تأثير منهج تعليمي وفق أنموذج هاريسون وبرامسون في تركيز الانتباه وتعلم مهارتي القفز فتحاً على جهاز حصان القفز و الوقوف على اليدين للطالبات

م.د علا علاء الدين فاضل م.كرار صلاح سلمان
KarrarSalahSalman@gmail.com OlaAlaeddinFadel@gmail.com

الملخص

إن البحث فتكمن في ان لعبة بالجمناستك الفني لها دور مهم في عملية الأداء المهاري تنفيذ الواجبات الحركية خلال الطالبة لذلك ينبغي العمل من اجل تطويرها وتكمن مشكله التي يعاني منها المتعلمات وهي فقدان تركيز الانتباه أثناء عملية تعلمهً الوقوف على اليدين و مهارة القفز فتحاً على جهاز منصة القفز بالجمناستك الفني ,أما هدف البحث التعرف على اثر المنهج التعليمي وفق هاريسون وبرامسون في وتركيز الانتباة ومهارتي الوقوف على اليدين و مهارة القفز فتحاً على جهاز منصة القفز بالجمناستك الفني, أما فرض البحث هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبارات البعدية. ما منهجية البحث وتم استخدام المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة المشكلة ,وعينة البحث مجموعة من طالبات المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية والبالغ عددهم (30) طالبة والبالغ عددهم (30) لاعباً وتم تقسيمهم إلى مجموعتين (ضابطة) و (تجريبية) وعن طريق القرعة بواقع (15) لاعبين لكل مجموعة. ,ومن خلال النتائج تم التوصل إلى الاستنتاجات وأهمها: وجود فروق معنوية بين الاختبارات البعدية (ومهارتي الوقوف على اليدين ومهارة القفز فتحاً على جهاز منصة القفز للجمناستك الفني وتركيز الانتباة) وللمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.

الكلمات المفتاحية: منهج تعليمي ، أنموذج هاريسون وبرامسون ، تركيز الانتباه

The impact of an educational curriculum according to the model of Harrison and Bramson in focusing attention and learning the skills of jumping open on a jumping horse and standing on hands for female students

M. Dr. Ola Alaeddin Fadel M. Karrar Salah Salman

Abstarct

The research lies in the fact that the artistic gymnastics game has an important role in the process of skillful performance, the implementation of motor duties during the student, so it should be worked on in order to develop it, and the problem that the learners suffer from lies in it, which is the loss of focus of attention during the process of learning to stand on the hands and the skill of jumping open on the jump platform device In artistic gymnastics, the aim of the research is to identify the effect of the educational curriculum according to Harrison and Bramson in focusing attention and my skills in standing on the hands and the skill of jumping open on the jumping platform device in artistic gymnastics. As for imposing the research, there are statistically significant differences between the results of the pre and post tests of the experimental group and in favor of the post tests . What is the methodology of the research, and the experimental approach was used for its suitability to the nature of the problem, and the research sample was a group of students of the second stage, the Faculty of Physical Education and Sports Sciences, whose number was (30) students, and their number was (30) players, and they were divided into two groups (control) and (experimental) and by lottery. (15) players per group. And through the results, the conclusions were reached, the most important of which are: the presence of significant differences between the post-tests (and the skills of standing on the hands and the skill of jumping open on the

jumping platform device for artistic gymnastics and focusing attention) and for the experimental and control groups and in favor of the experimental group

Keywords: educational curriculum, Harrison and Bramson model, focus of attention

1-التعريف بالبحث

2-1المقدمة وأهمية البحث

إنّ للتطور العلمي في ميدان التربية الرياضية حيث ان تطور الفعاليات واتساع قاعدتها يعكس الوجه الحضاري للبلد وعليه وجب بذل الجهود لتحقيق أفضل المستويات التي تضمن تقدم الرياضة في القطر .

ولعبت العمليات العقلية دوراً مهماً في الاداء المهاري في الكثير من الفعاليات والأنشطة الرياضية ومنها لعبة الجمناستك الفني ويعد تركيز الانتباه واحداً من هذه العمليات المهمة والتي تعمل على نجاح تطبيق المهارات المختلفة .

ولعبة الجمناستك من الألعاب الفردية التي تحتاج الى قدرات بدنية ومهارية عالية ، فضلاً عن الإعداد النفسي لأنها تحتوي على متغيرات عديدة ومختلفة والتي تتطلب من الطالبات االجمناستك امتلاك أقصى درجة من التركيز الانتباه وذلك وللوصول الى الأداء المثالي وتحقيق افضل النتائج في البطولات .

اما اهمية البحث فتكمن في ان لعبة بالجمناستك الفني لها دور مهم في عملية الأداء المهاري تنفيذ الواجبات الحركية خلال الطالبة لذلك ينبغي العمل من اجل تطويرها وتعليمها بشكل جيد وصحيح باستخدام تركيز الانتباه لأجل زيادة الأداء الفني الصحيح وكذلك فأن للمناهج التعليمية وإعدادها بصورة علمية اهمية في تطوير ما ينبغي تطويره لعبة بالجمناستك الفني والتي تعمل بدورها على تطوير المستوى المهاري.

