



ملخص الرسالة باللغة العربية

تأثير إستراتيجية الإدخال (التضمين) في اكتساب بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني لذوات الحرج الموقفي

ألباحثة

زينب صباح إبراهيم

بإشراف

أ.د. عبد الستار جاسم النعيمي

أ.م. د. مها صبري حسن

اشتملت الرسالة على خمسة أبواب هي:

تضمن التعريف بالبحث وأهميته، إذ تم التطرق إلى الأساليب التدريسية وأهميتها ومتطلباتها والأساليب التدريسية المستخدمة لغرض تعلم المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني، فضلاً عن استخدام أفضل الأساليب الحديثة في تعليم المهارات الأساسية للجمناستك الفني ولما تتمتع به هذه اللعبة من تنوع المهارات والأجهزة المستخدمة وكثرتها دون سواها من الألعاب الأخرى وان الإسلوب الذي استخدمته الباحثة هو إسلوب يضم جميع الطالبات ويراعي مبدأ التدرج في الصعوبة ويؤكد ذاتية المتعلمة في اختيار المستوى في تعلم الواجب الحركي حتى تصل إلى تعلم المهارة بشكل الصحيح. وتهدف الباحثة إلى: 1- التعرف على تأثير (إستراتيجية الإدخال) في اكتساب بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني لذوات الحرج الموقفي . 2- التعرف على نسب التعلم في الاختبار ألبعدي في اكتساب بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني لذوات الحرج الموقفي .

أما فروض البحث فكانت: 1- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارات القبالية و ألبعدية في إكتساب بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في المجموعتين التجريبية



والضابطة . 2- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الإختبارات ألبعدية في إكتساب بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في المجموعتين التجريبية والضابطة. 3- هناك فروق في نسبة التعلم في كتساب بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني لذوات الحرج الموقفي .

و قد تضمن الباب الثالث منهج البحث وإجراءاته الميدانية , إذ تم استخدام مقياس الحرج الموقفي لتقسيم عينة البحث إلى مجموعتين (مجموعة ذات حرج موقفي عالي ,مجموعة ذات حرج موقفي واطئ) , وقد استخدم المنهج التجريبي للقيام بإجراءات البحث التجريبية لملائمته لطبيعة مشكلة البحث . وتكونت عينة البحث من عينة التجربة الرئيسة , وتتمثل بطالبات الصف الثاني في كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى للعام الدراسي 2011-2012 والبالغ عددهن (56) طالبة كونهن طالبات مبتدئات ولم يكن لهن تعلم مسبق للمهارات قيد البحث وتم تقسيم العينة إلى أربع مجاميع بناء على ما حصلن عليه من درجات في مقياس الحرج الموقفي الذي تم الإجابة عنه من قبل الطالبات وبذلك قسمت كالآتي: 1- المجموعة الضابطة الأولى:- ذات الحرج الموقفي العالي باستخدام الإسلوب الامري .

2-المجموعة الضابطة الثانية:- ذات الحرج الموقفي الواطئ باستخدام الإسلوب الامري. 3- المجموعة الثالثة:- ذات الحرج الموقفي العالي باستخدام إسلوب الإدخال(التضمين). 4- المجموعة الرابعة:- ذات الحرج الموقفي الواطئ باستخدام إسلوب الإدخال (التضمين) .

أما الباب الرابع(عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها) فقد تناول عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها،بعد إن تم عرض الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي و ألبعدي لمجاميع البحث الأربع وللمهارات الثلاث قيد الدراسة ،وعرضت نتائج الفروقات بين الاختبارين القبلي و ألبعدي وقيمة (t) المحتسبة و الجدولية للمجموعتين التجريبية والضابطة وللمهارات الثلاث، وتم عرض نتائج تحليل التباين وقيمة أقل فرق معنوي بين مجاميع البحث الأربع وللمهارات الثلاث .



الباب الخامس (الاستنتاجات والتوصيات) : من خلال نتائج البحث توصلت الباحثة إلى عدة استنتاجات أهمها: 1- يعد أسلوب الإدخال (التضمين) أفضل الأساليب في تعلم المهارات الأساسية في الجمناستك الفني إذ اثر بشكل ايجابي أكثر من الإسلوب الامري في تعلم المهارات قيد البحث. 2- إن اعتماد مبدأ التسلسل في تعلم التدرج من السهل إلى الصعب قد ساعد في عملية التعلم للمهارات الغطس،العجلة البشرية،الوقوف على اليدين ثم الدحرجة الأمامية المكورة على بساط الحركات الأرضية. 3- إن الطالبات من ذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في المجموعة التجريبية لهن القابلية على تعلم المهارات الأساسية قيد البحث وبشكل متساوي وفق إستراتيجية الإدخال .

أما أهم التوصيات فكانت: 1- يمكن إتباع أسلوب الإدخال في عملية تعليم المهارات الأساسية في الجمناستك الفني للنساء بحسب متطلبات التعلم.

2- ضرورة استخدام مقياس الحرج الموقفي الذي استخدمته الباحثة , من قبل مدرسات الجمناستك الفني وبشكل دوري لقياس التغير لدى طالبات كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى وبقية الجامعات.

3-إجراء دراسات مشابهة للتعرف على تأثير الحرج الموقفي في أداء المهارات الأساسية الأخرى غير المستخدمة على بساط الحركات الأرضية وعلى بقية الأجهزة الأخرى في الجمناستك الفني غير المستخدمة في البحث.



Summary

The Effect of entrance strategy (implication) on gain some of the basic skills on the floor exercises mat in artistic gymnastic for situational- embarrassment female gymnasts

A dissertation submitted by
Zainab Sabah Ibrahim

Supervisors

Prof.Dr.
Abdul Settar Jasim

Asst.Proff.Dr.
Maha Sabri Hassen

A dissertation included of five chapters:

Regarding chapter one, Its consist of research definition and its importance, that it define the educational styles , importance , demands, and the educational styles that used to educate the basic skills on the floor exercises mat in the artistic gymnastic, as well as to use the best modern style to educate the basic skills for artistic gymnastic and because of this game variety in skills and apparatuses used ,also its abundance in comparing with other sport events ,as well as the style that used from the researcher ,was involved all students ,also considerate the difficulty progression principle and emphasis on student personality to elect the task learning level ,in order to reach the right way of the skill learning.

And the researcher aimed to :

- 1- Identification of the (entrance strategy) influence to gain some of the basic skills on the floor exercise mat in artistic gymnastic for situational- embarrassment female gymnasts.



- 2- Identification of the learning percent in the consequent test, to gain some of the basic skills on the floor exercise mat in artistic gymnastic for situational- embarrassment female gymnasts.

Regarding to the research hypotheses, Were:

- 1- There are a statistical meaning differences between the prior and consequence tests to gain some of the basic skills on the floor exercise mat in artistic gymnastic for the high and low situation-embarrassment female gymnasts in the two groups; trial and adjuster .
- 2- There are a statistical meaning differences in the consequence tests between, to gain some of the basic skills on the floor exercise mat in artistic gymnastic for the high and low situation-embarrassment female gymnasts in the two groups; trial and adjuster .
- 3- There are a differences in the learning percent to gain some of the basic skills on the floor exercise mat in artistic gymnastic for the situation-embarrassment female gymnasts.

Regarding to the chapter three; its includes of research procedure and its field executions ,as its used the **situation-embarrassment** standard to divide the research sample in to two groups(having high situation-embarrassment , having low situation-embarrassment),and it's used a trial procedure to execute the trial procedures of the research ,that its suitable for the research problem condition , the research sample consist of :

major trial sample ,represented in 2nd stage female student from Faculty of Physical Education - diyala university-210-2011, and they was (56) students ,because they were beginner students and don't get any prior teaching for the interested skills ,and the sample was divided into four groups based on her gained degrees from the situation-embarrassment standard which they answered its questions ,for that, they divided as the following:

- 1- **1st adjuster group:** - having high situation-embarrassment by using the prescriptive method.
- 2- **2nd adjuster group:** - having low situation-embarrassment by using the prescriptive method.
- 3- **3rd group:** - having high situation-embarrassment by using the entrance (implication).
- 4- **4th group:** - having low situation-embarrassment by using the entrance (implication).

Chapter four (display, analysis, and discusses the results);This chapter has dealt with display , analysis and discusses the results, after display the



arithmetical averages and the standard deviation for the two tests (prior, consequent) for the four research groups, and for three skills under discussion, and display the difference between the two tests prior and consequent and the calculated (t) value and from the schedules, for the two groups trial and consequence and for the three skills, also it was shown the difference analysis results and the lowest incorporeal difference value between the four research groups and for the three skills.

Regarding the chapter five (conclusion and recommendation); From the research finding, the researcher reaches to many conclusions.

The most important were:

- 1- Consideration of the entrance style as the best method to learn the basic skills in artistic gymnastic, because it's influence positively more than the prescriptive in the learning the interested skills.
- 2- The employing of the consequence principle in the gradation learning from easy to hard was assist in the operation of learn the skills ;diving, cartwheel, hands stop then Forward tuck roll on the floor exercise mat .
- 3- The high and low situation-embarrassment student in the trial group ,have the ability to learning the basic skills which are under research.

Regarding the importance recommendations were :

- 1- It's possible to following the entrance style in the process of learning the basic skills in the artistic gymnastic for the women and according to the learning demands.
- 2- It's necessary to use the situation-embarrassment standard, which's used by the researcher, in cyclically by the artistic gymnastic teachers to measure the alteration in the female student of the colleague of Physical Education- diyala university, also the other universities.
- 3- Performing similar studies to recognize the effect of the situation-embarrassment on the performance of other basic skills which not use the floor exercise mat and also for another apparatuses on the artistic gymnastic which not uses on this research.



قائمة المحتويات

| رقم الصفحة | عنوان الموضوع | التسلسل |
|------------|------------------------------|---------|
| 1 | العنوان | |
| 2 | الآية القرآنية | |
| 3 | أقرار المشرفين | |
| 4 | أقرار المقوم اللغوي | |
| 5 | أقرار لجنة المناقشة والتقييم | |
| 6 | الإهداء | |
| 7 | شكر وثناء | |
| 10 | ملخص الرسالة باللغة العربية | |
| 14 | قائمة المحتويات | |
| 20 | قائمة الجداول | |
| 23 | قائمة الأشكال | |
| 24 | قائمة الملاحق | |
| 25 | الباب الأول | |
| 26 | التعريف بالبحث. | -1 |
| 26 | المقدمة وأهمية البحث . | 1-1 |
| 26 | مشكلة البحث. | 2-1 |



| رقم الصفحة | عنوان الموضوع | التسلسل |
|------------|---|---------|
| 27 | أهداف البحث. | 3-1 |
| 27 | فروض البحث. | 4-1 |
| 28 | مجالات البحث. | 5-1 |
| 28 | المجال البشري. | 1-5-1 |
| 28 | المجال أزماني. | 2-5-1 |
| 28 | المجال المكاني. | 3-5-1 |
| 28 | تحديد المصطلحات. | 6-1 |
| 29 | الباب الثاني | |
| 31 | الدراسات النظرية والمرتبطة | -2 |
| 31 | الدراسات النظرية. | 1-2 |
| 31 | نبذة تاريخية عن الإستراتيجية. | 1-1-2 |
| 32 | مفهوم الإستراتيجية. | 1-1-1-2 |
| 32 | الإستراتيجية التدريسية. | 2-1-1-2 |
| 34 | كيفية اختيار إستراتيجية التدريس. | 3-1-1-2 |
| 34 | مواصفات الإستراتيجية الجيدة في التدريس. | 4-1-1-2 |
| 35 | أهمية الإستراتيجية في التعليم. | 5-1-1-2 |
| 35 | مفهوم الإسلوب التدريسي . | 2-1-2 |



| رقم الصفحة | عنوان الموضوع | التسلسل |
|------------|-----------------------------------|---------|
| 37 | أساليب موستن التدريسية. | 1-2-1-2 |
| 39 | شروط اختيار الإسلوب. | 2-2-1-2 |
| 39 | إسلوب الإدخال (التضمين). | 3-1-2 |
| 41 | مضمون إسلوب الإدخال (التضمين). | 1-3-1-2 |
| 41 | تحليل إسلوب الإدخال (التضمين). | 2-3-1-2 |
| 43 | أهداف إسلوب الإدخال (التضمين). | 3-3-1-2 |
| 44 | مميزات إسلوب الإدخال (التضمين). | 4-3-1-2 |
| 44 | إيجابيات إسلوب الإدخال (التضمين). | 5-3-1-2 |
| 45 | سلبيات إسلوب الإدخال (التضمين). | 6-3-1-2 |
| 45 | الاكتساب | 4-1-2 |
| 46 | المهارة. | 5-1-2 |
| 46 | مفهوم المهارة. | 1-5-1-2 |
| 46 | مهارات الجمناستك الفني. | 2-5-1-2 |
| 51 | الخرج الموقفي. | 6-1-2 |
| 52 | أعراض الخرج الموقفي. | 1-6-1-2 |
| 53 | العوامل المحددة للخرج الموقفي. | 2-6-1-2 |
| 54 | نظريات الخرج الموقفي. | 3-6-1-2 |



| رقم الصفحة | عنوان الموضوع | التسلسل |
|------------|--|---------|
| 56 | الدراسات السابقة والمرتبطة. | 2-2 |
| 60 | مناقشة الدراسات السابقة والمرتبطة. | 1-2-2 |
| 62 | الباب الثالث | |
| 63 | منهج البحث وإجراءاته الميدانية. | 3 |
| 63 | منهج البحث. | 1-3 |
| 63 | مجتمع البحث وعينته. | 2-3 |
| 66 | وسائل جمع المعلومات والأجهزة و الأدوات المستخدمة في البحث. | 3-3 |
| 66 | وسائل جمع المعلومات في البحث. | 1-3-3 |
| 67 | الأجهزة المستخدمة في البحث. | 2-3-3 |
| 67 | إجراءات البحث الميدانية. | 4-3 |
| 67 | اختيار المهارات الحركية المستخدمة. | 1-4-3 |
| 67 | مستويات المهارات قيد البحث. | 2-4-3 |
| 69 | الإختبارات المستخدمة في البحث. | 5-3 |
| 69 | الإختبارات المهارية. | 1-5-3 |
| 70 | مقياس الحرج الموقفي. | 2-5-3 |
| 70 | وصف المقياس وتصحيحه. | 1-2-5-3 |
| 72 | تعليمات المقياس. | 2-2-5-3 |
| 72 | التجارب الاستطلاعية. | 3-4-3 |



| رقم الصفحة | عنوان الموضوع | التسلسل |
|------------|--|---------|
| 73 | التجربة الاستطلاعية الاولى الخاصة بالمقياس. | 1-3-4-3 |
| 73 | التجربة الاستطلاعية الثانية الخاصة بالمهارات. | 2-3-4-3 |
| 74 | الإختبارات المهارية. | 4-4-3 |
| 74 | التجربة الرئيسية. | 5-4-3 |
| 76 | الإختبارات ألبعدية. | 6-4-3 |
| 76 | اسس تقييم المهارات . | 5-3 |
| 77 | الوسائل الاحصائية. | 6-3 |
| 78 | الباب الرابع | |
| 80 | عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها. | 4 |
| 80 | عرض وتحليل الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للإختبارات المهارية القبلية وألبعدية لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في المجموعتي التجريبية والضابطة. | 1-4 |
| 80 | عرض وتحليل الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للإختبارات المهارية القبلية وألبعدية لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في المجموعتين التجريبية والضابطة لمهارة الغطس على بساط الحركات الارضية. | 1-1-4 |
| 84 | عرض وتحليل الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للإختبارات المهارية القبلية وألبعدية لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في المجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الامامية المكورة على بساط الحركات الارضية. | 2-1-1-4 |



| رقم الصفحة | عنوان الموضوع | التسلسل |
|------------|--|---------|
| 89 | عرض وتحليل الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للإختبارات القبليّة وأبعديّة لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في المجموعتين التجريبيّة والضابطة في مهارة العجلة البشريّة على بساط الحركات الارضية. | 3-1-1-4 |
| 93 | مناقشة نتائج الإختبارات المهاريّة القبليّة وأبعديّة. | 2-1-4 |
| 95 | عرض نتائج الإختبارات المهاريّة أبعديّة وتحليلها ومناقشتها. | 2-4 |
| 95 | عرض نتائج الإختبارات أبعديّة وتحليلها. | 1-2-4 |
| 95 | عرض نتائج الإختبارات أبعديّة لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مجموعتي البحث التجريبيّة والضابطة في مهارة الغطس على بساط الحركات الارضية. | 1-1-2-4 |
| 98 | عرض نتائج الإختبارات أبعديّة لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مجموعتي البحث التجريبيّة والضابطة في مهارة الوقوف على اليدين ثم الدرّجة الامامية المكورة على بساط الحركات الارضية. | 2-1-2-4 |
| 101 | عرض نتائج الإختبارات أبعديّة لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مجموعتي البحث التجريبيّة والضابطة في مهارة العجلة البشريّة على بساط الحركات الارضية. | 3-1-2-4 |
| 104 | مناقشة نتائج الإختبارات أبعديّة | 2-2-4 |



| | | |
|------------|-------------------------------|---------|
| 111 | الباب الخامس | |
| رقم الصفحة | عنوان الموضوع | التسلسل |
| 112 | الاستنتاجات والتوصيات | 5 |
| 112 | الاستنتاجات. | 1-5 |
| 113 | التوصيات | 2-5 |
| 114 | المصادر العربية والاجنبية | |
| 119 | الملاحق | |
| A-E | ملخص الرسالة باللغة الانكليزي | |

قائمة الجداول

| | | |
|------------|--|------------|
| رقم الصفحة | عنوان الجدول | رقم الجدول |
| 37 | يوضح الاساليب المباشرة | 1 |
| 38 | يوضح الاساليب غير المباشرة | 2 |
| 64 | يبين العدد الكلي والنهائي والنسبة المئوية | 3 |
| 64 | يبين توزيع الاساليب التعليمية على المجموعتين | 4 |
| 65 | يبين قيمة (F) المحتسبة للتكافؤ بين ذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ ولمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في الإختبارات القبلية. | 5 |
| 70 | يبين مجالات مقياس الحرج الموقفي | 6 |
| 71 | يبين فقرات المقياس الايجابية والسلبية | 7 |



| رقم الصفحة | عنوان الجدول | رقم الجدول |
|------------|--|------------|
| 71 | يبين مفتاح تصحيح المقياس | 8 |
| 75 | يبين اقسام الوحدة التعليمية | 9 |
| 80 | يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبار القبلي وأبعدي لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ للمجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة الغطس على بساط الحركات الارضية | 10 |
| 82 | يبين الاوساط الحسابية والدرجات المعيارية وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين نتائج الإختبارات القبلية وأبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في الغطس | 11 |
| 83 | يبين الاوساط الحسابية القبلي وأبعدي ونسبة التعلم للمجموعتين التجريبية والضابطة لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مهارة الغطس على بساط الحركات الارضية | 12 |
| 84 | يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبار القبلي وأبعدي لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ للمجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الامامية المكورة على بساط الحركات الارضية | 13 |
| 87 | يبين فرق الاوساط الحسابية والدرجات المعيارية وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين نتائج الإختبارات القبلية وأبعدي في مهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الامامية المكورة للمجموعتين التجريبية والضابطة | 14 |
| 88 | يبين الاوساط الحسابية والقبلية وأبعدي ونسبة التعلم للمجموعتين التجريبية والضابطة لذوات الحرج الموقفي في مهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الامامية المكورة | 15 |



| رقم الصفحة | عنوان الجدول | رقم الجدول |
|------------|---|------------|
| 89 | يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبار القبلي والبعدي لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ للمجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة العجلة البشرية على بساط الحركات الارضية | 16 |
| 91 | يبين فرق الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين نتائج القبلي والبعدي في مهارة العجلة البشرية للمجموعتين التجريبية والضابطة | 17 |
| 92 | يبين الاوساط الحسابية القبلية والبعدية ونسبة التعلم للمجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة العجلة البشرية على بساط الحركات الارضية | 18 |
| 95 | يبين نتائج تحليل التباين بين ذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في الإختبارات ألبعدية لمهارة الغطس على بساط الحركات الارضية | 19 |
| 96 | يبين نتائج اختبار (L.S.D) لمعرفة قيمة اقل فروق معنوية بين ذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في مهارة الغطس | 20 |
| 98 | يبين نتائج تحليل التباين بين ذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الامامية المكورة على بساط الحركات الارضية | 21 |
| 101 | يبين نتائج اختبار (L.S.D) لمعرفة قيمة اقل فروق معنوية بين ذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في مهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الامامية المكورة | 22 |
| 102 | يبين نتائج تحليل التباين بين ذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في الإختبارات ألبعدية لمهارة العجلة البشرية | 23 |



| رقم الصفحة | عنوان الجدول | رقم الجدول |
|------------|---|------------|
| 102 | يبين نتائج اختبار (L.S.D) لمعرفة اقل فروق معنوية بين ذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مجموعتي البحث التجريبية الضابطة في مهارة العجلة البشرية | 24 |

قائمة الأشكال

| رقم الصفحة | عنوان الشكل | رقم الشكل |
|------------|---|-----------|
| 43 | يبين مراحل الدرس في الإسلوب الامري وإسلوب الإدخال (التضمين) | 1 |
| 68 | يوضح مهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الأمامية المكورة على بساط الحركات الأرضية. | 2 |
| 68 | يوضح مهارة الغطس على بساط الحركات الأرضية | 3 |
| 69 | يوضح مهارة العجلة البشرية على بساط الحركات الأرضية | 4 |
| 81 | يوضح الأوساط الحسابية للاختبار القبلي والبعدي لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ للمجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة الغطس على بساط الحركات الارضية | 5 |
| 84 | يوضح النسب المئوية لتعلم مهارة الغطس للمجموعتين التجريبية والضابطة | 6 |
| 86 | يوضح الأوساط الحسابية للاختبار القبلي والبعدي لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ للمجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الامامية المكورة على بساط الحركات الارضية | 7 |



| رقم الصفحة | عنوان الشكل | رقم الشكل |
|------------|--|-----------|
| 88 | يوضح النسب المئوية لتعلم مهارة الوقوف على اليدين ثم الدحرجة الامامية المكورة للمجموعتين التجريبية والضابطة | 8 |
| 90 | يوضح الأوساط الحسابية للاختبار القبلي وأبعدي لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ للمجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة العجلة البشرية على بساط الحركات الارضية | 9 |
| 92 | يبين النسب المئوية لتعلم مهارة العجلة البشرية على بساط الحركات الأرضية وللمجموعتين التجريبية والضابطة | 10 |

قائمة الملاحق

| رقم الصفحة | عنوان الملحق | رقم الملحق |
|------------|--|------------|
| 120 | يبين مجالات ومفهوم الحرج الموقفي | 1 |
| 123 | يبين استمارة مقياس الحرج الموقفي | 2 |
| 127 | وحدات تعليمية للمهارات الثلاثة قيد البحث الغطس، الوقوف على اليدين ثم الدحرجة الامامية المكورة، العجلة البشرية على بساط الحركات الأرضية | 3 |

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة ديالى
كلية التربية الرياضية



تأثير إستراتيجية الإدخال (التضمين) في اكتساب بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستيك الفني للذوات الحرج الموقفي

رسالة تقدمت بها

زينب صباح إبراهيم

إلى مجلس كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى
وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في
التربية الرياضية

إشراف

أ.د. محمد الستار جاسم محمد أ.م.د. مها طبري حلس

2012 م

1433هـ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿قَالُوا لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا
إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ﴾

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

البقرة { ٣٢ }



إقرار المشرفين وترشيح لجنة الدراسات العليا

نشهد أن أعداد هذه الرسالة الموسومة بـ (تأثير إستراتيجية الإدخال (التضمين) في اكتساب بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني لذوات الحرج الموقفي) التي تقدمت بها طالبة الماجستير (زينب صباح) تمت تحت إشرافنا في كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى، وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في التربية الرياضية.

التوقيع

أ.م.د. مها صبري حسن

مكان العمل: جامعة ديالى

كلية التربية الرياضية

التاريخ 2012/9/6

التوقيع

أ.د. عبد الستار جاسم

مكان العمل: جامعة ديالى

كلية التربية الرياضية

التاريخ 2012/9/6

بناء على التعليمات والتوصيات المتوافرة نرشح الرسالة للمناقشة.

التوقيع

أ.د. عبد الرحمن ناصر

معاون العميد للدراسات العليا

كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى

2012 /9/9



إقرار المقوم اللغوي

أشهد أن هذه الرسالة الموسومة بـ (تأثير إستراتيجية الإدخال (التضمين) في اكتساب بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستيك الفني لذوات الحرج الموقفي) قد تمت مراجعتها من الناحية اللغوية تحت إشرافي إذ أصبحت مكتوبة بإسلوب علمي خال من الأخطاء والتعبيرات اللغوية والنحوية غير الصحيحة. ولأجله وقعت.

التوقيع:

الاسم: أ.م.د عثمان رحمن حميد

2012 /8/5



إقرار لجنة المناقشة والتقويم

نشهد أننا أعضاء لجنة المناقشة والتقويم اطلعنا على هذه الرسالة الموسومة
**بـ (تأثير إستراتيجية الإدخال (التضمين) في إكتساب
 بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات
 الأرضية في الجمناستك الفني لذوات الحرج الموقفي)**
 وقد ناقشنا الطالبة (زينب صباح إبراهيم) في محتوياتها وفيما له علاقة بها
 ونقر أنها جديرة بالقبول لنيل درجة الماجستير في التربية الرياضية.

التوقيع
 أ.م.د. بسمة نعيم محسن
 عضو اللجنة

التوقيع
 أ.م.د. ماجدة حميد كمش
 عضو اللجنة

التوقيع
 أ.د. اميرة عبد الواحد منير
 رئيس اللجنة

صدقت الرسالة من مجلس كلية التربية الرياضية/ جامعة ديالى في جلسته المرقمة
 () و المنعقدة بتاريخ / / 2012 .

العميد

أ.م.د. مجاهد حميد رشيد

كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى

2012 / /



الأهداء

إلى الأُمِّي الذي علَّمَ الخلق بأجمعه

رسول الله محمد (ﷺ)

إلى من أضاء لي دَربِي

والدي الغالي [حفظه الله] حُباً وإمتناناً

إلى بَيع الحنان والدفئ والرحمة

والدتي الغالية (حفظها الله) إخلاصاً ووفاءً

إلى سَندي في الحياة إخوتي وأختي العزيزة

(عدي وحسين وعبير) مودة وإعتزازاً

إلى بَضّات القلب أطفال المدكّلين

(ليث وأحمد وجنينية) فخراً وإعتزازاً

إلى نور عيني و حبيبي

زوجي الغالي (علي) حُباً ووفاءً

إلى كل من تمنى الخير لي وغمر الحب قلبه أهدي ثمرة جهدي المتواضع





شكر و ثناء

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

اللهم لك الحمد على جميع نعمك و الصلاة والسلام على خاتم النبيين و سيد المرسلين
 محمد (ص) وآله الطيبين الطاهرين ، أسألك اللهم المزيد من فضلك وكرمك لمنحني القوة و تكرمك
 علي بالصبر لإتمام هذه الرسالة .

لا يسعني بعد إتمام هذا الرسالة إلا أن أقدم شكري الجزيل للدكتور عبد الستار جاسم والدكتورة مها
 صبري حسن المشرفين على هذه الرسالة لما أبدوه لي من متابعة كانت خير سبيل
 لتسهيل مهمتي في إنجازها .

و اشكر عمادة كلية التربية الرياضية جامعة ديالى وقسم الدراسات العليا ممثلة بالدكتور عبد الرحمن لما
 قدموه لي من تسهيلات لإتمام هذه الرسالة .

ويسعدني ويشرفني أن أقدم شكري إلى أعضاء لجنة المناقشة، الدكتورة أميرة عبد الواحد
 والدكتورة ماجدة حميد كعبش والدكتورة بسمة نعيم، لتفضيلهم بوقتهم وجهدهم من أجل إغناء البحث و
 إرساء دعائمه .

وأقدم شكري وامتناني إلى الإنسانية التي وضعتني على بداية هذا الطريق
 والتي لم تبخل علي بالجهد والمشورة في بدايتي إلى الإنسانية التي كنت أتمنى أن
 تكون حاضرة معي في هذه اللحظة الدكتورة الفاضلة نبراس معروف، جزاها الله عني خير الجزاء
 والثواب في حياتها .

