

أثر استخدام أداة مساعدة مصنعة في تعليم مهارتي قفزة اليمين الأمامية والخلفية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستيك الفني للرجال

أثر استخدام أداة مساعدة مصنعة في تعليم مهارتي قفزة اليمين الأمامية والخلفية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستيك الفني للرجال

أ.م.د. طارقة، نزار الطالب كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد

ملخص البحث :

هدف البحث إلى صناعة أداة مساعدة وبمواصفات جيدة واستخدام الأداة المساعدة المصنعة في تعليم مهارتي قفزة اليمين الأمامية والخلفية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستيك الفني للرجال وقد تكونت عينة البحث من (٤٠) طالبا من طلاب المرحلة الثالثة مقسمين إلى مجموعتين تجريبية وضابطة وقد استنتج الباحث أن الأداة المصنعة ذات جودة عالية وأنها مفيدة لتعلم مهارتي القفزة الأمامية والخلفية على بساط الحركات الأرضية وقد أوصى الباحث بتصنيع أجهزة وأدوات محلية لأنها قليلة الكلفة مقارنة بالمستوردة واستخدام الأداة المصنعة في تعليم مهارتي قفزة اليمين الأمامية والخلفية على بساط الحركات الأرضية ووضع هذه الأدوات تحت تصرف التدريسيين والمدرسين لغرض الاستفادة منها .

١- التعريف بالبحث :

١-١ المقدمة وأهمية البحث :

تتنوع الألعاب الرياضية وتختلف من حيث الأداء والجهد المبذول والوقت والوسط الذي تمارس فيه اللعبة ، إذ أن لكل رياضة متطلباتها الخاصة التي تميزها وتنفرد بها عن غيرها من الرياضات الأخرى . وفي الآونة الأخيرة اتجهت معظم الدول في تسخير العلوم الرياضية المتمثل باستخدام أجهزة تمارين القوة المتعددة الاستعمال multigym في عملية بناء قوة عامة للجسم وتحت إشراف مختصين . أما في مجال الأجهزة التخصصية المساعدة والإعداد المهاري العلمي فتم توظيف جميع العلوم الرياضية المتمثلة بعلم البايوميكانيك وعلم النفس الرياضي والأجهزة المختبرية والأجهزة الالكترونية وكل الأجهزة الرياضية المساعدة ، كما أتجه معظم المدرسين في تطوير أجهزة مساعدة عن طريق مصممي الأجهزة الرياضية لغرض تسريع تعلم المهارة ، ويؤخذ بنظر الاعتبار في تعليم المهارة الرياضية العمر والجنس والقابلية البدنية والذهنية .

كما أن تعدد المهارات في درس الجمناستيك في كلية التربية الرياضية جعل من الصعب إتقانها جميعا وإيلاء المدرس أو المدرب الوقت الكافي لكل طالب مع توفير الحماية والمساعدة اللازمة للطلاب، مما سبب ضعفا في

أثر استخدام أداة مساعدة مصنعة في تعليم مهارتي قفزة اليمين الأمامية والخلفية على بساط

الحركات الأرضية في الجمناستيك الفني للرجال

أداء بعض المهارات المقررة ضمن المنهاج بسبب عدم كفاية الوقت اللازم فضلا عن تردد المدرسين في تكرار الأداء للطلاب لما يتطلبه ذلك من وقت وجهد ، وما يضع على عاتقهم مسؤولية توفير الأمان عند الأداء للجميع الطلاب لغرض القيام بالأداء .

وتكمن أهمية البحث في توفير أداة مساعدة توفر المساعدة على الأداء بالإضافة إلى توفير الأمان وتقليل الجهد على الطالب والمدرس في نفس الوقت فضلا عن أن الأداة المصنعة تساعد في رفع مركز كتلة الجسم ومساعدة الطالب في الأداء وعدم نزول مركز كتلته ليؤدي المهارة بالارتفاع المناسب ، ليتمكن من أداء محاولات ناجحة وتحقيق تكرارات ناجحة تمكنه من حفظ المسار الحركي الصحيح والمناسب للمهارات قيد البحث فضلا عن أن هذه الأداة يتم تصنيعها محليا وبأسعار زهيدة جداً .

١-٢ مشكلة البحث :

من خلال خبرة الباحث في تدريس مادة الجمناستيك الفني للرجال في كلية التربية الرياضية ، ومن خلال ملاحظة الصعوبات المتكررة على الطالب وكذلك المدرس خلال محاولة تقديم المساعدة للطلاب لغرض أداء المهارات المطلوبة منه خلال الدرس وخاصة عندما تكون المهارة مسبقة بركضه تقريبي أو عندما يكون الطالب ضخما ثقيل الوزن فان ذلك يمثل مشكلة للمدرس عند المساعدة وكذلك يجعل الطالب متردداً في الأداء متخوفا من الإصابة ، من هنا جاءت مشكلة البحث حيث قام الباحث بصناعة أداة مساعدة توفر الأمان للطلاب وتسهل المساعدة للمدرس وبالتالي تجعل من عملية التعلم أسهل .

١-٣ هدفاً البحث :

- ١- صناعة أداة مساعدة وبمواصفات جيدة .
- ٢- استخدام الأداة المساعدة المصنعة في تعليم مهارتي القفزة الأمامية والخلفية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستيك الفني للرجال .

١-٤ فروض البحث :

- ١- ان الأداة المساعد المصنعة تحقق الغرض الذي صنعت من أجله .
- ٢- وجود فروق إحصائية ذات دلالة معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي في تعلم مهارتي قفزة اليمين الأمامية والخلفية على بساط الحركات الأرضية ولصالح المجموعة التجريبية .

