



جميع الاعداد مرفوعة على: <https://iasj.net/iasj/journal/148/issues>
مجلة جامعة الأنبار للعلوم البدنية والرياضية UASPESJ
الصفحة الرئيسية للمجلة: <https://uaspesj.uoanbar.edu.iq/>
Print ISSN: 2074-9465 Online ISSN: 2706-7718



تأثير منهج تعليمي باستخدام تمرينات خاصة على وفق الفيديو التفاعلي لتعليم رفعة الخطف لدى طلاب المرحلة الأولى / كلية التربية وعلوم الرياضة – جامعة الأنبار

قصي رشيد سبتي¹، أ.د. عدنان فدعوس عمر²

¹ طالب ماجستير - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الأنبار: qussayyl@gmail.com

² كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الأنبار: pe.adnan.fs_1973@uoanbar.edu.iq

مستخلص البحث

تهدف دراسة البحث الى استخدام الفيديو التفاعلي في تعليم رفعة الخطف لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة الأنبار وكذلك التعرف على مستوى تعليمهم بالمقارنة مع أسلوب المستخدم من قبل التدريسي ، وتكون مجتمع البحث من طلاب المرحلة الأولى للسنة الدراسية (2022-2023) ، استعمل الباحثان المنهج التجريبي وتصميم المجموعتين ذات الاختبار القبلي والبعدي وقد تم تحديد مجتمع البحث واختيار عينة البحث بالطريقة العمدية أما فرضيات البحث فكانت باتجاهين وذلك بوجود : فروق دالة احصائياً بين نتائج القياسات القبلي والبعدي لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية لتعليم رفعة الخطف لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الأنبار، ووجود فروق دالة احصائياً بين نتائج القياسات البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية لتعليم رفعة الخطف لدى الطلاب . استخدم الباحثان تطبيق المنهج التعليمي المتضمن تمرينات تعليمية خاصة وفق الفيديو التفاعلي لتعلم رفعة الخطف والذي تضمن (8) وحدات تعليمية ولمدة (8) أسابيع بواقع وحدة تعليمية في الأسبوع.

الكلمات المفتاحية: التمرينات الخاصة، الفيديو التفاعلي، رفعة الخطف.

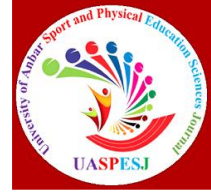
The effect of special exercises on the interactive video for teaching the snatch raise among students of the College of Education and Sports Sciences - Anbar University

¹ Qusay Rasheed Sabti, ² Adnan Fadoos Omar

^{1,2} College of Physical Education and Sports Sciences, University of Anbar

Abstract

The research aims to use the interactive video in teaching the elevation of kidnapping for students of the College of Physical Education and Sports Sciences- Anbar University as well as identifying the level of their education compared to the user's style by the teaching, and the research community is one of the first stage students of the academic year (2022-2023), the researchers used The experimental approach, and the design of the two groups with a pre -tribe and the post, has been



identified. The research community was selected and the research sample was selected in the manner of the intention. Anbar, and the presence of statistically significant differences between the results of the dimensional measurements between the two controlled and experimental groups to teach the elevation of the kidnapping among students. The researcher used the application of the educational curriculum that includes special educational exercises according to the interactive video to learn the elevation of the kidnapping, which included (8) educational units for a period of (8) weeks with an educational unit per week.

Keywords: special exercises, interactive video, snatch.

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

يشهد البحث العلمي تطوراً ملحوظاً في مجال تكنولوجيا التعليم وبشكل خاص في مجال تعلم المهارة الرياضية , لذلك يتم الاستفادة من الكثير من الوسائل في عملية التعلم فضلاً عن ذلك تعد وسيلة مهمة لتقديم التغذية الراجعة للمتعلمين , واصبحت التكنولوجيا من أساسيات تطور العملية التعليمية كونها تحاكي حواس المتعلم وتحقيق التكيف مع وسائل العرض المختلفة , ومن أهم الابتكارات التكنولوجية في بيئة التعلم عن طريق الفيديو التفاعلي و التي توفر مواد تعليمية مصممة ومنسقة للاستخدام الفعال على شكل فيديوهات تعليمية مفصلة للمهارة التي توصل للطالب صورة واضحة متسلسلة , تكون معروضة بطرق شيقة حسب القدرات والاحتياجات والسرعة والاهتمامات التي يمكن لطالب استيعابها , لكي يكتسب الطلاب المعلومات ويصبح محفزاً ومشجعاً كبيراً لتعليمهم الذاتي كون المتعلم لديه إمكانية التفاعل معها بطريقة رائعة تساعد على تحقيق وفهم واكتساب تعلم المهارات من خلال العرض للفيديو التفاعلي امام الطلاب وهي من الأدوات التي يعتمد عليها في نشر المعلومات والمعرفة وتنمية المهارات في مجالات العلوم المختلفة , حيث تفتح فرصاً للطلاب لاكتساب المعرفة وجذب الانتباه , إضافة رؤية جديدة وممتعة . وتعد التمرينات الخاصة الوسيلة التعليمية لاكتساب تعلم المهاري وتطوير مستوى الركيزة الأساسية لتنظيم معالجة المعلومات ل تخزينها في الذاكرة والاحتفاظ بها, اذ تمثل هذه المرحلة امراً ضرورياً لتكوين التصور الاولي عن المهارة من خلال محاكاة حواس المتعلمين , وأن يصلوا الى ادراك تفاصيل المهارة, لذلك لم يثنى ذلك من عزيمة الباحثين والمختصين في إيجاد افضل التقنيات والنماذج لعرضها سواء كانت بصرية أو سمعية , أو لمسية , وكلما كانت بدايات التعلم صحيحة سوف ينعكس ذلك على تكوين برنامج حركي مثالي للأداء الحركي , لأن كل اداء يرتبط بدقة وزمن ومتطلبات اساسية للمسارات الحركية كالناحية الميكانيكية ومقدار القوة المطلقة او النسبية والنقل الحركي والقياسات الجسمية وغيرها قد تكون السبب الرئيسي للوصول الى دقة الأداء والاتقان .

وفي ضوء تلك الاهتمامات انتقلت ادوار المعلم الى أن " يصبح مصمماً لمضامين المواد التعليمية ومنتجاً لها ومحدداً لأساليب التعليم المستخدمة في الموقف التعليمي مستعيناً في ذلك بالأدوات والأجهزة التكنولوجية

الحديثة⁽¹⁾، وتجاوز الاساليب القديمة الى أساليب اكثر تقدما , اذ تم الاستفادة من مخرجات تكنولوجيا التعليم كالتعليم بالحاسوب أو التعليم المبرمج أو استخدام نماذج العرض الصورية والحركية والفيديو التفاعلي والمسجل المرئي , وغيرها التي تعتمد على توفير تغذية راجعة وتحقيق فهم المرحلة المعرفية الاولى للتعلم الحركي, ومن هنا جاءت اهمية البحث في اعداد منهج تعليمي باستخدام تمارينات خاصة على وفق الفيديو التفاعلي لتعليم رفعة الخطف لدى طلاب المرحلة الأولى/ كلية التربية وعلوم الرياضة – جامعة الأنبار. لما لها من دور فاعل وحديث في تسريع عملية التعليم