ويعد هاريسون وبرامسون والتركيز على أهمية التفكير لأنه عملية عقلية عليا وبما ان مهارات بالجمناستك الفني لذا تتطلع الباحثة على ان تكون إمكانية والقدرة على إيصال بالمكان المناسب لان مهارات بالجمناستك الفني تحتاج الى دقه عاليه وتحتاج الى تكنيك جيد وتحتاج على قدره لاتخاذ القرار وهنا تمركزت مشكلة البحث ولإيجاد حلول لهذه المشكلة سوف تقوم الباحثة لأعداد منهج تعليمي يتضمن وحدات تعليمية وتمارين خاصة للمهارات المدروسة

ومن هذا الفهم الموضوعي لأهمية ودور فقد سعى الباحثان على اعداد منهج تعليمي وفق هاريسون وبرامسون ليكون عوناً لمدرسي التربية الرياضية للنهوض بمستوى الاداء وتحسين فرقهم ونتائجهم وان يسهم بشكل ايجابي في لعبة بالجمناستك الفني .

2-1 مشكلة البحث

يعد التركيز الانتباه من العمليات العقلية التي ينتج عنها رد فعل جيد فأداء مختلف المهارات يتطلب تركيز الانتباه بالأداء المهاري لمختلف الأنشطة الرياضية ومنها لعبة الجمناستك إذ تعد من الألعاب الفردية التي تتطلب التركيز بالأداء الفعالية او المهارة بصور أدق وأحسن ومن مثير إلى مثير اخر.

وكذلك فأن اللعب الحديث الان يمتاز بالسرعة والدقة والتركيز المطلوبة، من خلال ملاحظة الباحثان لبطولات الجامعات رآئ ان هناك مشكلة يعاني منها المتعلمات وهي فقدان تركيز الانتباه أثناء عملية تعلمهً تأثير منهج تعليمي وفق أنموذج هاريسون وبرامسون في تركيز الانتباه وتعلم مهارتي القفز فتحا على جهاز حصان القفز و الوقوف على اليدين للطالبات

وهذا ينعكس على تنفيذهم للواجبات اثناء تأديتهما المهارة بصورة صحيحه وبالتالي عدم القدرة على امتلاك الحلول لتحقيق الهدف الرئيسي والمهم في عملية تعلم المهارات.

3-1 اهداف البحث

يهدف البحث الى :-

1. أعداد منهج تعليمي وفق أنموذج هاريسون وبرامسون في تركيز الانتباه وتعلم مهارتي القفز فتحا على جهاز حصان القفز و الوقوف على اليدين للطالبات

2. التعرف على اثر منهج تعليمي وفق أنموذج هاريسون وبرامسون في تركيز الانتباه وتعلم مهارتي القفز فتحا على جهاز حصان القفز و الوقوف على اليدين للطالبات.

4-1 فروض البحث

1. وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية تركيز الانتباه وتعلم مهارتي القفز فتحا على جهاز حصان القفز والوقوف على اليدين ولصالح الاختبارات البعدية.
2. وجود فروق معنوية في الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.

5-1 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري: عينة من طالبات المرحلة الثانية وعددهم (30) طالبة للعام الدراسي 2022- 2022

1-5-2 المجال الزماني: الفترة من 2022/11/1 ولغاية 2022/12/25 .

1-5-3 المجال المكاني: كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات /جامعة بغداد

6-1 تحديد المصطلحات:

1-6-1هاريسون وبرامسون [1]

ان الأسلوب الذي يفكر به الناس في الأشياء هو المفتاح الأساسي للفروق الفردية الرئيسة الموجودة بين البشر، وقد صنفا أساليب التفكير إلى خمسة أساليب هي (التركيبي، المثالي، العملي، التحليلي، الواقعي) نماذج أساسية في الحياة العملية مما يؤدي إلى تفضيل أساليب معينة دون غيرها.

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

3-1 منهجية البحث :

أن طبيعة مشكلة البحث المراد دراستها استخدام المنهج التجريبي باعتباره حيث استخدم الباحثان بتصميم المجموعتين التجريبيتين المتكافئتين.

3-2 عينة البحث

. فالعينة "هي الجزء الذي يمثل مجتمع الأصل أو النموذج الذي يجري الباحثان عليه مجمل و محور عمله" [2].,فقد تم اختيار عدد من اختيرت عينة البحث بالطريقة العمدية وهم مجموعة من طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية والبالغ عددهم (30) طالبة وتم تقسيمهم إلى مجموعتين (ضابطة) و (تجريبية) وعن طريق القرعة بواقع (15) طالبة لكل مجموعة أجرى الباحثان تكافؤ على أفراد المجموعتين في الجدول رقم (1) يوضح التكافؤ.