١-٥ مجالات البحث :

- ١-٥-١ المجال البشري : طلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية بجامعة بغداد .
- ١-٥-٢ المجال الزمني : الفترة من ٢٠١٢/١١/٢١م ولغاية ٤/٤/٢٠١٣م .
- ١-٥-٣ مجال المكاني : القاعة الداخلية للجمناستيك في كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد .

أثر استخدام أداة مساعدة مصنعة في تعليم مهارتي قفزة اليدين الأمامية والخلفية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للرجال

٢- الدراسات النظرية والمشابهة :

١-٢ الدراسات النظرية :

١-١-٢ الأجهزة والأدوات والوسائل المساعدة في الجمناستك الفني :

" أن التطور السريع والمستوى العالي الذي وصلت اليه رياضة الجمناستك من خلال ظهور حركات معقدة وجديدة كان نتيجة عوامل كثيرة منها الأجهزة والأدوات المساعدة فالأجهزة المساعدة تعد عاملا مهما في إيصال اللاعب إلى المسار الحركي المطلوب وبأقل جهد ممكن"⁽¹⁾

وأن " رياضة الجمناستك تحتاج إلى أجهزة وأدوات مساعدة لتبسيط عملية التعلم وتسهيل المهارات بغية الإسراع بعملية التعلم ، لذا لجأ المختصون في هذا المجال إلى السعي الدائم والمستمر لتهيئة ظروف تعليمية سهلة ومتنوعة منها وهي ضرورية وأساس في العمليات التعليمية وأصبحت الأجهزة والأدوات التعليمية في الجمناستك جزءاً مهماً للارتقاء بالعملية التعليمية"⁽²⁾

وتم تصنيف الأجهزة والأدوات والوسائل المساعدة إلى ثلاث مجموعات بحسب اقترابها من شكل الجهاز القانوني وكما يأتي :

١-١-٢-١ أجهزة الجمناستك المعدلة :

- ١- المتوازي الواطئ الارتفاع .
- ٢- الترامبولين .
- ٣- الميني ترامبولين .
- ٤- الحلق المنخفض الارتفاع .
- ٥- الفطر .
- ٦- العقلة المنخفضة الارتفاع .

١-١-٢-٢ أجهزة الجمناستك المنخفضة :

ويقصد بها خفض ارتفاع أجهزة الجمناستك القانونية لتسهيل عملية التعليم للمهارة الجديدة والصعبة على تلك الأجهزة وتحقيق الأمان والشعور بالثقة⁽³⁾.

أن الارتفاع القانوني المعتمد من الاتحاد الدولي للجمناستك من قبل اللجنة الفنية للمنافسات هو :

(1) شيماء عبد مطر ، يعقوب يوسف عبد الزهرة ؛المبادئ الأساسية لتعلم المهارات الحركية في الجمناستك الفني (بنين وبنات) ، ط ١ ، بغداد ،مكتب النور ، ٢٠٠٩ ، ص ١٧٨ .

(2) هدى شهاب جاري : تأثير استخدام جهاز عارضة التوازن النابضي المقترح في تعليم بعض المهارات ، رسالة ماجستير ، بحث غير منشور ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ٢٠٠١ ، ص ١٥ .

(3) أحمد توفيق : المصدر السابق نفسه ، ص ٣٤ .

أثر استخدام أداة مساعدة مصنعة في تعليم مهارتي قفزة اليمين الأمامية والخلفية على بساط

الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للرجال

- . جهاز حصان المقابض الطول ١٦٠ سم .
 - . جهاز المتوازي ارتفاع العارضتين ١٧٠ سم .
 - . جهاز العقلة ارتفاع العارضة ٢.٥ متر .
 - . جهاز الحلق ارتفاع ٢.٥ متر .
 - . جهاز منصة القفز الارتفاع ١.٣٥ متر .
 - جهاز حصان المقابض ارتفاعه ١٠٥ سم .
- وبذلك فإنه من الممكن خفض ارتفاع جميع أجهزة الجمناستك (عدا بساط الحركات الأرضية) وحسب رغبة المدرب والحاجة التي تقتضيها المهارة لغرض زيادة صعوبة المهارة أو تقليلها .

٢-١-١-٣ أدوات الجمناستك المساعدة :

"الأدوات هي تلك الأشياء التي يمكن للاعب الجمناستك أن يقبض عليها بالذراعين أو بذراع واحدة أو بالرجلين وكذلك يمكنه استخدامها وهي ثابتة على الأرض أو في يديه أو هي طائرة في الهواء أو تقوم بإسناده^(١) .

"هي آلة أو وسيلة يستعان بها لتأدية عمل ما"^(٢) .

وتشتمل على أنواع عديدة منها^(٣) :

- ١- الكرة الطبية (كمانع للاعب ولتنمية القوة).
- ٢- حبال التسلق.
- ٣- الحبال المطاطية.
- ٤- السلالم الخشبية المثبتة على الحائط.
- ٥- الحفر الأسفنجية (لتوفير الوقاية والسلامة في أثناء الهبوط) .
- ٦- جهاز لونجا المعلق (لغرض الإسناد في أداء المهارات الحركية الطائرة بمساعدة المدرب) .
- ٧- الالبسطة و المراتب (تختلف بأنواعها أو بسمكها بحسب حاجة الجهاز واللاعب وصعوبة الحركة) .
- ٨- لوحات ارتقاء (قفازات) .
- ٩- رباطات لتثبيت اللاعب من يديه على جهاز العقلة .
- ١٠- أثقال بأحجام مختلفة، وتستخدم لغرض تنمية صفة القوة وتستغل بربطها ببعض مناطق الجسم للتدريب على بعض المهارات وتصعبها .
- ١١ - قفازان (الذر) الذي يستخدم في الأجهزة التي يحدث فيها الاحتكاك .

(١) أمين أنور الخولي، عدلي حسين بيومي : الجمباز التربوي للأطفال والناشئة ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩١ ، ص ٣٩ .