2-1 مشكلة البحث

من خلال ملاحظة الباحثين لدروس مادة الاثقال في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة الأنبار , لاحظ وجود ضعف في الاداء لدى الطلبة في رفعة الخطف وهذا يدهي لإنها مهاره صعبة وتحتاج الى تكنيك وفهم للمسارات الحركية وتحتاج الى قوة بدنية تختلف عن بقية الالعاب لذا تؤثر على عملية تعلم مهارة الخطف , اذ تتمثل في عدم قدرة الطلبة لاستيعاب المهارة واتقان مساراتها الحركية بشكل دقيق , فضلا عن ذلك أن الاسلوب المستخدم يستند على تقديم أنموذج حركي من خلال التدريسي ثم أداء الطلاب, وقد يكون هذا الاسلوب قاصراً لا يحقق هدف التعلم بشكل مناسب, ولأجل زيادة التغذية الراجعة وتحقيق الاهداف التي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بحدثة اساليب العرض , فقد رأى الباحثان أن يطرح التساؤل الآتي : هل يوجد تأثير منهج تعليمي باستخدام تمارينات خاصة على وفق الفيديو التفاعلي لتعليم رفعة الخطف لدى طلاب المرحلة الأولى / كلية التربية وعلوم الرياضة – جامعة الأنبار؟

3-1 أهداف البحث

- بناء منهج تعليمي بتمارين خاصة على وفق الفيديو التفاعلي لتعليم رفعة الخطف لدى طلاب المرحلة الأولى / كلية التربية وعلوم الرياضة – جامعة الأنبار.
- التعرف على تأثير تمارينات خاصة على وفق الفيديو التفاعلي لتعليم رفعة الخطف لدى طلاب المرحلة الأولى / كلية التربية وعلوم الرياضة – جامعة الأنبار .
- التعرف على الافضلية بين منهج التمارينات الخاصة على وفق الفيديو التفاعلي والمنهج المتبع لتعليم رفعة الخطف لدى طلاب المرحلة الاولى /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة الأنبار.

4-1 فرضيات البحث

- توجد فروق دالة احصائيا بين نتائج القياسات القبليّة والبعدية لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية لتعليم رفعة الخطف لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة الأنبار, ونسبة التطور.
- توجد فروق دالة احصائياً بين نتائج القياسات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية لتعليم رفعة الخطف لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة الأنبار.

5-1 مجالات البحث

(1) الغريب زاهر وأقبال بهبهاني؛ تكنولوجيا التعليم – نظرة مستقبلية , ط2 ، دار الكتاب الحديث , القاهرة , (1999) , ص9.

1-5-1 المجال البشري : طلاب المرحلة الاولى – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية – جامعة الأنبار
للسنة الدراسية 2022-2023.

1-5-2 المجال الزمني : للفترة من 2022 /12/11 - لغاية الفترة 2023 /3/12.

1-5-3 المجال المكاني : قاعة درس الأثقال – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية – جامعة الأنبار.

1-5-5 تعريف المصطلحات

- **الفيديو التفاعلي** : ويذكر (البغدادي، 1998، 275) هو عبارة عن "مزج أجهزة الكمبيوتر بالفيديو ، سواء كان جهاز الفيديو يستخدم شريطاً أو قرصاً ، فهو يمنح المتعلم فرصة التفاعل مع البرنامج على شريط أو قرص ، مما يتيح له تعلم الأفكار واكتساب خبرات جديدة في البيئات التعليمية ، فيديو تفاعلي يشتمل النظام عادةً على المعدات التالية (كمبيوتر ، جهاز فيديو ، شاشة ، معدات لتوصيل الفيديو بالكمبيوتر) " .⁽²⁾ ويعرفه (محمد خميس 2020 ، 247) بأنه " فيديو رقمي قصير غير خطي يتفرع وينقسم إلى العديد من المشاهد أو المقاطع الصغيرة المترابطة بطريقة ذات مغزى ، وقادرة على معالجة مدخلات المستخدم لأداء الإجراءات ذات الصلة ، وتتضمن مجموعة من العناصر التفاعلية ، مثل الأسئلة و التعليقات ، ويسمح للمتعلمين بالتحكم في عرضها وعرضها بطريقة غير خطية والتفاعل معها بطريقة نشطة"⁽³⁾ ويعرفها الباحثان اجرائياً : بأنه هو نوع من الفيديو الذي يتيح للمشاهدين التفاعل مع المحتوى المعروض على الشاشة، إذ يمكنهم التفاعل مع الأشخاص أو المواد الموجودة في الفيديو عن طريق استخدام العرض من خلال المعدات التي تستخدم للعرض . ويمكن استخدام التفاعل في الفيديو لإنشاء تجارب تعليمية أو تفاعلية ممتعة ومفيدة بتعلم أفكار وكتساب الخبرات الجديدة .

2-منهج البحث وإجراءاته

1-2 منهج البحث

استعان الباحثين باستخدام التصميم التجريبي ذي المجموعتين التجريبية والضابطة المتكافئتين ذات الاختبارين القبلي والبعدي .

حدد الباحثان مجتمع بحثهم بطريقة عمدية من طلاب المرحلة الاولى – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة الأنبار ، للسنة الدراسية 2022-2023 ، والبالغ عددهم عددهم (70) طالبا تم اختيارهم عمدياً موزعين على شعبتين هي (ب، ج) ، تم استبعاد (7) طلاب ممن لديهم إصابات و(7) طلاب لعدم الالتزام و (6) طلاب راسبين ومتعلمين و (10) طلاب لغرض اجراء التجربة الاستطلاعية ، وبهذا اصبح مجموع العينة (40) طالبا، وأن سبب اختيار مجتمع البحث دون غيره هو كما يأتي :

- 1- كون مادة رفع الأثقال هي درس منهجي للمرحلة الاولى .
- 2- أن طبيعة دراسة الباحثين التجريبية تتطلب عينة خام في هذه الفعالية .
- 3- تعاون وتسهيل عمادة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة الأنبار واستاذ المادة لتنفيذ اجراءات الدراسة

(2)البغدادي، محمد؛ أهم مجالات استخدام الفيديو التفاعلي في عملية التعلم، ط6، القاهرة: دار الفكر العربي، 1998ص 275.
(3) محمد عطية خميس ؛ اتجاهات حديثة في تكنولوجيا التعليم ومجالات البحث فيها ، القاهرة ، المركز الاكاديمي العربي للنشر والتوزيع ، 2020، ص 247 .



2-2 عينة البحث

بلغت عينة البحث (40) طالبا تم تقسيمهم بطريقة عشوائية الى مجموعتين بواقع حال (20) طالبا لكل مجموعة ,المجموعة الضابطة تمثل شعبة (ج) التي تطبق منهج المدرس المتبع , و المجموعة تجريبية تمثل شعبة (ب) التي تطبق منهج الباحث.

3-2 وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات

1-3-2 وسائل جمع المعلومات

- المصادر العربية والأجنبية

- شبكة المعلومات الدولية (الانترنت)

- استمارات تسجيل البيانات

- فرق العمل المساعد

2-3-2 الأجهزة المستخدمة

- حاسوب نوع (DELL-core i7) ، عدد 1 صينية المنشأ.

- آلة تصوير كامرة فيديو نوع (CASIO) ونوع (Nikon) عدد 2 صينية المنشأ .

- جهاز عرض البيانات (Data Show) عدد 1 صيني المنشأ.

- ميزان طبي لقياس الطول والوزن.

- جهاز رفع الاثقال قانوني (صيني الصنع)

3-3-2 الأدوات المستخدمة

- كرات طبية زنة 1-3 كغم عدد 6.

- شفت حديد مصنع من شيش قياس انج عدد (10) .

- دمبلص مختلف الاوزن عدد (12).

- كرسي للجلوس عدد (10) .

- ادوات ومستلزمات قاعة رفع الاثقال (بارات حديدية عدد 10 ، اثقال واوزان مختلفة).

- مساطب حديد عدد (9).

