

تأثير استخدام أداة مساعدة في تطوير أداء مهارة القلبة الامامية المتكورة على جهاز الحلق في الجمناستك الفني للناشئين

أ.د. صالح مجيد العزاوي منذر محمود خليفة

١٤٣٦

مستخلص البحث باللغة العربية.

الباب الأول - التعريف بالبحث:

اشتمل على مقدمة البحث وأهميته، إذ تم الحديث عن لعبة الجمناستك التي هي أحد الالعاب الفردية المهمة والحيوية التي تتضمن طرائق واساليب متنوعة لتدريبها ، ثم تطرق الباحث إلى الوسائل المساعدة التي تسرع عملية التعليم والتطوير وتؤدي إلى ضبط الأداء ثم سلط الاضواء على عدد مهارات الجمناستك التي عددها (٨٩٣) مهارة ومن ثم التركيز عدد مهارات جهاز الحلق وتفصيلها ، ثم قام الباحث بالتطرق الى المهارة قيد البحث وأعطى أهمية لهذه المهارة على أنها متطلب أساس في الجمناستك.

مشكلة البحث:

وجود قصور في الأجهزة والادوات المساعدة التي تساهم في تعليم وتطوير المهارات الحركية وتحسين مستوى الأداء وتوفير الامان للاعبين والتي تقلل العبء على المدرب واللاعب في قاعات الجمناستك ولاسيما على جهاز الحلق لكون الجهاز يمتاز بصعوبة الثبات بسبب حركة الاسلاك إلى الأمام والخلف وإلى الجانبين مما يسبب صعوبة الاستقرار ، فضلا عن صعوبة تعليم وتطوير مهارة القلبة الامامية المتكورة للناشئ التي تمتاز بخطف الرجلين ورفع الورك ودفع الذراعين للأسفل حتى يستطيع اللاعب أن يرفع الكتف فوق مستوى الحلق وكونه ناشئ لا يستطيع التركيز على ثلاث حالات في آن واحد مثل المتقدم.

هدف البحث:

١. تصميم أداة مساعدة لتطوير أداء مهارة القلبة الامامية المتكورة في الجمناستك الفني للناشئين.
٢. التعرف على تأثير استخدام الأداة المساعدة في تطوير أداء مهارة القلبة الامامية المتكورة في الجمناستك الفني للناشئين.

الباب الثاني – تطرق الباحث في هذا الباب الى الدراسات النظرية والمشابه

الباب الثالث – منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

تضمن منهج البحث وإجراءاته الميدانية ، استخدام المنهج التجريبي لملاءمته طبيعة مشكلة البحث، وتكونت عينة البحث من (٨) لاعبين من محافظة بغداد ممن يتدربون في قاعة الاسكان، وتم تقسيم العينة إلى مجموعتين (ضابطة وتجريبية). وبعد انتهاء الاختبارات القبلية تم تطبيق المنهج التدريبي باستخدام الأداة المساعدة للمجموعة التجريبية في عملية تطوير أداء مهارة القلبة الامامية المتكورة على جهاز الحلق في الجمناستك الفني للناشئين ، أما المجموعة الضابطة فطبقت المنهاج بدون استعمال الأداة المساعدة، وبعد الانتهاء من مدة التجربة أجريت الاختبارات البعدية لعينة البحث وقومت من قبل أربعة من ذوي الخبرة والاختصاص في تحكيم لعبة الجمناستك الفني للرجال ومن ثم استخدمت الوسائل الإحصائية الملائمة لغرض الوصول إلى النتائج الدقيقة.

الباب الرابع – عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

تم استخراج نتائج البحث من خلال استخدام الحقيبة الإحصائية (spss)

الباب الخامس – الاستنتاجات والتوصيات

توصل الباحث إلى الاستنتاجات والتوصيات وضرورة استخدام الادوات المساعدة في الجمناستك الفني

للناشئين .

Abstract.

The Effect of Using a Training Aid on the Development of Performing Summersault front Skill on Still Rings in Artistic Gymnastics for juniors

Chapter One included the introduction and the importance of the study. Gymnastics has been introduced as one of the important and vital individual sports that included different and various methods of training. Training aids to haste learning and performance development and adjustment have also been tackled by the researcher. He shed the lights on gymnastics skills which are (٨٩٣) and deeply focused on the skills of still rings then tackled the two skills in question as the main important requirement in gymnastics.

The problem of the study:

There is a lack in the training aids and apparatus that contribute in motor skills learning and development as well as in improving the level of performance and providing safety for gymnasts. Such apparatus may reduce strain done by the coach and the gymnast in the gym especially on the still rings. The difficulty of the rings instability in addition to the difficulty of learning and developing Summersault front Skill make the three steps routine of pulling

up the legs, bringing the hips over the shoulder, and pushing the arms down so difficult for beginners.

Chapter Two, Literature review and similar studies:

This touched a researcher at the Literature review and similar studies

Chapter Three, method of study and field procedures:

The researcher has used the experimental method as convenient to the nature of the study. The subjects of the study consisted of (٨) gymnasts from Baghdad Governorate who were training in Al- Iskan Hall. They have been divided into two groups (control and experimental

Chapter Four, display and analysis of results:

The (SPSS) was used to extract the results which have been displayed.

Chapter Five, conclusions and recommendations:

Reach at conclusions and recommendations , Necessity use Training Aid in Artistic Gymnastics for Juniors.

١ - المبحث الأول: التعريف بالبحث.

١-١ مقدمة البحث وأهميته:

يتميز العصر الحديث بالتقدم العلمي الذي يغزو جميع المجالات العلمية المختلفة ويتسابق الباحثون والعلماء لتطبيق أحدث الأساليب العلمية للتغلب على ما يعترض مسيرة التقدم من مشكلات في تلك الدراسة العلمية والبحث في جميع المجالات.

إن لعبة الجمناستيك إحدى الألعاب الفردية العالمية التي تحظى باهتمام كبير في الدورات الاولمبية والبطولات والمهرجانات الدولية المختلفة ومميزاتها تجعلها في مقدمة الالعاب الرياضية وقد ظهر بوضوح تقدم مستوى الاداء المهاري في لعبة الجمناستيك تقدما ملحوظا وذلك نتيجة لاعتماد هذه اللعبة على الأسس والمبادئ العلمية.

