

دراسة مقارنة لتأثير أسلوب (الوسائط المتعددة والتعليم التبادلي) للتعلم الذاتي
في تعليم بعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني للنساء

أ.م. زينب صباح إبراهيم
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
جامعة البصرة

ملخص البحث العربي:

جاءت أهمية البحث للتأكيد على أهمية أساليب التعلم الحركي منها متعدد المستويات والتبادلي ودورها في تعلم المهارات الحركية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للنساء كونها طريقة ناجحة تساعد المتعلمة على الارتقاء بالجانب المهاري.

الأداء المهاري بالجمناستك متعددة ومنها المهارات الحركية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني التي تعد من الفعاليات الصعبة وتحتاج إلى أساليب تعليمية تواكب هذا التعلم والتطور وهذه تعد مشكلة البحث. وكانت أهم أهداف البحث:

1- التعرف على تأثير أسلوب (الوسائط المتعددة والتعليم التبادلي) للتعلم الذاتي في تعليم بعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني للنساء.

وتم استنتاج:

1- أسلوب (الوسائط المتعددة والتعليم التبادلي) للتعلم الذاتي لهما تأثير متشابه في تعليم بعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني للنساء.

وتم التوصية:

1- اعتماد أسلوب (الوسائط المتعددة والتعليم التبادلي) للتعلم الذاتي في البرنامج التعليمي للمعلم لما لهما من تأثير متشابه في تعليم بعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني للنساء.

**A comparative study of the effect of my methods (multimedia and cross-learning)
for self-learning in teaching some motor skills in artistic gymnastics for women**

**Researcher: A.M. Zainab Sabah Ibrahim
zainabsabah098@gmail.com**

The importance of the research came to emphasize the importance of kinetic learning methods, including multi-level and reciprocal, and their role in learning kinetic skills on the floor movements in the artistic gymnastics for women, as it is a successful method that helps the learner to improve the skill side.

The skill performance in gymnastics is multiple, including motor skills on the floor movements in artistic gymnastics, which is one of the difficult activities and requires

educational methods to keep pace with this learning and development, and this is the problem of research.

The main objectives of the research were:

1-Recognizing the effect of my methods (multimedia and reciprocal education) for self-learning in teaching some motor skills in artistic gymnastics for women.

It was concluded:

1-My methods (multimedia and reciprocal education) for self-learning have a similar effect in teaching some motor skills in artistic gymnastics for women.

It was recommended:

1-Adopting two methods (multimedia and reciprocal education) for self-learning in the teacher's educational program because of their similar effect in teaching some motor skills in artistic gymnastics for women.

1- التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

بناء الجيل المتعلم من أهم مميزات البلدان المتقدمة والمتحضرة لأنها تبني قاعدة أساسية في مستوى التفكير للأجيال اللاحقة .

ولهذا فان الاهتمام بمستوى التعليم وتوفير كافة مستلزماته من بنى تحتية وأساليب تعليمية متقدمة تساعد على النهوض بالتعلم الصحيح والهادف .

وتعد التربية البدنية وعلوم الرياضة من المؤسسات التعليمية المكملة للتربية العامة إذ تقدم هذه المؤسسة للمتعلم كافة العلوم الرياضية بصورة نظرية وتطبيقية للجانب العملي ، إذ بدا الاهتمام بوسائل التعليم من ناحية التمرينات التعليمية وطرائق التعليم الحديثة والأساليب التدريسية التي تناسب مستوى التعلم وفق المهارات المطلوبة ونوعية اللعبة والفعاليات الرياضية .

