

## تأثير أسلوب المحاكاة والتعلم الذاتي في تعلم بعض المسكات الفنية في لعبة المصارعة الحرة للطلاب

محمد ناصر مفتن : المديرية العامة لتربية ميسان, [mohmmaed62@gmail.com](mailto:mohmmaed62@gmail.com)

This open-access article is available under the Creative Commons Attribution 4.0 (CC BY 4.0) International License, which allows for unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided that the original work is properly cited

DOI: <https://doi.org/10.37655/uaspesj.2023.142289.1065>

Submission Date 02-08-2023

Revise Date 18-08-2023

Accept Date 2023-08-21

### المستخلص

تكمن أهمية البحث في إجراء دراسة ميدانية تناولت أسلوب المحاكاة والتعلم الذاتي لتشجيع العاملين في ميدان التربية والتعليم من اعطاء الطلاب الدور الاكبر واعطاء الفرصة المناسبة لهم لتنمية قدراتهم ومسكاتهم. يهدف البحث الى التعرف على اي الأسلوبين أفضل في تعلم بعض المسكات الفنية في لعبة المصارعة الحرة للطلاب نسبياً لمنهاج مدرس مادة المصارعة، وافترض الباحث توجد فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة ولصالح الاختبارات البعديّة لدى افراد المجاميع الثلاث. أستعمل الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجاميع الثلاث المتكافئة لملاءمته لطبيعة مشكلة بحثه وهم طلاب المرحلة الثالثة/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ميسان للعام الدراسي (2022-2023) والبالغ عددهم (41) طالباً، ليلعب عدد العينة الرئيسة للدراسة (27) طالب بنسبة (65,854%) من المجتمع الأصيل أذ تم اجراء التجانس على العينة ككل، تم تقسيم المجاميع الى ثلاث وفقاً لأوزانهم، تجريبية أولى طبقة أسلوب المحاكاة، وتجريبية ثانية طبقة أسلوب التعلم الذاتي ومجموعة ضابطة اتبعت أسلوب مدرس مادة المصارعة قوام كل مجموعة (9) طالب تم توزيعهم بالطريقة العشوائية ومن ثم أجري عليهم الاختبارات القبليّة وبعد ذلك اجري الباحث التكافؤ على المجاميع الثلاث ليتم توزيعهم بالتساوي وذلك باستعمال قانون اختبار تحليل التباين(F)، تم تطبيق التجربة الرئيسية بلغت مدة تنفيذه (10) أسابيع بواقع وحدة تعليمية في الاسبوع الواحد من مجموع (15) أسبوع المخصصة للفصل الدراسي الثاني للمرحلة الثالثة بلغ عدد الوحدات في كل من المنهجين (10) وحدات تعليمية، وبعد انتهاء مدة التجربة الرئيسية أجرى الباحث الاختبارات البعديّة على المجاميع الثلاث ليتم معالجة البيانات احصائياً. وتوصل الباحث الى الاستنتاج التالي: التعلم بإسلوب المحاكاة كان الافضل في تعلم مسكات المصارعة الحرة المستخدمة في البحث مقارنة بإسلوب التعلم الذاتي والطريقة المتبعة من قبل المدرس، ويوصي الباحث: من الضروري استخدام أسلوب المحاكاة في تدريس مسكات المصارعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة كونها الافضل في تعلم المسكات المستخدمة قيد الدراسة.

**الكلمات المفتاحية:** أسلوب المحاكاة، والتعلم الذاتي، المسكات الفنية في لعبة المصارعة الحرة للطلاب.

### The effect of simulation and self-learning methods on learning some artistic grabs in the game of freestyle wrestling for students

Mohammed Nasser Muftan: General Directorate of Education of Maysan, [mohmmaed62@gmail.com](mailto:mohmmaed62@gmail.com)

#### Abstract

The importance of the research lies in conducting a field study that dealt with the method of simulation and self-learning to encourage workers in the field of education to give students the largest role and give them the appropriate opportunity to develop their abilities and skills. The research aims to identify which of the two methods is preferred in learning some technical catches in the game of freestyle wrestling for students relative to the curriculum of the wrestling teacher, and the researcher

assumed there are Statistically significant differences between the results of the pre- and post-tests and in favor of the post-tests among the members of the three groups. The researcher used the experimental method in the method of the three equivalent groups to suit the nature of his research problem, and they are students of the third stage / Faculty of Physical Education and Sports Sciences / Maysan University for the academic year (2022-2023), which numbered (41) students, so that the number of the main sample of the study reached (27) students by (65,854%) of the original community. If homogeneity was performed on the sample as a whole, the totals were divided into three according to their weights, experimental first layer simulation method, and experimental second layer self-learning style and a control group followed the style of the wrestling teacher. The strength of each group (9) players were distributed randomly and then conducted on them tribal tests and then the researcher conducted parity on the three groups to be distributed equally using the law of test analysis of variance (F), the main experiment was applied, the period of its implementation reached (10) weeks, by an educational unit per week out of a total of (15) weeks allocated for the second semester of the third stage, the number of units in each of the two curricula reached (10) educational units, and after the end of the main experiment period, the researcher conducted post-tests on the three groups to process the data statistically. The researcher reached the following conclusion: Learning in the style of simulation was the best in learning the freestyle wrestling grabs used in the research compared to the self-learning method and the method used by the teacher, and the researcher recommends: It is necessary to use the simulation method in teaching wrestling grabs in the faculties of physical education and sports sciences being the best in learning the grabs used under study.

**Keywords:** Simulation styles, self-learning, artistic grabs in the game of freestyle wrestling for students.

## 1- التعريف بالبحث

### 1-1 مقدمة البحث وأهميته

أن تطور التربية الرياضية في أي بلد يعتمد أولاً وأخيراً على التخطيط العلمي الذي يستخدم جميع المعارف والعلوم بوعي كامل لإرساء البناء الرياضي وتقدمه على أسس قوية وصلبة، حيث يشهد العالم ثورة تكنولوجية هائلة دفعت الإنسان نحو البحث والتقصي عن أفكار جديدة وأساليب قادرة على مواجهة متغيرات العصر. ومن هذه الأساليب أسلوب المحاكاة وهو من الأساليب الفعالة التي توفر للمتعم نظام محاكاة معين حيث يسند في هذا الأسلوب لكل طالب دور يؤديه، لتشير (سعاد وآخرون، 2006) أن أسلوب المحاكاة "يقوم الطلاب فيه بالأدوار المختلفة للأفراد أو الجماعات في موقف حياتي حقيقي حيث يتم من خلالها التعرف على القضايا المرتبطة بالمواقف الاجتماعية المعقدة" (1). وكذلك أسلوب التعلم الذاتي حيث من الضروري تعليم الطلاب مهارات التعلم الذاتي التي تمكنهم من كيف يتعلمون وتساعدهم أيضاً على توظيف مصادر التعلم والمعرفة المتاحة في البيئة المحيطة، لتشير (طلعة، 1977) منوه على ذلك أن "التعلم الذاتي هو العملية الاجرائية المقصودة التي يحاول فيها المتعلم ان يكتسب بنفسه القدر الكافي من المعارف والمفاهيم والمهارات والاتجاهات والقيم عن طريق الممارسات والمهارات التي يحددها البرنامج الذي بين يديه من خلال التطبيقات التكنولوجية" (2).

