمت أداء الطالبات في الاختبارات القبلية وقد تم أيضا معالجة درجات التقييم ليقسم الدرجات الثلاثة على (3) للحصول على درجة واحدة كتقييم الأداء الطالبة

3-9 الوسائل الإحصائية: لغرض أن يتم معالجة القيم التي تم الحصول عليها من أداء الطالب تم استخدام

القوانين الإحصائية الآتية :-

- 1- الوسط الحسابي
- 2- الانحراف المعياري
- 3- قانون (t.test) للعينات غير مترابطة والمتساوية بالعدد
- 4- قانون (t.test) للعينات المترابطة المتساوية بالعدد .⁽¹⁾

4- عرض نتائج الاختبارات وتحليلها ومناقشتها

1-4 عرض وتحليل نتائج الاختبار القبلي والبعدي لحركة (الوقوف على اليدين) لمجموعة الاسلوب التبادلي.

جدول (4)

يبين قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة للاختبارين القبلي والبعدي لحركتي (الوقوف على اليدين والعجلة البشرية) لمجموعة الاسلوب التبادلي

قيمة T المحتسبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المعالجة الإحصائية الاختبار
	ع	ع	ع	ع	
4.373	0.608	4.476	0.816	2.362	الوقوف على اليدين
4.655	0.675	4.272	0.322	2.279	العجلة البشرية

• (t) الجدولية تحت نسبة خطأ (0.05) ودرجة حرية (24) = (2.06)

يتضح الجدول (4) أن قيمة الوسط الحسابي في الاختبار القبلي لحركة الوقوف على اليدين قد بلغت (2.362) بينما بلغت قيمة الانحراف المعياري (0.816) أما في الاختبار البعدي فقد بلغت قيمة الوسط الحسابي (4.476) وكانت قيمة الانحراف المعياري قد بلغت (0.608)...أما قيمة (t) المحسوبة فقد بلغت (4.373)...بينما كانت قيمة (t) الجدولية (2.06) وذلك تحت نسبة خطأ (0.05) ودرجة حرية (24) .

وبما ان قيمة (t) المحسوبة اكبر من قيمة (t) الجدولية فان ذلك يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ولصالح الاختبار البعدي وذلك بحسب فرق الوسطين الحسابين للاختبارين حيث كان الوسط الحسابي للاختبار البعدي اكبر من الوسط الحسابي للاختبار القبلي .

اما في اختبار العجلة البشرية فقد بلغت قيمة الوسط الحسابي (2.279) وانحراف معياري قدره (0.322) أما في الاختبار البعدي فقد بلغت قيمة الوسط الحسابي (4.272) وانحراف المعياري قدره

¹ - وديع ياسين التكريتي ، حسن محمد العبيدي . التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، دار الكتب للطباعة والنشر ، الموصل ، 1999 . ص 151-158-272-279.

(0.675) وعند حساب قيمة (t) بلغت (4.655) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (2.06) تحت نسبة خطأ (0.05) درجة حرية (24).

وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لحركة العجلة البشرية ولصالح الاختبار البعدي .

3-4 عرض وتحليل نتائج الاختبار القبلي والبعدي لحركة (الوقوف على اليدين) لمجموعة الاسلوب التدريبي .

جدول (6)

يبين قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة للاختبار القبلي والبعدي لحركتي (الوقوف على اليدين والعجلة البشرية) لمجموعة الاسلوب التدريبي

قيمة T المحتسبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المعالجة الاحصائية الاختبار
	ع	س	ع	س	
4.036	0.760	4.532	0.957	2.106	الوقوف على اليدين
4.289	0.834	4.055	0.586	2.150	العجلة البشرية

• (t) الجدولية تحت نسبة خطأ (0.05) ودرجة حرية (24) = (2.06)

