

تأثير استراتيجيات الأنشطة المتدرجة في مستوى الاداء الفعالية لمراحل الوثب الطويل لدى الطلاب

م. شوخان رمضان توفيق أ.م.د. زه رده شت محمد روؤف

zardasht.hussein @univsul.edu.iq

shokhan.tofiq @univsul.edu.iq

جامعة السليمانية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

تاريخ نشر البحث 2023/12/28

تاريخ استلام البحث 2023/7/20

المخلص

يهدف البحث التعرف على تأثير الاستراتيجيات الانشطة المتدرجة و اليقظة العقلية ومستوى الاداء فعالية الوثب الطويل للطلاب المتحقق لهذه الفعالية ، واما منهج البحث استخدمت الباحثان المنهج التجريبي لملائمة متطلبات البحث ، اذ قام الباحثان بتحديد مجتمع البحث با طلاب المرحلة الاولى با لكلية التربية الاساسية التربية الرياضية بالجامعة السليمانية ، و بالغ عددهم (61) طالباً و طالبة ، بواقع (10) طالبة و(51) طالبا، حيث تم اختيار (38) طلاب بشكل عشوائي بواقع (19) طالبا لكل شعبة دراسية عشوائيا، عن طريقة القرعة، وتم توزيعهن على مجموعتين (تجريبية و ضابطة) ، اهم الاستنتاجات البحث : اثبتت إستراتيجية الأنشطة المتدرجة والاسلوب المتبع فاعليتهما في تطوير مستوى الاداء لدى عينة البحث بين الاختبارات القبلية و البعدية ، و اثبتت إستراتيجية الأنشطة المتدرجة فاعليتها في تطوير مستوى الاداء لدى عينة البحث بين الاختبارات البعدية لصالح المجموعة التجريبية .

الكلمات المفتاحية :الأنشطة المتدرجة , الوثب الطويل , الطلاب

The effect of the gradual activities strategy on the level of effective performance of the long jump stages among students

Teacher . Shawkhan Ramadan Tawfiq,

Assis prof .Dr. zardasht Mohammed rawuwf

University of Sulaymaniyah/ College of Physical Education and Sports Sciences

Date of receipt of the research: 7/20/2023 Date of publication of the research: 12/28/2023

Abstract

The research aims to identify the impact of the strategy, graded activities, mental alertness, the level of performance, and the effectiveness of the long jump for students achieved for this event. As for the research methodology, the researchers used the experimental method to suit the requirements of the research. The researchers defined the research community as first-year students at the College of Basic Education and Physical Education at the University of Sulaymaniyah. The number of them reached (61) male and female students, (10) female and (51) male students, where (38) students were randomly selected (19) students for each academic section randomly, by lottery, and they were distributed into two groups (Experimental and control), the most important research conclusions: The strategy of graded activities and the method followed proved effective in developing the level of performance of the research sample between the pre- and post-tests, and the strategy of graded activities proved its effectiveness in developing the level of performance of the research sample between the post-tests for the benefit of the experimental group.

Keywords: progressive activities, long jump, student

ان المعرفة تتطور وتتقدم كلما تقدمت الحياة وتطورت وتعقدت وعالمنا اليوم يشهد ازدياداً هائلاً في مجال المعارف وتوليد الافكار لمواجهة مواقف الحياة في الحاضر والمستقبل وان الانسان امام هذا المعارف اصبح لديه حاجة تنتمى للوصول الى افضل السبل وايسرها للإحاطة بتلك المعارف والتمكن منها وتنظيمها والتفاعل معها عند التكيف لمواجهة متطلبات الحياة التي تتزايد وتتقدم مع الحياة وتعقدتها (عطية, 2008, ص23) وان المنهاج كمفهوم تطور من خلال الدراسات والبحوث وخصوصا في مجالات الدراسات التربوية والنفسية حيث ارتبط المنهاج بطبيعة المتعلم السيكولوجية والبيئة ولغرض تنفيذ المنهج بصورة صحيحة لابد للمدرس ان يطلع على طرائق التدريس والاساليب والاستراتيجيات وتكنولوجيا التدريس الحديثة مما يساعده في اكساب الطلاب مهارات (عقلية, اكااديمية, يدوية, اجتماعية) وكذلك المعرفة والقيم والاتجاهات من اجل ان يجعلهم طلاب مفكرين وتزيد من قيمتهم واهميتهم وثقتهم بأنفسهم داخل المجتمع (الهاشمي والعزاوي, 2009, 27-29) ويتكون المنهاج من مجموعة من الانظمة والعناصر المرتبطة المتشابكة المتفاعلة فيما بينها وهي (الاهداف, المحتوى, الطرائق, الوسائل, الانشطة, اساليب التقويم ... الخ) (العرنوسي وجبر, 2015, ص52) ، إذ ظهرت طرائق وأساليب واستراتيجيات جديدة ومختلفة تراعي كل ما يتعلق بعناصر العملية التعليمية ، فهناك استراتيجيات تراعي الفروق الفردية ، وهناك استراتيجيات تزيد من التشويق والإثارة ، وهناك استراتيجيات تراعي المتغيرات الرئيسة التي ينظم خلالها الدرس ، وغيرها ؛ لذلك أصبح الهم الشاغل لكل الباحثين والتدريسيين والمعنيين بالعملية التعليمية هو البحث عن كل ما هو جديد من الاستراتيجيات ومحاولة تجربتها في بيئاتهم التعليمية للوصول إلى أفضل الاستراتيجيات من حيث الاقتصاد بالوقت والجهد ومن حيث الكفاءة . لغرض التنوع في العملية