(1) سعاد جودت احمد وآخرون: التعلم النشط بين النظرية والتطبيق، دار الشروق، عمان، 2006م، ص150.

(2) طلعت منصور: التعلم الذاتي وارتقاء الشخصية، ط1، مكية الانجلو المصرية، القاهرة، 1977م، ص62.

وربطاً بما سبق ذكره لاحظ الباحث ان أساليب تدريس المصارعة تختلف كثيراً عن التدريب حيث تحتاج مهاراتها ومسكاتها إلى طرق فاعلة عند تعليم المصارعة فأن من الضروري ان يعرض مدرس المادة العلمية بطريقة سهلة ومنظمة وان يكون مهتماً بالمقام الاول بتعلم أكبر قدر ممكن من المسكات الأساسية في الدرس ككل. ومن هنا تكمن أهمية البحث: في إجراء هذه الدراسة هو أضافه علمية الى جانب الدراسات التي تناولت الاساليب التدريسية المختلفة، ومنها أسلوب المحاكاة والتعلم الذاتي لتشجيع العاملين في ميدان التربية والتعليم من اعطاء الطلاب الدور الاكبر واعطاء الفرصة المناسبة لهم لتنمية قدراتهم ومسكاتهم، وكذلك من خلال هذه الدراسة يتعرف التدريسيين العاملين في ميدان التعليم وتدريب لعبة المصارعة بإجراءات وأهمية أسلوب المحاكاة والتعلم الذاتي في تعلم بعض المسكات الفنية في لعبة المصارعة الحرة للطلاب.

### 2-1 مشكلة البحث

تعد مادة لعبة المصارعة احد المواد الدراسية الأساسية للمرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة ميسان، اذ تتنوع مفرداتها من حيث كون البعض منها مفردات سهلة وبسيطة وأخرى مركبة ومعقدة، وعلى الطلاب الامام الجيد بالجوانب النظرية والعملية لهذه المادة ومن وجهة نظر اخرى نجد مدرس المادة يسعى جاهداً لتحقيق تلك المفردات، لذا اصبح لابد لمدرس المادة ان يسعى للبحث عن افضل الاساليب التدريسية الحديثة التي اشارت الاطر النظرية الى فاعليتها وكذلك بعض البحوث والدراسات محاولةً منه لتحقيق الأهداف المرجوة باقل زمن واقل جهد واكثر جودة، ومن خلال متابعه الباحث(\*)، لاحظ ضعفاً في أداء المسكات الفنية الأساسية من اوضاع مختلفة في مادة المصارعة الحرة لطلاب المرحلة الثالثة وبعد مقابلته لمدرس المادة تأكد ان هذا الضعف قد يكون ناتجاً عن الصعوبات التي ترافق بعض المسكات المركبة والمعقدة والتي لم يمارسها الطلاب مسبقاً و يفضل استخدام أساليب تدريسية تمنح الطلاب دوراً أكبر بالمشاركة في الدرس وكفيلة في تنمية قدراتهم ومسكاتهم وذلك من خلال خلق بيئة جديدة تختلف عن الاساليب المستخدمة كالأسلوب الامري والطرق التقليدية المستخدمة في تعليم مسكات لعبة المصارعة ومن هذه الاساليب أسلوب المحاكاة وأسلوب التعلم الذاتي والتي اشارت أغلب الاطر النظرية الى فاعليتها في اكتساب الأداء الصحيح بشكل أفضل، وبناءً على ما تقدم ارتأى الباحث: دراسة متسائلاً في ذلك هل لأسلوب المحاكاة والتعلم الذاتي في تعلم بعض المسكات الفنية في لعبة المصارعة الحرة للطلاب تأثيراً؟ على طلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة ميسان للعام الدراسي (2022م-2023م).

### 3-1 اهداف البحث

يهدف البحث الى ما يلي:

- التعرف على تأثير أسلوب المحاكاة والتعلم الذاتي في تعلم بعض المسكات الفنية في لعبة المصارعة الحرة للطلاب.
- التعرف على اي الأسلوبين أفضل في تعلم بعض المسكات الفنية في لعبة المصارعة الحرة للطلاب.
- التعرف على تأثير اي البرنامجين التعليميين المعدين نسبياً لمنهاج مدرس مادة المصارعة في تعلم بعض المسكات الفنية في لعبة المصارعة الحرة للطلاب.

### 4-1 فرضيات البحث

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية لدى افراد المجموعة التجريبية الأولى.
- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية لدى افراد المجموعة التجريبية الثانية.
- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية لدى افراد المجموعة الضابطة.

\*لاعب سابق في لعبة المصارعة وحاصل على بطولات العراق في فئة الاشبال والناشئين والشباب ويعمل الان مدرباً للتربية الرياضية في منتدى شباب المستقبل التابع لمديرية شباب ورياضة ميسان.

## 5-1 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري: طلاب المرحلة الثالثة – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ميسان / للعام الدراسي (2022م - 2023م) والبالغ عددهم (41) طالباً.

2-5-1 المجال الزمني: من 2023/2/16م الى 2023/4/11م.

3-5-1 المجال المكاني: قاعة المصارعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ميسان.

