



## The effect of motor learning mechanism to learning some freestyle wrestling holds for beginners

Lec. Dr. Farhad Hassan Raheem \* 

*College of Basic Education/ Sulaimani University, Iraq.*

\*Corresponding author:

Received: 20-02-2024

Publication: 28-04-2024

### Abstract

The importance of the research was demonstrated in raising the level of technical performance of wrestling players, especially the performance of various grabs, through correct motor learning and in accordance with theories and learning mechanisms, such as the mechanism (mechanism), which teaches us to raise the level of education, and thus we contribute to the education of novice wrestlers. In addition to providing knowledgeable information to teachers and trainers about the importance of turning to educational mechanisms and educational theories on which these ideas are based on how to develop exercises, how to teach them, and how to address errors using feedback and the correct approach in application. The most important objectives of the research were: identifying the effect of the motor learning mechanism on learning some freestyle wrestling holds for beginners. Accordingly, the conclusions were made: - The mechanism of motor learning achieved the scientific goals in motor learning by learning some freestyle wrestling holds for beginners. It was recommended: - Adopting the mechanism of motor learning because it is important in achieving the scientific goals of motor learning through learning some freestyle wrestling holds for beginners.

### Keywords:

Motor learning mechanism, freestyle wrestling holds.



## تأثير آلية (ميكانيزم) التعلم الحركي في تعلم بعض المسكات بالمصارعة الحرة للمبتدئين

م. د. فرهاد حسن رحيم

العراق. جامعة السليمانية. كلية التربية الأساسية

تاريخ نشر البحث 2024/4/28

تاريخ استلام البحث 2024/2/20

### الملخص

تجلت أهمية البحث في الارتقاء بمستوى الاداء الفني للاعبين المصارعة وخاصة اداء المسكات المتنوعة من خلال التعلم الحركي الصحيح وعلى وفق نظريات واليات التعلم مثل الية (ميكانيزم) التي تعلم برفع مستوى التعليم وبذلك نساهم في تعليم المصارعين المبتدئين، اضافة الى وضع معلومة علمية للمعلمين والمدربين اهمية التوجه الى الاليات التعليمية والنظريات التعليمية التي بنيت عليها تلك الافكار في كيفية وضع التمرينات وكيفية تعليمها وكيفية معالجة الاخطاء بالاستعانة بالتغذية الراجعة والتوجه الصحيح في التطبيق. وكانت اهم أهداف البحث: التعرف على تأثير آلية (ميكانيزم) التعلم الحركي في تعلم بعض المسكات بالمصارعة الحرة للمبتدئين. وعليه تم الاستنتاجات: -آلية (ميكانيزم) التعلم الحركي حقق الاهداف العلمية في التعلم الحركي من خلال تعلم بعض المسكات بالمصارعة الحرة للمبتدئين. وتم التوصية: -اعتماد آلية (ميكانيزم) التعلم الحركي لأنها مهمة في تحقيق الاهداف العلمية في التعلم الحركي من خلال تعلم بعض المسكات بالمصارعة الحرة للمبتدئين.

الكلمات المفتاحية: آلية (ميكانيزم) التعلم الحركي، مسكات المصارعة الحرة .

## 1- المقدمة:

التربية والتعليم متلازمان في بناء جيل متعلم وقادر على التفكير والابداع والانتاج وهذا مت يعكس على تطور البلدان وتقدمها في مختلف المجالات ومنها المجال الرياضي. اذ يعد المجال الرياضي عنصر مهم واساسي في بناء الرياضي وتعليمه مختلف انواع الرياضة وطرق ادائها من خلال استخدام النظريات والاساليب والطرائق التعليمية الهادفة وحسب نوعية وتخصص اللعبة الرياضية. ولهذا يعد علم التعلم الحركي من العلوم الاساسية في بناء القاعدة الرياضية وبناء الرياضيين من خلال اداء الجانب البدني والمهاري وخلال مراحل تعليمية متلازمة وفعاله. ولهذا نجد الية التعلم الحديثة وما يطلق عليها (ميكانيزم) وهي من الية النظريات التعليمية الضرورية في زيادة التوجيه المعرفي ورفع التغذية الراجعة الضرورية للتعلم وكذلك تعلم علة تنظيم ومعايرة المعلومات المكتسبة من المعلم في تنفيذ الحركات الرياضية لمختلف الالعاب الرياضية الفردية منها والفرقية. وتعد لعبة المصارعة الحرة احدى الالعاب الرياضية الفردية التي تتمتع بحركات ومسكات متنوعة ومختلفة في الدفاع والهجوم والتي تعد اساس الحصول على الفوز في حالة اتقانها بصورة صحيحة. ولغرض الحصول على النتائج الجيدة والنقاط لابد من تعلم تلك المسكات بناء على نظريات واساليب تعليمية صحيحة مثل الية تعليم (ميكانيزم).