وأنتقدم بالشكر والعرفان إلى أساتذتي الأفاضل وأخص بالذكر منهم الدكتورة حنان
 عدنان ، والدكتورة بسمة نعيم، والدكتورة فردوس مجيد، والأستاذة سناريا جبار، والأستاذة شيما



حسون ، والأستاذ الفاضل محمد وليد ، وأشكر لجنة المناقشة (السمنار) لإضافاتها ومعلوماتها العلمية التي أعطت الرسالة رصانة علمية وأخرجتها بالإسلوب العلمي القويم .
وعرفانا بالجميل أتقدم بشكري وإمتناني إلى أساتذتي في السنة التحضيرية الأولى على ما قدموه لي من مساعدة وتوجيهات علمية بناءة وإرشادات قيمه طول مدة الدراسة فلهم مني الشكر والتقدير كله .

وأشكر الدكتور عثمان رحمن الإركي المقوم للغوي الذي قوم الرسالة بالشكل الذي يجعلها تخلو من أي شائبة لغوية .
ومن دواعي الوفاء والحب أتقدمت بجزيل الشكر إلى الأستاذ علي أحمد لتعاونه معي في كتابة ملخص الرسالة باللغة الإنكليزية فجزاه الله عني خيرا الجزاء .
وأقدم بشكري العميق إلى الدكتورة حنان عدنان عجبوب لما أبدقتم تعاونا في إخراج النتائج الإحصائية وإظهارها بشكلها النهائي .
ومن واجب الوفاء والعرفان أشكر موظفي وموظفات المكتبة في كلية التربية الرياضية على جهودهم وتعاونهم الذي لا ينسى وهم قصي يونس ومحمد عباس وعادل علي ورجاء علي ، جزاهم الله حسن الثواب .

وأرى من واجب المحبة أتقدم بالشكر العميق إلى صديقتي ورفيقتي في دراستي الأخييين رفاة رشيد، وهبة قاسم لما قدمتا من نصيحة ومشورة وكلمة طيبة فأتمنى لهن التوفيق .

وأقدم بجزيل الشكر إلى أخواني وزملاء الدراسة أثير قاسم ، وليد عطا ومقداد غازي ومحمد عدنان وعلاء إبراهيم وأزاد علي ومهند كنعان ورافد حبيب وفؤاد عبد اللطيف وأحمد ولهان وطارق حميد ورياض مزهر ونزار ناظم ، لما أبدوه من مساعدة، فلهم جزيل الشكر والامتنان .



وأقدم بجزيل الشكر إلى أخواني وزملائي في السنة الدراسية السابقة ، رياض عبد الرضا و
انتصار عباس وعباس حسن وسعيد علوان ، لما أبدوه من مساعدة ومشورة ، فلهم جزيل الشكر .
وأتقدم بالشكر الجزيل إلى فريق العمل وعينة البحث لتعاونهم معي في إنجاز تجربة البحث
فلهم جزيل الشكر .

وأقدم بشكري وحيي إلى أخي وزوجته وأختي وزوجها على ما قدموه لي
من مساعدة ودعوات صادقة وإلى الحبيب محمد أشكره على كل مساعدة قدمتها لي خلال
دراستي ، أدمو من الله أن يوفقك في دنياك .
وأخيراً تنق الباحثة عاجزة في التعبير عن المشاعر التي تحس بها إزاء من كان رضاها
من رضا الله عز وجل فكان دعاؤهما منجياً من كل مكروه وميسراً من كل عسر أمني
وأبي أمد الله بالخير عمرهما .

أبواب الأول

- 1 - التعريف بالبحث.
- 1-1 المقدمة وأهمية البحث.
- 1-2 مشكلة البحث.
- 1-3 أهداف البحث .
- 1-4 فروض البحث .
- 1-5 مجالات البحث .
 - 1-5-1 المجال البشري .
 - 1-5-2 المجال الزماني.
 - 1-5-3 المجال المكاني .
- 1 6 تحديد المصطلحات.



1- التعريف بالبحث:

1 1 المقدمة وأهمية البحث :

أن رياضة الجمناستك واحدة من الألعاب الفردية التي تتطلب موصفات ومتطلبات خاصة بالوقت الذي يمتاز الاداء فيها بالدقة والرشاقة والجمال، وبالوقت نفسه تحتاج الى مواصفات بدنية ومهارية وحركية عالية ، وعلى صعيد التعلم فلا بد للطالبة ان تمتلك قاعدة أساسية من إعداد بدني وحركي ونفسي .

فالجانب الفني والمهاري يوازيه بنفس الأهمية و الإعدادات الإرادية والنفسية . ومن هذا نجد الكثير من الطلبة يواجهون مواقف محرجة لهم عند تعلمهم كثير من المهارات وخاصة الطالبات اللاتي عشن في بيئة اجتماعية مغلقة تعمها تقاليد، قد أبعدها ، وهذه الحالة شكلت مشكلة لدينا ظاهرة معروفة أرادت الباحثة من خلال هذا البحث أن تساهم في إيجاد وسائل أو طرق مناسبة لتحجيم هذه الحالات من خلال استخدامها إحدى الوسائل التعليمية التدريسية وهي (إستراتيجية الإدخال والتضمين) في مجال رياضة الجمناستك الفني وعلى بساط الحركات الأرضية الذي يعد من الأجهزة المساعدة لبقية الأجهزة.

1-2 مشكلة البحث:

اعتاد معظم مدرسي ومدرسات الجمناستك باستخدام أساليب التدريس الاعتيادية غير أبهين بالفروقات الفردية وخاصة للطالبات ولم يهتموا كثيراً بالخلفية البيئية لهن والمستوى المتدني للرياضة المدرسية بشكل عام و الجمناستك بشكل خاص وأن معظم الطالبات لم يمارسن ولم يعرفن شيئاً عن أجهزة الجمناستك للبنات .

وعند ممارستهم العملية لدروس الجمناستك الفني يتفاجأون بتنوع وتعدد الأجهزة وخصوصية وصعوبة المهارات عليهن، مما يتعرضن إلى حالات نفسية ومواقف محرجة لهن عندما يجبرن على الأداء من قبل المدرسات كونه واجب يرتبط باجتيازهن المرحلة الدراسية بنجاح .



أن هذه المواقف تسمى (بالحرج الموقفي) ولخبرة الباحثة كونها تدريسية لهذه المادة ومعرفتها التفصيلية بهذه المواقف التي تتعرض لها الطالبات جراء ذلك ارتأت تجريب أسلوب يناسب ويعالج هذه الحالة وهو (إسلوب الإدخال والتضمين) لغرض الاكتساب والاحتفاظ بالمهارات الأساسية بالجمناستك الفني ، وهي بمثابة محاولة علمية جادة لعلها تعالج هذه الظاهرة أو تساهم في التقليل منها.

1-3 هدفا البحث :

- 1- التعرف على تأثير (إستراتيجية الإدخال) في كتساب بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني لذوات الحرج الموقفي .
- 2- التعرف على نسب التعلم في الاختبار ألبعدي في كتساب بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني لذوات الحرج الموقفي .

1-4 فروض البحث:

- 1- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارات القبليّة و ألبعديّة في كتساب بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في المجموعتين التجريبيّة والضابطة .
- 2- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الإختبارات ألبعديّة في كتساب بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في المجموعتين التجريبيّة والضابطة.
- 3- هناك فروق في نسبة التعلم في كتساب بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني لذوات الحرج الموقفي .



1-5 مجالات البحث :

1-5-1 **المجال البشري** : ويشمل طالبات الصف الثاني في كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى.

1-5-2 **المجال الزمني**: 2012/2/20 إلى غاية 2012/6/24

1-5-3 **المجال المكاني**: قاعة الجمناستك في كلية التربية الرياضية جامعة - ديالى .

1-6 تحديد المصطلحات :

• **الإدخال والتضمين** : هو احد أساليب موستن الأحد عشر، والذي يستوجب

تصميم الواجب على أساس تقسيمه على مستويات متعددة الصعوبة. وهذا يعني انتقال القرار الرئيس إلى الطالب من خلال اختيار المستوى الذي يراه ملائماً ومناسباً لقدراته. (1)

• **الخرج الموقفي** : " عبارة عن خبرة أو استجابة ذاتية تنصب على الشعور بعدم

الارتياح و الأستثارة الداخلية والقلق والحساسية للذات والتردد في حضور الآخرين نتيجة لعيوب في الأداء عند ممارسة الظواهر السلوكية العامة مما يؤدي إلى الفشل في ممارستها. (2)

(1) موستن، شوورت؛ تدريس التربية الرياضية. (ترجمة) جمال صالح جامعة بغداد: وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، 1991، ص181.

(2) بدر محمد الأنصاري؛ قياس الحرج لدى طلاب المرحلة الجامعية من الجنسين وعلاقته ببعض المتغيرات الشخصية في المجتمع الكويتي. (جامعة الكويت، بحث منشور بمجلة كلية الآداب، الحولية (17)، (الرسالة 118، 1997)، ص 11.

أبواب الثاني

- 2- الدراسات النظرية والدراسات والمرتبطة.
- 2-1-نبذة تاريخية عن الإستراتيجية.
- 2-1-1- مفهوم الإستراتيجية .
- 2-1-1-2 الإستراتيجية التدريسية.
- 2-1-1-3 كيفية اختيار إستراتيجية التدريس.
- 2-1-1-4 مواصفات الإستراتيجية الجيدة في التدريس.
- 2-1-1-5 أهمية الإستراتيجية في التعليم.
- 2-1-2 مفهوم الإسلوب التدريسي.
- 2-1-2-1 أساليب موستن التدريسية.
- 2-1-2-2 شروط اختيار الإسلوب.
- 2-1-2-3 إسلوب التضمين.
- 2-1-2-3-1 مضمون إسلوب الإدخال (التضمين).
- 2-1-2-3-2 تحليل إسلوب الإدخال.
- 2-1-2-3-3 أهداف إسلوب الإدخال.
- 2-1-2-3-4 مميزات إسلوب الإدخال .
- 2-1-2-3-5 ايجابيات إسلوب
- 2-1-2-3-6 سلبيات إسلوب الإدخال.
- 2-1-2-4 الاكتساب
- 2-1-2-5 المهارة.

- 1-5-1-2 مفهوم المهارة.
- 2-5-1-2 أنواع المهارة.
- 3-5-1-2 مهارات الجمناستك الفني.
- 6-1-2 الحرج الموقفي .
- 1-6-1-2 أعراض الحرج الموقفي.
- 2-6-1-2 العوامل المحددة للحرج الموقفي.
- 3-6-1-2 نظريات الحرج الموقفي.
- 2-2 الدراسات السابقة والمرتبطة.
- 1-2-2 مناقشة الدراسات السابقة والمرتبطة.



2-الدراسات النظرية والدراسات المرتبطة.

2-1 الدراسات النظرية.

2-1-1 نبذة تاريخية عن الإستراتيجية⁽¹⁾:

وهي كلمة نعني "فن القيادة " ولقد كانت الإستراتيجية لمدة طويلة أقرب ما تكون إلى المهارات(المغلقة)التي يمارسها كبار القادة السياسيين. واقتصرت استعمالاتها على الميادين العسكرية وارتبط مفهومها بتطوير الحرب . وتباين تعريفها من قائد الى آخر، وعليه فإنه لابد من التأكيد على ديناميكية الإستراتيجية إذ أنه لا يقيدتها تعريف واحد جامع . وقد بدأ استخدام الإستراتيجية في الميادين العسكرية إلا أن مدلولها كان من قائد إلى آخر ومن بلد إلى آخر، مع اختلاف معانيها، هذا من كونها فن استخدام الوسائل المتاحة لتحقيق الأغراض : نظام المعلومات العلمية عن القواعد المثالية للحرب إلا أنها تتفق جميعاً في .

1 -اختيار الأهداف وتحديدها .

2- اختيار الأساليب العلمية لتحقيق الأهداف وتحديدها.

3 - وضع الخطط التنفيذية .

4- تنسيق النواحي المتصلة بكل ذلك.

لم يعد استخدام الإستراتيجية مقصوراً على الميادين العسكرية وحدها وإنما امتد ليكون قاسماً مشتركاً بين كل النشاطات للكائن البشري .. وجاء الإبداع في طريقة تنفيذها استجابة لمتطلبات تطور العصر.

(1)حسين عبد الرحمن واخرون ؛ طرائق التدريس الفعالة، ط1. عمان:الأردن،دار صفاء للنشر والتوزيع،2011 ،



1-1-1-2 مفهوم الإستراتيجية: هي خطط أو طرق توضع لتحقيق هدف معين على المدى البعيد اعتماداً على التخطيطات و الإجراءات الأمنية في استخدام المصادر المتوافرة في المدى القصير⁽¹⁾.

2-1-1-2 الإستراتيجية التدريسية⁽²⁾:

هي خطة من أجل تحقيق الأهداف التعليمية فهي تضع الطرق والتقنيات أو الإجراءات التي من المؤكد أن المتعلم يستخدمها فعلاً ليصل إلى الهدف . وهناك استراتيجيات مجربة ومختبرة لتحسين الجو التعليمي وإثراء واكتساب وفهم التعليم لهذا أصبح التربويون يعنون بالكيفية التي تمكن الطالب من تحقيق تعلم أفضل وأكثر من عنايتهم بالكيفية التي تمكن المعلم من تقديم درس أفضل ولقد نجم عن هذا التبادل في التوجه حدوث انتقال من الأنشطة التعليمية التي تتمحور حول الطالب ومنها أسلوب الإدخال الذي يتيح للمتعلم القدرة على اختيار مستوى البدء بالواجب الحركي مع ما يتناسب وقدرات الفرد للوصول إلى الأداء الجيد⁽³⁾. وعليه فقد أورد زيتون (1999) معنيين للإستراتيجية كل منها يكمل الآخر هما : المعنى الأول : " وفيه ينظر إلى الإستراتيجية على أنها فن استخدام الإمكانيات والوسائل المتاحة بطريقة مثلى لتحقيق الأهداف المرجوة على أفضل وجه ممكن بمعنى أنها طرق معينة لمعالجة مشكلة أو مباشرة مهمة أو أساليب علمية لتحقيق هدف معين " أما المعنى الثاني " وفيه ينظر إلى الإستراتيجية على أنها خطة محكمة البناء ومرنة التطبيق يتم خلالها استخدام كافة الإمكانيات والوسائل المتاحة بطريقة مثلى لتحقيق الأهداف المرجوة"⁽⁴⁾.

(1) موقع لانتريت ؛ موسوعة ويكيبيديا.

(2) حسين عبد الرحمن وآخرون ؛ المصدر السابق ه ، ص 256.

(3) عباس أحمد صالح، عبد الكريم محمود؛ كفايات تدريسية في طرائق التدريس التربية الرياضية : مطبعة دار الحكمة جامعة البصرة ، 1991، ص102

(4) حسين عبد الرحمن وآخرون؛مصدر سبق ذكره ، ص 256-257.



وعليه من خلال المعنيين السابقين يمكن تعريف إستراتيجية التدريس على أنها :
"مجموعة من الإجراءات التدريس المخططة سلفاً والموجهة لتنفيذ التدريس ، بغية تحقيق
أهداف معينة وفق ما هو متوافر أو متاح من إمكانيات"(1).

ومن خلال ما تقدمت يمكن أن نستنتج بان إستراتيجية التدريس تتمثل في مجموعة
الإجراءات المختارة لتنفيذ الدرس والتي يخطط المعلم لإتباعها الواحدة تلو الأخرى
بشكل متسلسل أو بترتيب معين مستخدماً الإمكانيات المتاحة بما يحقق أفضل مخرجات
ممكنة وبما يحقق الأهداف التدريسية .وبذلك فإن إستراتيجية التدريس في مجموعة من
إجراءات التدريس المعد سلفاً من قبل المعلم والتي يخطط لاستخدامها في إثناء تنفيذ
التدريس بما يحقق الأهداف التدريسية المرجوة بأقصى فاعلية وبأعلى درجة إتقان.
وترى الباحثة أن الإستراتيجية التدريسية هي الكيفية التي يوظف بها التدريسي قدراته
عن طريق استخدام التقنيات والوسائل الملائمة لتحقيق الهدف.وعليه فقد حددت بعض
مكونات استراتيجيات التدريس بشكل عام على أنها(2):

- 1-الأهداف التدريسية .
 - 2-الأفكار و الاستعدادات التي يهيئها المدرس وفقاً للخطة.
 - 3-الأمثلة والتدريبات والمسائل المستخدمة للوصول إلى الأهداف .
 - 4-الجو التعليمي والتنظيم الصفّي للحصة .
 - 5-استجابات التلاميذ الناتجة عن المثيرات التي ينظمها المعلم ويخطط لها .
- وترى الباحثة من خلال ما تقدم بان هناك أبعاداً مختلفة لمكونات الإستراتيجية
التدريسية ، وتتضمن الاتي "طريقة تقديم المعلومات للتلاميذ ، وطريقة التقويم ونوع
الأسئلة المستخدمة" .

(1) حسين عبد الرحمن السحني وآخرون؛ نفس المصدر، ص 257.

(2) حسين عبد الرحمن السحني وآخرون؛ المصدر السابق، ص 258-257 .



2-1-1-3 كيفية اختيار إستراتيجية التدريس(1):-

أن اختيار إستراتيجية التدريس ينبغي أن يكون وفقاً للأسس التربوية الاتية :

- 1 - إن تكون الأساليب الفنية المستخدمة مناسبة لاستعدادات التلاميذ ومستوى نضجهم.
- 2 - طريقة عرض المادة يجب أن تكون وفقاً للأهداف التربوية العامة والأهداف التعليمية وتكمن المتعلم من تحقيق هذه الأهداف .
- 3 - يجب أن يتوفر الوقت الكافي والمكان المناسب والأدوات اللازمة حتى يتم تنفيذ الإستراتيجية .
- 4- يجب أن تؤدي الإجراءات التدريسية إلى نمو متتابع وتطور مستمر .
- 5 - يجب أن تجذب الإجراءات التدريسية انتباه المتعلم .
- 6 - يجب أن يتم تخطيط الأنشطة بدقة .
- 7- يجب أن تكون إستراتيجية المتعلم فعالة من حيث التأثير في تفكير المتعلمين واتجاهاتهم وسلوكهم .
- 8- تراعي الإستراتيجية المختارة تنظيم مواقف التعليم بحيث تتحدى قدرات التلميذ ويتيح له فرص النجاح .
- 9- إن تراعي الإستراتيجية المختارة تهيئة الفرصة للتلاميذ لاستخدام ما اكتسبوه من معلومات ومهارات .

2-1-1-4 مواصفات الإستراتيجية الجيدة في التدريس(2):

- 1 - أن ترتبط بالأهداف التربوية والاجتماعية
- 2 -المرونة والقابلية للتطور، بحيث يمكن استخدامها من صف الى اخر .
- 3 - إن ترتبط بأهداف تدريس الموضوع الأساسية .
- 4- إن تعالج الفروق الفردية بين الطلاب .

(1) محمود داود الربيعي ؛ سعيد صالح حمد أمين؛ الاتجاهات الحديثة في التربية الرياضية، ط1. اربيل ، مطبعة المنار، 2010 ،ص 178-179.

(2)محمود داود الربيعي ؛ سعيد صالح حمد أمين، نفس المصدر؛ص181 .



- 5 - إن تراعي نمط التدريس ونوعه (فردي ، جماعي).
- 6 - إن تراعي الإمكانيات المتاحة بالمدرسة .
- 7- إن تكون طويلة المدى بحيث تتوقع النتائج وتبعات كل نتيجة .
- 8- الشمولية ، بحيث تتضمن جميع الموافق والاحتمالات المتوقعة في الموقف التعليمي.

2-1-1-5 أهمية الإستراتيجية في التعليم⁽¹⁾ :

- 1 - تعميق وتفعيل طرق التدريس .
- 2 - معرفة خصائص المادة الدراسية .
- 3 - تحويل المعلومات إلى معارف من خلال استخدام استراتيجيات التعليم .
- 4 - إدارة عملية التعلم بشكل مناسب ومريح .
- 5 - التعامل التربوي مع الكل دون تمييز .
- 6 - الوقوف على معوقات التعلم .

2-1-2 مفهوم الأسلوب التدريسي:-

لقد حدثت عدة تطورات في مجال التربية البدنية منذ ولادة مجموعة من الأساليب والتي تشكل تحدياً لأي فكرة أو رأي لما موجود من المعارف ووجهات النظر، وان هذه الأساليب قد اتسع مداها عبر السنين من حيث التطبيقات العلمية لعملية التدريس، وأنها وليدة الظروف والحاجات الاجتماعية، التي تعقدت هذا من جهة والأهداف التي تطمح عملية التعليم إلى تحقيقها من جهة أخرى، على اعتبار أن عملية التعليم في السابق كانت ضيقة حتى ظهور مجموعة الأساليب، والتي نقلت الكثير والعديد من المعلومات إلى الطلاب⁽²⁾.

(1) حسين عبد الرحمن السحني وآخرون؛ المصدر السابق؛ ص259.

(2) وداد محمد رشاد؛ تأثير استخدام بعض أساليب التدريس على تعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة واستثمار وقت التعلم الأكاديمي. (أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2000) ص10.



إن أساليب التدريس في التربية الرياضية قد تنوعت وتطورت، مما أدى إلى استخدام المدرسين أكثر من طريقة لنقل المعلومات إلى الطلبة، مما أمكن بواسطة هذه الأساليب الجديدة مواجهة الفروق الفردية.⁽¹⁾

ولقد تعددت تعاريف أساليب التدريس على لسان العديد من الباحثين في هذا المجال كل بحسب رأيه، فقد عرفتها (عفاف عبد الكريم، 1990) على أنها " مجموعة علاقات تنشأ بين المدرس والطالب، وهذه العلاقات تساعد المتعلم على النمو واكتساب المهارات في الأنشطة الرياضية."⁽²⁾

أما (ظافر هاشم، 2002) فقد وصف الإسلوب بأنه "سلسلة من القرارات التي لها علاقة مباشرة في عملية التعلم والتعليم، وهذه القرارات توضع من قبل المدرس أو الطالب أو كلاهما"⁽³⁾.

ولقد ذكر (موستن 1991) "إن مجموعة الأساليب هي عبارة عن نظرية العلاقات بين المعلم والتلميذ، والواجبات التي يقومون بها وتأثيرها على تطور التلميذ."⁽⁴⁾

وبالنظر إلى أن الهدف من استخدام أساليب التدريس في التربية الرياضية هو إكساب الطلبة المهارات والأنشطة الرياضية وتنمية روح الابتكار وسرعة التفكير وإتخاذ القرار السليم في حل الواجبات الحركية المختلفة وعليه نجد أن هناك علاقة ارتباط لغوية بينهما يحولها المدرس المتمكن إلى مادة حية ومشوقة للطلاب تظهر فيها فلسفة التدريس.

(1) علي الديري، احمد بطانية ؛ أساليب تدريس التربية الرياضية ، اربد: دار الأمل للنشر والتوزيع، 1978، ص11.

(2) عفاف عبد الكريم؛ ؛ التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية ، الإسكندرية: مطبعة منشأة المعارف، 1990، ص79.

(3) ظافر هاشم إسماعيل؛ الأسلوب التدريسي المتداخل وأثره في التعلم والتعليم من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة تعلم التنس . أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2002) ص37.

(4) موستن ؛ المصدر السابق؛ص22.



2-1-2 أساليب موستن التدريسية^(1،2):-

استطاع موستن أن يصمم وينظم عدداً من الأساليب الحديثة في مجال التدريس وقد راعى فيها القدرة على تحقيق الأهداف المطلوب تحقيقها في درس التربية الرياضية و هي (المهارية- المعرفية- النفسية- الاجتماعية) وقد ضمن في كل أسلوب من تلك الأساليب عوامل تحقيق تلك الأهداف وبشكل نسبي انسجاماً مع الهدف المطلوب تحقيقه في كل حصة من حصص درس التربية الرياضية ملائمةً أيضاً مع قدرات التلاميذ (المتعلمين) ومستوياتهم وأعمارهم هذا وقد استطاع موستن إن يحدد احد عشر أسلوباً جديداً وان هذه الأساليب غير مستخدمة في عملية التدريس سابقاً وقد ذكرها بحسب تسلسلها بحيث يكون كل واحد منها مكملاً ومرتبطاً مع الأسلوب الذي يليه إذ صممت الأساليب التدريسية على مجموعتين هما:

1- الأساليب التدريسية المباشرة : والتي يكون فيها سلوك المدرس واضحاً.

1- الأساليب التدريسية غير مباشرة: والتي يكون فيها تأثير سلوك الطالب واضحاً.

وفيما يأتي جداول توضيحية لهذه الأساليب المباشرة وغير المباشرة كما موضحة في الجدول (1) و(2).

جدول رقم (1)
يوضح الأساليب المباشرة

| ميزاتها | الأساليب المباشرة | ت |
|---|----------------------------------|---|
| تتميز هذه الأساليب بإعادة وتكرار ما ذكره المدرس على ضوء المنهج المقرر ومشاركة متميزة للطالب والمدرس | الإسلوب الامري | 1 |
| | الإسلوب التدريبي | 2 |
| | الإسلوب التبادلي | 3 |
| | إسلوب الإدخال (الاحتواء التضمين) | 4 |
| | إسلوب المراجعة الذاتية | 5 |

(¹) موستن، شوورت ؛ المصدر السابق، ص5.

(²) Muska Mosston ,Teaching; Edcation Columbus, Oh Charles E, Merrill 2ndEd 1981.P.12.



جدول رقم (2) يوضح الأساليب غير المباشرة

| ميزاتها | الأساليب غير المباشرة | ت |
|---|--------------------------------------|---|
| وتتميز هذه الأساليب بإنتاج معرفي جديد ذاتي من قبل الطالب ومشاركة متميز له | إسلوب الاكتشاف الموجه | 1 |
| | إسلوب التشعب | 2 |
| | إسلوب الاشتقاق | 3 |
| | إسلوب البرنامج الفردي (تصميم الطالب) | 4 |
| | إسلوب المبادرة | 5 |
| | إسلوب التدريس الذاتي | 6 |

هذا وان جميع هذه الأساليب تشترك وتظهر في ثلاث مراحل هي:

- 1 - مرحلة التحضير للدرس.
- 2 - مرحلة التنفيذ للدرس (النشاطات).
- 3 - مرحلة ما بعد الدر (التقويم والتغذية الراجعة).

إن هذه الأساليب مترابطة في أدائها وتطورها ويتميز كل أسلوب بتحديد الفرد الذي يتخذ القرار خلال العملية التدريسية سواء أكان المعلم أم التلميذ أم كلاهما معاً، وأن أساليب التدريس تعتمد على مفهوم عدم وجود نقيض بينهما، فجميعها تهدف إلى تطوير الطالب، ولكن بأشكال وأنماط مختلفة وعلى ضوء قرارات السلوك التعليمي لكل أسلوب.

هذا وترى الباحثة أن استخدام أسلوب الإدخال (التضمين) في العملية التدريسية يتيح للمتعلم القدرة على الاقتصاد بالوقت والجهد واستغلالهما بالشكل المناسب من خلال اختيار مستوى البدء بالواجب الحركي للصعود للمستوى الأخير مع ما يتناسب وقدرات الفرد للإسراع في عملية التعلم وبالتالي الوصول إلى الأداء الجيد⁽¹⁾.

(1)عباس أحمد صالح، عبد الكريم محمود؛ المصدر السابق، ص102.



2-2-1-2 شروط اختيار الإسلوب:-

وضع (موستن 1994) أساساً في اختيار الإسلوب أو مجموعة الأساليب للتوصل إلى أهداف معينة هي :- (1)

- 1- التهيؤ للتدريس في الوحدة التعليمية القادمة.
- 2- تحديد الإسلوب الأكثر ملائمة لذلك النشاط المدروس.
- 3- تحديد الوحدات التعليمية، والفعاليات التي تشكل مجموعة الدروس.
- 4- الهدف من الوحدة التعليمية، ومدى ملائمة الفعالية، أو المهارة للإسلوب التدريسي.
- 5- تحديد نوع السلوك الذي يود المدرس تطويره.
- 6- مطابقة الأهداف مع موضوع الدرس والتحقق من متطلبات المتعلم واحتياجاته وترشدك إلى اختيار الإسلوب المناسب.
- 7- الأنواع المختلفة للمهارات ولنشاطات الألعاب الرياضية التي من الممكن تعليمها من خلال أساليب مختلفة وتعتمد بذلك على الأهداف المطلوبة.

2-1-3 إسلوب الإدخال (التضمين):

في إسلوب التضمين تبرز هناك علاقة جديدة نتيجة للعلاقة الموجودة بين المدرس والتلميذ وذلك من خلال تطبيق إسلوب التضمين إذ يجد التلميذ وهو يمتلك عدداً كبيراً من القرارات والتي انتقلت من عند المدرس الأمر الذي يزيد من حجم المسؤوليات الذاتية لدى التلميذ التي تفرضها تلك القرارات (2).

