

## فاعلية برنامج تعليمي باستخدام أنموذج وودز في تعلم بعض مهارات بساط الحركات الارضية في الجمباز(2)

نبراس معروف محمد الجلبى , جامعة طيبة / المملكة العربية السعودية : [dospor@yahoo.com](mailto:dospor@yahoo.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/uaspej.2023.144418.1084>

Submission Date 18:52:17 05-11-2023

Revise Date 19:34:32 21-11-2023

Accept Date 2023-11-28

### المستخلص

هدف البحث الى اعداد برنامج تعليمي قائم على استخدام أنموذج وودز والتعرف على تأثيره في تعلم بعض مهارات بساط الحركات الارضية لطالبات المرحلة الثانية /قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة لكلية المعارف الجامعة في محافظة الانبار/ الرمادي , استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية ( الضبط المحكم) , على عينة قوامها ( 12 ) طالبة من المرحلة الثانية تم تقسيمهم عشوائياً الى مجموعتين بواقع (6) طالبات لكل مجموعة , واستغرق البرنامج التعليمي (6) اسابيع بمعدل وحدة تعليمية واحدة في الاسبوع , وتم فيها تطبيق الخطوات التعليمية للنموذج ( التنبؤ - والملاحظة - والتفسير) في القسم التعليمي للوحدة التعليمية وبعدها يتم تطبيق التمرينات التطبيقية المعدة في القسم التطبيقي , وبعد الانتهاء من تطبيق التجربة الرئيسة تم معالجة البيانات احصائياً وقد توصل الباحث الى عدد من الاستنتاجات أهمها توجد فاعلية للبرنامج التعليمي بأسلوب أنموذج وودز في تعلم بعض مهارات بساط الحركات الارضية في الجمباز لطالبات المرحلة الثانية قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/ كلية المعارف الجامعة / الانبار.  
الكلمات المفتاحية : أنموذج وودز – مهارات – بساط الحركات الارضية

### The effectiveness of an educational program using the Woods model in learning some of the skills of the floor movements mat in gymnastics(2)

Nibras Maaroof Mohammed Al-Chalabi, Taibah University, Kingdom of Saudi Arabia: [dospor@yahoo.com](mailto:dospor@yahoo.com)

### Abstract

The research aimed to prepare an educational program based on using the Woods model and to identify its effect on learning some floor movement skills in gymnastics for female students in the second stage of the Physical Education and Sports Sciences Department at Al-Maaref University in Anbar Governorate, Iraq. The researcher used an experimental method by designing two groups, a control group, and an experimental group, with a sample of 12 female students from the second stage, randomly divided into two groups of six students each. The educational program lasted for six weeks, with one teaching unit per week, in which the educational steps of the Woods model (prediction, observation, and interpretation) were applied in the educational section of the teaching unit. Afterward, the practical exercises prepared in the application section were applied. The researcher concluded that there is an effectiveness of the educational program using the Woods model in learning some floor movement skills in gymnastics for female students in the second stage of the

Physical Education and Sports Sciences Department at Al-Maaref University in Anbar Governorate, Iraq.

**Keywords:** Woods model, Skills, Floor movements mat.

## 1- التعريف بالبحث

### 1-1 مقدمة البحث وأهميته

في وقتنا الحاضر يتسابق العلماء والباحثين الى السعي لتطبيق الطرق والاساليب العلمية في مجال تعلم المهارات الرياضية فضلا عن محاولتهم الجادة للتغلب على كل ما يعترض عملية التطور من خلال الدراسات العلمية التي توصلوا فيها الى نتائج تعد مرجعا علميا في اختصاصات مختلفة ومنها التعلم الحركي.

ومن نماذج التعلم التي افرزتها النظرية البنائية هو نموذج وودز الذي استهدف بناء المعرفة من خلال المشاركة " الفعالة في عملية التعلم، ويتم ذلك من خلال الربط بين البنية المعرفية للمتعلم وبين خبرات التعلم الجديدة، بما يحقق التعلم القائم على المعنى، مؤديا ذلك الى اعادة تشكيل البنية المعرفية للمتعلم إذ توضح خبرات التعلم الجديدة"<sup>(1)</sup>، لذلك تم فرض مواقف نوعية للتعلم لغرض الوصول الى التكيف وان تتمكن الطالبات المتعلمات من مواجهة المشكلات عن طريق التعلم الجماعي تحت توجيه علمي يسمح بايجاد الحلول من خلال مراحل ( التنبؤ، والملاحظة، والتفسير) لان هذه تعد من العمليات العقلية المكتملة للتطبيق العلمي للتمرين.

وتعتمد عملية التعلم الحركي في رياضة الجمباز على العديد من البرامج المتنوعة بهدف رفع المستوى وهذا يأتي من خلال الاتقان لمحتوى الاداء المهاري للحركات المطلوب تنفيذها لذلك فان اختيار الاسلوب المناسب يعد الطريقة الصحيحة لأدراك الطالبات للأداء الفني للمهارة ومساراتها الحركية المراد تعلمها، وتعتمد ايضا على قدرة الطالبات على الربط بين العقل والأداء من خلال عملية الانتباه والتذكر والتصور وقدرة على الربط بين المهارات الحركية كما هو الحال في الحركات الارضية، التي تمثل ركيزة أساسية لممارسة فعالية الجمباز وهي مدخل تعليمي لباقي الفعاليات كونها تحتوي على عناصر مشابهة للحركات الاخرى كالدورات والدرجات وغيرها.