ومن هنا تتضح أهمية البحث في الارتقاء بمستوى الاداء الفني للاعب المصارعة وخاصة اداء المسكات المتنوعة من خلال التعلم الحركي الصحيح وعلى وفق نظريات واليات التعلم مثل الية (ميكانيزم) التي تعلم برفع مستوى التعليم وبذلك نساهم في تعليم المصارعين المبتدئين. اضافة الى وضع معلومة علمية للمعلمين والمدربين اهمية التوجه الى الاليات التعليمية والنظريات التعليمية التي بنيت عليها تلك الافكار في كيفية وضع التمرينات وكيفية تعليمها وكيفية معالجة الخطاء بالاستعانة بالتغذية الراجعة والتوجه الصحيح في التطبيق. تعلم انواع المسكات بالمصارعة الحرة لها اسس تعليمية خاصة في تعليم المبتدئين ويجب ان تناسب توجه افكارهم وطريقة الرغبة في التنفيذ وكذلك الاستعانة بالتغذية الراجعة وكل هذه العوامل تتم عندما يتم استخدام الية تعليمية مناسبة وحسب نظريات التعلم الحديثة. ومن خلال خبرة الباحث المتواضعة في التعلم الحركي و لعبة المصارعة الحرة وجدا هناك ضعف وعدم استقرار وفي بعض الاحيان الخوف في تنفيذ المسكات للمبتدئين وهذا اكيد سوف يضعف تعلم تلك المسكات مما يتطلب الاستعانة بالية تعليمية تعالج تلك الاسباب ومنها الية (ميكانيزم) التي حققت اهداف متنوعة منها تنظيم ومعايرة المعلومات وكذلك التغذية الراجعة والتوجيه المعرفي المناسب وهذا الامور هي التي تحقق تعلم تلك المسكات وللمبتدئين وهذا ما جعل الباحث في التجريب والتقصي عن تلك الحقائق في هذا البحث .

## ويهدف البحث الى:

- 1- التعرف على تأثير آلية (ميكانيزم) التعلم الحركي في تعلم بعض المسكات بالمصارعة الحرة للمبتدئين.
- 2- التعرف على نتائج الفروقات بين الاختبارات القبليّة والبعدية وللمجموعتين الضابطة والتجريبية في تعليم بعض المسكات بالمصارعة الحرة للمبتدئين.
- 3- التعرف على نتائج الفروقات في الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في تعليم بعض المسكات بالمصارعة الحرة للمبتدئين.

## 2- إجراءات البحث:

1-2 منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم (المجموعات المتكافئة) (الضابطة والتجريبية) لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

## 2-2 مجتمع البحث وعينته:

تم تحديد مجتمع البحث باللاعبين المبتدئين في نادي الثورة في محافظة كركوك والبالغ عددهم (20) مصارع، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (12) مصارع والتي شكلت نسبة (60%) من المجتمع الأصلي، وتم تقسيم العينة إلى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) بحيث أصبحت كل مجموعة (6) لاعبين وتم أيجاد التجانس باستخدام معامل الاختلاف بين أفراد كل مجموعة والتكافؤ باستخدام اختبار (t) بين المجموعتين وكما في الجدول (1).

جدول (1) يبين تجانس وتكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث

مستوى الدلالة	قيم ت المحتسبة	المجموعة التجريبية			المجموعة الضابطة			التقييم
		معامل الاختلاف	ع	س	معامل الاختلاف	ع	س	
غير معنوي	0.291	3.295	0.674	20.451	3.666	0.745	20.32	الوزن /كغم
غير معنوي	0.183	0.653	0.721	110.37	0.594	0.657	110.45	الطول /سم
غير معنوي	0.657	15.004	0.698	4.652	17.118	0.745	4.352	مسكة الكندة/ عدد
غير معنوي	0.563	16.397	0.712	4.342	15.48	0.635	4.102	مسكة سحب الذراع/ عدد
غير معنوي	0.413	15.354	0.556	3.621	11.28	0.423	3.75	مسكة العباسية / عدد

قيمت (ت) الجدولية عند درجة حرية (10) وتحت مستوى دلالة (0.05) = 2.23

## 2-3 وسائل جمع المعلومات وأدوات البحث:

-المصادر العربية والأجنبية.

