

**درس الجمناستك الفني من وجهة نظر طلبة كلية
التربية الرياضية – جامعة بغداد للعام الدراسي**

٢٠٠٧-٢٠٠٨

أ.م.د سندس محمد سعيد م.د.م سليم حسين جلاب

م.د.م نبهان حميد أحمد م.م.م حسين حبيب مصحح

كلية التربية الرياضية

جامعة الانبار

٢٠٠٩م

ملخص البحث

درس الجمناستك من وجهة نظر طلبة كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد للعام الدراسي ٢٠٠٧/٢٠٠٨ يهدف البحث إلى التعرف على مكامن القوة والضعف في درس الجمناستك من خلال استجواب المبحوثين على ذلك وأقترض البحث الأكثر الأجهزة والحركات المطلوبة لكل جهاز يؤدي إلى إرباك الطالب وعدم تعلمه الحركة بشكل جيد وامتقن وقلة الوقت المخصص لدرس الجمناستك وتم إجراء البحث على عينة من طلبة كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد وتوصلوا إلى رغبة الطلبة في تعلم المهارات الحركية الخاصة بدرس الجمناستك بعد الحصص وعرض الحركة من قبل المدرس تلقى قبولا إضافة إلى استخدام صور تحليلية وتوضيحية وأوصوا بضرورة بناء قاعدة ذات مواصفات خاصة وضرورة توفير الأفلام السينمائية وزيادة عدد التدريسيين المختصين بالجمناستك الفني .

**Lesson of gymnastic from the point of view the college
of sport –education –university of Baghdad
For the year 2007 -2008**

The research aim to learn (know)aboutch the place of strong and weak in the lesson of gymnastics through out the question ofabout that –the assumptionof the research is increase the equipment and motion which demands eah equipment leads to onfuse the student and prevent him motion in good manner and not enough time for the lesson of gymnastics the research performed in the college of sport-education .university of Baghdad and reach to desire the students in learning agood motions concerned with the lesson of gymnastics after the lessons and show the motion by the teacher received satisfactions in addition to the use of analytical ,explanatory and demanded the

necessity to provide dramatic films and increase the numbers of teachers who spicialized in gymnastics art

الباب الأول

١-التعريف بالبحث

١-١ المقدمة وأهمية البحث

مع بدا الخليقة عرف الإنسان الألعاب الرياضية بوجه عام والجمباز بوجه خاص فالإنسان الأول لم تكن حياته ميسرة على النحو الذي نراه الآن لذا كان لزاما على هذا الإنسان الأول إن يكون قوي العضلات سريعا في جريه معتمدا في بقاءه على مدى ما يبذله من مجهود جسمي كبير. الجمباز نشاط من أنشطة التربية الرياضية التي تستند على أسس من العلوم الطبيعية والإنسانية،فالجمباز يأخذ من علوم الرياضيات والميكانيكا والتشريح ووظائف الأعضاء وغيرها من العلوم الطبيعية والإنسانية يأخذ الجمباز من علم النفس التربوي وطرق التدريس وغيرها ،فالجمباز يمكن اعتباره علما مركبا يستند إلى حقائق ويبني على مبادئ علمية يستمدها من كل هذه العلوم والأسس التربوية والنفسية.إن التعرف على واقع اللعبة وكشف أسباب معوقاتها بأسلوب علمي بناء يتيح لمدرسي ومدربي هذه اللعبة تجاوز هذه الصعاب للأخذ بها نحو الأفضل لتحقيق الانجازات اللحاق بركب الدول المتقدمة بهذه اللعبة.

٢-١ مشكلة البحث

تكمن مشكلة البحث في تدني مستوى أداء الطلبة في الدروس العملية ولأجل الوقوف على الأخطاء والمعوقات لكل مرحلة ووضع الحلول المناسبة لتفاديها بشكل سليم ومدرّس وبأسلوب علمي وملتقن .
ارتأى الباحثون البحث بهذا الموضوع والذي يخص درس الجمناستك الفني من وجهة نظر طلبة كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد ويمكن اعتباره دليل عمل سليم للمرحلة المقبلة وللذين يقودون هذه اللعبة وللاستفادة منها في السنوات المقبلة .

