

تأثير الحقيبة التعليمية الذاتية للمجاميع الصغيرة في تعلم بعض المهارات على بساط الحركات الأرضية

في الجمناستيك الفني للطالبات

أ.م. فاطمة حسن محمد

العراق. جامعة البصرة. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

تاريخ نشر البحث ٢٠٢٣/١٢/٢٨

تاريخ استلام البحث ٢٠٢٣/٩/١٢

الملخص

ومن هنا جاءت أهمية البحث للتأكيد على أهمية الحقيبة التعليمية وخاصة الذاتية التي تعطي للمتعلم الحرية في التنفيذ والتفكير في الأداء من خلال تكوين مجاميع صغيرة تساعد في فهم الحركة إثناء الشرح والتطبيق منها المهارات الأساسية في الحركات الأرضية.

وتجلت مشكلة البحث بان أداء المهارات في الحركات الأرضية للطالبات لا ترتقي لمستوى الطموح وذلك لعدم التجريب الطرائق التعليمية الحديثة والمواكبة للتطور بالإضافة عدم إعطاء الحرية والممارسة الذاتية للمتعلم سوف لا يمكن تطبيق الحركات الصعبة والتي تتطلب منه ذاتيا أداء تلك الحركات وكانت اهم أهداف البحث: - تأثير الحقيبة التعليمية الذاتية للمجاميع الصغيرة في تعلم بعض المهارات على بساط الحركات الأرضية في الجمناستيك الفني للطالبات.

وعليم تم الاستنتاجات: الحقيبة التعليمية الذاتية للمجاميع الصغيرة حقق أهداف البحث وعالجت المشكلة من خلال تعلم بعض المهارات على بساط الحركات الأرضية في الجمناستيك الفني للطالبات. وتم التوصية: اعتماد الحقيبة التعليمية الذاتية للمجاميع الصغيرة لأنها حقق أهداف البحث وعالجت المشكلة من خلال تعلم بعض المهارات على بساط الحركات الأرضية في الجمناستيك الفني للطالبات.

الكلمات المفتاحية: الحقيبة التعليمية، المجاميع الصغيرة، بعض المهارات، الجمناستيك الفني.

The effect of a self-educational package for small groups in learning some skills on the floor movement mat in artistic gymnastics for female students

Assis prof . Fatima Hassan Muhammad

Iraq. Albasrah university. College of Physical Education and Sports Sciences

Date of receipt of the research: 9/12/2023 Date of publication of the research: 12/28/2023

Abstract

Hence the importance of the research to emphasize the importance of the educational package, especially the self-paced one, which gives the learner the freedom to implement and think about the performance by forming small groups that help in understanding the movement during explanation and application, including the basic skills in ground movements.

The problem of the research became clear that the students' performance of skills in ground movements does not rise to the level of ambition due to the lack of experimentation with modern educational methods and keeping pace with development. In addition to not giving freedom and self-practice to the learner, it will not be possible to apply the difficult movements that require him to perform those movements on his own. The most important objectives of the research were: - The effect of the bag. Self-educational for small groups to learn some skills on the floor movements in artistic gymnastics for female students.

The conclusions were concluded: The self-educational package for small groups achieved the research objectives and addressed the problem by learning some skills on the floor movements mat in artistic gymnastics for female students. It was recommended: Adopting the self-learning package for small groups because it achieved the research objectives and addressed the problem by learning some skills on the floor movements mat in artistic gymnastics for female students.

Keywords: educational bag, small groups, some skills, artistic gymnastics.

