

## تأثير تمرينات التغذية الراجعة (الفديوية) في تعلم مهارتي

### الدرجة الامامية والعجلة البشرية على جهاز عارضة التوازن

م.م زينب صباح ابراهيم [zianab65@yahoo.com](mailto:zianab65@yahoo.com)

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة البصرة

الكلمة المفتاحية: التغذية الراجعة Keyword :Feed back

تاريخ استلام البحث : ٢٠١٦/٢/١٥ تاريخ قبول النشر : ٢٠١٦/٣/٢٢

**ملخص البحث:** ان التطور العلمي الكبير التي شهده العالم في الآونة الأخيرة وكذلك التطور التي شمل مختلف المجالات والعلوم يعود الى استعمال للأساليب الحديثة والمتطورة للوصول للغايات المرجوة وقد شهد المجال الرياضي تطوراً ملحوظاً من خلال تقدم المستويات الرياضية التي جاء نتيجة التطور الحاصل من خلال الأهتمام بالطلبة على وفق مبادئ وصيغ علمية توصلهم الى تحقيق أفضل الأنجازات بأقل جهد ممكن وذلك باستعمال أحدث أساليب التدريب والتخطيط السليم والمبرمج :- ورياضة الجمناستك واحدة من الألعاب الفردية التي تتطلب مواصفات ومتطلبات خاصة يمتاز فيها الاداء فيها بالدقة والرشاقة والجمال، وبالوقت نفسه تحتاج الى مواصفات بدنية ومهارية وحركية عالية، ومما تقدم تكمن مشكلة البحث في عدم كفاية الطرائق التعليمية المتبعة (التقليدية) وضعف تأثيرها في مستوى التعلم والاداء وكونها لا تلي متطلبات التقدم الحاصل في هذا المجال وعدم اعتمادها على مبدأ الفروق الفردية بين المتعلمين ، فضلاً عن ذلك ضرورة تقديم يد العون والمساعدة للمتعلمين والمبتدئين أثناء تعلم المهارات الرياضية باستعمال التغذية الراجعة داخل الوحدات التعليمية بهدف تطوير الجوانب الأساسية للتعلم الحركي ومنها الجانب المهاري والبدني والحركي لمهارتي الدرجة الامامية والعجلة البشرية على جهاز عارضة التوازن لما لها من أهمية تساهم وتسرع في تطوير التعلم الحركي للمهارات الرياضية بصفة عامة و للمهارتين في لعبة الجمناستك الفني بصفة خاصة.

وقد استعملت الباحثة المنهج التجريبي لمأتمه طبيعة المشكلة.وتضمن مجتمع البحث على عينة من طالبات المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى والبالغ عددهن (٤٠) طالبة يمثلون مجتمع الاصل.وبعد التحليل الاحصائي بنظام spss اظهرت النتائج ان لتمرينات التغذية الراجعة(الفديوية) قد أثرت بشكل ايجابي في اداء مهارتي الدرجة الامامية والعجلة البشرية على جهاز عارضة التوازن قيد البحث . واستنتجت الباحثة بضرورة استعمال

(التغذية الراجعة ) من قبل المعلم عند تعليمة لأي مهارة حركية، إذ تساعد على توسيع مدارك المتعلم مما تسهل على المتعلم عملية تعلم وتطوير أدائه الحركي .

**The effect of the Feedback Exercises ( video) in the learning of the two skills of the Front Roll and Human Wheel on the Balance Beam Device**  
**Researcher: Asst. Inst. Zianab Sabah Ibrahim**

**Abstract**

The great scientific development which the world has witnessed in the latest period and the development that involved different fields and sciences are due to the use of the modern and developed procedures in order to achieve the desires and aims. Therefore, the athletic field has witnessed a noticeable development through the progress in the sport levels. This resulted from the attention paid to the students which are according to scientific principles and ways which in turn can help them to achieve the best achievements in the least possible effort by using the modern training procedures and programmed - accurate planning. The sport of gymnastics is one of the individual games that requires special characteristics and requirements and its performance is distinguished by the accuracy , smartness , and beauty. At the same time, it needs to high physical, skilled , and motor characteristics. Accordingly, the problem of this research is the inadequacy of the teaching methods which are followed (traditional) and their weak effect on the level of learning and performance. Also, they do not meet the needs of the progress occurred in this field and they do not depend on the principle of the individual differences among the learners. In addition, the importance of the research is the necessity of helping the learners and initiators during learning the athletic skills by using the feedback inside the teaching units for developing the basic sides of the motor learning such as the

skilled, physical, and motor sides of the two skills of front Ro and human wheel on the balance beam device. Because of its importance that contributes and run the development of the motor learning of the athletic skills generally and the skills of the artistic gymnastics game specifically.

The researcher used the empirical method because it suites the nature of the problem. The population of the study was a sample that included second grade female-students from the college of sport education / university of Diyala . The sample was (40) female-students representing the original population. After applying the statistical analysis (SPSS program) the results showed that the ( video) feedback exercises effected positively on the performance of the skills of front Ro and human wheel on the balance beam device which was under the study. The researcher concluded that there must a necessity of using the method of (feedback) by the teacher during teaching any motor skill because it helps to expend the learner's recognition which in turn facilities the process of learner's learning and the development of the motor performance .

