

لفعالية دفع الثقل

الباحث

م.م فائز كريم صالح

الجامعة المستنصرية – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملخص البحث

هدفت الدراسة الى التعرف على تأثير استخدام أسلوب التضمين (الاحتواء) في تعلم ثلاث من المهارات الأساسية برمي الثقل (مهارة الزحلفة، مهارة الميزان، مهارة الرمي). وكذلك التعرف على افضل اسلوب في تعلم الاداء المهاري لبعض المهارات الأساسية لفعالية رمي الثقل اما فروض البحث فكانت وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبلي والبعدي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في تعلم ثلاث من المهارات الاساس برمي الثقل باستخدام أسلوب التضمين (الاحتواء) واستخدم الباحث المنهج التجريبي ذات الاختبارين القبلي والبعدي. واشتملت عينة البحث على طلاب المرحلة الأولى من قسم التربية الرياضية/ كلية التربية الأساسية – الجامعة المستنصرية للفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠١٣ – ٢٠١٤م. وبطريقة القرعة تم تقسيم العينة إلى مجموعتين بواقع (١٠) طلاب لكل مجموعة إذ مثلت المجموعة الأولى (الضابطة) والتي تمارس تعلم دفع الثقل حسب خطة الدرس من المدرس على الطريقة الأمرية المتبعة خلال الدرس، أما المجموعة الثانية فكانت تمارس تعلم دفع الثقل وتأخذ وتتعلم بواسطة طريقة التضمين (الاحتواء) واستخدم الباحث معاملاً الاختلاف في متغيرات العمر والطول والوزن وقام الباحث بتطبيق فقرات الاختبار على عينة استطلاعية بلغ عدد ها (٨) لاعبين من مجتمع البحث الاصلي ومن خارج عينة البحث الأساسية كما استخدم الباحث الوسائل الاحصائية الآتية من خلال الحقيبة الاحصائية spss وبعد عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها استنتج الباحث إن أسلوب التضمين (الاحتواء) تأثيراً واضحاً في عملية تعلم المهارات قيد البحث لفعالية دفع الثقل ، وذلك واضح من خلال نتائج الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية والتي كانت لصالح الاختبارات البعدي وان أسلوب التضمين (الاحتواء) افضل من الأسلوب الامري في عملية تعلم المهارات قيد البحث لفعالية دفع الثقل.

Abstract

The impact of the use of modulation method (containment) to learn the three basic skills

The effectiveness of the payment of gravity

Researcher

M.M. faez Karim Saleh

The study aimed to identify the impact of the use of embedding method (containment) to learn the three basic skills of throwing the weight (skill-piste, the balance of skill, the skill of throwing).

As well as to identify the best method to learn the performance skills of some of the basic skills of the effectiveness of throw weight either research hypotheses were the presence of statistically significant differences between the tests before and after the two sets of search experimental and control groups in learning three skills basically throwing the weight using the method of embedding (containment) and the researcher used the experimental method with pre and post tests. The research sample included students on the first phase of the Department of Physical Education / College of Basic Education - Mustansiriya University for the first semester of the academic year 2013 - 2014 m. The way the draw has been divided the sample into two groups of (10) students per group, as represented by the first group (Zaboth) and practiced learning push of gravity by a lesson plan from the teacher on the way Princess followed during the lesson, while the second group was exercised learn push of gravity and take and learn by way of modulated (containment) and the researcher used the coefficient of variation in the variables of age, height, weight, and the researcher applying paragraphs test a sample exploratory number ha (8) players from the research community of the original and outside the research sample basic as the researcher used statistical methods following through the bag statistical spss and after Showing results analyzed and discussed researcher concluded that the method of embedding (containment) a significant impact in the process of learning the skills in question the effectiveness of the payment of gravity, and it is evident from the results of tests before and after the two Zaboth and experimental, which was in favor of the post tests and style modulated (containment) is better than Prince method in the learning process Almhart question the effectiveness of the push of gravity.

١- التعريف بالبحث:

١-١ المقدمة وأهمية البحث:-

إن التقدم والتطور المذهل الذي شهدته الألعاب الرياضية في العالم قد فاق التصور، وإن هذه الأسس والنظريات العلمية التي استطاعت بها بعض الدول أن تصل بالرياضيين إلى قدرات وحدود كانت في الماضي القريب ضرباً من ضروب الخيال، ما هو إلا نتيجة إبداعات العقول البشرية مربين ومدرّبين وعلماء وأساتذة وخبراء. وتعد ألعاب القوى الألعاب المشوقة للممارسين والمشاهدين معاً، وهذه المتعة التي تحققها اللعبة للجميع أوجب على المهتمين بها مواكبة كل ما هو جديد كي يتم الاستفادة منه في رفد هذه اللعبة.

