

تأثير أسلوب التمرين العشوائي في تعلم مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية بالجمناستك الفني للطلاب

م.م. مروة نجم عبد فارس
Mnajm3135@gmail.com

تاريخ التقديم: 2022/8/18

تاريخ القبول: 2022/7/3

تاريخ النشر: 2022/10/1



[this work is licensed under a creative commons attribution 4.0 international license](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

الملخص:

يهدف البحث إلى معرفة تأثير أسلوب التمرين العشوائي في تعلم مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية بالجمناستك الفني للطلاب، فضلاً عن معرفة أفضلية المجموعتين في تعلم مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية بالجمناستك الفني للطلاب، ثم اعتماد المنهج التجريبي ذي تصميم المجموعتين المتكافئتين (الضابطة والتجريبية) ذات الاختيار العشوائي وذي الاختبارات القبلية والبعديّة على عينة مكونة من (30) طالب اختيروا عشوائياً من طلاب السنة الدراسية الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى للعام الدراسي 2022، وعن طريق المعالجات الإحصائية توصلت الباحثة إلى مجموعة من الاستنتاجات إنّ أسلوب التمرين العشوائي تأثير في تعلم مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية بالجمناستك الفني للطلاب، فضلاً عن ذلك إنّ أسلوب التمرين العشوائي كان مساعداً للمدرب في تعلم مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية بالجمناستك الفني للطلاب وإعطائه الفرصة الأكبر لملاحظة الطلاب وتصحيح أخطائهم بشكل إيجابي، وقدمت الباحثة بعض التوصيات أهمها ضرورة اعتماد أسلوب التمرين العشوائي في تعلم مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية بالجمناستك الفني، ضرورة التنوع في اعتماد أساليب التعلم لتأثيرها الكبير في تعلم مهارات الجمناستك الفني.

الكلمات المفتاحية: التمرين العشوائي، تعلم، مهارات، الجمناستك الفني

The Impact of Random Exercise Method on Learning the Skills of Handstand and Human Wheeling in Artistic Gymnastics for Students

Marwa Negm Abid Fares

Abstract

The research aims to find out the effect of the random exercise method on learning the skills of handstand and the human wheel in artistic gymnastics for students, as well as knowing the priority of the two groups in learning the skills of handstand and human wheel in artistic gymnastics for students. Random selection with pre-and post-tests on a sample of (30) students who were randomly selected from the second year students in the College of Physical Soil and Sports Sciences / University of Diyala for the academic year 2022. Through statistical treatments, the researcher reached a set of conclusions that the random exercise method has an effect on. He learned the skills of handstand and the human wheel in artistic gymnastics for students. In addition, the random exercise method was an assistant to the trainer in learning the skills of handstand and human wheel in artistic gymnastics for students, and gave him the greatest opportunity to observe students

and correct their mistakes positively. The researcher made some recommendations, the most important of which is the need to adopt a method of random exercise in learning the skills of handstand and, for the human race with artistic gymnastics, the need for diversity in adopting learning methods has a great impact on learning the skills of artistic gymnastics.

Keywords: random exercise, learning, skills, artistic gymnastics

1- التعريف بالبحث:

1-2 مقدمة البحث وأهميته:

إنَّ الاهتمام المتزايد بالأساليب التعليمية التي تجعل من المتعلمين محورًا لها بهدف إعدادهم بدنيًا ومهاريًا وخططيًا ونفسيًا وتهيئة المتطلبات اللازمة وصولًا بهم إلى تحقيق المراكز المتقدمة في مختلف الألعاب الرياضية أدى إلى ظهور أساليب تعتمد على زج المتعلمين في مواقف تعليمية تدفعهم للمشاركة الفعالة بما يتلاءم مع قابلياتهم وإمكانياتهم ومن هذه الأساليب أسلوب التمرين العشوائي، ولاسيما أنَّ نجاح المتعلم في أداء المهارات المتعددة فضلًا عن زيادة قدرته المهارية يتحدد باختيار أسلوب التمرين المناسب الذي يسهل عملية التعلم.

والجمناستك إحدى الألعاب الرياضية الفردية التي لها مكانة جيدة من حيث ممارستها لما تمتاز به من إيقاعات سريعة وما تحتويه من طابع يتسم بجمالية الأداء الفني ودقته وسرعته، فضلًا عن التغيير السريع والمستمر في حركاتها نظرًا لتعدد مهاراتها وتنوعها التي تتطلب من ممارستها الأداء الفني الجيد. وقد لوحظ أنَّ هناك أساليب تعليمية التي عن طريقها يستطيع المدرس الوصول بالمبتدئ إلى أفضل مستوى ممكن في الأداء، وبناءً على ما تقدم فإنَّ أهمية البحث تكمن في اعتماد الأسلوب العشوائي لتعلم مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية في الجمناستك الفني للطلاب وصولًا بهم إلى الأداء الصحيح لتحقيق الهدف الرئيس والمهم من عملية تعلمها.