المعاملات الإحصائية / اسم الاختبار	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية	الدلالة
		سَ	±ع	سَ	±ع			
مهارة الوقوف على اليدين	الدرجة	3.9	0.5	3.8	0.5	0.45	1.70	غير دال
مهارة القفز فتحاً على جهاز منصة القفز	الدرجة	3.6	0.5	3.5	0.6	0.5		غير دال
تركيز الانتباه	عدد	10.5	1.3	10.6	0.6	0.5		غير دال

جدول (1)

يبين تكافؤ مجموعتي البحث في الاختبارات المستخدمة

(*) بلغت قيمة(ت) الجدولية (1.70) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية(28).

3-3 وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

3-3-1 الأدوات المستخدمة في البحث:

---

[1] بشرى حسين على ووجدان عناد صاحب: **أساليب التفكير وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طالبات قسم رياض الاطفال**, كلية التربية الاساسية, الجامعة المستنصرية, بغداد, العراق, 2009, ص289.

(المصادر العربية والأجنبية,شبكة المعلومات الدولي (الانترنيت, التجربة الاستطلاعية , الاختبارات والقياسات , الوسائل الإحصائية لنظام , (SPSS), المقابلات الشخصية)

3-3-2 الأجهزة المستخدمة في البحث :

1-جهاز حاسوب لابتوب نوع (Dell) بانتيوم (4).
1- طابعة ليزرية نوع Canon 2900.
2- ساعة توقيت عدد (6) بنوع (Sony)
3- أقماع (شواخص) بلاستيك عدد(20)
4- جهاز حصان القفز والأرضية.
5- صافرة.

4-3 إجراءات البحث الميدانية:

3-4-1 تحديد مهارات الأساسية في الجمناستك الفني للبحث:

اعتمدا الباحثان على المنهج الدراسي للمرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات في تحديد مهارات البحث وهي (القفز فتحا على جهاز حصان القفز والوقوف على اليدين) وتسلسل الحركات فية كي تواكب عينة البحث باقي الشعب في سير المنهج الدراسي المقرر .

3-4-1-1 تحديد الاختبارات القفز فتحا على جهاز حصان القفز. الوقوف على اليدين في الجمناستك الفني للبحث:

طريقة التقييم في الجمناستك الفني وكما معروف هي طريقة تقييم الأداء ويكون ذلك من خلال تصوير أداء الطالبات للمهارات (القفز فتحا على جهاز حصان القفز والوقوف على اليدين) وعرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين في الجمناستك الفني لتقييم مهارات البحث الأساسية.

3-4-1-2 اختبار شبكة تركيز الانتباه [1]

يستخدم هذا الاختبار الذي يُطلَق عليه اختبار (شبكة التركيز) (Grid concentration test) لقياس قدرة االطالبة على تركيز انتباهه.

ومدة هذا الاختبار دقيقة واحدة فقط ويطلب من اللاعب ان يضع شرَطة(/) على أكبر عدد من الأرقام التي تلي الرقم المعين الذي يحدده القائم بالاختبار فمثلاً عند تحديد رقم البدء بالرقم(17) على سبيل المثال فينبغي على الشخص المختبر ان يقوم بوضع شرطة(/) على الرقم(18) ومن ثَمّ الرقم(19) وهكذا وعدم محاولة وضع شرَطة(/) على الرقم(19) اولاً ثم(18) ثانية.

ويمكن استخدام هذا الاختبار مرات عدة مع تغيير الرقم الابتدائي المحدد لكل مرة تالية كما يمكن تغيير أرقام شبكة التركيز وعمل نسخ متعددة منها مع تغيير مكان أرقامها حتى لا يتعود المُختَبر على حفظ وتذكر مكان الأرقام ويراعى ان تكون الأرقام، جميعها مكونة من عددين مثل(01) , (02) , (23) وهكذا .. , كما يمكن إجراء الاختبار في العديد من المواقف التجريبية مثل الاداء إمام الزملاء او بإضافة بعض المتغيرات المشتتة للانتباه.

التصحيح: يتّم التصحيح بإحصاء الأرقام التي قام الرياضي بشطبها بطريقة صحيحة في غضون مدة الدقيقة المحددة لإجراء الاختبار ويتم منح درجة واحدة لكل رقم مشطوب بطريقة صحيحة وكلما ارتفعت درجات الرياضي دلّ ذلك على قدرته العالية على تركيز الانتباه كما في الشكل .

84	27	51	78	59	52	13	85	61	55
28	60	92	04	97	90	31	57	29	33
32	96	95	39	80	77	49	86	18	70

[2] وجيه محجوب ؛ **أصول البحث العلمي ومناهجه :** (بغداد ، مديرية دار المناهج للنشر والتوزيع ،2002) ص164 .