إذن هو الإسلوب الذي يأخذ بنظر الاعتبار مستويات الطلبة كافة في تأدية المهارة الحركية إذ يعتمد هذا الإسلوب بالدرجة الأولى على قدرة الطالب في تأدية المهارة بحسب قدراته البدنية المهارية ويكون القرار الرئيس له بالبداية بالمستوى الذي يمكنه من الأداء. إذ تقدمت هذه الواجبات للطالب لينتقي منها ما يتناسب مع قدراته

(1)عباس أحمد صالح، عبد الكريم محمود؛ نفس المصدر ص 102.

(2) سنان عباس علي؛ أثر أسلوب الإدخال (التضمين) في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد لطلاب المرحلة المتوسطة. (رسالة ماجستير، جامعة ديالى، 2005)، ص 27.



كخطوة أولية ينتقل بعد أدائها إلى الواجب الحركي التالي حتى يصل إلى تحقيق متطلبات الواجب الحركي الأخير. " إذ إن الشيء المتميز في هذا الإسلوب هو أن المدرس هو الذي يخطط والمتعلم يختار عمله برغبته، وهذا سوف يعطي دافعاً للمتعلم في تحدي الخوف والفشل في أداءه للمهارة المراد تعلمها، ولأن الطالب في هذه المرحلة يكون مندفعاً يحاول تأدية أي عمل باندفاع ونشاط وهذا قد يسهل في عملية التعلم بشكل أسرع⁽¹⁾.

"إن إسلوب الإدخال (التضمين) أوجد لنا مبدأ جديداً في وضع العمل المطلوب أو تحديده حيث قام بوضع مستويات مختلفة من الإنجاز ضمن العمل الواحد"⁽²⁾ والتجربة الآتية توضح ما سبق شرحه أعلاه:-

أمسك حبلأ بارتفاع قدمين واطلب من طلابك القفز من فوقه بعد اخذ عدة خطوات فمن المحتمل أن يجتاز جميع الطلبة الحبل ومع الاستمرار برفع الحبل (2) سم أو أكثر في كل مرة يبدأ عدد الطلبة الذين يجتازون الحبل بعد كل زيادة يبدأ بالتراجع قد يكون هناك طالب واحد أو ربما لا يستطيع أي من الطلاب اجتيازه، أن هذا الإجراء يعد مناسباً عندما يكون الهدف هو إبعاد أو إقصاء الطلاب، إذن على المدرس أن يضع متغيرات واقتراح بدائل أخرى لتضمين جميع المشاركين بدلاً من الاستثناء أي الانتقال من عملية الأبعاد إلى الاحتواء إذ بإمكان المدرس في هذه الحالة اقتراح البدائل ليوفر لكل تلميذ فرصة في النجاح وليكن متضمناً في الفعالية وليكن المقترح البديل هو وضع الحبل بارتفاع متدرج إن النجاح في اجتياز الحبل سوف يكون حليف كل واحد منهم وهذا أوصلنا إلى الهدف في إيجاد ظروف التضمين أو الاحتواء في الوحدة التدريسية .

(1) عباس احمد صالح و عبد الكريم محمود نفس المصدر ، ص104.

(2) ياسر عبد العظيم سالم؛ تأثير استخدام أسلوب الواجبات الحركية على تعلم بعض مهارات كرة القدم الاساسية لتلاميذ المرحلة الإعدادية . (مجلة بحوث التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة الزقازيق ، المجلد 21، العدد49، ديسمبر 1998) ص307.



2-1-3-1 مضمون أسلوب الإدخال (التضمين)⁽¹⁾:-

- 1-المدرس يتخذ قرارات مرحلة ما قبل التدريس فيقوم بتحديد النشاط الممارس وتوضيح كل ما هو مطلوب من الطالب اداءه.
 - 2- يجب على المدرس أن يوضح أن هناك مستويات متعددة للعمل المراد إنجازها مع ضرورة وجود معيار تتم الممارسة على أساسه.
 - 3- يقوم الطلاب بإتخاذ قراراتهم تجاه مكان الممارسة، والمستوى الذي سوف يبدؤون منه كل بحسب قدراته البدنية والحركية.
 - 4- على الطالب أن يقرر هل يستمر في الأداء نفسه أم ينتقل إلى مستوى آخر أقل أم أعلى من المستوى الذي بدأ منه الممارسة.
 - 5- يجب توافر المكان المناسب لاستيعاب إعداد الطلاب بالصف الواحد وكذلك توافر الأدوات والأجهزة اللازمة لإتاحة الفرصة لكل طالب للمشاركة في وقت واحد للعمل نفسه ولكن من مستويات مختلفة ومتعددة.
- ومما سبق فإن الهدف هو تدريس الطالب كيفية إتخاذ القرارات المناسبة وحل أي من مستويات أداء الواجب هو الذي يكون أكثر ملائمة لقدراته. وهنا " تكون المنافسة من خلال أداء الفعاليات عبارة عن منافسة الفرد مع نفسه ومع مقاييسه الثابتة، وقدراته، وطموحاته، وليس مع تلك التي يمتلكها الآخرون."
- ## 2-3-1-2 تحليل أسلوب الإدخال (التضمين):-

من خلال إطلاع الباحثة على مجموعة المصادر ترى أن تحليل أسلوب الإدخال (التضمين) يكون من خلال قرارات السلوك التعليمي للمراحل الثلاث" إذ أن دور المعلم في هذا الأسلوب يكمن في إتخاذ القرارات في مرحلة ما قبل الدرس (الإستعداد) بينما يقوم التلميذ بإتخاذ القرارات في مرحلة الدرس (الأداء) ويتضمن ذلك القرار المتعلق بالدخول إلى موضوع الدرس من خلال اختيار مستوى معين في أداء الواجب. وفي مرحلة ما بعد الدرس (التقويم) يقوم التلميذ باتخاذ القرارات الخاصة بعملية تقويم

(1) ياسر عبد العظيم سالم؛ المصدر السابق، ص307.



الأداء أي أدائه ويقرر في أي من المستويات المتوافرة يتم الاستمرار بالأداء" وفيما يأتي عرض لهذه المراحل كما يبينها (موستن، 1991) (1)

مرحلة ما قبل الدرس (الإستعداد) (2)

في هذه المرحلة يقوم المدرس باتخاذ جميع القرارات، ومن اجل تقديم الإسلوب إلى صف جديد، إذ يهيئ الفكرة ويراجع مراحلها، والجمل والأسئلة المناسبة. إن هذه الإجراءات لا تكون ضرورية في الوحدة التدريسية التالية، وإنما عرض الفكرة عادة ما يكون له تأثير قوي في المتعلم فانه لا يحتاج إلى رؤية وسماع الفكرة مرة ثانية، وان ما يحتاجه هو تجربتها فقط .

مرحلة الدرس (الأداء)

ويكون تسلسل الأحداث فيها كما يأتي:-

- 1- تقديم المفهوم أو تهيئة المشهد عن طريق عرض الفكرة. ويمكن أن يتم ذلك بواسطة الشرح.
- 2- تحديد الهدف الرئيس من الإسلوب وهو احتواء وتضمين المتعلم في أداء الواجب بواسطة إيجاد مدى معين يتم فيه أداء الواجب أو الواجبات.
- 3- توضيح دور المتعلم والذي يتطلب:-
 - أ- فحص الخيارات (المستويات) وتجريبها.
 - ب- اختيار المستوى الابتدائي للأداء.
 - ج- أداء الواجب.
 - د- تقويم المتعلم لأدائه ذاتياً بالمقارنة مع المعيار المطلوب.
 - هـ- تحديد ما إذا كان مستوى آخر مطلوباً أو مناسباً أم لا.
- 4- توضيح دور المدرس ويتضمن:-
 - أ- الإجابة على أسئلة المتعلمين.
 - ب- بدء عملية الاتصال مع المتعلمين.

(1) موستن ؛ (ترجمة) ، جمال صالح (و آخرون) ، المصدر السابق ، ص184.

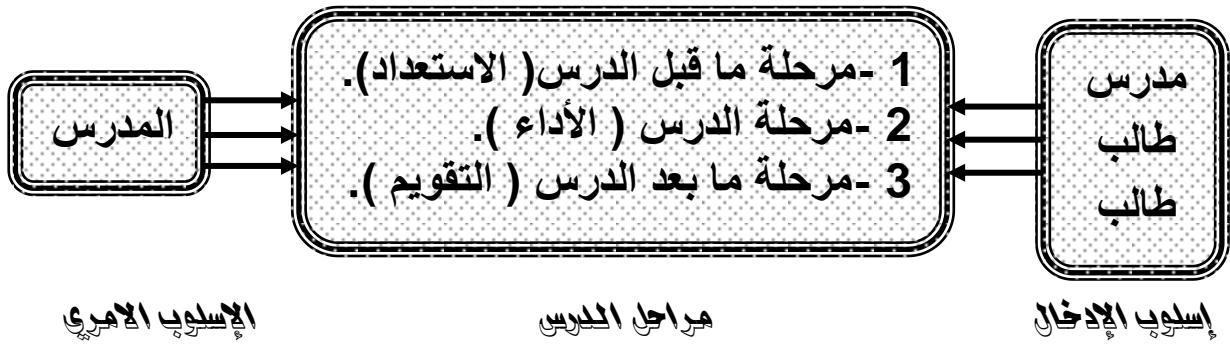
(2) موستن ؛ (ترجمة) ، جمال صالح (و آخرون) ، نفس المصدر ، ص184- 188.



- 5- عرض موضوع الدرس وتقديمه.
- 6- توضيح الإجراءات التنظيمية والإدارية.
- 7- انتشار المتعلمين والبدء بالانشغال في أدوارهم و واجباتهم الفردية.

مرحلة ما بعد الدرس (التقويم)

- 1- يقوم المتعلمون بتقويم أدائهم مستخدمين ورقة المقياس أو المعيار.
 - 2- يقوم المدرس بمراقبة طلاب الصف لمدة من الوقت والتنقل بينهم متصلاً مع كل طالب بشكل فردي لإعطاء التغذية الراجعة ومدى قيامهم بدوره.
- إن الفرق بين مراحل الدرس في الإسلوب الأمري (التقليدي) وإسلوب الإدخال (التضمين) بينها الشكل (1).



شكل (1)
يبين مراحل الدرس في الإسلوب الأمري وإسلوب الإدخال (التضمين)

2-3-1-3 أهداف إسلوب الإدخال (التضمين) (1):-

" إن الهدف الأساسي من هذا الإسلوب هو إعطاء الفرصة للمتعلم بالتفاعل مع النشاط في مستوى مناسب له، وعند إعطائه هذه الفرصة فهي عملية نجاح معنوية وممتعة للمتعلم وبالنتيجة سوف يؤدي المتعلم الواجب بمستوى عالٍ".

إن الأهداف التي يمكن التوصل إليها بموجب استخدام هذا الإسلوب هي:- (2)

- 1- إدخال أو تضمين جميع الطلاب.
- 2- الاهتمام بالفروق الفردية.

(1) عباس احمد صالح و عبد الكريم محمود؛ المصدر السابق ، ص104-106

(2) ظافر هاشم اسماعيل؛ المصدر السابق ، ص43



- 3- منح الفرصة للممارسة الفعالية أو أداء النشاط بما يتناسب مع مستوى وقابلية المتعلم.
- 4- إعطاء الفرصة للدخول في المستوى الذي يرغب فيه المتعلم.
- 5- إتاحة فرصة للرجوع إلى مستوى سابق أدنى إذا لم يحدث نجاح في المستوى المختار.
- 6- أكثر فردية من الأساليب الأخرى لأنه يوفر للطالب مستويات مختلفة لكل عمل واحد.

2-1-3-4 مميزات أسلوب الإدخال (التضمين) (1):-

- 1- مشابه لإسلوب فحص النفس - ولكن الطالب له اختيارات عدة في اختيار مستويات مختلفة للأداء بداخل الواجب.
- 2- يحق للطالب الاختيار في أي مكان يبدأ وكيف يسرع تطوير الأداء.
- 3- درجات متعددة من الصعوبة.
- 4- تفسح المجال أمام الطالب للقيام بمحاولات أكثر لأداء الواجب.
- 5- تشجع الطلبة على تقويم أنفسهم أثناء الأداء.

2-1-3-5 ايجابيات أسلوب الإدخال (التضمين) (2)

- 1- بما أن الطالب هو الذي يقرر مستوى الأداء، فهو الأكثر معرفة بالاحتياجات الفردية، ويسمح للطالب بالطلب والتكلم (أداء الرأي).
- 2- عدد قليل من الطلبة يفشلون في الاختيار.
- 3- يتم تصميم الواجب أو المهارة ذاتها وبدرجات مختلفة الصعوبة.
- 4- يضم الطلاب جميعاً ضمن الدرس.
- 5- يمنح الفرصة للمتعلمين بتحديد نقطة الدخول إلى المستوى الملائم لهم.
- 6- يمنح الفرصة للموازنة بين واقع الأداء والطموح.

(1) ظافر هاشم اسماعيل؛ المصدر السابق، ص42.

(2) ظافر هاشم اسماعيل؛ المصدر السابق، ص42-43.



7- يتخذ المتعلمون القرارات حول البدء بالتمرين وباستطاعتهم أداء التمرين بمفردهم كما في الإسلوب التدريبي.

2-1-3-6 سلبيات إسلوب الإدخال (التضمين)⁽¹⁾

- 1- الكثير من التخطيط للأداء والتفكير فيه.
- 2- سهولة للطالب في أن يختار ويبدل مجهوداً واطناً لعدم تحديد مستويات الإنجاز.
- 3- تحتاج إلى أجهزة وأدوات كثيرة وساحات واسعة وقد لا تقسح المجال أمام المدرس بمراقبة جميع الطلبة عند أدائهم.

2-1-4 الإكتساب:

الإكتساب هو قياس لمقدار التعلم الأولي ومعرفة منحنياته وهو يدخل ضمناً في مفهوم التعلم ويمكن عدّه المرحلة الأولى من التعلم وهو التغيير الدائم القليل أو الكثير في السلوك والذي يعكس تغييراً في الأداء⁽²⁾.

فالإكتساب يعد من المواضيع المهمة التي تتدرج تحت مفهوم التعلم ، فأى تغيير في السلوك يؤدي إلى تغيير في الأداء يمكن أن يعكس لنا اكتساباً جديداً للمتعلم.

ومن النقاط الرئيسية لتسهيل عملية نجاح الإكتساب والتي حددها (Magill,1998) هي أن المعلم يجب أن يأخذ بنظر الاعتبار الشرح والعرض للمتعلم لغرض التأكيد من وصول الدلائل والتعليمات والارشادات مثل التغذية الراجعة والتعرف على ظروف التمرين وتوزيعاتها وجدولتها وان تتماشى مع احتياجات المتعلم .. ويلاحظ في المراحل الأولى لإكتساب المهارة بقيام المتعلم بالتفكير بأشياء كثيرة تتعلق بالعناصر الأساسية للأداء ويتكرر هذا في كل محاولة وتذبذب الأداء بين المحاولات ، وبعد

(1)Clarence,Darro; Physical Education Kinesiology Program :(inter-net, temple university , 1997) p.3.

(2) Magill, A.Richard,motor Learning,concepts and opplicon,fifthedition,mcgraw-Hill,1998,P.141.



الاستمرار في التمرين ومع تقدمت الوقت يصبح المبتدئ ماهراً والأفكار والتعقيدات التي كانت تشغله تصبح وبدون شك بعيدة تماماً، ويبدأ المتعلم بالتركيز على حالات أو أشكال أخرى من استخدامات المهارات وإستراتيجياتها وتتهياً أمامه إختبارات عدة للأداء⁽¹⁾.

2-1-5 المهارة:

2-1-5-1 مفهوم المهارة⁽²⁾:

المهارة عبارة عن الأداء المتميز ذي المستوى الرفيع في مجالات الحياة كافة وهي بذلك تشمل الاداءات الناجحة للوصول للهدف . أما المهارات الحركية فيه التي تتطلب من الفرد إن يستقبل معلوماته من خلال أعضائه الحسية ويرى انه يمكن تعلم المهارات الحركية الإدراكية من خلال تعلم مكوناتها الخاصة فعندئذ يمكن تعلم المهارة ككل .

2-1-5-2 مهارات الجمناستك الفني:

تتميز رياضة الجمناستك بأنها وسيلة فعالة من وسائل التربية والتسلية وتنمية الثقة بالنفس، لذا فإنها تعد إحدى الرياضيات الأساسية في مناهج التربية الرياضية لما لها من أهمية و فوائد كثيرة، فهي تتميز بتدرج المهارات من السهل البسيط إلى الصعب المعقد لذا فإنه وعلى ضوء مستوى قدرات الممارسين يمكن تحديد ما هو مناسب لهم من قدرات⁽³⁾.

ويشير نورمان إلى إن رياضة الجمناستك تؤدي إلى تطوير النواحي العقلية والملاحظة والتفكير وتنمية وظائف الدماغ وتحسين عمل الدورة الدموية والأجهزة الداخلية واكتساب الإحساس الجمالي والعادات الصحيحة⁽⁴⁾.

أن تعلم مهارات الجمناستك يتطلب ظروفاً ملائمة لغرض التعجيل في عملية الاكتساب لتلك المهارات ، أي انه كلما كانت ظروف التعلم ملائمة كان التعلم أسرع ،

(1) يعرب خيون.؛ التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق بالعراق:بغداد،مكتب الصخرة للطباعة،2002 ، ص42.

(2)نبيل محمود شاكر؛علم الحركة التعلم والتعلم الحركي حقائق ومفاهيمجامعة ديالى:كلية التربية الرياضية،2005،ص100.

(3) محمد فؤاد حبيب وغانم مرسي غانم ؛ معوقات تنفيذ منهاج الجمناز على مدارس البنين في دولة الإمارات العربية المتحدة ؛ (مجلة المؤتمر العلمي، الرياضة وتحديات القرن الحادي والعشرين، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان ، 1997، المجلد

الاول)ص 15 .

(4) ج. نورمان ؛ جمناز الاجهزة ؛ ترجمة: سليمان حسن واخرون (كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، 1985، ص 18-19.



وان تعدد الأجهزة في رياضة الجمناستك الفني واختلاف مهاراتها عن بقية الرياضات يفرض على الطالبة التمتع ببعض الصفات البدنية و المهارية والتي يمكن الحصول عليها من خلال الممارسة والتدريب لغرض تنمية القدرات بشكل يساهم في رقي مستوى التعلم⁽¹⁾.

ويمكن تحديد أهمية الجمناستك على وجه الأتي⁽²⁾:

- 1 - تنمية القدرات والمهارات البدنية.
- 2 - تنمية القدرات العقلية.
- 3 - تنمية القدرات التربوية.
- 4 - الاهتمام بالنواحي الصحية.
- 5 - تنمية الإحساس.

أن طبيعة الأداء المهاري على أجهزة الجمناستك الفني تختلف من جهاز الى آخر استناداً لمتطلبات كل جهاز وخصائصه، ألا أنها تحتاج إلى مستوى عالٍ من اللياقة البدنية والمهارة الحركية ، ويشمل الجمناستك الفني للنساء أربع أجهزة وهي⁽³⁾ :

- 1 -جهاز الحركات الأرضية (Double Flex Floor).
- 2 -جهاز منصة القفز (Vaulting Horse).
- 3 -جهاز المتوازي مختلف الارتفاع (Uneven Bars).
- 4 -جهاز عارضة التوازن (Balance Beam).

ويتضمن الجمناستك الفني تمرينات متنوعة ومختلفة الصعوبة تؤدي على شكل سلاسل وتشكيلات حركية على الأجهزة باستثناء حضان القفز⁽⁴⁾، سوف تترك الباحثة الى

(1) معروف ذنون حنتوش وآخرون؛ المبادئ الفنية والتعليمية للجمناز والتمارين البدنية، الموصل:مطبعة جامعة الموصل ، 1985، ص35.

(2) معروف ذنون حنتوش وآخرون؛ المصدر السابق ؛ ص35.

(3) عبد الستار جاسم؛ عايدة علي حسين؛الجمناز المعاصر للبنات، بغداد: دار الحكمة للطباعة والنشر، 1991، ص51-52.

(4) يوركن لاش وآخرون؛ الأسس النظرية في الجمناستك بغداد:مطبعة اوفسييت منير ، 1987، ص39.



المهارات الأساسية قيد البحث بشكل من التفصيل من حيث طريقة الأداء على جهاز الحركات الأرضية وهذه المهارات هي:

أ: الغطس⁽¹⁾ Diving.

وتسمى في بعض المصادر الدرجة الأمامية من الطيران وهي تطور في الصعوبة لحركة الدرجة الأمامية من القفز ولهذا فإن هذه الحركة تؤدي من الركضة التقريبية. **الأداء الفني:**

تقوم اللاعبة بأداء الركضة التقريبية وتكون بسرعة متوسطة وبعد الركضة التقريبية تقفز اللاعبة إلى مكان القفز وبجسم مائل للخلف قليلاً حوالي (80) درجة ، وخلال القفز إلى مكان القفز يتم ثني قليل في الركبتين ثم مدهما إذ يكون الوقت المستغرق لتنفيذ عملية القفز كمعدل وسطي (0,12) ثانية ويتم خلال هذا الوقت مد الركبتين وميلان الجسم إلى الإمام ثم يترك مكان القفز والجسم بزاوية قدرها (101) درجة وحينها يبدأ ترك الأرض ويتحقق الطيران ، ويكون الطيران بحيث يتحقق المد في الجسم مع تقوس قليل في الظهر ولهذا فإن الرأس يرفع قليلاً إلى الخلف وفي النهاية الطيران يتم الإستعداد للهبوط بحيث يبدأ الثني القليل في مفصل الورك مع مرجحة الذراعين؟ أماماً عالياً وبعدها تكون اليدين على الأرض وعمل اليدين هو إيقاف الحركة ثم ثني الذراعين وضم الرأس إلى الصدر لتسهيل عملية الهبوط مع ملامسة الرقبة للأرض فتتحقق الدرجة الأمامية ثم الوقوف نصف المسافة من محل القفز إلى أن تمس الذراعان الأرض كمعدل وسطي (2,58) متر، وتحتسب الدرجة من (10) درجات.

(1) صائب عطية أحمد، ابراهيم خليل ؛ الجناساتك للصفوف الثانية. بغداد: مطبعة جامعة بغداد، 1985، ص 27 .



ب-الوقوف على اليدين ثم الدحرجة Hand Stand to Forward Tuck Roll الأمامية المكورة (مهارة مركبة) (1):

تعد حركة الوقوف على اليدين من الحركات الأساسية والمهمة جداً في رياضة الجمناستك كونها تستخدم في جميع الأجهزة للبنين والبنات بالأخص جهازا الحركات الأرضية وعارضة التوازن بالنسبة للبنات وأجهزة الأرضية والمتوازي والحلق بالنسبة للبنين كذلك يجب إن تتقن الحركة من بداية التدريب وللأعمار المبكرة إذ إن هذه الحركة بحاجة إلى استخدام القوة العضلية للذراعين وشد جميع المجاميع العضلية للذراعين والبطن وصولاً للأداء الصحيح وتؤدي هذه المهارة من أوضاع مختلفة.

الأداء الفني:

رفع الذراعين عالياً دون إحداث زاوية بالكتف مع رفع ساق الارتكاز ممدودة للإمام بعدها يبدأ الجسم يميل للإمام ووضع ساق الارتكاز على الأرض ورفع الساق الثانية الممدودة للخلف والأعلى مع وضع الذراعين على الأرض باتساع الصدر ويجب إن تلحق ساق الارتكاز بالساق الثانية للوصول إلى حال الوقف على اليدين ويرفع الرأس إلى الأعلى وذلك عن طريق إبعاد الذقن عن الصدر وإحداث شد في المجاميع العضلية للبطن والساقين وكذلك يجب أن يكون مركز ثقل الجسم فوق نقطة الارتكاز. تبدأ اللاعبة بثني الذراعين وصولاً إلى زاوية (90) درجة وثني الجذع إلى الإمام مع بقاء الرجلين مثبتتين.

الاستمرار في الثني إلى إن تلامس الأكتاف الأرض ثم الجذع وبعد ذلك الحوض وصولاً إلى الوضع النهائي، وتحنسب الدرجة من (10) درجات.

(1) عبد الستار جاسم؛ عايدة علي حسين؛ المصدر السابق، ص 155 .



ج- العجلة البشرية⁽¹⁾: Cart Wheel

وهي نوع من أنواع القلبات ، وتختلف القلبات عن الدحرجات في أنها تؤدي والجذع (العمود الفقري) ممدود بعكس الدحرجات التي يكون فيها الجذع مثنياً.

الأداء الفني:

من وضع الوقوف فتحاً برفع الطالبة الذراعين مائلاً عالياً بحيث تصنع الذراع اليمنى مع الرجل اليسرى خطأ مستقيماً تقريباً وكذلك الذراع اليسرى مع الرجل اليمنى ثم ترفع الطالبة رجلها اليمنى ثم تضعها على الأرض مرة أخرى وذلك لنقل مركز ثقل الجسم فوقها.

تنثني الطالبة الجذع قليلاً مع مرجحة خفيفة لتضع اليد اليمنى على الأرض على أن تكون الذراع ممتدة ، وأن تشير الأصابع للخلف عندئذ تترك الرجل اليسرى الأرض بمرجحة كبيرة مع أخذ الرأس إلى الخلف ودفعة قوية من الرجل اليمنى تنقلب الطالبة بانسياب الرجلين مفتوحتين مارة على وضع الوقوف على اليدين فتحاً إذ يكون مركز ثقل الجسم على الرجل اليسرى ، وبعد هبوط الجسم على الرجل اليمنى الأرض وتصل الطالبة الوقوف فتحاً والذراعان مائلاً عالياً وهو الوضع الابتدائي نفسه، وتحتسب الدرجة من (10) درجات.

(1) صائب عطية؛ إبراهيم خليل؛ المصدر السابق؛ ص 49-50 .



2-1-6 الحرج الموقفي:

"كثير من المفاهيم التي يتعامل معها علم النفس في الوقت الراهن لها تاريخ طويل ولكن الدراسة العلمية لمفهوم الحرج الموقفي ذات تاريخ حديث نسبياً، ويرجع ذلك غالباً إلى أن هذا المفهوم الحديث في بحوث الشخصية والتي لم تحظَ باهتمام علماء النفس إلا من خلال العقدين الأخيرين"⁽¹⁾.

وأن (جوفمان 1963) هو صاحب الفضل في إبراز مفهوم الحرج ، إذ رأى إن الحرج يحدث في الغالب لان الفرد ظهر أمام الآخرين بصورة تناقض الصورة التي تمنى إن يظهر بها أمامهم⁽²⁾.

ولذلك فإن الحرج مرتبط بالموافق التي تعوق الفرد عن إبراز الصورة التي يرغب في الظهور بها أمام الآخرين ويعد الحرج أحد ظواهر الخجل التي تتدرج تحت القلق الاجتماعي ، إذ إن الأفراد أصحاب القلق الاجتماعي المرتفع غالباً ما يشعرون بالحرج أو الارتباك، والذي يؤثر بدوره في كيفية إدراكهم ومستوى تقديرهم للإحداث ولردود أفعال الآخرين مما يؤدي إلى شكوك كثيرة لديهم عند تعاملهم مع الآخرين.

والحرج عبارة عن حالة انفعالية أو ظرف انفعالي عابر ويتسم بمشاعر ذاتية من التوتر والخشية ومثل هذه الحالة قد تختلف في الشدة وتقلب وتتذبذب عبر الزمن ويستجيب بها الفرد لظروف بيئية مختلفة، وتحدث هذه الاستجابات رداً على كل تغير مهم يحدث في الموقف ومن ثم فإن الحرج له مكونات فسيولوجية ومعرفية وموقفية، ويتسم الحرج بإحساسات تحول دون إشباع الفرد لحاجاته وسلوك تعبيرية معين، كمقاومة أو تجنب مواقف الاقتراب، والتفاعل مع الآخرين إذ لا يمكنه الابتعاد عن مراقبة الآخرين له، وينزع الحرج إلى الظهور فجأة ويصعب التحكم فيه إلى حد معين⁽³⁾، ومن الأسباب التي تؤدي إلى ذلك هي⁽⁴⁾:

(1) بان عدنان محمد؛ الأسلوبان الامري والتدريبي لذوي الحرج الموقفي وتأثيرهما في تعلم بعض المهارات الأساسية بعارضة التوازن والاحتفاظ بها في الجمناستيك الفني .(اطروحة دكتوراة منشورة ،كلية التربية الرياضية،جامعة بغداد 2007)،ص 47.

(2) بدر محمد الانصاري ؛ المصدر السابق ص 2- 6 .

(3) مصطفى نوري القمش؛ خليل عبد الرحمن المعاطية؛ الإضطرابات السلوكية والانفعالية ، ط 1، عمان: الاردن ، دار صفاء للنشر والتوزيع، 2011، ص 223 .

(4) مصطفى نوري القمش؛ خليل عبد الرحمن ؛ نفس المصدر، ص 223 .



