

أثر منهج تعليمي وفق دائرة التعلم السباعية في تعلم بعض مهارات الحركات الأرضية لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي في المدرسة العالمية/ زيونة

نيران خليل عبدالقادر صالح (1)

تأريخ تقديم البحث: (2022/9/14)، تأريخ قبول النشر (2022/10/20)، تأريخ النشر (2023/6/28)

DOI: [https://doi.org/10.37359/JOPE.V35\(2\)2023.1389](https://doi.org/10.37359/JOPE.V35(2)2023.1389)

 <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

المستخلص

هدف البحث الى التعرف على أثر دائرة التعلم السباعية في تعلم بعض مهارات الحركات الأرضية، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي وشارك في هذه الدراسة عينة من تلاميذ الصف الخامس الابتدائي في المدرسة العالمية في زيونة، وشملت المهارات الحركية المدروسة مهارة الوقوف على اليدين ومهارة العجلة البشرية ومهارة القفزة العربية، وبعد تطبيق المنهج التعليمي لمدة ثمانية أسابيع بواقع وحدتين تعليميين في الأسبوع أظهرت النتائج تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في جميع الاختبارات.

الكلمات المفتاحية: الجمناستك، المهارات الأرضية، الوقوف على اليدين، القفزة العربية، العجلة البشرية، التعلم الحركي.

ABSTRACT

The effect of a motor program according to the seven-cycle learning in learning some floor gymnastics skills for the fifth-grade primary students at the International School / Zayouna

The research aimed to identify the effect of seven circle learning circle in learning some of floor gymnastics skills. The researcher used the experimental approach. A sample of fifth primary students at the International School in Zayouna participated in this study. The studied motor skills included the skills of handstand, cartwheel, and the round off (Arabian Spring move). After applying the motor program for eight weeks, at the rate of two units per a week, the results showed that the experimental group outperformed the control group in all tests.

Keywords: *gymnastics, floor gymnastics skills, handstand, the round off, cartwheel, motor learning.*

(1) مدرس، دكتوراه تربية رياضية، الجامعة العراقية، كلية الاعلام (neranKhleel@yahoo.com).

Neran Khaleel Abdulqader, Instructor, (PH.D), Aliraqia University, College of Media, (neranKhleel@yahoo.com) (+96407702780780).

المقدمة:

تمثل التربية الرياضية والبدنية أحد العوامل الهامة المساعدة في اعداد الطالب اعدادا شاملا ومتزنا ومؤثر إيجابيا في تطوير جوانب الشخصية العقلية والجسمية والنفسية والاجتماعية، وتعد دائرة التعلم السباعية أحد أنواع اساليب التعلم المرتكزة على الجانب العملي من خلال انتقال محور العملية التعليمية تنتقل من المعلم الى المتعلم، وذلك عن طريق جعل المتعلم يكتشف ثم يبني المفهوم وبعدها يقوم بتطبيق ذلك المفهوم على فكرة جديدة (علي، 2013، صفحة 6). ودائرة التعلم هي أحد النماذج التعليمية تستمد افكارها من النظرية البنائية اذ يتم فيها إعطاء الدور الأكبر والفعال الى المتعلم، من خلال ممارسة نشاطات مهارية وتطبيقها في مواقف جديدة مما يجعلها أكثر متعة واثارة للمتعلمين. (محمد، 2021، صفحة 9)

دائرة التعلم السباعية هي دائرة تعلم تم تطويرها من دائرة التعليم الخماسية، وهي أسلوب تعليمي يقوم على تفعيل المعرفة السابقة عند الطالب في تكوين واكتشاف المعرفة العلمية الجديدة (طلبة، 2009، صفحة 48)

وتشير (تركلي، 2017، صفحة 4) الى ان دائرة التعلم السباعية تقدم الفرصة للمتعلمين في إيجاد أكبر عدد من الحلول للمشكلة الواحدة وهذا يقود المتعلم الى الابداع في التفكير والأداء.