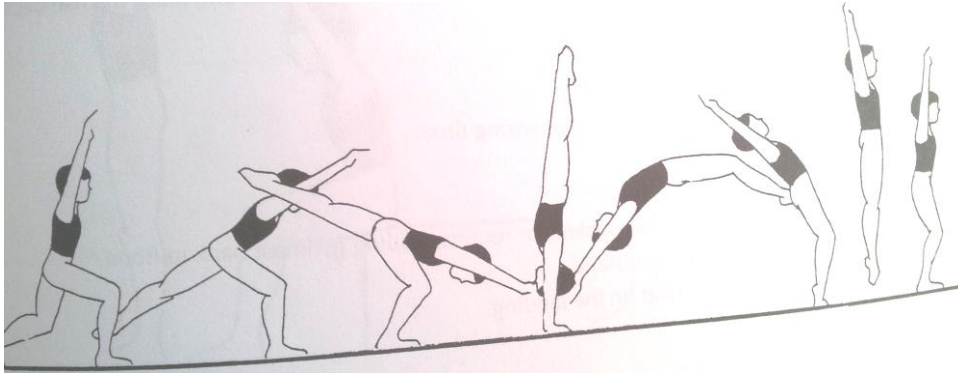
(٢) عباس أحمد السامرائي، عبد الكريم محمود: كفاية تدريسية في طرائق تدريب التربية الرياضية ، البصرة، مطبعة دار الحكمة ، ١٩٩١ ، ص ٥١ .

(٣) محمد إبراهيم شحاته: دليل الجمباز الحديث ، الإسكندرية ، دار المعارف ، ١٩٨١ ، ص ١٢١ .

أثر استخدام أداة مساعدة مصنعة في تعليم مهاتري قفزة اليدين الأمامية والخلفية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للرجال

٢-١-٢ مهارة قفزة اليدين الأمامية (١) :

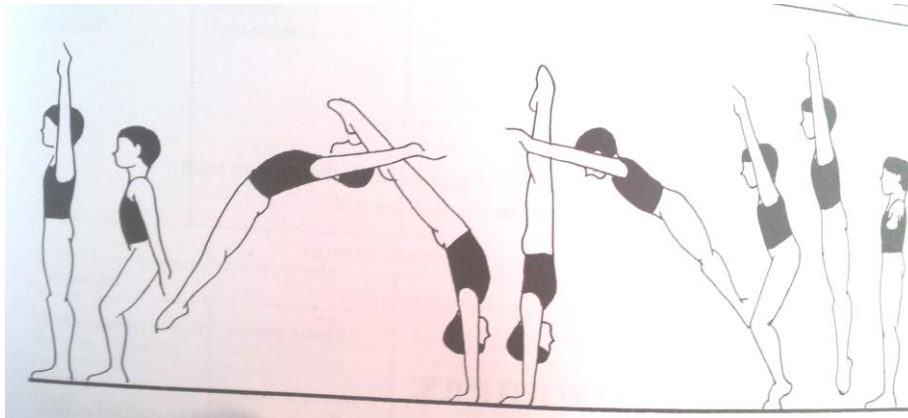
تتشابه هذه المهارة في أداءها الفني مع مهارة الوقوف على اليدين إلا أن المرجحة للرجلين هنا تكون أكبر مع الدفع باليدين للأرض وإرجاع الرأس إلى الوراء في القسم الرئيس للمهارة ويجب التأكيد هنا على الدفع القوي لليدين مع بقاء زاوية الكتف مفتوحة إلى النهاية مع الخطف السريع للرجلين، وتؤدي هذه المهارة من الوقوف إلى الوقوف، والشكل (١) يوضح ذلك .



شكل (١) يوضح مهارة قفزة اليدين الأمامية^(٢)

٢-١-٣ مهارة قفزة اليدين الخلفية^(٣)

تحتاج هذه المهارة إلى تحقيق قوس طيران سريع يتزامن مع عملية مرجحة وخطف الذراعين إلى الخلف مع إيقاف هذا الخطف ومد الذراعين بشكل كامل وإرجاع الرأس إلى الخلف مع العلم أن الجسم يمر بمرحلة الوقوف على اليدين ، الدفع باليدين من الأرض بقوة وسرعة مهم جدا لأجل تحقيق الطيران ، تؤدي هذه المهارة في معظم الأحيان منفردة أو بعد القفزة العربية على بساط الحركات الأرضية. والشكل (٢) يوضح ذلك



شكل (٢) يوضح مهارة قفزة اليدين الخلفية^(٤)

(١) صالح مجيد ، بسمان عبد الوهاب : الجمناستك الفني التطبيقي ، ط١ ، دار الضياء للطباعة ، النجف ، ٢٠١٢ ، ص ٦٩ .

(2) Debby Mitchell and others, Teaching Fundamental Gymnastics Skills, human kinetics the information leader in physical activity,p.o.box5076,USA,2002,p171.

(٣) صالح مجيد ، بسمان عبد الوهاب : مصدر سبق ذكره ، ص ٧١ .

(4) Debby Mitchell and others,op.cit,p175.

أثر استخدام أداة مساعدة مصنعة في تعليم مهارتي قفزة اليدين الأمامية والخلفية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للرجال

٢-٢ الدراسات المشابهة والسابقة :

٢-٢-١ دراسة طارق نزار الطالب ١٩٩٨ :

((أثر استخدام جهاز المتوازي التعليمي (المقترح) في تعليم بعض المهارات الحركية للمبتدئين على جهازي الحلق والمتوازي في الجمناستك))

هدفت هذه الدراسة إلى توفير جهاز متعدد الأغراض وبكلفة بسيطة فضلاً عن تعليم بعض المهارات الحركية من خلال استخدام الأداة المصنعة .