أن الحركات الارضية كأحد مهارات رياضة الجمباز تمثل إحدى الرياضات العالمية التي حظيت باهتمام واسع في الدورات الاولمبية والبطولات المحلية وتكاد تكون في مقدمة الأنشطة والدليل التقدم الذي نلاحظه على مستوى الاداء في هذه الرياضة كون القائمين عليها اعتمدوا على الأسس العلمية، كما أنها من الرياضات الهامة ذات الطابع الحيوي والتي تضم الاساليب المتنوعة لتعليم مهاراتها المختلفة للتمكن من التقدم بالمستوى<sup>(2)</sup>

ان أهمية البحث تكمن من خلال نتائج هذه الدراسة الاولى لأنموذج وودز في تعلم بعض مهارات بساط الحركات الارضية للجمباز وتوفير المعلومات والمعرفة العلمية لدى الطالبات والباحثين فضلا عن ان نتائج البحث الاحصائية ستكون مرجعا علميا مهما، وعليه توجه الباحث لدراسة فاعلية برنامج تعليمي باستخدام أنموذج وودز في تعلم بعض مهارات بساط الحركات الارضية في الجمباز(2) لطالبات المرحلة الثانية/ قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/ كلية المعارف الجامعة / محافظة الأنبار.

### 2-1 مشكلة البحث

تعد عملية تحفيز الطالبات المتعلمات هي اللبنة المهمة والركيزة الاساسية للعملية التعليمية والارتقاء بمستوى الاداء وتحقيق الاتقان والقدرة على مواجهة اي مشكلة مع ايجاد الحل، وليس فقط اعتماد الطالبات على معلومات قد تستهويهم، لذلك فان العملية التعليمية النشطة هي التي تجعل من الطالبة المحور الاساس وليس الاعتماد على تلقي المعلومات فقط من قبل استاذة المقرر، ومن الواضح ان الاساليب التقليدية المتبعة في تعليم الحركات الارضية للجمباز غالبا ما تؤدي الى ضعف الرغبة لدى الطالبات في التعلم لان هذه الاساليب لم تمنح الفرصة للطالبات في المشاركة مما يسبب هدرا في الوقت والجهد وفي مثل هذه الحالات يمكن ايجاد الحلول لها من خلال برامج مختلفة وطرق مختلفة كما سيرد في طي البحث، وعليه يطرح الباحث التساؤل الآتي:

<sup>1</sup> سعدية شكري عبد الفتاح؛ اتجاهات تعليم علم النفس في ضوء نظرية ما وراء المعرفية والبنائية، القاهرة، الهيئة المصرية للكتاب، 2013، ص 29.

<sup>2</sup> احمد فؤاد ومحمود الحرز؛ الأسس التطبيقية لتعليم وتدريب الجمباز، ج1 و ج2، منشورات ذات السلاسل، الكويت.

هل يوجد فاعلية للبرنامج التعليمي باستخدام أنموذج وودز في تعلم بعض مهارات بساط الحركات الارضية في الجمباز لطالبات المرحلة الثانية/ قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة ؟

### 3-1 اهداف البحث

- اعداد وحدات تعليمية بأنموذج وودز لبعض مهارات بساط الحركات الارضية في الجمباز لطالبات المرحلة الثانية/ قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/ كلية المعارف الجامعة / محافظة الانبار
- التعرف على فاعلية البرنامج التعليمي باستخدام أنموذج وودز في تعلم بعض مهارات بساط الحركات الارضية في الجمباز لطالبات المرحلة الثانية/ قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/ كلية المعارف الجامعة / محافظة الانبار

### 4-1 فروض البحث

- توجد فروق دالة احصائياً بين نتائج القياسات القبليّة والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في تعلم بعض مهارات بساط الحركات الارضية في الجمباز لطالبات المرحلة الثانية/ قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- توجد فروق دالة احصائياً بين نتائج القياسات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في تعلم بعض مهارات بساط الحركات الارضية في الجمباز لطالبات المرحلة الثانية/ قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة.

### 5-1 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري : عينة من طالبات المرحلة الثانية قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/ كلية المعارف الجامعة/ محافظة الانبار/ الرمادي للعام الدراسي 2022-2023 م
- 2-5-1 المجال الزمني : للفترة من (10/16 - 11/30/2022م)
- 3-5-1 المجال المكاني : صالة الجمباز في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة /كلية المعارف الجامعة/ محافظة الانبار

### 6-1 تحديد المصطلحات

- 1-6-1 أنموذج وودز : " مجموعة من الاجراءات التي تهيئها المُدرسة وفق ثلاث عمليات عقلية متسلسلة هي التنبؤ والملاحظة والتفسير اذ تقوم الطالبات بتنفيذها داخل مجموعات صغيرة وبإشراف المُدرسة"<sup>(3)</sup>.
- 2-6-1 الحركات الارضية : هي مجموعة "حركات اكروباتية ترتبط بحركات اخرى مثل القوة وحركات المرونة واجزاء التوازن والوقوف على اليدين وحركات الرقص المتكاملة التي تكون متحدة بصورة تمارين الايقاع والتوازن واستغلال المساحة الكاملة لجهاز الحركات الارضية"<sup>4</sup>
- 2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

### 1-2 منهج البحث

استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية المتساويتين بالعدد والمتكافئتان ذات الاختبارات القبليّة والبعدية.