ترتقي المجتمعات وتزداد حضارة لاهتمامهم ببناء الجيل المتعلم والقادر على التفكير والإبداع، إذ يعد التعليم والتربية منطلقاً منهم وأساسياً في وضع أسس الدولة التصحيحية. ولهذا فإن بناء وتحديد متطلبات التعليم من وسائل وطرائق تدريسية وتعليمية حديثة تساعد على الفهم السريع للمتعلم وقدرته على هضم المادة العلمية بصورة دقيقة ولمختلف المواد التعليمية منها الاجتماعية والفكرية وحتى الرياضية. إذ تعد المؤسسات التربوية الرياضية مكملة للتربية العامة وتهدف إلى بناء جيل متعلم وقادر على التطبيقات النظرية والعملية في الجانب الرياضي وبكافة الألعاب الرياضية من خلال إعطاء المادة العلمية وفق أسس الصحيحة لطرائق التدريس وباستخدام الأساليب التعليمية المناسبة مثل الحقيبة التعليمية وغيرها من الطرائق والأساليب الأخرى. وتعتبر الحقيبة التعليمية من الطرق التدريسية الحديثة التي تعمل على جمع معلومات علمية متنوعة تعطي للمتعلم على وفق أسس ومجاميع مختلفة منها المجموعات الصغيرة لغرض إعطاء فكرة علمية هادفة تخصصية في نوعية اللعبة. وتعتبر لعبة الجمناستيك وفعاليتها المختلفة مثل الحركات الأرضية تتطلب أسلوباً تعليمياً وطريقة تدريس تساعد المتعلم على الأداء وبأقل أخطاء ورغبة في التنفيذ إثناء الأداء ونظراً لوجود طرائق وأساليب متنوعة لهل مطابقة نوعية اللعبة وهي الجمناستيك. ومن هنا جاءت أهمية البحث للتأكيد على أهمية الحقيبة التعليمية وخاصة الذاتية التي تعطي للمتعلم الحرية في التنفيذ والتفكير في الأداء من خلال تكوين مجاميع صغيرة تساعد في فهم الحركة إثناء الشرح والتطبيق منها المهارات الأساسية في الحركات الأرضية. الأداء المهاري بالجمناستيك متعددة ومنها الحركات الأرضية الحركية التي تعد من الحركات الصعبة في بداية التعلم والتي تتطلب مستوى تعليمياً وطريقة تدريس تساعد على فهم المتعلم لتلك الحركات وتحتاج إلى أساليب تعليمية تواكب هذا التعلم والتطور. ومن خلال خبرة الباحث المتواضعة بطرائق التدريس والتعليم في لعبة الجمناستيك وجودت إن أداء المهارات في الحركات الأرضية للطالبات لا ترتقي لمستوى الطموح وذلك لعدم التجريب الطرائق التعليمية الحديثة والمواكبة للتطور بالإضافة عدم إعطاء الحرية والممارسة الذاتية للمتعلم سوف لا يمكن تطبيق الحركات الصعبة والتي تتطلب منه ذاتياً أداء تلك الحركات، وهذا ما دعي الباحث إلى تجريب طريق التدريس وفق الحقيبة التعليمية الذاتي وخاصة ذات المجاميع الصغيرة التي تطابق في تعليم تلك الحركات بصورة أفضل.

ويهدف البحث الى:

- ١- تأثير الحقيبة التعليمية الذاتية للمجاميع الصغيرة في تعلم بعض المهارات على بساط الحركات الأرضية في الجمناستيك الفني للطالبات.
- ٢- التعرف على الفروق بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة وللمجموعتين الضابطة والتجريبية في تعلم بعض المهارات على بساط الحركات الأرضية في الجمناستيك الفني للطالبات.
- ٣- التعرف على الفروقات في الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في تعلم بعض المهارات على بساط الحركات الأرضية في الجمناستيك الفني للطالبات.

٢- إجراءات البحث:

- ٢-١ منهج البحث: استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بأسلوب المجموعات المتكافئة (مجموعتين الضابطة والتجريبية) لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.
- ٢-٢ مجتمع البحث وعينته:

تم تحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم طالبات المرحلة الثالثة والبالغ عددهم (٨٠ طالبة) وتم اختيار العينة والبالغ عددها (٤٠) طالبة وهم يمثلون نسبة (٥٠%) من المجتمع الأصلي وتم تقسيمهم إلى مجموعتين وهم (مجموعتين ضابطة وتجريبية) بالطريقة العشوائية وأصبح عدد كل مجموعة (٢٠) 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 (١)

جدول (١) يبين تجانس وتكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية بمتغيرات البحث

متغيرات البحث	القياس	المجموعة الضابطة			المجموعة التجريبية			قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
		معامل الاختلاف	ع	س	معامل الاختلاف	ع	س		
الطول	سم	١٦٠,٢٣	١,٩٨٧	١,٢٤	١٦٠,٣٥	١,٦٨٧	١,٠٥٢	٠,٥٩٤	غير معنوي
الوزن	كغم	٦٠,٢٣٥	٠,٩٦٨	١,٦٠٧	٦٠,٤٥٢	٠,٨٦٧	١,٤٣٤	٠,٧٦٤	غير معنوي
مهارة الدحرجة الأمامية المتكورة	درجة	٤,٣٢٤	٠,٥٦١	١٢,٩٧٤	٤,٥٨٤	٠,٦٦٦	١٤,٥٢٨	١,٣٠٦	غير معنوي
مهارة الوقوف على الرأس	درجة	٤,٢٣٢	٠,٥٧١	١٣,٤٩٢	٤,٤٧٨	٠,٦٣٤	١٤,١٥٨	١,٢٦١	غير معنوي
مهارة الميزان الأمامي	درجة	٣,٦٧٨	٠,٧٤٥	٢٠,٢٥٥	٣,٧٨٤	٠,٦٧٢	١٧,٧٥٨	٠,٤٦	غير معنوي