ونتيجة الجهود العلمية الحديثة للعلماء والتقنيين في جميع المجالات لمعالجة مواطن الضعف والتعرف على الحقائق واستثمارها وتوظيفها لتطوير اللعبة، وكان لاتجاه العلماء إلى المجال الرياضي مساهمة فعالة، وخاصة في ألعاب القوى وفعالية دفع الثقل بالتحديد وقد ظهرت أساليب مختلفة ومتطورة استخدمت في مجالات التربية الرياضية كافة استطاعت أن تحقق نتائج متقدمة في تعلم وتطوير المهارات والفاعليات، والتي استطاعت أن تعمل على تحويل بعض القرارات الخاصة بالتدريس من مركز تحكم المدرس إلى مركز تحكم الطالب ومن ثم يصبح الطالب نفسه محور العملية التعليمية ولا سيما إذا تم اختيار الأسلوب الأنسب.

إن الاعتماد على الأسلوب الأمري (التقليدي) لا يعني فشل العملية التعليمية بشكل عام وعملية التعلم الحركي بشكل خاص، وقد حقق مستوى لا بأس به من التعلم ومبدأ هذا الأسلوب قائم على مركزية تحكم المدرس في اتخاذ القرارات المختلفة بالدرس وهي ما قبل الدرس وفي تنفيذ الدرس أي أثناء تطبيق المهارة، وما بعد الدرس والخاص بالتغذية الراجعة وتقويم الأداء. وقد تناولت الكثير من الدراسات والبحوث الميدانية والمختبرية معظم الصفات البدنية الخاصة بلاعبي دفع الثقل والتي تؤثر بشكل مباشر في تطوير الجانب البدني للارتقاء بالجانب المهاري معتمدة على طريقة اداء واحدة والتي لها تأثير مباشر في عملية التعلم (بحسب علم الباحث) مما يؤكد على التعامل بالأساليب الحديثة

بالإضافة للأسلوب الامري. لذلك قام الباحث على اختيار أسلوب اخر وهو التضمين (الاحتواء) ، بالإضافة إلى الأسلوب الامري (التقليدي) وهنا تكمن أهمية البحث كونه محاولة بالارتقاء بمستوى التعلم من جهة وبمستوى الطلاب من جهة أخرى من خلال استخدام أساليب تعليمية مختلفة بما تلائم المستوى العمري وطبيعة المهارة لتعلم بعض المهارات الأساسية في فعالية رمي الثقل.

٢-١ مشكلة البحث:-

نحن نعرف بان لكل بحث مشكلة ومشكلة بحثنا هذا هو التعرف على دور استخدام طريقة التضمين (الاحتواء) في العملية التعليمية وماهي فائدتها المرجوة عند التطبيق هل هي موضوعية ومنطقية أم لا؟

ان فعالية رمي الثقل احدى فعاليات العاب الساحة والميدان إذ تُعد من المهارات الصعبة على الطلبة المبتدئين إذ تحتاج في تعليمها الى استخدام اساليب تدريس تراعي الصعوبة والسهولة في خطوات اداء هذه الفعالية المراد تعلمها ومن خلال عمل الباحث في مجال التدريس.

وقد لاحظ الباحث ميدانياً ومن خلال اطلاعه المباشر على سير العملية التعليمية في كلية التربية الأساسية / قسم التربية الرياضية باعتباره احد تدريسي مادة طرائق التدريس لاحظ ان تعلم كافة المهارات الحركية خصوصاً المهارات الأساسية لفعالية دفع الثقل يعتمد على الأسلوب التقليدي (الامري) وهذا الأسلوب الذي يقوم به المدرس باتخاذ جميع القرارات ويكون دور الطالب الاداء واتباع الأوامر وإطاعتها. لذا ارتأى الباحث إن يستخدم طريقة التضمين (الاحتواء) والأسلوب الامري (التقليدي) لتعلم بعض المهارات الأساسية في فعالية دفع الثقل.

٣-١ اهداف البحث: يهدف البحث الى:-

- التعرف على تأثير استخدام أسلوب التضمين (الاحتواء) في تعلم ثلاث من المهارات الأساسية برمي الثقل (مهارة الزحقة، مهارة الميزان، مهارة الرمي).
- التعرف على افضل اسلوب في تعلم الاداء المهاري لبعض المهارات الأساسية لفعالية رمي الثقل.

٤-١ فروض البحث:-

- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبلي والبعدي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في تعلم ثلاث من المهارات الاساس برمي الثقل باستخدام أسلوب التضمين (الاحتواء).
- هناك فروق ذات معنوية في الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في تعلم ثلاث مهارات اساسية برمي الثقل (مهارة الزحقة، مهارة الميزان، مهارة الرمي) ولصالح المجموعة التجريبية.

٥-١ مجالات البحث:-

١-٥-١ المجال البشري: طلاب المرحلة الأولى في قسم التربية الرياضية / كلية التربية الأساسية / الجامعة المستنصرية.

٢-٥-١ المجال الزمني: المدة من ٢٠١٣/١٢/١ ولغاية ٢٠١٤/٣/١.

٣-٥-١ المجال المكاني: ملعب الساحة والميدان في كلية التربية الرياضية – الجامعة المستنصرية.

٣-١ منهج البحث:-

ان اختيار المنهج الملائم هو الذي تحدده مشكلة البحث من اجل الوصول الى الحلول المناسبة وضمن اصول البحث العلمي. وعلى هذا الاساس استخدم الباحث المنهج التجريبي لأنه يعد من اكثر الوسائل لغاية في الوصول الى معرفة موثوق بها (١). وتم اختيار تصميم المجموعتان المتكافئتان ذات الاختبارين القبلي والبعدي عشوائية الاختيار.