وتتكون دائرة التعليم السباعية من سبعة مراحل هي الاثارة والاستكشاف والتفسير والتوسع والتמיד وتبادل المعلومات والفحص والتقويم، (زيتون و زيتون، 2013، صفحة 204) ويؤكد (زيتون ع.، 2007، صفحة 33) الى ان دائرة التعليم السباعية تعمل على تفعيل المعرفة السابقة عند المتعلم في التكوين والاكتشاف للمعرفة الجديدة، وأشار (Al-Osaimi, 2019) الى ان دائرة التعلم السباعية تتكون هذه الدائرة من سبعة مراحل أولها (مرحلة الاثارة) وهدف هذه المرحلة هي تحفيز اهتمام المتعلم وزيادة اثارته بالموضوع، ثم تاتي المرحلة الثانية (مرحلة الاستكشاف) وهي تلبية رغبات المتعلم في حب الاستطلاع والتعاون معه في معرفة واستيعاب المعنى والمفهوم للموضوع المطلوب، اما المرحلة الثالثة وهي (مرحلة التفسير) يتم فيها شرح مضامين الموضوع المطلوب تعلمه، وتأتي بعدها المرحلة الرابعة وهي (مرحلة التوسيع) التي يبدأ فيها المتعلم باكتشاف تطبيقات أخرى للمفهوم، اما المرحلة الخامسة وهي (مرحلة التمديد) فيها يتم توضيح العلاقة بين الموضوع الحالي وبين المواضيع الأخرى مما يؤدي الى تمديد المفهوم الى مواضيع جديدة، وفي المرحلة السادسة والتي تسمى (مرحلة التبادل) يكون هدفها الرئيس تبادل الأفكار بين المتعلمين، وأخيرا وفي المرحلة السابعة (مرحلة الامتحان) يتم فيها تقييم المتعلمين لمستوى التعلم.

ان استعمال الدائرة التعليمية السباعية او غيرها من أساليب التعلم يشكل فائدة كبيرة للمتعلمين لاسيما الأطفال في العمر المدرسي، وتمثل لعبة الجمناستك أحد الألعاب التي لها ثقلها الكبير سواء في الاحداث الرياضية الكبرى كالألعاب الأولمبية او الدورات القارية او في الاحداث الرياضية المحلية او المدرسية او المهرجانات، فالعديد من المدارس يعتمد فيها مدرس الرياضة على الجمناستك وخاصة في المدارس التي تمتلك قاعة رياضية، كما في الابتدائي المدرسة العالمية/ زيونة. اذ ان مهارات الحركات الأرضية في الجمناستك لا تحتاج الى أدوات كثيرة سوى مساحة فارغة وبساط الأرضية وبعض قطع الإسفنج، وهذا ما دفع الباحثة الى محاولة ادخال أسلوب الدائرة التعليمية السباعية في تعليم بعض مهارات الجمناستك الأرضي.

ومن خلال اطلاع الباحثة على الجهود السابقة للباحثين في موضوع الدائرة التعليمية فقد وجدت ان الباحث (عطوان، 2022) استعمل المنهج التجريبي على عينة عددها 20 لاعبا من المدرسة التخصصية بكرة

اليد وقد استنتج الباحث ان أسلوب دائرة المحطات التعليمية لها اثر إيجابي في تعليم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد للمبتدئين، وفي دراسة (حميد و جاسم، 2022) التي هدفت الى الإفادة من دائرة التعليم السباعية في تحسين أداء مهارة قفزة اليدين الامامية، استخدمت الباحثتان المنهج التجريبي على عينة من لاعبات الجمناستك وعددهن 14 لاعبة، وظهرت النتائج الأثر الإيجابي لدائرة التعليم السباعية في تحسين مهارة قفزة اليدين الامامية. اما (محمد، 2021) فقد استعمل المنهج التجريبي على عينة مكونة من 16 لاعبا من لاعبي الريشة الطائرة وقد استنتج الباحث ان الدائرة التعليمية المستخدمة قد ساعدت على فهم واستيعاب ومن ثم التطبيق الصحيح للمهارات المبحوثة، اما (حه مه سعيد، 2020) فقد استخدم المنهج التجريبي على عينة مكون من 16 لاعبا من لاعبي الكرة الطائرة وقد استنتج الباحث ان دائرة التعلم المصحوبة بالتدريب الثابت كانت أكثر فاعلية من التمرين المتغير بالنسبة لعينة البحث. اما (طلعت، 2018) فقد استخدم المنهج التجريبي على عينة من طلبة الإعدادية وعددهم 28 طالبا، اذ استخدم الباحث دائرة الأدوات التعليمية المبتكرة في تعليم مهارة الوثبة الثلاثة وقد استنتج الباحث ان دائرة التعليم المبتكرة قد ساعدت في تعلم الأداء الفني في الوثبة الثلاثة.