### 2-2 مجتمع البحث وعينه

يتألف مجتمع البحث الاصلي من طالبات المرحلة الثانية قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة /كلية المعارف الجامعة /الانبار مدينة الرمادي للعام 2022م-2023 , اللائي يبلغ عددهن 15 طالبة من الدراسات الصباحية , اما عينة البحث فقد بلغت 12 طالبة بعد استبعاد 3 طالبات بسبب عدم الالتزام بالحضور بنسبة 80% , تم تقسيمهم عشوائياً الى مجموعتين ضابطة وتجريبية , ولغرض حجب العوامل المؤثرة قام الباحث بتحقيق التجانس في متغيرات الطول – الوزن – العمر باستخدام قانون معامل الاختلاف (C.V) , وقد اظهرت انها أقل من 30 مما يدل ذلك على تجانس العينة , جدول (1)

1 ساهرة محمد عبد الأمير؛ تأثير منهج تعليمي على وفق نموذج وودز في السعة العقلية وتعلم بعض المهارات الاساسية للمتعلّمات ذوات الفهم الخاطي بالكرة الطائرة . اطروحة دكتوراه : ( جامعة بغداد ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات) ، 2019 ، ص 31.

<sup>4</sup> مالك راسم محمد ؛ أثر برنامج تدريبي مقترح على بعض المتغيرات البدنية والمهارية في الجمباز لدى طلاب قسم التربية الرياضية في جامعة فلسطين التقنية , حضوري , رسالة ماجستير , جامعة النجاح الوطنية , 2013, ص12.

### جدول (1) يبين تجانس العينة

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف
الطول	سم	158.89	5.57	3.50
الكتلة	كغم	55.02	5.53	10.05
العمر الزمني	سنة	20.66	3,18	15.39

### 2-2 وسائل جمع المعلومات والأجهزة والادوات

#### 2-2-1 وسائل جمع المعلومات

- شبكة المعلومات الدولية ( الانترنت).
- المصادر العلمية .
- فريق العمل المساعد
- الاختبار والقياس.

#### 2-2-2 الاجهزة المستخدمة

- ميزان طبي الكتروني لقياس الوزن والطول .
- ساعة توقيت عدد (2) نوع (Casio) .
- صفارة نوع Fox.
- 2-2-3 الأدوات المستخدمة
- بساط الحركات الارضية
- استمارة جمع البيانات .
- بودرة .

#### 3-2 اختبار الحركات الارضية

اسم الاختبار : اختبار جهاز الحركات الارضية , وهو سلسلة حركية مكونة من الحركات التالية : اذ يبدأ المختبر ( الطالبة) من وضع الوقوف ( درجة أمامية مكورة ثم وقوف على الذراعين والنزول بالدرجة ضما للوقوف على الرأس ثم درجة خلفية فتحاً ثم درجة خلفية مكورة ( من وضع فتحا الى ضما) ثم من وضع الوقوف ضما للدرجة الخلفية المستقيمة للوقوف على الذراعين ثم العجلة البشرية ) ويتم حساب الدرجات من قبل ثلاث مقيمين من الحكام\* ثم يتم جمع درجات كل المقيمين لكل طالبة واستخراج الوسط الحسابي وتكون الدرجة من 10 .

### 4-2 التجربة الاستطلاعية

قام الباحث مع فريق العمل المساعد بأجراء تجربة استطلاعية على 3 طالبات اللاتي تم استبعادهن في يوم الاحد المصادف 2022 /10/2م , وكان اسفرت على تحقيق عدد من النقاط كمواجهة المعوقات والاختفاء من ناحية الوقت لاختبار البحث وملائمة الادوات اللازمة , ومن كفاية فريق العمل المساعد , وتفهم العينة لطريقة وشروط تطبيق الاختبار.

### 5-2 الوحدة التعريفية

تم اعداد وحدة تعريفية للمجموعة التجريبية بأسلوب انموذج وودز قبل تطبيق البرنامج التعليمي , وقد تم تطبيقها في يوم الاربعاء الموافق 2022 /10 /5م وكان الغرض منها ما يلي :

- 1- ان تتعرف الطالبات على اسلوب وودز واهدافه .
- 2- ان تتعرف الطالبات على اقسام خطة الدرس والاجراءات وتكوين صورته عنها.
- 3- ان تتعرف الطالبات على التفاعل والاداء الايجابي مع مدرسة المادة .
- 4- مواجهة الاخطاء التي من الممكن ان تحدث اثناء تنفيذ تجربة البحث الرئيسية.
- 5- معرفة زمن التمرينات وملائمتها مع منهج الدراسة للكلية .

\* أسماء المقيمين : م. د. هدى قحطان – م. م. جيان محمد- م. م. سارة شعبان

## 6-2 الاختبار القبلي

بعد تهيئة مكان تطبيق الاختبار واستمارات التسجيل للدرجات تم اجراءه مع الفريق المساعد للعمل في يوم (الاحد) بتاريخ 2022/10/9م , على افراد المجموعتين الضابطة والتجريبية , وقد تم تثبيت جميع الظروف المكانية والزمنية للاختبار, وبعد المعالجة الاحصائية للنتائج تمكن الباحث من التكافؤ بين المجموعتين اذ تبين ان قيمة (T) المحسوبة هي اقل من قيمتها الجدولية البالغة (2.22) عند مستوى دلالة (0.05) , درجة حرية (10). , جدول (2)

### جدول (2) يبين التكافؤ بين المجموعتين

الاختبار	وحدة القياس	مج تجريبية اختبار قبلي		مج ضابطة اختبار قبلي		الدلالة
		س	ع	س	ع	
الحركات الارضية	درجة	2.12	0.59	2.6	0.62	1.41
غير						غير
دال						دال

\*قيمة (T) الجدولية (2.22) , مستوى دلالة (0.05) , درجة حرية (10)