تُعد لعبة الجمناستيك من الالعاب المهمة والحيوية والتي تتضمن طرائق واساليب متنوعة لتدريبها حتى يمكن التقدم بمستوى اداء اللاعبين فضلا عن "استخدام الاجهزة والادوات المساعدة تزيد من الدافع لدى اللاعبين وتقصّر المدة التدريبية التي يحتاجها اللاعب لإتقان المهارة" (٩: ١٠)، إذ إن الوسائل المساعدة تسرع عملية التعليم والتطور وتؤدي الى ضبط الأداء ولا سيما مع الناشئين وذلك لان قوتهم العضلية واداءهم المهاري لم تصلا إلى اقصاها، وأن لعبة الجمناستيك تساهم بشكل اساس في تنمية الصفات البدنية والقدرات المهارية لدى اللاعبين.

وتتميز لعبة الجمناستيك بالكم الهائل من المهارات بما يقارب (٨٩٣) (٤ : ١٦-٢٤١) مهارة والتي يجب أن يتعلمها اللاعب لإمكانية تركيب الجمل الحركية على الأجهزة وفقا للمعايير المطلوبة ومنها جهاز الحلق الذي يتميز بما

يقارب (١٥٥) مهارة حركية موزعة على (٥) مجاميع حركية، المجموعة الاولى مجموعة حركات الكب والمرجحة يبلغ عددها (٣٥) مهارة منها القلبة الامامية المتكورة التي سيجري الباحث مجمل بحثه عليها، إذ إن التوجه الجديد لأساليب التدريب والتعليم الحديثة تؤكد ضرورة ايجاد ادوات مساعدة للمهارات الصعبة والتي تحتاج إلى مدة زمنية طويلة لتعليمها بطريقة علمية حديثة بما يناسب نوع الجهاز والمسار الحركي للمهارة ويتيح للاعبين الاقتصاد بالوقت والجهد والأمان وصولاً إلى مرحلة الاتقان.

وتأتي أهمية هذه المهارة على أنها متطلب أساسي واحد، وتعد أيضاً مفتاح لحركات صعبة في المجموعة الاولى، ومن هنا جاءت أهمية البحث من خلال ابتكار أداة مساعدة جديدة تساهم فعليا في تطوير مهارة القلبة الامامية المتكورة على جهاز الحلق في الجمناستك الفني للناشئين.

٢-١ مشكلة البحث:

من خلال المدة التي امضاها الباحث في دراسته الجامعية في كلية التربية الرياضية ومن خلال ممارسته للعبة خلال مدة الدراسة واطلاعه على العديد من الوحدات فضلا عن المقابلات التي اجراها مع المدربين في هذه اللعبة لاحظ وجود قصور في الاجهزة والادوات المساعدة التي تساهم في تعليم المهارات الحركية وتطويرها وتحسين مستوى الأداء وتوفير الامان للاعبين والتي تقلل العبء على المدرب واللاعب في قاعات الجمناستك ولاسيما على جهاز الحلق لكون الجهاز يمتاز بصعوبة الثبات بسبب حركة الاسلاك إلى الامام والخلف والى الجانبين مما يسبب صعوبة الاستقرار، فضلا عن صعوبة تعليم وتطوير مهارة القلبة الامامية المتكورة للناشئ التي تمتاز بخطف الرجلين ورفع الورك ودفع الذراعين للأسفل حتى يستطيع اللاعب ان يرفع الكتف فوق مستوى الحلق وكونه ناشئ لا يستطيع التركيز على ثلاث حالات في آن واحد مثل المتقدم ، لذلك ارتى الباحث تصنيع جهاز مساعد يؤدي إلى رفع الورك الى الأعلى لكي يركز الناشئ على دفع الذراعين للحلق ومن ثم رفع الجسم إلى الأعلى.

٣-١ هدفاً للبحث:

١. تصميم أداة مساعدة لتطوير أداء مهارة القلبة الامامية المتكورة في الجمناستك الفني للناشئين.
٢. التعرف على تأثير استخدام الأداة المساعدة في تطوير أداء مهارة القلبة الامامية المتكورة في الجمناستك الفني للناشئين.

٢- المبحث الثاني: منهج البحث وإجراءاته الميدانية.

١-٢ منهج البحث:

يدل منهج البحث على "الطريقة التي يتوصل بها الانسان بكيفية علمية منطقية متنسقة مع الواقع، الى ادراك حقيقة من الحقائق التي يجهلها، وهو السبيل الى اكتساب المعرفة اليقينية" (٧ ، ص ٥١)

سيعتمد الباحث المنهج التجريبي باستخدام المجموعتين المتكافئتين (مجموعة ضابطة، ومجموعة تجريبية) كونها الأنسب لحل المشكلة.

٢-٢ مجتمع البحث وعينته:

الجدول (١)

يبين اختبار مان وتي لتكافؤ مجموعتي البحث في الاختبار القبلي

| الفرق | المعنوية | ن | متوسط الرتب | المجاميع |
|--------|----------|---|-------------|-----------|
| عشوائي | ٠.٥٤٩ | ٤ | ٥.٠٠ | التجريبية |
| | | ٤ | ٤.٠٠ | الضابطة |

الفرق عشوائي عندما تكون المعنوية المحسوبة < ٠.٠٥

تكون مجتمع البحث من (١٠) لاعبين تتراوح اعمارهم بين (١٠ - ١٢) سنة في محافظة بغداد (الرصافة والكرخ) وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (٨) لاعبين ممن يتدربون في قاعة الأسكان لغرض السيطرة على المتغيرات الدخيلة جميعها (القاعة والمدرّب ووقت التدريب والأجهزة) قدر الامكان، وتم تقسيمهم على مجموعتين ضابطة وتجريبية عدد كل مجموعة (٤) لاعبين، وتم اعتماد نتائج الاختبارات القبلية في تقسيم العينة على مجموعتين متكافئتين عن طريق الأعداد الفردية (١.٣.٥.٧) والزوجية (٢.٤.٦.٨) حتى تكون نقطة الشروع واحدة ، وشكلت عينة البحث نسبة (٨٠%) من مجتمع البحث.