وعلى صعيد الجمناستك فقد استخدم (حسين، 2018) المنهج التجريبي على ثلاث مجامع استخدم فيها الباحث أسلوب الدائرة التعليمية وأسلوب الخرائط الذهنية ان استخدام كل من دورة التعلم والخرائط الذهنية على وفق الاسلوب المعرفي (التحليلي مقابل الشمولي) قد اظهرا تاثيرا ايجابيا في تطوير الذكاء الحسي الحركي وتعلم مهارات الجمناستك الفني قيد البحث، اما (حبوش، 2007) فقد هدفت الى التعرف على أفضل أسلوب من بين الأساليب التعليمية الثلاثة (التعاوني ، دائرة التعلم ، الأسلوب التقليدي) وباستخدام المنهج التجريبي على عينة من طالبات المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة عددهن 15 طالبة، توصلت الباحثة الى ان النتائج التي أفرزتها الاختبارات أثبتت صلاحية كل من الأساليب التعليمية الثلاث وفعاليتهم في التأثير في التعلم والاحتفاظ بمهارات البحث المختارة.

الطريقة والأدوات:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائمته طبيعة البحث، واشترك في البحث عينة من تلاميذ الصف الخامس الابتدائي في المدرسة العالمية في زبونة، واختارت الباحثة هذه المدرسة لتوافر بعض المستلزمات الهامة فيها كالقاعة الرياضية وبساط الأرضية المناسب لحركات الجمناستك فضلا عن تعاون إدارة المدرسة ومعلمة الرياضة، شملت عينة البحث 16 تلميذاً من الصف الخامس الابتدائي، ممن رغبوا في خوض التجربة بعد موافقة ذويهم، تم تقسيمهم مناصفة الى مجموعتين ضابطة وتجريبية.

واختارت الباحثة بعض مهارات الحركات الأرضية وهي:

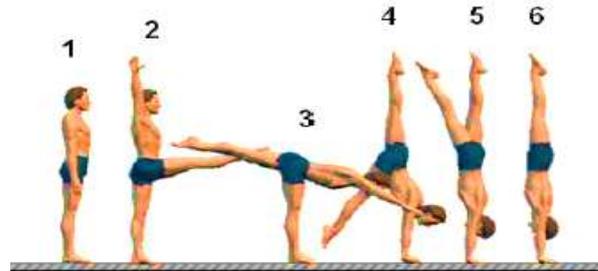
أولاً: مهارة الوقوف على اليدين: يعد الوقوف على اليدين من الحركات الصعبة وذلك لصغر قاعدة الارتكاز ويُعد مركز ثقل الجسم عن الارض، وتؤدي الحركة اماماً بالنهوض الفردي.

• القسم التحضيري: من وضع الوقوف يثني المتعلم جذعه للأسفل وتوضع كفي اليدين على الارض باتساع الصدر ثم تمد احدي الرجلين للخلف.

• القسم الرئيسي: يؤرجح المتعلم الرجل الممدودة (القائدة) الى اعلى مع دفع الارض بالرجل المثبتة (الناهضة) حتى يصل الجذع والرجل القائدة فوق الكتفين مباشرة. وفي الوقت نفسه يلحق الرجل الناهضة

الرجل القائدة، ويمد الرجلين معاً عالياً حتى يصبحا على استقامة واحدة مع الحوض والورك، مع بقاء الرأس بين الذراعين والنظر الى الامام.

- القسم النهائي: يصل الجسم الى وضع الوقوف على اليدين ويكون قطع زاوية مقدارها (90°) مع الارض، وتؤدي رسغا اليدين دوراً مهماً في تثبيت الجسم، ولعضلات البطن والفخذين كذلك اهمية كبيرة في المحافظة على الوضع العمودي للجسم.



الشكل (1) الوقوف على اليدين

ثانياً: مهارة العجلة البشرية: تتطلب هذه المهارة دوران الجسم حول محوره العميق، إذ تقطع الذراعان والرجلان دائرة كاملة (360°) وذلك من نقطة البداية وحتى نهاية الحركة.