## 7-2 البرنامج التعليمي ( أنموذج وودز)

7-2-1 اعداد خطوات البرنامج :

بعد ان قام الباحث بأجراء المقابلات مع تدريسيات مقرر الجميز (2) , لغرض جمع المعلومات عن المادة النظرية لطالبات المرحلة الثانية , فضلا عن اطلاع الباحث على الدراسات والمصادر العلمية , تمكن من اعداد وحدات تعليمية ويبلغ عددها (6) وحدات , حيث تقوم المجموعة التجريبية بتطبيقها بواقع وحدة تعليمية واحدة في الاسبوع وذلك باستخدام اسلوب التمرين المتسلسل بحيث تؤدي الطالبات المهارة ثم يتم دمجها مع المهارة اللاحقة , وقد راعى الباحث ما يلي :

1- تنويع التمرينات من خلال التغير في ترتيب وشكل التمرين.

2- السماح للطالبات بمعرفة خطأ الاداء والعمل على تصحيحه.

3- ان يتم تحقيق الهدف السلوكي من خلال تنفيذ المراحل لأنموذج وودز ( التنبؤ- الملاحظة – التفسير) .

4- ان ترتبط أسئلة المُدرسة بالمهارة المراد تعليمها لغرض تمكين الطالبة بالتفكير والملاحظة بها.

5- ان يتم التدرج بطرح الاسئلة كما ان تكون واضحة ومفهومة لكي تتمكن الطالبات من التنبؤ.

6- ان تنسجم الاسئلة مع مستوى الطالبات.

7-2-2 تطبيق تجربة البحث ( البرنامج التعليمي )

تم تنفيذ البرنامج بأسلوب أنموذج وودز ( ملحق 1) في يوم الاحد بتاريخ 2022/10/16م لغاية 2022/11/30م على طالبات المرحلة الثانية قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/ كلية المعارف الجامعة, يوم (الاحد) من كل اسبوع وقد تضمن القسم التطبيقي من الوحدة التعليمية 3 تمارين ويكون التمرين الثالث تقويمي , وان كلا المجموعتين الضابطة والتجريبية تشتركان في القسم الاعدادي ويكون الاختلاف في قسم الوحدة التعليمية الرئيسي والنهائي .اذ تطبق المجموعة التجريبية في القسم الرئيسي مراحل أنموذج وودز , اما المجموعة الضابطة فأنها تطبق منهج التعليم التقليدي المتبع .وفيما يلي توضيح اقسام الوحدة التعليمية :

1- القسم الاعدادي ( 20) د : يشمل التنظيم والحالة الادارية ويشمل :

- مقدمه (5) د الحضور – تحفيز الطالبات على بذل الجهد والمثابرة .

- احماء عام ( 5) د مجموعة من النشاطات والحركات لرفع الحالة البدنية من خلال تمرينات السير والهرولة , وتمرينات تدوير الذراعين , والقفز المختلفة وتغير الاتجاه والسرعة في الجري.

- اعداد خاص (10) د : وتشمل التمرينات التي تتلاءم مع الاداء الحركي والمتطلبات البدنية وتطبيقها بشكل متسلسل.

2- القسم الرئيسي : (60) د ويقسم :

- جانب تعليمي (20) د : وفيه تتم عملية الشرح وعرض الاداء للطالبات من خلال استخدام لوحات الفلكس , ثم يتم تقسيمهم الى مجاميع ثلاث , مع تثبيتهن خلال فترة تطبيق التجربة , ويشمل مراحل الأنموذج ما يلي :

- مرحلة التنبؤ : الاستفادة من الخبرات السابقة وتزويد الطالبات بمعلومات غير معروفه وذلك بطرح تساؤل عن المهارة بحيث تتمكن الطالبات من التصور للمهارة , وبذلك يستطعن الطالبات من التعبير عن افكارهن ,

- لماذا تكون اليدين باتساع الصدر وتكون أصابع الكف تشير الى الامام عند البدء بالدحرجة الامامية من وضع الوقوف.
- مرحلة الملاحظة : وفيها يتم الربط بين التوقعات والتنبؤات وان تتم عملية الحوار بين الطالبات ضمن المجموعة بدون اي ضغوط . وتتم عملية استرجاع الخبرات عن المهارة بشكل عقلي .
  - مرحلة التفسير : ان يتم فيها تفسير السؤال المطروح وبيان النتائج من خلال الاعتماد على الخبرات السابقة بحيث تتمكن الطالبات من الفهم الصحيح, اذ يتم طرح الاجابات وذلك للحفاظ على توازن الجسم .
  - جانب تطبيقي ( 40 ) د : وفيه يتم تطبيق التمرينات مع توفير تغذية راجعة انية وبعد الاداء من خلال توجه الطالبات الى لوحة الفلكس لمشاهدة الأداء ثم العودة للتصحيح من خلال التعاون ضمن المجموعة الواحدة , وبعد الانتهاء تتعرض العينة الى تمرين غرضه التقويم .
  - 3- القسم النهائي (10): ويشمل لعبة ترويحوية وتمرينات التهدئة والاسترخاء وتكليف الطالبات بالواجب البيتي لكي تتم الاجابة عليه في الوحدة التعليمية التالية .

## 8-2 الاختبار البعدي

بنفس شروط تطبيق الاختبارات القبلية تم اجراء الاختبارات البعدية في يوم الاحد 6/11/2022 .  
9-2 الوسائل الاحصائية<sup>(5)</sup>

- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- التجانس C.V
- T لعينتين مستقلتين غير مرتبطين
- T لعينات المرتبطة

## 3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها .

1-3 عرض وتحليل نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لاختبار الحركات الارضية .

