



جمهورية العراق
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة ديالى
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

تأثير تمارين خاصة باستخدام أدوات مساعدة في تعلم مهارة القلبة الهوائية المكورة على منصة القفز بالجمناستك للطلاب

رسالة مقدمة إلى مجلس كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة
ديالى وهي جزء من متطلبات نيل شهادة الماجستير في التربية البدنية
وعلوم الرياضة

تقدم بها

ياسين طه ياسين إرحيم

بإشراف

أ.م.د رياض عبد الرضا فرحان الربيعي

٢٠٢٤ م

١٤٤٦ هـ

ملخص الرسالة باللغة العربية

تأثير تمارين خاصة باستخدام أدوات مساعدة في تعلم مهارة القلبة

الهوائية المكورة على منصة القفز بالجمناستك للطلاب

رسالة مقدمة من الباحث

ياسين طه ياسين

بإشراف

أ.م.د رياض عبد الرضا فرحان

جاءت اهمية البحث عن طريق تعلم الأداء المهاري الصحيح بوساطة اعداد تمارينات خاصة مع استخدام بعض الأدوات المساعدة لتعليم مهارة القلبة الهوائية الأمامية المكورة على منصة القفز بالجمناستك الفني للطلاب.

اما مشكلة البحث فقد حددها الباحث بمساعدة المشرف عن طريق مشاهدته لطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وتعلمهم لمهارة القلبة الأمامية المكورة على منصة القفز وذلك لاسباب تتمحور عليها مشكلة البحث هي، قلة التمارين المستخدمة في تعليم هذه المهارة، وقلة الأجهزة والأدوات المساعدة او انعدامها في تعليم هذه المهارة.

وهدف البحث الى اعداد تمارينات خاصة باستخدام أدوات مساعدة لتعلم مهارة القلبة الهوائية الأمامية المكورة على منصة القفز بالجمناستك الفني لطلاب المرحلة الثالثة. و معرفة تأثير هذه التمارينات في تعلم مهارة القلبة الهوائية الأمامية المكورة على منصة القفز بالجمناستك الفني لطلاب المرحلة الثالثة.

اما فرض البحث فكان هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والبعدي في تأثير التمرينات الخاصة والأدوات المساعدة في تعلم مهارة القلبة الهوائية الأمامية المكورة على منصة القفز بالجمناستك الفني للطلاب.

اعتمد الباحث المنهج التجريبي كونه الاكثر ملائمة وطبيعة البحث، واستعمل الباحث (التصميم التجريبي باستخدام عينة واحدة) و قام الباحث بتحديد عينة البحث بالطريقة العشوائية عن طريق القرعة اذ تكونت العينة من طلاب المرحلة الثالثة شعبة (أ) وكان مجموع هذه الشعبة (٤١) طالب و شملت عينة البحث (١٥) طالب واجري الاختبار القبلي على العينة ثم تم تنفيذ التجربة الرئيسة بواقع وحدة واحدة في الاسبوع على مدى (٨) اسابيع، ثم اجري الاختبار البعدي لعينة البحث.

ثم تم عرض وتحليل ومناقشة النتائج التي حصل عليها الباحث من الاختبارين القبلي والبعدي عن طريق الجداول.

اما أهم الاستنتاجات التي توصل اليها الباحث ان التمرينات الخاصة المعدة باستخدام الادوات المساعدة وفق مراحل الاداء الفني أثرت في تعلم مهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة على منصة القفز للطلاب عن طريق التحكم بمتغيرات الاداء التي حققت السهولة في الممارسة وأيضا العمل على تجزئة المهارة وتعزيز طرق تعلمها باستخدام تمرينات خاصة وادوات مساعدة ادت إلى تخطي اغلب المراحل الصعبة للمهارة بنجاح عن طريق دقة التغذية الراجعة وتصحيح الاخطاء.

١. التعريف بالبحث:

١ . ١ مقدمة البحث وأهميته:

أحدث الابداع العلمي في مختلف المجالات والبيادين نقلة نوعية متطورة وفق اسس علمية إذ أدت هذه النقلة النوعية في شتى العلوم إلى تطور واضح في مجالات الحياة العملية ولا سيما المجال الرياضي الذي تطور كثيرا نتيجة الكفاءات العلمية وفق العمل الميداني الذي اسهم بشكل كبير في اجراء البحوث واجراء الدراسات العلمية الرصينة لحل المشكلات في جميع المجالات ومنها المجال الرياضي وكل في مجال تخصصه.