ولهذا فان التربية البدنية وعلوم الرياضة ووفق علم التعلم الحركي وطرائق التدريس ساعدت بالنهوض بمستوى التعليم السريع والناجح ، وذلك من خلال تجريب الوسائل التعليمية المتعدد ومنها أسلوب التعلم الذاتي الذي يعتمد على قدرات المتعلم سواء باستخدام وسائل متعددة أو توجيه الإقران إي التعلم التبادلي بين الزملاء . وفعاليات الجمناستك ومنها الحركات الأرضية الصعبة تتطلب أسلوب تعليمي يساعد المتعلم على الأداء والابتعاد من القلق إثناء الأداء ونظرا لوجود أساليب متنوعة بالتعلم الحركي لذا يتطلب البحث والتقصي عن الأسلوب الأمثل لفعاليات الجمناستك كونه يعتبر نموذج يقتدي فيه المستوى الأقل في الأداء من المستوى الأكثر قدرة وهذا يساعده على الأداء بالشكل الصحيح.

ومن هنا جاءت أهمية البحث للتأكيد على أهمية أساليب التعلم الحركي منها متعدد المستويات والتبادلي ودورها في تعلم المهارات الحركية على بساط الحركات الأرضية في بالجمناستك الفني للنساء كونها طريقة ناجحة تساعد المتعلمة على الارتقاء بالجانب المهاري.

1-2 مشكلة البحث :

الأداء المهاري بالجمناستك متعددة ومنها المهارات الحركية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني التي تعد من الفعاليات الصعبة وتحتاج إلى أساليب تعليمية تواكب هذا التعلم والتطور . ومن خلال خبرة الباحث المتواضعة بالتعلم الحركي ولعبة بالجمناستك وجدت إن أداء المهارات في الحركات الأرضية على البساط في الجمناستك الفني للطالبات لا ترتقي لمستوى الطموح وذلك لعدم التجريب لأساليب متنوعة والاهتمام بأسلوب واحد فقط طيلة فترة التعلم ، وهذا ما دعي الباحث إلى المقارنة في معرفة أكثر من وسيلة تعليمية للتعلم الذاتي ومنها أسلوب متعدد المستويات والتبادلي ومعرف أفضلهم في تعلم بعض المهارات على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للنساء .

1-3 أهداف البحث:

- 1- التعرف على تأثير أسلوب (الوسائط المتعددة والتعليم التبادلي) للتعلم الذاتي في تعليم بعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني للنساء .
- 2- التعرف على الفروق بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة وللمجموعتين التجريبيتين في تعليم بعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني للنساء .
- 3- التعرف على الفروق بين المجموعتين التجريبيتين في تعليم بعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني للنساء .

1-4 فروض البحث :

- 1- وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة وللمجموعتين التجريبيتين في تعليم بعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني للنساء .
- 2- وجود فروق معنوية بين المجموعتين التجريبيتين في تعليم بعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني للنساء .

1-5 مجالات البحث :

- 1-5-1 المجال البشري : طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة -جامعة البصرة.
- 1-5-2 المجال المكاني : القاعة المغلقة للجمناستك طالبات بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة البصرة

1-5-3 المجال ألزمني : المدة من 2021/10/12 ولغاية 2021/12/14

2- الدراسات النظرية :

1-2 أسلوب متعدد المستويات : (5 : 68)

هذا الأسلوب يتناول عدة مستويات لأداء مهارة معينة بحيث يتيح الفرصة لكل تلميذ في أي مستوى من الأداء يبدأ والمثال التالي يوضح هذا المفهوم في الوثب العريض ضع علامات على الأرض توضح مسافات مختلفة وأطلب من التلاميذ الجري ثم الوثب لأبعد مسافة تجد أن جميع التلاميذ يقومون بالوثب دون إخفاق وهكذا نتقدم بزيادة مسافة الوثب بالتدريج وفقاً لقدرات التلاميذ فيتعثر البعض عند مسافة معينة إلى أن ينتهي الوثب بعدم قدرة أحد على اجتياز المسافة الأخيرة المحددة .