- فيلكس توضيحي لتسلسل رفعة الخطف , عدد (2) .

- اوزان حديدية تتراوح من 2.5 الى 10 كغم

- ساعة توقيت نوع (Casio) يابانية الصنع.

- أقراص ليزيرية CD عدد (12)

4-2 إجراءات البحث

لغرض تحقيق أهداف البحث , تتطلب من الباحثين عدد من الخطوات الأساسية المفصلة , ومن هذه الخطوات هي كما يأتي:

1-4-2 تقييم الأداء الفني لمهارة رفعة الخطف

من أجل قياس الاداء الفني لرفعة الخطف وحسب شروط اللعبة من الناحية القانونية تم اعتماد الاختبار الآتي (4) :

اسم الاختبار : " اختبار الأداء الفني لرفعة الخطف بطريقة القرفصاء :

يتمثل اختبار الأداء الفني لفعالية رفعة الخطف بطريقة القرفصاء في رفع الأثقال ، وبحسب الشروط القانونية للعبة إذ يقوم أفراد العينة بأداء ثلاث محاولات على وفق استمارة تقييم الاداء . واعتماد الباحث افضل المحاولات لتقييم الأداء الفني .

* الهدف من الاختبار : تقييم الأداء الفني (التكنيك) لرفعة الخطف بطريقة القرفصاء ولكل لاعب بمراحلها الخمسة.

* الأدوات المستخدمة :

- بار حديدي (عمود ثقل) قانوني .

- كاميرات تصوير فيديو نوع (Sony) يابانية الصنع عدد (2) .

- اقراص تعليمية (مصنوعة من مادة الخشب) وهي مشابهه للأقراص من حيث القياسات .

* وصف الأداء : يقوم الطالب المختبر بأداء (رفعة الخطف بطريقة القرفصاء) بشروطها القانونية .

* طريقة التسجيل : اعطاء ثلاث محاولات ويتم اختيار المحاولة الافضل من بين الثلاث محاولات ومن ثم نقوم باستخراج الوسط الحسابي بعد تقييم المحكمين الثلاثة "

قام الباحثان بالاطلاع على الدراسات والمراجع العلمية , اذ وقع الاختيار على استمارة تقييم الاداء المعدة من قبل (حسن علي , 2021)⁽⁵⁾ , والتي تضمنت تقييم الأداء لرفعة الخطف لستة مراحل هي مرحلة (وضع البدء , ومرحلة السحبة الأولى , مرحلة حركة الركبتين , ومرحلة السحبة الثانية , ومرحلة الطيران والهبوط , ومرحلة النهوض والثبات) , وبعد الاتفاق مع السيد المشرف والسادة الخبراء المختصين بعد اجراء المقابلات الشخصية معهم , تم تعديل عدد مراحل القياس الى خمسة مراحل, اذ تم دمج مرحلة حركة الركبتين مع السحبة الثانية , جدول (1) يبين استمارة تقييم الاداء الفني المعدلة .

جدول (1) يبين استمارة تقييم الاداء الفني لرفعة الخطف المعدلة .

(4) مرتضى علي شعلان؛ تأثير استراتيجيات التعليم المتمازج في التحصيل المعرفي والاداء الفني والانجاز لرفعة الخطف لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة كربلاء، 2017، ص73.

(5) حسن علي حسن؛ تأثير أسلوب التعلم التفاضلي لبعض النماذج الحركية في أداء رفعة الخطف برفع الأثقال للمبتدئين بأعمار (10-13) سنة، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة ديالى، 2021، ص124.

ت	تسلسل الطالب	وضع البدء	السحبة الأولى	السحبة الثانية	الطيران والهبوط	النهوض والثبات	المجموع الكلي	الدرجة النهائية
1								
أ	المحاولة الأولى							
ب	المحاولة الثانية							
ج	المحاولة الثالثة							

وتتم عملية القياس , عن طريق تصوير الاداء لأفراد عينة البحث بواسطة كامرة فيديو عدد(2) في القياسات القبالية والبعديّة, وتم دمج الفيديو لكل مختبر من الاتجاه الامامي والجانبى لثلاث محاولات بواسطة برنامج (Camtasia Studio 8) مع عرض الاداء بسرعة بطيئة , اذ تم اعداد طريقة التقييم عبر برنامج (google Forms) وإرسالها الى السادة المحكمين الخبراء الكترونيا, وعددهم (3) خبراء ومختصين, ولثلاث محاولات لكل مختبر , اذ يتم تحديد المحاولة الأفضل من بين المحاولات الثلاثة, لكل مرحلة (10) درجات , ويكون المجموع النهائي للمراحل (الاداء الفني الكلي) (50) درجة , ويتم استخراج الوسط الحسابي بعد تقييم الحكام الثلاثة مع تحديد تسلسل افراد العينة والفيديو الخاص بكل مختبر.

2-4-2 التجربة الاستطلاعية

قام الباحثان وفريق العمل المساعد بأجراء تجربة استطلاعية لاختبار رفعة الخطف في يوم (الاحد) المصادف 2022 / 12/11 , في الساعة (10) صباحاً . على عينة التجربة الاستطلاعية البالغ عددها (10) طلاب والذين تم استبعادهم من تجربة البحث الرئيسية , في القاعة الخاصة لدرس رفع الاثقال , في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية – جامعة الأنبار , وكان غرض اجراء التجربة الاستطلاعية هو تحقيق الاهداف الآتية:

التأكد من مدى ملائمة مكان اجراء الاختبار, ومن صلاحية وسلامة اجهزة وأدوات المستخدمة , ومن استعداد عينة البحث لتطبيق الاختبار, وتحديد الوقت الزمني المستغرق له , وتحديد اماكن تصوير الاداء , وتثبيت الكاميرات ووضعها في الاتجاه المناسب , من ناحية الارتفاع والبعد.

3-4-2 الأسس العلمية لاستمارة تقييم الأداء

اولاً: صدق استمارة تقييم الأداء :

تم التحقق من صدق الاستمارة من خلال عرضها على السادة الخبراء والمختصين وعددهم (5), وذلك للتأكد من صلاحية محتوى الاستمارة , لتقييم الاداء الفني فضلا عن تقسيم وتوزيع الدرجات على كل مرحلة وعلى الاداء الفني الكلي , جدول (2).

جدول (2) يبين قيمة (كا²) لاستمارة تقييم الاداء

ت	مراحل الأداء الفني لرفعة الخطف	الموافقون	%	الغير موافقون	%	قيمة كا ² * المحسوبة	الدلالة
1	مرحلة وضع البدء	5	100%	0	0%	5	دال
2	مرحلة السحبة الأولى	5	100%	0	0%	5	دال
3	مرحلة السحبة الثانية	5	100%	0	0%	5	دال
4	مرحلة الطيران والهبوط أسفل النقل	5	100%	0	0%	5	دال
5	مرحلة النهوض والثبات	5	100%	0	0%	5	دال

*قيمة كا² الجدولية (3.84) بمستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (1)

ثانياً: ثبات استمارة تقييم الاداء الفني .

لغرض التعرف على ثبات الاستمارة استخدم الباحثان طريقة إعادة الاختبار , اذ تم تصوير الأداء لأفراد عينة التجربة الاستطلاعية والبالغ عددها (10) طلاب في يوم (الاحد) المصادف 11 / 12 / 2022, وتقويمه من قبل المحكمين, وأعيد تصوير الاختبار بعد (7) ايام في يوم (الاحد) المصادف 18 / 11 / 2022 لغرض تقويمه من قبل السادة المحكمين انفسهم , وأن تحقيق ذلك يعني أن الاستمارة تتصف بالاستقرار , وبعد معالجة البيانات لدرجات المقومين للاختباريين , اتضح أن الاستمارة تتمتع بثبات عالي , ولغرض تحديد معنوية العلاقة تبين أن قيمة (ر) المحسوبة لجميع المراحل هي اكبر من قيمة (ر) الجدولية البالغة (0.63) تحت مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية تساوي (2-10) = 8. جدول (2- 3) يبين علاقة الارتباط ومعنويتها بين الاختبارين لاستمارة تقييم الاداء.