التعليمية تعد استراتيجيات الأنشطة المتدرجة احد فروعها الذي عقد في اوصول الطلاب إلى تحسين التنوع في التنوع مهاراتهم ، وبيان أثره في الارتقاء برامج التطوير المهني لمدرسين والمعلمين وترسيخ قناعاتهم في إدارة صفوفهم الدراسية ومعرفة مفهومه ومضامينه التعليمية وعدم الظن بكونه مجرد تنوع في التدريس على أساس قدرات الطلاب وميولهم وحاجاتهم أهداف مشتركة اذا فمن الرحلات التعليمية إلى المعلم هو تعلم جميع الطلاب إهتمامات مختلفة ، ودوافع ، وعلى هذا يعتمد على تعلم ومعرفة الطالب والمعرفة الاستراتيجية اسمة الطلاب فليس هناك طريقه واحده للتدريس ، فعالية الوثب الطويل إحدى فعاليات العاب الساحة و الميدان التي لاقت اهتماما كبيرا في الآونة الأخيرة لما تتميز به من متعة للناظر بسلسلتها الحركية المتناسقة و الجميلة تتطلب هذه الفعالية قدرات خاصة لغرض أداء الفعالية بشكل متقن ، ومن هنا تتجلى أهمية البحث للتعرف على تأثير الاستراتيجية الأنشطة المتدرجة و اليقظة العقلية وتعلم مراحل أداء فعالية الوثب الطويل للطلاب المتحقق لهذه الفعالية .

ومن خلال ملاحظة الباحثان للأساليب المتبعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة وجدت ضعفاً في مستوى أداء طلاب المرحلة الاولى عند أداء فعالية الوثب الطويل وعدم وصول الى ذروة الاداء عند تطبيق مراحل الوثب الطويل ، حيث يعدّ درس الساحة والميدان من الدروس الواجب الاهتمام بها ، وكذلك ان عدم الاهتمام ببعض طرائق التدريس الحديثة التي لم يأخذ تلك الاهتمام لغرض تطبيقها على طلاب عند درس ، اعتمدت الباحثان الى استعمال طرائق التدريس الجديدة لعلها تساهم في تخفيض عبئ هذه المشكلة ومنها استراتيجية الأنشطة المتدرجة في تدريس فعالية الوثب الطويل لدى طلاب المرحلة الاولى ، لانه طلاب بحاجة الى تطبيق استراتيجيات حديثة من اجل رفع التحصيل الدراسي ، وتعزو الباحثان هذا الضعف الى قلة

استخدام الاستراتيجيات التي قد تتناغم مع الإمكانيات العقلية والبدنية للمتعلمين في هذه المرحلة مما يدعو الأمر إلى أهمية استخدام تلك الاستراتيجيات بما يخدم العملية التعليمية ولاسيما مع فعالية الوثب الطويل من مراحل (الركضة التقريبية ، الارتقاء ، الطيران ، و الهبوط) لذلك ارتأت الباحثةان تجريب استراتيجية جديدة ألا وهي استراتيجية الأنشطة المتدرجة التي تعمل على جعل المتعلم ان يكون لديه معلومات واسعة عن مراحل الوثب طويل ولا تجعله من المتعلم متلقي فقط وتدخله في بيئة يكون من خلالها مشاركا فعليا في عملية التعلم وعملية اتخاذ القرار

هدف البحث:

- التعرف على تأثير الاستراتيجية الأنشطة المتدرجة في مستوى الاداء بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة في تعلم مراحل الوثب الطويل لدى عينة البحث.
- التعرف على تأثير الاستراتيجية الأنشطة المتدرجة في مستوى الاداء بين نتائج الاختبارات البعديّة في تعلم مراحل الوثب الطويل لدى عينة البحث.