76	87	71	95	98	81	01	46	88	00
48	82	89	47	35	17	10	42	62	34
44	67	93	11	07	43	72	94	69	56
53	79	05	22	54	74	58	14	91	02
06	68	99	75	26	15	41	66	20	40
50	09	64	08	38	30	36	45	83	24
03	73	21	23	16	37	25	19	12	63

اختبار شبكة تركيز الانتباه

3-4-3 التجربة الاستطلاعية :

أجرى الباحثان تجربة استطلاعية بتاريخ2022/11/1 على عينة من طالبات التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات والبالغ عددهم (10) طالبة قبل قيامه ببحثه بهدف اختيار أساليب البحث وأدواته .

3-5 الاختبارات القبلية:

قام الباحثان بأجراء الاختبارات القبلية قبل البدء بالمنهج التعليمي، وقد اشتملت على الاختبارات(مهارتي الوقوف على اليدين و مهارة القفز فتحاً على جهاز منصة القفز بالجمناستك الفني وتركيز الانتباه يوم الأحد في تمام الساعة العاشرة صباحاً بتاريخ 6/ 2022/11 في قاعة التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات .

3-6 المنهج التعليمي:

بدأ الباحثان بإعداد المنهج التعليمي الموضح ف بعد ان اطلع على الكثير من المصادر العلمية المتوافرة فضلاً عن استعانته بخبرة المشرف العلمية والعملية في مجال التعلم الحركي الجمناستك وكذلك الاستفادة من آراء الخبراء والمختصين في مجال الجمناستك والتعلم الحركي

وقبل البدء بتطبيق المنهج التعليمي ومن خلال ما أفرزته نتائج تجربة البحث الاستطلاعية وقف الباحثان عند المستوى الحقيقي للمتعلمين ورأى من الضروري ان يعطي للمتعلمين وحدتين تعريفيتين.

وتضمنت هذه الوحدتان شرحاً مبسطاً لقانون اللعبة وإيجاد نوع من التآلف بين المتعلم وكيفية أداء الصحيحة للأداء حتى يتمكن الفرد من تكوين صورة أولية غير مكتملة في بادئ الأمر

وبعد الانتهاء من الوحدات التعريفية وفي يوم الاثنين 2022/11/7 بدأ تطبيق المنهج التعليمي والمتكون من (24) وحدة تعليمية واستغرق(8) أسابيع, توزعت على أيام الأحد والثلاثاء والخميس.

كان وقت الوحدة التعليمية هو(45) دقيقة اذ يتم تطبيق المنهج التعليمي في القسم الرئيسي الذي يبلغ وقته(30) دقيقة واشتمل هذا القسم على الجزء النظري الذي يبلغ وقته(10) دقائق التي تشتمل على شرح المهارة مع عرض أنموذج للتطبيق أمام المتعلمين إما الجزء العملي(التطبيقي) فكان وقته(20) دقيقة واشتمل هذا الجزء على التطبيقات العملية من تمارين مهارية وتمارين لتركيز الانتباه بالجمناستك. أما القسم الإعدادي في المنهج فكان وقته (10) دقائق ويتكون من الإحماء العام والذي وقته(5) دقيقة ويشتمل على السير والهرولة مع تمارين منوعة, إما الإحماء الخاص والذي وقته(5) دقائق أيضاً فيشتمل على تمارين خاصة من الثبات والحركة لأعضاء الجسم كافة. أما القسم الختامي فكان وقته(5) دقائق واشتمل هذا القسم على العاب صغيرة وترويحية مدتها(4) دقائق ودقيقة واحدة لأداء التحية والانصراف كالمعتاد.

وكانت المجموعة التجريبية تطبق المنهج التعليمي والذي أعده الباحث والذي أشتمل على تمرينات التوافق لمهارات مهارتي الوقوف على اليدين و مهارة القفز فتحاً على جهاز منصة القفز بالجمناستك الفني.

أما بالنسبة للمجموعة الضابطة فقد تعلمت ضمن المنهاج المدرسي بأشراف مدرس مادة التربية الرياضية في المدرسة من خلال طريقته في تعليم الطلاب وأسلوبه التعليمي.

الوحدة التعليمية يتم الشرح للأنموذج (هاريسون وبرامسون) لكل وحدة تعليمية أسلوباً واحداً.

- ونبدأ بالشرح الأسلوب التركيبي وكيفية دمج التمارين والأشياء الخاصة بهذا الأسلوب اي بعض الاكتشاف علاقة بين شيئين او اكثر اي لا يوجد بينهم الا القليل وتشكيل الأسلوب التركيبي .

- يتم الشرح للتفكير المثالي قدرة الفرد على تكوين وجهات نظر مختلفة تجاه الأشياء والميل الى التوجه المستقبلي والتفكير في الأهداف والعناية باحتياجات الفرد.
- يتم الشرح التفكير العملي في صنع القرار بالتحقق مما هو صحيح أو خطأ بالنسبة للخبرة الشخصية المباشرة وحرية التجريب وإيجاد اساليب جديدة لعمل الأشياء بالاستعانة بالمواد الخام المتاحة وتناول المشكلات بشكل تدريجي.
- يتم الشرح للتفكير التحليلي قدرة الفرد على العناية بالتفاصيل في حل المشكلات التي يواجهها ويعتمد في التعامل معها بطريقة منطقية أو منهجية.
- يتم الشرح للتفكير الواقعي قدرة الفرد الاعتماد على الملاحظة والتجريب وإن الأشياء الحقيقية أو الواقعية هي ما نمر به في حياتنا الشخصية مثل ما نشعر به ونلمسه ونراه.