٣-٢ عينة البحث:-

اشتملت عينة البحث على طلاب المرحلة الأولى من قسم التربية الرياضية / كلية التربية الاساسية - الجامعة المستنصرية للفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠١٣ - ٢٠١٤م. ولتحديد مجموعتين لهم نفس المستوى من التعلم قام الباحث بتسجيل درجات اختبار فعالية دفع الثقل من وللذكور فقط إذ كان عدد الشعب في المرحلة الأولى (٣) شعب (أ، ب، ج). لذلك تم اختيار شعب (ب). لكي يمثلون عينة البحث عن طريق القرعة اذ بلغ مجموع عينة البحث (٤٢) طالباً بواقع (٣٢) طالباً و(١٢) طالبة وبعد إبعاد الطلاب الراسبين والممارسين لفعالية دفع الثقل في الأندية والمنتخبات الوطنية والطلاب الغير راغبين بالاشتراك في العينة واستبعاد الاناث نظرا لقلة عددهن حيث بلغ عدد طلاب شعبة (ب) (٢٨) طالباً تم استبعاد (٨) طلاب للتجربة الاستطلاعية فاصبح المجموع (٢٠) طالباً وبطريقة القرعة تم تقسيم العينة إلى مجموعتين بواقع (١٠) طلاب لكل مجموعة إذ مثلت المجموعة الأولى (الضابطة) والتي تمارس تعلم دفع الثقل حسب خطة الدرس من المدرس على الطريقة الأمرية المتبعة خلال الدرس، أما المجموعة الثانية فكانت تمارس تعلم دفع الثقل وتأخذ وتتعلم بواسطة طريقة التضمين (الاحتواء). ولأجل معرفة التجانس بين افراد العينة استخدم الباحث معاملات الاختلاف في متغيرات العمر والطول والوزن وكانت ضمن الحدود الطبيعية لمعامل الاختلاف، إذ انه "كلما اقتربت قيمته من (١%) يعد التجانس عالياً وإذا زادت عن (٣٠%) يعني أن العينة غير متجانسة".^(١) والجدول (١) يوضح ذلك.

جدول (١)

يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الاختلاف لمتغيرات العمر والطول والوزن لدى عينة البحث

المتغيرات	س	ع
العمر بالسنة	١٩,٦٧	١,٦٠
الطول بالسنتيمتر	١٧١,١٧	١٢,١٩
الوزن بالكيلو غرام	٧١,٣	٥,٨٢

٣-٦ اختبار الاختبارات:-

٣-٦-١ اختيار اختبارات تقويم الاداء الفني للمهارات قيد البحث:

اعتمد الباحث على اختبارات تقويم الاداء الفني للمهارات قيد البحث على الشكل الظاهري للمهارة من خلال تقويم ثلاث من السادة المقومون في لعبة رمي الثقل بطريقة الملاحظة اعتماداً على الدرجة الكلية للاداء الفني والمكونة من (١٠) درجات . علماً بأن هذه الاختبارات هي مقننة اذ استخدمت من قبل باحثين سابقين

(١) محمد حسن علاوي ، اسامة كامل راتب. البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، القاهرة: دار الفكر العربي، ١٩٩٩، ص٢١٧.

(٢) وديع ياسين محمد، حسن محمد عبد؛ التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية: (الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٩٩) ص١٦١.

ولغرض التأكد من تكافؤ مجموعتي البحث قام الباحث باستخدام اختبار (T-test) لحقيقة الفروق بين المتوسطات الحسابية للعينات المستقلة، لاختبار دفع الثقل وكانت النتائج وفق ما موضح في الجدول (٢)، مما يؤكد تكافؤ المجموعتين.

جدول (٢)

يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار القبلي للمهارات قيد البحث لدفع الثقل وكذلك عدد العينة وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية والدالة الإحصائية

الاختبار	المجاميع	س	ع	عدد العينة	قيمة T المحسوبة	قيمة T الجدولية	مستوى الدالة	الدالة الإحصائية
المهارات قيد البحث لفعالية دفع الثقل	الضابطة	٣,٨٣	٠,٧٧	٢٤	١,٤	٢,٠١	٠,٠٥	عشوائي
	التجريبية	٣,٥٧	٠,٦٣	٢٨				

٣-٤ الأجهزة والأدوات والوسائل المستعملة في البحث:-

استعان الباحث بالوسائل البحثية الآتية:-

- المصادر والمراجع العربية والاجنبية.
- استمارة اختبار الاختبارات المهارية لفعالية رمي الثقل.
- استمارة اختبار تقويم الاداء الفني للمهارات قيد البحث.
- ثقل بوزن (٦,٢٦٠) كغم عدد (٢٠) ثقلاً.
- شريط معدني لقياس الطول.