2 - اجراءات البحث:

2-1 منهج البحث :

استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملاءمته مع طبيعة البحث وأهدافه، وتصميم المجموعتين المتكافئتين الضابطة والتجريبية ذات الاختبارين القبلي والبعدى .

2 - 2 مجتمع البحث وعينته :

بلغ عدد طلاب (61) طالباً و طالبة ، بواقع (10) طالبة و(51) طالبا وتم استبعاد طالبات من عينة البحث لأن الباحثة تجري بحثها على طلاب ، حيث تم اختيار (38) طلاب بشكل عشوائي بواقع (19) طالبا لكل شعبة دراسية عشوائيا، عن طريقة القرعة، وتم توزيعهن على مجموعتين (تجريبية و ضابطة) حيث تمثلت الشعبة (A) بالمجموعة التجريبية و الشعبة (B) بالمجموعة الضابطة، وبذلك بلغت نسبة العينة الى المجتمع الأصلي 51.42% ولغرض تحقيق التكافؤ، تم استبعاد الطلاب الممارسات وغير ملتزمات بالدوام واللواتي شاركن في التجربة الاستطلاعية، ثم تم إجراء التكافؤ لمجموعتي البحث في مستوى الاداء للوثب بعد إعطاء الوحدة التعريفية لكل مجموعة.

2-3 التصميم التجريبي

"ان عملية اختيار التصميم التجريبي للبحث امراً ضرورياً في كل بحث تجريبي وهو يهيئ للباحث السبل الكفيلة للوصول الى النتائج المطلوبة" (زبيعي وانغام ، 1981 ، 102). أذ يستخدم الباحث التصميم التجريبي الذي يطلق عليه (تصميم المجموعة العشوائية للاختيار ذات الاختبار القبلي و البعدى) لاختيار فروض نتائج البحث ، وكما مبين في الجدول (1) كالاتي:

الجدول (1)

الاختبار البعدي	المتغير المستقل	الاختبارات القبليّة	المجاميع
مستوى الاداء	استراتيجية الانشطة المتدرجة	مستوى الاداء	المجموعة التجريبية
	الاسلوب المتبع		المجموعة الضابطة

2-4 الأدوات والأجهزة ووسائل جمع المعلومات

أولاً / الأدوات المستخدمة في البحث.

1. حامل آلة تصوير.
2. ميزان طبي (طول و وزن) عدد (1) .
3. شريط القياس الطول .
4. لوحة الارتفاع .
5. جص لتخطيط ميدان الوثب .

ثانياً / وسائل جمع المعلومات

1. الاختبارات و القياسات.
2. . المصادر و المراجع العربية و الأجنبية.
3. الملاحظة العلمية .
4. المقابلات الشخصية.

5. إستمارة تقويم مستوى الاداء المهارى لفعالية (الوثب الطويل).

2-5 الملاحظة العلمية:

من أجل التعرف على مستوى الأداء المهاري لفعالية الوثب الطويل استخدمت الباحثة التصوير الفيديوي كوسيلة موضوعية إذ قامت بتصوير عينة البحث باستخدام كاميرا (LENOVO) يابانية على ارتفاع (1.40م) وعلى بعد (12) أمتار، وبعد اكتمال عملية التقدير، تم تحويل الافلام الى اقراص ليزرية ومن ثم ارسالها الى المقومين (ملحق 3) لأجل إعطاء درجات مستوى الاداء الفني في استمارة خاصة الذي اعدتها الباحثة والتي قسمتها على:

الجدول (2)

يبين مراحل الوثب الطويل ودرجة كل مرحلة ونسبة الاتفاق

ت	المرحلة	الدرجة	نسبة الاتفاق
1	الركضة التقريبية	5	50%
2	مرحلة الارتقاء	5	50%
3	مرحلة الطيران	5	50%
4	مرحلة الهبوط	5	50%
	المجموعة (درجة)	100	100%

2-6 تجانس مجموعتي البحث:

ينبغي على الباحث تكوين مجموعات متكافئة على الاقل فيما يتعلق بالمتغيرات التي لها علاقة بالبحث. لذا

تمت عملية تجانس وتكافؤ بين مجموعتي عينة البحث لضبط المتغيرات الآتية

أولاً: العمر الزمني (بالسنة).