وقد أفترض الباحث ما يلي:

١- إمكانية تعليم بعض المهارات الحركية على الجهاز المقترح بكفاية الأجهزة النظامية نفسها .

٢- إن استخدام الجهاز المقترح يؤثر ايجابيا في تنمية بعض المهارات الحركية على جهاز الحلق والمتوازي .

وقد اعتمد الباحث المنهج التعليمي على عينة (٤٦) طالبا من طلاب المرحلة الثانية من كلية التربية الرياضية جامعة بغداد وتكون المنهج التعليمي من (١٢) وحدة تعليمية حدد الباحث زمن قدره (٤٥) دقيقة للوحدة التعليمية الواحدة لتعليم المهارات التي تناولها البحث.

قسمت العينة إلى مجموعتين تجريبيتين تتمرن على الجهاز المقترح وضابطة على جهاز المتوازي النظامي المستخدم وذلك فيما يخص مهارات السلسلة الحركية على المتوازي والمقررة ضمن منهج المرحلة الثانية بالإضافة إلى مهارة الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي .

أما مهارتي الوقوف على اليدين والارتكاز بزواوية على الحلق فقد تم تمرين جميع افراد العينة على الأداة المصنعة لصعوبة استخدام الحلق النظامي .

توصل الباحث إلى استنتاجات عدة منها إمكانية استخدام الجهاز المقترح كبديل عن جهاز المتوازي المستخدم لطلاب المرحلة الثانية في الكلية ، إضافة إلى تفوق المجموعة التجريبية على الضابطة في مستوى أداء مهارة الوقوف على اليدين على المتوازي .

كما ظهر تحسن واضح في مستوى أداء مهارة الوقوف على اليدين على الحلق وإمكانية استخدام الجهاز المقترح لتنمية بعض المجاميع العضلية ولاسيما العاملة منها في تمرين الارتكاز بزواوية على الحلق.

٢-٢-٢ دراسة عامر سكران حمزة ٢٠٠٣ :

((تأثير استخدام أجهزة مساعدة في تعليم وتطوير بعض مهارات المتطلبات الخاصة بجهاز الحلق للناشئين))

هدفت هذه الدراسة إلى تصنيع بعض الأجهزة المساعدة لجهاز الحلق ومعرفة تأثيرها في تعليم وتطوير بعض المتطلبات الخاصة بجهاز الحلق .

وقد فرض الباحث :

ان استعمال الأجهزة المساعدة يؤثر ايجابيا في تعليم وتطوير بعض المتطلبات الخاصة بجهاز الحلق للناشئين

أثر استخدام أداة مساعدة مصنعة في تعليم مهارتي قفزة اليمين الأمامية والخلفية على بساط

الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للرجال

تكونت عينة البحث من ثمان لاعبين من لاعبي المنتخب الوطني للناشئين بأعمار (١١-١٣) سنة وهم يشكلون ٦١% من مجتمع الأصل بأكمله ، وقد اعتمد الباحث منهج تدريبي تعليمي مستعين بمدرين وخبراء الجمناستك ومراجع علم التدريب الرياضي ، و استخدم الباحث المنهج التجريبي في إجراءات البحث لملاءمة لطبيعة مشكلة البحث وقد تم إجراء التجربة الميدانية في (المركز التدريبي للمنتخبات الوطنية) لمدة (٨) أسابيع مشتملة على (٢٤) وحدة بواقع (٣) وحدات تدريبية أسبوعياً زمن الوحدة الواحدة (٤٠) دقيقة . وأدخل الباحث الأجهزة المساعدة المصنعة على مفردات منهج المجموعة التجريبية في حين كانت المجموعة الضابطة تعمل على ما جاء لمفردات المدرب التقليدي .

توصل الباحث إلى استنتاجات عدة منها ان الأجهزة التي تم تصنيعها من قبل الباحث قد أسهمت بشكل معنوي وملحوظ في تنمية القوة العضلية الخاصة بأداء المهارات إضافة إلى تفوق المجموعة التجريبية على الضابطة في مستوى أداء المهارات قيد البحث جميعها .

٣- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

٣-١ منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة المشكلة ولكونها أفضل الوسائل للوصول إلى نتائج موثوق بها " فهو منهج البحث الوحيد الذي يمكنه الاختبار الحقيقي لفروض العلاقات الخاصة بالسبب والأثر، كما أن هذا المنهج يمثل الاقتراب الأكثر صدقاً لحل العديد من المشكلات العلمية بصورة علمية ونظرية فضلاً عن إسهاماته في تقدم البحث العلمي في العلوم الإنسانية والاجتماعية ومن بينها علم الرياضة " (١).

٣-٢ مجتمع وعينة البحث :

تكون مجتمع البحث من طلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية بجامعة بغداد وعددهم (٢٣١) ، أما عينة البحث فقد شملت شعبي (أ) و (هـ) * وعددهم (٥٣) تم تقسيمهم عشوائياً وبطريقة القرعة إلى مجموعتين تجريبية وضابطة، وبما أنهم جميعاً في مرحلة واحدة فقد تم استبعاد الراسبين واللاعبين وإجراء التكافؤ بحسب درجاتهم في مادة الجمناستك (العملي فقط) في الفصل الدراسي الأول وأخذ الباحث (٢٠) طالباً من كل شعبة لأسباب تنظيمية عند تطبيق إجراءات البحث ليكون العدد النهائي للعينة (٤٠) طالباً وهم يمثلون (١٧.٣%) من مجتمع البحث وكما في جدول (١) .

(١) محمد حسن علاوي وأسامة كامل راتب : البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٩ ، ص ٢١٧ .

* هاتين الشعبتين يقوم بتدريسهما المدرسين نفسيهما (د. إسماعيل إبراهيم ومدرب الألعاب علي أحمد) .

