

تأثير وحدات تعليمي وفق تمرينات التوافق في تعلم مسكة الغطس على الرجلين لمصارعى الحرة

بأعمار (١٢-١٤) سنة

الباحث

أ.م.د. علي فؤاد فائق

مستخلص البحث

يهدف البحث إلى التعرف على: معرفة تأثير وحدات تعليمي وفق تمرينات التوافق في تعلم مسكة الغطس على الرجلين لمصارعى الحرة. تم استخدام المنهج التجريبي وتم اختيار من مصارعى نادي الامانة لفئة الناشئين والبالغ عددهم (٧) مصارعين بأعمار (١٢-١٤) سنة. وأسفرت النتائج هناك تأثير ايجابي بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين البحث ولصالح الاختبارات البعدية في تعلم وحدات تعليمي وفق تمرينات التوافق في تعلم مسكة الغطس على الرجلين قيد الدراسة. وقد تم التوصية تدريب المعلمين على استخدام أساليب حديثة أثناء عملية التعلم كوحدة تعليمي وفق تمرينات التوافق في التعلم.

The effect of educational units according to compatibility exercises in learning the diving grip on the legs of freestyle wrestlers aged (12-14) years

D. Ali Fouad Faeq

The research aims to identify: Knowing the effect of educational units according to compatibility exercises in learning the diving grip on the legs of freestyle wrestlers .The experimental method was used, and among the wrestlers of Al-Amanah Club for the junior category, there were (7) wrestlers aged (12-14) years. The results resulted in a positive effect between the results of the tribal and remote tests for the two research groups and in favor of the post tests in learning educational units according to compatibility exercises in learning the diving grip on the two men under study. It has been recommended to train teachers to use modern methods during the learning process as instructional units according to matching exercises in learning.

تتميز التربية البدنية والرياضية بمستوياتها المختلفة وتعدد ممارساتها وأغراضها كون إن م شكلاتها متجددة ومتغيرة بتغير أنماط البشرية وتقدمها في مدارج الحضارة وتبقى الحاجة إلى مواجهتها والتغلب عليها وعلاجها ضرورة ملحة سعياً إلى تحقيق مستوى أرفع وخدمات أوسع. وتعد لعبة المصارعة من الألعاب التي تتميز بشعبيتها وسهولة ممارستها من الفئات العمرية المختلفة إضافة إلى التطور الفني للمسكاتها المتنوعة ومنها مسكة الغطس على الرجلين لمصارعى الحرة، إذ تعد هذه المسكة من المسكات المهمة وكثيرة الاستعمال خلال النزال والتي يمكن من خلالها الحصول على نقطة مباشرة تعطي الأسبقية في تسجيل النقاط وإحراز التقدم، لذلك فهي تعد من المسكات الحاسمة في المصارعة. ومن هنا تتضح أهمية البحث في استعمال وحدات تعليمي وفق تمارينات التوافق للتعرف على أهميتها لدى المتعلمين وتوفير فرص تعلم ملائمة من خلال الاستثمار الأمثل للجهد والوقت لغرض التوصل إلى التعلم المؤثر.

مشكلة البحث:

إن أحد المطالب المهمة في العملية التعليمية هو الاهتمام بالمتعلم وأن يكون له دور تعليمي فعال وأن يفكر ويصبح أكثر استقلالية في اتخاذ قراراته ، وهذا كله يأتي عن طريق تطوير أساليب التعلم من خلال زيادة الوسائل التعليمية المتنوعة ، ومن خلال اطلاع الباحث ولممارسته لعبة المصارعة كمصارع ومدرس للعبة المصارعة في قسم التربية الرياضية ، لوحظ أن كثيرا من المبتدئين تواجههم صعوبات في تعلم مسكات تتطلب تطبيق بعض الأساليب الحديثة ومنها وحدات تعليمي وفق تمارينات التوافق التي تؤدي إلى زيادة أثارة دوافع المتعلمين نحو التعلم الصحيح .

أهداف البحث: -

١- إعداد وحدات تعليمي وفق تمارينات التوافق في تعلم مسكة الغطس على الرجلين لمصارعى الحرة يتلائم وقدرات عينة البحث.

٢- معرفة تأثير وحدات تعليمي وفق تمارينات التوافق في تعلم مسكة الغطس على الرجلين لمصارعى الحرة.

فرضية البحث: -

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات القبلية والبعدية في تعلم مسكة الغطس على الرجلين لمصارعى الحرة.

المجال البشري: - من مصارعي نادي الامانة لفئة الناشئين والبالغ عددهم (٨) مصارعين بأعمار (١٢-١٤) سنة.

المجال الزمني: - المدة من ٢٣-١-٢٠١٩ لغاية ٦-٢-٢٠١٩.

المجال المكاني: - قاعة المصارعة في نادي الامانة الرياضي.

منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته طبيعة المشكلة من خلال استخدام التصميم التجريبي ذو (الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الواحدة).