ثالثاً: موضوعية استمارة تقييم الأداء الفني

تم استخراج الموضوعية من خلال المحكمين باستخدام قانون (سبير مان بروان), جدول (3).

جدول (3) يبين علاقة الارتباط ومعنويتها بين الاختبارين والموضوعية لاستمارة تقييم الاداء

ت	مراحل الأداء الفني لرفعة الخطف	وحدات القياس	قيمة (ر) * المحسوبة للثبات	الموضوعية
1	مرحلة وضع البدء	درجة	0.87	0.89
2	مرحلة السحبة الأولى	درجة	0.88	0.91
3	مرحلة السحبة الثانية	درجة	0.89	0.91
4	مرحلة الطيران والهبوط أسفل الثقل	درجة	0.89	0.90
5	مرحلة النهوض والثبات	درجة	0.90	0.90

• قيمة (ر) الجدولية (0.63) , تحت مستوى دلالة (0.05), درجة حرية 2-10 = (8).

4-4-2 الوحدات التعريفية

عن طريق الاسترشاد بالمعلومات الحاصلة للتجربة الاستطلاعية ونتائجها التي تم الحصول عليها , وتعرف الباحثان والفريق المساعد على المستوى الحقيقي لعينة البحث , قام الباحثان بأجراء وحدتان تعريفيتان على أفراد المجموعة التجريبية في قاعة رفع الاثقال (كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية – جامعة الأنبار), بحضور استاذ مادة رفع الاثقال وكما يأتي:

1- الوحدة التعريفية الاولى : تمت في يوم (الاحد) بتاريخ 25 / 12 / 2023 , الساعة (10) صباحاً.

2- الوحدة التعريفية الثانية : تمت في يوم (الاحد) بتاريخ 8 / 1 / 2023 , الساعة (10) صباحاً.

وكان الغرض من إجراء الوحدات التعريفية هو تحقيق ما يلي :

- أن يتعرف الطلاب المتعلمين على التمرينات التعليمية الخاصة .
- أن يتعرف الطلاب المتعلمين على طريقة الاداء لمهارة رفعة الخطف ومراحلها.

- أن يتمكن الطلاب المتعلمين من الاداء الجيد , والوصول الى التفاعل مع استاذ المادة .
- أن يتعرف الطلاب المتعلمين على خطوات واقسام خطة الدرس وطريقة تنظيمها .
- أن تتولد الفناعة والاستعداد لدى الطلاب المتعلمين عن أهمية مشاركتهم في تجربة الدراسة لخدمة البحث العلمي .

2-4-5 تكافؤ مجموعتي البحث

تم التحقق من تكافؤ مجموعتي البحث وعدم التباين بينهما في متغيرات مراحل الاداء, والاداء الكلي لرفعة الخطف, من خلال معالجة نتائج المحكمين للاختبارات القبليّة , جدول (4)
 جدول (4) يبين التكافؤ في الاداء الفني بين المجموعتين
 * القيمة الجدولية (T) = (2.021) ، عند مستوى الدلالة (0.05) ، وبدرجة حرية= (38)

معنوية الفروق	قيمة (T) * المحسوبة	مجموعة الضابطة ن=20		مجموعة التجريبية ن=20		وحدات القياس	مراحل الاداء الفني
		ع	س	ع	س		
غير معنوي	0.32	0.87	2.73	0.91	2.82	درجة	وضع البدء
غير معنوي	0.19	0.64	2.06	0.74	2.02	درجة	السحبة الأولى
غير معنوي	0.13	0.79	1.73	0.85	1.84	درجة	السحبة الثانية
غير معنوي	0.29	0.88	1.91	0.88	1.99	درجة	الطيران والهبوط أسفل الثقل
غير معنوي	1.89	0.96	2.23	0.90	2.78	درجة	النهوض والثبات
غير معنوي	0.73	0.70	2.13	0.80	2.30	درجة	الاداء الكلي

تبين من جدول (2-4) أن المجموعتين متكافئتان إذ تبين أن الفروق كانت غير معنوية , إذ كانت القيمة المحسوبة (T) لجميع المراحل , البالغة (0.32-0.19-0.13-0.29-1.89-0.73) على التوالي , وهي اصغر من القيمة الجدولية لـ (T) عند مستوى الدلالة (0.05) ، وبدرجة حرية= (38)

2-4-5-1 الاختبارات القبليّة

لغرض تحقيق الاختبارات القبليّة , تم تهيئة الادوات والأجهزة الخاصة لقياس مراحل الاداء لرفعة الخطف , والاداء الكلي لعينة البحث , اذ تمت اجراءات الاختبارات لكل شعبة حسب جدول الدروس لكل مجموعة في قاعة رفع الاثقال , في يوم (الاحد) بتاريخ 15 / 1 / 2023 , فقام الباحثان والفريق المساعد بتصوير أداء المختبرين بتقنية من الاتجاه الامامي والجانبى , وتم وضع التصوير في فيديو بشكل متسلسل لكل طالب , ثم تم عرض الاداء على ثلاثة محكمين , وبعد الانتهاء تم تثبيت طريقة اجراء الاختبار وتثبيت الظروف الزمنية والمكانية .

2-5 البرنامج التعليمي

2-5-1 خطوات اعداد برنامج التمرينات التعليمية الخاصة

أن التخطيط لأعداد برنامج تعليمي يتطلب تنظيم هيكلته الأساسية لغرض تحقيق الاهداف , ويمكن الباحثان من اختبار فروض بحثهما بشكل دقيق , وبعد اجراء المقابلات الشخصية مع المختصين برياضة رفع الاثقال , واطلاع الباحثين على الدراسات السابقة كدراسة (مرتضى , 2017) , ودراسة (وسام , 2017) , ودراسة (حسن , 2020) , واستخلاص الباحثين لمجموعة من المعلومات , تمكن من أعداد برنامجه التعليمي والذي يضم عدد من الوحدات التعليمية , تم تصميم استمارة استبيان, لبيان صلاحيته من قبل السادة المختصين, وقد حصل على نسبة اتفاق 100% مع الأخذ ببعض الملاحظات و اجراء بعض التعديلات التي طرحها السادة المختصون, واستخدم الباحثان تمارينات خاصة على وفق الفيديو التفاعلي بالقسم التعليمي من القسم الرئيس , وذلك باستخدام عرض فيديو تفصيلي لكل مرحلة من مراحل الاداء لرفعة الخطف , واستخدام الباحثين طريقة التحكم بسرعة الاداء , وقد اقترح الباحثان (21) تمرينا تقسم الى (4-5) تمرينا لكل مرحلة وفيما يلي بعض التفاصيل التي حددها الباحثان وفق شروط التعلم المهاري لبرنامج التعليمي:

- 1- تطبيق شروط ومبادئ التعلم الحركي من حيث التدرج بصعوبة التمرين .
- 2- أن يشاهد الطلاب للأداء لغرض بناء تصور حركي كامل عن مراحل رفعة الخطف.
- 3- أن يتعرف الطالب على أخطاء الاداء التي يمكن أن تقع , مع توفير تغذية راجعة آنية من قبل الاستاذ , وبين الأداء وذلك بتوجه الطالب لمشاهدة فيديو عرض الاداء .
- 4- أن تتناسب التمارينات الخاصة التي يتم في القسم التطبيقي, مع المسارات الحركية لمهارة رفعة الخطف.
- 5- أن تحقق كل وحدة تعليمية الهدف التربوي , والتعليمي, والسلوكي .
- 6- يتم تطبيق التمارينات بأسلوب التمرين الجزئي والكلي بتكرار كل مرحلة بشكل جزئي, وبعد الانتهاء يتم تطبيق المهارة بشكل الكلي, كتمرين تقويمي للأداء.