ثانياً: الطول (بالسنتيمتر).

ثالثاً: الوزن (بالكتلة).

الجدول (3)

يبين الفرق بين المجموعتين التجريبية و الضابطة في مؤشرات البدنية

(العمر والطول والوزن)

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الاختلاف
الطول	سم	162.88	2.988	163.00	1.8 %
الوزن	كغم	62.833	3.854	62.500	6.2 %
العمر	سنة	20.444	0.615	20.00	3.8 %

يبين من الجدول (3) أن عينة البحث متجانسة في كل من (الطول، الوزن، العمر) إذ كانت قيم معامل الاختلاف على التوالي (1.8 % ، 6.2 % ، 3.8 %) وهي جميعها قيم محصورة اقل من 30% إذ انه دل ذلك على ان الدرجات موزعة توزيعاً اعتدالياً .

رابعاً: تكافؤ مجموعتي البحث:

على الرغم من ان أفراد العينة ينتمون الى مرحلة دراسية واحدة ويتمتعون بقابلية معينة من القدرات البدنية و الحركية، ولكن من خلال ملاحظة الباحثة لهم شعر بأن هناك فروقات بينهم في تلك القابليات لذا قامت بأجراء تكافؤ بين مجموعتي البحث (في مستوى الأداء المهاري) يوم (الخميس) الموافقة (15 / 2 / 2023) على ملعب الساحة و الميدان بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة السليمانية والجدول (4) يوضح ذلك.

الجدول (4)

يبين الفروق بين المجموعتين التجريبيّة و الضابطة في مستوى الاداء للوثب الطويل

الدلالة	مستوى الاحتمالية SIG	قيمة (ت) المحسوبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	المعالم الإحصائية المتغيرات
			ع+	س -	ع+	س-		
غير معنوية	.2640	-1.134	.73349	5.7368	.69669	5.4737	درجات	مستوى الاداء

7-2 الوحدات التعريفية:

قامت الباحثة بتطبيق وحدتين تعريفيتين على عينة البحث (مجموعتي البحث) بتاريخ (2023/2/20) والتي تناولت تطبيق فعالية الوثب الطويل وذلك قبل إجراء الاختبار القبلي.

8-2 الاختبار القبلي :

تم إجراء الاختبارات القبلية في يوم (الاربعاء) الموافق (2023/2/27) (لمستوى الاداء) عن طريق التصوير الفيديوي، لأفراد مجموعتي البحث (التجريبية و الضابطة) ومن ثم تم إرسالها الى المقومين .

9-2 التجربة الاستطلاعية :

قبل تطبيق وحدات المنهج المعد تم إجراء التجربة الاستطلاعية للاستخدام وذلك بتاريخ (2023/2/22) إذ تساعد هذه التجربة على تنقية الأجواء التي تتلائم مع العمل بإستراتيجية الأنشطة المتدرجة وذلك على عينة من طلاب السنة الدراسية الثانية بقسم التربية الرياضية الاساسية-جامعة السليمانية واللواتي تم استبعادهن من التجربة الرئيسية وذلك للتعرف على أهم الملحوظات والمعوقات التي قد تجابه اسلوبي (الأنشطة المتدرجة - الاسلوب المتبع)

10-2 المنهج التعليمي:

تم تقسيم العينة على مجموعتين، وكل مجموعة ستقوم بأداء كل من فعالية (الوثب الطويل) بأسلوبين (إستراتيجية الأنشطة المتدرجة و المتبع). وتتضمن المناهج التعليمية (12) وحدة تعليمية للمجموعتين التجريبية والضابطة بواقع (6) وحدات تعليمية واستغرق التجربة الفعلية (6) أسابيع وزعت خلالها الوحدات التعليمية بواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع.