أثر استخدام أداة مساعدة مصنعة في تعليم مهارتي قفزة اليمين الأمامية والخلفية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للرجال

جدول (١)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والفرق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في درجات الجمناستك للفصل الدراسي الأول

المجاميع	ن	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المعنوية الحقيقية sig	الفرق
شعبة (أ)	٢٠	٧.٠	١.٠٧٦	٣.٣٠٧	عشوائي
شعبة (هـ)	٢٠	٧.٤	١.٣٥٣		

معنوي ≥ 0.05 ، علماً أن الدرجة من (١٠) .

وبالرغم من أنهم جميعاً من المبتدئين ومن لم يمارسوا المهارات موضوع البحث سابقاً إلا أن الباحث قام بهذا الإجراء زيادة في الحرص على أن تكون المجموعتين متكافئتان وأن المجموعتين بدأتا تعلم مهارتي البحث من نقطة شروع واحدة ، كون درجات العملي في الجمناستك تعطي مؤشراً ولو مبدئياً على مستوى الطلاب بشكل أولي لتجنب تفوق مجموعة على أخرى .

٣-٣ التجربة الاستطلاعية الأولى :

تم إجراء تجربة استطلاعية الأربعاء ٢١/١١/٢٠١٢ م لغرض التأكد من قياسات الأداة المستخدمة ومدى كفاءتها في تحمل أوزان اللاعبين فضلاً عن تجربة طريقة استخدامها من قبل مدرس المادة والمسافات الملائمة لوضع الحلقات في الجوانب إضافة إلى مكان وضع اللاصق .

٣-٤ الأداة المصنعة :

لقد قام الباحث بتصنيع أداة مساعدة لغرض توفير الحماية والأمان عند أداء بعض مهارات بساط الحركات الأرضية ، وفكرة هذه الأداة مأخوذة من أداة تدريبية معروضة للبيع على شبكة الانترنت بسعر يتجاوز ١٠٠ دولار وهو عبارة عن حزام بعرض ١٠ سم مصنوع من قماش صوفي سميك جداً مغطى من الأمام بطبقة من القماش اللاصق ذو الوجهين بحيث يلتف على خصر اللاعب ، ومن الجانبين تمت خياطة حلقتين حديديتين وبصورة جيدة ومتينة جداً وتم تثبيت حبلان طول كل منهما ١٥٠ سم من كلا الجانبين بعرض ٣ سم ذو قفل بلاستيكي لضمان عدم فتح الحزام أثناء الأداء، وفي نهاية الحبلان الجانبين هناك حلقة من الحبل نفسه لغرض التثبيت في يد المساعدين عند الاستخدام ، وتجدر الإشارة إلى أن الكلفة الكلية لهذه الأداة لم تتجاوز (١٠٠٠٠) عشرة آلاف دينار بضمنها المواد والعمل ، والشكل (٣) يوضح ذلك .

أثر استخدام أداة مساعدة مصنعة في تعليم مهارتي قفزة اليمين الأمامية والخلفية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستيك الفني للرجال



شكل (٣) يوضح أجزاء الأداة المصنعة .

٣-٥ التجربة الاستطلاعية الثانية :

لغرض التأكد من صلاحية الأداة وكفاءتها في المساعدة وتوفير الأمان وتقليل الجهد على المتعلم وعلى المدرس فقد تم عرضه على مجموعة من الخبراء* واستشارتهم لغرض التعرف على ملاحظاتهم وآراءهم حول الأداة المصنعة ، فضلا عن المهارات التي سوف يتناولها الباحث بالبحث .

أ.د. يعرب خيون جمناستك | تعلم حركي .

أ.م.د. صالح مجيد جمناستك | علم التدريب .

أثر استخدام أداة مساعدة مصنعة في تعليم مهارتي قفزة اليدين الأمامية والخلفية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للرجال

أ.م.د محمد جواد جمناستك افسلجة .

أ.م.د إسماعيل إبراهيم جمناستك ابايوميكانيك .

م.د عامر سكران جمناستك ا علم التدريب .

م.د أياد صالح جمناستك ا تعلم حركي .

م.م جمال سكران جمناستك ا تعلم حركي .

٣-٦ التجربة الرئيسية :

من خلال إجراءات التجربة الاستطلاعية الثانية فقد توصل الباحث وبالاتفاق مع السادة الخبراء إلى أن استخدام الأداة المصنعة سيكون مؤثرا وفعالا عند استخدامه في تعليم مهارتي (قفزة اليدين الأمامية وقفزة اليدين الخلفية) وبناءا على ذلك فقد تم تحديد(١٢) وحدة تعليمية ولمدة ثلاثة أشهر كون المرحلة الثالثة لديها درس جمناستك واحد في الأسبوع لغرض إجراء التجربة الرئيسية باستخدام الأداة بالنسبة للمجموعة التجريبية وبدون استخدام الأداة للمجموعة الضابطة علما أن مهارة قفزة اليدين الخلفية ليست من ضمن المنهاج المقرر إلا أنه وبالاتفاق مع تدريسي المادة فقد تم تعليمها لأفراد عينة البحث كونها من المهارات المهمة والضرورية والصعبة في نفس الوقت والتي يتجنبها التدريسيون لصعوبة أدائها فضلا عن صعوبة توفير المساعدة للطلاب .

قام الباحث بتوفير الأداة بعدد (١٠) لغرض تسهيل عملية استخدامه من قبل المدرس فضلا عن تسهيل الناحية التنظيمية في إجراءات البحث واختصار الزمن عند التطبيق بسبب قلة الوقت اللازم لخلع ولبس الأداة . تم استخدام الأداة في الجزء الرئيسي من الدرس وواقع (٢٠) دقيقة وتم اعتماد مبدأ التكرارات في التطبيق لغرض توحيد التكرارات في الأداء بين المجموعتين التجريبية والضابطة. والجدول (٢) يوضح ذلك .