تمت المباشرة بتنفيذ الوحدات التعليمية (ملحق 1) باستخدام التمارينات الخاصة على وفق الفيديو التفاعلي , في يوم (الاحد) بتاريخ 2023 /1/22, في الساعة (10) صباحاً , قاعة رفع الاثقال (كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية – جامعة الانبار) لغاية يوم (الاحد) بتاريخ 2023 /3/12, وقد استغرق تنفيذ البرنامج (8) اسابيع بمعدل وحدة تعليمية اسبوعيا وحسب جدول الدروس الخاصة للمرحلة الاولى من يوم (الاحد) , وبذلك تكون البرنامج من (8) وحدات , تقوم مجموعة شعبة (ب) التجريبية بتطبيقها , في حين تطبق شعبة (ج) الضابطة اسلوب الاستاذ التدريسي, وكان الاختلاف بين المجموعتين في القسم التعليمي وطريقة عرض المهارة والقسم التطبيقي من حيث التمارينات المستخدمة .
وفيما يلي ايضاح اقسام الوحدة التعليمية :

- 1- قسم الوحدة التحضيري (20) د :
يتم في القسم التحضيري اجراءات تنظيمية وأداريه لتهيئة جسم الطالب لتنفيذ اقسام الوحدة التالية , ويتضمن القسم التحضيري ما يلي :
 - مقدمة (5) د : تتضمن تهيئة الادوات ووقوف الطلاب بتشكيل صف لغرض تسجيل الغيابات , وتذكير الطلاب بضرورة المساهمة والتفاعل لبذل الجهد , ثم اداء تحية الدرس.

- الاحماء العام (5) د : ويشمل النشاطات والحركات المعدة والتمرينات المختلفة لرفع حرارة الجسم وقابلية الطلاب البدنية من خلال اداء سير- هرولة – تدوير الذراعين – رفع الرجلين – واداء تمارين الجري بالسرعات المختلفة مع عبارات التشجيع .
 - الاحماء الخاص (10) د: يشمل التمرينات الخاصة , بما تتنجم مع نوع المهارة ونواحيها الحركية , وترتيب تسلسل التمرين , المرونة , التوافق , الرشاقة , القوة
 2- قسم الوحدة الرئيس (60) د : ويقسم :
 - الجزء التعليمي (20) د : وفيه يقوم المدرس بتوضيح المهارة وفق المرحلة المراد تعلمها على الطلاب وذلك بعرض فيديو وبسرعة بطيئة واعتيادية , مع توضيح الاخطاء التي ممكن أن ترتكب , ثم يطلب المدرس من كل طالب الاداء مع توفير تغذية راجعة .
 - الجزء التطبيقي (40) د : يقوم الطلاب بتطبيق التمرينات المعدة من قبل الباحثين , وتضمن (4) تمرينات عن كل مرحلة , وعند حدوث خطأ يطلب من الطالب التوجه الى مشاهدة فيديو الاداء في قاعة رفع الاثقال , ثم يعود الطالب لتكرار الاداء , ويمكن للمدرس بالتدخل عند الضرورة وتوضيح أي استفسار من أي طالب , وفي نهاية كل تمرين يتم اداء المهارة بشكل كلي , مع التركيز على مرحلة الاداء الفني المراد تعلمها .
 - 3- القسم النهائي (10) د : يتضمن عدد من تمرينات الاسترخاء , ولعبة ترويحية , ثم الوقوف لأداء تحية نهاية الدرس بتشكيل صف امام المدرس.
 3-6 الاختبارات البعدية :
 بنفس الظروف الاختبارات القبليّة وخطوات إجراءاتها , تمت الاختبارات البعدية من قبل فريق العمل المساعد , في يوم (الاثنين) بتاريخ 2023 /3/13.
 3-7 الوسائل الاحصائية
 تم الاستعانة بالقوانين الاحصائية الآتية (6) :
- "الوسط الحسابي- الوسيط - الانحراف المعياري- معامل الارتباط بيرسون- مربع كاي (ك²)- سبير مان براون- قيمة (t) للفرق بين وسطين عينتين مستقلتين- قيمة (t) للفرق بين وسطين عينتين مرتبطتين" النسبة المئوية للانتقال ."⁽⁷⁾

3- عرض ومناقشة النتائج

1-3 عرض نتائج الاختبار القبلي والبعدى لمراحل الاداء الفني للمجموعة التجريبية .

جدول (5) يبين قيمة (T) المحسوبة ومعنوية الفروق بين الاختبار القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية

مراحل الاداء الفني	وحدات القياس	القياس قبلي		القياس بعدي		س ف	ع ف	*T قيمة المحسوبة	معنوية الفروق	نسبة التطور %
		ع	س	ع	س					

(6) مروان عبد المجيد ؛ الاحصاء الوصفي والاستدلالي في مجالات وبحوث التربية البدنية الرياضية . ط1, دار الفكر للطباعة والنشر , 2000, ص152-360.

(7) خليل ابراهيم سليمان وآخرا؛ البحث العلمي في المجال الرياضي . ط1. مؤسسة دار الصادق الثقافية للنشر والطباعة والتوزيع , العراق , بابل , 2022, ص237.

33.72%	معنوي	11.16	1.09	2.86	0.58	5.69	0.91	2.82	درجة	وضع البدء
43.65%	معنوي	15.65	0.92	3.13	0.68	5.15	0.74	2.02	درجة	السحبة الأولى
43.38%	معنوي	11.91	1.1	2.86	0.60	4.66	0.85	1.84	درجة	السحبة الثانية
44.10%	معنوي	12.8	1.14	3.20	0.85	5.13	0.88	1.99	درجة	الطيران والهبوط أسفل الثقل
35.94%	معنوي	12.46	1.16	3.16	0.51	5.90	0.90	2.78	درجة	النهوض والثبات
39.79%	معنوي	16.19	0.94	3.4	0.46	5.34	0.80	2.30	درجة	الاداء الكلي

*القيمة الجدولية لـ (T) تساوي (2.093)، عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (19).
يبين الجدول (5) والخاص بنتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لمراحل الاداء الفني والاداء الكلي في رفعة الخطف أن قيمة (T) المحسوبة لجميع القياسات قد بلغت (11.16 - 15.65 - 11.91 - 12.8 - 12.46 - 16.19) على التوالي، وهي أكبر من قيمة (T) المحسوبة التي تساوي (2.093)، عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (19). وبذلك تكون الفروق دالة احصائياً لصالح القياسات البعدية للمجموعة التجريبية. وكذلك اظهرت النتائج نسبة التطور لمراحل الاداء وبلغت (33.72% - 43.65% - 43.38% - 44.10% - 35.94% - 39.79%) على التوالي.

2-3 عرض نتائج الاختبار القبلي والبعدي لمراحل الاداء الفني للمجموعة الضابطة.