1-2 مشكلة البحث:

عن طريق متابعة الباحثة الميدانية واهتمامها بلعبة الجمناستك لاحظت أنَّ مشكلة البحث تتبلور في وجود تباين لدى بعض التدريسيين بإتباع الأساليب المتبعة في عملية تعلم مهارات الجمناستك، وأنَّ بعضها لا قد يحقق الفائدة الكبيرة من عملية التعلم، ممَّا جعل العملية التعليمية عملية تبتعد في غالبية جوانبها عن الإثارة والتشويق، وأنَّ إمكانية اعتماد أساليب أخرى ومنها أسلوب التمرين العشوائي هو الحل للابتعاد عن الأساليب المتبعة، وترى الباحثة أنَّ الطلاب في حاجة إلى التنوع في الأداء وعدم الاعتماد على نمط تعليمي محدد، وطبقًا لما تقدم ارتأت الباحثة القيام بدراسة هذه المشكلة عبر اعتماد الأسلوب العشوائي وبما يتناسب مع نوع المهارتين من ناحية مسارها الحركي وبناءها الظاهري وبما يكفل تعليم الطلاب وتوجيههم الذي يساعدهم في التعلم الجيد وتحسين أدائهم، للوصول إلى معالجة مشكلة البحث.

1-3 أهداف البحث:

1. تعرّف تأثير أسلوب التمرين العشوائي في تعلم مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية بالجمناستك الفني للطلاب.
2. تعرّف أفضلية المجموعتين في تعلم مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية بالجمناستك الفني للطلاب.

1-4 فرضا البحث:

1. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية في تعلم مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية بالجمناستك الفني للطلاب.
2. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات البعديّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية في تعلم مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية بالجمناستك الفني للطلاب.

1-5 مجالات البحث:

- 1-5-1 المجال البشري: طلاب السنة الدراسية الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى للعام الدراسي 2021 – 2022.
- 2-5-1 المجال الزماني: للمدة من 2021/12/20 ولغاية 2022/1/24.
- 3-5-1 المجال المكاني: قاعة جمناستك كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى، وبإشراف مباشر من قبل الباحثة.

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

1-2 منهج البحث:

اعتمدت الباحثة المنهج التجريبي ذي تصميم المجموعتين المتكافئتين (الضابطة والتجريبية) ذات الاختيار العشوائي وذي الاختبارات القبليّة والبعدية الذي يطلق عليه اسم "تصميم المجموعات المتكافئة العشوائية الاختيار ذات الاختبار القبلي والبعدية". (محمد حسن وأسامة كامل، 1999، 232)، لملائمته طبيعة مشكلة البحث، وكما مبيّن في أدناه.

2-2 مجتمع البحث وعينه:

تمثل مجتمع البحث بطلاب السنة الدراسية الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى للعام الدراسي 2021 – 2022 البالغ عددهم (258)، أمّا عينة البحث تمّ اختيارهم عشوائياً عن طريق القرعة والبالغ عددهم (30) طالب من شعبتي (أ، هـ)، تمّ تقسيمهم عشوائياً إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية وبواقع (15) طالب من كلّ شعبة لتمثل شعبة (ب) المجموعة التجريبية التي اعتمدت أسلوب التمرين العشوائي، والشعبة (د) المجموعة الضابطة التي اعتمدت الأسلوب المتبع في الكلية يمثلون نسبة مئوية قدرها (11.627) من مجتمع البحث البالغ (258) طالب، والجدول رقم (1) يبين ذلك.

الجدول (1)

يبين عدد طلاب الشعب الكلي وعينة التجربة الاستطلاعية والطلاب وعينة البحث ونسبهم المئوية

الشعب الدراسية	عدد الطلاب	عينة التجربة الاستطلاعية	عينة التجربة الرئيسية
شعبة (أ)	51	-	15
شعبة (ب)	56	5	-
شعبة (ج)	51	-	-
شعبة (د)	52	-	-
شعبة (هـ)	48	-	15
المجموع	258	-	30
النسبة المئوية	%100	1.937	%11.627

2-3 تجانس عينة البحث:

إنّ الاختبار الجيد "هو الذي ينجح في التمييز بين المُختبرين بما يُحقّق ما يُعرف بالمنحنى الإعتدالي" (كمال عبد ومحمد صبحي: 1980: 39)، ولمعرفة طبيعة انتشار العينة حول وسطها الحسابي والتجانس بين أفرادها قامت الباحثة بحساب معامل الالتواء لمتغيرات (الطول والكتلة والعمر)، للتأكد من أنّ عينة البحث تتوزع توزيعاً طبيعياً، كما مبيّن في الجدول (2).