جدول (٢)

يبين تكرارات تطبيق المهارات موضوع البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة

الوحدة	المهارة	التكرار
١	تعريف وشرح وتجزئة قفزة اليدين الأمامية	ما يسمح به الوقت في الجزء الرئيسي كاملا من الدرس
٢	قفزة يدين أمامية	٨ لكل طالب
٣	قفزة يدين أمامية	١٠ لكل طالب
٤	قفزة يدين أمامية	١٠ لكل طالب
٥	قفزة يدين أمامية	١٢ لكل طالب
٦	تعريف وشرح وتجزئة قفزة اليدين الخلفية	ما يسمح به الوقت في الجزء الرئيسي كاملا من الدرس

أثر استخدام أداة مساعدة مصنعة في تعليم مهارتي قفزة اليدين الأمامية والخلفية على بساط

الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للرجال

٧	قفزة يدين خلفية	٨ لكل طالب
٨	قفزة يدين خلفية	١٠ لكل طالب
٩	قفزة يدين خلفية	١٠ لكل طالب
١٠	قفزة يدين خلفية	١٢ لكل طالب
١١	قفزة يدين أمامية + قفزة يدين خلفية	٥ + ٥ لكل طالب
١٢	قفزة يدين أمامية + قفزة يدين خلفية	٥ + ٥ لكل طالب

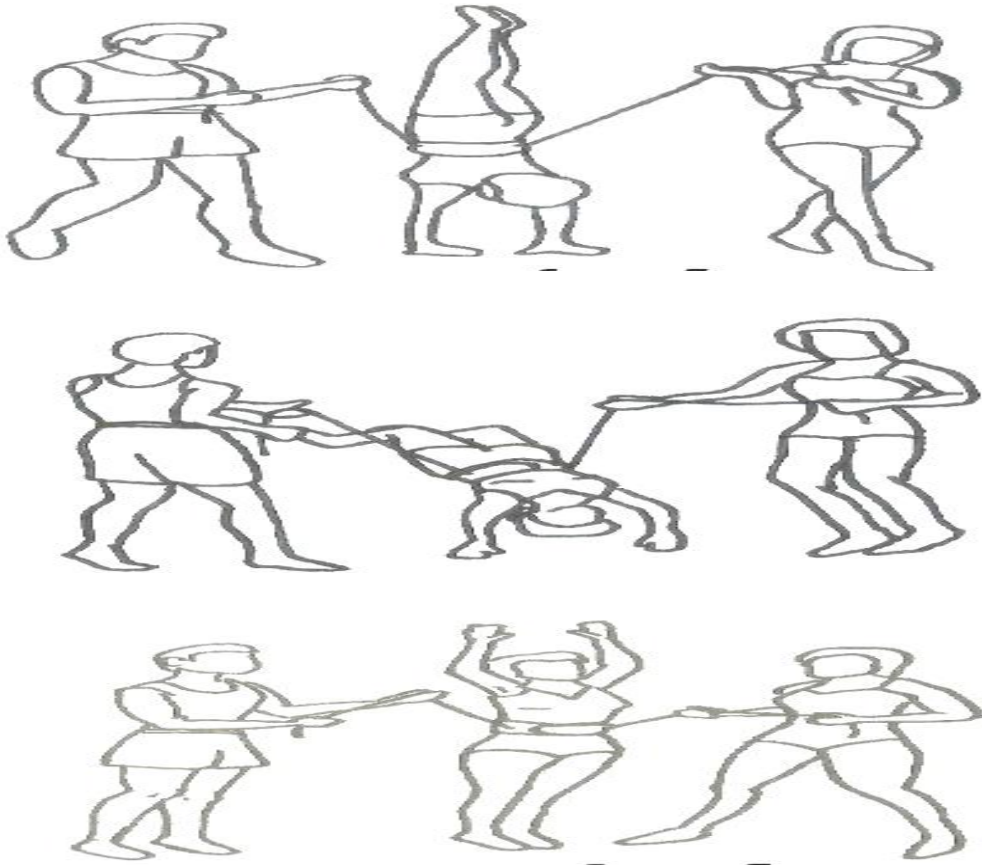
ملاحظة ١ المجموعتان التجريبية والضابطة قامتا بأداء العدد نفسه من التكرارات وتحت إشراف المدرس نفسه (أ.م.د. إسماعيل إبراهيم ومدرّب الألعاب علي احمد) ولكن المجموعة التجريبية تستخدم الأداة المصنعة والمجموعة الضابطة لا تستخدمها .

ويجب الإشارة أنه تم إعطاء مهارة قفزة اليدين الأمامية بصورة مبسطة ومجزأة كما هو متعارف عليه في تعليم هذه المهارة حيث تم استخدام الجدار والصندوق الخشبي والبسط فضلا عن شرح وعرض المهارة ، وكان ذلك في وحدة تعليمية تسبق الوحدة الأولى .

لغرض الإفادة من الوقت المتاح خلال الجزء الرئيسي من الدرس فقد كانت طريقة الأداء بان يرتدي (١٠) طلاب الأداة ويقومون بالأداء بالتتابع لحين إكمال كل منهم التكرارات المطلوبة ، وعند إكمال أي طالب للتكرار الأخير المطلوب خلال الدرس يقوم بخلع الأداة وإعطائه لطالب آخر ليقوم بارتدائه ، علما أن عملية خلع الأداة لا تتجاوز (٢) ثانية وارتداء الأداة لا يتجاوز (٥) ثواني من كل طالب ، لذا فهي عملية سهلة ولا تأخذ الكثير من وقت الطالب ولا تحتاج إلى أي جهد ، مما يحسب من مميزات استخدامه، فضلا عن أن استخدام الأداة يحتاج إلى مدرسين اثنين للامساك بالحبلين من كلا جهتي الطالب المؤدي. ويكون الأداء من الثبات وبدون ركضه تقريبا ، والشكل (٤) يوضح كيفية استخدام وعمل الأداة .



