

تأثير تمارينات خاصة بأدوات مساعدة في تعلم مهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة على منصة القفز بالجمناستك الفني لطلاب المرحلة الثالثة

The effect of special exercises with auxiliary tools in learning the skill of the forward curl on the artistic gymnastics jumping platform for third-stage students

طالب الماجستير: ياسين طه ياسين

Yaseen Taha Yaseen

أ. م. د رياض عبد الرضا فرحان

Riyad Abdel Reda Farhan

sport.yaseen.msc22@uodiyala.edu.iq

Riad.abdelreda@uodiyala.edu.iq

الكلمات المفتاحية: التمارينات الخاصة , الوسائل التعليمية , منصة القفز

Keywords: special exercises, educational aids, jumping platform

الملخص:

ان مهارات الجمناستك الفني من المهارات الصعبة والتي تستقطب العناية الكبيرة في طريقة تعليمها للطلاب ومن هذه المهارات هي مهارة القلبة الهوائية الامامية على منصة القفز , وكان الهدف من البحث هو معرفة تأثير تمارينات خاصة مع بعض الادوات المساعدة في تعليم مهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة على منصة القفز , و بما ان الباحث قام بأعداد تمارينات باستخدام بعض الادوات المساعدة والتي لا يمكن أن تطبق على العينة الا ميدانيا فعلى ضوء ذلك اعتمد الباحث المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة البحث واستخدم الباحث التصميم التجريبي باستخدام عينة واحدة , وقد قام الباحث بتحديد عينة البحث بالطريقة العشوائية عن طريق القرعة اذ تكونت العينة من (15) طالب من طلاب المرحلة الثالثة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى, ومن خلال نتائج البحث تم التوصل الى استنتاجات , ان التمارينات المستخدمة في البحث كان لها اثر ايجابي في تحسن مستوى تعلم مهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة على منصة القفز لطلاب المرحلة الثالثة وان التدرج في اعطاء التمارينات والادوات المساعدة كان له اثر كبير في تعلم المهارة ككل اضافة الى اداء المهارة بشكلها النهائي ادى الى تحديد اخطاء الاداء وصقله والتوصل الى افضل مستوى , وقد اوصى الباحث بضرورة استخدام التمارينات في تعليم مهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة على منصة القفز وعلى جهاز اخر مثل بساط الحركات الارضية لطلاب المرحلة الثالثة ومحاولة ايجاد تمارينات ووسائل مساعدة جديدة لتعليم المهارات الخاصة بالجمناستك الفني لطلاب المرحلة الثانية والثالثة.

Summary

Artistic gymnastics skills are difficult skills and it requires great care in the way it is taught to students one of these skills is front air flip skill on the jumping platform. Since the researcher prepared exercises using some auxiliary tools, which can only be applied to the sample in the field, in light of that the researcher adopted the experimental method for its suitability and the nature of the research, The researcher used the experimental design using one sample.

The researcher determined the research sample in a random way by drawing lots. The sample consisted of (15) students from the third stage at the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Diyala. Through the results of the research, conclusions were reached that the exercises used in the research had a positive impact on improving the level of learning the skill of the front curl on the jumping platform for the students of the stage. Third, the gradual provision of exercises and auxiliary tools had a significant impact on learning the skill as a whole, in addition to performing the skill in its final form, which led to identifying performance errors, refining it, and reaching the best level. The researcher recommended the necessity of using exercises in teaching the skill of the front curl on the jumping platform and on Another device, such as a floor movement mat for third-stage students, and an attempt to find new exercises and aids to teach skills related to artistic gymnastics to second- and third-stage students.

1. المقدمة:

أحدث الأبداع العلمي في مختلف المجالات والميادين تطور ابداعي حديث مدعوم بالثوابت والاسس العلمية اذ أدى هذا التطور الابداعي في شتى العلوم الى تطور واضح في مجالات الانسان العملية ولا سيما المجال الرياضي الذي نما وتطور كثيرا والفضل يعود في ذلك الى تلك الكفاءات العلمية الميدانية التي ساهمت مساهمة كبيرة في عمل البحوث واجراء الدراسات العلمية الرصينة لحل مشكلات المجال الرياضي وكل في مجال تخصصه.