الجدول (2)
يُبين تجانس أفراد عينة البحث

المعاملات الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	س	ع±	الخطأ المعياري	معامل الالتواء
الطول	سم	174.666	5.753	1.174	0.271
الكتلة	كغم	65.625	6.737	1.375	0.397
العمر	سنة	15.833	0.761	0.155	0.298

يبين الجدول (2) إن جميع قيم معامل الالتواء التي انحصرت بين (±1) والذي يؤكد تجانس عينة البحث، إذ اعتمدت الباحثة على معامل الالتواء من أجل التعرف على العامل الدخيل إذ " كلما كانت قيم معامل الالتواء محصورة بين (±3) دل ذلك على أن الدرجات موزعة توزيعاً إعتدالياً أما إذا زادت أو نقصت عن ذلك فإن معنى ذلك أن هناك عيباً ما في اختيار العينة " (محمد حسن ومحمد نصر: 2000: 151)، ممّا يعني وقوع جميع البيانات تحت المنحنى الإعتدالي.

4-2 تكافؤ مجموعتي البحث:

بعد إيجاد التجانس لعينة البحث، وبغية البدء بنقطة شروع واحدة قامت الباحثة إلى عمل اختبار قبلي أو عدّة اختبارات قبلية لغرض التكافؤ بين المجموع التجريبية ضمن...الصفات التي تمتلكها العينة قبل تأثير المتغير المستقل للوقوف على مستواهم (ظافر هاشم: 2012: 147)، "ولكي يستطيع الباحث أن يرجع الفرق إلى العامل التجريبي يجب أن تكون المجموعات التجريبية والضابطة متكافئة تماماً في جميع ظروفها ماعدا المتغير التجريبي الذي يؤثر على المجموعة التجريبية" (ريسان مجيد: 1987، 99)، ولأجل تحقيق ذلك قامت الباحثة بإجراء عملية التكافؤ بين مجموعتي البحث في جميع المتغيرات المستخدمة قيد البحث وقد تم استخدام اختبار (T) للعينات المستقلة، وأظهرت النتائج عدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين، مما يؤكد التكافؤ بينهما، كما هو مبين في الجدول (3).

الجدول (3) يُبين التكافؤ بين مجموعتي البحث في اختبارات متغيرات البحث القبلية وقيمة (t) المحسوبة ونسبة الخطأ ودلالتهما الإحصائية

المعالجات الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	المجموعتان						قيمة (ت) المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة الإحصائية
		الضابطة			التجريبية					
		ع±	س	العدد	ع±	س	العدد			
مهارة الوقوف على اليدين	درجة	0.489	3.944	15	0.502	4.139	0.502	0.963	0.346	غير معنوي
مهارة العجلة البشرية	درجة	0.502	4.305		0.81	4.472	0.607	0.550	غير معنوي	
(*) قيمة (T) الجدولية عند درجة حرية (28) واحتمال خطأ (0.05) = (2.048).										

(*) قيمة (T) الجدولية عند درجة حرية (28) واحتمال خطأ (0.05) = (2.048).

يتبين من نتائج الجدول (3) الخاص بالاختبارات القبلية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات الوقوف على اليدين والعجلة البشرية إلى عدم وجود فروق معنوية، إذ كانت جميع قيم (ت) المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية البالغة (2.048) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (28)، ممّا يؤكد مدى التكافؤ في متغيرات البحث كونهم من المبتدئين.

2-5 الأجهزة والأدوات ووسائل جمع المعلومات:

2-5-1 الأجهزة المستخدمة في البحث:

- جهاز الكتروني لقياس الوزن والطول ألماني المنشأ عدد (1).
- حاسبة (Laptop) نوع (ASER) صيني المنشأ عدد (1).
- كاميرا فيديو نوع (sunny Exilim) يابانية المنشأ عدد (2) مع مسند.
- حاسبة يدوية.

2-5-2 الأدوات المستخدمة في البحث:

- بساط الحركات الأرضية.
- بسط إسفنجية.
- شريط قياس جلدي صيني المنشأ (10 م).