## 2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

### 1-2 منهج البحث: -

على وفق ما جاء بمتطلبات حل مشكلة البحث أنتهج الباحث المنهج التجريبي بما يُلائم فروض الدراسة الحالية وعدد مُتغيراتها المستقلة، وفي المقابل أختار الباحث التصميم التجريبي ذا المجموعتين التجريبتين والمجموعة الضابطة ذات الضبط المُحكم بالاختبارين القبلي والبُعدي، والذي سيلي بيان مجموعاته مع مجتمع البحث وعينته لاحقاً، ويوضح الشكل (1) هذا التصميم:-



شكل (1) يبين التصميم التجريبي للبحث

## 2-2 مجتمع البحث

تتضمن حدود مجتمع البحث بطلاب المرحلة الثالثة/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ميسان للعام الدراسي (2022-2023) والبالغ عددهم (41) طالباً، تم اختيار عينة البحث منهم عمدياً بعد استبعاد إحصائياً مَنْ يُشكل التشتت قيم مُتطرفة في أوزانهم وكذلك طلاب التجربة الاستطلاعية، ليبلغ بذلك عدد العينة الرئيسية للدراسة (27) طالب بنسبة (65,854%) من المُجتمع الأَصْل، وعلى وفق التصميم التجريبي الذي تحكّمه فروض الدراسة الحالية بحسب المتغيرين المُستقلين فيها، حيث عمد الباحث إلى تقسيم العينة الرئيسية بطريقة المجموعات الثلاثة، (3) طلاب أقرب ما يُمكن من التشابه وفقاً لأوزانهم، ومن ثمّ توزيع كل واحد منهم إلى مجموعة من مجموعات البحث بالطريقة العشوائية البسيطة لتجنب التحيز في ذلك التوزيع وكما يلي:

(9) طلاب مجموعة تجريبية أولى (تتعلم بأسلوب المحاكاة).

(9) طلاب مجموعة تجريبية ثانية (تتعلم بأسلوب التعلم الذاتي).

(9) طلاب مجموعة ضابطة تتعلم بالأسلوب المُتبع.

### 1-2-2 تجانس عينة البحث

على الرغم من كون المصارعة الحرة من ألعاب الوزن، إلا أنه بغية الحفاظ على سلامة التصميم التجريبي الداخلي تم التحقق من تجانس عينة البحث الرئيسية في قيم بعض المُتغيرات الإنثوبومترية والتي قد تؤثر في نتائج المُتغيرات التابعة وخصوصية المصارعة الحرة، وكما مُبين في الجدول (1): -

جدول (1) يُبين تجانس عينة البحث في بعض المُتغيرات الإنثوبومترية

المتغير	وحدة القياس	ن	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الطول	سم	27	175.63	178	6.789	-0.298
الوزن (الكتلة)	كغم	27	68.63	70	4.413	0.303
العمر الزمني	سنة	27	22.19	22	1.178	0.082

من ملاحظة الجدول (1) يتبين أن قيم معامل الالتواء للمُتغيرات الإنثوبومترية جميعها كانت محددة بين (±3) وإنها موزعه طبيعياً ضمن منحى (كاوس) الاعدالي، مما يعني تجانس عينة البحث فيها.

### 2-3 الوسائل والاجهزة والأدوات المستخدمة في البحث

1-3-2 الوسائل المستخدمة في البحث:-

المصادر العربية والأجنبية.

المقابلات الشخصية الفردية المباشرة.

استمارة استبانة لتحديد نوع المسكات الفنية.

إستمارة ورقية لتقييم الأداء.

فريق العمل المساعد.

مُحكّمون متخصصون في لعبة المصارعة\*.

2-3-2 الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث:-

بساط المصارعة قانوني.

ميزان طبي نوع (NOVA) كوري الصنع بوحدة قياس (كغم) وأجزائه عدد (1).

شريط قياس حديدي لقياس الطول بوحدة قياس (سم) عدد (1).

صافرة حكام عدد (2).

نماذج صور وأقراص (CD) تحوي على عرض (مرئي وسمعي) للمسكات الثلاث قيد البحث.

ساعة توقيت إلكترونية نوع (Diamond) يابانية الصنع عدد (1).

### 2-4 إجراءات البحث الميدانية

1-4-2 تحديد بعض المسكات الفنية في لعبة المصارعة الحرة للطلاب :-

بعد إطلاع الباحث على المسكات الفنية لهذه اللعبة المُقررة في منهاج المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية

وعلوم الرياضة/ جامعة ميسان وبعض المصادر التخصصية في لعبة المصارعة الحرة، تم تضمين هذه المسكات

باستمارة استبانة ورقية خاصة، وتم عرضها على مجموعة من الخبراء والمتخصصين في لعبة المصارعة

للاتفاق على المسكات، ذات الأولوية في التعلم ضمن المدة المحددة لتطبيق الاسلوبين قيد البحث، كما تم تضمين

أختبارات أدائها الفني من لدن المحكمين المعتمدين في اللعبة وإرفاق إستمارة التحكيم المُعتمدة في الدراسات

الأكاديمية والتي كانت من (10) درجات بوحدة قياس الدرجة (\*)، وبعد تفرغها ومعالجتها إحصائياً تم الأخذ

بنسبة (80%) من إتفاقهم على (3) مسكات واختباراتها الفنية (\*\*)، وكما مبين في الجدول (2) :-

### جدول (2) يبين المسكات الفنية واختباراتها المُتفق عليها من لدن المتخصصين

ت	المسكات المُتفق عليها	اختباراتها	الدرجة العظمى للاختبار	وحدة القياس	عدد المتخصصين الكلي	عدد المتفقون	النسبة المئوية للإتفاق
1	التقاط قدم واحدة	الأداء الفني	10	الدرجة	10	10	100 %
2	الغطس من تحت الإبط وتطويق الجذع وإسقاط الخصم أرضاً (الدخول)					9	90 %
3	الدوران بربط الخصر (الرول)					8	80 %

2-4-2 الأسس والمعاملات العلمية لاختبارات المسكات الفنية:-

1-2-4-2 صدق الاختبارات

على الرغم من أن الباحث تحقق من الصدق الظاهري للاختبارات الثلاثة قيد البحث في الإجراء السابق إلا

أنها بحاجة لتعبير درجات التطبيق على العينة الإستطلاعية المحددة في هذه الدراسة والبالغ عددهم (12) طالب

\* الحكام الدوليين هم: - حكم المصارعة الدولي عبد الله عبد الحميد

- حكم المصارعة الدولي محمد جبار لازم

- حكم المصارعة الدولي علي طالب محمد

\* أنظر ملحق (3) استمارة تقييم الأداء.

\*\* أنظر ملحق (2) المراحل الفنية للمسكات المبحوثة.

من المستبعدين، وهنا أعتمد الباحث الصدق الذاتي (التجريبي) وذلك بجزر معامل ثبات كل من الاختبارات الثلاثة، وكما مبين في الجدول (3).

2-2-4-2 موضوعية الاختبارات:-

عمد الباحث على تطبيق الاختبارات الفنية بالمصارعة على (12) طالب من المستبعدين المُحددين لهذه الإجراءات، وإعتماد درجات مُحكمين متخصصين اثنين كلاً منهما يجلس على جهة من تطبيق كل طالب في كل من الاختبارات الثلاثة، وتم معالجة نتائج درجات الطلاب فيما بين المُحكمين الإثنين بمعامل الارتباط البسيط بيرسون، وكما مبين في الجدول (3).