### جدول ( 3 ) نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

الاختبار	وحدة القياس	اختبار قبلي		اختبار بعدي		سن ع	ع ف	قيمة (T) المحسوبة*	الدلالة
		سن	ع	سن	ع				
الحركات الارضية	درجة	2.12	0.59	7.15	1.10	5.03	2.14	5.78	دال

\*قيمة (T) الجدولية ( 2.57 ) ، مستوى دلالة ( 0.05 ) ، درجة حرية (5).

يتضح من الجدول (3) ان هناك فروق داله احصائيا بين نتائج الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الحركات الارضية ولصالح الاختبارات البعدية , وكانت قيمة (T) المحسوبة ( 5.78 ) وهي اكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة ( 2.57 ) ، عند مستوى دلالة ( 0.05 ) ، درجة حرية (5).

2-3 عرض وتحليل نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لاختبار الحركات الارضية .

### جدول ( 4 ) نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

الاختبار	وحدة القياس	اختبار قبلي		اختبار بعدي		سن ع	ع ف	قيمة (T) المحسوبة*	الدلالة
		سن	ع	سن	ع				
الحركات الارضية	درجة	2.6	0.62	4.42	1.22	1.82	1.38	3.25	دال

\*قيمة (T) الجدولية ( 2.57 ) ، مستوى دلالة ( 0.05 ) ، درجة حرية (5).

<sup>5</sup> مروان عبد المجيد ؛ الاحصاء الوصفي والاستدلالي في مجالات وبحوث التربية البدنية والرياضية ، كتاب منهجي ، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، عمان ، 2000،ص152.

يتضح من الجدول (4) ان هناك فروق داله احصائيا بين نتائج الاختبارات القبليه والبعديه للمجموعة التجريبية في الحركات الارضية ولصالح الاختبارات البعديه , و كانت قيمة (T) المحسوبة (3.25) وهي اكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (2.57) ، عند مستوى دلالة (0.05) ، درجة حرية (5).

3-3 عرض وتحليل نتائج الاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة لاختبار الحركات الارضية.

#### جدول (5) نتائج الاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة

الاختبار	وحدة القياس	مج تجريبية اختبار بعدي		مج ضابطة اختبار بعدي		*T المحسوبة	الدلالة
		س	ع	س	ع		
الحركات الارضية	درجة	7.15	1.10	4.42	1.22	4.13	دال

\*قيمة (T) الجدولية (2.22) ، مستوى دلالة (0.05) ، درجة حرية (10) يتضح من الجدول (5) ان هناك فروق داله احصائيا بين نتائج الاختبارات البعديه بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الحركات الارضية ولصالح المجموعة التجريبية , و كانت قيمة (T) المحسوبة (4.13) وهي اكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (2.57) ، عند مستوى دلالة (0.05) ، درجة حرية (10).

#### 4-3 مناقشة النتائج

3-4-1 مناقشة الفرض الاول : (توجد فروق داله احصائياً بين نتائج القياسات القبليه والبعديه للمجموعتين الضابطة والتجريبية في تعلم بعض مهارات بساط الحركات الارضية في الجباز لطالبات المرحلة الثانية/ قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة).

من خلال العرض والتحليل الخاص بنتائج الاختبار القبلي والبعدي كما مبين في الجدول (3, 4) تبين ان الدلالة كانت لصالح الاختبار البعدي لكلا المجموعتين التجريبية والضابطة وهذا يعني التأثير الايجابي لأنموذج ووزن والمنهج المتبع في الحركات الارضية.

وهذا دليل على تخطيط الوحدات التعليمية بشكل علمي لأنها تعد " هيكل أساسي للتجربة الرئيسة ، تمكن الباحث من اختبار الفروض اختباراً دقيقاً"<sup>6</sup>، اذ شملت على محتوى من التمرينات التعليمية النوعية ادت الى رفع مستوى الاداء من خلال التكرارات المنظمة , وهو نتيجة لارتفاع مستوى الادراك لدى الطالبات لمهارات بساط الحركات الارضية , وان هذه الحالة قد حاكت عوامل الطالبات الذاتية نحو التعلم من خلال الحواس اذ تعد عملية " توجيه الحواس لفهم وادراك المعلومات والمثيرات في المحيط والتركيز على بعض هذه المعلومات دون الاخرى يقود الى التعرف على الغرض وهذا يحدث عند الانتباه فقط الى الحواس"<sup>7</sup> , فضلا عن ذلك حققت التمرينات تطور الاداء المهاري , والوصول بها إلى التكنيك الصحيح والأوتوماتيكية في الأداء والقدرة على تشخيص الخطأ والتعرف عليه, ويعمل على نقل أثر التعلم إلى المهارات الأخرى المشابهة"<sup>8</sup>.

<sup>6</sup> احمد محمد الشافعي وسوزان احمد علي ؛ مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية ، منشأة دار المعارف، القاهرة، 1999، ص78.

<sup>7</sup> احمد محمد الشافعي وسوزان احمد علي ؛ مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية، منشأة دار المعارف، القاهرة، 1999، ص78.

<sup>8</sup> وجيه محبوب ؛ التعلم وجدولة التدريب الرياضي , عمان, دار الاوائل للنشر , 2001, ص168.