2-5-3 وسائل جمع المعلومات:

- المصادر العربية والأجنبية.
- الشبكة المعلوماتية العالمية (الأنترنت).
- الملاحظة والتجريب.
- الاختبارات والقياسات.
- استمارة تقييم مستوى الأداء الفني للمهارات قيد البحث، (ينظر ملحق 1).

2-6 التجربة الاستطلاعية:

بهدف معرفة أهم المعوقات التي قد تواجه الباحثة لدى تنفيذ التجربة الرئيسية والتأكد من صلاحية الاختبارات ومدى تفاعل العينة في تنفيذ الاختبارات ولضمان الحصول على نتائج موثوق بها، أجرت الباحثة تجربة استطلاعية في تمام الساعة التاسعة من صباح يوم الثلاثاء الموافق 2022/3/1 على (5) طلاب تم اختيارهم عشوائياً من شعبة (ب) التي اختيرت من بين الشعب الدراسية الخمسة، ولحساب درجات الاختبارات مهارية استعان الباحثون بثلاث مقومين، ينظر ملحق (2)، وهدفت التجربة إلى ما يأتي:

1. التأكد من صلاحية الاختبارات ومدى تفاعل العينة في تنفيذها.
 2. معرفة مدى صلاحية الأدوات.
 3. معرفة الوقت المستغرق في تنفيذ الاختبارات بصورة عامة والاختبار الواحد بصورة خاصة.
 4. الوقوف على تفهم فريق العمل المساعد ومدى الدقة في تنفيذ الاختبارات والقياسات.
 5. معرفة الصعوبات والمشكلات التي قد تواجه الباحثة في بحثها الحالي.
 6. تهيئة متطلبات السلامة للمختبرين.
- ومن أهم النتائج التي تم التوصل إليها عن طريق هذه التجربة ما يأتي:
1. صلاحية الاختبارات واستجابة المختبرين وتفاعلهم من خلال خلق عنصر الإثارة والتشويق.
 2. صلاحية الأدوات المستخدمة في الاختبارات.
 3. معرفة الوقت المستغرق في تنفيذ الاختبارات بصورة عامة والاختبار الواحد بصورة خاصة.
 4. كفاية فريق العمل المساعد ودقته في تنفيذ الاختبارات والقياسات.

2-7 إجراءات البحث الميدانية:

2-7-1 الاختبارات القبليّة:

قبل إجراء الاختبارات القبليّة تم إعطاء وحدتين تعليميتين تعريفيتين، ثم تم إجراء الاختبارات القبليّة في تمام الساعة التاسعة من صباح يوم الاثنين الموافق 2022/3/7، وبإشراف مباشر من قبل الباحثة،

2-7-2 التجربة الرئيسية:

1. هدف الوحدات التعليمية تعلم مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية في الجمناستك الفني.

2. نفذت الوحدات التعليمية في قاعة جمناستك كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى.
3. نفذت الوحدات التعليمية خلال الفصل الدراسي الثاني لكون المهارتين من ضمن مفردات الفصل الدراسي الثاني.
4. إعطاء فرص متكافئة للاشتراك في التمرينات.
5. نفذت الوحدات التعليمية لكل مجموعة من قبل مدرس المادة نفسه وبإشراف الباحثة، إذ استغرق تنفيذ الوحدات التعليمية للمجموعة التجريبية لتعلم مهارة الوقوف على اليدين (4) أسابيع بواقع وحدة تعليمية في الأسبوع للمدة من 2022/3/14 ولغاية 2022/4/4، في حين استغرقت الوحدات التعليمية لتعلم مهارة العجلة البشرية (2) أسبوعين بواقع وحدة تعليمية في الأسبوع للمدة من 11-2022/4/18.
6. طبقت المجموعة التجريبية أسلوب التمرين العشوائي.
7. طبقت المجموعة الضابطة منهج المدرب المتبع نفسه من دون أي تغيير.

3-7-2 الاختبارات البعدية:

بعد الانتهاء من فترة تنفيذ التجربة الرئيسة التي بدأت للمدة من 2022/3/14 ولغاية 2022/4/18، تم إجراء الاختبارات البعدية في تمام الساعة التاسعة من صباح يوم الثلاثاء الموافق 2022/4/19، وبإشراف مباشر من قبل الباحثة.

2-8 تقويم المهارات:

تم تقويم كل مهارة من (10)، وقد أعطيت لكل طالب محاولتين إذ تم احتساب أفضل محاولة، ولاسيما تم التقويم من قبل ثلاث مقومين، بعدها تم جمع الدرجات الثلاث وقسمتها على (3) للحصول على الوسط الحسابي لتمثل الدرجة النهائية.