٣-٥ تحديد المهارات موضوع البحث:-

من اجل اختيار بعض المهارات برمي الثقل قام الباحث بعملية مسح للعديد من المصادر والمراجع العلمية وحصرت المهارات الاساسية برمي الثقل. ثم قام الباحث بوضع هذه المهارات في استمارة استبيان ثم عرضها على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين (*), في مجال العاب القوى لاختبار ثلاث مهارات فقط، عن طريق استمارة استبيان اعدت خصيصاً لهذا الغرض وقد قام الباحث باستخراج نسبة الاتفاق لهذه المهارات واعتمد الباحث على نسبة قبول ٧٥%.

٣-٦ الاسس العلمية للاختبار:

٣-٦-١ ثبات الاختبار:-

يقصد بثبات الاختبار بانه "اذا كرر الاختبار اكثر من مرة على العينة نفسها اعطى نتائج متقاربة (١) ولبيان ثبات الاختبار المعرفي قام الباحث بتطبيق فقرات الاختبار على عينة استطلاعية بلغ عدد العينة (٨) لاعبين من مجتمع البحث الاصلي ومن خارج عينة البحث الاساسية يوم ٢٠١٣/١٢/١٥ ثم قام الباحث بإعادة الاختبار بعد مرور سبعة ايام أي بتاريخ ٢٠١٣/١٢/٢٢ ثم استخراج معامل الارتباط البسيط بيرسون بين نتائج الاختبارين وكانت قيمة معامل الارتباط هي (٠,٨٧) وهي درجة عالية يعتمد عليها في البحث العلمي.

(١) انور الخولي : التربية الرياضية ، دليل المعلم الفصل تطالب التربية الرياضية ، القاهرة : دار الفكر العربي ، ١٩٩٨ ، ص ٢٢٧ .

ان الاختبار الصادق هو "الذي يقيس بدقة كافية الظاهر الذي صمم لقياسها ولا يقيس شيئاً بديل منها او بالإضافة اليها"^(١).

وعلى هذا الاساس قام الباحث بعرض الاختبار المهاري على مجموعة من السادة ذوي الخبرة والاختصاص^(*) الاختبار فقرات الملائمة للقدرات ومستوى عينة البحث والذي يسمى صدق محتوى او مضمون وتأكيذاً من الباحث ايضاً فقد استخدم معامل الثبات الحاسب معامل الصدق الذاتي وحسب المعادلة التالية:-

$$\text{معامل الصدق الذاتي} = \text{معامل الثبات}^{(٢)}$$

٦-٣ التجربة الاستطلاعية:-

أجرى الباحث في يوم ٢٠١٤/١/٥ تجربة استطلاعية على طلاب المرحلة الأولى، شعبة (ب) وكان عددهم (٨) طالباً وهم من خارج عينة البحث وكان الغرض من التجربة ما يأتي:-

- مدى صلاحية الأدوات المستخدمة.
- التعرف على مدة العمل خلال الدرس قياساً بزم من الوحدة التعليمية.
- معرفة المعوقات التي سيواجهها الباحث.

٧-٣ إجراءات البحث:

١-٧-٣ الاختبار المستخدم في البحث:

١-١-٧-٣ اختبار دفع الثقل:-

الغرض من الاختبار: تقويم الأداء الفني بدفع الثقل.

الأدوات

دائرة الرمي: وهي دائرة قطرها (٢,١٣٥ متر) مكساة بالأسمنت في وسط الدائرة يوجد خط يقسمها إلى قسمين وفي مقدمة الدائرة يوجد جزء الرمي ومثبت بالأرض ويسمى لوح الإيقاف.

النقل: كروي الشكل مصنوع من المعدن بوزن (٦,٢٦٠ كغم) وهو الوزن الخاص لفئة الشباب، عدد (٢٠) ثقلاً.

مواصفات الأداء: يدخل المختبر إلى دائرة الرمي من الجزء الخلفي ويأخذ الوضع المناسب له ويجب وضع الثقل بالقرب من الحنك ثم عمل حركة الميزان وتكوير الجسم ثم حركة الزحلفة ودفع الثقل بيد واحدة من الكتف ثم القيام بحركة التبديل أو التغطية للحفاظ على التوازن ثم الخروج من الجزء الخلفي لدائرة الرمي.

(١) محمد حسن علاوي، محمد الدين رضوان، القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، القاهرة: دار الفكر العربي، ١٩٨٧، ص ٣٢٢.

(*) الخبراء:

أ.د عامر فاخر شغاتي / كلية التربية الرياضية / الجامعة المستنصرية / اختصاص ألعاب قوى
أ.م. د زينب حسن الجبوري / كلية التربية الرياضية / الجامعة المستنصرية / اختصاص ألعاب قوى
م.د عبد علي الفرطوسي / وحدة الرياضة الجامعية / الجامعة المستنصرية / اختصاص طرائق تدريس
(٢) المصدر السابق نفسه، ص ٣٥٠.

الشروط: يتم تطبيق القانون الخاص بفعالية دفع الثقل وفي حالة ارتكاب المختبر مخالفة تعد المحاولة فاشلة ويسمح له بثلاث محاولات فقط حسب قانون اللعبة .