*قيمة (ت) الجدولية عند احتمال خطأ (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٨) = ١,٦٨٤

٢-٣ الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

- المصادر والمراجع.
- الاختبارات والقياسات.
- الملاحظة العلمية.
- قاعة جمناستك نظامية.
- بساط حركات أرضية.
- ساعة توقيت.
- شريط قياس.
- ميزان طبي.
- صفارة.
- مصطبة.

٢-٤ إجراءات البحث الميدانية:

٢-٤-١ تحديد متغيرات البحث:

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

١- مهارة الدرجة الأمامية المتكورة.

٢- مهارة الوقوف على الرأس.

٣- مهارة الميزان الأمامي.

٢-٤-٢ تقويم الأداء الفني:

قامت الباحثة بالاعتماد على الاستمارة المعدة للتقويم من البحوث السابقة (٤: ١٣٦) والتي تضم تقسيمات لتقويم الأداء الفني للمهارات، والتي اعتمدت فيها على البناء الظاهري للمهارة في عملية التقويم، وعلى وفق أقسام المهارة الثلاث وهي:

١. القسم التحضيري ٢. القسم الرئيس ٣. القسم الختامي

وكان التقويم من (١٠) درجات مقسمة على أقسام المهارة (القسم التحضيري، القسم الرئيس، القسم الختامي).

جدول (٢) يبين درجات التقويم النهائية للمهارات

ت	المهارات	الدرجة النهائية للأقسام المهارات		
		الدرجة	الدرجة	الدرجة
١	الدرجة الأمامية المتكورة	٣	٤	٣
٢	الوقوف على الرأس	٣	٣	٤
٣	الميزان الأمامي	٣	٣	٤

٢-٤-٣ التجربة الاستطلاعية: أجريت الباحثة التجربة الاستطلاعية بتاريخ ٢٠٢٢/١٢/٤ على عينة من نفس الطالبات وذلك لتقنين حمل التمارين المستخدمة وتطبيقها ومعرفة مدى صعوبتها لدى أفراد العينة والتكرارات المطلوبة والزمن المستغرق لتطبيق البرنامج.

٢-٥-٥ التجربة الميدانية:

٢-٥-١ الاختبارات القبليّة: أجريت الاختبارات القبليّة بتاريخ ٢٠٢٢/١٢/١١.

٢-٥-٢ الحقبة التعليمية:

تم إعداد حقبة تعليمية ذاتية التعلم وتم برمجة فيها تمارين مهارية للحركات الأرضية على شكل مجاميع صغيرة، وتم تطبيق تلك التمارين بأسلوب من التعلم الذاتي في القسم الرئيس من الوحدة التعليمية، خلال درس كامل وبأقسامه الثلاثة (انظر ملحق (١) ولمدة ثمان أسابيع ضمن، وبدا تطبيق البرنامج بتاريخ ٢٠٢٢/١٢/١٢ وانتهت تطبيقها بتاريخ ٢٠٢٣/٢/٦.

٢-٥-٣ الاختبارات البعدية: أجريت الاختبارات البعدية بتاريخ ٢٠٢٣/٢/٧.

٢-٦ الوسائل الإحصائية: استخدام نظام (spss) بالمعالجات الإحصائية ولإيجاد ما يلي:

- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- معامل الاختلاف
- اختبار (ت) للعينات المترابطة
- اختبار (ت) للعينات المستقلة
- النسبة المئوية.