11-2 التجربة الأساسية :

بعد الانتهاء من الاختبارات القبليّة تم تطبيق مفردات استراتيجيّة الأنشطة المتدرّجة للمجموعة التجريبيّة والاسلوب المتبع للمجموعة الضابطة من تاريخ (2023/3/1) لغاية (2023/5/10). بالاعتماد على الاختبار القبليّ تم تقسيم عينة المجموعة التجريبيّة الى ثلاث مجاميع ومستويات حسب الفروق الفرديّة بين الطلاب وبعد ذلك بوضع تمرينات خاصّة متدرّجة بمراحل الوثبة تبدأ من ثلاث مستويات (ضعيف - متوسط - ثقيل) كل الاتي (المجموعة الاولى ت1-ت2-ت3) (المجموعة الثانية ت3-ت4-ت5) المجموعة الثالثة ت5-ت6-ت7). اما المجموعة الضابطة فقد يخضع للأسلوب المتبع في تعليم المراحل الوثب الطويل من قبل مدرس المادة. وأهداف الدرس من غير الاستعانة بالطلاب ، حيث لا يوجد تفاعل مباشر بين الطلاب، ويكون المدرس هو المسؤول المباشر عن إعطاء التغذية الراجعة للطلاب. وقد تم تطبيق التجربة. على ان يكون الإحماء العام والخاص وتمارين التهدئة هي نفسها التي تطبق على مجاميع البحث. اما المجموعة الضابطة فقد يخضع للأسلوب المتبع في تعليم المراحل الوثب الطويل من قبل مدرس المادة.

12-2 الاختبارات البعدية:

يتم إجراء الاختبارات البعدية بعد الانتهاء من تنفيذ المناهج التعليمية وذلك بقياس (مستوى الاداء المهارى) بتاريخ (2023/5/15) تحت الظروف المكانية والزمانية نفسها والادوات نفسها، وتم تقويم من قبل المقومين أنفسهم.

2-13 الوسائل الاحصائية :

استخدم الباحثان الوسائل الاحصائية الاتية باستخدام الحقيبة الاحصائية SPSS:
 الوسط الحسابي .
 الانحراف المعياري.
 النسبة المئوية
 اختبار (ت) المستقلة

3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها.

3-1-1 عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية في (مستوى الاداء المهاري والانجاز واليقظة العقلية
) للمجموعة الضابطة

الجدول (5)

يبين المعالم الاحصائية الخاصة بالاختبارات القبليّة والبعدية للمتغيرات البحث للمجموعة الضابطة

الدالة	مستوى الدالة	قيمة (ت) المحتسبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المعالم الإحصائية المتغيرات
			ع±	س-	ع±	س-		
معنوية	0,000	4.800-	0.67 1	6,315	0,696	5,473	درجات	مستوى الاداء

* معنوية عند مستوى دلالة يساوي او اقل من (0.05) وحجم العينة (19) وبدرجة حرية (18)

3-1-2 عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية في (مستوى الاداء المهاري والانجاز واليقظة العقلية

(للمجموعة التجريبية

الجدول (6)

يبين المعالم الاحصائية الخاصة بالاختبارين القبلي والبعدى للمتغيرات البحث للمجموعة التجريبية

الدالة	مستوى الدالة	قيمة (ت) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المعالم الإحصائية المتغيرات
			ع±	س-	ع±	س-		
معنوية	0.000	8,561-	0,76 0	7,368	0,733	5,736	درجات	التقييم مستوى الاداء

* معنوية عند مستوى دلالة يساوي او اقل من (0.05) وحجم العينة (19) وبدرجة حرية (18)

3-1-3 عرض نتائج الاختبارات البعدية في (مستوى الاداء المهاري والانجاز واليقظة العقلية)

للمجموعة التجريبية و الضابط

الجدول (7)

يبين المعالم الاحصائية الخاصة بالاختبار البعدي لمتغيرات البحث للمجموعتين الضابطة و التجريبية

الدالة	مستوى الاحتمالية SIG	قيمة (ت) المحسوبة	الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية		الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة		وحدة القياس	المعالم الإحصائية المتغيرات
			ع±	س-	ع±	س-		
معنوية	0,000	4,523	0,760	7,368	0,671	6,315	درجات	التقييم مستوى الاداء

* معنوية عند مستوى دلالة يساوي او اقل من (0.05) وحجم العينة (38) وبدرجة حرية (36)

2-3 مناقشة النتائج (مستوى الاداء)