طريقة التسجيل: يتم احتساب الدرجة من خلال عرض الاختبار على الخبراء من ذوي الخبرة والاختصاص من مدرسي التربية الرياضية في فعالية ألعاب القوى لتقويم الأداء للطلاب لمهارات المطلوبة فقط من (١٠) درجات (أي إن التقويم يكون للأداء فقط دون الأخذ بنظر الاعتبار مسافة الثقل) حيث تم تعليم المهارات باستخدام الدرس الخاص بالعالي القوى المقرر من قبل الكلية وبواقع وحدتين تعليمية أسبوعياً، وكان زمن الوحدة الواحدة التعليمية (٩٠د) وتتفق المجموعتين الضابطة والتجريبية من حيث الإحماء والتمرينات البدنية ومن ثم شرح المهارات وعرضها من قبل المدرس والنموذج والجزء الختامي، أما في النشاط التطبيقي من الجزء الرئيسي الذي يكون في النشاط التعليمي فتختلف كل مجموعة من الأخرى وقد تم تنفيذ الدرس من قبل مدرس المادة بأشراف من قبل الباحث وكما يأتي:-

المجموعة الضابطة: وهي التي تنفذ النشاط التطبيقي على وفق الأسلوب الامري (التقليدي)، حيث يتم تطبيق ممارسة الطلاب للمهارات باتباع أوامر المدرس حيث يقوم المدرس بتقسيم الطلبة إلى مجموعتين تقوم المجموعة الأولى بتطبيق الواجب بينما تنتظر المجموعة الثانية دورها في التطبيق لحين انتهاء المجموعة الأولى وأثناء ذلك يقوم المدرس بالتنقل بين المجموعة التي تؤدي الحركة وذلك لتصحيح الأخطاء والتشجيع.

المجموعة التجريبية: وهي التي تنفذ النشاط التطبيقي على وفق أسلوب التضمين والذي يأخذ بنظر الاعتبار مستويات كل طالب ، حيث يتم تحديد مستويات أو مراحل مختلفة للطلبة وما على الطالب سوى التنقل بين هذه المستويات وحسب إمكانياته وقابليته البدنية .فبالنسبة لمهارة التكور فقد تم تحديد مراحل أو مستويات مختلفة في تطبيق المهارة وهي التكور من الثبات، التكور من المشي التكور من الهرولة وعلى الطالب أن ينتقل بين هذه المراحل حسب إمكانية مستواه من الأداء. أما بالنسبة لمهارة الميزان فقد تم تحديد المستويات وهي أداء الميزان والثبات على وضع الميزان لمدة دقيقة ولمدة دقيقتين ولمدة ثلاث دقائق وأخيراً أداء الميزان من الهرولة وسوف يقوم الطالب بالتنقل بين هذه المراحل. اما مهارة الزحلقة فتكون مرة بزحلقة الساق نصف متر الى الخلف وبعدها متر الى الخلف وبعدها متر ونصف الى الخلف.

٣-٨ المنهج التعليمي: اما مفردات المنهج التعليمي:-

- استغرقت مدة المنهج التعليمي الكلية (٤) اسابيع.
- استغرقت مدة منهج تعلم كل مهارة من المهارات قيد البحث (٢) عدد الوحدات التعليمية في الاسبوع هي وحدتان حسب الوحدات المقررة للمحاضرة.
- عدد الوحدات الكلية للمنهج هي (٨) وحدة.
- زمن الوحدة التعليمية الواحدة (٩٠) دقيقة.

٣-٨-١ الاختبارات البعدية:-

تم إجراء الاختبارات البعدية على عينة البحث وللمجموعتين الضابطة والتجريبية وبعد مضي مدة (٤) أسابيع على تطبيق التجربة. حرص الباحث على تثبيت الظروف والأدوات المستخدمة وطريقة التنفيذ وفريق العمل المساعد.

٣-٩ الوسائل الإحصائية:- استخدم الباحث الوسائل الإحصائية الآتية من خلال الحقيبة الإحصائية spss:-

(الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الالتواء، النسبة المئوية. قانون (t) للعينات المتناظرة، قانون الارتباط البسيط (بيرسون)).

في هذا الباب ارتأى الباحث عرض النتائج التي تم الحصول عليها من الاختبارات القبليّة والبعدية خلال مجريات البحث في جداول توضيحية، ثم تحليل هذه النتائج ومناقشتها لغرض التأكد من صحتها ومدى تطابقها مع أهداف وفروض البحث.

٤-١-١ عرض نتائج اختبارات (t.test) لاختبار الأداء الفني لمهارات الزحقة والميزان والرمي لفعالية رمي الثقل ولمجموعة البحث الضابطة:-

لمعرفة الفروق بين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدى لمجموعة البحث الضابطة في اختبار الأداء الفني لمهارات الزحقة والميزان والرمي برمي الثقل، استخدم الباحث اختبار (t) للعينات المتناظرة وكما هو مبين في الجدول (٣).