3-2-4-2 ثبات الاختبارات

تحقق الباحث من ثبات الاختبارات الثلاثة قيد البحث بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار على العينة الاستطلاعية البالغة (12) طالب من المستبعدين، إذ تم إعتماد تطبيق الاختبارات في إجراء الموضوعية كتطبيق أول، ومن ثم تم إعادة تطبيقها بعد مرور (10) أيام، وتمت معالجة نتائج التطبيقين بمعامل الارتباط البسيط بيرسون، وكما مبين في الجدول (3).

### جدول (3) يبين الأسس العلمية لاختبارات الدراسة الثلاثة

الصدق الذاتي (التجريبي)	الثبات بالاختبار وإعادة الاختبار		معامل الموضوعية بين مُحكمين أثنين (الموضوعية)		أسم الاختبار
	(Sig)	معامل (person)	(Sig)	معامل (person)	
0.927	0.000	0.860	0.000	0.905	التقاط قدم واحدة
0.903	0.001	0.816	0.001	0.833	الغس من تحت الإبط وتطويق الجذع وإسقاط الخصم أرضاً (الدخول)
0.938	0.000	0.880	0.000	0.967	الدوران بربط الخصم (الرول)

ن الإستطلاعية = 12 درجة الحرية (ن-2)

2-4-3 إعداد برنامجين وفق أسلوب المحاكاة والتعلم الذاتي:-

عمد الباحث إلى إعداد برنامجين تعليميين لمجموعتي البحث التجريبيين لكل منهما برنامج خاص بها بحسب المتغير المُستقل المُحدد في التصميم التجريبي السابق الذكر، إذ تم مراعاة قدرات الطلاب البدنية والأدائية الفنية لخصوصية هذه اللعبة، فضلاً عن توافر الامكانيات المساعدة عند تخطيطهما، أمّا المجموعة الضابطة فأنها تتعلم بحسب الأسلوب الذي يتبعه مدرس مادة المصارعة الحرة في الكلية على أن يكون التعامل مع الوقت المخصص للمحاضرة بزم (90 دقيقة) لتتساوى مع الزمن المخصص للمجموعتين التجريبيين والسيطرة على متغير الزمن، تم تقسيم الوحدة التعليمية في درس التربية الرياضية الأسبوعي لمادة المصارعة الحرة للطلاب في كل من البرنامجين بأسلوبين قيد البحث الى ثلاثة أقسام كما يلي :-

أولاً: القسم التحضيري :- بزم (20 دقيقة) من الزمن الكلي للوحدة التعليمية ولثلاثة أجزاء كالآتي :-

(3 دقائق) للمقدمة لتوجيهات المدرس للطلاب وارشادهم الى اماكنهم على البساط.

(7 دقيقة) للأعداد العام لتهيئة عضلات ومفاصل الجسم ورفع درجة حرارة الجسم تنفيذ تمرينات الاعداد العام بالسير والهولة وتمارين بدنية.

(10 دقيقة) للأعداد الخاص الهدف منه إعطاء تمارين تهيئة عضلات الجسم والمفاصل التي يكون التركيز عليها في أداء المسكة الخاصة بالوحدة التعليمية.

ثانياً: القسم الرئيس :- بزم (65 دقيقة) من الزمن الكلي للوحدة التعليمية ولجزئين كالآتي :-

(نشاط تعليمي) :- بزم (10 دقائق) مخصص للشرح والعرض وحسب كل من الاسلوبين.

(النشاط التطبيقي):- بزم (55 دقيقة) مخصص لتطبيق التمرينات التعليمية الخاصة بأداء المسكات.

ثالثاً: القسم الختامي :- بزم (5 دقيقه) من الزمن الكلي للوحدة التعليمية والهدف منه عودة الطلاب إلى الحالة الطبيعية بعد الجهد البدني المبذول في الوحدة التعليمية ويتضمن تمرينات الهولة الخفيفة وتمرينات الإسترخاء والتهنئة .

بلغت مدة تنفيذ المنهج التعليمي (10) أسابيع بواقع وحدة تعليمية في الاسبوع الواحد من مجموع (15) أسبوع المخصصة للفصل الدراسي الثاني للمرحلة الثالثة، والتي كانت الفترة من (يوم الثلاثاء الموافق 2023/2/28 ولغاية يوم الثلاثاء الموافق 2023/5/9) إذ بلغ عدد الوحدات في كلٍ من المنهجين (10) وحدات تعليمية، وفيما يلي تفصيل لكل برنامج حسب الاسلوب الخاص بها :-

#### 2-3-4-1 البرنامج التعليمي الخاص بأسلوب المحاكاة

عمد الباحث إلى إعداد برنامج تعليمي خاص بأسلوب المحاكاة، إذ احتوى هذا البرنامج على (10) وحدات تعليمية لمجموعة البحث التجريبية الأولى التي تتعلم وفق هذه الاسلوب فضلاً عن توافر الامكانيات والمتطلبات الخاصة بتنفيذ مفرداته، إذ تكون محاكاة لكل طالب فيها ثلاثة هي (المؤدي-المؤدى عليه-المُلاحظ)، يتركز عمل دوره في المؤدي في أداء المسكة التي تكون مبنية بالوحدة التعليمية على المؤدى عليه ويكون عمل الملاحظ هو متابعة الاداء وتقييم الاداء من خلال ورقة الواجب(\*)، ومن ثم إعطاء تغذية راجعة كما موجود في ورقة الواجب، إذ تركز العمل بهذه الاسلوب في القسم الرئيس من الوحدة التعليمية في درس التربية الرياضية، وتحديدًا في النشاط التعليمي شرح للمسكة وعرضها من لدن المدرس امام الطلاب التي سوف يمر بها (المؤدي (أ) – المؤدى عليه(ب) – الملاحظ المقوم للأداء (ج) الذي يزود بورقة الواجب)، وبعد إكمال كل الأداء تتبدل الأدوار فيما بين الطلاب (أب-ج) ليأخذ دور المؤدي الطالب الذي كان في دور المؤدى عليه ويأخذ دور الملاحظ الذي كان في دور المؤدى عليه.