٣-١ أهداف البحث

يهدف البحث إلى :-

١. التعرف على مكامن القوة والضعف في درس الجمناستك من خلال استجواب المبحوثين على ذلك
٢. محاولة الوصول لأفضل صيغ العمل لتحقيق الهدف العام في درس الجمناستك

٤-١ فرضية البحث

١. عدم ملائمة بعض فقرات منهاج الدرس مع قابليات الطلبة
٢. كثرة الأجهزة والحركات المطلوبة لكل جهاز تؤدي إلى إرباك الطالب وعدم تعلمه الحركة بشكل جيد وملتقن
٣. قلة الوقت المخصص لدرس الجمناستك

٥-١ مجالات البحث

- ١-٥-١ المجال البشري : - طلبة المرحلتين الأولى والثانية .
- ٢-٥-١ المجال الزمني : للفترة من ١/١١/٢٠٠٧ ولغاية ١٥/٣/٢٠٠٨ .
- ٣-٥-١ المجال المكاني : كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد .

الباب الثاني

٢- الدراسات النظرية

١-٢ درس الجمناستك الفني

ان لدرس الجمناستك إمكانات كثيرة ومختلفة والهدف منه تحقيق اكبر عدد ممكن من الحركات بأقل وقت وأسهل وامن طريقة ويعتمد نجاح درس الجمناستك على عدة عوامل أهمها :

◀ قدرة الطالب على تفهم الحركة

◀ قابلية المدرس

وان الإلمام الكافي لمدرسي الجمناستك للنواحي المهمة في تعلم الطلاب الحركات الجمناستيكية والوصول بهم إلى أعلى المستويات بأقصر وقت وبأسلم طريقة. وان لشخصية المدرس تأثيرا فعالا في أخراج وإنجاح الدرس ومدى إقبال الطلاب عليه واستفادتهم منه. والمدرس الناجح هو الذي يكون ملما اماما كافيا في النواحي الفنية للحركات وطرق تدريسها "والجانب النظري في درس الجمناستك جدا مهم لان الجمناستك العملي مبني على أسس الجمناستك النظري ولا يمكن الاستغناء عن احدهما وهنالك طرق عديدة ومختلفة استخدم في درس الجمناستك وهذا يعني أداء الحركة بصورة صحيحة من نواحيها الفنية والتكنيكية والسيطرة على جميع أجزاء الجسم أثناء الأداء الحركي وأداء الحركة على الأجهزة المستعملة في السباقات أي نفس الارتفاعات والمسافات المقررة بالنسبة للأجهزة في السباقات وبالتالي عدم استعمال أي مساعدة أثناء الحركة" (١) بما إن درس الجمناستك يخطو خطوات بطيئة في تقدمه لذا فان هذا البحث يشخص الأخطاء والمعوقات ويضع الحلول المناسبة لتفاديها بشكل سليم ومدرّس وهدفنا هو مساهمتنا في المجال لرفع الحركة الرياضية في وطننا العربي .

٢-١-٢ أهمية درس الجمناستك

يعتبر الجمناستك ناحية من نواحي النشاط البدني ويتميز " بتأثيره الشامل على المجاميع الفصليّة وكذلك تأثيره الحسن على بقية أجهزة الجسم الأخرى مما يحقق له التناسق والتكامل والنمو المتزن الذي هو أساس العقل الكامل هذا بالإضافة للصفات الأخرى كمرونة الجسم ورشاقة القوام وخفة الحركة وقوة العضلات والثقة بالنفس" (٢) .

٢-١-٢ أهمية النواحي النظرية في الجمناستك

لقد شمل التطور جميع الفعاليات الرياضية يعني ضمنها الجمناستك وان هذا التطور المستمر الذي شمل الجمناستك في السنين الأخيرة لم يكن مصادفة وإنما جاء بعد دراسة العلوم الأخرى كالتشريح والفسلجة وعلم الحركة والبيوميكانيك وعلم النفس وعلم الاجتماع والتأريخ وتطبيق هذه العلوم في النواحي العملية "والناحية النظرية لكل فعالية تكون ملازمة ومعمة للناحية العملية فالنظري يقرب ذهن اللاعب صورة الحركة ونواحيها الفنية وكيفية أدائها ولولا الناحية النظرية كما تقدم الجمناستك وأصبح على ما هو عليه الآن من

(١) يوركن لايرش: عبد السلام عبد لرزاق، صائب العبيدي ؛ الاسس النظرية في الجمناستك ، ط٢ : (العراق ، مطبعة جامعة بغداد ١٩٧٨) ، ص ١٦١ .