٣- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

جدول (٣) يبين نتائج اختبارات (ت) للعينات المترابطة بين الاختبارات القبلي والبعدية للمجموعة الضابطة

مستوى الدلالة	قيمة ت المحتسبة	الخطأ القياسي	البعدية		القبلي		القياس	تقييم الأداء المهاري
			ع	س	ع	س		
معنوي	٢,١٥٢	٠,٨٨٦	٠,٨٧٤	٦,٢٣١	٠,٥٦١	٤,٣٢٤	درجة	مهارة الدحرجة الأمامية المتكورة
معنوي	٢,٤٥١	٠,٩٩٦	٠,٩٨٥	٦,٦٧٤	٠,٥٧١	٤,٢٣٢	درجة	مهارة الوقوف على الرأس
معنوي	١,٩٦٩	٠,٨٨٦	٠,٩٤٢	٥,٤٢٣	٠,٧٤٥	٣,٦٧٨	درجة	مهارة الميزان الأمامي

*قيمة (ت) الجدولية عند احتمال خطأ (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩) = ١,٧٢٩

جدول (٤) يبين نتائج اختبارات (ت) للعينات المترابطة بين الاختبارات القبلي والبعدية للمجموعة التجريبية

مستوى الدلالة	قيمة ت المحتسبة	الخطأ القياسي	البعدية		القبلي		القياس	تقييم الأداء المهاري
			ع	س	ع	س		
معنوي	٣,٩٨٥	٠,٩٩٨	٠,٩٤٢	٨,٥٦٢	٠,٦٦٦	٤,٥٨٤	درجة	مهارة الدحرجة الأمامية المتكورة
معنوي	٣,٤٨٨	١,٠٤٥	٠,٨٨٦	٨,١٢٣	٠,٦٣٤	٤,٤٧٨	درجة	مهارة الوقوف على الرأس
معنوي	٤,٣٨١	١,٠٤٧	٠,٧٨٩	٧,٣٢٤	٠,٦٧٢	٣,٧٨٤	درجة	مهارة الميزان الأمامي

*قيمة (ت) الجدولية عند احتمال خطأ (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩) = ١,٧٢٩

جدول (٥) يبين نتائج اختبارات (ت) للعينات المترابطة في الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية

مستوى الدلالة	قيمة ت المحتسبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		القياس	تقييم الأداء المهاري
		ع	س	ع	س		
معنوي	٧,٩٢٨	٠,٩٤٢	٨,٥٦٢	٠,٨٧٤	٦,٢٣١	درجة	مهارة الدحرجة الأمامية المتكورة
معنوي	٤,٧٨٢	٠,٨٨٦	٨,١٢٣	٠,٩٨٥	٦,٦٧٤	درجة	مهارة الوقوف على الرأس
معنوي	٦,٧٦٥	٠,٧٨٩	٧,٣٢٤	٠,٩٤٢	٥,٤٢٣	درجة	مهارة الميزان الأمامي

*قيمة (ت) الجدولية عند احتمال خطأ (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٨) = ١,٦٨٤

من خلال ملاحظة الجداول (٣) و(٤) تبين لنا هناك فروقات معنوية للمجموعتين الضابطة والتجريبية بتقييم الأداء المهاري إذ كانت قيم (ت) المحتسبة أكبر من الجدولية وهذا يدل على وجود تعلم للحركات الأرضية بالجمناستك للطالبات.

ويرجع سبب هذا التعلم لنجاح طريقتي التدريس للمجموعتين الضابطة والتجريبية وما تحتويهما من طرق تدريسية ناجحة إذ يؤكد (سعد محسن , ١٩٩٦) " أن البرنامج التعليمي يؤدي حتما إلى تطور الانجاز، إذا 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. ويضيف قاسم لزام "إن التعلم ضمن منهاج تعليمي يطبق بصورة موضوعية يؤدي إلى زيادة التعلم وبالتالي تطور في المهارة في الجانبين المعرفي والمهاري" ومن خلال ملاحظة جدول (٥) تبين لنا تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في تعليم الحركات الأرضية بالجمناستك للطالبات وهذا دليل على نجاح الحقيبة التعليمية الذاتية وفق المجاميع الصغيرة على المجموعة الضابطة التي تستخدم الحقيبة التعليمية إذ "الظواهر الطبيعية لعملية التعلم هو انه لا بد أن يكون هناك تطور في التعلم ما دام المدرس يتبع الخطوات والأسس السليمة لعملية التعلم والتمرن على الأداء الصحيح والتركيز عليه لحين ترسيخ الأداء وثباته