2-9 الوسائل الإحصائية:

اعتمدت الباحثة على الحقيبة الإحصائية (SPSS) في استخراج نتائج البحث.

3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

- 3-1 عرض وتحليل نتائج اختبارات تقويم الأداء الفني لمهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ومناقشتها:
- 3-1-1 عرض وتحليل نتائج اختبارات تقويم الأداء الفني لمهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية ومناقشتها:

الجدول (4)

يُبين حجم العينة والأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاختبار مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية في الجمناستك الفنى القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية

الاختبارات	وحدة القياس	قبلي			بعدي	
		العدد	س	ع±	س	ع±
مهارة الوقوف على اليدين	درجة	15	3.944	0.489	7.666	0.724
مهارة العجلة البشرية	درجة		4.305	0.502	7.694	0.540

تُشير نتائج الجدول (4) بأن هناك اختلافاً في قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية في اختبارات تقويم الأداء الفني لمهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية، إذ اتجهت هذه الاختلافات إلى مقدار التحسن والزيادة في الاختبارات البعدية عن طريق قيم نسب التحسن بين متوسطات الاختبارين القبلي والبعدي، ولمعرفة فيما إذا كانت هذه الفروق الظاهرة تعكس فروقاً حقيقية تم استعمال اختبار (T) وكما يُبين بالجدول (5).

الجدول (5)

يُبين متوسط وانحراف الفروق والخطأ المعياري وقيمة (t) المحسوبة ودلالاتها الإحصائية لاختبار مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية في الجمناستك الفني القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية

المعالجات الإحصائية		وحدة القياس	س. ف	ع. ف	هـ	قيمة (t) المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
الاختبارات								
مهارة الوقوف على اليدين		درجة	3.722	0.850	0.245	15.163	0.00	معنوي
مهارة العجلة البشرية		درجة	3.389	0.617	0.178	19.033	0.00	معنوي
(*) قيمة (t) الجدولية تحت درجة حرية (14) واحتمال خطأ (0.05) = (2.14).								

تُشير نتائج الجدول (5) بأنّ هناك اختلافاً في قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية بين الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية في اختبارات مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية طبقاً لطريقة التسجيل الخاصة بكلّ اختبار من الاختبارات، إذ اتجهت هذه الاختلافات إلى مقدار التحسن والزيادة في الاختبارات البعديّة عن طريق قيمة (ت) المحسوبة التي تراوحت من (15.163 – 19.033) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ (0.05) وأمام درجة حرية (14) والبالغة (2.14)، فإنّ ذلك يؤكد وجود فروق دلالة إحصائية ولصالح الاختبارات البعديّة، وبهذا يتحقق الهدف الأول للبحث. وتعرّو الباحثة الفروق الدالة إحصائياً لدى طلاب المجموعة التجريبية إلى تأثير الأسلوب العشوائي الذي انعكس في ارتفاع مستوى الأداء الفني للمهارات قيد البحث، فضلاً عن مراعاة توفر مبدأ الإثارة وخلق التنافس وبث روح الحماس في نفوس الطلاب، لأنّ هذه المرحلة العمرية تمتاز بسرعة التعلم الحركي نتيجة لعامل النضج وباستعدادها لتعلم المهارة، ولاسيّما أنّ "هناك صلة وثيقة بين التعلّم والنضج، فالتعلّم يعتمد بدرجة كبيرة على النضج، وأنّ النضج يُعدّ إمكانية سلوك المتعلم ومدى ما يستطيع القيام به من نشاط ومقدار ما يكسبه من مهارات وخبرات". (علاوي، 1999، 102)، فضلاً عن ذلك أنّ الذكور بطبيعتهم يتميزون بالحركة الدائمة وحبهم وشغفهم لتعلم مهارات جديدة لأنّ تحسن الإدراك عند الطلاب يأتي عن طريق التكرار والممارسة وكفاية الفرد وقدرته على الأداء. (السعدي، 2002، 103)، وترى الباحثة أنّ اعتماد أسلوب التمرين العشوائي ساعد على تحرك الطلاب داخل الملعب بشكل أفضل ممّا كان بالغ الأثر في نفوس الطلاب وتنفيذهم للمهارات قيد البحث عن طريق التكرارات المنفذة في أثناء الوحدات التعليمية، وتعرّو الباحثة أيضاً إلى تأثير أسلوب التمرين العشوائي الذي نفذت بوساطته تمرينات الوحدات التعليمية المتنوعة والانتقال بالصعوبات من السهل إلى الصعب وفي ظروف مشابهة لمتغيرات اللعب واستعمال المثيرات اللفظية وغير اللفظية.