(٢) يوركن لايرش : نفس المصدر ، ص ١٢ .

صعوبة في الأداء والتطور الفني لذا فالناحية النظرية ضرورية في تدريساتنا العملية وعلى مدرس التربية الرياضية إن يكون ملما بهذه النواحي" (١) .

الباب الثالث

٣- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

١-٣ منهج البحث

استخدم الباحثون المنهج المسحي

٢-٣ عينة البحث

تبلغ عينة البحث (١٨١) طالبا من طلبة المرحلة الأولى والثانية من كلية التربية الرياضية-جامعة بغداد .

٣-٣ ادوات البحث

١-٣-٣ استمارة الاستبيان (*)

٤-٣ خطوات إجراء البحث

١-٤-٣ التجربة الاستطلاعية

قام الباحثون بأجراء التجربة الاستطلاعية كبداية لعلمهم ، وذلك للحصول على نتائج دقيقة يستفاد منها عند إجراء التجربة الرئيسية والتعرف على السلبيات والمعوقات التي ترافق تطبيق تجربة البحث . بتاريخ ٢٠٠٧/١٠/٢١ قام الباحثون بتوزيع الاستمارات لعينة من طلبة المرحلة الثالثة والرابعة (٥) طلاب من كل مرحلة ، هناك أسس علمية يجب وضعها في الحسبان عند إجراء الاختبار وهي الثبات والصدق والموضوعية .

١-٤-٣-١ ثبات الاختبار

ولغرض الحصول على ثبات الاستمارة تم استخدام طريقة إعادة الاختبار وذلك من خلال توزيع الاستمارة (٥) طالبان من طلبة المرحلة الثالثة والرابعة والذين يمثلون (كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد) كاختبار أولي ثم أعيد توزيع الاستمارات بعد أسبوع على العينة نفسها وفي الظروف مماثلة وبعد جمع الاستمارات تمت معالجتها إحصائيا باستخدام معامل الارتباط بيرسون فظهرت قيمة (ر) (٠,٨٩) وهذا يدل على وجود ارتباط عال ومن ثم وجود معامل ثبات الاستمارة .

٢-٤-٣-١ صدق الاختبار

فضلا عن إجراء العديد من الدراسات في المجال الرياضي لا يتسع المجال استعراضها . وزيادة في التحقق قام الباحثون بعرض الاستمارة على مجموعة من ذوي الخبرة والاختصاص(*) ولأجل التأكد من ذلك قد اتفقوا على صلاحية الاستمارة وبذلك عدت الاستمارة صادقة ومنطقية .

(١) فوزي يعقوب، عادل عبد البصير : النظريات والاسس العلمية في تدريب الجمباز، مطبعة دار الفكر العربي ، ١٩٨٢ ، ص ٢٠

* انظر ملحق رقم (١)

* الخبراء هم كل من :

أ.د. هدى ابراهيم ارزوقي	كلية التربية الرياضية	جامعة بغداد
أ.د. فانتن محمد رشيد	كلية التربية الرياضية	جامعة تكريت
أ.د. لمياء الديوان	كلية التربية الرياضية	جامعة البصرة
أ.د. ايمان حمد شهاب	كلية المعلمين الأساس	الجامعة المستنصرية

٣-١-٤-٣ موضوعية الاختبار

أن الاستمارة تتميز بوضوح وأسئلتها وإجاباتها محددة ، مما يفسح المجال أمام أفراد العينة من فهم عباراتها والإجابة عليها بسهولة من غير أي التباس وهذا ما يؤكد موضوعية الاختبار .

الباب الرابع

٤- عرض ومناقشة وتحليل النتائج

٤-١ عرض وتحليل النتائج

س١. ما هو رأيك بزمان حصة درس الجمناستك

الإجابة	ك	%
كافي	١٢١	٦٧%
غير كافي	٦٠	٣٣%
المجموع	١٨١	١٠٠%

يتضح لنا من خلال إجابة أفراد العينة على هذا السؤال بأن نسبة ٦٧٪ من العينة ذكرت بأن زمن حصة درس الجمناستك كافي وحيث إن هذا يمثل أكبر نسبة من إجابات الطلبة وعليه نرى إن الزمن الحالي لحصة الدرس يكفي لتطوير المهارات الحركية الخاصة بالجمناستك التي يتبعها منهاج الدرس. في حين أجابت نسبة معينة البحث وقدرها ٣٣٪. بأن زمن الحصة غير كافي وهذه الإجابة نرى أنها بعيدة عن الموضوعية لأننا لمسنا من خلال قدرتنا المتجمعة خلال سنين الدراسة في الكلية. وبذلك نرى إن زيادة حصة الدرس ستضفي الملل والضجر لدى الطالب .