كما التعلم الذاتي يبعث الإثارة والاشتياق في التعلم لأنه يعتمد المتعلم على قدراته الذاتية في تطبيق الحركات الأرضية وهذا ما أكدته ناهده عبد زيد (٢٠١١) "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 ،فضلا عن التوازن في إشباع حاجات المتعلم". كما إن تنمية المهارات نتيجة استخدام أساليب تعليمية التي تعمل على المنافسة بين المتعلمين إذ تم إعطاء تمارين 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 ، وان من شروط نجاح تعليم المبادئ الأساسية للمهارة إن يكون التعليم عليها في قالب المسابقة) وتعد الحقيبة التعليمية الذاتية يتم فيها التركيز على متطلبات تعلم المهارة من إحساس والخط بالجانب الذهني الذاتي والمهاري في آن واحد وهذا لأ يتم إلا من خلال البرامج العلمية الدقيقة وهذا ما أشار إليه (محمد حسن علاوي ، ومحمد نصر الدين رضوان)(١٩٨٧) في أن "الإحساس بالمهارة عقليا وبدنياً، يساهم في تطويرها وخاصة إذا كان ضمن برنامج يستند للمعايير العلمية التي تخضع لها العملية التعليمية".

٤- الاستنتاجات والتوصيات:

٤-١ الاستنتاجات:

- ١- الحقيبة التعليمية الذاتية للمجاميع الصغيرة حقق أهداف البحث وعالجت المشكلة من خلال تعلم بعض المهارات على بساط الحركات الأرضية في الجمناستيك الفني للطلّابات.
- ٢- التعلم الذاتي يعطي فرصة كبيرة للمتعلّم في إبراز قدراته في التعلّم في تعليم الحركات الأرضية في الجمناستيك الفني للطلّابات.

٤-٢ التوصيات:

- ١- اعتماد الحقيبة التعليمية الذاتية للمجاميع الصغيرة لأنها حققت أهداف البحث وعالجت المشكلة من خلال تعلم بعض المهارات على بساط الحركات الأرضية في الجمناستيك الفني للطلّابات.
- ٢- التأكيد على التعلم الذاتي لأنه فرصة كبيرة للمتعلّم في إبراز قدراته في تعلم بعض المهارات على بساط الحركات الأرضية في الجمناستيك الفني للطلّابات.

المصادر

- جابر عبد الحميد. استراتيجيات التدريس والتعلم : دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٩ .
- حيدر عبد الرزاق كاظم العبادي . أساسيات كتابة البحث العلمي في التربية البدنية وعلوم الرياضة: شركة الغدير للطباعة والنشر المحدودة، العراق ، البصرة ، ط ١ ، ٢٠١٥ .
- 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، ١٩٩٦ .
- عقيل يحيى هاشم، نداء فليح حسن . تأثير استخدام أسلوب الاكتشاف الموجه في تعلم بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستيك الفني للطالبات: مجلة علوم التربية الرياضية، العدد ٢، مجلد ٦ ، ٢٠١٣ .
- قاسم لزام صبر . موضوعات في التعلم الحركي: بغداد، مطابع الجمعة، ٢٠٠٥ .
- ناهده عبد زيد : التعلم والتعلم الحركي ، ط ١، النجف الاشرف، دار الضياء، ٢٠١١ .
- ناهده عبد زيد الدليمي . أساليب في التعلم الحركي: دار الكتب العلمية ، لبنان ، ٢٠٠٩ .
- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين. الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي، مصر: دار الفكر العربي، ١٩٨٧ .
- Magill, A. Motor learning and control . baton , mc. (٢٠٠٤) .

ملحق (١)

نموذج من الوحدات التعليمية

الأسبوع: الأول

الزمن الكلي: ٣٠-٣٥ دقيقة

الوحدة التعليمية: ١-٢

هدف الوحدة: تعلم أداء مهارات الحركات الأرضية على البساط

الملاحظات والإشكال	الحجم	رقم التمرين	زمن التمرينات	القسم
* التأكيد على تكوين مجاميع صغيرة	٣×٣	١- أداء حركات الدرجة ذاتيا وبدون مساعدة مع التأكيد على التوجيه.	٣,٥٢ د	التطبيقي
* التعليم يكون ذاتيا.	٣×٣	٢- أداء الوقوف ذاتيا أول مرة وثم بمساعدة الزميل وبعد دمجها بالدرجة.	٣,٤٢ د	
* التأكيد على التغذية الراجعة التوجيهية	٣×٣	٣- أداء حركات الميزان على خطوط على الأرض وبعدها على مسطبة.	٣,٥٠ د	
	٤×٣	٤- أداء حركات الدرجة والوقوف والميزان متسلسلة ذاتيا.	٣,٣٠ د	