مما سبق في الجدول (١) كانت الفروق العشوائية بين مجموعتي البحث تشير إلى أن مجموعتي العينة كانت متكافئة في الاختبار القبلي، لكي تكون نقطة الشروع واحدة للمجموعتين وأن هذا الإجراء للتأكد من أن المجموعتين كانتا متكافئتين قبل البدء بتطبيق إجراءات البحث.

٣-٢ الأجهزة والأدوات المساعدة ووسائل جمع المعلومات:

استخدم الباحث الاجهزة والوسائل والأدوات بوصفها وسائل ضرورية مهمة من أجل اتمام دراسته وهي

كالآتي:

١-٣-٢ الأجهزة والأدوات المساعدة:

- جهاز حلق قانوني.
- جهاز حلق منخفض الارتفاع.
- جهاز كمبيوتر نوع (hp).
- كاميرا فيديو نوع (canon) يابانية الصنع.
- اقراص CD.

- ساعة توقيت.
- الأداة المساعدة المصنعة
- صندوق خشبي.
- الأبسطة الاسفنجية.
- رباطات اليد (لونجا).
- مادة المغنيسيوم.

٢-٣-٢ وسائل جمع المعلومات:

- استمارة تسجيل
- المصادر العربية والاجنبية
- شبكة المعلومات الدولية (الانترنت)

٢-٤ مواصفات الأداة المساعدة وعملها:

٢-٤-١ مواصفات الأداة المساعدة:

تتكون الأداة المصنعة من حزام بعرض (٧) سم وطول (٨٠) سم مصنوع من مادة الكتان القوي ويربط الحزام حول الورك بواسطة شريط لاصق قوي مثبت عليه فضلا عن وجود كلابة في نهاية الحزام تربطه بشكل آمن، ويوجد حزام اخر يربط ورك اللاعب من الاسفل من وسط الحزام الملتف حول الورك طوله (٤٠) سم وعرضه (١٠) سم يربط بواسطة كلابة في الحزام الملتف حول الجسم يمنع صعود الحزام الملتف إلى الاعلى كما موضح في الصورة (٤) و(٥).



الصورة (٤)

يبين حزام الأداة المساعدة



الصورة (٥)

يبين الحزام الاسفل للأداة المساعدة والحزام الملتف حول الورك

وتوجد قطعتين من مادة الكتان القوي تكون مرتبطة بالحزام من الخلف بصفين متقابلين والمسافة بينهما على

بعد (٢٥) سم ترتبط فيها حلقات دائرية حديدية صغيرة كما مبين في الصورة (٦)

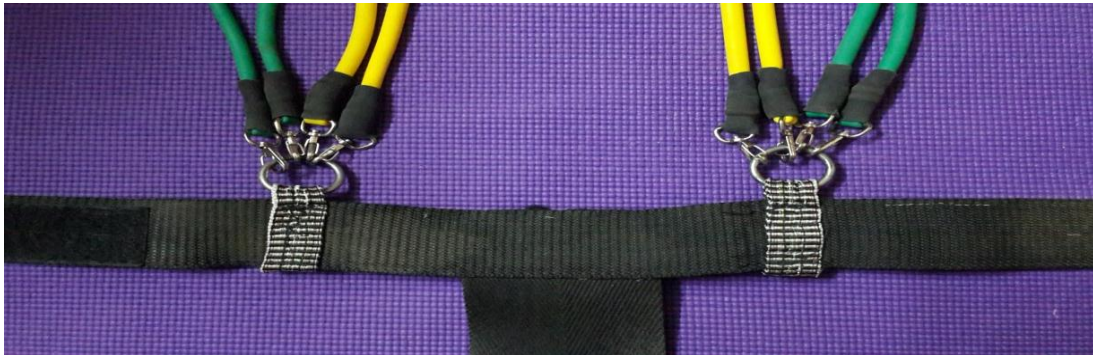


الصورة (٦)

يوضح الحلقات الدائرية الحديدية الصغيرة في الاداة المساعدة

كما يتكون الجهاز من أربعة حبال مطاطية كل اثنين متساويين بالقوة والطول (٦٠) سم ترتبطان بالحلقة

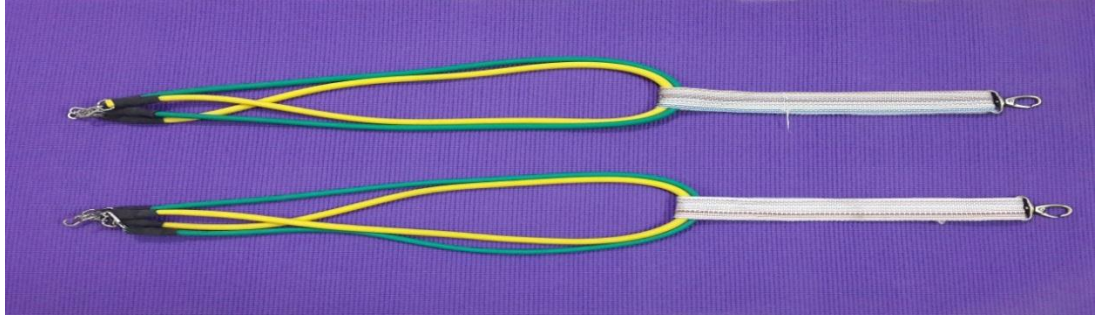
الدائرية الصغيرة من الخلف كما مبين في الصورة (٧)



الصورة (٧)

يبين ارتباط الحبال المطاطية في الحلقات الدائرية

أما من الجهة الأخرى فمربوطتا بنهايتي حبل قوي من مادة الكتان الذي يبلغ طوله (٣٣) سم والذي بدوره يتصل بالحبال المتدلية لجهاز الحلق عن طريق حلقات قوية مرتبطة في نهاية حبل الكتان كما مبين في الصورة (٨) و(٩).