س٢. ما هو الوقت المناسب لدرس الجمناستك

الإجابة	ك	%
٨٠،٣٠	١٥٦	٨٦%
١٠،٣٠	٢٥	١٤%
١٢،٣٠		
المجموع	١٨١	١٠٠%

اتضح للباحثين من خلال استفسارهم عن الوقت الذي يراه الطالب مناسباً فأجابت نسبة من عينة البحث قدرها ٨٦٪ بأنهم يفضلون وقت الدرس الساعة ٨،٣٠ صباحاً نظراً لما يتمتعون به من حيوية أثناء هذه الفترة وهذه نسبة عالية كما نرى تمثل رغبات الطلبة حول الوقت المناسب وحبذا لو عمل به مستقبلاً، فيما أجابت نسبة ضئيلة وقدرها ١٤٪ بأن ١٠،٣٠ هو الوقت المناسب للدرس وهذه الحالة لا يمكن الاعتماد عليها لأنها تمثل نسبة ضئيلة جداً .

س٣. ما هي ملاحظتك حول درس الجمناستك من خلال حضورك الحصص

الإجابة	ك	%
الرغبة في التعلم	١٧٠	٩٤%
الملل	١١	٦%
المجموع	١٨١	١٠٠%

تبين من خلال استجاب المبحوثين حول ملاحظاتهم حول درس الجمناستك فأجابت نسبة ٩٤٪ من أفراد العينة بالرغبة في تعلم الحركات وهي تؤكد على إن الدرس ناجح، فيما أكدت نسبة ٦٪ من العينة

على الشعور بالملل. وطبيعيا يعزى سبب شعورهم بالملل إلى أسباب متعددة ويظهر لنا الجدول التالي أهم أسباب إحساسهم بالملل .

س.٤. هل تعتقد إن حالة الطالب الذي لا يرغب في دخول درس الجمناستك يرجع للأسباب التالية

الإجابة	ك	%
عدم وجود محفزات	٢٩	١٦%
عدم تـمـيـن الجـهـود	١٥	٨%
خوفا من الاجابات الرياضية	٧٠	٣٩%
عامل الخجل	٨	٥%
عدم امتلاك الصفات الجيدة للاعبى الجمناستك	٤٤	٢٤%
عوامل اخرى	٦	٣%
لم تجب	٩	٥%
المجموع	١٨١	١٠٠%

اتضح للباحثين من خلال هذا الجدول بأن عدم رغبة الطالب في دخول درس الجمناستك يعود إلى عدة أسباب ،فقد ذكرت نسبة من عينة البحث وقدرها ١٦% بأن السبب يعود إلى عدم وجود محفزات وذكرت نسبة ٨% من العينة بأن السبب هو عدم تـمـيـن الجـهـود وذكرت نسبة أخرى وقدرها ٣٩% من العينة إن السبب يعود الى خوفا الطالب من الإجابات الرياضية التي تحرمه من أداء الامتحانات العملية. وذكرت نسبة من عينة البحث وقدرها ٥% بأن السبب هو عامل الخجل من المدرس والطلبة إثناء أداء الحركات الجمناستيكية ونسبة اخرى من العينة وقدرها ٢٤% ذكرت بأن السبب هو عدم امتلاك الصفات الجيدة للاعبى الجمناستك وهذا يجعل اللاعبين غير راغبين في حضور الدرس لذا يؤكد الباحثون على ضرورة تـمـيـن جهود الطلبة ولو معنويا لما لها من تأثيرات ايجابية على نفسية الطلبة وهي بمثابة عوامل محفزة لتشجيع الطلبة الذين مستوياتهم دون المستوى المطلوب للوصول بهم إلى مستوى جيد .