وان لعبة الجمناستك الفني من الالعاب الفردية المتميزة بصعوبة تعلم مهاراتها وسلاسلها الحركية المنفردة في التركيب والتعقيد لما فيها من اجهزة الجمناستك المختلفة في متطلبات الاداء البدنية و المهارية للرجال والنساء.

وتعتبر مهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة من المهارات الاساسية على جميع اجهزة الجمناستك الفني ومن ضمنها جهاز منصة القفز وهي مهارة تتطلب امكانيات بدنية ومهارية عالية لما لهذه المهارة من مراحل فنية صعبة التعلم على الطلاب المبتدئين ويمكن اعتبار مهارة القلبة الهوائية الامامية مهارة اساسية في جميع

السلاسل المهارية على اجهزة الجمناس الفنى , لذا يتطلب اداء مهارات الجمناسك الفنى العناية العلمية الشديدة للمساهمة في تقليل المصاعب والمعوقات التي تواجه المتعلم وذلك من خلال الاجهزة والادوات المصنعة علميا لما لها تسهيلات لتجزئة مهارات الجمناسك لمساعدة الطالب او المتعلم المبتدئ في التعلم باقل جهد واقصر وقت ممكن فقد ذكر(مهند :2020 : 44) ان اجهزة التدريب الخاصة بالفعالية هي أجهزة و وسائل صممت حسب الفعالية للألعاب المختلفة تساعد في تعلم وتدريب المهارة الخاصة باللعبة , ومما يرافق تلك الاجهزة والادوات هي التمرينات الخاصة التي يتم اعدادها وممارستها على الاجهزة او الادوات المصنعة وفقا لمتطلبات المراحل الفنية لاداء المهارة المراد تعليمها إذ ان كل لعبة او فعالية تحتوي على مهارات عديدة وان تعلم هذه المهارات والوصول فيها الى اعلى مستوى من الاداء لا يتم الا عن طريق التمرين .

لقد لاحظ الباحث من خلال مشاهدته لطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة . جامعة ديالى بعض المعوقات التي تحول بين الطلبة وتعلمهم لمهارة القلبة الامامية المكورة على منصة القفز ومنها قلة التمرينات والادوات المستخدمة في تعليم هذه المهارة .

لذا لجأ الباحث الى اعداد تمرينات خاصة باستخدام بعض الوسائل المساعدة لتعليم مهارة القلبة الهوائية الامامية على منصة القفز لطلاب المرحلة الثالثة لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى.

لذا فإن أهمية البحث تتجلى في اعداد تمرينات خاصة مع استخدام بعض الادوات المساعدة لتعليم مهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة على منصة القفز بالجمناسك الفنى لطلاب المرحلة الثالثة جامعة ديالى.

وقد هدف البحث الى معرفة تأثير التمرينات الخاصة لتعليم مهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة على منصة القفز بالجمناسك الفنى للطلاب و معرفة تأثير استخدام بعض الوسائل المساعدة لتعليم مهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة على منصة القفز .

وقد خمن الباحث فرضا لهذا البحث تمثل في وجود فروق ذات دلالة معنوية في تأثير التمرينات الخاصة والادوات المساعدة في تعلم مهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة على منصة القفز بالجمناسك الفنى لطلاب المرحلة الثالثة.

وكانت مجالات البحث:

1- المجال البشري: تكون من طلاب المرحلة الثالثة شعبة (ا) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ديالى.

2- المجال الزمني: (2023/7/23 – 2024/4/28)

2 المجال المكاني: قاعة الجمناسك الفنى المغلقة للطلاب في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ديالى.