3-4-2 مناقشة الفرض الثاني: (توجد فروق دالة احصائياً بين نتائج القياسات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في تعلم بعض مهارات بساط الحركات الارضية في الجباز لطالبات المرحلة الثانية/ قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة)، يتضح من الجدول (5) الخاص بنتائج الاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الحركات الارضية ان تلك الفروق كانت لصالح المجموعة التجريبية التي نفذت أنموذج وودز اذ يعد من الاساليب التعليمية التي تسهم في التأثير على دافعية التعلم لدى الطالبات واستثارة الدماغ لتحقيق مراحل الاساسية في التنبؤ والملاحظة و التفسير , فضلا عن ذلك فإن أنموذج وودز البنائي " قد ارتقى بعملية تعلم المهارات اذ عمل على وصول العملية التعليمية الى التكامل, فارتفاع الدافعية العقلية والكفاءة الذاتية كجوانب عقلية ساهم ايضا معها تحسن مستوى الطالبات في سرعه او دقة الاداء"<sup>(9)</sup> لذلك ارتفع مستوى تقدير الذات لدى الطالبات ضمن المجموعة الواحدة ومع التدريسية فالعقل هو اداة مهمة بايولوجية تؤدي الى التكيف ورفع الحافز لإنجاز الواجبات الحركية كون عملية التعلم العقلية هي من النزعات " لها جذور فطرية ذات علاقة بغريزة حب الاستطلاع والاكتشاف والتي تظهر بشكل واضح في سلوك الفرد وتصرفاتهم النظرية"<sup>(10)</sup>. وتتفق نتائج البحث مع ما اشار اليه ( محمد صبحي , 1997 ) ان النجاح الحقيقي للمتعلم يتأكد في الجمع بين الممارسة للنشاط والتدريبات المقرونة بالمعرفة يجب ان يسير جنباً الى جنب مع المجال النفسي والحركي والعاطفي وان هنالك ضرورة في انه يلم كل رياضي بالمعلومات والمعارف الرياضية التي تخص اللعبة التي يمارسها"<sup>(11)</sup>.

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات

##### 4-1 الاستنتاجات

- اثبتت النتائج ان للبرنامج التعليمي بأسلوب أنموذج وودز فاعلية في تعلم بعض مهارات الحركات الارضية في الجباز لطالبات المرحلة الثانية/ قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- منهج المجموعة الضابطة المتبع ادى الى تعلم بعض مهارات الحركات الارضية في الجباز لطالبات التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- تفوق المجموعة التجريبية التي طبقت انموذج وودز على المجموعة الضابطة التي طبقت المنهج التقليدي المتبع في تعلم بعض مهارات بساط الحركات الارضية في الجباز لطالبات المرحلة الثانية/ قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة.

##### 4-2 التوصيات

- ضرورة استخدام أنموذج وودز في تعليم مهارات مختلفة لبساط الحركات الارضية في الجباز لطالبات التربية البدنية وعلوم الرياضة للمستويات المختلفة
- امكانية تطبيق الانموذج التعليمي (وودز) في الجباز الفني والايقاعي على حد سواء.
- ضرورة العمل على ابتكار واستحداث برامج تعليمية مختلفة باستخدام اسلوب وودز على عينات مختلفة والتعرف على تأثيرها في تعلم مهارات الجباز لطالبات التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- اجراء ابحاث مشابهة في العاب وفعاليات رياضية اخرى.

<sup>9</sup> جيان أحمد محمد ؛ أثر أنموذج وودز في الدافعية العقلية والكفاءة الذاتية وتعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة للطالبات , رسالة ماجستير , كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات , جامعة بغداد , 2022. ص118.

<sup>10</sup> جابوري محمد إيهاب ؛ دور الأنشطة الرياضية اللاصفية الخارجية في تنمية الدافعية العقلية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية . رسالة ماجستير , جامعة محمد خيضر , قسم التربية الحركية، الجزائر، 2019، ص20.

<sup>11</sup> محمد صبحي حسنين؛ الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس – بدني مهاري – معرفي – نفسي – تحليلي، ط1، القاهرة، مركز الكتاب النشر، 1997، ص255.



## المراجع

- احمد فؤاد ؛محمود الحرز:الأسس التطبيقية لتعليم وتدريب الجمباز , ج1 و ج2 , منشورات ذات السلاسل , الكويت.
- احمد محمد الشافعي ؛سوزان احمد علي : مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية، منشأة دار المعارف، القاهرة، 1999.
- احمد محمد الشافعي ؛سوزان احمد علي :مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية، منشأة دار المعارف، القاهرة، 1999
- جابوري محمد إيهاب ؛ دور الانشطة الرياضية اللاصفية الخارجية في تنمية الدافعية العقلية لدى تلاميذ المرحلة الثانوي . رسالة ماجستير , جامعة محمد خبضر , قسم التربية الحركية، الجزائر، 2019 .
- جيان أحمد محمد ؛ أثر أنموذج وودز في الدافعية العقلية والكفاءة الذاتية وتعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة للطالبات , رسالة ماجستير , كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات , جامعة بغداد , 2022..
- ساهرة محمد عبد الأمير؛ تأثير منهج تعليمي على وفق نموذج وودز في السعة العقلية وتعلم بعض المهارات الاساسية للمتعلقات ذوات الفهم الخاطئ بالكرة الطائرة . اطروحة دكتوراه : ( جامعة بغداد ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات) ، 2019.
- سعدية شكري عبد الفتاح ؛ اتجاهات تعليم علم النفس في ضوء نظرية ما وراء المعرفية والبنائية , القاهرة , الهيئة المصرية للكتب , 2013 .
- مالك راسم محمد ؛ أثر برنامج تدريبي مقترح على بعض المتغيرات البدنية والمهارية في الجمباز لدى طلاب قسم التربية الرياضية في جامعة فلسطين التقنية , خضوري , رسالة ماجستير , جامعة النجاح الوطنية , 2013.
- محمد صبحي حسنين؛ الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس – بدني مهاري – معرفي – نفسي – تحليلي، ط1، القاهرة، مركز الكتاب النشر، 1997.
- مروان عبد المجيد ؛ الاحصاء الوصفي والاستدلالي في مجالات وبحوث التربية البدنية والرياضية ، كتاب منهجي ، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، عمان ، 2000.
- وجيه محجوب ؛ التعلم وجدولة التدريب الرياضي , عمان, دار الاوائل للنشر , 2001.