• عوامل خارجية: ناتجة عن الظروف البيئية المحيطة به كالعوائق الاجتماعية.
 • عوامل داخلية شخصية : تنشأ عن وجود عيب خلقي أو جسدي أو نفسي أو نقص في المهارات الاجتماعية.

وتعرفه الباحثة(بأنه ظاهرة لحالات انفعالية نتيجة ظروف خارجية تؤثر في نفسية الفرد مما تؤدي إلى قيامه بموازنة التناقض الحاصل بين الصورة الواقعية والصورة الخيالية التي رسمها في الدماغ والتي تتعكس سلباً على بعض المؤشرات الوظيفية للفرد بشكل واضح).

2-1-6-1 إعراض الحرج الموقفي :

يصاحب الحرج أعراض متعددة صنفها⁽¹⁾ (Pilkons & Norqwood) كما يأتي :

- 1 أعراض سلوكية: من مظاهرها الكبح والسلبية ، تجنب الاتصال البصري، تجنب المواقف المخيفة ،التحدث بصوت منخفض جداً ، حركات جسدية غير ملائمة أما بقلتها أو زيادتها كالإفراط في الابتسام أو عدم الطلاقة اللفظية أو عدم المبادرة الاجتماعية أو سلوكيات ملازمة تدل على العصبية والقلق(كاللعب بشعره دائماً)،الانسحاب الاجتماعي والصمت في المواقف التي تتضمن تفاعلاً اجتماعياً،وانخفاض توكيد الذات.
- 2 أعراض فسيولوجية: من مظاهرها زيادة معدل دقات القلب ،التعرق، الارتجاف ، جفاف الفم ، الشعور بالدوخة أو الغثيان ، تجربة الموقف أو شعور الشخص كأنه غير حقيقي أو غير موجود ،والخوف من فقدان السيطرة.
- 3 أعراض معرفية:ومن مظاهرها انخفاض تقدير الذات ، التمرکز حول الذات وزيادة الوعي بالذات وحمل أفكار سلبية حول المواقف والآخرين ، الخوف من الظهور بمظهر الغبي أمام الآخرين ومن التقييم السلبي ، مناقشة الكمال ،نقد الذات ،معتقدات لاعقلانية برؤية نفسه مليئاً بالعيوب وعدّها نقاط قوة لدى الآخرين،مفهوم الذات متدن،توقعات سلبية لتفاعله الاجتماعية.

(1) مصطفى نوري القمش؛ خليل عبد الرحمن ؛ نفس المصدر،ص 225-226 .



4- إعراض انفعالية: ومن مظاهرها ظهور انفعالات سلبية كالارتباك والشعور المؤثر بالذات ،الشعور باستحياء ، تقدير ذات منخفض ، الحزن ، الشعور بالوحدة ،الاكتئاب ،القلق وعدم الشعور بعدم الأمن ،التركيز على الشعور السلبي المؤثر بدوره على أنماط التفكير .

2-1-6-2 العوامل المحددة للخرج الموقفي⁽¹⁾:

أولاً/ العوامل البيولوجية(Biological) :

وتتضمن الإستعدادات الموروثة التي يمكن أن تجعل الفرد مستهدفاً للارتباك ، وتشكل هذه العوامل في الغالب سمة الحرج وهذه الإستعدادات تتمثل في(الشعور العام بالذات ،عدم الكفاءة الاجتماعية ،الحياء المفرط ، التكتّم الاجتماعي).

ثانياً/ العوامل الاجتماعية :

وتتمثل في التنشئة الاجتماعية التي تطبع الفرد، وتساعد على نمو الحرج لديه .

ثالثاً / المواقف الاجتماعية:

هناك عدة مواقف تثير الشعور بالحرج وهي فقدان السيطرة على الجسم ،عدم الإلمام بأنظمة السلوك ، الخطأ في الحكم في إن يضحك الآخرون و يسخروا منه ، منافاة الذوق العام ،التدخل في الخصوصية الذاتية.

ومن الواضح أن ظاهرة الحرج من الظواهر المرتبطة بمواقف معينة،قد تزول بزوالها أي حالة انفعالية ذات انتشار كبير ، وتتسبب للفرد في مشكلات نفسية واجتماعية ، إذ أن الشخص المحرج يكثر من الإيماءات والصمت واحمرار الوجه وانخفاض في تقدير الذات وتقويمها والانسحاب من مواقف المواجهة والخوف من إبداء الرأي والشعور بالقصور.

(1) بدر محمد النصاري ؛ المصدر السابق؛ ص 12-13.



و كشفت دراسة (اديمان) أن الحرج يخضع لمنظور (السمة - الحالة) ، بمعنى أن الحرج يعد سمة من خلال استعداد الفرد نحو الحرج ، كما يعد حالة لموقف اجتماعي محرج ومع ذلك فإن الاتجاه نحو عدّ أو الظرف الخاص ، ليس مجرد تحيز لاتجاه نظري دون مبرر فهناك ما يشير إلى وجود الحرج الموقفي، والحرج المستمر ، والواقع إن معظم الأفراد يتعرضون في حالة أو أخرى من مراحل حياتهم أو في ظروف معينة للشعور بالحرج ،في حين أن نسبة اقل بكثير تعاني من الحرج بصفة مستمرة ، وهكذا فقد يبدو من الممكن أن يصبح الحرج أحياناً سمة لدى بعض الأفراد، وان يكون حالة مشروطة بمواقف اجتماعية معينة لدى غيرهم من الناس . ومع ذلك يجب على المختصين في علم النفس تحري الحذر في التعامل مع مفهوم السمة ومفهوم الحالة ، لأنهما يعكسان في الواقع اتجاه الباحثين في مكونات الشخصية ، فعلى سبيل المثال فإن الباحث الذي يؤكد أهمية العوامل البيولوجية في تفسير السلوك تجده يركز على مفهوم السمة ، في حين من يركز على أهمية العوامل البيئية في تفسير السلوك نجده يؤكد على مفهوم الحالة.

2 1 6 3 نظريات الحرج الموقفي⁽¹⁾:

1 - مدرسة التحليل النفسي :

يرى أصحاب نظرية التحليل النفسي أن الحرج يحدث نتيجة خوف الفرد من الخجل أو احمرار الوجه ، وهي حالة عصبية ناجمة عن القلق الاجتماعي .

2-المدرسة السلوكية :

تركز المدرسة السلوكية على أهمية العقاب في توجيه الحرج إذ يرى (سكندر 1904-1990) أن السلوك الذي يتكرر عقابه يؤدي إلى الجبن أو الخجل والحرج ، وبالتالي فإن الحرج يحدث عندما يرتكب الفرد سلوكاً ما يعاقب عليه.

(1) بدر محمد الانصاري ؛ المصدر السابق ؛ ص 8-10 .



3- النظرية الوجودية:

يركز أصحاب المدخل الوجودي على أهمية العوامل البيئية أو المواقف الاجتماعية التي تتسبب في الحرج واحمرار الوجه خجلاً ، ولهذا يرى أصحاب هذه المدرسة أن الحرج يحدث عندما يظهر الفرد بصورة غير مرضية لنفسه أمام الآخرين.

4- مدرسة المذهب الاجتماعي:

يركز أصحاب المذهب الاجتماعي التفاعلي على أهمية العمليات التفاعلية في الموقف إذ يحدث الحرج في ضوء ما يأتي :-

- 1 - توفير شخص أو أكثر في الموقف.
- 2 - أدراك الفرد لانتباه الآخرين له.
- 3 - التقمص أو المشاركة الوجدانية.
- 4 شعور الفرد بأنه قد تم الحكم عليه من قبل الآخرين.

وتلخص الباحثة إلى إن الحرج يحدث عندما يظهر الشخص بالصورة المناقضة للصورة التي يتمنى الظهور بها أمام الآخرين من خلال ما ذكر سابقاً نرى ان أصحاب نظرية التحليل النفسي ركزوا على إن الحرج يحدث نتيجة الخوف من الفشل بينما ترى المدرسة السلوكية إن العقاب بأنواعه وتكراره هو الذي يؤدي إلى الحرج ، أما أصحاب النظرية الوجودية فينظرون إلى الحرج من خلال العوامل البيئية أو الموقفية وعدم الرضا عن النفس، بينما يركز أصحاب المذهب الاجتماعي على أهمية العمليات التفاعلية في الموقف . من هنا تميل الباحثة مع ما ذهب إليه أصحاب النظرية الوجودية كونها تركز على الخلفية البيئية والاجتماعية للطالبة مسببة المواقف الموقفي وخاصة في البيئة التعليمية (مكان الدرس) الذي تقوم الطالبات بأداء المهارات فيه ، إذ كلما توفرت بيئة صالحة أو مكان ملائم للدرس كلما ساهم في تقليل تأثير الحرج الموقفي على أداء الطالبات أثناء الوحدة التعليمية.



2-2 الدراسات السابقة والمرتبطة:

1-2-2 دراسة بدر محمد الانصاري 1997⁽¹⁾:

[قياس الحرج الموقفي لدى طلاب المرحلة الجامعية من الجنسين وعلاقته ببعض متغيرات الشخصية في المجتمع الكويتي]

هدف الدراسة:

- هدفت هذه الدراسة إلى تقديم الحرج الموقفي بوصفه حالة من الحالات النفسية والانفعالية في الشخصية من ناحية المفهوم والقياس والمتعلقات ومن ثم إعداد أداة خاصة لقياسه تتمتع بقدر مقبول من الخصائص السيكومترية ، و تحديد طبيعة العلاقة بين الحرج الموقفي وبعض متغيرات الشخصية (الخجل ، القلق التفاعلي ، التكتم الاجتماعي ، التجنب الاجتماعي ، العصبية ، الانبساط ، الصفاوة ، الطيبة ، حي الضمير ، الذنب).

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بإسلوب العلاقات الارتباطية واشتملت عينة البحث (345) طالب وطالبة وتم اختيار العينة بطريقة عشوائية من مجتمع الأصل بواقع (140) طالب و(205) طالبة بجامعة الكويت.

وقد توصلت الدراسة الى:

- إمكانية استخدام مقياس الحرج الموقفي في الجامعات والكليات الأكاديمية ، وذلك للكشف عن شدة المواقف التي تحدث الحرج لدى طلابها ، وتسخير نتائج المقياس في توجيه الطلاب وإرشادهم ، فضلاً عن إمكانية استخدامها في بحوث الشخصية - الاهتمام بخفض مستويات القلق الاجتماعي لدى الطلاب الجامعيين ، وذلك لرفع مستويات تحصيلهم وطموحهم وإنجازهم .

(1) بدر محمد الانصاري ؛ المصدر السابق.



2-2-2 دراسة سنان عباس 2005⁽¹⁾

[أثر أسلوب الإدخال (التضمين) في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد لطلاب المرحلة المتوسطة]

هدف الدراسة:

1- معرفة تأثير أسلوب الإدخال (التضمين) في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد لطلبة المرحلة المتوسطة.

2- مقارنة أسلوب الإدخال (التضمين) بالإسلوب الأمري في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد.

منهج البحث:

أستخدم الباحث المنهج التجريبي والذي يطلق عليه (التصميم التجريبي ذو الضبط المحكم)

واشتملت عينة البحث على طلاب الصف الأول المتوسط في مدرسة الشهداء وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية والبالغ عددهم (54) طالباً من مجتمع الأصل البالغ (140) طالب.

وقد توصلت الدراسة الى:

1- ضرورة تطبيق أسلوب الإدخال (التضمين) في درس التربية الرياضية وذلك لتحقيق نتائج ايجابية في تطوير بعض المهارات الأساسية بكرة اليد.

2 - ضرورة استخدام الإسلوب قيد البحث في درس التربية الرياضية للمراحل الدراسية الأخرى وذلك لمنح فرصة للطلبة للتعبير عن قدراتهم بشكل جماعي والذي

3 - راعى الفروق الفردية بينهم.

(1) سنان عباس ؛ المصدر السابق.



2-2-3 دراسة بان عدنان محمد 2007⁽¹⁾ :

[الإسلوبان الامري والتدريبي لذوي الحرج الموقفي وتأثيرهما في تعلم بعض المهارات الأساسية بعارضة التوازن والاحتفاظ بها في الجمناستك الفني]
هدف الدراسة:

- التعرف على الفروق القبلية والبعديّة للمجاميع التجريبية الاولى والثانية (ذات الحرج الموقفي العالي) والمجموعة الثالثة والرابعة (ذات الحرج الموقفي الواطئ) بتأثير الأسلوبين (الامري والتدريبي) بتعلم بعض المهارات الأساسية لعارضة التوازن في الجمناستك الفني لدى طالبات الصف الثاني في كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد.

- التعرف على الفروق في الإختبارات البعديّة للمجاميع التجريبية الأولى والثانية (ذات الحرج الموقفي) والمجموعة الثالثة والرابعة (ذات الحرج الموقفي الواطئ) بتأثير الأسلوبين (الامري والتدريبي) في تعلم بعض المهارات الأساسية لعارضة التوازن والاحتفاظ بها في الجمناستك الفني لدى طالبات الصف الثاني في كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد .

منهج البحث:

- استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالإسلوب المسحي من اجل بناء مقياس الحرج الموقفي ومن ثم استخدمت المنهج التجريبي للقيام بالإجراءات البحث التجريبية، وشملت عينة البحث طالبات الصف الثاني في كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد/ وكلية التربية الرياضية للبنات والبالغ عددهن (160) طالبة.

وقد توصلت الدراسة الى:

- ضرورة استخدام مقياس الحرج الموقفي الذي أعده الباحث من قبل مدرسات الجمناستك الفني وبشكل دوري لقياس هذا التغير لدى طالبات كليات التربية الرياضية/ جامعة بغداد.

- ضرورة اعتماد التمارين المقترحة بالإسلوبين الامري والتدريبي لتأثيرهما الجديد في تعلم مهارات عارضة التوازن المختارة لطالبات الصف الثاني في كلية التربية الرياضية/ جامعة بغداد.

(1) بان عدنان محمد ؛ المصدر السابق.



2-2-4 دراسة شيماء حسون (1):

[تأثير أسلوب الإدخال على تعلم واحتفاظ بعض المهارات الأساسية في الجمناستك الفني للنساء]

هدف الدراسة:

- 1 - أعداد برنامج لتعليم المهارات الأساسية في الجمناستك الفني للنساء.
- 2 - معرفة تأثير أسلوب (الإدخال) في تعلم واحتفاظ بعض المهارات الأساسية في الجمناستك الفني للنساء.

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب (المجموعتين المتكافئتين) واشتملت عينة البحث طالبات المرحلة الأولى في كلية التربية الرياضية الجادرية/جامعة بغداد وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية والبالغ عددها (18) وهن يمثلن مجتمع الأصل.

وقد توصلت الدراسة:

- 1 يمكن إتباع أسلوب الإدخال في عملية التعلم المهارات الأساسية الجمناستك الفني للنساء بحسب متطلبات التعلم.
- 2 يمكن استعمال أسلوب الإدخال في تعلم مهارات أخرى ولألعاب أخرى.

(1) شيماء حسون؛ المصدر السابق.



مناقشة الدراسات السابقة والمرتبطة:

أوجه التشابه والاختلاف بين دراسة بدر محمد الأنصاري والدراسة الحالية من حيث استخدام المقياس نفسه لقياس (الخرج الموقفي) ولكن اختلفت عنها في الدراسة السابقة تم بناء مقياس الحرج لقياس المتغير ومتغيرات أخرى على خلاف الدراسة الحالية الذي استخدمه المقياس لأجل تقسيم العينة بالبحث التجريبي على وفق متغير الحرج الموقفي وكذلك في استخدام المنهج ففي الدراسة السابقة استخدم المنهج الوصفي بينما اعتمدت الدراسة الحالية المنهج التجريبي، فضلاً عن ذلك اختلفت في البيئة التي طبقت فيها عينة بحث الدراسة السابقة والتي اشتملت طلاب المرحلة الجامعية من كل الجنسين/ جامعة الكويت فضلاً عن طريقة اختيار العينة إذ اعتمدت الدراسة السابقة الطريقة العشوائية في اختيار عينة البحث بخلاف الدراسة الحالية التي اعتمدت الطريقة العمدية في اختيار العينة والتي تمثل طالبات المرحلة الثاني في كلية التربية الرياضية /جامعة ديالى.

أوجه التشابه والاختلاف بين دراسة سنان عباس والدراسة الحالية من حيث استخدام المنهج التجريبي ذي الضبط المحكم وكذلك باستخدام الأسلوب نفسه وهو (إسلوب الإدخال)

ولكن اختلفت عنها الدراسة الحالية من حيث مجتمع البحث وكذلك عينة البحث إذ يمثل مجتمع البحث متوسطة الشهداء للبنين في قضاء بعقوبة أما عينة البحث فتضمنت (54) طالباً من أصل (140) طالب وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية، بخلاف الدراسة الحالية التي تمثل مجتمع البحث وعينة البحث بطالبات المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية /جامعة ديالى إذ تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية أما عينة البحث فتم اختيارها بالطريقة العشوائية والبالغ عددها (56) طالبة من أصل (62) طالبة.

أوجه التشابه والاختلاف بين دراسة بان عدنان والدراسة الحالية من حيث استخدام المقياس نفسه لقياس (الخرج الموقفي) فضلاً عن استخدام المنهج نفسه (المنهج التجريبي) وطبق البحث على الرياضة نفسها وهي رياضة الجمناستيك الفني للنساء وكذلك العينة



نفسها والتي اشتملت المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية إذ طبقت الدراسة السابقة في كلية التربية الرياضية الوزيرية /جامعة بغداد لكن سوف تطبق الدراسة الحالية في كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى فضلاً عن اعتماد البيئة نفسها. ولكن اختلفت في استخدام الأجهزة إذ استخدمت الدراسة السابقة جهاز عارضة التوازن وكذلك استخدام المنهج الوصفي من أجل بناء مقياس الحرج الموقفي إلى جانب المنهج التجريبي أما الدراسة الحالية فاستخدمت المنهج التجريبي إضافة إلى بساط الحركات الأرضية .

أوجه التشابه والاختلاف بين دراسة شيماء حسون الدراسة الحالية من حيث استخدام المنهج التجريبي ذي الضبط المحكم وكذلك باستخدام الأسلوب نفسه وهو (إسلوب الإدخال)

وكذلك طبق على الرياضة نفسها وهي رياضة الجمناستك.

ولكن اختلفت عنها في أنها طبقت على طالبات المرحلة الأولى في كلية التربية الرياضية/جامعة بغداد الجادرية بخلاف الدراسة الحالية التي طبقت على طالبات المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية البالغ عددها (18) طالبة بخلاف الدراسة الحالية التي تم فيها اختيار العينة بالطريقة العشوائية والبالغ عددها (56) طالبة

واختلفت في استخدام الأجهزة إذ استخدمت الدراسة السابقة ثلاثة أجهزة من أجهزة الجمناستك للنساء وهي(جهاز الحركات الأرضية وعارضة التوازن وجهاز منصة القفز الحديثة) أما الدراسة الحالية فاستخدمت جهاز الحركات الأرضية.

البياب الثالث

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

3-1 منهج البحث.

3-2 مجتمع البحث وعينته.

3-3 وسائل جمع البيانات والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث

3-3-1 وسائل جمع المعلومات في البحث.

3-3-2 الأجهزة المستخدمة في البحث .

3-4 إجراءات البحث الميدانية .

3-4-1 اختيار المهارات الحركية المستخدمة في البحث.

3-5 مستويات المهارات قيد البحث.

3-6 التجربة الاستطلاعية.

3-7 الإختبارات القبليّة.

3-8 التجربة الرئيسيّة.

3-9 الإختبارات البعديّة .

3-10 أختبار الاحتفاظ.

3-11 أسس تقويم المهارات.

3-12 الوسائل الإحصائية.



3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

3-1 منهج البحث:

إن المنهج الملائم الذي تفرضه طبيعة المشكلة المراد دراستها، لذا فرضت مشكلة البحث استخدام المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين ذات الضبط المحكم إذ أنه "اختيار منظم لظاهرة يراد ملاحظتها ملاحظة دقيقة للكشف عن نتيجة ما أو تحقيق غرض معين" (1)

3-2 مجتمع البحث وعينته :

هي ذلك الجزء الذي يمثل مجتمع البحث الأصل الذي تجري الباحثة عليه مجمل عمله⁽²⁾ وبغية القيام بخطوات البحث وتنفيذه بشكل علمي، فقد تم اختيار عينة البحث من طالبات المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى للعام الدراسي 2010-2012 بالطريقة العمدية وتم اختيار المرحلة الثانية كون طالبات هذه المرحلة لم يمارسن مادة الجمناستيك مسبقاً سواء الفني أو الإيقاعي ولأننا نحتاج أن تكون عينة مبتدئات للوصول إلى معرفة حقيقية بتأثير البرنامج المقترح وعلية تم تحديد مجتمع البحث باختيار طالبات المرحلة الثانية بأكملها والبالغ عددها (62) طالبة ومن ثم تم اختيار العينة بمقياس (الخرج الموقفي)، وبعد استخراج نتائج المقياس ظهر أن عدد الطالبات كما موضحة في جدول رقم (3) كالآتي:

(1) إبراهيم عبد الخالق؛ التصاميم التجريبية في الدراسات النفسية والتربوية عمان: دار عمان للنشر، 2001، ص148.
(2) مجمع اللغة العربية؛ معجم علم النفس والتربية، ج1، القاهرة: الهيئة العامة لشؤون المطابع الاميرية، 1984، ص22.



جدول (3)

يبين العدد الكلي والنهائي لإفراد العينة ونسبهم المئوية

| النسبة المئوية | العدد النهائي | عدد المستبعدات | عدد الطالبات الكلي | الشعب |
|----------------|---------------|----------------|--------------------|---------|
| 45% | 28 | 3 | 31 | هـ |
| 45% | 28 | 3 | 31 | و |
| 90% | 56 | 6 | 62 | المجموع |

وقد تم تقسيم العينة إلى مجموعتين مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة وقامت الباحثة بتوزيع الاستبانة الخاصة بمقياس الحرج الموقفي العالي والواطئ على أفراد العينة والبالغ عددهن (62) في قاعة الجمناستيك في كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى بتاريخ 2012/2/29 حيث أوضحت نتائج مقياس عينة البحث من ذوات الحرج الموقفي العالي (39) طالبة ومن ذوات الحرج الموقفي الواطئ (17) طالبة وبذلك بلغ عدد أفراد عينة البحث (56) بعد ان تم استبعاد الغير ملتزمات والمصابات والبالغ عددهن (6) طالبات.

وبناءً على ما حصلنا عليه من درجات في مقياس الحرج الموقفي قسمت كل شعبة الى مجموعتين مجموعة ذات حرج عالي ومجموعة ذات حرج واطئ ، وكما

جدول (4)

مبين في الجدول (4)

يبين توزيع الأساليب التعليمية على المجموعتين.

| ت | المجاميع | الحرج الموقفي | الإسلوب التعليمي المستخدم | عدد أفراد العينة |
|---|-----------|--------------------------|---------------------------|------------------|
| 1 | التجريبية | ذات الحرج الموقفي الواطئ | إسلوب الإدخال | 6 |
| | | ذات الحرج الموقفي العالي | إسلوب الإدخال | 22 |
| 2 | الضابطة | ذات الحرج الموقفي الواطئ | الإسلوب الامري | 11 |
| | | ذات الحرج الموقفي العالي | الإسلوب الامري | 17 |



ومن أجل أن تكون الشعبتين التجريبية والضابطة متكافئتين تماماً في جميع الظروف والمتغيرات عدا المتغير التجريبي الذي يؤثر في المجموعة التجريبية دون الضابطة، عليه وبعد ان تم تقسيم مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية إلى ذوات الحرج الموقفي (العالي والواطي) تم إجراء عملية التكافؤ بينهم في الإختبارات القبليّة المهارية يوم الأحد المصادف 2012/3/4 في تمام الساعة التاسعة صباحاً على قاعة الجمناستك في كلية التربية الرياضية/ جامعة ديالى، والمتضمنة اختبار لكل مهارة لقياس مستوى الأداء المهاري للمهارات قيد البحث (الوقوف على اليدين ثم الدرجة الأمامية المتكورة- العجلة البشرية - الغطس) وقد استخدمت الباحثة اختبار تحليل التباين (F)، وكما مبين في الجدول (5) والذي يبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين ذوات الحرج الموقفي العالي والواطي وللمجموعتي البحث التجريبية والضابطة.

الجدول (5)

يبين قيمة (F) المحسوبة للتكافؤ بين ذوات الحرج الموقفي العالي والواطي وللمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في الإختبارات القبليّة

| المتغيرات | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | قيمة F | الدلالة الاحصائية |
|---|---------------|----------------|-------------|----------------|--------|-------------------|
| مهارة الغطس | بين المجموعات | 6.217 | 3 | 2.072 | 1.545 | غير معنوي |
| | داخل المجموعة | 69.747 | 52 | 10341 | | |
| | الكلي | 75.964 | 55 | | | |
| مهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الأمامية المتكورة | بين المجموعات | 9.128 | 3 | 3.043 | 1.754 | غير معنوي |
| | داخل المجموعة | 90.193 | 52 | 1.754 | | |
| | الكلي | 99.320 | 55 | | | |
| مهارة العجلة البشرية | بين المجموعات | 8.777 | 3 | 2.929 | 1.083 | غير معنوي |
| | داخل المجموعة | 40.498 | 52 | 2.702 | | |
| | الكلي | 49.275 | 55 | | | |



3-3 وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث.

3-3-1 وسائل جمع المعلومات في البحث:

إن من الأمور المهمة لإنجاز التجربة وإتمامها هي الأدوات إذ إن " أدوات التجربة هي الوسائل التي تستطيع من خلالها الباحثة جمع البيانات وحل مشاكله لتحقيق أهداف البحث مهما كانت تلك الأدوات وعينات وأجهزة"⁽¹⁾

- المصادر العربية والأجنبية .
- المقابلة الشخصية^(*) .
- مقياس استبيان لقياس الحرج الموقفي أنظر الملحق (2).
- شبكة المعلومات (الانترنت).
- الاختبار والقياس.
- فريق العمل المساعد^(*) .
- أوراق و أقلام.
- استمارة لتسجيل وتفرغ البيانات الخاصة بدرجات المحكمات الأربعة.
- الملاحظة العامة.

(¹) جماعة من اللغويين العرب؛ المعجم العربي الأساسي، لاروس: المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم، 1988، ص37.
(²) الخبراء:

يعرب خيون ؛ أستاذ التعلم الحركي؛ كلية تربية الرياضية الجادرية-جامعة بغداد.

قاسم لزام ؛ أستاذ التعلم الحركي؛ كلية تربية الرياضية الجادرية-جامعة بغداد.

فرات جبار ؛ أستاذ التعلم الحركي؛ كلية تربية الرياضية الاساسية-جامعة ديالى.

(^{*}) فريق العمل المساعد:

رفاه رشيد ؛ بكالوريوس تربية رياضية ؛ مدرسة جمناستك؛كلية التربية الرياضية /جامعة ديالى.

رشا خزل ؛ بكالوريوس تربية رياضية ؛ مدرسة جمناستك؛كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى.

هبة قاسم؛ بكالوريوس تربية رياضية ؛ مدرسة جمناستك؛كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى.



3-3-2 الأجهزة و الأدوات المستخدمة في البحث :

- جهاز بساط الحركات الأرضية (12م×12 م).
- بسط أسفنجية مختلفة الارتفاعات عدد(7).
- جهاز لابتوب نوع أيسر (ACER).
- كاميرة ديجتال نوع سوني (SONY) عدد (1).