س.٥. هل ان الطريقة المستخدمة لتصحيح الأخطاء من قبل المدرس للطلبة

الإجابة	ك	%
تلقى قبولا	١٧٢	٩٥%
تلقى رفضا	٤	٢%
لم تجب	٥	٣%
المجموع	١٨١	١٠٠%

توصل الباحثون من خلال استجوابهم مجموعة المبحوثين حول الطريقة المستخدمة لتصحيح الأخطاء من قبل المدرس للطلبة تلقى قبولا وكانت نسبتهم ٩٥% من العينة وهي نسبة جيدة جدا تعكس جوانب ايجابية على مدى ردود فعل الطلبة سواء كانت سلبية أم ايجابية وكذلك أكدت نسبة ٢% من مجموع العينة تلقى رفضا وهي نسبة ممكن إن يكسبها المدرس والتي ترجع إلى الأساليب التربوية التي يعتبرها المدرس جادة في خلق الجو التربوي لخلق قادة المستقبل الناجحين

س.٦. هل تعتقد ان مشاركة المدرس مع الطلاب بأداء الحركات إثناء درس الجمناستك يثير الحماس والمنافسة

النسبة %	ك	الإجابة
٩٦%	١٧٥	نعم
٢%	٣	كلا
٢%	٣	لم تجب
١٠٠%	١٨١	المجموع

استنتج الباحثون من خلال استفسارهم حول مشاركة المدرس مع الطلبة بأداء الحركات وهل يثير الحماس والمنافسة، فأجابت نسبة من العينة وقدرها ٩٦% بأن ذلك يثير الحماس ويزيد من عوامل الإثارة والتشويق لدى الطلبة وهي نسبة عالية تعكس جوانب جيدة يمكن إن يتبعها المدرس في أصفاء جو المرح والسرور في الدرس وذكرت نسبة ٢% من العينة بالنفي وهي نسبة ضئيلة جدا لذا وجب على المدرس مشاركة الطلبة في أداء الحركات لما لها من تأثيرات ايجابية على الطلبة .

س٧. ما هي أفضل طريقة بتصورك يستخدمها المدرس في عقوبة المشاكسين والمشاغبين أثناء الحصة

النسبة	ك	الإجابة
١٥%	٢٧	عقاب بدني
٢%	٤	عقاب نفسي
٨%	١٥	ترك الحصة
٧٥%	١٣٥	التوجيه الصحيح
١٠٠%	١٨١	المجموع

توصل الباحثون من خلال استفسارهم حول افضل طريقة يستخدمها المدرس في معاقبة الطالب المشاكس والمشاغب أثناء الحصة وكانت نسبة من العينة وقدرها ١٥% من مجموع أفراد العينة تفضل أن يكون العقاب نفسيا وكادت اعلي نسبة وقدرها ٧٥% من مجموع أفراد العينة على إن يكون التوجيه التربوي من قبل المدرس هي أفضل وسيلة يتبعها المدرس في معاقبة المشاغبين وقد أجابت نسبة ٨% من مجموع العينة على أنها تفضل ترك الحصة هنا يفضل الباحثون على أن يكون العقاب بدنيا مقرونا بالتوجيه الصحيح لكي لا تترك جوانب واثار سلبية على نفسية الطالب .

س٨. هل الطريقة المستخدمة لتدريس الجمناستك تفي بالغرض

%	ك	الإجابة
٧٦%	١٣٨	نعم
٢٤%	٤٣	كلا
١٠٠%	١٨١	المجموع

اتضح للباحثين إن الطريقة المستخدمة لتدريس مادة الجمناستك تفي بالغرض من خلال إجابة المبحوثين على هذا السؤال والتي تقدر بنسبة ٧٦% من مجموع أفراد العينة في حين أجابت نسبة ٢٤% من العينة على أنها لا تفي بالغرض وهنا يجب أن يشخص المدرس مكامن الخطأ والضعف لكي تكون الطريقة

المستخدمة والمتبعة تفي بالغرض الذي يسموا إليه مدرسي الجمناستك لأجل النهوض باللعبة إلى المستوى الأمثل والنموذجي لدرس الجمناستك .

س٩. هل تعتقد هنالك ضرورة للدرس النظرية

النسبة %	ك	الإجابة
٩١%	١٦٥	نعم
٩%	١٦	كلا
١٠٠%	١٨١	المجموع

توصل الباحثون من خلال استجواب المبحوثين عن مدى ضرورة وأهمية الدروس النظرية فأجابت نسبة قدرها ٩١% من مجموع أفراد العينة بأنه هنالك ضرورة لهذه الدروس في حين اجابت نسبة ٩% من مجموع أفراد العينة بأنه ليس هنالك ضرورة للدرس النظرية وقد يعزى السبب إلى عاملين أولهما عدم وجود الترابط بين الدروس العلمية والدروس النظرية والآخر إلى عدم استيعاب الدروس لصعوبتها .