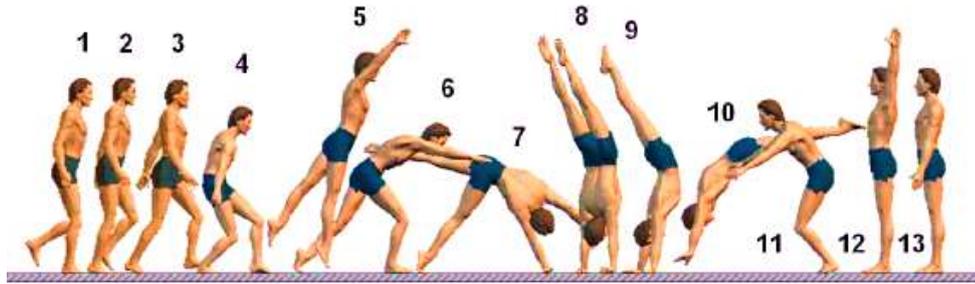
- القسم التحضيري: يقف المتعلم والقدمين متباعدتين (الوقوف النصفي امام، جانب) الارتكاز على رجل اليمين أو اليسار مع رفع الذراعين مائلاً عالياً.
- القسم الرئيسي: ينقل المتعلم مركز ثقل الجسم على رجل اليسار لترتكز عليها مع رفع الذراعين مائلاً عالياً وعلى بعد (50 سم) تقريباً من القدم اليسرى، ثم تضع كف يد اليسار بأصابع مفتوحة والذراع ممدودة على الارض، بحيث تشير الاصابع الى الخلف وفي الوقت نفسه يؤرجح الرجل اليمنى عالياً ثم يدفع الارض بقدم اليسار بقوة مع وضع اليد اليمنى على الارض ليدور الجسم بانسياب والرجلان مفتوحتان مارتان بوضع الوقوف على اليدين فتحاً، ثم ينتقل ثقل الجسم على الذراع اليمنى بعدها ترفع عن الارض بدفعها مع ميلان الجذع الى جانب اليمين لحين وصول الرجل اليمنى الى الارض.
- القسم النهائي: يدفع المتعلم الارض باليد اليمنى ليعود الى وضع الوقوف فتحاً، الذراعان جانباً



الشكل (1) العجلة البشرية

ثالثاً: مهارة القفزة العربية: تعد مهارة القفزة العربية من مهارات الحركات الارضية ويمكن أن تؤدي من الوقوف أو الركضة القريبة وتحتوي على مرحلة الوقوف على اليدين جانباً مع نصف لفة بالجدع وتؤدي بالنهوض الفردي.

- القسم التحضيري: يقوم المتعلم بالحجل على القدم الحرة مع مرجحة الذراعين اماماً عالياً.
- القسم الرئيسي: يضع المتعلم قدم النهوض (اليمنى) أولاً ويثني مفصل الورك بسرعة، ثم يضع كف اليد (اليمنى) أولاً ثم تليها كف اليد اليسرى التي توضع الى الامام بجانب اليد اليمنى، بعدها يؤدي المتعلم نصف لفة مع مرجحة الرجل الحرة بقوة الى الاعلى، ويدفع قدم النهوض الارض لتلحق بالقدم الحرة عند مرور الجسم بوضع الوقوف على اليدين. بعد ذلك تنثني مفصل الورك بسرعة ويدفع اليدين الى الارض بقوة وتبقى الرجلين مضمومتين مع لف الجذع.
- القسم النهائي: تهبط الرجلان معاً وهما مضمومتان على الارض وتصل المتعلم الى وضع الوقوف مواجهاً للاتجاه الذي بدأت منه الجري.



الشكل (1) القفزة العربية

ولغرض تطبيق الدائرة التعليمية السباعية في التعلم فقد قامت الباحثة بالاطلاع على التجارب السابقة لباحثين استخدموا دورة التعليم السباعية او النظرية البنائية في التعلم ومنها دراسة (عبد الفتاح، 2005) ودراسة (علي، 2013) ودراسة (تركي، 2017) ودراسة (عفيفي، 2018) ودراسة (ابراهيم، 2016) وقد أفادت الباحثة من هذه الدراسة في اعداد محتوى الدائرة التعليمية السباعية وعلى الشكل الاتي:

قامت الباحثة بإعداد المنهج التعليمي والذي استمر لمدة شهرين (8 اسابيع) بواقع وحدتين تعليمين أسبوعياً ووفقاً لجدول الدروس في المدرسة، وتم تطبيق المنهج المعد على المجموعة التجريبية واستمرت المجموعة الضابطة تعمل وفقاً للمنهج الموضوع من قبل المعلمة، وتم تحديد فترة المنهج التعليمي بصورة متساوية لكلا المجموعتين، استغرقت كل وحدة تعليمية زمن 40 دقيقة أعطيت 5 دقائق للإجماع وخمس دقائق للاستشفاء 30 دقيقة للجزء الرئيس من الوحدة.