2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

1.2 منهج البحث:

ان منهج البحث تكون معالمه واضحة في بداية الامر من خلال طبيعة متغيرات البحث و بما ان الباحث قام بأعداد تمرينات بإستخدام أدوات تعليمية والتي لا يمكن أن تطبق على العينة الا ميدانيا فعلى ضوء ذلك اعتمد الباحث المنهج التجريبي كونه الأكثر ملائمة وطبيعة مشكلة البحث , وإستخدم الباحث (التصميم التجريبي بإستخدام عينة واحدة) اذ ذكر (بوداود : 2009 : 136) ان"في هذا التصميم توجد مجموعة واحدة يطبق عليها الاختبار مرة قبل التجربة ومرة بعد التجربة ثم يقاس الاثر الناتج من التجربة وذلك بإستخراج الفرق في الاداء على الاختبارين.

2.2 مجتمع وعينة البحث:

قام الباحث بتحديد مجتمع البحث والمتكون من طلاب المرحلة الثالثة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ديالى للعام الدراسي (2023 . 2024) والبالغ عددهم (185) طالبا مقسما على خمسة شعب (إ . هـ) ولقد قام الباحث باختيار مجتمع البحث للأسباب الاتية.

1. تعد مهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة على منصة القفز من ضمن المادة المنهجية لطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة . جامعة ديالى.
 2. ان الطلاب في المرحلة الثالثة كانوا طلاب مبتدئين لتعلم هذه المهارة.
 3. بما ان المهارة هذه هي مهارة منهجية لطلاب المرحلة الثالثة فقد اختارهم الباحث من اجل تضمين تجربته في جزء من الجزء الرئيسي للوحدة التعليمية المنهجية .
- و قام الباحث بتحديد عينة البحث بالطريقة العشوائية عن طريق القرعة اذ تكونت العينة من طلاب المرحلة الثالثة شعبة (أ) وكان مجموع هذه الشعبة 41 طالب و شملت عينة البحث (15) طلاب اذ تم تحديدهم عن طريق القرعة.

3.2 الادوات والاجهزة المستخدمة في البحث :

كاميرا تصوير فيديو نوع (sunny) عدد 2 , جهاز حاسوب نوع (hp) , جهاز العقلة الواطئ , جهاز منصة القفز القانوني, قفاز صغير, قفاز متوسط , قفاز كبير , صندوق خشبي , بساط اسفنجي مائل عدد 2 , اسطوانتين دائريتين مختلفتين الارتفاع , استاند تصوير عدد 2 , ساعة توقيت .

4.2 التجربة الاستطلاعية:

اجرى الباحث التجربة الاستطلاعية في الساعة الحادية عشر صباحا في يوم الثلاثاء الموافق 2023/10/17 على عينه عددها (4) طلاب من عينة البحث واجرى الباحث التجربة الاستطلاعية باستخدام بعض التمرينات على الادوات المستخدمة في البحث وكان هدف التجربة الاستطلاعية ما يلي.

1. التعرف على المدة التي يستغرقها اداء التمرينات على تلك الادوات المساعدة.
2. التأكد من سلامة وصلاحية الادوات المستخدمة في البحث.
3. التأكد من أمان تلك الادوات المساعدة المستخدمة في البحث.
4. معرفة المعوقات التي تواجه الباحث وفريق العمل المساعد والعمل على اجتياز تلك المعوقات.
5. تكوين تصور مسبق لدى فريق العمل المساعد لكيفية إجراء التجربة الرئيسية.
6. لتعريف عينة البحث بالادوات التي ستطبق عليها التمرينات بالتجربة الرئيسية.

5.2 اجراءات البحث الميدانية:

الاختبار القبلي:

قام الباحث بتنفيذ الاختبار القبلي لتقييم الاداء الفني للمهارة قيد البحث لمجموعة البحث واجري الاختبار في الساعة الحادية عشر صباحا في يوم الثلاثاء الموافق (2023/10/24) في قاعة الجمناستك كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة . جامعة ديالى حيث قيمت المهارة من قبل اربعة محكمين موزعين على جانبي جهاز منصة القفز ثم يؤدي الطالب مهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة ويقوم كل حكم بتقييم اداء حركة الطالب في أثناء تأديته للمهارة وكانت الدرجة من (10) وقام الباحث بحذف ادنى واعلى درجة واخذ الوسط الحسابي بين الدرجتين الباقيتين ويقسم على (2) وهذا يسري على الاختبار البعدي ايضا.