الصورة (٨)

يبين ارتباط الحبال المطاطية بحبال الكتان



الصورة (٩)

يبين الحلقات القوية المرتبطة في حبال الكتان

ومن ثم يكون طول الاداة المساعدة من الحلقات المرتبطة بجهاز الحلق إلى الحزام الملتف حول الجسم (١) متر، وزن الاداة الكلية هو (٦٠٠) غم وقد كانت الكلفة المالية للأداة (٣٠ الف دينار عراقي) وان جميع مكوناتها متوفرة محليا، وقد قام الباحث بعرض الاداة المساعدة على الخبراء* والمختصين في هذا المجال وأخذ آراءهم من خلال اسئلة** وضعت من لدن الباحث وتوصل من رأي الخبراء الى كفاية هذه الأداء، والصورة (١٠) يبين المظهر الكامل للأداة المساعدة.

* الملحق (١) أسماء السادة ذوي الخبرة والاختصاص

** الملحق (٢) أستمارة استطلاع الخبراء حول كفاية الاداء المساعدة



الصورة (١٠)

يبين المظهر الكامل للأداة المساعدة



الصورة (١١)

يبين لاعب يرتدي الاداة المساعدة

٢-٥ التجربة الاستطلاعية:

تم إجراء التجربة الاستطلاعية الأولى في يوم (اللاثنين) (٢٠١٥/٢/٢م) على عينة مكونة من (٢) لاعبين من الذين يتدربون في نادي الامانة الرياضي بغداد / الرصافة، ومن الذين لم يشاركوا في تطبيق إجراءات البحث الميدانية وبأعمار عينة البحث نفسها، إذ يجب أن تتوافر في التجربة الاستطلاعية الشروط والظروف التي ستكون عليها التجربة الرئيسية، وأجريت التجربة الاستطلاعية في تمام الساعة الثالثة عصراً في المركز التدريبي التخصصي للجمناستك في الاسكان، وكان الغرض من التجربة الأولى ما يأتي:

١. التعرف على مدى صلاحية الاداة المساعدة ومدى ملاءمته مستوى أفراد العينة لتلافي الاخطاء والمعوقات التي قد تظهر في أثناء العمل عليها.
٢. التعرف على كيفية استخدام الاداة المساعدة في أثناء تطبيق المنهج. وتوصل الباحث إلى صلاحية الاداة وإمكانية عينة البحث من استخدامها.
٣. التأكد من إمكانية اللاعبين في تطبيق مهارتي دورة الكتف الامامية والخلفية مع الاداة و التعرف على المحاولات التكرارية والزمن الذي يستغرقه كل وحدة تدريبية لتنظيم المنهج التدريبي في ضوءه.
٤. التعرف على كفاءة الفريق المساعد في التجربة وحجمه وقدراته.

٢-٦ إجراءات التجربة الرئيسية:

٢-٦-١ الاختبار القبلي:

تم اجراء الاختبارات القبلية في المركز التدريبي التخصصي للجمناستك في قاعة الاسكان يوم الاربعاء الساعة (٣) عصراً وبتاريخ ١١ / ٢ / ٢٠١٥م، وتكون فريق العمل المساعد:

١. مدربو الجمناستك(*) الذي نفذوا البرنامج التدريبي المقرر على مجموعتي البحث.
٢. مصور** لتصوير الوحدات التدريبية.

وقام الباحث بإجراء الاختبارات على عينة البحث للمجموعتين الضابطة والتجريبية من دون الاداة المساعدة لمهارة القلبة الامامية المنكورة على جهاز الحلق.

(*) م.م جمال سكران (استاذ في كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد و مدرب معتمد من الاتحاد العراقي المركزي للجمباز)

موفق جبار (مدرب معتمد من الاتحاد العراقي المركزي للجمباز)

** بشير عبد الله

٢-٦-٢ التجربة الرئيسية:

تم الاعتماد في تنفيذ التجربة الرئيسية على المفردات المقررة والموضوعة من مدرب الفريق (جمال سكران) في قاعة الاسكان، أما المنهج التدريبي فقد وضع من لدن الباحث بالتشاور مع مشرف البحث ولم يغير الباحث في المفردات الموضوعة ، وإدخال الاداة المساعدة على مفردات المجموعة التجريبية.

وبعد إجراء الاختبارات القبلية قام الباحث بتطبيق تجربته على عينة البحث ابتداءً من يوم (السبت) المصادف (٢٠١٥/٢/١٤م) لغاية يوم الاربعاء المصادف (٢٠١٥ /٤/٨ م) إذ طبق المنهج التدريبي لتطوير أداء مهارة القلبة الامامية المتكورة، ومن ثم تم تنفيذ التجربة على اللاعبين ضمن البرنامج المخصص لهم بمدة (٣٠ دقيقة) مع (١٠ دقائق) احماء خاص، زمن الوحدة الكلية (٢:٣٠ ساعة) مقسمة على ثلاثة اجهزة (الحلق والارضية والقفز) إذ خصص المنهج التدريبي (٣٠ دقيقة) لجهاز الحلق، وبلغت مدة التجربة (٨) أسابيع بواقع (٣) وحدات تدريبية في الأسبوع (السبت والاثنين والأربعاء) ولمدة شهرين ليكون عدد الوحدات (٢٤) وحدة، كما اعتمد الباحث مبدأ (التكرار) في التدريب ولكلتا المجموعتين التجريبية والضابطة وكما موضح في الجدول (١).