- اعداد البيانات التوضيحية (صور ورقية وافلام توضيحية)، وهي تمثل المرحلة الأولى وهي (مرحلة الاثارة والتنشيط) واثارة الفضول.
- وفي المرحلة الثانية (مرحلة الاكتشاف) اذ قامت المعلمة بتلبية رغبات المتعلم في حب الاستطلاع والاكتشاف من خلال تقسيم العينة التجريبية الى مجموعتين كل مجموعة تتكون من اربع افراد ولكل مجموعة جهاز (تاب لت) لعرض المهارات الحركية المطلوبة، مع توضيح النقاط الفنية من خلال المعلم

الذي يقوم بطرح الأسئلة عن تفاصيل المهارة لغرض توليد أكبر عدد من الأفكار المرتبطة بالمهارة وكيفية أدائها.

- قامت المعلمة وعن طريق نموذج بعرض المهارات على عينة البحث التجريبية لتعريفهم بكيفية الأداء للمهارات الحركية المطلوبة وبذلك حقق الباحث الغرض من (مرحلة التفسير والتوضيح)
- وفي (مرحلة التوسع) تقوم المعلمة بالتشجيع لتطبيق المهارات الحركية الثلاث وهي الوقوف على اليدين والعجلة البشرية والقفزة العربية) وهنا يقوم افراد العينة التجريبية بعرض نقاط التشابه والاختلاف والنقاط المشتركة بين المهارات الحركية الثلاث مثل ان جميعها تمر بمرحلة الوقوف على اليدين فضلا عن وضعية الرجلين خلال الأداء واتجاه الجسم.
- وفي (مرحلة التمديد) قامت المعلمة بتوضيح العلاقة بين المهارات الثلاثة وكيفية الدمج بينها من خلال توجيه الأسئلة المتعلقة بالاداء الحركي للمهارات مع الاهتمام بالمراحل الثلاث لكل مهارة (التحضيرى والرئيسي والختامي).
- وبعدها تم تطبيق (مرحلة التبادل) من الاشراف على العينة التجريبية عن طريق تجميع العينة وتبادل الأفكار فيما بينهم ونشر الحصيلة التي توصل اليها كل منهم الى باقي افراد العينة.
- ولغرض تطبيق المرحلة الأخيرة (مرحلة التقويم) لغرض تقييم الأداء فقد قامت الباحثة بإجراء نوعين من التقويم (التقويم المرحلي) و (التقويم النهائي)، شمل التقويم المرحلي طرح أسئلة خلال فترة تطبيق الوحدات التعليمية تحتوي على معلومات تحث الطلبة على التفكير والاستنتاج واثارة الاهتمام، فضلا عن أسئلة أخرى تخص النقاط الدقيقة في الأداء المهاري للحركات المطلوبة، اما التقويم النهائي فشمّل تصوير الأداء المهاري لغرض إعطاء الدرجة النهائية لتعلم المهارات المبحوثة.
- ولغرض تقويم المهارات الحركية قيد البحث قامت الباحثة بتصوير الأداء الحركي في الاختبارات القبلية والبعديّة.

النتائج:

الجدول (1) نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة لعينتي البحث التجريبية والضابطة

الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المهارة	المجموعة
ع	س	ع	س		
1.061	4.375	0.518	2.375	مهارة الوقوف على اليدين	الضابطة
0.756	3.000	0.262	1.763	مهارة العجلة البشرية	
0.466	2.000	0.306	1.125	مهارة القفزة العربية	
0.535	3.000	0.491	2.413	مهارة الوقوف على اليدين	التجريبية
0.641	6.125	0.370	1.763	مهارة العجلة البشرية	
0.463	5.750	0.581	1.150	مهارة القفزة العربية	

الجدول (2) نتائج اختبار الفروق بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة

المجموعة	المهارة	ف	ف هـ	قيمة t	مستوى الخطأ	الدلالة
الضابطة	مهارة الوقوف على اليدين	2.000	0.327	6.110	0.000	معنوي
	مهارة العجلة البشرية	1.238	0.219	5.658	0.001	معنوي
	مهارة القفزة العربية	0.875	0.190	4.613	0.002	معنوي
التجريبية	مهارة الوقوف على اليدين	4.588	0.257	17.874	0.000	معنوي
	مهارة العجلة البشرية	4.363	0.309	14.103	0.000	معنوي
	مهارة القفزة العربية	4.600	0.218	21.106	0.000	معنوي