الجدول (٣)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج اختبار (t) بين الاختبارين القبلي والبعدى لاختبار الأداء الفني لمهارات الزحقة والميزان والرمي لفعالية برمي الثقل ولمجموعة البحث الضابطة بالطريقة الامرية

نوع الدلالة	قيمة (t) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		مهارات
		ع-+	س-	ع-+	س-	
معنوي	٦,٨١	٠,٧٦	٧,٢٨	٠,٣٩	٤,١٥	الزحقة
معنوي	٦,٥٤	٠,٧٨	٧,٢٧	٠,٣٥	٥,١٤	الميزان
معنوي	٧,٩٦	٠,٨٥	٧,٠١	٠,٢٩	٤,٩	الرمي

* قيمة (t) الجدولية = (٣,١١٩) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وتحت درجة حرية (٩)

يبين جدول (٣) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدى لاختبار الاداء الفني لمهارات الزحقة والميزان والرمي برمي الثقل ولمجموعة البحث الضابطة. اذ ظهرت النتائج ان جميع قيم المهارات (الزحقة والميزان والرمي) هي قيم معنوية فقد بلغت قيمة (t) المحسوبة (٦,٨١، ٦,٥٤، ٧,٩٦) على التوالي وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (٣,١١٩) تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٩) هذا يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي.

ولمعرفة الفرق بين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدى لمجموعة البحث التجريبية في اختبار الاداء الفني لمهارات الزحقة والميزان والرمي لفعالية برمي الثقل، استخدم الباحث اختبار (t) للعينات المتناظرة وكما هو مبين في الجدول (٤).

الجدول (٤)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج اختبار (t) بين الاختبارين القبلي والبعدي لاختبار الاداء الفني لمهارات الزحلقة والميزان والرمي لفعالية رمي الثقل ولمجموعة البحث التجريبية بطريقة التضمين (الاحتواء)

نوع الدلالة	قيمة (t) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		العالم الاحصائية المهارات
		ع-+	س-	ع-+	س-	
معنوي	٨,١٤	٠,٥٠	٨,٠٧	٠,٤٢	٣,٢٤	الزحلقة
معنوي	٩,٣١	٠,٨٦	٧,٣٧	٠,٤٥	٣,٢٥	الميزان
معنوي	٩,٧١	٠,٧٤	٧,٣١	٠,٦٧	٣,٠	الرمي

* قيمة (t) الجدولية = (٣,١١٩) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وتحت درجة حرية (٩)

يبين جدول (٤) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدي لاختبار الاداء الفني لمهارات الزحلقة والميزان والرمي برمي الثقل ولمجموعة البحث التجريبية بطريقة التضمين (الاحتواء). اذ ظهرت النتائج ان جميع قيم المهارات (الزحلقة و الميزان و الرمي) هي قيم معنوية فقد بلغت قيمة (t) المحسوبة ((٩,٧١, ٩,٣١, ٨,١٤) على التوالي وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (٣,١١٩) تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٩) هذا يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي.

٤-٢-١ عرض وتحليل نتائج اختبارات المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات القبلي والبعدي لمجموعتي البحث وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية ونسبة التطور:-

جدول (٥)

يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات القبلي والبعدي لمجموعتي البحث وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية ونسبة التطور

المجاميع	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة T المحسوبة	درجة الحرية	قيمة T الجدولية	الدلالة الاحصائية	نسبة التطور
	س	ع	س	ع					
الضابطة	٣,٥٣	٠,٧١	٥,٢٠	٠,٦٥	١٣,٨٢	٩	٣,١١٩	معنوي	٤١,٨ %
التجريبية	٦,٥١	٠,٦٣	٩,٣٥	٠,٧٥	١٧,٢٧	٩	٣,١١٩	معنوي	٦١,١٣ %

من خلال الجدول (٥) أعلاه تبين لنا بان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي للمجموعة الضابطة كان (٣,٥٣) وبانحراف معياري (٠,٧١) ، في حين بلغ الوسط الحسابي للمجموعة نفسها في الاختبار البعدي (٧,٢٠٨) وبانحراف معياري (٠,٦٥).

وظهرت قيمة (T) المحسوبة لهذه المجموعة (١٣,٨٤) وعند استخراج (T) الجدولية عند درجة الحرية (٩) ومستوى دلالة (٠,٠٥) كانت (٣,١١٧) مما يعني ان الدلالة الاحصائية كانت معنوية.

ولغرض معرفة نسبة التطور الحاصلة للمجموعة الضابطة من جراء التحسن بالأداء الفني لفعالية دفع الثقل، تم استخدام قانون نسب التطور للأوساط الحسابية القبليّة والبعدية للاختبار، إذ بلغت نسبة التطور لهذه المجموعة (٤١,٨%).

أما المجموعة التجريبية فقد بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (٦,٥١) وبانحراف معياري (٠,٦٣)، في حين كان الوسط الحسابي للاختبار البعدي (٩,٣٥) وبانحراف معياري (٠,٧٥٥)، وظهرت قيمة (T) المحسوبة لهذه المجموعة (١٧,٢٧) وعند استخراج (T) الجدولية عند درجة الحرية (٩) ومستوى دلالة (٠,٠٥) كانت (٣,١١٦) مما يعني إن الدلالة الإحصائية كانت معنوية. وعند استخراج نسبة التطور الحاصلة لهذه المجموعة من جراء التحسن بالأداء الفني لفعالية دفع الثقل كانت النسبة (٦١,٢%).