3-7 الاختبارات البعدية:

أجرى الباحثان الاختبارات البعدية لعينة بحثه (المجموعة التجريبية والضابطة) يوم الأحد المصادف 12/20 /2022 وقد اتبع الطريقة نفسها التي اتبعها في الاختبارات القبلية وذلك بعد الانتهاء من المدة المقررة للتجربة والتي استغرقت 8 أسابيع, وقد حرص الباحثان على إيجاد جميع الظروف للاختبارات القبلية ومتطلباتها عند إجراء الاختبارات البعدية من ناحية الوقت والمكان ووسائل الاختبار.

3-8 الوسائل الإحصائية:[1]

من اجل تحقيق هدف الدراسة قام الباحثان باستخدام الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) : (قانون النسبة المئوية ,الوسط الحسابي,الانحراف المعياري, الوسيط,اختبار (t-test) للعينات المترابطة,اختبار (t-test) للعينات غير المترابطة ,معامل الالتواء, t – test لمتوسطين مرتبطين).

4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

4-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ومناقشتها

4-1-1عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية الاختبارات مهارة الوقوف على اليدين و مهارة القفز فتحاً على جهاز منصة القفز و تركيز الانتباه ومناقشتها:

بعد تفريغ البيانات الخاصة بالاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية من الباحثان ، ومعالجتها إحصائياً تبين كما في الجدول (2).

الجدول (2)

يبين نتاج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية في الاختبارات مهارة الوقوف على اليدين و مهارة القفز فتحاً على جهاز منصة القفز و تركيز الانتباه

المعاملات الاحصائية / اسم الاختبار	وحدة القياس	القبلي		البعدي		قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية	الدلالة
		سَ	±ع	سَ	±ع			
مهارة الوقوف على اليدين	الدرجة	3.9	0.5	5 .7	5 .0	26.4	1.76	دال
مهارة القفز فتحاً على جهاز منصة القفز	الدرجة	3.6	0.5	6.89	0.35	17.3		دال
تركيز الانتباه	عدد	10.5	1.3	14.3	1.5	9.91		دال

درجة الحرية (14) ومستوى الدلالة (0.05) ، قيمة (ت) الجدولية = (1.76)

(1) محمد حسن علاوي: **موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين** , مركز الكتاب للنشر , القاهرة , ط1, 1998 , ص 53 .

من خلال الاطلاع على الجدول (2) والذي يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي مهارة الوقوف على اليدين ، يتضح لنا ان المتوسط الحسابي للاختبار القبلي بلغ (3,9) درجة ، وبانحراف معياري (0,5)، فيما بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار البعدي (5,7) درجة ، وبإنحراف معياري (5,0).

وعند استخدام قانون (T-Test) ان قيمة (T) الجدولية البالغة (1,76) تحت مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (14)، وبذلك يكون الفرق دال إحصائيا ولصالح الاختبار البعدي .

من خلال الجدول (2) نلاحظ وجود فروقاً معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية ، في اختبار مهارة الوقوف على اليدين، ويعزو الباحثان هذه النتائج إلى طبيعة التمارين المستخدمة من خلال الوحدات التعليمية إذ إن التدريبات التي تحدث لدى للطالبات هي نتيجة الانتظام في المناهج التعليمي الحاصل في اختبارات اختبار مهارة الوقوف على اليدين تعتبر حركة الوقوف على اليدين من الحركات الاساسية والمهمة جداً لرياضة الجمناستك كونها تستخدام في جميع الأجهزة للبنين والبنات وبالأخص جهازا الحركات الأرضية وعارضة التوازن بالنسبة للبنات وأجهزة الأرضية والمتوازي والحلق بالنسبة للبنين كذلك يجب ان تتقن الحركة من بداية التدريب وللأعمار المبكرة إذ أن هذه الحركة بحاجة الى استخدام القوة العضلية للذراعين وشد في جميع المجاميع العضلية للذراعين والبطن وصولاً للأداء الصحيح وتؤدى هذه الحركة من أوضاع مختلفة .[1]

أما في اختبار مهارة القفز فتحاً على جهاز منصة القفز بلغ المتوسط الحسابي لنتائج الاختبار القبلي (3.6) درجة ، وبانحراف معياري (0.5)، فيما بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار البعدي (6.89) درجة ، وبانحراف معياري (0.35).