التجربة الرئيسية (تنفيذ التمرينات)

بعد الانتهاء من الاختبار القبلي قام الباحث بإجراء التجربة الرئيسية اذ بدأت هذه العملية بتاريخ (2023/10/31) ولغاية (2023/12/26) لتعليم مهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة على منصة القفز , وقد نفذ الباحث تمريناته على العينة كل يوم ثلاثاء ذلك لان يوم الثلاثاء هو اليوم المتضمن الوحدة التعليمية المنهجية لعينة البحث والمتمثلة بشعبة (أ) لذلك قام الباحث بتقسيم تمريناته على مجموعة ايام الثلاثاء وبحسب تاريخ ومدة اجراء التجربة الرئيسية المذكور اعلاه .

اشرف الباحث على تنفيذ التمرينات والتي كانت ضمن جزء من الجزء الرئيسي للوحدة التعليمية المنهجية , اذ بلغت مدة هذا الجزء (10) دقيقة وبلغ عدد الوحدات التعليمية التي اعددها الباحث (8) وحدات تعليمية.

استعان الباحث بمساعدين من اجل السيطرة على عملية سير وتنفيذ التمرينات واتباع الباحث مبدأ التدرج في عملية تنفيذ التمرينات من السهل الى الصعب وبحسب مراحل الاداء الفني للمهارة قيد البحث أذ قام الباحث بتنفيذ التمرينات على عينة البحث وعلى النحو التالي .

1. تمرينات الركضة التقريبية.

عبارة عن ثلاث تمارين كان الهدف منها تحديد الخطوة الاخيرة وعدم التلكؤ أو التردد عند الوصول الى القفاز وضبط عملية التسارع المتدرج من لحظة الانطلاق وصولاً الى القفاز

2. تمرينات ضرب القفاز.

وهي ثلاث تمرينات مقسمة على ثلاث قفزات اذ كان الهدف من التمرين على القفاز الصغير هو الاحساس بالقفاز في حين كان الهدف من التمرين على القفاز المتوسط هو الشعور والاحساس بالقفز للاعلى واما الهدف من التمرين على القفاز الكبير فكان الحصول على اعلى نقطة في الطيران الاول.

3. تمرينات لرفع مركز ثقل الجسم.

وهي عبارة عن تمرينين استخدم فيها الباحث منصة القفز الواطئة ثم استخدم الصندوق الخشبي المرتفع وكان الهدف من هذين التمرينين هو وصول مركز ثقل الجسم الى اعلى نقطة ممكنة ثم اداء الدرجة الامامية المكورة على منصة القفز الواطئة والصندوق الخشبي بهدف الاحساس بمنصة القفز.

4. تمرينات التكور.

هي عبارة عن تمرينين استخدم الباحث في احدهما الاسطوانة الاسفنجية والحلق الواطئ والبساط الاسفنجي المائل واستخدم في الاخر العقلة الواطئة بهدف تنمية التكور لافراد عينة البحث.

5. تمرينات لقطع المسافه الافقية فوق منصة القفز.

وضع الباحث تمرينين استخدم في الاول الحلق الواطئ والبساط الاسفنجي المائل واستخدم في الثاني الاسطوانة الاسفنجية وكان الهدف من هذين التمرينين قطع المسافه الافقية في الهواء من أجل التخلص من منصة القفز .

6. تمرينات التدرج في اداء مهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة.

وهي ثلاث تمرينات استخدم الباحث في التمرين الاول القفاز الصغير بهدف اداء قلبة هوائية امامية مكورة بسيطة ومن ثم استخدم الباحث القفاز المتوسط والاسطوانة الاسفنجية الواطئة بهدف زيادة صعوبة اداء مهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة ثم استخدم الباحث القفاز الكبير والاسطوانة الاسفنجية المرتفعة مما جعل اداء مهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة اكثر صعوبة , وكان الهدف مما تقدم هو التدرج في اداء القلبة الهوائية الامامية المكورة من المستوى الواطئ ثم المستوى المتوسط ثم المستوى العالي.

7- اداء المهارة بشكلها النهائي .