من خلال النتائج التي ظهرت نلاحظ أن كلا المجموعتين قد حصلت على فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبارات البعدية لكلا المجموعتين، ويمكن أن نعزو هذا التحسن الذي حصل للمجموعتين إلى المنهج التعليمي باستخدام طريقة التضمين (الاحتواء) وبالتالي فإن هذه النتائج تؤكد صحة الفرضية الأولى للبحث، والتي مفادها أن فروقاً ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لدى مجموعتي البحث في مستوى الأداء الفني بدفع الثقل.

٤-٢ مناقشة النتائج:-

من خلال ما تم عرضه من نتائج في الجداول (٣، ٤، ٥) تبين أن مقدار التعلم كان واضحاً وملموساً ولكلتا المجموعتين التجريبية والضابطة وخاصة المجموعة التجريبية إذ تحققت بنسب تطور معنوية واضحة في تعلمها لأداء الفني والمعرفي للمهارات قيد البحث على الرغم من أن المجموعتين قد خضعتا لمنهج تعليمي واحد عدا ادخال مفردة طريقة التعلم بالتضمين (الاحتواء) على المجموعة التجريبية في عملية تعلم المهارات المبحوثة من حيث الاداء الفني ليزداد مقدار التعلم والنسب المئوية لتطويرة وهذا ما أكدّه عبد الفتاح لطفي "إن التكيف الصحيح للطريقة والأسلوب تعتمد على التفهم السليم للعوامل والمبادئ"^(١) التي لها صلة بالموضوع لكي تثبت أثرها وقيمتها في مواقف تعليمية معينة". وهذا ينسجم مع فرضية البحث القائلة بأن هناك فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة لتعلم المهارات قيد البحث في فعالية رمي الثقل.

أما بالنسبة إلى ما أظهرته نتائج الجدول (٥) الخاص بالمقارنة بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية ونسبة التطور الحاصلة للمجموعة الضابطة من جراء التحسن بالأداء الفني لفعالية دفع الثقل إذ بلغت نسبة التطور لهذه المجموعة (٤١,٨%).

وعند استخراج نسبة التطور الحاصلة للمجموعة التجريبية من جراء التحسن بالأداء الفني لفعالية دفع الثقل كانت النسبة (٦١,٢%). مما يدل على إن هناك تفاوت في نسب التعلم بين المجموعتين الضابطة والتجريبية طبيعة أسلوب التضمين (الاحتواء) الذي يعتمد على مراعاة الفروق الفردية للطلاب من خلال تقسيم المهارة الحركية إلى واجبات متعددة ويستطيع المتعلم انتقاء ما يتناسب مع قدراته واستعداداته كخطوة أولى ثم ينتقل من واجب إلى آخر، وهذا ما أكدّه (Darrow) من أن "هناك درجات متعددة من الصعوبة ويحق للطلاب الاختيار من أي مكان يبدأ وهو الذي يقرر مستوى الأداء فهو أكثر معرفة باحتياجاته الفردية وقابليته".

ويشير جمال ناصر وآخرون إلى أن من "أهم أغراض ورقة الواجب تقليل عدد المرات التي يقوم بها المدرس بتوضيح المهارة من أجل زيادة فاعلية الوقت المخصص وكفاءته لأداء المهارة أو الواجب الحركي"^(٢)

١- عبد الفتاح لطفي : طرق تدريس التربية الرياضية والتعلم الحركي، دار الكتب ، جامعة بغداد ، ١٩٩٠، ص ٢٣٥

2- Clarence Darrow physical Education Kinesiology Program: (Temple Vniver stiy . 1997) P2.

ويؤكد سايدنتوب (Seiden top) "على ضرورة تلقي المعلومات بطريقة أخرى غير كلام المدرس بإيجاد وإبداع طرائق بغية إيصال المعلومات إلى الطلاب. وتقليل كلام المدرس هو واحد من أهم التحديات لتحسين التدريس في التربية الرياضية"^(١). وهذا لا يعني فشل العملية التعليمية بشكل عام باستخدام الأسلوب الامري الذي يكون قائم على مركزية تحكم المدرس في اتخاذ القرارات، ولكن يجب على الدارسين والمدرسين التنوع في استخدام الأساليب الحديثة والمتنوعة التي تلائم المرحلة العمرية ونوع المهارة.

هذا ما أكدته (Ian word) الذي أشار إلى "أن أساليب التعلم يجب أن تكون ملائمة لأعمار الطلاب وقدراتهم العقلية والبدنية ولا بد من مراعاة الحالة العامة والظروف المحيطة بالدرس من أجل تحقيق الأهداف المطلوبة."^(٢)

وهذه الطريقة قد سهلت في عملية فهم وإدراك الاجزاء التفصيلية للمهارات المطلوب تعلمها وذلك من خلال التدرج الواضح في عرض وشرح المهارة وبأقسامها الثلاثة (التحضيرية والرئيسية والختامية)، اضافة الى ذلك فان تهيئة كافة الظروف والاجواء التعليمية المناسبة مع ادخال تقنية حديثة وتوظيفها في عملية تعلم المهارات الرياضية كان له الاثر الكبير والايجابي في تطور افراد المجموعة التجريبية.

وان استخدام طريقة تعليمية مناسبة في تعلم المهارات الاساسية برمي النقل للمبتدئين يساعد المتعلم على فهم الاجزاء الدقيقة للمهارة والتي تساعد على اكتشاف الاخطاء الفنية التي قد يرتكبها اثناء تعلمه وخاصة في مراحل التعلم الاولى لان بقاء خطأ الاداء الفني للمهارة ككل، هذا من جانب ومن جانب اخر فان صعوبة بعض المهارات المطلوب تعلمها واتقانها يستوجب من المدرب في العملية التعليمية الى استعمال وادخال طريقة مساعدة في عمله بشكل الذي يوفر الوقت والجهد المبذول من قبل المتعلم والمدرّب فضلاً عن ان هذه التقنية تقوم على اشراك بعض الحواس في عملية التعلم مما يؤدي الى ترسيخها وتعميقها وهي بذلك تساعد على ايجاد علاقات وطيدة وراسخة بين ما تعلمه اللاعب وما يترتب عليه من بقاء اثر تعلمه"^(٣).

٥ الاستنتاجات والتوصيات:

٥-١ الاستنتاجات:-

استنتج الباحث من خلال النتائج التي ظهرت ما يأتي :

١. إن اسلوب التضمين (الاحتواء) تأثيراً واضحاً في عملية تعلم المهارات قيد البحث لفعالية دفع النّقل، وذلك واضح من خلال نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية والتي كانت لصالح الاختبارات البعديّة.

٢. ان اسلوب التضمين (الاحتواء) أفضل من الأسلوب الامري في عملية تعلم المهارات قيد البحث لفعالية رمي النّقل.

٥-٢ التوصيات:-

١- استخدام أسلوب التضمين (الاحتواء) بشكل أوسع في دروس التربية الرياضية وللفعاليات كافة.

٢- ضرورة توضيح كيفية العمل بالأساليب التعليمية عن طريق دورات لمدرسي ومدرسات التربية الرياضية، التي يكون للطالب دور في العملية التعليمية والمشاركة في بعض قرارات الدرس مع المدرس.

٣- اجراء دراسات اخرى ولطرق تدريسية اخرى وعلى فئات عمرية اخرى ولفعاليات مختلفة.

^(٣) ماهر اسماعيل يوسف ، مدخل الى تكنولوجيا التعلم ، ط٢ ، عمان : دار الفكر ، ١٩٩٨ ، ص٨ .

المصادر

١. انور الخولي: التربية الرياضية، دليل المعلم الفصل طالب التربية الرياضية، القاهرة: دار الفكر العربي، ١٩٩٨.
٢. علي الديري، احمد بطانية؛ اساليب التدريس الرياضية، (عمان، مطبعة الأمل، ١٩٨٧).
٣. زكي درويش وعادل عبد الحافظ؛ ألعاب القوى في فن الرمي والألعاب المركبة، الإسكندرية، دار المعارف، ١٩٧٠.
٤. حسن شلتوت وصديقي احمد سلام؛ الرمي في ألعاب القوى، الإسكندرية، مؤسسة بور سعيد للطباعة والنشر، ١٩٩٦.
٥. ريسان خريبط ونجاح مهدي شلش؛ التحليل الحركي، جامعة البصرة، مطبعة دار الحكمة، ١٩٩٢.
٦. عفاف عبد الكريم زكي درويش وعادل عبد الحافظ؛ ألعاب القوى في فن الرمي والألعاب المركبة، الإسكندرية، دار المعارف، ١٩٧٠.
٧. عبدالفتاح لطفي: طرق تدريس التربية الرياضية والتعلم الحركي، دار الكتب، جامعة بغداد، ١٩٩٠.
٨. كريمة فياض سالم: اثر بعض الأساليب التدريسية على مستوى الأداء الفني والانجاز لفعالية الرمي بالبندقية الهوائية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ١٩٩٦.
٩. ظافر هاشم إسماعيل: الأسلوب التدريسي المتداخل وأثره في التعلم والتطور من خلال التنظيمات المكانية لبيئة التنس، أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية لرياضية، ٢٠٠٢.
١٠. محمد حسن علاوي، اسامة كامل راتب. البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، القاهرة: دار الفكر العربي، ١٩٩٩.
١١. محمد غني عثمان؛ موسوعة ألعاب القوى تكتيك - تدريب - تعلم - تحكيم: (الكويت، دار القلم للنشر والتوزيع، ١٩٩٠).
١٢. محمد حسن علاوي، محمد الدين رضوان، القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٨٧.
١٣. ماهر اسماعيل يوسف، مدخل الى تكنولوجيا التعلم، ط٢، عمان: دار الفكر، ١٩٩٨.
١٤. وديع ياسين محمد، حسن محمد عبد؛ التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٩٩.
15. Clarence Darrow physical Education Kinesiology Program: (Temple Vniver sti . 1997.
16. Fortin Francois; Sports the complete visual reference: (published in Canada by firefly Books ltd, 2000.