ملحق (1)

الوحدة التعليمية: 1

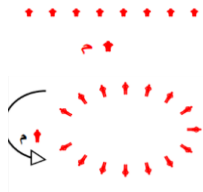


يبين أنموذج لوحدة تعليمية بأسلوب وودز

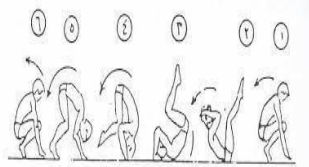
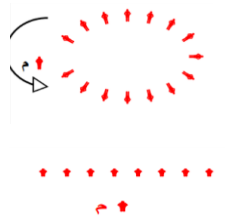
الاهداف التربوية: 1- تعويد الطالبات على النظام والمشاركة الايجابية-2- تعويد الطالبات على التعاون والعمل الجماعي .

الاهداف التعليمية: ان تتعلم الطالبات مهارة الدرجة الامامية المكورة. زمن الوحدة: 90د الهدف السلوكي: أن تؤدي الطالبة مهارة الدرجة الامامية المكورة بإتقان .

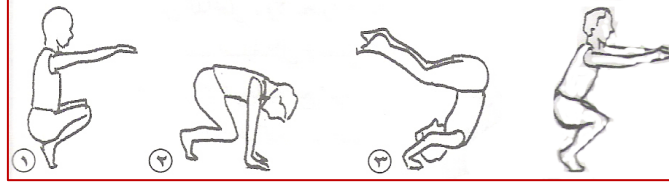
عدد الطالبات: 6

الأدوات (لوحة عرض فلक्स – بساط الحركات الارضية)

الملاحظات	التشكيلات	شرح وتنظيم محتوى المهارة	الزمن	نوع النشاط	اقسام الوحدة التعليمية
الالتزام بالنظام والوقوف بنسق مواجه للمدرسة وعلى الخط الجانبي لملعب كرة السلة.  التأكيد على اداء الاحماء من قبل جميع الطالبات والتأكيد على الحفاظ على المسافات بين الطالبات عند تطبيق الاحماء حول الملعب. تنفيذ التمرينات البدنية بشكل صحيح وتصحيح الأخطاء.		تهيئه الادوات- حضور الطالبات- الوقوف على شكل نسق- اخذ الحضور -ترديد شعار التحية الرياضية لبدء الدرس.  الوقوف ← سير ← هروله ← السير بخطوات واسعة← مرجحة الذراعين ← هروله ← هرولة مع تدوير الذراعين اماما وبالعكس ← رفع الركبتين عالياً ← الجري الم بين الشواخص ← هرولة اعتيادية ← سير ← توقف.	5د	المقدمة  احماء عام	القسم الاعدادي 20د
		التمارين : - (الوقوف) قفزات على البقعة (تمرين حر) - (الوقوف، فتحا، تخصص) ثني الرأس خلفا ثم للجانبين (6عدات). - (الوقوف، الذراعان جانباً) تقاطع الذراعان امام الصدر (2عده). - (الوقوف، فتحا، تخصص) ميل الجذع (2عده). - (الوقوف، الذراعان اماماً) ثني الركبتين نصفاً (2عده).	5د 10د	احماء خاص	
اختيار أسئلة من ضمن اهداف الوحدة التعليمية .  الإجابة عن الأسئلة بشكل مفهوم للطالبات.  الانتباه على شرح الاداء للمهارة		الخطوات التعليمية لمراحل أنموذج وودز وكما يأتي:  تقوم المدرسة باعطاء فكرة أولية عن الدرس ثم بشرح تفاصيل مهارة الدرجة الامامية المكورة مع عرض المهارة ومشاهدة الطالبات للأداء المهارى على شاشة العرض وكذلك عرض فلक्स يوضح أجزاء الجسم عند أداء المهارة , وبعدها تقوم المدرسة بتقسيم الطالبات الى مجموعات من (3-4) كل مجموعة يتم طرح السؤال الآتي على الطالبات : لماذا تكون اليدين باتساع الصدر وتكون أصابع الكف تشير الى الامام هنا يتم اعطاء وقت مناسب للمجموعات للتشاور والتفكير بالمهارة وربط الخبرات السابقة بالحالية ضمن وقت الخطة المتاح , وبعد حدوث التنبؤ والملاحظات يتم طرح الإجابة من قبل المجموعات التعليمية ثم يتم ايضاحها من قبل المدرسة وذلك بالاعتماد على الجوانب النظرية العلمية للمهارة وتفسيرها. وذلك لضمان عدم انحرافه الجسم الى	20د 40د	الجزء التعليمي	القسم الرئيسي 60د
بعد التشاور والتفكير				الجزء	