#### 2-3-4-2 المنهج التعليمي الخاص بأسلوب التعلم الذاتي :-

عمد الباحث إلى إعداد برنامج تعليمي خاص بأسلوب التعلم الذاتي على وفق محددات الإطار المرجعي لهذا الاسلوب وآلية تنفيذه، إذ تم تخصيص هذا البرنامج المُعد إلى المجموعة التجريبية الثانية لتطبيق (10) وحدات تعليمية بمدة (10) أسابيع متتالية، تمثلت وحداته باختيار وسائط متعددة لتساعد على التعلم الذاتي والتي تتلاءم ومستوى عمر وجنس عينة البحث، إذ يعمد الباحث إلى عرض الوسائط على الطلاب الخاصة بالمسكة قيد التطبيق ليختاروا ما يناسبهم لتعلم المسكة كالصور المزودة بنص كتابي يشرح مراحل المسكة بالتفصيل حيث يقوم الطلاب النظر إلى الصور وتتبع تفاصيلها بقراءة ذلك النص الذي يُبين كل جزء من اجزاء المسكة على حدة، وكذلك عرضاً فديويًا للمسكة كوسيلة (بصرية) مرئية واخرى تحوي على عرض صور الأداء الفني للمسكة مع الشرح الصوتي للأداء وسيلة (سمعية بصرية) ليطلعوا عليها، إذ تم مراعاة الفروق الفردية في التعلم الذاتي لكون هنالك من يتعلم بالصور المزودة بالنص الذي يشرح الأداء الفني للمسكة وكذلك هناك من يتعلم بوساطة العرض الفيديوي حيث صمم الباحث عرض المسكة بأسلوب المونتاج والإعادة البطيئة ليستطيع الطالب التركيز على الأداء والتميز بين مراحل المسكة واجزائها (التحضير، الرئيسي، الختامي)، ومن ثمَّ يؤدونها في النشاط التطبيقي تبعاً حسب الوحدات المخصصة لكل مسكة، والذي يعمد المدرس فيه إلى طرح السؤال للطلاب (مَنْ يستطيع أداء المسكة الآن؟) ويكون تطبيق هذه الاجراءات حسب كل وحدة تعليمية مُعدة لكل مسكة من المسكات الثلاثة، ويقوم بذلك كل طالبين تبعاً وفقاً للأوزان التي قسموا وفقها بعد اطلاعهم على المسكة من خلال الصور التي اختاروها واطلعوا عليها في النشاط التعليمي، وفي القسم الختامي في نهاية الوحدة التعليمية يزود الباحث الطلاب بعد ان اختاروا الأقراص المُدمجة (CD) كواجب يتم تطبيقه في الوحدة التعليمية التالية وهكذا لبقية المسكات قيد الدراسة.

#### 2-4-4 التجربة الاستطلاعية

قام الباحث بأجراء تجربة استطلاعية ليتسنى له ان يتعرف على الجوانب السلبية من أجل تخطيها في تجربته الرئيسية، ففي يوم الخميس المصادف 2023 /2/16 الساعة الثامنة والنصف صباحاً عمد الباحث إلى إجراء تجربته الإستطلاعية على عينة مكونة من (12 طالباً) من مجتمع البحث الاصل وبإشراف مجموعة من المُحكّمين الدوليين والمحليين، حيث كان الغرض من إجراء التجربة التعرف على العديد من النقاط كما مبين في النقاط ادناه ما يلي:-

– كفاية فريق العمل المساعد.

(\*) انظر ملحق (1) نموذج لورقة الواجب.

- التأكد من سلامة الادوات وجاهزيتها للتجربة الرئيسية.
- تهيئة اماكن الطلاب في القاعة عند تطبيق مفردات الاسلوبين.
- التأكد من استيعاب الطلاب للأسلوبين ومدى ملائمتها للعينة قيد الدراسة.
- تهيئة أماكن المحكمين في القاعة.

#### 4-2-5 الوحدة التعريفية :-

تتطلب دراسات التعلم الحركي في التربية البدنية وعلوم الرياضة التي تتعامل مع العينات من ذات المستوى الخام في التعلم المهاري في مختلف الألعاب والفعاليات التخصصية بأن يتم تعريفهم بوحدة تعريفية قبل إجراء التجربة الرئيسية، يكون الغرض منها تعريف المتعلمين بخصوصية المسكات التي سيتم تناولها ولكي تكون هنالك درجات لهم في نتائج الاختبارات القبلية، في ضوء ذلك تم تطبيق الباحث للوحدة التعريفية الخاصة بالمسكات الثلاث على عينة البحث الرئيسية البالغة (27) طالب في يوم الاثنين الموافق (2023/2/20) تضمنت شرح عام تعريف في لعبة المصارعة وطريقة أداء المسكات الثلاثة قيد البحث وذلك بعرض المسكات الثلاثة بوساطة إنموذج من لاعبين دوليين(\*) أستعان الباحث بهما، وهما من طالبي مدرسة الخبير الدولي (سلمان حسب الله) في ميسان، يؤيدان المسكات تبعاً امام افراد عينة البحث مجتمعة، وكان الزمن المخصص لهذه الوحدة (90 دقيقة).

#### 4-2-6 الاختبارات القبلية:-

تم إجراءها على عينة البحث في قاعة المصارعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ميسان من قبل لجنة من الحكام المتخصصين بلعبة المصارعة الحرة من حملة الشهادات التحكيمية (اشير إليهم في الوسائل المستخدمة في البحث)، في يوم الثلاثاء المصادف (2023/2/21).

إذ عمد الباحث إلى إعداد أستمارة جمع الدرجات الخاصة بالمسكات قيد الدراسة، ليتم تقييم الاداء المهاري للمسكات لكل طالب من لدن لجنة الحكام بشكل مباشر كما تم تبيانها في ملحق (3)، إذ تم تثبيت ظروف هذه الاختبارات من مقومين وزمان ومكان بغية إعادتها نفسها في الاختبارات البعدية.

#### 4-2-6-1 تكافؤ عينة البحث: -

بحكم محددات التصميم التجريبي المذكور، ولغرض التحقق من خط الشروع بين مجموعات البحث الثلاث عمد الباحث إلى إجراء التكافؤ فيما بين نتائجها بالاختبارات القبلية وكما مبين في الجدول (4):

جدول (4) يُبين نتائج (F) تحليل التباين الأحادي باتجاه واحد فيما بين مجموعات البحث الثلاث في نتائج الاختبارات القبلية

الاختبارات	ن	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) المحسوبة	درجة (Sig)	تأثير
التقاط قدم واحدة	27	بين المجموعات	1.556	2	0.778	0.402	0.673	غير دال
		داخل المجموعات	46.444	24	1.935			
الغطس من تحت الأبط وتطويق الجذع وإسقاط الخصم أرضاً (الدخول)	27	بين المجموعات	0.296	2	0.148	0.095	0.91	غير دال
		داخل المجموعات	37.556	24	1.565			
الدوران بربط الخصر (الرول)	27	بين المجموعات	0.222	2	0.111	0.214	0.809	غير دال
		داخل المجموعات	12.444	24	0.519			

عدد المجموعات (3) مستوى الدلالة (0.05) عند درجة حرية ن-3=24

\* الاعبين الدوليين (سيف الدين فارس سلمان – منتظر احمد سلمان)



تُبين نتائج الجدول (4) أن مجموعات البحث الثلاث كانت متكافئة في نتائج اختبارات المسكات الثلاثة القبليّة جميعها وأن طلابها كانوا على خط شروع واحد، وذلك لكون قيم (F) كانت غير دالة بالمقارنة مع درجات (Sig)  $< (0.05)$  عند درجة حرية (ن=3=24) ومستوى دلالة (0.05).