معنوي تحت مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 7

الجدول (3) نتائج اختبار الفروق بين نتائج الاختبار البعدي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة

المهارة	س بعدي مج. ضابطة	س بعدي مج. تجريبية	قيمة t	مستوى الخطأ	الدلالة
مهارة الوقوف على اليدين	4.375	7.000	6.25	0.00	معنوي
مهارة العجلة البشرية	3.000	6.125	8.92	0.00	معنوي
مهارة القفزة العربية	2.000	5.750	16.15	0.00	معنوي

معنوي تحت مستوى دلالة 0.05

المناقشة:

من خلال الجدول (2) نجد ان كلا المجموعتين قد حققت فروقا معنوية ولصالح الاختبار البعدي، اذ ان جميع قيم المعنوية Sig. كانت اقل من مستوى الدلالة البالغة 0.5 تحت درجة حرية 7، وتعزو الباحثة تطور المجموعة الضابطة استندت في تعلم المهارات على المنهج المتبع في المدرسة وهو منهج خضع للمعايير العلمية فضلا عن إمكانات معلمة المدرسة وخبرتها في مجال التعلم الحركي. اذ يؤكد (شوكوت و اخرون، 2015) ان التنظيم الجيد للدرس يسهم في اكتساب المتعلمين القدرة على معايشة الدرس وفهم مضامينه وتغيير في السلوك الحركي باتجاه تعلم المهارات الحركية، كم يؤكد (عطوان، 2022، صفحة 10) على ان البرنامج المبني على أسس علمية في تنظيم العملية التعليمية بإشراف معلمين اختصاص وتحت ظروف تعليمية جيدة حتما سوف يؤدي تطوير تعلم المهارات وتطوير الإنجاز.

وتشير النتائج في الجدول (3) الى ان المجموعة التجريبية قد حققت الأفضلية على المجموعة الضابطة من خلال كون المعنوية Sig. كانت اقل من مستوى الدلالة البالغة 0.05 ويشير الجدول أيضا الى ان قيم الأوساط الحسابية لنتائج الاختبارات البعدي للمجموعة التجريبية كانت اكبر من الأوساط الحسابية للمجموعة الضابطة مما يؤكد ان التفوق كان لصالح المجموعة التجريبية، وتعزو الباحثة هذا التفوق الى استخدام الدائرة التعليمية السباعية والتي ساعدت على احداث عمليات تعلم مبنية على الفهم الواعي لطبيعة المهارة ودقائقها وليس الأداء الحركي المتكرر فقط، ويتفق ذلك مع ما اشارت اليه دراسة (كوجك، 2008، صفحة 106) ان الأساليب التعليمية المعتمدة على تفاعل المتعلم في المواقف التعليمية وتفعيل دور المتعلم

وتعظيمه تمثل نوعاً حديثاً من أساليب التعلم والتي اثبتت الكثير من التجارب نجاحها في تغيير سلوكيات الحركة نحو الأفضل.

ومن جهة أخرى فان تنوع مصادر المعلومات المعطاة للمتعلم حول المادة المقصودة، مثل الصور ومقاطع الأفلام والشرح والنموذج أسهم وبلا أدنى شك في هذا تفوق المجموعة التجريبية، إذ ان هذا التنوع بمصادر المعلومات يعطي التصور الكامل للمهارة في ذهن المتعلم عن المهارة المطلوبة وكيفية أدائها والنقاط الفنية الهامة فيها والمسار الصحيح لأجزائها، وبالتالي الوصول الى الأداء الصحيح الخالي من الأخطاء الفنية. ان دورة التعلم السباعية تركز على الجانب العملي التطبيقي لاسيما في مراحلها الأولية إذ ان المعلومات المعطاة والاسئلة التوضيحية والشرح واستمطار الأفكار فضلا عن تبادل المعلومات بين المتعلمين يمثل تطبيقاً ذهنياً للمتعلمين، كذلك فان تكافؤ الأدوار بين المعلم والمتعلم بحيث يكون فيه المتعلم هو المحور الأساس في العملية التعليمية ينعكس أثر الإيجابي عند التطبيق الفعلي. (حويل، 2001، صفحة 133).