<p>بالسؤال وعند الوصول الى الحل تتقدم احدى الطالبات من كل مجموعة لطرح الاجابة</p> <p>التأكيد على ضبط التوقيت لكل تمرين .</p> <p>التأكيد على تطبيق التمرينات بصورة صحيحة .</p> <p>بعد كل أداء تذهب المتعلمة لمشاهدة عرض المهارة النموذجي.</p> <p>تواصل المتعلمة مع المدرسة عند وجود اي استفسار.</p>		<p>أحد الجانبين, وتمثل المرحلة الاخيرة من مراحل نموذج وودز وهي مرحلة التفسير.</p> <p>اداء التمرينات التطبيقية والمعدة مسبقا مع اعطاء تغذية راجعه آنية مع تصحيح الاخطاء:</p> <p>تقف الطالبات بتشكيل مجموعتين متقابلتين على جانبي البساط واداء حركة استقبال الذراعين للأرض بعد دفع القدمين , , وتحاول كل طالبة اداء (30) تكرار في (10) د.</p> <p>تقف الطالبات بتشكيل مجموعتين بنهاية البساط يبدأ التمرين بالدرجة وذلك بالارتكاز على المنطقة العنقية, تحاول كل مجموعة اداء (30) تكرار في (10) د.</p> <p>تقف الطالبات بتشكيل مجموعتين متقابلتين بنهاية البساط يبدأ التمرين بأداء تكور الجسم بالكامل مع مسك الركبتين بالذراعين وهما مضمومتان على منطقة الصدر والطالبة التي تؤدي المناولة تجري للوقوف في المجموعة التي تقابلها , وتحاول كل طالبة اداء (20) تكرار في (10) د</p> <p>تقوم المدرسة بأجراء اختبارات للطالبات كل طالبة ثلاث محاولات وتحديد أفضل الطالبات</p>	<p>التطبيقي</p> <p>تمرين (1)</p> <p>تمرين (2)</p> <p>تمرين (3)</p> <p>اختبار تقويمي</p>	
<p>التأكيد على مشاركة جميع الطالبات في اللعبة .</p> <p>الهدوء والالتزام .</p> <p>أداء التحية بصوت واضح .</p>		<p>لعبة الدرجة من فوق كرة التوازن :</p> <p>تقف الطالبات بتشكيل مجموعتين تبدأ اللعبة وذلك بأداء الدرجة من فوق كرة التوازن والمجموعة التي تنهي اللعبة مقبل الاخرى هي الفائزة مع استخدام عبارات التشجيع</p> <p>سير ← هرولة خفيفة ← مد الذراعين للجانب ← مد الذراعين عالياً والمشي على رؤوس الاصابع واخذ نفس عميق ← سير. تكليف الطالبات بواجب بيتي, للإجابة عليه في الوحدة التعليمية القادمة.</p> <p>إرجاع الادوات وتأدية تحية الانصراف .</p>	<p>لعبة صغيرة</p> <p>تهنئة</p> <p>الانصراف</p>	<p>القسم الختامي 10د</p>

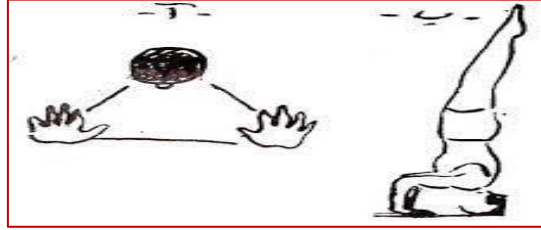
ملحق (2) يبين الصور التوضيحية لسلسلة مهارات بساط الحركات الارضية المحددة في التجربة البحثية



الصورة التوضيحية رقم (1) تبين مهارة الدرجة الامامية المكونة



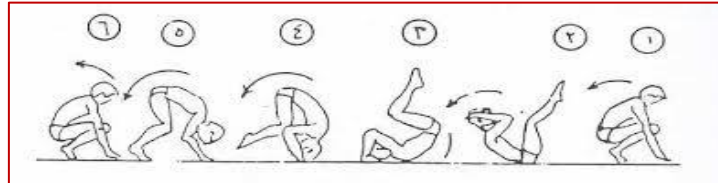
الصورة التوضيحية رقم (2) تبين مهارة الوقوف على الذراعين



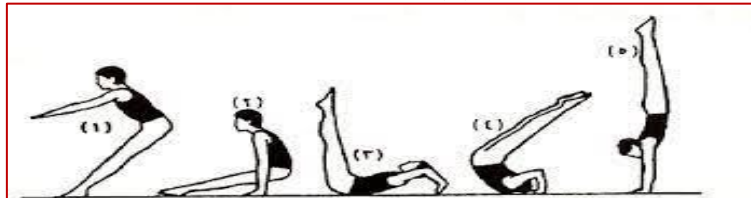
الصورة التوضيحية رقم (3) تبين مهارة الوقوف على الرأس



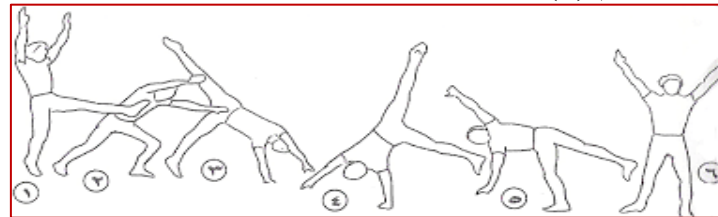
الصورة التوضيحية رقم (4) تبين مهارة الدرجة الخلفية فتحا



الصورة التوضيحية رقم (5) تبين مهارة الدرجة الخلفية المكونة



الصورة التوضيحية رقم (6) تبين مهارة الدرجة الخلفية المستقيمة للوقوف على اليدين



الصورة التوضيحية رقم (7) تبين مهارة العجلة البشرية