2-4-7 تطبيق مفردات أسلوب المحاكاة والتعلم الذاتي:-

بدأ تطبيق مفردات برنامج اسلوبي المحاكاة والتعلم الذاتي في يوم الثلاثاء المصادف (2023/2/28) وانتهى يوم الثلاثاء المصادف (2023/4/9) حيث استمر هذا التطبيق (10) اسابيع متتالية وأُشتمل على (10) وحدات تعليمية بواقع وحدة تعليمية في كل اسبوع تُطبق في يوم الثلاثاء، ففي حال تتزامن مع تاريخ الوحدة التعليمية عطلة رسمية يتم تعويضها خلال الأسبوع الذي يليها، إذ تم تخصيص (4) وحدات لمسكة الدوران بربط الخصر (الرول) و(3) وحدات لكل من المسكتين الأخرى (التقاط قدم واحدة و الدخول من تحت الابط)، ولكل مجموعة من مجموعتي البحث التجريبيتين برنامجها التعليمي الخاص بها، والمجموعة الضابطة طبقت نفس عدد الوحدات وزمنها بالأسلوب المُتبع من لدن المدرس وأكتفى الباحث بالإشراف على سير التطبيق لمجموعات البحث الثلاث .

2-4-8 الاختبارات البعدية

بعد ان أنهى الباحث مفردات برنامجه وفق اسلوبي المحاكاة والتعلم الذاتي، عمد الى الاختبارات البعدية يوم الخميس المصادف (2023/4/11) لمجموعات البحث الثلاث، وتمت في ظروف الاختبارات القبليّة نفسها من مكان وزمان ومحكمين.

2-5 الوسائل الاحصائية

أستعمل الباحث نظام الحقيبة الإحصائية (SPSS).

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

1-3 عرض نتائج اختبارات المسكات الثلاث القبليّة والبعدية لمجموعات البحث الثلاث وتحليلها :-

جدول (5) يُبين نتائج اختبار (t-test) للعينات المترابطة لمجموعات البحث الثلاث في الاختبارات القبليّة والبعدية للمسكات الثلاثة

الدالة	درجة (Sig)	(ت) المحسوبة	ع ف	ف	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المسكات والمجموعات وعددها		
					ع+	س-	ع+	س-	تج 1	تج 2	ض
دال	0.000	11.086	1.563	5.778	0.441	8.78	1.414	3	9	تج 1	التقاط قدم واحدة
دال	0.000	9.648	1.658	5.333	0.601	7.89	1.333	2.56	9	تج 2	
دال	0.000	6.667	1.5	3.333	0.667	5.78	1.424	2.44	9	ض	
دال	0.000	14.311	1.118	5.333	0.5	8.33	1.118	3	9	تج 1	الغطس من تحت الأبط وتطويق الجذع وإسقاط الخصم أرضاً (الدخول)
دال	0.000	10.787	1.236	4.444	0.667	7.22	1.394	2.78	9	تج 2	
دال	0.000	6.353	1.364	2.889	0.782	5.89	1.225	3	9	ض	
دال	0.000	15.86	1.093	5.778	0.5	7.33	0.726	1.56	9	تج 1	الدوران بربط الخصر (الرول)
دال	0.000	13	1	4.333	0.667	5.78	0.726	1.44	9	تج 2	
دال	0.000	14.142	0.707	3.333	0.707	5	0.707	1.67	9	ض	

درجة الحرية (ن - 1) لكل مجموعة مستوى الدلالة (0.05) وحدة القياس (الدرجة)

2-3 عرض نتائج اختبارات المسكات الثلاث البعدية فيما بين مجموعات البحث الثلاث وتحليلها:-  
جدول (6) يبين نتائج (F) تحليل التباين الأحادي باتجاه واحد فيما بين مجموعات البحث الثلاث في اختبارات المسكات الثلاثة البعدية

الاختبارات	ن	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيم (ف) المحسوبة	درجة (Sig)	الدلالة
التقاط قدم واحدة	27	بين المجموعات	42.741	2	21.37	64.111	0.000	دال
		داخل المجموعات	8	24	0.333			
الغطس من تحت الأبط وتطويق الجذع وإسقاط الخصم أرضاً (الدخول)	27	بين المجموعات	26.963	2	13.481	30.979	0.000	دال
		داخل المجموعات	10.444	24	0.435			
الدوران بربط الخصر (الرول)	27	بين المجموعات	25.407	2	12.704	31.907	0.000	دال
		داخل المجموعات	9.556	24	0.398			

عدد المجموعات (3) مستوى الدلالة (0.05)

جدول (7) يبين نتائج اختبار (LSD) بين مجموعات البحث الثلاث في اختبارات المسكات الثلاثة البعدية

المسكات المجموعات	نتائج فروق الأوساط	درجة (Sig)	الدلالة
التقاط قدم واحدة	2 - 1	0.889*	معنوي لصالح المجموعة التجريبية الأولى
	3 - 1	3*	معنوي لصالح المجموعة التجريبية الأولى
	3 - 2	2.111*	معنوي لصالح المجموعة التجريبية الثانية
الغطس من تحت الأبط وتطويق الجذع وإسقاط الخصم أرضاً (الدخول)	2 - 1	1.111*	معنوي لصالح المجموعة التجريبية الأولى
	3 - 1	2.444*	معنوي لصالح المجموعة التجريبية الأولى
	3 - 2	1.333*	معنوي لصالح المجموعة التجريبية الثانية
الدوران بربط الخصر (الرول)	2 - 1	1.556*	معنوي لصالح المجموعة التجريبية الأولى
	3 - 1	2.333*	معنوي لصالح المجموعة التجريبية الأولى
	3 - 2	0.778*	معنوي لصالح المجموعة التجريبية الثانية