جدول (6) يبين قيمة (T) المحسوبة ومعنوية الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

مراحل الاداء الفني	وحدات القياس	القياس قبلي		القياس بعدي		س ف	ع ف	*T قيمة المحسوبة	معنوية الفروق	نسبة التطور %
		ع	س	ع	س					
وضع البدء	درجة	0.87	2.73	0.80	4.74	2.01	1.2	7.73	معنوي	26.90%
السحبة الأولى	درجة	0.64	2.06	0.62	4.48	2.41	0.99	10.95	معنوي	37.00%
السحبة الثانية	درجة	0.79	1.73	0.79	4.06	2.33	1.23	8.82	معنوي	40.24%
الطيران والهبوط أسفل الثقل	درجة	0.88	1.91	0.87	4.16	2.24	1.41	7.22	معنوي	37.06%
النهوض والثبات	درجة	0.96	2.23	0.98	4.91	2.68	1.56	7.88	معنوي	30.52%
الاداء الكلي	درجة	0.70	2.13	0.66	4.47	2.33	1.10	9.70	معنوي	35.45%

*القيمة الجدولية لـ (T) تساوي (2.093)، عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (19).

يبين الجدول (6) والخاص بنتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لمراحل الاداء الفني والاداء الكلي في رفعة الخطف أن قيمة (T) المحسوبة لجميع القياسات قد بلغت (10.95-7.73-8.82 -7.22 -7.88 -9.70) على التوالي , وهي أكبر من قيمة (T) المحسوبة التي تساوي (2.093) ، عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (19). وبذلك تكون الفروق دالة احصائياً لصالح القياسات البعدية للمجموعة الضابطة . وكذلك اظهرت النتائج نسبة التطور لمراحل الاداء وبلغت (26.90% - 37.00% - 40.24% - 37.06% - 30.52% - 35.45%) على التوالي .

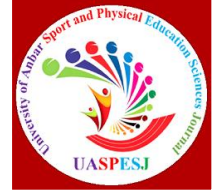
3-3 عرض نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين لمراحل الاداء الفني وتحليلها .
جدول (7) يبين قيمة (T) المحسوبة ومعنوية الفروق لنتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة

معنوية الفروق	قيمة (T) * المحسوبة	مجموعة الضابطة ن=20 للاختبارات البعدية		مجموعة التجريبية ن=20 للاختبارات البعدية		وحدات القياس	مراحل الاداء الفني
		ع	س	ع	س		
معنوي	4.31	0.80	4.74	0.58	5.69	درجة	وضع البدء
معنوي	3.35	0.62	4.48	0.68	5.15	درجة	السحبة الاولى
معنوي	2.72	0.79	4.06	0.60	4.66	درجة	السحبة الثانية
معنوي	3.59	0.87	4.16	0.85	5.13	درجة	الطيران والهبوط أسفل الثقل
معنوي	4.12	0.98	4.91	0.51	5.90	درجة	النهوض والثبات
معنوي	5.11	0.66	4.47	0.46	5.34	درجة	الاداء الكلي

* القيمة الجدولية (T) = (2.021) ، عند مستوى الدلالة (0.05) ، وبدرجة حرية = (38)

يبين الجدول (3-3) والخاص بنتائج الفروق بين الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة لمراحل الاداء الفني والاداء الكلي في رفعة الخطف أن قيمة (T) المحسوبة لجميع القياسات قد بلغت (4.31-3.35 -2.72 -3.59 -4.12-5.11) على التوالي , وهي أكبر من قيمة (T) المحسوبة التي تساوي (2.021) ، عند مستوى الدلالة (0.05) ، وبدرجة حرية = (38). وبذلك تكون الفروق دالة احصائياً ولصالح المجموعة التجريبية .

4-3 مناقشة نتائج البحث



4-4-1 مناقشة الفرض الاول : والذي يشير الى ((وجود فروق دالة احصائيا بين نتائج القياسات القبلية والبعدي لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية لتعليم رفعة الخطف لدى طلاب المرحلة الاولى لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة الأنبار)).

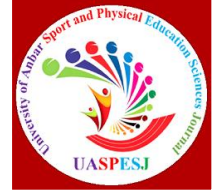
من خلال الجداول الخاصة لبيان الفروق بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعتين , تبين أن الفروق كانت لصالح الاختبارات البعدي لكلا المجموعتين, وهذا يعني التطور الحاصل لكل من برنامج التمرينات الخاصة على وفق الفيديو التفاعلي الذين تم تطبيقه من قبل المجموعة التجريبية , وكذلك التطور الحاصل للمنهج المتبع للمجموعة الضابطة , في تعلم رفعة الخطف لدى الطلاب , وهذا ما بينته نتائج مراحل الاداء لكلا المجموعتين , اذ تعد البرامج التعليمية الركيزة الاساسية لحدوث التعلم , وقد تفاوتت نسب التطور في كل أسلوب أو منهج يتم استخدامه , وترتبط هذه النتائج الى العوامل الذاتية لدى الطلبة التي تلعب دورا اساسيا في اكتساب المهارة , فضلا عن تكامل عملية التعلم مع امكانية التدريسي والاسلوب الذي يتبعه في ايصال المادة المتعلمة , فالعاملان مهمان في رفع جوانب عقلية وأثرة الانتباه ومستوى أدراك المتعلمين للمهارة , وأن طريقة التعليم من الضروريات الاساسية لعامل الرغبة ومحاكاة حواس المتعلمين , والتركيز على تنفيذ البرنامج , وتذكر (جيان .2022) " أن الانتباه للمثيرات المحيطة وظهور الاستجابة لها قد تتباين بين الافراد اعتمادا على طبيعة المثير المدرك , وأهميته من جانب طبيعة الفرد , واستعداده على الانتباه وسرعة استجابة حواسه , فقد يوجه الطالب أو الطالبة الانتباه على مثير ما فيلغي باقي المثيرات وتتعلق حواسه بالبحث والادراك الخاص بهذا المثير وعندما يتم ادراكه والاستجابة له يتحول الى مثير اخر" (8), وهذا يعني أن كل برنامج تعليمي هو خاضع لأسلوب معين قد يثير مدارك الطلاب بشكل اكبر من برامج تستخدم اساليب اخرى .

ويرى الباحثان أن التطور الحاصل في الاختبارات البعدي لكلا المجموعتين هو الى كفاية البرنامجين, قد ساهم في رفع التنوع من الخبرات للتمرينات المطبقة , بسبب التنظيم والتنوع , اذ تؤدي الخبرات المكتسبة من التمرين و" تنظيمها من ناحية العدد والتنوع , الى زيادة اكتساب الخبرات التعليمية , لأنه يؤدي الى اشتقاق خبرة متغيرة من تنوع التمرين مما يزيد الاداء بشكل أفضل"(9) , فضلا عن ذلك أن البرنامجين كلاهما استخدمتا التغذية الراجعة ولكن بطريقة مختلفة , وهذه من الامور التي تمكن الطالب المتعلم من اكتشاف خطأ الاداء , والعمل على تصحيحه بالوقت المناسب, وبهذا الصدد يؤكد (خليل, 2013) أن " النجاح في عملية التعلم المهاري , لا يتحقق من خلال الممارسة فقط , ولكن تأتي من خلال استقبال المتعلم لنوعين من المعلومات , فالأول يرتبط بالآلية لأداء المهارة المرغوب فيه, أما الثاني من خلال معرفة الخطأ المصاحب للأداء , وتصحيحه ليصبح الاداء مرغوباً به , وهذا يعني أن المتعلم سوف يعرف نتيجة أدائه"(10).

(8) جيان أحمد محمد ؛ أثر أنموذج وودز في الدافعية العقلية والكفاءة الذاتية وتعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة للطلبات, رسالة ماجستير, كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات , جامعة بغداد, 2022, ص118.

(9) magiII,A Richard: motor learning and controlI, boston,mc-grawhiII,1998,p.230.