وترى الباحثة ان دائرة التعليم السباعية تراعي القدرات العقلية والذهنية والبدنية والفروق الفردية بين المتعلمين كما انها تحث على التفكير والاستقصاء للوصول الى المعلومة المطلوبة، ان هذا الامر يجعل المتعلم فعالاً متفاعلاً مع العملية التعليمية، للوصول الى المفاهيم الصحيحة، (Tawfiq, 2016) ان اهم ما في الأداء الحركي الفني في الجمناستك هو الادراك الواعي لجميع تفاصيل المهارة بدءاً من الجزء التحضيرى واهميته ثم التفاصيل الدقيقة للأداء في الجزء الرئيس وأخيراً الجزء النهائي من الحركة.

المصادر

- Al-Osaimi, H. H. (2019). The effect of Using the Constructive Learning Strategy 7, ES on the Level of Skill Performance of the Skill of 200 Meters Hurdles for Middle School Students in the State of Kuwait. *Assiut Journal For Sport Science Arts*, 2019(1).
- Edwards, W. (2004). *Art of Boxing and Science of Self-Defense*. New York: Excelsior Publishing House.
- Tawfiq, R. (2016). Effectiveness of Strategy, ES Seven Cognitive and learn swimmers crawling on the abdomen and back. *Assiut Journal of Sport Science and Arts*, 316(3).
- Walsh, J. J. (1995). *Boxing Simplified*. 321.
- ابتهاج محمود طلبة. (2009). *المهارات الحركية لطفل الروضة*. عمان: دار المسيرة للنشر والطباعة.
- احمد خاطر، و علي فهمي البيك. (1978). *القياس في المجال الرياضي*. القاهرة: دار المعارف.
- ايلاف ربيع عباس التميمي. (2012). تأثير منهاج مقترح للتدريب العقلي المصاحب للتمرينات المهارية في تنمية تركيز الانتباه وتحويله لدى لاعبي منتخب شباب العراق بالمالكمة. أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- حامد شوكت، و اخرون. (2015). اثر استخدام الرزم التعليمية المبرمجة باسلوب التنافس الجماعي في تعلم واحتفاظ بعض المهارات الاساسية بكرة اليد. *مجلة كربلاء لعلوم الرياضة*، 2(3).
- حسام الدين نبيه عبد الفتاح. (2005). تأثير اسلوب العلم البنائي على المجال المعرفي والانفعالي ومستوى الاداء في كرة اليد / اطروحة دكتوراه. كلية التربية / جامعة الازهر.
- حسن حسين زيتون، و كمال حسين زيتون. (2013). *التعلم والتدريس من منظور النظرية البنائية*. القاهرة: عالم الكتب.