وعند استخدام قانون (T-Test) أن قيمة (T) الجدولية البالغة (1.76) تحت مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (14) ، وبذلك يكون الفرق دال إحصائيا ولصالح الاختبار البعدي

ويعزو الباحثان هذه النتيجة ذلك إلى فاعلية التمارين في المنهج التعليمي تعتمد معظم تمارين وحركات القفز على الطريقة الكلية في التعلم وهناك بعض الحركات تحتاج الى طريقة مختلطة للتعلم ويمكن ان تقسم مراحل المهارة في القفز على منصة القفز الركضة التقربية و الضرب على لوحة النهوض والطيران والهبوط[2] كذلك فأن تأثير التمرينات المتنوعة والخاصة بمهارة التهديف والتي تضمنها المنهج التعليمي، بحيث كان العمل بها من السهل الى الصعب، ومن الثبات الى الحركة، مع التأكيد على الاداء الصحيح في اثناء تعليم المهارة ، جعل التقدم لدى المتعلمين واضحاً في هذه المهارة.

فضلاً عن ان تعميم البرامج الحركية للمهارات التي تم تعليمها للمتعلمين من خلال المنهج التعليمي والاستفادة منها من قبلهم جاء نتيجة التكرارات والاداء الصحيح لهذه المهارات من قبل المتعلمين.

وهذا ما اكده (وجيه، 2001) على ان "التشابه في المهارات مع المهارات التي سبق وان تعلمها المتعلم اثر التعلم فيه ايجابياً".[3]

أما في اختبار تركيز الانتباه بلغ المتوسط الحسابي لنتائج الاختبار القبلي (10.5) درجة ، وبانحراف معياري (1.3)، فيما بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار البعدي (14.3) درجة ، وبانحراف معياري (1.5).

وعند استخدام قانون (T-Test) أن قيمة (T) الجدولية البالغة (1.76) تحت مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (14) ، وبذلك يكون الفرق دال إحصائيا ولصالح الاختبار البعدي

يعزو الباحثان سبب الفروق ايضاً في النتائج بين المتعلمين الى مستوى الافراد وقدرتهم على تحويل تركيز انتباههم وهذه العملية تحتاج الى قابلية كبيرة للسيطرة على الانتباه

---

[1] مصطفى حسين باهي. **الإحصاء التطبيقي في مجال البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية والرياضية**.ط1.القاهرة: مركز الكتاب للنشر، 1999 ،ص133.

[1] عبد الستار جاسم النعيمي،عايدة علي حسين؛ **الجمباز المعاصر للبنات**, دار الحكمة للطباعة والنشر بغداد،1991,ص 155

[2] وجيه محجوب واسيا كاظم؛ **الجمناستك الحديث(الجمناستك الرياضي الايقاعي)**:(بغداد، مطبعة دار الحكمة،1991)، ص 9.

فكلما كان الوقت اللازم للاستجابة قليل من قبل المتعلم دل ذلك على قدرته في مجابهة متطلبات الاداء وصولاً الى تحقيق العمل المطلوب.

وهذا ما اكده (غازي،2000) "أنّ تحسين القدرات الذهنية والعقلية لدى اللاعب تعمل على زيادة قابليته على التنبؤ أي زيادة قابلية اللاعب على تصور الإحداث المستقبلية أثناء المباراة كما تعمل على تطوير أمكانية اللاعب بتنفيذ كل المهارات والواجبات والتحكم في مجريات اللعب بشكل متوازن اثناء المباراة ".[1]

كما يؤكد (أسامة،2000)، "أن الرياضي الذي ينشد تحقيق أقصى اداء يجب ان يتعلم الاحتفاظ بدرجة يقظة عالية كما يتعلم ان يوجه الانتباه ويستجيب للتلميحات المعينة المرتبطة بالاداء".[2]

4-1-2عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في الاختبارات مهارة الوقوف على اليدين و مهارة القفز فتحاً على جهاز منصة القفز و تركيز الانتباه ومناقشتها:

بعد أن انتهى الباحثان من اختباراته القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة من عينة البحث عمد إلى تفريغ البيانات ومعالجتها إحصائيا كما في الجدول (3).

الجدول (3)

يبين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في مهارة الوقوف على اليدين و مهارة القفز فتحاً على جهاز منصة القفز و تركيز الانتباه

المعاملات الاحصائية / اسم الاختبار	وحدة القياس	القبلي		البعدي		قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية	الدلالة
		سَ	±ع	سَ	±ع			
مهارة الوقوف على اليدين	الدرجة	3.8	0.5	5 .6	5 .0	12.2	1.76	غير دال
مهارة القفز فتحاً على جهاز منصة القفز	الدرجة	3.5	0.6	5.8	0.64	9.81		غير دال
تركيز الانتباه	عدد	10.6	0.6	12.6	1.04	7.77		

درجة الحرية وبدرجة حرية (14). ومستوى الدلالة (0.05) ، قيمة (ت) الجدولية = (1.76)

من خلال الاطلاع على الجدول (3) والذي يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي مهارة الوقوف على اليدين ، يتضح لنا ان المتوسط الحسابي للاختبار القبلي بلغ (3.8) درجة ، وبانحراف معياري (0.5)، فيما بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار البعدي (5 .6) درجة، وبانحراف معياري (0. 5).