وترى الباحثة أنّ تعليم مهارات الجمناستك الفني باعتماد طرائق أو أساليب متنوعة له أثر كبيراً على العامل النفسي لديهم والذي يتمثل بالتشويق والإثارة وزيادة اندفاعهم واستجاباتهم نحو ممارسة الألعاب إذ يشير (قاسم لزام، 2005، 60) إلى "إنّ التنوع والتجدد في استخدام طرائق تدريس التربية الرياضية هي الأكثر ملائمة في خلق أجواء التشويق والإثارة والمتعة لدى المتعلم ومن ثمّ تحقيق تعلّم واكتساب سريع للحركات والفعاليات الرياضية.

كما أنّ الوحدة التعليمية أعطت قدرًا كافيًا من التكرارات وبشكل ممتع من دون الوصول إلى حالة الملل، إذ أنّ ويؤكد (قاسم لزام، 1997، 34) "إنّ التعلّم يتصاعد عن طريق التكرار ويقابل هذا التكرار الإدراك للمسار الصحيح إلى أنّ يصل المتعلم إلى أعلى قيمة أو إنجاز"، ويؤكد (شمت، 2000، 206) "إنّ من المفروض على المدرسين أو المدربين تشجيع المتعلمين على أداء أكبر عدد ممكن من محاولات التمرين قدر المستطاع".

3-1-2 عرض وتحليل نتائج اختبارات تقويم الأداء الفني لمهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة ومناقشتها:

الجدول (6)

يُبين حجم العينة والأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاختبار مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية في الجمناستك الفني القبلية والبعدي للمجموعة الضابطة

الاختبارات	وحدة القياس	قبلي			بعدي	
		العدد	س	ع±	س	ع±
مهارة الوقوف على اليدين	درجة	15	4.139	0.501	6.805	0.576
مهارة العجلة البشرية	درجة		4.472	0.81	6.527	0.784

تُشير نتائج الجدول (6) بأنَّ هناك اختلافاً في قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية بين الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات تقويم الأداء الفني لمهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية، إذ اتجهت هذه الاختلافات إلى مقدار التحسن والزيادة في الاختبارات البعيدة عن طريق قيم نسب التحسن بين متوسطات الاختبارين القبلي والبعدي، ولمعرفة فيما إذا كانت هذه الفروق الظاهرة تعكس فروقاً حقيقية تم استعمال اختبار (T) وكما مبين بالجدول (7).

الجدول (7)

يُبين متوسط وانحراف الفروق والخطأ المعياري وقيمة (t) المحسوبة ودالاتهما الإحصائية لاختبار مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية في الجمناستك الفني القبلية والبعدي للمجموعة الضابطة

الاختبارات	وحدة القياس	س. ف	ع. ف	هـ	قيمة (t) المحسوبة	نسبة الخطأ	الدالة
مهارة الوقوف على اليدين	درجة	2.666	0.635	0.183	14.536	0.00	معنوي
مهارة العجلة البشرية	درجة	2.055	1.081	0.312	6.586	0.00	معنوي

(*) قيمة (t) الجدولية تحت درجة حرية (14) واحتمال خطأ (0.05) = (2.14).

تُشير نتائج الجدول (7) بأنَّ هناك اختلافاً في قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية بين الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية طبقاً لطريقة التسجيل الخاصة بكل اختبار من الاختبارات، إذ اتجهت هذه الاختلافات إلى مقدار التحسن والزيادة في الاختبارات البعيدة عن طريق قيمة (t) المحسوبة التي تراوحت من (6.586-14.536) وهي أكبر من قيمة (t) الجدولية عند نسبة خطأ (0.05) وأمام درجة حرية (14) والبالغة (2.14)، فإنَّ ذلك يؤكد وجود فروق دلالة إحصائية ولصالح الاختبارات البعيدة، وبهذا يتحقق الهدف الأول للبحث. وتفسر الباحثة سبب الفروق إلى اعتماد مبدأ التدرج في الوحدات التعليمية من السهل إلى الصعب بعد شرحها وعرضها من قبل المدرس ممَّا أدى إلى زيادة الدافعية لدى الطلاب، فضلاً عن تحسين عملية تعلُّم الطلاب على المهارات لما لها من أثار إيجابية في عملية التعلُّم لإسهامها في تكامل الوحدة التعليمية لتنفيذ المنهج المرسوم بهدف رفع مستوى الطالب التكنيكي والبدني والمعرفي. (الربيعي: 2012: 343-344).