الجدول (١)

يوضح المنهاج الكامل للوحدات التدريبية ومهاتري البحث وعدد التكرارات والمجاميع

| الوحدة | المهارة | التكرار |
|--------|--|--|
| ١ | تعريف وشرح وتجزئة دورة الكتف الامامية | ما يسمح به الوقت للجزء الرئيسي من الوحدة التدريبية |
| ٢ | دورة الكتف الامامية | (٥) تكرار في (٤) مجاميع |
| ٣ | دورة الكتف الامامية | (٥) تكرار في (٤) مجاميع |
| ٤ | دورة الكتف الامامية | (٥) تكرار في (٤) مجاميع |
| ٥ | تعريف وشرح وتجزئة دورة الكتف الخلفية | ما يسمح به الوقت للجزء الرئيسي من الوحدة التدريبية |
| ٦ | دورة الكتف الخلفية | (٥) تكرار في (٤) مجاميع |
| ٧ | دورة الكتف الخلفية | (٥) تكرار في (٤) مجاميع |
| ٨ | دورة الكتف الخلفية | (٥) تكرار في (٤) مجاميع |
| ٩ | دورة الكتف الخلفية + دورة الكتف الامامية | ٣ + ٣ في (٤) مجاميع |
| ١٠ | دورة الكتف الخلفية + دورة الكتف الامامية | ٤ + ٤ في (٤) مجاميع |
| ١١ | دورة الكتف الامامية | (٧) تكرار في (٣) مجاميع |
| ١٢ | دورة الكتف الخلفية | (٧) تكرار في (٣) مجاميع |
| ١٣ | دورة الكتف الامامية + دورة الكتف الخلفية | ٤ + ٢ في (٤) مجاميع |

| الوحدة | المهارة | التكرار |
|--------|--|-----------------------------|
| ١٤ | دورة الكتف الامامية + دورة الكتف الخلفية | ٥ + ٢ في (٤) مجاميع |
| ١٥ | دورة الكتف الخلفية + دورة الكتف الامامية | ٤ + ٢ في (٤) مجاميع |
| ١٦ | دورة الكتف الخلفية + دورة الكتف الامامية | ٥ + ٢ في (٤) مجاميع |
| ١٧ | دورة الكتف الامامية + المرجحة + دورة الكتف الخلفية | ٦ + ٢ + ٦ في (٣) مجاميع |
| ١٨ | دورة الكتف الامامية + المرجحة + دورة الكتف الخلفية | ٥ + ٢ + ٥ في (٤) مجاميع |
| ١٩ | دورة الكتف الامامية + المرجحة + دورة الكتف الخلفية | ٦ + ١ + ٦ في (٤) مجاميع |
| ٢٠ | دورة الكتف الامامية + المرجحة + دورة الكتف الخلفية | ٧ + ١ + ٧ في (٣) مجاميع |
| ٢١ | دورة الكتف الامامية + الخلفية + الامامية + الخلفية | ٢ + ٢ + ٢ + ٢ في (٣) مجاميع |
| ٢٢ | دورة الكتف الخلفية + الامامية + الخلفية + الامامية | ٢ + ٢ + ٢ + ٢ في (٣) مجاميع |
| ٢٣ | دورة الكتف الامامية | (١٠) تكرارات في (٢) مجموعة |
| ٢٤ | دورة الكتف الخلفية | (١٠) تكرارات في (٢) مجموعة |

٣-٦-٢ الاختبارات البعدية:

تم إجراء الاختبارات البعدية لعينة البحث لمهارة القبلية الامامية المنكورة في الساعة (٣) عصرا من يوم (السبت) المصادف (٢٠١٥/٤/١١م) في قاعة المركز التدريبي التخصصي للجمناستك في الاسكان بعد إكمال المدة المقررة، وقام الباحث قدر الإمكان بتهيئة الظروف نفسها التي أجريت فيها الاختبارات القبلية من حيث المكان والزمان والأدوات المستعملة. كذلك فريق العمل الذي أسهم في إجراء الاختبار القبلي.

٤-٦-٢ تقييم الأداء الفني:

قام الباحث بتصوير المهارة بصورة عمودية على اتجاه الأداء وبالزاوية الصحيحة التي تسهل عمل التقييم، ثم قام بتحويلها الى الحاسبة وطبعها على اقراص ليزيرية، ومن ثم عرضها على الحكام(*)، إذ قام الباحث بتقسيم ملفات الاختبارات على الشكل الآتي:

١. الملف رقم (١) تحت أسم الاختبار القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة.

(*) ١ - د. بسمان عبد الوهاب (حكم درجة أولى)

٢ - م. د. عامر سكران (حكم دولي)

٣ - م. جمال سكران (حكم درجة أولى)

٤ - عبد الكريم عارف (حكم دولي)

٢. الملف رقم (٢) تحت أسم الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة.

وحرص الباحث على التسلسل الصحيح للعينة في الاختبارين القبلي والبعدي لضمان عدم الخلط بين درجات التقييم، وحددت درجة التقييم من (٥ - ٠) لكل مهارة، واعتمد الباحث احتساب قيمة الأداء الفني فقط من دون الأخذ بدرجات الصعوبة والمحسنات والمتطلبات الخاصة، كما قام الباحث باستبعاد أعلى درجة وأقل درجة واعتماد الوسط الحسابي للدرجتين الوسطيتين من درجات الحكام ، درجة اللاعب = متوسط الدرجتين الوسطيتين / ٢

٢-٦-٥ الوسائل الاحصائية:

استخدام الباحث الحقيبة الخاصة للعلوم الاجتماعية spss لغرض التوصل إلى أفضل النتائج.

١. الوسط الحسابي.

٢. الانحراف المعياري.

٣. اختبار ولكوكسن.

٤. اختبار مان وتني.

٥. قانون نسبة التطور.

٣- المبحث الثالث: عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها.

٣-١ عرض نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث وتحليلها:

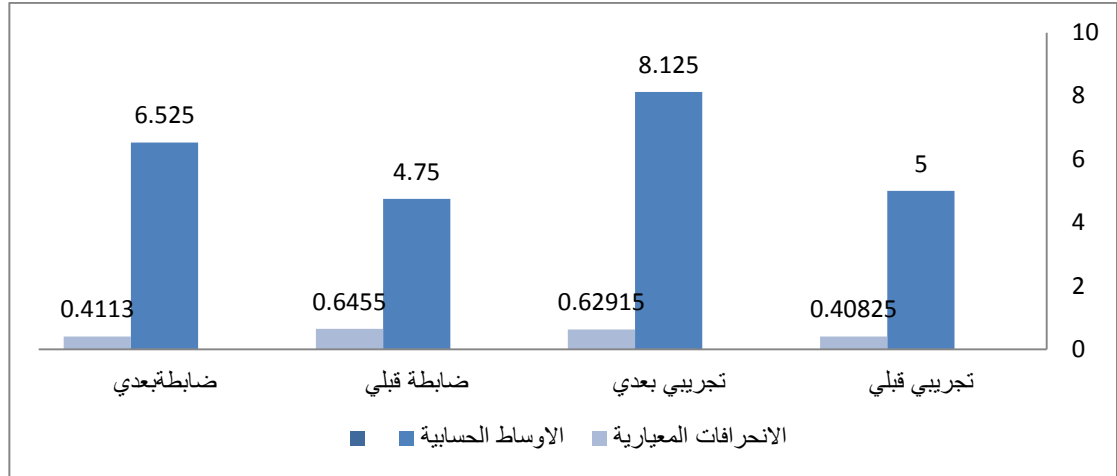
الجدول رقم (٢)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية

| المجاميع | العدد | الأوساط الحسابية | الانحرافات المعيارية |
|--------------|-------|------------------|----------------------|
| تجريبية قبلي | ٤ | ٥,٠٠٠٠ | ٠,٤٠٨٢٥ |
| تجريبية بعدي | ٤ | ٨,١٢٥٠ | ٠,٦٢٩١٥ |
| ضابطة قبلي | ٤ | ٤,٧٥٠٠ | ٠,٦٤٥٥٠ |
| ضابطة بعدي | ٤ | ٦,٥٢٥٠ | ٠,٤١١٣٠ |

ملاحظة- أعلى درجة يحصل عليها اللاعب هي عشر درجات

من الجدول رقم (٢) كان الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي (٥,٠٠٠٠) والانحراف المعياري (٠,٤٠٨٢٥)، وكان الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي (٨,١٢٥٠) والانحراف المعياري (٠,٦٢٩١٥)، كما كان الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي (٤,٧٥٠٠) والانحراف المعياري (٠,٦٤٥٥٠)، والوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي (٦,٥٢٥٠) والانحراف المعياري (٠,٤١١٣٠).



الشكل رقم (٢)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة

٢-٣ عرض نتائج اختبار ولكوكسن للفروق بين الاختبارات القبالية والبعدية لمجموعتي البحث وتحليلها:

١-٢-٣ عرض نتائج اختبار ولكوكسن للفروق بين الاختبارات القبالية والبعدية للمجموعة التجريبية وتحليلها:

جدول (٣)

يبين اختبار ولكوكسن ونتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

| الفرق | المعنوية الحقيقية | العلاقات (c) | الفروق الموجبة (b) | الفروق السالبة (a) | المجاميع |
|--------|-------------------|--------------|--------------------|--------------------|--------------|
| عشوائي | ٠,٠٦٦ | ٠ | ٤ | ٠ | قبلي بعدي |

علماً ان الفرق معنوي $\geq ٠,٠٥$

a - الاختبار البعدي > الاختبار القبلي

b - الاختبار البعدي < الاختبار القبلي

C - الاختبار البعدي = الاختبار القبلي

من الجدول (٣) كانت الفروق السالبة (a) (٠) والفروق الموجبة (b) (٤) والعلاقات (c) (٠) وظهر أن

المعنوية الحقيقية (٠,٠٦٦) وبما أن المعنوية الحقيقية أكبر من (٠,٠٥) فقد كان الفرق عشوائياً بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مهارتي موضوع البحث.

٣-٢-٢ عرض نتائج اختبار ولكوكسن للفروق بين الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة وتحليلها:

الجدول (٤)

نتائج اختبار ولكوكسن بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة

| المجاميع | الفروق السالبة (a) | الفروق الموجبة (b) | العلاقات (c) | المعنوية الحقيقية | الفرق |
|--------------|--------------------|--------------------|--------------|-------------------|--------|
| قبلي بعدي | . | ٤ | . | ٠,٠٦٦ | عشوائي |

علماً أنّ الفرق معنوي $\geq 0,05$

a - الاختبار البعدي > الاختبار القبلي

b - الاختبار البعدي < الاختبار القبلي

C - الاختبار البعدي = الاختبار القبلي

من الجدول (٤) كانت الفروق السالبة (a) (٠) والفروق الموجبة (b) (٤) والعلاقات (c) (٠) وظهر أنّ المعنوية الحقيقية (٠,٠٦٦) وبما أنّ المعنوية الحقيقية أكبر من (٠,٠٥) فقد كان الفرق عشوائياً بين الإختبارين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة في مهارتي موضوع البحث.

٣-٢-٣ مناقشة نتائج اختبار ولكوكسن للفروق بين الاختبارات القبليّة والبعدية لمجموعتي البحث:

من خلال النتائج المبينة في الجدولين (٣) و (٤) وظهور الفروق العشوائية بين الاختبارين القبلي والبعدى لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة وعلى الرغم من التطور الواضح للعيان من خلال ملاحظة المدرب القائم على التدريب للمجموعتين وكذلك من خلال الأوساط الحسابية الموضحة مسبقاً، إلاّ إنّ هذا التطور لم يرتقِ إلى الدرجة المعنوية، ويعزو الباحث ذلك الى قلة عدد أفراد العينة، مما أدى إلى اختبار ولكوكسن وهو اختبار لا معلمي يعتمد على عدد الاشارات، فضلاً عن الفروق بين الدرجات ويعد أدق من اختبار الإشارة (٥: ٢٣٠)، والإحصاء اللامعلمي وهو إحصاء غير حساس مما أدى إلى ظهور هذه النتيجة (٦: ٨٢)، و اقتضت الأمانة العلمية ذكر النتائج كما هي على الرغم من أنها لا تحقق هدف الباحث وفرضه في البحث.