3-4 إجراءات البحث الميدانية:

3-4-1 اختيار المهارات الحركية المستخدمة:

تم اختيار المهارات الأساسية قيد البحث من مفردات درس الجمناستك للمرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية /جامعة ديالى عام 2011 -2012 كونها تدرس في الفصل الدراسي الثاني والمقرر من قبل الهيئات القطاعية وعلية تم اختيار المهارات الثلاث على بساط الحركات الأرضية بالاتفاق مع السادة المشرفين كونهم اختصاص في مادة الجمناستك الفني وهي كأتي:

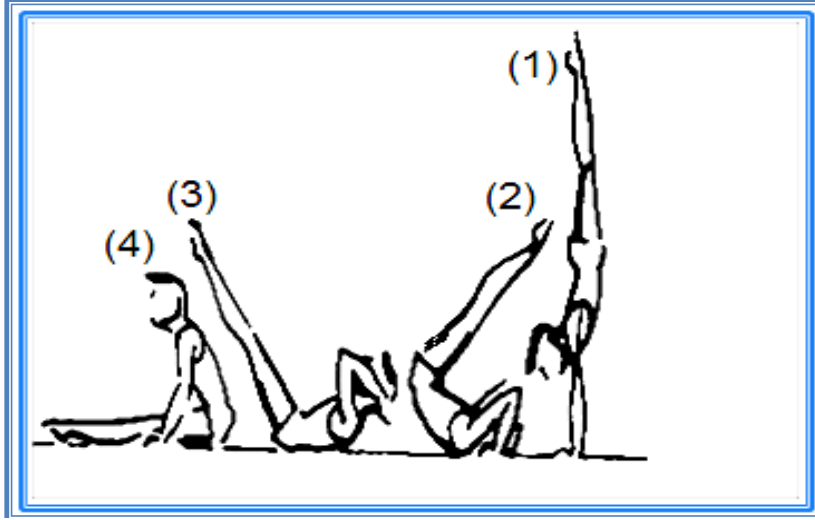
- مهارة الغطس (الدرجة من وضع الطيران)(Diving).
- مهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الأمامية المكورة (مهارة مركبة)
- (Hand Stand to forward tuck roll).
- مهارة العجلة البشرية. Cart Wheel

3-4-1-1 مستويات المهارات قيد البحث⁽¹⁾:

تم تقسيم مستويات المهارات الثلاث كأتي:

- 1- الوقوف على اليدين ثم الدرجة الأمامية المكورة (مهارة مركبة)
 - المستوى الأول - أداء المهارة على الجدار وبمساعدة الزميلة.
 - المستوى الثاني- أداء المهارة بمساعدة زميلتين.
 - المستوى الثالث- أداء المهارة (مهارة كاملة) بدون مساعدة.

(¹) شيماء حسون ؛ المصدر السابق ؛ ص 48-50.

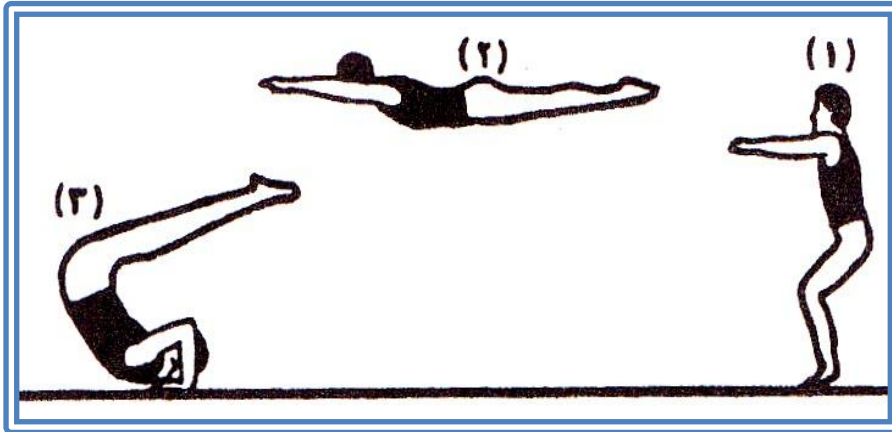


شكل رقم (2)

يوضح مهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الأمامية المكونة على بساط الحركات الأرضية.

2- مهارة الغطس (الدرجة من الوضع الطائر)

- المستوى الأول- الغطس من فوق طالبتين مستلقيتين أمام بساط إسفنجي.
- المستوى الثاني- الغطس من فوق ثلاث طالبات مستليات أمام بساط إسفنجي.
- المستوى الثالث- أداء المهارة كاملة على بساط الحركات الأرضية.



شكل رقم (3)

يوضح مهارة الغطس على بساط الحركات الأرضية



3-مهارة العجلة البشرية:

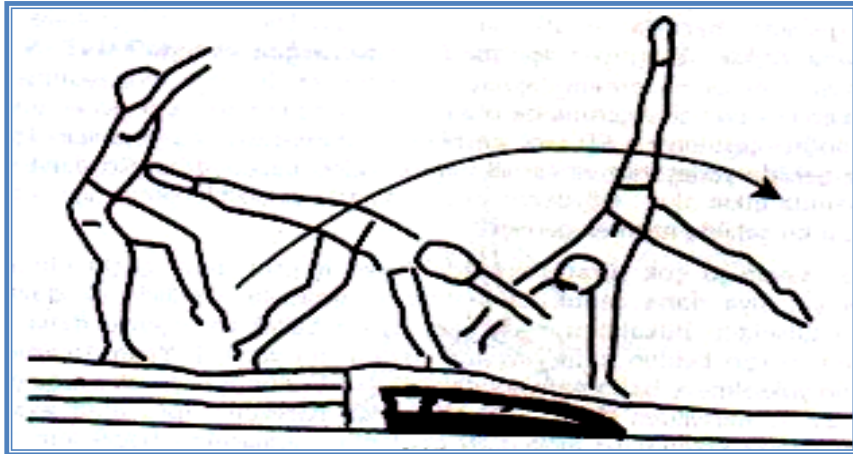
-المستوى الأول- أداء المهارة من على بساطين أسفنجيين ذات انحدار بزاوية

(30) درجة ثم الهبوط على الأرض.

-المستوى الثاني- أداء المهارة من خلال اجتياز بساط بعرض (1م) ذات انحدار

(15)درجة .

-المستوى الثالث- أداء المهارة كاملة على بساط الحركات الأرضية.



شكل رقم (4)

يوضح مهارة العجلة البشرية على بساط الحركات الأرضية

3-5 الإختبارات المستخدمة في البحث:

3-5-1 الإختبارات المهارية:

لقد تم تحديد الإختبارات المهارية ، إذ تحتسب الدرجة بناءً على الأداء الحركي للمهارة ويتم تقييم درجة الأداء لكل مهارة من قبل أربع محكمات حيث تقييم المهارة من عشر درجات.



3-5-2 مقياس الحرج الموقفي:

بعد إطلاع الباحثة على مقياس الحرج الموقفي والذي يقيس الفروق الموجودة بين الأفراد، وعليه تم اختيار المقياس الذي معد الباحث (بدر محمد الأنصاري)⁽¹⁾ وقامت الباحثة (بان عدنان محمد)⁽²⁾ ببناء المقياس.

3-5-2-1 وصف المقياس وتصحيحه:

وهو مقياس مبني من قبل (بان عدنان محمد)⁽³⁾ وتم استخدامه في التربية الرياضية وله صدق وثبات عاليين إذ ستقوم الباحثة باستخدامه على عينة البحث ويتكون المقياس من (42) فقرة موضحة في ملحق رقم (2) موزعة على سبعة مجالات موضحة في جدول رقم (6) .

جدول (6)

يبين مجالات مقياس الحرج الموقفي

| ت | مجالات المقياس |
|---|--------------------|
| 1 | التحكم الذاتي |
| 2 | قلة الثقة بالنفس |
| 3 | مفهوم الذات السلبي |
| 4 | ضعف تركيز الانتباه |
| 5 | قلق الأداء |
| 6 | التجنب الاجتماعي |
| 7 | القلق المعرفي |

فضلاً أن عدد الفقرات بحسب المجالات موضحة في الجدول رقم (7).

(1) بدر محمد الأنصاري؛ المصدر السابق.

(2) بان عدنان محمد ؛ المصدر السابق.

(3) بان عدنان محمد ؛ المصدر السابق. ص 194-196.



جدول (7)
يبين فقرات المقياس الايجابية والسلبية

| الفقرات السلبية | الفقرات الايجابية | البعد |
|-------------------|-------------------|-----------------------------|
| 8، 7، 5، 4 | 6، 3، 2، 1 | الأول- التحكم الانفعالي |
| 14، 10، 11، 12، 3 | 9 | الثاني- قلة الثقة بالنفس |
| 16، 15 | 19، 18، 17 | الثالث - مفهوم الذات السلبي |
| 24، 21، 20 | 25، 23، 22 | الرابع- ضعف تركيز الانتباه |
| 26، 28، 30، 31 | 29، 27 | الخامس- قلق الأداء |
| 36، 34 | 35، 33، 32 | السادس- التجنب الاجتماعي |
| 40، 38، 37 | 42، 41، 39 | السابع- القلق المعرفي |

وتم إعطاء الدرجات على استجابات الطالبات عن كل فقرة من الفقرات إلى (42) وتتراوح بين (1، 2، 3، 4) وكما مبين في الجدول (8) الآتي:

جدول (8)
يبين مفتاح تصحيح المقياس

| الفقرات السلبية | الفقرات الايجابية | الإجابة | ت |
|-----------------|-------------------|---------------------|---|
| 1 | 4 | تنطبق علي تماماً | 1 |
| 2 | 3 | تنطبق علي بشكل كبير | 2 |
| 3 | 2 | تنطبق علي إلى حد ما | 3 |
| 4 | 1 | لا تنطبق علي | 4 |

ولأجل استخراج الدرجات الكلية للمقياس تم جمع الدرجات التي حصلت عليها كل طالبة في أجابتها على جميع فقرات المقياس، إذ تبلغ أعلى درجة تستطيع الطالبة الحصول عليها (168) أما أدنى درجة فهي (42)، وقد بلغت درجة الحياد (105) والتي حصلنا عليها من حاصل ضرب أعلى درجة وأدنى درجة على المقياس في عدد الفقرات .

ولاستخراج درجة الحياد تجمع أعلى قيمة وأدنى درجة ويقسم الناتج على اثنتين.



3-2-5-2 تعليمات المقياس:

قامت الباحثة بتوضيح تعليمات الاختبار بشكل دقيق إذ طلبت من الطلاب الإجابة على فقرات المقياس بشكل صادق وموضوعي لما له من أهمية كبيرة للبحث العلمي والعملية التربوية ، كما ذكرت الباحثة لأفراد العينة بأنه لا توجد إجابة صحيحة و أخرى خاطئة بقدر ما تعبر عن الآراء الحقيقة نحو هذا المقياس لبيان الفروق الفردية في هذا المقياس .

وقد اتبعت الباحثة الخطوات الآتية :

- 1 - توزيع الاستبانة مع تهيئة اللوازم المطلوبة لأفراد العينة للإجابة على المقياس
- 2 - ضمان كتابة أفراد العينة الاسم والشعبة بالتفصيل.
- 3 - شرح التعليمات الخاصة بالاستبانة وطريقة الإجابة عليها وتوضيح مثال لكل إجابة.

4-التأكد من فهم أفراد العينة طريقة الإجابة

وتم فحص الاستمارات أولاً بأول للتأكد من اكتمال الإجابة، وبعد استلام الاستمارات تم تصحيح المقياس بحسب مفاهيم تصحيح المقياس وهي تنطبق على الإجابات السلبية والايجابية الموضحة في جدول رقم(7).

3-4-3 التجارب الاستطلاعية:

"هي استطلاع الظروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب الباحث دراستها" (1) إذ إنها تعد دراسة أولية تجري على عينة صغيرة تقوم بها الباحثة قبل إجراء التجربة الرئيسية بهدف اختيار تجربة البحث وأدواته لغرض التعرف على كافة العوامل والمعوقات التي من الممكن أن تصادف الباحثة عند تنفيذ التجربة الرئيسية وعليه قامت الباحثة بإجراء:

(1) مجمع اللغة العربية بمجمع علم النفس والتربية، ج1، القاهرة: الهيئة العامة لشؤون المطابع الأميرية، 1984، ص79-80.



3-4-3-1 التجربة الاستطلاعية الأولى الخاصة بالمقياس: قامت الباحثة بإجراء التجربة الاستطلاعية للمقياس يوم الأربعاء المصادف 2012/2/28 على عينة من (3) طالبات من طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية جامعة ديالى وذلك بغرض⁽¹⁾:

- التأكد من مدى وضوح الفقرات والتعليمات.
- التعرف على الوقت اللازم للإجابة.
- التعرف على فاعلية مقياس التقدير.

وقد تبين صلاحية ووضوح وسهولة فقرات المقياس لدى الطالبات ولم تواجه عملية التطبيق أي مصاعب.

3-4-3-2 التجربة الاستطلاعية الثانية الخاصة بالاختبار المهارات: من أجل التوصل إلى أفضل طريقة لتكملة إجراءات البحث الميدانية قامت إجراء تجربة استطلاعية الثانية للمهارات بتاريخ 2012/2/28 على قاعة الجمناستيك وعلى عينة عشوائية من (2) طالبة من طالبات الصف الثاني من المنتظمات في درس الجمناستيك إذ كان الغرض منها :

- معرفة الصعوبات التي تواجه إجراءات البحث.
- كيفية إجراء الإختبارات ومدى ملائمتها لمستوى الطالبات .
- الممارسة العملية باستخدام الإسلوب التدريسية (الإدخال).
- معرفة مدى سلامة الأجهزة. كيفية القيام بالعمل وتنظيم الطالبات .
- تنظيم عمل الفريق العمل المساعد^(*) وتوضيح التعليمات والإرشادات .

(¹) وجيه محبوب؛ وأحمد بدري؛ البحث العلمي، بابل: مطبعة جامعة بابل، 2002، ص 112.

(^{*}) فريق العمل المساعد، سبق وذكر في ص 65.



3-4-4 الإختبارات القبليّة

قبل البدء بالإختبارات القبليّة قامت الباحثة بإعطاء وحدتين تعريفيتين بمهارات الجمناستك قيد البحث على بساط الحركات إلا رضية وذلك بتاريخ 2012/3/1 وذلك للوصول إلى تصور واكتساب أولي للمهارات لكي تتمكن مجموعتا البحث التجريبيّة والضابطة من أداء الاختبار بشكل صحيح .

3-4-5 التجربة الرئيسيّة:

لقد تم البدء بتطبيق المنهج التعليمي يوم الأربعاء الموافق 2012/3/7 إذ تم تطبيق الوحدات في ضمن دروس الجمناستك الفني للمرحلة الثانية حيث تبدأ الوحدة التعليميّة بإجراء الإحماء لكل أفراد عينة البحث للمجاميع الأربع التجريبيّة والضابطة بقيادة فريق العمل المساعد الذي سبق ذكره، ومدرسة المادة. وبعد ذلك تم إعطاء فكرة عامة عن المهارات التي سوف تتعلمها الطالبات في تلك الوحدة، ثم يتم عرض النموذج أمامهم من قبل أحد أفراد فريق العمل المساعد ولعدة مرات .

وفي الجزء التطبيقي يتم فصل الشعبة التجريبيّة عن الضابطة كل شعبة حسب وقت محاضرتها وبعد ذلك يتم تقسيم كل مجموعة إلى مجموعتين . مجموعة ذات الحرج الموقفي العالي ومجموعة ذات الحرج الموقفي الواطئ لكل من المجموعة الضابطة والتجريبية .

إذ خضعت المجاميع التجريبية والضابطة لفترة تعلم واحدة (*) ألا إن الفرق الرئيس بينهما هو طريقة تنفيذ الوحدة التعليمية لكل منهما، إذ يتم تطبيق التمارين بـ(القسم الرئيسي) إذ تنقسم العينة في الجانب التطبيقي إلى مجموعتين تجريبيتين ومجموعتين ضابطين حيث تذهب كل المجموعتين الضابطين مع مدرسة المادة(*) لتطبيق الدرس المعتاد لهن(المتبع) إذ تقوم المدرسة بإعطاء التوجيهات والتغذية الراجعة الآنيّة بتصحيح الأخطاء بعيداً عن المجموعتين التجريبيتين .

(*) أنظر الجدول (9)، ص74.

(*) أ.م.د. حنان عدنان؛ مدرسة جمناستك؛ كلية التربية الرياضية، جامعة ديالى.



أما المجموعتان التجريبيتان فتذهب للعمل مع فريق العمل المساعد (*) إذ تطبق المستويات التي تم ذكرها مسبقاً لكل مهارة بطريقة الإدخال (التضمين) في تعلم المهارة قيد الوحدة بعد عرض أداء المهارات على المستويات الثلاثة التي تتضمن التدرج بصعوبة الأداء من السهل إلى الصعب تبدأ الطالبات باختيار المستوى الذي يناسب قابليتها ومستواها البدني .و تبدأ منه بعد إتخاذ قرارها في التعلم (الأداء والتكرار). وهنا للطالبة حق اختيار المستوى الذي ترغب الأداء منه والانتقال إلى المستوى الآخر ولها حق الرجوع إلى المستوى الأول وهكذا حتى تصل أخيراً إلى أداء المهارة بصورة جيدة في المستوى الثالث.

أستغرق تنفيذ البرنامج (6) أسابيع وبمعدل (12) وحدة تعليمية، لكل مهارة أربع وحدات تعليمية خلال أسبوعين بزم (60د) للقسم الرئيسي، (20د) للقسم التعليمي، (40د) للقسم التطبيقي .

وللأمانة العلمية تم تعويض الوحدات التعليمية التي لم تطبق بسبب الظروف الطارئة في أوقات غير دروس الجمناستيك المحددة لتطبيق الاختبار.

جدول (9)

يبين أقسام الوحدة التعليمية

| الزمن | أقسام الوحدة التعليمية | |
|---------|------------------------|----------------|
| 10دقيقة | الإحماء العام | القسم الإعدادي |
| 15دقيقة | الإحماء الخاص | |
| 20دقيقة | الجزء التعليمي | القسم الرئيسي |
| 40دقيقة | الجزء التطبيقي | |
| 5دقائق | القسم الختامي | |
| 90دقيقة | المجموع | |



3-4-6 الإختبارات البعدية:

بعد الانتهاء من الوحدات التعليمية (12) تم إجراء الإختبار البعدي يوم الاثنين المصادف 2012/4/23 للمهارات الحركية قيد البحث على جهاز البساط الحركات الأرضية.

وقد حرصت الباحثة من خلال إشرافها على الإختبارات بالتعاون مع فريق العمل المساعد إن تكون تحت نفس الظروف نفسها من حيث المكان والزمان والأدوات وفريق العمل المساعد في الإختبار القبلي.

3-5 أسس تقييم المهارات :

تم الاستعانة بأربعة من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال تدريس مادة الجمناستك الفني للنساء^(*) في كلية التربية الرياضية لغرض تقييم المهارات على أساس المهارة الكاملة لأفراد عينة البحث كافة، إذ تكونت لجنة التقييم من (4) مقومات (تدريسيات) وقد وضعت تقييم كل مهارة (10) درجات حيث يتم حذف أعلى وأقل درجة للطالبة وتقسيم الدرجتين الوسطيتين على (2) للخروج بالدرجة النهائية لكل طالبة.

(*) لجنة التقييم:

- أ. م. د. فردوس مجيد/ مدرسة جمناستك / كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى.
- أ. م. د. حنان عدنان / مدرسة جمناستك / كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى.
- م. م. سنارية جبار / مدرسة جمناستك / كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى.
- م. م. شيما حسون / مدرسة جمناستك / كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى.



3-6 الوسائل الإحصائية:

سوف تستخدم الباحثة الحقيبة الإحصائية SPSS .

- 1 - الوسط الحسابي .
- 2 - الانحراف المعياري .
- 3 - اختبار (F-test) (ANOVA) .
- 4 - اختبار (t-test) للعينات المترابطة .
- 5 - اختبار (t-test) للعينات الغير مرتبطة .
- 6 - L. S.D .
- 7 - الاحتفاظ المطلق .
- 8 - قانون نسبة التعلم⁽¹⁾ .

$$100 \times \frac{\text{أبعدي - القبلي}}{\text{أعلى رقم للاختبار - القبلي}}$$

(¹) يعرب خيون؛ التعلم الحركي بين النظرية والتطبيق، بغداد: مكتب الصخره للطباعة، 2002، ص41.

أبواب أراج

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها.

1-4- عرض وتحليل الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للإختبارات المهارية القبلية وأبعدية لذوات الحرج العالي والواطئ في المجموعتين التجريبية والضابطة.

1-4-4 عرض وتحليل الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للإختبارات المهارية القبلية وأبعدية لذوات الحرج العالي والواطئ في المجموعتين التجريبية والضابطة لمهارة الغطس على بساط الحركات الأرضية.

2-1-1-4 عرض وتحليل الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للإختبارات المهارية القبلية وأبعدية لذوات الحرج العالي والواطئ في المجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الأمامية المكورة على بساط الحركات الأرضية.

3-1-1-4 عرض وتحليل الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للإختبارات المهارية القبلية وأبعدية لذوات الحرج العالي والواطئ في المجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة العجلة البشرية على بساط الحركات الأرضية.

2-1-4 مناقشة نتائج الإختبارات المهارية القبلية وأبعدية.

2-4 عرض نتائج الإختبارات المهارية أبعادية وتحليلها ومناقشتها:

1-2-4 عرض نتائج الإختبارات أبعادية وتحليلها:

4-2-1-1 عرض وتحليل نتائج الإختبارات ألبعدية لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في مهارة الغطس على بساط الحركات الارضية.

4-2-1-2 عرض وتحليل نتائج الإختبارات ألبعدية لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في مهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الامامية المكورة على بساط الحركات الارضية

4-2-1-3 عرض وتحليل نتائج الإختبارات ألبعدية لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في مهارة العجلة البشرية على بساط الحركات الأرضية

4-2-2 مناقشة نتائج الإختبارات المهارية ألبعدية



4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

يتضمن هذا الباب عرضاً تحليلياً لنتائج إختبارات البحث المستخدمة التي تم التوصل إليها بعد معالجتها إحصائياً ثم مناقشتها في ضوء الدراسات النظرية والدراسات المشابهة والسابقة بهدف التحقق من فرضيات البحث من أجل التوصل الى الاستنتاجات والتوصيات المناسبة.

4-1 عرض وتحليل الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للإختبارات المهارية القبلية والبعديّة لذوات الحرج العالي والواطئ في المجموعتين التجريبية والضابطة. 4-1-1 عرض وتحليل الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للإختبارات المهارية القبلية و البعديّة لذوات الحرج العالي والواطئ في المجموعتين التجريبية والضابطة لمهارة الغطس على بساط الحركات الأرضية:

الجدول(10)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبار القبلي والبعدي لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ للمجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة الغطس على بساط الحركات الأرضية.

| البعدي | | القبلي | | درجة القياس | حجم العينة | الحرج الموقفي | المجاميع |
|--------|-------|--------|-------|-------------|------------|---------------|-----------|
| ع | س | ع | س | | | | |
| 0.665 | 6.917 | 0.876 | 1.833 | درجة | 6 | الواطئ | التجريبية |
| 1.049 | 6.636 | 1.248 | 2.614 | درجة | 22 | العالي | |
| 1.739 | 3.046 | 1.082 | 3.046 | درجة | 11 | الواطئ | الضابطة |
| 1.466 | 3.603 | 1.158 | 2.824 | درجة | 17 | العالي | |

• أقل درجة ممكن ان تعطى في هذا الاختبار هي (0) وأعلى درجة هي (10).

يبين جدول (10) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمهارة الغطس على بساط الحركات الأرضية وللمجموعتين التجريبية والضابطة، وقد كانت نتائج الوسط الحسابي الانحراف المعياري في الاختبار القبلي للمجموعة التجريبية الأولى(ذات الحرج الموقفي الواطئ) فقد بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (1.833) وبانحراف



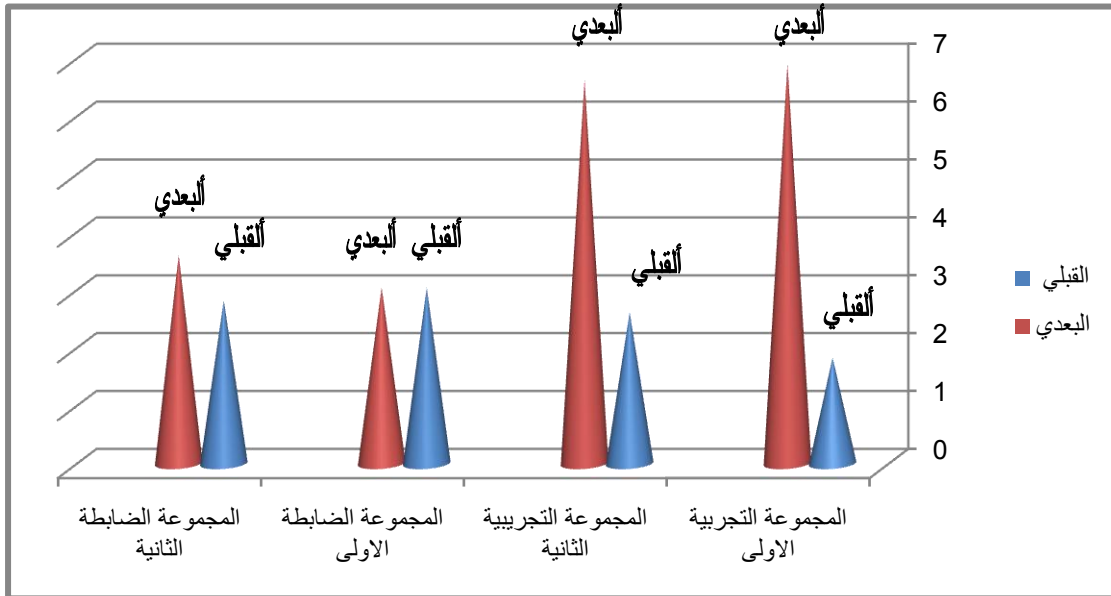
معياري (0.876)، أما في الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (6.917) وبانحراف معياري (0.665).

وفيما يخص المجموعة التجريبية الثانية (ذات الحرج الموقفي العالي) فقد بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (2.614) و بانحراف معياري (1.248)، أما في الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (6.636) وبانحراف معياري (1.049).

أما المجموعة الضابطة الثالثة (ذات الحرج الموقفي الواطئ) فقد بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (3.046) وبانحراف معياري (1.082)، أما الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (3.046) وبانحراف معياري (1.739).

وأما المجموعة الضابطة الرابعة (ذات الحرج الموقفي العالي) فقد بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (2.824) وبانحراف معياري (1.158) وللإختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (3.603) وبانحراف معياري (1.466) والشكل البياني (5) يوضح

الفرق الحاصل في نتائج الإختبارات المهارية البعدية لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في المجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة الغطس.



شكل (5)

يوضح الأوساط الحسابية للاختبار القبلي والبعدي لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ للمجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة الغطس على بساط الحركات الأرضية.



ومن خلال ملاحظتنا الى (10) نرى بأن هناك اختلاف في الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية بين الاختبارين القبلي و أبعدي لكل من ذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في المجموعة التجريبية، ولأجل الجدول الوقوف على حقيقة هذه الاختلافات استخدمت الباحثة اختبار (T) لإيجاد حقيقة الفروق ، إذ تبين من خلال الجدول (11) بأن نتائج جميع الإختبارات المهارية لذوات الحرج العالي والواطئ في المجموعة التجريبية ،وبما أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارات القبلية و أبعدي ولصالح الإختبارات أبعدي .و الشكل (6) يوضح مدى التقدم الحاصل في نسبة التعلم نتائج الإختبارات المهارية أبعدي مقارنة بالقبلية لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في المجموعتين التجريبية والضابطة.

جدول (11)

يبين فرق الأوساط الحسابية والدرجات المعيارية وقيمتي (t) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين نتائج الإختبارات القبلية وأبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة الغطس

| المجاميع | الحرج الموقفي | حجم العينة | ف س | ف ع | قيمة t | | دلالة الفروق |
|-----------|---------------|------------|-------|-------|----------|----------|--------------|
| | | | | | الجدولية | المحسوبة | |
| التجريبية | الواطئ | 6 | 5.083 | 0.736 | 16.918 | 2.56 | معنوي |
| | العالي | 22 | 4.023 | 1.012 | 18.653 | 2.08 | معنوي |
| الضابطة | الواطئ | 11 | 0.000 | 1.658 | 0.000 | 2.23 | غير معنوي |
| | العالي | 17 | 0.779 | 0.865 | 3.713 | 2.12 | معنوي |

قيمة (t) الجدولية هي عند مستوى دلالة (0.05) تحت درجة حرية (16=1- 17)

(10= 1- 11) و (21= 1- 22) و (5= 1- 6)

تبين من (10,11) فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الاختبارين القبلي

وأبعدي ونسبة التعلم في المهارة الغطس للمجموعتين التجريبية والضابطة،(التجريبية

ذات الحرج الموقفي العالي، التجريبية ذات الحرج الموقفي الواطئ، الضابطة ذات

الحرج الموقفي العالي، الضابطة ذات الحرج الموقفي الواطئ) بلغ على

التوالي (5.083)(4.023)(0.000)(0.779) وبلغت قيم (t) المحسوبة

(16.918)(18.653)(0.000)(3.713) في حين كانت قيمة (t)



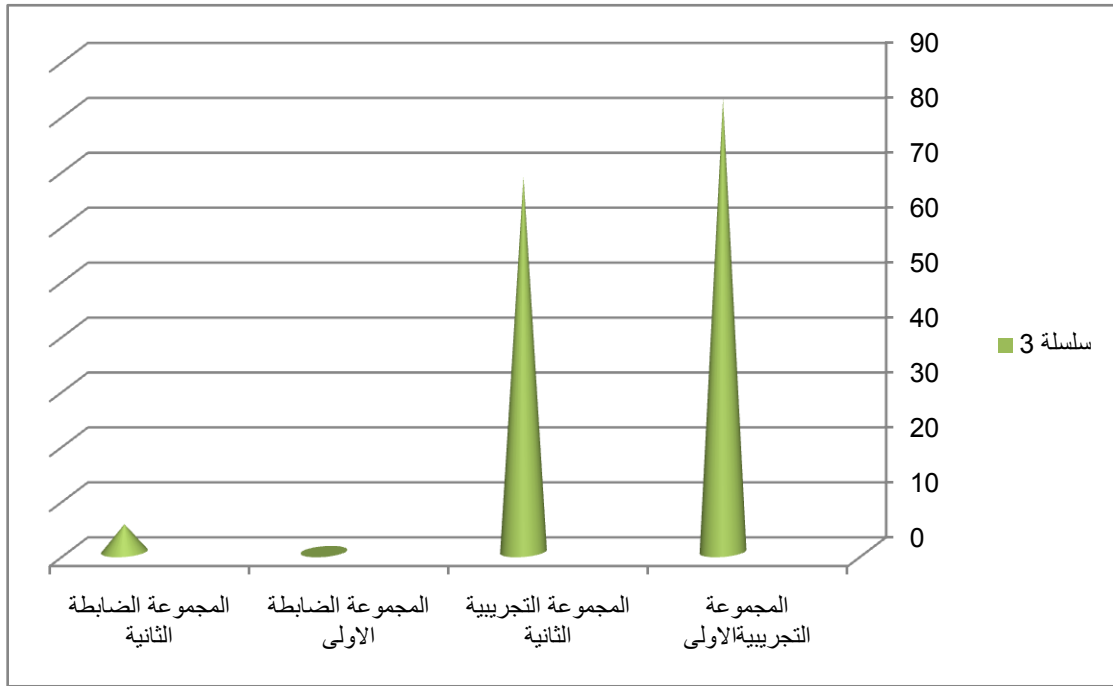
الجدولية (2.57)(2.08)(2.23)(2.12) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (16) و(10) و(21) و(5) على التوالي.