وعند استخدام قانون (T-Test) وانه قيمة (T) الجدولية البالغة (1.76) تحت مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (14)، وبذلك يكون الفرق غير دال إحصائيا.

من خلال الجدول (3) نلاحظ عدم وجود فروقاًمعنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة ، في اختبار مهارة الوقوف على اليدين .

اما في اختبار مهارة القفز فتحاً على جهاز منصة القفز بلغ المتوسط الحسابي لنتائج الاختبار القبلي (3.5) درجة ، وبانحراف معياري (0.6) ، فيما بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار البعدي (5.8) درجة ، وبانحراف معياري (0.64).

وعند استخدام قانون (T-Test) وان قيمة (T) الجدولية البالغة (1.76) تحت مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (14) ، وبذلك يكون الفرق غير دال إحصائيا،

(3) وجيه محجوب: **التعلم وجدولة التدريب الرياضي**، عمان ، دار وائل للنشر , 2001، ص40.

(1) غازي صالح حمود: **الاستجابة الانفعالية وبعض القدرات العقلية وعلاقتها بالمعرفة الخططية**، أطروحة دكتوراه، منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2000،ص124.

اما في اختبار تركيز الانتباه بلغ المتوسط الحسابي لنتائج الاختبار القبلي (10.6) درجة ، وبانحراف معياري (0.6) ، فيما بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار البعدي (12.6) درجة ، وبانحراف معياري (1.04).
وعند استخدام قانون (T-Test) وان قيمة (T) الجدولية البالغة (1.76) تحت مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (14) ، وبذلك يكون الفرق غير دال إحصائيا،
يعزو الباحثان عدم هذه الفروق إلى هذا يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي.وعليه فقد توصل الباحثان ومن خلال مقارنة قيم الدرجات المحتسبة للاختبارين مهارة الوقوف على اليدين و مهارة القفز فتحاً على جهاز منصة القفز و تركيز الانتباه مع القيمة الجدولية الى ان جميعها هي اكبر، وهذا دلالة على وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين للمجموعة الضابطة ولصالح الاختبار البعدي.

4-1-3عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية والضابطة في الاختبارات مهارة الوقوف على اليدين و مهارة القفز فتحاً على جهاز منصة القفز و تركيز الانتباه ومناقشتها:
بعد تفريغ البيانات الخاصة بالاختبارين البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة من الباحثان ، ومعالجتها إحصائياً تبين كما في الجدول (4). الجدول (4)
يبين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات مهارة الوقوف على اليدين و مهارة القفز فتحاً على جهاز منصة القفز و تركيز الانتباه ومناقشتها:

المعاملات الاحصائية / اسم الاختبار	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية	الدلالة
		سَ	±ع	سَ	±ع			
مهارة الوقوف على اليدين	الدرجة	5 .7	5 .0	5 .6	5 .0	4.7	2.05	دال
مهارة القفز فتحاً على جهاز منصة القفز	الدرجة	6.89	0.35	5.8	0.64	0.59		دال
تركيز الانتباه	عدد	14.3	1.5	12.6	1.04	3.13		دال

بدرجة حرية(28). ومستوى الدلالة (0.05) ، قيمة (ت) الجدولية = (2.05)
من خلال عرض الجدول أعلاه ، نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة يتضح لنا بأن المتوسط الحسابي لاختبار مهارة الوقوف على اليدين قد بلغ (7. 5)درجة للمجموعة التجريبية ، وبإنحراف معياري بلغ (0. 5) فيما بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (6. 5)درجة، وبانحراف معياري (0. 5).
وفي اختبار مهارة القفز فتحاً على جهاز منصة القفز بلغ المتوسط الحسابي (6.89) درجة للمجموعة التجريبية ، وبإنحراف معياري بلغ (0.35) ، فيما بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (5.8) درجة ، وبإنحراف معياري (0.64).
وفي اختبار تركيز الانتباه بلغ المتوسط الحسابي (14.3) درجة للمجموعة التجريبية ، وبإنحراف معياري بلغ (1.5) فيما بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (12.6)درجة, وبإنحراف معياري (1.04).
وعند استعمال قانون (T-Test) للعينات غير المترابطة ، وان قيمة (T) الجدولية(2.05) تحت مستوى دلال(0.05) وبدرجة حرية (28) وبذلك يكون الفرق معنوي ولصالح المجموعة التجريبية ايضاً ،
يعزو الباحثان سبب التطور الحاصل للمجموعة التجريبية في اختبار لاختبار مهارة الوقوف على اليدين و مهارة القفز فتحاً على جهاز منصة القفز و تركيز الانتباه إلى هذا يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.

وعليه فقد توصل الباحثان ومن خلال مقارنة قيم الدرجات المحتسبة للاختبارين مع القيمة الجدولية، الى ان جميعها هي اكبر وهذا دلالة على وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدية – البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.