- حسن محمد حويل. (2001). اثر استخدام دورة التعلم لتدريس المفاهيم الكهربائية على التحصيل وتنمية مهارات التفكير ، رسالة ماجستير. كلية التربية /جامعة اسبوط .
- رافد خليل اسماعيل. (2018). تأثير استخدام صالة تدريب ذكية في تطوير بعض القدرات الخاصة للملاكمين الناشئين. اطروحة دكتوراه، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بغداد.
- رحيم عطية. (2008). دراسة معرفة حدة الانتباه ومستوى الاداء المهاري لدى لاعبي خطوط اللعب المختلفة بكرة القدم. مجلة ميسان للدراسات الاكاديمية، 7(13)، 173.
- رشا ناجح علي. (2013). تأثير استخدام نموذج التعلم البنائي على تعلم بعض المهارات الحركية لرياضات الجمباز. مجلة علوم الرياضة / جامعة المنيا، 11(8).
- رغد شاهر تركي. (2017). فاعلية استراتيجية دورة التعلم السباعية في تنمية مستوى التحصيل والاتجاه نحو مادة الاحياء لدى طلاب الصف العاشر الاساسي في الاردن. مجلة كلية التربية، 36(174 ج1).
- زهراء محمد علي حميد، و رنا عبد الستار جاسم. (2022). اثر وحدات تعليمية وفقا لاستراتيجية es7 في تعلم مهارة فقرة اليدين الامامية بالجمناستك الفني للسيدات. مجلة المستنصرية لعلوم الرياضة، 4(1).
- زياد مشقابة، و زياد العجلوني. (2011). استخدامات حاسوبية في الادارة. عمان: دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع.
- سامر يوسف متعب. (2004). ثير منهج تعليمي لتعميم البرامج الحركية في تعلم مهارتي المناولة والتصويب بكرة اليد والتصرف الحركي للأشبال. اطروحة دكتوراه، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بغداد، 65.
- سوزان سليم داود حبوش. (2007). تأثير استخدام أسلوب التعلم التعاوني ودائرة التعلم في التعلم والاحتفاظ ببعض المهارات على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني. مجلة التربية الرياضية، 17(2).
- صفاء عباس شهاب عطوان. (2022). تأثير اسلوب المحطات التعليمية في تعليم بعض المهارات الاساسية بكرة اليد للمبتدئين. مجلة واسط للعلوم الرياضية، 3(10).
- عايق محمد زيتون. (2007). النظرية البنائية واستراتيجية التدريس. عمان: دار الشروق.
- عفاف عثمان. (2010). الاتجاهات الحديثة في التربية الحركية والنفسية. الاسكندرية: دار الوفاء للنشر والتوزيع.
- علي صيهود محمد. (2021). تأثير دائرة التعلم المصحوبة بالتمارين المكثف والموزع في تعلم بعض المهارات الاساسية بالريشة الطائرة. مجلة علوم التربية الرياضية، 14(5).
- فراس طلعت. (2018). استخدام دائرة تعليمية مبتكرة في تطوير بعض القدرات البدنية ومستوى التعلم لفعالية الوقبة الثلاثية. مجلة التربية الرياضية، 30(2).
- كه ذال كاكه حه مه سعيد. (2020). تأثير دائرة التعلم المصحوبة بالتمارين الثابت والمتغير في تعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة. مجلة علوم التربية الرياضية، 13(1).
- كوثر كوجك. (2008). تنويع التدريس في الفصل - دليل المعلم لتحسين طرق التعلم في مدارس الوطن العربي. بيروت: اليونسكو.
- ليث محمد حسين. (2018). تأثير دورة التعلم والخرائط الذهنية وفق الأسلوب المعرفي (التحليلي مقابل الشمولي) في تطوير الذكاء الحسي الحركي وتعلم بعض مهارات الجمناستك الفني للرجال. مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية (56).
- مايسة محمد عفيفي. (2018). تأثير استراتيجية قائمة على الدمج بين دورة التعلم السباعية es,7 وخرائط المفاهيم على تعلم بعض مهارات الانقاذ في السباحة. المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة، 11(11).
- محمد ربيع شحاتة. (2009). المرجع في علم النفس الجريبي (الإصدار 1). عمان: دار الميسرة للنشر والتوزيع.

- مستور علي ابراهيم الفقيه. (2018). فاعلية تدريبات مقترحة للرؤية البصرية على تطوير بعض القدرات التوافقية الخاصة ومستوى الأداء المهارى للاعبى كرة القدم. مجلة علوم الرياضة، 10(36)، 6.
- معتز يونس ذنون، و نجاه سعيد علي. (2008). قياس حدة الانتباه بعد الجهد الهوائي واللاهوائي والعلاقة بينهما وفترة عودته لدى لاعبي كرة القدم (المجلد 8). بغداد: مجلة ابحاث كلية التربية الاساسية.
- مفتي ابراهيم حماد. (2001). التدريب الرياضي تخطيط وتطبيق وقيادة. القاهرة: دار الفكر العربي.
- مهند حسين البشتاوي، و احمد ابراهيم الخواجا. (2005). مبادئ التدريب الرياضي. عمان: دار وائل للنشر.
- نور طه ابراهيم. (2016). تأثير استخدام دورة ابعاد التعلم es7 البنائية على مستوى تعلم بعض المهارات الحركية على جهاز الحركات الارضية لدى طالبات المرحلة الاعدادية. المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة (76 ج2).
- هاشم احمد سليمان. (1988). علاقة تركيز وحدة الانتباه بدقة التصويب في الرمية الحرة بكرة السلة. رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بغداد.
- هلال عبدالكريم. (2010). علم النفس الرياضي في التعلم الانجاز القياس النفسي. بغداد: المكتبة الرياضية.
- هيثم اسماعيل علي هاشم. (2006). تصميم جهاز لتنمية القوة العضلية للكمات المستقيمة في رياضة الملاكمة. رسالة ماجستير، جامعة اسيوط، كلية التربية الرياضية.
- وائل مبروك ابراهيم مبروك، عاطف نمر خليفة، و اسامة صلاح فؤاد. (2007). تاثيرانقاص الوزن علي بعض مظاهر الانتباه لدي لاعبي الملاكمة. رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بنها، مصر.
- وجيه محجوب. (2000). البحث العلمي ومنهجيته. بغداد: وزارة التعليم العالي والبحث العلمي.
- يعرب عبدالحسين خيون. (2010). التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق (الإصدار ط2). مطبعة الكلمة الطيبة: بغداد.