ويؤكد " محجوب: 1989 " أنَّه لا يمكن إلاَّ عن طريق الممارسة الفعلية للأداء، والممارسة لا تأتي عن طريق أداء قليل وإنما متكرر مقرون بالتعلم، فالممارسة معناها التعلُّم والتدريب والتنظيم الحركي وخاصة تنظيم العضلات وعن طريق الخطأ والصواب وقوة المثير، وأنَّ التكرار والتعزيز يعطي للمهارة إتقاناً أكثر وتناسقاً وتآلفاً وتنظيماً حركياً أكثر دقة. (محجوب: 1989: 99).

2-3 عرض نتائج اختبارات تقويم الأداء الفني لمهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية البعيدة للمجموعتين الضابطة والتجريبية وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (8)

يُبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ونسبة الخطأ ودلالاتهما الإحصائية بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبارات تقويم الأداء الفني لمهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية القبلية البعيدة

المعالجات الإحصائية	وحدة القياس	المجموعتان						قيمة (ت) المحسوبة	نسبة الخطأ	الدالة الإحصائية
		الضابطة			التجريبية					
		الع	س	±ع	الع	س	±ع			
مهاراة الوقوف على اليدين	درجة	15	7.66	0.72	15	6.80	0.57	3.221	0.04	معنوي
مهاراة العجلة البشرية	درجة		7.69	0.54		6.52	0.78	4.244	0.00	معنوي
(*) قيمة (T) الجدولية عند درجة حرية (28) واحتمال خطأ (0.05) = (2.048).										

(*) قيمة (T) الجدولية عند درجة حرية (28) واحتمال خطأ (0.05) = (2.048).

يتبين من الجدول (8) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات الاختبارات البعيدة للمجموعتين الضابطة والتجريبية إذ تراوحت قيمة (ت) المحسوبة من (3.221) إلى (4.244) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ (0.05) وأمام درجة حرية (28) والبالغة (2.048) وبهذا يتحقق الهدف الثاني للبحث، وتعزو الباحثة الفروق الدالة إحصائياً لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة إلى أن مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية في لعبة الجمناستيك الفني تمثل مجموعة من الحركات الهادفة سواء كانت هذه الحركات بسيطة أو مركبة وتحتاج إلى أدائها في جميع المواقف التي تتطلبها اللعبة تقريباً، وينبغي إن يؤدي جميع الطلاب المهارات الأساسية كلها على مستوى متكافئ حتى يتمكن كل طالب من تنفيذ المهام المكلف بها، كما يجب تحليل المهارات الفنية إلى خطوات متعددة حتى يسهل تعلمها والحصول على أفضل النتائج. (الخطيب: 2000: 32)، وتعزو الباحثة تلك الفروق إلى تضمين الوحدات التعليمية لكلا المجموعتين تمرينات وتهيئة ظروف متعددة لأدائها.

وتعزو الباحثة الفروق الدالة إحصائياً إلى تحقيق الطلاب أفضل درجات في الاختبارات البعيدة للمجموعتين الضابطة والتجريبية بشكل عام والمجموعة التجريبية بشكل خاص إلى فاعلية أسلوب التمرين العشوائي الذي نفذ وما تضمنته الوحدات التعليمية من تمرينات متنوعة فضلاً عن تنوع المثيرات، وكان لوحدة التمرين العشوائي أثر في تثبيت هذه القدرات وتحسينها نحو الأفضل بعيداً عن الملل الذي قد يُصاحب العملية التعليمية المتبعة التي تبتعد في بعض جوانبها عن الإثارة والتشويق، إذ أن الأساس الذي تبني عليه الفعاليات الرياضية هو تعلم المهارات لكل فعالية ومحاولة الحصول على المستوى الأفضل عن طريق تهيئة المواقف التعليمية بشكل يستثير دوافع الطالب للوصول إلى الهدف من العملية التعليمية، فضلاً عن ذلك تأثير أسلوب التمرين العشوائي فضلاً عن الأسلوب المعتمد في الكلية في تعلم مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية وهذا ما يؤكد (محمد علي، 1999، 12) من أن المناهج التعليمية أو التدريبية يقاس نجاحها بمدى التقدم الذي يحققه الطالب أو اللاعب في نوع النشاط الممارس عن طريق المستوى المهاري والبدني والفيولوجي وهذا يعتمد على التكيف الذي يحققه الفرد مع المنهج الذي يطبقه.