\* الفرق معنوي عند مستوى دلالة (0.05) وحدة القياس (الدرجة) ن = (9) في كل مجموعة من ملاحظة الجدول (7) يتبين استخراج الفروق فيما بين الأوساط الحسابية البعدية لمجموعات البحث الثلاث (المجموعتين التجريبتين والمجموعة الضابطة)، إذ أن في اختبار مسكة التقاط قدم واحدة، كانت قيم درجة (Sig) > (0.05) وهي معنوية عند مستوى دلالة (0.05)، وأن فرق الأوساط الحسابية كان لصالح المجموعة التجريبية الأولى (أسلوب المحاكاة) التي جاءت في المرتبة الأولى، تلتها المجموعة التجريبية الثانية (أسلوب التعلم الذاتي) التي جاءت في المرتبة الثانية، ثم المجموعة الضابطة التي جاءت بالمرتبة الثالثة. أما في اختبار مسكة الغطس من تحت الأبط وتطويق الجذع وإسقاط الخصم أرضاً (الدخول)، فقد كانت قيم درجة (Sig) > (0.05) وهي معنوية عند مستوى دلالة (0.05)، وأن فرق الأوساط الحسابية كان لصالح المجموعة التجريبية الأولى (أسلوب المحاكاة) التي جاءت في المرتبة الأولى، تلتها المجموعة التجريبية الثانية (أسلوب التعلم الذاتي) التي جاءت في المرتبة الثانية، ثم المجموعة الضابطة التي جاءت بالمرتبة الثالثة. أما في اختبار مسكة الدوران بربط الخصر (الرول)، إذ كانت قيم درجة (Sig) > (0.05) وهي معنوية عند مستوى دلالة (0.05)، وأن فرق الأوساط الحسابية كان لصالح المجموعة التجريبية الأولى (أسلوب المحاكاة) التي جاءت في المرتبة الأولى، تلتها المجموعة التجريبية الثانية (أسلوب التعلم الذاتي) التي جاءت في المرتبة الثانية، ثم المجموعة الضابطة التي جاءت بالمرتبة الثالث.

3-3 مناقشة نتائج المسكات الثلاث للاختبارات القبليّة والبعدية لكل مجموعة من مجموعات البحث الثلاث.  
أولاً: المجموعة التجريبية الأولى (أسلوب المحاكاة) :-

من مراجعة نتائج الجدول (5) الخاص بالاختبارات القبليّة والبعدية ، يتبين ظهور تحسّن في تعلم طلاب هذه المجموعة لكلٍ من المسكات الثلاثة (التقاط قدم واحدة ، والغطس من تحت الأبط وتطويق الجذع وإسقاط الخصم أرضاً (الدخول) ، الدوران بربط الخصر (الرول))، ومن مراجعة الجدولين (6) و(7) يتبين أن دلالة الفروق في هذا التحسن كان لصالح طلاب هذه المجموعة ومعنويتها كانت لتفوقهم على تحسن طلاب المجموعة التجريبية الثانية والمجموعة الضابطة، إذ شملت هذه النتائج المسكات الثلاثة جميعها، ويعزو الباحث ظهور هذه النتائج إلى استخدامهم أسلوب المحاكاة الذي ساعدت على تمكين الطلاب المتعلمين من تنظيم المعلومات المعروضة عليهم في النشاط التعليمي ورسم البرامج الحركية الخاصة عند قيامهم بأكثر من دور لهذا الأسلوب، إذ ساعدت التكرارات في المنهج المعد لهذا الأسلوب على تثبيت البرنامج الحركي لأداء مسكات المصارعة الحرة الثلاث في دور الطالب المؤدي والتي أظهرت النتائج ملائمتها لعمرهم ومرحلتهم الدراسية والتعليمية لهذه المسكات، كما ساعد دور المؤدى عليه من تفعيل نظام الاكتشاف لدى الطالب في هذا الدور إذ يكتشف بنفسه قصور أو تفوق زميله المؤدى للمسكة ليبنى بذلك قاعدة في التعلم خاصة به تدعم نظام المقارنة الداخلية التي تعود بها التغذية الراجعة بهدف الوصول إلى الإنموج السليم لأداء المسكة، وفي دور الملاحظ فإن الطالب في هذا الدور يستلم عائد المعلومات من الطلاب الأقران الذي يؤدون المسكة ويدركها بغية اتخاذ قرار بإستجابة مناسبة ليتكامل بذلك رسم البرنامج الحركي حيث ترى حنان عبد الحميد "أن اسوب محاكاة الطالب يعمل على بث روح العمل الجماعي، وبالتالي فإنها تتيح لمعظم المتعلمين فرصة المشاركة في الموقف التعليمي، فتعمل على تقويتهم بصورة أفضل، وتعزز الثقة بالنفس وتشجعهم على الاعتماد على النفس" (3)، وتشير ناهد محمود ونيللي رمزي بأنه " في اختيار الأشكال التنظيمية ومحاكاتها يجب على المدرب أن يأخذ في الاعتبار مستوى المتعلمين البدني والتربوي وكذلك الأماكن المتاحة" (4).

ثانياً: المجموعة التجريبية الثانية (أسلوب التعلم الذاتي) :-

بالرجوع إلى نتائج الجدول (5) يتبين التحسّن الواضح في تعلم طلاب هذه المجموعة لكلٍ من المسكات الثلاثة قيد الدراسة، ومن مراجعة الجدولين (6) و(7) يتبين أن دلالة الفروق ومعنويتها كانت بتفوقهم على تحسن طلاب المجموعة الضابطة، ويعزو الباحث ظهور هذه النتائج إلى تطبيقهم أسلوب التعلم الذاتي في تدريسهم لهذه المسكات والتي تمت مراعاة إعداد تمارينها بما ينسجم مع محددات هذا الأسلوب وتوفير مستلزماته الخاصة بعرض الإنموج بما يلائم الفروق الفردية للطلاب المتعلمين، إذ ساعد ذلك الوضوح في زيادة تحمل الطالب المتعلم للمسؤولية في الأداء في ضوء ما يستوعبه من معلومات خاصة بتنظيم أداءه ومراقبة إنتقاله في التقدم المهاري لأداء هذه المسكات من خلال الإنتقال من مرحلة إلى أخرى في الإكتساب لهذا التعلم حيث يذكر في هذا المقام (White, Rodney M) بأنه " في إطار التعلم النشط يقوم المتعلمون بأنشطة عدة فرض الفروض، والتفسير، والتعليل، وحل المشكلات، ومتابعة الأحداث الجارية، والافادة منها في تطبيقاتهم الحياتية العملية، وبالتالي يصبحوا مستقلين، متعلمين معتمدين على أنفسهم قادرين على أن يفهموا ما يتفاعلون معه من أشياء وأشخاص في المواقف المختلفة" (5)، وكذلك يشير كلا من (Wilburshramm و Iumsdain) نقلا عن عصام فريجات في " أن التعلم يتأثر بمحتوى الوسيلة التعليمية وأسلوب التدريس المستخدم فيها أكثر من تأثره بنوع الوسيلة نفسها" (6).