وهذا يدل على معنوية الفروق في الاختبارين القبلي و ألبعدي في مهارة الغطس للمجموعات الثلاث (الضابطة ذات الحرج الموقفي العالي، التجريبية ذات الحرج الموقفي العالي، التجريبية ذات الحرج الموقفي الواطئ) قيد البحث ولصالح الاختبار ألبعدي بخلاف المجموعة الرابعة (المجموعة الضابطة ذات الحرج الموقفي الواطئ) قيد البحث إذ اظهر الجدول (11) هذه المجموعة بدلالة غير معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي و ألبعدي ، ولغرض معرفة نسبة التعلم في مهارة الغطس نلاحظ الجدول (12) الذي يبين الأوساط الحسابية للاختبارين القبلي و ألبعدي وللمجموعتين التجريبية والضابطة حيث بلغت نسبة التعلم وعلى التوالي (82.44%) و(68.33%) و(0.000%) و(29.11%)

الجدول (12)

يبين الأوساط الحسابية القبليّة وألبعدية ونسبة التعلم للمجموعتين التجريبية والضابطة لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مهارة الغطس على بساط الحركات الأرضية

| ت | المجاميع | الحرج الموقفي | الوسط الحسابي القبلي | الوسط الحسابي ألبعدي | نسبة التعلم |
|---|-----------|---------------|----------------------|----------------------|-------------|
| 1 | التجريبية | الواطئ | 1.833 | 6.917 | %82.44 |
| | | العالي | 2.614 | 6.636 | %68.33 |
| 2 | الضابطة | الواطئ | 3.046 | 3.046 | %0.000 |
| | | العالي | 2.824 | 3.603 | %29.11 |



شكل (6)

يوضح النسب المئوية لتعلم مهارة الغطس للمجموعتين التجريبية والضابطة. 4-1-1-2 عرض وتحليل الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات المهارية القبلية وأبعدية لذوات الحرج العالي والواطئ في المجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الأمامية المكورة على بساط الحركات الأرضية:

الجدول (13)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبار القبلي وأبعدي لذوات الحرج العالي والواطئ للمجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الأمامية المكورة على بساط الحركات الأرضية

| أبعدي | | قبلي | | درجة القياس | حجم العينة | الحرج الموقفي | المجاميع |
|-------|-------|-------|-------|-------------|------------|---------------|-----------|
| ع | س | ع | س | | | | |
| 1.294 | 6.250 | 1.636 | 2.750 | درجة | 6 | الواطئ | التجريبية |
| 1.533 | 6.705 | 1.451 | 2.977 | درجة | 22 | العالي | |
| 1.752 | 2.272 | 0.924 | 1.864 | درجة | 11 | الواطئ | الضابطة |
| 2.658 | 3.735 | 1.218 | 2.529 | درجة | 17 | العالي | |

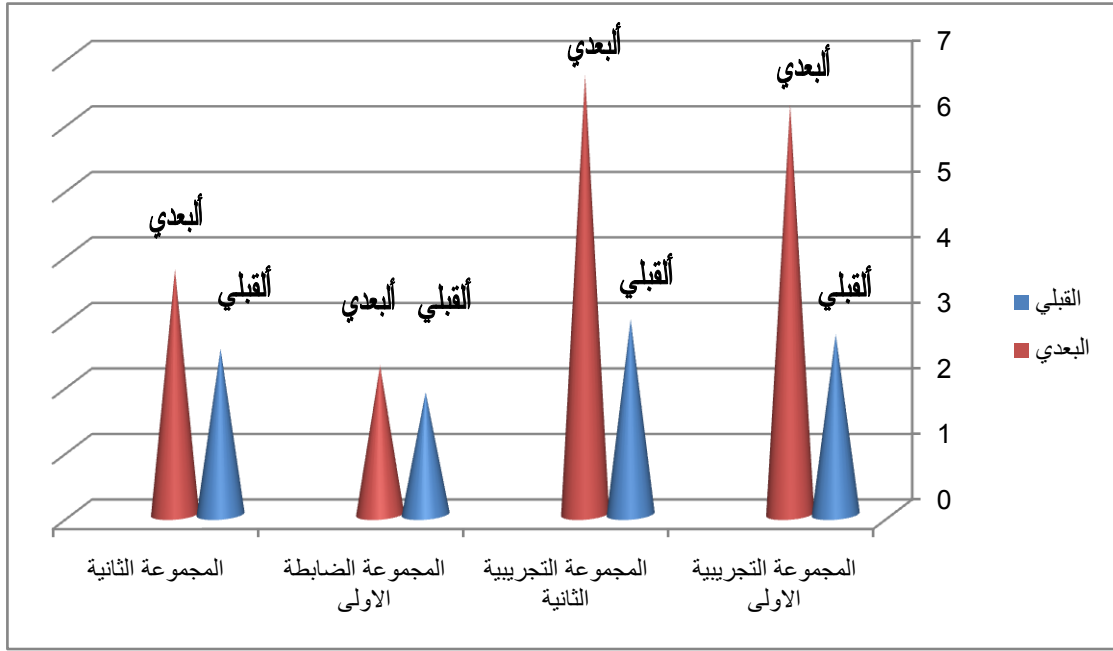


يبين جدول (13) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الأمامية المكورة على بساط الحركات الأرضية وللمجموعتين التجريبية والضابطة، وقد كانت نتائج الوسط الحسابي الانحراف المعياري في الاختبار القبلي وللمجموعة التجريبية الأولى (ذات الحرج الموقفي الواطئ) فقد بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (2.750) وبانحراف معياري (1.636)، أما في الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (6.250) وبانحراف معياري (1.294).

وفيما يخص المجموعة التجريبية الثانية (ذات الحرج الموقفي العالي) فقد بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (2.977) و بانحراف معياري (1.451)، أما في الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (6.705) وبانحراف معياري (1.533).

أما المجموعة الضابطة الثالثة (ذات الحرج الموقفي الواطئ) فقد بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (1.864) و بانحراف معياري (0.924)، أما الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (2.272) و بانحراف معياري (1.752).

أما المجموعة الضابطة الرابعة (ذات الحرج الموقفي العالي) فقد بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (2.529) و بانحراف معياري (1.218) وللاختبار البعدي وبانحراف معياري (3.735) و بانحراف (2.658) والشكل البياني (8) يوضح الفرق الحاصل في نتائج الإختبارات المهارية البعدية لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في المجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الأمامية المكورة.



شكل (7)

يوضح الاوساط الحسابية للاختبار القبلي والبعدي لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ للمجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الامامية المكورة على بساط الحركات الأرضية

وتظهر النتائج المعروضة في الجدول (13) ان هناك اختلافا في قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية بين الإختبارات القبلية و البعدية لكل من ذوات الحرج العالي والواطئ في المجموعتين التجريبية والضابطة. ولمعرفة فيما إذا كانت الفروق الظاهرة تعكس فروقا حقيقية تم استخدام اختبار (T).



الجدول (14)

يبين فرق الأوساط الحسابية والدرجات المعيارية وقيمتي (t) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين نتائج الإختبارات القبليّة وأبعديّة في مهارة الوقوف على اليدين ثم الحرجة الأمامية المكورة للمجموعتين التجريبية والضابطة.

| دلالة الفروق | قيمة t | | ف ع | ف س | حجم العينة | الحرج الموقفي | المجاميع | ت |
|--------------|----------|----------|-------|-------|------------|---------------|-----------|---|
| | الجدولية | المحسوبة | | | | | | |
| معنوي | 2.57 | 5.780 | 1.483 | 3.500 | 6 | الواطئ | التجريبية | 1 |
| معنوي | 2.08 | 12.533 | 1.394 | 3.727 | 22 | العالي | | |
| غير معنوي | 2.23 | 0.987 | 1.375 | 0.409 | 11 | الواطئ | الضابطة | 2 |
| معنوي | 2.12 | 2.394 | 2.077 | 1.206 | 17 | العالي | | |

• قيمة (t) الجدولية هي عند مستوى دلالة (0.05) تحت درجة حرية (16=1-17)

$$(5=1-6)(21=1-22)(10=1-11)$$

تبين من (13.14) فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الاختبارين القبلي و أبعدي في المهارة الوقوف على اليدين ثم الدحرجة الأمامية المكورة للمجموعتين التجريبية والضابطة قيد البحث (التجريبية ذات الحرج الموقفي الواطئ ، التجريبية ذات الحرج الموقفي العالي، الضابطة ذات الحرج الموقفي الواطئ، الضابطة ذات الحرج الموقفي العالي) إذ بلغ على التوالي (3.500)(3.727)(0.409) (1.206) وبلغت قيم (t) المحسوبة (5.780)(12.533)(0.987)(2.394) في حين كانت قيمة (t) الجدولية (2.56)(2.08)(2.23)(2.12) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (16) و(10) و(21) و(5) على التوالي.

وهذا يدل على معنوية الفروق في الاختبارين القبلي و أبعدي في مهارة الوقوف على اليدين ثم الدحرجة الأمامية المكورة للمجموعات الثلاث (المجموعة الضابطة ذات الحرج الموقفي العالي، المجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي العالي، المجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي الواطئ) قيد البحث ولصالح الاختبار أبعدي بخلاف المجموعة الرابعة (المجموعة الضابطة ذات الحرج الموقفي الواطئ) قيد البحث إذ أظهر

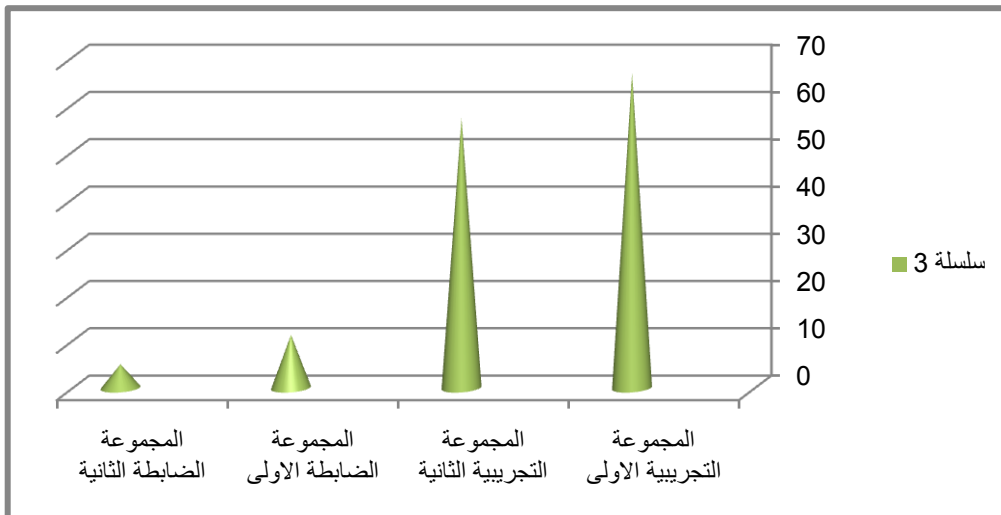


الجدول (14) هذه المجموعة بدلالة غير معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ، ولغرض معرفة نسبة التعلم في مهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الأمامية المكورة نلاحظ الجدول (15) الذي يبين الأوساط الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة حيث بلغت نسبة التعلم وعلى التوالي (66.66%) و(56.15%) و(11.22%) و(24.26%).

الجدول (15)

يبين الأوساط الحسابية والقبليّة والبعديّة ونسبة التعلم للمجموعتين التجريبية والضابطة لذوات الحرج العالي والواطئ في مهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الأمامية المكورة

| ت | المجاميع | الحرج الموقفي | الوسط الحسابي القبلي | الوسط الحسابي البعدي | نسبة التعلم |
|---|-----------|---------------|----------------------|----------------------|-------------|
| 1 | التجريبية | الواطئ | 2.750 | 6.250 | 66.66% |
| | | العالي | 2.977 | 6.705 | 57.15% |
| 2 | الضابطة | الواطئ | 1.864 | 2.272 | 11.22% |
| | | العالي | 2.529 | 3.735 | 24.26% |



شكل (8)

يوضح النسب المئوية لتعلم مهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الأمامية المكورة للمجموعتين التجريبية والضابطة



وتظهر النتائج المعروضة في الجدول (15) ان هناك اختلافا في قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية بين الإختبارات القبلية و الأبعدية لكل من ذوات الحرج العالي والواطئ في المجموعتين التجريبية والضابطة. ولمعرفة فيما إذا كانت الفروق الظاهرة تعكس فروقا حقيقية تم استخدام اختبار (T).

3-1-1-4 عرض وتحليل الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للإختبارات المهارية القبلية والأبعدية لذوات الحرج العالي والواطئ في المجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة العجلة البشرية على بساط الحركات الأرضية:

الجدول (16)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبار القبلي والأبعدي لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ للمجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة العجلة البشرية على بساط الحركات الأرضية

| الأبعدي | | القبلي | | درجة القياس | حجم العينة | الحرج الموقفي | المجاميع |
|---------|--------|--------|-------|-------------|------------|---------------|-----------|
| ع | س | ع | س | | | | |
| 0.665 | 6.917 | 1.440 | 3.250 | درجة | 6 | الواطئ | التجريبية |
| 1.049 | 6.636 | 1.477 | 3.216 | درجة | 22 | العالي | |
| 1.708 | 2.772 | 1.504 | 2.682 | درجة | 11 | الواطئ | الضابطة |
| 2.525 | 3.2941 | 1.940 | 3.721 | درجة | 17 | العالي | |

يبين جدول (16) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمهارة عجلة البشرية

على بساط الحركات الأرضية وللمجموعتين التجريبية والضابطة، وقد كانت نتائج

الوسط الحسابي الانحراف المعياري في الاختبار القبلي وللمجموعة التجريبية

الأولى (ذات الحرج الموقفي الواطئ) فقد بلغ الوسط الحسابي في الاختبار

القبلي (3.250) وبانحراف معياري (1.440)، أما في الاختبار الأبعدي فقد بلغ الوسط

الحسابي (6.917) وبانحراف معياري (0.665).

فيما يخص المجموعة التجريبية الثانية (ذات الحرج الموقفي العالي) فقد بلغ الوسط

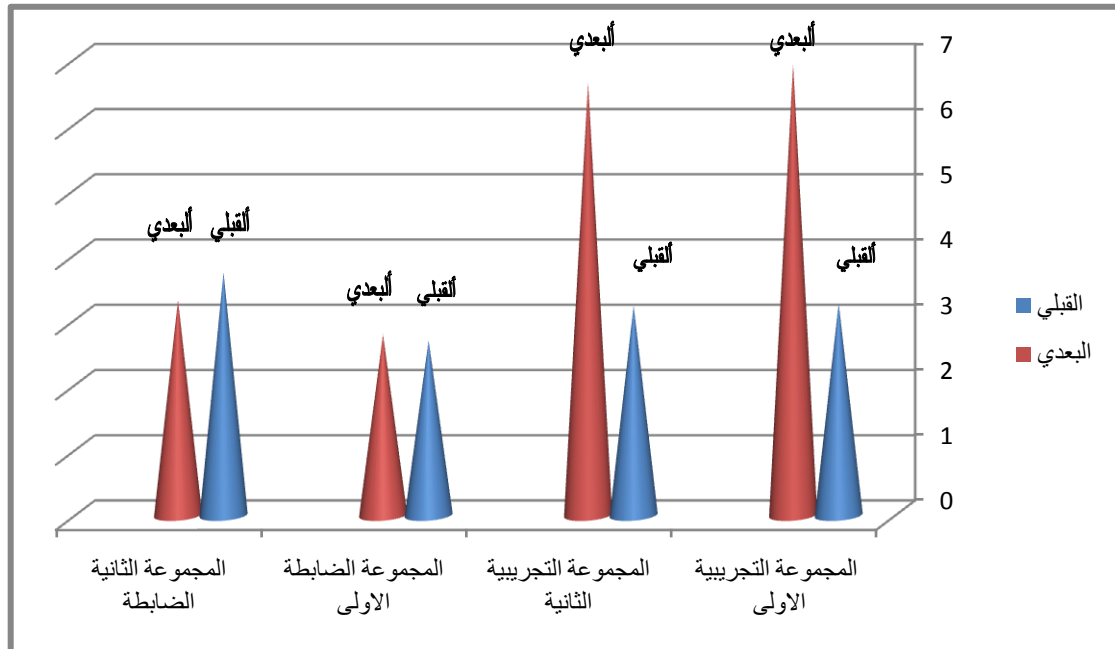
الحسابي في الاختبار القبلي (3.216) وبانحراف معياري (1.477)، أما في الاختبار

الأبعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (6.705) وبانحراف معياري (1.533).



أما المجموعة الضابطة الثالثة (ذات الحرج الموقفي الواطئ) فقد بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (2.682) وبانحراف معياري (1.504)، أما الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (6.636) وبانحراف معياري (1.049).

وقد كانت نتائج الوسط الحسابي الانحراف المعياري في الاختبار القبلي وللمجموعة الضابطة الرابعة (ذات الحرج الموقفي العالي) (3.721) (1.940) وللاختبار البعدي (3.2941) (2.525) والشكل البياني (9) يوضح الفرق الحاصل في نتائج الإختبارات المهارية البعدية لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في المجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة العجلة البشرية.



شكل (9)

يوضح الأوساط الحسابية للاختبار القبلي والبعدي لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ للمجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة العجلة البشرية على بساط الحركات الأرضية



جدول (17)

يبين فرق الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (t) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين نتائج الإختبارات القبليّة وأبعديّة في مهارة العجلة البشرية للمجموعتين التجريبيّة والضابطة

| ت | المجاميع | الخرج الموقفي | حجم العينة | ف س | ف ع | قيمة t | | دلالة الفروق |
|---|-----------|---------------|------------|-------|-------|----------|----------|--------------|
| | | | | | | الجدولية | المحسوبة | |
| 1 | التجريبية | الواطئ | 6 | 3.666 | 0.931 | 9.648 | 2.57 | معنوي |
| | | العالي | 22 | 3.420 | 0.924 | 17.366 | 2.08 | معنوي |
| 2 | الضابطة | الواطئ | 11 | 0.091 | 1.578 | 0.191 | 2.23 | غير معنوي |
| | | العالي | 17 | 0.426 | 2.267 | 0.776 | 2.12 | غير معنوي |

• قيمة (t) الجدولية هي عند مستوى دلالة (0.05) تحت درجة حرية (16=1-17) (16=1-17)

(10=1-11) و(21=1-22) و(5=1-6)

تبين من (16,17) فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الاختبارين القبلي وأبعدي في المهارة الوقوف على اليدين ثم الدرحة الأمامية المكورة للمجموعات الأربع قيد البحث، (المجموعة التجريبية ذات الخرج الموقفي الواطئ، المجموعة التجريبية ذات الخرج الموقفي العالي، المجموعة الضابطة ذات الخرج الموقفي الواطئ، المجموعة الضابطة ذات الخرج الموقفي العالي) بلغ على التوالي (3.666) (3.420) (0.091) (0.426) وبلغت قيم (t) المحسوبة (9.648) (17.366) (0.191) (0.776) في حين كانت قيمة (t) الجدولية (2.56) (2.08) (2.23) (2.12) عند مستوى دلالة (0,05) وتحت درجة حرية (16) و(10) و(21) و(5) على التوالي.

وهذا يدل على معنوية الفروق في الاختبارين القبلي وأبعدي في مهارة العجلة البشرية للمجموعتين التجريبيتين (المجموعة التجريبية ذات الخرج الموقفي العالي، المجموعة التجريبية ذات الخرج الموقفي الواطئ) قيد البحث ولصالح الاختبار أبعدي بخلاف المجموعتين الضابطين (المجموعة الضابطة ذات الخرج الموقفي العالي، المجموعة الضابطة ذات الخرج الموقفي الواطئ) قيد البحث إذ أظهر الجدول (17) هذه المجموعتين بدلالة غير معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي و أبعدي، ولعرض معرفة نسبة التعلم

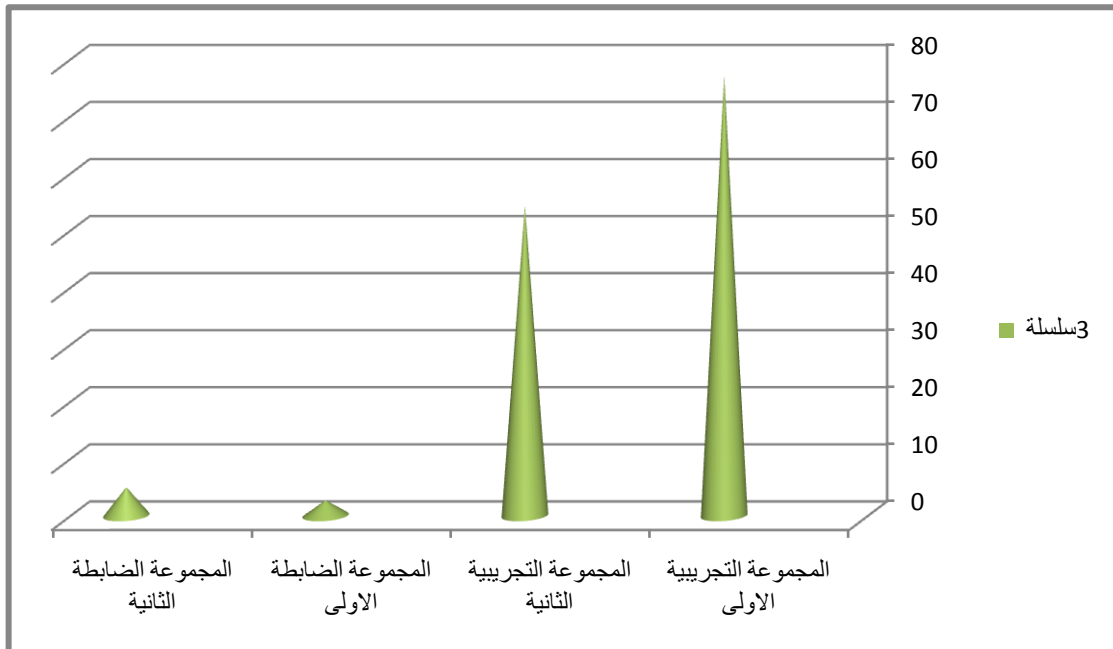


في مهارة الغطس نلاحظ الجدول (18) الذي يبين الأوساط الحسابية للاختبارين القبلي و البعدي وللمجموعتين التجريبية والضابطة. الذي يبين الأوساط الحسابية للاختبارين القبلي و البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة حيث بلغت نسبة التعلم وعلى التوالي (%77.2) و (%54.42) و (%2.71) و (%11.27).

جدول (18)

يبين الأوساط الحسابية القبليّة والبعدية ونسبة التعلم للمجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة العجلة البشرية على بساط الحركات الأرضية

| ت | المجاميع | الخرج الموقفي | الوسط الحسابي القبلي | الوسط الحسابي البعدي | نسبة التعلم |
|---|-----------|---------------|----------------------|----------------------|-------------|
| 1 | التجريبية | واطئ | 3.250 | 6.917 | %77.2 |
| | | عالي | 3.216 | 6.636 | %54.42 |
| 2 | الضابطة | واطئ | 2.682 | 2.772 | %2.71 |
| | | عالي | 3.720 | 3.294 | %11.27 |



شكل (10)

يبين النسب المئوية لتعلم مهارة العجلة البشرية على بساط الحركات الأرضية للمجموعتين التجريبية والضابطة.



4-1-2 مناقشة نتائج الإختبارات المهارية القبلية وأبعديّة:

من خلال النتائج السابقة التي تم عرضها وتحليلها للإختبارات المهارية القبلية و أبعديّة، ظهر بأن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين الإختبارات القبلية و أبعديّة وللمجموعتين التجريبية والضابطة في الإختبارات المهارية ولصالح الإختبارات أبعديّة، وتعزو الباحثة أسباب هذه الفروق إلى تأثير المناهج التعليمية (إستراتيجية الإدخال، والمناهج المتبع في الكلية) إذ نجد بان تأثير هذه المناهج كان فعالاً في إحداث التعلم ومن ثم ساعد على أظهار تقدمت واضح في مستوى الأداء المهاري لدى كل من ذوات الحرج العالي والواطئ في المجموعتين التجريبية والضابطة ولكن بفروق مختلفة، إذ ان أتباع الخطوات العلمية والمنطقية في التخطيط والتنفيذ الذي تبنى عليه المناهج التعليمية يؤدي حتماً إلى إحداث التعلم، كما تعزو الباحثة أسباب هذه الفروق الى متغيرات أخرى تداخلت في عملية التعلم منها إتباع مبدأ التدرج في تعلم المهارات الحركية من خلال التدرج من السهل الى الصعب من خلال تقسيم المهارة الى ثلاث مستويات تعليمية وعرضها من قبل المدرس مع شرح مفصل لكل مهارة وتزويد المتعلم بالتغذية الراجعة، كل هذه العوامل مجتمعة ساعدت على تقليل الحرج الموقفي لدى الطالبات وبالتالي أدت إلى حدوث آثار ايجابية في عملية التعلم، وهذا ما ذكره (ظافر هاشم، 2002) أن من الظواهر الطبيعية لعملية التعلم هو لا بد ان يكون هناك تطوير في التعلم مادام المدرس يتبع خطوات الأسس السليمة للتعلم والتعليم ولكي تكون بداية التعلم سليمة فلا بد من توضيح الشرح والعرض والتمرين على الأداء الصحيح والتركيز عليه لحين ترسيخ وثبات الأداء الصحيح برغبة واندفاع⁽¹⁾.

وقد ساعد تقسيم المهارة إلى مستويات مختلفة للمهارة في المجموعة التجريبية الطالبات على مجابهة مخاوفهن وترددهن والسيطرة على الانفعالات وسبب ذلك بارتياح النفسي للطالبات عند أداء المهارة ولكون أسلوب الإدخال يمنح الطالبة فرصة كبيرة وإجراء محاولات تكرارية كثيرة وبمستويات مختلفة مما يعطي الفرصة لكل طالبة للاختيار المستوى الذي يتناسب مع قدراتها البدنية و المهارية، مما زاد من نسبة تعلم لدى

(¹) ظافر هاشم؛ المصدر السابق، ص 102.



الطالبات وظهر هذا بشكل في المجموعة التجريبية، وهذا ما يؤكدده (Singer:1998)⁽¹⁾ في أن إجراء محاولات تكرارية كثيرة ومنظمة بأحوال مختلفة تساعد على التطور بالمهارة وتشارك فعلياً في التعليم والأداء" فضلاً عن تقديم التغذية الراجعة وتقديم التعزيز الايجابي ، بخلاف المجموعة الضابطة والتي كانت نسبة التعلم فيها طفيفة خاصة في مهارتي الوقوف على اليدين ثم الدرجة الأمامية المكورة والعجلة البشرية مقارنة مع التجريبية ،بخلاف المجموعة الضابطة ذات الحرج الموقفي الواطئ نجد أنها لم تحقق أي تقدمت في نسبة التعلم في مهارة الغطس ،وتعزو الباحثة السبب إلى أن الإسلوب الامري لم يلائم المجموعة الضابطة وبالأخص ذات الحرج الموقفي الواطئ إذ إن تطبيق هذا الإسلوب لم يساعد الطالبة في التحكم بانفعالاتها وتجاوز حالات الحرج من خلال أدائها وكذلك في اجتيازها حاجز الخوف والتردد، إذ أن استخدام الإسلوب الامري لم يزيد من استقرار الطالبة النفسي وتوصيلها إلى دقة الأداء المهاري والأداء المهاري برغبة واندفاع.