5-الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات : في ضوء النتائج التي تم الحصول عليها استنتج الباحثان ما يلي:-

1. ان للمنهج التعليمي وفق هاريسون وبرامسون والتركيز اثر ايجابي في تعلم ومهارتي الوقوف على اليدين ومهارة القفز فتحاً على جهاز منصة القفز للجمناستك الفني
2. وجود فروق معنوية بين الاختبارات البعدية (ومهارتي الوقوف على اليدين ومهارة القفز فتحاً على جهاز منصة القفز للجمناستك الفني وتركيز الانتباة) وللمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.
3. هناك علاقة ارتباط معنوية بين ومهارتي الوقوف على اليدين ومهارة القفز فتحاً على جهاز منصة القفز وتركيز الانتباه.

5-2 التوصيات من خلال ما توصل إليه الباحثان من استنتاجات وصي بما يلي:-

1. يوصي الباحثان بإجراء بحوث مشابهة على الطلاب وبمختلف الفعاليات الرياضية لمعرفة مدى أهمية تركيز الانتباه على الفعاليات الرياضية المختلفة.
2. يوصي الباحثان على استخدام الأساليب الحديثة في عملية تعلم المهارات الأساسية ولمختلف الألعاب الرياضية.

المصادر:

- غازي صالح حمود: الاستجابة الانفعالية وبعض القدرات العقلية وعلاقتها بالمعرفة الخططية، أطروحة دكتوراه، منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2000،ص124.
- أسامة كامل راتب: علم نفس الرياضية –المفاهيم – التطبيقات، ط3، القاهرة، دار الفكر العربي، 2000، ص365.
- عبد الستار جاسم النعيمي،عايدة علي حسين؛ الجمباز المعاصر للبنات, دار الحكمة للطباعة والنشر بغداد،1991,ص 155
- وجيه محجوب واسيا كاظم؛ الجمناستك الحديث(الجمناستك الرياضي الايقاعي):(بغداد، مطبعة دار الحكمة،1991)، ص 9.
- بشرى حسين على ووجدان عناد صاحب: أساليب التفكير وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طالبات قسم رياض الاطفال, كلية التربية الاساسية, الجامعة المستنصرية, بغداد, العراق, 2009, ص289.
- وجيه محجوب: التعلم وجدولة التدريب الرياضي، عمان ، دار وائل للنشر , 2001، ص40.
- مصطفى حسين باهي. الإحصاء التطبيقي في مجال البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية والرياضية.ط1.القاهرة: مركز الكتاب للنشر، 1999 ،ص133.
- محمد حسن علاوي: موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين , مركز الكتاب للنشر , القاهرة , ط1, 1998 ,
- .وجيه محجوب ؛ أصول البحث العلمي ومناهجه : (بغداد ، مديرية دار المناهج للنشر والتوزيع ،2002) ص164 .
- John, Syes(1983):Porting body Sporting Mind, Untud Kingdom Gambridnge unvi Press.

الهدف التعليمي: الوحدة التعليمية الأولى
الاسبوع:الاول.
اليوم: الأحد .

الزمن: (90)دقيقة
الهدف التربوي:تنمية روح العمل المنظم بين ألاعبات- حب المنافسة والشعور بالمسؤولية :
الأدوات : - حبل + 4بسط اسفنجية مصطبة+ 4بساط شواخص– حائط أملس – شريط قياس– صافرة – ساعات توقيت –

ت	أقسام الوحدة التعليمية	الزمن	محتوى الوحدة التعليمية
-1	القسم التحضيري	25 دقيقة	
	المقدمة	5 دقيقة	الوقوف نسقاً واحداً لتسجيل الغياب وأداء التحية .
	الإحماء العام	5 دقيقة	تهيئة عامة لجميع أعضاء الجسم .
	الإحماء الخاص	15 دقيقة	تمرينات متنوعة وشاملة لكل الجسم تخدم القسم الرئيسي من الدرس .
-2	القسم الرئيسي	61 دقيقة	
	النشاط التعليمي	15 دقيقة	الوقوف على شكل مربع ناقص ضلع والمدرس يشرح المهارة الوقوف باليدين
	النشاط التطبيقي	36 دقيقة	التمرين الأول : الاداء على الجدار وبمساعدة الزميلة والانتباه مع الزميلة . التمرين الثاني : الاداء بشكل الطبيعي للمهارة (مهارة بشكل كامل) والانتباة. التمرين الثالث الاداء بالقفز من فوق المهر باستخدام قفازين وتركيز الانتباة . التمرين الرابع : الاداء بخطف رجل واحدة فقط والرجوع الى الوضع الاول وبمساعدة الزميلة.
	الاختبارات التقويمية	10 دقيقة	اختبارات مهارية تقويمية بين الطالبات اعبات لأداء الوقوف باليدين
-3	القسم الختامي	4 دقائق	-تمرينات تهدئة مع تحية الانصراف -المناقشة وإعادة التعليمات والتوصيات الرئيسة في أداء - التغذية الراجعة النهائية لغرض التأكيد على تصحيح الاخطاء مستقبلاً.