## الباب الاول

### ١-التعريف بالبحث:

#### ١ - المقدمة واهمية البحث:

لقد أصبح التقدم العلمي في ثورة تكنولوجيا المعلومات من أهم سمات العصر الذي نعيش فيه والذي امتد إلى جميع فروع و مجالات العلوم المختلفة ، مما يجعلنا نواكب هذا التطور و نسايره و نتعايش معه و نحاكه حتى نصبح جزءا لا يتجزأ من حياة المجتمعات العصرية والعملية التعليمية في ظل العصر التقني الحديث أصبحت تعتمد و بشكل قوي على التقنيات التعليمية الحديثة و ذلك لتحقيق الأهداف التعليمية المختلفة لتلك المؤسسات ، ويشير مصطفى عبد السميع إلى أن استعمال التقنيات التعليمية في التدريس يؤدي إلى تحسين التدريس وفاعليته باستعمال التقنيات التعليمية ، و تشكيل اتجاهات إيجابية نحو استعمالها في عملية التعلم ، كذلك يجب تطوير معلوماته و مهاراته للتعامل مع هذه التكنولوجيا الحديثة كي يظل دائما على اتصال بأحدث ما يجد في اختصاصه سواء على المستوي البحثي أو التدريسي أو التكنولوجي المعاصر).

مصطفى، عبد السميع محمد:، ١٩٩٩ ؛ ص٦٢) وتعد التغذية الراجعة أهم ثمار عمليات التقويم، حيث يتم من خلالها تزويد المتعلم بمعلومات تفصيلية عن طبيعة تعلمه ، أن الدور الذي تلعبه التغذية الراجعة في التعليم ينطلق من مبادئ النظريات الارتباطية والسلوكية التي تؤكد على حقيقة أن الفرد يقوم بتغيير سلوكه عندما يعرف نتائج سلوكه السابق ، كما تؤكد تلك النظريات على الدور التعزيزي للتغذية الراجعة، وأنها تعمل على استثارة دافعية المتعلم، وتوجيه طاقاته نحو التعلم، كما أنها تسهم في تثبيت المعلومات وترسيخها وبالتالي تساعد على رفع مستوى الأداء في المهمات التعليمية اللاحقة. فتزويد المتعلم بمستوى أدائه بهدف مساعدته على تصحيح أخطائه وتثبيت ادائه الصحيح هو التغذية الراجعة ، فهي تتخذ أنماطاً مختلفة وصوراً متعددة حسب نوعية التقسيم فيها، وعلى هذا الأساس فإن التغذية الراجعة الفورية تشكل دوراً مهماً وفعالاً في تعلم هذه المهارات إذ أنها من أهم المصادر التي تزود الفرد المتعلم بالمعلومات التي تعمل على تصحيح الأخطاء( عبدالوهاب، هدى عبدالسميع:٢٠٠٩؛ ص٥٦٩).وتعد جهاز عارضة التوازن من الاجهزة الاساسية والمهمة في رياضة الجمناستك النسوية ، حيث يتطلب جهدا كبيرا وتكرارا لاداء المهارات الحركية له والتي تعتمد على العديد من الصفات البدنية والحركية كالدقة والرشاقة والقوة.... الخ . وتتجلى اهمية الدراسة الى استعمال التصوير الفيديوي في تعلم بعض المهارات الاساسية لعارضة التوازن.

## ٢-١ مشكلة البحث:

لقد تعددت أساليب التعليم والتعلم الحديثة التي ساعدت على تحقيق الأهداف العملية التعليمية في الوصول إلى تعلم المهارات المختلفة والمتنوعة مع مراعاة جانب الاختصار في الوقت والجهد ، وهذا التنوع في الأساليب جعل المربين يعيدون النظر في أساليب التعليمية في الجانب الرياضي والتربوي ، ومما لاشك فيه أن للوسائل التعليمية الدور الأكبر في اختصار الوقت و الجهد في عملية التعليم وبما أن التصوير الفيديوي إحدى هذه الوسائل فلا بد من أن يكون له نفس نتائج تحسين و تسريع عملية التعليم. ومن خلال خبرة الباحثة في تدريس مادة الجمناستك كونها تدريسية في الكلية لمادة الجمناستك الفني للنساء للمرحلة الثانية والثالثة ومن هنا انطلقت هذه الدراسة من خلال التساؤل الاتي( هل للتغذية الراجعة الفيديوية تأثير في تعلم مهارتي الدرجة الامامية والعجلة البشرية على جهاز عارضة التوازن).

### ١-٣ هدف البحث:

يهدف هذا البحث إلى التعرف على تأثير استعمال التغذية الراجعة (الفديوية) على تطوير بعض جوانب التعلم الحركي لمهارتي الدرجة الامامية والعجلة البشرية على جهاز عارضة التوازن

### ١-٤ فروض البحث:

- ١- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبالية والبعديّة للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء المهاري لمهارتي الدرجة الامامية والعجلة البشرية على جهاز عارضة التوازن استخدام التغذية الراجعة (الفديوية) لصالح القياسات البعديّة للمجموعة التجريبية.
- ٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات البعديّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية في مستوى الأداء المهاري لمهارتي الدرجة الامامية والعجلة البشرية على جهاز عارضة التوازن باستعمال استخدام التغذية الراجعة (الفديوية) لصالح القياسات البعديّة للمجموعة التجريبية.

### مجالات البحث - :

- المجال البشري :طالبات المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية-جامعة-بصرة للبصرة للعام الدراسي ٢٠١٣-٢٠١٤
- المجال الزمني :للمدة من ٢٢/٢/٢٠١٣ ، الى ١٠/٥/٢٠١٤م
- المجال المكاني :القاعة الجمناستك في كلية التربية الرياضية – جامعة ديالى.

### الباب الثاني:

- ٢- الدراسات النظرية
- ٣- والدراسات المشابه:

### ٢-٢ الدراسات النظرية:

### ٢-١-١ التغذية الراجعة:

إن مفهوم التغذية الراجعة هو مفهوم واسع و متعدد لما يلعبه من دور مهم وفعال في عملية التعلم الحركي ويتلخص هذا المفهوم بأنه عبارة عن (معلومات تشير إلى حدوث خطأ أو قصور في الأداء الحركي أو في ناتج هذا الأداء) (طه، علي مصطفى، ٢٠٠٠ ص ٤١) وهذا ما اكده كل من (أبو حطب، فؤاد أبو حطب وصادق، ، ١٩٩٦ ؛ ص ٣٨٧) " تعد التغذية الراجعة من الاسس الضرورية

في عملية التعلم والتي من خلالها يتم التقويم عن طريق المعلومات التي تقدم للمتعلّم بشكل ما وفي وقت معين من أجل المقارنة الدائمة بين الأداء فعلا والاداء كما ينبغي أن يكون". .

### ٢-١-٢ أهمية التغذية الراجعة:

١- تعمل التغذية الراجعة على إعلام المتعلم نتيجة تعلمه، سواء كانت صحيحة أم خاطئة، مما يقلل القلق والتوتر والذي قد يعترض المتعلم في حالة عدم معرفة نتائج تعلمه.

٢- تعزز المتعلم وتشجعه على الاستمرار في عملية التعلم، ولاسيما عندما يعرف بأن إجابته كانت صحيحة، وهنا تعمل التغذية الراجعة على تدعيم العملية التعليمية.

٣- أن معرفة المتعلم أن إجابته كانت خطأ، وما هو السبب لهذه لأجابه الخطأ يجعله يقتنع بأن ما حصل عليه من نتيجة أو علامة كان هو المسئول عنها، ومن ثم عليه مضاعفة جهده.

٤- إن تصحيح إجابة المتعلم الخطأ من شأنها أن تضعف الارتباطات الخطأ التي حدثت في ذاكرته

وإحلال ارتباطات صحيحة محلها.

٥- أن استخدام التغذية الراجعة من شأنها أن تنشط عملية التعلم وتزيد من مستوى الدافعية للتعلم.

٦- تعرف عملية التغذية الراجعة المتعلم أين يقف من الهدف المنشود، وفيما إذا كان يحتاج إلى مدة طويلة لتحقيقه أم أنه قريب منه، أي إنها تبين للمتعلم اتجاه سير تقدمه في العملية التعليمية(الحيلة، محمد محمود:، ١٩٩٩؛ ص ٢٦١).

### ٢-١-٣ التصوير الفيديوي

يلعب الفيديو دورا كبيرا مميّزا باعتباره مكون هام لعناصر المعلومات وذلك لما له من كفاءات اعطاء الحركة الحيوية والمصدقية للمتعلمين المبتدئين في مختلف المهارات او الانشطة الاخرى ، والفيديو له عدة مميزات تربوية متعددة في حالة استخدامه كوسيلة تعليمية وله ماصفات منها: -

١- استفادة القائم بالتدريس من المهارات المسجلة عن طريق عرضها على الطلاب مع قيامه بالتوجيه والارشاد والمساعدة في التفكير والتغذية الراجعة .

٢- يمكن استخدام اكثر من حاسة لدى المتعلم يفيد ذلك زيادة مساحة الاستيعاب العقلي لشكل المهارات ككل .

٣- عامل مشوق وجاذب للمتعلمين بالاضافة الى التعزيز والاثارة(السايج:٢٠٤٤؛ ص١٢١-١٢٢)

## ٢-١-٤ 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 . ويشير نورمان إلى إن رياضة الجمناستك "تؤدي إلى تطوير النواحي العقلية والملاحظة والتفكير وتنمية وظائف الدماغ وتحسين عمل الدورة الدموية والأجهزة الداخلية وتعلم الإحساس الجمالي والعادات الصحيحة" (معروف ذنون حنتوش واخرون\_، ١٩٨٥؛ ص ٣٥.٣٥)، أن تعلم مهارات الجمناستك يتطلب ظروفاً ملائمة لغرض التعجيل في عملية التعلم لتلك المهارات ، أي انه كلما كانت ظروف التعلم ملائمة كان التعلم أسرع ، 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(عبد الستار جاسم و عايدة علي حسين :، ١٩٩١ ، ص ٥١ - ٥٢) وأن طبيعة الأداء المهاري على أجهزة الجمناستك الفني تختلف من جهاز الى آخر استناداً لمتطلبات كل جهاز وخصوصيته، ألا أنها تحتاج إلى مستوى عالٍ من اللياقة البدنية والمهارة الحركية ، ويشمل الجمناستك الفني للنساء أربع أجهزة وهي:

(جهاز الحركات الأرضية، جهاز منصة القفز، جهاز المتوازي مختلف الارتفاع، جهاز عارضة التوازن) ويتضمن الجمناستك الفني تمارين متنوعة ومختلفة الصعوبة تؤدي على شكل سلاسل وتشكيلات حركية على الأجهزة باستثناء حصان القفز(يوركن لاش واخرون : ١٩٨٧ ، ص ٣٩). و سوف نترق الباحثة الى المهارات الأساسية قيد البحث بشكل من التفصيل من حيث طريقة الأداء على جهاز الحركات الأرضية وهذه المهارات هي:

أولاً : الدرجات الامامية المكورة على عارضة التوازن:- ( فردوس مجيد : ٢٠١٥، ص٧٤)

- الخطوات التعليمية :

- ١- تقوم اللاعبة من وضع الوقوف العمودي على العارضة وذراعيها عالياً.
- ٢- ثم تأخذ وضع الجلوس ولكن تكون القدمين واحدة أمام الاخرى.
- ٣- بعدها تنحني الى الامام وتضع يديها على العارضة (تكون الذراعين على جانبي العارضة) وان المسافة بين اليدين والركبتين مسافة مناسبة.

٤- ثم تقوم بادخال رأسها بين الذراعين ويتم الدفع بهذا الانثناء من القدمين لاكتمال مرحلة التكور.

٥- اثناء مرحلة التكور يكون مرفقي الذراعين ملاصق مع إذن اللاعبه ويتم التكور نزولاً من الرقبة ثم الظهور بعدها على الورك في هذه اللحظة يتم الدفع من قبل اليدين وصولاً الى المرحلة الاخيرة وهو نزول القدمين على العارضة وبشكل متسلسل واحدة بعد الاخرى.

٦- المرحلة الاخيرة وهي النهوض على قدمين والرجوع الى الوضع البدائي ، وهناك بعض الالعبات تؤدي النهاية مفتوحة القدمين ثم يتم رفعها على العارضة وتعود الى وضعها البدائي ايضا.

**ثانيا: العجلة البشرية:- ( فردوس مجيد : ٢٠١٥ ، ص ٩٠ )**

- الخطوات التعليمية:

وتسمى ايضاً (كارت ويل) وتؤدي المهارة بنفس خطوات التكنيك إذ يتم شرحها مسبقاً على بساط الحركات الارضية إذ يقوم المدرب بتعليم اللاعبه اساساً على خط مستقيم على بساط فقط لذا يتم نقل الحركة من الارض الى العارضة بأستثناء فرق واحد هو نزول القدمين قريبين عن بعضهما والذراعين عالياً ، وتؤدي هذه المهارة في الصعود ووسط العارضة من العارضة .

## ٢-٢ الدراسات السابقة والمشابهة

٢-٢-١ دراسة عبدالحسين و حسين (٢٠١٢) ( تأثير برمجة التغذية الراجعة الآنية والمتأخرة على وفق بناء البرنامج الحركي في تعلم بعض المهارات الأساسية للطالبات بالريشة الطائرة).

والهدف من الدراسة هو التعرف على تأثير التغذية الراجعة الآنية والمتأخرة والتعرف على أفضلية الفروق بين التغذية الراجعة الآنية والمتأخرة على وفق بناء البرنامج الحركي في تعلم بعض المهارات الأساسية للطالبات بالريشة الطائرة، وتم استعمال المنهج التجريبي وشمل مجتمع البحث على طالبات المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية بجامعة كربلاء والبالغ عددهم (٢٢) طالبة وتم تقسيمهم لمجموعتين بواقع (١١) طالباً لكل مجموعة، استعمال الحقيبة الاحصائية ( spss ) في تحليل بيانات البحث ومنها: الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، النسبة المئوية، اختبار كا٢، اختبار t للعينات المستقلة والعينات المرتبطة واختبار سبيرمان. وتم استنتاج ان استخدام التغذية الراجعة الآنية والنهائية تعمل على تعلم وتطوير الأداء المهاري لبعض المهارات الأساسية بالريشة الطائرة، وضرورة استخدام التغذية الراجعة الآنية والنهائية عند تعلم المهارات الأساسية وما يتناسب مع مراحل بناء البرنامج الحركي



بالريشة الطائرة، وضرورة استخدام التغذية الراجعة الآنية مع المبتدئين وذلك لتسريع وتفعيل عملية التعلم وتصحيح الفنية، وايضاً ضرورة استخدام التغذية الراجعة النهائية حول النتيجة حتى يتعرف المتعلم على نتيجة أدائه.

### الباب الثالث:

#### ٣- إجراءات البحث وإجراءاته الميدانية:

##### ٣-١ منهج البحث:

إن المنهج الملائم الذي تفرضه طبيعة المشكلة المراد دراستها، لذا فرضت مشكلة البحث استعمال 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" (أبراهيم عبد الخالق؛ ٢٠٠١؛ ص، ١٤٨).

##### ٣-٢ مجتمع البحث وعينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من طالبات المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة البصرة، واشتملت على (٤٦) طالب بعد استبعاد الطالبات الغير ملتزمات وبلغت العينة الاستطلاعية (٦) طالبة، وتم تقسيم العينة الى مجموعتين عشوائيا الى مجموعه ضابطة و عددن (٢٠) طالبة واخرى تجريبية (٢٠) طالبة. والشكل (١) يوضح ذلك

المجموعات	الاختبار القبلي	المتغير المستقل	الاختبار البعدي
التجريبية	اختبارات	تغذية فيديوية	اختبارات
الضابطة	المهارات	البرنامج المتبع	المهارات

### جدول (١)

يبين العدد الكلي والنهائي لإفراد العينة ونسبهم المئوية

طالبات	عدد الطالبات الكلي	عدد المستبعدات	العدد النهائي	النسبة المئوية
المجموعة التجريبية	٢٣	٣	٢٠	٤٥%
المجموعة الضابطة	٢٣	٣	٢٠	٤٥%
المجموع	٤٦	٦	٤٠	٩٠%

تم تطبيق المنهاج التعليمي لمدة ( ٦ ) اسابيع وبواقع (وحدتين تعليمية) في لكل اسبوع وفق المنهج المقرر لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى وتضمن البرنامج على المهارات الاساسية لدرس الجمناستك الفني للطالبات على جهاز عارضة التوازن ، وقد تضمنت الوحدة التعليمية الواحدة شرح للمهارة المعنية من قبل مدرسة المادة ، هذا فيما يخص القسم التعليمي ، اما ما يخص القسم التطبيقي فتضمن عملية الاداء والتكرار من قبل الطالبات للمهارة الحركية قيد الدراسة، ويتخلل الجزء التطبيقي تصوير فيديو لعدد من التكرارات في نهاية هذا الجزء لخط سير المهارة لجميع عينة البحث . وفي القسم الختامي تم اعطاء التغذية الراجعة الفيديوية فيم الاداء المهاري للمجموعة التجريبية أما المجموعة الضابطة فلم تتدخل الباحثة في طريقة تعلمها وتركت لمدرس المادة. وقد تضمن المنهج التعليمي لمهارتي الدرجة الامامية المكورة والعجلة البشرية على عارضة التوازن ١٢ وحدة تعليمية وبواقع (٢) وحدتين في الأسبوع ويكون زمن الوحدة التعليمية ( ٩٠ ) تسعون دقيقة، لكل مهارة أربع وحدات تعليمية خلال أسبوعين بزمن (٦٠د) للقسم الرئيسي، (٢٠د) وللأمانة العلمية تم تعويض الوحدات التعليمية التي لم تطبق بسبب الظروف الطارئة في أوقات غير دروس الجمناستك المحددة لتطبيق الاختبار وتحتوي الوحدات على الإحماء والجزء التعليمي الرئيسي والجزء الختامي

جدول (٢)

يبين أقسام الوحدة التعليمية

الزمن	أقسام الوحدة التعليمية
-------	------------------------

10دقيقة	الإحماء العام	القسم الإعدادي
15دقيقة	الإحماء الخاص	
20دقيقة	الجزء التعليمي	القسم الرئيس
40دقيقة	الجزء التطبيقي	
5دقائق	القسم الختامي	
90دقيقة	المجموع	

### ٣-٣ الاختبارات القبليّة:

قبل البدء بالاختبارات القبليّة قامت الباحثة بإعطاء وحدتين تعريفيتين بمهارات الجمناستك قيد البحث على بساط الحركات إلا رضية وذلك بتاريخ ٢٠١٣/٢/٢٤ وذلك للوصول إلى تصور وتعلم أولي للمهارات لكي تتمكن مجموعتنا البحث (التجريبية والضابطة) من أداء الاختبار بشكل صحيح . ومن خلال نتائج الاختبار القبلي قامت الباحثة بإجراء عملية تجانس و التكافؤ بين مجموعتي البحث في المهارات الحركية قيد الدراسة.

### جدول ( ٣ )

يوضح تكافؤ في مجموعتي البحث في التقييم التجريبي لمتغيرات السن والطول والوزن ومهارتي الدحرجة الامامي والعجلة البشرية على جهاز عارضة التوازن

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		حجم العينة	T المحسوبة	نسبة الخطاء	الدلالة
		ع	س	ع	س				
الدحرجة الامامية	درجة	٣٨.٣٣	٠.٩٨	٢.٨٥	١١.٤	٢٠	٠.٧١	٠.٤٥	غير معنوي
العجلة البشرية	درجة	٣.١١	١.٢٤	٢.٥٧	١.٥٧		٠.٧٤٦	٠.٤٦	غير معنوي

يتبين من الجدول ( ٣ ) عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث والمهارات المختارة، وهذا يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث بتلك العناصر.

### ٤-٢ الاختبار البعدي بعد تنفيذ المنهاج التعليمي- :

بعد إكمال الوحدات التعليمية كافة/ ١٢ /وحدة تعليمية تم إجراء الاختبار البعدي بتاريخ ٢٠١٤/٤/٢٢

للمجموعتين والتي استمرت ١٢ وحدة تعليمية وباستعمال الاختبارات ذاتها وفي جميع شروطها ومشرفيها واستماراتها.

٣- ٥ أسس تقييم المهارات: تم الاستعانة بأربعة من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال تدريس مادة الجمناستيك الفني للنساء في كلية التربية الرياضية لغرض تقييم المهارات على أساس المهارة الكاملة لأفراد عينة البحث كافة، إذ تكونت لجنة التقييم من (٤) المقومات (تدريسيات) وقد وضعت تقييم كل مهارة (١٠) درجات

## ٢- ٥ المعالجات الإحصائية:

وقد تضمنت خطة المعالجة الإحصائية للبيانات الأولية:

- المتوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- اختبار "ت".

٣- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها- :

٣-١ عرض النتائج وتحليلها:

٣-١-١ عرض وتحليل نتائج الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة.

## جدول ( ٤ )

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لأختبارات المهارية في الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة

المتغيرات	وحدة القياس	القبلي		البعدى		حجم العينة	T المحسوبة	نسبة الخطاء	الدلالة
		س	ع	س	ع				
الدرجة الامامية	درجة	٣٨.٣٣	٠.٩٨	٤.٢٨	١.١٢	٢٠	٢.٥	٠.٠٢	معنوي
العجلة	درجة	٣.١١	١.٢٤	٤.٦٩	٠.٦٨				

									البشرية
--	--	--	--	--	--	--	--	--	---------

يتضح من الجدول (٤) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات درجات الاختبارين القبلي والبعدي في جميع المهارات. إذ بلغت قيمة (ت) المحتسبة للمهارات الأساسية على التوالي ( ٢.٥ ، ٧.٩ )، وهي أكبر من قيمة (t) الجدولية.

### ٣-١-٢ عرض وتحليل نتائج الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية.

#### جدول (٥)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لأختبارات المهارة في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

المتغيرات	وحدة القياس	القبلي		البعدي		حجم العينة	T المحسوبة	نسبة الخطاء	الدلالة
		ع	س	ع	س				
الدرجة الامامية	درجة	٢.٨٥	١.١٤	٥.٩٣	١	٢٠	١٠.٣١	٠.٠٠٠	معنوي
العجلة البشرية	درجة	٢.٥٧	١.٢٢	٥.٧٥	٤.٦٩		٩.٨	٠.٠٠٠	معنوي

يتضح من الجدول (٥) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات درجات الاختبارين القبلي والبعدي في جميع المهارات. إذ بلغت قيمة (ت) المحتسبة للمهارات الأساسية على التوالي ( ١٠.٣١ ، ٩.٨ )، وهي أكبر من قيمة (t) الجدولية.

#### جدول (٦)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة T المحسوبة ونسبة الخطاء ومستوى الدلالة للاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		حجم العينة	T المحسوبة	نسبة الخطاء	الدلالة
		ع	س	ع	س				
الدرجة الامامية	درجة	٤.٢٨	١.١٢	٥.٩٣	١	٢٠	٤.٨٨	٠.٠٠٠	معنوي
العجلة البشرية	درجة	٤.٦٩	٠.٦٨	٥.٧٥	٠.٦٨		٤.٨٦	٠.٠٠٠	معنوي

يتضح من الجدول ( ٦ ) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات درجات الاختبارين القبلي والبعدي في جميع المهارات. إذ بلغت قيمة (ت) المحنسة للمهارات الأساسية على التوالي (٤.٨٨ ، ٤.٨٦).

### ثانيا-مناقشة النتائج:

أظهرت نتائج تحليل البيانات الإحصائية التي تم الحصول عليها باختبار (ت) للعينات المترابطة في الجداول ( ٤ ) و ( ٥ ) ، وجود فروق ذات دلالة معنوية في تعلم المهارات الحركية على جهاز منصة القفز بين الختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث ولصالح الاختبار البعدي . وتعزو الباحثة هذه الفرق الى فاعلية البرنامج المعتمد من قبل مدرسة المادة بالنسبة للمجموعة الضابطة ، اما بالنسبة للمجموعة التجريبية فقد تعزو الباحثة الى فاعلية المنهج التعليمي وفق التغذية الراجعة الفيديوية لما لها في تعلم المهارات الحركية ، وهذا يتفق مع ما ذكره (علي، ٢٠٠٢، ص٩٥) " اذ ان صعوبة بعض المهارات المطلوب تعلمها واتقانها يستوجب من التدريسي في العملية التعليمية استعمال وادخال وسيلة مساعدة (الفيديو) في عمله على نحو الذي يوفر الوقت والجهد الذي يبذل له المتعلم ، حيث تقوم على اشراك بعض الحواس في عملية التعلم مما يؤدي الى ترسيخها وتعميقها وهي بذلك تساعد على ايجاد علاقات وجيدة وراسخة بين ما تعلمه وما يترتب عليه من بقاء أثر تعلمه". فيما يخص الجدول رقم (٦) يتبين وجود فروق ذات دلالة معنوية ولصالح المجموعة التجريبية ، وتعزو الباحثة هذا التطور الى فاعلية المنهج التعليمي المعد وفق التغذية الراجعة الفيديوية من حيث كونها وسيلة تعليمية بصرية حسية تشمل الفيديو وتنوع وتكرار استخدامه ( الاسترجاع الفوري المباشر المتكرر ) بجانب سهولة الاستعمال واسترجاع المحتوى لعدد من المرات والذي يضيف عامل التشويق والاثارة ، وهذا يتفق مع ما اشار اليه (عبد السميع ، ٢٠٠١، ص١٣١): الى ان " المشاهدة المتكررة تضيف حيوية وبعداً جديداً لعملية التعلم وتنقل الطالب من جو التعلم التقليدي الى حالة من التشويق والانجذاب نحو التعلم". وتري الباحثة ايضا ان التغذية الراجعة الفيديوية تعمل على توسيع مداركات المتعلمين من خلال امكانية استغلال اكثر من حاسة للتعلم لما لها من تأثير على خلق اجواء تعليمية تعمل على جذب انتباه المتعلم وابعاد الشعور بالملل وترسيخ المادة التعليمية وتوسيع مداركته الحسية . اذ يذكر (حميد ، ٢٠١٤، ص٦٢) أن استعمال الفيديو يعمل على استثارة تفكير المتعلمين و العمل على خلق أكثر من فرصة للتفكير و تحفيزه على بذل الجهد في التعلم وعدم الشعور بالملل مما يؤثر إيجاباً على تعلمه

### الباب الخامس:

## ١-٥ الاستنتاجات:

- ١- المنهج التعليمي وفق التغذية الراجعة الفيديوية ساهم بايجابية في تعلم بعض المهارات الحركية على جهاز عارضة التوازن للمجموعة التجريبية .
- ٢- الاسلوب التقليدي (العرض والشرح) ساهم بايجابية في تعلم بعض المهارات الحركية على جهاز عارضة التوازن للمجموعة الضابطة.
- ٣- المنهاج التعليمي وفق التغذية الراجعة الفيديوية كان اكثر تأثيرا في تعلم بعض المهارات الاساسية على جهاز عارضة التوازن من الاسلوب القليدي (العرض والشرح) مما يدل على تأثيره .

## ٢-٥ التوصيات :

- ١- ضرورة استعمال التغذية الراجعة(الفديوية) من قبل التدريسيين عند تعليمهم لأي مهارة حركية، إذ تساعد على توسيع مدارك المتعلم مما تسهل على المتعلم عملية تعلم وتطوير أدائه الحركي.
- ٢- ضرورة استعمال انواع اخرى من التغذية الراجعة من قبل التدريسيين عند تعليمهم باقي المهارة حركية، إذ تساعد على توسيع مدارك المتعلم مما تسهل على المتعلم عملية تعلم وتطوير أدائه الحركي.
- ٣- ضرورة استعمال التغذية الراجعة(الفديوية) من قبل التدريسيين على مواد دراسية اخرى وعلى مراحل دراسة اخرى.

## المصادر

- ❖ ابراهيم عبيد عبود المعموري: تأثير تمرينات لنوي النمذجة الحسية في تطوير قابلية الترابط الحركي وتعلم فاعلية رمى الرمح، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعه بابل ٢٠١٢.
- ❖ أبو النجا أحمد عز الدين : الاتجاهات الحديثة في طرق تدريس التربية الرياضية. دار الأصدقاء، ط ٢، المنصورة. ٢٠٠٠.
- ❖ رائد مهوس زغير بتأثير استراتيجيتي التعلم الذاتي والتعاوني باستعمال تمرينات تطبيقية بأدوات مساعدة في تطوير بعض جوانب تعلم الضربتين الأرضيتين الأمامية والخلفية بالتنس، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعه بابل. ٢٠١٣.
- ❖ صريح عبد الكريم الفضلي : تطبيقات البيوميكانيك في التدريب والأداء الحركي، بغداد، دار الكتب والوثائق ٢٠٠٧.
- ❖ عماد عبد الحق " الأساليب التعليمية السمعية والبصرية في تعلم مهارات الجمناستك لدى طلبة المرحلة الأساسية، مؤتمر النشاط البدني الرياضي والعولمة ظاهرة العصر، جامعة مستغانم، الجزائر. ٢٠٠٢.

- ❖ فردوس مجيد حميد: *الجمناستك الفني للسيدات في مجال التعلم والتدريب*، المطبعة المركزية /جامعة ديالى، ٢٠١٥.
- ❖ مازن عبد الهادي أحمد، علي خضير عيسى : *أسلوب التعلم المكثف والموزع على تطور مستوى الأداء ونقل التعلم بين بعض مهارات التنس*، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الثاني المجلد الرابع، كلية التربية الرياضية جامعه بغداد. ٢٠١١.
- ❖ ماهر عبد الحمزة حردان: *تأثير النمذجة الحسية الصورية في تعلم ضربه الأسقاط الأمامية المستقيمة بالريشة الطائرة للطالبات*، كلية التربية الرياضية، جامعه بابل. ٢٠٠٩.
- ❖ منال طه: *دراسة مقارنة لأثر التغذية الراجعة الفورية والمؤجلة على تحسين الاداء على بعض مهارات الكرة الطائرة*، كلية التربية الرياضية، رسالة ماجستير، الجامعة الاردنية، عمان، الأردن. ٢٠٠٤.
- ❖ مصطفى، عبد السميع محمد: *تكنولوجيا التعليم (دراسة عربية)*" ط١. (مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٩).
- ❖ عبدالوهاب، هدى عبدالسميع: *"تأثير التغذية الراجعة الفورية (السمعية والبصرية) في تعلم مهارة الإرسال من الأسفل للكرة الطائرة"*. (مجلة الفتح، العدد الثاني والأربعون، ٢٠٠٩).
- ❖ طه، علي مصطفى: *"الكرة الطائرة، تعلم، تدريب، قانون"*. (دار الفكر العربي، ٢٠٠٠).
- ❖ الحيلة، محمد محمود: *"التصميم التعليمي نظرية وممارسة"*. (الأردن، دار الميسرة للطباعة والنشر، ١٩٩٩).
- ❖ السايح، مصطفى: *"المنهج التكنولوجي وتكنولوجيا التعليم والمعلومات في التربية الرياضية"* ط١. (الاسكندرية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، ٢٠٤٤).
- ❖ معروف ذنون حنتوش وآخرون؛ *المبادئ الفنية والتعليمية للجمباز والتمارين البدنية؛* (الموصل، مطبعة جامعة الموصل، ١٩٨٥).
- ❖ عبد الستار جاسم و عابدة علي حسين : *الجمباز المعاصر للبنات* ، بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، ١٩٩١ .
- ❖ يوركن لاش وآخرون : *الاسس النظرية في الجمناستك* \_ ، بغداد ، مطبعة او فسيت منير ، ١٩٨٧ .
- ❖ Flemung, N.D;: *The VAK Inventory of Learning*.CS383,Military Academy. 1988.
- ❖ Golec P.*Influence of delayed feedback on learning,performance and strategy search-revisited, the*



International Association of Supervision and Curriculum  
Development, p.2003.

## الملحق رقم (١)

أنموذج للقسم الرئيس للوحدة التعليمية

الوحدة التعليمية: الأولى

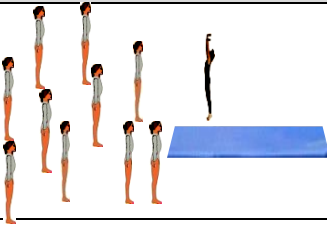
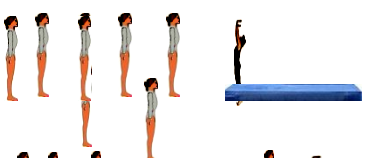
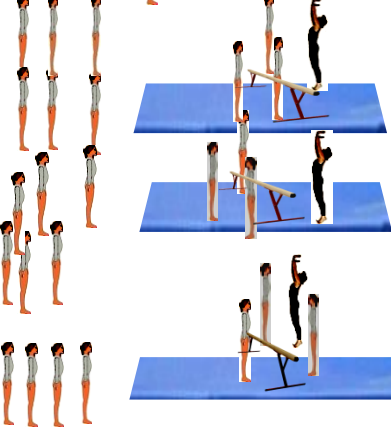
التاريخ:

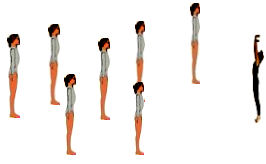
المرحلة: الثالثة

الوقت: ٩٠ دقيقة

الهدف التعليمي: تعليم مهارة الدرجة الامامية باستخدام التغذية الراجعة (الفديوية)

على جهازه عارضة التوازن العدد:

أقسام الوحدة التعليمية	الزمن	المهارة أو الفعالية	الأدوات والأجهزة المستخدمة	التنظيم والإخراج
القسم الاعدادي	٢٥ د	وفية تقوم مدرسة المادة باعطاء احماء عام في اول ١٠ دقائق ثم تعطي بعد ذلك احماء خاص والذي يشمل احماء خاص بالمهارة ومدة الاحماء الخاص ١٥ دقيقة	بساط الحركات الارضية مجموعة من الابسطة الصغيرة	
القسم الرئيسي	٦٠ د	الدرجة الامامية		
النشاط التعليمي	٢٠ د	شرح مفصل لمهارة الدرجة الامامية و أدائها من قبل المدرسة بسرعتها البطيئة وعرضها بصورتها الطبيعية مع عرضها على الشاشة بصورة بطيئة .	جهاز عارضة التوازن عدد ٢ ومجموعة من الابسطة الصغيرة	
النشاط التطبيقي	٤٠ د	توزيع المجموعة التجريبية الى مجموعتين كل مجموعة على احدى اجهزة عارضة التوازن مع استعمال اسلوب التغذية الراجعة الفديوية اثناء الدرس ولعدة مرات مع التاكيد ان يتم اداء الطالبات مع اشراف التدريسيات والتاكيد على وجود ابسطة توضع اسفل الجهاز من اجل سلامة الطالبات توزيع المجموعة الضابطة الى مجموعتين كل مجموعة على احدى اجهزة عارضة التوازن مع استعمال اسلوب الاسلوب التقليدي من قبل مدرسة المادة اثناء الدرس مع التاكيد ان يتم اداء الطالبات مع اشراف	جهاز عارضة التوازن عدد ٢ ومجموعة من الابسطة الصغيرة	

		<p>التدريسيات والتأكيد على وجود ابسطة توضع اسفل الجهاز من اجل سلامة الطالبات</p>		
		<p>وفية يتم تهدئة اجزاء الجسم وتقديم التغذية الراجعة واعطاء بض الملاحظات من قبل مدرس المادة ان وجدت ومن ثم الانصراف</p>	<p>٥ د</p>	<p>القسم الختامي</p>

## الملحق رقم (٢)

أنموذج للقسم الرئيس للوحدة التعليمية

الوحدة التعليمية: الأولى

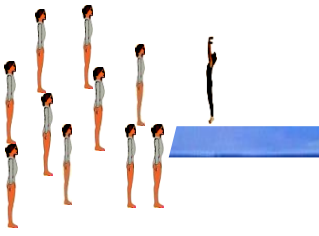
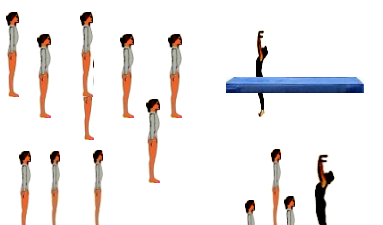
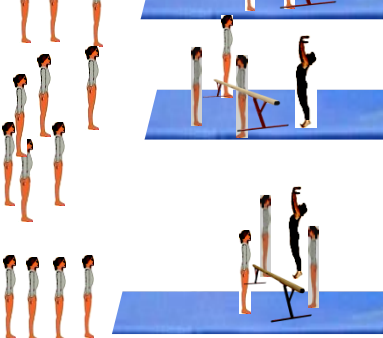
التاريخ:

المرحلة: الثالثة

الوقت: ٩٠ دقيقة

الهدف التعليمي: تعليم مهارة العجلة البشرية باستخدام التغذية الراجعة (الفيديوية) على

جهازه عارضة التوازن العدد:

أقسام الوحدة التعليمية	الزمن	المهارة أو الفعالية	الأدوات والأجهزة المستخدمة	التنظيم والإخراج
القسم الاعدادي	٢٥ د	وفية تقوم مدرسة المادة باعطاء احماء عام في اول ١٠ دقائق ثم تعطي بعد ذلك احماء خاص والذي يشمل احماء خاص بالمهارة ومدة الاحماء الخاص ١٥ دقيقة	بساط الحركات الارضية مجموعة من الابسطة الصغيرة	
القسم الرئيسي	٦٠ د	العجلة البشرية		
النشاط التعليمي	٢٠ د	شرح مفصل لمهارة العجلة البشرية و أدائها من قبل المدرسة بسرعتها البطيئة وعرضها بصورتها الطبيعية مع عرضها على الشاشة بصورة بطيئة .	جهاز عارضة التوازن عدد ٢ ومجموعة من الابسطة الصغيرة	
النشاط التطبيقي	٤٠ د	توزيع المجموعة التجريبية الى مجموعتين كل مجموعة على احدى اجهزة عارضة التوازن مع استعمال اسلوب التغذية الراجعة الفيديوية اثناء الدرس ولعدة مرات مع التاكيد ان يتم اداء الطالبات مع اشراف التدريسيات والتاكيد على وجود ابسطة توضع اسفل الجهاز من اجل سلامة الطالبات	جهاز عارضة التوازن عدد ٢ ومجموعة من الابسطة الصغيرة	
		توزيع المجموعة الضابطة الى مجموعتين كل مجموعة على احدى		

		<p>اجهزة عاضة التوازن مع استعمال اسلوب الاسلوب التقليدي من قبل مدرسة المادة اثناء الدرس مع التاكيد ان يتم اداء الطالبات مع اشراف التدريسيات والتاكيد على وجود ابسطة توضع اسفل الجهاز من اجل سلامة الطالبات</p>		
		<p>وفية يتم تهدئة اجزاء الجسم وتقديم التغذية الراجعة واعطاء بعض الملاحظات من قبل مدرس المادة ان وجدت ومن ثم الانصراف</p>	<p>٥ د</p>	<p>القسم الختامي</p>