استخدم الباحث منصة القفز التعليمية لاداء مهارة القلبة الهوائية الامامية عليها وتكرر هذا التمرين لمدة (10) دقائق في اسبوعين, وكان الهدف من هذا التمرين هو اداء المهارة بالطريقة الكلية و التركيز على تصحيح الاخطاء التي تحصل في الاداء .

الاختبار البعدي:

بعد الانتهاء من التجربة الرئيسة قام الباحث بتنفيذ الاختبار البعدي لتقييم الاداء الفني للمهارة قيد البحث لعينة البحث واجري الاختبار في الساعة الحادية عشر صباحا في يوم الثلاثاء الموافق 2024/1/2 في قاعة الجمناستك كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة . جامعة ديالى , وحرص الباحث على إجراء الاختبار البعدي بالضروف نفسها التي أجري فيها الاختبار القبلي من أذ الزمان والمكان وفريق العمل المساعد الذي أستعان به الباحث في إجراء الاختبار القبلي , إذ قيمت المهارة من قبل اربعة محكمين موزعين على جانبي جهاز منصة القفز ثم يؤدي الطالب مهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة ويقوم كل حكم بتقييم اداء حركة الطالب في أثناء تأديته للمهارة وكانت الدرجة من (10) وقام الباحث بحذف ادنى واعلى درجة واخذ الوسط الحسابي بين الدرجتين الباقيتين ويقسم على (2)

6-2 الوسائل الاحصائية:

- 1.الوسط الحسابي
2. الانحراف المعياري
3. الخطأ المعياري
4. اختبار (T) للعينات المترابطة

3. عرض النتائج ومناقشتها:

1.3 عرض النتائج

الجدول (1)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ونسب الخطأ للإختبارات القبلية والبعدي لعينة البحث في مهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة على منصة القفز .

الاختبارات	وسط حسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري
الاختبار القبلي	1.817	0.741	0.191
الاختبار البعدي	5.397	1.272	0.328

الجدول (2)

يبين قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري للفروق والخطأ المعياري للفروق وقيمة (ت) المحسوبة ونسبة الخطأ ونوع الدلالة لعينة البحث للإختبارين القبلي والبعدي لمهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة على منصة القفز .

المتغيرات	س - ف	ع ف	هـ	قيمة (T)	نسبة الخطأ	الدلالة
الاداء الفني	-3.575	1.183	0.305	11.706	0.000	معنوي

*ملاحظة / تحت مستوى دلالة (0,05)

2.3 مناقشة النتائج

ان نتائج الاختبار البعدي لعينة البحث كما مبين في الجدول رقم(2) تشير الى وجود فروق ذات دلالة معنوية ولصالح الاختبار البعدي لعينة البحث ويعزو الباحث ذلك الى التمرينات التي وضعها والوسائل والادوات المساعدة التي استخدمها في البحث اذ كانت تلك الوسائل والادوات ذات فاعلية وتأثير في تعليم مهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة على منصة القفز .

واتبع الباحث مبدأ التدرج في الصعوبة في اعداد التمرينات الخاصة بما يشابه ويلائم مراحل الاداء لتستهدف هذه التمرينات جميع أجزاء المهارة وبحسب مراحلها الفنية فقد ذكر (وميض : 2012 : 322) ان التمرينات

المهارية الخاصة هي " تمارينات يكون فيها الاداء مشابه ومقارب الى الحركات الاساسية في الرياضة التخصصية".

وحرص الباحث على استخدام وسائل وادوات مساعدة ذات نسبة عالية من الامان والموائمة للتمرينات بما يسهل تنفيذ تلك التمارينات وتحقيق الهدف منها باقل وقت وجهد ممكنين , مما سهلت هذه الوسائل والادوات عملية تعلم المهارة قيد البحث وزادت من ميول افراد العينة للاداء والتعلم اذ ذكر (مجاهد ومحمد : 2014 : 151) ان الوسائل التعليمية " من الادوات التي تسهل عملية نقل المادة التعليمية للمتعلم وتزوده بخبرة مباشرة تمكنه من تنمية مهاراته الرياضية"