٣-٣ عرض اختبار مان وتني للفروق بين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها ومناقشتها:

الجدول رقم (٥)

اختبار مان وتني بين مجموعتي البحث في الاختبار البعدي

| المجاميع | متوسط الرتب | ن | المعنوية الحقيقية | الفرق |
|-----------|-------------|---|-------------------|-------|
| التجريبية | ٥٠,٦ | ٤ | ٠,٠٢٠ | معنوي |
| الضابطة | ٥٠,٢ | ٤ | | |

و بمستوى دلالة (٠.٠٥)

من الجدول رقم (٥) كان متوسط الرتب للمجموعة التجريبية (٦,٥٠) وللمجموعة الضابطة (٢,٥٠) وظهرت المعنوية الحقيقية (٠,٠٢٠) وهي أصغر من (٠,٠٥) لذا فإن الفرق معنوي بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي ولصالح المجموعة التجريبية، لقد ظهرت الفروق الظاهرة للعيان في درجات اللاعبين في الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة إذ كان الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي (٨.١٢٥٠) والوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعة الضابطة (٦.٥٢٥٠)

وإنَّ الفرق بين هذين الوسطين الحسابيين (١.٦) وهي درجة تعدّ كبيرة في لعبة الجمناستيك وتحقق تطورا واضحا بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية، ويعزو الباحث ذلك إلى الأداة المساعدة وما حققتة من تطوير كبير للمجموعة التجريبية "لذا أصبح من الضروري التفكير في استخدام اساليب جديدة في تدريب المبتدئين بشكل يضمن إتقان جوانب الأداء الصحيح لمهارات اللعبة الأساسية مستخدمين أحدث الوسائل والأدوات وبسطها التي تساعد على زيادة الاحساس بالأداء الصحيح وصقل قدرات اللاعبين و تعزيز اندفاعهم نحو التدريب باعتبارها الهدف الاساس للعملية التعليمية وهو التعلم الصحيح الذي يساعد منذ البداية على الوصول الى افضل المستويات" (٨: ٣) وهذه النتيجة تحقق هدف الباحث وتنطبق مع فرضه.

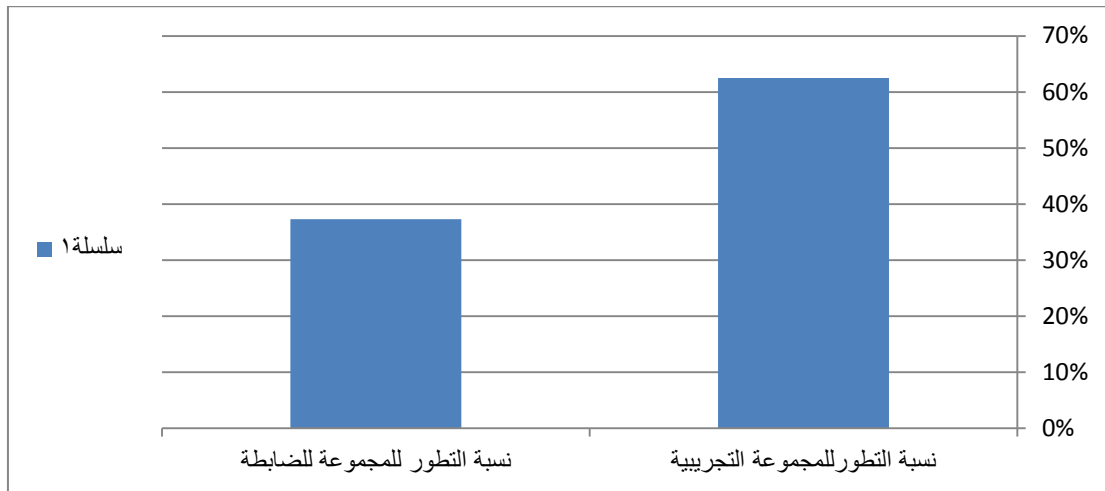
٤-٣ عرض نتائج نسبة التطور بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها ومناقشتها:

الجدول رقم (٦)

نتائج نسبة التطور والايوساط الحسابية للمجموعتين الضابطة والتجريبية

| المجاميع | (س) قبلي | (س) بعدي | الفرق بين الأوساط | نسبة التطور |
|-----------|----------|----------|-------------------|-------------|
| التجريبية | ٥.٠٠٠ | ٨.١٢٥ | ٣.١٢٥ | %٦٢.٥ |
| الضابطة | ٤.٧٥٠ | ٦.٥٢٥ | ١.٧٧٥ | %٣٧.٣ |

من الجدول رقم (٦) كان الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي (٥.٠٠٠) والوسط الحسابي في الاختبار البعدي كان (٨.١٢٥) أما الوسط الحسابي في الاختبار القبلي للمجموعة الضابطة فقد كان (٤.٧٥٠) وفي الاختبار البعدي كان (٦.٥٢٥)، وكانت نسبة التطور بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (%٦٢.٥) في حين كانت نسبة التطور بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة (%٣٧.٣).



الشكل (٣)

يبين نسبة التطور بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة

من خلال هذه النسب المئوية والتي تعدّ في لعبة الجمناستك انجازاً تدريبياً كبيراً فالباحث يعزو ذلك إلى فاعلية استخدام الأداة المساعدة التي كان دورها الأساس في رفع مركز ثقل جسم اللاعب فوق مستوى الاكتاف فضلاً عن توفير الأمان واختصار الزمن في عملية التدريب وتطوير مستوى الاداء الفني لأفراد المجموعة التجريبية فضلاً عن المنهج التدريبي المستخدم للعينين التجريبية والضابطة والذي أدى إلى ظهور هذه النسب العالية من التطور على الرغم من التفوق الواضح للمجموعة التجريبية التي استخدمت الاداة المساعدة" ويدعو الخبراء إلى استخدام الادوات المساعدة المختلفة والوسائل العلمية في عملية التدريب والمناهج التدريبية المقننة التي تعمل على رفع مستوى الأداء لدى الرياضي" (١: ٤١٣) وتعدّ ممارسة لعبة الجمناستك من أصعب الممارسات الرياضية نظراً لتعدد ممارساتها وتعقد تركيبها، مما

استوجب استعمال أدوات مساعدة متنوعة لحسب نوع أجهزتها المختلفة والملائمة للأداء وذلك بهدف توفير الأمن والسلامة للاعب، "وتعددت أنواع الأدوات المساعدة واختلفت أشكالها وتصميماتها على وفق المتطلبات وطبيعة الأداء على كل جهاز حتى يمكن الوصول بالمتعلم إلى المستوى العالي" (٢:٥) وفي الوقت الحالي أصبح التدريب في لعبة الجمناستيك بدون استخدام الأدوات المساعدة هو اهدار للوقت و الجهد كما أن اللاعب لن يصل إلى النتائج المطلوبة.