(10) خليل ابراهيم سليمان ؛ التعلم الحركي , دمشق , دار العراب ودار نور للدراسات والنشر والترجمة , 2013,ص125.



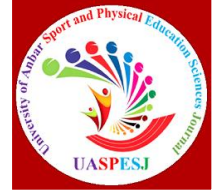
3-4-2 مناقشة الفرض الثاني: ((والذي يشير الى وجود فروق دالة احصائياً بين نتائج القياسات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية لتعليم رفعة الخطف لدى طلاب المرحلة الاولى لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة الأنبار)).

من خلال الجدول الخاص لبيان الفروق بين نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين , تبين أن الفروق كانت لصالح التمرينات الخاصة على وفق الفيديو التفاعلي المطبق من قبل المجموعة التجريبية , في جميع مراحل الاداء الفني لرفعة الخطف , ويعزو الباحثان هذه النتائج بانها طبيعية وواقعية في ظل محتويات البرنامج التعليمي للباحثين , في جوانب عديدة , فالتفوق كان في جزئيات مهمة في الجزء التعليمي من خلال تزويد المتعلمين بنماذج حركية عن طريق عرض الفيديو لكل مرحلة من مراحل الاداء , قد ساهم في تكوين تصور حركي تفصيلي في الدماغ عن المهارة, وهذا يعني محاكاة لحواس المتعلمين البصرية والسمعية وشعورهم الداخلي , وقد يكون سبب التفوق لدى المجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة في نوعية تحقيق مراحل التعلم الحركي وهي المرحلة المعرفية والتي تعد المرحلة الاولى لمراحلها, اذ أن حسن تطبيق وتحقيق هدف هذه المرحلة هو الركيزة الاولى لتسهيل عملية التعلم , وخاصة اذا ما تمت عبر استخدام وسائل التكنولوجيا , فهي بمثابة استخلاص للمعلومة عن طريق الخبرة الحسية لغرض ترميزها, وتنظيمها في الذاكرة , وعلى الرغم من الاختلافات بين المتعلمين في ناحية قدراتهم العقلية ومستوى الاستعداد ومدى استجابتهم للموقف التعليمي , وهذه النواحي تمكن الباحثين من تجاوزها من خلال اثاره الطلاب عن طريق العرض البصري والسمعي (فيديو) فحاسة البصر تساعد على " معرفة اوضاع الجسم وطبيعة شكله عند الاداء الحركي " (11) , أما حاسة السمع فهي تساهم في زيادة " الخبرات العملية للطلاب المتعلم , من خلال الإلمام بالناحية الفنية ومجموعة من النقاط الهامة عن طبيعة المهارة , فضلا عن تمكين المتعلم من ادراك الكيفية في استخدام القوة واتجاه الحركة " (12) . وبذلك حققت الوحدات التعليمية تفاصيل دقيقة عن المهارة باستخدام الصور الثابتة والمتحركة وتعد هذه بيئة تعليمية مثالية لدى الطلاب للتعلم واكتساب الاداء الحركي, اذ يؤكد (الالوسي, 1988) " اذا كانت البيئة منظمة بشكل تثير بعض حاجات الفرد ودوافعه فانه يهتم فيها وتصبح عنصراً مهماً في ادراكه لها, اما اذا كانت قائمة المنظمة بشكل لا تتعلق باهتماماته او حاجاته فانه لا يدركها, وعليه فان البيئة الصالحة هي البيئة المناسبة لإشباع حاجاته واهتماماته " (13)

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة (حازم ومحمد, 2012) والتي توصلت الى (الفاعلية الايجابية للبرنامج بالفيديو التفاعلي كوسيلة عرض للنموذج الحركي لاكتساب الأداء الفني برفعة الخطف) (14). وكذلك تتفق مع دراسة (نعمان, 2002) والتي توصلت الى أن (عرض النماذج باستخدام الحاسوب قد ساهم في تعليم العينة التجريبية برفعة الخطف, وكانت لها الأفضلية عن أسلوب العرض الحي للمجموعة الأخرى , فضلا عن ذلك

(11) زياد طارق حامد الحاج سعيد؛ أثر استخدام التفضيلات الحسية بفئات وزنيه مختلفة ومتساوية في تعلم الأداء الفني لبعض مسكات المصارعة الحرة, اطروحة دكتوراه, كلية التربية الرياضية , جامعة الموصل , 2012, ص34.
(12) عزيزة محمود سالم وأخران؛ رياضة الجمباز بين النظرية والتطبيق , المؤسسة الفنية للطباعة والنشر, القاهرة, 2006, ص128.

(13) جمال حسين الالوسي: علم النفس العام, مطابع التعليم العالي والبحث العلمي, جامعة بغداد, 1988, ص 223.
(14) حازم أحمد مطرود ومحمد مهدي محمد؛ أثر استخدام الفيديو التفاعلي في الاكتساب والاحتفاظ بفن أداء رفعة الخطف برفعة الخطف برفع الاتقال, مجلة الرافيدين للعلوم الرياضية , مجلد (19) , عدد (16) , 2013, ص20.



أن استخدام العرض بسرعتين بطيئة والاعتيادية مكن العينة من فهم الاداء⁽¹⁵⁾ , وبعد استعراض اسباب التطور الحاصل, وعزو الباحثان لهذه النتائج , فقد اثبت الباحثان فروض دراستهم والتي كانت بالاتجاه الصحيح.

4- الاستنتاجات والتوصيات

1-4 الاستنتاجات

- وفق النتائج التي توصل اليها الباحثان في دراستهم كانت الاستنتاجات الآتية :
- أن المنهج التعليمي باستخدام التمرينات الخاصة على وفق الفيديو التفاعلي ساهمت بشكل ايجابي في تعلم رفعة الخطف لدى الطلاب – المرحلة الأولى . في فعالية رفع الثقل .
 - أن الأسلوب المتبع ساهم ايضاً في تعلم رفعة الخطف لدى الطلاب .
 - تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في تعلم رفعة الخطف لدى طلاب المرحلة الاولى.
 - أن استخدام وسائل عرض الفيديو التفاعلي قد ساهمت في فهم وأدراك افراد المجموعة التجريبية للمسارات الحركية وتفاصيل الاداء الفني لرفعة الخطف .

2-4 التوصيات

- الاستفادة من التمرينات الخاصة على وفق الفيديو التفاعلي المستخدمة لما لها من تأثير في تعلم رفعة الخطف لدى الطلاب .
- توفير الاجهزة والادوات التعليمية ووسائل العرض في قاعة رفع الاثقال لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضية – جامعة الانبار.
- اجراء دراسات أخرى تتناول تمرينات خاصة اخرى على وفق الفيديو التفاعلي على طلاب المرحلة الاولى .
- ضرورة مفاحة المؤسسات الرياضية في محافظة الانبار بتفعيل رياضة رفع الاثقال والعمل على نشرها .

المراجع

- جمال حسين الالوسي: علم النفس العام، مطابع التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد، 1988.
- جيان أحمد محمد ؛ أثر أنموذج وودز في الدافعية العقلية والكفاءة الذاتية وتعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة للطلبات, رسالة ماجستير, كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية للبنات , جامعة بغداد, 2022.
- حازم أحمد مطرود ومحمد مهدي محمد؛ أثر استخدام الفيديو التفاعلي في الاكتساب والاحتفاظ بفن أداء رفعة الخطف برفعة الخطف برفع الاثقال, مجلة الرافدين للعلوم الرياضية , مجلد (19) , عدد (16) , 2013.

(15) نعمان هادي عبد علي؛ أثر تقنيات الحاسوب في تعلم أداء رفعة الخطف برفع الاثقال, كلية التربية الرياضية , جامعة بابل, 2002, ص50.