يتضح من الجدول (6) أن قيمة الوسط الحسابي في الاختبار القبلي لحركة الوقوف على اليدين للمجموعة التجريبية قد بلغت (2.106) أما قيمة الانحراف المعياري فقد بلغت (0.957) أما قيمة الوسط الحسابي للاختبار البعدي فبلغت (4.532) وقد بلغت قيمة الانحراف المعياري (0.760) أما قيمة (t) المحسوبة فقد بلغت (4.036) بينما كانت قيمة (t) الجدولية (2.06) وذلك تمت نسبة خطأ (0.05) ودرجة حرية بلغت (24) . وبما أن قيمة (t) المحسوبة هي اكبر من قيمة (T) الجدولية فان ذلك يعني هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي لحركة الوقوف على اليدين ولصالح الاختبار البعدي

اما اختبار العجلة البشرية فقد بلغت قيمة الوسط الحسابي للاختبار القبلي (2.150) وانحراف قدره (0.586) وفي الاختبار البعدي بلغت قيمة الوسط الحسابي (4.055) وانحراف قدره (0.834) وعن حساب قيمة (t) بلغت (4.289) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (2.06) وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي لحركة (العجلة البشرية) ولصالح الاختبار البعدي .

4-5 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبار البعدي لحركتي (الوقوف على اليدين والعجلة البشرية) للمجموعتين .

جدول (8)

يبين قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة مقيمة للاختبارات البعدية لحركتي (الوقوف على اليدين والعجلة البشرية) لكل من المجموعتين.

قيمة T المحتسبة	البعدي لمجموعة الاسلوب التدريبي		البعدي لمجموعة الاسلوب التبادلي		المعالجة الإحصائية الاختبار
	ع	ع	ع	ع	
5.711	0.760	4.532	0.608	4.476	الوقوف على اليدين
6.002	0.834	4.055	0.675	4.272	العجلة البشرية

• (t) الجدولية تحت نسبة خطأ (0.05) ودرجة حرية (48) = (2.02)

يبين الجدول (8) انه في الاختبار البعدي لحركة (الوقوف على اليدين) لمجموع الاسلوب التبادلي قد بلغت قيمة الوسط الحسابي (4.476) وانحراف قدره (0.608) أما قيمة الوسط الحسابي لمجموعة الاسلوب التدريبي فبلغت (4.532) وبانحراف (0.760) وعند حساب قيمة (t) فقد بلغت (5.711) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (2.02) تحت نسبة خطأ (0.05) ودرجة حرية (48).

اما لاختبار (العجلة البشرية) فقد بلغت قيمة الوسط الحسابي لمجموعة الاسلوب التبادلي (4.272) وانحراف قدره (0.675) ولمجموعة الاسلوب التدريبي فقد بلغت قيمة الوسط الحسابي (4.055) وانحراف (0.834) هذا وعند حساب قيمة (t) بلغت (6.002) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (2.02) تحت نسبة خطأ (0.05) ودرجة حرية (48) وبما أن كل من قيمتي (t) المحسوبة لاختباري (الوقوف على اليدين والعجلة البشرية) اكبر من قيمة (t) الجدولية فان ذلك يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في كلا الحركتين ولصالح مجموعة الاسلوب التبادلي

وتعزو الباحثة اسباب الفروق المعنوية لدى مجموعتي البحث الى تاثير المنهج التعليمي المقترح فقد لاحظنا تقدما عند افراد مجموعتي البحث في الاختبارات البعدية ولكن بنسب متفاوتة ولصالح مجموعة الاسلوب التبادلي.

وتعزو الباحثة اسباب الفروق المعنوية لدى مجموعتي البحث الى تاثير المنهج التعليمي المقترح فقد لاحظنا تقدما عند افراد مجموعتي البحث في الاختبارات البعدية ولكن بنسب متفاوتة ولصالح مجموعة الاسلوب التبادلي.

وتعزو الباحثة سبب الى ان هذا الاسلوب يمكن استخدامه بصورة فعالة مع الطلاب الذين يرومون امتهان مهنة التدريس لانها تفسح المجال امامهم في اخذ القرارات المناسبة ، ويمكنهم استخدام التغذية الراجعة ، كما ان نتائج الانجاز الفردي تكون واضحة من خلال العملية التطبيقية كون ان هذا الاسلوب تعتمد فيه كل

طالبة (مراقبة) على نفسها في توجيه زميلتها (المؤدية) وبهذا تكتسب خبرة في التدريس كما ان الطالبة المؤدية وعن طريق التكرار والتوجيه من قبل زميلتها سوف تتطور لديها المهارات التي تتعلمها ((. كما ان لطرق واساليب التدريس اهمية بالغة في العملية التعليمية وان هذه الطرائق والاساليب تؤثر على سرعة التعلم وعلى درجة الاشباع في التعلم و((كلما استخدم الرياضي أكثر عدد من الاساليب التي تدعم تكيفه البدني والوظيفي كلما تقدم في باقي النواحي الأخرى للأداء هي النواحي المكتملة للانجاز))⁽¹⁾ . وترى الباحثة ان الاسلوب التدريبي ((يعطي الفرصة الكافية للتدريب على المهارة وذلك لان قرار بدء العمل او التمرين والانتهاء منه عائد للطالب فالاستنتاج الذي يمكن ان نلمسه هو ان الطالبات سوف يحملن مشاعر طيبة باتجاه بعضهن ولذلك فان القناة السلوكية تكون نوعا ما قليلا باتجاه الاعلى))² .

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات:

بعد مناقشة النتائج التي حققها كل من المجموعتين توصلت الباحثة الى الاستنتاجات الآتية :-

- 1- أن المنهج التعليمي المقترح ساهم وبصورة ايجابية على تطوير ملحوظ في مستوى الأداء الفني للمجموعتين ولكل من حركتي (الوقوف على اليدين) و (العجلة البشرية) .
- 2- وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبليّة والبعدية للاسلوبين ولصالح الاختبارات البعدية المستخدمة.
- 3- ان افضلية نتائج الاختبارات البعدية كانت قد حققها الاسلوب التبادلي في اختباري الوقوف على اليدين والعجلة البشرية.

5-2 التوصيات

- 1- اهتمام المدرسين باساليب التدريس المتنوعة والتي منها اسلوبي التبادلي والتدريبي في تطور المهارات الاساسية للاعب الرياضية في العملية التدريسية.
- 2- ضرورة تثقيف مدرسي التربية الرياضية على استخدام الاساليب المتنوعة في التدريس .
- سادسا : ضرورة ادخال مدرسي التربية الرياضية في دورات تطويرية في طرائق واساليب التربية الرياضية.
- 3- ان تجري دراسات مشابهة وعلى عينات مغايرة وبطرق احصائية متنوعة لغرض مقارنة النتائج واستمرارا لموضوعية البحث .

المصادر العربية والاجنبية

- 1- دليل اعانة احياء المدارس وتوظيف التعليم في العراق ، وزارة التربية ، بغداد ، 2004 .
- 2- محمد عبد المنعم الشافعي : فن الحركات الأرضية ، مطابع الأهرام التجارية ، القاهرة ، ط1971 .

¹ - miller. d.k. measure met by the physical educator , why and how . we balm grow-hill co manias . New York 1998.

² - عباس احمد السامرائي ، عبد الكريم محمود السامرائي . مصدر سبق ذكره، ص85-89 .

3- جواد عسكر : رياضة الجمباز ، مطبعة الكويت ، 1979.

4- عبد المنعم سليمان برهم: موسوعة الجمباز العصرية ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، عمان ، 1995.

5- عباس احمد السامرائي ، عبد الكريم محمود السامرائي : كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية الرياضية ، جامعة البصرة ، مطبعة دار الحكمة ، 1991 .

6 - مصطفى السايح : اتجاهات حديثة في تدريس التربية الرياضية ، ط1 ، مطبعة الاشعاع ، القاهرة ، 2000 .

7 - ذوقان عبيدات وعبد الرحمن عدس وكايد عبد الحق : البحث العلمي مفهومه - أدواته - أساليبه ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، عمان ، 1989 .

8- وديع ياسين التكريتي ، حسن محمد العبيدي : التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، دار الكتب للطباعة والنشر ، الموصل ، 1999 .

9- miller. d.k. measure met by the physical educator , why and how . we balm grow-hill co manias . New York 1998.

نموذج للوحدة التعليمية الأولى والثانية الهدف التعليمي : تعليم مهارة الوقوف على اليدين

الوقت: 90 دقيقة

الهدف التربوي: تنمية حب المنافسة

تدريس بالاسلوب التبادلي

(المجموعة الاولى)

الملاحظات	التشكيلات	الفعاليات والالعاب	الزمن	اقسام الوحدة التعليمية
			25 د	القسم التحظيري
التأكيد على اداء التحية الرياضية بحماس.		الوقوف على شكل خطين مع بدأ تحية الدرس.		المقدمة
التأكيد على اداء التمارين بصورة صحيحة .		سير ← اعطاء مجموعة تمارين من الهرولة (تمارين عامة - تمارين خاصة لاجزاء الجسم كافة).		الاحماء والتمارين البدنية
			60 د	القسم الرئيسي
التأكيد على الاخطاء الشائعة وكيفية تصحيحها.	× × × × ×	تبدأ المدرسة بشرح مراحل مهارة الوقوف على اليدين. تقوم المدرسة بأداء المهارة امام الطالبات ثم اخراج نموذج للاداء .		النشاط التعليمي الجزء النظري الجزء العملي
التأكيد على تصحيح الاخطاء.	× × × × × × × × × × × × × × × × × × × ×	1- تقسم الطالبات الى مجاميع اول طالبة من كل مجموعة تبدأ بأداء المهارة وبجانبيها المساعدة لتصحيح وضعية الجسم ثم يتبادلون في الادوار وينتقلون الى نهاية المجموعة تكرر هذه العملية باداء جميع الطالبات للمهارة. 2- كل اول طالبة من المجاميع تؤدي المهارة على الحائط		النشاط التطبيقي

		وتسمى (مؤدية) . تقف كل مراقبة بجانب زميلتها المؤدية لتسجيل الاخطاء عن طريق ورقة المعايير . يتم تبادل الادوار بين المؤدي والمراقب.		
اداء التحية بصوت عالي		تمارين تهدئة ثم اداء التحية لرياضية ثم الانصراف	5 د	القسم الختامي

نموذج للوحدة التعليمية الاولى والثانية
الهدف التعليمي : تعليم مهارة العجلة البشرية
الهدف التربوي: تنمية روح الشجاعة
تدرس بالاسلوب التدريبي
(المجموعة الثانية)

الوقت: 90 دقيقة

الملاحظات	التشكيلات	الفعاليات والالعاب	الزمن	اقسام الوحدة التعليمية
			25 د	القسم التحضيري
التاكيد على اداء التحية الرياضية بحماس.		الوقوف على شكل خطين مع بدأ تحية الدرس.		المقدمة
التأكيد على اداء التمارين بصورة صحيحة .		سير ← اعطاء مجموعة تمارين من الهرولة (تمارين عامة – تمارين خاصة لاجزاء الجسم كافة).		الاحماء والتمارين البدنية
			60 د	القسم الرئيسي
التأكيد على الاصغاء للمدرسة اثناء الشرح والتطبيق.	× × × × × × × × × ×	تبدأ المدرسة بشرح مراحل مهارة العجلة البشرية. تقوم المدرسة بأداء المهارة امام الطالبات ثم اخراج نموذج للاداء . تنتشر الطالبات في ارجاء القاعة ويبدؤن باداء المهارة مستعينين بالادوات الموجودة في القاعة لمساعدتهم في تادية المهارة. تقوم المدرسة بالتنقل بين الطالبات لاعطائهم التغذية الراجعة وتصحيح الاخطاء.		النشاط التعليمي الجزء النظري الجزء العملي النشاط التطبيقي
كل طالبة تأخذ مكان محدد وتبشر بالاداء. عدد التكرارات تحده الطالبية.			5 د	القسم الختامي
التأكيد على الالتزام بالهدوء اثناء الانصراف.		تمارين تهدئة ثم اداء التحية لرياضية ثم الانصراف		