-الملاحظة العلمية

- ساعة توقيت.
- شريط قياس.
- ميزان طبي.
- بساط مصارعة.

#### 2-4-4 إجراءات البحث:

#### 2-4-2-1 تحديد متغيرات البحث:

قام الباحث بمراجعة المصادر والمراجع الخاصة بالمصارعة والبحوث السابقة وعلى ضوءها تم تحديد المسكات الضرورية للاعب المصارعة وتعتبر كمؤشر على نجاح باقي المسكات الأخرى وهي (مسكة الكندة، ومسكة سحب الذراع، ومسكة العباسية).

#### 2-4-2-2 تقييم المسكات:

اعتمد الباحث على تقييم المسكات من قبل لجنة تحكيم وتم وضع (10) درجات مقسمة على أجزاء الحركة بكل مسكة وكما في الجدول (2) الآتية:

جدول (2) يبين تقييم أقسام كل مسكة من المسكات المستخدمة

ت	اسم المسكة	الجزء الابتدائي	الجزء الرئيسي	الجزء الختامي	الدرجة الكلية للتقييم
1	مسكة الكندة/ عدد	4	2	4	10
2	مسكة سحب الذراع/ عدد	4	4	2	10
3	مسكة العباسية / عدد	4	4	2	10

#### 2-4-3 التجربة الاستطلاعية:

أجريت التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2023/9/3 على عينة البحث الأصلية وذلك بتطبيق بعض التمرينات لغرض تقنينها ومعرفة مدى ملائمة لعينة البحث وإيجاد ومعرفة الصعوبات التي تواجه البحث في تطبيقها.

#### 2-5-2 التجربة الميدانية:

2-5-2-1 التقييم القبلي: أجري التقييم القبلي بتاريخ 2023/9/10

#### 2-5-2-2 التجربة الرئيسية (الية ميكانيزم) :

تم وضع مجموعة من التمرينات التعليمية الخاصة بمسكات المصارعة المستخدمة وتم تطبيقها وفق الية ميكانيزم وهي نظرية تحقق ثلاث مبادئ منها التغذية الراجعة والتوجيه والمعايرة

والتقويم المستمر للأداء وزيادة المعرفة وهي أمور مهمة في تطبيق المسكات وتصحيح المسار المطلوب.

وبلغت عدد الوحدات التعليمية (16) وحدة وبواقع وحدتين كل أسبوع وكما في ملحق (1) ، وقد استمر المنهاج لمدة (8) أسابيع ، اي المدة من 2023/9/11 ولغاية 2023/11/6.

2-5-3: التقييم البعدي: أجري التقييم البعدي بتاريخ 2023/11/7.

2-6 الوسائل الإحصائية: تم الاعتماد على نظام SPSS لإيجاد.

- الوسط الحسابي

- الانحراف المعياري

- اختبارات للعينات المترابطة.

- اختبارات للعينات الغير مترابطة.

- النسبة المئوية.

### 3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

جدول (3) يبين الفروقات في قيم (ت) بين التقييم القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

في أنواع المسكات قيد الدراسة

مستوى الدلالة	قيمة ت المحتسبة	الخطأ القياسي	البعدي		القبلي		التقييم
			ع	س	ع	س	
معنوي	3.066	0.467	0.678	5.784	0.745	4.352	مسكة الكندة/ عدد
معنوي	2.728	0.712	0.874	6.045	0.635	4.102	مسكة سحب الذراع/ عدد
معنوي	3.221	0.442	0.669	5.174	0.423	3.75	مسكة العباسية / عدد

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (2) وتحت مستوى (0.05) = 2.57

جدول (4) يبين الفروقات في قيم (ت) بين التقييم القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

في أنواع المسكات قيد الدراسة

مستوى الدلالة	قيمة ت المحتسبة	الخطأ القياسي	البعدي		القبلي		التقييم
			ع	س	ع	س	
معنوي	3.918	0.854	0.654	7.998	0.698	4.652	مسكة الكندة/ عدد
معنوي	4.209	0.885	0.874	8.067	0.712	4.342	مسكة سحب الذراع/ عدد
معنوي	3.901	0.886	0.792	7.078	0.556	3.621	مسكة العباسية / عدد

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (5) وتحت مستوى (0.05) = 2.57

جدول (5) يبين الفروقات في قيم (ت) للتقييم البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في أنواع المسكات قيد الدراسة