أثر استخدام أداة مساعدة مصنعة في تعليم مهاتري قفزة اليدين الأمامية والخلفية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للرجال



شكل (٤) يوضح استخدام الأداة

٣-٧ الاختبار البعدي :

تم إجراء الاختبار البعدي يوم ٤ / ٤ / ٢٠١٣م في مهاتري قفزة اليدين الأمامية وقفزة اليدين الخلفية وتم احتساب درجة كل مهارة من (١٠) درجات وقد تم تسجيل الاختبار بكامرة فيديو (sony) ومن ثم عرضها على أربعة خبراء هم :

- إسماعيل إبراهيم حكم دولي .
 - بسمان عبد الوهاب حكم درجة أولى .
 - جمال سكران حكم درجة أولى .
 - علي احمد حكم درجة أولى .
- وتم حذف أعلى وأقل درجة من الدرجات الأربعة واحتساب الوسط الحسابي للدرجتين المتبقيتين .

٣-٨ الوسائل الإحصائية :

تم استخدام الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS لغرض التوصل إلى النتائج التي تحقق أهداف البحث .

أثر استخدام أداة مساعدة مصنعة في تعليم مهارتي قفزة اليدين الأمامية والخلفية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للرجال

٤- عرض ومناقشة النتائج :

٤-١ عرض ومناقشة نتائج الفرق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي في مهارة قفزة اليدين الأمامية :

جدول (٣)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والفرق بين مجموعتي البحث في مهارة قفزة اليدين الأمامية

الفرق	المعنوية الحقيقية sig	قيمة (t) المحسوبة	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	قفزة يدين أمامية
معنوي	٠.٠٠٠٠	٤.٧٤١	١.٢١٨	٧.٢	تجريبية
			١.٤٠٩	٥.٢٢	ضابطة

معنوي ≥ ٠.٠٥

من جدول (٣) فقد كان الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية ٧.٢ بانحراف معياري ١.٢١٨ وكان الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة ٥.٢٢ بانحراف معياري ١.٤٠٩ وكانت قيمة t المحتسبة ٤.٧٤١ والمعنوية الحقيقية ٠.٠٠٠ وهي أصغر من ٠.٠٥ أي أن الفرق معنوي بين المجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة قفزة اليدين الأمامية ولصالح المجموعة التجريبية.

وبما أن الباحث كان حريصاً على توحيد كافة المتغيرات التي تتعرض لها كلا المجموعتان التجريبية والضابطة فإن هذا الفرق يعزى إلى استخدام المجموعة التجريبية للأداة المصنعة التي جعلت الطلاب يشعرون بالأمان ومنحتهم الثقة للأداء بدون خوف .

وتجدر الإشارة إلى أن محتوى المادة التدريبية هو الأساس لتشكيل كفاءة من المهارات الحركية وتنمية المهارات الحركية من تمارين الجمباز (1).

وقد كان تحديد تكرارات الأداء خلال كل وحدة مبنياً على ما يمكن تحقيقه فعلاً وعلى ما يمكن تطبيقه واقعياً دون مبالغة أو زيادة قد يكون من الصعب تحقيقها كون المهارات المؤداة هي مهارات تعتبر صعبة نسبياً بالنسبة لطلاب كلية التربية الرياضية وبالتالي فإن الأداة المصنعة قد جعلت من الممكن للتدريسي القيام بمساعدة الطلاب أسهل بكثير مما لو لم يتم استخدام الأداة فضلاً عن أن الأداة قد لم تتضرر جراء الاستخدام مما يدل على جودتها ومثابقتها مما حقق هدفاً للبحث .

(1) Fizičeskoe Vospitanie Studentov, 1-Evaluation of freshmen coordination abilities on practical training in gymnastics, vol 3, 2013, p60. المكتبة الافتراضية العراقية

أثر استخدام أداة مساعدة مصنعة في تعليم مهارتي قفزة اليدين الأمامية والخلفية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للرجال

٤-٢ عرض ومناقشة نتائج الفرق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي في مهارة قفزة اليدين الخلفية :

جدول (٤)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والفرق بين مجموعتي البحث في مهارة قفزة اليدين الخلفية

الفرق	المعنوية الحقيقية sig	قيمة (t) المحسوبة	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	قفزة يدين خلفية
معنوي	٠.٠٢	٣.٢٥٣	١.٥	٥.٦	تجريبية
			١.٢٥	٤.١٧	ضابطة

معنوي ≥ ٠.٠٥

من جدول (٤) فقد كان الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية ٥.٦ بانحراف معياري ١.٥ وكان الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة ٤.١٧ بانحراف معياري ١.٢٥ وكانت قيمة t المحسوبة ٣.٢٥٣ والمعنوية الحقيقية ٠.٠٢ وهي أصغر من ٠.٠٥ أي أن الفرق معنوي بين المجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة قفزة اليدين الأمامية . إن استخدام الوسائل التعليمية لها دور هام في تحقيق الأداء العالي والوصول إلى أهداف رئيسية طويلة وقصيرة الأجل وهي تعطي قوة دافعة في تحفيز الرياضي على أداء مهارات الجمناستك (1).

فبالرغم من صعوبة مهارة القفزة الخلفية إلا أن استخدام الأداة المصنعة جعل من تعليمها للطلاب ممكناً . وقد لاحظ الباحث استمتاع واندفاع طلاب المجموعة التجريبية نحو ارتداء الأداة والقيام بأداء المهارة بصورة أسهل وباندفاع كبير إذا ما تمت مقارنتهم بطلاب المجموعة الضابطة التي كان مدرس المادة يبذل جهداً كبيراً في حثهم ومساعدتهم وتشجيعهم لغرض دفعهم للأداء .