اتضح من الجداول (5-6-7) فروقا معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات القبلية و البعدية والاختبارات البعدية ويعزو الباحثة السبب الى أن الدرس وفق استراتيجيات الانشطة المتدرجة قد يسهل عملية استيعاب طلاب المجموعة التجريبية لفعالية الوثب الطويل اكثر من خلال الانشطة والتمارين المتنوعة التي قدمها المدرس لهم وكذلك الفروق الفردية بين طلاب المجموعة التجريبية من حيث القدرات و المهارات والتي ادى الى مشاركتهم وفق مستواهم وكذلك التدريس وفق هذه الاستراتيجيات كان بمثابة خبرة تعليمية واكتساب طلاب هذه المجموعة و اضيفت لبنائهم المعرفي فجعلهم اكثر اعتمادا على انفسهم ، وان التدريس على وفق هذه الاستراتيجيات كان بمثابة خبرة تعليمية اكتسبها طلاب المجموعة التجريبية و اضيفت لبنائهم المعرفي ويتفق مع المقومات الحديثة في التدريس وان استراتيجيات الأنشطة المتدرجة طابعاً مشوقاً للتدريس مما أدى الى اثاره اهتمام الطلاب بالمادة مما ساعد على زيادة معدلات تحصيلهم الدراسي حيث إن هذه الاستراتيجيات تخضع لسلسلة من الإجراءات ، وذلك من خلال وضع التمارين تحديد الأهداف ، وصياغتها التي يراد تطبيقها بدقة (العبيدي ، 2017 ، 89) ، فيما يؤكد (عمر محمود) ، " ينبغي توجيه العملية التعليمية نحو المتعلم واحتياجاته ، وقدراته في اطار بيئته ، وظروفه وسماته الشخصية ، بدلاً من أن تكون موجهة نحو موضوع المادة التعليمية نفسها ، لأن العملية التعليمية ليست نشاطاً أو طرفاً عابراً مؤقتاً ، وإنما هي عملية مستديمة تصاحب الإنسان مدى الحياة ، سواء كانت في اطار التعلم النظامي أم غير النظامي ، ولكي يكون كذلك ، لا بد من خلق آليات التعلم الذاتي واتجاهاته لدى المتعلم " كذلك يذكر (محمد صبري وآخرون) ، " إن الفرد لا يستطيع تعلم

مهارة من المهارات إلا بممارستها ، لذا فإن المتعلم لا تزداد كفاءته ولا ينمو إتقانه إلا بالممارسة ، فالجهد الذاتي هو وحده المسؤول على التنمية المعرفية والأدائية للطلاب ، إذ بمقدار الجهد المبذول في التعلم يكون مقدار إجادته معرفة وتطبيقاً " وفي هذا الصدد ومن خلال نتائج البحث ، يرى الباحثة إن إستراتيجية الانشطة المتدرجة في أطار التعليم الجامعي ، يكون بتهيئة المواقف التعليمية على النحو الذي يستثير دوافع الطالب نحو التعلم ، في الاعتماد على نفسه في تعلمه ووضع التمارين وفق المستوى التعليمي ، لأن المتعلم ليس مجرد متلق سلبي لمحتوى التعلم ، فنجاح العملية التعليمية مرهون بمدى تفاعل الفرد مع المادة التعليمية وخبراته ، مما يوفر له أكبر قدرأ من المشاركة في مادة تعلمه ، فضلا عن قدرته على تقييم أجابته بنفسه نحو تحقيق الهدف. إذ تقوم هذه الاستراتيجية بتنظيم محتويات المادة بأسلوب منطقي ، مما يجعل عملية التعلم أكثر فاعلية ، اما بالنسبة للمجموعة الضابطة مقارنته بالمجموعة التجريبية حيث ليس بمعناه لم ادى الى التطور بالعكس تطورت ايضا ، حيث ان الطريقة التقليدية اثبتت فاعليته في كل من مستوى الاداء لدى عينة البحث ايضا لان كل اسلوب لها سلبياته وايجابياته وكذلك نوع المهارة الذي يتم تعليمه لها تأثير ايضا . اذ يشير (نبيل محمود) الى "ان الاساليب تؤثر على سرعة التعليم وعلى درجة الاشباع في التعلم" . انطلاقاً الى ما تقدم فان الاسلوب المستخدم له ايجابيات ومميزات عديدة ومن خلال تلك المميزات والايجابيات التي يرجع فيها الباحثة السبب في هذا التطور، بأن افراد عينة المجموعتين (التجريبية و الضابطة) من خلال ممارستهم لاستراتيجية الانشطة المتدرجة والاسلوب المتبع تاجر استراتيجيتهما بافراد المجموعتين " ويبين من الجدول (7) وجود فروق معنوية بين الاختبارات البعدية للمجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية ، ويؤكد (البياتي) " تهيئة كافة الظروف والأجواء التعليمية المناسبة مع إدخال تقنية حديثة وتوظيفها في عملية تعلم المهارات الرياضية يكون له الأثر الكبير والإيجابي في تطور عملية التعلم فضلاً عما يوفره المنهاج التعليمي من مناخ تعليمي جيد يتيح للطلاب