*** أهداف الأسلوب :**

- 1- إتاحة الفرصة لكل تلميذ للتعرف على مستواه وقدراته كما أن المنافسة هنا تكون بين التلميذ ومستواه وطموحاته وليست بينه وبين الآخرين .
- 2- يعطي الفرصة لكل تلميذ للممارسة بمستويات مختلفة كل وفقاً لقدراته واستعداداته .
- 3- اشترك جميع التلاميذ في الممارسة .
- 4- يهتم بمراعاة الفروق الفردية .

*** قرارات التخطيط :**

المدرس مسئول عن جميع قرارات التخطيط من حيث التحضير وتقديم الأسلوب ومفهومه والأسئلة والعبارات المناسبة وكيفية التنفيذ .

*** قرارات التنفيذ :**

يقوم المدرس بعرض مفهوم النشاط وتحديد الهدف الرئيسي من الأسلوب ووصف دور التلميذ في قرارات التنفيذ من خلال تجريب المستويات المختلفة واختيار مستوى البداية ثم التنفيذ يليه تقويم الفرد بدلائله ومن خلال ذلك يقوم المدرس بالإجابة على أسئلة التلاميذ .

يبدأ التلاميذ في اتخاذ قرارات التنفيذ بناء على التعليمات السابقة بالإضافة إلى استمرار الاتصال بالمدرس .

*** قرارات التقويم :**

- يقوم التلميذ بتقويم أدائه من خلال ورقة المعيار .
 - يتحرك المدرس بين التلاميذ عند اللزوم وإعطاء تغذية راجعة توضح النقاط التعليمية الخاصة بالأداء .
- ويتضح في هذا الأسلوب أن معظم قرارات التنفيذ تنتقل للتلميذ حيث إن اكتشاف الإجابات من اختصاص التلميذ فهو يتخذ القرارات بناء على أسئلة المدرس بالإضافة إلى اشتراك كل من المدرس والتلميذ في قرارات التنفيذ باعتبارها قرارات متعاقبة ومتصلة ببعضها .

في هذا الأسلوب يسمح المدرس للتلميذ باتخاذ القرارات أكثر من الأسلوب السابق وهذه القرارات تختص أساساً بالتقويم لتعطي تغذية راجعة مباشرة ويحتاج هذا الأسلوب إلى تنظيم التلاميذ في أزواج للعمل معا بالتبادل أحدهما يقوم بتأدية المهارة المطلوبة والآخر يلاحظ ويقوم باتخاذ قرارات التقويم من خلال الملاحظة وإعطاء التغذية الراجعة للمؤدي .

وتظهر أهمية هذا الأسلوب في بداية تعليم المهارة الحركية نظراً لأن التلميذ في حاجة إلى التعرف على النقاط التعليمية الخاصة بالأداء بعد كل محاولة وتصحيح الأخطاء لكي يتمكن من الأداء الصحيح .

* قرارات التخطيط :

يقوم المدرس بتصميم ورقة المعيار لكي يستخدمها الملاحظ لتقييم الأداء أثناء تنفيذ الدرس بالإضافة إلى تنفيذ قرارات التخطيط التي تمت في أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي .

* قرارات التنفيذ :

يعتبر المدرس المسئول عن اتخاذ جميع قرارات التخطيط وملاحظة كل من التلميذ المؤدي والملاحظ وأن يكون تعامله مع الملاحظ فقط بحيث تتم قرارات التنفيذ وفقاً للآتي :

- إتاحة الفرصة لكل تلميذ أن يعمل مع تلميذ ملاحظ .
- أن يوضح للتلميذ أن غرض الأسلوب هو إتاحة الفرصة للتلميذ المؤدي مارسة العمل مع الزميل الملاحظ للحصول المباشر على التغذية الراجعة.
- أن يوضح للتلميذ أن كل فرد دوره كمؤد وكملاحظ بالتبادل .

قرارات التقويم :

وتتم قرارات التقويم من خلال إعطاء تغذية راجعة من التلميذ الملاحظ إلى زميله المؤدي سواء أثناء الأداء أو بعد الانتهاء منه مستخدماً في ذلك ورقة المعيار الخاصة بالأداء الصحيح وقد يتصل التلميذ الملاحظ بالمدرس عند الضرورة ويقوم المدرس بالإجابة على أي استفسار من الملاحظ وفي نهاية التقويم يتم تبديل الأدوار لكل من الملاحظ والمؤدي .

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

3-1 منهج البحث : تم استخدام المنهج التجريبي بأسلوب المجموعات المتكافئة (مجموعتين تجريبيتين) لتحقيق أهداف البحث ومعالجة مشكلته. إذ " التجريب يبحث عن السبب وعن كيفية حدوثه، ويتناول الباحث متغيرات الظاهرة بالدراسة، ويحدث في بعضها تغييراً مقصوداً ويضبط ويتحكم في بعض المتغيرات الأخرى ذات العلاقة، ليتوصل تأثير ذلك على متغير تابع أو أكثر، بمعنى آخر التوصل إلى العلاقات السببية بين كل من المتغير المستقل والمتغير التابع" (1: 82) .

3-2 مجتمع البحث وعينته :

تم تحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم طالبات المرحلة الثالثة والبالغ عددهم (60 طالبة) وهم يمثلون (2) شعبتين .

وتم اختيار العينة والبالغ عددها (40) طالبة وهم يمثلون نسبة (66.66%) من المجتمع الأصلي وتم تقسيمهم إلى مجموعتين وهم (مجموعتين تجريبيتين) بالطريقة العشوائية وأصبح عدد كل مجموعة (20) طالبة وهم يمثلون شعبة واحدة لكل مجموعة ، وتم تجانس العينيتين داخل كل مجموعة باستخدام معامل الاختلاف وتكافؤ المجموعتين باستخدام اختبار (ت) للعينات الغير مترابطة وكما في جدول (1).

جدول (1)

يبين تجانس وتكافؤ المجموعتين التجريبيتين بمتغيرات البحث

متغيرات البحث	القياس	مجموعة متعدد المستويات			مجموعة التبادلي			قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
		معامل الاختلاف	ع	س	معامل الاختلاف	ع	معامل الاختلاف		
الطول	سم	158.96	2.356	1.482	158.795	2.865	1.804	0.194	غير معنوي
الوزن	كغم	55.145	1.523	2.761	55.236	1.956	3.541	0.16	غير معنوي
مهارة الدرجة الأمامية المتكورة	درجة	3.421	0.522	15.258	3.551	0.632	17.797	0.691	غير معنوي
مهارة الوقوف على الرأس	درجة	3.562	0.414	11.622	3.423	0.452	13.204	0.992	غير معنوي
مهارة الميزان الأمامي	درجة	3.338	0.636	19.053	3.475	0.551	15.856	0.709	غير معنوي

*قيمة (ت) الجدولية عند احتمال خطأ (0.05) ودرجة حرية (38) = 1.684

3-3 وسائل جمع المعلومات:

3-3-1 وسائل جمع البيانات:

1-المصادر والمراجع.

2-الاختبارات والقياسات.

3-3-2 الأجهزة والوسائل التدريبية:

1-قاعة جمناستك نظامية.

2-بساط حركات ارضية.

3-ساعة توقيت.

4-شريط قياس.

5-ميزان طبي.

6-صفارة.

7-مصطبة.

3-4 إجراءات البحث الميدانية:

3-4-1 تحديد متغيرات البحث :

تم الاعتماد على مناهج مادة الجمناستك التي تدرس في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة البصرة والتي تدرس فيها مادة الجمناستك الفني للطلقات وتم اختيار الحركات الأرضية الآتية:

1-مهارة الدرجة الأمامية المتكورة.

2-مهارة الوقوف على الرأس.

3-مهارة الميزان الأمامي.

3-4-2 تقويم الأداء الفني :

قام الباحث بالاعتماد على الاستمارة المعدة للتقويم من البحوث السابقة (3: 136) والتي تضم تقسيمات لتقويم الأداء الفني للمهارات، والتي اعتمدت فيها على البناء الظاهري للمهارة في عملية التقويم ، وعلى وفق أقسام المهارة الثلاث وهي :

1. القسم التحضيرى 2. القسم الرئيس 3. القسم الختامي

وكان التقويم من (10) درجات مقسمة على أقسام المهارة (القسم التحضيرى، القسم الرئيس، القسم الختامي).

جدول (2)

يبين درجات التقويم النهائية للمهارات

ت	المهارات	الدرجة النهائية لأقسام المهارات		
		الدرجة	الدرجة	الدرجة
1	الدرجة الأمامية المتكورة	3	4	3
2	الوقوف على الرأس	3	3	4
3	الميزان الأمامي	3	3	4

3-4-3 التجربة الاستطلاعية :

أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2021/10/12 على عينة من نفس الطالبات وذلك لتقنين حمل التمارين المستخدمة وتطبيقها ومعرفة مدى صعوبتها لدى أفراد العينة والتكرارات المطلوبة والزمن المستغرق لتطبيق البرنامج.

3-5 التجربة الميدانية:

3-5-1 الاختبارات القبلية: أجريت الاختبارات القبلية بتاريخ 2021/10/17 .

3-5-2 التعليم المهاري المستخدم :

تم إعداد تمارين تعليمية متنوعة وعلى بساط الحركات الأرضية ووفق المهارات المستخدمة ، وتم تطبيق تلك التمارين بأسلوب من التعلم الذاتي منه متعدد المستويات ومنه التبادلي .

كما قام الباحث بتقسيم عينة التطبيق إلى مجموعتين تجريبتين كل مجموعة تطبق التمارين وفق الأسلوب المتفق عليه ، وتم تطبيق البرنامج خلال درس كامل وبأقسامه الثلاثة (انظر ملحق (1)) ولمدة ثمان أسابيع ضمن. وبدا تطبيق البرنامج بتاريخ 2021/10/18 وانتهى تطبيقه بتاريخ 2021/12/13

3-5-3 الاختبارات البعدية: أجريت الاختبارات البعدية بتاريخ 2021/12/14

3-6 الوسائل الإحصائية: استخدام نظام (spss) بالمعالجات الإحصائية ولإيجاد ما يلي:

1-الوسط الحسابي

2-الانحراف المعياري

3-معامل الاختلاف

4-اختبار (ت) للعينات المترابطة

5-اختبار (ت) للعينات المستقلة

6-النسبة المئوية.

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

4-1 عرض النتائج وتحليلها القبلي والبعدية للمجموعتين التجريبتين .

جدول (2)

يبين نتائج اختبارات (ت) للعينات المترابطة بين الاختبارات القبلي والبعدية لمجموعة تعلم متعدد المستويات

مستوى الدلالة	قيمة ت المحتسبة	الخطأ القياسي	البعدية		القبلي		القياس	تقييم الأداء المهاري
			ع	س	ع	س		
معنوي	3.97	0.449	0.562	5.123	0.522	3.421	درجة	مهارة الدرجة الأمامية المتكورة
معنوي	3.161	0.558	0.568	5.326	0.414	3.562	درجة	مهارة الوقوف على الرأس
معنوي	2.712	0.886	0.632	5.741	0.636	3.338	درجة	مهارة الميزان الأمامي

*قيمة (ت) الجدولية عند احتمال خطأ (0.05) ودرجة حرية (19) = 1.729

جدول (3)

يبين نتائج اختبارات (ت) للعينات المترابطة بين الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعة التعلم التبادلي

مستوى الدلالة	قيمة ت المحتسبة	الخطأ القياسي	البعدية		القبلي		القياس	تقييم الأداء المهاري
			ع	س	ع	س		
معنوي	2.518	0.664	0.574	5.223	0.632	3.551	درجة	مهارة الدحرجة الأمامية المتكورة
معنوي	2.627	0.776	0.532	5.462	0.452	3.423	درجة	مهارة الوقوف على الرأس
معنوي	2.425	0.922	0.451	5.711	0.551	3.475	درجة	مهارة الميزان الأمامي

*قيمة (ت) الجدولية عند احتمال خطأ (0.05) ودرجة حرية (19) = 1.729

4-2 عرض النتائج وتحليلها البعدية بين المجموعتين التجريبيتين.