ان لعبة الجمناستك الفني من الالعاب الفردية التي تتميز بصعوبة اداء مهاراتها وسلاسلها الحركية المنفردة في التركيب والتعقيد لما فيها من اجهزة مختلفة و تتطلب قدرات بدنية وحركية لعملية الاداء المهاري ولكلا الجنسين .

لذا يتطلب اداء مهارات الجمناستك الفني الجهد الكبير في عملية التعلم والتدريب بشكل علمي للمساهمة في تقليل المصاعب والمعوقات التي تواجه المتعلم وذلك بأستخدام الاجهزة والادوات المصنعة علميا لما لها من تأثير في تجزئة مهارات الجمناستك لمساعدة الطالب او المتعلم المبتدىء في التعلم بأقل جهد واقصر وقت ممكن .

ومما يرافق تلك الأجهزة والأدوات هي التمرينات الخاصة التي يتم اعدادها وممارستها على الاجهزة او الأدوات المصنعة وفقا لمتطلبات المراحل الفنية لاداء المهارة المراد

تعليمها إذ ان كل لعبة او فعالية تحتوي على مهارات عديدة وان تعلم هذه المهارات والوصول فيها إلى اعلى مستوى من الاداء لا يتم الا عن طريق التمرين وكما ترى (ناهدة عبد زيد) "ان التمرين هو مجموعة من الحركات التي تؤدي لأغراض مختلفة وصولاً باللاعب او المتعلم إلى اقصى قدرة على الاداء الحركي في مختلف الالعاب والفعاليات الرياضية" (١).

تعد مهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة من المهارات الاساسية على اجهزة الجمناستيك الفني جميعها ومن ضمنها جهاز منصة القفز وهي مهارة تتطلب امكانيات بدنية ومهارية عالية لما لهذه المهارة من مراحل فنية صعبة التعلم على الطلاب المبتدئين ويمكن اعتبار مهارة القلبة الهوائية الامامية مهارة اساسية في السلاسل الحركية جميعها على اجهزة الجمناستيك الفني.

وتكمن اهمية الدراسة في اعداد تمارين خاصة باستخدام ادوات مساعدة لتعليم مهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة على منصة القفز لطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ديالى .

(١) ناهدة عبد زيد الدليمي ؛ اساسيات التعلم الحركي ، ط ١ : (عمان - شارع الملك حسين ، الدار المنهجية للنشر والتوزيع ، ٢٠١٦) ص ١٢٤

٢-١ مشكلة البحث:

تعد مهارات لعبة الجمناستيك الفني من المهارات التي لها خصوصية في دقة الأداء وذلك لصعوبة المهارات التي تواجه المعلم والمتعلم ، و تتكون هذه المهارات من عدة مراحل للأداء الفني وبمسارات حركية معقدة ، فهي من المهارات الصعبة.

ومن هذه المهارات الصعبة التي تواجه الطلاب هي مهارة القلبة الهوائية الأمامية المكورة على منصة القفز لذا لاحظ كونه طالب متميز وكذلك من خلال مشاهداته وارهء بعض التدريسين لطلاب المرحلة الثالثة عند أدائهم مهارة القلبة الهوائية الامامية على منصة القفز بأن هناك صعوبة في عملية تعلم هذه المهارة كونها من المهارات الصعبة على المبتدئين والتي تؤثر في ادراك المراحل الفنية لادائها .

ويرجع الباحث هذه الصعوبة إلى اسباب منها.

١. قلة التمارين المستعملة في تعليم هذه المهارة.

٢. قلة الأجهزة والأدوات المساعدة ،او انعدامها في تعليم هذه المهارة.

٣- الجانب النفسي نتيجة الخوف من جهاز منصة القفز.

٣-١ أهداف البحث:

- ١- اعداد ترمينات خاصة بإستخدام ادوات مساعدة لتعلم مهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة على منصة القفز بالجمناستك الفني للطلاب.
- ٢- معرفة تأثير الترمينات الخاصة بإستخدام الادوات المساعدة في تعلم مهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة على منصة القفز بالجمناستك الفني للطلاب.

١-٤ فرض البحث:

١. هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لعينة البحث في تأثير الترمينات الخاصة باستخدام الادوات المساعدة في تعلم مهارة القلبة الهوائية الامامية المكورة على منصة القفز بالجمناستك الفني للطلاب.

١-٥ مجالات البحث :

- ١-٥-١ المجال البشري: طلاب المرحلة الثالثة شعبة (أ) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ديالى.

١-٥-٢ المجال الزمني: من (٢٠٢٣/٩/١) حتى (٢٠٢٤/٥/١٦)

- ١-٥-٣ المجال المكاني: قاعة الجمناستك الفني للطلاب في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ديالى.