(1)Singer, N. Robert Motor Iearning From (monce Mae millan. Pablishing Co. Inc. New York.1998,P.282.



4-2 عرض نتائج الإختبارات المهارية البعدية وتحليلها ومناقشتها:

4-2-1 عرض نتائج الإختبارات البعدية وتحليلها:

4-2-1-1 عرض وتحليل نتائج الإختبارات البعدية لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في مهارة الغطس على بساط الحركات الارضية.

لغرض المقارنة في النتائج الإختبارات البعدية بين تأثير التعلم وفق إستراتيجية الإدخال (التضمين) و الإسلوب الامري لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ ولمعرفة أيهم كان الأفضل في تعلم مهارة الغطس على بساط الحركات الأرضية ، تم استخدام تحليل التباين (F) بين ذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مجموعتي البحث التجريبية والضابطة، إذ القيمة الفئئية المحسوبة في اختبار مهارة الغطس (30.087)

عند مستوى دلالة (F) الجدولية والبالغة (2.79) وعند مقارنتها بمستوى الدلالة البالغ (0,05) ، عند درجة حرية (3, 52) ظهر أن مستوى الدلالة المحسوبة أقل من مستوى (0,05) مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين ذوات الحرج الموقفي العلي والواطئ في مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في الإختبارات المهارية البعدية، و الجدول (19) يبين ذلك.

جدول (19)

يبين نتائج تحليل التباين بين ذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في الإختبارات البعدية لمهارة الغطس على بساط الحركات الأرضية

| المتغيرات | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجه الحرية | متوسط المربعات | قيمة F المحتسبة | قيمة F الجدولية | دلالة الفروق |
|-------------|--------------|----------------|-------------|----------------|-----------------|-----------------|--------------|
| مهارة الغطس | بين | 156.063 | 3 | 52.021 | 30.087 | 2.79* | معنوي |
| | داخل | 89.909 | 52 | 1.729 | | | |

• قيمة (F) الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (3, 52)



ولغرض التعرف على حقيقة هذه الفروق بين ذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مجموعتي البحث التجريبية والضابطة و أفضلها في الإختبارات الأبعدية لمهارة الغطس على بساط الحركات الأرضية, تم إجراء اختبار اقل فروق معنوية (L.S.D) وكما مبين في الجدول (20) .

جدول (20)

يبين نتائج اختبار (L.S.D) لمعرفة قيمة أقل فرق معنوي بين ذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في مهارة الغطس

| ت | المجاميع | الأوساط الحسابية | فرق الأوساط | قيمة L.S.D | دلالة الفروق |
|---|--|------------------|-------------|------------|--------------|
| 1 | حرج موقفي واطئ للمجموعة التجريبية حرج موقفي عالي للمجموعة التجريبية | 6.636 - 6.971 | 0.281 | 1.606 | غير معنوي |
| 2 | حرج موقفي واطئ للمجموعة التجريبية حرج موقفي واطئ للمجموعة الضابطة | 3.046-6.917 | 3.871 | | معنوي |
| 3 | حرج موقفي واطئ للمجموعة التجريبية حرج موقفي عالي للمجموعة الضابطة | 3.603 - 6.917 | 3.314 | | معنوي |
| 4 | حرج موقفي عالي للمجموعة التجريبية حرج موقفي واطئ للمجموعة الضابطة | 3.046 - 6.636 | 3.59 | | معنوي |
| 5 | حرج موقفي عالي للمجموعة التجريبية حرج موقفي عالي للمجموعة الضابطة | 3.603 - 6.636 | 3.033 | | معنوي |
| 6 | حرج موقفي واطئ للمجموعة الضابطة حرج موقفي عالي للمجموعة الضابطة | 3.603- 3.046 | 0.557 | | غير معنوي |

• معنوي عن مستوى دلالة (0,05)

من الجدول (20) يتبين لنا:

❖ عدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين المجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي الواطئ، والمجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي العالي، باستخدام أسلوب الإدخال إذ ظهر قيمة (L.S.D) أكبر من قيمة فرق الأوساط بين المجموعتين عند مستوى دلالة (0,05)،



- ❖ فيما تبين لنا معنوية الفروق بين المجموعتين المجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي الواطئ بإسلوب الإدخال، والمجموعة الضابطة ذات الحرج الموقفي الواطئ بإسلوب الامري ولصالح المجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي الواطئ بإسلوب الادخار إذ ظهرت قيمة فرق الأوساط الحسابية اكبر من قيمة (L.S.D.) عند مستوى دلالة (0,05).
- ❖ وكذلك تبين معنوية الفروق بين المجموعتين المجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي الواطئ باستخدام إسلوب الإدخال والمجموعة الضابطة ذات الحرج الموقفي العالي بإسلوب الامري ولصالح المجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي الواطئ بإسلوب الإدخال إذ ظهرت قيمة فرق الأوساط الحسابية اكبر من قيمة (L.S.D.) عند مستوى دلالة (0,05)
- ❖ وتبين لنا معنوية الفروق بين المجموعتين المجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي العالي بإسلوب الادخار والمجموعة الضابطة ذات الحرج الموقفي الواطئ بإسلوب الامري ولصالح المجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي العالي بإسلوب الإدخال إذ ظهرت قيمة فرق الأوساط الحسابية اكبر من قيمة (L.S.D.) عند مستوى دلالة (0,05) .
- ❖ وتبين أيضا معنوية الفروق بين المجموعتين المجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي العالي بإسلوب الإدخال والمجموعة الضابطة ذات الحرج الموقفي العالي بإسلوب الامري ولصالح المجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي العالي بإسلوب الإدخال إذ ظهرت قيمة فرق الأوساط الحسابية اكبر من قيمة (L.S.D.) عند مستوى دلالة (0,05)،
- ❖ وتبين عدم معنوية الفروق بين المجموعتين المجموعة الضابطة ذات الحرج الموقفي الواطئ بإسلوب الامري والمجموعة الضابطة ذات الحرج الموقفي العالي بإسلوب الامري إذ ظهر قيمة (L.S.D.) أكبر من قيمة فرق الأوساط بين المجموعتين عند مستوى دلالة (0,05) .



4-2-1-2 عرض وتحليل نتائج الإختبارات أبعديّة لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في مهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الأمامية المكورة على بساط الحركات الأرضية ولغرض المقارنة في نتائج الإختبارات أبعديّة بين تأثير التعليم وفق إستراتيجية الإدخال (التضمين) و الإسلوب الامري المتبع في الكلية لذوات الحرج الموقفي العالي مقابل ذوات الحرج الموقفي الواطئ ولمعرفة أيهم كان الأفضل في تعلم مهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الأمامية المكورة ، تم استخدام تحليل التباين (F) بين ذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ مجموعتي البحث التجريبية والضابطة (21).

جدول (21)

يبين نتائج تحليل التباين بين ذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في الإختبارات أبعديّة لمهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الامامية المكورة على بساط الحركات الأرضية

| المتغيرات | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجه الحرية | متوسط المربعات | قيمة F المحتسبة | قيمة F الجدولية | دلالة الفروق |
|-------------------------|--------------|----------------|-------------|----------------|-----------------|-----------------|--------------|
| مهارة الوقوف على اليدين | بين | 181.550 | 3 | 60.517 | 15.621 | 2.79 | معنوي |
| | داخل | 201.445 | 52 | 3.874 | | | |

• قيمة (F) الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (3 , 52)

ولغرض التعرف على حقيقة هذه الفروق بين ذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مجموعتي البحث التجريبية والضابطة و أفضلها في الإختبارات أبعديّة لمهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الأمامية المكورة على بساط الحركات الأرضية، تم إجراء اختبار اقل فروق معنوية (L.S.D)وكما مبين في الجدول (22) .



جدول (22)

يبين نتائج اختبار (L.S.D) لمعرفة قيمة أقل فرق معنوي بين ذوات الحرج الموقفي العالي والواطي في مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في مهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الامامية المكورة

| ت | المجاميع | الأوساط الحسابية | فرق الأوساط | قيمة L.S.D | دلالة الفروق |
|---|--|------------------|-------------|------------|--------------|
| 1 | حرج موقفي واطئ للمجموعة التجريبية حرج موقفي عالي للمجموعة التجريبية | 6.705-6.2500 | 0.455 | 2.406 | غير معنوي |
| 2 | حرج موقفي واطئ للمجموعة التجريبية حرج موقفي واطئ للمجموعة الضابطة | 2.272-6.2500 | 3.978 | | معنوي |
| 3 | حرج موقفي واطئ للمجموعة التجريبية حرج موقفي عالي للمجموعة الضابطة | 3.735-6.2500 | 2.515 | | معنوي |
| 4 | حرج موقفي عالي للمجموعة التجريبية حرج موقفي واطئ للمجموعة الضابطة | 2.272-6.705 | 4.433 | | معنوي |
| 5 | حرج موقفي عالي للمجموعة التجريبية حرج موقفي عالي للمجموعة الضابطة | 3.735-6.705 | 2.907 | | معنوي |
| 6 | حرج موقفي واطئ للمجموعة الضابطة حرج موقفي عالي للمجموعة الضابطة | 3.735-2.272 | 1.463 | | غير معنوي |

من الجدول (22) يتبين لنا:

- ❖ عدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين المجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي الواطي، والمجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي العالي، باستخدام أسلوب الإدخال إذ ظهر قيمة (L.S.D.) أكبر من قيمة فرق الأوساط بين المجموعتين عند مستوى دلالة (0,05)
- ❖ فيما تبين لنا معنوية الفروق بين المجموعتين المجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي الواطي بإسلوب الإدخال، والمجموعة الضابطة ذات الحرج الموقفي الواطي بإسلوب الامري ولصالح المجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي الواطي بإسلوب الإدخال إذ ظهرت قيمة فرق الأوساط الحسابية اكبر من قيمة (L.S.D.) عند مستوى دلالة (0,05).



- ❖ وكذلك تبين معنوية الفروق بين المجموعتين المجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي الواطئ باستخدام أسلوب الإدخال والمجموعة الضابطة ذات الحرج الموقفي العالي بإسلوب الامرى ولصالح المجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي الواطئ بإسلوب الإدخال إذ ظهرت قيمة فرق الأوساط الحسابية اكبر من قيمة (L.S.D.) عند مستوى دلالة (0,05)
- ❖ وتبين لنا معنوية الفروق بين المجموعتين المجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي العالي بإسلوب الإدخال والمجموعة الضابطة ذات الحرج الموقفي الواطئ بإسلوب الامرى ولصالح المجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي العالي بإسلوب الإدخال إذ ظهرت قيمة فرق الأوساط الحسابية اكبر من قيمة (L.S.D.) عند مستوى دلالة (0.05) .
- ❖ وتبين أيضا معنوية الفروق بين المجموعتين المجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي العالي بإسلوب الامرى ولصالح المجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي العالي بإسلوب الإدخال إذ ظهرت قيمة فرق الأوساط الحسابية اكبر من قيمة (L.S.D.) عند مستوى دلالة (0.05)
- ❖ وتبين عدم معنوية الفروق بين المجموعتين المجموعة الضابطة ذات الحرج الموقفي الواطئ بإسلوب الامرى والمجموعة الضابطة ذات الحرج الموقفي العالي بإسلوب الامرى إذ ظهر قيمة (L.S.D.) أكبر من قيمة فرق الأوساط بين المجموعتين عند مستوى دلالة (0.05) .



4-2-1-3 عرض وتحليل نتائج الإختبارات ألبعدية لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في مهارة العجلة البشرية على بساط الحركات الأرضية

ولغرض المقارنة في نتائج الإختبارات ألبعدية بين تأثير التعليم وفق إستراتيجية الإدخال (التضمين) و الإسلوب الامري المتبع في الكلية لذوات الحرج الموقفي العالي مقابل ذوات الحرج الموقفي الواطئ ولمعرفة ايهم كان الأفضل في تعلم مهارة العجلة البشرية ، تم استخدام تحليل التباين (F) بين ذوات الحرج الموقفي العالي و الواطئ مجموعتي البحث التجريبية والضابطة (23).

جدول(23)

يبين نتائج تحليل التباين بين ذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في الإختبارات ألبعدية لمهارة العجلة البشرية

| المتغيرات | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجه الحرية | متوسط المربعات | قيمة F المحتسبة | قيمة F الجدولية | دلالة الفرق |
|-------------|--------------|----------------|-------------|----------------|-----------------|-----------------|-------------|
| مهارة الغطس | بين | 184.347 | 3 | 61.449 | 20.416 | 2.79 | معنوي |
| | داخل | 156.510 | 52 | 3.010 | | | |

• قيمة (F) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية(3 , 52)

ولغرض التعرف على حقيقة هذه الفروق بين ذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مجموعتي البحث التجريبية والضابطة و أفضلها في الإختبارات ألبعدية لمهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الأمامية المكورة على بساط الحركات الأرضية، تم إجراء اختبار اقل فروق معنوية (L.S.D) وكما مبين في الجدول (24) .



جدول (24)

يبين نتائج اختبار (L.S.D) لمعرفة قيمة أقل فرق معنوي بين ذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في مهارة العجلة البشرية

| ت | المجاميع | الأوساط الحسابية | فرق الأوساط | قيمة L.S.D | دلالة الفروق |
|---|--|------------------|-------------|------------|--------------|
| 1 | حرج موقفي واطئ للمجموعة التجريبية حرج موقفي عالي للمجموعة التجريبية | 6.636-6.917 | 0.281 | 2.121 | غير معنوي |
| 2 | حرج موقفي واطئ للمجموعة التجريبية حرج موقفي واطئ للمجموعة الضابطة | 2.772-6.917 | 4.145 | | معنوي |
| 3 | حرج موقفي واطئ للمجموعة التجريبية حرج موقفي عالي للمجموعة الضابطة | 3.294-6.917 | 3.623 | | معنوي |
| 4 | حرج موقفي عالي للمجموعة التجريبية حرج موقفي واطئ للمجموعة الضابطة | 2.772-6.636 | 3.864 | | معنوي |
| 5 | حرج موقفي عالي للمجموعة التجريبية حرج موقفي عالي للمجموعة الضابطة | 3.294-6.636 | 3.342 | | معنوي |
| 6 | حرج موقفي واطئ للمجموعة الضابطة حرج موقفي عالي للمجموعة الضابطة | 3.294-2.772 | 0.522 | | غير معنوي |

من الجدول (24) يتبين لنا:

- ❖ عدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين المجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي الواطئ، والمجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي العالي، باستخدام أسلوب الإدخال إذ ظهر قيمة (L.S.D.) أكبر من قيمة فرق الأوساط بين المجموعتين عند مستوى دلالة (0.05)
- ❖ فيما تبين لنا معنوية الفروق بين المجموعتين المجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي الواطئ بإسلوب الإدخال، والمجموعة الضابطة ذات الحرج الموقفي الواطئ بإسلوب الامر ولصالح المجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي الواطئ بإسلوب الإدخال إذ ظهرت قيمة فرق الأوساط الحسابية أكبر من قيمة (L.S.D.) عند مستوى دلالة (0.05).
- ❖ وكذلك تبين معنوية الفروق بين المجموعتين المجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي الواطئ باستخدام أسلوب الإدخال والمجموعة الضابطة ذات الحرج



الموقفى العالى بإسلوب الامرى ولصالح المجموعة التجريبية ذات الحرج
الموقفى الواطئ بإسلوب الإدخال إذ ظهرت قيمة فرق الأوساط الحسابية اكبر
من قيمة (L.S.D.) عند مستوى دلالة (0.05)

❖ وتبين لنا معنوية الفروق بين المجموعتين المجموعة الضابطة ذات الحرج
الموقفى العالى بإسلوب الإدخال والمجموعة الضابطة ذات الحرج الموقفى
الواطئ بإسلوب الامرى ولصالح المجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفى
العالى بإسلوب الإدخال إذ ظهرت قيمة فرق الأوساط الحسابية اكبر من
قيمة (L.S.D.) عند مستوى دلالة (0.05) .

❖ وتبين أيضا معنوية الفروق بين المجموعتين المجموعة التجريبية ذات
الحرج الموقفى العالى بإسلوب الإدخال والمجموعة الضابطة ذات الحرج
الموقفى العالى بإسلوب الامرى ولصالح المجموعة التجريبية ذات الحرج
الموقفى العالى بإسلوب الإدخال إذ ظهرت قيمة فرق الأوساط الحسابية اكبر
من قيمة (L.S.D.) عند مستوى دلالة (0.05)

❖ وتبين عدم معنوية الفروق بين المجموعتين المجموعة الضابطة ذات الحرج
الموقفى الواطئ بإسلوب الامرى والمجموعة الضابطة ذات الحرج الموقفى
العالى بإسلوب الامرى إذ ظهر قيمة (L.S.D.) أكبر من قيمة فرق الأوساط
بين المجموعتين عند مستوى دلالة (0.05) .



4-2-2 مناقشة نتائج الإختبارات المهارية ألبعدية:

من خلال المقارنة في نتائج الإختبارات ألبعدية للمهارات الأساسية قيد البحث بين ذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مجموعتي البحث التجريبية والضابطة والتي عرضها وتحليلها في الجداول (20,22,24) ظهر ان هناك تباين في معنوية الفروق بين ذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مجموعتي البحث التجريبية والضابطة ، إذ تبين ان الفرق المعنوي كان لصالح ذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في المجموعة التجريبية وبشكل اكبر قياساً بذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في المجموعة الضابطة في تعلم مهارة(الغطس، الوقوف على اليدين ثم الدرجة الأمامية المكورة،العجلة البشرية) على بساط الحركات الأرضية ، تعزى سبب ذلك الى المنهاج التعليمي الذي أعدته الباحثة وفق إستراتيجية الإدخال (التضمين) كان له الاثر الاكبر في جعل عملية التعلم اكثر فاعلية وايجابية ، قد أعطى الطالبات فرصة المشاركة في الدرس واختيار المستويات المناسب لكل طالبة مع وجود التغذية الراجعة المستمرة من قبل مدرسة المادة إضافة إلى عدة متغيرات تداخلت في عملية التعلم،منها سيطرة الطالبة على انفعالات وترددتها وخوفها عند أداء المهارة وشعورها بالاستقرار النفسي،وهذا يتفق مع نتائج دراسة(جمال ،1991)⁽¹⁾ "فيما ذهب إليه من أهداف أسلوب الإدخال هو انتقال عدد من القرارات من المعلم إلى التلميذ في(الوقفة،المكان،تسلسل المهارات ،وقت بدء كل واجب حركي ،وقت توقف الواجب الحركي أو المهاري)".

كما ظهر من خلال المقارنة في نتائج الإختبارات المهارية ألبعدية لذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في الجداول (21,22,24) ما يأتي:

(¹) جمال صالح وآخرون ؛ تدريس التربية الرياضية بجامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر ،1991، ص 23.



❖ عند مقارنة الطالبات ذات الحرج الموقفي الواطئ في المجموعة التجريبية مع الطالبات ذات الحرج الموقفي العالي في المجموعة ذاتها نجد انها لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية بين الفئتين في كافة الإختبارات البعدية.

وتعزو الباحثة سبب ذلك على أن الإسلوب المستخدم (إستراتيجية الإدخال) أعطى نتائج لكلا المجموعتين ولكنه لم يتم التركيز فيه على حرج واحدة (عالي، واطئ) وإنما تم التركيز من خلاله على كلا مجموعتي الحرج (العالي، الواطئ) من ناحية الطرائق و الأساليب التعليمية التي اتبعتها الباحثة إثناء تنفيذ المنهج والتي كان لها الاثر الايجابي في تنمية الثقة بالنفس والسيطرة على انفعالاتها وترددها وخوفها عند أداء المهارة وشعورها بالاستقرار النفسي و إتخاذ القرارات مما حفزهم على الممارسة والتكرار، إذ كانت إستراتيجية الإدخال عاملاً مساعداً في تعزيز جانب الثقة بالنفس لذوات الحرج الموقفي العالي الذي أدى الى تحقيق نتائج عالية لكلا الفئتين في كافة الإختبارات المهارية، وذلك لان إسلوب الإدخال قد احتوى جميع الطالبات في الأداء ومن ناحية أخرى اختيار الطالبة المستوى الملائم لها والبدء منه مراعيًا الفروق الفردية بين الطالبات مما سهل على الطالبات عملية التعلم والأداء الصحيح للمهارة وهذا ما أشار إليه (Mark,1998)⁽¹⁾ في إن المتعلمين بطريقة الإدخال يختارون مستوى الصعود في أداء الواجب ويقيمون أداءهم للمهارة (مرجع التقويم الذاتي) مع الانتقال إلى مستوى اعلي في حالة اجتيازه مستوى".

(¹) Mark Byre and Jayne Jenkins, OP. Cit , 1998,P28.



❖ وعند مقارنة الطالبات ذات الحرج الموقفي الواطئ في المجموعة التجريبية مع طالبات ذات الحرج الموقفي الواطئ في المجموعة الضابطة نجد ان هناك فروق معنوية ظهرت ولصالح الطالبات ذات الحرج الموقفي الواطئ في المجموعة التجريبية في جميع الإختبارات المهارية ألبعدية:

وهذا يدل على استخدام أسلوب الإدخال قد أعطى الطالبات فرصة المشاركة في الدرس واختيار المستويات المناسب لكل طالبة مع وجود التغذية الراجعة المستمرة من قبل مدرسة المادة إضافة إلى عدة متغيرات تداخلت في عملية التعلم ومنها أن الطالبات تميزن بالحرج الموقفي الواطئ الذي يساعدهن على مجابهة متطلبات المهارات وترددهن ومخاوفهن في أثناء الوحدة التعليمية ، والشيء المهم في أسلوب الإدخال إن جميع الطالبات يعملن دون توقف كلاً بحسب المستوى الذي تعمل به مما يتيح لها تكرارات أكثر وثقة بالنفس أثناء العمل وفي الوقت نفسه تستطيع هي إن تقيم نفسها في إمكانية الأداء بالمستوى الذي تعمل فيه لتقرر الانتقال إلى المستوى الأصعب مما يدل على فاعلية إستراتيجية الإدخال والتي ساعدت الطالبات على تحديد المستوى الذي تبدأ منه الطالبة والتي يتلائم مع قدراتها البدنية والتنقل من مستوى إلى آخر مما قلل الحرج لدى الطالبات، ما ذكره (Mark , 1998)⁽¹⁾ إن المتعلمين يقيمون أداءهم بالمهارة ، وهو مرجع لتقويم الذاتي وإنهم سوف يقارنون بين تنفيذ المهارة و النموذج وفي ضوءها يحددون أدائهم الصحيح والخطأ في أدائهم وهذا هو انعكاس لتفكيرهم ومستوى أدائهم" .

(1)Mark By ra: OP.CT.1998,18 p.28.



❖ وعند مقارنة الطالبات ذات الحرج الموقفي الواطئ في المجموعة التجريبية مع طالبات ذات الحرج الموقفي العالي في المجموعة الضابطة نجد ان هناك فروق معنوية ظهرت ولصالح الطالبات ذات الحرج الموقفي الواطئ في المجموعة التجريبية في جميع الإختبارات المهارية البعيدة:

وهذا يدل على استخدام إستراتيجية الإدخال قد أعطى الطالبات فرصة المشاركة في الدرس واختيار المستويات المناسب لكل طالبة مع وجود التغذية الراجعة المستمرة من قبل مدرسة المادة إضافة إلى عدة متغيرات تداخلت في عملية التعلم ومنها أن الطالبات تميزن بالحرج الموقفي الواطئ الذي يساعدهن على مجابهة متطلبات المهارات وترددهن ومخاوفهن في أثناء الوحدة التعليمية ، وبما إن أسلوب الإدخال من الأساليب التي تراعي الفروق الفردية والمساواة ومشاركة المتعلمين جميعهم كلاً بحسب مستواه مع وجود التغذية الراجعة المستمرة من قبل مدرسة المادة إضافة إلى عدة متغيرات تداخلت في عملية التعلم ومنها أن الطالبات تميزن بالحرج الموقفي الواطئ الذي يساعدهن على مجابهة متطلبات المهارات وترددهن ومخاوفهن في أثناء الوحدة التعليمية ، والشئ المهم في إستراتيجية الإدخال إن جميع الطالبات يعملن دون توقف كلاً بحسب المستوى الذي تعمل به مما يتيح لها تكرارات أكثر وثقة بالنفس أثناء العمل وفي الوقت نفسه تستطيع هي إن تقيم نفسها في إمكانية الأداء بالمستوى الذي تعمل فيه لتقرر الانتقال إلى المستوى الأصعب وهذا ما ذكره (أسامة راتب، 1997) بان "تقييم اللاعب لذاته هو مفتاح الدافعية ، ويؤثر مفهوم الذات في اثاره العديد من الانفعالات الايجابية لدى اللاعب فهي تبعث الثقة بأنفسهم والتي بدورها تنثير الحيوية والحماس والمتعة والرضا"⁽¹⁾.

(¹) أسامة كامل راتب ؛ علم النفس الرياضي . القاهرة : دار الفكر العربي ، 1997،ص 351.



❖ وعند مقارنة الطالبات ذات الحرج الموقفي العالي في المجموعة التجريبية مع طالبات ذات الحرج الموقفي الواطئ في المجموعة الضابطة نجد ان هناك فروق معنوية ظهرت ولصالح الطالبات ذات الحرج الموقفي العالي في المجموعة التجريبية في جميع الإختبارات المهارية أبعديّة:

إن الباحثة تعزو أسباب هذه النتائج إلى ان المنهاج التعليمي الذي طبق على المجموعة التجريبية والذي كان يحمل بين طياته إستراتيجية الإدخال، إذ تحتوي هذه الإستراتيجية على عدت مستويات لكل مهارة من المهارات الثلاثة قيد البحث وهذه المستويات الثلاثة ساعدت الطالبات على التنقل من مستوى الى اخر حسب قدراتها البدنية وتقيم الطالبة لمستواها وهذا يدل على تأثير إستراتيجية الإدخال في الجانب النفس وتأثيره في تطور مستوى الأداء وكذلك القدرة على التحكم والسيطرة على الانفعالات، ويدعم ذلك ما ذكرته (بان عدنان، 2007)⁽¹⁾ "إن الارتياح النفسي الذي تمتاز به هذه المجموعة كان سبباً في تعزيز الثقة بأنفسهن وتحسن نظرتهن عن ذاتهن، فكلما امتلكت الطالبة صورة ايجابية عن ذاتها تمكنت من زيادة الدافعية للأداء وبالتالي تقدمت مستوى أداء أفضل" وبالتالي نجد أن تطورها ظهر بشكل أفضل من مجموعة الحرج الموقفي الواطئ بالإسلوب الامري.

(1) بان عدنان محمد؛ المصدر السابق، ص 141.



❖ وعند مقارنة الطالبات ذات الحرج الموقفي العالي في المجموعة التجريبية مع طالبات ذات الحرج الموقفي العالي في المجموعة الضابطة نجد ان هناك فروق معنوية ظهرت ولصالح الطالبات ذات الحرج الموقفي العالي في المجموعة التجريبية في جميع الإختبارات المهارية أبعديّة:

وترى الباحثة إن أسباب تفوق الطالبات ذات الحرج الموقفي العالي في المجموعة التجريبية أدى استخدام إستراتيجية الإدخال والتي تعد من اهم الاستراتيجيات التعليمية المهمة والتي تعتمد على انتقال إتخاذ القرارات من المدرسة الى الطالبة جاء عاملاً مشجعاً في زيادة شعور الطالبة نحو الاندفاع والحرية والاستقلالية مما أدى إلى تعزيز الثقة بأنفسهن وجعلهن أكثر جرأة وتحدياً لمواجهة مخاوفهن ومواجه متطلبات الأداء المهاري مع إثارة جو من الحرج وعدم الشعور بالملل فضلاً عن زيادة التفاعل الاجتماعي الناتج عن تبادل الآراء والمناقشة حول الأداء مع عملية التصحيح والتكرار كل هذه قد تثير جواً من الألفة والتعاون بين الطالبات وصولاً إلى تحقيق مستوى أفضل في الأداء ما ذكرته(بسمه نعيم، 1010)⁽¹⁾ أن مبدأ التنويع في التمارين المهارية مع اختلاف أشكالها فضلاً عن استخدام عدد مناسب من التكرارات مما أسهم في زيادة مقدار التعلم"

(1) بسمه نعيم، تأثير التعليم وفق سترراتيجية المعرفة ما وراء الادراكية لذوي المجازفين مقابل الحذرين في تعلم واحتفاظ بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة.(اطروحة دكتوراه منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة بغداد، 2010)، ص172.



❖ عند مقارنة الطالبات ذات الحرج الموقفي الواطئ في المجموعة الضابطة مع الطالبات ذات الحرج الموقفي العالي في المجموعة ذاتها نجد انها لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية بين الفئتين في كافة الإختبارات ألبعدية.

وتعزو الباحثة ذلك الى إن الإسلوب الامري لم يتعامل مع هذه المجموعة على ضوء ما يمتلكونه من صفات شخصية وعدم مراعاة السمات او الخصائص الشخصية التي يمتلكونها إذ ان المنهاج التعليمي المعتمد في الكلية وضع لغرض رفع مستوى الأداء المهاري للطلبة بشكل عام دون التركيز من خلاله على الخصائص الشخصية و الفروقات الفردية الموجودة بين الطالبات من حيث القدرات البدنية و المهارية قد يؤدي إلى نتائج أفضل مما لو اغفل التعامل معهم على أساس ذلك مما اثر على مستوى أدائهم ، فقد تم إتباع مبدأ الإسلوب الامري في شرح وتطبيق هذه المهارات والتي تشعر الطالبة عند تنفيذها بنوع من الخوف والتردد لذا فهي تعد من المهارات الصعبة(مهارة مركبة)وبما انه تم استخدام الإسلوب الامري مع هذه الفئتين فهذا لم يساعد الطالبة على اجتياز حاجز الخوف والتردد وبما ان الإسلوب الامري يعتمد على توحيد أجزاء المهارة عند تنفيذها (مهارة كاملة)من اجل رسم برنامج حركي متكامل وتنفيذ دون حدوث أي قطع في الأداء قد ينتج عنه جهدا إضافيا على كاهل الطالبة في محاولة ربط الأجزاء دون الوصول إلى مستوى جيد في التعلم.

ويؤكد ذلك ما ذكره(يعرب خيون2002)⁽¹⁾ "من انه يفضل استخدام مبدأ التدرج في تعلم المهارات التي تمتاز بالصعوبة و إذا كانت متداخلة بشدة فيفضل تعليمها بطريقة كلية" إذ إن تطبيق هذا الإسلوب لم يساعد الطالبة في التحكم بانفعالاتها خلال أدائها وكذلك في اجتيازها حاجز الخوف والتردد .

(1) يعرب خيون ؛ المصدر السابق ؛ ص86.

الباب الخامس

5 - الاستنتاجات والتوصيات

5 - 1 الاستنتاجات:

5 - 2 التوصيات:



5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات :

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الباحثة بعد إجراء التطبيقات العلمية لاستخدام برنامج تعليمي بإسلوب الإدخال(التضمين)وأثرها في تعلم الطالبات بعض مهارات الجمناستك الفني والاحتفاظ بها ،استنتجت الباحثة ما يأتي:

1- يعد أسلوب الإدخال(التضمين) أفضل الأساليب في تعلم المهارات الأساسية في الجمناستك الفني إذ اثر بشكل ايجابي أكثر من الإسلوب الامري في تعلم المهارات قيد البحث.

2- إن اعتماد مبدأ التسلسل في تعلم التدرج من السهل إلى الصعب قد ساعد في عملية التعلم للمهارات الغطس،العجلة البشرية،الوقوف على اليدين ثم الدرجة الأمامية المكورة على بساط الحركات الأرضية.

3- هناك تباين في أفضلية نسبة التعلم لجميع المهارات (قيد البحث) وبالشكل الآتي:

أ - الترتيب الأول:(المجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي الواطئ بإسلوب الإدخال).

ب -الترتيب الثاني:(المجموعة التجريبية ذات الحرج الموقفي العالي بإسلوب الإدخال).

ج-الترتيب الثالث:(المجموعة الضابطة ذات الحرج الموقفي الواطئ بالإسلوب الامري).

د-الترتيب الرابع:(المجموعة الضابطة ذات الحرج الموقفي العالي بالإسلوب الامري).

4-إن الطالبات من ذوات الحرج الموقفي العالي والواطئ في المجموعة التجريبية لهم القابلية على تعلم المهارات الأساسية قيد البحث وبشكل متساوي وفق إستراتيجية الإدخال.



5- ان الطالبات من ذوات الحرج الموقفي العالي والواطي في المجموعة الضابطة لم تكن لديها القابلية على تعلم المهارات الأساسية قيد البحث وبشكل متساوي وفق استخدام الإسلوب الامري.

5-2 التوصيات:

في ضوء الاستنتاجات التي توصلت إليها الباحثة توصي ببعض التوصيات التي تأمل الاستفادة منها:

- 1- يمكن إتباع إسلوب الإدخال في عملية تعليم المهارات الأساسية في الجمناستك الفني للنساء بحسب متطلبات التعلم.
- 2- ضرورة استخدام مقياس الحرج الموقفي الذي استخدمته الباحثة من قبل مدرسات الجمناستك الفني وبشكل دوري لقياس التغير لدى طالبات كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى وبقية الجامعات.
- 3- إجراء دراسات مشابهة للتعرف على تأثير الحرج الموقفي في أداء المهارات الأساسية الأخرى غير المستخدمة على بساط الحركات الأرضية وعلى بقية الأجهزة الأخرى في الجمناستك الفني غير المستخدمة في البحث.
- 4- ضرورة اعتماد المستويات المقترحة بإسلوب الإدخال لتأثيرها في المهارات وخصوصا الصعبة منها على بساط الحركات الأرضية وذلك من خلال التدرج من السهل إلى الصعب.
- 5- استخدام دراسات أخرى باستخدام أساليب التعلم الأخرى ومعرفة تأثيرها في التعلم والاحتفاظ بالمهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية لدى الطالبات في درس الجمناستك.

المصادر

العربية والأجنبية



المصادر العربية:

- القرآن الكريم.
- إبراهيم عبد الخالق؛ التصاميم التجريبية في الدراسات النفسية والتربوية ، عمان: دار عمان للنشر، 2001.
- أسامة كامل راتب ؛ علم النفس الرياضي . القاهرة : دار الفكر العربي ، 1997
- بان عدنان محمد ؛ الإسلوبان الامري والتدريبي لذوي الحرج الموقفي وتأثيرهما في تعلم بعض المهارات الأساسية بعارضة التوازن والاحتفاظ بها في الجمناستك الفني (اطروحة دكتوراه منشورة ،كلية التربية الرياضية،جامعة بغداد 2007).
- بدر محمد الأنصاري ؛ قياس الحرج لدى طلاب المرحلة الجامعية من الجنسين وعلاقته ببعض المتغيرات التشخيصية في المجتمع الكويتي. (جامعة الكويت ، بحث منشور بمجلة كلية الآداب، الحولية (17) ،(الرسالة 118 ، 1997.
- بسمة نعيم ؛ تأثير التعليم وفق إستراتيجية المعرفة ما وراء الإدراكية لذوي المجازفين مقابل الحذرين في تعلم واحتفاظ بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة. (اطروحة دكتوراه منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات،جامعة بغداد ،2010).
- ج. نورمان ؛ جهاز الأجهزة ، ترجمة: سليمان حسن واخرون (كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل ، 1985.
- جماعة من اللغويين العرب؛ المعجم العربي الأساسي، لاروس: المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم ، 1988.
- جمال صالح وآخرون ؛ تدريس التربية الرياضية، جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1991.
- حسين عبد الرحمن وآخرون ؛ طرائق التدريس الفعالة ، ط 1. عمان:الأردن، دار صفاء للنشر والتوزيع، 2011.



- سنان عباس علي؛ أثر أسلوب الإدخال (التضمين) في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد لطلاب المرحلة المتوسطة. (رسالة ماجستير ،جامعة ديالى ،2005).
- صائب عطية أحمد، إبراهيم خليل ؛ الجمناستك للصفوف الثانية. بغداد: مطبعة جامعة بغداد،1985.
- ظافر هاشم إسماعيل؛ الإسلوب التدريسي المتداخل وأثره في التعلم والتعلم من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة تعلم التنس. (أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2002).
- عباس أحمد صالح، عبد الكريم محمود؛ كفايات تدريسية في طرائق التدريس التربية الرياضية : مطبعة دار الحكمة جامعة البصرة ،1991.
- عبد الستار جاسم ؛عايدة علي حسين ؛ الجمباز المعاصر للبنات،بغداد: دار الحكمة للطباعة والنشر،1991 .
- عفاف عبد الكريم؛ ؛ التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية ، الإسكندرية: مطبعة منشأة المعارف،1990.
- علي الديري، احمد بطانية ؛ أساليب تدريس التربية الرياضية ، اربد: دار الأمل للنشر والتوزيع، 1978.
- مجمع اللغة العربية ؛ معجم علم النفس والتربية ،ج1،القاهرة: الهيئة العامة لشؤون المطابع الأميرية،1984.
- مجمع اللغة العربية؛ معجم علم النفس والتربية ،ج1،القاهرة: الهيئة العامة لشؤون المطابع الأميرية،1984.
- محمد فؤاد حبيب وغانم مرسي غانم ؛ معوقات تنفيذ منهاج الجمباز على مدارس البنين في دولة الإمارات العربية المتحدة؛ (مجلة المؤتمر العلمي، الرياضة وتحديات القرن الحادي والعشرين، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان ،1997، المجلد الاول) .



- محمود داود الربيعي ؛ سعيد صالح حمد امين؛ الاتجاهات الحديثة في التربية الرياضية، ط1. اربيل ، مطبعة المنار، 2010.
- مصطفى حسين باهي ؛ الإحصاء التطبيقي في مجال البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية والرياضية، ط1، القاهرة: مركز الكتاب للنشر، 1999.
- مصطفى نوري القمش؛ خليل عبد الرحمن المعاطية ؛ الإضطرابات السلوكية والانفعالية، ط1، عمان: الاردن ، دار صفاء للنشر والتوزيع، 2011.
- معروف ذنون حنتوش وآخرون؛ المبادئ الفنية والتعليمية للجمباز والتمارين البدنية، الموصل: مطبعة جامعة الموصل، 1985.
- مستون، شوورت؛ تدريس التربية الرياضية. (ترجمة) جمال صالح، جامعة بغداد: وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، 1991.
- موقع لانترنت ؛ موسوعة ويكيبيديا.
- نبيل محمود شاكر؛ علم الحركة التعلم والتعلم الحركي حقائق ومفاهيم، جامعة ديالى: كلية التربية الرياضية، 2005.
- وجيه محبوب؛ وأحمد بدري؛ البحث العلمي، بابل: مطبعة جامعة بابل، 2002 .
- وداد محمد رشاد ؛ تأثير استخدام بعض أساليب التدريس على تعلم بعض المهارات الهجومية لكرة السلة واستثمار وقت التعلم الأكاديمي . (أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2000).
- ياسر عبد العظيم سالم؛ تأثير استخدام أسلوب الواجبات الحركية على تعلم بعض مهارات كرة القدم الأساسية لتلاميذ المرحلة الإعدادية . (مجلة بحوث التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة الزقازيق ، المجلد 21، العدد 49، ديسمبر 1998)
- يعرب خيون .؛ التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، العراق: بغداد، مكتب الصخرة للطباعة، 2002.
- يوركن لاش وآخرون ؛ الأسس النظرية في الجمناستك، بغداد: مطبعة اوفسيت منير ، 1987.



المصادر الأجنبية:

- Clarence, Darro; Physical Education Kinesiology Program : (inter-net, temple university , 1997)
- Don Antony, Methods of physical Education, In Schools: (Hand Book, Leeds, University, England, London, 1985).
- Jonath Doherty, Teaching Styles in Physical Education and moss tons spectrum, http (www. Sport line letter(23/ New York Nov 2003.
- Magill, A. Richard, motor learning, concepts and opplicon, fifth edition, mcgraw-Hill, 1998.
- Mark By ra: The thouyht and behariors of learners in the incwsion styie Joa; of phy. Ed. 1998.
- Muska Mosston , Teaching; Edcation Columbus, Oh Charles E, Merrill 2ndEd 1981.
- Schmidt , A . Richard, Motor control and learning , human Kentics , 1982 .
- Schmidt A, Richard and Timotdy, D, Lee ; Motor Control and Learning Third Edition, Humun Keuties, 1999
- Schmidt and Wriberg. Motor Learnibg and Performance. IL. Human Kentics. 2000.
- Singer, N. Robert Motor Iearing From (monce Mae millan. Pablising Co. Inc. New York. 1998 .

أَلْحَقْ



ملحق (1)

يبين مفهوم ومجالات الحرج الموقفي

الحرج الموقفي :

عبارة عن خبرة أو استجابة ذاتية تنصب على الشعور بعدم الارتياح والاستثارة الداخلية والقلق والحساسية للذات والتردد في حضور الآخرين نتيجة العيوب في الأداء عند ممارسة الظواهر السلوكية العامة مما يؤدي إلى الفشل في ممارستها.

| مجالات المقياس | ت |
|--------------------|---|
| التحكم الذاتي | 1 |
| قلة الثقة بالنفس | 2 |
| مفهوم الذات السلبي | 3 |
| ضعف تركيز الانتباه | 4 |
| قلق الأداء | 5 |
| التجنب الاجتماعي | 6 |
| القلق المعرفي | 7 |



مجالات المقياس:

1- التحكم الانفعالي:

وهو قدرة الطالبة على ضبط النفس والاستقرار الانفعالي في العديد من المواقف المثيرة للانفعالات في أثناء الأداء الحركي في الوحدات التعليمية.

2- قلة الثقة بالنفس:

عدم معرفة الطالبة لقدراتها وإمكانيتها لكيفية التعامل مع الآخرين وإنها لا تحسن التعامل مع المواقف غير المتوقعة في أثناء أدائها للحركات الرياضية أي عدم معرفتها بنواحي قوتها وضعفها وكيفية استخدامها للوصول إلى النتائج في الوحدات التعليمية.

3- مفهوم الذات السلبي:

وتعني عدم قدرة الطالبة على أن تصف شعورها عن ذاتها التي تحركها أي عدم رضاها عن ذاتها الشخصي وعدم إحساسها بكفاءتها أو صلاحية قدرتها في أداء المهارات الأساسية في الوحدات التعليمية.

4 - ضعف تركيز الانتباه:

وهو تشتيت فكر الطالبة وقلقة تركيز انتباهها قبل وفي أثناء أدائها الحركي مما يؤدي إلى عدم قدرتها على الأداء بصورة جديدة.

5 - قلق الأداء:

حالة انفعالية ذاتية تشعر بها الطالبة بالتوتر قبل نتيجة قلة خبرتها مما يؤدي إلى عدم قدرتها على الأداء المهاري بصورة جديدة.



6 - التجنب الاجتماعي:

عدم قدرة الطالبة على التفاعل مع بقية الطالبات والاعتناء بما لديها من قدرات معرفية وقدرات وإمكانات لتعلم وأداء المهارات الأساسية في الوحدة التعليمية.

7 - القلق المعرفي:

حالة انفعالية ذاتية تشعر بها الطالبة بالتوتر حول معلوماتها عن المهارات الأساسية وقلة تركيزها مما يؤدي إلى عدم قدرتها على الأداء المهاري بصورة جيدة.



ملحق (2)

يبين استمارة مقياس الحرج الموقفي

عزيزتي الطالبة تروم الباحثة لقياس الحرج الموقفي من خلال إجابتك على مقياس الحرج الموقفي وعله ترجو الباحثة قراءة تعليمات المقياس بعناية من الإجابة الدقيقة على فقراته وتعليمات هي:

- 1 - كتابة الاسم بشكل واضح والشعبة.
- 2 - أن إجابتكم ستحظى بسرية تامة ولن يطلع عليها أحد سوى الباحثة.
- 3 - ضرورة الإجابة بصراحة ودقة على الفقرات.
- 4 - عدم ترك أي فقرة من فقرات المقياس بلا إجابة.
- 5 - ضعي علامة (✓) في الحقل الذي ينطبق عليك أمام كل فقرة .

مثال للإجابة:

| لا تنطبق علي | تنطبق علي إلى حد ما | تنطبق علي بشكل كبير | تنطبق علي تماما | فقرات المقياس |
|--------------|------------------------|------------------------|--------------------|---|
| | | | ✓ | أستطيع التحكم في انفعالاتي أثناء الامتحان |



| ت | فقرات المقياس | تنطبق علي تماماً | تنطبق علي بشكل كبير | تنطبق علي إلى حد ما | لا تنطبق علي |
|----|--|------------------|---------------------|---------------------|--------------|
| 1 | أجد من الصعوبة التحكم في انفعالاتي أثناء الامتحان | | | | |
| 2 | أجد صعوبة في السيطرة على انفعالاتي أثناء أداء بعض المهارات الصعبة على جهاز الحركات الأرضية | | | | |
| 3 | عندما تنتقد الطالبات أدائي أثناء الوحدة التعليمية فأنتني لا أستطيع التحكم في انفعالاتي | | | | |
| 4 | يختلف هدوء أعصابي أثناء الوحدة التعليمية عنه في الامتحان | | | | |
| 5 | أتجنب أن أتنافس مع الطالبات ذوات المستوى العالي في الأداء المهاري في الوحدة التعليمية | | | | |
| 6 | ليس من طبيعتي أن أوجه تحدي الطالبات | | | | |
| 7 | أفتقر إلى الثقة في أدائي المهاري على جهاز الحركات لأرضية أثناء الامتحان | | | | |
| 8 | تكرار أخطائي في الأداء أثناء الوحدة التعليمية تزيد من عدم ثقتي بنفسني | | | | |
| 9 | ينخفض مستوى أدائي في الوحدة التعليمية التي تشاهدها بعض المدرسات | | | | |
| 10 | أن قدرتي الجسمية والبدنية غير جديدة لأنني لا تدرب جيداً | | | | |
| 11 | أنا بطيئة الفهم والاستيعاب لتوجيهات المدرسة أثناء الوحدة التعليمية | | | | |
| 12 | يصعب علي استعادة تركيز انتباهي إذا ارتكبت أخطاء في الأداء أثناء الوحدة التعليمية | | | | |
| 13 | انتقاد المدرسة أو الزميلات لأدائي يتشتت من انتباهي على الأداء المهاري الجيد | | | | |
| 14 | يتشتت انتباهي عندما أسمع ملاحظات المدرسات حول أدائي على جهاز الحركات الأرضية | | | | |



| ت | فقرات المقياس | تنطبق علي تماماً | تنطبق علي بشكل كبير | تنطبق علي إلى حد ما | لا تنطبق علي |
|----|---|------------------|---------------------|---------------------|--------------|
| 15 | أقلق كثيراً عندما أرتكب خطأ في الأداء أثناء الامتحان | | | | |
| 16 | أقلق عندما توبخني المدرسة حول أدائي السيئ أثناء الوحدة التعليمية | | | | |
| 17 | أقلق كثيراً قبل البدء في أدائي أي مهارة على جهاز الحركات الأرضية | | | | |
| 18 | أترفز كثيراً عندما يصعب علي تصحيح أخطائي أثناء الأداء في الوحدة التعليمية | | | | |
| 19 | لا أنسجم بسرعة مع الطالبات أثناء الوحدة التعليمية | | | | |
| 20 | أتجنب تقبل آراء الطالبات عن أدائي لمهارات جهاز الحركات الأرضية أثناء الامتحان | | | | |
| 21 | أقلق كثيراً عندما لا أفهم شرح المدرسة لمهارات جهاز الحركات الأرضية | | | | |
| 22 | أقلق كثيراً عندما لا أتذكر المادة النظرية للجمناستك أثناء الامتحان | | | | |
| 23 | أتوتر عندما يطول شرح المدرس لمهارات جهاز الحركات الأرضية أثناء الوحدة التعليمية | | | | |
| 24 | لدي القدرة على التحكم بأدائي بشكل جيد أثناء الوحدة التعليمية | | | | |
| 25 | رغبتي العالية لدرس الجمناستك تجعلني أقدم أفضل أداء أثناء الوحدة التعليمية | | | | |
| 26 | أستطيع التحكم في انفعالاتي أثناء أداء المهارات الأساسية الصعبة | | | | |
| 27 | هدوء أعصابي يساعدني بالتحكم بأدائي أثناء الوحدة التعليمية والامتحان | | | | |
| 28 | لدي ثقة كبيرة في مهاراتي وفي لياقتي البدنية | | | | |



| ت | فقرات المقياس | تنطبق علي تماماً | تنطبق علي بشكل كبير | تنطبق علي إلى حد ما | لا تنطبق علي |
|----|--|------------------|---------------------|---------------------|--------------|
| 29 | أستطيع مواجه متطلبات المهارات الصعبة على جهاز الحركات الأرضية أثناء الامتحان | | | | |
| 30 | أنا راضية عن قدرتي المهارية لأداء مهارات جهاز الحركات الأرضية | | | | |
| 31 | أشعر بالرضا عندما أودي المهارات على جهاز الحركات الأرضية بشكل جيد | | | | |
| 32 | أراء الطالبات السلبي على أدائي لا يمنعني من التركيز بشكل جيد في الامتحان | | | | |
| 33 | أستطيع أن أركز بشكل جيد على مهارة واحدة فقط أثناء الوحدة التعليمية | | | | |
| 34 | أركز انتباهي بشكل جيد في أدائي أثناء الامتحان رغم انتقادات الطالبات لي | | | | |
| 35 | أؤثر كثيراً عندما تقيم المدرسة أدائي سلبياً أثناء الامتحان | | | | |
| 36 | لا أقلق عندما تكثر أخطائي عند أداء أي مهارة على جهاز الحركات الأرضية | | | | |
| 37 | أنترفز كثيراً عندما يصعب علي تصحيح أخطائي أثناء الأداء في الوحدة التعليمية | | | | |
| 38 | أؤرب بمفردي كثيراً وبعيداً عن الطالبات خارج الوحدة التعليمية | | | | |
| 39 | أحاول أن أقيم علاقات طيبة مع الطالبات أثناء الوحدة التعليمية | | | | |
| 40 | لا أؤثر عندما أفقد تركيزي للأداء الجيد أثناء الامتحان النظري للجمناستك | | | | |
| 41 | لا أحتاج إلى أن تزيد المدرسة من شرح مهارات الحركات الأرضية وخاصة الصعبة منها | | | | |
| 42 | لدي القدرة على فهم أكثر من مادة أثناء الوحدة التعليمية | | | | |



الملحق (3) نموذج يبين الوحدات التعليمية الخاصة

أنموذج للقسم الرئيسي للوحدة التعليمية

الوحدة التعليمية: الأولى

المرحلة : الثانية

الهدف التعليمي: تعليم مهارة الغطس على بساط الحركات الأرضية

التاريخ

الوقت: 60 دقيقة

العدد:

| أقسام الوحدة التعليمية | الزمن | المهارة أو الفعالية | الأدوات والأجهزة المستخدمة | التنظيم والإخراج |
|------------------------|-------|--|--------------------------------------|-------------------------------------|
| القسم الرئيسي | 60 د | مهارة الغطس | | |
| القسم التعليمي | 20 د | شرح مفصل عن مهارة الغطس وبمستوياتها الثلاثة وأدائها من قبل المدرسة بسرعتها البطيئة وعرضها بصورتها الطبيعية | بساط الحركات الأرضية | مدربة |
| الجزء التطبيقي | 40 د | توزيع الطالبات إلى أربع مجاميع حسب درجة الحرج الموقفي والإسلوب التعليمي المستخدم - المجموعة الضابطة الأولى ذات الحرج الموقفي العالي باستخدام الإسلوب الامري - المجموعة الضابطة الثانية ذات الحرج الموقفي الواطئ بإسلوب الامري - المجموعة التجريبية الثالثة ذات الحرج الموقفي العالي باستخدام إسلوب الإدخال - المجموعة التجريبية الرابعة ذات الحرج الموقفي الواطئ باستخدام إسلوب الإدخال وهنا تؤدي الطالبات المهارة بالمستويات الثلاثة حسب رغبته: - المستوى الأول- الغطس من فوق طالبتين مستلقيتين أمام بساط إسفنجي . - المستوى الثاني- الغطس من فوق ثلاث طالبات مستلقيات أمام بساط إسفنجي. - المستوى الثالث- أداء المهارة كاملة على بساط الحركات الأرضية. | بساط الحركات الأرضية + 2 بساط إسفنجي | بساط إسفنجي بساط الحركات الأرضية |



أ نموذج للقسم الرئيس للوحدة التعليمية

الوحدة التعليمية: الأولى

المرحلة: الثانية

التاريخ:

الوقت: 60 دقيقة

الهدف التعليمي: تعليم مهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الأمامية المكورة على بساط الحركات الأرضية العدد:

| أقسام الوحدة التعليمية | الزمن | المهارة أو الفعالية | الأدوات والأجهزة المستخدمة | التنظيم والإخراج |
|------------------------|-------|--|--|------------------|
| القسم الرئيسي | 60 د | الوقوف على اليدين ثم الدرجة الأمامية المكورة | | |
| القسم التعليمي | 20 د | شرح مفصل عن مهارة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الأمامية المكورة وبمستوياتها الثلاثة و أداؤها من قبل المدرسة بسرعتها البطيئة و عرضها بصورتها الطبيعية | بساط الحركات الأرضية | |
| الجزء التطبيقي | 40 د | توزيع الطالبات إلى أربع مجاميع حسب درجة الحرج الموقفي و الإسلوب التعليمي المستخدم - المجموعة الضابطة الأولى ذات الحرج الموقفي العالي باستخدام الإسلوب الامري - المجموعة الضابطة الثانية ذات الحرج الموقفي الواطئ بإسلوب الامري - المجموعة التجريبية الثالثة ذات الحرج الموقفي العالي باستخدام إسلوب الإدخال - المجموعة التجريبية الرابعة ذات الحرج الموقفي الواطئ باستخدام إسلوب الإدخال وهنا تؤدي الطالبات المهارة بالمستويات الثلاثة حسب رغبتها: - المستوى الأول - أداء المهارة على الجدار وبمساعدة الزميلة. - المستوى الثاني- أداء المهارة بمساعدة زميلتين. - المستوى الثالث- أداء المهارة (مهارة كاملة). | بساط الحركات الأرضية 2 + بساط إسفنجي | |



أنموذج للقسم الرئيس للوحدة التعليمية

الوحدة التعليمية: الأولى

المرحلة: الثانية

التاريخ:

الوقت: 60 دقيقة

العدد:

الهدف التعليمي: تعليم مهارة العجلة البشرية على بساط الحركات الأرضية

| التنظيم والخارج | الأدوات والأجهزة المستخدمة | المهارة أو الفعالية | الزمن | أقسام الوحدة التعليمية |
|-----------------|--------------------------------------|--|-------|------------------------|
| | | العجلة البشرية | 60 د | القسم الرئيسي |
| | بساط الحركات الأرضية | شرح مفصل عن مهارة العجلة البشرية وبمستوياتها الثلاثة وأدائها من قبل المدرسة بسرعتها البطيئة وعرضها بصورتها الطبيعية | 20 د | القسم التعليمي |
| | بساط الحركات الأرضية + 4 بساط إسفنجي | توزيع الطالبات إلى أربع مجاميع حسب درجة الحرج الموقفي و الإسلوب التعليمي المستخدم : - المجموعة الضابطة الأولى ذات الحرج الموقفي العالي باستخدام الإسلوب الامري - المجموعة الضابطة الثانية ذات الحرج الموقفي الواطئ بإسلوب الامري. - المجموعة التجريبية الثالثة ذات الحرج الموقفي العالي باستخدام إسلوب الإدخال. - المجموعة التجريبية الرابعة ذات الحرج الموقفي الواطئ باستخدام إسلوب الإدخال. وهنا تؤدي الطالبات المهارة بالمستويات الثلاثة حسب رغبتها: المستوى الأول- أداء المهارة من على بساطين إسفنجيين ثم الهبوط على الأرض. المستوى الثاني- أداء المهارة من خلال اجتياز بساط بعرض (1م). المستوى الثالث- أداء المهارة كاملة على بساط الحركات الأرضية. | 40 د | الجزء التطبيقي |

**Ministry of Higher Education
& Scientific Research
Diyala University
College of Physical Education**



The Effect of entrance strategy (implication) to gain some of the basic skills on the floor exercise mat for situational- embarrassment female gymnasts

**A dissertation Submitted to The Council of Sport
Education\University of Diyala as Partial Fulfillment
of the Requirements of achieving the Master
Degree in Physical Education**

A dissertation submitted by
Zainab Sabah Ibrahim

Supervisors

**Proff.Dr.
Abdul Settar Jasim**

**Asst.Proff. Dr.
Maha Sabri Hassan**

1432

2012