جدول (4)

يبين نتائج اختبارات (ت) للعينات المترابطة في الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبيتين

مستوى الدلالة	قيمة ت المحتسبة	مجموعة التبادلي		مجموعة متعدد المستويات		القياس	تقييم الأداء المهاري
		ع	س	ع	س		
غير معنوي	0.543	0.574	5.223	0.562	5.123	درجة	مهارة الدحرجة الأمامية المتكورة
غير معنوي	0.764	0.532	5.462	0.568	5.326	درجة	مهارة الوقوف على الرأس
غير معنوي	0.168	0.451	5.711	0.632	5.741	درجة	مهارة الميزان الأمامي

*قيمة (ت) الجدولية عند احتمال خطأ (0.05) ودرجة حرية (38) = 1.684

4-3 مناقشة النتائج.

من خلال ملاحظة الجداول (2) و (3) و (4) تبين لنا هناك فروقات معنوية للمجموعتين التجريبيتين بتقييم الأداء المهاري إذ كانت قيم (ت) المحتسبة أكبر من الجدولية وهذا يدل على وجود تعلم للمهارات الحركية بالجمانساتك للنساء . .

ويعزو الباحث هذا التحسن والتعلم للمجموعتين التجريبيتين متعدد المستويات والتبادلي في المهارات المستخدمة إلى انتظام واستمرار المتعلمين في تطبيق الوحدات التعليمية والبرنامج المستخدم بصورة علمية إذ يؤكد (سعد محسن , 1996) " أن البرنامج التعليمي يؤدي حتما إلى تطور الانجاز، أذا بني على أساس علمي في تنظيم عملية التعليم وبرمجته واستعمال الأساليب المناسبة والمتدرجة بالصعوبة وملاحظة الفروق الفردية كذلك استعمال الوسائل التعليمية المؤثرة وبإشراف مدربين متخصصين تحت ظروف تعليمية جيدة من حيث المكان والزمان والأدوات المستعملة ". (2 : 98) بينما يرى قاسم لزام "إن التعلم ضمن مناهج تعليمي يطبق بصورة موضوعية يؤدي إلى زيادة التعلم وبالتالي تطور في المهارة في الجانبين المعرفي والمهاري " (4 : 56).

كما إن المجموعتين قد تعلمت ويرجع سبب تعلمهم وتفوقهم إلى تعليم المستخدم وهذا سر نجاحهم وتفوقهم لاستخدامها الأسلوب العلمي الصحيح والهادف في رفع مستوى الأداء المهاري ، والذي يزيد من رغبة والدافعية للمتعلمين، وهذا يساعد على زيادة الدقة في التعليم المهاري وهذا ما أكدته ناهده عبد زيد (2011) "أساليب عدة لإثارة دوافع المتعلم نحو الفعالية أو اللعبة لتعلم مهاراتها وممارستها ومن هذه الأساليب هي تسهيل فرص التعلم الحركي ووضوح الهدف المناسب لتعلم المهارة وتطويرها ، فضلاً عن التوازن في إشباع حاجات المتعلم". (6: 29)

كما إن تنمية المهارات نتيجة استخدام أساليب تعليمية التي تعمل على المنافسة بين المتعلمين إذ تم إعطاء تمرينات أشبه بالمنافسة لغرض زيادة التعلم ، كما إن هذا الأسلوب يؤدي قد أدى إلى الابتعاد عن حالة اللامبالاة حيث إن المتعلم كلما كانت له القدرة على أداء أفضل لمنافسة زميله القرين وهذه ستمكنه من محاولة التغلب على زميله ، وفي هذا تؤكد (ناهده عبد زيد) "إن المنافسة تسهم بنصيب وافر في تنمية قدرات الفرد وتطوير مهاراته ، وإن من شروط نجاح تعليم المبادئ الأساسية للمهارة إن يكون التعليم عليها في قالب (المسابقة) (7: 55).