- حسن علي حسن؛ تأثير أسلوب التعلم التفاضلي لبعض النماذج الحركية في أداء رفعة الخطف برفع الأثقال للمبتدئين بأعمار (10-13) سنة، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة ديالى، 2021.
- خليل ابراهيم سليمان؛ التعلم الحركي، دمشق، دار العراب ودار نور للدراسات والنشر والترجمة، 2013
- خليل ابراهيم سليمان وآخرون؛ البحث العلمي في المجال الرياضي. ط1. مؤسسة دار الصادق الثقافية للنشر والطباعة والتوزيع، العراق، بابل، 2022.
- زياد طارق حامد الحاج سعيد؛ أثر استخدام التفضيلات الحسية بفئات وزنيه مختلفة ومتساوية في تعلم الأداء الفني لبعض مسكات المصارعة الحرة، اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، 2012.
- عزيزة محمود سالم وآخرون؛ رياضة الجمباز بين النظرية والتطبيق، المؤسسة الفنية للطباعة والنشر، القاهرة، 2006.
- الغريب زاهر وأقبال بهبهاني؛ تكنولوجيا التعليم – نظرة مستقبلية، ط2، دار الكتاب الحديث، القاهرة، 1999،
- محمد البغدادي؛ أهم مجالات استخدام الفيديو التفاعلي في عملية التعلم، ط6، القاهرة: دار الفكر العربي، 1998.
- محمد عطية خميس؛ اتجاهات حديثة في تكنولوجيا التعليم ومجالات البحث فيها، القاهرة، المركز الاكاديمي العربي للنشر والتوزيع، 2020.
- مرتضى علي شعلان؛ تأثير استراتيجية التعليم المتمازج في التحصيل المعرفي والاداء الفني والانجاز لرفعة الخطف لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة كربلاء، 2017.
- مروان عبد المجيد؛ الاحصاء الوصفي والاستدلالي في مجالات وبحوث التربية البدنية الرياضية. ط1، دار الفكر للطباعة والنشر، 2000.
- نعمان هادي عبد علي؛ أثر تقنيات الحاسوب في تعلم أداء رفعة الخطف برفع الاثقال، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، 2002.
- magiII,A Richard: motor Iearning and controI, boston, mcgrawhiII,1998,







ملحق (1) يبين نموذج لوحة تعليمية

الاسبوع: الاول والثاني
 الوحدة التعليمية: (1), (2)
 الاهداف التربوية: أن يتعود الطلاب على النظام والمشاركة والتعاون
 الاهداف التعليمية: ان يتعلم الطلاب مرحلة وضع البدء
 الهدف السلوكي: أن يؤدي الطلاب مرحلة وضع البدء بإتقان
 المرحلة : الاولى

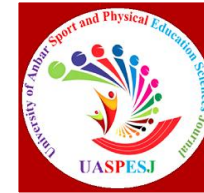
اليوم : الأحد
 التاريخ :
 الزمن: (90) د
 عدد الطلاب: (20)
 الادوات (عصى تعليمية- شفت تعليمي —حاسوب- داتا شو- فيلكس)

الملاحظات	التشكيلات	شرح وتنظيم محتوى المهارة	الزمن	نوع النشاط	اقسام الوحدة التعليمية
الالتزام بالنظام والوقوف بنسق مواجه للمدرس		تهيئه الادوات- حضور الطلاب- الوقوف على شكل نسق- اخذ الحضور - ترديد شعار التحية الرياضية لبدء الدرس.	5 د	المقدمة	القسم الاعدادي 20 د
التأكيد على اداء الاحماء والتأكيد على الحفاظ على المسافات بين الطلاب عند تطبيق الاحماء		الوقوف ← سير ← هرولة ← السير بخطوات واسعة ← مرجحة الذراعين ← هرولة اعتيادية ← هرولة مع تدوير الذراعين اماما وبالعكس ← رفع الركبتين عالياً ← الجري المتعرج بين الشواخص ← هرولة اعتيادية ← سير ← توقف .	5 د	الاحماء العام	
تنفيذ التمرينات البدنية بشكل صحيح وتصحيح الأخطاء.		التمارين : - (الوقوف , انثناء عرضي) مد وثني الذراعين الى الجانب بالتبادل (4 عدة) - (الوقوف فتحا , الذراعان جانبا , تبادل رفع الذراعان عاليا (4 عدة) - (الوقوف فتحا , تخصر) ميل الجذع اماماً (4 عدة) - (الوقوف , الذراعان اماماً) ثني الركبتين نصفاً (4 عدة)	5 د	الاحماء الخاص	
الانتباه على شرح الاداء للمهارة		بعد الانتهاء من الاحماء يجلس الطلاب بشكل مرتب وتوضيح فكرة أوليه على مرحلة البدء من قبل المدرس , ثم يتم عرض الاداء		الجزء التعليمي	القسم الرئيس (60) د

<p>التأكيد على ضبط التوقيت لكل تمرين التأكيد على دقة الاداء في الوحدة الاولى ثم التأكيد على سرعة الاداء في الوحدة الثانية</p>		<p>النموذجي باستخدام الحاسوب والداتا شوب , ويتم عرض الاداء بسرعة اعتيادية , وبسرعة بطيئة مع توضيح المدرس الى الاخطاء التي يمكن أن ترتكب , وبعد الانتهاء يطلب المدرس من الطلاب أي استفسار لديهم . تطبيق التمرينات</p>	<p>20 د 40 د</p>		
<p>عند حدوث خطأ يمكن للطلاب التوجه الى شاشة العرض لمشاهدة الاداء</p>		<p>ثني ومد الركبتين والذراعين امام الجسم. (3×10×1د) سحب الشفت التعليمي لمستوى الركبتين . (3×10×1د) السير بوضعية القرفصاء والذراعين الى الاعلى بالشفت التعليمي. (3×10×1د)</p>	<p>9 د 9 د</p>	<p>الجزء التطبيقي ت 1</p>	
<p>التأكيد على مشاركة جميع الطلاب</p>		<p>سحب دمبلص من وضع البدء الى مستوى الركبة. (3×10×1د)</p>	<p>9 د 3ت</p>	<p>ت 2</p>	
		<p>تقويم الاداء (أداء الطلاب لمهارة رفعة الخطف بشكل كامل) مع التركيز على مرحلة البدء من قبل المدرس.</p>	<p>9 د</p>	<p>ت 4</p>	
	<p>***** * *</p>	<p>لعبة كرة قدم من وضع القرفصاء(يقسم الطلاب الى مجموعتين ويضع هدفين بمسافة 2م , يقوم الطلاب بتمرير الكرة وهم بوضع القرفصاء والطالب الذي يقف يخرج من المباراة .</p>	<p>9 د</p>	<p>ت 5</p>	
		<p>سير ← هرولة خفيفة ← مد الذراعين للجانب ← مد الذراعين عالياً</p>	<p>4د</p>	<p>لعبة صغيرة</p>	



جميع الاعداد مرفوعة على: <https://iasj.net/iasj/journal/148/issues>
مجلة جامعة الأنبار للعلوم البدنية والرياضية UASPESJ
الصفحة الرئيسية للمجلة: <https://uaspesj.uoanbar.edu.iq/>
Print ISSN: 2074-9465 Online ISSN: 2706-7718



الهدوء والالتزام		والمشي على رؤوس الأصابع واخذُ نفس عميق ← سير. إرجاع	5د	تمارين تهنئة والانصراف	
أداء التحية بصوت واضح		الادوات وتأدية تحية الانصراف .	5د		القسم الختامي 10 د