ومن مبدأ التدرج في الصعوبة استهدف الباحث في التمارينات التي وضعها بعض المتطلبات للمهارة قيد البحث اذ وضع ثلاث تمارينات لتنمية وتعليم الركضة التقريبية كان الهدف منها تنمية التوافق الحركي و تحديد الخطوة الاخيرة وعدم التردد عند الوصول الى القفاز وضبط عملية التعجيل المتدرج من لحظة الانطلاق وصولا الى القفاز ويتطلب ذلك درجة كبيرة من التوافق الحركي فقد ذكر (آيان:2022 : 447) ان التوافق " يعتبر من القدرات الرئيسة للوصول الى الاداء الجيد ".

فالتوافق يساعد في ضبط خطوات الاقتراب واتقانها بالشكل الذي يمكن المتعلم من عدم التلكؤ وتحديد الخطوة الاخيرة التي تسبق عملية ضرب القفاز اذ برز (ثائر واخرون:2023: 148) اهمية التوافق "وتبرز اهمية التوافق عندما يقوم الفرد بحركات تتطلب استعمال اكثر من عضو من اعضاء الجسم الواحد ولاسيما اذا كانت هذه الاعضاء تعمل في اكثر من اتجاه في الوقت نفسه"

وقام الباحث بوضع خمسة تمارينات بأستخدام بعض الادوات استهدف فيها مرحلة الضرب على القفاز والطيران الاول وكان الهدف منها الشعور بالقفز للاعلى ولرفع مركز ثقل الجسم الى اعلى نقطة ممكنة فوق منصة القفز وتحقيق التوازن في الهواء فقد ذكرت (العمدة : 2012 : 41) ان التوازن "هو قدرة الجسم على الاحتفاظ بتوازنه ضد الجاذبية خلال الاداء الحركي الثابت او المتحرك".

واما في المرحلة التي يكون فيها المتعلم فوق منصة القفز فقد قام الباحث بوضع اربعة تمارينات بأستخدام ادوات مختلفة استهدف فيها عنصر الرشاقة وكما ذكرت (الدليمي : 2016 : 79) ان الرشاقة "هي قابلية الجسم على اداء الحركات الصعبة والمعقدة والوصول الى تحقيقها والسيطرة عليها وخاصة عندما يكون الجسم في حالة حركية " , لذا في اداء مهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة يحتاج المتعلم الى التكور مع قطع مسافة افقية للتخلص من منصة القفز ببراعة وخفة ورشاقة عالية اذ ذكر (العزاوي :2021 : 36) ان الرشاقة تعتبر " من العوامل المهمة التي تكسب الرياضي القدرة على الانسياب الحركي في كافة المهارات الحركية في الجمباز وعلى جميع الاجهزة".

وفي الختام قام الباحث بوضع خمسة تمارينات استهدف فيها المهارة بجميع مراحلها وفق مبدء التدرج في الاداء مستخدما ادوات مساعدة من مستوى واطى ثم مستوى متوسط ثم مستوى عالي ومن ثم اداء المهارة بشكلها النهائي على جهاز منصة القفز بهدف تحديد الاخطاء والتركيز على تصحيحها وهذا ما اكده (الربيعي : 2012 : 30) في اغراض التعلم " اكتشاف الخطأ وتصحيحه وتكرار او تشذيب المهارة (صقل المهارة) تجزئتها حسب نوعها ومن ثم تكرارها"

ويعزو الباحث تلك الفروق المعنوية التي ظهرت لصالح الاختبار البعدي والتي اكدت التقدم الملحوظ لعينة البحث الى التمارينات التي وضعها الباحث مستهدفا جميع المراحل الفنية للمهارة والادوات التي استخدمها مراعي فيها الموائمة للتمرينات بهدف ان يعطي كل تمرين فائدته مع الاداة التي يؤدي باستخدامها اضافة الى اداء المهارة بصورتها النهائية ساهم في تحديد الاخطاء وتشذيبها وادى الى حصول تحسن في مستوى اداء الطلاب للمهارة , وبهذا قد تحققت اهداف البحث وفروضة.

4. الخاتمة

من خلال عرض نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لعينة البحث وتحليلها ومناقشتها توصل الباحث الى الاستنتاجات الاتية: ان التمارينات المستخدمة في البحث كان لها اثر ايجابي في تحسن مستوى تعلم مهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة على منصة القفز لطلاب المرحلة الثالثة , ان الادوات المستخدمة وموائمتها للتمرينات ادت الى تحسن مستوى عينة البحث وزيادة التشويق ورغبتهم في الاداء والتعلم وتفاعلهم مع المهارة , ان التدرج في اعطاء التمارينات والادوات المساعدة كان له اثر كبير في تعلم المهارة ككل اضافة الى اداء المهارة بشكلها النهائي ادى الى تحديد اخطاء الاداء وصقله والتوصل الى افضل مستوى.

ومن خلال الاستنتاجات التي توصل اليها الباحث قام بوضع التوصيات الاتية: ضرورة استخدام التمارينات في تعليم مهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة على منصة القفز وعلى جهاز اخر مثل مثل بساط الحركات الارضية لطلاب المرحلة الثالثة , استخدام الادوات المساعدة في تجزئة المهارات خاصة المركبة منها وزيادة التشويق والتفاعل بين الطلاب والاداء لتسهيل تعلم مهارات الجمناستك الفني لطلاب المرحلة الثالثة , ايجاد تمارينات وسائل مساعدة جديدة لتعليم المهارات الخاصة بالجمناستك الفني لطلاب المرحلة الثانية والثالثة .

المصادر:

- مهند كامل شاكر; اختراع وابتكار الاجهزة في علوم الرياضة : ط1 , (. ديالى , جامعة ديالى , المطبعة المركزية , 2020)
- بوداود عبد اليمين و عطاء الله احمد ; المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية والرياضية: (بن عكنون , ديوان المطبوعات الجامعية , 2009)
- وميض طارق ستار : تأثير تمرينات مهارية في تطوير القدرات الحركية للملاكمين المبتدئين بأعمار (14.12) سنة : (مجلة علوم الرياضة , كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة , جامعة ديالى , العدد الثاني , 2012)
- مجاهد حميد رشيد و محمد توفيق حسن : تأثير استخدام بعض الوسائل التعليمية المساعدة في تعلم مهارة التمرير من الاسفل بالكرة الطائرة : (مجلة علوم الرياضة , كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة , جامعة ديالى , المجلد السادس , العدد 2 , 2014)
- آبان عبد الكريم مزهر : تأثير تمرينات تعليمية مقترحة بوسائل مساعدة لتطوير التوافق الحركي ودقة التهديف للاعبين كرة القدم بعمر (16.14) سنة : (مجلة علوم الرياضة , كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة , جامعة ديالى , المجلد الرابع عشر , العدد 51 , 2022)
- ثائر رشيد حسن واخرون : اسلوب التعلم من اجل التمكن وتأثيره في تنمية التوافق الحركي وتعلم مهارة حائط الصد بالكرة الطائرة للطلاب : (مجلة علوم الرياضة , كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة , جامعة ديالى , المجلد الخامس عشر , العدد 58 , 2023)
- ام هاشم العمدة ; نظريات التعلم الحركي وتطبيقاتها في مرحلة الطفولة المبكرة , ط1 , الرياض , دار الزهراء للنشر والتوزيع , 2012
- ناهدة عبد زيد الدليمي ; اساسيات في التعلم الحركي : ط1 , (عمان . شارع الملك حسين , الدار المنهجية للنشر والتوزيع , 2016)
- محمد قاسم العزاوي : اثر استخدام الموديلات التعليمية في تطوير بعض القدرات الحركية الخاصة ومستوى الاداء المهاري للاعبين الجمباز : (مجلة علوم الرياضة , كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة , جامعة ديالى , المجلد الثالث عشر , العدد 48 , 2021)
- محمود داوود الربيعي; التعلم والتعليم في التربية البدنية والرياضية , بيروت , دار الكتب العلمية , 2012 .