فضلاً عن أن الأداة المستخدمة ساعدت في رفع مركز كتلة الجسم ومساعدة الطالب في الأداء وعدم نزول مركز كتلته ليؤدي المهارة بالارتفاع المناسب، ليتمكن من أداء محاولات ناجحة وتحقيق تكرارات ناجحة تمكنه من حفظ المسار الحركي الصحيح والمناسب للمهارات قيد البحث.

وبهذه النتيجة فقد حقق الباحث هدف البحث في تعليم مهارة القفزة الخلفية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للرجال .

٥- الاستنتاجات والتوصيات :

(1) ISTVÁN MUNKÁCSI and others, Role of motivation in artistic gymnastics by results of a questionnaire based international survey , 6th INSHS International Christmas Sport Scientific Conference, 11-14 December 2011. International Network of Sport and Health Science. Szombathely, Hungary, VOLUME 7 , Proc1 , 2012,p91. المكتبة الافتراضية العراقية

أثر استخدام أداة مساعدة مصنعة في تعليم مهارتي قفزة اليدين الأمامية والخلفية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للرجال

١-٥ الاستنتاجات :

استنتج الباحث ما يأتي :

- ١- أن الأداة المصنعة ذات مواصفات عالية الجودة لكونها تحملت الأوزان الكبيرة للطلاب فضلا عن العدد الكبير من التكرارات .
- ٢- ان استخدام الأداة المصنعة يساعد في تعليم مهارتي قفزة اليدين الأمامية والخلفية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك .

٢-٥ التوصيات :

يوصي الباحث بما يأتي :

- ١- صنع الأداة المصنعة بكميات كبيرة ووضعها في متناول يد التدريسيين في كليات التربية الرياضية لاستخدامها مع الطلبة .
- ٢- استخدام الأداة المصنعة في تعليم مهارتي قفزة اليدين الأمامية والخلفية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك .
- ٣- صناعة أجهزة وأدوات مساعدة محلية وبكف بسيطة مقارنة بالمستوردة وتوفيرها للمدرسين والمدربين .
- ٤- إضافة مهارة قفزة اليدين الخلفية إلى المنهاج الدراسي المقرر في الجمناستك في كليات التربية الرياضية المرحلة الثالثة في حالة توفر هذا الأداة .

المصادر العربية والأجنبية

- أحمد توفيق، تأثير جهاز حصان القفز النابضي المقترح في سرعه تعلم قفزة اليدين الأمامية ، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية ، جامعه بغداد ، ١٩٩١ .
- أمين أنور الخولي ، عدلي حسين بيومي : الجمباز التربوي للأطفال والناشئة ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩١ .
- شيماء عبد مطر ، يعقوب يوسف عبد الزهرة : المبادئ الأساسية لتعلم المهارات الحركية في الجمناستك الفني (بنين وبنات) ، ط ١ ، بغداد ، مكتب النور ، ٢٠٠٩ .
- صالح مجيد ، بسمان عبد الوهاب : الجمناستك الفني التطبيقي ، دار الضياء للطباعة ، النجف ، ط ٢٠١٢ ، ١ .
- طارق نزار الطالب : أثر استخدام جهاز المتوازي التعليمي في تعليم بعض المهارات الحركية للمبتدئين على جهاز الحلق والمتوازي في الجمناستك ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية اجامعة بغداد ، ١٩٩٨ .
- عامر سكران حمزة : تأثير استخدام أجهزة مساعدة في تعليم وتطوير بعض مهارات المتطلبات الخاصة بجهاز الحلق للناشئين ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ٢٠٠٣ .

أثر استخدام أداة مساعدة مصنعة في تعليم مهارتي قفزة اليدين الأمامية والخلفية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للرجال

- عباس أحمد السامرائي ، عبد الكريم محمود : كفاية تدريسية في طرائق تدريب التربية الرياضية ، البصرة ، مطبعة دار الحكمة ، ١٩٩١ .
- محمد إبراهيم شحاته : دليل الجمباز الحديث ، الإسكندرية ، دار المعارف ، ١٩٨١ .
- محمد حسن علاوي وأسامة كامل راتب : البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٩ .
- هدى شهاب جاري : تأثير استخدام جهاز عارضة التوازن النابضي المقترح في تعليم بعض المهارات ، رسالة ماجستير، بحث غير منشور ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ٢٠٠١ .
- Debby Mitchell and others, Teaching Fundamental Gymnastics Skills, human kinetics the information leader in physical activity,p.o.box5076,USA,2002.
- Fizičeskoe Vospitanie Studentov,Evaluation of freshmen_coordination abilities on practical training in gymnastics ,vol 3,2013. المكتبة الافتراضية العراقية
- ISTVÁN MUNKÁCSI and others, Role of motivation in artistic gymnastics by results of a questionnaire based international survey , 6th INSHS International Christmas Sport Scientific Conference, 11-14 December 2011. International Network of Sport and Health Science. Szombathely, Hungary, VOLUME 7 , Proc1 , 2012. المكتبة الافتراضية العراقية.

ABSTRACT

The Effect Of Using Made Teaching Aid On Teaching Front And Back Summersault On the Floor Mat in Modern Gymnastics For Men

Asst.Prof.Dr.Tariq Nezar Al-Talib

The aim of the study was to develop and use a teaching apparatus in teaching front and back summersault.

The subjects were (40) students enrolled in a gymnastic class (third grade) at the College of physical Education, University of Baghdad. The subjects were divided into experimental group (20) students and control group (20) students.

Results showed the effectiveness of the apparatus in teaching both the front and back summersault, and the researcher recommended manufacturing such apparatuses locally for their low cost and high effectiveness.