مستوى الدلالة	قيمة ت المحتسبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		التقييم
		ع	س	ع	س	
معنوي	5.258	0.654	7.998	0.678	5.784	مسكة الكندة/ عدد
معنوي	3.663	0.874	8.067	0.874	6.045	مسكة سحب الذراع/ عدد
معنوي	4.112	0.792	7.078	0.669	5.174	مسكة العباسية / عدد

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (10) وتحت مستوى (0.05) = 2.23

من خلال ملاحظة الجدولين (3) و (4) تبين وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية وللمجموعتين الضابطة والتجريبية في التقييم المستخدم ولصالح التقييم البعدي وهذا يدل على أن المجموعتين قد تعلمت في الأداء المهاري (أنواع المسكات) بالمصارعة الحرة قيد الدراسة وكانت نتائجهم نحو الفضل مما يدل المجموعتين قد نجحت في تحقيق التعليم المطلوب وهذا ما اكده كل من ( مروان عبد المجيد ومحمد جاسم الياسري، 2010 ) " أن هدف عملية الممارسة هو الوصول بالفرد الرياضي إلى أعلى مستوى من الإنجاز الرياضي في الفعالية أو النشاط الذي يتخصص فيه اللاعب" ( 4 : 22 ) .

بينما يرى ( سعد مد سن، 1996 ) " 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 مدرسين متخصصين تحت ظروف تعليمية جيدة من حيث المكان والزمان والأدوات المستعملة

"( 1 : 98 ) . ومن خلال ملاحظة جدول (5) تبين هناك فروق معنوية في تقييم الأداء الفني للمسكات بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية ، وهذا يرجع إلى الية الميكانيزم ودورها في تحقيق التعليم المطلوب وهذا يعطي مؤشر على تنفيذ خطوات التعلم نحو الأفضل وهذا ما يراه وهذا ما اكده ( قاسم لزام 2005 ) "إن التعلم ضمن منهاج تعليمي يطبق بصورة موضوعية يؤدي إلى زيادة التعلم وبالتالي تطور في المهارة في الجانبين المعرفي والمهاري" (3: 56). وتعمل الية ميكانيزم على بناء برنامج الحركي الذي يساعد على ترتيب الأفكار وتنظيم الايعازات لأداء المهارة المطلوبة وهذا ساعد على تعلم المسكات في المصارعة اذ يرى مصطفى باهي وسمير جاد (2006) بان البرنامج الحركي بأنه " مجموعة من الأوامر الحركية ذات ترتيب م سبق من شأنه أن يؤدي إلى تعيين الحركة وتحديد اتجاهها وشكلها ويعتمد على ميكانيزم ضبط (الحلقة) المفتوحة" (5: 73). كما يرجع إلى تطبيق

التمرينات التعليمية بالشكل الصحيح وانتظام العينة بالتطبيق وتحقيق أهداف البرنامج من تمرينات وتصحيح المسار التعليمي، اذ يرى ( Magill ) "الظواهر الطبيعية لعملية التعلم هو انه لابد 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" (7: 237).  
اضافة الى ان الية الميكانيزم تساعد على تكرار الاداء الصحيح وتفعيل التغذية الراجعة اثناء تطبيق التمرينات مما يعزز دافعية التعلم وهذا ما يؤكد نجاح مهدي شلش، وأكرم محمد صبحي (2000) "لكي نعطي دافعية أكبر للتعلم لابد إن يكون هناك تجديد في طبيعة المهارة وطبيعة أدائها وممارستها مع إعطاء أكبر عدد من التكرارات وهذا كله تحت إشراف وتوجيه المدرس عن طريق التغذية الراجعة يعمل جو من التفاعل مع المهارة والربط بين أجزائها " (6: 65).

#### 4-الاستنتاجات والتوصيات:

##### 4-1الاستنتاجات:

- 1-ألية (ميكانيزم) التعلم الحركي حقق الاهداف العلمية في التعلم الحركي من خلال تعلم بعض المسكات بالمصارعة الحرة للمبتدئين .
- 2-تعتبر الية الميكانيزم مهمة واساسية في التعلم كونه تحقق التغذية الراجعة والتوجيه والمعايرة والتقويم المستمر للأداء وزيادة المعرفة اثناء التعلم.

##### 4-2التوصيات:

- 1-اعتماد ألية (ميكانيزم) التعلم الحركي لأنها مهمة في تحقيق الاهداف العلمية في التعلم الحركي من خلال تعلم بعض المسكات بالمصارعة الحرة للمبتدئين .
- 2- التأكيد في التعلم الاعتماد على الية الميكانيزم كونها مهمة واساسية في التعلم كونه تحقق التغذية الراجعة والتوجيه والمعايرة والتقويم المستمر للأداء وزيادة المعرفة اثناء التعلم.



### المصادر:

- سعد محسن إسماعيل. تأثير أساليب تدريبية لتنمية القوة الانفجارية للرجلين والذراعين في دقة التصويب البعيد بالقفز عاليا في كرة اليد : أطروحة دكتوراه ، بغداد ، 1996 .
- فيصل ياسين الشاطي، محمد عوض بيسوني . نظريات وطرق تربية البدنية والرياضية : ط2 ، الجزائر ، 1992.
- قاسم لزام صبر . موضوعات في التعلم الحركي : بغداد، مطابع الجمعة، 2005.
- مروان عبد المجيد إبراهيم ومحمد جاسم الياسري . اتجاهات حديثة في علم التدريب الرياضي : ط1، عمان.الوراق للنشر والتوزيع ، 2010.
- مصطفى باهي، سمير جاد. سيكولوجية الأداء الرياضي ونظريات وتحليلات وتطبيقات : ط1، القاهرة، المكتبة الانجلو مصرية، 2006.
- نجاح مهدي شلش وأكرم محمد صبحي . التعلم الحركي : جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر ، 2000.
- Abod, Z. F. ., & AlHaddad, N. H. . (2022). Achievement motivation and its relationship to jump pass and jump shot in handball . SPORT TK-EuroAmerican Journal of Sport Sciences, 11, 11. <https://doi.org/10.6018/sportk.537131>
- Ali Rabeeah , I. J., & Malih, F. A. (2022). Analytical study of the reality of the application of administrative automation in sports clubs. SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte, 11, 56. <https://doi.org/10.6018/sportk.526801>
- Abbas , Z. A. & Malih, F. A. . (2021). An analytical study of (Smart Tennis Sensor) technical data and its relationship to the serving accuracy of wheelchair tennis players. Modern Sport, 20(2), 0137. <https://doi.org/10.54702/msj.2021.20.2.0137>
- Magill, A. Motor learning and control . baton , mc. (2004) 10/file:///C:/Users/lenovo/Desktop/%D8%A8%D8%AD%D8%AB%D9%8A%D9%86%20%D8%AA%D8%B9%D9%84%D9%85%20%D9%83%D8%B4%D8%A7%D9%81%D8%A9/%D8%A7%D9%84%D8%AA%D8%B9%D9%84%D9%85%20%D8%A7%D9%84%D8%AA%D8%B9%D8%A7%D9%88%D9%86%D9%8A.pdf

**ملحق (1)**

نموذج من الوحدات التعليمية

أهداف الوحدة التعليمية: تعلم الأداء الفني للمسكات بالمصارعة الحرة

الأسبوع: الأول

الملاحظات	التكرارات	التفاصيل والتمرينات	الزمن	أقسام الوحدة
		احماء	10 دقيقة	القسم التمهيدي
-التأكيد على التغذية الراجعة.	2×4	1-من وضع الوقوف يقوم المهاجم بالانثناء والاختراق ويصل لوضع الجلوس على الركبة ومسك الخصم واليد تدخل بين الفخذين ثم ينهض من الوقوف.	80 دقيقة	القسم الرئيسي:
-التأكيد على توجيه ومعرفة التقدم	2×3	2-من وضع الوقوف وفتح الساقين مسك الحقيبة باليدين وتدويرها إمام وخلف الجسم من الأعلى ابتداء من جهة اليسار إلى اليمين.	60 دقيقة	1-التعليمي
-التأكيد على تكرار الاداء الصحيح.	2×3	3-من وضع الجلوس على الركبة يحمل اللاعب المهاجم الخصم ويرفعه بحركة الميزان ثم يقوم برمية للجانب.		2-التطبيقي
	2×3	4-من وضع الوقوف مسك الدمية من ذراع واحد وحملها على الكتف الأيسر وثني ومد الجذع للأسفل والأعلى.		
	3×3	5-من وضع الوقوف فتحا مع وضع الزميل في وضعية الميزان على الكتفين ثم يتم قتل الجذع إلى الجهتين اليسار واليمين.		
	3×3	6-مسك الدمية من الرأس والذراعين بوضعية القفل ومن تحت الإبط ثم يتم قتل الجذع إلى الأمام والخلف.		
		تمارين تهدئه	5 دقيقة	القسم الختامي

الوحدة التعليمية: 1