إذ إنّ "الأدوات المساعدة تشكل أساساً لنموذج التدريب الحديث الذي يتم إزالة حد كبير من عبء التعلم"

(٥ :٣)

ويسهم "استخدام الأدوات المساعدة في تحقيق العديد من الأهداف التي منها تعمل على الإعداد الشامل والمتزن لناشئ الجمناستيك، وذلك من خلال تنمية الجوانب البدنية والحركية والانفعالية والقيم الجمالية، إذ إن الأداة المساعدة تولد الألفة بين اللاعب وأجهزة الجمناستيك المختلفة" (٤ :٣) "إن الوسيلة التعليمية المساعدة على التعلم استطاعت أن توضح المهارات الصعبة وتعطيها تفسيرات وتصورات واضحة وتغنيها بصورة توضيحية وتنبه المتعلم إلى الأخطاء التي تحدث أثناء الأداء" (٣ :٩٥) كذلك "للأدوات المساعدة دور كبير في عملية التعلم وإتقان الكثير من مهارات الجمناستيك إذ يعتمد عليها كثير في الخطوات الأولى للتعلم فهي تعمل في التغلب على كثير من العوامل التي تعيق الأداء مثل عامل الخوف والقلق ، كذلك تسهيل الحركات من خلال رفع جزء من العبء الواقع على اللاعب في عملية التعلم" (٢ :٣٣)، "إنّ التحديات في عالمنا اليوم والثورة العلمية التي سيطرت على كل مجالات حياتنا الاقتصادية والرياضية والثقافية تدفعنا إلى استخدام التقنية الحديثة في المجالات جميعها ولاسيما في عملية التعليم والتعلم" (٤ ، ص١٢٤)" وأضاف التطور العلمي والتقني الكثير من الوسائل الجديدة الحديثة، التي يمكن من خلالها دفع وتطوير العملية التعليمية والتدريبية" (٢٢٤ . ١٧٥ : ١١)

٤ - المبحث الرابع: الاستنتاجات والتوصيات.

٤-١ الاستنتاجات:

بعد عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها، استنتج الباحث ما يأتي:

١. استخدام الأداة المساعدة كوسيلة في تطوير أداء مهارة القلبة الامامية المتكورة حقق نتائج أفضل في تطوير مستوى الأداء.
٢. استخدام الأداة المساعدة في عملية تطوير أداء مهارة القلبة الامامية المتكورة ساهم في توفير الوقت والجهد للمدرب واللاعب.
٣. إنّ المنهج التدريبي الذي أعده الباحث كان ملائم لأعمار عينة البحث وطبيعة استعمال الأداة المساعدة وهذا ما أظهرته نتائج البحث من خلال تحقيق نسب تطور عالية.

٤-٢ التوصيات:

بناءً على الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث يوصي بما يأتي:-

١. تأكيد على استخدام الأداة المساعدة في تطوير أداء مهارة القلبة الامامية المتكورة في الجمناستك الفني للناشئين.
٢. استخدام الأداة المساعدة في المراكز التدريبية والإفادة من الأداة في تطوير الجانب المهاري.
٣. ضرورة إجراء دراسات مشابهة حول إمكانية استخدام أدوات مساعدة أخرى واستعمالها بهدف تطوير المهارات الأساسية على الأجهزة الأخرى الخاصة بالجمناستك الفني.
٤. استخدام الأداة المساعدة لغرض زيادة رغبة اللاعبين وتشويقهم واندفاعهم نحو التدريب.

المصادر.

١. أبو العلا أحمد عبد الفتاح؛ تدريب المستويات العليا، ط١: (القاهرة، دار الفكر الغريب، ١٩٩٤)،.
٢. سناء عبد كاظم؛ تأثير استخدام قرص التوازن في مستوى تعلم بعض مهارات عارضة التوازن في الجمناستك الفني للنساء: (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية-جامعة بغداد، ٢٠١٢)،.
٣. عادل فاضل علي؛ تأثير بعض استخدامات انظمة قواعد المعرفة في برامج التعلم بالأنموذج الرمزي لتعلم المهارات الهجومية بالمبارزة: (اطروحة دكتوراه بحث غير منشور، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٠٠٠).
٤. صالح مجيد، بسمان البياتي؛ الجمناستك الفني التطبيقي: (العراق، دار الضياء، النجف، ٢٠١٢).
٥. محمد عثمان؛ التعلم الحركي والتدريب الرياضي: (الكويت، دار القلم، ١٩٨٧).
٦. محفوظ جودة؛ التحليل الاحصائي المتقدم باستخدام SPSS، ط١: (دار وائل للنشر، ٢٠٠٨).
٧. لبنى قتيبة محمد؛ تأثير استخدام اللعب التنافسي والتعاوني والحر في الحد من فرط الحركة وتشتت الانتباه للتلاميذ بعمر (٧-٨) سنوات: (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٠١٢).
٨. نوري الشوك، ورافع صالح الكبيسي؛ دليل البحوث لكتابة الابحاث في التربية الرياضية (جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، بغداد، ٢٠٠٤).
٩. وسن حنون علي؛ اثر التمرين المتنوع باستخدام الأدوات المساعدة في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة السلة، (رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، ١٩٩٨).
١٠. Istvan munkacsi and others: Role of motivation in artistic gymnastics by results of a questionnaire based international survey Journal of Human Sport and Exercise Provider: DOAJ Publisher: University of Alicante, ٢٠١٢, p١.

١١. Guang-zhong Yang K Journal: International Summer School and Symposium on Medical Devices and Biosensors ٢٠٠٨ Pages: ١٤-١٤ Provider: IEEE.
١٢. Shmidt. theory of discrete motor or skill learning. research quarterly. vol ٨٢. No ٤.p١٧٥.٢٢٤.
١٣. www.epsarabe.com/٢٠١٢/٠٣/blog-post_٦٦٣٣.html
١٤. www.sportscien.٠٠freehost.com /sport. Htmll