وأخيراً إن الأسلوبين المستخدم لم تظهر فيهما فروق معنوية وهذا دليل على الأسلوبين في التعلم الذاتي ورفع المستوى المهاري على بساط الحركات الأرضية.

5-الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات:

1- أسلوب (الوسائط المتعددة والتعليم التبادلي) للتعلم الذاتي لهما تأثير متشابه في تعليم بعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني للنساء .

2-التعلم الذاتي يعطي حرية اكبر للمتعلم في إبراز قدراته في التعلم وكما في أسلوب (الوسائط المتعددة والتعليم التبادلي) في تعليم بعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني للنساء

5-2 التوصيات

1- اعتماد أسلوب (الوسائط المتعددة والتعليم التبادلي) للتعلم الذاتي في البرنامج التعليمي للمعلم لما لهما من تأثير متشابه في تعليم بعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني للنساء .

2-التأكيد على التعلم الذاتي لأنه يعطي حرية اكبر للمتعلم ويساعد على إبراز قدراته في التعلم وكما في أسلوب (الوسائط المتعددة والتعليم التبادلي) في تعليم بعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني للنساء

المصادر:

1- حيدر عبد الرزاق كاظم العبادي . أساسيات كتابة البحث العلمي في التربية البدنية وعلوم الرياضة :شركة الغدير للطباعة والنشر المحدودة ، العراق ، البصرة ، ط1 ، 2015.

- 2- سعد محسن إسماعيل. تأثير أساليب تدريس لتنمية القوة الانفجارية للرجلين والذراعين في دقة التصويب البعيد بالقفز عاليا في كرة اليد: أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعه بغداد، 1996.
- 3- عقيل يحيى هاشم، نداء فليح حسن . تأثير استخدام أسلوب الاكتشاف الموجه في تعلم بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستيك الفني للطلّابات: مجلة علوم التربية الرياضية، العدد 2، مجلد 6 ، 2013.
- 4-قاسم لزام صبر. موضوعات في التعلم الحركي: بغداد، مطابع الجمعة، 2005.
- 5-كوثر كوجاك ، اتجاهات حديثة في المناهج وطرق التدريس - الطبعة الثالثة - عالم الكتب - القاهرة 1997 .
- 6- ناهده عبد زيد : التعلم والتعلم الحركي ، ط1، النجف الاشرف، دار الضياء ، 2011، ص55.
- 7- ناهده عبد زيد الدليمي . أساليب في التعلم الحركي: دار الكتب العلمية ، لبنان ، 2009.

ملحق (1)

نموذج من الوحدات التعليمية

الزمن الكلي: 20-25 دقيقة

الأسبوع: الأول

هدف الوحدة : تعلم أداء مهارات الحركات الأرضية على البساط

الوحدة التعليمية : 1-2

القسم	زمن التمرينات	رقم التمرين	الحجم	الملاحظات والإشكال
التطبيقي	4.52 د	1-(أداء الحركات الدرجة على خطوط مرسومة على الأرض).	4×2	* يترك للمتعلم الحرية في التطبيق لكي يكون تعلم ذاتي.
	3.44 د	2-(أداء الوقوف بمساعدة الجدار ثم أداء الدرجة الأمامية).	4×3	يتم توجيه فقط وليس تعاون مع المتعلم
	3.47 د	3- (أداء حركات الميزان على مسطبة) .	4×3	
	3.47 د	4- (أداء الحركات الثلاثة بمساعدة الزميل)	4×5	