ثالثاً: المجموعة الثالثة (الضابطة) :-

من مراجعة النتائج سابقة الذكر يتبين تحسّن تعلم طلاب المجموعة الضابطة لكلٍ من المسكات الثلاث قيد الدراسة، ويعزو الباحث على الرغم من عدم تطبيق طلاب هذه المجموعة لأي من المتغيرين التجريبيين في هذه

(1) حنان عبد الحميد العناني : الدراما والمسرح في تربية الطفل، دار الفكر، عمان، 2007م ، ص 135.

(2) ناهد محمود سعد ونيللي رمزي فهيم : طرق تدريس التربية الرياضية ، ط2، مركز الكتاب للنشر، القاهرة ، 2004م، ص 103.  
(3) White, Rodney M ; An Alternative Approach to Teaching History .On Teaching ; OAH Magazine of History, V.8,N.2, 1994.PP :305-306.

(3) عصام فريجات : مراكز مصادر التعلم، شبكة المعلومات الدولية (الانترنت)، تأريخ آخر تحديث 2008م.

الدراسة، إلى الأسلوب المُتبع من لدن مدرس المادة وكونه من المتخصصين لهذه اللعبة وأن ذلك أسلوب ترك أثراً لدى الطلاب المتعلمين بحسب أسلوب المدرس المُتبع ساعد على التعلّم حسب مقررات المنهج المعتمد في الكلية.

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات

##### 1-4 الاستنتاجات

في ضوء ما جاءت به نتائج الدراسة الحالية توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية:-

التعليم بأسلوب المحاكاة ساعد في تعلم أداء مسكات المصارعة الحرة لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة من خلال البرنامج التعليمي المعد، وتفوقهم على الطلاب الذين يدرسونها بأسلوب التعلم الذاتي، والأسلوب الذي يتبعه المدرس.

التعلم بأسلوب التعلم الذاتي ساعد في تعلم أداء مسكات المصارعة الحرة لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة من خلال البرنامج التعليمي المعد، وتفوقهم على الطلاب الذين يدرسونها بالأسلوب الذي يتبعه المدرس. التعلم بأسلوب المحاكاة كان الأفضل في تعلم مسكات المصارعة الحرة المستخدمة في البحث مقارنة بأسلوب التعلم الذاتي والطريقة المتبعة من قبل المدرس.

##### 2-4 التوصيات

على وفق ما جاء باستنتاجات الدراسة الحالية وضع الباحث جملة من التوصيات والمقترحات التي ينبغي التأكيد عليها وكالاتي:-

من الضروري تعميم نتائج هذه الدراسة عند تعليم مسكات المصارعة الحرة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

من الضروري استخدام أسلوب المحاكاة في تدريس مسكات المصارعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة كونها الأفضل في تعلم المسكات المستخدمة قيد الدراسة.

استخدام أسلوب المحاكاة والتعلم الذاتي في الوحدات التعليمية لمناهج مادة لعبة المصارعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة.

#### المراجع

- حنان عبد الحميد العناني : الدراما والمسرح في تربية الطفل، دار الفكر، عمان، 2007م.
- سعاد جودت احمد وآخرون: التعلم النشط بين النظرية والتطبيق ، دار الشروق ، عمان ، 2006م.
- طلعت منصور: التعلم الذاتي وارتقاء الشخصية ، ط1 ، مكية الانجلو المصرية ، القاهرة ، 1977م.
- عصام فريجات : مراكز مصادر التعلم، شبكة المعلومات الدولية (الانترنت)، تأريخ آخر تحديث 2008م.
- ناهد محمود سعد ونبيل رمزي فهميم : طرق تدريس التربية الرياضية ، ط2، مركز الكتاب للنشر، القاهرة ، 2004م.
- White, Rodney M ;An Alternative Approach to Teaching History .On Teaching ; OAH Magazine of History,V.8,N.2, 1994.PP :305-306.

## الملاحق

### ملحق (1) نموذج لورقة الواجب الخاصة بالطالبين

الموضوع: اداء مسكة (التقاط قدم واحدة) وفق أسلوب المحاكاة.  
 عزيزي اطالب (في دور الملاحظ): عليك ملاحظة اداء المسكة بتركز وان يؤدي المؤدي المسكة بمستوى جيد  
 وتكون درجات التقييم كالاتي: ( القسم التحضيري 3 درجة، الرئيسي 4 درجة، الختامي 3 درجة) المجموع 10  
 درجات من (7) فما فوق اداء جيد دون (7) اداء ضعيف

التغذية الراجعة	درجة تقييم الاداء	الرسم التوضيحي	اقسام المسكة
التماسك من الاعلى بين المؤدي والمؤدي عليه انحناء جذعي اطالبيين عند الاداء (وضع الصراع).	3		القسم التحضيري
مسك القدم من الكاحل باليد اليسرى للمؤدي. رفع القدم للأعلى مع بقاء اليد اليمنى للمؤدي ماسكة برقبة المؤدي عليه بقوة. دفع المؤدي عليه بساعد اليد اليمنى وسحب القدم الممسوكة باليد اليسرى بان واحد واسقاطه على البساط	4		القسم الرئيسي
حجز قدم المؤدي عليه الممسوكة، بفخذ الرجل اليسرى لطالب المؤدي للمسكة. تبدل الادوار بين اطالبيين، وتطبيق المسكة من جديد	3		القسم الختامي

### ملحق (2) مراحل اختبارات المسكات المبحوثة الثلاثة قيد الدراسة

1- مراحل أداء مسكة التقاط قدم واحدة.



الشكل التالي يوضح الاداء الفني لمسكة التقاط قدم واحدة مجزئة حسب الارقام (4.3.2.1)  
 2- مراحل أداء مسكة الغطس من تحت الإبط وتطويق الجذع وإسقاط الخصم أرضاً (الدخول).



الشكل يوضح الاداء الفني لمسكة (الدخول) مجزئة حسب الارقام (4.3.2.1)  
 3- مراحل أداء مسكة الدوران بربط الخصر (الرول)



الشكل يوضح الاداء الفني لمسكة الرول مجزئة حسب الارقام (4.3.2.1)  
 ملحق(3) استمارة تقييم أداء اختبارات المسكات الفنية قيد الدراسة

رقم التقييم	الدوران بربط الخصر (الرول)			المجموع	الغطس من تحت الابط (الدخول)			رقم التقييم	التقاط قدم واحدة			الدرجة
	التحضيرى	الرئيسى	الختامى		التحضيرى	الرئيسى	الختامى		التحضيرى	الرئيسى	الختامى	
	3	4	3		3	4	3		3	4	3	
												1
												2
												3
												4
												5
												6
												7
												8
												9