فهم المعارف و استيعابها والمعلومات العامة بفعاليات الساحة والميدان بصورة عامة وفعالية الوثب الطويل بصورة خاصة، ويرى الباحثة ان هناك تفسيراً اخر لهذه النتيجة وهو ان طبيعة الاسلوب المستخدم واجراءاته تعد سبباً في زيادة متغيرات البحث ، اذ يفرض على كل طالب ان يعمل حسب قدراته الذاتية مقارنة مع زملاء مجموعته في تطبيق وتعليم مراحل الوثب الطويل المقررة داخل المنهج المعد من أجل التنافس مع زملائه وبالتالي يؤدي الى تحسين الانجاز.

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات

بعد معالجة البيانات الاحصائية توصل الباحثة الى الاستنتاجات الآتية:

- اثبتت إستراتيجية الأنشطة المتدرجة والاسلوب المتبع فاعليتهما في تطوير مستوى الاداء لدى عينة البحث بين الاختبارات القبلية و البعدية.
- اثبتت إستراتيجية الأنشطة المتدرجة فاعليتها في تطوير مستوى الاداء لدى عينة البحث بين الاختبارات البعدية. لصالح المجموعة التجريبية .

4-2 التوصيات

- الاستفادة من مميزات إستراتيجية الأنشطة المتدرجة في تطوير مستوى الاداء لفعالية الوثب الطويل .
- التأكيد على استخدام الاسلوب المتبع في تطوير مستوى الاداء لفعالية الوثب الطويل.
- ضرورة بيان واقع وأهمية الطرائق والاساليب التدريسية والتعليمية الحديثة في تطوير الانجاز للفعاليات والالعاب الرياضية بصورة عامة وفعالية الوثب الطويل بصورة خاصة.

المصادر

- عادل محمد عبد الرحمن: مرحلة التعليم المتمايل ، الجزائر ، 2008 ،
- عمار طيب كشرود: البحث العلمي ومناهجه، ط1، عمان، دار المناهج للنشر والتوزيع، 2007، ص216.
- عبد الجليل ابراهيم الزوبعي و محمد احمد الغنام ؛ مناهج البحث في التربية : (مطبعة التعليم العالي ، ج1، بغداد ، 1981)
- العبيدي، بنول جيجان سلمان خلف (2017) اثر توظيف استراتيجيات الانشطة المتدرجة وفق ابعاد التتمية المستدامة في تحصيل طالبات الرابع العلمي مادة الاحياء واتخاذهن القرار ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية للعلوم الصرفة ابن الهيثم ، جامعة بغداد
- عطية ، محسن علي (2009) الجودة الشاملة والجديدة في التدريس ، ط2، دار صفاء للنشر والتوزيع ، عمان ، الاردن
- عمر محمود غباين : التعلم الذاتي بالحقائب التعليمية ، ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان ، 2001
- محمد صبري وآخرون : علم النفس التجريبي ، المطابع الأهلية ، 1987 ، ب ص89. القاهرة
- نبيل محمود شاكر ؛ معالم الحركة الرياضية والنفسية والمعرفية : ط1 (العراق ،ديالى ، مطبعة المتنبى ، 2007،
- نادر فهمي الزيود وآخرون ؛ التعلم والتعلم الصفي ، ط4 : (دار الفكر ، عمان ، 1999)
- وسام توفيق حمادي البياتي: تأثير منهج باستخدام الحاسوب في تعليم الأداء المهاري و المعرفي لبعض المهارات الأساسية بكرة القدم، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، 2005 .