س١٠. هل ترغب التمرين على الأجهزة المختلفة لمادة الجمناستك بعد الحصص المخصصة

النسبة %	ك	الإجابة
٧٧%	١٤٠	نعم
٢٣%	٤١	كلا
١٠٠%	١٨١	المجموع

استنتج الباحثون من خلال استجوابهم لعينة البحث حول مدى رغبة الطلبة في التمرين على الأجهزة المختلفة بعد الحصص فكانت نسبة ٧٧% من أفراد العينة ترغب التمرين بينما أجابت نسبة ٢٣% من مجموع العينة بأنها لا ترغب التمرين بعد الحصص وطبعاً هذا يرجع إلى أسباب عدة وستتعرف فيما يلي عن أهم الأسباب منها عدم توفر الأدوات والوقت الكافي وعدم وجود زميل مساعد وعوامل أخرى .

س١١. هل تعتقد إن الدروس النظرية تصور لديك النواحي الميكانيكية التي تحدث في أجزاء الحركة قبل أدائها

النسبة %	ك	الإجابة
٨٠%	١٤٤	نعم
٢٠%	٣٧	كلا
١٠٠%	١٨١	المجموع

توصل الباحثون من خلال توجيه استفسارهم حول الدروس النظرية وهل تصور النواحي الميكانيكية للحركة قبل الادعاء وقد أجابت نسبة ٨٠% من مجموع الطلبة بأنها تصور بشكل واضح النواحي الميكانيكية إلا انه أكدت نسبة ٢٠% من مجموع العينة بأنها لا تصور ولا توضح النواحي الميكانيكية قبل أداء الطالب الحركة المطلوبة. هنا يؤكد الباحثون ضرورة الدروس النظرية لآتها توضح ميكانيكية الحركة وتكتيك الأداء الرياضي الأمثل .

س١٢. إي الطرق تفضلها عند تعلمك حركة جمناستيكية في الجمناستك الفني

النسبة %	ك	الإجابة
٧٦%	١٣٧	عرضها من قبل المدرس عدة مرات
١٥%	٢٨	استخدام صور تحليلية وتوضيحية للحركة
٧%	١٢	عرضها من قبل زميل جيد عرض الحركة
٢%	٤	لم تجب
١٠٠%	١٨١	المجموع

استنتج الباحثون حول استفسارهم عن أي الطرق التي يفضلها الطالب عند تعلمه حركة جمناستيكية معينة وأكدت نسبة ٧٦% من مجموع الطلبة على طريقة عرض الحركة من قبل المدرس عدة مرات إلا أنه أكدت التحليلية والتوضيحية للحركة وأظهرت مجموعة أخرى ونسبتها ٧% على أنها تفضل عرض الحركة من قبل زميل جيد عرض الحركة وهنا توصل الباحثون إلى إن أفضل طريقة يرغبها الطالب عند تعلم حركة هي عرضها من قبل المدرس

س١٣. هل تعتقد إن درس الجمناستك يبين شخصية الطالب من الناحية البدنية والتربوية

النسبة %	ك	الإجابة
٨٥%	١٥٣	نعم
١٤%	٢٦	كلا
١%	٢	لم تجب
١٠٠%	١٨١	المجموع

من خلال هذا الجدول يتضح ان نسبة ٨٥% من مجموع الطلبة تؤكد على ان درس الجمناستك يبين شخصية الطالب بدنيا وتربويا وهي نسبة تعكس جوانب ايجابية عن مستوى نجاح المدرس والدرس بنفس الوقت في الوقت الذي ذكرت نسبة قدرها ١٤% من مجموع العينة على ان الدرس لا يبين شخصية الطالب بدنيا وتربويا فهنا يجب على المدرس الناجح ان يضع صيغ عمل تجنبه الجوانب السلبية في المدرس وأسلوب علمي وتربوي مقتن .

س١٤. هل هناك مقترحات تود ذكرها تساعد على تطوير درس الجمناستك في الكلية

النسبة %	ك	الإجابة
٣٦%	٦٥	نعم
٦٤%	١١٦	كلا
١٠٠%	١٨١	المجموع

توصلنا من خلال هذا السؤال إلى المقترحات التي تسهم في تطوير درس الجمناستك في الكلية وقد أجابت نسبة قدرها ٦٤% من مجموع أفراد العينة بأنه ليس لها مقترحات تود ذكرها. ويطمح الباحثون إن تكون هذه طريق التحليل العلمي الصحيح للبناء ووضع المقترحات إمام المسؤولين لإفاضل لعلها تساهم في رفع وتائر بطاقة اكبر نحو الانجاز الأفضل .

س١٥. رتب الأجهزة التي تدربت عليها حسب سهولتها بالنسبة لقابليتك في أدائها

الاجابة	العقلة		الحركات الارضية		حصان القفز		حصان المقابض		المتوازي	
	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك
١	٢١	%١٢	٩٠	%٥٠	٣٢	%١٧	٢٠	%١١	٣٢	%١٨
٢	٤٥	%٢٥	٣٤	%١٩	٣٤	%١٩	٢٣	%١٣	٦٣	%٣٥
٣	٤٣	%٢٣	٤٤	%٢٤	٤٨	%٢٦	٣٠	%١٦	٤١	%٢٣
٤	٤٧	%٢٦	١٩	%١٠	٣٩	%٢٢	٣٦	%٢٠	٢٨	%١٥
٥	٢٥	%١٤	١٤	%٨	١٨	%١٦	٧٢	%٤٠	١٧	%٩
المجموع	١٨١	%١٠٠	١٨١	%١٠٠	١٨١	%١٠٠	١٨١	%١٠٠	١٨١	%١٠٠

المرتبة	المرتبة	المرتبة	المرتبة	المرتبة	الجهاز
الاولى / ك	الثانية / ك	الثالثة / ك	الرابعة / ك	الخامسة / ك	
٩٠	٣٤	٤٤	١٩	١٤	الحركات الارضية
٣٢	٦٣	٤١	٢٨	١٧	المتوازي
٣٢	٣٤	٤٨	٣٩	٢٨	حصان القفز
٢١	٤٥	٤٣	٤٧	٢٥	العقلة
٢٠	٢٣	٣٠	٣٦	٧٢	حصان المقابض

تبين للباحثين ومن خلال الجدولين بأن ترتيب الأجهزة يكون كالتالي وحسب قابلية الطالب في أدائها

١. المرتبة الأولى : الحركات الأرضية
٢. المرتبة الثانية : المتوازي
٣. المرتبة الثالثة : حصان القفز
٤. المرتبة الرابعة : العقلة
٥. المرتبة الخامسة : حصان المقابض

الباب الخامس

٥- الاستنتاجات والتوصيات

١-٥ الاستنتاجات

١. كفاية عدد الحصص التي يتلقاها الطالب في درس الجمناستيك
٢. إن الوقت الملائم للدرس بالنسبة للطلبة يكون من الساعة ٨,٣٠ - ١٢,٣٠ صباحاً
٣. رغبة الطلبة في تعلم المهارات الخاصة بدرس الجمناستيك
٤. الطريقة المستخدمة من قبل المدرس لتصحيح الأخطاء تلقى قبولا
٥. مشاركة المدرس في أداء الحركات جوانب إيجابية على نفسية الطالب

٦. هنالك أهمية كبيرة للدروس النظرية إذا ما كان هنالك ترابط بينها وبين الدروس العملية إضافة إلى أنها تخلق قصورا عن النواحي الميكانيكية للمهارات الحركية
٧. رغبة الطلبة في تعلم المهارات الحركية الخاصة بدرس الجمناستك بعد الحصص
٨. عرض الحركة من قبل المدرس تلقى قبولا إضافة إلى استخدام صور تحليلية وتوضيحية
٩. درس الجمناستك يبني شخصية الطالب ويساهم في تطويره من الناحية البدنية إضافة إلى الجوانب التربوية
١٠. الحركات الأرضية هي أسهل الحركات بالنسبة للأجهزة ويلبها جهاز المتوازي، حضان القفز، العقلة وأخيرا حضان المقابض

٢-٥ التوصيات

١. ضرورة تحديد أوقات للتمرين على المهارات التي يلاقي الطالب فيها صعوبة في الأداء لأجل الوصول لأفضل صيغ العمل ومستوى نمونجي لتطبيق درس الجمناستك بأكمله
٢. ضرورة مشاركة المدرس مع الطلبة في أداء الحركات لكي يثير روح المنافسة الشريفة لتحقيق الفوز ومدى تأثير الجوانب النفسية على الطالب
٣. توفير الأجهزة الجمناستيكية سواء أجهزة الرجال أو النساء كذلك توفير كافة مستلزمات درس جمناستك الأجهزة بالنسبة للنساء والجمناستك الإيقاعي الحديث وبالمقاييس القانوني
٤. ضرورة زيادة عدد التدريسيين المتخصصين بالجمناستك الفني
٥. توفير الأفلام السينمائية
٦. توفير الملابس والتجهيزات الخاصة بالجمناستك
٧. تعيين طبيب مختص بالإصابات الرياضية والطب الرياضي في الكلية

المصادر والمراجع

- < فوزي يعقوب، عادل عبد البصير : النظريات والأسس العلمية في تدريب
- < محمد عبد المنعم الشامعي : فن الحركات الأرضية ، ط ١ : ١٩١ .
- < يوركن لايرش : الأسس النظرية في الجمناستك ، ط ٢ : ١٩٧٨ .

الملاحق

ملحق رقم (١)

استمارة استبيان لتقييم درس الجمناستك

عزيزي الطالب عزيزتي الطالبة :

بين يديك استمارة استبيان تتضمن بعض الاسئلة حول درس الجمناستك قومي الاستمارة للتعرف على مستوى الدرس نأمل أن تكون الاجابات صريحة ودقيقة وغير متأثرة بأراء الاخرين .

س١ ما هو رأيك بزمان حصة درس الجمناستك ؟

ج / كافي () غير كافي ()

س٢ - ما هو الوقت المناسب لدرس الجمناستك؟

ج / ٨.٣٠ صباحا ١٠.٣٠ صباحا ١٢.٣٠ ظهرا

- س ٣ - ما هي ملاحظتك حول درس الجمناستك من خلال حضورك الحصص؟
ج / الرغبة في التعلم () الملل ()
- س ٤ - هل تعتقد إن حالة الطالب الذي لا يرغب في دخول درس الجمناستك ؟
ج / عدم وجود محفزات () عدم تـثمين الجهود () خوفا من الاجابات الرياضية () عامل الخجل ()
عدم امتلاك الصفات الجيدة للاعبى الجمناستك () عوامل اخرى () لم تجب ()
- س ٥ - هل ان الطريقة المستخدمة لتصحيح الأخطاء من قبل المدرس للطلبة ؟
ج / تلقى قبولا () تلقى رفضا () لم تجب (آ)
- س ٦ - هل تعتقد ان مشاركة المدرس مع الطلاب بأداء الحركات إثناء درس الجمناستك يثير الحماس والمنافسة؟
ج/ نعم () كلا () لم تجب ()
- س ٧ - ما هي أفضل طريقة بتصورك يستخدمها المدرس في عقوبة المشاكسين والمشاعبين إثناء الحصة ؟
ج / عقاب بدني () عقاب نفسي () ترك الحصة () التوجيه الصحيح ()
- س ٨ - هل الطريقة المستخدمة لتدريس الجمناستك تفي بالغرض؟
ج/ نعم () كلا ()
- س ٩ - هل تعتقد هنالك ضرورة للدرس النظرية؟
ج/ نعم () كلا ()
- س ١٠ - هل ترغب التمرين على الاجهزة المختلفة لمادة الجمناستك بعد الحصص المخصصة؟
ج/ نعم () كلا ()
- س ١١ - هل تعتقد إن الدروس النظرية تصور لديك النواحي الميكانيكية التي تحدث في أجزاء الحركة قبل ادأك لها؟
ج/ نعم () كلا ()
- س ١٢ - إي الطرق تفضلها عند تعلمك حركة جمناستكية في الجمناستك الفني؟
ج / عرضها من قبل المدرس عدة مرات () استخدام صور تحليلية وتوضيحية للحركة () عرضها من قبل زميل يجيد عرض الحركة () لم تجب ()
- س ١٣ - هل تعتقد إن درس الجمناستك يبين شخصية الطالب من الناحية البدنية والتربوية؟
ج/ نعم () كلا () لم تجب ()
- س ١٤ - هل هنالك مقترحات تود ذكرها تساعد على تطوير درس الجمناستك في الكلية ؟
ج/ نعم () كلا ()
- س ١٥ - رتب الأجهزة التي تدرت عليها حسب سهولتها بالنسبة لقابليتك في أدائها ؟
ج / الحركات الارضية () المتوازي () حسان القفز () العقلة ()
حسان المقابض () .

الباحثون