1-4 الاستنتاجات:

1. بعد مناقشة نتائج الاختبارات توصلت الباحثة إلى الاستنتاجات الآتية:
1. إنَّ لأسلوب التمرين العشوائي والأسلوب المتبع في الكلية تأثير في تعلّم مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية بالجمناستك الفني لطلاب المجموعتين الضابطة والتجريبية.
2. إنَّ لأسلوب التمرين العشوائي تأثير في تعلّم مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية بالجمناستك الفني للطلاب.
3. إنَّ أسلوب التمرين العشوائي كان مساعداً للمدرب في تعلّم مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية بالجمناستك الفني للطلاب وإعطائه الفرصة الأكبر لملاحظة الطلاب وتصحيح أخطائهم بشكل إيجابي.
4. إنَّ التعلم بأسلوب التمرين العشوائي الأفضل على التعلم بالأسلوب المتبع في تعلم مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية بالجمناستك الفني للطلاب.

2-5 التوصيات:

1. في ضوء نتائج الدراسة توصي الباحثة ما يأتي:
1. ضرورة اعتماد أسلوب التمرين العشوائي في تعلم مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية بالجمناستك الفني.
2. ضرورة التنوع في اعتماد أساليب التعلم لتأثيرها الكبير في تعلم مهارات الجمناستك الفني.
3. حت المدربين لتفادي الطرق التقليدية في عملية تعلم المهارات الأساسية للعبة الكرة الطائرة واعتماد الأساليب الحديثة.
4. ضرورة إجراء بحوث مشابهة في تعلم مهارات ألعاب رياضية أخرى ولمختلف الفئات العمرية.

المصادر

- خالد عبد المجيد عبد الحميد الخطيب؛ اثر استخدام ملعب الكرة الطائرة المصغر بجرعات مختلفة في تعلم بعض المهارات الأساسية وتطوير القدرات البدنية والحركية الخاصة: (أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية/ جامعة الموصل، 2000).
- ريسان مجيد خريبط؛ مناهج البحث في التربية البدنية: (الموصل، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، 1987).
- ظافر هاشم الكاظمي؛ التطبيقات العملية لكتابة الرسائل والأطاريح: (بغداد، ب.م، 2012م).
- عامر جبار كاظم السعدي؛ تصميم وتحليل اختبارات الإدراك الحس – حركي لدى لاعبي الكرة الطائرة: (بحث منشور في مجلة التربية الرياضية، مجلد 11، العدد الأول، كلية التربية الرياضية/ جامعة بغداد، 2002).
- قاسم لزام صبر؛ موضوعات في التعليم الحركي: (بغداد، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2005).
- قاسم لزام؛ اثر بعض طرائق التعلم في الاكتساب وتطور مستوى الاداء في المهارات المغلقة والمفتوحة: (أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 1997).
- كمال عبد الحميد و محمد صبحي حسانين؛ القياس في كرة اليد: (القاهرة، جامعة حلوان، 1980).
- محمد حسن علاوي وأسامة كامل راتب؛ البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1999).
- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان؛ القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط2: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2000).
- محمد علي القط؛ وظائف أعضاء التدريب الرياضي مدخل تطبيقي، ط1: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1999).
- محمود داود الربيعي؛ التعلم والتعليم في التربية البدنية والرياضية، ط1: (بيروت، دار الكتب العلمية، 2012).
- وجيه محجوب؛ علم الحركة التعلم الحركي: (الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1989).

REFERENCIAS

- Schmidt, A.Richard, Craig A.wrisberg, motor learning and Performance: (second Edition, Human Kentic,2000).

الملحق (1)

استمارة تقويم أداء مهارتي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية في الجمناستك الفني.
اليوم والتاريخ: مكان الاختبار: أسم المجموعة:
التوقيع: اسم المقوم:

ت	المهارات وأقسامها	الوقوف على اليدين				العجلة البشرية			
		ت	ر	ن	مج	ت	ر	ن	مج
	اسم المختبر	3	4	3	10	3	4	3	10
1									
2									
3									
4									
5									

الملحق (2)

أسماء المختصين والخبراء الذين استعانت بهم الباحثة في تقويم الأداء المهاري

ت	اللقب العلمي والاسم	الاختصاص	مكان العمل
1	أ.م.د. ناظم أحمد عكاب	تعلم حركي / جمناستك	جامعة ديالى/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	أ.م.د. رياض عبد الرضا فرحان	بايوميكانيك / جمناستك	جامعة ديالى/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	م.م. زيدون صلاح	تدريب / جمناستك	جامعة ديالى/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة