

تأثير استخدام المرايا في مستوى اداء بعض مهارات سلاح الشيش

بحث تجريبي

على طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية للبنات

كلية التربية الرياضية للبنات- جامعة بغداد
كلية التربية الرياضية للبنات- جامعة بغداد

أ.م.د فاطمة عبد المالكي
أسراء قحطان العبيدي

ملخص البحث

يهدف البحث الى أعداد بعض تمرينات الاساسية لسلاح الشيش بأستخدام المرايا في تطوير قدرة مستوى تعلم الطالبات في المبارزة ومعرفة الفروق بين المجموعتين التجريبي والضابطة بتأثير استخدام المرايا في مستوى اداء بعض مهارات سلاح الشيش لطالبات المرحلة الثالثة ، وقد أستخدمت الباحثتان المنهج التجريبي على عينة من طالبات المرحلة الثالثة ، وقد بلغ عددهم (٤٥) طالبة ، وقد خرجت الباحثتين بعدة أستنتاجات وهي:-
- أن المنهاج التعليمي بأستخدام المرايا ذو تأثير ايجابي في تطوير مستوى اداء مهارات سلاح الشيش لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالمبارزة .
- وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي في مستوى اداء مهارات سلاح الشيش ولصالح الاختبار ألبعدي.
- وجود فروق معنوية في الاختبار البعدي بين المجموعة التجريبية والضابطة في مستوى اداء مهارات سلاح الشيش ولصالح المجموعة التجريبية .
وتوصلت الباحثتين الى عدة توصيات منها:-
- استخدام المرايا في الوحدات التعليمية والتدريبية لطالبات المرحلة الثالثة بالمبارزة لها دور فعال في تطوير مهارات سلاح الشيش .
- استخدام أجهزة تقنية حديثة لتطوير مهارات سلاح الشيش .

Abstract

The reseaeche aims in that research to use some basic exercises of foil by using mirror to develop learning level ability of female students in fencing and knowing the differences between control and experimental groups , The Researchers uses experimental method on a sample of (45)third stage femal students.

The researchers comes out with the following conclusions:

- 1- vsing earning method of using mirror has positive effect in developing foil skills performance of female students of college of physical education for women.
- 2- There are significant differences between post and pre tests in foil skills performance and for post test.

3- There are significant differences in post test between control and experimental groups in foil skills performance level and for the experimental group.

Recommendations:

1- vsing mirror in training and learning units of third year female students in fencing has effective role in developing foil skills.

2- vsing modern appartues to develop foil skills.

١- التعريف بالبحث

١-١ المقدمة وأهمية البحث :

المبارزة من الرياضات التي تتطلب من ممارسيها صفات بدنية وحركية خاصة ومميزة لكي يحافظ اللاعب فيها على مستواه ، ويتمكن من التقدم الفني باتجاه الأداء الأمثل للوصول إلى النتائج الأفضل ، ويهدف التعلم إلى تنمية اللاعب بدنياً وفنياً ونفسياً وخطياً للوصول إلى المستويات العليا للإنجاز باستخدام طرائق التدريب المختلفة . أن التعلم باستخدام المرايا كأدوات إضافية تعمل على الربط بين إدراك الحركة والمهارة الحركية ، أي أن المرايا تعد وسيلة مساعدة تخدم اللاعب والمدرّب وهي وسيلة ذات أنموذج حي(سمعية وبصرية بنفس الوقت) وهي وسيلة إعطاء وإداء ونصح للمعلومات بصورة مباشر عن حركة اللعب وأخطائه والنقاط الإيجابية والسلبية عن أدائه ، لذا ارتأت الباحثتان إجراء هذه الدراسة للوصول إلى حقائق علمية من شأنها أغناء طرائق التدريب والتعلم للارتقاء بمستوى الطالبات وتحقيق أفضل النتائج في مستوى أدائهن.

واستناداً لما تقدم يمكن أن نحدد أهمية البحث في دراسة موضوع استخدام المرايا في التعلم والتدريب وأثرها على مستوى الاداء الذي يعد من أحد الركائز المهمة في لعبة المبارزة للارتقاء في عملية التطوير.

٢-١ مشكلة البحث

إن لعبة المبارزة هي واحدة من الألعاب الرياضية التي تعتمد بالدرجة الأولى على اللياقة البدنية والقدرة العقلية ومهارية عالية وتحتوي على متغيرات مختلفة وعديدة في الأداء واتخاذ الأوضاع المختلفة مما قد تعيق الطالبة في بداية الأمر ومن أجل توضيح الصورة ومساعدة الطالبة في إيصال المعلومة للحركات الأساسية في المبارزة يتطلب منا الاهتمام بالحواس السمعية والبصرية لذا فإن مشكلة البحث تكمن في معرفة تأثير استخدام المرايا في مستوى اداء بعض مهارات سلاح الشيش .

٣-١ أهداف البحث:

- ١- أعداد تمرينات لبعض المهارات في سلاح الشيش باستخدام المرايا.
- ٢- التعرف على الفروق بين الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعتين التجريبيّة والضابطة في مستوى اداء بعض مهارات سلاح الشيش لطالبات المرحلة الثالثة.

٣- التعرف على الفروق بين الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى اداء بعض مهارات سلاح الشيش لطالبات المرحلة الثالثة.

٤-١ فروض البحث:

- ١- المنهاج التعليمي باستخدام المرايا ذو تأثير ايجابي في مستوى اداء بعض مهارات سلاح الشيش .
- ٢- هناك فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى اداء بعض مهارات سلاح الشيش ولصالح الاختبارات البعدية .
- ٣- هناك فروق معنوية بين الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى اداء بعض مهارات سلاح الشيش لطالبات المرحلة الثالثة ولصالح المجموعة التجريبية .

٥-١ مجالات البحث:

١-٥-١ المجال البشري: طالبات كلية التربية الرياضية للبنات -المرحلة الثالثة والبالغ عددهن (٤٠) طالبة .

١-٥-٢ المجال الزماني: المدة من ٢٠-١٠-٢٠٧ ولغاية ١٥ / ١ / ٢٠٠٨ .

١-٥-٣ المجال المكاني: قاعة قاعة المباراة في كلية التربية الرياضية للبنات/جامعة بغداد

٢- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة:

٢-١ الدراسات النظرية:

٢-١-١ المرايا:

تعد المرايا وسيلة من الوسائل التعليمية في مجال أداء الحركات والمهارات الرياضية، غير واضح أستخدم كوسائل تعليمية بحتة تهدف الى أكتساب واداء المهارات المختلفة في الالعاب الرياضية ومنها ما استخدم كوسائل امان تساعد المتعلمين على أداء الحركات الصعبة والخطيرة^(١).

وان تقريب المفاهيم للمتلقي وتوصيلها لتكوين مدركات واضحة يتطلب منا الاهتمام بالحواس السمعية والبصرية ولها دور فاعل في توصيل المعلومات النظرية والمهارات العملية وتوضيحها بغية الوصول الى الهدف باقل جهد وأسرع وقت ، وهذه الوسائل التعليمية التدريبية تعمل على تقديم المساعدة الحاسمة للطلبة في اداء المهارات للفعاليات الرياضية في الدروس العملية المختلفة من خلال تصنيع أجهزة مساعدة في التعلم، وتعتبر المرايا من الوسائل التعليمية والتدريبية التي تقدم فوائد وانعكاس جيد على المتعلمين والتدريبين من خلال توضيح الصورة والاتجاهات المطلوبة والمسار الصح في المهارات ، ولعبة المباراة من الالعاب الفردية التي تحتاج من اللاعب التدريب والتصحيح على المرايا لمعرفة الاتجاهات والزوايا المطلوبة للحماية أهداف السلاح او جسمه من اللمسات مما يعكس التدريب على المرايا تثبيت الوضع الصحيح من المسكات والدفاع على الزوايا المختلفة .

٢-١-٢ المرايا أحد الوسائل التعليمية للمهارات الحركية:

لقد ثبت باللموس أهمية الاستخدامات التطبيقية لبعض الادوات والمواد والاجهزة المختلفة ومنها المرايا، منفردة او مجتمعة في عملية الاداء بوجه عام وهذه الاهمية تجلت في مساعدة الافراد معلمين ومتعلمين جميعاً على فهم واجتياز المراحل التعليمية والتدريبية المختلفة وأسهمت في تقليل الجهد والتكاليف واختصار الوقت وان تقريب المفاهيم من المتعلم والمتدرب وتوصيلها لتكوين مدركات واضحة يتطلب منا الاهتمام بالحواس السمعية والبصرية ، وكما انها من أماكن متاحة التي تعمل على نقل المعلومات النظرية والمهارات العملية للمتعلم وتوضيحها بغية الوصول الى الاهداف المطلوبة^(١)، وجاء في تحديد دورها ماياتي:

- ١- تقليل الجهد واختصار الوقت من المعلم والمتعلم.
- ٢- اداء بمفردها.
- ٣- تساعد على نقل المعرفة وتوضح الجوانب المبهمة وتثبت عملية الادراك.
- ٤- تثبيت المعلومات وتزيد من حفظ الطالب وتضاعف استيعابه.
- ٥- تقوم معلومات الطالب وتقيس مدى ما استوعبه من مادة الدرس.
- ٦- وكما ان استخدام المرايا في العملية التعليمية يجعل عملية الاداء الحركي اكثر فعالية وايجابية حيث يصبح المتعلم والمتدرب مسؤولاً ومشاركاً وايجابياً على نحو كبير، بعد ان كان مستقبلاً ومقلداً دون ان ترى حركاته واخطائه^(٢).

٢-١-٣ بعض مهارات سلاح الشيش^(٣) :

٢-١-٣-١- التقدّم للامام:

هي حركة هجومية تساعد اللاعب على اكتساب مسافة معينة من ارض الملعب باتجاه الخصم عند التقدّم، ويتم بنقل القدم الامامية مسافة قليلة بمقدار قدم واحد من وضع الاستعداد، بحيث يتم هبوط القدم على الارض بالكعب، ومن ثم مشط القدم، وبعدها تنتقل القدم الخلفية المسافة نفسها مع المحافظة على وضع الجسم وانتشاء الساقين وعلى وضع الاستعداد الاصلي.

٢-١-٣-٢- التقهقر للخلف:

هي حركة دفاعية تبعد اللاعب وتجعله يخسر جزءاً من مسافة الملعب وتبدأ من وضع الاستعداد يقوم اللاعب بارجاع القدم الخلفية مسافة اكثر من قدم واحد الى الخلف لتهدب على الارض على مشط القدم ثم الكعب وتليها القدم الامامية لتأخذ المسافة نفسها وتهدب على الارض على الكعب ثم مشط القدم مع المحافظة على المسافة بين القدمين ووضع الاستعداد الاصلي.

^١ - يعرب خيون عبد الحسين؛ نفس المصدر السابق، ص ١٥٧-١٧١.

^٢ - محمد عثمان؛ الاداء الحركي والتدريب الرياضي، الكويت: دار القلم، ١٩٨٧، ص ٣٣٣.

^٣ - عبد علي نصيف(واخرون)؛ المبارزة ، بغداد : مطبعو دار الحكمة، ١٩٩٠، ص ٢٠٦-٢١٨.

٢-٣-١-٢- حركة الطعن:

هي من اهم الحركات للاعب المبارزة لانها حركة هجومية سريعة تهدف الى اىصال ذبابة النصل (مقدمته) لهدف الخصم بصورة سريعة، وتبدأ بمد الذراع المسلحة الى الامام، بحيث تهدد الخصم ثم نقل الرجل الامامية بمسافة مناسبة على ان يكون هبوط القدم على الارض على الكعب ثم مشط القدم، مع ثني الركبة الامامية لتشكل زاوية قائمة، وتكون الرجل الخلفية ممدودة بصورة كاملة مع بقاء القدم الخلفية ملاصقة للارض، وفي الوقت نفسه تتخفف الذراع الخلفية على امتدادها باتجاه الرجل الخلفية وموازيًا لها، ويكون الجذع مائلًا بصورة قليلة للامام الاسفل، ويكون مركز ثقل الجسم في منتصف الجسم تقريباً.

٢-٣-١-٤ - الطعنة القاطعة:

وهي حركة هجومية غير مباشرة، وتتم هذه الحركة بقيام اللاعب من وضع الاستعداد بسحب نصل سلاحه الى الخلف بثني المرفق قليلاً، وكذلك الرسغ باتجاه الكتف اليمنى من الجهة اليمنى الخارجية قليلاً حتى يصل نصل اللاعب الى نهاية ذبابة نصل سلاح الخصم، يلي ذلك مباشرة تغيير اتجاه نصل اللاعب الى الجانب الاخر من نصل سلاح الخصم، وعلى ان يراعي دقة الحركة وسرعتها في اثناء تنفيذها، وتتم بوقت قصير ومن مسافة قريبة الى هدف الخصم، وتتم هذه الحركة وفي اكثر حالاتها بالاوضاع العليا (أي الخطوط العليا)، ولا يفضل تنفيذها في الاوضاع السفلى والسبب في ذلك لان اكثر الهجمات تكون خارج الهدف القانوني وخاصة في سلاح الشيش.

٢-٣-١-٥ - الطعنة بتغيير الاتجاه:

وهي حركة هجومية غير مباشرة، وتتم بقيام اللاعب بتغيير الاتجاه مرة واحدة الى الجهة الاخرى عندما يكون نصل اللاعبين في حالة الالتحام وذلك بتغيير ذبابة نصله من اسفل نصل سلاح اللاعب المقابل للوصول الى الجانب الاخر او بالعكس في الاوضاع العليا، وبتغيير نصل سلاحه من اعلى نصل سلاح اللاعب المقابل للوصول الى الجانب الاخر وبالعكس في الاوضاع السفلى.

٢-٢ الدراسات المشابهة

٢-٢-١- دراسة رياض عبد علي حسين السعيد (٢٠٠٢) (١)

تأثير برنامج تعليمي باستخدام الشاخص المتمفصل المقترح في اداء بعض المهارات الدفاعية والهجومية بالمبارزة.
هدفت الدراسة الى:

- ١- اعداد برنامج تعليمي مقترح وتصميم (شاخص متمفصل مقترح) كاداة مساعدة في تعليم بعض المهارات الدفاعية والهجومية بالمبارزة.
- ٢- معرفة تأثير البرنامج التعليمي المقترح باستخدام (الشاخص المتمفصل المقترح) على اداء بعض المهارات الدفاعية والهجومية بالمبارزة.

^١ - رياض عبد علي حسين السعيد؛ تأثير برنامج تعليمي باستخدام الشاخص المتمفصل المقترح في اداء بعض المهارات الدفاعية والهجومية بالمبارزة، دراسة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٠٠٢.

وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته طبيعة مشكلة البحث وقد أشتملت عينة البحث على (٢٠) طالباً وتم توزيعهم الى مجموعتين تجريبية وضابطة كل مجموعة (١٠) طالباً بطريقة عشوائية (القرعة)، وكان مدة البرنامج المقترح في الوحدة التعليمية الواحدة (٣٤) دقيقة وبواقع (وحدتين) في الاسبوع ولمدة (١٠) اسابيع. وقد استنتج الباحث عدة أستنتاجات من اهمها ان هناك تاثير ايجابي للبرنامج التعليمي المقترح في اداء المهارات الدفاعية والهجومية بالمبارزة. واوصى الباحث بعدة توصيات من اهمها تصميم شواخص مساعدة اخرى اكثر تطوراً وتقنية في اداء بعض المهارات الدفاعية والهجومية وتطويرها.

٣-١ منهج البحث وإجراءاته الميدانية

استخدمت الباحثان المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة البحث إذ يعد هذا المنهج أفضل ما يمكن إتباعه للوصول إلى نتائج دقيقة فهو " المنهج الوحيد الذي يمكنه الاختبار الحقيقي لفروض العلاقات الخاصة بالسبب والآخر" (١)

٣-٢ عينة البحث:

تم اختيار طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية للبنات بالمبارزة كمجتمع للبحث ،

وتم تحديد أفراد مجموعة البحث التجريبية بـ (٢٠) طالبة (شعبة ب)، وافراد المجموعة الضابطة بـ (٢٠) طالبة (شعبة ج) وبذا تكون نسبة العينة من المجتمع (٥٨%) من أصل (٧٠) طالبة. وهن متجانسات كونهن من مرحلة عمرية واحدة ومستوى تعلم وخط شروع واحد.

٣-٣ الأجهزة والأدوات:

- سلاح شيش بعدد العينة
- أهداف معلقة على الحائط
- ملعب مبارزة
- القاعة.
- تجهيزات لاعبة المبارزة
- وسائل للطعن وشواخص مختلفة
- مرايا مثبتة على جدران

٣-٤ التجربة الاستطلاعية:

تم إجراء هذه التجربة بتاريخ ٢٠-١٠-٢٠٠٧ على عينة عددها (٥) طالبات من المرحلة الثالثة من مجتمع عينة البحث وقد تم استبعادهم من أفراد المجموعة التجريبية وكان الغرض من هذه التجربة تحديد المعوقات التي قد تواجه الباحثان خلال اجراء التجربة الرئيسية والاختبارات لإفراد عينة البحث . فضلاً عن معرفة الأخطاء المحتملة العمل على تفاديها في أثناء التدريب والتعلم سواءً أكانت تلك الأخطاء من قبل فريق العمل^١ أم من قبل أفراد عينة البحث .

٣-٥- الاختبارات المستخدمة:

تقيم مستوى اداء مهارات سلاح الشيش :

^١ - محمد حسن علاوي و أسامة كامل: البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة . ١٩٩٩، ص٢١٧

تم تقييم مستوى تطور اداء مهارات سلاح الشيش عن طريق التصوير الفيديوي وعرضه على ثلاث محكمين(*) بوضع درجة من ١٠ وبأخذ الوسط الحسابي لدرجاتهم ، وتوضع الدرجة وفقا لـ (مستوى اداء مهارات سلاح الشيش من حيث أداءها الفني وتوقيتها المناسب) وهي (التقدم – الرجوع – حركة الطعن – الهجمة القاطعة – الهجمة بتغيير الاتجاه).

٣-٦ إجراءات التجربة الميدانية :

٣-٦-١ الاختبارات القبليّة:

تم إجراء التصوير القبلي بتاريخ ٢٥-١٠-٢٠٠٧م. ثم عرض التصوير على المحكمين لغرض وضع الدرجات لتقييم مستوى اداء مهارات سلاح الشيش وفق الاستمارة التي أعدتها الباحثتان لتفريق البيانات.

٣-٦-٢ المنهاج التعليمي

تم إعداد منهاج تعليمي مكون من (١٤) وحدة تعليمية على مدى (١٤) أسبوع وبواقع وحدة تعليمية في الأسبوع زمن الوحدة التعليمية ٩٠ دقيقة (**). ومن ثم تم تطبيق المنهاج التعليمي للفترة من ٢٨/١٠/٢٠٠٧ ولغاية ١٤/١/٢٠٠٨ على المجموعة التجريبية . ولا بد من الإشارة إلى انه المجموعة التجريبية تتعلم وتطبق التمارين التطبيقية على المرارة بينما المجموعة الضابطة تطبق نفس الوحدات ونفس المنهاج ولكن بدون استخدام المرارة .

٣-٦-٣ الاختبارات البعدية :

تم إجراء التصوير البعدي بتاريخ ١٥/١/٢٠٠٨ وقد راعت الباحثتان إجراء هذه الاختبارات تحت الظروف التي أجريت فيها الاختبارات القبليّة نفسها من حيث المكان والزمان والأدوات المستخدمة في القياس وفريق العمل (**).

٣-٧ الوسائل الإحصائية :

تم معالجة النتائج إحصائيا بوساطة نظام spss وباستخدام القوانين

- الوسط الحسابي . - الانحراف المعياري . - اختبار (ت) للعينات المترابطة . - اختبار (ت) للعينات المستقلة^(١)

* - المحكمين هم كل من:

١- م.م اشراق غالب عودة ماجستير تربية رياضية - مبارزة

٢- السيد رحيم فالح - حكم دولي بالمبارزة

٣- السيد رعد قاسم - حكم ومدرب مبارزة

** - فريق العمل المساعد :

- م.م اشراق غالب مدرسة مادة المبارزة ، كلية التربية الرياضية للبنات .

- زينب قحطان . طالبة ماجستير . كلية التربية الرياضية للبنات.

١ - وديع ياسين و حسن محمد: التطبيقات الإحصائية في بحوث التربية الرياضية، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، ١٩٩٦، ص ١٠١.

** انظر ملحق رقم (1)

٤ - عرض وتحليل النتائج ومناقشتها

بعد جمع النتائج ومعالجتها إحصائياً تم عرضها وتحليلها ومناقشتها في جداول وفق الأسلوب الآتي:

٤-١ عرض وتحليل نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لمستوى اداء مهارات سلاح الشيش لدى المجموعة التجريبية .

الجدول (١)

يبين المعالم الإحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمستوى اداء مهارات سلاح الشيش لدى المجموعة التجريبية .

النتيجة	قيمة ت المحسوبة	الانحراف المعياري لمتوسط الفروق	متوسط الفروق	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		مستوى	المعالم لإحصائية
				ع ±	س	ع ±	س		
معنوي	١٥.٩	٠.٩٢	٣.٣	٠.٦٤	٨	٠.٤٥	4.7	م	التقدم
معنوي	١٦.٥	٠.٩٤	٣.٥	٠.٥٧	٨.٣	0.52	4.8	م	الرجوع
معنوي	١٦.١	٠.٩٩	٣.٦	٠.٥٥	٨.١	0.76	4.5	م	حركة الطعن
معنوي	٢٠.٩	٠.٧٥	٣.٥	٠.٥	٨.٤	0.36	4.8	م	الهجمة القاطعة
معنوي	١٤.٦	١.١٢	٣.٧	٠.٥٢	٨.٢	0.82	4.5	م	الهجمة بتغيير الاتجاه

ملاحظة / قيمة ت الجدولية تحت درجة حرية ١٩ واحتمال خطأ $\alpha = 0.01 = 2.86$

يتضح من الجدول (١) أن قيمة الوسط الحسابي القبلي لاختبار تقويم مستوى اداء مهارات سلاح الشيش وهي (التقدم ، الرجوع ، حركة الطعن ، الهجمة القاطعة ، الهجمة بتغيير الاتجاه) بلغت على التوالي (4.7 - 4.8 - 4.5 - 4.8 - 4.5) وبانحرافات معيارية بلغت على التوالي (٠.٤٥ - 0.52 - 0.76 - 0.36 - 0.82) ، أما الوسط الحسابي البعدي قد بلغ (٨ - ٨.٣ - ٨.١ - ٨.٤ - ٨.٢) وبانحراف معياري (٠.٦٤ - ٠.٥٧ - ٠.٥٥ - ٠.٥ - ٠.٥٢) على التوالي ايضا .

ولغرض اختبار الفرضية المتعلقة بدلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ، تم استعمال اختبار (ت) للعينات المترابطة فتبين أن قيمة متوسط الفروق قد بلغت على التوالي

(٣.٣ - ٣.٥ - ٣.٦ - ٣.٥ - ٣.٧) ، وبتحرف معياري لمتوسط الفروق قد بلغ (٠.٩٢ - ٠.٩٤ - ٠.٩٩ - ٠.٧٥ - ١.١٢) على التوالي. أما قيمة (ت) المحتسبة كانت (١٥.٩ - ١٦.٥ - ١٦.١ - ٢٠.٩ - ١٤.٦) ، وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (٢.٨٦) تحت درجة حرية (١٩) واحتمال خطأ (٠.٠١) ، ولما كانت القيمة المحتسبة اكبر من القيمة الجدولية فهذا يعني أن أفراد عينة البحث قد تطورت في مستوى اداء مهارات سلاح الشيش ، وتعزو الباحثان هذا التطور إلى تأثير استخدام المرايا في تعلم وتدريب مهارات المبارزة ، إذ تستطيع المبارزة ملاحظة اخطائه وتحليلها لحل الواجب الحركي بنوع من التغذية الراجعة الذاتية. " تعد المرايا وسائل اتصال المباشر التي تساعد المتعلمين والمتدربين على اكتساب المعارف والمهارات والاتجاهات والاساليب" (١).

٢-٤ عرض وتحليل نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لمستوى اداء مهارات سلاح الشيش لدى المجموعة الضابطة .

الجدول (٢)

يبين المعالم الإحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمستوى اداء مهارات سلاح الشيش لدى المجموعة الضابطة .

النتيجة	قيمة ت المحسوبة	الانحراف المعياري لمتوسط الفروق	متوسط الفروق	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		مستوى	المعالم الإحصائية
				±ع	س	±ع	س		
معنوي	7.2	1.6	2.6	1	7.2	٠.٧٥	4.5	م	التقدم
معنوي	6.6	1.3	2	0.76	6.5	0.82	4.5	م	الرجوع
معنوي	5.8	0.87	1.15	0.76	5.5	0.74	4.3	م	حركة الطعن
معنوي	8.7	0.61	1.2	0.71	7.5	0.51	4.5	م	الهجمة القاطعة
معنوي	8.1	0.74	1.35	0.5	5.6	0.78	4.2	م	الهجمة بتغيير الاتجاه

ملاحظة / قيمة ت الجدولية تحت درجة حرية ١٩ واحتمال خطأ ٠.٠١ = ٢.٨٦

١ - شاكر محمود عبد المنعم؛ الوسائل التعليمية في تدريس المواد الاجتماعية. مجلة الفتح، العدد الرابع، مايس، ١٩٩٩، ص٩٨.

يتضح من الجدول (٢) أن قيمة الوسط الحسابي القبلي لاختبار تقويم مستوى اداء مهارات سلاح الشيش وهي (التقدم ، الرجوع ، حركة الطعن ،الهجمة القاطعة ، الهجمة بتغير الاتجاه) بلغت على التوالي (4.5 - 4.5 - 4.3 - 4.5 - 4.2) ، وبانحرافات معيارية بلغت على التوالي (٠,٧٥ ، ٠,٧٥ - 0.82 - 0.74 - 0.51 - 0.78) ، أما الوسط الحسابي البعدي قد بلغ (7.2 - 6.5 - 5.5 - 7.5 - 5.6) ، وبانحراف معياري (1- 0.76- 0.76)

ولغرض اختبار الفرضية المتعلقة بدلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ، تم استعمال اختبار (ت) للعينات المترابطة فاتضح أن قيمة متوسط الفروق قد بلغت على التوالي (2.6 - 2 - 1.15 - 1.2 - 1.35)، وبانحراف معياري لمتوسط الفروق قد بلغ (1.6 - 1.3 - 0.87 - 0.74) . أما قيمة (ت) المحسوبة كانت (7.2 - 6.6 - 5.8 - 8.7 - 8.1) ، وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (٢.٨٦) تحت درجة حرية (١٩) واحتمال خطأ (٠.٠١)، اتضح أن القيمة المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية، وهذا يعني أن أفراد عينة البحث قد تطورت في مستوى اداء مهارات سلاح الشيش ، وتعزو الباحثان هذا التطور إلى تأثير التمرين وتكراره أثناء اداء التمرين مما أدى الى تطوير المجموعة.

٤-٣ عرض وتحليل نتائج الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي لمستوى اداء مهارات سلاح الشيش.

الجدول (٣)

يبين المعالم الإحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي لمستوى اداء مهارات سلاح الشيش.

النتيجة	قيمة (ت) المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		المعالم لإحصائية تقييم مستوى مهارات سلاح الشيش
		ع±	س	ع±	س	
معنوي	2.8	1.0	7.2	0.64	٨	التقدم
معنوي	8.4	0.76	6.5	0.57	8.3	الرجوع
معنوي	12.3	0.76	5.5	0.55	8.1	حركة الطعن
معنوي	13.5	0.71	5.7	0.5	8.4	الهجمة القاطعة

معنوي	16.8	0.51	5.4	0.52	8.2	الهجمة بتغير الاتجاه
-------	------	------	-----	------	-----	----------------------

ملاحظة / قيمة ت الجدولية تحت درجة حرية ٣٨ واحتمال خطأ $0.01 = 2.71$

يتضح من الجدول (٣) أن قيمة المجموعة التجريبية لتقويم مستوى أداء مهارات سلاح الشيش وهي (التقدم ، الرجوع ، حركة الطعن ، الهجمة القاطعة ، الهجمة بتغير الاتجاه) بلغت على التوالي للوسط الحسابي (٨ - 8.3 - 8.1 - 8.4 - 8.2) وبانحراف معياري (0.64 - 0.57 - 0.55 - 0.5 - 0.52)، اما قيمة المجموعة الضابطة بلغ الوسط الحسابي على التوالي (7.2 - 6.5 - 5.5 - 5.7 - 5.4) وبانحراف معياري (1.0 - 0.76 - 0.76 - 0.71 - 0.51) اما قيمة ت المحتسبة فكانت (2.8 - 8.4 - 12.3 - 13.5 - 16.8) ، وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (٢.٧١) تحت درجة حرية (٣٨) واحتمال خطأ (٠.٠١)، تبين أن القيمة المحتسبة اكبر من القيمة الجدولية.

وهذا يعني أن أفراد عينة البحث التجريبية قد تطورت في مستوى أداء مهارات سلاح الشيش ، وتعزو الباحثان هذا التطور إلى تأثير الوسائل التعليمية والتي لها دور واضح ومهم في العملية التعليمية، وفاعل في توصيل المادة التعليمية الى المتعلمين ، كما ان الجانب النفسي الذي توديه هذه الوسائل أهمية كبيرة في خلق الدوافع ويجاد الرغبة لكونها شيئاً جديداً يطبق في الدروس التعليمية . وان التفاعل مع الأجهزة والأدوات لتعلم المهارات يعد عنصر انتاجي مهم في الحركات الرياضية^(١) ، مما تبين اعلاه ان للتدريب والتعلم على المرايا أثر واضح في التعليم لصالح المجموعة التجريبية.

٥- الاستنتاجات والتوصيات:

١-٥ الاستنتاجات:

- أن المنهاج التعليمي باستخدام المرايا ذو تأثير ايجابي في تطوير مستوى أداء مهارات سلاح الشيش لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالمبارزة .
- تطور المجموعة التجريبية أفضل من المجموعة الضابطة نتيجة استخدام المرايا في تعلم بعض مهارات المبارزة

٢-٥ التوصيات:

- استخدام المرايا في الوحدات التعليمية والتدريبية لطالبات المرحلة الثالثة بالمبارزة لما لها من دور فعال في تطوير مهارات سلاح الشيش .
- استخدام أجهزة تقنية حديثة لتطوير مهارات سلاح الشيش .
- إجراء دراسات مشابهة باستخدام طرق ووسائل أخرى لتطوير مهارات سلاح الشيش

^١ - وجيه محجوب؛ علم الحركة-التعلم وجدولة التدريب،الاردن : دار وائل للطباعة والنشر ،ص٢٠١، ١٨١

المصادر العربية

- رياض عبد علي حسين السعيد؛ تأثير برنامج تعليمي باستخدام الشاخص المتمفصل المقترح في أداء بعض المهارات الدفاعية والهجومية بالمبارزة، دراسة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة البصرة، ٢٠٠٢.
- شاكر محمود عبد المنعم؛ الوسائل التعليمية في تدريس المواد الاجتماعية.مجلة الفتح، العدد الرابع، مايس، ١٩٩٩.
- عبد علي نصيف(وأخرون)؛ المبارزة، بغداد : مطبعو دار الحكمة، ١٩٩٠.
- محمد حسن علاوي و أسامة كامل: البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة. ١٩٩٩.
- محمد عثمان؛ الأداء الحركي والتدريب الرياضي، الكويت: دار القلم، ١٩٨٧.
- وجيه محبوب؛ علم الحركة-التعلم وجدولة التدريب، الأردن : دار وائل للطباعة والنشر، ٢٠٠١.
- وديع ياسين و حسن محمد؛ التطبيقات الإحصائية في بحوث التربية الرياضية، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل. ١٩٩٦.
- يعرب خيون عبد الحسين؛ تقويم الوسائل المساعدة في التدريب على أجهزة الجمباز،مجلة دراسات، وقائع المؤتمر الرياضي العلمي الثاني، عدد خاص ٢، ١٩٩٤.

ملحق رقم (١) التمارين الاساسية لسلاح الشيش

- بأستخدام المرأة
المدة الزمنية (٩٠ د) وتم توزيعها على الوحدات التعليمية
- امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة بالتقدم العادي ب ٣ خطوات ثم الثبات.
 - امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة بالتقهقر العادي ب ٣ خطوات ثم الثبات.
 - امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة بالتقدم العكسي ب ٣ خطوات ثم الثبات.
 - امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة بالتقهقر العكسي ب ٣ خطوات ثم الثبات.
 - امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة بالتقدم بالوثب ب ٣ خطوات ثم الثبات.
 - امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة بالتقهقر بالوثب ب ٣ خطوات ثم الثبات.
 - امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة بالتقدم العادي ب ٣ خطوات ثم الثبات.
 - امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة بالتقدم العادي ب ٣ خطوات ثم الثبات.
 - امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة بالتقدم العادي ب ٣ خطوات ثم التقهقر ب ٣ خطوات ثم الثبات.
 - امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة بالتقدم العادي ب ٣ خطوات ثم التقهقر العادي ب ٣ خطوات ثم الثبات.
 - امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة بالتقدم العكسي ب ٣ خطوات ثم التقهقر العكسي ب ٣ خطوات ثم الثبات.
 - امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة بالتقدم بالوثب ب ٣ خطوات ثم التقهقر بالوثب ب ٣ خطوات ثم الثبات.
 - امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة بالتقدم العادي ب ٢ خطوات ثم أداء حركة الطعن والثبات.
 - امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة بالتقدم العادي ب ٣ خطوات ثم أداء حركة الطعن والثبات.

- امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة بالتقدم العكسي ب ٢ خطوات ثم أداء حركة الطعن والثبات.
- امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة بالتقدم العكسي ب ٣ خطوات ثم أداء حركة الطعن والثبات.
- امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة بالتقدم العادي ب ٣ خطوات ثم أداء حركة الطعن بعدها التقهقر بخطوتين والثبات.
- امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة بالتقدم العادي ب ٥ خطوات ثم أداء حركة الطعن بعدها التقهقر بخطوتين والثبات.
- امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة بالتقدم العادي ب ٥ خطوات ثم أداء حركة الطعن بعدها التقهقر ٣ خطوات والثبات.
- امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة بالتقدم العكسي ب ٥ خطوات ثم أداء حركة الطعن بعدها التقهقر بخطوتين والثبات.
- امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة بالتقدم العكسي ب ٥ خطوات ثم أداء حركة الطعن بعدها التقهقر ٣ خطوات والثبات.
- امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة أتخاذ حركة الطعن ثم الثبات.
- امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة أتخاذ احركة الطعن ثم أخذ خطوة للامام ثم الثبات.
- امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة أتخاذ الهجمة القاطعة ثم الثبات.
- امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة أتخاذ الهجمة بتغير الاتجاه ثم الثبات.
- امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة أتخاذ هجمة القاطعة ثم أخذ خطوة للامام ثم الثبات.
- امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة أتخاذ هجمة القاطعة ثم أخذ خطوتين للامام ثم الثبات.
- امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة أتخاذ هجمة بتغير الاتجاه ثم أخذ خطوة للامام ثم الثبات.
- امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة أتخاذ هجمة بتغير الاتجاه ثم أخذ خطوتين للامام ثم الثبات.
- امام المرأة واللاعبة في وضع الاستعداد تبدأ اللاعبة بالتقدم العادي بخطوتين ثم أتخاذ حركة الطعن ثم الثبات.