مجتمع وعينة البحث:

يتكون مجتمع البحث من مصارعي نادي الامانة لفئة الناشئين والبالغ عددهم (٨) مصارعين بأعمار (١٢-١٤) سنة والمسجلين ضمن الاتحاد العراقي لمصارعة ٢٠١٨/٢٠١٩ وقد تم استبعاد واحد من مصارعين لإجراء الدراسة الاستطلاعية عليهم ليصبح قوام عينة البحث الأساسية (٧) مصارعين وكانت نسبتهم (٨٧,٥٪) من المجتمع الأصلي. واعتمد الباحث الاختبارات الاتية:

١- اختبار مستوى الاداء:

الاختبار الفني فقد عمد الباحث بإجراء الاختبار الفني على عينة البحث وهي تطبيق مسكة مختارة وهي: (الخطف)، وقد أعطى الباحث درجات لأقسام المسكة باستمارة تقويم خاصة عرضت على الخبراء والحكام الدوليين للعبة*** وكما يأتي: الوضع الابتدائي (٣درجة)، القسم الرئيسي- (٤درجة)، الوضع النهائي (٣درجة)، وحسب ما هو مبين في الملحق (١). ويعمد المصارع الى أداء محاولتين للمسكة المراد تطبيقها. تسجل أحسن محاولة.

*** الحكام: ١- د. حمدان رجا الكبيسي.

٢- د. لؤي ساطع محمد جواد.

٣- د. عبد الكريم حميد ابراهيم.

قام الباحث بإجراء تجربة استطلاعية في ٢٠١٩/١/٨ - ٢٠٢١/١/١٣ على العينة الاستطلاعية وعددهم مصارع واحد وذلك للتأكد من:

- التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة.

- التأكد من سلامة وتنفيذ الاختبارات وما يتعلق بها من إجراءات وفق الشروط الموضوعة لها.

- مدى ملائمة الاختبارات قيد البحث للمرحلة السنية للعينة المختارة.

- تحديد شدة الأداء وعدد التكرارات وفترات الراحة بين كل تمرين وآخر.

- التحقق من الثقل العلمي للاختبارات من صدق وثبات وموضوعية.

التجربة الرئيسية: -

تحدد إجراءات البحث بأجراء الباحث الاختبارات القبلية بتاريخ ٢٠١٩/١/٢٢ وانتهت في نفس اليوم وعلى القاعة لنادي الامانة، ومن ثم تطبيق التمرينات التعليمية من ٢٠١٩ /١/٢٣ ولغاية ٢٠١٩/٢/٦، إذ تضمن على خمس وحدات تدريبية في الاسبوع وبواقع خمسة ايام وفي كل اسبوع ولدة اسبوعين وبإشراف السيد مدرب الفريق **.

الوحدات التعليمية: -

وتضمنت هذه الوحدات شرحاً مبسطاً لقانون اللعبة وأبعاد البساط المصارعون وإيجاد نوع من التآلف بين المتعلم والقاعة المصارعة وكيفية أداء الغطس على الرجلين حتى يتمكن المصارع من تكوين صورة أولية غير مكتملة في بادئ الأمر، وقد أعطيت هاتين الوحدتين في يوم الثلاثاء ٢٠١٩/١/٢١-٢٠ وفي قاعة نادي الامانة. وبعد الانتهاء من الوحدات التعريفية وفي يوم الاحد ٢٠١٩/١/٢٣ بدأ تطبيق الوحدات التعليمية والمكون من (١٠) وحدة تعليمية واستغرق اسبوعين. كان وقت الوحدة التعليمية هو (٤٥) دقيقة إذ يتم تطبيق المنهج التعليمي في القسم الرئيسي- الذي يبلغ وقته (٣٠) دقيقة واشتمل هذا القسم على الجزء النظري الذي يبلغ وقته (١٠) دقائق التي تشتمل على شرح المسكة مع عرض أنموذج للتطبيق امام المتعلمين إما الجزء العملي (التطبيقي) فكان وقته (٢٠) دقيقة واشتمل هذا الجزء على التطبيقات العملية من أداء مسكة وتمارين لتركيز الانتباه بمصارعة. وكانت المجموعة التجريبية تطبق الوحدات التعليمية والذي أعدها الباحث والذي أشتمل على تمرينات التوافق مرتبطة بأداء مسكة الغطس على الرجلين.

** السيد عبد الرحمن برسيم.

الاختبارات البعدية: -

أجريت الاختبارات البعدية لعينة البحث، في ظروف نفسها التي كانت عليها الاختبارات القبلية، أجريت الاختبارات البعدية أجريت الاختبارات البعدية يوم الخميس ٢٠١٩ / ٢ / ٧.

الوسائل الاحصائية: - وتم استخدام نظام الحقيبة الاحصائية لاستخراج (الوسيط - الانحراف الربيعي - ولكوكسن - النسبة المئوية).

عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

جدول (١) يبين نتائج الاختبار مستوى الاداء مسكة الغطس على الرجلين

ت	الاختبار	وحدة القياس	قيمة ولكوكسن المحسوبة	قيمة (Z)	احتمالية الخطأ	الدلالة الإحصائية
	مستوى الاداء مسكة الغطس على الرجلين	درجة	٥,٧٣	٢,٤١	٠,٠٠٠	معنوي

مستوى دلالة عند مستوى خطأ (٠,٠٥)

مناقشة النتائج: -

من خلال عرض وتحليل نتائج اختبارات قيد الدراسة يتضح لنا وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية يدل ذلك على حدوث تطور الذي حصلت عليه المجموعة التجريبية جاء نتيجة الرغبة والدافعية للمتعلمين؛ اذ ان تولد الرغبة والدافعية لدى المتعلم تجعله يصل الى مستوى من الاداء الجيد وخاصة عندما عزز الباحث المنهج التعليمي بعدد كبير من الكرات تم اعطاؤها للمتعلمين، وجعل كل متعلم لديه إحساس بالمسكة اثناء أدائه التمارين وفق الوحدات التعليمية المخصصة وكل حسب التمرين ونوعيته مما أدى الى المحافظة على عدد التكرارات وادائها بالوقت المحدد لها ووفق ما يحتاجه أداء التمرين أو المسكة ويتفق هذا مع ما اشار اليه محبوب من أن (التمرين مع الأداة ينقل المتعلم الى الاداء الافضل خلال الممارسة)^١. وكذلك يعزو الباحث سبب ذلك التطور الى فاعلية ودور تمرينات التوافق التي أعطيت للمتعلمين في المجموعة التجريبية من خلال المنهج التعليمي واثناء الوحدات التعليمية المتسلسلة وتعتمد هذه التمرينات بالأساس على المسكة الغطس على الرجلين ، وقد بات واضحاً تأثيرها الايجابي والفعال في مسكة الغطس على الرجلين التي تعد من المسكات الأساسية المهمة بلعبة مصارعة وهي تحتاج الى توافق عضلي عصبي بين العين والأطراف العلوية والسفلى والجذع المصارع وايضاً تحتاج دقة وانتباه جيدين لحركة الذراعين وتوافقهما مع العينين الخاصة بالمتعلم، لذلك فإن

١- وجهه محبوب (آخرون): نظريات التعلم والتطور الحركي ، ط١ : (عمان ، دار وائل للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٢ م) .

ممارسة وتطبيق المعلمين للوحدات التعليمية المعدة لهم والمتضمن كما ذكرنا انفاً لتمرينات التوافق الانتباه قد اثر بشكل ايجابي على خلق توافقات عضلية عصبية عن طريق تركيز الانتباه والتصور لتكرار المسكة مرة بعد أخرى، ويزداد الإحساس الحركي للمسكة مع التكرار للمسكة والممارسة المستمرة لها وان الزيادة في تكرار المهارة وممارستها سيعطي أفضلية في تحديد دقة الحركة وتقليل نسبة أخطائها وهذا ما أشار إليه (عبد الباسط مبارك)، أن الاحساس بالمهارة عقلياً وبدنياً، يساهم في تطويرها وخاصة اذا كان ضمن برنامج يستند للمعايير العلمية التي تخضع لها العملية التعليمية^١. كذلك ان ارتفاع درجة الاتقان للمسكات لا يرتبط فقط بمؤهلات التدريب بل يرتبط ايضاً بقدرة الفرد على تركيز انتباهه.

الاستنتاجات:

- ١- اثبت ان وحدات تعليمي وفق تمرينات التوافق فاعليته في التأثير في تعلم مسكة الغطس على الرجلين لمصارعي الحرة بأعمار (١٢-١٤) سنة.
- ٢- أن استخدام وحدات تعليمي وفق تمرينات التوافق ساعد بصورة كبيرة في التقليل من الجهد المبذول في عملية تصحيح الأخطاء وتقديم التغذية الراجعة لنوع الخطأ من قبل المتعلمين.

التوصيات:

- من خلال النتائج والاستنتاجات التي ظهرت في البحث يوصي الباحث بما يأتي:
- ١- استخدام أساليب تعليمية حديثة كوحدة تعليمي وفق تمرينات التوافق بشكل فاعل في تعلم مسكة الغطس على الرجلين لمصارعي الحرة بأعمار (١٢-١٤) سنة.
 - ٢- تدريب المعلمين على استخدام أساليب حديثة أثناء عملية التعلم كوحدة تعليمية وفق التمرينات التوافق في التعلم، وذلك لأن معرفة المدرب بالمنهج التعليمية يسهل عليه التعليم بها.
 - ٣- إجراء المزيد من الدراسات حول فاعلية وحدات تعليمي وفق تمرينات التوافق في تعلم الفعاليات الرياضية المختلفة بهدف الوصول إلى نتائج يمكن تعميمها بصورة أكبر.

المصادر

١. عبد الباسط مبارك: التعلم الحركي والأداء، (الأردن، دار اليازوري العلمية، ٢٠١٨).
٢. وجيه محجوب (وآخرون): نظريات التعلم والتطور الحركي، ط١: (عمان، دار وائل للنشر والتوزيع، ٢٠٠٢م).